

## الهيئة العامة للرياضة

## قرار رقم (١٨) لسنة ٢٠٢٣

بشأن العمل بدليل الاشتراطات والمعايير الفنية  
للخدمات والأنشطة التجارية الرياضية

رئيس مجلس إدارة الهيئة العامة للرياضة:

بعد الاطلاع على المرسوم بقانون رقم (٢٧) لسنة ٢٠١٥ بشأن السجل التجاري، المعدل بالمرسوم بقانون رقم (٥٢) لسنة ٢٠١٨، وعلى المرسوم رقم (٦١) لسنة ٢٠٢١ بإنشاء الهيئة العامة للرياضة، وتعديلاته، وعلى المرسوم رقم (٦٢) لسنة ٢٠٢١ بتنظيم الهيئة العامة للرياضة، المعدل بالمرسوم رقم (٥٣) لسنة ٢٠٢٣، وعلى اللائحة التنفيذية للمرسوم بقانون رقم (٢٧) لسنة ٢٠١٥ بشأن السجل التجاري الصادرة بالقرار رقم (١٢٦) لسنة ٢٠١٦، المعدلة بالقرار رقم (٦٨) لسنة ٢٠١٨، وبناءً على عرض الرئيس التنفيذي للهيئة العامة للرياضة،

## قُرِّرَ الآتي:

## المادة الأولى

يُعتمد دليل الاشتراطات والمعايير الفنية للخدمات والأنشطة التجارية الرياضية، المرافق لهذا القرار.

## المادة الثانية

مع مراعاة أحكام قانون السجل التجاري الصادر بالمرسوم بقانون رقم (٢٧) لسنة ٢٠١٥، ولائحته التنفيذية الصادرة بالقرار رقم (١٢٦) لسنة ٢٠١٦، يُحظر مزاوله أي خدمة أو نشاط تجاري رياضي إلا بعد الحصول على موافقة الهيئة العامة للرياضة وفقاً للاشتراطات والمعايير الفنية للخدمات والأنشطة التجارية الرياضية، الواردة بالدليل المرافق لهذا القرار.

### المادة الثالثة

- تفحص إدارة الشؤون القانونية والتراخيص بالهيئة العامة للرياضة طلب صاحب القيد والمستندات المرفقة بالطلب، ويجوز لها القيام بالآتي:
- 1- معاينة مكان مزاوله الخدمة أو النشاط المراد ترخيصه للتحقق من استيفائه الاشتراطات والمعايير الفنية المطلوبة.
  - 2- أن تطلب من صاحب القيد إجراء التعديلات اللازمة وفقاً للاشتراطات والمعايير الفنية المطلوبة.

### المادة الرابعة

- تُمنح الموافقة على مزاوله الخدمة أو النشاط التجاري الرياضي - وفقاً لنوع الخدمة أو النشاط وطبيعته - طبقاً للاشتراطات والمعايير الفنية للخدمات والأنشطة التجارية الرياضية الواردة بالدليل المرافق لهذا القرار.

### المادة الخامسة

- ينشأ في إدارة الشؤون القانونية والتراخيص بالهيئة العامة للرياضة سجل تقييد فيه بيانات الشركات أو المؤسسات أو التجار طالبي الموافقة على مزاوله الخدمات أو الأنشطة التجارية الرياضية، ويدون فيه البيانات الآتية:
- 1- اسم طالب الموافقة وما يثبت شخصيته وعنوانه.
  - 2- الاسم التجاري الذي يرغب مزاوله الخدمة أو النشاط التجاري والرياضي به، أو السمة التجارية.
  - 3- نوع النشاط الذي يرغب بمزاولته.
  - 4- عنوان المحل التجاري أو المنشأة.
  - 5- اسم مدير المنشأة (إن وجد).
  - 6- تاريخ منح الموافقة في النظام (إن وجدت).
  - 7- أي بيانات أخرى تحددها الإدارة.

### المادة السادسة

على الرئيس التنفيذي رفع تقرير سنوي لرئيس مجلس إدارة الهيئة العامة للرياضة وما تم اتخاذه بشأنها.

### المادة السابعة

على الرئيس التنفيذي للهيئة العامة للرياضة تنفيذ أحكام هذا القرار، ويعمل به من اليوم التالي لتاريخ نشره في الجريدة الرسمية.

رئيس مجلس إدارة الهيئة العامة للرياضة  
خالد بن حمد بن عيسى آل خليفة

صدر بتاريخ: ٢٩ ربيع الآخر ١٤٤٥هـ  
الموافق: ١٣ نوفمبر ٢٠٢٣م



الهيئة العامة للرياضة  
GENERAL SPORTS AUTHORITY

## دليل الاشتراطات والمعايير للأنشطة التجارية الرياضية

## الحد الأدنى من المعايير العامة

S.A.T

Safety - Administration - Technical



١. اشتراطات السلامة:

١,١ شروط السلامة.



٢. اشتراطات إدارية:

٢,١ شروط الترخيص.

٢,٢ الفئات العمرية.



٣. اشتراطات فنية:

٣,١ المنشآت.

٣,٢ المدربون والموظفون.

٣,٣ الأجهزة.

٣,٤ الأنشطة التجارية المصاحبة.



 Safety  
 Administration  
 Technical

نبذة



❖ الاشتراطات والمعايير للأكاديميات والصالات الرياضية ومراكز اللياقة البدنية:

- هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
- هذا الملف يحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بهذه المعايير وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة تشغيل وتجديد من الهيئة العامة للرياضة.

❖ وصف الاشتراطات والمعايير للأكاديميات والصالات الرياضية ومراكز اللياقة البدنية:

- إن المعايير العامة هي الحد الأدنى من المطلوب وتتنطبق على جميع المنشآت، والمعدات، والقوى العاملة والعملاء الذين يستخدمون المنشأة في جميع أنواع الرياضات والأنشطة.
- إذا كانت المنشأة توفر أياً من المرافق / الأنشطة المحددة فيجب عليها أيضاً تلبية المعايير المحددة لكل نشاط مع الاستمرار في الالتزام بالحد الأدنى من المعايير العامة.
- هناك بالإضافة إلى ذلك معايير تكميلية يجب الالتزام بها.

## Safety

## ١. اشتراطات السلامة

S.A.T  
Safety – Administration - Technical

## ١.١ شروط السلامة:

١. يجب أن تلتزم المنشأة باللوائح والبروتوكولات الصحية الصادرة من وزارة الصحة والهيئة العامة للرياضة والاتحاد المعني للعبة.
٢. يجب على المشتركين الإفصاح عن المشاكل الصحية والأدوية التي يستخدمونها ولا تتحمل الجهة الرياضية مسؤولية المشتركين في حال حدوث الحوادث الناتجة عن ذلك.
٣. وضع ملصقات الصحة والسلامة بمكان بارز.
٤. يجب إجراء الصيانة للمنشأة وأجهزة السلامة دوريا في حال حدوث أي ضرر لضمان بقاء المنشأة آمنة.
٥. توفير صندوق الإسعافات الأولية مزود بالأدوية والمستلزمات الطبية الضرورية، بما يناسب حجم وعدد أعضاء المنشأة.
٦. توفير جهاز إنعاش القلب AED موضح عليه التعليمات الإرشادية ويجب استخدام الجهاز عند ظهور أعراض قصور في الدورة الدموية لدى مريض يشتبه في إصابته بتوقف القلب.



S.A.T

Safety – Administration - Technical

٧. الالتزام بمعايير النظافة :
- تنظيف وتعقيم غرف الاستحمام والتبديل والخزائن ودورات المياه بانتظام.
  - الحرص على التهوية الجيدة في جميع الأماكن.
٨. توفير نظام أجهزة المراقبة CCTV في المداخل والمخارج وجميع مرافق المنشأة.
٩. الالتزام بالاشتراطات الفنية الخاصة لذوي الهمم.
١٠. الاهتمام بالأطفال البراعم والناشئة وعدم اختلاطهم بفئة الشباب، عن طريق فصل أوقات التدريب لكل فئة سنوية.
١١. نظام إنذار الحريق علي حسب شروط الدفاع المدني.
٢١. عدم التدخين للحفاظ على الرياضيين .



## ٢,١ شروط الترخيص:

١. أخذ موافقة الجهات الرسمية التالية:
  - الهيئة العامة للرياضة.
  - وزارة الإسكان والتخطيط العمراني.
  - وزارة السياحة.
  - وزارة الصناعة والتجارة.
  - هيئة تنظيم المهن الصحية (نهرا).
  - وزارة الأشغال.
  - وزارة شؤون البلديات والزراعة.
  - وزارة الداخلية. (الإدارة العامة للدفاع المدني).
  - وزارة الصحة.
٢. ملء النموذج:
  - ترخيص جديد: التقديم عن طريق موقع التسجيل التجاري التابع لوزارة التجارة <https://www.sijilat.bh/>
٣. نسخة من عقد ملكية المنشأة أو عقد إيجار موثق ومثبت التاريخ.
٤. عقود المدربين الرياضيين مع نسخ من شهادات التدريب.
٥. توفير سجلات واضحة لكل من (الموظفين ، المدربين ، الأعضاء ، الأجهزة).
٦. توفير آلية لتسجيل المشتركين والاحتفاظ بسجل الزوار (الرقم الشخصي ورقم التواصل والوقت والتاريخ).  
(يدوي أو إلكتروني)



## ٢,٢ الفئات العمرية:

من ٥ - ١٥ سنة

- يجب توفير مدربين مختصين لهذه الفئة العمرية ذي خبرة علمية وعملية.
- يمنع استخدام أجهزة كمال الأجسام ورفع الأثقال لهذه الفئة.
- الاكتفاء بالأنشطة الرياضية الحرة أو الترفيهية.
- يجب على المدربين والعاملين التابعين لهذه الفئة أن يكونوا حاصلين على شهادة حسن سيرة وسلوك من الجهات المعنية.
- يمنع بيع أو استخدام أي مواد غذائية مكملة أو بروتينات لهذه الفئة إلا بإشراف طبي مختص.
- يجب إرفاق موافقة خطية من ولي الأمر لتسجيل هذه الفئة والموافقة على البرنامج التدريبي.



S.A.T

Safety – Administration - Technical

## من ١٦ سنة فما فوق

- يجب توفير مدربين مختصين ذوي خبرة علمية وعملية.
- يجوز استخدام أجهزة كمال الأجسام ورفع الأثقال لهذه الفئة .
- توفير الأجهزة والألات الرياضية المناسبة لهذه الفئة.
- يجب على المدربين والعاملين التابعين لهذه الفئة أن يكونوا حاصلين على شهادة حسن سيرة وسلوك من الجهة المعنية.
- يجوز بيع أو استخدام أي مواد غذائية مكملة أو بروتينات لهذه الفئة بإشراف طبي مختص.



S.A.T

Safety - Administration - Technical

## أصحاب الهمم

- يجب توفير تقرير طبي معتمد لوصف نوع الإعاقة.
- يجب توفير تقرير طبي للياقة الصحية.
- يفضل توفير مدربين مختصين لهذه الفئة في حال استقبالهم بالنادي.
- يفضل توفير الأجهزة والالات الرياضية المناسبة لهذه الفئة.
- يمنع بيع أو استخدام أي مواد غذائية مكملة أو بروتينات لهذه الفئة إلا بإشراف طبي مختص.
- يجب إرفاق موافقة خطية من ولي الأمر لتسجيل هذه الفئة في حال كان دون سن ١٦ سنة.
- الالتزام باشتراطات مملكة البحرين للبناء بخصوص إجراءات الأمن والسلامة لهذه الفئة.



Technical

٣. اشتراطات فنية

S.A.T

Safety - Administration - Technical

## ٣,١ المنشآت

## تعريف:

المنشآت والمحال والأماكن التي تمارس أو تقدم فيها الألعاب، أو التدريبات، أو الأنشطة، أو الخدمات الرياضية، أو الأماكن المعدة لذلك، كمراكز تدريب الرياضات بجميع أنواعها لمختلف الفئات العمرية، والأندية الصحية وبرك السباحة وصالات اللياقة البدنية والرياضية ومراكز بناء الأجسام وغيرها.

## الشروط الواجب توافرها في المنشأة:

١. وجود عقد ملكية أو إيجار للمنشأة التي سيقام عليها المشروع.
٢. الرسم الهندسي التفصيلي للمنشأة.
٣. مساحة المكان يجب أن تكون مناسبة لتسمح بممارسة النشاط بلا عوائق.



S.A.T

Safety – Administration - Technical



## مواصفات المرافق في المنشأة:

١. وجود مكتب استقبال.
٢. مكان لانتظار أولياء الامور والزوار (إن أمكن).
٣. دورات مياه رجالية ونسائية ولذوي الهمم.
٤. وجود نظام تهوية ودرجة حرارة مناسبة.
٥. غرف تبديل رجالية ونسائية.
٦. غرفة معالجة (إن أمكن).
٧. غرفة نظافة (إن أمكن).
٨. يجب وضع بطانة على الأعمدة والمنشآت الخرسانية المكشوفة داخل المنشأة.
٩. توفير أدوات الإسعافات الأولية حسب اشتراطات الطب الرياضي وحسب إرشادات السلامة الرياضية.



S.A.T

Safety – Administration - Technical

## ٣,٢ المدربون والموظفون

## اشتراطات المدربين :

١. المهارات والخبرات الواجب توفرها للمدرب وذلك حسب المعايير الصادرة من الاتحاد الدولي، على أن يتم مراجعة الشهادات والخبرات المطلوبة من قبل الاتحاد المعني.
٢. مدرب خاص للرجال ومدربة خاصة للنساء.
٣. وجود شهادة إسعافات أولية للمدرب أو أي من الطاقم الإداري للمنشأة.

## اشتراطات الموظفين :

١. توفير زي خاص للعاملين في المنشأة.
٢. توفير نظام تشغيلي وإداري واضح للمنشأة.
٣. توفير قواعد سلوكية وانضباطية لجميع العاملين بالمنشأة.
٤. وجود حقوق وواجبات محددة للعاملين بالمنشأة.
٥. مسؤول استقبال.



## ٣,٣ الأجهزة

١. توفير العدد المناسب من الأجهزة والمعدات والأدوات الرياضية بما يتناسب مع حجم المنشأة وعدد الأعضاء.
٢. الصيانة الدورية للأجهزة الرياضية ووضع سجل صيانة خاص بكل جهاز يتضمن تاريخ عملية الصيانة.
٣. توفير دليل كيفية استخدام المعدات والأجهزة الرياضية.
٤. الالتزام بالمساحات بين الأجهزة الرياضية الموجودة في دليل استخدام الجهاز داخل المنشأة بحيث يضمن سهولة عملية الانتقال والحركة بشكل آمن وسليم.
٥. توفير الإضاءة الكافية على أن تغطي كافة المساحة المستخدمة على أقل تقدير.

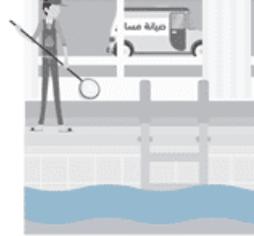


S.A.T

Safety - Administration - Technical

صالة اللياقة البدنية:

١. يجب مراعاة تكافؤ أعداد وأحجام الأجهزة الرياضية مع مساحة الصالة مع مراعاة ترك مسافات كافية بين الأجهزة تسمح بانسيابية الحركة (يتم تحديد المسافات حسب الدليل الفني المرفق مع الجهاز).
٢. في حال توفر حمام سباحة فيجب أن تتوفر فيه الاشتراطات الفنية واشتراطات الأمن والسلامة العامة.



S.A.T

Safety - Administration - Technical

## ٣.٤ الأنشطة التجارية المصاحبة:

١. يحق للمستثمر مزاولة عدة أنشطة تجارية داخل الأندية الصحية واللياقة البدنية على أن تكون ضمن الأنشطة التجارية المصاحبة والموضحة في هذا الدليل.
٢. يجب الحصول على ترخيص من الجهة المختصة لكل نشاط إضافي.
٣. يجب عدم بيع المغذيات دون ترخيص الجهات المخولة وأن تكون معروفة المصدر وتبين تاريخ الانتهاء.



## المعايير الفنية الخاصة بالرياضات

## ملخص

| الألعاب                                                                                                      | الرياضات             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| كرة القدم ، كرة السلة ، كرة اليد ، كرة الطائرة ، الكريكيت ، الرجبي ، هوكي الجليد ، الهوكي الأرضي ، كرة الماء | الرياضات الجماعية ٠١ |
| التنس الأرضي ، الريشة الطائرة ، السكواش ، تنس الطاولة ، البادل                                               | رياضات المضرب ٠٢     |
| ( التايكوندو ، الكاراتيه ، الجيجيتسو ، الجودو ، المصارعة ) ، الملاكمة                                        | الرياضات القتالية ٠٣ |
| رفع الأثقال ، الدراجة الهوائية ، ألعاب القوى ، التسلق ، الجمباز ، المبارزة ، الفروسية ، الجولف               | الرياضات الفردية ٠٤  |
| السياحة ، الغوص ، الملاحة الشراعية ، التجديف                                                                 | الرياضات المائية ٠٥  |
| البلياردو / السنوكر ، البولنج ، البينتبول ، يوجا ، الرياضة الإلكترونية                                       | رياضات أخرى ٠٦       |



## الرياضات الجماعية

## المعايير الفنية للرياضات الجماعية :

١. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
٢. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة.

