

شیوه نامه برگزاری

مسابقات دوی کوهستان

SKYRUNNING

ویرایش یازدهم

خرداد ۱۴۰۳



ترجمه، تهیه و تدوین قوانین بین المللی:

آقایان: رضا زارعی، هادی صابری، عبدالرضا نقیب زاده، رضا سهاله و مجید اسکندری
خانم‌ها: مهشید فرزانه سا، سمیرا زارعی و آیگین امیریان

با سپاس از

آقایان:

امین امینیان، علیرضا کریم، امیرحسین حاتمی، عباس خوشخو، محمدرضا خلیلی قاضی
سید کاظم شمس‌خو، محمود مبارکی، فریبرز نازداکی، ایرج طریقی جاوید، مهدی سهیل فرید،
یاسین خلیل‌آبادی، علی زیبا کلام، مجید دلنوا، شریف کاظم زاده کشمیری، جلیل صفرعلیزاده و
حمیدرضا ایزدی

خانم‌ها: منصوره گرجی، فاطمه سعدیان

طراحی روی جلد:

خانم ناهید ناصری

ناشر:

کمیته مسابقات و لیگ

منابع و مأخذ:

سایت فدراسیون جهانی اسکای رانینگ (Sky Running) - ISF.com

شیوه نامه‌های مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»

مجموعه مقررات و قوانین داخلی

تاریخ نشر: خرداد ۱۴۰۳

تقدیم به پیشکسوتان گرامی و همه اساتید و به تمامی آنهایی که به ما آموختند.
همه کسانی که در پیشبرد و اعتلای رشته دوی کوهستان ایران به دمی به قدمی
یا درمی تلاش نموده اند.

فهرست مطالب

صفحه	عناوین
۴	اول دفتر
۵	فصل اول: کلیات و شرح وظایف
۶	اهداف و خط مشی
۷	اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی
۸	کلیات برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ)
۱۲	ساختار سازمانی مسابقات
۱۳	شرح وظایف مدیر مسابقات
۱۵	شرح وظایف ناظر (سرپرست فنی) مسابقات
۱۷	شرح وظایف میزبان مسابقات
۱۹	شرح وظایف زیر مجموعه های میزبان مسابقات و یا نهاد برگزاری
۲۰	فهرست لوازم و تجهیزات مورد نیاز برای برگزاری و میزبانی مسابقات دوی کوهستان
۲۱	شرح وظایف تیم طراحی مسابقات
۲۳	لوازم مورد نیاز انفرادی تیم طراحی
۲۳	لوازم مورد نیاز عمومی تیم طراحی
۲۴	شرح وظایف تیم داوری مسابقات
۲۷	لوازم مورد نیاز انفرادی تیم داوری
۲۷	لوازم مورد نیاز عمومی تیم داوری
۲۸	شرح وظایف مسابقه دهندگان (ورزشکاران)
۳۰	فهرست لوازم مورد نیاز مسابقه دهندگان (ورزشکاران)
۳۱	شرح وظایف سرپرست تیمها
۳۲	شرح وظایف تماشاگران مسابقات
۳۳	اصول و مبانی جلسات فنی و هماهنگی دوی کوهستان
۳۵	فصل دوم: نکات
۳۶	نکات حائز اهمیت
۴۴	فصل سوم: کاربرگها

اول دفتر

در برگزاری مسابقات دوی کوهستان علاوه بر اعمال قوانین فدراسیون جهانی، مواردی پیش بینی نشده نیز وجود دارد که میبایست تحت عنوان شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان تهیه و در دسترس قرار گیرد. مجموعه‌ای را که پیش رو دارید شامل ویرایش نهم شیوه‌نامه‌های برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ) قهرمانی و همگانی بوده و حاصل تلاش جمعی بسیاری از همکاران گرامی در کمیته‌های مسابقات و لیگ، صعودهای ورزشی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران در طی تاریخ فعالیت این کمیته‌ها است. کمیته مسابقات و لیگ این فدراسیون با نگرش به قوانین بین‌المللی دوی کوهستان تنظیمی از سوی فدراسیون جهانی **ISF**، بر آن است تا مسابقات دوی کوهستان را منطبق بر شرایط فرهنگی، بومی، اجتماعی، فنی و... به صورت مطلوب و ایمن برگزار نماید. امید است در پرتو عنایات حضرت باریتعالی و حمایت همه‌جانبه‌ی تمامی مسئولان ذی‌ربط و تلاش تمامی دل‌سوزان این رشته، شاهد کسب افتخارات بزرگ در سطح آسیا و جهان باشیم. ان شاء...

تهران

خرداد ۱۴۰۳

عبدالرضا نقیب زاده

فصل اول

کلیات، تعاریف

و شرح وظایف

اهداف و خط مشی

مقدمه

در سال های اخیر بیشترین تلاش فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی اطلاع رسانی، ترویج، اشاعه، توسعه همه جانبه ورزش دوی کوهستان بوده است. در این راه بیشترین تلاش، وقف ایجاد طراحی برنامه هایی شده است که بتواند از پتانسیل موجود به بهترین شکل استفاده نماید.

برگزاری مسابقات دوی کوهستان با چشم اندازی وسیع، اهداف متعددی را مدنظر داشته است که در صورت تحقق آنها مسیر مناسبی را برای انجام فعالیت های آتی ایجاد خواهد کرد. (ان شاء...)

اهداف و خط مشی

- ترویج و اشاعه فرهنگ مسابقات دوی کوهستان.
- ایجاد محرکی قوی و موثر در یادگیری و گذراندن مراحل آموزشی و اوقات فراغت.
- استفاده بهینه از امکانات، لوازم و تجهیزات.
- ترویج فرهنگ رقابت جوانمردانه، سالم و سازنده مبتنی بر توسعه پایدار ورزش.
- تلاش در جهت ایجاد روحیه مشارکت و مسئولیت پذیری در آحاد جامعه بویژه جوانان.
- تشویق آحاد جامعه به ورزش دوی کوهستان و ترغیب آنان در جهت فراگیری مهارت و تجربه.
- شناساندن استعدادهای جوان و سمت و سو دادن به آنها.
- ایجاد انگیزه، شور و علاقه مندی از طریق شناساندن ابعاد مختلف ورزش مذکور.
- شناساندن دوی کوهستان به عنوان یک ورزش سرگرم کننده مفرح، جذاب و مهیج.
- هدایت و کنترل انرژی.
- ایجاد فرصت های شغلی مناسب.
- ارتقاء آگاهی های عمومی علاقمندان نسبت به دوی کوهستان.
- تمرکز بر استقرار و نهادینه شدن استانداردهای مسابقات در جامعه هدف.
- تمرکز بر سیاست گذاری و الگوی یکپارچه مدیریت مسابقات مبتنی بر اصل هماهنگی، انسجام و برنامه ریزی.
- تعامل موثر با مراکز علمی، ملی و بین المللی.
- بهبود مدیریت منابع و مصارف.
- بهینه سازی فضا، زیر ساخت ها و تجهیزات مسابقات.
- توجه بر باورهای دینی و ملی.
- توجه بر اصول و مبانی محیط زیست.
- تبعیت از قوانین جاری کشور.



اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی

تمامی کادر مسابقات دوی کوهستان ملزم به رعایت اصول و مبانی فرهنگی، اخلاقی، حقوقی و انضباطی زیر هستند.

- ۱- اعتقاد و التزام به قوانین جاری کشور به ویژه قوانین و مقررات و آئین نامه ها و شیوه نامه های مرتبط با فعالیت های ورزشی.
- ۲- دارا بودن حسن خلق و شهرت توأم با تواضع و متانت و بردباری.
- ۳- رعایت عدالت و انصاف در تمامی ابعاد و زمینه ها از جمله عدالت در گفتار و سایر ابعاد فرهنگی و اجتماعی و خویشتن داری در کلیه امور و مسئولیت های محوله و بدور از هر گونه حب و بغض و اعمال سلیقه شخصی.
- ۴- رعایت نظم و انتظام در امور محوله و اعتقاد به اصل مهم مسئولیت پذیری.
- ۵- حفظ امانت و رازداری و پایبندی به اصول مسلم کرامت والای انسانی.
- ۶- حضور موثر منظم در محدوده و زمان اجرای مسئولیت مبنی بر حداکثر آمادگی علمی و عملی و جسمی و روحی و عدم خروج از محدوده مذکور تا انقضاء زمان مقرر.
- ۷- آراستگی ظاهری و بهره مندی از پوشش مناسب و حفظ بهداشت فردی، جمعی و محیط زیست.
- ۸- رعایت تمامی نکات ایمنی و اجرای فعالیت ورزشی در فضای امن و آرام و بدور از هر گونه مخاطره و تنش و اضطراب.
- ۹- حضور در محل اجرای مسئولیت و انجام وظیفه فقط بنا به دعوت یا ابلاغ رسمی و معتبر.
- ۱۰- تشریک مساعی و تقسیم کار و هماهنگی لازم و مستمر با کلیه مسئولین ذیربط و سایر همکاران.
- ۱۱- رعایت ادب و حفظ احترام و اجتناب از تمسخر و به کارگیری الفاظ سخیف و نسنجیده آنچه زینده یک انسان وارسته و یک ایرانی معتقد است؛ برای تمامی دست اندر کاران و عوامل ورزشی اعم از ورزشکار، تماشاچیان، مربی، سرپرست، کادر داوری، کادر طراحی، خدمات و پشتیبانی، ناظر، مدیر مسابقات و...
- ۱۲- آگاهی و آشنایی کادر اجرائی از موقعیت زمانی و مکانی و اشراف کامل در مورد زمان اجرای برنامه با اتکاء به احترام به سنت ها و باورهای مذهبی، ملی، آئینی و قومی.
- ۱۳- استفاده مناسب و بهینه از لوازم و تجهیزات استاندارد بدور از هر گونه افراط و تفریط و اسراف.
- ۱۴- دقت و تاکید بر اجرای حرکات ورزشی متعارف و معقول منطبق با فعالیت های ورزشی رایج فارغ از هر گونه اهمال و بی مبالاتی متکی بر رعایت احتیاط آنچنان که شایسته رفتار انسانی آینده نگر و معقول است.
- ۱۵- فراگیری و افزایش فنون ارتباط جمعی و گروهی و بهره مندی از اصول و روابط صحیح و مناسب با تمامی عوامل ورزشی.
- ۱۶- پرهیز از دخالت و پرسش های غیر ضروری بالاخص استعمال و کسب اطلاع از چگونگی کیفیت و جزئیات از ورزشکاران، مربیان و سرپرستان و احیاناً تماشاگران حین اجرای مسئولیت.
- ۱۷- عدم جانب داری، تشویق، حمایت، تبلیغ، تنبیه ورزشکاران، مربیان، سرپرستان، تیم ها، عوامل اجرائی میزبان و... در مسابقات توسط ارکان اجرائی.
- ۱۸- رعایت شئون اسلامی، عرفی و فرهنگی استفاده از پوشش مناسب برای ورزشکاران، مربیان، سرپرستان، ناظرین و تمامی عوامل اجرائی و دست اندرکاران مسابقات دوی کوهستان الزامی است.



کلیات برگزاری مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ)

- ۱- رعایت تمامی قوانین جاری کشور، قوانین تخصصی، شرعی، آئینی و عرفی برای همه عوامل و دست اندرکاران در تمامی رده‌ها و سطوح برگزاری مسابقات دوی کوهستان الزامی است.
- ۲- همراه داشتن بیمه معتبر ورزشی، گواهی صحت سلامت از پزشک برای تمامی شرکت کنندگان در مسابقه و عوامل اجرایی ذیربط الزامی است و همینطور انجام بیمه تکمیلی توسط میزبان .
- ۳- مسابقات دوی کوهستان همه ساله و مطابق تقویم ورزشی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی جمهوری اسلامی ایران در قالب مسابقات قهرمانی کشور، جام فجر، مسابقات مناسبتی، آزاد و... در کشور برگزار می‌گردد.
- ۴- تقویم مسابقات را در هر سال کمیته مسابقات و لیگ، تدوین و پس از تصویب به تمامی استان‌های کشور ارسال می‌نماید.
- ۵- میزبانی مسابقات با توجه به نوع مسابقه، سیاست فدراسیون و نیز شرایط مورد نیاز برگزاری، برعهده فدراسیون است یا در پی‌اعلام درخواست استان‌ها، نهادها و سازمان‌ها، پس از بررسی، به نهاد متقاضی واگذار می‌شود.
- ۶- در صورتی که برگزارکننده نهادی به‌غیر از فدراسیون باشد، نهاد متقاضی می‌بایست تا نسبت به اخذ تمامی مجوزهای مورد نیاز اقدام مقتضی به عمل آورد.
- ۷- رعایت شئونات اسلامی، عرفی و فرهنگی استفاده از پوشش مناسب در تمامی مسابقات برای ورزشکاران، مربیان، سرپرستان، ناظرین، طراحان، داوران و همه عوامل برگزاری الزامی است.
- ۸- هماهنگی‌های پزشکی، امدادی، تدارکات، پشتیبانی، اداری، انتظامی و تبلیغاتی (صدا و سیما، نصب بنر و...) برعهده میزبان است.
- ۹- عوامل فنی برگزاری مسابقه شامل داوران و طراحان مسیر مطابق با آخرین نتیجه بازآموزی برگزار شده پس از تأیید فدراسیون، در مسابقه انجام وظیفه می‌نمایند.
- ۱۰- نحوه ثبت نام در مسابقات را فدراسیون طی بخشنامه‌های مربوطه اعلام می‌نماید.
- ۱۱- تمامی قوانین مالی و میزبان دستمزدها، ورودیه‌های مسابقه، جوایز مطابق با دستورالعمل‌های مربوطه و تأیید فدراسیون انجام می‌شود.
- ۱۲- در مواردی که نیاز به ارجاع مسئله‌ای به کمیته انضباطی وجود دارد مطابق با شیوه‌نامه‌ی مربوطه اقدامات مقتضی صورت می‌گیرد.
- ۱۳- پوشاک و پوشش و ظاهر شرکت کنندگان و تمامی عوامل اجرایی در همه مسابقات نباید نقض کننده قوانین جاری کشور باشد.
- ۱۴- تبلیغات حمایت کنندگان مالی در هنگام برگزاری مسابقات، باید از هر نظر منطبق با استانداردها و مجموعه مقررات فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی و وزارت ورزش و جوانان باشد. این موارد تمامی جزئیات تبلیغ شامل نوع مواد مصرفی، فناوری مورد استفاده، رنگ‌های به کار برده شده، نوع رسانه و دیگر موارد مرتبط را شامل می‌شود.
- ۱۵- رعایت بهداشت فردی و محیط توسط تمامی عوامل برگزاری و دست اندرکاران مسابقات الزامی است.
- ۱۶- حفظ و نگهداری تمام اموال شامل مستندات، لوازم و تجهیزات توسط تمامی دست اندرکاران مسابقات الزامی است.
- ۱۷- رقابت کنندگان، مربیان و سرپرستان تیم‌ها نمی‌توانند از کادر رسمی مسابقه باشند.
- ۱۸- جزئیات کامل و قوانین مربوط به مسابقه قبل از مسابقه در جلسه، فنی به اطلاع مسابقه دهندگان خواهد رسید.
- ۱۹- هر مسابقه تابع شرایط خاص خود است که توسط فدراسیون در بخش نامه ای مجزا اعلام و اعمال می‌گردد.
- ۲۰- تمامی موارد پیش‌بینی نشده متعاقباً در بخش‌نامه‌های رسمی اعلام می‌گردد.
- ۲۱- تهیه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی .
- ۲۲- فصل الخطاب تمامی موارد پیش‌بینی نشده و تغییرات تخصصی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی و عمومی قوانین جاری کشور است.



