



وزارت ورزش و جوانان

فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام جمهوری اسلامی ایران  
Bodybuilding and Fitness Federation of Islamic Republic of Iran



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان

شماره: ۲۹۲/۱۴۰۱/۵/۴۳۲۳  
تاریخ: ۱۴۰۱/۱۲/۰۸  
پیوست: ۵،۵

## روسای محترم هیات های بدنسازی و پرورش اندام کلیه استانها

با سلام و تحیت

احتراماً ، به استحضار میرساند با عنایت به تمهیدات بعمل آمده از سوی فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام جمهوری اسلامی ایران و انجمن پاورلیفتینگ به حول و قوه الهی دومین دوره از مسابقات قهرمانی بانوان باشگاههای کشور با شعار " ما ورزشکاران حامی ورزش پاک هستیم" در رشته پاورلیفتینگ کلاسیک (بدون لوازم) به مناسبت ولادت حضرت علی اکبر (ع) روز جوان و ولادت حضرت قائم عجل الله تعالی فرجه مطابق زمان و مکان زیر به تفکیک به میزبانی استان خوزستان - اهواز برگزار می گردد. خواهشمند است ضمن اطلاع رسانی مراتب به متقاضیان ، مطابق شرایط زیر حداکثر تا مورخ ۱۳ اسفند ماه سال جاری ( آخرین مهلت ) جهت صدور کارت شرکت مسابقات در سامانه ثبت نام ثبت بعمل آید .

رده سنی جوانان و پیشکسوتان				
زمان ورود تیم ها	زمان خروج تیم ها	زمان کنگره فنی مسابقات با حضور فقط سرپرست یا مربی تیم	زمان افتتاحیه و شروع مسابقات	زمان پایان مسابقات
دوشنبه ۱۵ اسفند از ساعت ۱۴	جمعه ۱۹ اسفند ماه از محل اسکان تا ساعت ۱۲ ظهر	دوشنبه ۱۵ اسفند ماه از ساعت ۱۹	سه شنبه ۱۶ اسفند ماه ساعت ۹ صبح ( افتتاحیه ) ۹/۳۰ ( شروع رسمی مسابقات )	۵ شنبه ۱۸ اسفند ماه ساعت ۱۵
وزن کشتی اوزان ۴۳ - ۴۷ - ۵۲ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ سه شنبه ۱۶ اسفند از ساعت ۹ الی ۱۰/۳۰ شروع مسابقه ساعت ۱۱ وزن کشتی اوزان ۵۷ و ۶۳ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ سه شنبه ۱۶ اسفند ماه از ساعت ۱۵ الی ۱۶/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۱۷ وزن کشتی وزن ۶۹ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ چهارشنبه ۱۷ اسفند ماه از ساعت ۷ الی ۸/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۹ وزن کشتی وزن ۷۶ کیلو گرم هر دو رده سنی مورخ چهارشنبه ۱۷ اسفند ماه از ساعت ۱۵ الی ۱۶/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۱۷ وزن کشتی وزن ۸۴ و ۸۴+ کیلو گرم هر دو رده سنی ۵ شنبه ۱۸ اسفند ماه از ساعت ۷ الی ۸/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۹ محل افتتاحیه و وزن کشتی : اهواز - زیتون کارگری- خیابان شهید طاهری - سالن شهدای وزنه برداری خوزستان				

رده سنی نوجوانان و بزرگسالان				
زمان ورود تیم ها	زمان خروج تیم ها	زمان کنگره فنی مسابقات با حضور فقط سرپرست یا مربی تیم	زمان افتتاحیه و شروع مسابقات	زمان پایان مسابقات
جمعه ۱۹ اسفند ماه از ساعت ۱۴	سه شنبه ۲۳ اسفند ماه تا ساعت ۱۲	جمعه ۱۹ اسفند ماه از ساعت ۱۹	شنبه ۲۰ اسفند ماه ساعت ۹ صبح ( افتتاحیه ) و ساعت ۹/۳۰ ( شروع رسمی مسابقات )	دوشنبه ۲۲ اسفند ماه ساعت ۱۵
وزن کشتی اوزان ۴۳ - ۴۷ - ۵۲ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ شنبه ۲۰ اسفند از ساعت ۹ الی ۱۰/۳۰ شروع مسابقه ساعت ۱۱ وزن کشتی اوزان ۵۷ و ۶۳ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ شنبه ۲۰ اسفند ماه از ساعت ۱۵ الی ۱۶/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۱۷ وزن کشتی وزن ۶۹ کیلو گرم هر دو رده سنی در مورخ یکشنبه ۲۱ اسفند ماه از ساعت ۷ الی ۸/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۹ وزن کشتی وزن ۷۶ کیلو گرم هر دو رده سنی مورخ یکشنبه ۲۱ اسفند ماه از ساعت ۱۵ الی ۱۶/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۱۷ وزن کشتی اوزان ۸۴ و ۸۴+ کیلو گرم هر دو رده سنی دوشنبه ۲۲ اسفند ماه از ساعت ۷ الی ۸/۳۰ شروع مسابقه از ساعت ۹ محل افتتاحیه و وزن کشتی : اهواز - زیتون کارگری- خیابان شهید طاهری - سالن شهدای وزنه برداری خوزستان				

