



فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران

کمیته مسابقات و لیگ

# شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان

## Sky Running

ویرایش هشتم

اسفند ۱۳۹۹



فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ

شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»



**کوه نوردی با کوه پیمایی آغاز می شود.**

## شناسه

ترجمه، تهیه و تدوین قوانین بین المللی:

آقایان: رضا زارعی، هادی صابری، عبدالرضا نقیب زاده، رضا سهاله و مجید اسکندری  
خانم‌ها: مهشید فرزانه سا، سمیرا زارعی و آیگین امیریان

با سپاس از آقایان:  
امین امینیان، علیرضا کریم، امیرحسین حاتمی، عباس خوشخو، محمدرضا خلیلی قاضی  
سید کاظم شمس‌خو، محمود مبارکی، فریبرز نازدکی، ایرج طریقی جاوید، مهدی سهیل فرید،  
یاسین خلیل‌آبادی، علی زیبا کلام، مجید دلنوا، شریف کاظم زاده کشمیری و جلیل صفرعلیزاده.

خانم‌ها: منصوره گرجی، فاطمه سعدیان

طراحی روی جلد:  
خانم ناهید ناصری

ناشر:

کمیته مسابقات و لیگ

منابع و مأخذ:

سایت فدراسیون جهانی اسکای رانینگ (ISF.com -Sky Running)  
شیوه نامه‌های مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»  
مجموعه مقررات و قوانین داخلی  
تاریخ نشر: اسفند ۱۳۹۹

تقدیم به پیشکسوتان گرامی و همه استادی و به تمامی آنها یی که به ما آموختند.  
همه کسانی که در پیشبرد و اعتلای کوهپیمایی و کوهنوردی ایران به دمی به  
قدمی یا درمی تلاش نموده اند.

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۴	اول دفتر
۵	فصل اول: کلیات و شرح وظایف
۶	اهداف و خط مشی
۷	اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انسباطی
۸	کلیات برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ)
۱۲	سازماندهی
۱۴	ساختار اداری مسابقات
۱۵	شرح وظایف مدیر مسابقات
۱۶	شرح وظایف ناظر (سرپرست فنی) مسابقات
۱۸	شرح وظایف میزبان مسابقات
۱۹	شرح وظایف زیر مجموعه های میزبان مسابقات و یا نهاد برگزاری
۲۰	فهرست لوازم و تجهیزات مورد نیاز برای برگزاری و میزبانی مسابقات دوی کوهستان
۲۱	شرح وظایف تیم طراحی مسابقات
۲۲	لوازم مورد نیاز انفرادی تیم طراحی
۲۲	لوازم مورد نیاز عمومی تیم طراحی
۲۳	شرح وظایف تیم داوری مسابقات
۲۷	لوازم مورد نیاز انفرادی تیم داوری
۲۷	لوازم مورد نیاز عمومی تیم داوری
۲۸	شرح وظایف مسابقه دهنگان (ورزشکاران)
۳۰	فهرست لوازم مورد نیاز مسابقه دهنگان (ورزشکاران)
۳۱	شرح وظایف سرپرست تیمها
۳۲	شرح وظایف تماشاگران مسابقات
۳۳	اصول و مبانی جلسات فنی و هماهنگی دوی کوهستان
۳۵	فصل دوم: قوانین و مقررات
۳۶	قوانین و مقررات
۴۵	فصل سوم: کاربرگ‌ها

## اول دفتر

انسان از بدو خلقت همواره کنجکاو و جستجوگر بوده و این کنجکاوی منجر به پیش‌رفت و نواوری شده است. حضور و پیش‌رفت کمی و کیفی ورزشکاران کشورمان در تمامی ابعاد، منوط به رعایت نظم و از خبط‌آدایی و اجتماعی و همچنین رعایت اصول فنی و تشكیلاتی این رشته‌ی مفرح و مهیج است. نگاه به آینده، ما را برآن می‌دارد تا دست از تلاش و کوشش برنداشته و با به کارگیری تمامی نیروهای بالقوه‌ای که در سطح کشور برای احتلالی نام ایران می‌کوشند، در راه رشد و شکوفایی استعدادهای کمنظیری که در میان جوانان این مرز و بوم وجود دارد، فعالیت خود را دوچندان نماییم.

رقابت در ضمیر انسان نهفته است و همواره در عرصه‌های مختلف زندگی بروز می‌نماید. اما آن‌چه که رقابت را سالم و سازنده می‌نماید، قانون‌مداری و انسان‌مدار در آن است. آن‌جا که انسان رقابت را بدون ضوابط و مقررات در زندگی خود اعمال نماید، دچار بخل و حسد گردیده و دیگر از عمل کرد خود رضایتمند نخواهد بود. وجه تمایز صعودهای ورزشی با دیگر رشته‌های کوه نوردی، وجود رقابت در ذات آن است. همین خصلت و توجه به سامانه‌مند نمودن و قانون‌مند نمودن این رقابت ذاتی و هدایت منظم و سازمان‌مند انرژی جوانانی که به این رشته روی می‌آورند، از اصول خدشهناپذیری است که لزوم تدوین شیوه‌نامه‌هایی این‌چنین را بیش از پیش نمایان می‌سازد.

مجموعه‌ای را که پیش رو دارید شامل ویرایش هشتم شیوه‌نامه‌ها ی برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ) قهرمانی و همگانی بوده و حاصل تلاش جمعی بسیاری از همکاران گرامی در کمیته‌های مسابقات و لیگ، صعودهای ورزشی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران در طی تاریخ فعالیت این کمیته‌ها است. کمیته مسابقات و لیگ این فدراسیون با نگرش به قوانین بین‌المللی دوی کوهستان تنظیمی از سوی فدراسیون جهانی ISF، بر آن است تا مسابقات دوی کوهستان را منطبق بر شرایط فرهنگی، بومی، اجتماعی، فنی و... به صورت مطلوب و ایمن برگزار نماید. امید است در پرتو عنایات حضرت باری تعالی و حمایت همه‌جانبه‌ی تمامی مسئولان ذی‌ربط و تلاش تمامی دل‌سوزان این رشته، شاهد کسب افتخارات بزرگ در سطح آسیا و جهان باشیم. ان شاء الله...

تهران

۱۳۹۹

مهدی داورپور

# فصل اول

# کلیات، تعاریف

# شرح وظایف

## اهداف و خط مشی

### مقدمه

در سال های اخیر بیشترین تلاش فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی اطلاع رسانی، ترویج، اشاعه، توسعه همه جانبه ورزش نو ظهور دوی کوهستان بوده است. در این راه بیشترین تلاش، وقف ایجاد طراحی برنامه هایی شده است که بتواند از پتانسیل موجود به بهترین شکل استفاده نماید.

برگزاری مسابقات دوی کوهستان با چشم اندازی وسیع، اهداف متعددی را مدنظر داشته است که در صورت تحقق آنها مسیر مناسبی را برای انجام فعالیت های آتی ایجاد خواهد کرد. (انشاء...)

### اهداف و خط مشی

- ترویج و اشاعه فرهنگ مسابقات دوی کوهستان.
- ایجاد محركی قوی و موثر در یادگیری و گذراندن مراحل آموزشی و اوقات فراغت.
- استفاده بهینه از امکانات، لوازم و تجهیزات.
- ترویج فرهنگ رقابت جوانمردانه، سالم و سازنده مبتنی بر توسعه پایدار ورزش.
- تلاش درجهت ایجاد روحیه مشارکت و مسئولیت پذیری در آحاد جامعه بیویژه جوانان.
- تشویق آحاد جامعه به ورزش دوی کوهستان و ترغیب آنان در جهت فرآگیری مهارت و تجربه.
- شناساندن استعدادهای جوان و سمت و سوادن به آنها.
- ایجاد انگیزه، شور و علاقه مندی از طریق شناساندن ابعاد مختلف ورزش مذکور.
- شناساندن دوی کوهستان به عنوان یک ورزش سرگرم کننده مفرح، جذاب و مهیج.
- هدایت و کنترل انرژی.
- ایجاد فرصت های شغلی مناسب.
- ارتقاء آگاهی های عمومی علاقمندان نسبت به دوی کوهستان.
- تمرکز بر استقرار و نهادینه شدن استانداردهای مسابقات در جامعه هدف.
- تمرکز بر سیاست گذاری و الگوی یکپارچه مدیریت مسابقات مبتنی بر اصل هماهنگی، انسجام و برنامه ریزی.
- تعامل موثر با مراکز علمی، ملی و بین المللی.
- بهبود مدیریت منابع و مصارف.
- بهینه سازی فضا، زیر ساخت ها و تجهیزات مسابقات.
- توجه بر باورهای دینی و ملی.
- توجه بر اصول و مبانی محیط زیست.
- تبعیت از قوانین جاری کشور.



## اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انصباطی

تمامی کادر مسابقات دوی کوهستان ملزم به رعایت اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انصباطی زیر هستند.

- ۱- اعتقاد والتزام به قوانین جاری کشور به ویژه قوانین و مقررات و آئین نامه ها و شیوه نامه های مرتبط با فعالیت های ورزشی.
- ۲- دارا بودن حسن خلق و شهرت توأم با تواضع و متانت و بردباری.
- ۳- رعایت عدالت و انصاف در تمامی ابعاد و زمینه ها از جمله عدالت در گفتار و سایر ابعاد فرهنگی و اجتماعی و خویشتن داری در کلیه امور و مسئولیت های محوله و بدور از هر گونه حب و بغض و اعمال سلایق شخصی.
- ۴- رعایت نظم و انتظام در امور محوله و اعتقاد به اصل مهم مسئولیت پذیری.
- ۵- حفظ امانت و رازداری و پاییندی به اصول مسلم کرامت والا انسانی.
- ۶- حضور موثر منظم در محدوده و زمان اجرای مسئولیت مبنی بر حداکثر آمادگی علمی و عملی و جسمی و روحی و عدم خروج از محدود مذکور تا انقضاء زمان مقرر.
- ۷- آراستگی ظاهری و بهره مندی از پوشش مناسب و حفظ بهداشت فردی، جمعی و محیط زیست.
- ۸- رعایت تمامی نکات ایمنی و اجرای فعالیت ورزشی در فضای امن و آرام و بدور از هر گونه مخاطره و تنفس و اضطراب.
- ۹- حضور در محل اجرای مسئولیت و انجام وظیفه فقط بنا به دعوت یا ابلاغ رسمی و معابر.
- ۱۰- تشریک مساعی و تقسیم کار و هماهنگی لازم و مستمر با کلیه مسئولین ذیربط و سایر همکاران.
- ۱۱- رعایت ادب و حفظ احترام و اجتناب از تمسخر و به کارگیری الفاظ سخیف و نسنجیده آنچه زینده یک انسان وارسته و یک ایرانی معتقد ناست، برای تمامی دست اندر کاران و عوامل ورزشی اعم از ورزشکار، تماشاچیان، مریبی، سرپرست، کادر داوری، کادر طراحی، خدمات و پشتیبانی، ناظر، مدیر مسابقات و...
- ۱۲- آگاهی و آشنایی کادر اجرائی از موقعیت زمانی و مکانی و اشراف کامل در مورد زمان اجرای برنامه با اຕکاء به احترام به سنت ها و باورهای مذهبی، ملی، آئینی و قومی.
- ۱۳- استفاده مناسب و بهینه از لوازم و تجهیزات استاندارد بدور از هر گونه افراط و تفریط و اسراف.
- ۱۴- دقیق و تاکید بر اجرای حرکات ورزشی متعارف و معقول منطبق با فعالیت های ورزشی رایج فارغ از هر گونه اهمال و بی مبالاتی متكی بر رعایت احتیاط آنچنان که شایسته رفتار انسانی آینده نگر و معقول است.
- ۱۵- فرآگیری و افزایش فون ارتباط جمعی و گروهی و بهره مندی از اصول و روابط صحیح و مناسب با تمامی عوامل ورزشی.
- ۱۶- پرهیز از دخالت و پرسش های غیر ضروری بالاخص استعلام و کسب اطلاع از چگونگی کیفیت و جزئیات از ورزشکاران، مریبان و سرپرستان و احیاناً تماشاگران حین اجرای مسئولیت.
- ۱۷- عدم جانب داری، تشویق، حمایت، تبلیغ، تنبیه ورزشکاران، مریبان، سرپرستان، تیم ها، عوامل اجرائی میزان و... در مسابقات توسط ارکان اجرائی.
- ۱۸- رعایت شئونات اسلامی، عرفی و فرهنگی استفاده از پوشش مناسب برای ورزشکاران، مریبان، سرپرستان، ناظرین و تمامی عوامل اجرائی و دست اندر کاران مسابقات دوی کوهستان الزامي است.



## کلیات برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ)

- رعایت تمامی قوانین جاری کشور، قوانین تخصصی، شرعی، آئینی و عرفی برای همه عوامل و دست اندرکاران در تمامی ردها و سطوح برگزاری مسابقات دوی کوهستان الزامي است.
- همراه داشتن بیمه ورزشی سال جاری، گواهی صحبت سلامت از پزشک برای تمامی شرکت کنندگان در مسابقه و عوامل اجرایی ذیربطر الزاماً است و همینطور انجام بیمه تکمیلی توسط میزان.
- مسابقات دوی کوهستان همه ساله و مطابق تقویم ورزشی فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران در غالب مسابقات قهرمانی کشور، جام فجر، مسابقات مناسبتی، آزاد و... در کشور برگزار میگردد.
- تقویم مسابقات را در هر سال کمیته مسابقات و لیگ، تدوین و پس از تصویب به تمامی استان‌های کشور ارسال می‌نماید.
- میزانی مسابقات با توجه به نوع مسابقه، سیاست فدراسیون و نیز شرایط مورد نیاز برگزاری، بر عهده فدراسیون است یا در پی اعلام درخواست استان‌ها، نهادها و سازمان‌ها، پس از برسی، به نهاد مقاضی واگذار می‌شود.
- درصورتی که برگزارکننده نهادی به غیر از فدراسیون باشد، نهاد مقاضی می‌باشد تا نسبت به اخذ تمامی مجوزهای مورد نیاز اقدام مقتضی به عمل آورد.
- رعایت شیوه‌نامات اسلامی، عرفی و فرهنگی استفاده از پوشش مناسب در تمامی مسابقات برای ورزشکاران، مریبان، سرپرستان، ناظرین، طراحان، داوران و همه عوامل برگزاری الزامي است.
- هماهنگی‌های پژوهشی، امدادی، تدارکات، پشتیبانی، اداری، انتظامی و تبلیغاتی (صدا و سیما، نصب بنر و...) بر عهده میزان است.
- عوامل فنی برگزاری مسابقه شامل داوران و طراحان مسیر مطابق با آخرین نتیجه بازآموزی پس از تأیید فدراسیون، در مسابقه انجام وظیفه می‌نمایند.
- نحوه ثبت نام در مسابقات را فدراسیون طی بخششیمه‌های مربوطه اعلام می‌نماید.
- تمامی قوانین مالی و میزان دستمزدها، ورودیهای مسابقه، جوائز مطابق با دستورالعمل‌های مربوطه و تأیید فدراسیون انجام می‌شود.
- در مواردی که نیاز به ارجاع مسئله‌ای به کمیته انصباطی وجود دارد مطابق با شیوه‌نامه ای مربوطه اقدامات مقتضی صورت می‌گیرد.
- پوشش و پوشش و ظاهر شرکت کنندگان و تمامی عوامل اجرایی در همه مسابقات باید نقض کننده قوانین جاری کشور باشد.
- تبلیغات حمایت کنندگان مالی در هنگام برگزاری مسابقات، باید از هر نظر منطبق با استانداردها و مجموعه مقررات فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و وزارت ورزش و جوانان باشد. این موارد تمامی جزئیات تبلیغ شامل نوع مواد مصرفی، فناوری مورد استفاده، رنگ‌های به کار برده شده، نوع رسانه و دیگر موارد مرتبط را شامل می‌شود.
- رعایت بهداشت فردی و محیط توسط تمامی عوامل برگزاری و دست اندرکاران مسابقات الزامي است.
- حفظ و نگهداری تمام اموال شامل مستندات، لوازم و تجهیزات توسط تمامی دست اندرکاران مسابقات الزامي است.
- رقابت کنندگان، مریبان و سرپرستان تیم‌ها نمی‌توانند از کادر رسمی مسابقه باشند.
- جزئیات کامل و قوانین ویژه مسابقه قبل از مسابقه در جلسه، فنی به اطلاع مسابقه دهنگان خواهد رسید.
- مسابقات در دو بخش قهرمانی و همگانی برگزار و هر مسابقه تابع شرایط خاص خود است که تو سط فدراسیون در بخش نامه ای مجزا اعلام و اعمال می‌گردد.
- تمامی موارد پیش‌بینی نشده متعاقباً در بخش نامه‌های رسمی اعلام می‌گردد.
- تهییه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی.
- فصل الخطاب تمامی موارد پیش‌بینی نشده و تغییرات تخصصی فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و عمومی قوانین جاری کشور است.



## تعریف

فدراسیون بین المللی دوی کوهستان، در سال ۲۰۰۸، به دنبال تغییر فدراسیون ورزش در ارتفاع (که در سال ۱۹۹۵ ایجاد شده بود) شکل گرفت. فدراسیون بین المللی دوی کوهستان که بعد از این ISF نامیده خواهد شد، جهت ارتقاء، ترویج، کنترل و مدیریت ورزش دوی کوهستان و ورزش های چند منظوره مشابه به وجود آمد.

تعهدات ISF در توسعه ورزش "دوی کوهستان" با محترم شمردن محیط زیست، در راستای ارتقاء روابطهای عمومی و شخصی، توسعه آموزشگاه های حرفه ای و پرورش سلامت فیزیکی رقابت کنندگان است. اهداف ISF، مدیریت ورزش دوی کوهستان، روابطها و مسابقات به عنوان یک فدراسیون بین المللی مستقل با هویت قانونی خود است.

- **ISF**: فدراسیون بین المللی «دوی کوهستان»

- **SKYRUNNER**: ورزشکاری که در رشته دوی کوهستان رقابت می کند.

- **SKYRUNNING**: دوی کوهستان؛ رشته دویدن در کوهستان از حداقل ارتفاع ۲۰۰۰ متر از سطح دریا و با میانگین شیب ۶٪ از کل مسیر.

لازم به ذکر است که حداقل ۵٪ از کل مسیر، می بایستی شیب ۳۰٪ داشته باشد و درجه سختی صعود نباید بیش از درجه ۲ مصوبه تعریف شده اتحادیه جهانی کوهنوردی باشد. که در واقع همان در حد صعود ساده در معابر سنگی محسوب می شود. در حین مسابقات استفاده از باتون، کرامپون و دست برای کمک به صعود مجاز است. همچنین؛ در برخی از مسابقات استفاده از دستکش فنی و سایر تجهیزات ممکن است اجباری اعلام شود.

(۱) رشته های دوی کوهستان

رشته های دوی کوهستان به شاخه های زیر تقسیم می شوند:

«اسکای اولترا»، «اسکای اولترالاپ»، «ورتیکال»، «اسکای اسپید»، «ورتیکال رانینگ»، «اسکای بایک» و «اسکای رید» که در ذیل با جزئیات تعاریف آنها آمده است.

- مسیرها می توانند از میان جاده، راه باریک، پاکوب، یخ رفت (مورن)، صخره یا برف باشد.

- بایستی توجه شود که میزان جاده آسفالت نباید بیش از ۱۵٪ کل مسیر باشد.

- در مناطقی که ارتفاع از سطح دریا به ۲۰۰۰ متر نمی رسد، کل مسیر می بایستی شیبی بین ۶٪ تا ۱۲٪ داشته باشد و مسیر تا حداقل ارتفاع موجود در منطقه برسد.