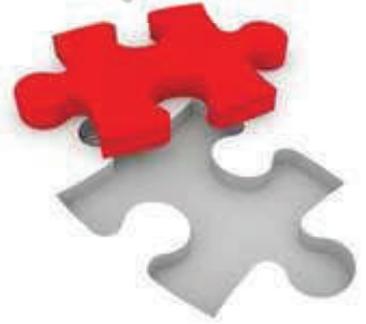
| الألعاب                                                                                                    | الرياضات          |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----|
| كرة القدم ، كرة السلة، كرة اليد ، كرة الطائرة ، الكريكيت ، الرجبي ، هوكي الجليد، الهوكي الأرضي، كرة الماء. | الرياضات الجماعية | ٠١ |



كرة القدم

الرياضات الجماعية – كرة القدم

| كرة قدم الصالات                                                                                                                                                                                                                                                                    | كرة القدم الملاعب                                                                                                          | المنشأة الرياضية |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تتراوح عرض ملعب كرة القدم الصالات ما بين ١٥ و ٢٥ مترًا بطول ٢٥ – ٤٢ م.</li> </ul>                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون حجم الملعب مناسبًا للفئة العمرية وأشكال كرة القدم.</li> </ul>           | حجم الملعب       | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون سطح الملعب أملسًا ومسطحًا وغير كاشط، وخاليًا من المخاطر.</li> <li>يجب أن تلعب كرة قدم الصالات في الداخل وأن يكون سطح الصالة خشبيًا أو صناعيًا. وعلى المستوى الترفيهي، يمكن لعب اللعبة في الخارج على أسطح صلبة مسطحة.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون سطح مكان اللعب سلسًا ومسطحًا وليس خشنًا، وخاليًا من المخاطر.</li> </ul> | السطح            | ٠٢ |



## كرة القدم

## الرياضات الجماعية – كرة القدم

| كرة القدم الملاعب                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | المتشأة الرياضية                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون محيط الملعب بعيداً عن أي عوائق / ولا يحظى بأي معوقات على أرضه بحيث تسبب أي إصابات.</li> <li>يجب أن تكون هناك مسافة أمنة، بين حافة الملعب وأي سياج / جدار محيط – يُوصى بمسافة لا تقل عن مترين بين حافة الملعب وأي جدار / سياج / ملعب آخر.</li> </ul>                                                                                                                           | <p>٣ .</p> <p>العلامات والإشارات</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون العلامات والخطوط واضحة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>٤ .</p> <p>العلامات والإشارات</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تثبيت كل الأعمدة، بما في ذلك أعمدة المرمى، وتثبيتها بإحكام على الأرض أثناء اللعب.</li> <li>يجب أن تكون أعمدة المرمى مصنوعة من البلاستيك أو الألمنيوم.</li> <li>يجب أن يكون شكل أعمدة المرمى مربعاً، أو مستطيلاً، أو مستديراً، أو بيضاوياً.</li> <li>يجب فحص أعمدة المرمى بانتظام للتأكد من أنها ليست خطيرة على اللاعبين (على سبيل المثال، الزوايا الحادة، وأي مخاطر أخرى).</li> </ul> | <p>٥ .</p> <p>أعمدة المرمى</p>       |



## كرة القدم

## الرياضات الجماعية - كرة القدم

ملاعب كرة القدم - الملعب وحجم الكرة بناء على الفئات العمرية :

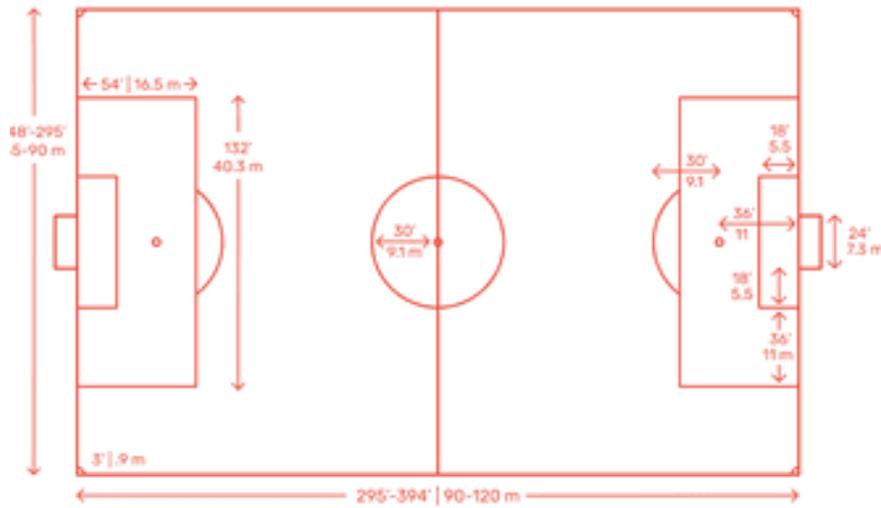
| الفئات العمرية           | النوع     | أصغرو أكبر حجم للملعب          | المساحة الموصى بها<br>(الطول × العرض (متر)) | الحجم الموصى به<br>للمرمى<br>(الطول × العرض (متر)) |
|--------------------------|-----------|--------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| ملاعب كرة القدم الخارجية |           |                                |                                             |                                                    |
| من ٧ الى ٨ سنوات         | 5-A-Side  | 20m x 30m Min<br>25m x 35m Max | 36.5m x 27.5m                               | 36.5m x 27.5m                                      |
| من ٩ الى ١٠ سنوات        | 7-A-Side  | 30m x 45m Min<br>35m x 50m Max | 55m x 36m                                   | 36.5m x 27.5m                                      |
| من ١١ الى ١٢ سنوات       | 9-A-Side  | 45m x 60m Min<br>50m x 76m Max | 73.1m x 45.72m                              | 36.5m x 27.5m                                      |
| من ١٣ الى ١٤ سنوات       | 11-A-Side | 20m x 30m Min<br>25m x 35m Max | 82.2m x 50.2m                               | 36.5m x 27.5m                                      |
| من ١٥ الى ١٦ سنوات       | 11-A-Side | 20m x 30m Min<br>25m x 35m Max | 91.4m x 54.8m                               | 36.5m x 27.5m                                      |
| من ١٧ الى ١٨+ سنوات      | 11-A-Side | 20m x 30m Min<br>25m x 35m Max | 100.5m x 64m                                | 36.5m x 27.5m                                      |
|                          | 11-A-Side | 20m x 30m Min<br>25m x 35m Max | 100.5m x 64m                                | 36.5m x 27.5m                                      |



## كرة القدم

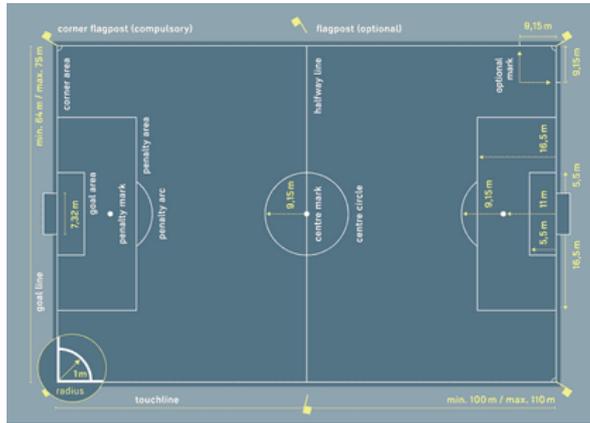
## الرياضات الجماعية - كرة القدم

مقاسات الأرضية الدولية :



الرياضات الجماعية – كرة القدم كرة القدم

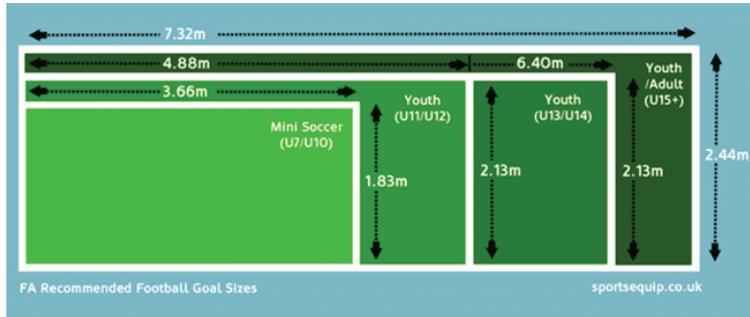
خطوط الملعب والقياسات:



## كرة القدم

## الرياضات الجماعية - كرة القدم

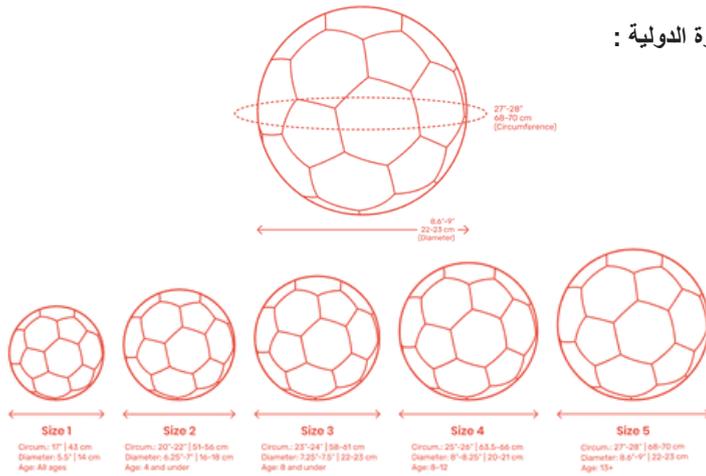
الحجم الموصى به للمرمى :



## كرة القدم

## الرياضات الجماعية - كرة القدم

### مقاسات الكرة الدولية :



### الكرة



• حجم ٥ (كرة القدم) يبلغ قطرها (٢٢-٢٣ سم) ومحيط (٦٨-٧٠ سم). تتراوح كتلة كرة القدم مقاس ٥ بين (٤٠٠-٤٥٠ جم) مع ضغط يتراوح بين (٦,٦-٥٨,٦ كيلوباسكال).

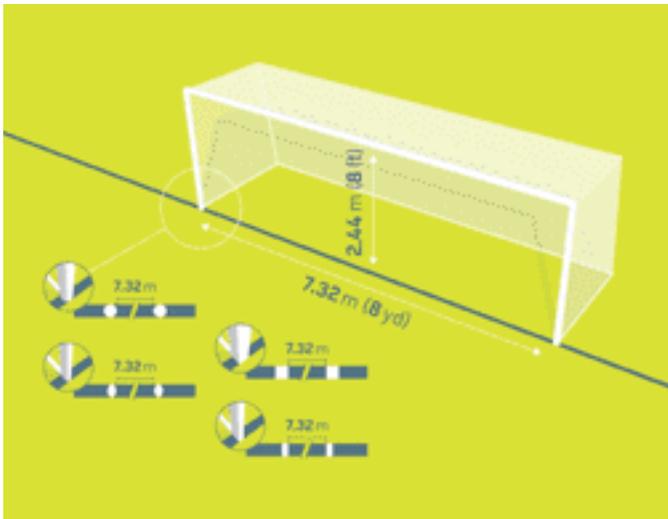
حجم كرة القدم

٠١

## كرة القدم

## الرياضات الجماعية - كرة القدم

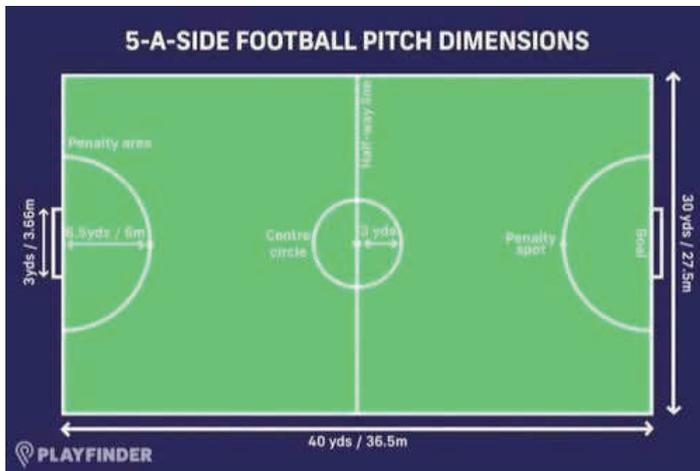
الحجم الموصى به للمرمى :



كرة القدم

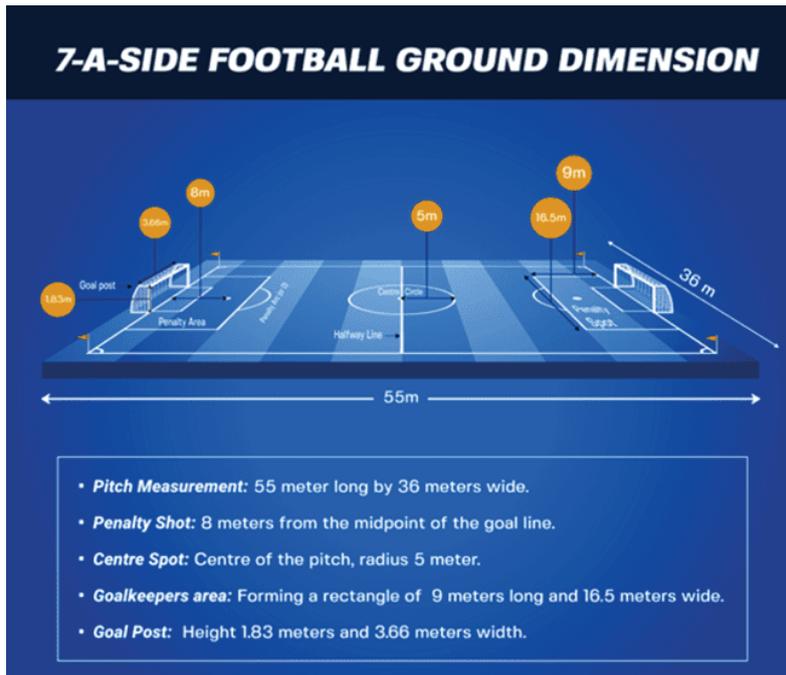
الرياضات الجماعية - كرة القدم

مقاسات الأرضية :



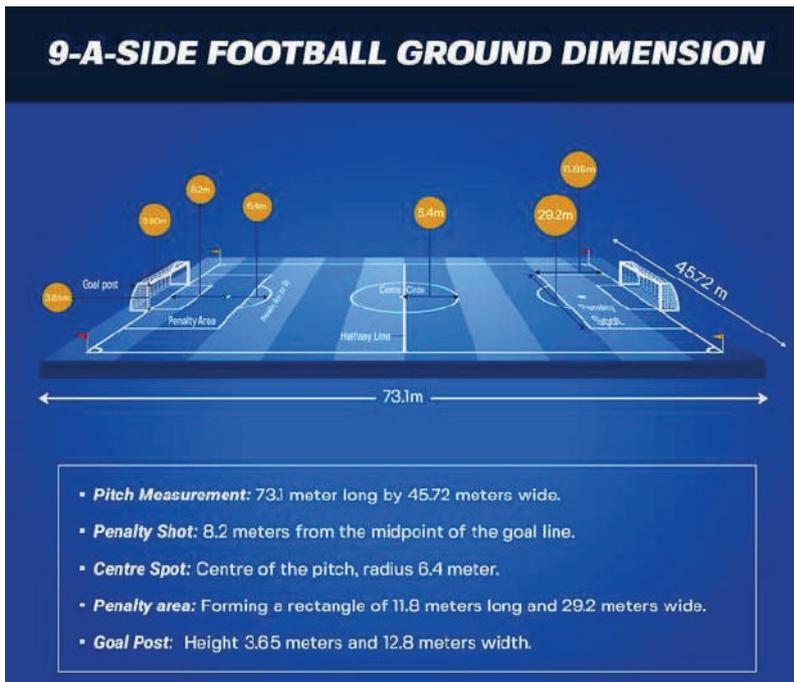
## كرة القدم

## الرياضات الجماعية - كرة القدم



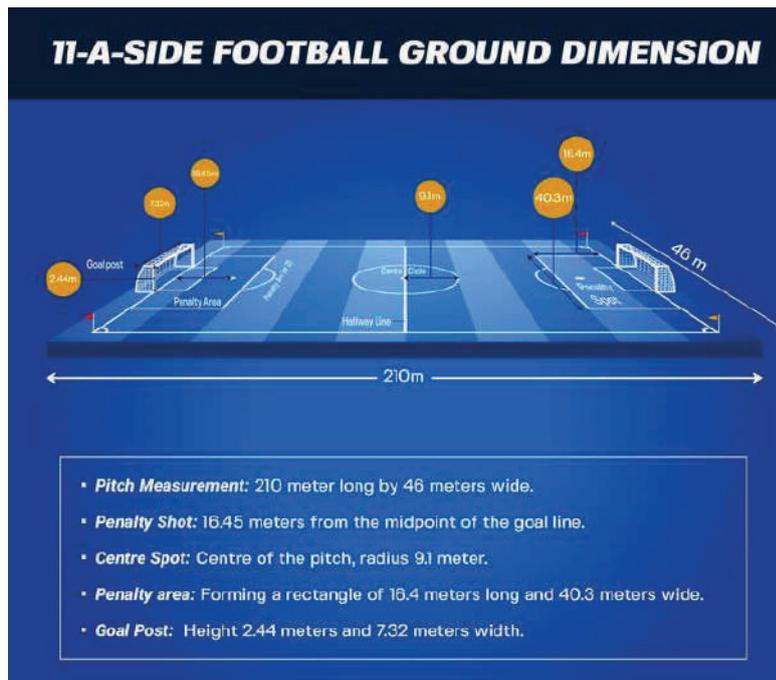
كرة القدم

الرياضات الجماعية - كرة القدم



## كرة القدم

## معايير رياضة تنس الريشة



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية - كرة السلة

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----|
| • تأتي ملاعب كرة السلة بأحجام مختلفة بناءً على مستوى ونوع كرة السلة التي يتم لعبها. ملعب NBA المحترف مقاس 28,65 × 15,24 م.<br>• تتكون المحاكم من عدة مكونات أساسية: السلال ، والأقواس ذات النقاط الثلاث ، وخطوط الرمي الحر (الخطأ) ، ونصف خط الملعب.                        | حجم الملعب         | ١ . |
| • يجب أن يكون سطح الصالة صلبًا ومسطحًا وخاليًا من أي عوائق.<br>• عادة ما تكون الملاعب الداخلية مصنوعة من الخشب المصقول، بينما تصنع الملاعب الخارجية عادةً من الرصف، أو الخرسانة، أو الأسفلت، أو المطاط.                                                                     | السطح              | ٢ . |
| • يجب أن تكون كل الخطوط مرئية وموضوعة بوضوح (أبيض عادةً أو لون آخر متباين).                                                                                                                                                                                                 | العلامات والإشارات | ٣ . |
| • يجب أن يحظى المسار الخاص بالركض خلف وجانب الصالة بمسافة كافية لسلامة المشارك - الحد الأدنى من المسافة هي متر ١,٥ م على كل الجوانب.<br>• يجب أن يكون أثاث الصالة بعيداً بما فيه الكفاية عن منطقة اللعب للحد من المخاطر التي يتعرض لها المشاركون (على سبيل المثال المقاعد). | المحيط             | ٤ . |



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية – كرة السلة

| المعدات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تشمل السلة على عامود، ولوحة، وحلقة ويجب تأمينها بما يتماشى مع إرشادات الجبة المصنعة.</li> <li>يجب فحص هيكل السلة بالكامل والحفاظ عليه بشكل منتظم لضمان عدم وقوع المخاطر التي قد تسبب ضرراً على المشاركين، وأن تكون مبطنة بشكل مناسب - يجب سلامة الهيكل من الحواف الحادة أو الفجوات الأصغر من ٨ مم.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            | عام                    | ٥. |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ألواح كرة السلة الخلفية هي ألواح عمودية مسطحة ومرتفعة مع سلال مثبتة ، أو حواف ، تستخدم لمساعدة كرة السلة أو إعادتها بعد تسديدها في لعبة كرة السلة.</li> <li>عادة ما تكون الألواح الخلفية مصنوعة من زجاج شبكي أو زجاج مقسى ، وهي مصممة لمنع التحطم عندما يغطس اللاعب. يبلغ عرض اللوحات الخلفية لكرة السلة المنظمة ١٨٣ سم وارتفاع ١١٠ سم مع مستطيل داخلي عرض ٦١ سم و٤٥,٧ سم طولاً.</li> <li>بالنسبة للمحاكم غير الرسمية ، غالباً ما يتم استخدام لوحات خلفية أصغر حجماً على شكل مروحة. جنوط كرة السلة معلقة ٣,٠٥ متر فوق أرضية المحكمة.</li> </ul> | اللوح                  | ٦. |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>حلقات كرة السلة ، أو الأطواق ، هي أهداف برتقالية اللون مثبتة على اللوحة الخلفية وتستخدم لتسجيل النقاط في لعبة كرة السلة.</li> <li>تم تصميم حافات كرة السلة اليوم كإطارات منفصلة تتكون من مفصل وزنبرك يسمحان للحافة بالانحناء عندما يكبس اللاعب دون تحطيم اللوحة الخلفية. الحافة نفسها مصنوعة من قضيب صلب قطره ١,٦ سم مكون من حلقة بقطر داخلي ٤٥,٧٢ سم شبك كرة السلة معلقة من أسفل الحافة بأطوال تتراوح بين ٣٨,١-٤٥,٧ سم. يتم تثبيت جنوط كرة السلة ٣,٠٥ متر من أرضية المحكمة.</li> </ul>                                                         | الحلق وشبكات كرة السلة | ٧. |



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية - كرة السلة

## كرة السلة - الملعب وحجم الكرة بناء على الفئات العمرية :

| مساافة خط الرمي الحر (متر) | مساافة الخط - ثري بي (متر) | حجم الملعب (متر) | ارتفاع السلة (سم) | حجم الكرة (سم)          | الفئات العمرية      |
|----------------------------|----------------------------|------------------|-------------------|-------------------------|---------------------|
| ملاعب كرة السلة            |                            |                  |                   |                         |                     |
| ٤.٢                        | غير متوفر                  | 15m x 12.8m      | ٢٠                | الوزن: ٧٠<br>القياس: -  | من ٥ إلى ٨ سنوات    |
| ٤.٢                        | غير متوفر                  | 21m x 15m        | ٢٠                | الوزن: ٧٢<br>القياس: -  | من ٩ إلى ١١ سنوات   |
| ٤,٥                        | 6                          | 25m x 15m        | ٢٣                | الوزن: ٧٢<br>القياس: ٧٥ | من ١٢ إلى ١٤ سنوات  |
| ٤,٥                        | 6.7                        | 28m x 15m        | ٢٥                | الوزن: ٧٢<br>القياس: ٧٥ | من ١٥ إلى ١٨+ سنوات |