تهران. میدان هفت تیر. خیابان مفتح جنوبی. خیابان ورزنده. پلاک ۱۹  
دفتر مشترک فدراسیون های ورزشی . طبقه دوم  
2rd Floor, No, 19Varzandeh St, Moffateh St, Tehran, IRAN  
P.O.Box: 15815-1881  
(+98 21) 888 30 803  
(+98 21) 883 48 287  
www.iranbbf.ir  
iranbbf.ir



شماره: ۲۹۲/۱۴۰۱/۵/۴۳۲۳  
تاریخ: ۱۴۰۱/۱۲/۰۸  
پیوست: ۵،۱۵

## شرایط و مدارک لازم مسابقات :

- ۱- ارائه اصل معرفی نامه استان به نام ورزشکار ، مربی ، سرپرست در زمان پذیرش و وزن کشی و بارگذاری آن در سامانه مسابقات قبل از اعزام تیم ها
- ۲- ثبت نام در سامانه ملی فدراسیون برای کلیه اعضا جهت عضویت می بایست شخصا صورت گیرد.
- ۳- به همراه داشتن اصل و تصویر کارت ملی و شناسنامه غیر مخدوش برای کلیه ورزشکاران رده های سنی شرکت کننده الزامی است.
- ۴- واریز حق شرکت مسابقات به مبلغ ۳۰۰ هزار تومان از طریق درگاه سامانه ملی بدنسازی و پرورش اندام ویژه شرکت کنندگانی که جهت شرکت در مسابقات قهرمانی کشور ۱۴۰۱ بانوان تاکنون وجهی واریز ننموده اند ( شرکت کنندگانی که قبلا پیرو نامه شماره ۲۹۲/۱۴۰۱/۵/۱۹۲۹ مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۳ مبلغ ۲۵۰ هزار تومان واریز نموده و ثبت نام نموده اند نیاز به ثبت نام مجدد و واریز الباقی وجه را ندارند )
- ۵- ارائه کارت بیمه ورزشی سال ۱۴۰۱ که از تاریخ صدور آن ۷۲ ساعت گذشته باشد. و بارگذاری آن برای کلیه شرکت کنندگان ( مربی، ورزشکار ، سرپرست) در سامانه
- ۶- داشتن گواهی صحت و سلامت با تایید پزشک و مهر نظام پزشکی برای کلیه شرکت کنندگان به ویژه برای پیشکسوتان شرکت کننده در مسابقه که تاریخ صدور آن حداکثر ۷۲ ساعت قبل از شروع وزن کشی باشد.
- ۷- اوزان مسابقه برای رده سنی نوجوانان و جوانان ۹ دسته وزنی و برای بزرگسالان و پیشکسوتان ۸ دسته وزنی می باشد :  
۴۳، ۴۷، ۵۷، ۶۳، ۶۹، ۷۶، ۸۴، ۸۴+
- ۸- رده سنی نوجوانان شامل متولدین ۱۳۸۷ الی ۱۳۸۳ ( ۱۴ تا ۱۸ سال تمام)
- ۹- رده سنی جوانان شامل متولدین ۱۳۸۲ الی ۱۳۷۸ ( ۱۹ تا ۲۳ سال تمام)
- ۱۰- رده سنی بزرگسالان از ۱۴ سال به بالا  
(open)
- ۱۱- رده سنی پیشکسوتان ۱ : ۴۰ تا ۴۹ سال تمام
- ۱۲- رده سنی پیشکسوتان ۲ : ۵۰ تا ۵۹ سال تمام
- ۱۳- رده سنی پیشکسوتان ۳ : ۶۰ تا ۶۹ سال تمام
- ۱۴- رده سنی پیشکسوتان ۴ : ۷۰ سال به بالا
- ۱۵- تعداد نفرات شرکت کننده از استان در هر وزن یک نفر و چنانچه تیمی در یکی از اوزان شرکت کننده نداشته باشد میتواند در وزن دیگر دو نماینده داشته باشد بشرطی که مجموع نفرات آن تیم بیش از تعداد مجاز نباشد.
- ۱۶- به نفرات اول تا سوم هر رده وزنی - سنی حکم و مدال قهرمانی و به تیمهای اول تا سوم رده های هر استان حکم قهرمانی و کاپ اهدا خواهد شد.
- ۱۷- ورزشکاران میبایست در زمان مسابقه از لباس طراحی شده بانوان که شامل: مقنعه ورزشی - تی شرت ورزشی آستین بلند یقه گرد وبدون زیپ - دو بنده کشتی یا پاورلیفتینگ گشاد تا بالای زانو- جوراب ساق بلند و کفش ورزشی مخصوص پاورلیفتینگ می باشد استفاده کنند زانو بند مورد استفاده ورزشکاران می بایست استوانه ایی استاندارد به ارتفاع حداکثر ۳۰ سانتی متر و قطر ۷ میلی متر و کمر بند استاندارد که پهنای آن نباید بیشتر از ۱۰ سانتی متر بوده و ارتفاع کمر بند باید در سراسر آن یکسان باشد استفاده نمایند زانو بند متری مجاز نیست. شلوار ساپورت برای زیر دوپنده الزامی ست ( شلوار جورابی مجاز نیست)
- ۱۸- مسابقات طبق قوانین فدراسیون جهانی برگزار خواهد شد
- ۱۹- از بین نفرات اول تا سوم هر گروه سنی به طور جداگانه به ورزشکارانی که بهترین عملکرد را بر اساس IPf point داشته باشند به عنوان قهرمان قهرمانان ( اورال) به نفر اول تا سوم حکم و مدال اهدا خواهد شد .
- ۲۰- ورزشکاران در صورت ارائه معرفی نامه از استان می توانند به صورت انفرادی در مسابقات شرکت نمایند.
- ۲۱- کلیه ورزشکاران می بایست فقط از استان محل سکونت و از استانی که در مسابقات انتخابی آن شرکت نموده اند در مسابقات کشوری شرکت نمایند. ورزشکاران در صورت موافقت استان و داشتن معرفی نامه می توانند در مسابقات انتخابی سایر استانها شرکت نمایند.
- ۲۲- انجام تست دوپینگ توسط نماینده ستاد مربوطه از نفرات برتر هر وزن به صورت تصادفی انجام خواهد شد.
- ۲۳- شرکت ورزشکاران در مسابقه منوط به شرط رکورد مندرج در جدول پیوست می باشد ورزشکارانی که شرط رکورد اعلام شده را رعایت نکرده باشند مجاز به شرکت در مسابقات نمی باشند.
- ۲۴- سرپرستان و مربیان اعزامی می بایست از بانوان واجد شرایط و دارای مدارک و سوابق ورزشی- فرهنگی باشند.
- ۲۵- حضور مربیان با لباس ورزشی الزامیست.
- ۲۶- هزینه اسکان و تغذیه کلیه شرکت کنندگان به عهده استانها می باشد .
- ۲۷- رعایت کلیه شئونات اسلامی و اخلاقی توسط شرکت کنندگان در محل مسابقه و اسکان الزامیست.
- ۲۸- رعایت پروتکل های بهداشتی در طول حضور در مسابقات