**اسکای** : مسابقاتی با مسافتی بین ۲۰ تا ۴۹ کیلومتر، و با افزایش ارتفاع حداقل ۱۳۰۰ متر است و در مورد روابطهایی که ارتفاع از سطح دریا به بیش از ۴۰۰۰ می رسد، حداقل مسافت را از ۱۰ کیلومتر باید در نظر گرفت.

**اسکای اولترا** : مسابقاتی با مسافت بین ۵۰ تا ۹۹ کیلومتر، و با افزایش ارتفاع حداقل ۳۲۰۰ متر و یا حداقل زمان تعیین شده برای پایان مسابقه تا ۱۶ ساعت باشد.

**ورتیکال** : مسابقات صرفاً در سر بالایی برگزار می شوند و حداقل شیب ۲۰٪ است و بایستی توجه داشت که ۵٪ از کل مسیر می بایستی شیبی بیش از ۳۳٪ داشته باشد. حداقل طول مسیر تعریف شده در شاخه ورتیکال، ۵ کیلومتر است.

**اسکای اسپید** : مسابقاتی با حداقل ۱۰۰ متر افزایش ارتفاع و با شیبی بیش از ۳۳٪

**پله‌نوردی «دویدن عمودی»:** مسابقاتی عمودی بر روی پله‌های داخل یا خارج سالن و با شیبی بیش از ۴۵٪ و حداقل افزایش ارتفاع ۱۰۰ متر است. گفتنی است؛ در این شاخه، رشته‌های متعددی قابل تعریف است و امکان برگزاری رقابت‌های قاره‌ای و قهرمانی جهان را نیز دارد.

**اسکای‌بایک:** مسابقات دوگانه که متشکل از دو بخش ورتیکال کیلومتر، و یا مسابقات اسکای‌رانینگ با دوچرخه یا دوچرخه کوهستان است.

**اسکای‌رید:** مسابقات دوی کوهستان به صورت تیمی، در مسافت‌های طولانی و به صورت ترکیبی با دیگر ورزش‌ها چون دوچرخه، اسکی، سنگ‌نوردی و... .

**اسکای‌اسنو:** مسابقات دوی کوهستانی که حداقل ۷۰٪ مسیر مسابقه بر روی برف انجام گیرد که استفاده از مینی‌کرامپون ضروری است.

اسکای اسنو به دو شاخه تقسیم می‌شود:

-عمودی: مسابقاتی با حداقل مسافت ۵ کیلومتر و با حداقل شیب ۱۵٪.

-کلاسیک: مسابقاتی با حداقل مسافت ۹ کیلومتر و با حداقل متوسط شیب ۳٪ و در مقاطعی تا ۱۰٪ مسافت

\* مسابقات جوانان بایستی حداقل ۵ کیلومتر و با مجموع افزایش ارتفاع ۲۰۰ متر باشد. در این شاخه امکان برگزاری مسابقات قاره‌ای و قهرمانی جهان وجود دارد.

(۲) سطح فنی مسیر دوی کوهستان

از عواملی چون متوسط شیب، ارتفاع، پهنه برف، یخچال‌ها و ... جهت تعیین سطح فنی یک مسیر می‌توان استفاده کرد.  
(۳) سطوح فنی اسکای رانینگ

پارامترهای اضافه مانند متوسط شیب، ارتفاع، مسیرهای برفی، یخچال و غیره می‌توانند در تعریف سطح فنی مسیرها استفاده شوند.

(۴) عنوانین مسابقه دوی کوهستان

(۵) -SKYRACE با تعریف کلی رقابت‌های اسکای رانینگ با حداقل ۲۰ کیلومتر فاصله و ۱۳۰۰ متر صعود عمودی

(۶) -SKYMARATHON -حداقل فاصله ۳۰ کیلومتر و برنده بایستی کل مسیر را زیر ۵ ساعت طی نماید. حداقل ۲۰۰۰ متر صعود عمودی داشته باشد یا به ارتفاع ۴۰۰۰ متر برسد.

(۷) -ULTRA SKYMARATHON -مسابقات بین ۵۰ تا ۹۹ کیلومتر با صعود عمودی بیشتر از ۳۲۰۰ متر

(۸) -VERTICAL KILOMETER -مسابقاتی با ۱۰۰۰ متر صعود عمودی در مسیرهای متغیر و شیب قابل توجه که از ۵ کیلومتر تجاوز نمی‌کند. VERTICAL KILOMETER در سطوح با ارتفاعات مختلف تعریف می‌شود، (با دامنه تغییر +/ -۲۰۰ متر) به عنوان مثال: از ۰ تا ۱۰۰۰ متر، از ۱۰۰۰ تا ۲۰۰۰ متر از ۲۰۰۰ تا ۳۰۰۰ متر. VERTICAL KILOMETER دو و سه برابر هم وجود دارد.

(۹) -SKYSPEED -مسابقاتی با ۱۰۰ متر یا بیشتر صعود عمودی و بیش از ۳۳٪ شیب.

(۱۰) SKYSCRAPER RACING / VERTICAL RUNNING - مسابقات عمودی با شیب بیش از ۴۵٪ روی پله

داخل سالن یا خارج از سالن.

(۱۱) SKYBIKE - مسابقات ترکیبی شامل ترکیب دوچرخه سواری یا دوچرخه سواری کوهستان و

KILOMETER یا رقابت‌های دوی کوهستان.

(۱۲) SKYRAID - مسابقات تیمی دوی کوهستان در فواصل طولانی بصورت ترکیبی با دیگر ورزشها مثل دوچرخه سواری، اسکی،

کوهنوردی و غیره

(۱۳) در مسابقات VERTICAL KILOMETER و SKYRACE زیر ۳۰۰۰ متر ارتفاع و بدون هرگونه سختی کوهنوردی،

محدودیت سنی میتواند پایین تر بیاید.

آئین‌نامه‌های ورودی بایستی در هر مسابقه به طور مجزا مشخص شود و در فرم مخصوص درخواست شرکت در مسابقه نوشته

شده و موافقت و امضا گردد.

(۱۴) رقابت‌های اسکای ریس برای ورزشکارانی که، دارای گواهی ورزشی پزشکی معتبر برای کشوری که مسابقه در آنجا برگزار

می‌شود هستند و یا اعضای فدراسیون ملی ورزش کوهستان آزاد است. در موارد مسابقات خاص (با مسیر دشوار)، لازم است

که شرکت کننده‌ها اثبات کنند که تجربه‌ی دویدن در ارتفاع بالا و یا اسکی کوهستان را دارند.

(۱۵) رقابت‌های ULTRASKYMARATHON در مسیر با مشخصات گردید دو UIAA و یا بالای ۳۳۰۰ متر آزاد است برای

تمام دوندگان با سوابق مناسب اسکای رانینگ، سنگ نوردی و کوه نوردی.



## سازماندهی

- (۱) انجام کلیه مسابقات رسمی در سطح کشوری و سراسری، زیر نظر فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی در سطح استان، زیر نظر هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان و با هماهنگی فدراسیون انجام می شود.
- (۲) انجام مسابقات در سطوح مختلف فقط منوط به اخذ مجوز از فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ج. ا. ایران است.
- (۲-۱) مسابقات می تواند به صورت انفرادی، تیمی برگزار گردد.
- (۳) متقاضی برگزاری (میزبان) می تواند دو تیم (الف و ب) را در هر رده سنی در مسابقات شرکت دهد.
- (۴) تعداد شرکت کنندگان در مسابقات تیمی: هر تیم حداقل ۳ نفر مسابقه دهنده است.
- (۴-۱) هر تیم مجاز است تا در صورت نیاز فقط یک نفر را به عنوان مردی و یا سرپرست اعلام نماید.
- (۴-۲) کلیه ملزمات، شرایط شرکت و حضور، همچنین مدارک مورد نیاز شرکت کنندگان باید حداقل ۲۰ روز قبل از برگزاری مسابقه به صورت کتبی به متقاضی برگزاری اعلام گردد.
- (۵) کلیه هزینه ها (شامل اسکان، پذیرایی، حق الزحمه عوامل اجرایی و ایاب و ذهب و...) را حداقل ۲۰ روز پس از پایان مسابقه ستاد برگزاری به مجریان اعلام و پرداخت می نماید.
- (۶) قبل از شروع مسابقه باید جلسه فنی (جلسه توجیهی) با شرکت رئیس هیئت داوری (رئیس جلسه) سرطراح، ناظر، مدیر مسابقه، مسابقه دهندها، مریبان و سرپرستان برگزار گردد، مواردی که باید در این جلسه مطرح شود، عبارت است از:
- \* این جلسه می باشد به ریاست رئیس هیئت داوری آغاز و پس از شرح چگونگی برگزاری مسابقه و معرفی عوامل اجرایی و تشریح زمانبندی ها از سرطراح دعوت نموده تا نسبت به تشریح مسیر و موارد طراحی شده توضیح و پس از آن رئیس هیئت داوری و پس از پاسخگویی به سوالات، جلسه را به پایان می رساند. این جلسات در شرایط خاص بصورت مجازی برگزاری می شود.
  - \* در مسابقاتی که برنامه افتتاحیه ندارد مدیر مسابقه در جلسه فنی شرکت می نماید و توضیحات جانبی و خارج از مسائل فنی داوری و طراحی را برعهده می گیرد.
  - \* چنانچه نماینده میزبان مانند رئیس هیئت ، دبیر هیئت و یکی از مسئولین در جلسه فنی حضور دارند ، می توانند در مدت زمان حداقل ۵ دقیقه صحبت نمایند ( فقط یک نفر ).
- (۶-۱) اعلام اهداف مسابقه.
- (۶-۲) معرفی عوامل اجرایی.
- (۶-۳) تشریح زمانبندی ها.
- (۶-۴) دعوت به برگزاری مسابقه جوانمردانه (Fair Play).
- (۶-۵) توصیف مسائل داوری و شرح روش امتیازدهی توسط رئیس هیئت داوری.
- (۶-۶) توصیف چگونگی اجرای مسابقه، موارد طراحی توسط سرطراح در صورت عدم حضور ایشان توسط رئیس هیئت داوری توضیحات سرطراح ارائه می شود.
- (۶-۷) اعلام وضعیت اردو، زمان بندی های اردویی و معرفی مسئول آن.
- (۶-۸) توجه دادن به امر بهداشت فردی و محیط.
- (۶-۹) نگهداری از اموال شخصی و عمومی.
- (۶-۱۰) پاسخ به سوالات.
- (۶-۱۱) توجه دادن به مسائل فرهنگی، شرعاً، عرفی و ملی و پرهیز از مسائل حاشیه ای.

(۷) رئوس برنامه های اجرایی در زمان آغاز (برنامه افتتاحیه) به شرح زیر است:

۷-۱) قرائت آیاتی از قرآن.

۷-۲) پخش سروд جمهوری اسلامی ایران.

۷-۳) اعلام برنامه.

۷-۴) سخنرانی یک یا دو نفر از مسئولان ورزشی، اجتماعی یا...

(۸) رئوس برنامه های اجرایی در زمان پایان (برنامه اختتامیه) به شرح زیر است:

۸-۱) قرائت آیاتی از قرآن

۸-۲) پخش سرود جمهوری اسلامی ایران

۸-۳) اعلام برنامه

۸-۴) سخنرانی یک یا دو نفر از مسئولان ورزشی، اجتماعی یا...

۸-۵) اعطای جوایز

۸-۶) اعلام تشکر و پایان مراسم

(۹) فراهم آوردن موارد زیر توسط میزبان و یا نهاد برگزاری:

۹-۱) هماهنگی جهت حضور نفرات اداری، کارکنان ثبت نام، هدایت کنندگان مسابقات، تیم پزشکی، تیم امداد و نجات، تدارکات و پشتیبانی، خبرگزاری و هماهنگی کامل اداری و اخذ مجوز رسمی از نهادها و سازمانهای ذیربسط و مطابق با شرح وظایف میزبان در این شیوه نامه.

۹-۲) سازماندهی به ورودی مسابقات، تهیه دفترچه های راهنمایی و کارت شناسایی (آیدی کارت).

۹-۳) فراهم کردن امکانات پزشکی و آمبولانس.

۹-۳-۱) تشکیل تیم امداد و نجات جهت استقرار آنها در طول مسیر.

۹-۴) فراهم کردن محل اسکان برای ورزشکاران در صورت اعلام قبلی.

۹-۵) فراهم کردن محل مناسب برای عموم تماشاگران و نیز وسایل حمل و نقل مقامات رسمی و خبرنگاران و ورزشکاران، عوامل اجرایی از خوابگاه به محل برگزاری و بالعکس.

۹-۶) کنترل دوپینگ با هماهنگی فدراسیون پزشکی و یا هیات پزشکی ورزشی استان.

۹-۹) فراهم کردن امکانات سرویس بهداشتی.

۹-۱۰) رعایت مسائل زیست محیطی شامل: بهداشت فردی و محیط در تمامی زمان برگزاری مسابقه می باشد رعایت گردد. این ملاحظات می باید مطابق با دستورالعمل کمیته محیط زیست فدراسیون باشد.

۹-۱۱) موارد پیش بینی نشده فقط با هماهنگی فدراسیون انجام می گردد.



## ساختار سازمانی مسابقات

به منظور بهرهوری مناسب از امکانات و استفاده از زمان، ساختار کلی برگزاری مسابقات دوی کوهستان به صورت زیر و به منظور جلوگیری از تداخل مسئولیت‌ها، استفاده بهینه از زمان و همچنین در جهت بالا بردن کیفیت، مدیریت و برنامه ریزی لازم الاجرا است. داشتن هماهنگی و همکاری بین تمامی ارکان مسابقات که منجر به برگزاری بهتر می‌گردد باید مد نظر تمامی افراد حاضر در کادر قرار گیرد.

### ساختار اجرایی مسابقات مسابقات

#### مدیر مسابقات

#### ناظر (سرپرست فنی)

#### میزبان

تدارکات ستادی و فنی، ثبت نام و امور مالی، کادر پزشکی، امداد و نجات،  
تدارکات و پشتیبانی، روابط عمومی، امور فرهنگی، تبلیغات و...

#### تیم طراحی

#### تیم داوری

#### مسابقه دهندگان (ورزشکاران)

#### سرپرست تیم‌ها

#### تماشاگران

## شرح وظایف مدیر مسابقات

### تعريف

مدیر مسابقه: شخصی است که به منظور اداره، مدیریت، سازماندهی و هماهنگی در هر مسابقه بنابر حکم مسئول نهاد برگزاری مسابقه، انتخاب می‌گردد، مدیر مسابقه، بالاترین رکن مدیریت، سازماندهی و هماهنگی هر مسابقه است. در مسابقاتی که توسط استانها، نهادها، سازمان‌ها و یا باشگاه برگزار می‌شود، انتصاب مدیر مسابقات با هماهنگی کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون انجام می‌شود.

### شرایط احراز مدیریت

- ۱- دارا بودن حداقل سن ۲۵ سال تمام، در هنگام صدور حکم مدیریت
- ۲- داشتن تجربه مدیریتی، درایت کافی و توان تصمیم‌گیری به موقع و همچنین سوابق برگزاری مسابقات دوی کوهستان و آشنایی با مباحث کوهنوردی، کوهپیمایی، داوری، طراحی و سوابق درخشنان
- ۳- دارا بودن بیمه ورزشی سال جاری
- ۴- توانایی ایجاد روحیه همکاری و تعاون، خویشتن دار و داشتن نفوذ کلام به منظور افزایش کیفیت مسابقه.
- ۵- دارای حسن شهرت اخلاقی و انضباطی
- ۶- دارا بودن سلامت جسمی و روحی

### شرح وظایف مدیر

- ۱- رعایت کامل قوانین جاری کشور.
- ۲- اشراف به وظایف مدیر مسابقه که در شیوه نامه‌های برگزاری مسابقه به آن اشاره شده است.
- ۳- هماهنگی لازم و کافی با تمامی عوامل برگزاری مسابقه، به ویژه رئیس هیئت داوری و سرطراح و ناظر مسابقه و مراجع مرتبط با موضوع، به منظور تسهیل در اجرای هرچه بهتر مسابقه.
- ۴- مدیر هیچگونه اجازه‌ای در خصوص ورود به مباحث فنی مسابقات را ندارد و فقط می‌تواند پیشنهاد ارائه نماید.
- ۵- پیگیری مکاتبات و انجام امور اداری مربوط به مسابقه.
- ۶- تلاش در آماده‌سازی مکان برگزاری، و تدارک و تجهیز ضروریات مورد نیاز مسابقه، پیش از آغاز تا پایان مسابقه.
- ۷- تهیه گزارش کامل، دقیق و مکتوب از مسابقه، طبق کاربرگ پیوست در این شیوه نامه.
- ۸- بررسی پیشنهادها و نقطه نظرهای دیگر عوامل برگزاری و همچنین شرکت‌کنندگان و اتخاذ تصمیم به موقع و مناسب، منطبق بر شرایط و وضعیت موجود.
- ۹- مدیر مسابقه موظف است تمامی کاربرگ‌ها را از کادر اجرایی (ناظر فدراسیون، رئیس هیئت داوری و سرطراح) جمع آوری نموده و به همراه گزارش خود (حداکثر طرف مدت ۵ روز) به مسئول کمیته مسابقات و لیگ تحويل نماید.
- ۱۰- تهیه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی.
- ۱۱- هماهنگی و پیگیری های اداری با نهادها و سازمان‌های ذیربیط و اخذ مجوزهای لازم.
- ۱۲- مهیا نمودن تمامی الزامات لازم بویژه موارد مربوط به امداد، پزشکی، نجات، تدارکات و ...



## شرح وظایف ناظر (سرپرست فنی) مسابقات

### تعريف

ناظر: ناظر (سرپرست فنی) بالاترین رکن برگزاری مسابقات است که مسئول نظارت دقیق بر کیفیت و کمیت برگزاری مسابقه، و نظر اصلاحی او صاحب و لازم الاجرا است. حکم ناظر بنا بر پیشنهاد مسئول کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و تأیید فدراسیون برای مسابقات رسمی سراسری و کاربردی یا هیئت استان (در مسابقات استانی) صادر می‌گردد.

### شرایط احراز نظارت

- ۱- حداقل ۳۰ سال سن در زمان ابلاغ حکم.
- ۲- تجربه کافی در زمینه موضوع مورد نظارت.
- ۳- داشتن حداقل ۳ دوره سابقه مفید و متنوع در زمینه مورد نظارت.
- ۴- داشتن بیمه ورزشی سال جاری.
- ۵- آشنایی با شیوه نامه‌های برگزاری مسابقات.
- ۶- توانایی مدیریت و رهبری.
- ۷- داشتن حداقل مدرک درجه ۳ طراحی و داوری دوی کوهستان یا درجه ۳ مربیگری کوهپیمایی و کوهنوردی.
- ۸- دارای حسن شهرت اخلاقی و انصباطی.
- ۹- دارا بودن سلامت جسمی و روحی.

### شرح وظایف

- ۱- رعایت کامل قوانین جاری کشور.
- ۲- ناظر فردی مستقل از مسابقه بوده و بر همه امور فنی و غیر فنی آن، نظارت دارد.
- ۳- ناظر می‌باشد بر تمامی قوانین حاکم بر برگزاری مسابقات مورد نظارت نماید.
- ۴- ناظر موظف به پاسخ‌گویی به هیچ یک از عوامل اجرایی مسابقه نیست. همچنین حق دخالت در امور داوری، طراحی و موارد دیگر را تا زمان بروز تخلف ندارد.
- ۵- ناظر می‌باشد درخصوص وظایف محوله کمال دقّت و رعایت تمامی جوانب را بنماید.
- ۶- ارائه نقطه نظرهای لازم و مناسب با نوع مسابقه و مشاوره به مدیر مسابقه، درصورت نیاز.

تبصره ۱: بدیهی است که مدیر مسابقه می‌باشد تا نقطه نظرات ارائه شده از طرف ناظر را به مورد اجرا بگذارد و تبعات حاصل از اجرا یا عدم اجرای نقطه نظرات ناظر، مستقیماً متوجه مدیر و عاملین خواهد بود.