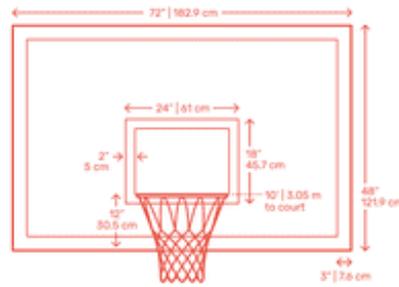
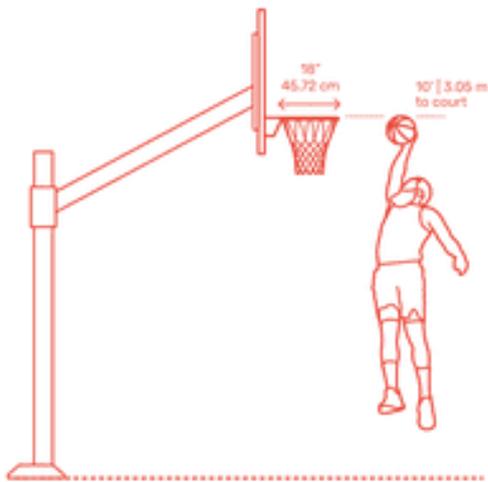




## كرة السلة

الرياضات الجماعية - كرة السلة

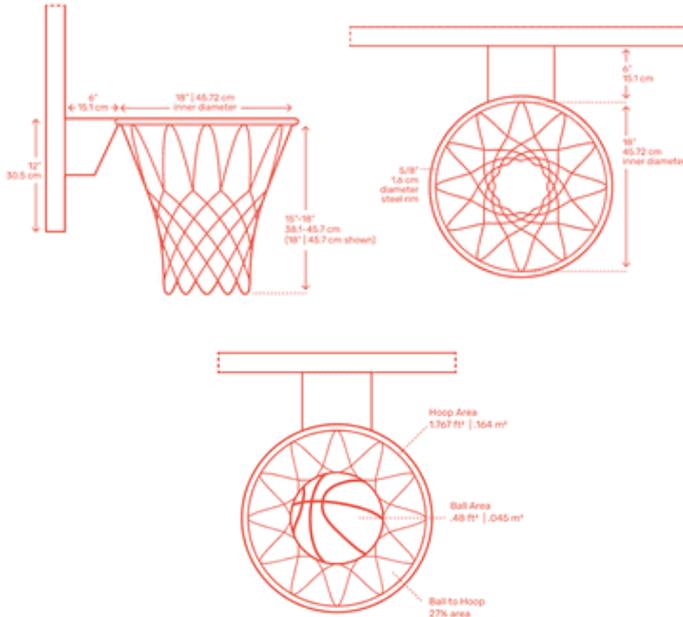
مقاسات اللوح الدولية :



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية - كرة السلة

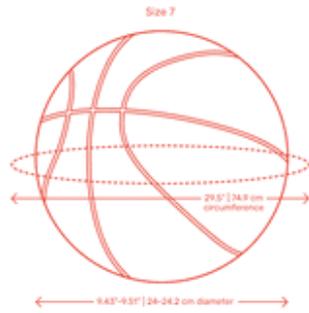
## مقاسات الحلق :



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية - كرة السلة

### مقاس الكرة الدولية :



### الكرة



- تأتي أحجام كرة السلة بأشكال مختلفة حسب الأعمار والأجناس ومستويات اللعب المختلفة.
- كرة السلة المحترفة الرسمية والتنافسية في الدوري الأمريكي للمحترفين هي ٧٤,٩ سم وقطرها بين ٢٤-٢٤ سم.
- يجب نفخ كرات السلة الاحترافية إلى ضغط يتراوح بين ٧,٥-٨,٥ رطل لكل بوصة مربعة ولا يمكن أن يتجاوز الوزن الأقصى البالغ ٢٢ أونصة.
- عند اختبار كرة السلة ، ضع في اعتبارك ما إذا كانت بيئة اللعب ستكون خارجية أو داخلية بشكل أساسي لأن كرات السلة الداخلية تعمل بشكل أفضل حيث إن الإنشاءات الجلدية الكاملة الحبيبات وكرات السلة الخارجية أفضل مثل المطاط.

حجم كرة السلة

٠١



## كرة السلة

## الرياضات الجماعية - كرة السلة

مقاس الكرة الدولية :



## كرة اليد

## الرياضات الجماعية – كرة اليد

| المتشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يبلغ الطول الإجمالي للملاعب كرة اليد (٤٠ متراً) ، وعرضها (٢٠ متراً) ، وتبلغ مساحتها الإجمالية (٨٠٠ متر مربع). أهداف ملعب كرة اليد (٣ × ٢ م). تحتوي ملاعب كرة اليد على خط حارس مرمى مركزي عند (٤ م) من المرمى ، تليها علامة جزاء عند (٧ م). يتم وضع منطقة الهدف ، أو D-Zone ، في دائرة نصف قطرها (٦ أمتار) من زاوية الهدف ، مع خط الرمي الحار الأكبر الذي يتجاوزه بنصف قطر (٩ أمتار). يجب الحفاظ على الحد الأدنى من الخلوص الموصى به وهو (٢,٥ م) حول ملعب كرة اليد.</li> </ul> | حجم الملعب | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يكون سطح الصالة صلبًا ومسطحًا وخاليًا من أي عوائق</li> <li>• يجب أن تكون الصالة مصنوعة من سطح غير زلق ، وتشمل الخيارات أرضيات خشبية دائمة ، وصالة مخططة ، وصالة صلبة ، وأكريليك ، وإسفلت ، وخرسانية.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                        | السطح      | ٠٢ |



## كرة اليد

## الرياضات الجماعية – كرة اليد

| المنشأة الرياضية   |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| العلامات والإشارات | ٠٣ | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون كل الخطوط مرئية بوضوح (أبيض عادةً أو لون آخر متباين).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| المحيط             | ٠٤ | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يحظى المسار الخاص بالركض خلف وجانب الصالة بمسافة كافية لسلامة المشارك - أدنى مسافة هي متر ١ على كل جانب.</li> <li>يجب أن يكون أثاث الصالة بعيداً بما فيه الكفاية عن منطقة اللعب للحد من المخاطر التي يتعرض لها المشاركون (على سبيل المثال المقاعد).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| أعمدة المرمى       | ٠٥ | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تثبيت كل الأعمدة، بما في ذلك أعمدة المرمى، بإحكام على الأرض أثناء اللعب.</li> <li>يجب أن تكون أعمدة المرمى مصنوعة من الألمنيوم، أو الخشب، أو أي مادة معتمدة أخرى.</li> <li>يجب أن يكون شكل الأعمدة للمرمى مربعاً، أو مستطيلاً أو مستديراً أو بيضاوياً.</li> <li>يجب فحص أعمدة المرمى بانتظام للتأكد من أنها ليست خطيرة على اللاعبين (على سبيل المثال، الزوايا الحادة، ومسببات المخاطر).</li> <li>تتميز أهداف كرة اليد بعرض داخلي منظم يبلغ (٣ أمتار) ، وارتفاع داخلي يبلغ (٢ متر) ، وعمق (١ متر). عادة ما يكون وزن هدف كرة اليد (٩٥ كجم).</li> </ul> |



## كرة اليد

## الرياضات الجماعية - كرة اليد

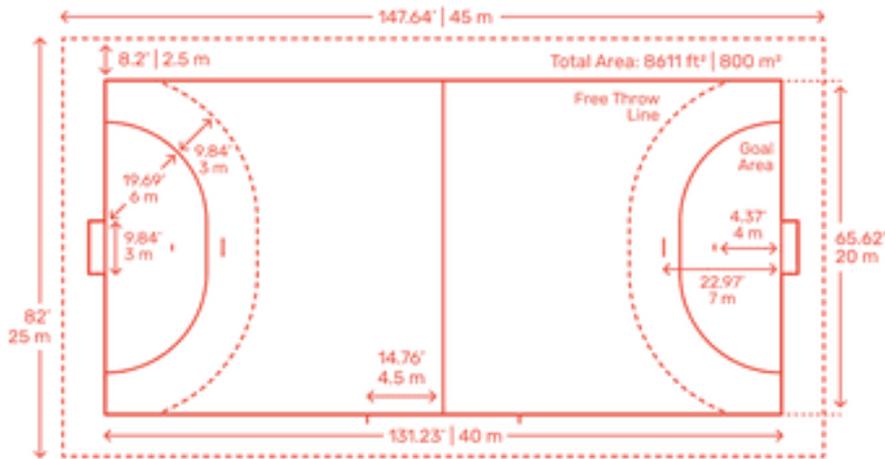
## كرة اليد - الملعب وحجم الكرة بناء على الفئات العمرية :

| حجم ووزن كرة اليد                           | الفئات                                      | أبعاد مخطط الملعب             | منطقة اللعب (بالمتر المربع)<br>الطول x العرض x الارتفاع | مستوى اللعب             |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------|
| ملاعب كرة اليد                              |                                             |                               |                                                         |                         |
| ٤٤-٤٨ سم في المحيط<br>١٦٥ - ٢٨٠ جم في الوزن | الأطفال (٨ سنوات وما دون)                   | ينتهي: ١ م<br>والجانين: ١ م   | 7 x 20 x 34                                             | المجتمعية               |
| محيط ٤٩-٥٢ سم<br>وزن ٢٩٠ - ٣٣٠ جم           | ذكور من عمر ٨-١٢<br>إناث من عمر ٨-١٤        | ينتهي: ١,٥ م<br>والجانين: ٢ م | 7 x 20 x 40                                             | على صعيد الأندية        |
| ٥١,٥-٥٦ سم في المحيط<br>٣٠٠-٣٧٥ في الوزن    | ذكور من عمر ١٢-١٦<br>إناث من عمر ١٤ وما فوق | ينتهي: ١,٥ م<br>والجانين: ١ م | 7 x 20 x 40                                             | على صعيد الدوري الممتاز |
| ٥٥-٦٠ سم في المحيط<br>٤٠٠-٤٧٥ جم في الوزن   | ذكور من عمر ١٦ وما فوق                      | ينتهي: ٢ م<br>والجانين: ٢ م   | 10-12 x 20 x 40                                         | على الصعيد الدولي       |



## كرة اليد

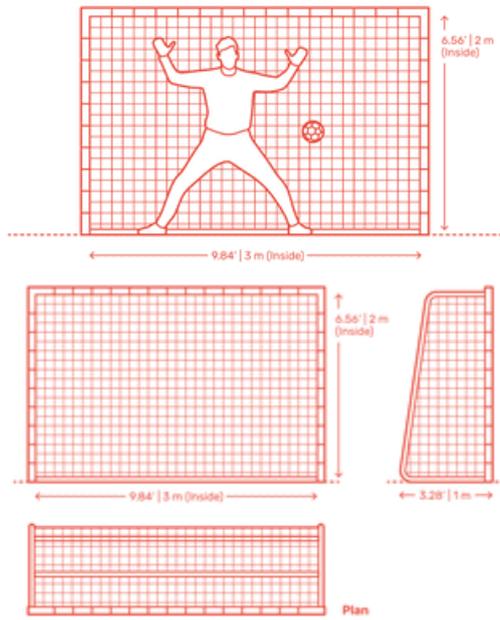
## الرياضات الجماعية - كرة اليد



كرة اليد

الرياضات الجماعية - كرة اليد

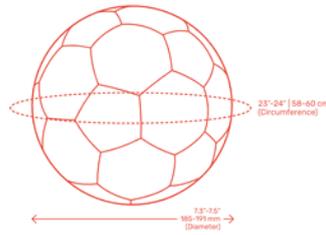
الحجم الموصى به للمرمى



## كرة اليد

## الرياضات الجماعية - كرة اليد

## مقاس الكرة الدولية :



## الكرة



- تستخدم كرة اليد (٣٠٠٠٠٠٠) في رياضة كرة اليد على غرار طريقة استخدام الكرة الطائرة. تصنع كرة اليد عادةً من المطاط الأسود وهي مصممة ليتم حملها بسهولة.
- تتراوح كرة اليد في حجم المقبض، والوزن، وفقاً للعمر، والجنس.
- تعتبر كرة اليد مقاس ٠٠٠ مثالية للأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٨ سنوات والحجم ١ للأطفال فوق ٨ سنوات. عادة ما تستخدم كرة اليد مقاس ٢ من قبل النساء والأولاد فوق ١٢ عامًا والفتيات الأكبر من ١٤ عامًا. كرة اليد مقاس ٣ هي الأكبر المتوفرة وتستخدم عادة من قبل الذكور الذين تزيد أعمارهم عن ١٦ عامًا. تختلف كرة اليد في اللون.
- حجم ٣ كرات اليد يبلغ قطرها (١٨٥-١٩١ ملم) ومحيط (٥٨-٦٠ سم). تتراوح كتلة كرة اليد بحجم ٣ بين (٤٢٥-٤٧٥ جم) مع ضغط بين الضغط: (٤٠-٦٠ كيلو باسكال).

حجم كرة اليد

٠١

## كرة اليد

## الرياضات الجماعية - كرة اليد

مقاس الكرة الدولية :

| Handball H1 Balls                                                                   | Handball H2 Balls                                                                   | Handball H3 Balls                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |
| 50 to 52 centimeters and the weight is 290 to 330 grams                             | 54 to 56 centimeters and the weight is 325 to 375 grams                             | 58 to 60 centimeters and the weight is 425 to 475 grams                             |

| Ball size | Circumference | Weight       |
|-----------|---------------|--------------|
| 00        | 41 - 43 cm    | 200 - 230 g. |
| 0         | 46 - 48 cm    | 240 - 300 g. |
| 1         | 50 - 52 cm    | 290 - 330 g. |
| 2         | 54 - 56 cm    | 325 - 375 g. |
| 3         | 58 - 60 cm    | 425 - 475 g. |



## كرة الطائرة

## الرياضات الجماعية – كرة الطائرة

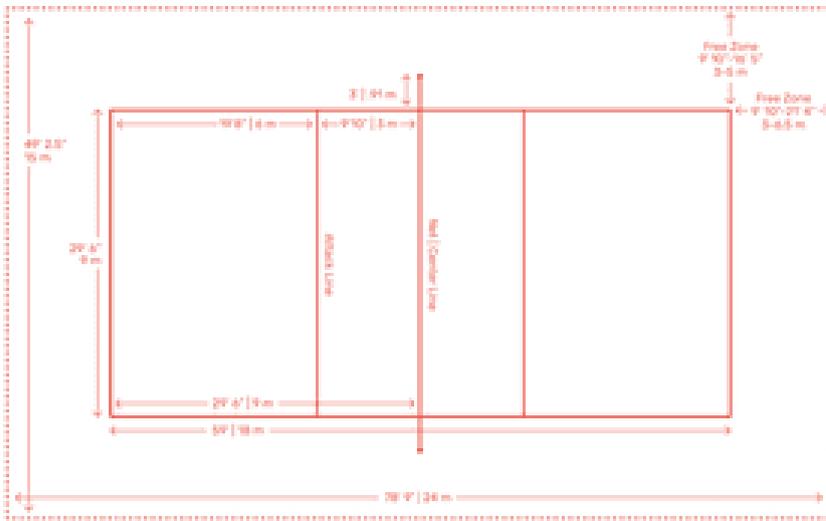
| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يتم تنظيم ملاعب الكرة الطائرة بطول (١٨ متراً) وعرض (٩ أمتار). خطوط الهجوم التي تقسم الصفوف الأمامية والخلفية محددة بقياس (٣ م) بالتوازي مع الشبكة.</li> <li>• مطلوب مناطق حرة بحد أدنى (٣ أمتار) حول الملعب بأكمله مع مساحات خالية تصل إلى (٥ أمتار) على الجانبين و (٦,٥ م) في الخلف.</li> <li>• يُسمح باستخدام ملاعب كرة الطائرة التي لا تأتي وفقاً للحجم المنصوص عليه في الأنظمة واللوائح للعبها لعباً ترفيهياً وغير رسمي.</li> </ul> | حجم الملعب         | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• كرة الطائرة – يجب أن يكون السطح مستوياً وأفقياً ومتجانساً ومن ضمن الخيارات: الباركيه الأرضية، والخشب الصلب، وسطح لبلاط الصالة يكون صناعياً.</li> <li>• يجب فحص سطح الصالة بحثاً عن المخاطر للحفاظ على الصالة والتقليل من خطر إصابة المشاركين.</li> </ul>                                                                                                                                                                                | السطح              | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن تكون فتحات الشبكة دائرية، وناعمة ويجب تثبيت أعمدها على الأرض بما يتماشى مع إرشادات الجبة المصنعة.</li> <li>• يجب المحافظة وفحص الشبكة وأعمدها بانتظام.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                | العلامات والإشارات | ٠٣ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يحظى المسار الخاص بالركض خلف وجانب الصالة بمسافة كافية لسلامة المشاركين - المسافة الموصى بها هي متر ١ على كل الجوانب.</li> <li>• يجب أن يكون أثاث الصالة بعيداً بما فيه الكفاية عن منطقة اللعب للحد من المخاطر التي يتعرض لها المشاركون (على سبيل المثال المقاعد).</li> </ul>                                                                                                                                                    | المحيط             | ٠٤ |



كرة الطائرة

الرياضات الجماعية - كرة الطائرة

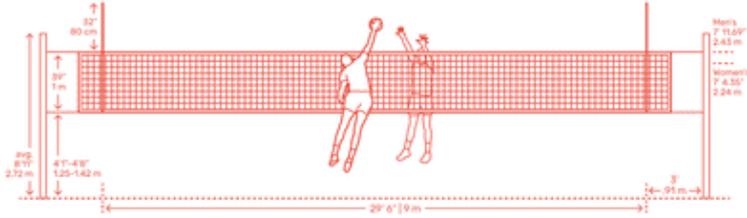
مقاسات الأرضية الدولية :



## كرة الطائرة

## الرياضات الجماعية - كرة الطائرة

## مقاسات الشبك الدولية :



## الشبك



- تمتد شبك الكرة الطائرة على عرض الملعب بالكامل (٩ م) ويتم تثبيتها بصلابة بواسطة أعمدة خارجية تقع عادةً على مسافة (٠,٩١ م) من الملعب.
- يختلف ارتفاع مركز شبكة الكرة الطائرة بالنسبة للعب الرجال والنساء حيث يتم تنظيم شبك الرجال على ارتفاع (٢,٤٣ م) والنساء على ارتفاع (٢,٢٤ م).
- غالبًا ما يتم تحديد أبعاد ملعب اللعب على سطح الشبكة بواسطة هوائيين يمتدان (٨٠ سم) فوق الشبكة.
- يبلغ ارتفاع سطح شبك الكرة الطائرة (١ متر) من أعلى إلى أسفل ويتم بناؤها بشبكة من البولي بروبيلين أو النايلون بحجم شبكي يبلغ (١٠ سم) ومغطاة بعصابات رأس صلبة على طول المحيط.