سازماندهی

- ۱) انجام کلیه مسابقات رسمی در سطح کشوری و سراسری، زیر نظر فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی؛ و در سطح استان، زیر نظر هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان و با هماهنگی فدراسیون انجام می شود.
 - ۲) انجام مسابقات در سطوح مختلف فقط منوط به اخذ مجوز از فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ج.ا. ایران است.
۱-۲) مسابقات می تواند به صورت انفرادی یا تیمی یا هر دو باهم، برگزار گردد.
 - ۳) بنا بر نظر کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون متقاضی برگزاری (میزبان) می تواند دو تیم (الف و ب) را در مسابقات شرکت دهد.
 - ۴) تعداد شرکت کنندگان در مسابقات تیمی: هر تیم حداقل ۴ نفر مسابقه دهنده است.
۱-۴) هر تیم مجاز است تا در صورت نیاز فقط یک نفر را به عنوان مربی و یا سرپرست اعلام نماید.
 - ۲-۴) کلیه ملزومات، شرایط شرکت و حضور، همچنین مدارک مورد نیاز شرکت کنندگان باید حداکثر تا ۲۰ روز قبل از برگزاری مسابقه به صورت کتبی به متقاضی برگزاری اعلام گردد.
 - ۵) کلیه هزینه ها (شامل اسکان، پذیرایی، حق الزحمه عوامل اجرایی و ایاب و ذهاب و...) را حداکثر تا ۲۰ روز پس از پایان مسابقه ستاد برگزاری به مجریان اعلام و پرداخت می نماید.
 - ۶) قبل از شروع مسابقه باید جلسه فنی (جلسه توجیهی) با حضور رئیس هیئت داوری (رئیس جلسه) سرطراح، ناظر فدراسیون، مدیر مسابقه، مسابقه دهندگان، مربیان و سرپرستان برگزار گردد.
مواردی که باید در این جلسه مطرح شود، عبارت است از:
* این جلسه می بایست به ریاست رئیس هیئت داوری آغاز و پس از شرح چگونگی برگزاری مسابقه و معرفی عوامل اجرایی و تشریح زمانبندی ها از سرطراح دعوت نموده تا نسبت به تشریح مسیر و موارد طراحی شده توضیح و پس از آن رئیس هیئت داوری و پس از پاسخگویی به سؤالات، جلسه رابه پایان می رساند. این جلسات در شرایط خاص بصورت مجازی می تواند، برگزار شود.
- شرکت کنندگان می بایستی از تمامی جوانب مسابقه از جمله قوانین، مسیر مسابقه و... آگاهی لازم را داشته باشند که در جلسه مذکور موضوعات زیر بایستی مطرح شوند:
- ۱- معرفی کادر رسمی مسابقه، خصوصاً هیئت داوری و ناظر فدراسیون
 - ۲- پیش بینی وضعیت جوی، سرعت باد، دما و...
 - ۳- توضیحات پیرامون مسابقه با استفاده از ابزار تصویری چون اسلاید و ویدیو، توضیحاتی پیرامون مسیر مسابقه، ایستگاههای تدارکات، امداد و سایر موارد فنی...
 - ۴- تجهیزات مورد نیاز و اجباری مسابقه
 - ۵- موارد مربوط به زمانبندی مسابقه
 - ۶- مکان حمل و نقل عمومی به محل آغاز مسابقه و بازگشت، پارکینگ اتومبیلها، محل شروع و اتمام مسابقه، محل کنترل آنتی دوپینگ، مکان اهدا جوایز، مکان و زمان پایان مسابقه و...
 - ۷- خدمات مسابقه: محل تحویل گرفتن لباسها، دوش، تدارکات و...
 - ۸- دعوت به برگزاری رقابت جوانمردانه و پرهیز از مسائل حاشیه ای

* در مسابقاتی که برنامه افتتاحیه ندارد مدیر مسابقه در جلسه فنی شرکت می نماید و توضیحات جانبی و خارج از مسائل فنی داوری و طراحی را برعهده می گیرد.

* چنانچه نماینده میزبان مانند رئیس هیئت، دبیر هیئت و یکی از مسئولین در جلسه فنی حضور دارند، می توانند در مدت زمان حداکثر ۵ دقیقه صحبت نمایند (فقط یک نفر).

۷) رئوس برنامه های اجرایی در زمان آغاز (برنامه افتتاحیه) به شرح زیر است:

۱-۷) قرائت آیاتی از قرآن.

۲-۷) پخش سرود جمهوری اسلامی ایران.

۳-۷) اعلام برنامه.

۴-۷) سخنرانی یک یا دو نفر از مسئولان ورزشی، اجتماعی یا...

۸) رئوس برنامه های اجرایی در زمان پایان (برنامه اختتامیه) به شرح زیر است:

۱-۸) قرائت آیاتی از قرآن

۲-۸) پخش سرود جمهوری اسلامی ایران

۳-۸) اعلام برنامه

۴-۸) سخنرانی یک یا دو نفر از مسئولان ورزشی، اجتماعی یا...

۵-۸) اعطای جوایز

۶-۸) اعلام تشکر و پایان مراسم

۹) فراهم آوردن موارد زیر توسط میزبان و یا نهاد برگزار:

هر برگزارکننده موظف است:

۱-۹) تمامی مجوزها و بیمه های مسابقات را فراهم نماید. ارتباطات لازم با مقامات محلی در جهت کنترل ترافیک احتمالی، بستن جاده های محل مسابقه و ... را در راستای ایمنی شرکت کنندگان و عموم برقرار نماید.

۲-۹) تأمین کلیه کادر سازمانی

کادر اداری، کادر پذیرش، گوینده، سیستم پخش صدا، پزشک، ایستگاه پزشکی، کادر ایستگاه امداد، کادر تدارکات، خدمات امداد و نجات، رسانه های خبری و ...

۳-۹) تهیه شماره ها، چاپ لیست شروع، چاپ نتایج مسابقه

۴-۹) تهیه ابزار و وسایل مورد نیاز، لوازم التحریر، آماده سازی مسیر مسابقه، تأمین و مدیریت کادر کمکی و پشتیبان، نقاط کنترل و ایستگاه های امداد.

۵-۹) فراهم نمودن خدمات و امکانات پزشکی و امداد و نجات

۹-۶) ترابری و حمل و نقل ورزشکاران و کادر مسابقه قبل و بعد از مسابقه

۹-۷) کمک رسانی به ورزشکاران انصرافی در طول مسیر

۹-۸) سازماندهی جلسه ای توجیهی پیش از مسابقه در مکانی مناسب برای کادر برگزاری و شرکت کنندگان

۹-۹) مراسم اهدا جوایز، آماده سازی منطقه شروع و منطقه پایان، مراسم افتتاحیه، اختتامیه، سکوهای قهرمانی و پس زمینه جایگاه

۹-۱۰) تهیه جوایز نقدی، تریبون

۹-۱۱) تهیه فضایی برای کادر فدراسیون در حین اجرای مسابقه

۹-۱۲) تهیه محل اقامت و تسهیلات ویژه برای ورزشکاران منتخب، مقامات رسمی فدراسیون، و اعضا رسانه های مربوط به

فدراسیون

۹-۱۳) برقراری امنیت؛ ایجاد مناطق تفکیک شده برای عموم مردم؛ محلی برای شروع و پایان مسابقه؛ تعیین مناطقی در طول

مسیر در صورت بروز پیشآمدهای ضروری

۹-۱۴) جهت حضور مقامات رسمی و مطبوعات، در طول مسیر مسابقه، وسایل حمل و نقل چون جیپ، موتور و... فراهم شود.

۹-۱۵) در برخی از رقابت ها، آزمایشات کنترل دوپینگ با همکاری فدراسیون، می بایستی انجام شود.

۹-۱۶) فراهم نمودن امکانات سرویس بهداشتی و دوش در نزدیکی محل شروع و پایان مسابقه

۹-۱۷) در خط پایان، مکان مجزایی جهت مطبوعات می بایستی لحاظ شود. لیست شروع مسابقه، اطلاعات مسیر و نتایج نیز

بایستی در اختیارشان گذاشته شود.

۹-۱۸) هماهنگی جهت برگزاری کنفرانس های خبری

۹-۱۹) تهیه عکس و ویدئوهای حرفه ای برای فدراسیون

۹-۲۰) در هر مسابقه، برگزارکنندگان با هماهنگی رییس هیئت داوری، ضرورت همراه داشتن پوشاک اضافی و نوع تجهیزات

شرکت کننده ها را مشخص میکنند.

۹-۲۱) کارت شناسایی (آیدی کارت) و یا پوشش مشخص جهت عوامل رسمی مسابقه

۹-۲۲) فراهم کردن امکانات پزشکی در خط شروع، طول مسیر و خط پایان

۹-۲۳) تشکیل تیم های امداد و نجات جهت استقرار آن ها در طول مسیر.

۹-۲۴) فراهم کردن محل اسکان برای ورزشکاران در صورت اعلام قبلی.

۹-۲۵) فراهم کردن محل مناسب برای عموم تماشاگران

۹-۲۶) رعایت مسائل زیست محیطی شامل: بهداشت فردی و محیط در تمامی زمان برگزاری مسابقه می بایست رعایت گردد. این

ملاحظات می باید مطابق با دستورالعمل کمیته محیط زیست فدراسیون باشد.

۹-۲۷) موارد پیش بینی نشده فقط با هماهنگی فدراسیون انجام می گردد.



ساختار سازمانی مسابقات

به منظور بهره‌وری مناسب از امکانات و استفاده از زمان، ساختار کلی برگزاری مسابقات دوی کوهستان به صورت زیر و به منظور جلوگیری از تداخل مسئولیت‌ها، استفاده بهینه از زمان و همچنین در جهت بالابردن کیفیت، مدیریت و برنامه ریزی لازم‌الاجرا است. داشتن هماهنگی و همکاری بین تمامی ارکان مسابقات که منجر به برگزاری بهتر می‌گردد باید مد نظر تمامی افراد حاضر در کادر قرار گیرد.

ساختار اجرایی مسابقات



شرح وظایف مدیر مسابقات

تعریف

مدیر مسابقه: مسئول کلیه ارتباطات سازمانی میان برگزارکننده، مسئولین فنی، مقامات رسمی فدراسیون و مقامات محلی است. همچنین؛ مسئولیت تیم ثبت زمان، انتشار آنها و ارائه نتایج و سایر جزئیات نیز بر عهده وی است. مدیر مسابقه، بالاترین رکن سازمان دهی و هماهنگی هر مسابقه است. در مسابقاتی که توسط استان ها، نهادها، سازمان ها و یا با شگاه برگزار می شود، انتصاب مدیر مسابقات بنا بر نظر فدراسیون صورت می گردد.

شرایط احراز مدیریت

- ۱- دارا بودن حداقل سن ۲۵ سال تمام، در هنگام صدور حکم مدیریت
- ۲- دارا بودن بیمه ورزشی سال جاری
- ۳- توانایی ایجاد روحیه همکاری و تعاون، خویشتن دار و داشتن نفوذ کلام به منظور افزایش کیفیت مسابقه.
- ۴- دارای حسن شهرت اخلاقی و انضباطی
- ۵- دارا بودن سلامت جسمی و روحی
- ۶- داشتن تجربه مدیریتی، درایت کافی و توان تصمیم گیری به موقع و همچنین سوابق برگزاری مسابقات دوی کوهستان و آشنایی با مباحث کوهنوردی، کوهپیمایی تسلط کافی بر شیوه نامه و قوانین برگزاری مسابقات دوی کوهستان

شرح وظایف مدیر:

- ۱- رعایت کامل قوانین جاری کشور.
- ۲- اجرای دقیق وظایف، طبق شیوه نامه «برگزاری مسابقات دوی کوهستان» و عمل به مفاد آن
- ۳- هماهنگی لازم و کافی با تمامی عوامل برگزاری مسابقه، به ویژه رئیس هیئت داوری و سرطراح و ناظر مسابقه و مراجع مرتبط با موضوع، به منظور تسهیل در اجرای هرچه بهتر مسابقه.
- ۴- مدیر هیچگونه اجازه ای در خصوص ورود به مباحث فنی مسابقات را ندارد و فقط می تواند پیشنهاد ارائه نماید.
- ۵- پیگیری مکاتبات و انجام امور اداری مربوط به مسابقه.
- ۶- آماده سازی مکان برگزاری، و تدارک و تجهیز ضروریات مورد نیاز مسابقه، پیش از آغاز تا پایان مسابقه.
- ۷- تهیه گزارش کامل، دقیق و مکتوب از مسابقه، طبق کاربرد پیوست در این شیوه نامه.
- ۸- بررسی پیشنهادها و نقطه نظرهای دیگر عوامل برگزاری و همچنین شرکت کنندگان و اتخاذ تصمیم به موقع و مناسب، منطبق بر شرایط و وضعیت موجود.
- ۹- مدیر مسابقه موظف است تمامی کاربرگ ها را از کادر اجرایی (ناظر فدراسیون، رئیس هیئت داوری و سرطراح) جمع آوری نموده و به همراه گزارش خود (حداکثر ظرف مدت ۵ روز) به مسئول کمیته مسابقات و لیگ تحویل نماید.
- ۱۰- بررسی وظایف از روی چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی.
- ۱۱- هماهنگی و پیگیری های اداری با نهادها و سازمان های ذیربط و اخذ مجوزهای لازم.
- ۱۲- نظارت و پیگیری پیرامون حضور به موقع کادر اجرایی، ورزشکاران از محل خوابگاه به محل شروع مسابقه و همچنین؛ تخلیه کامل مسیر مسابقه پس از پایان مسابقه

- ۱۳- مهیا نمودن تمامی الزامات به ویژه موارد مربوط به امداد، پزشکی، نجات، تدارکات، انتظامات، ایمنی و..
- ۱۴- حضور حداقل یک روز پیش از آغاز مسابقات در محل مسابقه



شرح وظایف ناظر (سرپرست فنی) مسابقات

تعریف

ناظر: بالاترین مقام رسمی در هر مسابقه است و نظر اصلاحی او صاحب و لازم الاجرا است. وظایف او شامل هماهنگی و برقراری ارتباط بین فدراسیون، برگزارکننده، اطمینان از رعایت تمامی مقررات، از جمله مقررات پیرامون رعایت شیوه نامه ها، قوانین، اطمینان از انجام صحیح پروتکل ها، اعطا جوایز مناسب نظارت بر رده بندی ها و تنظیم گزارش تا حداکثر ۴۸ ساعت پس از پایان مسابقه و ارائه به فدراسیون است.

انتصاب ناظر مسابقات بنا بر نظر فدراسیون صورت می گیرد.

شرایط احراز نظارت:

- حداقل ۳۰ سال سن در زمان ابلاغ حکم.
- تجربه کافی در زمینه موضوع مورد نظارت.
- داشتن حداقل ۳ دوره سابقه مفید و متنوع در زمینه مورد نظارت.
- داشتن بیمه ورزشی سال جاری.
- آشنایی با شیوه نامه و قوانین برگزاری مسابقات.
- توانایی مدیریت و رهبری.
- داشتن حداقل مدرک درجه ۳ طراحی و داوری دوی کوهستان
- دارای حسن شهرت اخلاقی و انضباطی.
- دارا بودن سلامت جسمی و روحی.

شرح وظایف

۱- رعایت کامل قوانین جاری کشور.

۲- ناظر فردی مستقل از مسابقه بوده و بر همه امور فنی و غیر فنی، نظارت دارد.

۳- ناظر می بایست بر تمامی قوانین حاکم بر برگزاری مسابقات نظارت نماید.

۴- ناظر موظف به پاسخ گویی به هیچ یک از عوامل اجرایی مسابقه نیست. ناظر می تواند در امور طراحی و داوری نظر داده و در مواردی که نظری خلاف نظر رئیس هیئت داوری دارد، نظر ناظر مبنای صدور حکم است.

۵- ناظر می بایست در خصوص وظایف محوله کمال دقت و رعایت تمامی جوانب را بنماید.

۶- ارائه نقطه نظرهای لازم و مناسب با نوع مسابقه و مشاوره به مدیر مسابقه، در صورت نیاز.