۷- ناظر می‌باشد در تمامی مراحل برگزاری مسابقه، حضور کافی و مؤثر داشته باشد.

- ۸- تهیه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی .
- ۹- ناظر موظّف است تا گزارش کامل نظارت بر مسابقه را طبق کاربرگ‌های پیوست، در پایان مسابقه تهیه و به مدیر مسابقه تحویل نماید.
- ۱۰- ناظر موظّف است تا هنگام شرکت در مسابقه، حکم نظارتی خود را به همراه داشته باشد.
- ۱۱- ناظر موظّف است بالافاصله پس از نهایی شدن نتایج هر مرحله، اسامی نفرات برتر را جهت انتشار در سایت رسمی فدراسیون به مسئول روابط عمومی اعلام نماید.
- ۱۲- در صورت بروز هرگونه حوادث پیش بینی نشده برای رئیس هیئت داوری، ناظر مسئولیت‌های ایشان را برعهده می‌گیرد و بالعکس.
- ۱۳- ناظر در صورت مشاهده موارد خطا در طراحی مسیر و داوری مسابقه می‌بایست موارد را بصورت تذکر به رئیس هیئت داوری و سرطراح اعلام نماید تا نسبت به اصلاح امور اقدام لازم بعمل آید.
- ۱۴- ناظر در صورت عدم اجرای تذکرات مربوطه ناظر به عهده رئیس هیئت داوری است.
- ۱۵- ناظر فدراسیون (سرپرست فنی) در جریان برگزاری مسابقات به تمامی موضوعات تشکیلاتی مرتبط با کمیته رسیدگی می‌نماید. او این اختیار را دارد که از مطابقت خدمات، لوازم و امکانات فراهم شده تو سط میزبان مسابقات (از قبیل ثبت نام رقابت کنندگان و همراهان، لوازم اندازه گیری ارتفاع و ثبت نتایج، پزشک، امکانات مطبوعاتی و دیگر امکانات) با مقررات اطمینان حاصل نماید ناظر فدراسیون (سرپرست فنی) حق حضور در تمامی جلسات که با میزبان مسابقات تشکیل می‌شود را داشته، هم چنین می‌تواند به عنوان مشاور در تمام جلسات هیئت داوری شرکت نماید در هنگام غیبت رئیس هیئت داوری و قبل از ورود او به مسابقه ناظر فدراسیون (سرپرست فنی) از طرف رئیس هیئت داوری وظیفه سازماندهی را در محوطه مسابقه بر عهده دارد تحت شرایط استثنایی ناظر فدراسیون (سرپرست فنی) اختیار دارد در مورد تقاضای اقدامات اضطراری تصمیم گیری نماید، برای مثال تغییر قالب برگزاری مسابقه، این اقدامات به صورت جداگانه توسط کمیته مشخص شده اند او باید گزارشی به تفصیل از مسابقات به کمیته ارائه دهد.
- ۱۵-۲) رئیس هیئت داوری، داور رده بندی، سرطراح و ناظر فدراسیون (سرپرست فنی) به همراه یکدیگر، هیئت داوری مسابقات و کمیته بررسی اعتراضات را تشکیل می‌دهند.



## شرح وظایف میزبان مسابقات

### تعریف

**میزبان:** میزبان مسابقات در قالب یک استان، شهر، سازمان، ارگان، نهاد، باشگاه کوهنوردی مستعدجهت برگزاری مسابقات از مهمترین ارکان مسابقه بوده که باید منطقه مناسب برگزاری و شرایط سختافزاری و نرمافزاری، هماهنگی واذمجوز لازم از سازمان های ذیصلاح و فدراسیون کوه نوردی جهت برگزاری هر چه با کیفیت تر مسابقات را فراهم نماید.

### شرایط احراز میزبانی

- داشتن آگاهی کامل میزبان مسابقات درباره نحوه برگزاری، شرایط قانونی جهت برگزاری و تأمین فضا مناسب (ارتفاعات منطقه مسابقه، خوابگاه و غیره...) جهت برگزاری و داشتن منابع مالی مناسب با توجه به هزینه مسابقات الزامی است.
- نماینده ی تام الاختیار میزبان موظف است در جلسه هماهنگی برگزاری مسابقه که قبل از مسابقه برگزار می گردد، شرکت نماید.
- اعلام آمادگی جهت میزبانی در بهترین شرایط هر سال قبل از تنظیم تقویم سالانه مسابقات فدراسیون است در غیر این صورت مراتب حداقل ۲ ماه قبل از تاریخ برگزاری باید به فدراسیون اعلام گردد.
- دارا بودن مجوزهای مورد نیاز جهت برگزاری با همکاری فدراسیون از ملزمات میزبانی است.
- درآمد هایی که به واسطه فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی منجر به جذب منابع و حمایتگران مالی می شود در اختیار فدراسیون است.

### شرح وظایف

- رعایت و اجرای کامل قوانین جاری کشور و شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان.
- کلیه هماهنگی های داخلی استان با نهادها و سازمان های ذیربطری بر عهده میزبان است. (اخذ مجوز لازم)
- در موارد پیش بینی نشده توافقات فی ما بین میزبان و فدراسیون صاحب است.
- در نظر گرفتن مسائل امنیتی، اینمی کامل و هماهنگی های محلی و استانی مسابقات به عهده میزبان است.
- معرفی افراد شایسته جهت همکاری با کادر رسمی فدراسیون به عهده میزبان است.
- میزبان و زیر مجموعه های میزبان مسابقات هیچگونه اجازه ای در خصوص ورود به مباحث فنی مسابقات را ندارد و فقط میتواند پیشنهاد ارائه نماید.
- حداقل ۱۰ روز قبل از برگزاری مسابقه باید هماهنگی های لازم را جهت اطلاع از سرطراح، رئیس هیئت داوری مشخص شده به عمل آورد.
- میزبان موظف است افراد مورد نیاز جهت انجام پذیرش و ثبت نام مسابقه دهنگان را با هماهنگی رئیس از وظایف مهم میزبان برنامه ریزی جهت تامین و هماهنگی، موارد زیر است:  
تدارکات ستادی و فنی، ثبت نام و امور مالی، کادر پزشکی، امداد و نجات، الزامات پزشکی، روابط عمومی، امور فرهنگی و تبلیغات.
- پذیرایی مناسب در عده و میان عده ها از کادر اجرایی در قبل، حین مسابقات و همچنین تأمین خوابگاه مناسب در حد امکان نزدیک ترین موقعیت به محل برگزاری.
- تأمین محل استقرار، دستمزدها، هزینه های تردد، تهیه و ارائه کاربرگهای مورد نیاز طراحان و داوران و هم چنین تأمین امکانات فنی برای برگزاری مسابقه، بر عهده برگزار کننده است. (تأمین لوازم مورد نیاز مطابق فهرست صفحه ۱۶)
- روال ثبت نام متقاضیان در تمامی مسابقات دوی کوهستان به ترتیب زیر است:  
۱۲-۱) احراز پیش نیازها      ۱۲-۲) تکمیل تمامی کاربرگهای مخصوص مسابقه      ۱۲-۳) دریافت و کنترل مدارک
- دعوت و بکارگیری از طراحان و داوران رسمی دو کوهستان
- جذب و هماهنگی با اسپانسر (حمایت کننده مالی) با توافق فدراسیون
- تهیه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی .



## شرح وظایف زیر مجموعه‌های میزبان مسابقات و یا نهاد برگزاری

### ۱- تدارکات ستادی و فنی:

- \* بطور کل فراهم نمودن شرایط و تهیه و سایل و تجهیزات مورد نیاز جهت برگزاری هر چه بهتر مسابقات را در سه بخش قبل، حین و بعد از مسابقات را به عهده دارد. فراهم نمودن زیر ساخت برگزاری مسابقات اعم از مکان برگزاری، لوازم مربوط به طراحی، داوری، خوابگاه، پشتیبانی، امداد، پزشکی و ... غیره به عهده این ستاد است.

### ۲- ثبت نام و امور مالی:

- \* مسئولیت کنترل مدارک با توجه به مدارک مورد نیاز مندرج در اطلاعیه های مربوط به هر مسابقه و اطمینان از پذیرش تمامی نفرات حائز شرایط شرکت در مسابقات و تنظیم لیست نهایی نفرات شرکت کننده و ارائه آن به کادر داوری را بر عهده دارد.
- \* ثبت نام می‌بایست در حضور و با نظارت رئیس هیئت داوری و ناظر مسابقه انجام شود.
- \* دریافت هزینه هر مسابقه و همچنین پرداخت آن طبق توافقات از پیش تعیین شده به مسئولین ذیصلاح و مسئولیت تمامی دریافت و پرداخت ها به عهده این بخش از ارکان مسابقات است.
- \* تهیه صور تجلیسات مالی مربوط به هزینه ها، ورودی ها، درآمدها، اعتراض مسابقات، استعلام قیمت ها و ...

### ۳- کادر پزشکی:

- \* معاينه نفرات مسابقه دهنده و دادن مجوز شرکت در مسابقه.
- \* با حضور به موقع در تمامی مراحل مسابقات نسبت به درمان سریع و موثر در صورت بروز آسیب دیدگی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات اقدام می‌نمایند.
- \* هماهنگی جهت استقرار تیم امداد و نجات در نقاطی که امکان دسترسی به آمبولانس و امدادرسانی زمینی و هوائی مناسب میسر باشد.

### ۴- روابط عمومی، امور فرهنگی و تبلیغات:

- \* رعایت و اشاعه امور فرهنگی منطبق بر سیاست های جاری کشور، وزارت ورزش و جوانان، فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و اداره کل ورزش و جوانان استان.
- \* تمامی مسائل مربوط به هماهنگی های اداری، اخذ مجوزهای مورد نیاز، اطلاع رسانی در سه برهه زمانی (قبل، حین و بعد از مسابقات) دعوت از مدعوین و مسئولین، مجری گری سالن، ارتباط با سایت ها، خبرنگاران و برگزاری مراسم افتتاحیه و اختتامیه را بر عهده دارد.
- \* در موارد پیش بینی نشده نظر فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی صاحب است.
- \* مدیریت و کنترل میدانی توسط سرپرست انجام می شود و هر گونه نقصان و کسری می بایست در زمان مقتضی به میزبان و یا مسئول بالادست اطلاع داده و پیگیری شود.



## فهرست لوازم و تجهیزات مورد نیاز برگزاری و میزبانی مسابقات دوی

ردیف	لوازم مورد نیاز	ملاحظات
۱	تهیه فایل صوتی قرآن مجید و سرود ملی	
۲	آی دی کارت (کارت اجرایی کادر، مسابقه دهندان، سرپرست ها و...)	
۳	سنjac قفلی برای نصب شماره به لباس شرکت کنندگان به تعداد مورد نیاز	
۴	یکدستگاه لپ تاپ مجهز به نرم افزارهای MS Office	
۵	یک دستگاه چاپگر و ملحقات سخت افزاری و نرم افزاری (یک عدد کارت برجی اضافی)	
۶	سیم سیار بلند و چندرادی برق به تعداد لازم	
۷	دستگاه پخش صدا و موسیقی	
۸	موسیقی مناسب (بدون کلام)	
۹	لوازم تحریر (خودکار، مازیک، منگنه دیواری، چسب نواری شیشهای پهن، چسب مایع، چسب پارچه ای، تخته وايت برد، قیچی، کاغذ در قطع A4، سنjac قفلی، استامپ، کاور دکمه دار A4، مداد و...)	
۱۰	چسب نواری رنگی پهن در رنگ های مختلف، از هر رنگ ۴ حلقة	
۱۱	حداقل ۵ عدد میز و صندلی جهت عوامل ثبت نام	
۱۲	صندلی یا سالن دارای صندلی به تعداد شرکت کنندگان جهت جلسه فنی	
۱۳	سکوی قهرمانی برای اختتامیه (با توجه به شرایط محیطی محل اختتامیه)	
۱۴	مدال، احکام قهرمانی و گواهی شرکت در مسابقه، سینی اهدای مدال	
۱۵	ملزومات پزشکی، امداد و نجات	
۱۶	لباس یک شکل برای کادر برگزاری شامل داوران، طراحان و...	
۱۷	حداقل دو عدد دوربین فیلم برداری، دوربین عکاسی و لیزر (یک دستگاه)	
۱۸	تهیه و تأمین تعزیه، خوابگاه، رفت و آمد کادر و عوامل اجرایی، ورزشکاران و سرپرستان، مریبان و ناظر مسابقه.	
۱۹	تهیه شماره جهت شرکت کنندگان در ابعاد ۱۵ * ۲۰ سانتیمتر با رنگ منطبق با شرایط جوی منطقه و متن خوانا به ازای هر شرکت کننده دو عدد (قطع A5)	
۲۰	تکثیر از فرم خام ثبت نام، گزارش سر طراح، گزارش ناظر، اعلام نظر داوران و... به تعداد مورد نیاز	
۲۱	تهیه و تدارک پرچم سه گوش ریسه ای الوان و نوار در ابعاد ۱۰ * ۵۰۰ سانتیمتر به رنگ فسفری جهت آماده سازی محوطه شروع و خط پایان (بنر شروع و پایان ۲۰۰ * ۴۰ سانتیمتر).	
۲۲	پرچم تعیین مسیر حرکت در ابعاد ۲۰ * ۳۰ سانتیمتر ترجیحاً در رنگهای قرمز، نارنجی، فسفری، سبز (بستگی به شرایط اقلیمی منطقه)	
۲۳	پرچم تعیین محل استقرار داوران در ابعاد ۳۰ * ۲۰ سانتیمتر	
۲۴	تهیه و تأمین عده غذایی جهت شرکت کنندگان و کادر اجرایی و برقراری ایستگاه های امدادی، آب و مواد غذایی	
۲۵	بی سیم و یا تاکی واکی	

\* نشانه، علامت گذاری و پرچم راهنمای مسیر متناسب با شرایط منطقه و همچنین می تواند نوآوری فنی و استاندارد مورد تأیید کمیته مسابقات و لیگ این فدراسیون باشد.



## شرح وظایف تیم طراحی مسابقات

۱. فدراسیون یانهاد برگزارکننده باید سرطراح را مطابق با آخرین نتیجه بازآموزی منصوب نماید. وظایف سرطراح شامل موارد زیرمی‌شود:
  ۲. رعایت کامل قوانین جاری کشور.
  ۳. رعایت حد و حدود مسائل شرعی، فرهنگی، اخلاقی، عرفی و فرهنگی.
  ۴. مسئولیت طراحی و تیم طراحی مسابقه بر عهده سرطراح (مدیر مسیر) است.
۵. مدیر مسیر، مسئول مسیر مسابقه، طراحی، علامت‌گذاری، تعیین نقاط کنترل، ایستگاههای کمک رسانی و تدارکات وغیره است. این وظایف شامل مسئولیتهای زیست محیطی و همینطور مسئول ایمنی تمام جوانب مسابقه، نقاط پرخطر، خدمات رسانی پزشکی در موقع اضطراری، تعیین محل نقاط خروج و غیره برای شرکت کننده‌ها و تماساگرها است.
۶. سرطراح با هم‌فکری اعضای تیم طراحی، پیش‌از رویداد درباره تمامی امور مربوط به طراحی و پرچم گذاری و نگهداری مسیر انجام وظیفه می‌نماید. سرطراح، مسئول کنترل استانداردهای فنی و ایمنی طول مسیر است، به ریس هیئت داوری در مسائل فنی مربوط به مسیر مسابقه مشاوره می‌دهد، به تهیه نقشه مسیر کمک کرده، و محل قرارگیری مستند سازان، تیم‌های امداد را به داوران توصیه می‌کند.
۷. سرطراح ملزم است گزارشی درباره مسابقات و هر یک از طرح‌های کارورز حاضر در مسابقه، که مراحل نهایی دوره آموزشی خود را می‌گذرانند، به فدراسیون ارائه نماید.
۸. سرطراح موظف است در جلسه فنی (جلسه توجیهی) برگزاری مسابقه که قبل از مسابقه برگزار می‌گردد، شرکت نماید.
۹. مسئولیت کامل و در نظر گرفتن ایمنی مسیرها در کلیه مراحل مسابقه به عهده سرطراح و تیم طراحی است.
۱۰. هماهنگی کارکمک‌طراحان، اطمینان پیدا کردن از فعالیت صحیح ایشان و مسئولیت رعایت اقدامات احتیاطی ایمنی مسابقه.
۱۱. پوشیده یا نگه داشتن مسیر مراحل، قبل از شروع مسابقه.
۱۲. سرطراح موظف است در پایان مسابقه تمامی تجهیزاتی را که در ابتدای مسابقه تحويل گرفته است با هماهنگی و نظارت مدیر مسابقه به مسئول پشتیبانی تحويل نماید.
۱۳. سرطراح مسابقه باید پس از انتصاب، از فرد یا افرادی آموزش دیده برای همکاری بعنوان طراح دعوت نماید. بدیهی است مسئولیت اصلی در هر زمینه‌ای بر عهده سرطراح مسابقه خواهد بود.
۱۴. کلیه‌ی طرح‌های موظف به حفظ و نگهداری تجهیزاتی که در اختیار آنان قرار داده شده هستند.
۱۵. در صورت بروز هرگونه حوادث پیش‌بینی نشده برای سرطراح در مسابقات رسمی، فرد جایگزین با پیشنهاد ناظر مسابقات و تایید کمیته مسابقات و لیگ انتخاب می‌شود.
۱۶. طرح‌های موظف به حفظ اموال عمومی، رعایت بهداشت فردی و محیط و همکاری تمام عیار با نهاد برگزاری و میزبان در طی برگزاری مسابقه است.
۱۷. چینش و برچینی تجهیزات طراحی بر عهده تیم طراحی است.
۱۸. هماهنگی کامل سرطراح با مدیر، ناظر، رئیس هیئت داوری مسابقات.
۱۹. استفاده از پوشک مناسب عرف و شرع و مطابق بخشانه‌های مربوطه.
۲۰. عدم تشویق، اطلاع رسانی، تبلیغ له و علیه مسابقه دهنگان، مردمیان، سرپرستان و میزبان.
۲۱. سرطراح ضمن مshortت با اعضای تیم طراحی که پیش از مسابقه تو سط میزبان تعیین شده اند در مورد کلیه‌ی امور مربوط به طرح و برنامه، شامل طراحی مسابقه و تجهیزات موردنیاز، مطابق با مقررات انجام وظیفه می‌نماید او مسئول کنترل استانداردهای فنی و ایمنی بوده، نظرات رئیس هیئت داوری در ارتباط با مسائل فنی در محدوده مسابقه، تامین می‌نماید. سرطراح ملزم است گزارشی در مورد مسابقات و گزارشی در مورد هر یک از سرطراحان کارآموز حاضر در مسابقه که مراحل نهایی آموزشی خود را می‌گذرانند، به کمیته ارائه نماید.



## لوازم مورد نیاز انفرادی تیم طراحی

ردیف	شرح
۱	کفش مناسب مسابقه و فصل
۲	دستکش کار
۳	لوازم التحریر
۴	دوربین عکاسی
۵	دوربین دو چشمی
۶	پوشاسک مناسب فصل و لوازم شخصی
۷	نقشه منطقه
۸	- تلفن همراه - پاور بانک
۹	سوت
۱۰	هدلامپ
۱۱	کوله پشتی، کیسه خواب، زیرانداز
۱۲	باتون، قمقمه، فلاسک، کیت کمکهای اولیه، کرنومتر، کاور ضد آب برای نوشت افزار
۱۳	لیزر

## لوازم مورد نیاز عمومی تیم طراحی

ردیف	شرح
۱	پرچم تعیین مسیر حرکت در ابعاد $30 * 20$ سانتیمتر و یا علامت‌ها و نشانه‌های قابل دید ترجیحاً در رنگهای قرمز، نارنجی، فسفری، سیز (بستگی به شرایط اقلیمی منطقه)*
۲	چادر جهت برپایی ایستگاه‌های امدادی (ماین مسیر)، خط شروع و پایان به تعداد لازم
۳	لیزر، دوربین عکاسی و فیلمبرداری (همراه با ملزومات مربوطه)، GPS
۴	کاور شناسایی تیم طراحی
۵	بی‌سیم و یا تاکی واکی - امکانات ترابری

- \* رجوع به فهرست لوازم مورد نیاز برگزاری و میزبانی مسابقات
- \* نشانه، علامت‌گذاری و پرچم راهنمای مسیر متناسب با شرایط منطقه و همچنین می‌تواند نوآوری فنی و استاندارد مورد تأیید کمیته مسابقات و لیگ این فدراسیون باشد.