## حجم الشبك

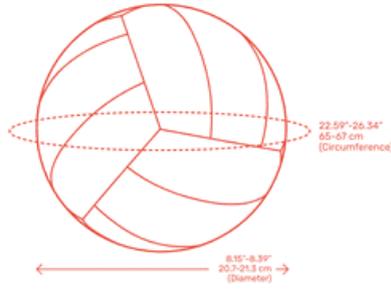
٠١



## كرة الطائرة

## الرياضات الجماعية - كرة الطائرة

مقاس الكرة الدولية :



الكرة



• يبلغ قطر الكرة الطائرة (٢٠,٧-٢١,٣ سم) ومحيط (٦٥-٦٧ سم). تتراوح كتلة الكرة الطائرة بين (٢٦٠-٢٨٠ جم) مع ضغط يتراوح بين (٢٩,٤-٣١,٨ كيلو باسكال)

حجم كرة الطائرة

٠١

### Volleyball Size Guide

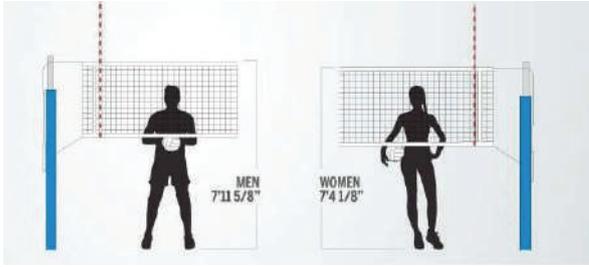
| Ball type    | Circumference | Mass         |
|--------------|---------------|--------------|
| Indoor       | 25.5 - 26.5"  | 9.2 - 9.9 oz |
| Youth indoor | 25 - 26"      | 9.2 - 9.9 oz |
| Beach        | 26 - 27"      | 9.2 - 9.9 oz |



## كرة الطائرة

## الرياضات الجماعية - كرة الطائرة

مقاس الشبك الدولي :

Men's Volleyball  
Net Heights

- Standard: 7', 11 5/8" or 2.43 m
- Ages 55-69: 7', 9 5/8" or 2.38 m
- Ages 70+: 7', 6" or 2.29 m

Youth Volleyball  
Net Heights

- Boy's & Girl's Ages 11 - 12: 7' or 2.13 m
- Boy's Ages 10 and under: 7' or 2.13 m
- Girl's Ages 10 and under: 6', 6" or 1.98 m

Women's Volleyball  
Net Heights

- Standard: 7', 4 1/8" or 2.24 m
- Ages 45+: 7', 2 3/8" or 2.19 m

Sitting Volleyball  
Net Heights

- Men's Teams: 3', 9.28" or 1.15 m
- Women's Teams: 3', 5.34" or 1.05 m



## الكريكت

## الرياضات الجماعية – الكريكت

| المتشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                       |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| يجب أن يكون حجم الملعب مناسباً للفئة العمرية وشكل لعبة الرجبي – مرفق في الملحق الإرشادات المفصلة عن أحجام الملعب.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | حجم الملعب            | ٠١                                                                                    |
| يجب أن يكون سطح الملعب أملسًا، ومسطحًا، وغير كاشطًا.<br>يجب أن يتوفر في الأسطح الاصطناعية خاصية الامتصاص الكافي للصدمات لتقليل مخاطر إصابة اللاعبين: تحتوي الأسطح الاصطناعية.<br>الموصى بها عادةً على نظام السجاد غير الكاشط والذي يصل عرضه من ٦٥ مم، وتكون مملوءة بالمطاط ومبطننة من الأسفل – تتوفر.                                                                                                                                                                    | السطح                 | ٠٢                                                                                    |
| يجب بالنسبة للكريكت الداخلي أن يكون طول منطقة اللعب ٢٨ - ٣٠ مترًا، وعرضها ١٠ - ١٢ مترًا، وارتفاعها ٤ - ٤,٥ مترًا، ومحاطة بالشباك كاملاً.<br>يجب أن تكون الشبكة منسوجة بإحكام وقوية بشكل كافٍ لضمان عدم مرور الكرة من خلالها.<br>يجب فحص الشباك بانتظام للتأكد من عدم وجود ثقوب أو علامات تآكل أو غيرها من المشكلات التي تشكل خطرًا على من يلعبون أو يحيطون بالشبكة.<br>يجب أن يكون مستوى شد الشباك التي تحيط بالملعب الداخلي محكمًا دائمًا لضمان ارتداد الكرة عن الشبكة. | لعبة الكريكت الداخلية | ٠٣                                                                                    |



## الكريكت

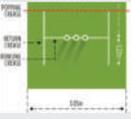
## الرياضات الجماعية - الكريكت

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | المعدات      |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب تجميع جميع الشباك سواء المؤقتة أو الدائمة وتأمينها بما يتوافق مع إرشادات الشركات المصنعة.</li> <li>• يجب صيانة جميع الأعمدة وهياكل الشبكات الأخرى جيدًا للتأكد من خلوها من الحواف الحادة والمخاطر المحتملة الأخرى.</li> <li>• يجب أن تكون الشبكة منسوجة بإحكام وقوية بشكل كافٍ لضمان عدم مرور الكرة من خلالها.</li> <li>• يجب فحص الشباك بانتظام للتأكد من عدم وجود ثقوب أو علامات تآكل أو غيرها من المشكلات التي تشكل خطرًا على من يلعبون أو يحيطون بالشبكة.</li> </ul> | شباك التدريب | . ٤                                                                                   |  |

## الكريكت

## الرياضات الجماعية – الكريكت

### الكريكت - الملعب وحجم الكرة بناء على الفئات العمرية :

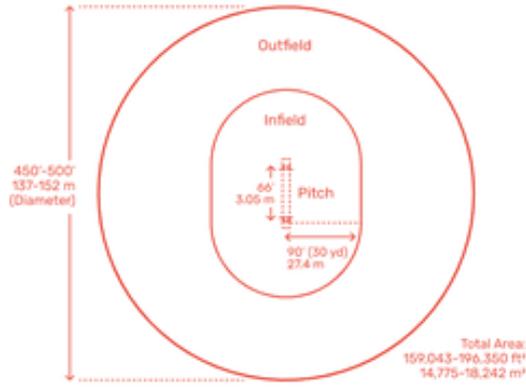
|                                                                                                                                                                                                         |           | الحد الأدنى للبعد | الفئات العمرية              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|-----------------------------|
| <b>أبعاد منطقة اللعب</b>                                                                                                                                                                                |           |                   |                             |
|                                                                                                                      | نوع الخط  | ٢٥ م              | من عمره ٥ إلى ٨             |
|                                                                                                                                                                                                         |           | ٣٠ م              | تحت ١٠ سنة                  |
| طول ٢,٦٤ م                                                                                                                                                                                              | خط الرمي  | ٤٠ م              | تحت ١٢ سنة                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• طول ١,٢٢ م من خط الرمي</li> <li>• يصل الطول على الأقل ١,٨٣ م من كل جانب من جانبي مركز منتصف أعمدة الهدف</li> <li>• طول غير محدود.</li> </ul>                   | خط الهدف  | ٤٥ م              | تحت ١٤ سنة                  |
|                                                                                                                                                                                                         |           | ٤٥ م              | تحت ١٦ سنة                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يصل الطول من الزاوية اليمنى إلى خط الهدف، ١,٣٢ متر من أي جانبي منتصف أعمدة الهدف</li> <li>• على الأقل ٢,٤٤ م خلف خط الهدف</li> <li>• طول غير محدود.</li> </ul> | خط العودة | ٦٠ م              | جميع الأعمار (للمجتمع)      |
|                                                                                                                                                                                                         |           | ٦٥ م              | جميع الأعمار (أساسي/إقليمي) |



## الكريكت

## الرياضات الجماعية - الكريكت

## مقاس الملعب الدولي :



## الملعب



- يبلغ قطر ملاعب الكريكت الإجمالية ما بين (١٣٧-١٥٢ متراً) بمساحة إجمالية تبلغ (١٤٧٧٥-١٨٢٤٢ متراً مربعاً). يقع ملعب الكريكت في وسط الأرض ويحيط به ملعب بنصف قطر ٩ (٢٧,٤ متراً) من مركز كل بوابة صغيرة.

مقاس الملعب

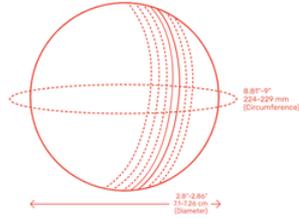
٠١



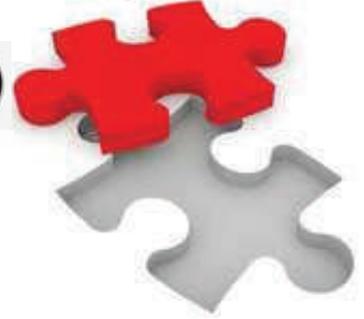
## الكريكت

## الرياضات الجماعية - الكريكت

مقاس الكرة الدولي :



الكرة



• يبلغ قطر كرات الكريكت ما بين (٧,٢٦-٧,١ سم) ومحيطها من (٢٢٤-٢٢٩ ملم). تتراوح كتلة كرة الكريكت بين (١٥٦-١٦٣ جم).

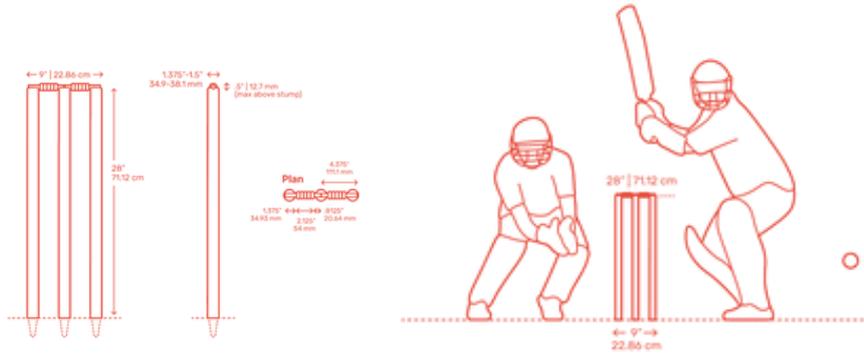
مقاس الكرة

٠١

## الكريكت

## الرياضات الجماعية - الكريكت

### مقاس جذع الكريكت :



### جذع الكريكت

- يبلغ ارتفاع جذع الكريكت (٧١,١٢ سم) وعرضه (٢٢,٨٦ سم).
- يبلغ أقطار جذوع الجذوع الثلاثة للتصويب ما بين (٣٤,٩ - ٣٨,١ ملم).
- يبلغ أطوال زوج الكفالات الموضوعة أعلى الجذوع (١١١,١٣ ملم) مع أقصى ارتفاع فوق الجذع (١٢,٧ ملم).

المقاس

٠١

## الرجبي

## الرياضات الجماعية – الرجبي

| المنشأة الرياضية |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01               | حجم الملعب | • يجب أن يكون حجم الملعب مناسباً للفئة العمرية.                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 02               | السطح      | • يجب أن يكون سطح الملعب أملساً، ومسطحاً، وغير كاشط.<br>• يجب أن يتوفر في الأسطح الاصطناعية خاصية الامتصاص الكافي للصدمات لتقليل مخاطر إصابة اللاعبين: تحتوي الأسطح الاصطناعية.<br>• الموصى بها عادةً على نظام السجاد غير الكاشط والذي يصل عرضه من 65 مم، وتكون مملوءة بالمطاط ومبطنة من الأسفل – تتوفر. |
| 03               | المحيط     | • يجب أن يكون محيط الملعب بعيداً عن أي عوائق / ولا يحظى بأي معوقات في الأرضية بحيث تسبب أي إصابة.<br>• يجب أن تكون هناك مسافة آمنة، إن أمكن، بين حافة الملعب وأي سياج / جدار محيط – يُوصى بمسافة لا تقل عن مترين بين حافة الملعب وأي جدار / سياج / ملعب آخر.                                             |



## الرجبي

## الرياضات الجماعية - الرجبي

| المنشأة الرياضية   |     |
|--------------------|-----|
| العلامات والإشارات | ٤ . |
| أعمدة المرمى       | ٥ . |



يجب أن تكون العلامات والخطوط واضحة.

- يجب تثبيت جميع الأهداف بشكل آمن على الأرض أثناء اللعب.
- يجب أن تكون أعمدة المرمى مصنوعة من البلاستيك أو المعدن أو أي مواد أخرى معتمدة.
- يجب أن يكون شكل الأعمدة للمرمى مربعاً، أو مستطيلاً، أو مستديراً، أو بيضاوياً - يجب أن تكون قوائم المرمى مبطنة بشكل مناسب في الجزء السفلي أثناء الاستخدام لضمان تقليل المخاطر على اللاعبين.
- يجب فحص أعمدة المرمى بانتظام للتأكد من أنها ليست خطيرة على اللاعبين (على سبيل المثال، الزوايا الحادة، والمخاطر).
- يبلغ عرض عمود المرمى التنظيحي ٥,٦ متراً، مع وجود دعائم جانبية بطول ٣,٤ متراً على الأقل، مع عارضة تتقاطع مع القوائم الجانبية بارتفاع ٣ أمتار.
- يُسمح بأحجام المرمى الأخرى للعبة الرجبي الترفيهية وللصغار.. لا يلزم تثبيت أعمدة أهداف للرجبي للمس/الإشارة.

## الرجبي

## الرياضات الجماعية - الرجبي

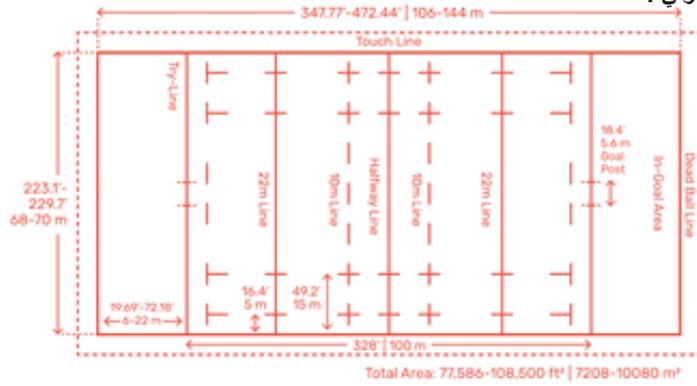
## الرجبي - الملعب وحجم الكرة بناء على الفئات العمرية :

| الحد الأعلى لقياس الملعب<br>(متر) | الفئات العمرية |
|-----------------------------------|----------------|
| أبعاد منطقة اللعب                 |                |
| ٢٠x١٢                             | تحت ٧ سنة      |
| ٢٢x٤٥                             | تحت ٨ سنة      |
| ٦٠x٣٠                             | تحت ٩ سنة      |
| ٦٠x٣٥                             | تحت ١٠ سنة     |
| ٦٠x٤٣                             | تحت ١١ سنة     |
| ٦٠x٤٣                             | تحت ١٢ سنة     |
| رجال : ٩٠x٦٠<br>نساء : ٦٠x٤٣      | تحت ١٣ سنة     |
| ١٠٠x٧٠                            | ١٤-١٨ فما فوق  |



الرياضات الجماعية – الرجبي الرجبي

مقاس الملعب الدولي :



الملعب



- يبلغ طول ملاعب الرجبي في الاتحاد ما بين (١٠٦-١٤٤ م) وعرضها (٦٨-٧٠ م) لمساحة إجمالية تبلغ (٧٢٠٨-١٠٠٨٠ م²).
- تبلغ مساحة اللعب بين خطوط التجربة (١٠٠ متر مربع) مع مناطق داخل الهدف تتراوح بين (٦-٢٢ م).
- تم تمييز ملعب Union Rugby Pitch بخطوط ١٠ m و ٢٢ m مع مجموعتين من خطوط المسافة المقطوعة عند (٥ و ١٥) من خطوط اللمس.

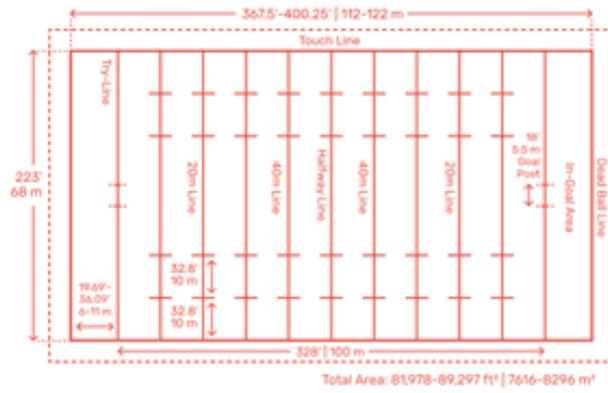
مقاس الملعب

٠١

## الرجبي

## الرياضات الجماعية - الرجبي

حجم الملعب :



## الملعب



- يبلغ الطول الإجمالي للملاعب الرجبي لدوري الرجبي (١١٢-١٢٢ متراً) وعرض (٦٨ متراً) لمساحة إجمالية تبلغ (٧٦١٦-٨٢٩٦ متراً مربعاً).
- تبلغ مساحة اللعب بين خطوط التجربة ٣٢٨ قدماً (١٠٠ متر مربع) وتتراوح مناطق الهدف بين (٦-١١ م).
- يتم تمييز ملعب League Rugby Pitch كل (١٠ أمتار) بخطوط مسافة متقطعة (١٠ أمتار) من خطوط التلامس.

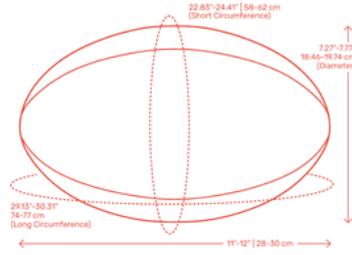
حجم الملعب

. ١

## الرجبي

## الرياضات الجماعية – الرجبي

## مقاس الكرة الدولي :



## الكرة



- يبلغ قطر كرات الرجبي (١٨,٤٦-١٩,٧٤ سم) وطولها (٢٨-٣٠ سم) ، مما ينتج عنه محيط (٥٨-٦٢ سم) على جانب قصير وطول (٧٤-٧٧ سم). تتراوح كتلة كرة الرجبي بين (٤٠٠-٤٥٠ جم) مع ضغط يتراوح بين (٦٥,٧-٦٨,٨ كيلو باسكال)

مقاس الكرة

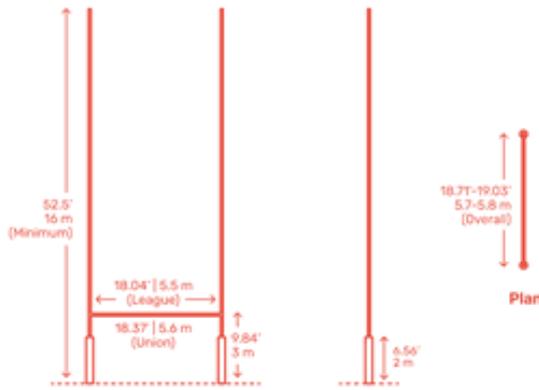
٠١



## الرجبي

## الرياضات الجماعية - الرجبي

مقاس هدف الرجبي :



## Sak



- يتم تنظيم وظائف هدف الرجبي من خلال الجزء العلوي من العارضة عند (3 م) وعرض داخلي يبلغ (5,5 م) لدوري الرجبي و (5,6 م) لالعاب اتحاد الرجبي.
- يجب ألا يقل الارتفاع الإجمالي لمركز هدف الرجبي عن (16 مترًا).
- يبلغ قطر الدعامة (10,6 م) ويجب تغليف الجزء السفلي (2 م) بحشوة بسمك (10,6 م).

