



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

لیگ دسته یک پومسه بانوان - منطقه ۱ (جام نشاط)

مکان: خانه تکواندو فدراسیون

ردیف	رده سنی	تعداد	شماره زمین	فرم های اجرایی	ساعت برگزاری
۱	پومسه انفرادی استاندارد 15-17 سال	100	۱	5	8 - 11
۲	پومسه انفرادی استاندارد زیر 12 سال	54		2, 3	11 - 13:45
۳	پومسه تیمی استاندارد 15-17 سال	14		4, 5	14 - 15
۴	پومسه تیمی استاندارد 31 سال به بالا	9		8, 9	15 - 15:45
۵	پومسه تیمی استاندارد زیر 12 سال	9		4, 5	16 - 16:40
۶	پومسه انفرادی استاندارد 15-17 سال	100	۲	6	8:10 - 11:15
۷	پومسه ابداعی انفرادی بالای 18 سال	14			11:15 - 12:30
۸	پومسه ابداعی انفرادی 15-17 سال	13			12:30 - 13:15
۹	پومسه ابداعی تیمی دو نفره بالای 18 سال	8			13:15 - 14
۱۰	پومسه ابداعی انفرادی زیر 14 سال	18			14 - 15:30
۱۱	پومسه ابداعی تیمی دو نفره زیر 18 سال	14			15:30 - 16:40
۱۲	پومسه انفرادی استاندارد 18-30 سال	93	۳	7	8 - 10:30
۱۳	پومسه انفرادی استاندارد 12-14 سال	87		4	10:30 - 13
۱۴	پومسه انفرادی استاندارد 31 - 40 سال	27		7, 8	13 - 14:30
۱۵	پومسه تیمی استاندارد 18-30 سال	20		6	14:45 - 15:30
۱۶	پومسه تیمی استاندارد 12-14 سال	19		4	16 - 16:40
۱۷	پومسه انفرادی استاندارد 18-30 سال	93	۴	8	8:10 - 10:45
۱۸	پومسه انفرادی استاندارد 12-14 سال	87		5	10:45 - 13:15
۱۹	پومسه انفرادی استاندارد 41-50 سال	23		8, 9	13:15 - 14:30
۲۰	پومسه تیمی استاندارد 18-30 سال	20		7	14:45 - 15:30
۲۱	پومسه تیمی استاندارد 12-14 سال	19		5	16:10 - 16:40

تذکرات:

- ۱- کلیه شرکت کنندگان موظف هستند حداقل ۱ ساعت قبل از زمان مربوط به مسابقه رده سنی خود در محل برگزاری مسابقات حضور داشته باشند.
- ۲- بازیکنان طبق لیست مشخص شده ابتدا فرم پایین تر و سپس فرم بعدی را اجرا خواهند کرد.
- ۳- لباس ورزشکاران باید استاندارد و بدون هرگونه علامت و یا نوشته اضافی باشد.
- ۴- رنگ لباس ورزشکاران باید سفید، یا رنگ استاندارد مربوط به رده سنی خود باشد.
- ۵- شرکت کنندگان نباید وسایل اضافی و تزئینی از قبیل انگشتر، ساعت، گردنبند و به همراه داشته باشند.
- ۶- جهت اقامه نماز و صرف نهار، زمین ها طبق جدول زمانبندی تعطیل خواهد شد.

سازمان لیگ