## شرح وظایف تیم داوری مسابقات

### تعريف

تیم داوری: تیم داوری مسئول قضایت و رده بندی عادلانه را بر عهده دارد. کلیه ای مراحل مسابقات می باشد با رعایت عدالت کامل با شرایط یکسان و منطبق بر قوانین بین المللی قضایت شود.

### شرح وظایف رئیس هیئت داوری

نقش هیئت داوری مسابقه تصمیم گیری با در نظر گرفتن تمام مسائل مرتبط با مسابقه با لحاظ کردن شرایط آب و هوایی نامساعد، پیدا کردن راه حل هایی برای رفع اختلافات، بررسی و تعیین تکلیف اعترافات و شکایات، اطمینان دادن بر استاندارد بودن مسابقات و رتبه بندی ها، تضمین برگزاری سالم و جوانمردانه مسابقات و تصمیم گیری در مورد هرگونه سوالی که ممکن است در مورد نواقص و غیر شفاف بودن مسابقه بوجود آید، است.

۱- رعایت حد و حدود مسائل شرعی، فرهنگی، اخلاقی، عرفی و اجتماعی.

۲- رعایت کامل قوانین جاری کشور.

۳- رئیس هیئت داوری، مسئولیت همه جنبه های مسابقه و تیم داوری را بر عهده دارد.

۴- رئیس هیئت داوری، مسئولیت کامل فضای مسابقه را بر عهده دارد. این مسئولیت، محدوده فعالیت خبرنگاران و سایر مسئولانی را که میزبان مسابقات معرفی می نماید نیز شامل می شود.

۵- رئیس هیئت داوری، سرپرستی تمامی جلساتی را که با مسئولان فدراسیون و مسئولان برگزاری و همچنین تمامی جلسات فنی که با میزبان مسابقات، مسئولان تیمها و مسابقه دهندگان تشکیل می شود را نیز بر عهده دارد.

۶- اگرچه رئیس هیئت داوری معمولاً نقش قضایی را در مسابقات بر عهده ندارد، اما می تواند در هر زمانی که لازم دانست، یکی از وظایف داوری را که معمولاً داور رده بند، یا دیگر داوران بر عهده دارند، انتخاب نموده و انجام دهد.

۷- رئیس هیئت داوری ملزم است گزارشی تفصیلی درباره مسابقه و هریک از داوران کارآموز حاضر در مسابقه که مراحل پایانی دوره آموزش های داوری خود را می گذرانند، به فدراسیون ارائه دهد.

۸- نقش و وظیفه هیئت داوری: نقش هیئت داوری مسابقه تیم داوری مسئول مراحل مرتبط با مسابقه با لحاظ کردن شرایط آب و هوایی نامساعد، پیدا کردن راه حل هایی برای رفع اختلافات، بررسی و تعیین تکلیف اعترافات و شکایات، اطمینان دادن بر استاندارد بودن مسابقات و رتبه بندی ها، تضمین برگزاری سالم و جوانمردانه مسابقات و تصمیم گیری در مورد هرگونه سوالی که ممکن است در مورد نواقص و غیر شفاف بودن مسابقه بوجود آید، است.

۹- رئیس هیئت داوری مسئول حفظ اینمی مراحل مختلف مسابقات و ایجاد رقابت سالم و جوانمردانه است. بازرسی هر مسیر و حصول اطمینان از اینم بودن آن پیش از شروع مسابقه بر عهده رئیس هیئت داوری است. (در صورت وجود هرگونه مشکل می تواند فوراً مسابقه را متوقف کند).

۱۰- اطمینان از اینکه پژوهش، تیم امدادی، مسابقه یا مسابقه دهندگان، داوران مسیر و عوامل اجرایی آماده است.

۱۱- کنترل منطقه قرنطینه و منطقه فراخوانی و اطمینان از اینکه همه چیز مطابق قوانین و آیین نامه ها است.

۱۲- رئیس هیئت داوری موظف است در پایان مسابقه تمامی تجهیزاتی را که در ابتدای مسابقه تحويل گرفته است با هماهنگی و نظارت مدیر مسابقه به مسئول پشتیبانی تحويل نماید.

۱۲- در صورت بروز هرگونه حوادث پیش بینی نشده برای رئیس هیات داوری در مسابقات رسمی فدراسیون، فرد جایگزین با پیشنهاد ناظر مسابقه و تایید کمیته مسابقات و لیگ انتخاب می شود.

۱۳- هماهنگی کامل با مدیر، ناظر و سر طراح مسابقات.

۱۴- رسیدگی به اعتراضات که پس از دریافت برگ اعتراض و مبلغ مربوطه (معادل با ورودی مسابقه) به اتفاق ناظر و در صورت نیاز سرطراح انجام می شود.

### شرح وظایف تیم داوری

۱- داوران می بایست در ساعت مقرر در محل مسابقه حضور پیدا کنند.

۲- کلیه داوران موظف به حفظ و نگهداری تجهیزاتی که در اختیار آنان قرار داده شده هستند.

۳- رعایت جدول زمانبندی و اجرای به موقع مراحل مسابقه، در بخش داوری از الزامات تیم داوری است.

۴- همراه داشتن پوشش و تجهیزات انفرادی برای داوران الزامی است. (نوشت افزار، زمان گیر، سوت، جلیقه رسمی و....)

۵- در مسابقاتی که فدراسیون میزبانی مسابقه را بر عهده دارد، انجام پذیرش و ثبت نام مسابقه دهنده‌گان بر عهده تیم داوری است

۶- داوران موظف به حفظ اموال عمومی، رعایت بهداشت فردی و محیط و همکاری تمام عیار با نهاد برگزاری و میزبان در طی برگزاری مسابقه می باشند.

۷- چینش و بر چینی تجهیزات داوری بر عهده تیم داوری می باشد.

۸- استفاده از پوشش مناسب شرع و عرف.

۹- عدم تشویق، اطلاع رسانی و تبلیغ له و علیه مسابقه دهنده گان، مریبان و سرپرستان.

۱۰- در خط پایان دوربین فیلمبرداری برای ثبت رنکینگ Ranking نفرات الزامی است.

۱۱- برای رده بندی نفرات و ثبت نتایج حتماً می بایست ۲ نفر داور به همراه دستگاه زمان گیر در خط پایان مستقر باشند.

۱۲- داوران مسابقه

۱۲-۱) قضاوی و داوری عادلانه، حسن خلق، روی گشاده، صراحة بیان، قاطعیت و شفافیت در تصمیم‌گیری مسابقه براساس مقررات و آیین نامه های موضوعه از وظایف و شرایط داوری مسابقه خواهد بود.

۱۲-۱-۱) عضویت رئیس هیأت داوری در بخش از ضباطی، در صورت نیاز، رئیس هیأت داوری می تواند یک نفر از داوران را به عنوان نماینده خود معرفی نماید.

۱۲-۱-۲) زمان مناسب و نداشتن خطا، مبنای امتیاز در مسابقه است. بهترین زمان با رعایت قوانین مطرح در این آیین نامه محسوب می گردد.

۱۲-۱-۳) داوران مسابقه، درباره منطقه و طراحی مسیر اطلاعات لازم را، در جلسه هم آهنگی قبل از آغاز مسابقه، کسب خواهند کرد. یک مسابقه شامل داوران ذیل است:

۱۲-۱-۴) داوران منطقه آغازین (استارت)

۱۲-۱-۵) داوران مسیر مسابقه

۱۲-۱-۶) داوران خط پایان

۱۲-۱-۷) رئیس هیئت داوری مسابقه

۱۲-۲) داور رده بندی شرکت کنندگان (Grouping Judge)

۱۲-۲-۱۲) داور ثبت زمان (داور رده بند)

۱۲-۲-۲) وظیفه وی تفکیک شرکت کنندگان در گروه های مشخص شده، براساس شماره شرکت کنندگان و فرم گروه بندی و هدایت آنان به منطقه بازبینی تجهیزات است.

(۱۲-۳) داور بازبینی تجهیزات (Control Judge)

(۱۲-۳-۱) وظیفه وی بازبینی لوازم و تجهیزات شرکت کنندگان براساس بخشنامه ابلاغی است.

(۱۲-۴) داور منطقه عبور (Transit Area Judge)

(۱۲-۴-۱) رویت کارت مجوز و مشخصات شرکت کننده، مشاهده شماره و گروه وی و هدایت هر گروه با توجه به علامت داور آغازگر به منطقه

آغازین، با فاصله زمانی مشخص، وظیفه داور منطقه عبور است.

(۱۲-۵) داور آغازگر (Starter)

(۱۲-۵-۱) نظارت بر آرایش شرکت کنندگان در خط شروع، هم آهنگی با داوران خط پایان برای ثبت زمان و اعلام زمان شروع، با علامتی مشخص، از وظایف وی است.

(۱۲-۵-۲) هر گونه تخلف از مقررات و انجام خطاهای مهم در این مرحله، منجر به حذف خاطی از دور مسابقه خواهد شد و در پایان نیز جریمه ای تیمی برای تیم خطکار محاسبه می‌گردد.

(۱۲-۶) داوران مسیر مسابقه (Check Point)

(۱۲-۶-۱) تعداد داوران مسیر مسابقه و تنوع آن متغیر بوده و وظیفه داوران نظارت بر کوه پیمایان در طول مسیر و ثبت امتیازات مثبت و منفی هر یک با قید کد خطای انجام شده و شماره شرکت کننده خاطی و استخراج مجموع امتیازات هر شرکت کننده است. ضروری است نتایج حاصل در اسرع وقت به داوران خط پایان اطلاع داده شود.

(۱۲-۶-۲) بدیهی است تعداد و محل استقرار داوران مسیر باید به گونه‌ای انتخاب شود که شرکت کنندگان در تمام طول مسیر در معرض قضاوت باشند.

(۱۲-۷) داوران خط پایان، داور قرائت زمان

(۱۲-۷-۱) قبل از شروع مسابقه، زمان سنج این داور با داور آغازگر، هم زمان (Synchronize) و هم آهنگ می‌شود. این داور به محض عبور شرکت کننده از خط پایان زمان و شماره وی را اعلام می‌نماید تا داوران ثبت زمان آن را ثبت کنند.

(۱۲-۷-۲) این داور یک نفر است ایشان موظف اند زمانی را که داور قرائت زمان اعلام می‌نماید. در جدول و ردیف مربوط به هر شرکت کننده ثبت کنند.

(۱۲-۷-۳) استفاده از ابزارهای تصویربرداری با زمان سنج دقیق در محل خط پایان، علاوه بر کاهش خطاهای داوری، امکان بررسی مجدد مسابقه را نیز فراهم می‌آورد.

(۱۲-۸) رئیس هیئت داوری (Judge Leader)

(۱۲-۸-۱) رئیس هیئت داوری به عنوان داور آزاد، ضمن نظارت دقیق بر نحوه انجام یکایک مراحل مسابقه، می‌تواند در هر یک از مناطق رقابت به امر قضاوت نیز پردازد.

(۱۲-۸-۲) نتایج و تمامی کاربرگ‌های داوری می‌باشد به تایید رئیس هیئت داوری برسد.

(۱۲-۸-۳) در صورت استخراج نهایی نتایج با رایانه نیز نتیجه حاصل می‌باشد با امضای رئیس هیئت داوری به مدیر مسابقه ارائه گردد.

(۱۲-۸-۴) در صورت بروز تخلف و ارسال شکایت نامه به ستاد اجرایی مسابقه، پس از پایان مسابقه، در جلسه‌ای با حضور رئیس هیئت داوری، سر طراح و ناظر فنی فدراسیون کوه نوردی قضاوت و بررسی لازم انجام پذیرفت و رأی نهایی اعلام می‌گردد.

(۱۲-۸-۵) رئیس هیئت داوری، مسئولیت کامل منطقه مسابقه را به عهده دارد؛ این منطقه مشخصاً شامل منطقه فراخوانی (ترانزیت) و محدوده مسابقه است. این مسئولیت محدوده فعالیت خبرنگاران و سایر مسئولان معرفی شده توسط میزبان مسابقات را نیز شامل می‌شود. مسئولیت همه جانبیه رئیس هیئت داوری تمام جنبه‌های جریان مسابقه را در بر دارد. رئیس هیئت داوری، سرپرستی کلیه جلساتی را که با مسئولان کمیته و مسئولان برگزاری، و تمامی جلسات فنی که با میزبان مسابقات، مسئولان تیم‌ها و مسابقه دهنگان تشکیل می‌شود را بر عهده دارد.

اگرچه رئیس هیئت داوری معمولاً نقش قضاوتی را در مسابقات به عهده ندارد، او می‌تواند در هر زمانی که لازم دانست یکی از وظایف داوری

**فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

را که معمولاً داور رده بندی، یا دیگر داوران به عهده دارند انتخاب نموده و انجام دهد. رئیس هیئت داوری مسئول توجیه داوران آن مسابقه در به کارگیری قوانین مسابقات با توجه به اختیاراتشان پیش از آغاز مسابقه است. رئیس هیئت داوری ملزم است گزارشی را به تفصیل در مورد مسابقات و هر یک از داوران کارآموز حاضر در مسابقه که مراحل پایانی آموزش های داوری خود را می گذراند، به کمیته ارائه دهد.

(۱۳) داور رده بندی و ثبت نتایج

(۱۳-۱) داور رده بندی را کمیته صعودهای ورزشی و برای کمک به رئیس هیئت داوری، در تمام زمینه های داوری یک مسابقه منصوب مینماید. داوران رده بندی اضافه نیز می توانند در یک مسابقه به کار گرفته شوند. کمیته همچنین ممکن است داوران کارورزی که در حال گذراندن مراحل پایانی آموزش عملی خود هستند را برای کمک به داور رده بندی در انجام وظایف داوری اش تعیین نماید داور رده بندی مسئول اعلان و انتشار عمومی لیست های شروع و نتایج، اعتراضات و هر گونه تغییرات مهم در ارتباط با برنامه مسابقات است.

(۱۳-۲) داور رده بندی در انجام وظایف داوری اش به وسیله داوران مسیب که تو سط میزبان مسابقات منصوب شده اند، همراهی می شود. وظیفه اصلی داوران قضاویت در مورد عملکرد مسابقه دهنده‌گان است تمامی داوران باید اطلاعات کاملی از قوانین فنی و مقررات حاکم بر مسابقات مصوب کمیته داشته و به وظایف شان آگاه باشند؛ و مستقیماً زیر نظر داور رده بندی و ثبت و نتایج انجام وظیفه نمایند.



## لوازم مورد نیاز انفرادی تیم داوری

ردیف	شرح
۱	کفش مناسب مسابقه و فصل
۲	پوشاسک مناسب فصل و لوازم شخصی
۳	لوازم التحریر
۴	دوربین دو چشمی
۵	کرنومتر (زمان گیر)
۶	وسیله ارتباطی (بی سیم / تلفن همراه / پاور بانک)
۷	هد لامپ، سوت
۸	قمقمه، فلاسک، باتون
۹	کوله پشتی، کیسه خواب، زیرانداز
۱۰	کیت کمکهای اولیه، نقشه منطقه
۱۱	تحته شاسی، کاور ضد آب نوشت افزار، لیزر

## لوازم مورد نیاز عمومی تیم داوری

ردیف	شرح
۱	کاربرگ‌های ثبت امتیاز (برای داوران خط استارت، مسیر و خط پایان)
۲	چادر جهت برپایی ایستگاه‌های امدادی، شروع و پایان به تعداد لازم.
۳	تهییه و تأمین تیم پزشکی، امداد و نجات و آمبولانس (زمینی، هوایی)، کیف کمکهای اولیه، امکانات ترابری
۴	لیزر، دوربین عکاسی، فیلمبرداری (همراه با ملزمات مربوطه)
۵	کاور شناسایی تیم داوری
۶	بی‌سیم، GPS

\* رجوع به فهرست لوازم مورد نیاز برگزاری و میزبانی مسابقات



## شرح وظایف مسابقه دهنده‌گان (ورزشکاران)

### تعریف

مسابقه دهنده: شخصی است که به صورت انفرادی یا تیمی جهت انجام رقابت در فضای مسابقه اعلام حضور می‌نماید.

### شرح وظایف

- ۱- رعایت کامل قوانین، شیوه‌نامات شرعی و عرفی، فرهنگی و اخلاقی، بخش‌نامه‌ها و دستورالعمل‌های ذیربطری قبل، حین و پس از مسابقه الزامی است.
- ۲- همکاری و همکاری جهت برگزاری تمام عیار مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.
- ۳- شرکت کنندگان شخصاً موظف به کسب اطلاع کامل از قوانین و برنامه مسابقات هستند) عدم اطلاع از قوانین منجر به سلب مسئولیت از مسابقه دهنده‌گان نمی‌شود.
- ۴- استفاده از لوازم و تجهیزات دارای استاندارد به عهده شرکت کنندگان است.
- ۵- مسابقه دهنده‌گان موظف به همراه داشتن پوشاسک مناسب لوازم و تجهیزات مطابق با بخش‌نامه هستند.
- ۶- اگر مسابقه دهنده‌ای در زمان نوبت شروع خود تجهیزات مناسب را به همراه نداشته باشد اجازه شروع تلاش در مسیر را نداشته از دور رقابت‌ها حذف خواهد شد.
- ۷- مسابقه دهنده موظف به پوشاندن هرگونه خالکوبی بوده و از انجام اعمالی که مورد تایید عموم و جامعه است، خودداری نموده.
- ۸- کلیه مسابقه دهنده‌گان و مسئولین تیم‌ها شخصاً مسئول عملکرد و رفتار خود هستند.
- ۹- در صورت بروز مشکلات انسباطی شخص خاطی به کمیته انصباطی ارجاع داده می‌شود.
- ۱۰- حضور و ورود به موقع از محوطه مسابقه در هر یک از مراحل مسابقه (افتتاحیه و اختتامیه) به عهده شرکت کنندگان است.
- ۱۱- ارائه مدارک مطابق با اطلاعیه مربوط به مسابقه در زمان پذیرش الزامی است.
- ۱۲- تمامی مسابقه دهنده‌گان موظف به رعایت نکات عدم استفاده از مواد نیروزا هستند.
- ۱۳- در هر زمان و هر مرحله از مسابقات، مسابقه دهنده‌گان باید همکاری لازم با کادر پزشکی برای اثبات عدم استفاده از مواد نیروزا را داشته باشند.
- ۱۴- اعتراض به هر یک از مراحل مسابقه، می‌بایست توسط ورزشکار و یا سرپرست رسمی وی با ذکر نام و شرح اعتراض، در خط پایان و یا در مدت زمان حداقل ۵ دقیقه از زمان انتشار نتایج موقت، نوشته و امضاء شده و مبلغ ورودیه بابت حق اعتراض پرداخت گردد که در صورت تأیید اعتراض توسط هیئت داوری به ایشان عودت داده خواهد شد در غیر این صورت ثبت و ضبط می‌گردد.
- ۱۵- مسابقه دهنده‌گان موظف به نصب شماره‌های تهیه شده توسط میزبان در حین مسابقه هستند.
- ۱۶- همراه داشتن کارت ملی و بیمه ورزشی سال جاری الزامی است.
- ۱۷- رعایت کامل مفاد بخش‌نامه‌های مربوطه الزامی است.
- ۱۸- رعایت بهداشت فردی و محیطی الزامی است.
- ۱۹- مسابقه دهنده‌گان موظف به تکمیل فرم پذیرش و ثبت نام و ارائه مدارک درخواستی هستند.
- ۲۰- مسابقه دهنده موظف به حفظ اموال عمومی و همکاری تمام عیار با نهاد برگزاری و میزبان در طی برگزاری مسابقه است.
- ۲۱- حضور ورزشکاران در جلسه فنی الزامی است.
- ۲۲- لازم است ورزشکاران بیمه شخصی (فدراسیون پزشکی) و بیمه شخص ثالث دارای اعتبار داشته باشند.

