

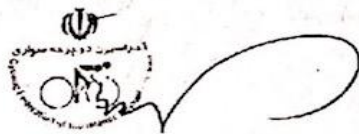


شرایط اختصاصی

تأسیس باشگاه ورزشی دوچرخه سواری

ویرایش دهم (نهایی)

فدراسیون دوچرخه سواری جمهوری اسلامی ایران

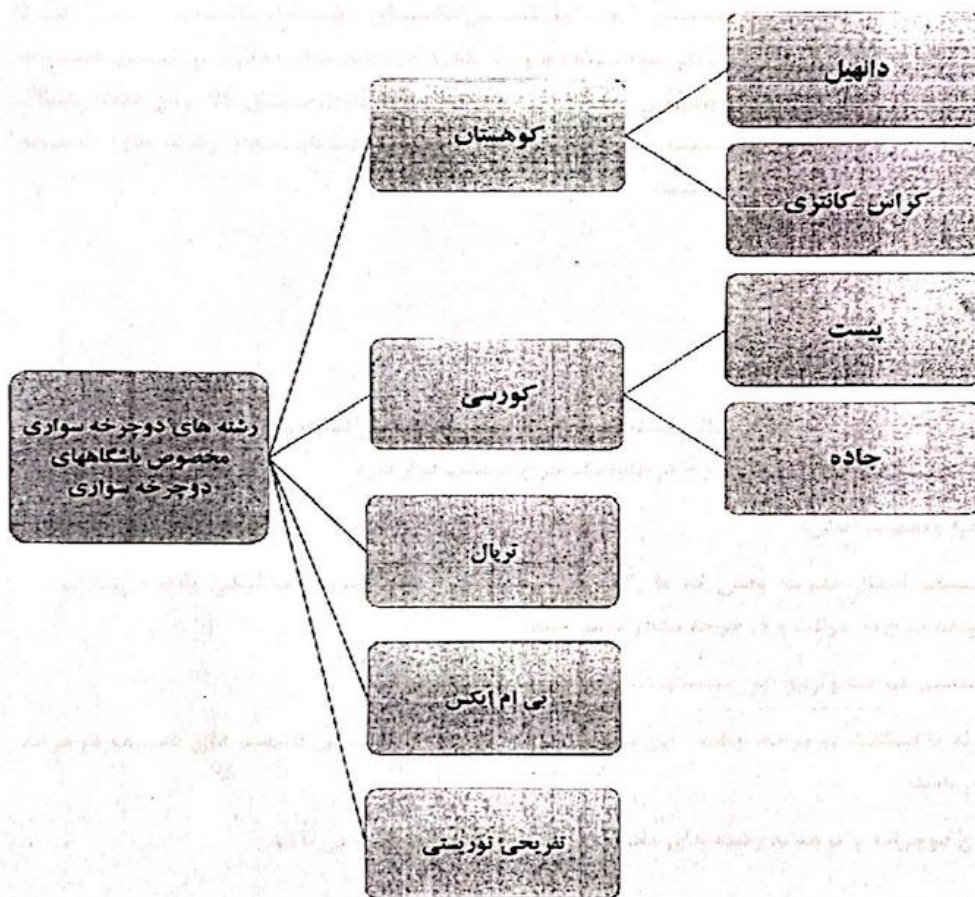


فهرست مطالب

<u>صفحه</u>	<u>عناوین</u>
۲	نمودار ساختاری رشته دوچرخه سواری.....
۳	مقدمه.....
۳	تعاریف و اصطلاحات.....
۴	رشته جاده.....
۴	رشته بیست.....
۴	رشته کراس کانتري.....
۴	رشته دانهیل.....
۵	مقررات فنی و اختصاصی باشگاه های دوچرخه سواری.....
۶	رشته کورسی.....
۷	رشته کوهستان.....
۸	رشته تریال.....
۹	رشته بی ام ایکس.....
۱۰	تفریحی و توریستی.....