المقاس

01



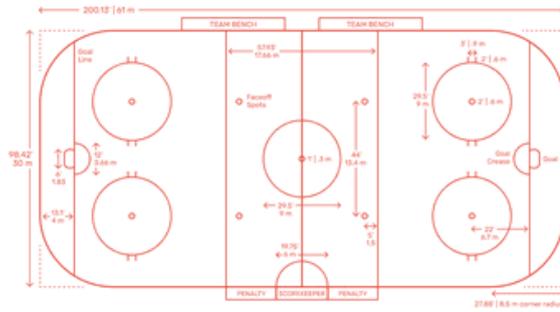
## الرياضات الجماعية – هوكي الجليد هوكي الجليد

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----|
| • يجب أن يكون حجم الملعب مناسبًا للفئة العمرية وشكل لعبة الهوكي.<br>• تبلغ أبعاد حلبة هوكي الجليد الرسمية لـ (NHL) (25,91 مترًا في 60,96 مترًا) ، بإجمالي 1579,47 مترًا مربعًا .<br>• تبلغ أبعاد حلبة هوكي الجليد الرسمية لهوكي الجليد الأولمبي أو الدولي (30 مترًا في 61 مترًا) ، بإجمالي 1830 مترًا مربعًا.                                                | حجم الملعب            | ١ . |
| • يجب أن يكون سطح الجليد أملسًا ، ومسطحًا ، وغير كاشط.                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | السطح                 | ٢ . |
| • حلبة التزلج محاطة بالألواح مصنوعة من أقسام من الخشب أو البلاستيك ومطلية باللون الأبيض.<br>• ارتفاع الألواح ١٠٧ سم عن سطح الجليد.                                                                                                                                                                                                                           | الحاجز المحيط بالملعب | ٣ . |
| • يتم لصق زجاج شبكي شفاف ، بسمك ١٢ م ١٥ مم ، في الجزء العلوي من الألواح. الزجاج يبلغ ارتفاعه ٢,٤ متر خلف المرمى ويمتد لمسافة ٤ أمتار على الأقل من خط الجليد نحو الخط الأزرق.<br>• الزجاج بارتفاع ١,٨ متر على طول الجوانب ماعدا أمام مقاعد اللاعبين.<br>• لا يوجد زجاج واقٍ أمام مقاعد اللاعبين. يوجد زجاج واقٍ خلف وعلى جانبي مقاعد اللاعبين وصناديق الجراء. | زجاج واقٍ             | ٤ . |
| • يجب أن تكون العلامات والخطوط واضحة.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | العلامات والإشارات    | ٥ . |



## الرياضات الجماعية - هوكي الجليد

## هوكي الجليد



حجم الملعب :

الملعب



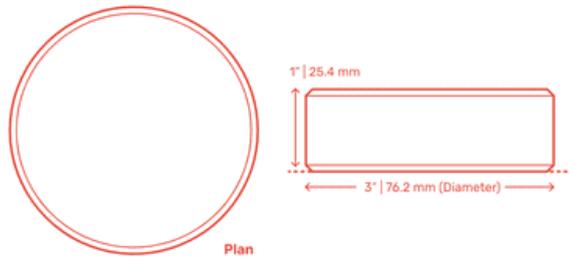
- يبلغ طول حلبات هوكي الجليد الدولية (٦١ متراً) وعرضها (٣٠ متراً) ، ويبلغ قطر نصف قطرها (٨,٥ متر).
- تبلغ المساحة الإجمالية لحلبة هوكي الجليد الدولية (١٧٦٥ متر مربع).
- تقع الخطوط الزرقاء على بعد ٢٩ قدماً (٨,٨٣ م) من المركز وخطوط الهدف على بعد (٤ أمتار) من الألواح الجانبية.
- يبلغ قطر جميع الدوائر المكشوفة (٩ م) وقطر البقعة (٠,٦ م) باستثناء الواجبة المركزية التي يبلغ قطرها (٠,٣ م).
- تتمركز واجهات منطقة النهاية على ارتفاع (٦,٧ م) من خطوط المرمى وتقع واجهات المنطقة المحايدة على بعد (١,٥ م) من الخطوط الزرقاء.
- ثنائيات المرمى أمام المرمى قطرها (٣,٦٦ م)

حجم الملعب

٠١

## الرياضات الجماعية - هوكي الجليد هوكي الجليد

مقاس الكرة الدولي :



الكرة



- يبلغ قطر قرص هوكي الجليد (٧٦,٢ ملم) وارتفاع / سمك (٢٥,٤ ملم).
- تتراوح كتلة قرص هوكي الجليد بين (١٥٦-١٧٠ جم).

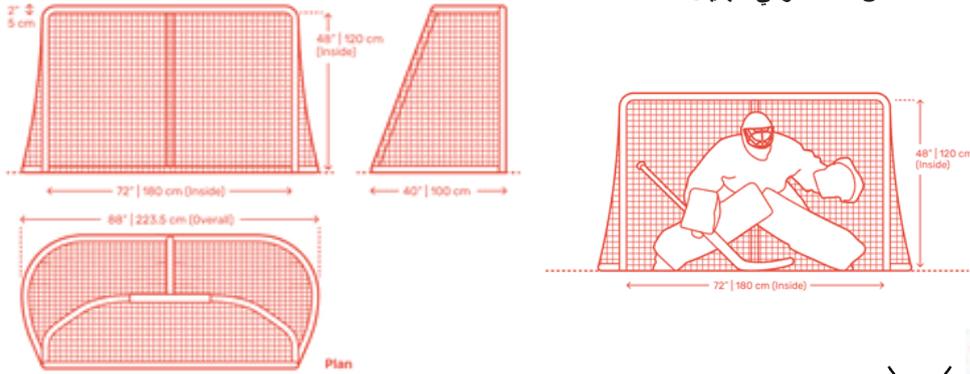
مقاس القرص

٠١

## الرياضات الجماعية - هوكي الجليد

## هوكي الجليد

## مقاس هدف هوكي الجليد:



## هدف هوكي الجليد



- بالنسبة لمحترفي هوكي الجليد ، يبلغ فتح المرعى (١٨٠ سم) عرضاً ، وارتفاع (١٢٠ سم) ، وعمق (١٠٠ سم).
- يتم تثبيت هذه الفتحة بصلاية بواسطة إطار أنبوب معدني يبلغ قطره حوالي (٥ سم) ومحاطة بشبكة شبكية بحجم فتحة (١ ، ٤ سم).
- يتم تقريب قاعدة المرعى بنصف قطر بوصة (٤٥،٧ سم) وعرض إجمالي يبلغ (٢٢٣،٥ سم).

المقاس

٠١



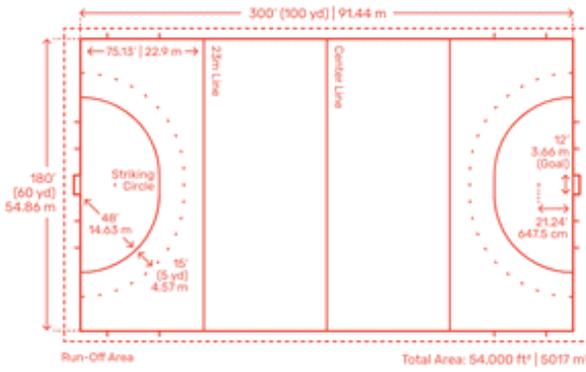
## الرياضات الجماعية - الهوكي الأرضي

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                          |                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----|
| • يبلغ طول الملعب ٤٤ مترًا وتحده ألواح جانبية وعرض ٢٢ مترًا تحده خطوط خلفية. يمكن استخدام عرض أصغر حجمًا في اللوائح الوطنية أو المحلية.                   | حجم الملعب            | ٠١ |
| • الحد الأدنى لحجم الملعب يبلغ طوله ٣٦ مترًا وعرضه ١٨ مترًا.                                                                                              |                       |    |
| • الحد الأدنى من مساحة الجريان الموصى به هو ٣ أمتار خارج الخطوط الخلفية ومتر واحد خارج الخطوط الجانبية.                                                   |                       |    |
| • المساحة خارج الملعب ، ولكن بما في ذلك دعائم المرمى والعارضة والمحاطة بالشبكة ، لا يقل عمقها عن ٨٠٠ مم عند العارضة وعمق ١ متر على الأقل عند مستوى الأرض. |                       |    |
| • يجب أن يكون سطح الملعب أملسًا ، ومسطحًا ، وغير كاشط.                                                                                                    | السطح                 | ٠٢ |
| • تم وضع علامة على محيط الملعب بطول ٣٦ مترًا إلى ٤٤ مترًا.                                                                                                | الحاجز المحيط بالملعب | ٠٣ |
| • استنادًا إلى مقطع عرضي مربع ١٠٠ مم والسطح المستقيم المواجه للخطوة بميل بمقدار ١٠ مم نحو الملعب.                                                         |                       |    |
| • مصنوع من خشب أو مواد لها خصائص فيزيائية مماثلة.                                                                                                         |                       |    |
| • يجب ألا يكون لديهم تركيبات أو دعائم تشكل خطورة على اللاعبين أو الحكام .                                                                                 | العلامات والإشارات    | ٠٤ |
| • جميع الخطوط بعرض ٥٠ مم.                                                                                                                                 |                       |    |
| • الخطوط الخلفية وجميع العلامات الموضوعة بينها وبين الألواح الجانبية هي جزء من الملعب.                                                                    |                       |    |
| • كل العلامات في لون يتناقض مع سطح اللعب.                                                                                                                 |                       |    |



## الرياضات الجماعية - الهوكي الأرضي

حجم الملعب :



الملعب



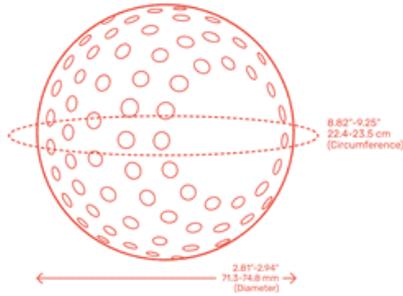
- يبلغ طول ملاعب هوكي الميدان (٩١,٤٤ م) وعرضها (٥٤,٨٦ م) ، بمساحة إجمالية قدرها (٥٠١٧ م<sup>٢</sup>).
- دائرة الضرب نصف قطرها (١٤,٦٣ م) مقاسة من زاوية المرمى ، مع علامة ثانية (٤,٥٧ م) خارج الدائرة.
- تقع منطقة الجزاء على بعد (٢١,٢٤ م) (٦,٤٧٥) من المرمى ، مع علامات مدافع ركن الجزاء وعلامات المهاجم عند (٤٩٧,٥ سم) و (٩٩٧,٥ سم) على طول حافة المرمى.

حجم الملعب

.١

## الرياضات الجماعية – الهوكي الأرضي الهوكي الأرضي

مقاس الكرة الدولي :



الكرة



- يبلغ قطر كرات هوكي الميدان (٧٤,٨-٧١,٣ ملم) ومحيطها (٢٢,٤-٢٣,٥ سم).
- تتراوح كتلة كرة هوكي الميدان بين (١٥٦-١٦٣ جم).

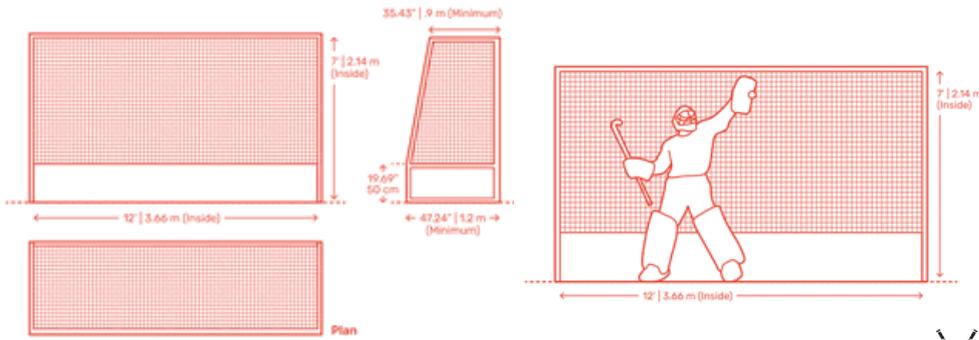
مقاس الكرة

٠١



## الرياضات الجماعية - الهوكي الأرضي

## مقاس هدف هوكي الارضي:



## هدف هوكي الجليد



- تتميز أهداف الهوكي الميدانية بعرض داخلي منظم يبلغ (٣,٦٦ م) ، وارتفاع داخلي يبلغ (٢,١٤ م) ، وعمق (١,٢ م).
- يبلغ ارتفاع الألواح الخلفية المحيطة بالرمي بوة (٥٠ سم). عادةً ما يكون وزن هدف هوكي الميدان (٩٠ كجم).

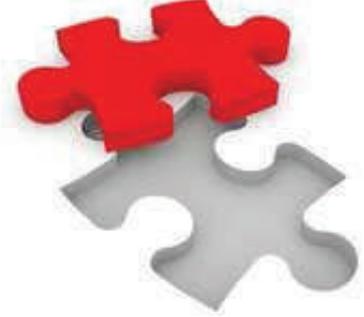
المقاس

٠١

## كرة الماء

## الرياضات الجماعية – كرة الماء

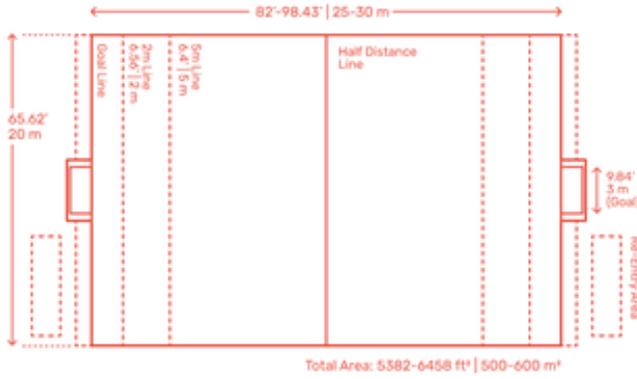
| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>تعتمد أبعاد ملعب كرة الماء في النهاية على حجم البركة : لذلك لا يوجد "معياري" دقيق حقًا. تنص الهيئات الحاكمة ، مثل FINA و USA Water Polo ، على أن ميدان اللعب يجب أن يكون أكثر من ٢٠ مترًا ولكن أقل من ٣٠ مترًا (للرجال) و ٢٥ مترًا (للإناث).</li> <li>يمكن أن يختلف عرض الملعب من ١٠ إلى ٢٠ مترًا ، اعتمادًا على المسبح. إن أمكن ، يجب اتباع أقصى أبعاد للمسبح.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            | حجم الملعب         | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>الحد الأدنى لعمق المياه ١,٨ متر ولكن يفضل ٢ متر.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | عمق الماء          | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>تم تمييز حقول كرة الماء بأربع مسافات محددة: خط المرمى وخط ٢ متر وخط ٥ أمتار وخط منتصف البركة.</li> <li>خط المرمى هو المكان الذي تلتقي فيه مقدمة القفص مع بداية الحقل.</li> <li>الخط ٢ م هو النقطة التي تبعد ٢ م عن خط المرمى ، والمشار إليها على جانب البركة بمخروط أحمر.</li> <li>خط ٥ أمتار هو النقطة التي تبعد ٥ أمتار عن خط المرمى ، موضحة على جانب المسبح بمخروط أصفر.</li> <li>يمثل خط منتصف البلياردو منتصف ميدان اللعب ، بشكل عام بمخروط أبيض.</li> <li>يتم توفير منصبات للحكام على جانبي الملعب. تبلغ مساحة هذه المنصات ١ متر مربع وارتفاع ٧٠ سم فوق منسوب المياه</li> </ul> | العلامات والإشارات | ٠٣ |



## كرة الماء

## الرياضات الجماعية - كرة الماء

حجم الملعب :



الملعب



- يبلغ الطول الإجمالي لبرك كرة الماء (٢٥ ، ٣٠ متراً) وعرضها (٢٠ متراً) ، بمساحة إجمالية من (٦٠٠-٥٠٠ متر مربع).
- يجب ألا يقل عمق بركة كرة الماء عن (١,٨٣ م).

حجم الملعب

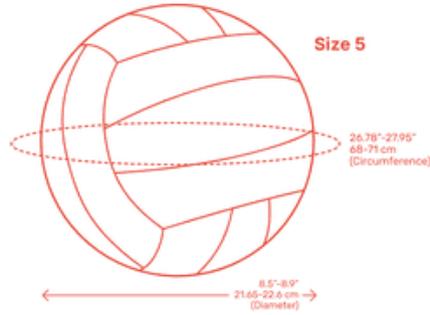
٠١



## كرة الماء

## الرياضات الجماعية – كرة الماء

مقاس الكرة الدولي :



الكرة



- مقاس ٥ كرة الماء بقطر (٢١,٦٥-٢٢,٦ سم) ومحيط (٦٨-٧١ سم).
- كتلة كرة الماء مقاس ٥ ما بين (٤٠٠-٤٥٠ جم) مع ضغط (٩٠-٩٧ كيلو باسكال).

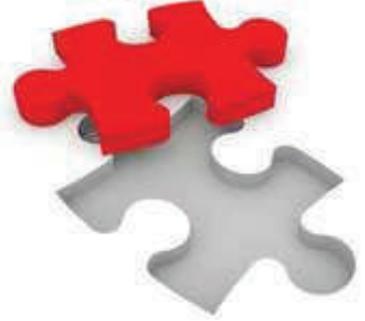
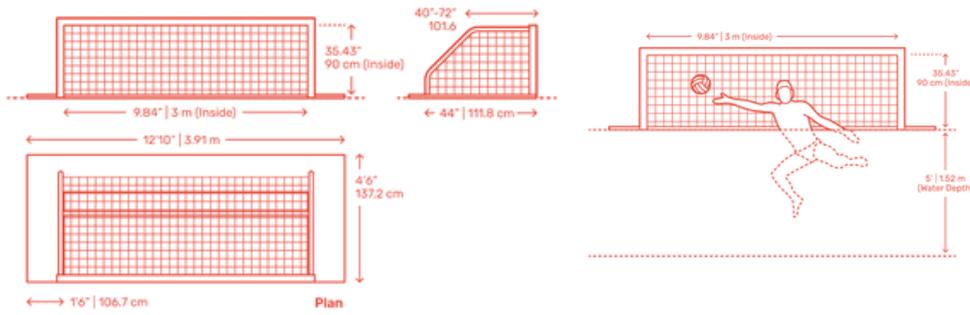
مقاس الكرة

٠١

## كرة الماء

## الرياضات الجماعية - كرة الماء

## مقاس هدف كرة الماء:



## هدف هوكي الجليد



- أهداف كرة الماء (العائمة) لها عرض داخلي منظم يبلغ (3 أمتار) ، وارتفاع داخلي يبلغ (٩٠ سم) . وعمق صافي يبلغ (١١١,٨ سم).
- يبلغ وزن هدف كرة الماء (العائم) حوالي (٣٨,٥ كجم).