- تبصره ۱: بدیهی است که مدیر مسابقه می بایست تا نقطه نظرات ارائه شده از طرف ناظر را مورد اجرا بگذارد و تبعات حاصل از اجرا یا عدم اجرای نقطه نظرات ناظر، مستقیماً متوجه مدیر و عاملین خواهد بود.
- ۷- ناظر می بایست در تمامی مراحل برگزاری مسابقه، حضور کافی و مؤثر داشته باشد.
- ۸- ناظر موظف است تا گزارش کامل نظارت بر مسابقه را طبق کاربرگ‌های پیوست، در پایان مسابقه تهیه نماید.
- ۹- ناظر موظف است تا هنگام شرکت در مسابقه، حکم نظارتی خود را به همراه داشته باشد.
- ۱۰- ناظر موظف است بلافاصله پس از نهای شدن نتایج هر مرحله، اسامی نفرات برتر را جهت انتشار در سایت رسمی فدراسیون به مسئول روابط عمومی اعلام نماید.
- ۱۱- در صورت بروز هرگونه حوادث پیش بینی نشده برای رئیس هیئت داوری، ناظر مسئولیت‌های ایشان را برعهده می گیرد و بالعکس.
- ۱۲- ناظر در صورت مشاهده موارد خطا در طراحی مسیر و داوری مسابقه می بایست موارد را بصورت تذکر به رئیس هیئت داوری و سرطراح اعلام نماید تا نسبت به اصلاح امور اقدام لازم بعمل آید.
- ۱۳- مسئولیت عدم اجرای تذکرات مربوطه ناظر به عهده رئیس هیئت داوری است.
- ۱۴- ناظر فدراسیون در جریان برگزاری مسابقات به تمامی موضوعات تشکیلاتی مرتبط با کمیته رسیدگی می نماید. او این اختیار را دارد که از مطابقت خدمات، لوازم و امکانات فراهم شده توسط میزبان مسابقات با مقررات اطمینان حاصل نماید ناظر فدراسیون حق حضور در تمامی جلسات که با میزبان مسابقات تشکیل می شود را داشته، هم چنین می تواند به عنوان مشاور در تمام جلسات هیئت داوری شرکت نماید در هنگام غیبت رئیس هیئت داوری و قبل از ورود او به مسابقه، ناظر فدراسیون از طرف رئیس هیئت داوری وظیفه سازماندهی را در محوطه مسابقه بر عهده دارد تحت شرایط استثنایی ناظر فدراسیون اختیار دارد در مورد تقاضای اقدامات اضطراری تصمیم گیری نماید، برای مثال تغییر قالب برگزاری مسابقه، این اقدامات به صورت جداگانه توسط کمیته مشخص شده اند او باید گزارشی به تفصیل از مسابقات به کمیته ارائه دهد.
- ۱-۱۴) رئیس هیئت داوری، داور رده بندی، سرطراح و ناظر فدراسیون به همراه یکدیگر، هیئت داوری مسابقات و کمیته بررسی اعتراضات را تشکیل می دهند.
- ۱۵- الزام به حضور حداقل یک روز پیش از آغاز مسابقه، در محل مسابقه



شرح وظایف میزبان مسابقات

تعریف

میزبان: میزبان مسابقات در قالب یک استان، شهر، سازمان، ارگان، نهاد، باشگاه کوهنوردی مستعد، از مهمترین ارکان مسابقه بوده که باید منطقه مناسب برگزاری و شرایط سخت افزاری و نرم افزاری، هماهنگی و اخذ مجوز لازم از سازمان های ذیصلاح و فدراسیون کوهنوردی جهت برگزاری هر چه با کیفیت تر مسابقات را فراهم نماید.

کلیه درخواست های برگزاری رقابت ها می بایستی همراه با مستندات کامل رقابت ها و رویدادها شامل بودجه مالی، چگونگی ارائه خدمات به شرکت کنندگان، تأمین کادر فنی، محل اسکان، غذا، جوایز و مدال ها، دعوتنامه ها، تبلیغات، امکانات مطبوعاتی و ... به کمیته مسابقات و لیگ ارائه شود. همچنین؛ شرایط ویژه ای را برای شرکت کنندگان در هر مسابقه و تمهیداتی چون حضور تضمینی و اسکان برای شرکت کننده های رده برتر، نمایندگان فدراسیون، گروه های تلویزیونی، عکاسان و روزنامه نگاران، در نظر می گیرد. این موارد به همراه حداقل میزان جایزه نقدی در نظر گرفته شده برای برندگان، جام، مدال، نشان و... به صورت مشروح در فرم های «درخواست برگزاری مسابقات» می بایستی آورده شود.

شرایط احراز میزبانی

- ۱- داشتن آگاهی کامل میزبان مسابقات درباره نحوه برگزاری، شرایط قانونی جهت برگزاری و تأمین فضا مناسب (ارتفاعات منطقه مسابقه، خوابگاه و غیره...) جهت برگزاری و داشتن منابع مالی مناسب با توجه به هزینه مسابقات الزامی است.
- ۲- نماینده ی تام الاختیار میزبان موظف است در جلسه هماهنگی برگزاری مسابقه که قبل از مسابقه برگزار می گردد، شرکت نماید.
- ۳- اعلام آمادگی جهت میزبانی در بهترین شرایط هر سال قبل از تنظیم تقویم سالانه مسابقات فدراسیون است در غیر این صورت مراتب حداقل ۳ ماه قبل از تاریخ برگزاری باید به فدراسیون اعلام گردد.
- ۴- دارا بودن مجوزهای مورد نیاز جهت برگزاری با همکاری فدراسیون از ملزومات میزبانی است.
- ۵- درآمدهایی که به واسطه فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی منجر به جذب منابع و حمایتگران مالی می شود در اختیار فدراسیون است.

شرح وظایف:

- ۱- رعایت و اجرای کامل قوانین جاری کشور و شیوه نامه و قوانین برگزاری مسابقات دوی کوهستان.
- ۲- کلیه هماهنگی های داخلی استان با نهاد ها و سازمان های ذیربط برعهده میزبان است. (اخذ مجوز لازم)
- ۳- بیمه مسئولیت مدنی کلیه ورزشکاران و کادراجرایی
- ۴- در موارد پیش بینی نشده توافقات فی ما بین میزبان و فدراسیون صاحب است.
- ۵- در نظر گرفتن مسائل امنیتی، ایمنی کامل و هماهنگی های محلی و استانی مسابقات به عهده میزبان است.
- ۶- معرفی افراد شایسته جهت همکاری با کادر رسمی فدراسیون به عهده میزبان است.
- ۷- میزبان و زیر مجموعه های میزبان مسابقات هیچگونه اجازه ای در خصوص ورود به مباحث فنی مسابقات را ندارد و فقط میتواند پیشنهاد ارائه نماید.
- ۸- حداقل ۴۵ روز قبل از برگزاری مسابقه باید هماهنگی های لازم را جهت اطلاع از سرطراح، رئیس هیئت داوری مشخص شده به عمل آورد.
- ۹- میزبان موظف است با هماهنگی رئیس هیئت داوری نسبت به تأمین افراد مورد نیاز افراد جهت همکاری و کمک در بخش های مختلف مسابقه نظیر پذیرش و ثبت نام اقدام نماید.
- ۱۰- از وظایف مهم میزبان برنامه ریزی جهت تأمین و هماهنگی، موارد زیر است:
تدارکات ستادی و فنی، کادر پزشکی، امداد و نجات، الزامات پزشکی، روابط عمومی در سطح محلی، مسئولیت سازماندهی کنفرانس های مطبوعاتی را عهده دار است و بایستی این فعالیت را با هماهنگی ناظر فدراسیون انجام دهد و همچنین؛ امور فرهنگی و تبلیغات در سطح محلی که شامل نصب اعلامیه ها، پوسترها، پرچم ها در منطقه است. نسخه های خبری؛ چه قبل و چه پس از مسابقه به همراه تصاویر حرفه ای، فیلم های مسابقات، نتایج و اطلاعات پیرامون مسابقه می بایستی ظرف ۲۴ ساعت به کمیته مسابقات و لیگ ارسال شود.

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»

۱۱- پذیرایی مناسب در وعده و میان وعده ها از کادر اجرایی در قبل، حین مسابقات و همچنین تأمین خوابگاه مناسب در حد امکان نزدیک ترین موقعیت به محل برگزاری.

۱۲- تأمین محل استقرار، دستمزدها، هزینه های تردد، تهیه و ارائه کاربرگهای مورد نیاز طراحان و داوران و هم چنین تأمین امکانات فنی برای برگزاری مسابقه، بر عهده برگزار کننده است. (تأمین لوازم مورد نیاز مطابق کاربرگ با عنوان: فهرست لوازم و تجهیزات مورد نیاز برای برگزاری و میزبانی مسابقات دوی کوهستان)

۱۳- جذب و هماهنگی با اسپانسر (حمایت کننده مالی) با توافق فدراسیون

۱۴- تهیه چک لیست مرتبط با شرح وظایف توسط ارکان اجرایی .



شرح وظایف زیر مجموعه‌های میزبان مسابقات و یا نهاد برگزار

۱- تدارکات ستادی و فنی:

* بطور کل فراهم نمودن شرایط، تهیه وسایل و تجهیزات مورد نیاز جهت برگزاری هر چه بهتر مسابقات را در سه بخش قبل، حین و بعد از مسابقات را به عهده دارد. فراهم نمودن زیر ساخت برگزاری مسابقات اعم از مکان برگزاری، لوازم مربوط به طراحی، داوری، خوابگاه، پشتیبانی، حمل و نقل و ترابری، امداد، پزشکی، آماده سازی و تجهیز محل مراسم افتتاحیه و اختتامیه، تجهیز سکوی مدال ها و پشت زمینه قرارگیری سکوها، برقراری امنیت مسابقه با هماهنگی نیروی انتظامی و دستگاه های ذی ربط و ... غیره به عهده میزبان است.

۲- ثبت نام:

* در صورت نیاز به کمک، ثبت نام می‌بایست در حضور و با نظارت رئیس هیئت داوری و ناظر مسابقه انجام شود.
* تهیه و تنظیم صورتجلسات مالی مربوط به هزینه ها، ورودی ها، درآمدها، اعتراض مسابقات، استعلام قیمت ها و... و بایستی به ناظر فدراسیون تحویل داده شود.

۳- کادر پزشکی:

* با حضور به موقع در تمامی مراحل مسابقات نسبت به درمان سریع و موثر در صورت بروز آسیب دیدگی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات اقدام می‌نمایند.
* هماهنگی جهت استقرار تیم های امداد و نجات در نقاطی که امکان دسترسی به آمبولانس و امداد رسانی زمینی و هوایی مناسب میسر نباشد.

۴- روابط عمومی، امور فرهنگی و تبلیغات:

* رعایت و اشاعه امور فرهنگی منطبق بر سیاست های جاری کشور، وزارت ورزش و جوانان، فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و اداره کل ورزش و جوانان استان.
* تمامی مسائل مربوط به هماهنگی های اداری، اخذ مجوزهای مورد نیاز، اطلاع رسانی در سه برهه زمانی (قبل، حین و بعد از مسابقات) دعوت از مدعوین و مسئولین، مجری، ارتباط با سایت ها، خبرنگاران و برگزاری مراسم افتتاحیه و اختتامیه، سازماندهی کنفرانس های خبری را بر عهده دارد.
* در موارد پیش بینی نشده نظر فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی صاحب است.
* مدیریت و کنترل میدانی توسط سرپرست انجام می شود و هرگونه نقصان و کسری می بایست در زمان مقتضی به میزبان و یا مسئول بالادست اطلاع داده و پیگیری شود.



فهرست لوازم و تجهیزات مورد نیاز برای برگزاری و میزبانی مسابقات دوی کوهستان

ردیف	لوازم مورد نیاز	ملاحظات
۱	تهیه فایل صوتی قرآن مجید و سرود ملی	
۲	آی دی کارت (کارت اجرایی کادر، مسابقه دهندگان، سرپرست ها و...) طبق فرمت درخواستی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی	
۳	سنجاق قفلی برای نصب شماره به لباس شرکت کنندگان به تعداد مورد نیاز - حداقل ۸ عدد برای هر نفر	
۴	۲ دستگاه لپ تاپ مجهز به نرم افزارهای آفیس، داوری	
۵	۲ دستگاه چاپگر و ملحقات سخت افزاری و نرم افزاری (یک عدد کارت ریبج اضافی)	
۶	سیم سیار بلند و چندراهی برق به تعداد لازم	
۷	دستگاه پخش صوت در خط شروع و خط پایان مسابقات	
۸	موسیقی مناسب (بدون کلام)	
۹	لوازم تحریر (خودکار، ماژیک، منگنه دیواری، چسب نواری شیشه‌ای پهن، چسب مایع، چسب پارچه ای، تخته وایت برد، قیچی، کاغذ در قطع A4، سنجاق قفلی، استامپ، کاور دکمه دار A4، مداد، تخته شاسی و...)	
۱۰	حداقل ۵ عدد میز و صندلی در خط شروع جهت ثبت نام و در خط پایان جهت تیم داوری	
۱۱	فضای مناسب با امکانات صندلی جهت برگزاری جلسه فنی	
۱۲	سکوی قهرمانی برای اختتامیه (با توجه به شرایط محیطی محل اختتامیه)	
۱۳	مدال، فینیشر، احکام قهرمانی و گواهی شرکت در مسابقه، سینی اهدای مدال که بایستی با هماهنگی فدراسیون انجام شود	
۱۴	هماهنگی جهت حضور کادر پزشکی، نیروهای امدادی، اورژانس، هلال احمر و... به همراه خودرو و تجهیزات مورد نیاز امدادی در طول برگزاری مسابقه	
۱۵	پوشش یک شکل برای کادر برگزاری شامل داوران، طراحان، کمک داوران و...	
۱۶	حداقل دو عدد دوربین فیلم برداری، دوربین عکاسی	
۱۷	تهیه و تأمین تغذیه، خوابگاه، رفت و آمد کادر فنی و عوامل اجرایی، ورزشکاران و سرپرستان، مریبان در صورت اعلام قبلی) در طول برگزاری مسابقه	
۱۸	تهیه شماره جهت شرکت کنندگان در ابعاد ۲۵ در ۱۶ رنگ منطبق با شرایط جوی و پوشش منطقه و متن خوانا به ازای هر شرکت کننده دو عدد، طبق فرمت درخواستی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی	
۱۹	تکثیر از فرم خام ثبت نام، گزارش سر طراح، گزارش ناظر، اعلام نظر داوران و... به تعداد مورد نیاز	
۲۰	بنرهای شروع و پایان ۲۰۰ در ۴۰ سانتیمتر	
۲۱	تهیه و تدارک پرچم سه گوش ریشه ای الوان و نوار به رنگ فسفری و یا سایر رنگ های منطبق با شرایط پوشش منطقه جهت آماده سازی محوطه شروع و خط پایان به تعداد مورد نیاز	
۲۲	پرچم تعیین مسیر حرکت در ابعاد ۳۰ در ۲۰ سانتیمتر به تعداد مورد نیاز ترجیحاً در رنگهای قرمز، نارنجی، فسفری، سبز (بستگی به شرایط اقلیمی منطقه)	
۲۳	پرچم تعیین محل استقرار داوران در ابعاد ۳۰ در ۲۰ سانتیمتر به تعداد مورد نیاز	
۲۴	تهیه و تأمین وعده های غذایی جهت شرکت کنندگان و کادر اجرایی، ایستگاه های امدادی، ایستگاه های تدارکات و خط پایان	
۲۵	آماده سازی محل اهدا جوایز و بنر پشت زمینه جایگاه اهدا جوایز	
۲۶	بی سیم و یا تاکی واکی به تعداد جهت کادر طراحی، داوری، تدارکات و امدادی	
۲۷	تهیه منبع انرژی لازم جهت اتصال وسایل الکترونیکی و برقی در نقطه شروع و پایان مسابقه	
۲۸	حداقل دو تخته چادر در خط پایان جهت شرکت کنندگان مرد و زن بسته به شرکت کنندگان	



