



فدراسیون ورزش
روستایی و عشایری



قوانین و مقررات ورزش بومی و محلی (کمر بند بازی)



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



قوانین و مقررات ورزش کمربند بازی در
مسابقات رسمی

فدراسیون ورزش روستایی و عشایری

این ورزش و بازی گروهی که در کلیه نقاط روستایی و عشایری رواج دارد مورد علاقه روستائیان و عشایر کشور بوده و از رشته های جذاب ، مهیج و کم هزینه است که به سهولت می توان بدن پرداخت و ضمن کسب آمادگی جسمانی اوقات فراغت مردم را نیز بنحو مطلوبی پرکند. این بازی در استانهای مختلف به نامهای ترنه بازی ، گرنا بازی، کمربند بازی ، قییش قویدی ، شلاق تو خطی و... نامیده می شود.

(1) زمین مورد نیاز :

این ورزش را می توان در زمین های خاکی ، چمن زارهای طبیعی ، سالنهای ورزشی دارای کف پوش مناسب و تشک های تاتامی انجام داد.

(2) تعداد بازیکنان :

این ورزش 4 نفر یار اصلی و 2 نفر یار ذخیره می باشد.

(3) اندازه زمین بازی:

این بازی نیاز به زمینی به ابعاد حداقل 10*10 دارد که در وسط زمین دایره ای به شعاع 3/5 متر و قطر 7 متر ترسیم می شود، نقطه وسط دایره را مشخص و 4 نقطه شعاع های آنرا بوسیله گچ از سایر نقاط روی دایره متمایز می نمائیم.



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



(4) اندازه خط دایره :
عرض خط کشی به وسیله گچ یا نوار پنج سانتی متر ترسیم می شود که جزء محدوده زمین بازی محسوب می گردد.

(5) محوطه مورد نیاز:
محوطه انجام مسابقه با جایگاه برگزار کنندگان و محل استقرار و سکوی تماشاچیان می بایستی از یکدیگر مجزا شود و حداقل بایستی 6 متر از زمین بازی فاصله داشته باشد.

(6) مدت زمان مسابقه:
مدت زمان یک بازی رسمی 15 دقیقه می باشد که با احتساب زمان تلف شده محاسبه می گردد.

(7) وسیله مورد نیاز:
در مسابقات رسمی نیاز به چهار رشته طناب پنبه ای به طول حداقل 100 سانتی متر و حد اکثر 110 سانتی متری باشد. توضیح اینکه در مسابقات و بازیهای دوستانه غیر رسمی از کمر بند چرمی استفاده میشود که موجب مصدومیت ورزشکاران می گردد.

تبصره: دقت شود که طناب پنبه ای به هیچ وجه نبایستی دارای گره یا زائده ای باشد که موجب آسیب دیدگی ورزشکاران گردد.



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



8 (اندازه ترنه ها :

اندازه و طول هر ترنه حداقل 100 و حداکثر 110 سانتی متر می باشد و به فاصله 15 cm (یک عرض کف پا) از خط قطرها قرار می گیرد.

9 (بازیکنان تیم مدافع حق ندارند پا روی ترنه ها قرار دهند و با این عمل از ربودن ترنه ها جلوگیری نمایند در صورت انجام خطا داور می تواند به تیم خاطی اخطار داده و به تیم مهاجم یک امتیاز تعلق می گیرد.

10 (ربودن هر ترنه پنج امتیاز (نمره) برای تیم مهاجم دارد و در صورت ربودن یک ترنه توسط تیم مهاجم بقیه ترنه ها بایستی در اختیار تیم مهاجم قرار گیرد.

11 (اصابت هر ضربه صحیح ترنه برای تیم مهاجم یک نمره دارد.

تذکر :

زدن ضربات به تیم مدافع از محل کمر بند به بالا (شامل بالا تنه ، کمر ، شانه و سر) و با تشخیص داوران بین یک تا دو نمره منفی و جریمه برای تیم مهاجم و حمله کننده بدنبال دارد.

