



شماره: ۰۰/۲۹۲/۱۳/۵/۳۸۶  
تاریخ: ۱۴۰۰/۰۳/۲۶  
پیوست: .....

## جناب آقای حیدری

### مدیر کل محترم ورزش و جوانان استان خوزستان

### آقای نصیری

### معاون محترم امور ورزش

با سلام؛

احتراماً، به استحضار می‌رساند این هیأت در نظر دارد بمناسبت یادواره شهدای سلامت با هماهنگی آن اداره کل محترم مسابقات پرورش اندام در رده های سنی جوانان، بزرگسالان، پیشکسوتان و بادی کلاسیک (انتخابی تیم ملی) در تاریخ ۳۰ تیر لغایت ۱ مردادماه سال جاری در شهرستان اهواز برگزار نماید.

آدرس سالن وزنکشی و مسابقات متعاقباً اعلام می‌گردد.

### قوانین و مقررات برگزاری مسابقات:

- ۱- وزنکشی ورزشکاران از ساعت ۹ لغایت ۱۴ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۴/۳۰ انجام می‌شود.
- ۲- مسابقات روزهای پنجشنبه و جمعه مورخ ۱۴۰۰/۰۴/۳۱ و ۱۴۰۰/۰۵/۱ برگزار میگردد.
- ۳- با توجه به شرایط و محدودیتهای بیماری کرونا از آوردن همراه جدا خودداری فرمائید.
- ۴- همراه داشتن نتیجه تست منفی آزمایش بیماری کرونا جهت کلیه افراد شرکت کننده، مربیان و سرپرستان الزامی می‌باشد.
- ۵- همراه داشتن اصل کارت ملی، اصل شناسنامه و بیمه ورزشی الزامی می‌باشد (جهت حضور انتخابی تیم ملی اصل گذرنامه الزامی است).
- ۶- ارائه معرفی نامه هیأت بدنسازی و پرورش اندام شهرستان با قید نام سرپرست و ورزشکاران الزامی می‌باشد.
- ۷- به قهرمانان حکم و مدال و به تیم‌های برتر حکم و کاپ قهرمانی اهداء می‌گردد.
- ۸- به نفرات قهرمان قهرمانان (اورال) حکم و مدال اهدا خواهد شد.
- ۹- از وزن کشی داوطلبانی که پوست بدن غیربهداشتی (ژینکوماستی سینه- جوش‌های بدخیم- خالکوبی‌های غیراخلاقی و...) دارند جلوگیری به عمل خواهد آمد.
- ۱۰- اوزان و قد شرکت کنندگان به شرح ذیل می‌باشد:

### الف) اوزان پرورش اندام بزرگسالان:

(+۱۰۰، ۱۰۰، ۹۵، ۹۰، ۸۵، ۸۰، ۷۵، ۷۰، ۶۵، ۶۰، ۵۵)



شماره: ۰۰/۲۹۲/۱۳/۵/۳۸۶  
تاریخ: ۱۴۰۰/۰۳/۲۶  
پیوست: .....

ب) جوانان متولدین ۱ مرداد ۱۳۷۷ به قبل (۷۵-، +۷۵)

ج) پیشکسوتان (۴۰ تا ۴۹ سال) اوزان +۹۰، -۹۰، -۸۰، +۷۰

د) اوزان و قد بادی کلاسیک

+۱۸۰، ۱۸۰، ۱۷۵، ۱۷۱، ۱۶۸، ۱۶۵، ۱۶۲، ۱۵۸ سانتی متر

ردیف	دسته بندی
۱	۱۶۸-۱۰۰=۶۸+۰=۶۸
۲	۱۷۱-۱۰۰=۷۱+۲=۷۳
۳	۱۷۵-۱۰۰=۷۵+۴=۷۹
۴	۱۸۰-۱۰۰=۸۰+۷=۸۷
۵	۱۸۸-۱۰۰=۸۸+۹=۹۷
۶	۱۹۶-۱۰۰=۹۶+۱۱=۱۰۷
۷	+۱۹۶-۱۰۰=۹۶+۱۳=۱۰۹

۱۱- مسابقات برابر مقررات فدراسیون آسیایی (AFBF) برگزار می گردد.

۹- رنگ بدن می بایستی غیرطبیعی نبوده و مورد تایید نماینده کمیته داوران حاضر در وزن کشی باشد.

۱۲- هر ورزشکار می تواند فقط در یک رشته شرکت نماید.

۱۳- ورودی هر ورزشکار ۲/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد که می بایست به شماره حساب ۰۱۱۰۷۴۶۲۳۰۰۰۵ بانک ملی ایران بنام هیأت بدنسازی و پرورش اندام استان خوزستان واریز گردد و اصل فیش را در زمان حضور در مسابقات به مسئول برگزاری تحویل داده و یا در زمان وزن کشی از طریق کارت خوان اختصاصی موجود در محل مسابقه اقدام لازم را بعمل آورند.



فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام جمهوری اسلامی ایران  
هیئت بدنسازی و پرورش اندام استان خوزستان  
bodybuilding and fitness association of Khuzestan province



وزارت ورزش و جوانان  
اداره گل ورزش و جوانان استان خوزستان

شماره: ۰۰/۲۹۲/۱۳/۵/۳۸۶  
تاریخ: ۱۴۰۰/۰۳/۲۶  
پست: .....

ردیف	عنوان	روز برگزاری
۱	جوانان	روز جمعه ۱۴۰۰/۰۵/۱
۲	پرورش اندام	روز جمعه ۱۴۰۰/۰۵/۱
۳	بادی کلاسیک	روز جمعه ۱۴۰۰/۰۵/۱

• ضمناً جهت اطلاعات بیشتر می توانید با آقای میثم اسکندری با شماره ۰۹۱۶۳۱۰۴۸۹۱ مسئول منشی داوران مسابقات تماس حاصل فرمائید.

اردوان قاسمی  
رئیس هیأت

اهواز - امانیه - ورزشگاه تختی - ساختمان اداری هیاتها  
(شهید وحید زمانی نیا) طبقه دوم - هیات بدنسازی و پرورش اندام

Khuzestanbb@gmail.com | ۰۶۱ - ۳۵۵۴۶۶۷۱  
www.khabaz.ir | ۰۶۱ - ۳۵۵۱۰۶۱۰