ساختمان



1398
17
17

مقدمه

توسعه و گسترش رشته دوچرخه سواری نشانگر ضرورت بکارگیری علم در کلیه فعالیت‌های مرتبط با این رشته پرطرفدار و جذاب ورزشی می‌باشد به نظر می‌رسد که این مهم از طریق ایجاد مراکز برنامه ریزی مناسب، علمی و آموزشی امکان پذیر باشد تا با بهره‌مندی از توانایی موجود صورت پذیرد. در راستای تحقق این هدف فدراسیون دوچرخه سواری جمهوری اسلامی ایران در نظر دارد از طریق بالا بردن تعداد باشگاه‌های دوچرخه سواری نسبت به توسعه و پیشرفت پایدار رشته‌های دوچرخه سواری پایه اقدام نماید.

تعاریف و اصطلاحات:

دوچرخه

دوچرخه یک وسیله نقلیه پدالی است که با نیروی انسان حرکت می‌کند. دوچرخه دارای دو چرخ متصل به یک شاسی است که یک چرخ در جلو و یک چرخ در عقب قرار دارد.

اجزاء و قطعات اصلی:

سیستم انتقال قدرت: وقتی که ما رکاب می‌زنیم به چرخ عقب نیروی مکانیکی وارد می‌سازیم. در نتیجه چرخ‌ها حرکت و دوچرخه متحرک می‌شود.

سیستم هدایت و ترمز: این سیستم شامل فرمان و ترمز دوچرخه است.

بدنه یا اسکلت دوچرخه: وظیفه این سیستم نگهداری و به هم پیوستن قسمت‌های مختلف دوچرخه می‌باشد.

نوع دوچرخه با توجه به رشته‌های مختلف دوچرخه سواری متفاوت می‌باشد.



پیست

به محل برگزاری رشته های سرعتی و نیمه استقامتی اطلاق می شود که در یک پیست رو باز یا سرپوشیده و بیضی شکل که دارای شیب های استاندارد می باشد برابر قوانین فدراسیون جهانی ساخته می شود.

رشته جاده

یکی از برطرفدارترین و رایج ترین رشته های دوچرخه سواری می باشد که در سه بخش ۱- استقامت جاده ۲- تایم تریل انفرادی ۳- تایم تریل تیمی برگزار می گردد. این رشته در جاده های آسفالت و گاهاً سنگ فرش و مسیرهای باز و آزاد برگزار می شود.

رشته پیست

یکی از رشته های دوچرخه سواری است که در پیست های تعیین شده و استاندارد در بخش سرعت (یک کیلومتر - کایرین - تیم اسپرینیت و ۲۰۰ متر) و نیمه استقامت (اسکراچ - دور امتیازی - مدیسون - تعقیبی انفرادی - تعقیبی تیمی و اومنیوم) برگزار می گردد. دوچرخه های پیست برخلاف دوچرخه های جاده سیستم ترمز و تعویض دنده نداشته و این مسئله بدین معنی است که سیستم تغییر دنده در رشته های پیست وجود ندارد.

رشته گراس کانتری

رشته استقامتی از زیر مجموعه رشته کوهستان می باشد که در مسیرهای مشخص براساس قوانین و مقررات تعیین شده برگزار میگردد و زمان مسابقه بستگی به سن شرکت کنندگان دارد.

رشته دانهیل

رشته ای است سرعتی ، زیرمجموعه رشته کوهستان می باشد که طبق قوانین و مقررات تعیین شده در دوره های مقدماتی و نهایی برگزار میگردد. ورزشکاری که مسیر مسابقه را در کمترین زمان طی نماید در جایگاه بالاتری قرار می گیرد.



رشته تریال

رشته ای است که در آن ورزشکاران در یک مسیر بسته که شامل بخشهای مشخص شده است می بایست با کمترین تعداد خطا از آن عبور کنند. رشته تریال در کلاسهای ۲۰ و ۲۶ اینچ برگزار میگردد.

