

فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

لیگ دسته یک پومسه بانوان - منطقه ۳ (جام نشاط)

مکان: خانه تکواندو فدراسیون

ردیف	رده سنی	تعداد	شماره زمین	فرم های اجرایی	ساعت برگزاری
۱	پومسه انفرادی استاندارد 18-30 سال	103	۱	7	8 - 11
۲	پومسه انفرادی استاندارد زیر 12 سال	68		2	11 - 13:30
۳	پومسه تیمی استاندارد زیر 12 سال	14		2, 3	14 - 14:45
۴	پومسه انفرادی استاندارد 31-40 سال	20		7, 8	14:45 - 16
۵	پومسه انفرادی استاندارد 18-30 سال	103	۲	8	8:10 - 11:10
۶	پومسه انفرادی استاندارد زیر 12 سال	68		3	11:10 - 13:45
۷	پومسه ابداعی انفرادی بالای 18 سال	14			13:45 - 15
۸	پومسه ابداعی تیمی دو نفره بالای 18 سال	6			15 - 15:30
۹	پومسه ابداعی انفرادی زیر 14 سال	12			15:30 - 16:15
۱۰	پومسه ابداعی انفرادی 15-17 سال	10			16:15 - 17
۱۱	پومسه ابداعی تیمی دو نفره زیر 18 سال	11			17 - 17:45
۱۲	پومسه انفرادی استاندارد 12-14 سال	103	۳	4	8 - 11:10
۱۳	پومسه انفرادی استاندارد 15-17 سال	108		5	11:10 - 14:40
۱۴	پومسه تیمی استاندارد 15-17 سال	18		4, 5	15 - 16
۱۵	پومسه تیمی استاندارد 18-30 سال	13		6, 7	16 - 16:45
۱۶	پومسه تیمی سه نفره 12-14 سال	19		4,5	16:45 - 17:45
۱۷	پومسه انفرادی استاندارد 12-14 سال	103	۴	5	8:10 - 11:20
۱۸	پومسه انفرادی استاندارد 15-17 سال	108		6	11:20 - 14:50
۱۹	پومسه انفرادی استاندارد بالای 50 سال	5		9, 10	15 - 15:30
۲۰	پومسه انفرادی استاندارد 41-50 سال	21		8, 9	15:30 - 16:30
۲۱	پومسه تیمی استاندارد 31 سال به بالا	6		8, 9	16:45 - 17:15

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