



فدراسیون ورزشهای زورخانه‌ای و کشتی پهلوانی ج.ا.ایران



برگه داورى و فرم هاى

آئين نامه قوانين و مقررات مسابقات ورزشهاى زورخانه‌اى سال ۱۴۰۳



برگه داوری

مسابقات تیمی زورخانه ای (۱۵ دقیقه)

نام تیم:

رده سنی:

زمان اعلام نتیجه مسابقه:

مرحله	بخش	حداکثر امتیاز بخش	امتیاز بخش	امتیاز مرحله	مرحله	بخش	حداکثر امتیاز بخش	امتیاز بخش	امتیاز مرحله
۱. ورود تا استقرار (حداکثر ۵ امتیاز)	صحت	۲ امتیاز			۲. سنگ (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت پرس	۲ امتیاز		
	شیرینکاری	۳ امتیاز				شیرینکاری پرس	۲ امتیاز		
	۶. میل گیری (حداکثر ۲۰ امتیاز)	شیرینکاری میل گیری آرام	۶ امتیاز			صحت غلتان	۲ امتیاز		
		نرمش با میل	اجباری			امتیاز ویژه ۲ نفره	۲ امتیاز		
		صحت میل گیری تند	۲ امتیاز			امتیاز ویژه ۳ نفره	۴ امتیاز		
		شیرینکاری میل گیری تند	۶ امتیاز						
		گذاشتن میل با شیرینکاری	۲ امتیاز						
	۷. پازدن (حداکثر ۲۰ امتیاز)	صحت استقرار پا	۱ امتیاز		۳. شنو (حداکثر ۲۰ امتیاز)	شنو شمارش (حداقل ۵ شمارش)	۱ امتیاز		
		شیرینکاری استقرار پا	۲ امتیاز			صحت شنو سرنوازی	۲ امتیاز		
		صحت پای اول	۱ امتیاز			شیرینکاری شنو سرنوازی (حداقل ۵ شمارش)	۶ امتیاز		
		چرخ پای اول	۱ امتیاز			صحت شنو شلاقی	۱ امتیاز		
		صحت پای ضربدری	۱ امتیاز			صحت شنو شلاقی ۳، ۲، ۱	۲ امتیاز		
		صحت پای شاطری	۱ امتیاز			شیرینکاری شنو شلاقی ۳، ۲، ۱	۶ امتیاز		
		چرخ پا شاطری	۱ امتیاز			صحت شنو پیچ	۲ امتیاز		
		پای جفتی	اجباری		۴. نرمش و استقرار میل (حداکثر ۲۰ امتیاز)	صحت نرمش جنگلی	۱ امتیاز		
		صحت پای تبریزی	۲ امتیاز			صحت پای کرمانشاهی	۲ امتیاز		
		شیرینکاری پای تبریزی	۶ امتیاز			شیرینکاری پای کرمانشاهی	۶ امتیاز		
		چرخ پای یک (تکفر)	۱ امتیاز			صحت نرمش های زورخانه ای	۱ امتیاز		
		صحت پای یافتاح	۱ امتیاز			صحت نرمش خم گیری	۱ امتیاز		
		شیرینکاری پای یافتاح	۲ امتیاز			صحت نرمش گردن	۱ امتیاز		
۸. چرخ (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت چرخ تیز	۱۳ امتیاز				صحت نشستن و برخاستن	۲ امتیاز		
	صحت چرخ چمنی	۳ امتیاز				شیرینکاری نشستن و برخاستن	۳ امتیاز		
	روش دوم	۵ امتیاز				صحت گذاشتن تخته	۱ امتیاز		
	روش سوم	۷ امتیاز				شیرینکاری گذاشتن تخته	۲ امتیاز		
۹. کباده (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت	۴ امتیاز			۵. میل بازی (حداکثر ۱۰ امتیاز)	۲ میل بازی (حداقل ۵ چشمه)	۲ امتیاز		
	شیرینکاری	۲ امتیاز				۳ میل بازی (حداقل ۵ چشمه)	۲ امتیاز		
	روش دوم (کباده زدن ۲ نفر)	۲ امتیاز				۴ میل بازی	۲ امتیاز		
	روش سوم (کباده زدن ۳ نفر)	۴ امتیاز				روش دوم هماهنگی یا پاسکاری ۲ نفره	۸ امتیاز		
۱۰. دعا		۲ امتیاز				روش سوم هماهنگی یا پاسکاری ۳ نفره	۱۰ امتیاز		
۱۱. خروج (حداکثر ۳ امتیاز)	صحت	۱ امتیاز			جمع کل:				
	شیرینکاری	۲ امتیاز							
نام و امضا داور:									