رشته بی ام ایکس

یکی از رشته های پر هیجان و المپیکی در دوچرخه سواری است که در مسیر بسته ای به مساحت ۳۵۰ تا ۴۰۰ متر برگزار می گردد و رکابزنان به طور همزمان از یک سطح شیب دار شروع به رقابت نموده و در طول پیست که شامل سطوح ناهموار ، گوشه های منحنی شکل و بخش های صاف میباشد به رقابت می پردازند.

تفریحی و توریستی

یکی از رشته های تفریحی و توریستی در دوچرخه سواری بوده که افراد در قالب گروههای چند نفره در مسیرهای مشخص ، داخل و خارج از شهر برابر قوانین و مقررات تعیین شده و با رعایت اصول ایمنی و کسب مجوز از مبادی ذیربط به فعالیت دوچرخه سواری می پردازند.

مقررات فنی و اختصاصی تأسیس باشگاه ورزشی دوچرخه سواری

۱. قسمت کورسی شامل رشته های جاده و پیست:

الف) رشته جاده (کورسی):

شرایط فنی ونحوه فعالیت رشته جاده (کورسی):

- ۱) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره خودرو یا موتورسیکلت مناسب جهت اسکورت و همراهی دوچرخه سواران در حین تمرینات.
- ۲) التزام به حضور یک مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۳ (کورسی) در طول تمرینات.



- ۳) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه با تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، و غیره.
 - ۴) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر با یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز. تمرینات جاده فقط در مسیرهای خلوت و بدون ممنوعیت تردد دوچرخه و با اطلاع و هماهنگی قبلی با نیروی انتظامی، پلیس راهور و پلیس راه مجاز می باشد.
 - ۵) اعمال تمرینات مجزا درخصوص گروه های سنی.
 - ۶) التزام به رعایت امنیت و ایمنی لازم برای رده های سنی نوجوانان و جوانان در مسیرهای آموزشی.
 - ۷) التزام دوچرخه های آموزشی به داشتن شرایط و استانداردهای لازم.
 - ۸) ارائه مدارک مالکیت حداقل ۵ دوچرخه مخصوص جاده (کورسی).
- تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.
- تبصره ۲- الزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته .

ب) رشته پیست (کورسی):

شرایط فنی و نحوه فعالیت رشته پیست (کورسی):

۱. در صورت تقاضای مجوز باشگاه دوچرخه سواری ارائه مدارک مالکیت یا اجاره نامه و یا تفاهم نامه استفاده از پیست دوچرخه سواری.
 ۲. پیش بینی کمک های اولیه و حضور پزشک یا در طول تمرینات.
 ۳. التزام به حضور مربی متخصص دارای مدرک مربیگری حداقل درجه ۲ در طول تمرینات.
 ۴. ارائه مدارک مالکیت یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه با تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، و غیره.
 ۵. التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر با یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.
 ۶. التزام به داشتن حداقل ۵ دستگاه دوچرخه مخصوص پیست برای آموزش اولیه نوآموزان.
- تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.
- تبصره ۲- الزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته .

۲. قسمت کوهستان شامل رشته های کراس کانتری و دانهیل:

الف) رشته کراس کانتری (المپیک)

شرایط فنی و نحوه فعالیت رشته کراس کانتری:

- ۱) التزام به تامین وسیله نقلیه مناسب جهت اسکورت دوچرخه سواران در حین تمرینات.
- ۲) پیش بینی کمک های اولیه در طول تمرینات.
- ۳) التزام به حضور مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۲ در طول تمرینات.
- ۴) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه با تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، و غیره.
- ۵) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر یا یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.
- ۶) التزام به داشتن حداقل ۵ دستگاه دوچرخه مخصوص کراس کانتری برای آموزش اولیه نوآموزان
- ۷) مسیر تمرینی رشته کراس کانتری می بایست با توجه به شرایط نوآموز و متناسب با شرایط سنی و آمادگی افراد توسط مربی مجرب این رشته و در استانداردهای لازم طراحی مسیر مشخص و مورد استفاده قرار گیرد.

تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.

تبصره ۲- الزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته.