المقاس

٠١

## رياضات المضرب

## المعايير الفنية لرياضات المضرب :

1. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
2. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة .

| الألعاب                                                        | الرياضات      |
|----------------------------------------------------------------|---------------|
| التنس الارضي ، الريشة الطائرة ، المكواش ، تنس الطاولة ، البادل | رياضات المضرب |



## المعايير الفنية الخاصة بالرياضات

## رياضات المضرب – التنس الأرضي

| المتشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                    |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون حجم ملعب التنس ٢٣,٧٧ م × ١٠,٩٧ م، كما هو محدد في لائحة الاتحاد الدولي للتنس.</li> <li>من الممكن أن تُستخدم الملاعب الأصغر للعبة التنس المصغرة (للأطفال).</li> </ul>                                                                                                    | حجم الملعب         | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون السطح مسطحًا وخاليًا من العوائق، وأن يتم صيانته جيدًا لتقليل مخاطر إصابة المشاركين.</li> <li>تشمل الأسطح المناسبة للطين، والأسطح الاصطناعية، والسجاد، والأسفلت، والاكربليك، والعشب.</li> </ul>                                                                         | الأرضية            | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تأمين الشباك وأعمدة الشباك بشكل صحيح.</li> <li>يجب صيانة أعمدة الشباك وفحصها بانتظام بحثًا عن المخاطر (مثل الحواف الحادة، ومخاطر التعثر بها).</li> <li>الارتفاع التنظيمي لأعمدة الشبكة هو ١,٠٧ م، بحيث يكون ٠,٩١ م خارج خطوط الملعب مع ارتفاع ٠,٩١ م في وسط الملعب.</li> </ul> | الشباك             | ٠٣ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون ارتفاع السقف كافيًا لتقليل القيود المفروضة على اللعب - يوصى كحد أدنى لارتفاع السقف ٨ أمتار عند خط الشبكة، و ٥,٧٥ مترًا عند خط الأساس، و ٤ أمتار في الجزء الخلفي من منطقة الجري.</li> </ul>                                                                             | الارتفاع (الداخلي) | ٠٤ |



## المعايير الفنية الخاصة بالرياضات

## رياضات المضرب – التنس الأرضي

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون مناطق الجري خلف الملعب وإلى جانبه كافية لسلامة المشاركين - المسافة الموصى بها على الأقل ٢,٥ أمتار في الخلف و ٢ أمتار لكل جانب. يوصى بوجود فراغ لا يقل عن ٣ أمتار بين الملاعب.</li> <li>يجب أن تبقى المنطقة المحيطة بالملاعب خالية، كما يجب أن يكون أثاث الملعب بعيداً بما يكفي عن منطقة اللعب لتقليل المخاطر على المشاركين (مثل المقاعد).</li> </ul> | المنطقة المحيطة | ٠٥ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب ألا تسمح الشباك للكرات بالمرور من خلالها.</li> <li>يجب أن يكون السياج خاليًا من الحواف الحادة والمخاطر الأخرى ويجب فحصه وصيانته بانتظام لضمان ذلك.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                | منطقة اللعب     | ٠٦ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب وضع الأعمدة على مسافة آمنة من منطقة اللعب، وأن تكون مصممة لتقليل مخاطر الإصابة، ويجب فحصها وصيانتها لإزالة أي مخاطر قد تسببها.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                    | الإضاءة         | ٠٧ |

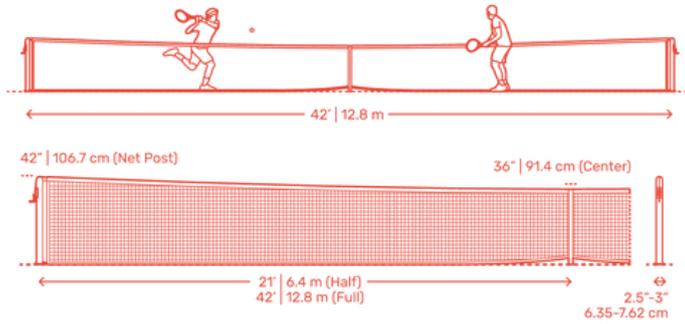


## التنس الأرضي

## معايير رياضة التنس الأرضي

مواصفات الأرضية :

| الرياضة      | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)                                                                                                                                                                                      | منطقة الأمان                                                      | إجمالي المساحة المطلوبة (بالمتر)                                    |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| التنس الأرضي | للزوجي ١١×٢٣,٧٧<br>للأفرادي ٨,٢×٢٣,٧٧                                                                                                                                                                           | يجب توفير مساحة خلوص (٦,٤ م) خارج خطوط الأساس و (٣,٦٦ م) للجانبين | إجمالي المساحة المطلوبة للملعب والمساحة الصافية في (٦٦٨,٩ متر مربع) |
| شبكة الملعب  | يبعد ارتفاع شبك التنس (١٠٦,٧ سم) عند الأعمدة الشبكية وارتفاع المركز (٩١,٤ سم). يبلغ عرض الملعب الإجمالي لشبكة التنس (١٢,٨ مترًا) وعمق السلك الشبكي تقريبًا (٣,٥-٢,٥ م). يبلغ قطر الأعمدة الصافية (٦,٣٥-٧,٦٢ م). |                                                                   |                                                                     |

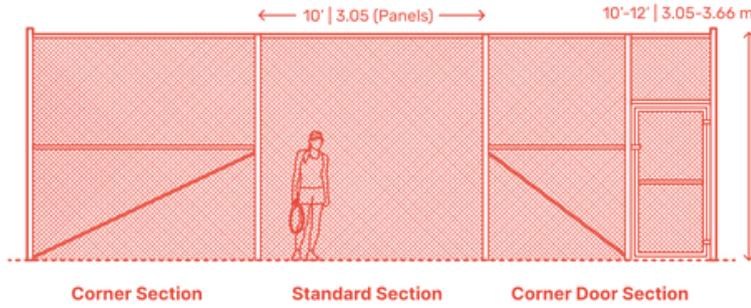


## التنس الأرضي

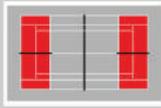
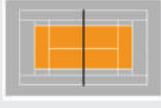
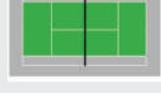
## معايير رياضة التنس الأرضي

مواصفات الأرضية :

| أبعاد حجم السياج (بالمتر)                                                                                      | الرياضة      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| يبلغ إجمالي ارتفاع أسوار التنس (3,00-3,66 م) ، وعرض اللوحة (3,00 م) ، وأعمدة بأقطار تتراوح بين (6,35-7,62 سم). | التنس الأرضي |





| التنس الأرضي                                                                        |                                                                                                                                               |                     |                       |                     |                       |                    | معايير رياضة التنس الأرضي |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------|
| حجم الملعب                                                                          | أبعاد مخطط الملعب                                                                                                                             | العرض               | الطول                 | ارتفاع الشبكة       | الكرة                 | المضرب             | الفئات العمرية            |
|  | المسافة خلف الخط الأساسي:<br>٥,٥ أمتار كحد أدنى بالنسبة للفئة الترفيهية<br>المسافة على جانب الصالة:<br>٣,١ م كحد أدنى بالنسبة للفئة الترفيهية | حوالي ٤,٢ إلى ٦,١ م | حوالي ١٠,٩ إلى ١٢,٨ م | حوالي ٠,٨ م         | أحمر (سفتح أو معياري) | حوالي ٤٣ إلى ٥٨ سم | ٥ إلى ٨ سنوات (أحمر)      |
|  |                                                                                                                                               | حوالي ٦,١ إلى ٨,٢ م | حوالي ١٧,٧ إلى ١٨,٣ م | حوالي ٠,٨ إلى ٠,٩ م | برتقالي               | حوالي ٥٨ إلى ٦٣ سم | ٨ إلى ١٠ سنوات (برتقالي)  |
|  |                                                                                                                                               | حوالي ٨,٢ م         | حوالي ٢٣,٨ م          | حوالي ٠,٩ م         | أخضر                  | حوالي ٦٣ إلى ٦٦ سم | ٩ إلى ١٠ سنوات            |
|  |                                                                                                                                               | حوالي ٨,٢ م         | حوالي ٢٣,٨ م          | حوالي ٠,٩ م         | أصفر                  | حوالي ٦٦ إلى ٧٤ سم | ١١ سنة وأكثر              |



## رياضات المضرب – تنس الريشة

## المعايير الفنية الخاصة بالرياضات

| المنشأة الرياضية |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ٠١               | حجم الملعب      | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون حجم الملعب ١٣,٤ × ٦,١ م، كما هو محدد في لائحة الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.</li> <li>يجب أن يكون ارتفاع السقف كافياً لتقليل القيود المفروضة على اللعب - يوصى بحد أدنى لارتفاع السقف ٦,٧ متر.</li> </ul>                                                                                                                                           |
| ٠٢               | الأرضية         | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون السطح مستويًا وخاليًا من العوائق وأن تتم صيانته بشكل جيد لتقليل خطر إصابة المشاركين – تتضمن الخيارات أسطح خشبية، وصناعية وأكريليك وأسمنت.</li> <li>يجب ألا تكون الأرضيات مصنوعة من الخرسانة أو سكريد أو أن تكون مبلطة لتفادي الاحتمالية العالية بوقوع أي إصابة – يوصى باستخدام الأرضيات المبطنة المغطاة بغطاء من الفينيل المتص للصدمات.</li> </ul> |
| ٠٣               | الشباك          | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تأمين الشباك وأعمدة الشباك بشكل صحيح لمنع انهيارها.</li> <li>يجب صيانة أعمدة الشباك وفحصها بانتظام بحثًا عن المخاطر (مثل الحواف الحادة، ومخاطر التعثر بها).</li> <li>يجب ألا يمتد أي جزء من أعمدة الشبكة إلى الملعب. يجب أن يكون ارتفاع الأعمدة وفقاً للوائح ١,٥٥ م عند الحواف، وأن يُثبت في الطرفين، وأن يكون ارتفاع الشبكة ١,٥٢ م.</li> </ul>            |
| ٠٤               | المنطقة المحيطة | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون منطقة الجري خلف الملعب وجانبه كافية لسلامة المشاركين - أدنى مساحة هي ١,٥ متر و ٢ متر من الخطوط الجانبية والخط الخلفي إلى الحائط، وبين أي ملاعب متجاورة.</li> <li>يجب أن تبقى المنطقة المحيطة بالملاعب خالية، كما يجب أن يكون أثاث الملعب بعيدًا بما يكفي عن منطقة اللعب لتقليل المخاطر على المشاركين (على سبيل المثال المقاعد).</li> </ul>         |

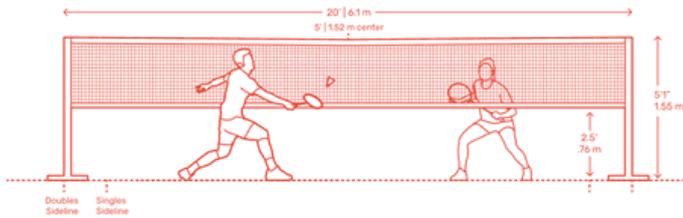


## تنس الريشة

## معايير رياضة تنس الريشة

مواصفات الأرضية :

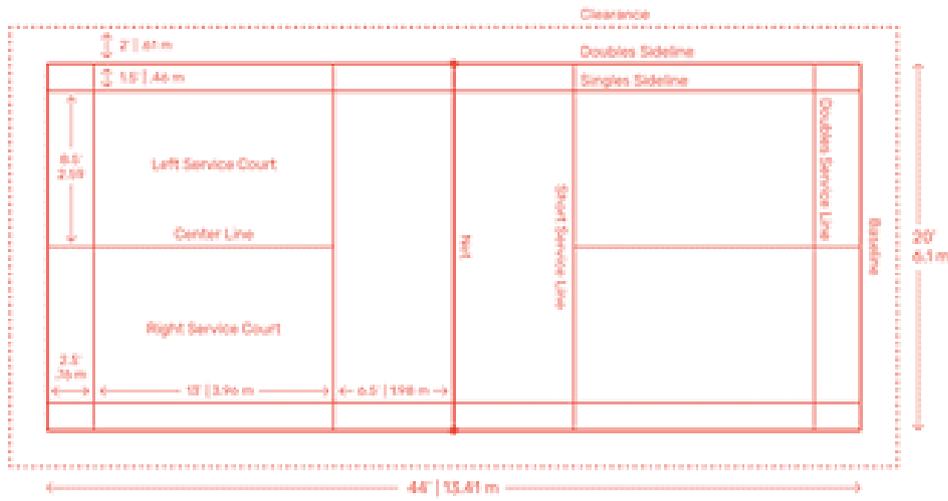
| الرياضة     | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)     | منطقة الأمان                                               | مساحة الملعب                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| تنس الريشة  | ١٣,٤ م للزوجي<br>١٣,٤ م للفردي | يجب أن توفر الخلوص<br>(٦١ م) حول ملعب كرة الريشة<br>بأكمله | يتم تقسيم ملاعب الخدمة بواسطة<br>خط مركزي يقسم عرض الملعب ويتم<br>ارتداده عن الشبكة بواسطة خط<br>خدمة قصير يبلغ (١,٩٨ م). تتطلب<br>الألعاب المزدوجة أيضًا خط خدمة<br>طويل يتم وضعه على مسافة (٧٦ م)<br>من الحد الخلفي.                                                                                  |
| شبكة الملعب |                                |                                                            | تمتد شبكات تنس الريشة على عرض الملعب البالغ طوله (٦,١ م) ويتم وضعها على جانبي الزوجي ، حتى عند لعب<br>مباريات فردية. يبلغ ارتفاع الشبكة (١,٥٥ م) عند الحواف وتتدلى قليلاً في المركز مما يؤدي إلى ارتفاع (١,٥٢ م).<br>تنقسم شبكات كرة الريشة إلى نسبة ١:١ مع فتحة (٧٦ سم) أسفل الشبكة وسطح متساوٍ فوقها. |



## تنس الريشة

## معايير رياضة تنس الريشة

مقاسات الأرضية :



## رياضات المضرب – السكواش

## المعايير الفنية الخاصة بالرياضات

| المنشأة الرياضية |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ٠١               | حجم الملعب | <ul style="list-style-type: none"> <li>• تبلغ القياسات التنظيمية للملعب الفردي ٩,٧٥ × ٦,٤ م. وتبلغ القياسات التنظيمية للملعب الزوجي ٩,٧٥ × ٧,٦ م.</li> <li>• يجب أن تتوافق علامات الملعب مع المتطلبات الفنية التي حددها الاتحاد العالمي للسكواش.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| ٠٢               | الجدار     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يكون كل حائط في الملعب بنفس أسلوب البناء في كامل الملعب. لا يلزم أن تكون الجدران المجاورة بنفس أسلوب البناء.</li> <li>• يجب أن تكون جميع جدران الملعب قادرة على تحمل جميع الضغوط التي قد تتعرض لها أثناء اللعب العادي وألا تتعرض لأي ضرر دائم أو مؤقت نتيجة لتأثيرات ضرب الكرة أو المضرب.</li> <li>• يجب ألا تحتوي الوصلات على الجدران وعلى الأرض من أي نتوءات.</li> <li>• في حال كانت الجدران زجاجية (والأبواب) يجب أن يحقق الزجاج معايير السلامة المتعلقة بالكسر الأمن (يوصى بالزجاج المقوى ١٢ مم).</li> </ul> |
| ٠٣               | الأرضية    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن تكون الأرضية صلبة وناعمة وتحقوي على عدد قليل ومحدود من المفصلات وتوفر قاعدة ثابتة في اللعب العادي - تشمل الأسطح المسموح بها على الخشب، أو الخرسانة، أو الجبس، أو الألواح المطاطية، أو الزجاج.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| ٠٤               | المدخل     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يكون السطح الداخلي للباب محاذاً للجدار المجاور عند إغلاق الباب. وهذا ينطبق أيضاً على جميع المقابض الداخلية التي يجب أن تكون محاذاً عند إغلاقها.</li> <li>• يجب أن يفتح الباب إلى داخل الملعب وأن يكون مزوداً بجهاز تقييد لمنع الباب من الفتح بدرجة ١٨٠ وضرب جدار الملعب.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                              |

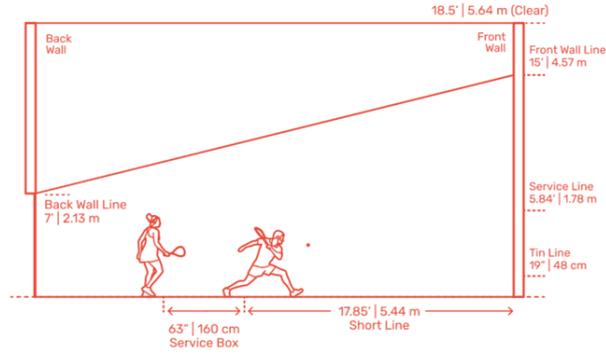


## السكواش الفردي

## معايير رياضة السكواش

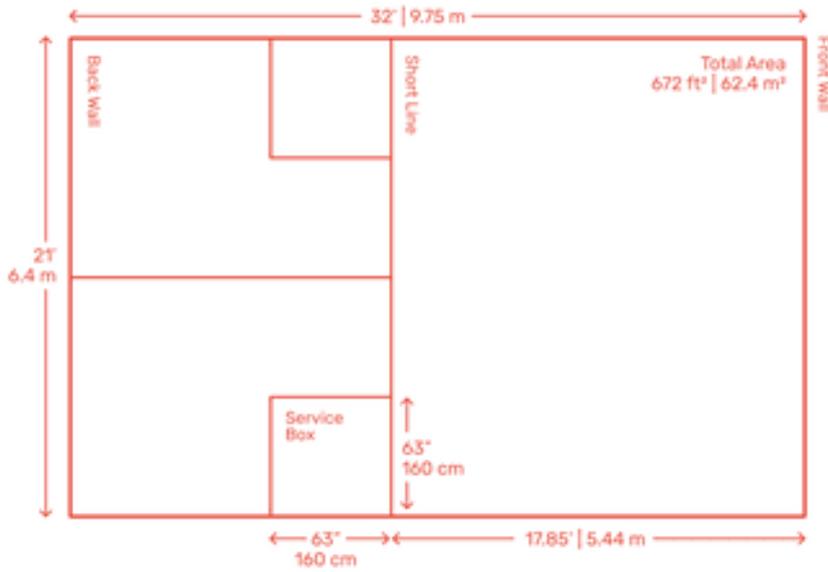
مواصفات الأرضية :

| الرياضة        | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)                                            | الجدار                                                                                                                                                    | سطح الملعب                                                                                                                                      |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| السكواش الفردي | ٩,٧٥ م × ٦,٤٦ م للفردى<br>بمساحة إجمالية تبلغ (٦٢,٤ م <sup>٢</sup> ). | يجب أن يفي الجدار الأمامى للملعب بحد أدنى من الارتفاع الواضح يبلغ (٥,٦٤ م) مع جدار الخط الأمامى عند (٤,٥٧ م) وخط الخدمة (١,٧٨ م) وخط القصدير عند (٤٨ سم). | يبلغ ارتفاع الخط الخلفى للجدار (٢١٣,٤ سم). يتميز سطح الملعب الفردي بخط قصير بطول (٥,٤٤ م) من الجدار الأمامى وصناديق الخدمة بحجم (١٦٠ × ١٦٠ سم). |



معايير رياضة السكواش

مقاسات الأرضية :

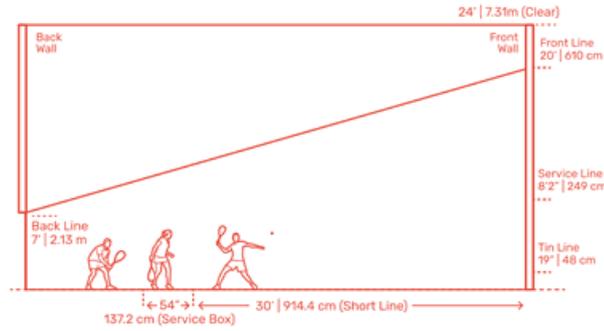


## السكواش المزدوج

## معايير رياضة السكواش

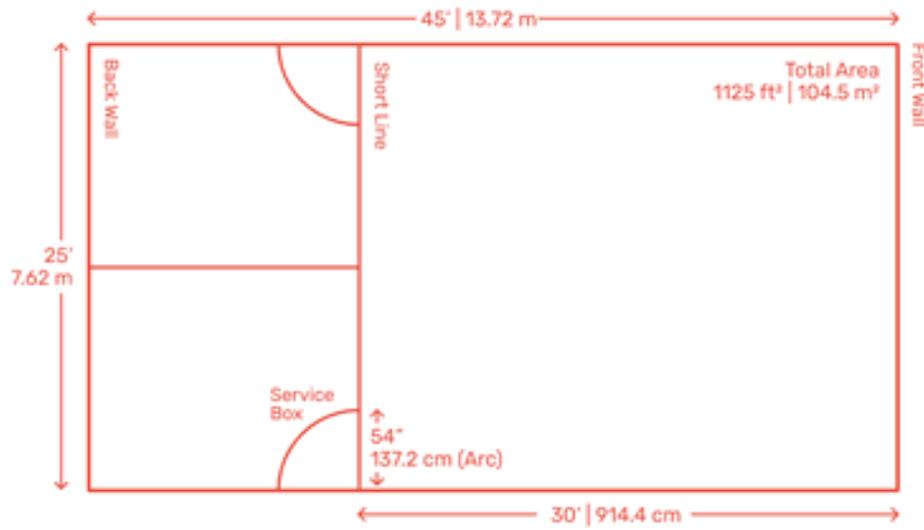
مواصفات الأرضية :

| الرياضة         | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)                                        | الجدار                                                                                                                                                                                                           | سطح الملعب                                                                                                      |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| السكواش المزدوج | ١٣,٧٢ م × ٧,٦٢ م المزدوج بمساحة إجمالية تبلغ (١٠٤,٥) متراً مربعاً | يجب أن يفي الجدار الأمامي للملعب بحد أدنى من الارتفاع الواضح يبلغ (٧,٣١) متراً مع جدار الخط الأمامي عند (٦٠٩,٦ سم) ، وخط الخدمة عند (٢٤٨,٩ سم) ، والقصدير خط (٤٨ سم). يبلغ ارتفاع الخط الخلفي للجدار (٢١٣,٤) سم. | تم وضع علامة على سطح الملعب بخط قصير (٩١٤,٤ سم) من الجدار الأمامي وصناديق الخدمة (الأقواس) بنصف قطر (١٣٧,٢) سم. |