برگه داوری

مسابقات میان‌داری انفرادی (۱۵ دقیقه)

نام ورزشکار:

استان:

رده سنی:

زمان اعلام نتیجه مسابقه:

مرحله	بخش	حداکثر امتیاز بخش	امتیاز بخش	مرحله	بخش	حداکثر امتیاز بخش	امتیاز بخش
۱. ورود تا استقرار (حداکثر ۵ امتیاز)	صحت	۲ امتیاز		۲. سنگ (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت پرس	۲ امتیاز	
	شیرینکاری	۳ امتیاز			شیرینکاری پرس	۲ امتیاز	
					صحت غلتان	۲ امتیاز	
					وزن دوم	۲ امتیاز	
					وزن سوم	۴ امتیاز	
۳. شنو (حداکثر ۲۰ امتیاز)	شنو شمارش (حداقل ۵ شمارش)	۱ امتیاز		۴. نرمش و استقرار میل (حداکثر ۲۰ امتیاز)	صحت نرمش جنگلی	۱ امتیاز	
	صحت شنو سرنوازی	۲ امتیاز			صحت پای کرمانشاهی	۲ امتیاز	
	شیرینکاری شنو سرنوازی (حداقل ۵ شمارش)	۶ امتیاز			شیرینکاری پای کرمانشاهی	۶ امتیاز	
	صحت شنو شلاقی	۱ امتیاز			صحت نرمش های زورخانه ای	۱ امتیاز	
	صحت شنو شلاقی ۳،۲،۱	۲ امتیاز			صحت نرمش خم گیری	۱ امتیاز	
	شیرینکاری شنو شلاقی ۳،۲،۱	۶ امتیاز			صحت نرمش گردن	۱ امتیاز	
۵. میل بازی (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت شنو پیچ	۲ امتیاز		۶. میل بازی (حداقل ۵ چشمه) ۳ میل بازی (حداقل ۵ چشمه) ۴ میل بازی ۳ میل یک دست ۵ میل بازی	صحت نشستن و برخاستن	۲ امتیاز	
					شیرینکاری نشستن و برخاستن	۳ امتیاز	
					صحت گذاشتن تخته شنو	۱ امتیاز	
					شیرینکاری گذاشتن تخته شنو	۲ امتیاز	
۷. پازدن (حداکثر ۲۰ امتیاز)	صحت استقرار پا	۱ امتیاز		۸. چرخ (حداکثر ۱۰ امتیاز)	صحت چرخ تیز	۳ امتیاز	
	شیرینکاری استقرار پا	۲ امتیاز			صحت چرخ چمنی	۳ امتیاز	
	صحت پای اول	۱ امتیاز			رفت و برگشت چرخنده	۲ امتیاز	
	چرخ پای اول	۱ امتیاز			دور ۵ میل چرخیدن	۴ امتیاز	
	صحت پای ضربدری	۱ امتیاز					
	صحت پای شاطری	۱ امتیاز					
۹. کباده (حداکثر ۱۰ امتیاز)	چرخ پا شاطری	۱ امتیاز		۱۰. دعا	صحت	۲ امتیاز	
	پای جفتی	اجباری			شیرینکاری	۲ امتیاز	
	صحت پای تبریزی	۲ امتیاز			وزن دوم	۲ امتیاز	
	شیرینکاری پای تبریزی	۶ امتیاز			وزن سوم	۴ امتیاز	
	چرخ پای یک (تکفر)	۱ امتیاز					
	صحت پای یافتاح	۱ امتیاز					
۱۱. خروج (حداکثر ۳ امتیاز)	شیرینکاری پای یافتاح	۲ امتیاز		جمع کل امتیاز:			

نام و امضا داور:



برگه داوری

مسابقات چرخ تیز

نام ورزشکار : استان : رده سنی :

وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

زمان و امتیازات										صحت های چرخ تیز
۱ تا ۱۰ ثانیه		۱۱ تا ۲۰ ثانیه		۲۱ تا ۳۰ ثانیه		۳۱ تا ۴۰ ثانیه		۴۱ تا ۵۰ ثانیه		
	۱		۱		۲		۳		۳	مشت بودن پنجه های + کشیده بودن دست ها
	۱		۱		۲		۳		۳	بال نزدن دست ها
	۱		۱		۲		۳		۳	راست بودن قامت
	۱		۱		۲		۳		۳	راست بودن سر و گردن
	۱		۱		۲		۳		۳	همانگی پاها
	۵		۵		۱۰		۱۵		۱۵	جمع

هر مرتبه رفتن پا روی خط منطقه چرخ یک امتیاز منفی

زمان کل چرخ تیز : ثانیه

تعداد دور	امتیاز صحت	ایست پایان چرخ	نمره مثبت (حداکثر ۱ امتیاز)	نمره منفی (حداکثر ۳ امتیاز منفی)	امتیاز کل

