

برنامه دیدارهای هفته اول و دوم از دور رفت لیگ دسته یک پومسه آقایان باشگاههای کشور - منطقه سه (جام نشاط)

مورخ ۱۴۰۲/۰۵/۱۵ - مکان: تهران خانه تکواندو

| ساعت برگزاری | فرم های اجرایی | شماره زمین | تعداد | رده سنی | ردیف | |
|----------------|----------------|------------|-------|--------------------------------|-----------------------------|----|
| ۱۰:۳۰ تا ۸:۳۰ | ۳-۴ | ۱ | ۲۱ | انفرادی استاندارد زیر ۱۲ سال | ۱ | |
| ۱۲:۰۰ تا ۱۰:۳۰ | ۹-۱۰ | | ۱۴ | انفرادی استاندارد بالای ۵۱ سال | ۲ | |
| ۱۳:۰۰ تا ۱۲:۰۰ | ۶-۷ | | ۸ | تیمی ۱۸-۳۰ سال | ۳ | |
| ۱۳:۳۰ تا ۱۳:۰۰ | ۹-۱۰ | | ۶ | تیمی بالای ۳۱ سال | ۴ | |
| ۱۴:۳۰ تا ۱۳:۳۰ | ۴-۵ | | ۷ | تیمی ۱۵-۱۷ سال | ۵ | |
| ۱۱:۰۰ تا ۸:۳۰ | ۴ | ۲ | ۵۰ | انفرادی استاندارد ۱۲-۱۴ سال | ۶ | |
| ۱۳:۰۰ تا ۱۱:۰۰ | ۸-۹ | | ۲۰ | انفرادی استاندارد ۴۱-۵۰ سال | ۷ | |
| ۱۳:۳۰ تا ۱۳:۰۰ | ابداعی | | ۵ | انفرادی ابداعی زیر ۱۴ سال | ۸ | |
| ۱۴:۰۰ تا ۱۳:۳۰ | ابداعی | | ۴ | انفرادی ابداعی ۱۵-۱۷ سال | ۹ | |
| ۱۴:۳۰ تا ۱۴:۰۰ | ابداعی | | ۱۱ | انفرادی ابداعی بالای ۱۸ سال | ۱۰ | |
| ۱۵:۰۰ تا ۱۴:۳۰ | ابداعی | | ۵ | تیمی ابداعی زیر ۱۸ سال | ۱۱ | |
| ۱۵:۳۰ تا ۱۵:۰۰ | ابداعی | | ۷ | ابداعی تیمی بالای ۱۸ سال | ۱۲ | |
| ۱۶:۰۰ تا ۱۵:۳۰ | ۳-۴ | | ۳ | تیمی زیر ۱۲ سال | ۱۳ | |
| ۱۱:۰۰ تا ۸:۳۰ | ۴-۵ | | ۳ | ۳۰ | انفرادی استاندارد ۱۵-۱۷ سال | ۱۴ |
| ۱۲:۳۰ تا ۱۱:۰۰ | ۶-۷ | | | ۱۶ | انفرادی استاندارد ۳۱-۴۰ سال | ۱۵ |
| ۱۵:۰۰ تا ۱۴:۳۰ | ۴-۵ | ۱۲ | | تیمی ۱۲-۱۴ سال | ۱۶ | |
| ۱۲:۳۰ تا ۸:۳۰ | ۶-۷ | ۴ | ۳۶ | انفرادی استاندارد ۱۸-۳۰ سال | ۱۷ | |
| ۱۵:۰۰ تا ۱۲:۳۰ | ۵ | | ۵۰ | انفرادی استاندارد ۱۲-۱۴ سال | ۱۸ | |

تذکرات:

- ۱- کلیه شرکت کنندگان موظف هستند حداقل ۱ ساعت قبل از زمان مربوط به مسابقه رده سنی خود در محل برگزاری مسابقات حضور داشته باشند.
- ۲- بازیکنان طبق لیست مشخص شده ابتدا یک فرم را اجرا کرده و پس از اتمام رده سنی دو فرم بعدی را اجرا خواهند کرد.
- ۳- لباس ورزشکاران باید استاندارد و بدون هرگونه علامت و یا نوشته اضافی باشد.
- ۴- رنگ لباس ورزشکاران باید سفید، یا رنگ استاندارد مربوط به رده سنی خود باشد.
- ۵- شرکت کنندگان نباید وسایل اضافی و تزئینی از قبیل انگشتر، ساعت، گردنبند و به همراه داشته باشند.
- ۶- جهت اقامه نماز و صرف نهار، زمین ها طبق جدول زمانبندی تعطیل خواهد شد.
- ۷- رعایت تمامی پروتکل های بهداشتی از سوی بازیکنان و کادر فنی الزامی است.