معايير رياضة السكواش

مقاسات الأرضية :



## تنس الطاولة

## رياضات المضرب – تنس الطاولة

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                 |               |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----|
| تبلغ القياسات التنظيمية لطاولة لعبة طاولة تنس ٢,٧٤ م × ١,٥٢٥ م، وتقع في مستوى أفقي ٧٦ سم فوق الأرض، ومقسمة إلى نصفين بشبكة يبلغ ارتفاعها ١٥,٢٥ سم. يجب أن يكون سطح الطاولة مصنوعًا من الخشب الرقائقي أو اللوح الحبيبي أو البلاستيك أو المعدن أو الخرسانة أو من الألياف الزجاجية. | الحجم         | ٠١ |
| يجب تجهيز الطاولة بمساحة جري كافية بين الجدران.<br>١. الطاولة الأخرى.<br>٢. الأثاث الأخر لتقليل مخاطر إصابة المشاركين – يوصى بحوالي ٥ × ٤ أمتار في إجمالي مساحة اللعب لكل طاولة (بما في ذلك الطاولة).                                                                            | مساحة الأرضية | ٠٢ |
| يجب فحص سطح الطاولة والشبكة والحواف والزوايا والأرجل بانتظام بحثًا عن نتوءات أو حواف حادة أو مخاطر أخرى.                                                                                                                                                                         | الطاولة       | ٠٣ |
| يجب تركيب الطاولة بشكل صحيح وتأمينها بما يتوافق مع إرشادات الشركات المصنعة، ويتضمن ذلك الاستخدام والتخزين.<br>يجب عند التخزين أن تكون الطاولة في وضع آمن لعدم تعرضها للضرر غير المقصود أو الميلان أو السقوط أو الانهيار.                                                         | التخزين       | ٠٤ |

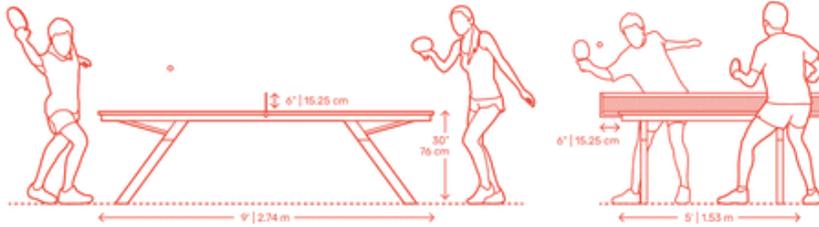


## تنس الطاولة

## معايير رياضة تنس الطاولة

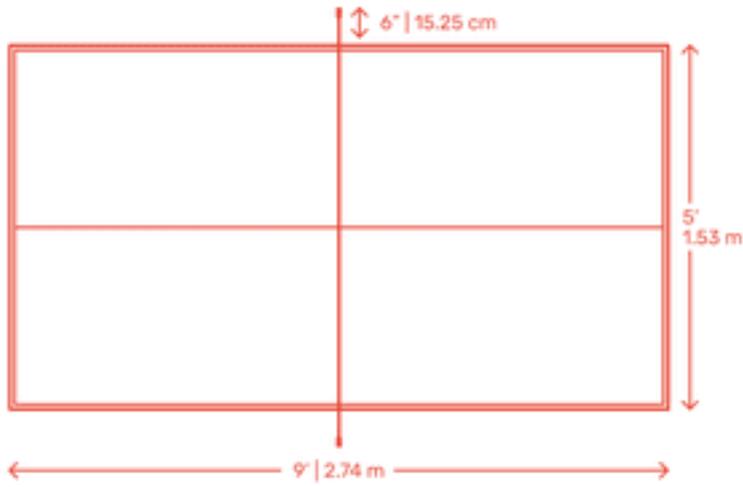
مواصفات طاولة التنس :

| مواصفات طاولة التنس                                                                                                                                                                          | أبعاد حجم طاولة التنس (بالمتر)                                                                                                                            | الرياضة     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| يمكن صنع الطاولة من مجموعة متنوعة من المواد التي تستخدم من التصميمات الشائعة من الخشب الرقائقي ولكن يجب أن يكون ارتداد الكرة على السطح منتظماً عند ارتفاع ٢٣ سم عند السقوط على ارتفاع ٣٠ سم. | ٢,٧٤ متر بطول ١,٥٢٥ م في العرض. يجب ضبط سطح طاولة بينج بونج على ارتفاع ٧٦ سم ومجهز بشبكة مركزية يبلغ ارتفاعه ١٥,٢٥ سم ويمتد ١٥,٢٥ سم أكبر من عرض الطاولة. | تنس الطاولة |



## معايير رياضة تنس الطاولة

مقاسات الطاولة :

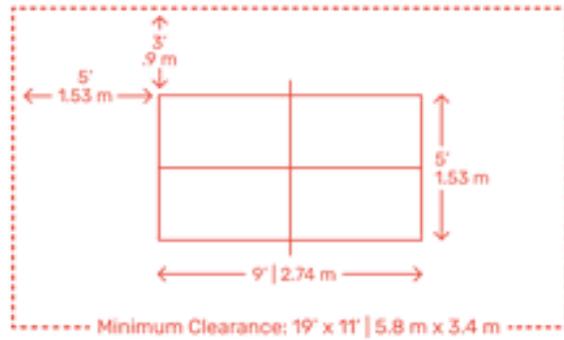


## منطقة اللعب

## معايير رياضة تنس الطاولة

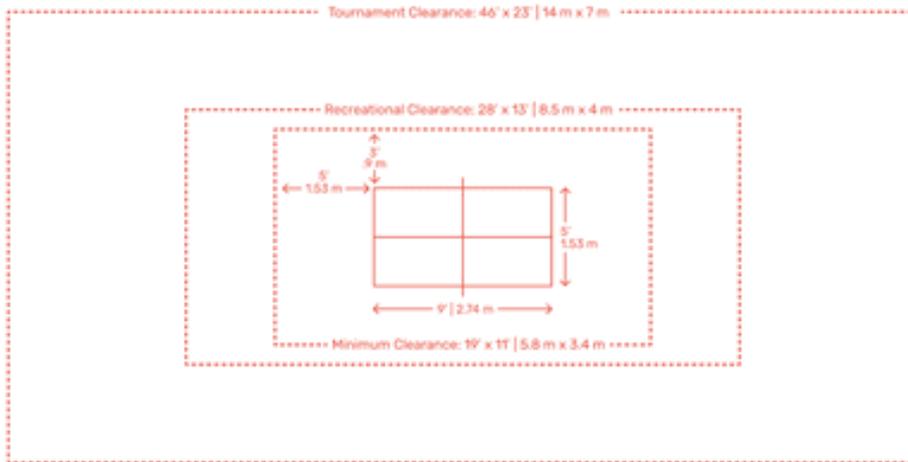
مساحة أرضية الملعب:

| أبعاد أرضية الملعب (بالمتر)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | الرياضة     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| تم عمل مقاسات ملعب تنس الطاولة لتجنب الانحرافات والعقبات واستيعاب حركة اللاعب داخل الملعب بالإضافة لطاولة اللعب ، وتم تعيين الحد الأدنى للمساحة الصافية لتنس الطاولة على إضافة ١,٥٣ م من النهاية ، ٠,٩ م من الجانبين ، وتكون بمساحة صافية تبلغ ٥,٨ م × ٣,٤ م (١٩,٤ م مربع).<br>يجب أن تحتوي الأماكن ذات الطراز الترفيهي على مساحات إجمالية تبلغ ٨,٥ م × ٤ م (٣٣,٨ م مربع). ويتم تنظيم البطولات الدولية بحد أدنى من المساحات الإجمالية ١٤ م × ٧ م (٩٨,٢ م مربع). | تنس الطاولة |



## معايير رياضة تنس الطاولة

مقاسات الملعب :



تنس البادل

رياضات المضرب – البادل

المنشأة الرياضية



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>الملاعب يجب أن يكون مستطيلاً ١٠ متر عريض (جدار خلفي) و ٢٠ متر طويل (جدار جانبي) (مع تفاوت ٠,٥٪) ، محاط بجدران. في منتصف الملعب ، ستكون هناك شبكة تقسم الملعب إلى قسمين ، ويبلغ أقصى ارتفاع للشبكة ٨٨ سم في المركز يرتفع إلى ٩٢ سنتيمتراً على الجانبين (مع ٠,٥ سنتيمتر).</li> </ul> | حجم الملعب | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون السطح مسطحاً وخالياً من العوائق، وأن يتم صيانته جيداً لتقليل مخاطر إصابة المشاركين.</li> <li>تشمل الأسطح المناسبة الأكريليك والعشب.</li> </ul>                                                                                                                         | الأرضية    | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تأمين الشباك وأعمدة الشباك بشكل صحيح.</li> <li>يجب صيانة أعمدة الشباك وفحصها بانتظام بحثاً عن المخاطر (مثل الجواف الحادة، ومخاطر التعثر بها).</li> <li>الارتفاع التنظيمي لأعمدة الشبكة هو ١,٠٧ م، بحيث يكون ٠,٩١ م خارج خطوط الملعب مع ارتفاع ٠,٩١ م في وسط الملعب.</li> </ul> | الشباك     | ٠٣ |



## رياضات المضرب – البادل

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |         |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يتكون الهيكل العلوي من توصيل ألواح بعرض 3 م × 2 م ، مع ارتفاع شبكي إضافي 1 م فوق الجدران الخلفية الزجاجية (جدران 10 م). يستمر هذا الارتفاع الإضافي البالغ 1 متر لمسافة 2 متر من كل زاوية فوق الجدران الجانبية أيضاً. وهذا يعني أن الجدران الخلفية وزوايا الخدمة يبلغ ارتفاعها 4 أمتار ، بينما يبلغ ارتفاع الجدران الجانبية المتبقية 3 أمتار.</li> <li>• تشكل الألواح الزجاجية الجدران الخلفية والجدران الجانبية للخدمة (أقرب لوحتين جانبيتين للجدران الخلفية) ، بينما تشغل الألواح الشبكية المعدنية الجوانب.</li> </ul> | المحيط  | 4 . |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يتم وضع خطوط الخدمة 3 متر قبل الجدار الخلفي وسيكون هناك أيضاً خط آخر في المنتصف يقسم المستطيل المركزي إلى نصفين. كل الأسطر لها 5 سنتيمتر العرض ويجب أن يكون مرئياً بوضوح.</li> <li>• الحد الأدنى للارتفاع بين الملعب والعائق (على سبيل المثال السقف) هو 6 متر.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                               | الخطوط  | 5 . |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب وضع الأعمدة على مسافة آمنة من منطقة اللعب، وأن تكون مصممة لتقليل مخاطر الإصابة، ويجب فحصها وصيانتها لإزالة أي مخاطر قد تسببها.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | الإضاءة | 6 . |

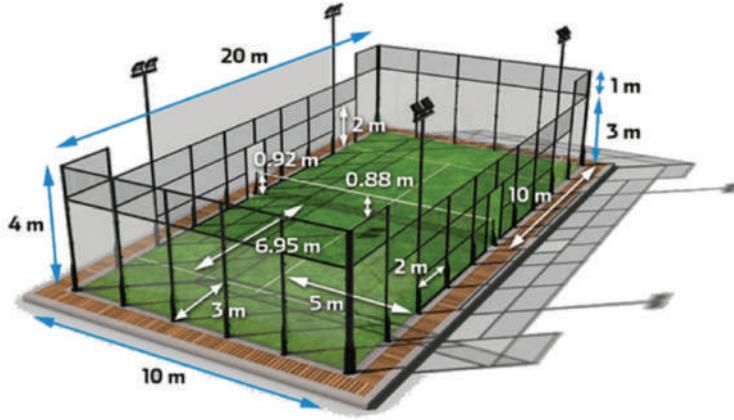


## البادل

## معايير رياضة البادل

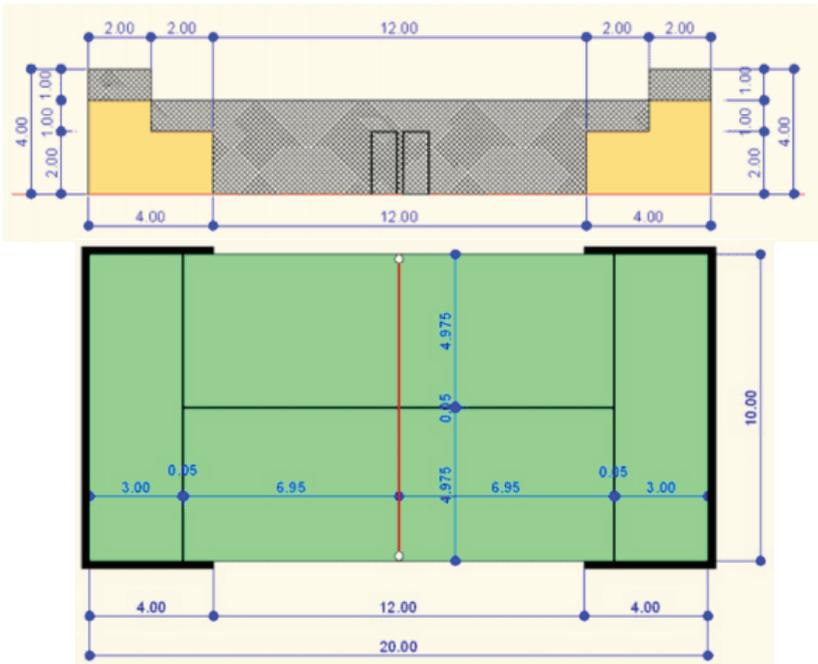
مواصفات الأرضية :

| أبعاد أرضية الملعب (بالمتر)                                                                                                                                                                                 | الرياضة |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ملاعب البادل مستطيلة الشكل ، عرضها ( ١٠ أمتار ) وطولها ( ٢٠ متراً ) ، ومحاطة بجدران صلبة (بالكامل على الأطراف ، وجزئياً على الجانبين). يتم تقسيم الملعب إلى قسمين بواسطة شبكة (٨٨ سم) وعند الجوانب (٩٢ سم). | البادل  |



## معايير رياضة البادل

مقاسات الأرضية :



## الرياضات القتالية

## المعايير الفنية للرياضات القتالية :

١. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلي المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
٢. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة .

| الألعاب                                                           | الرياضات          |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------|
| التايكوندو ، الكاراتيه ، الجيجيتسو ، الجودو ، المصارعة ، الملاكمة | الرياضات القتالية |



## الملاكمة

## الرياضات القتالية - الملاكمة

| المتشاة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>الحجم: يجب أن تكون حلبة الملاكمة مربعة. يجب ألا يقل قياس كل جانب (الحبال الداخلية) عن ١,٥ متر ولا يزيد عن ١,٨٥ متر</li> <li>يجب أن يحظى المحيط بحواف بمقدار ٢٠ سم على الأقل من أرضية الحلبة خارج الحبال من أجل السلامة.</li> <li>يجب أن يكون السطح مصنوع من قماش غير زلق وأن يكون ناعم ومسطح وغير كاشط.</li> <li>لزوايا: يجب أن يكون كل عمود زاوية مبطن من أعلى الحبل السفلي بطول كامل من الحشو لا يقل سمكه عن ٥ سم وعرضه عن ١٢ سم.</li> <li>الحبال: يجب أن تتضمن الحلبة على ٤ حبال منفصلة على كل جانب من أعمدة الركن وأن تكون مبطنة. يجب أن تكون قوة شد الحبل السفلي أقل بكثير من قوة شد العلوي.</li> </ul> | حلبة الملاكمة  | ٠١ |
| المعدات الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                |    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون أكياس الملاكمة مصنوعة من مادة آمنة وموزونة بشكل مناسب للاستخدام.</li> <li>يجب تأمين أكياس الملاكمة بشكل صحيح عند استخدامها وفقاً لإرشادات الشركات المصنعة - وهذا ينطبق على كل من الأكياس المعلقة وغير المعلقة.</li> <li>في حالة وجود أكياس متعددة، يجب وضع كل منها على بعد مترين من بعضها البعض وعلى مسافة آمنة من الحائط.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                            | أكياس الملاكمة | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب على جميع المشاركين ارتداء معدات الحماية المناسبة - على سبيل المثال يجب ارتداء قفازات الملاكمة المناسبة عند القيام بالملاكمة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | أجهزة الحماية  | ٠٢ |

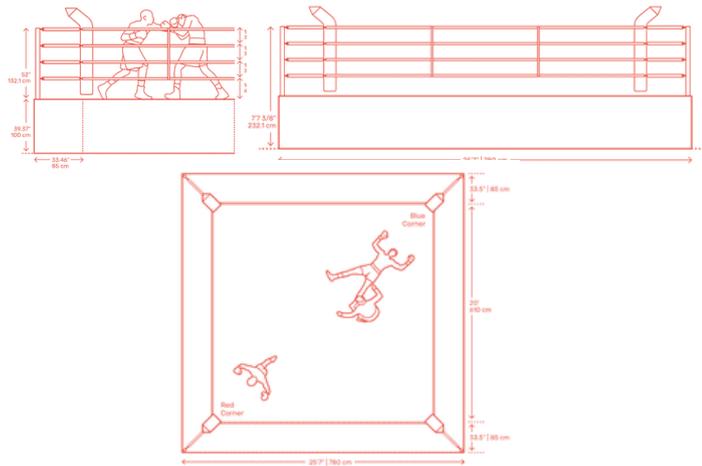


## الملاكمة

## معايير رياضة الملاكمة

مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| المواصفات                                                  | سمك الأرضية                     | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)                          | الرياضة  |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------|----------|
| تغطى طبقة الأرضية بقماش تيل لكسر حدة سقوط اللاعب حال حدوثه | طبقة من اللباد أو المطاط ٢-١ سم | حلبة مربعة الشكل. يتراوح طول ضلعها بين ٤,٣٥-٦ أمتار | الملاكمة |



## الرياضات القتالية

## التايكوندو ، الكاراتيه ، الجيجيتسو ، الجودو ، المصارعة

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |        |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون منطقة المسابقة تنظم رياضات التايكوندو، والجي-جيتسو، والجودو، والكاراتيه، والمصارعة متوافقة مع المواصفات التي وضعتها الاتحادات الدولية – للمزيد من الإرشادات التفصيلية الإضافية يرجى الاطلاع على الملحق</li> <li>يجب أن تكون منطقة السجال محاطة بمنطقة أمانة لفصل كل منطقة مباراة عن الجدران ومناطق المباريات والجواجز الأخرى – يوصى بوجود مساحة كحد أدنى ١ متر لتطويق مناطق السجال الفردي، وكذلك بين مناطق المباريات المتعددة، وزيادتها إلى ٢ متر في حال زيادة مناطق المباريات.</li> </ul> | المجال | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون السجادة مصنوعة من الاسفنج، وأن تكون غير زلقة، وأن تكون ذات كثافة عالية، وألا يقل سمكها عن ٢,٥ سم للتايكوندو/ الجيجوجيتسو / الكاراتيه، وألا يقل سمكها عن ٤ سم للجودو، وألا يقل سمكها عن ٧ سم للمصارعة.</li> <li>يجب دائماً تعقيم السجادة وإبقاؤها نظيفة.</li> <li>يجب ألا تحظى سجادة ومنطقة السجال من أي بروز أو نتوءات.</li> <li>يجب تأمين الحلبة بشكل صحيح لضمان عدم تحركها أثناء الاستخدام.</li> </ul>                                                                                   | السجاد | ٠٢ |