شرح وظایف تیم طراحی مسابقات

۱. فدراسیون باید سرطراح را مطابق با آخرین نتیجه بازآموزی منصوب نماید. وظایف سرطراح شامل موارد زیر می‌شود:
۲. رعایت کامل قوانین جاری کشور.
۳. رعایت حد و حدود مسائل شرعی، فرهنگی، اخلاقی، عرفی و فرهنگی.
۴. مسئولیت طراحی و تیم طراحی مسابقه بر عهده سرطراح (مدیر مسیر) است.
- طراح؛ مسئول مسیر مسابقه، طراحی، علامت گذاری، تعیین نقاط کنترل، ایستگاههای کمک رسانی و تدارکات و غیره است. این وظایف شامل مسئولیت های زیست محیطی و همبندطور مسئول ایمنی تمام جوانب مسابقه، نقاط پرخطر، خدمات رسانی پزشکی در مواقع اضطراری، تعیین محل نقاط خروج و غیره برای شرکت کننده ها و تماشاگرها است.
۵. سرطراح با هم‌فکری اعضای تیم طراحی، پیش از رویداد درباره تمامی امور مربوط به طراحی و پرچم گذاری، نقاط کنترل، رعایت استاندارد ها و ... انجام وظیفه می‌نماید. سرطراح، مسئول انجام استانداردهای فنی و ایمنی طول مسیر است، به رییس هیئت داورى در مسائل فنی مربوط به مسیر مسابقه مشاوره می‌دهد، به تهیه نقشه مسیر کمک کرده و محل قرارگیری مستند سازان، تیم های امداد را به داوران توصیه می‌کند.
۶. طراح می‌بایستی یک ماه پیش از برگزاری مسابقه، فایل مسیر مسابقه و همچنین نسخه قابل انتشار به شرکت کنندگان و کادر را بر مبنای نرم افزارهای ناوبری که کلیه اطلاعات مسیر مسابقه از نظر طول مسیر، شیب، ارتفاع، نقطه شروع و پایان، ایستگاه های امدادی، تدارکات، محل استقرار داوران و کمک داوران و... است را به کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون ارائه دهد.
۷. سرطراح ملزم است گزارشی درباره مسابقات و هر یک از طراحان کارورز حاضر در مسابقه، که مراحل نهایی دوره آموزشی خود را می‌گذرانند، به فدراسیون ارائه نماید.
۸. سرطراح موظف است در جلسه فنی (جلسه توجیهی) برگزاری مسابقه که قبل از مسابقه برگزار می‌گردد، شرکت نماید و توضیحات مسیر مسابقه را ارائه دهد.
۹. در نظر گرفتن ایمنی مسیرها در کلیه مراحل طراحی مسابقه به عهده سرطراح و تیم طراحی است.
۱۰. هماهنگی کار کمک‌طراحان، اطمینان پیدا کردن از فعالیت صحیح ایشان و مسئولیت رعایت اقدامات احتیاطی ایمنی مسابقه.
۱۱. سرطراح موظف است در پایان مسابقه تمامی تجهیزاتی را که در ابتدای مسابقه تحویل گرفته است با هماهنگی و نظارت مدیر مسابقه به مسئول پشتیبانی تحویل نماید.
۱۲. سر طراح مسابقه باید پس از انتصاب، از فرد یا افراد آموزش دیده بنا بر نظر فدراسیون، برای همکاری بعنوان طراح استفاده نماید. بدیهی است مسئولیت اصلی در هر زمینه ای بر عهده سرطراح مسابقه خواهد بود.
۱۳. کلیه طراحان موظف به حفظ و نگهداری تجهیزاتی که در اختیار آنان قرار داده شده، هستند.
۱۴. در صورت بروز هرگونه حوادث پیش بینی نشده برای سرطراح در مسابقات رسمی، فرد جایگزین با پیشنهاد ناظر مسابقات و تایید کمیته مسابقات و لیگ انتخاب می‌شود.
۱۵. طراحان موظف به حفظ اموال عمومی، رعایت بهداشت فردی، زیست محیطی و همکاری با نهاد برگزاری و میزبان در طی برگزاری مسابقه است.
۱۶. چینی و برچینی تجهیزات طراحی بر عهده تیم طراحی است.
۱۷. هماهنگی کامل سرطراح با مدیر، ناظر، رئیس هیئت داورى مسابقات.
۱۸. استفاده از پوشاک مناسب عرف و شرع و مطابق بخشنامه های مربوطه.
۱۹. سر طراح ضمن مشورت با اعضای تیم طراحی که پیش از مسابقه توسط میزبان تعیین شده اند در مورد کلیه امور مربوط به طرح و برنامه، شامل طراحی مسیر و تجهیزات مورد نیاز، مطابق با مقررات انجام وظیفه می‌نماید.
- ۲۰- به منظور برقراری امنیت شرکت کنندگان بایستی نسبت به نصب علائم اصلی مانند پرچم ها یا سایر علائم که ترجیح بر شب نما بودن است را تضمین کنند این علائم بایستی از مواد تجزیه پذیر باشند و بلافاصله پس از پایان مسابقه، از مسیر پاکسازی گردند.

۲۱- در مسابقه ای که مسیر به صورت کاملاً روشن، واضح و بدون علائم یا پرچم طراحی شده است، اقدامات ایمنی و ایستگاه های کنترلی ویژه ای می بایستی در نظر گرفته شود.
این نکات باید قبل از مسابقه در طی یک جلسه توجیهی خاص توضیح داده شود.



لوازم مورد نیاز انفرادی تیم طراحی

ردیف	شرح
۱	کفش و پوشاک مناسب فصل و لوازم شخصی
۲	لوازم التحریر و کاغذ و تخته شاسی
۳	دوربین عکاسی و فیلمبرداری
۴	دوربین چشمی
۵	نقشه منطقه
۶	GPS- تلفن همراه- پاور بانک
۷	هدلامپ با باتری اضافه
۸	کوله پشتی، کیسه خواب، زیرانداز و سایر لوازم شب مانی
۹	باتون، قمقمه، فلاسک، کیت کمک های اولیه، کاور ضد آب برای نوشت افزار

لوازم مورد نیاز عمومی تیم طراحی

ردیف	شرح
۱	پرچم های مورد نیاز جهت طراحی و ایمنی مسیر
۲	چادر جهت برپایی ایستگاه های امدادی در طول مسیر، خط شروع و پایان به تعداد لازم
۳	دوربین عکاسی و فیلمبرداری (همراه با ملزومات مربوطه)، و لپ تاپ
۴	کاور شناسایی تیم طراحی
۵	بی سیم و یا تاکی واکی



شرح وظایف تیم داوری مسابقات

تعریف

تیم داوری: تیم داوری مسئول قضاوت و رده بندی عادلانه را برعهده دارد. کلیه ی مراحل مسابقات می بایست با رعایت عدالت کامل با شرایط یکسان و منطبق بر قوانین بین المللی قضاوت شود

شرح وظایف رئیس هیئت داوری

نقش هیئت داوری مسابقه تصمیم گیری با در نظر گرفتن تمام مسائل مرتبط با مسابقه با لحاظ کردن شرایط آب و هوایی نامساعد، پیدا کردن راه حل‌هایی برای رفع اختلافات، بررسی و تعیین تکلیف اعتراضات و شکایات، اطمینان دادن بر استاندارد بودن مسابقات و رتبه بندی ها، تضمین برگزاری سالم و جوانمردانه مسابقات و تصمیم گیری در مورد هر موضوعی که ممکن است در مورد نواقص و غیر شفاف بودن مسابقه بوجود آید، است.

- رعایت حد و حدود مسائل شرعی، فرهنگی، اخلاقی، عرفی و اجتماعی.
- رعایت کامل قوانین جاری کشور.
- رییس هیئت داوری، مسئولیت همه جانبه تمام جنبه‌های مسابقه و تیم داوری را برعهده دارد.
- رییس هیئت داوری، مسئولیت کامل فضای مسابقه را بر عهده دارد. این مسئولیت، محدوده فعالیت خبرنگاران و سایر مسئولانی را که میزبان مسابقات معرفی می‌نماید نیز شامل می‌شود.
- رییس هیئت داوری، سرپرستی تمامی جلساتی را که با مسئولان فدراسیون و مسئولان برگزاری و هم‌چنین تمامی جلسات فنی که با میزبان مسابقات، مسئولان تیم‌ها و مسابقه‌دهندگان تشکیل می‌شود را نیز برعهده دارد.
- اگرچه رییس هیئت داوری معمولاً نقش قضاوتی را در مسابقات برعهده ندارد، اما می‌تواند در هر زمانی که لازم دانست، یکی از وظایف داوری را که معمولاً داور رده بند، یا دیگر داوران برعهده دارند، انتخاب نموده و انجام دهد.
- رییس هیئت داوری ملزم است گزارشی تفصیلی درباره مسابقه و هریک از داوران کارآموز حاضر در مسابقه که مراحل پایانی دوره آموزش‌های داوری خود را می‌گذرانند، به فدراسیون ارائه دهد.
- رئیس هیئت داوری مسئول حفظ ایمنی مراحل مختلف مسابقات و ایجاد رقابت سالم و جوانمردانه است. بازرسی هر مسیر و حصول اطمینان از ایمن بودن آن پیش از شروع مسابقه بر عهده رئیس هیئت داوری است. (در صورت وجود هرگونه مشکل می‌تواند فوراً مسابقه را متوقف کند).
- اطمینان از اینکه پزشک، تیم امدادی، مسیر مسابقه یا مسابقه دهندگان، داوران مسیر و عوامل اجرایی آماده است.
- نظارت بر رعایت قوانین و آیین نامه ها
- رئیس هیئت داوری موظف است در پایان مسابقه تمامی تجهیزاتی را که در ابتدای مسابقه تحویل گرفته است با هماهنگی و نظارت مدیر مسابقه به مسئول پشتیبانی تحویل نماید.
- در صورت بروز هرگونه حوادث پیش بینی نشده برای رئیس هیئت داوری در مسابقات رسمی فدراسیون، فرد جایگزین با پیشنهاد ناظر مسابقه و تایید کمیته مسابقات و لیگ انتخاب می‌شود.
- هماهنگی کامل با مدیرمسابقه ، ناظر و سر طراح مسابقات.
- رسیدگی به اعتراضات که پس از دریافت برگ اعتراض و مبلغ مربوطه (معادل با ورودی مسابقه) به اتفاق ناظر ، سرطراح و داور رده بند انجام می‌شود.

شرح وظایف تیم داوری

- ۱- داوران می‌بایست در ساعات مقرر در محل مسابقه حضور پیدا کنند.
- ۲- کلیه‌ی داوران موظف به حفظ و نگهداری تجهیزاتی که در اختیار آنان قرار داده شده، هستند.
- ۳- رعایت جدول زمانبندی و اجرای به موقع مراحل مسابقه، در بخش داوری از الزامات تیم داوری است.
- ۴- همراه داشتن پوشاک و تجهیزات انفرادی برای داوران الزامی است. (نوشت افزار، زمان گیر، سوت، جلیقه رسمی و.....)
- ۵- در مسابقاتی که فدراسیون میزبانی مسابقه را برعهده دارد، انجام پذیرش و ثبت نام مسابقه دهندگان بر عهده تیم داوری است
- ۶- داوران موظف به حفظ اموال عمومی، رعایت بهداشت فردی و محیط و همکاری تمام عیار با نهاد برگزاری و میزبان در طی برگزاری مسابقه می‌باشند.
- ۷- چینش و بر چینی تجهیزات داوری بر عهده تیم داوری است.
- ۸- استفاده از پوشش مناسب شرع و عرف.
- ۹- عدم تشویق، اطلاع رسانی و تبلیغ له و علیه مسابقه دهنده گان، مربیان و سرپرستان.
- ۱۰- بهتر است، در خط پایان دوربین فیلم‌برداری برای ثبت رنگینگ نفرات وجود داشته باشد
- ۱۱- برای رده بندی نفرات و ثبت نتایج، داوران بایستی با دستگاه زمان گیر در خط پایان مستقر باشند.

۱۲- داوران مسابقه

- ۱-۱۲) قضاوت و داوری عادلانه، حسن خلق، روی گشاده، صراحت بیان، قاطعیت و شفافیت در تصمیم‌گیری مسابقه براساس مقررات و آیین‌نامه‌های موضوعه از وظایف و شرایط داوری مسابقه خواهد بود.
- ۱-۱۲-۱) حضور رئیس هیأت داوری در بخش انضباطی
- ۱-۱۲-۲) زمان مناسب و نداشتن خطا، مبنای امتیاز در مسابقه است. بهترین زمان با رعایت قوانین مطرح در این آیین نامه محسوب می‌گردد.
- ۱-۱۲-۳) داوران مسابقه، درباره منطقه و طراحی مسیر اطلاعات لازم را، در جلسه ای در حداکثر روز قبل از آغاز مسابقه، کسب خواهند کرد.

چیدمان داوران مسابقه توسط رئیس هیئت داوری صورت می‌گیرد و این داوران در بخش‌های زیر انجام وظیفه می‌کنند:

- داور رده بندی
- داور منطقه آغازین
- داوران طول مسیر مسابقه
- داور خط پایان

داوران حاضر در خط شروع وظایف زیر را برعهده دارند:

- تفکیک شرکت کنندگان در دسته بندی‌های مشخص شده و هدایت آنان به منطقه بازیابی تجهیزات
 - بازیابی لوازم و تجهیزات شرکت کنندگان براساس بخشنامه ابلاغی در منطقه شروع
 - رویت کارت مجوز و مشخصات شرکت کننده، مشاهده شماره و هدایت وی به منطقه آغازین، با فاصله زمانی مشخص که در جلسه فنی اعلام شده
 - نظارت بر آرایش شرکت کنندگان در خط شروع و هماهنگی با داوران خط پایان برای ثبت زمان و اعلام زمان شروع، با علامتی مشخص
- گفتنی است؛ هر گونه تخلف از مقررات و انجام خطاهای مهم در این مرحله، منجر به حذف خاطی از دور مسابقه خواهد شد و در پایان نیز جریمه ای تیمی برای تیم خطاکار محاسبه می‌گردد.

داوران مسیر مسابقه

تعداد داوران مسیر مسابقه و تنوع آن متغیر بوده و وظیفه داوران نظارت بر شرکت کنندگان در طول مسیر و ثبت امتیازات مثبت و منفی هر یک با قید خطای انجام شده و شماره شرکت کننده خاطی است. ضروری است نتایج حاصل در اسرع وقت به رئیس هیئت داورى اطلاع داده شود. بدیهی است تعداد و محل استقرار داوران مسیر باید به گونه ای انتخاب شود که شرکت کنندگان در تمام طول مسیر در معرض قضاوت باشند.

داور خط پایان

قبل از شروع مسابقه، زمان سنج داور خط پایان با داور آغازگر، هماهنگ می شود. داور حاضر در خط پایان موظف است، به محض عبور سینه فرد از خط پایانی، زمان وی را ثبت کند. - استفاده از ابزارهای تصویربرداری با زمان سنج دقیق در محل خط پایان، علاوه بر کاهش خطاهای داورى، امکان بررسی مجدد مسابقه را نیز فراهم می آورد.

رئیس هیئت داورى

رئیس هیئت داورى به عنوان داور آزاد، ضمن نظارت دقیق بر نحوه انجام یکایک مراحل مسابقه، می تواند در هر یک از مناطق رقابت به امر قضاوت نیز بپردازد. - نتایج و تمامی کاربرگ های داورى می بایست به تایید رئیس هیئت داورى برسد و به مدیر مسابقه تحویل گردد. - در صورت استخراج نهایی نتایج با رایانه نیز نتیجه حاصل می بایست با امضای رئیس هیئت داورى به مدیر مسابقه ارائه گردد. - در صورت بروز تخلف و ارسال شکایت نامه به ستاد اجرایی مسابقه، پس از پایان مسابقه، در جلسه ای با حضور رئیس هیئت داورى، سر طراح، داور رده بندی و ناظر فنی فدراسیون قضاوت و بررسی لازم انجام پذیرد و رأی نهایی اعلام می گردد.

داور رده بندی و ثبت نتایج

داور رده بندی را فدراسیون، برای کمک به رئیس هیئت داورى، در تمام زمینه های داورى یک مسابقه منصوب مینماید. کمیته همچنین ممکن است داوران کارورزی که در حال گذراندن مراحل پایانی آموزش عملی خود هستند را برای کمک به داور رده بندی در انجام وظایف داورى اش تعیین نماید داور رده بندی مسئول اعلان و انتشار عمومی لیست های شروع و نتایج، اعتراضات و هر گونه تغییرات مهم در ارتباط با برنامه مسابقات است.

داور رده بندی در انجام وظایف داورى اش به وسیله داوران مسیر که توسط میزبان مسابقات منصوب شده اند، همراهی می شود. وظیفه اصلی داوران قضاوت در مورد عملکرد مسابقه دهندگان است تمامی داوران باید اطلاعات کاملی از قوانین فنی و مقررات حاکم بر مسابقات منصوب کمیته داشته و به وظایف شان آگاه باشند؛ و مستقیماً زیر نظر داور رده بندی و ثبت و نتایج انجام وظیفه نمایند.