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان

وزارت ورزش و جوانان

فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام جمهوری اسلامی ایران  
Bodybuilding and Fitness Federation of Islamic Republic of Iran

شماره: ۲۹۲/۱۴۰۱/۵/۴۳۲۳  
تاریخ: ۱۴۰۱/۱۲/۰۸  
پیوست: ۵

- ۲۹- آوردن گوشی به سالن مسابقات اکیدا ممنوع می باشد .
- ۳۰- در صورت به همراه نداشتن مربی همراه نفرات اعزامی ، حضور سرپرست الزامی است .
- ۳۱- کارت شرکت ، گواهی شرکت ، حکم قهرمانی در صورت ثبت نام در سامانه و پرداخت وجوه صادر خواهد شد .
- ۳۲- تیم اعزامی می بایست با لباس متحدالشکل بدون استفاده از زیور آلات در مسابقه شرکت نماید .
- ۳۳- استانها می توانند برای رفع مشکلات احتمالی با خانم فلاح ( نماینده انجمن پاور لیفتینگ) با شماره تماس ۰۹۱۲۱۶۷۴۸۷۷ تماس حاصل فرمایند
- ۳۴- داور می تواند در مسابقات به عنوان مربی هم فعالیت نماید در صورتی که در وزن خودش داور نمی تواند با لباس داورى مربیگری کند
- ۳۵- جهت هر گونه سوال احتمالی در خصوص اسکان ، تغذیه ، ایاب و دهاب و ..... خانم کرم پور با شماره تماس ۰۹۱۶۸۱۸۴۰۰۵ و آقای سهیلی با شماره تماس ۰۹۱۶۶۱۴۵۲۳۸ ( نمایندگان هیات استان خوزستان ) پاسخگو خواهند بود .

نسرین شاه محمدیان  
نایب رئیسی فدراسیون