ب) رشته دانهیل

شرایط فنی و نحوه فعالیت رشته دانهیل :

- ۱) التزام به تامین وسیله نقلیه مناسب جهت اسکورت دوچرخه سواران در حین تمرینات.
- ۲) پیش بینی کمک های اولیه در طول تمرینات.
- ۳) التزام به حضور مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۲ در طول تمرینات.
- ۴) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه با تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، و غیره.
- ۵) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر یا یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.
- ۶) التزام به داشتن حداقل ۵ دستگاه دوچرخه مخصوص دانهیل برای آموزش اولیه نوآموزان



۷) مسیر تمرینی رشته دانهیل می بایست با توجه به شرایط نوآموز و متناسب با شرایط سنی و آمادگی افراد توسط مربی مجرب این رشته و در استانداردهای لازم طراحی مسیر مشخص و مورد استفاده قرار گیرد.

۸) محلی برای کمکهای اولیه، نگهداری و تعمیر دوچرخه ها در نظر گرفته شود.

۹) مسیر تمرین رشته دانهیل برابر مقررات فدراسیون دوچرخه سواری جهانی برای افراد بالای ۱۷ سال مجاز بوده و طراحی مسیر می بایست با شرایط نوآموز و متناسب با مهارت فرد پیش بینی و به همراه مربی مجرب رشته دانهیل اجرا گردد.

۱۰) مسیر دانهیل می بایست استانداردهای لازموانیت را جهت تمرینات ورزشکاران داشته باشد.

۱۱) استفاده از دوچرخه های مخصوص در رشته دانهیل الزامی می باشد.

۱۲) ورزشکاران حتماً می بایست از کلاه و دار و تجهیزات ایمنی استفاده نمایند.

تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.

تبصره ۲- الزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته.

۳. رشته تریال:

شرایط فنی و نحوه فعالیت رشته تریال:

۱) التزام به تامین وسیله نقلیه مناسب در حین تمرینات.

۲) پیش سنی کمک های اولیه در طول تمرینات.

۳) التزام به حضور مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۲ در طول تمرینات.

۴) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه با تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای: تلفن، فکس، و غیره.

۵) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر یا یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.

۶) التزام به داشتن حداقل ۵ دستگاه دوچرخه مخصوص تریال برای آموزش اولیه نوآموزان.

۷) مسیر تمرینی رشته تریال می بایست با توجه به شرایط نوآموز و متناسب با شرایط سنی و آمادگی افراد توسط مربی مجرب این رشته و در استانداردهای لازم طراحی مسیر مشخص و مورد استفاده قرار گیرد.

۸) محلی برای کمکهای اولیه، نگهداری و تعمیر دوچرخه ها در نظر گرفته شود.

تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.

تبصره ۲- الزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته.

۸



۴. رشته بی ام ایکس:

شرایط فنی و نحوه فعالیت رشته بی ام ایکس :

- (۱) التزام به نامبن وسیله نقلیه مناسب در حین تمرینات.
 - (۲) پیش بینی کمک های اولیه در طول تمرینات.
 - (۳) التزام به حضور مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۲ در طول تمرینات.
 - (۴) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه یا تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، پست الکترونیکی و غیره.
 - (۵) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر یا یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.
 - (۶) التزام به داشتن حداقل ۵ دستگاه دوچرخه مخصوص بی ام ایکس برای آموزش اولیه نوآموزان
 - (۷) مسیر تمرینی رشته بی ام ایکس می بایست با توجه به شرایط نوآموز و متناسب با شرایط سنی و آمادگی افراد توسط مربی مجرب این رشته و در استانداردهای لازم طراحی مسیر مشخص و مورد استفاده قرار گیرد.
 - (۸) محلی برای کمکهای اولیه، نگهداری و تعمیر دوچرخه ها در نظر گرفته شود.
- تبصره ۱ - التزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.
- تبصره ۲ - التزام به استفاده از دوچرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته .
- تبصره ۳ - کلیه موارد ایمنی در ساخت پیست بی ام ایکس برابر استانداردها و دستورالعملهای فدراسیون جهانی دوچرخه سواری می باشد.