نام و امضا داور :



برگه داوری مسابقات چرخ چمنی

نام ورزشکار : استان : رده سنی :

وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

زمان و امتیازات										صحت های چرخ چمنی
۱ تا ۳۰ ثانیه		۳۱ تا ۶۰ ثانیه		۶۱ تا ۹۰ ثانیه		۹۱ تا ۱۲۰ ثانیه		۱۲۱ تا ۱۵۰ ثانیه		
۱	۱	۱	۲	۲	۳	۳	۳	۳	۳	مشت بودن پنجه های + کشیده بودن دست ها
۱	۱	۱	۲	۲	۳	۳	۳	۳	۳	بال نزدن دست ها
۱	۱	۱	۲	۲	۳	۳	۳	۳	۳	راست بودن قامت
۱	۱	۱	۲	۲	۳	۳	۳	۳	۳	راست بودن سر و گردن
۱	۱	۱	۲	۲	۳	۳	۳	۳	۳	هماهنگی پاها
۵	۵	۵	۱۰	۱۰	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	جمع

هر مرتبه رفتن پا روی خط منطقه چرخ یک امتیاز منفی

زمان کل چرخ چمنی : ثانیه

تعداد دور	امتیاز صحت	ایست پایان چرخ	نمره مثبت (حداکثر ۱ امتیاز)	نمره منفی (حداکثر ۳ امتیاز منفی)	امتیاز کل

نام و امضا داور :



برگه داوری مسابقات سنگ

نام ورزشکار : استان : رده سنی :

وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

تعداد و امتیازات								صحت های سنگ
۴۰ تا ۵۰ جفت		۲۹ تا ۳۹ جفت		۱۸ تا ۲۸ جفت		۱ تا ۱۷ جفت		
	۳		۲		۱		۲	صاف بودن آرنج ها + عدم لرزیدن
	۳		۲		۱		۲	ضربه نزدن به سنگ هنگام بالا و پایین بردن
	۳		۲		۱		۲	دستها تراز بودن سنگها + بلند کردن سر
	۳		۲		۱		۲	عدم اصابت سنگ به زمین، به بدن و به یکدیگر
	۳		۲		۱			چرخش کامل زیر سنگ + جابجا نشدن بدن زیر سنگ هنگام غلتیدن
	۳		۲		۱			جفت بودن پاها + جفت بودن زانوها + جمع شدن پاها داخل شکم + قرار گرفتن پا زیر سنگ
	۱۸		۱۲		۶		۸	جمع

	یک دست	شیرینکاری پرس
	دو دست	حداکثر ۱۲ امتیاز
	یک دست	شیرینکاری غلتان
	دو دست	حداکثر ۶ امتیاز

تعداد کل سنگ گیری :

امتیاز کل	امتیاز شیرینکاری	امتیاز صحت	امتیاز تعداد

نام و امضا داور :



برگه داوری مسابقات کباده

نام ورزشکار : استان : رده سنی :

وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

تعداد و امتیازات												صحت های کباده
۱ تا ۲۰ جفت		۲۱ تا ۴۰ جفت		۴۱ تا ۶۰ جفت		۶۱ تا ۸۰ جفت		۸۱ تا ۱۰۰ جفت		۱۰۱ تا ۱۱۷ جفت		
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	صحت حرکت روی پنجه های پا
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	رعایت فاصله ۲۰-۱۵ سانتی متری میان پاها
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	راست بودن قامت و صحت سر و گردن
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	رعایت حداقل زاویه ۷۰ درجه برای دست‌ها
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	رسیدن دست روی سر + رد نشدن از روی سر
	۱		۱		۱		۱		۲		۲	عدم تماس دست‌ها با سر و زنجیر با سر
	۶		۶		۶		۶		۱۲		۱۲	جمع

تعداد کل کباده : جفت

امتیاز تعداد	امتیاز صحت	امتیاز کل

نام و امضا داور :

--



برگه داوری

مسابقات میل گیری سنگین

نام ورزشکار : استان : رده سنی :

وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

تعداد و امتیازات										صحت های میل گیری سنگین
۱ تا ۱۵ جفت		۱۶ تا ۳۰ جفت		۳۱ تا ۵۰ جفت		۵۱ تا ۷۰ جفت		۷۱ تا ۸۰ جفت		
	۱		۱		۲		۲		۲	صحت حرکت پاها
	۱		۱		۲		۲		۲	عدم تماس میل و دست با سر
	۱		۱		۲		۲		۲	صحت سر و گردن
	۱		۱		۲		۲		۲	راست بودن قامت
	۱		۱		۲		۲		۲	عدم اصابت میل به پشت بدن
	۱		۱		۲		۲		۲	چرخش کامل میل پشت سر
	۶		۶		۱۲		۱۲		۱۲	جمع

