

آیین نامه پویش ورزشی رشته طناب زنی

مسابقات طناب زنی در ماده سرعتی برگزار می گردد قوانین و مقررات عمومی ورزش های همگانی مجازی:

- کلیه شرکت کنندگان بایستی در اپلیکیشن واتس آپ آی دی کاربری داشته باشند .
- همکاران بایستی به صورت افقی با گوشی تلفن همراه خود از حرکات ورزشی فیلمبرداری نمایند.
- پوشیدن لباس ورزشی مناسب با شئونات اسلامی و پوشش اسلامی کامل الزامی است
- همکاران محترم پوشیدن شلوار ورزشی /کاپشن ورزشی یا پیراهن بلند ورزشی/مقنعه/جوراب و کفش ورزشی الزامی می باشد.

توجه :

- در صورتی که پوشش مطابق آنچه ذکر شده نباشد فیلم ارسالی مورد قضاوت قرار نخواهد گرفت.
- در رشته طناب زنی(زاویه فیلمبردار از رو به رو) و وضوح تصاویر در حد مناسب و قابل تشخیص توسط مسئولین فنی و داور مسابقه باشد.
- فیلمبرداری به شکل متوالی انجام پذیرد و هیچگونه مکث و توقف از ابتدا تا انتهای فیلمبرداری صورت نپذیرد
- مسابقات در دوره سنی دختران و همکاران برگزار میگردد
- ابتدای شروع فیلمبرداری ، همکار ،خانم همکار ویا فرزند دختر همکار رو به دوربین جمله " با سلام ، هستم فرزند ویا خانم همکار معاونت دانشجویی علوم پزشکی دانشگاه کرمان ." من در خانه می مانم و در مسابقه طناب زنی کارمندان معاونت دانشجویی که بصورت مجازی برگزار می گردد شرکت می کنم " را می گوید و سپس حرکت را شروع می کند .

خطاها

- اجرای مهارت با فرم بدنی غلط موجب کسر امتیاز در بخش زیبایی اجرا می شود.
- هر مورد گیرکردن طناب و مکث ۱ امتیاز منفی از مجموع امتیازات کسر خواهد شد

دستور العمل ماده سرعتی

- هر شرکت کننده ابتدا باید دوربین فیلمبرداری و یا تلفن همراه خود را طوری تنظیم کند که چهره و نحوه اجرای مهارت به خوبی دیده شود.
- حرکت بایستی از اول تا آخر بر روی پنجه و جفت پا انجام شود
- با شروع اولین حرکت بدن زمان محاسبه خواهد شد.
- فیلمبرداری به شکل متوالی انجام پذیرد و هیچ گونه مکث و توقف از ابتدا تا انتهای فیلمبرداری صورت نپذیرد.
- هر شرکت کننده باید در زمان ۳۰ ثانیه حرکت خود را متوقف کند.
- رکورد شرکت کنندگان در مسابقات سرعت ۳۰ ثانیه ، تعداد طناب هایی است که از زیر جفت پا رد می شود.