۲۳- بیان هر گونه شعار یا عبارتی سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پی گرد قانونی دارد و نیز استفاده از عبارات موهون و زننده برای تشویق فردی یا تیمی مسابقه‌دهندگان ممنوع است.

۲۴- لباسها و تجهیزات- رقابت کننده‌ها باید لباس و تجهیزی که در قوانین مسابقه از طرف برگزارکنندگان مشخص شده را بپوشند و یا همراه داشته باشند. جهت تضمین امنیت شرکت کنندگان، این اقلام بایستی با ملزومات تعیین شده تطابق داشته و در شرایط درست و بی عیبی باشند. لباسهای زشت و جلف مجاز نیستند. رئیس هیئت داوران این حق را دارد که هر تجهیزی را که معیوب و یا ناقص تشخیص داده شده رد کند.

۲۵- تجهیزات اضافی- علاوه بر قوانین فردی مسابقات، ممکن است داشتن اقلامی مانند انواع لباسهای چسبان، دستکش، کیسه آب، کلاه، عینک، چراغ پیشانی و غیره با توجه به شرایط مسیر و یا شرایط آب و هوایی مطابق با قوانین ISF جهت استفاده مورد نیاز باشند. در مسابقات Sky Ultra استفاده از ژاکت ضد باد، کفش دوی کوهستان مناسب و جوراب ضروری است. لزوم استفاده از این اقلام بایستی قبل از هر مسابقه اعلام و در جلسه فنی (توجیهی) با جزئیات شرح داده شود.

۲۶- استفاده از باتونها توسط هر برگزارکننده مسابقه مشخص می‌شود که آیا در طول تمامی مسیر مسابقه آزاد است یا اینکه در بعضی قسمتهای خاص آزاد است یا اینکه کلا ممنوع است. تبعیت از نحوه استفاده از باتونها اجباری است. (اعلام آن در جلسه فنی)

۲۷- نقاط بازرسی- رقابت کننده‌ها باید از تمامی نقاط بازرسی تعیین شده عبور کنند برای اینکه ترتیب ورود و زمانها می‌تواند برای رتبه بندی لحاظ شوند و در صورت کنسل شدن مسابقه به لحاظ مسائل ایمنی استفاده شوند.

۲۸- هدایت مسابقه رقابت کننده‌ها - در طول مسابقه، رقابت کننده‌ها باید به قوانینی که در ادامه ذکر می‌شود، وفادار باشند:

۲۹- رقابت کننده‌ها باید عالیم قابل رویت مسیر مسابقه را دنبال کنند و از تمام نقاط بازرسی عبور کنند و نباید در طی مسابقه از شعاع ۱۰۰ متری ایستگاههای کمکی و پشتیبانی بیرون بروند.

۳۰- رقابت کننده‌ها ممکن است خودشان به صورت داوطلبانه از مسابقه کنار بروند یا از طرف مدیر مسابقه و یا توسط کادر پزشکی حاضر، مجبور به کناره گیری از مسابقه شوند.

۳۱- کناره گیری از مسابقه (داوطلبانه و یا اجباری) بایستی براساس روشی که در طی جلسه فنی (توجیهی) مسابقه توضیح داده شده در نقاط بازرسی انجام گیرد مگر در شرایط بسیار خاص.

۳۲- مدیر مسابقه یا مسئولین نقاط بازرسی، ممکن است، شرکت کننده‌ها را در هر نقطه‌ای از مسیر مسابقه، به پوشیدن بادگیر، سرپوش یا کلاه یا دیگر موارد از لباسها و تجهیزات اجباری، وادار نمایند.

۳۳- کنترل مصرف مواد نیروزا- از رقابت کننده‌ها خواسته می‌شود در تست دوپینگ در نظر گرفته شده برای آنها برطبق قوانین هر کشور و پروتکل (WADA)، شرکت کنند. رقابت کننده‌های با نتیجه‌های تست مثبت بلا فاصله رد صلاحیت می‌شوند.



## فهرست لوازم مورد نیاز مسابقه دهندگان (ورزشکاران)

ردیف	شرح
۱	پوشак مناسب مسابقه و فصل، شامل شلوار، کاپشن، کلاه، دستکش و...
۲	کوله پشتی حداقل ۴۰ لیتری ( مناسب با نوع مسابقه ).
۳	کفش مناسب فصل بنابر وضعیت و مختصات مسیر در بخشندامه های مربوطه نوع کفش ( ساق دار و یا بدون ساق ) اعلام می شود.
۴	باتون یک جفت
۵	عینک استاندارد دارای UV ۴۰۰
۶	وسایل مورد نیاز شخصی
۷	تغذیه ( مواد قندی، نشاسته ای، نوشیدنی، تنقلات و... )
۸	کیت بقاء و کمکهای اولیه و داروهای مصرفی در صورت نیاز
۹	هد لامپ
۱۰	سوت، تلفن همراه، پاور بانک
۱۱	لوازم انفرادی ( توجه و رعایت کامل مفاد بخشندامه ).

\* در صورت استفاده از استرچ، حتماً شلوار کوتاه ورزشی روی آن استفاده شود.

\* در بخشندامه های منظوم هر مسابقه و حتی در جلسه فنی نیز جزئیات لوازم مورد نیاز اعلام می گردد.



## شرح وظایف سرپرست تیم‌ها

### تعريف

سرپرست تیم؛ به شخصی اطلاق می‌شود که هماهنگی و مدیریت تیم اعزامی را در کلیه مراحل مسابقه (قبل، حین و بعد از مسابقه) بر عهده دارد.

### شرایط احراز سرپرست تیم

۱- دارا بودن حداقل سن ۲۵ سال تمام، در هنگام برگزاری مسابقه.

۲- داشتن تجربه مدیریتی، درایت کافی و توان تصمیم‌گیری به موقع و همچنین آشنا به برگزاری مسابقات صعودهای ورزشی.

۳- دارا بودن بیمه ورزشی سال جاری.

۴- توانایی ایجاد روحی هم‌کاری و تعاون، و داشتن نفوذ کلام.

۵- تسلط کافی بر زبان تخصصی و عمومی غالب و موردنیاز در مسابقات.

۶- دارای حسن شهرت اخلاقی و انضباطی.

### شرح وظایف سرپرست تیم

۱- سرپرست موظف به رعایت تمامی قوانین جاری کشور، مسائل شرعی، عرفی، فرهنگی و اخلاقی در طول برگزاری مسابقه است.

۲- همیاری و همکاری جهت برگزاری تمام مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.

۳- سرپرست تنها پس از اخذ مجوز لازم، مجاز به ورود به جایگاه ویژه در محل برگزاری مسابقه است.

۴- سرپرست اجازه ورود به فضای مسابقه (خط شروع) را ندارد.

۵- اعتراضات تنها توسط سرپرست تیم با رعایت روش قانونی اعتراض قابل رسیدگی است.

۶- سرپرست می‌تواند با استفاده از ابزار یا شعارهای مناسب، مسابقه دهنده یا تیم محبوب خویش را تشویق کند.

۷- بیان هر گونه شعار سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پی‌گرد قانونی دارد.

۸- استفاده از هر گونه ابزار تشویقی که باعث بر هم ریختن نظم عمومی محل برگزاری مسابقات یا سلب آسایش دیگر افراد حاضر در محل می‌شود ممنوع است.

۹- پرتاب هر گونه شی ای به طرف یک مسابقه دهنده یا عوامل اجرایی یا محوطه مشخص شده مسابقات به هر دلیل ممکن و چه باعث بروز خسارت مالی یا صدمه جسمانی شده باشد یا خیر؛ ممنوع و از مصاديق جرم محسوب شده و پیگرد قانونی دارد.

۱۰- در صورت بروز این مسئله، سرپرست خاطی دیگر حق مشاهده باقی مانده مسابقات را نداشته و عوامل انتظامی حاضر در محل برگزاری، وی را به بیرون از محل برگزاری هدایت خواهد نمود.

۱۱- بدیهی است که اگر عمل سرپرست خاطی منجر به هر شخص حقیقی یا حقوقی شود، وی برای ادامه تحقیق و بررسی وضعیت، به نیروی انتظامی تحويل داده خواهد شد.

۱۲- رئیس هیئت داوری می‌توانند در صورتی که سرپرست هر گونه عمل خلاف قانونی انجام دهد، طبق مقررات با وی برخورد نماید و او را فوراً از محدوده مسابقه اخراج نمایند.

۱۳- حضور به موقع تیم در زمان های از پیش تعیین شده مستقیماً به عهده سرپرست تیم است.

۱۴- همراهی و مشایعت ورزشکاران تو سط تماشاگران، مریبان و سرپرستان تو سط با هماهنگی ناظر و سرطراح و تأیید رئیس هیئت داوری امکان پذیر است.

۱۵- سرپرست موظف به حفظ اموال عمومی و تیمی که شامل لوازمی که تو سط میزبان در اختیار تیم قرار داده شده در طی برگزاری مسابقه است.

۱۶- نظارت و رعایت بهداشت فردی و محیطی خود و مجموع عوامل برگزاری الزامی است.



## شرح وظایف تماشاگران مسابقات

### تعريف

تماشاگر: به شخص یا اشخاصی اطلاق می شود که طبق ضوابط و مقررات تعیین شده میزبان، برای تماشای مسابقات در محل برگزاری صرفاً جهت تشویق تیم یا مسابقه دهنده خاص حضور پیدا می کند.

### شرح وظایف

- ۱-تماشاگر موظف به رعایت تمامی قوانین جاری کشور، مسائل شرعی و عرفی، اخلاقی و فرهنگی در طول برگزاری مسابقه است.
- ۲-همکاری و همکاری جهت تمامی مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.
- ۳-تماشاگر حق هیچ‌گونه اعتراضی به نحوه برگزاری مسابقه ندارد.
- ۴-تماشاگر می تواند با استفاده از ابزار یا شعارهای مناسب، در طول مسیر و در مکان‌های از پیش تعیین شده، مسابقه دهنده یا تیم محبوب خویش را تشویق کند.
- ۵-بیان هر گونه شعار یا عبارتی سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پی گرد قانونی دارد و نیز استفاده از عبارات موهون و زننده برای تشویق فردی یا تیمی مسابقه‌دهندگان ممنوع است.
- ۶-استفاده از هرگونه ابزار تشویقی که باعث بر هم ریختن نظم عمومی محل برگزاری مسابقات یا سلب آسایش دیگر افراد حاضر در محل می شود ممنوع است.
- ۷-پرتاب هر گونه شی‌ای به طرف یک مسابقه دهنده یا عوامل اجرایی یا محوطه مشخص شده مسابقات به هر دلیل ممکن و چه باعث بروز خسارت مالی یا صدمه جسمانی شده باشد یا خیر؛ ممنوع و از مصاديق جرم محسوب شده و پی گرد قانونی دارد.
- ۸-در صورت بروز این مسئله، تماشاگر خاطی دیگر حق مشاهده باقی مانده مسابقات را نداشته و عوامل انتظامی حاضر در محل برگزاری، وی را به بیرون از محل برگزاری هدایت خواهند نمود.
- ۹-بدیهی است که اگر عمل تماشاگر خاطی منجر به بروز صدمات مالی یا جسمانی به هر شخص حقیقی یا حقوقی شود، وی برای ادامه تحقیق و بررسی وضعیت، به نیروی انتظامی تحويل داده خواهد شد.
- ۱۰-تماشاگر موظف به حفظ اموال عمومی در طی برگزاری مسابقات است و در صورت ورود هر گونه خساراتی باید آن را جبران نماید.
- ۱۱-ریس هیئت داوری اجازه دارد هر شخصی را که مرتکب تخلفی شده است، فوراً از محدوده مسابقه اخراج نموده، و در صورت لزوم تمام فعالیت‌های مسابقه را تا انجام این امر مهمن به حالت تعلیق نگاه دارد.
- ۱۲-رعایت بهداشت فردی و محیطی الزامی است.
- ۱۳-استفاده از پوشاك مناسب شرع و عرف و رعایت مفاد بخشنامه مربوطه.
- ۱۴-همراهی و مشایعت ورزشکاران تو سط تماشاگران، مریبان و سرپرستان تو سط با هماهنگی ناظر و سرطراح و تأیید رئیس هیئت داوری امکان پذیر است.



## اصول و مبانی اجرای جلسات فنی و هماهنگی مسابقات دوی کوهستان

بطور کل برای بالا بردن کیفیت ، نظم و اجرای مسئولانه هر برنامه ای هماهنگی در سطوح و مسئولیت های مختلف رکن اصلی کار است و این مهم در برگزاری رویدادهای حساسی همچون مسابقات بیش از پیش نمود می کند. جلسات هماهنگی برای برگزاری مسابقات را میتوان به سه بخش قبل ، حین و بعد از هر رویداد تقسیم کرد .

### الف) جلسه هماهنگی قبل از مسابقه

#### \* افراد حاضر در جلسه

رئیس کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون ، مسئول بخش ، مدیر (سرپرست مسابقه) ، ناظر مسابقه (سرپرست فنی) ، نماینده تام الاختیار میزبان مسابقات در قالب هیئت استانها ، باشگاه ها ، نهادها ، ارگانها و سازمانها .

#### \* اهداف جلسه

بررسی امکانات میزبانی

تبادل اطلاعات و انتقال تجربیات به میزبان جهت امور

### ب) جلسه فنی حین مسابقه

#### \* افراد حاضر در جلسه

مدیر مسابقه (سرپرست) ، نماینده میزبان (در صورتی که سرپرستی در اختیار میزبان نباشد) ، ناظر مسابقه (سرپرست فنی) ، رئیس هیئت داوری ، سرطراح ، مریبان یا سرپرستان تیم ها (ورزشکارانی که فاقد مریبی و سرپرست باشند می توانند شخصاً در جلسه حضور یابند) .

#### \* اهداف جلسه

\* تشریح برنامه زمانبندی و موارد فنی مسابقه

\* توضیح در مورد مسیر و علامت گزاری ها

\* ایجاد شرایط پرسش و پاسخ برای برطرف نمودن ابهامات

\* اطلاع رسانی در مورد تغییرات احتمالی در قوانین داوری

\* هر موضوعی که علاوه بر متن قوانین ، با توجه به شرایط مسابقه، مورد نظر کادر فنی است .

\* هماهنگ کننده این جلسه رئیس هیئت داوری است .

\* جلسه می باشد قبل از شروع مسابقه و با نهایی شدن اسامی شرکت کنندگان حاضر برگزار گردد.

\* نکاتی در مورد جلسه فنی

\* تاثیر کیفیت جلسه در برگزاری و کیفیت مسابقات

\* توجه و اعلام مواردی که در قانون پیش بینی نشده یا شرایط خاص یک مسابقه

\* ایجاد فضای پرسش و پاسخ جهت توجیه کامل شرکت کنندگان

\* مطابقت داشتن تصمیمات طرح شده در جلسه فنی با متن قانون

\* استفاده از وسائل کمکی برای انتقال اطلاعات لازم به حاضرین

\* هماهنگی لازم قبل شروع جلسه ، بین ارکان اصلی جلسه

\* انتقال موارد مطرح شده در جلسه به سایر ارکان اجرایی

\* اجرای صحیح و دقیق مفاد طرح شده ، در مسابقه پیش رو

\* این جلسه می تواند به صورت مجازی برگزار شود .

### ج) جلسه هماهنگی بعد از مسابقه

این جلسه به منظور جمع بندی و اطمینان از پایان کامل و درست امور هر مسابقه برگزار می گردد.

**فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

**\* افراد حاضر در جلسه**

- رئیس کمیته مسابقات و لیگ ، مسئول بخش ، مدیر مسابقه (سرپرست مسابقه) ، نماینده تام الاختیار میزبان ، ناظر مسابقه (سرپرست فنی)  
، رئیس هیئت داوری ، سرطراح

**\* اهداف جلسه**

- \* در این جلسه می بايست مسائل در چند بعد مورد بررسی قرار گیرد مانند : شرایط میزبانی ، تسويه حساب های مالی ، نتایج داوری و تخلفات یا مسائل انضباطی ، انتقال تجربیات با توجه به نقاط قوت و ضعف در مسابقه ، ارائه گزارشات کتبی بصورت فرم های تکمیل شده که در بخش کاربرگ های شیوه نامه برای سمت های مختلف طراحی شده است.

\* هماهنگ کننده این جلسه مسئول بخش یا ناظر مسابقه هستند .

\* این جلسه می بايست حداقل هفت (7) روز کاری پس از اتمام مسابقه برگزار گردد.

**\* آشکال برگزاری جلسات**

- \* جلسات را می توان بصورت حضوری و مجازی برگزار نمود. با توجه به شرایط و برای جلوگیری از اتلاف وقت و هزینه ، اجرای جلسات در فضای مجازی توصیه می گردد.

\* برای اجرای جلسات دو نرم افزار GOOGLE MEETS یا SKYPE توصیه می شود.

\* زمان و نرم افزار جلسه فنی مجازی ، می بايست در اطلاعیه هر مسابقه قید گردد .

- \* بنا به دلیل اگر قرار شد جلسه مجازی در نرم افزاری به غیر از آنچه در اطلاعیه عنوان شده برگزار گردد، مراتب حداقل هفت (7) روز مانده به تاریخ برگزاری جلسه به مدعوین اطلاع رسانی گردد.

\* برای رفاه حال افراد جلسات مجازی قبل و بعد از مسابقه را می توان ۲ تا ۳ جلسه که از لحاظ زمانی کوتاه تر باشد اجرا نمود.

\* افراد حاضر در جلسه مجازی به شخصه موظف به نصب نرم افزار مورد استفاده هستند.

\* مسئول هماهنگی جلسه موظف است ، گروه مجازی را تشکیل داده و برگزاری جلسه از لحاظ نرم افزاری را مدیریت نماید.



# فصل دوم

# قوانين و مقررات

## قوانين، مقررات

**ماده ۱)** طراحان مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»، پیش از اجرای مسابقه، در جلسه هم آهنگی داخلی شرکت کرده و با توجه به اهداف مسابقه، نسبت به اجرای آن کاملاً توجیه می‌گردد. موضوعاتی که در پی خواهد آمد، شامل تهیه اطلاعات درباره سازماندهی، مدیریت و تفسیر نتایج حاصل از طراحی مسابقه خواهد بود.

**ماده ۲)** به علت تنوع طبیعی و گسترده‌گی عظیم و گوناگونی محیط‌های کوهستانی، ایجاد معیارهای بسیار مشخص و اندازه‌گیری شده در کوهستان و پدیده‌های طبیعی، اگر غیر ممکن نباشد، بسیار بعيد به نظر می‌رسد. هدف مندی مسابقات ایجاب می‌نماید که با توجه به جمیع جوانب، طراحی هر مسابقه به گونه‌ای انجام گیرد که ضمن حفظ تمامی عوامل و رعایت استانداردهای موجود، مسابقات از نظر مسابقه دهنگان، مریبان و سرپرستان آن‌ها؛ غنی، آموزنده، پیش برنده، پویا، جوانمردانه و در نهایت عادلانه باشد.

۲-۱) مسابقات در دو شکل قهرمانی و همگانی برگزار می‌گردد.