لوازم مورد نیاز انفرادی تیم داورى

شرح	ردیف
-----	------

کفش مناسب مسابقه و فصل	۱
پوشاک مناسب فصل و لوازم شخصی	۲
لوازم التحریر	۳
دوربین چشمی	۴
کرنومتر (زمان گیر)	۵
وسیله ارتباطی (بی سیم/ تلفن همراه/ پاور بانک)	۶
هد لامپ، سوت و GPS	۷
قمقمه، فلاسک، باتون	۸
کوله پشتی، کیسه خواب، زیرانداز و لوازم شب مانی در صورت	۹
کیت کمک های اولیه، نقشه منطقه	۱۰
تخته شاسی، کاور ضد آب، نوشت افزار	۱۱

لوازم مورد نیاز عمومی تیم داوری

شرح	ردیف
کاربرگ های ثبت امتیاز (برای داوران خط استارت، مسیر و خط پایان)	۱
دوربین عکاسی، فیلمبرداری (همراه با ملزومات مربوطه)	۲
کاور شناسایی تیم داوری	۳
بی سیم	۴



شرح وظایف مسابقه دهندگان (ورزشکاران)

تعریف

مسابقه دهنده: شخصی است که به صورت انفرادی یا تیمی جهت انجام رقابت در فضای مسابقه اعلام حضور می نماید. روال ثبت نام متقاضیان در تمامی مسابقات دوی کوهستان به ترتیب زیر است:

- ۱) احراز پیش نیازها (۲) تکمیل تمامی کاربرگ های مخصوص مسابقه (۳) دریافت و کنترل مدارک

شرح وظایف

- ۱- رعایت کامل قوانین، شئونات شرعی و عرفی، فرهنگی و اخلاقی، بخشنامه ها و دستورالعمل های ذیربط قبل، حین و پس از مسابقه الزامی است.
 - ۲- همکاری و همکاری جهت برگزاری صحیح مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.
 - ۳- شرکت کنندگان شخصاً موظف به کسب اطلاع کامل از قوانین، بخشنامه ها و برنامه مسابقات هستند. عدم اطلاع از قوانین منجر به سلب مسئولیت از مسابقه دهندگان نمی شود.
 - ۴- هر مسابقه دهنده مجاز به حضور در مسابقه از استان خود است و در صورت تغییر استان، بایستی نامه موافقت رسمی از هیئت استان پیشین ارائه دهد.
 - ۵- مسابقه دهندگان موظف به همراه داشتن لوازم و تجهیزات اجباری، پوشاک مناسب و مطابق با آخرین بخشنامه هستند. همچنین موظف به استفاده از لوازم و تجهیزات دارای استاندارد هستند.
 - ۶- اگر مسابقه دهنده ای در زمان نوبت شروع و یا هر زمانی در طول برگزاری مسابقه، تجهیزات مناسب را به همراه نداشته باشد اجازه شروع یا ادامه تلاش در مسیر را نداشته از دور رقابت ها حذف خواهد شد.
 - ۷- مسابقه دهنده موظف به پوشاندن هرگونه خالکوبی بوده و از انجام اعمالی که مورد تایید عموم و جامعه نیست، خودداری نموده.
 - ۸- کلیه مسابقه دهندگان و مسئولین تیم ها شخصاً مسئول عملکرد و رفتار خود هستند.
 - ۹- در صورت بروز مشکلات انضباطی شخص خاصی به کمیته انضباطی ارجاع داده می شود.
 - ۱۰- حضور و ورود به موقع به محل مسابقه و حضور در افتتاحیه و اختتامیه به عهده شرکت کنندگان است.
 - ۱۱- ارائه مدارک مطابق با اطلاعیه مربوط به مسابقه در زمان پذیرش الزامی است.
 - ۱۲- تمامی مسابقه دهندگان موظف به رعایت نکات عدم استفاده از مواد نیروزا هستند.
 - ۱۳- در هر زمان و هر مرحله از مسابقات، مسابقه دهندگان باید همکاری لازم با کادر پزشکی برای اثبات عدم استفاده از مواد نیروزا را داشته باشند.
 - ۱۴- اعتراض به هر یک از مراحل مسابقه، می بایست توسط ورزشکار و یا سرپرست رسمی وی با نام فرد معترض و شماره لباس او، در خط پایان و یا در موقع انتشار نتایج موقت، نوشته و امضا شود. جهت اعتراض، مبلغی معادل ورودی مسابقه، درخواست می شود که در صورت وارد بودن اعتراض، مبلغ عودت داده می شود.
- شکایات بعد از یک ساعت از نشر نتایج موقت، دیگر پذیرفته نیست، که بنا بر تصمیم هیئت داور و بسته به شرایط، مدت زمان ارائه شکایت قابل تغییر است و رییس هیئت داور مدت زمان اعتراض را، در جلسه فنی و یا در هنگام نشر نتایج موقت، اعلام می کند

- ۱۵- مسابقه دهندگان موظف به نصب شماره‌های تهیه شده توسط میزبان قبل از مسابقه هستند.
- ۱۶- همراه داشتن کارت ملی و بیمه ورزشی سال جاری الزامی است.
- ۱۷- رعایت کامل مفاد بخشنامه های مربوطه الزامی است.
- ۱۸- مسابقه دهندگان موظف به تکمیل فرم پذیرش و ثبت نام و ارائه مدارک درخواستی هستند.
- ۱۹- حضور ورزشکاران در جلسه فنی الزامی است.
- ۲۰- لازم است ورزشکاران بیمه شخصی (فدراسیون پزشکی) و بیمه شخص ثالث دارای اعتبار داشته باشند.
- ۲۱- بیان هر گونه شعار یا عبارتی سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پیگرد قانونی دارد و نیز استفاده از عبارات موهون و زننده برای تشویق فردی یا تیمی مسابقه دهندگان ممنوع است.
- ۲۲- لباسها و تجهیزات- رقابت کننده ها باید لباس و تجهیزاتی که در قوانین مسابقه از طرف برگزارکنندگان مشخص شده را بپوشند و در تمام طول مسابقه همراه داشته باشند. جهت تضمین امنیت شرکت کنندگان، این اقلام بایستی با ملزومات تعیین شده تطابق داشته و در شرایط درست و بی عیبی باشند. لباسهای زشت و جلف مجاز نیستند. رئیس هیئت داوران این حق را دارد که هر تجهیزاتی را که معیوب و یا ناقص تشخیص داده شده رد کند.
- ۲۳- استفاده از باتون ها توسط هر برگزارکننده مسابقه مشخص می شود که در کل مسیر مسابقه آزاد است یا اینکه در بعضی قسمتهای خاص آزاد است یا اینکه کلاً ممنوع است. تبعیت از نحوه استفاده از باتون ها اجباری است. (اعلام آن در جلسه فنی)
- ۲۴- داوران مسیر هرگونه تخلف از قوانین و یا اهانت رقابت کنندگان به مسئولان مسابقه را فوراً گزارش نمایند. همچنین؛ سممکن است دستورالعمل های خاصی را از ستاد اصلی مسابقه به شرکت کننده ها انتقال دهند. مواردی چون پوشیدن لباس گرم یا توقف مسابقه ...
- ۲۵- رقابت کننده ها در طول مسابقه، باید به قوانین و خطاهایی که در ادامه شیوه نامه ذکر شده است اطلاعات کامل داشته باشند و رعایت کنند؛
همچنین؛
- رقابت کننده ها باید علایم قابل رویت مسیر مسابقه را دنبال کنند و از تمام نقاط بازرسی عبور کنند و نباید در طی مسابقه از شعاع ۱۰۰ متری ایستگاههای کمکی و پشتیبانی بیرون بروند.
- رقابت کننده ها ممکن است خودشان به صورت داوطلبانه از مسابقه کنار بروند یا از طرف مدیر مسابقه و یا توسط کادر پزشکی حاضر، داوران مسیر، مجبور به کناره گیری از مسابقه شوند.
- کناره گیری از مسابقه (داوطلبانه و یا اجباری) بایستی براساس روشی که در طی جلسه فنی (توجیهی) مسابقه توضیح داده شده در نقاط بازرسی انجام گیرد مگر در شرایط بسیار خاص.
- کنترل مصرف مواد نیروزا- از رقابت کننده ها خواسته می شود در تست دوپینگ در نظر گرفته شده شرکت کنند. رقابت کننده های با نتیجه ی تست مثبت بلافاصله رد صلاحیت می شوند.



فهرست لوازم مورد نیاز مسابقه دهندگان (ورزشکاران)

ردیف	شرح
۱	پوشاک مناسب فصل به همراه جوراب
۲	کوله پشتی که ویژگی آن در بخشنامه اعلام می شود
۳	کفش مناسب فصل بنابر وضعیت و مختصات مسیر در بخشنامه های مربوطه نوع کفش اعلام می شود.
۴	کلیه تجهیزات اعلام شده در بخشنامه مسابقات و جلسه فنی
۵	عینک استاندارد دارای UV ۴۰۰
۶	هدلامپ به همراه باتری های اضافه در صورت اعلام در بخشنامه
۷	تغذیه (مواد قندی، نشاسته ای، نوشیدنی، تنقلات و...)
۸	کیت بقاء و کمکهای اولیه و داروهای مصرفی در صورت نیاز
۹	پتوی نجات
۱۰	تلفن همراه، پاور بانک
۱۱	لوازم انفرادی (توجه و رعایت کامل مفاد بخشنامه).

- * در صورت استفاده از استرچ، حتماً شلوار کوتاه ورزشی روی آن استفاده شود.
- * در بخشنامه های منظوم هر مسابقه و حتی در جلسه فنی نیز جزئیات لوازم مورد نیاز اعلام می گردد.



شرح وظایف سرپرست تیمها

تعریف

سرپرست تیم: به شخصی اطلاق می‌شود که هماهنگی و مدیریت تیم اعزامی را در کلیه مراحل مسابقه (قبل، حین و بعد از مسابقه) بر عهده دارد.

شرایط احراز سرپرست تیم

- ۱- دارا بودن حداقل سن ۲۵ سال تمام، در هنگام برگزاری مسابقه.
- ۲- داشتن تجربه مدیریت، درایت کافی و توان تصمیم‌گیری به موقع
- ۳- دارا بودن بیمه ورزشی سال جاری.
- ۴- توانایی ایجاد روحی هم‌کاری و تعاون، و داشتن نفوذ کلام.
- ۵- تسلط کافی بر شیوه نامه و قوانین برگزاری مسابقات دوی کوهستان
- ۶- دارای حسن شهرت اخلاقی و انضباطی.

شرح وظایف سرپرست تیم

- سرپرست موظف به رعایت تمامی قوانین جاری کشور، مسائل شرعی، عرفی، فرهنگی و اخلاقی در طول برگزاری مسابقه است.
- همکاری و هم‌کاری جهت برگزاری تمام عیار مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.
- سرپرست تنها پس از اخذ مجوز لازم، مجاز به ورود به جایگاه ویژه در محل برگزاری مسابقه است.
- سرپرست اجازه ورود به فضای مسابقه (خط شروع) را ندارد.
- اعتراضات توسط سرپرست تیم با رعایت روش قانونی اعتراض قابل رسیدگی است.
- بیان هر گونه شعار سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پیگرد قانونی دارد.
- عدم استفاده از هرگونه ابزار تشویقی که باعث برهم ریختن نظم عمومی محل برگزاری مسابقات یا سلب آسایش دیگر افراد حاضر در محل می‌شود ممنوع است.
- پرتاب هر گونه شی به طرف یک مسابقه دهنده یا عوامل اجرایی یا محوطه مشخص شده مسابقات به هر دلیل ممکن و چه باعث بروز خسارت مالی یا صدمه جسمانی شده باشد یا خیر؛ ممنوع و از مصادیق جرم محسوب شده و پیگرد قانونی دارد.
- در صورت بروز این مسئله، سرپرست خاطی دیگر حق حضور در منطقه مسابقات را نداشته و عوامل انتظامی حاضر در محل برگزاری، وی را به بیرون از محل برگزاری هدایت خواهند نمود.
- بدیهی است که اگر عمل سرپرست خاطی منجر به بروز صدمات مالی یا جسمانی به هر شخص حقیقی یا حقوقی شود، وی برای ادامه تحقیق و بررسی وضعیت، به نیروی انتظامی تحویل داده خواهد شد.
- رئیس هیئت داور می‌تواند در صورتی که سرپرست هر گونه عمل خلاف قانونی انجام دهد، طبق مقررات با وی برخورد نماید و او را فوراً از محدوده مسابقه اخراج نمایند.
- حضور به موقع تیم در زمان های از پیش تعیین شده مستقیماً به عهده سرپرست تیم است.
- همراهی و مشایعت ورزشکاران توسط تماشاگران، مربیان و سرپرستان توسط با هماهنگی ناظر و سرطراح و تأیید رئیس هیئت داور می‌تواند امکان پذیر است.



شرح وظایف تماشاگران مسابقات

تعریف

تماشاگر: به شخص یا اشخاصی اطلاق می‌شود که طبق ضوابط و مقررات تعیین شده میزبان، برای تماشای مسابقات در محل برگزاری صرفاً جهت تشویق تیم یا مسابقه دهنده خاص حضور پیدا می‌کند.

شرح وظایف

- ۱- تماشاگر موظف به رعایت تمامی قوانین جاری کشور، مسائل شرعی و عرفی، اخلاقی و فرهنگی در طول برگزاری مسابقه است.
- ۲- همیاری و همکاری جهت برگزاری تمام عیار مسابقات با نهاد برگزاری و کادر اجرایی مسابقات، کوشش در جهت حفظ و نگهداری امکانات، اموال و تجهیزات در اختیار و رعایت بهداشت فردی و محیطی برای تمامی افراد حاضر در مسابقات الزامیست.
- ۳- تماشاگر حق هیچ‌گونه اعتراضی به نحوه برگزاری مسابقه ندارد.
- ۴- بیان هر گونه شعار یا عبارتی سیاسی، صنفی و غیر متعارف در طول برگزاری مسابقات ممنوع و پیگرد قانونی دارد و نیز استفاده از عبارات موهون و زننده برای تشویق فردی یا تیمی مسابقه‌دهندگان ممنوع است.
- ۵- استفاده از هر گونه ابزار تشویقی که باعث برهم ریختن نظم عمومی محل برگزاری مسابقات یا سلب آسایش دیگر افراد حاضر در محل می‌شود ممنوع است.
- ۶- پرتاب هر گونه شی به طرف یک مسابقه دهنده یا عوامل اجرایی یا محوطه مشخص شده مسابقات به هر دلیل ممکن و چه باعث بروز خسارت مالی یا صدمه جسمانی شده باشد یا خیر؛ ممنوع و از مصادیق جرم محسوب شده و پی‌گرد قانونی دارد.
- ۷- در صورت بروز این مسئله، تماشاگر خاطی دیگر حق مشاهده باقی مانده مسابقات را نداشته و عوامل انتظامی حاضر در محل برگزاری، وی را به بیرون از محل برگزاری هدایت خواهند نمود.
- ۸- بدیهی است که اگر عمل تماشاگر خاطی منجر به بروز صدمات مالی یا جسمانی به هر شخص حقیقی یا حقوقی شود، وی برای ادامه تحقیق و بررسی وضعیت، به نیروی انتظامی تحویل داده خواهد شد.
- ۹- تماشاگر موظف به حفظ اموال عمومی در طی برگزاری مسابقات است و در صورت ورود هر گونه خساراتی باید آن را جبران نماید
- ۱۰- رییس هیئت داوران اجازه دارد هر شخصی را که مرتکب تخلفی شده است، فوراً از محدوده مسابقه اخراج نموده، و در صورت لزوم تمام فعالیت‌های مسابقه را تا انجام این امر مهم به حالت تعلیق نگاه دارد.
- ۱۱- رعایت بهداشت فردی و محیطی الزامی است.
- ۱۲- استفاده از پوشاک مناسب شرع و عرف و رعایت مفاد بخشنامه مربوطه.



اصول و مبانی اجرای جلسات فنی و هماهنگی مسابقات دوی کوهستان

بطور کل برای بالا بردن کیفیت، نظم و اجرای مسئولانه هر برنامه ای هماهنگی در سطوح و مسئولیت های مختلف رکن اصلی کار است و این مهم در برگزاری رویدادهای حساسی همچون مسابقات بیش از پیش نمود می کند. جلسات هماهنگی برای برگزاری مسابقات را میتوان به سه بخش قبل، حین و بعد از هر رویداد تقسیم کرد.

الف) جلسه هماهنگی قبل از مسابقه

این جلسه ۲۰ روز قبل از برگزاری مسابقه انجام می شود.

※ افراد حاضر در جلسه

رئیس کمیته مسابقات و لیگ فدراسیون، مسئول بخش، مدیر (سرپرست مسابقه)، ناظر مسابقه (سرپرست فنی)، نماینده تام الاختیار میزبان، سرطراح، رئیس هیئت داوری

※ اهداف جلسه

بررسی امکانات میزبانی

تبادل اطلاعات و انتقال تجربیات به میزبان جهت امور

ب) جلسه فنی حین مسابقه

افراد حاضر در جلسه:

مدیر مسابقه، نماینده میزبان (در صورتی که سرپرستی در اختیار میزبان نباشد)، ناظر مسابقه (سرپرست فنی)، رئیس هیئت داوری، سرطراح، ورزشکاران، مربیان یا سرپرستان تیم ها

※ اهداف جلسه:

- تشریح برنامه زمانبندی و موارد فنی مسابقه

- توضیح در مورد مسیر و علامت گذاری ها

- ایجاد شرایط پرسش و پاسخ برای برطرف نمودن ابهامات

- اطلاع رسانی در مورد تغییرات احتمالی در قوانین داوری

- هر موضوعی که علاوه بر متن قوانین، با توجه به شرایط مسابقه، مورد نظر کادر فنی است.

※ هماهنگ کننده این جلسه رئیس هیئت داوری است.

※ جلسه می بایست قبل از شروع مسابقه و با نهایی شدن اسامی شرکت کنندگان حاضر برگزار گردد.

نکاتی در مورد جلسه فنی

※ تاثیر کیفیت جلسه در برگزاری و کیفیت مسابقات

※ توجه و اعلام مواردی که در قانون پیش بینی نشده یا شرایط خاص یک مسابقه

※ ایجاد فضای پرسش و پاسخ جهت توجیه کامل شرکت کنندگان

※ مطابقت داشتن تصمیمات طرح شده در جلسه فنی با متن قانون

※ استفاده از وسایل کمکی برای انتقال اطلاعات لازم به حاضرین

※ هماهنگی لازم قبل شروع جلسه، بین ارکان اصلی جلسه

※ انتقال موارد مطرح شده در جلسه به سایر ارکان اجرایی

※ اجرای صحیح و دقیق مفاد طرح شده، در مسابقه پیش رو

※ این جلسه می تواند به صورت مجازی برگزار شود.

ج) جلسه هماهنگی بعد از مسابقه

این جلسه به منظور جمع بندی و اطمینان از پایان کامل و درست امور هر مسابقه برگزار می گردد.

• افراد حاضر در جلسه

رئیس کمیته مسابقات و لیگ ، مسئول بخش ، مدیر مسابقه (سرپرست مسابقه) ، نماینده تام الاختیار میزبان ، ناظر مسابقه (سرپرست فنی) ، رئیس هیئت داوری ، سرطراح

اهداف جلسه

• در این جلسه می بایست مسائل در چند بعد مورد بررسی قرار گیرد مانند : شرایط میزبانی ، تسویه حساب های مالی ، نتایج داوری و تخلفات یا مسائل انضباطی ، انتقال تجربیات با توجه به نقاط قوت و ضعف در مسابقه ، ارائه گزارشات کتبی بصورت فرم های تکمیل شده که در بخش کاربرد های شیوه نامه برای سمت های مختلف طراحی شده است .

• هماهنگ کننده این جلسه مسئول بخش یا ناظر مسابقه هستند .

• این جلسه می بایست حداکثر هفت (۷) روز کاری پس از اتمام مسابقه برگزار گردد.

آشکال برگزاری جلسات

• جلسات را می توان بصورت حضوری و مجازی برگزار نمود. با توجه به شرایط و برای جلوگیری از اتلاف وقت و هزینه ، اجرای جلسات در فضای مجازی توصیه می گردد.

• زمان و نرم افزار جلسه فنی مجازی ، می بایست در اطلاعیه هر مسابقه قید گردد .

• بنا به دلیل اگر قرار شد جلسه مجازی در نرم افزاری به غیر از آنچه در اطلاعیه عنوان شده برگزار گردد، مراتب حداکثر هفت (۷) روز مانده به تاریخ برگزاری جلسه به مدعوین اطلاع رسانی گردد.

• برای رفاه حال افراد جلسات مجازی قبل و بعد از مسابقه را می توان ۲ تا ۳ جلسه که از لحاظ زمانی کوتاه تر باشد اجرا نمود.

• افراد حاضر در جلسه مجازی به شخصه موظف به نصب نرم افزار مورد استفاده هستند.

• مسئول هماهنگی جلسه موظف است ، گروه مجازی را تشکیل داده و برگزاری جلسه از لحاظ نرم افزاری را مدیریت نماید.



فصل دوم

نکات حائز اهمیت

۱) طراحان مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»، پیش از اجرای مسابقه، در جلسه هماهنگی داخلی شرکت کرده و با توجه به اهداف مسابقه، نسبت به اجرای آن کاملاً توجیه می‌گردند و در ادامه نسبت به تهیه اطلاعات درباره سازماندهی، مدیریت و تفسیر نتایج حاصل از طراحی مسابقه اقدام می‌کنند.

۲) هدف مندی مسابقات ایجاب می‌نماید که با توجه به جمیع جوانب، طراحی هر مسابقه به گونه ای انجام گیرد که ضمن حفظ تمامی عوامل و رعایت استانداردهای موجود، مسابقات از نظر مسابقه دهندگان، مربیان و سرپرستان آن‌ها ؛ غنی، آموزنده، پیش برنده، پویا، جوانمردانه و در نهایت عادلانه باشد.

رقابت های رسمی فقط دو دسته بندی دارد: مردان و زنان

مسابقات دوی کوهستان رسمی می‌تواند در رده بندی های سنی زیر برگزار شوند:

۱- رده سنی آزاد :

۱۸ سال به بالا

۲- رده سنی جوانان:

رده سنی A: ۱۵ تا ۱۶ سال

رده سنی B: ۱۷ تا ۱۸ سال

رده سنی C: ۱۹ تا ۲۰ سال

رده سنی U23: ۲۱ تا ۲۳ سال

۳- رده سنی پیشکسوتان:

«رده سنی ۰۴۰»: ۴۰ تا ۴۴ سال

«رده سنی ۰۴۵»: ۴۵ تا ۴۹ سال

«رده سنی ۰۵۰»: ۵۰ تا ۵۴ سال

«رده سنی ۰۵۵»: ۵۵ سال به بالا

۳) انتخاب زمان و مکان مناسب، ایمن و دسترسی آسان (فصل مناسب)

۴) انتخاب منطقه

۴-۱) باید منطقه ای را به منظور بررسی امکان پیاده سازی و اجرای مسابقه، انتخاب نمود که شرایط ذیل را داشته باشد:

۵) دسترسی آسان به منطقه

۵-۱) این مشخصه در وهله اول در راستای ایمنی مسیر و هم چنین؛ به منظور آسانی در انجام اموری مانند: ترابری، امنیت، پشتیبانی، پوشش خبری، امداد، دعوت از مسئولان، حضور تماشاچیان، اتلاف کمتر وقت شرکت کنندگان و به درازا نکشیدن زمان مسابقه و... از مهمترین مسائل در طراحی است.

۶) مرکزیت یا شاخص بودن منطقه

۶-۱) برای ترغیب همگان و اجرای مسابقه در میان عام، باید بیشتر بر مناطقی که از نظر جغرافیایی، جمعیتی یا از نظر جمعیت کوهپایه، دارای مرکزیت باشد، متمرکز شد. این امر منجر به جذب علاقمندان، شناسایی استعدادها، بررسی ایده های نو، رفع باورهای غلط و... می‌شود.

۶-۲) مسایلی نظیر امکان برگزاری، همکاری یا عدم همکاری، استقبال مردم، مسئولان و مسائل قومی، منطقه‌ای، شرایط سیاسی- امنیتی و جو حاکم بر منطقه، دوری و نزدیکی به مراکز حساس دولتی یا نظامی، چندمنظوره بودن و شلوغی منطقه، دین، مذهب، آداب و رسوم خاص و مواردی از این قبیل، می تواند باعث موفقیت یا شکست در اجرای رقابت شود.

ماده ۷) عوامل اقلیمی

۷-۱) مواردی نظیر نوع فصل برگزاری مسابقه، کیفیت آب و هوای منطقه، پیش بینی هواشناسی، تغییرات ناگهانی جوی و... که در کیفیت مسابقه موثر هستند، باید در نظر گرفته شود.

ماده ۸) امکانات مخابراتی و پوشش مناسب

۸-۱) این امکانات به صورت بی سیم، تلفن همراه و... است که از نظر مراحلایمنی، اجرا، نظارت و داوری مسابقه، اهمیت بسیار دارد.

ماده ۹) تنوع و گوناگونی

۹-۱) منطقه باید آنچنان باشد که دست طراح را در انتخاب و یا ترکیب مسیرها بدون بروز مشکلی خاص، باز بگذارد. علاوه بر این، باید جاذبه طبیعی منطقه که به سیر اجرای مسابقه کمک شایانی می کند، از نظر دور نداشت. به مسائل محیط زیستی و پوشش گیاهی و جانوری منطقه نیز باید توجه ویژه داشت

ماده ۱۰) نزدیکی امکانات

۱۰-۱) توصیه می شود در انتخاب منطقه، نزدیکی به جاده ها، تاسیسات شهری یا بین راهی، آبادی ها، پاسگاه امداد، پناهگاه و... در نظر گرفته شود که می تواند به اجرای هر چه بهتر و ایمن تر مسابقه، یاری رساند.

۱۱) طراحی مسیر

۱۱-۱) متداول بودن

بهتر است مسیر انتخابی به گونه ای باشد که امکان صعود قبلی در منطقه برای عامه فراهم بوده باشد و اصولاً در منطقه، جمعیت کوه نورد فعال باشند. این امر علاوه بر مسائل فوق و ترغیب همگانی، شرایطی ایجاد می کند که شرکت کنندگان شناخت کلی از منطقه، مسیرها، زمان بندی و توانمندی خود داشته باشند تا به هنگام رقابت، با در نظر داشتن این موارد، از بی احتیاطی ها و تحمل فشارهای سنگین پرهیز کنند و سلامت مسابقه را بیش از پیش تضمین نمایند. ضمناً در صورت ضرورت، لزوم تهیه کרוکی و نقشه برای اطلاع رسانی الزامی است.

۱۱-۲) درجه سختی

درجه سختی مسیر، در ابتدای طراحی به طور تقریبی تعیین و سپس حین طراحی و ایجاد شرایط جدید اصلاح و ترمیم می شود. مسلماً سختی و یا آسانی مسیر، به نوع مسابقه، شرایط اقلیمی و... بستگی دارد.

۱۱-۳) داشتن دید خوب

اصولاً نباید مسیر را به گونه ای طراحی کرد که شرکت کنندگان به کرات در نقطه کور مسیر قرار گیرند. لزوم این امر بدیهی است و بسیاری از کارهای اجرایی مسابقه مانند طراحی مناسب مسیر و نشانه گذاری اصولی، کنترل و نظارت داوری، امداد رسانی، اطلاع از وضع مسابقه و خبر رسانی و... را ایمن تر خواهد کرد.

ماده ۱۲) زمان سنجی

از ابتدا علاوه بر اطلاعات کلی مسیر و مسابقه، حداکثر زمان پایان مسابقه، به شرکت کننده اعلام شود تا وی بتواند برنامه ریزی دقیقی برای گذراندن مسیر و اصلاح خطاهای زمانی خود داشته باشد. این امر، نه فقط از راه صعود فیزیکی مسیر مشخص می شود، بلکه از روی نقشه و کروکی های دقیق نیز قابل تخمین خواهد بود.

ماده ۱۳) پوشش امداد و نجات

پر واضح است که در تمامی برنامه ها و خصوصاً در مسابقات رسمی، باید به مسئله ایمنی و امداد و نجات به دید جدی نگریست لذا باید در طراحی مسیر علاوه بر رعایت ایمنی کامل، امکان انجام عملیات امداد و نجات را در هر جای مسیر و با حداکثر سرعت در نظر گرفت. ذکر این نکته کافی است که مسیر فاقد شرایط لازم برای نجات مصدومان احتمالی و امدادسانی به آنان، به هیچ وجه مناسب انجام مسابقه نمی باشد. به همین منظور درخواست کنندگان برگزاری مسابقه، همراه با موارد مربوط به درخواست میزبانی، می بایستی طرح امداد و نجات مشخصی مربوط به مسیر مسابقه را نیز ارائه دهند.

از آنجایی که از اهم اهداف این مسابقه، گسترش این رشته بدون ایجاد صدمات روحی و جسمی است، اساس و هدف برگزاری مسابقه می بایست بر پایه موارد زیر گذاشته شود:

- ایمنی

- به موقع رسیدن به خط پایان (دقت و سرعت).

- کمترین خطا.

- صدمه وارد نکردن به محیط زیست

۱۴) علامت گذاری مسیر مسابقه -

برگزار کنندگان مسابقات به منظور برقراری امنیت رقابت کننده ها بایستی نصب علائم اصلی (مانند پرچم ها یا دیگر علائم و ترجیحاً شب نما) را با نظر و حضور مستقیم تیم طراحی، تضمین کنند. این علائم باید از مواد قابل تجزیه (بازیافتی) باشد و بعد از پایان مسابقه، بلافاصله برداشته شوند.

- در مسابقه ای که مسیر به صورت کاملاً روشن و واضح تعریف شده و بدون علائم یا پرچم است، سنجش های امنیتی و نقطه زنی های خاص، باید بوسیله ی برگزار کننده مسابقه در نظر گرفته شود. این نکات باید قبل از مسابقه در طی یک جلسه ی توجیهی خاص توضیح داده شوند.

* علائم و نشانه ها در مسیر مسابقه

اجرای مسابقه با ایمنی کامل و دور از حواشی برای نهاد برگزار کننده، کادر اجرائی و ورزشکاران لازم است. وقتی علامت ها روشن و مختصر باشد، ورزشکار احساس امنیت و راحتی بیشتری می کنند.

دسته بندی علائم

الف) علامت نقطه شروع و پایان مسابقه: اندازه این علامت ها باید حداقل **۴۰ سانتیمتر** در **۲ متر** بصورت دو رو، از جنسی مقاوم و حداقل **دو و نیم متر** از زمین فاصله داشته باشد. با درج کلمه **شروع** و یا **پایان** و در صورت استفاده از حروف لاتین: **START** و **FINISH**

ب) علائم فاصله ای: علامت های که فاصله تا پایان را نشان می می دهند باید در فواصل **۱۰ کیلومتری**، **۵ کیلومتر** و آخرین آن در **۱ کیلومتر** انتهایی قرار گیرند. این به دوندگان اجازه می دهد تا سرعت خود را بررسی کنند و انگیزه بگیرند. اندازه استاندارد این علامت ها قطع **A3** است.

ج) علائم هشدار دهنده:

مانند علامت سه فلش پشت سر هم نشانگر شیب یا دره ای خطرناک است که باید کاملاً احتیاط شود. این علامت باید در آغاز منطقه خطر و در رویت باشد. یک علامت معمولاً کافی است. هنگامی که از سه فلش پشت سر هم استفاده می شود عمق خطر به دوندگان توصیه می شود، آنها مسئول ایمنی خود هستند. اندازه استاندارد این علامت ها قطع **A3** است.

د) علامت محل آب :

اطمینان حاصل کنید که نقاط آب خیلی نزدیک به محل تقاطع ها نیستند. بنابراین دوندگان قبل از برخورد با نشانگرها فاصله کافی برای تغییر مسیر دارند. اندازه استاندارد این علامت ها قطع **A3** است. نصب علامت یک کیلومتر باقیمانده تا نقطه آب، پیشنهاد می شود. اندازه استاندارد این علامت ها قطع **A3** است.

ه) علامت های نشان دهنده مسیر مسابقه:

برای این منظور می توان از فلش، پرچم و روبان برای تعیین مسیر استفاده کرد. در مورد استفاده از فلش آنچه مهم است اندازه سر پیکان است بدین معنی که باید از فاصله دور به راحتی قابل مشاهده باشد. رنگ ها در دیده شدن نقش دارند. رنگ های روشن فسفری ترجیح داده می شوند اما به کنتراست در برابر رنگ سفید احتیاج دارند.

و) شماره ورزشکاران:

اندازه شماره ورزشکاران باید ۲۵ در ۱۶ سانتی متر باشد، برای هر شرکت کننده از هر شماره ۲ عدد نصب شود، جنسیت یا رده بندی سنی در مسابقات جوانان، در یک مسابقه با تغییر رنگ شماره ها مشخص شود، اگر در مسیر مسابقه همزمان چند شاخه از مسابقات برگزار می شوند، شکل و رنگ شماره های هر آیتم متفاوت باشد. درج لوگو(آرم) یا علامت تجاری اسپانسر(حامی مالی) می بایست زیر شماره قرار گیرد تا مانع از دیده شدن شماره دهنده نشود، این مورد پیش از چاپ باید به تایید فدراسیون برسد. برگزار کننده مسابقه برای شرکت کنندگان شماره هایی را برای اتصال به لباسهایشان همچنین نصب بر روی کوله پشتی همراهشان فراهم می کند. این شماره ها می باید در جلوی لباس و پشت کوله پشتی نصب شده، برای داوران قابل رویت و خواندن باشد. (نحوه نصب در جلسه فنی اطلاع رسانی می گردد).

نکته قابل توجه:

در نصب علائم مسابقه می توانیم از عوارض موجود در مسیر مسابقه مانند درختان، سنگ ها و... استفاده نمود، فقط باید توجه داشت آسیبی به محیط زیست وارد نشود و قابل رویت برای دهنده ها باشد، همچنین با توجه به خستگی دوندگان در کیلومترهای انتهایی مسیر بهتر است علائم در ارتفاع پایین تری قرار گیرد. حتی توصیه می شود در یک کیلومتر انتهایی مسیر علامت ها در سطح زمین قرار بگیرند تا بهتر قابل رویت باشد.

– اگر اجرای مسابقه در تاریکی شب ادامه داشت از علامت های شبرنگ می بایستی استفاده شود تا برای دوندگان قابل رویت باشد.

۱۸) ایمنی

برگزار کنندگان مسابقه با اختصاص کادر حرفه ای کارآزموده بایستی امنیت تمامی افراد مرتبط با رقابت ها را (رقابت کننده ها، تماشاچی ها، راهنماهای مسیر مسابقه، مسئولین نقاط بازرسی و کادر ایستگاههای کمک های اولیه و غیره) با همکاری پلیس، راهنمایان کوهستان، سرویس های پزشکی، سرویس آمبولانس، سرویس های اضطراری و نجات تضمین کند. طرح نجات و ایمنی از قبل بایستی تهیه شده باشد. توجه ویژه به محل هایی که ممکن است برای ایمنی شرکت کننده ها خطر آفرین باشد بایستی بعمل آید: مانند آب، برف و یخ، تقاطع های جاده ها، شیب های تند، یال های بی حفاظ و غیره. این نقاط بایستی با کادر اضافی و تابلوی های اطلاعات و غیره مجهز شود و در برخی موارد طناب ها یا زنجیرها ممکن است برای کمک رسانی به رقابت کننده ها لازم باشد.

۱۹) خروج از مسیر

هر یک از شرکت کنندگان که به دلایل مختلفی همچون انصراف، مباحث امدادی و پزشکی و... از مسیر مسابقه خارج شود اجازه ورود مجدد به مسیر مسابقه را ندارد.

۲۰) محوطه شروع

محوطه شروع می بایستی تنها توسط شرکت کنندگان مسابقه قابل دسترسی باشد. کنترل لازم برای ورود به آن صورت گرفته و از ورود ورزشکارانی که این الزامات را رعایت نکرده باشند ممانعت به عمل خواهد آمد.
در مسابقات با تعداد بالای شرکت کنندگان، ترجیحاً مکان های مناسب تر به افرادی با رتبه بالا در مسابقات قبلی اختصاص داده می شود. (به عنوان مثال در مسابقات قهرمانی، خط اول به صورت اختصاصی به نفرات برتر مسابقات قبل اختصاص داده می شود).
در این نقطه، لباسها و تجهیزات لازم و شماره لباس هر فرد و مطابقت با نام، کنترل می شود.

۲۱) نقاط بازرسی

نقاط بازرسی باید در طول مسیر بایستی در محل های شاخصی قرار بگیرند:
مانند قله ها، گردنه ها، انشعابات یا تقاطع ها و غیره. کنترل کننده ها بهتر است با فرستنده ها تجهیز شوند و قادر باشند که با قرارگاه مسابقه ارتباط برقرار کنند. کنترل کننده ها می بایست زمانیکه رقابت کننده ها از نقاط بازرسی آنها عبور می کنند، ترتیب ورود آنها را ثبت نمایند و انصرافی ها را یادداشت کنند. اگر یک مسابقه کنسل یا متوقف شود، کنترل کننده ها باید دوندها را از این نقاط جهت موارد ایمنی چک کنند.
- کنترل کننده ها باید هر تخلف از قوانین و یا اهانت رقابت کننده ها به مسئولان مسابقه را فوراً گزارش کنند. همچنین ممکن است دستورالعمل های خاصی را از قرارگاه مسابقه به شرکت کننده ها انتقال دهند. (مانند پوشیدن ژاکت، یا اینکه مسابقه متوقف شده است و غیره).

۲۲) ایستگاه های تدارکات

- برگزار کنندگان مسابقه بایستی در ایستگاههای مشخص تدارکات، برای تمام مدت مسابقه، تدارکات خوراکی لازم را فراهم نمایند؛ و یا اطمینان حاصل کنند که ورزشکاران موارد مورد نیاز را همراه خود دارند.
توصیه میشود؛ که در هر ۱۰ کیلومتر از مسیر مسابقه و یا هر ۸۰۰ متر افزایش ارتفاع، (بسته به هر کدام که در مسیر طراحی شده، ورزشکار ابتدا با آن روبرو میشود)، مایعات قرار داده شود. و حداقل در یک ایستگاه کمکی در نیمه راه مسیر مسابقه، تنقلات تدارک دیده شده باشد، و در نزدیکی خط پایان، محلی جهت فراهم کردن مایعات و غذای جامد برای رقابت کننده ها فراهم باشد.
در صورت کمبود ایستگاههای تدارکات، طبق توافقات بین برگزار کنندگان و فدراسیون، نقاطی را برای نفرات کمکی رقابت کنندگان در نظر گرفته می شود. افراد کمکی رقابت کنندگان تنها اجازه دارند ۱۰۰ متر قبل و بعد از ایستگاههای تدارکات، به ورزشکاران کمک کنند.

۲۳) شروع مسابقه

- پهنای حداقل ۵ متر برای شروع مسابقه نیاز است.
- تایید رئیس هیأت داور و ناظر فدراسیون برای شروع مسابقه الزامی است.

۲۴) نقاط کنترلی

نقاط کنترلی می باید در نقاطی از مسیر نظیر قله ها، انشعابات یا تقاطع ها برقرار گردند.

۲۵) مسابقات تنها در صورت وجود شرایط بحرانی لغو خواهد شد. برگزار کننده مسابقه می باید زمان دیگری را برای برگزاری مجدد مسابقه در نظر بگیرد.

۲۶) کنترل دوپینگ

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»

سیاست های ضد دوپینگ براساس قوانین جاری وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون صورت خواهد گرفت.

۲۷) مراسم رسمی اهدای جوایز

برگزار کننده در مورد تاریخ مسابقه، جلسات و مراسم اهدای جوایز برنامه زمان بندی مراسم تصمیم گیری می کنند. همچنین برگزار کننده می باید اطمینان حاصل کند که تمام جوایز بدون تبعیض جنسیتی به سه نفر اول زن و مرد اهدا شده است.

۲۸) مسائل بوم شناختی و محیط زیست

برگزار کننده مسابقه باید قبل، حین و بعد از مسابقه، به مسائل بوم شناختی و محیط زیست توجه ویژه داشته باشد.
- برگزار کننده مسابقه می باید اطمینان حاصل کند که طراحی مسیر به گونه ای صورت گرفته که آسیبی به اکوسیستم مناطق حساس وارد نمی کند.
- برگزار کنندگان بایستی ملاحظات لازم را برای جلوگیری از برخورد مسیر مسابقه با مناطق حساس اکوسیستم به عمل بیاورند و اطمینان لازم را برای جمع آوری سریع علامت های استفاده شده و جمع آوری سریع مواد زائدی که بوسیله تماشاچی ها و شرکت کننده ها رها شده است، در پایان مسابقه بدهند و برای علامت گذاری و غیره فقط از مواد قابل تجزیه طبیعی استفاده می شود.

۲۹) منطقه بعد از خط پایان

یک منطقه محصور برای ورزشکاران تدارک دیده میشود. در این منطقه لباسها و تجهیزات الزامی آنها بررسی خواهد شد. فقط کادر رسمی چون برگزار کنندگان، خدمات رسانه ای، پزشکی، کارکنان مطبوعات و تلویزیون و غیره می توانند به این منطقه وارد شوند.

۳۰) انجام خطای مهم، علاوه بر حذف شرکت کننده از دور مسابقه امتیاز منفی تیمی را نیز در پی خواهد داشت.

نوع خطا	کد خطا
تنه زدن از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	۱
هل دادن از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	۲
عدم رعایت مسائل زیست محیطی (بیرون از مسیر مسابقه تا شعاع $100 \pm$ متر)، بهداشت فردی آلودگی صوتی	۳

از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
دریافت هرگونه کمک در مناطق غیر مجاز (در نقاطی که به عنوان ایستگاه کمکی نیستند).	۴
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
دنبال نکردن علایم مسیر مسابقه بصورت عمدی یا سهوی.	۵
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
شماره لباسها (ورزشکار) در معرض دید نباشند یا دستکاری شده باشند.	۶
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
شروع نادرست	۷
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
عبور نکردن از نقاط بازرسی اجباری.	۸
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
داشتن رفتار غیر ورزشی در طول مسیر مسابقه - کمک نکردن به دیگر شرکت کننده ها در صورت نیاز به کمک	۹
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
نداشتن یا عدم استفاده از تجهیزات اجباری	۱۰
عدم صلاحیت	
تبعیت نکردن از دستورات کادر برگزاری یا داوران.	۱۱
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	
بدون هیچ علتی در مراسم اهداء جوایز شرکت نکنند.	۱۲
عدم صلاحیت	
از انجام تست آنتی دوپینگ سرپیچی کنند و یا یک نتیجه ی مثبت در آنتی دوپینگ داشته باشند.	۱۳
عدم صلاحیت	
تعویض شماره	۱۴
عدم صلاحیت و حذف از مسابقه	
مواردی که در جلسه فنی اعلام می گردد.	۱۵
از ۳ دقیقه به زمان مسابقه ورزشکار تا سلب صلاحیت (مردودی از مسابقه).	

* در صورت مثبت بودن تست دوپینگ در زمان مقرر، شرکت کننده می بایست احکام، مدال، جوایز و هدایای دریافتی را به برگزار کننده عودت نموده و برابر مقررات و قوانین جاری با وی برخورد می گردد.

۳۱) مسابقات

فقط هیئت های کوه نوردی و صعودهای ورزشی استان ها، نهادها، باشگاه ها و یا سازمان های رسمی از سوی فدراسیون به رسمیت شناخته شده اند، مجازند تا درخواست میزبانی یک مسابقه مورد تایید کمیته را ارائه دهند.

- مسابقات قهرمانی.

- ۱-۲-۳۲) مسابقات قهرمانی کشور. ۲-۲-۳۲) مسابقات جام فجر.
۳-۲-۳۲) مسابقات قهرمانی استان. ۴-۲-۳۲) مسابقات مناسبتی.

۳۲) مسئولان رسمی مسابقات

- فدراسیون در هر مسابقات رسمی مصوب کمیته به طور رسمی معرفی می نماید:

مدیر مسابقه، رئیس هیئت داور، ناظر، سرطراح، کادر طراحی، داوری و عوامل اجرایی.

۳۳) محاسبه امتیازات مسابقات انفرادی و تیمی.

-سیستم امتیازدهی انفرادی

امتیازها در هر مسابقه براساس نتایج زنان و مردان برنده و با توجه به تقسیم‌بندی امتیازها در هر رده مشخص می‌شوند. امتیازدهی‌ها بدین صورت خواهند بود:

۱۰۰، ۸۸، ۷۸، ۷۲، ۶۸، ۶۶، ۶۴، ۶۲، ۶۰، ۵۸، ۵۶، ۵۴، ۵۲، ۵۰ با کم کردن ۲ امتیاز ۲ امتیاز، تا جایگاه چهارم برای مردان و زنان پایین می‌آید.

-سیستم امتیازدهی تیم‌های رسمی ملی

سیستم رتبه‌بندی تیمی، براساس امتیازهای فردی به دست آمده توسط ۴ ورزشکار برتر جدول به دست می‌آید و در صورت تساوی؛ تیمی که بیشترین تعداد ورزشکار رسیده به خط پایان را داشته باشد، به عنوان برنده انتخاب می‌شود.

۳۴) اعتراضات

اعتراض به هر یک از مراحل مسابقه، می‌بایست توسط ورزشکار و یا سرپرست رسمی وی با نام فرد معترض و شماره لباس او، در خط پایان و یا در موقع انتشار نتایج موقت، نوشته و امضا شود. جهت اعتراض، مبلغی معادل ورودی مسابقه، درخواست می‌شود که در صورت وارد بودن اعتراض، مبلغ عودت داده می‌شود.

شکایات بعد از یک ساعت از نشر نتایج موقت، دیگر پذیرفته نیست، که بنا بر تصمیم هیئت داور و بسته به شرایط، مدت زمان ارائه شکایت قابل تغییر است و رییس هیئت داور مدت زمان اعتراض را، در جلسه فنی و یا در هنگام نشر نتایج موقت، اعلام می‌کند.

۳۵) هرگونه تغییرات یا جابجائی و یا موارد پیش‌بینی نشده با تأیید فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی ج.ا. ایران منطبق بر شرایط فرهنگی، آئینی، ملی، اقلیمی، اجتماعی، امکانات و... اعلام در بخشنامه‌های مربوطه قابل اجرا است.



فصل سوم

کاربرگ‌ها

در این جا چیزی ننویسید
کد شناسایی ثبت نام

محل الصاق
عکس

شماره شناسه ۱۰۱ م - ۰۳
کار برگ پرسش نامه ثبت نام و پذیرش در مسابقه

لطفاً این کار برگ را با خودکار و با خط خوانا تکمیل نمایید.

عنوان مسابقه: زمان برگزاری: مکان برگزاری:

نام - نام خانوادگی:		نام پدر:	
Full Name :			
شماره شناسنامه:		محل صدور:	
استان محل اقامت:		تاریخ تولد: سال ماه روز	
هیئت کوهنوردی و صعودهای ورزشی اعزام کننده:			
گروه خون:		شماره کارت بیمه ورزشی:	
شغل:		آخرین مدرک و رشته تحصیلی:	
کد ملی:		ملیت:	
کد پستی منزل:		دین:	
نشانی منزل:		وضعیت تأهل:	
تلفن منزل - همراه:		مذهب:	
رایانامه:			

بخش سنجش سلامت

⚠️ احتیاط: پاسخ به تمامی پرسش‌ها الزامی است. اطلاعات نادرست، در هنگام بروز فوریت‌های پزشکی، اقدامات درمانی را تحت الشعاع قرار داده و خطرناک است.

بلبی	خیبر			بلبی	خیبر
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۲ - بیماری‌های ذهنی یا ضعف عصبی		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۳ - اعتیاد به دارو یا الکل		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۴ - جراحی یا توصیه شده برای انجام عمل جراحی		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۵ - مشکلات پوستی یا آلرژی		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۶ - حساسیت به دارو		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۷ - حساسیت به گزیدن حشرات		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۸ - حساسیت به گرد و غبار		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۱۹ - استفاده از داروهای تجویز شده به صورت منظم		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۰ - بیماری‌های استخوانی یا مفصلی، شکستگی‌ها، دررفتگی‌ها،		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	مفاصل مصنوعی، آرتروز، درد ناحیه پشت		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۱ - H. I. V		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	۲۲ - آیا شما در حال درمان هستید؟		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

اگر پاسخ شماره ۲۲ «بلبی» است، علت تحت درمان بودن خود را بنویسید:

بیماری‌های دیگر یا ضایعاتی که در بالا از آن‌ها نام برده نشده و شما به آن‌ها مبتلا هستید را بنویسید:

این جانب ضمن تأیید مطالب فوق، مسئولیت ناشی از تمامی پیش‌آمدهای ناشی از حوادث و اتفاقات احتمالی و پیشرو را با علم و آگاهی و در سلامت جسمی و روحی، مسابقه را می‌پذیرم.

امضاء و اثر انگشت

تأیید / عدم تأیید پزشک حاضر در هنگام پذیرش شرکت نامبرده در این دوره مسابقات مورد تأیید است. شرکت نامبرده در این دوره مسابقات مورد تأیید نمی‌باشد.

علائم بالینی فشار خون نبض مهر و امضاء پزشک مسابقه

شماره شناسه ۱۰۲ م - ۰۳ د

کاربرگ دریافت مدارک ثبت نام در مسابقه

عنوان مسابقه:..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری:.....

ردیف	کد ملی	تاریخ تولد/...../.....	نام و نام خانوادگی	شماره ثبت نام

.....

شماره شناسه ۱۰۳ م - ۳ د

کاربرگ دریافت ورودیه ثبت نام در مسابقه

عنوان مسابقه:..... زمان برگزاری:..... مکان برگزاری:.....

ردیف	نام - نام خانوادگی	شهرستان	نقدی	شماره فیش بانکی	مبلغ پرداختی (به ریال)
جمع کل:					

ناظر مسابقه

مدیر مسابقه

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»

شماره شناسه ۱۰۵ م - ۰۳ د

کاربرگ اطلاعات دسترسی به شرکت کننده در مسابقات

عنوان دوره: زمان برگزاری: از تا مکان برگزاری:

ردیف	نام و نام خانوادگی	کد ملی	تاریخ تولد			تلفن	پست الکترونیک	نشانی دقیق پستی
			روز	ماه	سال			

نام و نام خانوادگی و امضاء مسئول ثبت نام و پذیرش

شماره شناسه ۱۰۶ م - ۰۳ د

کاربرگ اطلاعات حساب بانکی کادر اجرایی

مسابقه: زمان برگزاری: مکان برگزاری:

ردیف	نام و نام خانوادگی	تلفن همراه	شماره شبا / عابر بانک	ملاحظات

نام و نام خانوادگی و امضا مدیر مسابقه

شماره شناسه ۱۰۷ م - ۰۳ د

کاربرگ گزارش سرطراح مسابقه (صفحه ۱ از ۳)

* این کاربرگ را سرطراح مسابقات تکمیل می نماید.

عنوان مسابقه: تاریخ برگزاری: از / / تا / / ۱

مدیر مسابقه: رئیس هیئت داوری:

ناظر فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی:

سرطراح مسابقه:

نام کامل طراحان و درجه (به ترتیب الفبایی نام خانوادگی)

۰۱		۰۱
۰۲		۰۲
۰۳		۰۳
۰۴		۰۴
۰۵		۰۵
۰۶		۰۶
۰۷		۰۷
۰۸		۰۸
۰۹		۰۹
۰۱۰		۰۱۰

محل برگزاری:

استان: شهرستان: شهر: منطقه:

شماره مجوز برگزاری: برگزارکننده:

شماره شناسه ۱۰۷ م - ۲۵

کاربرگ گزارش سرطراح مسابقه (صفحه ۲ از ۳)

وضعیت طراحان مسابقه

ردیف	نام - نام خانوادگی				انضباط				آراستگی				مهارت در طراحی				آمادگی جسمانی				توانایی علمی - فنی				پیش بینی موارد ایمنی				
	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	ع	م	خ	ض	
۱																													
۲																													
۳																													
۴																													
۵																													
۶																													
۷																													
۸																													

ض = ضعیف

م = متوسط

خ = خوب

ع = عالی

گزارش و زمان بندی کامل روزانه طراحی:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

شماره شناسه ۱۰۸ م - ۰۳ د

کاربرگ تعهدنامه اولیای شرکت کنندگان با سن کمتر از ۱۸ سال در مسابقه

مشخصات ولی / سرپرست / قیم:

این جانب به شناسنامه شماره فرزند به عنوان ولی /
سرپرست / قیم قانونی خانم/آقای به کد ملی فرزند متولد روز
..... ماه سال ضمن قبولی و احترام به کلیه قوانین فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی، با ابراز رضایت کامل
از حضور نام‌برده در مسابقه مسئولیت بروز هر گونه حادثه ممکن برای ایشان را می‌پذیرم.
نشانی دقیق پستی و شماره تلفن منزل این جانب به قرار زیر است:

.....
.....
.....

نام - نام خانوادگی، امضاء

تاریخ امضاء

روز	ماه	سال

درستی مندرجات و امضای فوق مورد تأیید می‌باشد.

نام، امضا و مهر
رئیس هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان
تاریخ:

توجه:

۱. مسئولیت مندرجات این کاربرگ بر عهده هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان است.
۲. این کاربرگ می‌بایست پیش از آغاز مسابقه و حضور رئیس هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان تکمیل شود.
۳. به منظور ایجاد هم‌آهنگی بیش تر، تاریخ تولد معیار افراد ۱۸ سال به بالا را فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی، هر سال اعلام خواهد نمود.
۴. شرکت افراد با سن کمتر از ۱۸ سال، بدون پر کردن این کاربرگ، در مسابقه ممنوع است.
۵. این کاربرگ فقط در مسابقاتی توزیع و تکمیل می‌شود که با لحاظ نمودن تمامی شرایط فنی، فرهنگی، اجتماعی و... که مورد تأیید رسمی فدراسیون باشد.



شماره شناسه ۱۱۰ م - ۰۳ د

کاربرگ اقدام انضباطی در مسابقه

نظر به این که سرکار خانم / جناب آقای.....
اعزامی از استان..... به مسابقه..... که در تاریخ..... و
در..... برگزار شد، مرتکب خطای..... شده است، ملزم به
دریافت کارت..... و ارجاع به کمیته انضباطی می باشد.

نام و نام خانوادگی و امضا رئیس هیات داور
تاریخ

نام و نام خانوادگی و امضا مسابقه دهنده

توضیحات:

شماره شناسه ۱۱۱ م - ۰۳ د

کار برگ ثبت نام تیمی در مسابقات

عنوان مسابقه: زمان برگزاری: مکان برگزاری: تعداد نفرات شرکت کننده:

ردیف	نام و نام خانوادگی	شماره شرکت کننده	استان	شهرستان	تلفن

نام و نام خانوادگی سرپرست تیم:	تلفن:	نام و نام خانوادگی مربی تیم:	تلفن:

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر (سرپرست فنی)
تاریخ

تلفن تماس ضروری:

شماره شناسه ۱۱۲ م - ۰۳۵

کار برگ تقاضای صدور احکام قهرمانی

عنوان مسابقه: زمان: محل برگزاری:

ردیف	شرح	نام	نام خانوادگی	نام پدر	محل تولد	تاریخ تولد	شماره شناسنامه	محل صدور	کد ملی	اعزامی از استان	مقام کسب شده
۱	فارسی										
	انگلیسی										
۲	فارسی										
	انگلیسی										
۳	فارسی										
	انگلیسی										

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر

تاریخ

کاربرگ گزارش ناظر (سرپرست فنی) مسابقه

* این کاربرگ را ناظر مسابقه تکمیل می‌نماید.

عنوان مسابقه: تاریخ برگزاری: از تا

نام و نام خانوادگی مدیر:

نام و نام خانوادگی ناظر (سرپرست فنی):

نام و نام خانوادگی رئیس هیئت داوری:

نام و نام خانوادگی سر طراح:

محل برگزاری:

استان: شهرستان: شهر: منطقه:

شماره مجوز برگزاری: برگزارکننده:

شماره شناسه ۱۱۳ م - ۰۳ د

صفحه: ۲ از ۲

کاربرگ گزارش ناظر مسابقه

نقاط قوت مسابقه:

نقاط ضعف مسابقه:

شرح تخلفات مسابقه:

پیشنهادها و نقطه نظرها درباره مسابقه:

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر مسابقه

تاریخ:

فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ
شیوه نامه برگزاری مسابقات دو کوهستان «اسکای رانینگ»

شماره شناسه ۱۱۴ م - ۳۵۰

کاربرگ خلاصه اطلاعات مسابقات

عنوان مسابقه: زمان برگزاری: محل برگزاری:

ناظر (سرپرست فنی)	داور رده بند	سر طراح	رئیس هیأت داورى	مدیر مسابقه	تعداد ورزشکاران حاضر	تعداد استان حاضر	مجری برگزاری	میزبان
								نام و نام خانوادگی
								نفرات اول تا ششم استان
				کادر داورى:				کادر طراحی:
				همکاران اجرایی:				اسامی استان ها:

نام و نام خانوادگی و امضا ناظر

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۰۳ د

صفحه: ۱ از ۴

کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

* این کاربرگ را که شامل ۴ صفحه است، مدیر مسابقه تکمیل می نماید.

عنوان

..... تاریخ برگزاری: از تا:

مسابقه:

.....	نام و نام خانوادگی مدیر:
.....	نام و نام خانوادگی ناظر (سرپرست فنی):
.....	نام و نام خانوادگی رئیس هیئت داوری
.....	نام و نام خانوادگی سر طراح:
.....	شماره مجوز برگزاری:

محل برگزاری:

..... استان: شهرستان: شهر: منطقه:

..... شماره مجوز برگزاری: برگزار کننده:

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۰۳ د

صفحه:

صفحه: ۲ از ۴ - ادامه

کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

گزارش مختصر روزانه مسابقه

شماره روز:	روز هفته:	تاریخ:
زمان	شرح	

شماره روز:	روز هفته:	تاریخ:
زمان	شرح	

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۰۳ د

صفحه:

صفحه: ۳ از ۴ - ادامه

کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

الف) منابع درآمدهای مالی

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ب) هزینه ها

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

شماره شناسه ۱۱۵ م - ۰۳ د

صفحه:

صفحه: ۴ از ۴ - ادامه

کاربرگ گزارش مدیر مسابقه

بررسی وضعیت شرایط و عوامل تأثیرگذار بر مسابقه			
موضوع	متناسب	نامتناسب	توضیحات
زمان			
کادر اجرایی			
کادر فنی			
شرکت کنندگان			
لوازم و تجهیزات فنی			
لوازم و تجهیزات اداری			
مکان برگزاری			
اعتبار مالی			
تغذیه			
محل اقامت شرکت کنندگان و کادر اجرایی			
وسیله نقلیه			
روند از پیش تعیین شده اجرایی			
دیگر موارد			

نقطه نظرات و پیشنهادهای مدیر مسابقه:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نام و نام خانوادگی و امضا مدیر مسابقه: تاریخ

شماره شناسه ۱۱۶ م - ۰۳ د

کاربرگ ارزیابی مسابقات

پاسخگوی محترم: پرسشنامه زیر به منظور سنجش کیفیت برگزاری مسابقات تهیه شده است. بدیهی است رسیدن به نتایج واقعی جهت ارتقاء سطح کیفی بدون مساعدت و همکاری جنابعالی امکان پذیر نیست. لذا خواهشمند است نظرات خود را در مورد نحوه برگزاری اعلام فرمایید.

عنوان مسابقه: <input type="checkbox"/> میزبان <input type="checkbox"/> مجری تاریخ برگزاری: مکان برگزاری:	(این قسمت در صورت تمایل تکمیل گردد) نام و نام خانوادگی: سمت: استان: باشگاه: شهرستان: رده سنی:
--	---

الف) ارزیابی طراحی مسیر:

ردیف	شرح سئوالات	امتیاز مورد نظر خود را در هر مورد با علامت × مشخص نمایید. بیشترین ۱۰ کمترین ۱
۱	نشانه گذاری در مسیر با رنگهای استاندارد	۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰
۲	ایمنی مسیر طراحی شده	۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰
۳	خلاقیت در طراحی مسیر	۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰
۴	میزان رضایت شما از طراحی مسیر	۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰

ب) ارزیابی داوری مسابقه

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۶ آشنایی با قوانین روز داوری
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۷ مهارت و تسلط در اجرای قوانین
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۸ دقت در امر امتیاز دهی و رده بندی
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۹ میزان رضایت شما از داوری مسابقه

ج) ارزیابی تسهیلات و امکانات رفاهی: (میزبان)

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۰ زمان و محل برگزاری مسابقه
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۱ نحوه اطلاع رسانی
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۲ کیفیت پذیرش
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۳ نحوه برخورد برگزارکنندگان
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۴ میزان رضایت شما از میزبانی مسابقه
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۵ امکانات خوابگاهی
۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰	۱۶ پذیرایی

نظرات و پیشنهادات

.....

.....

.....

شماره شناسه ۱۱۷ م - ۰۳ د

کار برگ ثبت زمان، خط پایان و رده بندی نهایی مسابقه

عنوان مسابقه: تاریخ برگزاری: برگزار کننده:
مکان برگزاری: تعداد شرکت کننده: زمان شروع مسابقه:

ردیف	نام و نام خانوادگی	شماره مسابقه دهنده	اعزامی از	زمان ثبت شده	رتبه	خطا	نتیجه نهایی

* در صورت انجام خطا در ستون خطای جدول بالا درج شود.

* چنانچه ورزشکار خاطی از دور مسابقات حذف شود با علامت (X) در ستون خطای جدول بالا درج شود.

نام و نام خانوادگی و امضا

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس هیئت داورى

داور رده بند

فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، کمیته مسابقات و لیگ
شیوه نامه برگزاری مسابقات دوی کوهستان «اسکای رانینگ»

شماره شناسه ۱۱۸ م - ۳۵۰

کار برگ خطای شرکت کنندگان

عنوان تاریخ برگزاری: برگزار کننده:

مسابقه: مکان برگزاری: تعداد شرکت کننده: زمان شروع مسابقه:

ردیف	شماره مسابقه دهنده	زمان گذر	تنه زدن	هل دادن	عدم رعایت مسائل زیست محیطی (بیرون از مسیر مسابقه تا شعاع ۱۰۰ متر)، پهنای فرزی، آلودگی صوتی	دریافت هرگونه کمک در مناطق غیر مجاز (در تقاطعی که به عنوان ایستگاه کمکی نیستند)	دنبال نکردن علائم مسیر مسابقه بصورت عمدی یا سهوی	شماره لباسها (ورزشکاران) در معرض دید نباید یا دستکاری شده باشند	شروع غلط	تقاط بازی اجباری	عبور نکردن از	داشته شدن رفتار غیر ورزشی در طول مسیر مسابقه- کمک نکردن به دیگر شرکت کنندگان در صورت نیاز به کمک	نداشتن یا عدم استفاده از تجهیزات اجباری مورد نیاز	تعیین نکردن از دستورات کادر برگزاری یا داوران	توضیح شماره

* زمان کسر شده (حداقل سه دقیقه) با توجه به جدول صفحه ۳۹ و شدت خطا تعیین و در جدول بالا نوشته می شود. در صورتی که خطا منجر به حذف ورزشکار شود در جدول بالا «x» درج می گردد.

محل استقرار داور مسیر: نام و نام خانوادگی و امضاء داور مسیر - تاریخ:

شماره شناسه ۱۱۹ م - ۳ د +

کاربرگ داوران خط شروع **خط پایان**

عنوان مسابقه:..... تاریخ برگزاری:..... برگزار کننده:..... زمان شروع:.....

ردیف	نام و نام خانوادگی	اعزامی از	شماره شرکت کننده	زمان پایان مسابقه	ملاحظات

نام و نام خانوادگی و امضاء

ناظر (سرپرست فنی):

رئیس هیئت داورى:

داور مسير:

شماره شناسه ۱۲۰ م - ۳ د +

کاربرگ امتیاز و رده بندی انفرادی مسابقه به ترتیب امتیاز کسب شده

عنوان مسابقه:..... مکان برگزاری:..... زمان:.....

ردیف	نام شرکت کننده	اعزامی از	امتیاز انفرادی	ملاحظات

این کار برگ در مسابقاتی که رده بندی تیمی دارد تکمیل می شود.

نام و نام خانوادگی و امضاء

مدیر مسابقه

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس هیئت دوری

شماره شناسه ۱۲۱ م - ۰۳ د

جدول امتیاز تیم

عنوان مسابقه: مکان برگزاری: زمان:

ردیف	هیئت / باشگاه / تیم	امتیاز	ملاحظات

جمع امتیاز کسب شده تیمی

نام و نام خانوادگی و امضاء

مدیر مسابقه

ناظر (سرپرست فنی)

رئیس هیئت دوری

شماره شناسه ۱۲۲ م - ۰۳ د

کاربرگ گزارش عملکرد طراحان و داوران کارورز

نام و نام خانوادگی کارورز:		تاریخ تنظیم کاربرگ:	
شماره مجوز حضور (این مجوز باید از سوی کمیته صعودهای ورزشی صادر گردد):		تاریخ اخذ مجوز:	
نام و نام خانوادگی مدیر مسابقه / رئیس هیأت داوری / سرطراح / ناظر:		شماره تماس:	
محل برگزاری مسابقات			
استان:		شهرستان:	
عنوان مسابقه:		گرایش:	
تاریخ برگزاری:		رده سنی:	

خلاصه گزارش عملکرد طراح و داور کارورز در طول مسابقه:

کارنامه طراح و داور کارورز دوی کوهستان:

ردیف	عنوان	امتیاز (۱ تا ۱۰)	توضیحات
۱	اشراف به قوانین و مقررات		
۲	تمرکز، سرعت عمل در طراحی و داوری		
۳	توانایی صعود		
۴	قاطعیت و اعتماد به نفس		
۵	وقت شناسی و حضور به موقع		
۶	مسئولیت پذیری و همکاری گروهی		
۷	لوازم و تجهیزات شخصی		
۸	عدم ارائه اطلاعات اضافی به مسابقه دهندگان		
۹	تحویل، نگهداری و بازگشت وسایل و لوازم		
	جمع کل		

توجه: در صورت کسب نمره زیر ۷۰ از ۱۰۰ و یا گزارش سوء دوره تجدید می گردد.

نام و نام خانوادگی، تاریخ و امضاء رئیس هیأت داوری، سرطراح و ناظر

شماره شناسه ۱۲۳ م - ۰۳ د

کاربرگ گزارش رئیس هیئت داوری

عنوان مسابقه	جنسیت	رده سنی	زمان	مکان	گرایش	میزبان

نام و نام خانوادگی ناظر مسابقه	نام و نام خانوادگی مدیر مسابقه	نام و نام خانوادگی ناظر مسابقه

اسامی داوران:

.....

.....

.....

.....

.....

نقطه نظرات (چگونگی برگزاری):

.....

.....

.....

.....

.....

نقطه نظرات پیشنهادی:

.....

.....

.....

نام، نام خانوادگی، تاریخ و امضاء رئیس هیئت داوری

لیست مدارک و پیوستهای ضروری:

لیست نتایج تأیید شده، جدول زمان بندی، گزارش عملکرد داوران کارورز، کاربرگ اعلام اعتراضات به مسابقه، کاربرگ اقدام انضباطی



تمامی عزیزان می توانند نظرهای خویش را به نشانی info@mfi.ir یا msfi.dabir@yahoo.com و به نام مسئول بخش دوی کوهستان ارسال نمایند .
کمیته مسابقات و لیگ دست تمامی عزیزانی را که نقطه نظرها و پیشنهادهای خود را به منظور ارتقای سطح دانش و اصلاح این شیوه نامه ، ارسال می نمایند ، به گرمی می فشارد .

موفق باشید

خرداد ۱۴۰۳