12 (پس گرفتن ترنه ها از تیم مهاجم به ازای هر ترنه 5 امتیاز برای تیم مدافع بدنبال دارد.



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



تبصره: در صورتیکه در پنج دقیقه آغازین و اولیه هر مسابقه تیم مهاجم نتواند هیچ ترنه ای را بدست آورد و هیچ گونه امتیازی رد و بدل نشود و به لحاظ اینکه بازی از حالت یک نواختی خارج شود، ضمن تذکر توسط سرداور مسابقه به تیم مهاجم جهت فعالیت لازم پس از پنج دقیقه داور موظف است بازی را قطع کند و 10 امتیاز (حق جایجایی اجباری) را به تیم مدافع اعلام نماید و جای دو تیم عوض می شود

13) هر بار جایجایی دو تیم 10 نمره برای تیم مدافع که در داخل دایره قرار گرفته اند و از ترنه ها دفاع می نمایند بدنبال دارد.

توضیح اینکه :

جایجایی از نظر کمیته داوران زمانی صحیح است که نفرات مدافع که در داخل دایره قرار گرفته اند و از ترنه ها دفاع می نمایند در حالیکه یک پای آنها در محدوده داخل دایره قرار داشته باشد با پای دیگر خود بتواند با پای حریف مهاجم تماس حاصل نماید (در صورت اصابة پای یک نفر از مدافعين با پای افراد مهاجمين) 10 نمره به تیم مدافع تعلق می گیرد.

14) در طول برگزاری مسابقه هیچ تیم حق ندارد یار ذخیره خود را تعویض نماید. تعویض یار ذخیره فقط در زمان جایجایی دو تیم و با اعلام به سرداور و با هماهنگی منشی قابل قبول است.



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



15) در وقت انجام مسابقه هیچ يك از بازیکنان حق ندارند از زمین بازی خارج شوند در صورت مشاهده داوران موظف هستند ابتدا تذکر و سپس اخطار و امتیاز منفي براي بازیکن منظور نماید.

16) هرگونه عمل غیر ورزشي که در شان و جایگاه میدان و زمین مقدس ورزش نباشد و موجب برهم زدن نظم مسابقات گردد برابر آئین نامه هاي ورزشي خلاف محسوب شده و جریمه و اخراج بدنبال دارد.

17) مصدومیت در هر رشته ورزشي اجتناب ناپذیر است هر تیمي در حین برگزاری هر مسابقه فقط مي تواند از يك تایم پزشکی به مدت 2 دقیقه استفاده نماید.

تبصره : در صورت استفاده از تایم و وقت پزشکی سرداور وقت را نگه داشته و وقت تلف شده را محاسبه مي نماید.

داوران مسابقه :

18) هر بازی را يك سر داور و دو نفر کمک داور و يك نفر منشي که وظیفه ثبت امتیازات تیم ها را در برگ قضاوت بعهده دارد قضاوت مي نمایند.

19) به تیم برنده 3 امتیاز، تیم بازنده صفر، بازی مساوي يك امتیاز در جدول مسابقات تعلق مي گیرد.

تبصره : در صورتیکه بازی فینال در وقت قانوني (15 دقیقه) مساوي گردید. دو زمان 2 دقیقه اي و با احتساب 30 ثانیه استراحت منظور مي گردد . براي تعیین تیم مهاجم و مدافع در وقت اضافه داور مسابقه از شانس قرعه و با پرتاب سکه استفاده مي نماید .



فدراسیون ورزش روستایی و عشایری



این قوانین و مقررات در تاریخ 88/1/26 توسط آقای محمد رسول کلهر دبیر فدراسیون ورزش روستایی و عشایری در 19 بند و 4 تبصره تهیه و تنظیم گردید و به تایید جناب آقای غلامرضا جعفری رئیس محترم فدراسیون روستایی و عشایری رسید و جهت اجرای یکنواخت مقررات به هیئت های ورزش روستایی و عشایری کشور ابلاغ می گردد.

فدراسیون ورزش روستایی و
عشایری