۲-۲) گروه سنی قهرمانی ۱۸ سال به بالا (ردہ سنی آزاد)

۲-۳) گروه سنی شامل:

الف) گروه سنی نوجوانان ۱۴ سال تمام تا ۱۷ سال تمام

ب) گروه سنی جوانان ۱۸ سال تمام تا ۱۹ سال تمام

ج) گروه سنی آزاد ۱۸ سال تمام تا ۴۵ سال تمام

د) گروه سنی بالای ۴۵ سال تمام

ردہ‌های سنی غیر از گروه سنی آزاد در صورت به حد نصاب رسیدن به نحوی که در بخشانه‌های ذیربطر (حداقل نفرات) اعلام خواهد شد  
برگزار می‌شود.

۲-۴) برگزاری مسابقات با ردہ بندی سنی نوجوانان، جوانان، بزرگسالان یا آزاد، با توجه به فراهم آوردن تمامی شرایط ذیربطر فنی، فرهنگی، اجتماعی و... با نظر فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ج. ا. ایران امکان پذیر است.

۲-۵) انتخاب زمان و مکان مناسب، ایمن و دسترسی آسان (فصل مناسب).

۲-۶) جهت برگزاری مسابقات همگانی برگزار کننده می‌بایست با اخذ مجوز رسمی از فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی اقدام به برگزاری نماید.

**ماده ۳)** لازم است تا اصول و قوانینی را در طراحی مسابقه در نظر گرفت تا بدان وسیله به کمال مطلوب دست یافت.

**ماده ۴)** انتخاب منطقه

۴-۱) پس از تعیین استان یا شهرستان مورد نظر برای اجرای مسابقه، باید منطقه‌ای را به منظور بررسی امکان پیاده سازی و اجرای مسابقه، انتخاب نمود. این منطقه شرایطی دارد که در ذیل به ذکر برخی از آن‌ها می‌پردازیم:

**ماده ۵)** دسترسی آسان به منطقه

۵-۱) این مشخصه به منظور آسانی در انجام اموری مانند: ترابری، پشتیبانی، پوشش خبری، امداد، دعوت از مسئولان، حضور تماشاچیان، اتلاف کمتر وقت شرکت کنندگان و به درازا نکشیدن زمان مسابقه و... از مهمترین مسائل در طراحی است.

**ماده ۶)** مرکزیت یا شاخص بودن منطقه

۶-۱) برای ترغیب همگان و اجرای مسابقه در میان عام، باید بیشتر بر مناطقی که از نظر جغرافیایی، جمعیت یا از نظر جمعیت کوهپیما، دارای مرکزیت باشد، متمرکز شد. این امر منجر به جذب علاقمندان، شناسایی استعدادها، بررسی ایده‌های نو، رفع باورهای غلط و... می‌شود.

۶-۲) مسایلی نظری امکان برگزاری، همکاری یا عدم همکاری، استقبال مردم، مسئولان و مسائل قومی، منطقه‌ای، شرایط سیاسی-امنیتی و جو حاکم بر منطقه، دوری و نزدیکی به مراکز حساس دولتی یا نظامی، چندمنظوره بودن و شلوغی منطقه، دین، مذهب، آداب و رسوم خاص و مواردی از این قبیل، می‌تواند باعث موقوفیت یا شکست در اجرای رقابت شود.

۶-۳) نکته اینجااست که قبل از برگزاری مسابقه باید تک تک موارد فوق را که شاید ظاهراً بی اهمیت باشد، بررسی کردو در صورت نیاز، هم آهنگی های لازم را به عمل آورد.

**ماده ۷) عوامل اقلیمی**

۷-۱) مواردی نظیر کیفیت آب و هوای منطقه، پیش بینی هواشناسی، تغییرات ناگهانی جوی و... که در کیفیت مسابقه موثراند، باید در نظر گرفته شود.

**ماده ۸) امکانات مخابراتی و پوشش مناسب**

۸-۱) این امکانات به صورت بی سیم، تلفن همراه، تلفن بیسیم یا سیار و... است که از نظر مراحل اجرا، نظارت و داوری مسابقه، اهمیت بسیار دارد.

**ماده ۹) تنوع و گوناگونی**

۹-۱) منطقه باید آنچنان باشد که دست طراح را در انتخاب و یا ترکیب مسیرها بدون بروز مشکلی خاص، باز بگذارد. علاوه بر این، باید جاذبه طبیعی منطقه که به سیر اجرای مسابقه کمک شایانی می کند، از نظر دور نداشت.

**ماده ۱۰) نزدیکی امکانات**

۱۰-۱) توصیه می شود در انتخاب منطقه، نزدیکی به تأسیسات شهری یا بین راهی، آبادی ها، پاسگاه امداد، پناهگاه و... در نظر گرفته شود که می تواند به اجرای هر چه بهتر مسابقه، یاری رساند.

**ماده ۱۱) طراحی مسیر**

۱۱-۱) پس از انتخاب منطقه که بهتر است نظر جمیع نفرات کمیته برگزار کننده را در آن لحاظ نمود، به مرحله بعد، یعنی طراحی مسیر می رسیم که خود بسیار وقت گیر، حساس و شاید خسته کننده است و عوامل متعددی در آن دخیل خواهد بود که از این قرار است:

**ماده ۱۲) گستره مسیر**

۱۲-۱) مسیر باید ترجیحاً در یک گستره جغرافیایی قابل کنترل طراحی شود. این امر مزایای بسیاری نظیر تسهیل داوری، راحتی هیئت برگزار کننده، نیاز به امکانات کمتر، تمرکز نیروها و تماشچیان در یک منطقه، تمرین و مرور مسائلی مانند فرود و صعود اصولی - که به نوبه خود از بسیاری صدمات و خطوات کوهستان خواهد کاست. صرف وقت و هزینه کمتر، پوشش خبری مناسب و... را در بر خواهد داشت و از سویی، ممکن است طراحی را برای طراح، مشکل تر و گزینه های ممکنه را محدودتر کند.

شرایط - مسابقات از دسته بندهای SKY , ULTRA , VERTICAL تبعیت می کند. حداقل یک مسابقه بایستی برطبق شرایط تعریف شده ای این مسابقات برگزار شود و یک مسابقه هم می تواند با ارتفاع ماکریم زیر ۲۰۰۰ متر با هدف دادن امکان و فرصت به کشورهایی که دارای امکانات کافی نیستند برگزار شود.

**ماده ۱۳) متدالو بودن**

۱۳-۱) بهتر است مسیر انتخابی به گونه ای باشد که امکان صعود قبلی در منطقه (و نه الزاماً مسیر) برای عامه فراهم بوده باشد و اصولاً در منطقه، جمعیت کوه نورد فعال باشند. این امر علاوه بر مسائل فوق و ترغیب همگانی، شرایطی ایجاد می کند که شرکت کنندگان شناخت کلی از منطقه، مسیرها، زمان بندی و توان مندی خود داشته باشند تا به هنگام رقابت، با در نظر داشتن این موارد، از بی احتیاطی ها و تحمل فشارهای سنگین پرهیز کنند و سلامت مسابقه را بیش از پیش تضمین نمایند. ضمناً در صورت ضرورت و لزوم تهیه کروکی و نقشه برای اطلاع رسانی الزامی است.

**ماده ۱۴) نامتعارف بودن**

۱۴-۱) همان گونه که بهتر است مسیر مسابقه در مناطق متدالو طراحی شود، از سویی نیاز است تا جذابیت و تازگی نیز در آن برای شرکت کنندگان لحاظ شود. این از آن جهت است که بتوان شرایط یکسانی را برای نفرات مختلف ایجاد کرد و در ضمن، امکان مسیریابی و تفکر در مسیر محبی شود. این مقوله، ابزار کارآمدی در دست طراح است تا بتواند در عین حال در یک منطقه، مسیرهایی با درجه سختی متفاوت برای سطوح و رده های مختلف (استانی، کشوری و...) ایجاد کند.

**فرارسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

(۱۴-۲) ضمناً نوع و تازگی مسیر، باعث رغبت بیشتر شرکت کنندگان و تأمل بیشتر آنان می‌شود. این امر در نهایت نتایج مثبت و جالبی به همراه خواهد داشت. با این وجود، نباید مسیر را آنقدر بکر انتخاب کرد که یا شرکت کننده در پیمودن آن دچار مشکل شود و یا اینکه خطرات احتمالی (ربیزش سنگ، پرتگاه‌های ناشناخته و...) برای آنان پدید آید. لذا در یک طراحی خوب، معمولاً ضمن خروج از مسیرهای متداول، در صدی از مسیر در داخل مسیرهای مرسوم گنجانده می‌شود.

**ماده (۱۵) درجه سختی**

(۱۵-۱) درجه سختی مسیر، در ابتدای طراحی به طور تقریبی تعیین و سپس حین طراحی و ایجاد شرایط جدید اصلاح و ترمیم می‌شود. مسلماً سختی و یا آسانی مسیر، به سطح رقابت‌ها، شرایط اقلیمی، آmadگی و وضعیت عمومی شرکت کنندگان، امکانات و... بستگی دارد.

**ماده (۱۶) داشتن دید خوب**

(۱۶-۱) اصولاً نباید مسیر را به گونه‌ای طراحی کرد که شرکت کنندگان به کرات در نقطه کور مسیر قرار گیرند. لزوم این امر بدیهی است و بسیاری از کارهای اجرایی مسابقه مانند طراحی مسیر، کنترل و نظارت داوری، امدادرسانی، اطلاع از وضع مسابقه و خبررسانی و... را سبک‌تر و ایمن‌تر خواهد کرد.

**ماده (۱۷) زمان سنجی**

(۱۷-۱) باید از ابتداء علاوه بر اطلاعات کلی مسیر و مسابقه، زمان میانگین طی مسیر به شرکت کننده اعلام شود تا وی بتواند برنامه ریزی دقیقی برای گذراندن مسیر و اصلاح خطاهای زمانی خود داشته باشد. این امر، نه فقط از راه صعود و طی فیزیکی مسیر مشخص می‌شود، بلکه از روی نقشه و کروکی‌های دقیق نیز قابل تخمین خواهد بود. بعضاً می‌باشد برای آزمون رقابت کنندگان، زمان تعیین شده صعود را به وی ابلاغ کرد تا دقیقاً بتواند با برنامه ریزی و گام برداری مناسب، مسیر را در همان زمان و یا نزدیک به آن طی کند. از این اطلاعات، همچنین می‌توان برای برقراری اردوگاه‌های استراحت اجباری و یا ایستگاه‌های ثبت زمان استفاده نمود. در ضمن، مدت زمان اجراء تعداد نفرات هر تیم و فاصله زمانی بین تیم‌های مسابقه، باید متناسب با تعداد شرکت کنندگان تعیین شود تا کمبود وقت و آمد و شد نامناسب در مسیر مسابقه مواجه نگرددند.

**ماده (۱۸) پوشش نجات و امداد**

(۱۸-۱) پر واضح است که در تمامی برنامه‌ها و خصوصاً در مسابقات رسمی، باید به مسئله نجات و امداد به دید جدی نگریست لذا باید در طراحی مسیر علاوه بر رعایت ایمنی کامل، امکان انجام عملیات نجات و امداد را در هر جای مسیر و با حداقل سرعت در نظر گرفت. ذکر این نکته کافی است که مسیر قادر شرایط لازم برای نجات مصدومان احتمالی و امدادرسانی به آنان، به هیچ وجه مناسب انجام مسابقه نمی‌باشد.

**ماده (۱۹) حفظ و انتقال اطلاعات**

(۱۹-۱) فرد طراح و گروه طراحی، می‌باید بعد از تعیین کلیات مسیر، تمامی مواردی را که بتواند راهنمای شرکت کنندگان باشد، مخفی نگاه دارند تا شرایط رقابت برای همگان یکسان باشد. از سوی دیگر، باید جزئیات اطلاعات به گروه داوری منتقل شود. تا آن‌ها بتوانند در ارتباط تنگاتنگ با گروه طراحی، داوری دقیق و رضایت‌مندانه ای را به انجام رسانند.

(۱۹-۲) از آنجایی که از اهم اهداف این مسابقه، گسترش ورزش کوه پیمایی و کوهنوردی بدون ایجاد صدمات روحی و جسمی است، اساس و هدف برگزاری مسابقه می‌باشد بر پایه ۳ اصل زیر گذاشته شود:

(۱۹-۳) به موقع رسیدن (دققت و سرعت).

(۱۹-۴) کمترین خطأ.

(۱۹-۵) سنجش سایر توانایی‌های شرکت کنندگان از جمله توانایی‌های فنی، فرهنگی، اطلاعات عمومی، توانایی‌های ویژه و تغییر شرایط در این شیوه نامه تنها با تأیید کمیته مسابقات و لیگ فرارسیون انجام می‌شود.

(۱۹-۶) در این ماده نظر ناظر (سرپرست فنی) مسابقات نافذ است.

(۱۹-۷) استفاده از طراحان مسیر به عنوان داور با هم آهنگی ستاد اجرایی، مانع ندارد.

(۱۹-۸) چنانچه طراحی مسیر مسابقه به گونه‌ای باشد که موجبات ازدحام و شلوغی را سبب نگردد، همراهی مریبی و یا سرپرست با تیم شرکت کننده بلامانع است.

(۱۹-۹) در صورتی همراهی مریبی و یا سرپرست با تیم مربوط، مریبی می‌باشد از هر گونه همکاری فیزیکی خودداری نماید.

- ۱۹-۱۰) عضویت سر طراح در بخش انصباطی، برای نیل به این منظور سرطراح می تواند یک نفر از طراحان را به عنوان نماینده خود معرفی نماید.
- ۲۰-۱) علامت گذاری مسیر مسابقه- برگزار کنندگان مسابقات به منظور برقراری امنیت رقابت کنندها باستی نصب علائم اصلی (مانند پرچم‌ها یا دیگر علائم و ترجیحاً شب نما) را تضمین کنند. این علائم باید از مواد قابل تجزیه (بازیافتی) باشد و بعد از پایان مسابقه، بالا فاصله برداشته شوند.
- ۲۰-۲) در مسابقه ای که مسیر به صورت کاملاً روشن و واضح تعریف شده و بدون علائم یا پرچم است، سنجه‌های امنیتی و نقطه زنی های خاص، باید بوسیله‌ی برگزار کننده مسابقه در نظر گرفته شود. این نکات باید قبل از مسابقه در طی یک جلسه‌ی توجیهی خاص توضیح داده شوند.

### \* علائم و نشانه‌ها در مسیر مسابقه

اجرای مسابقه با این‌می کامل و دور از حواشی برای نهاد برگزار کننده، کادر اجرائی و ورزشکاران لازم است. وقتی علامت‌ها روشن و مختصر باشد، ورزشکار احساس امنیت و راحتی بیشتری می‌کنند. ورزشکاران واقعاً نیازی به استفاده از هیچ کلمه‌ای برای این دستورالعمل‌ها ندارند. فلش‌های مسیر (Route Arrows) به روشنی و به وضوح می‌گوید: مسیر اینجاست، از این سمت بیایید، در این مسیر حرکت کنید. و این را میدانیم که اجرای این مهم بصورت تیمی انجام می‌شود.

دسته بندی علائم

**الف)** علامت نقطه شروع و پایان مسابقه: اندازه این علامت‌ها باید حداقل ۴۰ سانتیمتر در ۲ متر بصورت دو رو، از جنسی مقاوم و حداقل ۲/۵ متر از زمین فاصله داشته باشد.

نکته: اگر بخواهید روی علامت از زبان فارسی استفاده کنید، از نوشته شروع و نوشته پایان و اگر از حروف لاتین استفاده می‌کنید از نوشته FINISH و START استفاده شود.

**ب)** علامت فاصله ای: علامت‌های که فاصله تا پایان را نشان می‌دهند باید در فواصل ۱۰ کیلومتری، ۵ کیلومتر و آخرین آن در ۱ کیلومتر انتهای قرار گیرند. این به دوندگان اجازه می‌دهد تا سرعت خود را بررسی کنند و انگیزه بگیرند.

اندازه استاندارد این علامت‌ها قطعه A3 است.

**ج)** علامت هشدار دهنده: مانند علامت خطر سه فلش خطر نشانگر شیب یا دره‌ای خط‌نماک است که باید کاملاً احتیاط شود. این علامت باید در آغاز منطقه خطر و در رویت باشد. یک علامت معمولاً کافی است. هنگامی که از سه فلش پشت سر هم استفاده می‌شود عمق خطر به دوندگان توصیه می‌شود، آنها مسئول این‌می خود هستند. اندازه استاندارد این علامت‌ها قطعه A3 است.

**د)** علامت محل آب: اطمینان حاصل کنید که نقاط آب خیلی نزدیک به محل تقاطع‌ها نیستند. ترجیحاً یک نقطه را قبل از تقسیم مسیر قرار دهید، بنابراین دوندگان قبل از برخورد با نشانگرهای فاصله کافی برای جهت گیری دارند. این امر باعث می‌شود گیج نشوند. انداده استاندارد این علامت‌ها قطعه A3 است.

یک کیلومتر تا (WP) حسن نیت ارائه می‌دهد. آنچه واقعاً باعث خوشحالی دوندگان می‌شود نشانه‌ای فاصله تا نقطه آب بعدی خواهد بود. اطمینان حاصل کنید که دوندگان فاصله نقطه آب بعدی می‌دانند. داشش قدرت است. یک تابلو درست قبل از نقطه آب را در نظر بگیرید که بگوید فاصله آن تا نقطه آب بعدی و انتهای آن چیست. این باعث می‌شود از پرستلی که در محل آب کار می‌کنند، صرفه جویی شود و دوندگان میتوانند استراتژی خود را تا پایان برنامه ریزی کنند. اندازه استاندارد این علامت‌ها قطعه A3 است.

**ه)** علامت‌های نشان دهنده مسیر مسابقه: برای این منظور می‌توان از فلش، پرچم و روبان برای تعیین مسیر استفاده کرد. در مورد استفاده از فلش آنچه مهم است اندازه سر پیکان است بدین معنی که باید از فاصله دور به راحتی قابل مشاهده باشد. رنگ‌ها در دیده شدن نقش دارند. رنگ‌های تیره‌تمایل دارند که در برابر پوشش گیاهی مخلوط شوند. رنگ‌های روشن فسفری ترجیح داده می‌شوند اما به کنترast در برابر رنگ سفید احتیاج دارند.

**و)** شماره ورزشکاران: اندازه شماره ورزشکاران باید قطع A5 باشد، برای هر شرکت کننده از هر شماره ۲ عدد نصب شود، شماره‌ها سه رقمی باشد، رنچ سنی مختلف در یک مسابقه با تغییر رنگ شماره‌ها مشخص شود، اگر در مسیر مسابقه همزمان چند لول برگزار می‌شود. (مثلاً مسابقه اصلی و همگانی) بهتر است شکل شماره‌های هر آیتم متفاوت باشد.

درج لوگو(آرم) یا علامت تجاری اسپانسر(حامی مالی) می‌باشد زیر شماره قرار گیرد تا مانع از دیده شدن شماره دونده نشود.

**فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

**نکته قابل توجه:** در نصب علائم مسابقه می توانیم از عوارض موجود در مسیر مسابقه مانند درختان، سنگ ها و... استفاده نمود، فقط باید توجه داشت کاملاً قابل روئیت برای دونده ها باشد، همچنین با توجه به اینکه دوندگان هرچه به انتهای مسیر نزدیک می شود بخاطر خستگی نگاه شان رو به پایین است، لذا علامت ها هرچه به آخر مسابقه نزدیک می شویم باید در ارتفاع پایین تر قرار گیرد. حتی توصیه می شود در یک کیلومتر انتهایی مسیر علامت ها در سطح زمین قرار بگیرند تا بهتر قابل رویت باشد.

**نکته آخر:** اگر اجرای مسابقه در تاریکی شب ادامه داشت از علامت های شبرنگ باید استفاده شود تا برای دوندگان قابل رویت باشد.

