

* هفته دولت و روز کارمند گرامی با *

مرکز تربیت بدنی دانشگاه به مناسبت هفته دولت و روز کارمند، در دو بخش بانوان و آقایان مسابقات ورزشی ذیل را برگزار می کند.

علاقمندان به شرکت در این رویداد می توانند با مطالعه شرایط مندرج به منظور ثبت نام اقدام نمایند.

(مسابقات ورزشی ویژه بانوان)

عنوان برنامه	زمان برگزاری	مکان	نحوه برگزاری	زمان ثبت نام
پرتاب دارت	دوشنبه 13 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 2	انفرادی - امتیازی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
فوتبال دستی	دوشنبه 13 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 2	انفرادی - دو حذفی	"
شنا (2 ماده)	یکشنبه 12 شهریور - ساعت 12	استخر فجر	انفرادی - رکورد گیری	"
بدمینتون	5 لغایت 7 شهریور - ساعت 12	پردیس شهید عباسپور سالن ورزشی شهید قنبرزاده	انفرادی	"

"	انفرادی - تک حذفی	"	سه شنبه 7 شهریور - ساعت 12	مچ اندازی
"	انفرادی - تک حذفی	"	یکشنبه 5 شهریور - ساعت 12	پرتاب پینالتی بسکتبال

(مسابقات ورزشی ویژه آقایان)

عنوان برنامه	زمان برگزاری	مکان	نحوه برگزاری	زمان ثبت نام
تیراندازی	دوشنبه 13 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 2 بخش تیراندازی	انفرادی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
آمادگی جسمانی	یکشنبه 19 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 1	انفرادی	تا سه شنبه 7 شهریور - تماس با داخلی 2945-5035
مسابقه فوتبال دستی	از سه شنبه 7 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 2	انفرادی - دابل	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
گل کوچک (4 نفره)	یکشنبه 12 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 1	تیمی	تا سه شنبه 7 شهریور - تماس با داخلی 2945-5035
شنا (2 ماده)	دوشنبه 20 شهریور - ساعت 12	استخر فجر	انفرادی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
والیبال (6 نفره)	از یکشنبه 12 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 1	تیمی	تا سه شنبه 7 شهریور - تماس با داخلی 2945-5035

پرتاب پنالتی بسکتبال	یکشنبه 12 شهریور - ساعت 12	سالن شماره 1	انفرادی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
بدمینتون	4 لغایت 8 شهریور - ساعت 12	سالن ورزشی شهید قنبرزاده شهید عباسپور	انفرادی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
روپایی	دوشنبه 6 شهریور - ساعت 12	"	انفرادی	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه
فوتبال دستی (شهید عباسپور)	شنبه 4 شهریور - ساعت 12	"	انفرادی - دابل	نیم ساعت قبل از شروع مسابقه

*** همراه داشتن البسه ورزشی موردنیاز به عهده شرکت کنندگان خواهد بود.**

قوانین و مقررات:

- گل کوچک؛ هر تیم شامل چهار نفر که سهنفر بازیکن اصلی و یک نفر ذخیره می باشد. ابعاد زمین 30 در 15 متر و زمان بازی دو نیمه 6 دقیقه است.
- آمادگی جسمانی؛ شامل موارد دو رفت و برگشت، پرشجفت جانبی، وزنه، دراز و نشست و بارفیکس می باشد که توضیحات فنی پیش از شروع به شرکت کنندگان داده خواهد شد. همچنین **ارائه گواهی سلامت از درمانگاه دانشگاه اجباری می باشد.**
- شنا آقایان و بانوان؛ ماده های مسابقه پس از ثبت نام با توجه به تخصص شرکت کنندگان تعیین می گردد.
- والیبال؛ نحوه جدول مسابقات پس از مشخص شدن تعداد تیم های ثبت نام کننده تعیین می گردد.
- مسابقات فوتبال دستی آقایان در دو مکان مجزا (پردیس اصلی و پردیس عباسپور به صورت مجزا برگزار و جوایز جداگانه اهداء می شود.
- همکاران محترم پردیس شهید عباسپور به شرکت در رشته هایی که در پردیس بهشتی برگزار می شود بلامانع است. همچنین کارکنان پردیس بهشتی نیز می توانند در رویدادهای اختصاصی پردیس عباسپور شرکت نمایند.

- تلفن تماس اداره ورزش همگانی
- : بخش بانوان : 22431960 - 29902945
- : بخش آقایان : 29905035 - 29905032

• پردیس شهید عباسپور : 73932153 - 73932922

مرکز تربیت بدنی - اداره ورزش همگانی