تعداد شیرینکاری (حداکثر ۴ شیرینکاری هر کدام ۲ امتیاز)
--

تعداد کل میل گیری : جفت

امتیاز تعداد	امتیاز صحت	شیرینکاری	امتیاز کل

نام و امضا داور :



برگه داوری

مسابقات میل بازی

نام ورزشکار : استان :

رده سنی : وزن : قرعه : زمان اعلام نتیجه مسابقه :

رشته	امتیازات	امتیاز منفی افت	جمع امتیاز
۲ میل بازی			
۳ میل بازی			
۳ میل یک دست			
۴ میل بازی			
۴ میل یک دست			
۵ میل بازی			
۶ میل بازی			
جمع کل امتیاز میل بازی			

نام و امضا داور :



"فرم اعتراض در مسابقات"

اینجانب سرپرست / مربی تیم اعتراض خود را به رأی داوری در قسمت های زیر اعلام می نمایم.

ردیف	بخش اعتراض (آیتم)	امتیاز اعلام شده	ملاحظات
۱.			
۲.			
۳.			

امضاء سرپرست یا مربی تیم

سرپرست محترم فنی مسابقات

با سلام

اعتراض سرپرست تیم مذکور در ساعت دریافت گردید، خواهشمند است در صورت رعایت زمان ۵ دقیقه، نسبت به رسیدگی به اعتراض اقدام و نتیجه را اعلام نمایید.

امضاء سرپرست مسابقات

به: سرپرست مسابقات

با سلام

اعتراض فوق رسیدگی گردید.

نتیجه حاصله:.....
.....
.....
.....
.....

امضاء سرپرست فنی



"فرم رضایتنامه محضری"

این رضایت نامه طبق اعلام صریح و درج شده در بخشنامه مسابقات فدراسیون ورزشهای زورخانه ای و کشتی پهلوانی جمهوری اسلامی ایران فقط در صورتی دارای اعتبار می باشد که توسط ولی قانونی در دفترخانه رسمی امضاء شده باشد.

*ولی (پدر یا قیم قانونی با داشتن قیم نامه) ورزشکار زورخانه ای یا کشتی پهلوانی زیر ۹ سال بایستی همراه با فرزند خود در دفترخانه رسمی حضور یافته و موافقت خود را جهت حضور فرزند خود در مسابقات مذکور اعلام نماید.

مشخصات ولی با قیم	
نام و نام خانوادگی :	کد ملی :
نام پدر :	تاریخ تولد :
محل تولد:	صادره از :
کد پستی :	شماره همراه :
آدرس:	
مشخصات ورزشکار	
نام و نام خانوادگی :	کد ملی :
نام پدر :	تاریخ تولد :
محل تولد:	صادره از :
اطلاعات مسابقات	
عنوان مسابقه :	رده سنی :
تاریخ شروع مسابقه :	تاریخ اتمام مسابقه:
شهرستان میزبان مسابقات:	استان میزبان مسابقات:

در دفتر خانه حاضر و به موجب این سند رضایت و موافقت خود را مبنی بر حضور نامبرده بعنوان ورزشکار در مسابقات فوق را اعلام می نمایم.

مهر و امضا دفترخانه رسمی

امضاء و اثر انگشت ولی یا قیم ورزشکار



عکس ورزشکار با

مهر مدرسه

فرم رضایت نامه ولی و تاییدیه پزشکی حضور در مسابقات

نام و نام خانوادگی دانش آموز: نام پدر: تاریخ تولد:

کد ملی: پایه تحصیلی: دوره تحصیلی: سال تحصیلی:

شهر محل زندگی: استان: نام مدرسه:

آدرس و شماره تلفن منزل: شماره همراه ولی:

امضاء و مهر مدرسه

رضایت نامه ولی

اینجانب: فرزند: به شماره ملی:

ولی و قیم قانونی دانش آموز: موافقت خود را با اعزام فرزندم به مسابقات ورزشهای زورخانه ای و کشتی پهلوانی

قهرمانی رده سنی که از تاریخ تا تاریخ به میزبانی تحت نظارت و

سرپرستی آن مسئول محترم اعلام میدارم.

امضا و اثر انگشت ولی

تاییدیه پزشک

با توجه به معاینات پزشکی عمومی و سوالات مطرح شده، به اطلاع می‌رساند:

آقای ورزشکار (صاحب عکس) مجاز به شرکت در مسابقات ورزشی:

می باشد ☐ نمی باشد ☐

امضا و مهر پزشک