**ماده ۲۱) ایمنی - برگزار کنندگان مسابقه با اختصاص کادر حرفه ای کارآزموده بایستی امنیت تمامی افراد مرتبط با رقابت کننده ها، تماشاجی ها، راهنمایان مسیر مسابقه، مسئولین نقاط بازرگانی و کادر ایستگاههای کمک های اولیه و غیره) با همکاری پلیس، راهنمایان کوهستان، سرویس های پزشکی، سرویس آمبولانس، سرویس های اخطراری و نجات تضمین کند. طرح نجات و ایمنی از قبل بایستی تهیه شده باشد.**

۲۱-۱) توجه ویژه ای به محلهایی که ممکن است برای ایمنی شرکت کننده ها خط آفرین باشد بایستی بعمل آید : مانند آب ، برف و بخ ، تقاطع های جاده ها، شیوه های تند، یالهای بی حفاظ و غیره. این نقاط بایستی با کادر اضافی و تابلوی های اطلاعات و غیره مجهز شود و در برخی موارد طنابها یا زنجیرها ممکن است برای کمک رسانی به رقابت کننده ها لازم باشد.

۲۱-۲) قرارگاهها و برگزار کنندگان اصلی مسابقه، بایستی بوسیله سیستم رادیویی با تمام نقاط بازرگانی و تیمهای نجات در ارتباط باشند، که این شامل نمایندگان ISF، رئیس داوران و مدیر مسیر هم می شود.

**ماده ۲۲) تجهیزات و پوشاك رقابت کننده ها:** علاوه بر قوانین فردی مسابقه، ممکن است استفاده از لباس های کشی و زیرین، دستکش، کیسه آب، کلاه، عینک، چراغ پیشانی و غیره بسته به شرایط مسیر و وضعیت هوا ضروری باشد.

در رشته های SKY و ULTRA، استفاده از ژاکت ضد باد ( یا پوشش حرارتی )، کفش های حرفه ای دویدن و جوراب اجباری است. برگزار کنندگان داوران ISF ممکن است نیازهای مختلف را پیشنهاد کنند. نیازهای پیشنهادی و یا اجباری برای این تجهیزات باید قبل از هر مسابقه ارسال و در جلسه ای توجیهی جزئیات آن مشخص شود.

۲۲-۱) نحوه استفاده از باتونها توسط برگزار کنندگان مسابقه مشخص می گردد که آیا در کل مسیر قابل استفاده هستند یا در بخش های خاصی و یا اینکه استفاده از آنها کلا منوع است. ضوابط نحوه استفاده از باتون ضرورتا بایستی رعایت گردد.

**ماده ۲۳) لباسها و تجهیزات شرکت کنندگان**

۲۳-۱) استفاده از کوله پشتی و پوشاك مناسب فصل، لباس بادگیر، لباس پلار، کفش کوه پیمایی و یا کوه نوردی ساق دار، جوراب، باطوم الزامی بوده و همچنین استفاده از تجهیزاتی نظیر: دستکش، عینک آفتابی، هد لامپ و... در صورت صلاحیت برگزار کننده بسته به زمان برگزاری و با اطلاع رسانی پیش از مسابقه برای شرکت در مسابقات الزامی می باشد. وسایل اجباری یا پیشنهادی می باید در جلسه توجیهی قبل از مسابقه اعلام و نمایش داده شوند.

**ماده ۲۴) شماره رقابت کنندگان**

۲۴-۱) برگزار کننده مسابقه برای شرکت کنندگان شماره هایی را برای اتصال به لباسهایشان همچنین نصب بر روی کوله پشتی همراهشان فراهم می کند. این شماره ها می باید در جلوی لباس و پشت کوله پشتی نصب، برای داوران قابل رویت و خواندن باشد. ( نحوه نصب در جلسه فنی اطلاع رسانی می گردد ) .

**ماده ۲۵) خروج از مسیر**

۲۵-۱) هر یک از شرکت کنندگان که به دلایل مختلفی همچون انصراف، مباحث امدادی و پزشکی و... از مسیر مسابقه خارج شود اجازه ورود مجدد به مسیر مسابقه را ندارد.

**ماده ۲۶) محوطه ورودی**

۲۶-۱) محوطه ورودی می باید محصور شده باشد و تنها توسط شرکت کنندگان مسابقه قابل دسترسی باشد. کنترل لازم برای ورود به آن صورت گرفته و از ورود ورزشکارانی که این الزامات را رعایت نکرده باشند ممانعت به عمل خواهد آمد.

۲۶-۲) در مسابقات با تعداد بالای شرکت کنندگان ترجیحاً مکانهای مناسب تر به افرادی با رتبه بالا در مسابقات قبلی اختصاص داده می شود. (در مسابقات قهرمانی خط اول به صورت اختصاصی به نفرات برتر مسابقات قبل اختصاص داده می شود).

**فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

**ماده ۲۷) مکان شروع-** بایستی محل بسته ای باشد و فقط برای رقابت کننده هایی که در لیست شروع ثبت نام کرده اند قابل دسترسی باشد. در این نقطه، لباسها و تجهیزات لازم و اینکه شماره لباس هر فرد به طور صحیح قرار گرفته و مطابق با نام اوست، کنترل میشود. ورود به این منطقه برای کسانی که تجهیزات بالا را ندارند ممنوع است.

**۲۷-۱) کنترل های نقاط بازرسی-** نقاط بازرسی باید در طول مسیر بایستی در محل های شاخصی قرار بگیرند: مانند قله ها، انسدادات یا تقاطع ها و غیره. کنترل کننده ها باید با فرستنده ها تجهیز شوند و قادر باشند که با قرارگاه مسابقه ارتباط برقرار کنند. کنترل کننده ها باید زمانیکه رقابت کننده ها از نقاط بازرسی آنها عبور می کنند، ترتیب ورود آنها را ثبت نمایند و انصارافی ها را یادداشت کنند. اگر یک مسابقه کنسل یا متوقف شود، کنترل کننده ها باید دونده ها را از این نقاط جهت موارد اینمی چک کنند.

**۲۷-۲)** کنترل کننده ها باید هر تخلف از قوانین و یا اهانت رقابت کننده ها به مسئولان مسابقه را فوراً گزارش کنند. همچنین کنترل کننده ها ممکن است دستورالعملهای خاصی را از قرارگاه مسابقه به شرکت کننده ها انتقال دهند. (مانند پوشیدن ژاکت، یا اینکه مسابقه متوقف شده است و غیره).

**ماده ۲۸) ایستگاههای کمک و پشتیبانی - برگزار کنندگان مسابقه، باید در ایستگاههای کمکی برای طول مدت مسابقه، تدارکات لازم را فراهم کند و یا اطمینان داشته باشد که رقابت کننده ها، بی نیاز و مجهز هستند. توصیه میشود در هر ۵ کیلومتر طولی یا هر ۵۰۰ متر صعود عمودی (هر کدام که ورزشکار، اول با آن رو برو می شود) ذخیر مایعات قرار داده شود. حداقل یک ایستگاه کمکی در نقطه‌ی میانی مسابقه، تنقلات را تدارک دیده باشند. در نزدیکی خط پایان، محلی خاص جهت فراهم کردن مایعات و تنقلات برای رقابت کننده ها اختصاص داده شود. اطلاعات در مورد تمرین های محیطی خوب که بایستی موقع گرم کردن قبل از مسابقه و حین مسابقه مورد توجه قرار بگیرند.**

**ماده ۲۹) شروع مسابقه**

**۲۹-۱)** پهنهای حداقل ۵ متر برای شروع مسابقه نیاز است. این پهنا در ۵۰۰ متر اول مسابقه و ترجیحاً در کیلومتر اول می باید همینگونه باشد.

**۲۹-۲)** تایید رئیس هیأت داوری و ناظر فدراسیون برای شروع مسابقه الزامي است.

**ماده ۳۰) نقاط کنترلی (Check Point)**

**۳۰-۱)** نقاط کنترلی می باید در نقاط مشخصی از مسیر نظیر قله ها، انسدادات یا تقاطع ها برقرار گردد.

**۳۰-۲)** مسابقات تنها در صورت وجود شرایط بحرانی لغو خواهد شد. برگزار کننده مسابقه می باید زمان دیگری را برای برگزاری مجدد مسابقه در نظر بگیرد.

**ماده ۳۱) کنترل دوپینگ**

**۳۱-۱)** سیاست های ضد دوپینگ براساس قوانین جاری وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون صورت خواهد گرفت.

**ماده ۳۲) مراسم رسمی اهدای جوایز**

**۳۲-۱)** برگزار کننده در مورد تاریخ مسابقه، جلسات و مراسم اهدای جوایز برنامه زمان بندی مراسم تصمیم گیری می کنند. همچنین برگزار کننده می باید اطمینان حاصل کند که تمام جوایز بدون تبعیض جنسیتی به سه نفر اول زن و مرد اهدا شده است.

**ماده ۳۳) مسائل بوم شناختی و محیط زیست**

برگزار کننده مسابقه باید قبل، حین و بعد از مسابقه، به مسائل بوم شناختی و محیط زیست توجه ویژه داشته باشد.

**۳۳-۱)** برگزار کننده مسابقه می باید اطمینان حاصل کند که طراحی مسیر به گونه ای صورت گرفته که آسیبی به اکوسیستم مناطق حساس وارد نمی کند. پس از پایان مسابقه تمامی علامت گذاریها و زباله ها از محل مسابقه جمع آوری شده و برای تمامی نشانه گذاریها از مواد تجدیدپذیر استفاده شده است.

مسائل محیط زیستی - برگزار کنندگان بایستی ملاحظات لازم را برای احتراز از برخورد مسیر مسابقه با مناطق حساس اکوسیستم به عمل بیاورند و اطمینان لازم را برای جمع آوری سریع علامت های استفاده شده و جمع آوری سریع مواد زائدی که بوسیله تماشاجی ها و شرکت کننده ها رها شده است، در پایان مسابقه بدهند و اینکه برای علامت گذاری و غیره فقط از مواد قابل تجزیه طبیعی استفاده می شود.

**فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ  
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»**

**ماده ۳۴)** بعد از خط پایان، یک منطقه محصور برای ورزشکاران تدارک دیده میشود. در این منطقه لباسها و تجهیزات الزامی آنها بررسی خواهد شد. فقط کادر رسمی اتیکت دار (نشاندار) از جمله: برگزارکنندگان، خدمات رسانه ای، پزشکی، کارکنان مطبوعات و تلویزیون و غیره میتوانند به این منطقه وارد شوند.

**ماده ۳۵)** انجام خطای مهم، علاوه بر حذف شرکت کننده از دور مسابقه امتیاز منفی تیمی را نیز در پی خواهد داشت.

**ماده ۳۶)** خطاهای

۱- رقابت کننده‌ها ممکن است خودشان به صورت داوطلبانه از مسابقه کنار بروند یا از طرف مدیر مسابقه و یا توسط کادر پزشکی حاضر، مجبور به کناره گیری از مسابقه شوند.

۲- کناره گیری از مسابقه (داوطلبانه و یا اجباری) بایستی بر اساس رو شی که در طی جلسه ای توجیهی مسابقه تو ضیح داده شده در نقاط بازرسی انجام گیرد مگر در شرایط بسیار خاص.

۳- مدیر مسابقه یا مسئولین نقاط بازرسی، ممکن است، شرکت کننده‌ها را در هر نقطه‌ای از مسیر مسابقه، به پوشیدن بدگیر، سرپوش یا کلاه یا دیگر موارد از لباسها و تجهیزات اجباری، وادار نمایند.

۴- جرایم بر اساس آئین نامه‌های مسابقات داخلی و آچه که در ISF آمده اعمال خواهند شد و نیز خطاهایی که منجر به حذف شرکت کننده از دور مسابقه خواهد شد عبارت است از:

نوع خطا	کد خطا
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۱ تنه زدن
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۲ هل دادن
عدم رعایت مسائل زیست محیطی ( بیرون از مسیر مسابقه تا شاعع $+/-100$ متر )، بهداشت فردی آودگی صوتی از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۳
دریافت هرگونه کمک در مناطق غیر مجاز ( در نقاطی که به عنوان ایستگاه کمکی نسبتند ). از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۴
دبال نکردن عالیم مسیر مسابقه بصورت عمدى یا سهوى. از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۵
شماره لباسها ( ورزشکار ) در معرض دید نباشند یا دستکاری شده باشند. از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۶
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۷ شروع غلط
عبور نکردن از نقاط بازرسی اجباری. از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۸
داشتن رفتار غیر ورزشی در طول مسیر مسابقه – کمک نکردن به دیگر شرکت کننده ها در صورن نیاز به کمک از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۹
نداشتن یا عدم استفاده از تجهیزات مورد نیاز. از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۱۰
تبیعت نکردن از دستورات کادر برگزاری یا داوران. از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت ( مردودی از مسابقه ).	۱۱
بدون هیچ علتی در مراسم اهداء جوايز شرکت نکنند. عدم صلاحیت	۱۲
از انجام تست آنتی دوپینگ سرپیچی کنند و یا یک نتیجه مثبت در آنتی دوپینگ داشته باشند. عدم صلاحیت	۱۳
تعویض شماره	۱۴ عدم صلاحیت و حذف از مسابقه
مواردی که در جلسه فنی اعلام می گردد.	۱۵

\* ردیف شماره ۱۵ بنابر شرایط خاص در منطقه برگزاری اضافه می شود.

\* در صورت مشبت بودن ۱۵ شرکت دوپینگ در زمان مقرر، شرکت کننده می باشد احکام، مdal، جوايز و هدایای دریافتی را به برگزار کننده عودت نموده و برابر مقررات و قوانین جاری با وی برخورد می گردد.

\* در صورت حذف ورزشکار خاطی مطابق با جدول بالا در کاربرگهای شناسه ۹۹۵-۹۹۶-۱۱۸-۱۱۷ با علامت (X) در ستون خطا درج شود.

**ماده (۳۷) مسابقات**

(۳۷-۱) فقط هیئت‌های کوه نوردی و صعودهای ورزشی استان‌ها، نهادها، باشگاه‌ها و یا سازمان‌های رسمی از سوی فدراسیون به رسمیت شناخته شده اند، مجازند تا درخواست میزبانی یک مسابقه مورد تایید کمیته را ارائه دهند.

(۳۷-۲) اشکال مسابقات: (مسابقات در دو بخش قهرمانی و همگانی برگزار می‌گردد. در بخش قهرمانی طبق شیوه نامه اجرا می‌شود. در بخش همگانی به جهت ترغیب و تشویق آحاد جامعه بیویژه خانواده‌ها و جوانان، بسته به توان و مهارت شرکت کنندگان می‌توان در ارتفاعات پایین تر و با بعد مسافت کمتر برگزار نمود. از اهداف این نوع مسابقه، کوه پیمایی ایمن، پاک و ایجاد شادابی، نشاط و آشنایی و آموزش مستقیم و غیر مستقیم فرهنگ کوه پیمایی و کوه نوردی است).

**(۳۷-۲-۱) مسابقات قهرمانی.**

(۳۷-۲-۱-۱) مسابقات قهرمانی کشور.

(۳۷-۲-۱-۲) مسابقات قهرمانی استان.

**(۳۷-۲-۱-۳) مسابقات همگانی.**

**ماده (۳۸) مسئولان رسمی مسابقات**

(۳۸-۱) کمیته مسابقات و لیگ، مسئولان ذیل را در هر مسابقات رسمی مصوب کمیته به طور رسمی معرفی می‌نماید:

(۳۸-۲) مدیر مسابقه، رئیس هیئت داوری، ناظر، سرطراح، کادر طراحی، داوری و عوامل اجرایی.

**ماده (۳۹) محاسبه امتیازات مسابقات انفرادی و تیمی.**

**(۳۹-۱) امتیاز انفرادی**

امتیازها در هر مسابقه، با توجه به تقسیم بندی امتیازها در هر رده مشخص می‌شوند:

۱۰۰، ۷۸، ۷۶، ۷۴، ۷۲، ۷۰، ۵۸، ۵۶، ۵۴، ۵۲، ۵۰ با کاهش دو امتیاز تا جایگاه سی و هشتم پایین می‌آید.

مثال: نفر اول مسابقات، نمره اکتسابی برابر ردیف بالا، نفر دوم ۷۸، نفر سوم ۷۰ و الی آخرین نفر «نفر سی و هشتم» در رده بندی تیمی.

**(۳۹-۲) امتیاز دهی تیمی**

سیستم امتیاز دهی تیم‌های رسمی، بر اساس امتیازهای فردی به دست آمده توسط چهار نفر بالای جدول هر تیم بدست می‌آید.

(۳۹-۳) چنانچه در یک رده تیمی و یا انفرادی رتبه مساوی ایجاد شود، رتبه و مقام بعدی محسوب نمی‌شود. مثلاً اگر مقام اول را به طور مساوی ۲ نفر کسب کنند، مдал نفر دوم حذف و مdal سوم اهداء می‌شود و به همین ترتیب در تیمی تا انتهای جدول.

**ماده (۴۰) اعتراضات**

(۴۰-۱) اعتراض به هر یک از مراحل مسابقه، می‌باشد توسط ورزشکار و یا سرپرست رسمی وی با ذکر نام و شرح اعتراض، در خط پایان و یا در مدت زمان حداقل ۵ دقیقه از زمان انتشار نتایج موقت، نوشته و امضاء شده و مبلغ ورودیه بابت حق اعتراض پرداخت گردد که در صورت تأیید اعتراض توسط هیئت داوری به ایشان عودت داده دخواهد شد در غیر این صورت ثبت و ضبط می‌گردد.

**ماده (۴۱) هرگونه تغییرات یا جابجائی و یا موارد پیش‌بینی نشده با تأیید فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی ج. ا. ایران منطبق بر شرایط فرهنگی، آئینی، ملی، اقلیمی، اجتماعی، امکانات و... اعلام در بخش‌نامه‌های مربوطه قابل اجراء است.**



# فصل سوم

# کاربرگها

# محل الصاق عكس

شماره شناسه ۱۰۱ - د ۹۹

## کاربرگ پرسش‌نامه ثبت نام و پذیرش در مسابقه

## در اینجا چیزی ننوشید که شناسایی ثبت نام

لطفاً این کاربرگ را با خودکار و با خط خوانا تکمیل نمایید.

عنوان مسابقه:..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری:.....

نام پدر:				نام - نام خانوادگی:
Full Name :				
تاریخ تولد:	روز	ماه	سال	شماره شناسنامه:
هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی اعزام کننده:				استان محل اقامت:
شماره کارت بیمه ورزشی:				گروه خون:
آخرین مدرک و رشته تحصیلی:				شغل:
وضعیت تأهل:	ملیت:			کد ملی:
مذهب:	دین:			کد پستی منزل:
نشانی منزل:				
رایانامه:				تلفن منزل - همراه:

بخش سنجش سلامت

**اخطار:** پاسخ به تمامی پرسش‌ها الزامی است. اطلاعات تادرست، در هنگام بروز فوریت‌های پزشکی، اقدامات درمانی را تحت الشیاع قرار داده و خطوانک است.

اگر پاسخ شماره ۲۲ «بله» است، علّت تحت درمان بودن خود را بتوانیم:

سماوی‌های دیگر یا ضایعاتی، که در بالا از آن‌ها نام بوده نشده و شما به آن‌ها مبتلا هستید، را بنویسید:

این جانب..... ضمن تأیید مطالب فوق، مسئولیت ناشی از تمامی پیش‌آمدی‌های ناشی از حوادث و اتفاقات احتمالی و پیشرو را با علم و آگاهی و در سلامت جسمی و روحی، مسابقه را می‌پذیرم.

امضاء و اثر انگشت

شرکت نامبرده در این دوره مسابقات مورد تأیید است.

تایید / عدم تایید پزشک حاضر در هنگام پذیرش شرکت نامبرده به علت در این دوره مسابقات مورد تأیید نمی باشد.

— سرت دامبرده به عنوان علائم بالینی، فشار خون، نیز، مهر و امضاء پیشک مسابقه

### مهر و امضاء پزشک مسابقه

علائم بالبني فشار خون نظر

عالیم بالینی، فشار خون

عالیہم بالیتی

شماره شناسه ۱۰۲ م - د

## کاربرگ دریافت مدارک ثبت نام در مسابقه

عنوان مسابقه:..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری:.....