۵. تفریحی و توریستی:

شرایط فنی و نحوه فعالیت در بخش تفریحی توریستی :

- (۱) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره خودرو یا موتورسیکلت مناسب جهت همراهی دوچرخه سواران در حین اجرای برنامه مورد نظر..
- (۲) التزام به حضور یک مربی متخصص دارای مدرک مربیگری درجه ۳ در طول اجرای فعالیت .
- (۳) ارائه مدارک مالکیتی یا اجاره مکانی مناسب بعنوان دفتر باشگاه یا تاسیسات و تجهیزات مورد نیاز مشتمل بر حداقل ۵۰ مترمربع دارای : تلفن، فکس، و غیره.
- (۴) التزام بیمه حوادث حداقل ۵ نفر یا یکی از شرکت های بیمه دارای مجوز.

(۱) -
مهر و امضاء
[Signature]

۵) اجرای برنامه پیش بینی شده میبایست در مسیرهای ایمن، مشخص و با صدور مجوز از مراجع ذیربط باشد.

۶) برنامه مد نظر میبایست برای افراد بالای ۱۸ سال و با رعایت کامل امنیت و ایمنی برگزار گردد.

۷) التزام دوجرخه های مورد استفاده به داشتن شرایط و استانداردهای لازم.

۸) ارائه مدارک مالکیت حداقل ۵ دوجرخه مخصوص سایکل توریست.

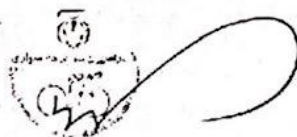
تبصره ۱- الزام به رعایت مسایل ایمنی برای کلیه ورزشکاران و مربیان.

تبصره ۲- الزام به استفاده از دوجرخه و تجهیزات مخصوص متناسب با همان رشته

این دستورالعمل در ماده و بند توسط فدراسیون دوجرخه سواری ورزشی تهیه و تنظیم، پس از بررسی در کارگروه تخصصی کمیسیون و تصویب در کمیسیون اصلی ماده پنج در تاریخ جهت
اجراء ابلاغ گردید.

با احترام

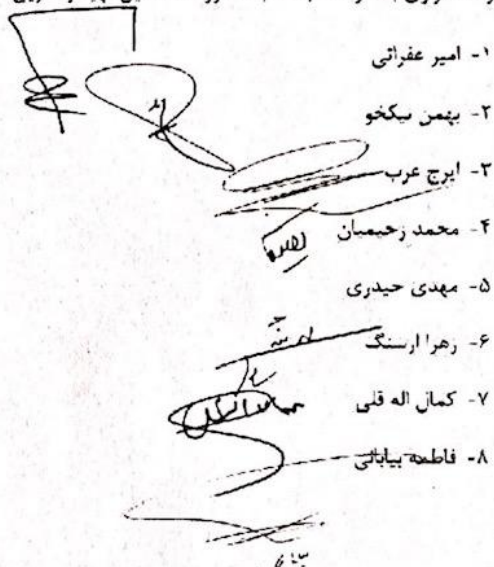
فدراسیون دوجرخه سواری جمهوری اسلامی ایران



کارگروه تخصصی تهیه و تدوین پیش نویس

شرایط اختصاصی دستورالعمل های باشگاه های ورزشی در کمیسیون ماده ۵

برو مصوبه کمیسیون اصلی ماده ۵ کارگروه تخصصی تهیه و تدوین دستورالعمل های باشگاه های ورزشی
دو چرخه سواری بعد از ۱۰ جلسه با حضور اعضاء ذیل تهیه و تدوین گردید.

- 
- ۱- امیر عفراتی
 - ۲- بهمن بیکخو
 - ۳- ایرج عرب
 - ۴- محمد رحیمیان
 - ۵- مهدی حیدری
 - ۶- رهبر ارنگ
 - ۷- کمال اله قلی
 - ۸- فاطمه بیابانی