

بسمه تعالی

آیین نامه شرایط برگزاری جشنواره غیر حضوری ورزشی (ویژه کارکنان برادر) مرکز مقاومت بسیج کارکنان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری – دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی به مناسبت گرامیداشت هفته مبارک بسیج

هدف از برگزاری مسابقات: حفظ و انسجام و ایجاد نشاط در کارکنان

*مجری و میزبان مسابقات: دانشگاه آزاد اسلامی

شرایط عمومی برگزاری: شرکت کنندگان در هر رشته می بایست موارد ذیل را مدنظر قرار دهند

۱. رعایت پوشش منطبق با شئونات اسلامی دانشگاه تاکید می گردد.
۲. فیلم ها بصورت افقی و با فرمت mp4 و حداکثر ۲۰ مگابایت باشد و از ارسال توضیحات و تصویر اضافه خودداری گردد.
۳. فیلم ها باید بدون برش باشند.
۴. چهره فرد متقاضی باید مشخص باشد.
۵. فیلم ارسالی آرشیوی نباشد.

مسابقات طناب زنی:

- * در زمینی به ابعاد ۳ متر مربع
- * استفاده از طناب مناسب
- * ورزشکار از تکنیک گام جاگینگ استفاده میکند و تعداد ضربه پای راست در مدت ۶۰ ثانیه رکورد وی محسوب می گردد .

مسابقات روپایی:

- * استفاده از توپ مناسب.
- * مسابقات در دایره ای با شعاع دو متر.
- * ورزشکار نباید در طول مسابقه از دایره خارج شود.
- * ورزشکاری که در زمان ۱ دقیقه بیشترین تعداد روپایی را بزند برنده مسابقه خواهد بود.
- * زدن ضربه با سر زانو و بغل یا بلامانع می باشد.



مرکز مقاومت بسیج کارکنان

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری – دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی