

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای حبیب‌نژاد

رئیس هیات تکواندو استان آذربایجان غربی

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می‌رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیت‌های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می‌باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۲۲۲۴۲۴۴۱-۳ - فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای رنجبرپور

رئیس هیات تکواندو استان آذربایجان شرقی

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House -Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge -Dr.Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای خوشروزی

رئیس هیات تکواندو استان اردبیل

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملاً باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای اله آبادی

رئیس هیات تکواندو استان اصفهان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۲۵ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای ناصرمنش

رئیس هیات تکواندو استان ایلام

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۲۱-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۰۲۱-۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۲۵ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای سیدمردانی

رئیس هیات تکواندو استان بوشهر

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۲۵۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای خلیلی

رئیس هیات تکواندو استان تهران

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای سیدیان

سرپرست هیات تکواندو استان البرز

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۲۲۲۴۲۴۴۱-۳ - فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای بهرامی

سرپرست هیات تکواندو استان چهارمحال و بختیاری

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزابور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای حسین زاده

رئیس هیات تکواندو استان خراسان رضوی

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



## فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای محمودی

رئیس هیات تکواندو استان خراسان جنوبی

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House -Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge -Dr.Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیابی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



## فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای آریان

رئیس هیات تکواندو استان خراسان شمالی

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۲۲۲۴۲۴۴۱-۳ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۲/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۲/۵۱/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای پورسلان

رئیس هیات تکواندو استان خوزستان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

### زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای سپهری

رئیس هیات تکواندو استان زنجان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای نوروزی عجم

رئیس هیات تکواندو استان سمنان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

### زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای طاهری نسب

رئیس هیات تکواندو استان سیستان و بلوچستان

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملاً باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیابی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

سرپرست هیات تکواندو استان فارس

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

#### شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

#### رده سنی شرکت کنندگان

- ۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا
- ۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰
- ۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو  
کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۷

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۷

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای طاهرخانی

رئیس هیات تکواندو استان قزوین

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیابی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزابور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای جمشیدی

رئیس هیات تکواندو استان قم

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزابور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای جمالی

رئیس هیات تکواندو استان کردستان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیابی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای گنجعلی خانی

رئیس هیات تکواندو استان کرمان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای همتی

رئیس هیات تکواندو استان کرمانشاه

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملاً باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۲۲۲۴۲۴۴۱-۳ - فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۱۳۵۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای نوری

رئیس هیات تکواندو استان گلستان

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۲۱-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۰۲۱-۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۲/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۲/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای سترگی

رئیس هیات تکواندو استان گیلان

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای وفایی سالارپور

رئیس هیات تکواندو استان لرستان

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای نفجم

رئیس هیات تکواندو استان مازندران

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای ویسمه

سرپرست هیات تکواندو استان مرکزی

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۱/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/۵۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نا مشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای ایرانخواه

سرپرست هیات تکواندو استان هرمزگان

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۱۳۵۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

جناب آقای قنبری

رئیس هیات تکواندو استان همدان

**موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)**

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



## ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



### سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای عزیزی

رئیس هیات تکواندو استان یزد

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملاً باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۰۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیینی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار(نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، ملائیل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ : تاریخ

No : ..... ۱۴۰۲/۰۵/۲۵ : شماره

Attach : ..... : پیوست



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران

ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین



جناب آقای طالبی

رئیس هیات تکواندو کیش

### موضوع: جشنواره روز جهانی تکواندو (چالش بزرگ تکواندو)

با سلام و احترام ؛

به آگاهی می رساند، کمیته توسعه همگانی در نظر دارد به منظور گرامیداشت روز جهانی تکواندو، چالش بزرگ ویژه آقایان و بانوان را در آیتم های آپ دولیو چاگی و دولیو چاگی رکوردی را برگزار نماید.  
لذا دستور فرمائید نسبت به اطلاع رسانی مناسب به جامعه بزرگ تکواندو اقدام نمائید.

شرایط عمومی شرکت کنندگان

- عضویت در بانک اطلاعات فدراسیون تکواندو و تمدید سال ۱۴۰۲
- محدودیتی در رده کمر بند وجود ندارد.
- رده کمر بند سفید زرد ، سبز و آبی ضربه آپ دولیو چاگی.
- رده کمر بند قرمز به بالا ضربه دولیو چاگی.
- شرکت در مسابقات رایگان می باشد.

رده سنی شرکت کنندگان

۱- زیر ۱۴ سال متولدین ۱۳۸۶/۱۰/۱۱ به بالا

۲- ۱۵ تا ۱۷ سال متولدین ۱۳۸۳/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۶/۱۰/۱۰

تهران: خیابان شریعتی ، خیابان شهید میرزاپور ، کوچه شهید طاهری ، مقابل مجتمع مسکونی سبحان ، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code : 19317-35593 P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۳- بالای ۱۸ سال متولدین ۱۳۸۴/۱۰/۱۰ به پایین

زمان بندی برگزاری مسابقات

- مسابقات فقط در یک مرحله برگزار می گردد.
- مسابقات فوق به صورت غیر حضوری برگزار می گردد.
- اپلیکیشن TaekApp از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۲ ساعت ۱۰:۰۰ صبح لغایت روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۷ ساعت ۱۲:۰۰ بامداد آماده بارگذاری کلیپ میباشد.
- زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه متعاقباً اعلام میشود.
- به نفرات اول تا سوم هر رده حکم و مدال اهدا میگردد که در جشن روز جهانی تکواندو از برترین ها تجلیل میگردد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

نکات فنی مسابقه (دولبو چاگی و آپ دولبو چاگی رکوردی)

- ۱- زمان اجرای تکنیک حداکثر ۱۵ ثانیه می باشد. (بیش از ۱۵ ثانیه منظور نخواهد شد).
- ۲- ضروری است هنگام اجرای تکنیک شروع و پایان ۱۵ ثانیه توسط فرد دیگری منظور گردد و پس از اتمام مدت ۱۵ ثانیه اجرای تکنیک متوقف گردد.
- ۳- از زمان اجرای اولین ضربه ۱۵ ثانیه منظور خواهد شد.
- ۴- محدوده اجرای ضربه آپ دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان لگن تا ارتفاع امتداد استخوان ترقوه و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه

ارتفاع استخوان لگن



- ۵- محدوده اجرای ضربه دولبو چاگی از ارتفاع امتداد استخوان ترقوه به بالا و در محدوده حداکثر ۵۰ سانتی متر عرضی که ورزشکار باید این محدوده را با خطوط رنگی روی دیوار مشخص نماید.



ارتفاع استخوان ترقوه



- ۶- در صورتی که پای ضربه زننده زمین گذاشته شود خطا نبوده ولی جز ۶ زمان ۱۵ ثانیه محسوب خواهد شد.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : ندارد



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۷- در اجرای ضربه زانوی ورزشکار موقع ضربه زدن باید کاملا باز شده و موقع جمع کردن (برگشت پا) حداقل باید حدود ۳۰ درجه خم شود تا تکنیک صحیح محاسبه شود.

۸- ضرباتی که خارج از محدوده مشخص شده اجرا گردد شمارش نخواهد شد. (در ضربه دولیو چاگی محدودیتی در ارتفاع بالا وجود ندارد).

۹- در صورت زمین خوردن، ورزشکار از دور مسابقه حذف می شود.

۱۰- در صورت تساوی در تعداد ضربه صحیح به روش زیر عمل خواهد شد:

الف- در آرده سنی زیر ۱۴ سال و ۱۵ تا ۱۸ سال اولویت با سن کمتر.

ب- در رده سنی بالای ۱۹ سال اولویت با سن بالاتر می باشد.

### لباس ورزشکاران

- اجرای تکنیک با لباس توبوک (کیوروگی یا پومسه) باید انجام شود و در صورت تمایل به استفاده از لباس رنگی پومسه می بایست از لباس استاندارد رده سنی خود استفاده گردد.
- کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نمایند و با رعایت شئونات اسلامی و پوشش کامل فیلم های خود را تهیه نمایند.

### نکات مهم:

- ۱- برای شرکت در مسابقات
- ۲- هر تکواندو کار بعد از ورود به مسابقه مورد نظر فقط یک مرتبه می تواند نسبت به بارگذاری و ارسال ویدئو اقدام نماید.
- ۳- برای ضبط ویدئو نیاز به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان می توانند در منزل یا هر فضای مناسب دیگر نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000



Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۲۵۱/د/۱۲۷۸

Attach : ..... پیوست : نداود



فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

۴- ویدئوهای ارسال شده توسط داوران فدراسیون بازیابی و امتیاز گذاری خواهند شد.

#### مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها

۱- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه (بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره شرکت کننده مشخص باشد.

۲- زاویه فیلم برداری می بایست به صورتی باشد که کل بدن ورزشکارو پای ضربه زننده و همچنین محدوده اجرای ضربه روی دیوار قابل مشاهده باشد.

۳- بانوان باید با پوشش کامل اسلامی (مقنعه) باشند.

۴- حجم فایل ارسالی از ۴۰ مگابایت فراتر نباشد. (با احتساب زمان معرفی و ادای احترام ابتدا و انتهای اجرای تکنیک)

۵- تصویر برداری به صورت افقی انجام شود.

۶- ویدئو بایستی با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام پدر، کد ملی، استان محل سکونت) آغاز و سپس تکنیک اجرا گردد.

۷- در ابتدا و انتهای اجرا ادای احترام الزامی می باشد.

۸- در زمان اجرا بدن ورزشکار کاملاً باید در چارچوب فیلم بوده و از فیلم خارج نشود.

۹- در مسابقات غیر حضوری متأسفانه بعضاً مشاهده شده شرکت کننده موقع معرفی خود نامفهوم و یا بسیار ضعیف بوده و همچنین مشاهده شده فیلم بردار دیرتر کلیک نموده و معرفی ناقص یا نامشخص ضبط می شود، تایید میگردد قبل از بارگذاری فیلم حتماً موارد فوق کنترل گردد.

#### راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در جشنواره روز جهانی تکواندو

۱- ابتدا باید اپلیکیشن TaekApp را از " پلی استور " برای کاربران اندروید و " سیب اپ " برای کاربران آیفون دریافت کنید.

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ - تلفن: ۳-۲۲۲۴۲۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۲۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box : 19395-5534

Websait : taekwondo.ir

E-Mail : Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000

Date : ..... تاریخ : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

No : ..... شماره : ۱۴۰۱/۰۶/۰۱

Attach : ..... پیوست : نداود



# فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN TAEKWONDO FEDERATION



## سال تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین

- ۲- پس از نصب اپلیکیشن با شماره همراه خود وارد شده و ثبت نام نمایید.
- ۳- در صفحه اصلی اپلیکیشن وارد بخش "آزمون و رویدادهای آنلاین" شوید.
- ۴- بر روی دسته بندی "مسابقات آنلاین" کلیک کنید.
- ۵- جشنواره روز جهانی تکواندو را انتخاب کنید.
- ۶- کد ملی خود را وارد نمایید. (برای وارد کردن اعداد حتما کیبورد خود را انگلیسی کنید).
- ۷- بروی گزینه "بارگذاری" کلیک کنید و ویدئو خود را از داخل گالری خود انتخاب نموده و سپس دکمه ارسال ویدئو را کلیک کنید.
- ۸- منتظر بارگذاری کامل بمانید و کد پیگیری دریافت کنید.
- ۹- کد پیگیری را تا پایان اعلام نتایج نگه دارید.
- ۱۰- فیلم بارگذاری شده تا پایان مسابقات همراه داشته باشید تا در صورت بوجود آمدن مشکل مجدداً استفاده گردد.
- ۱۱- تاکید میگردد در ارسال فیلم و رده سنی و کمر بند دقت گردد در صورت اشتباه در ارسال فیلم مسئولیت آن با خود ورزشکار میباشد.
- ۱۲- در صورت بروز مشکل در هر مرحله می توانید از طریق قسمت پشتیبانی و از طریق شبکه اجتماعی واتس آپ درخواست خود را ارسال نمایید. (لطفاً فقط از طریق ارسال پیام در واتس آپ پیگیری نموده و از تماس تلفنی خودداری نمایید).

حسین حسین زاده

سرپرست دبیری فدراسیون

تهران: خیابان شریعتی، خیابان شهید میرزاپور، کوچه شهید طاهری، مقابل مجتمع مسکونی سبحان، خانه تکواندو

کد پستی: ۱۹۳۱۷۳۵۵۹۳ - صندوق پستی: ۵۵۳۴-۱۹۳۹۵ تلفن: ۳-۲۲۲۴۴۴۱ فاکس: ۲۲۲۴۴۴۴

Taekwondo House - Shahid Taheri Alley - Shahid Mirzapour St - After Sadr Bridge - Dr. Shariati Ave - Tehran - Iran

Tel: (+9821) 22242441-3 Fax: (+9821) 22242444 Post Code: 19317-35593 . P.O.Box: 19395-5534

Websait: taekwondo.ir

E-Mail: Taekwondo\_iri@hotmail.com



designer: Public Relations of Taekwondo Federation-96



ISO 9001:2000