شماره شناسه ۱۰۳ - د

## کاربرگ دریافت و رو دیه ثبت نام در مسابقه

عنوان مسابقه: ..... زمان برگزاری: ..... مکان برگزاری: .....

ناظر مسابقه

مدیر مسابقه

شماره شناسه ۱۰۴ م - ۹۹ د

ذکر نام و نام خانوادگی الزامی نیست.



## کاربرگ نظرخواهی و ارائه پیشنهاد در مسابقه

عنوان مسابقه: ..... زمان برگزاری: ..... مکان برگزاری: .....  
نام: ..... نام خانوادگی: .....

شرکت‌کننده گرامی؛ اعلام نظر و پیشنهادهای حضرت عالی می‌تواند در کمیت و کیفیت این مسابقه و مسابقه‌های مشابه تأثیرگذار بوده و ما را در هر چه بهتر برگزار نمودن آن‌ها یاری نماید.  
با سپاس و احترام.

شماره شناسه ۱۰۵ - د ۹۹

## کاربرگ اطلاعات دسترسی به شرکت‌کننده در مسابقات

عنوان دوره: ..... زمان برگزاری: از..... تا..... مکان برگزاری:

نام و نام خانوادگی و امضاء مسئول ثبت نام و پذیرش

## کاربرگ اطلاعات حساب بانکی کادر اجرایی

..... مساقیه: ..... زمان برگزاری: ..... مکان برگزاری:

## نام و نام خانوادگی و امضا مدیر مسابقه

شماره شناسه ۱۰۷ م - ۵

## کاربرگ گزارش سرطراح مسابقه (صفحه ۱ از ۳)

\* این کاربرگ را سرطراح مسابقات تکمیل می‌نماید.

عنوان مسابقه: ..... تاریخ برگزاری: از ..... / ..... / ..... ۱ تا ..... / ..... / .....

مدیر مسابقه: ..... رئیس هیئت داوری: ..... ناظر فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی: ..... سرطراح مسابقه: .....

نام کامل طراحان و درجه (به ترتیب الفبایی نام خانوادگی)

.۱۱		.۱
.۲۱		.۲
.۳۱		.۳
.۴۱		.۴
.۵۱		.۵
.۶۱		.۶
.۷۱		.۷
.۸۱		.۸
.۹۱		.۹
.۰۲		.۰۱

محل برگزاری:

استان: ..... شهرستان: ..... شهر: ..... منطقه: .....

شماره مجوز برگزاری: ..... برگزارکنندہ: .....

## کاربرگ گزارش سرطراح مسابقه (صفحه ۲ از ۳)

وضعیت طراحان مسابقه

**ض = ضعيف**

$\bar{x}$  = متوسط

خ = خوب

ع= عالی

## گزارش و زمان بندی کامل روزانه طراحی:

شماره شناسه ۱۰۷ م - د ۹۹

کاربرگ گزارش سرطراح مسابقه (صفحه ۳ از ۳)

## لیست لوازم تحویل گرفته شده:

نظرات و پیشنهادات:

## نام و نام خانوادگی و امضاء و تاریخ سرطراح

## ضمیمه: عکس ها و یا فیلم

شماره شناسه ۱۰۸ م - ۹۹

**کاربرگ تعهدنامه اولیای شرکت‌کنندگان با سن کمتر از ۱۸ سال در مسابقه****مشخصات ولی / سرپرست / قیم:**

این جانب ..... به عنوان ولی / فرزند ..... به شناسنامه شماره ..... سرپرست / قیم قانونی خانم / آقای ..... متولد روز ..... به کد ملی ..... فرزند ..... ماه ..... سال ..... ضمن قبولی و احترام به کلیه قوانین فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی، با ابراز رضایت کامل از حضور نامبرده در مسابقه ..... مسئولیت بروز هر گونه حادثه ممکن برای ایشان را می‌پذیرم.

نشانی دقیق پستی و شماره تلفن منزل این جانب به قرار زیر است:

نام - نام خانوادگی، امضاء

تاریخ امضاء

سال	ماه	روز

درستی مندرجات و امضای فوق مورد تأیید می‌باشد.

نام، امضا و مهر

رئیس هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان

تاریخ:

توجه:



۱. مسئولیت مندرجات این کاربرگ بر عهده هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان است.
۲. این کاربرگ می‌بایست پیش از آغاز مسابقه و حضور رئیس هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان تکمیل شود.
۳. بهمنظور ایجاد هم‌آهنگی بیشتر، تاریخ توکل معیار افراد ۱۸ سال به بالا را فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی، هر سال اعلام خواهد نمود.
۴. شرکت افراد با سن کمتر از ۱۸ سال، بدون پر کردن این کاربرگ، در مسابقه ممنوع است.
۵. این کاربرگ فقط در مسابقاتی توزیع و تکمیل می‌شود که بالحاظ نمودن تمامی شرایط فنی، فرهنگی، اجتماعی و... که مورد تایید رسمی فدراسیون باشد

شماره شناسه ۱۰۹ م - ۹۹

## کاربرگ اعلام اعتراضات به مسابقه

رئیس محترم هیئت داوری

مسابقه: ..... که در تاریخ ..... و در مکان ..... برگزار شد.

با احترام ، اعلام می دارد که این جانب ..... ورزش کار / سرپرست تیم ..... اعزامی از ..... در خصوص ..... تقاضای بازنگری و تجدیدنظر دارم. در ضمن فیش بانکی هزینه اعتراض به مبلغ ..... ریال ، به پیوست آمده است.

نام و نام خانوادگی و امضاء- تاریخ

سرکار خانم/ جناب آقای: ..... نظر به بازنگری به عمل آمده و مطابق بند ..... قوانین و مقررات مسابقات دوی کوهستان ، رأی هیئت داوری به شرح ذیل به حضور تقدیم می گردد:

نام و نام خانوادگی و امضاء رئیس هیئت داوری - تاریخ

شماره شناسه ۱۱۰ م - ۹۹

## کاربرگ اقدام انضباطی در مسابقه

نظر به این که سرکار خانم / جناب آقای .....  
اعزامی از استان ..... که در تاریخ ..... و .....  
در ..... برگزار شد، مرتکب خطای ..... شده است، ملزم به .....  
دریافت کارت ..... و ارجاع به کمیته انضباطی می باشد.

نام و نام خانوادگی و امضا رئیس هیات داوری

نام و نام خانوادگی و امضا مسابقه دهنده

تاریخ

توضیحات:

شماره شناسه ۱۱۱ م - د ۹۹

## کاربرگ ثبت نام ییمی در مسابقات

عنوان مسابقه: ..... زمان برگزاری: ..... مکان برگزاری: ..... تعداد نفرات شرکت کننده: .....

نام و نام خانوادگی سرپرست تیم: \_\_\_\_\_  
تلفن: \_\_\_\_\_

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر (سرپرست فنی)

تاریخ

تلفن تماس ضروری:

شماره شناسه ۱۱۲ م - ۹۹

## کاربرگ تقاضای صدور احکام قهرمانی

عنوان مسابقه: ..... زمان: ..... محل برگزاری: .....

ردیف	شرح	نام	نام خانوادگی	نام پدر	تولد	تاریخ	شماره شناسنامه	محل صدور	کد ملی	اعزامی از استان	مقام کسب شده
۱	فارسی										
	انگلیسی										
۲	فارسی										
	انگلیسی										
۳	فارسی										
	انگلیسی										

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر

تاریخ

صفحه: ۱ از ۲

شماره شناسه ۱۱۳ م - ۹۹ د

## کاربرگ گزارش ناظر (سرپرست فنی) مسابقه

\* این کاربرگ را ناظر مسابقه تکمیل می‌نماید.

عنوان مسابقه: ..... تاریخ برگزاری: از ..... تا .....

نام و نام خانوادگی مدیر: .....

نام و نام خانوادگی ناظر (سرپرست فنی) : .....

نام و نام خانوادگی رئیس هیئت داوری: .....

نام و نام خانوادگی سر طراح: .....

محل برگزاری:

استان: ..... شهرستان: ..... شهر: ..... منطقه: .....

شماره مجوز برگزاری: ..... برگزارکننده: .....

شماره شناسه ۱۱۳ م - ۹۹ د

صفحه: ۲ از ۲

## کاربرگ گزارش ناظر مسابقه

نقاط قوت مسابقه:

---

---

---

---

---

نقاط ضعف مسابقه:

---

---

---

---

---

شرح تخلفات مسابقه:

---

---

---

---

---

پیشنهادها و نقطه نظرها درباره مسابقه:

---

---

---

---

---

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر مسابقه

تاریخ:

شماره شناسه ۱۱۴ م - ۹۹

## کاربرگ خلاصه اطلاعات مسابقات

عنوان مسابقه: ..... زمان برگزاری: ..... محل برگزاری: .....

ناظر (سرپرست فنی)	داور رده بند	سر طراح	رئیس هیأت داوری	مدیر مسابقه	تعداد ورزشکاران حاضر	تعداد استان حاضر	مجری برگزاری	میزبان				
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....				
						نام و نام خانوادگی استان		نفرات اول تا ششم				
								کادر طراحی:				
کادر داوری:												
همکاران اجرایی:					اسامي استان ها:							

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۹۹

صفحه: ۱ از ۴

## کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

\* این کاربرگ را که شامل ۴ صفحه است، مدیر مسابقه تکمیل می‌نماید.

عنوان

..... تاریخ برگزاری: از .....

مسابقه:

.....	نام و نام خانوادگی مدیر:
.....	نام و نام خانوادگی ناظر (سرپرست فنی):
.....	نام و نام خانوادگی رئیس هیئت داوری
.....	نام و نام خانوادگی سر طراح:
.....	شماره مجوز برگزاری:

محل برگزاری:

استان: ..... شهرستان: ..... شهر: ..... منطقه: .....

شماره مجوز برگزاری: ..... برگزار کننده: .....

شماره شناسه ۱۱۵ م - د ۹۹

صفحة:



صفحه: ۲ از ۴ - ادامه

کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

گزارش مختصر روزانه مسابقه



الف) منابع درآمدهای مالی

## ب) هزینه ها

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۹۹

صفحه:

صفحة: ۴ از ۴ - ادامه

## کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

بررسی وضعیت شرایط و عوامل تأثیرگذار بر مسابقه			
موضوع	متناوب	نامتناسب	توضیحات
زمان			
کادر اجرایی			
کادر فنی			
شرکت کنندگان			
لوازم و تجهیزات فنی			
لوازم و تجهیزات اداری			
مکان برگزاری			
اعتبار مالی			
تغذیه			
محل اقامت شرکت کنندگان و کادر اجرایی			
وسیله نقلیه			
روند از پیش تعیین شده اجرایی			
دیگر موارد			

نقطه نظرات و پیشنهادهای مدیر مسابقه:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نام و نام خانوادگی و امضا مدیر مسابقه: تاریخ

شماره شناسه ۱۱۶ م - ۹۹

**کاربرگ ارزیابی مسابقات**

پاسخگوی محترم: پرسشنامه زیر به منظور سنجش کیفیت برگزاری مسابقات تهیه شده است. بدینهی است رسیدن به نتایج واقعی جهت ارتقاء سطح کیفی بدون مساعدت و همکاری جنابعالی امکان پذیر نیست. لذا خواهشمند است نظرات خود را در مورد نحوه برگزاری اعلام فرمایید.

عنوان مسابقه: <input type="checkbox"/> میزبان <input checked="" type="checkbox"/> مجری	(این قسمت در صورت تمایل تکمیل گردد) نام و نام خانوادگی: سمت: استان: باشگاه: ردیه سنی:
--	--

**الف) ارزیابی طراحی مسیر:**

ردیه سنی	شرح سئوالات
۱۰	امتیاز مورد نظر خود را در هر مورد با علامت × مشخص نمایید.
۱	نشانه گذاری در مسیر با رنگهای استاندارد
۲	ایمنی مسیر طراحی شده
۳	خلاقیت در طراحی مسیر
۴	میزان رضایت شما از طراحی مسیر

**ب) ارزیابی داوری مسابقه**

۱۰	آشنایی با قوانین روز داوری
۷	مهارت و تسلط در اجرای قوانین
۸	دقت در امر امتیاز دهی و رده بندی
۹	میزان رضایت شما از داوری مسابقه

**ج) ارزیابی تسهیلات و امکانات رفاهی: (میزبان)**

۱۰	زمان و محل برگزاری مسابقه
۱۱	نحوه اطلاع رسانی
۱۲	کیفیت پذیرش
۱۳	نحوه برخورد برگزار کنندگان
۱۴	میزان رضایت شما از میزبانی مسابقه
۱۵	امکانات خوابگاهی
۱۶	پذیرایی

**نظرات و پیشنهادات**

شماره شناسه ۱۱۷ م - د

## کاربرگ ثبت زمان، خط پایان و رده بندی نهایی مسابقه

..... عنوان مسابقه: .....  
..... تاریخ برگزاری: .....  
..... مکان برگزاری: .....  
..... تعداد شرکت کننده: .....  
..... زمان شروع مسابقه: .....  
..... برگزار کننده: .....

\* در صورت انجام خطا در ستون خطای جدول بالا درج شود.

\* چنانچه ورزشکار خاطری از دور مسابقات حذف شود با علامت (X) در ستون خطای جدول بالا درج شود.

نام و نام خانوادگی و امضا

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس، هیئت داوری

داور رده بند

شماره شناسه ۱۱۸ م - د

کاربرگ خطای شرکت کنندگان

عنوان ..... تاریخ برگزاری: ..... برگزار

..... مسابقه: ..... کنندۀ:

..... زمان شروع مسابقه: ..... تعداد شرکت کننده: ..... مکان برگزاری: .....

تعویض شماره پادوان	تعمیت کردن از دستورات کاربرگاری	
نداشتن یا عدم استفاده از تجهیزات مود نیاز	نداشتن یا عدم استفاده از تجهیزات مود نیاز	
داشتن رفاقت غیر وزنش در طول مسیر مسابقه کمک نکردن به دیگر شرکت کنندگان در صورت نیاز به کمک	داشتن رفاقت غیر وزنش در طول مسیر مسابقه کمک نکردن به دیگر شرکت کنندگان در صورت نیاز به کمک	
عیوب کردن از نقاط بازرسی اجباری	عیوب کردن از نقاط بازرسی اجباری	
شروع غلط	شروع غلط	
شماره لبلایه‌ها و زمکان‌های معرض دید بناند یا استخاری شده باشد	شماره لبلایه‌ها و زمکان‌های معرض دید بناند یا استخاری شده باشد	
دنال کردن علایم مسیر مسابقه بصورت عمده یا سهوی	دنال کردن علایم مسیر مسابقه بصورت عمده یا سهوی	
دریافت هرگونه کمک در مناطق غیر مجاز (مرتفعاتی که به عنوان ایستگاه کمکی نیستند)	دریافت هرگونه کمک در مناطق غیر مجاز (مرتفعاتی که به عنوان ایستگاه کمکی نیستند)	
عدم رعایت مسائل زیست محیطی (بیرون از مسابقه تا شانع ۱۰۰۰ متر) ، پنهان شدن قدری الودگی صورتی	عدم رعایت مسائل زیست محیطی (بیرون از مسابقه تا شانع ۱۰۰۰ متر) ، پنهان شدن قدری الودگی صورتی	
هل دادن	هل دادن	
تنه زدن	تنه زدن	
زمان گذار	زمان گذار	
شماره مسابقه دهدنده	شماره مسابقه دهدنده	
(دیگر)	(دیگر)	

\* زمان کسر شده (حداقل سه دقیقه) با توجه به جدول صفحه ۳۹ و شدت خطا تعیین و در جدول بالا نوشته می‌شود. در صورتی که خطا منجر به حذف ورزشکار شود در جدول بالا «×» درج می‌گردد.

## نام و نام خانوادگی و امضاء داور مسیر - تاریخ

محل استقرار داور مسیر:

شماره شناسه ۱۱۹ م - د ۹۹

خط پایان  کاربرگ داوران خط شروع

عنوان مسابقه:..... تاریخ برگزاری:..... برگزار کننده:..... زمان شروع:.....

نام و نام خانوادگی و امضاء

ناظر (سرپرست فنی):

رئیس هیئت داوری:

دائر مسیر:

شماره شناسه ۱۲۰ م - د ۹۹

## **کاربرگ امتیاز و رده بندی انفرادی مسابقه به ترتیب امتیاز کسب شده**

عنوان مسابقه:..... مکان برگزاری:..... زمان:.....

• این کار برگ در مسابقاتی که رده بندی تیمی دارد تکمیل می شود.

### نام و نام خانوادگی و امضاء

مدیر مسابقه

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس هیئت داوری

شماره شناسه ۱۲۱ م - د ۹۹

جدول امتیاز تیم.

عنوان مسابقه: ..... مکان برگزاری: ..... زمان: .....

جمع امتیاز کسب شده تیمی

نام و نام خانهادگر، و امضاء

مدد مساقہ

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس هیئت داوری

شماره شناسه ۱۲۲ م - ۹۹

## کاربرگ گزارش عملکرد طراحان و داوران کارورز

تاریخ تنظیم کاربرگ:

نام و نام خانوادگی کارورز:

شماره مجوز حضور (این مجوز باید از سوی کمیته صعودهای ورزشی صادر گردد):	تاریخ اخذ مجوز:		
نام و نام خانوادگی مدیر مسابقه / رئیس هیأت داوری / سرطراح / ناظر:	شماره تماس:		
محل برگزاری مسابقات	استان:	شهرستان:	تاریخ برگزاری:
عنوان مسابقه:			ردیه سنی:

خلاصه گزارش عملکرد طراح و داور کارورز در طول مسابقه:

کارنامه طراح و داور کارورز دوی کوهستان:

ردیف	عنوان	امتیاز (۱۰ تا ۱)	توضیحات
۱	اشراف به قوانین و مقررات		
۲	تمرکز، سرعت عمل در طراحی و داوری		
۳	توانایی صعود		
۴	قطعیت و اعتماد به نفس		
۵	وقت شناسی و حضور به موقع		
۶	مسئولیت پذیری و همکاری گروهی		
۷	لوازم و تجهیزات شخصی		
۸	عدم ارائه اطلاعات اضافی به مسابقه دهنده‌گان		
۹	تحویل، نگاری و بازگشت وسایل و لوازم		
جمع کل			

توجه: در صورت کسب نمره زیر ۷۰ از ۱۰۰ و یا گزارش سوء دوره تجدید می‌گردد.

نام و نام خانوادگی، تاریخ و امضاء رئیس هیئت داوری، سرطراح و ناظر

شماره شناسه ۱۳۳ م - ۹۹

## کاربرگ گزارش رئیس هیئت داوری

عنوان مسابقه	جنسیت	رده سنی	زمان	مکان	گرایش	میزبان

نام و نام خانوادگی ناظر مسابقه	نام و نام خانوادگی مدیر مسابقه	نام و نام خانوادگی ناظر مسابقه

اسامی داوران:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

نقشه نظرات (چگونگی برگزاری):

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

نقشه نظرات پیشنهادی:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

نام، نام خانوادگی، تاریخ و امضاء رئیس هیئت داوری

لیست مدارک و پیوستهای ضروری:

لیست نتایج تأیید شده، جدول زمان بندی، گزارش عملکرد داوران کارورز، کاربرگ اعلام اعتراضات به مسابقه، کاربرگ اقدام انضباطی



تمامی عزیزان می‌توانند نظرهای خویش را به نشانی کمیته مسابقات و لیگ ارسال نمایند.

کمیته مسابقات و لیگ دست تمامی عزیزانی را که نقطه نظرها و پیشنهادهای خود را به منظور ارتقای سطح دانش و اصلاح این شیوه نامه، ارسال می‌نمایند، به گرمی می‌نشارد.

موفق باشد

اسفند ۱۳۹۹