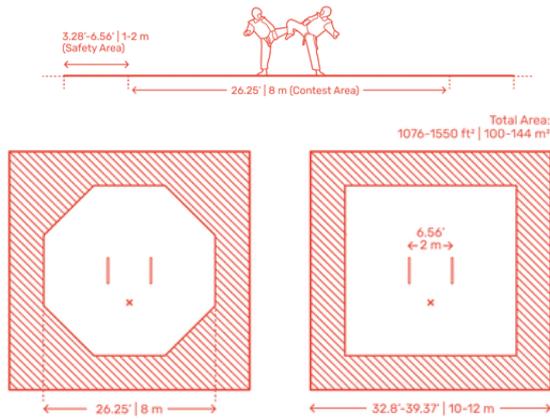


## التايكوندو

## معايير رياضة التايكوندو

مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| إجمالي المساحة المطلوبة (بالمتر) | منطقة الأمان        | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر) | الرياضة    |
|----------------------------------|---------------------|----------------------------|------------|
| ارتفاع 1.0-1.5 × 3.5             | 2 أمتار على كل جانب | 8 × 8                      | التايكوندو |

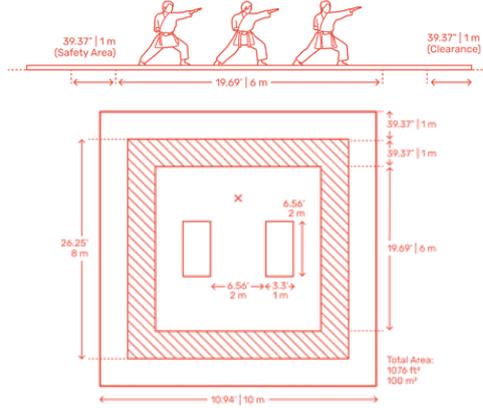


## الكاراتيه

## معايير رياضة الكاراتيه

مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| إجمالي المساحة المطلوبة<br>(بالمتر) | منطقة الأمان                            | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر) | الرياضة   |
|-------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------|-----------|
| ارتفاع ١٢-١٣×٣,٥                    | هامش بطول ١ متر، مع متزين على جانب واحد | ١٠×١٠                      | الكاراتيه |

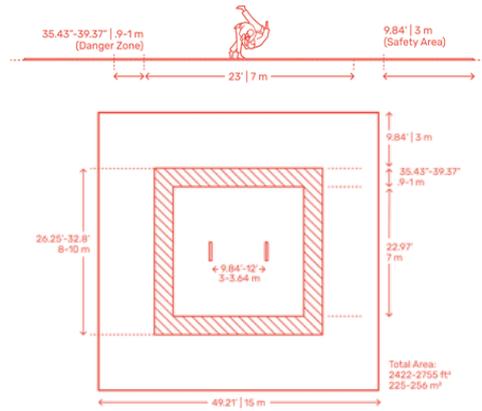


## الجودو

## معايير رياضة الجودو

مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| إجمالي المساحة المطلوبة (بالمتر) | منطقة الأمان        | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر) | الرياضة |
|----------------------------------|---------------------|----------------------------|---------|
| ارتفاع ٤×١٢-١٠×١٢-١٠             | ٣ أمتار على كل جانب | ٦×٦ (براعم)                | الجودو  |
| ارتفاع ٤×١٤-١٢×١٤-١٢             |                     | ٨×٨ (كبار)                 |         |

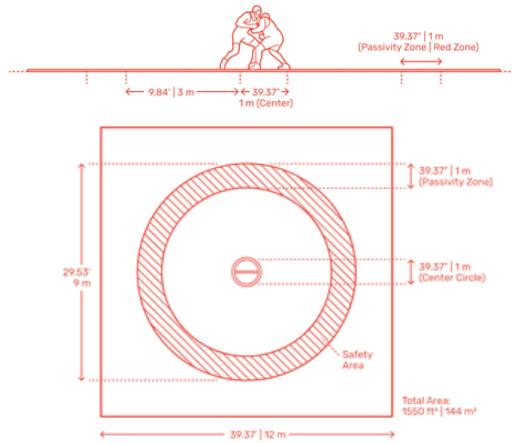


## المصارعة

## معايير رياضة المصارعة

مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| الرياضة  | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر) | منطقة الأمان          | إجمالي المساحة المطلوبة (بالمتر) |
|----------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| المصارعة | قطر ٨ أمتار                | ١,٥ أمتار على كل جانب | ارتفاع ١٢-١٢×٣,٥                 |



جوجيتسو

معايير رياضة جوجيتسو

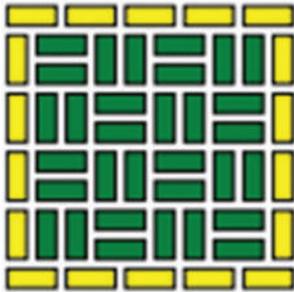
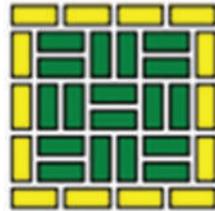
مواصفات الأرضية لكل رياضة :

| الرياضة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | أبعاد حجم الأرضية (بالمتر)                       | منطقة الأمان            | إجمالي المساحة المطلوبة (بالمتر) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| جوجيتسو                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | منطقة القتال ١٠×١٠<br>إجمالي مساحة السجادة ١٦×١٦ | ٢-١,٢ أمتار على كل جانب | ارتفاع ١٨,٤×٢٠-١٨,٤×٢٠           |
| <p>تتكون مناطق المباراة من منطقة قتال ومنطقة أمان ثانية مميزة عن بعضها البعض بألوان مختلفة.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الحد الأدنى لحجم منطقة المباراة هو ٦٤ م مربع بمساحة ٣٦ م مربع تضم منطقة القتال و ٢٨ م مربع تتألف من منطقة الأمان المحيطة بمنطقة القتال.</li> <li>• الحد الأقصى لحجم منطقة المباراة هو ١٠٠ م مربع بمساحة ٦٤ م مربع تتألف من منطقة القتال و ٣٦ م مربع تضم منطقة الأمان المحيطة بمنطقة القتال.</li> <li>• ٦٤ م مربع منطقة المباراة مجمعة باستخدام شرائح ١ × ٢ متر يتم تكوينه بالطريقة التالية: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ١٨ شريحة في منطقة القتال.</li> <li>➤ ١٤ قطعة في منطقة الأمان.</li> </ul> </li> <li>• ١٠٠ م مربع منطقة المباراة مجمعة باستخدام شرائح ١ × ٢ متر يتم تكوينه بالطريقة التالية: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ٣٢ شريحة في منطقة القتال.</li> <li>➤ ١٨ قطعة في منطقة الأمان.</li> </ul> </li> </ul> |                                                  |                         |                                  |



## معايير رياضة جوجيتسو

مقاسات الأرضية :

100 m<sup>2</sup> AREA64 m<sup>2</sup> AREA

## الرياضات الفردية

## المعايير الفنية للرياضات الفردية :

١. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
٢. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة .

| الألعاب                                                                                       | الرياضات         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| رفع الأثقال، الدراجة الهوائية ، العاب القوى ، التسلق ، الجمباز ، المبارزة ، الفروسية ، الجولف | الرياضات الفردية |



## رفع الأثقال

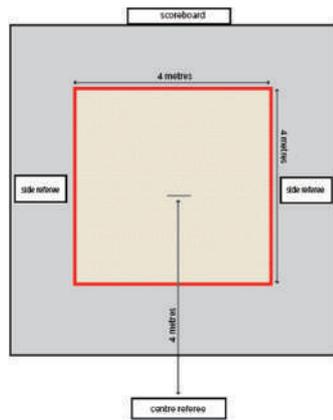
## الرياضات الفردية - رفع الأثقال

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                      |               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----|
| • يجب أن تكون منطقة رفع الأثقال محددة بوضوح وأن يكون لها حجم مناسب (حجم المنصات عادة 4 × 4 م).<br>• يجب أن تكون هناك منطقة آمنة كافية حول منطقة رفع الأثقال، خاصة إذا كانت المنصة مرفوعة عن سطح الأرض - يجب في هذه الحالة أن يكون عرض المنصة مناسباً. | الحجم         | ٠١ |
| • يجب أن تكون المنصة مصنوعة من الخشب أو البلاستيك أو أي مادة صلبة ومغطاة بمادة غير قابلة للانزلاق.                                                                                                                                                    | السطح         | ٠٢ |
| المعدات الرياضية                                                                                                                                                                                                                                      |               |    |
| • يجب أن يزن حديد رفع الأثقال ٢٠ كجم للرجال و ١٥ كجم للسيدات.<br>• يجب أن تصنع القضبان من الحديد المطلي بالكروم.<br>• يجب أن تكون كل أداة من أدوات رفع الأثقال مزودة بحلقات تثبيت الأقراص الموجودة على جانبي أداة رفع الأثقال.                        | الأثقال       | ٠٣ |
| • يجب أن يتم تحديد الوزن بالكيلوجرام بوضوح في جميع أقراص حمل الأثقال.<br>• يجب تغطية جميع الأقراص التي يزيد وزنها عن ١٠ كجم بالمطاط أو البلاستيك وأن تكون مطلية من الجانبين.                                                                          | الأقراص       | ٠٤ |
| • يجب أن تزن كل حلقة تثبيت ٢,٥ كجم<br>• يجب أن تُصنع حلقات التثبيت من السيتل المطلي بالكروم.                                                                                                                                                          | حلقات التثبيت | ٠٥ |



## رفع الأثقال

## الرياضات الفردية - رفع الأثقال



حجم المنصة :

### المنصة

- المنصة عبارة عن مساحة مربعة الشكل تبلغ أبعادها 4 أمتار في 4 أمتار والتي يجب أن يتم تنفيذ جميع المصاعد عليها. قد تكون المنصة مصنوعة من البلاستيك أو الخشب أو أي مادة صلبة، ولكن يجب أن يكون فوقها غطاء غير زلق.
- في حالة تطابق لون المنصة مع لون الأرضية من حولها، يجب أن يكون للمنصة حد ملون مختلف يبلغ 100 مم على طول الحافة العلوية.
- يجب ألا يزيد ارتفاع المنصة عن 100 مم من الأرضية.

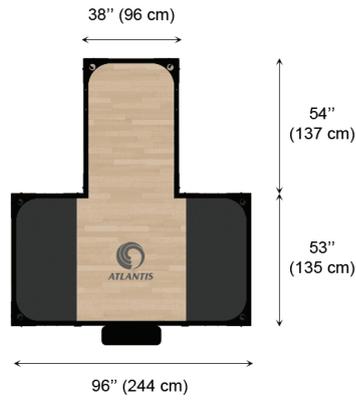
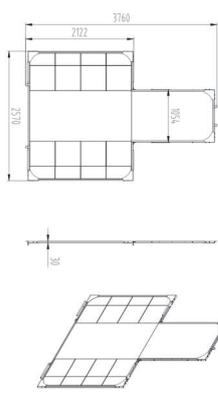
حجم المنصة

٠١



## رفع الأثقال

## الرياضات الفردية - رفع الأثقال



مجال اللعب :



## المنصة

- يتكون ميدان اللعب من المنصة وكذلك الأرضية المحيطة. مثل المنصة ، فهي أيضاً مربعة الشكل بأبعاد ١٠ × ١٠ أمتار.
- يُسمح بحد أقصى للإرتفاع يبلغ ١٠ أمتار ، عند القياس من المستوى الذي تتواجد فيه لجنة التحكيم والحكام. أثناء وقت وضع المنصة على المنصة ، يجب تثبيت كل منها على المنصة على مسافة ٢,٥ متر على الأقل من الحافة الأمامية ومترين من الحافة الخلفية للمنصة.
- يجب أن يكون أقصى ارتفاع وعرض ٢٠٠ مم لقضبان التقييد .

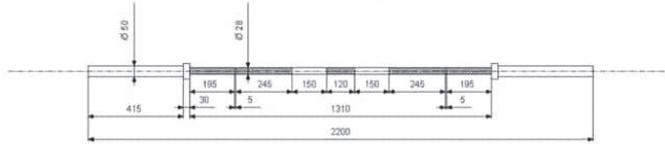
مجال اللعب

٠١

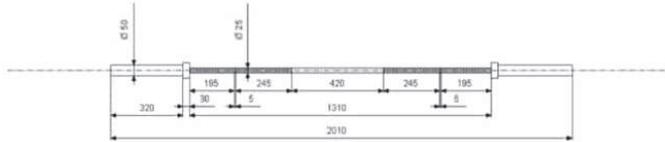
## رفع الأثقال

## الرياضات الفردية - رفع الأثقال

### IWF Men's Bar



### IWF Women's Bar



قضيب الحديد للعب :

### قضيب الحديد



- يتكون قضيب الحديد من الفولاذ باكمام دوارة بقطر أكبر في كلا الطرفين.
- يقلل دوران الكم من القصور الذاتي الدوراني للألواح إلى مستوى كبير ، وبالتالي يقلل من أي فرص للإصابة.
- وفقًا للمعايير التي وضعها IFW ، يزن شريط الرجال ٢٠ كجم. يبلغ طولها ٢,٢ متر وقطرها ٢٨ ملم. يزن شريط المرأة ١٥ كجم. يبلغ طولها ٢,٠١ متر وقطر عمود الدوران ٢٥ ملم.
- يتم تزويد الشريط أيضًا بملمس قبضة بسعى التخريش ، والذي يجد موضعًا مركزيًا في شريط الرجال ولا يوجد في شريط النساء.

مجال اللعب

٠١



## الدراجة الهوائية

## الرياضات الفردية - الدراجة الهوائية

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |          |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب الحفاظ على جميع المسارات محافظة جيدة، كما يجب أن تكون خالية من العوائق، أو الحطام، أو المخاطر الأخرى، بقدر الإمكان.</li> <li>• بالنسبة إلى منافسات ركوب الدراجات الهوائية، يجب أن تتوافق المسارات مع مواصفات المنافسة لكل مجال كما هو موضح في الاتحاد الدولي للدراجات.</li> <li>• يجب توضيح الحد الأقصى من سعة المسارات (لعدد المستخدمين المتزامنين للمسار الواحد) والالتزام بها في كل الأوقات.</li> <li>• يجب الأخذ في الاعتبار عملية إجلاء الدراجين المصابين في مسار السباق عند تصميمه وبنائه، بحيث يمكن إخلاء المصابين من أي نقطة على طول المسار مع النظر في تقليل الحاجة للعبور في مسار السباق.</li> </ul>                                                           | المسارات | ٠١                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب إزالة أي معوقات تعيق السباق في المسارات والتي قد تتسبب في وقوع إصابات نتيجة للتصادم أو وضع أنظمة وقاية إسفنجية على الزوايا (على سبيل المثال، أعمدة الإضاءة).</li> <li>• يجب تجنب مخاطر السقوط أو توفير ما يحمي الجسم من السقوط إذا اقتضت الحاجة (على سبيل المثال، تجنب المرور من جانب أرضية الأنهار شديدة الانحدار أو الأطراف والحواف، أو أطراف الطرق بالنسبة لمسارات التلال، أو على الأقل وضع أنظمة حماية من السقوط).</li> <li>• يجب على الجهة المشغلة التأكد من أن المسارات لا يتم تشغيلها خارج أوقات العمل قدر الإمكان (أي خارج ساعات التشغيل) (على سبيل المثال أن تستخدم الشركة علامات تدل على أوقات التشغيل أو تركيب سياج يدل على أن هذه أوقات التشغيل).</li> </ul> | المحيط   | ٠٢                                                                                   |



## الدراجة الهوائية

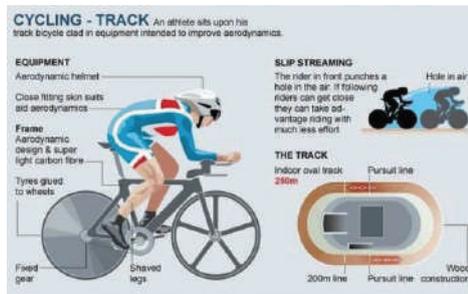
## الرياضات الفردية - الدراجة الهوائية

| المنشأة الرياضية |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| معدات المسارات   | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب صيانة أي بنية تحتية للمسارات بشكل جيد (مثل بوابة نقطة البداية)، ويجب أن تلائم الغرض، ويجب فحصها بانتظام بحثاً عن المخاطر.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ٠٣                                                                                    |
| العميل           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |
| المعدات          | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون أي أداة أو معدة تم توزيعها / تأجيرها من قبل المنشأة المشغلة ملائمة للغرض، وأمنة للاستخدام، وتمت صيانتها بشكل جيد لضمان سلامة المشاركين قدر الإمكان، وهذا يشمل على سبيل المثال لا الحصر: الدراجات الهوائية، والخوذات، والمعدات الواقية الأخرى.</li> <li>يجب على المشغلين أن يشجعوا العملاء، على المشاركة في الأنشطة المناسبة لمعاييرهم.</li> <li>يجب على المشغلين أن يشجعوا العملاء على ارتداء المعدات الوقائية المناسبة عند استخدام المرافق.</li> </ul> | ٠٤                                                                                    |
| السلامة          | <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب وضع أنظمة الإنذار وخطط العمل المناسبة لاستخدامها في حالة وقوع حادث على المسار معين ويجب على المستخدمين الآخرين اتخاذ الإجراءات اللازمة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ٠٥                                                                                    |



## الدراجة الهوائية

## الرياضات الفردية - الدراجة الهوائية

مضمار سباق الدراجات  
الهوائية الفيلودروم :

## قضيب الحديد



- تسمى المسارات البيضاوية المستخدمة لسباق الدراجات الهوائية الفيلودرومات.
- يمكن العثور عليها في الداخل أو الخارج ، ويمكن أن تكون مصنوعة من الخشب أو الخرسانة أو الأسفلت أو الإسمنت ، وفي بعض الأحيان من العشب أو الأوساخ.
- عادةً ما يبلغ طول الفيلودروم ٣٣٣,٣ مترًا ، على الرغم من أنه يمكن أن يصل طوله إلى ٥٠٠ متر أو أكثر ، أو قصير يصل إلى ٢٠٠ متر ، أو في حالة بعض المسارات "المحمولة" ، قد يكون أقل من ذلك. تحتوي جميع الفيلودرومات على قسمين طويلين يُطلق عليهما "المستقيمتان" ، ويرتبطان بقسمين طرفين منحنين ، مما يمنح المسار إجمالي أربع دورات.
- يتم دائمًا تشغيل سباقات مسار الدراجات في عكس اتجاه عقارب الساعة ، لذلك تكون جميع المنعطفات الأربعة إلى اليسار.

مجال اللعب

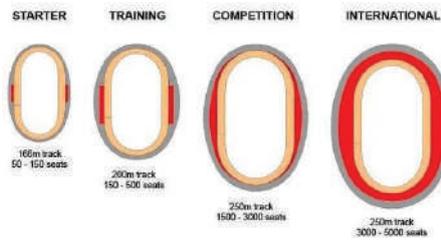
٠١



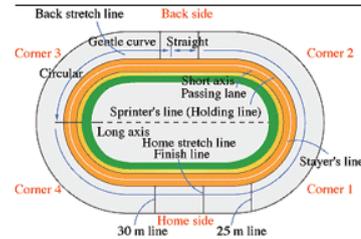
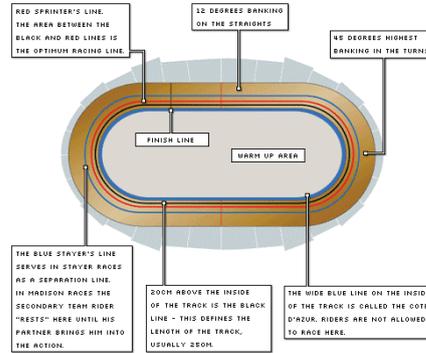
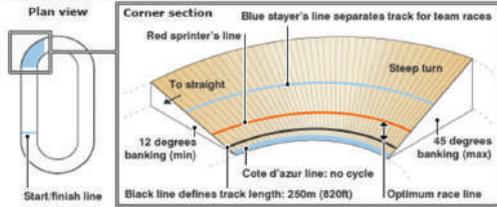
## الدراجة الهوائية

## الرياضات الفردية - الدراجة الهوائية

### مضمار سباق الدراجات الهوائية الفيلودروم :



#### THE VELODROME



## ألعاب القوى

## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون جميع أسطح المسارات ، ودائرة رمي الجلة ، وجميع مدارج المضامير مسطحة، ومتناسقة، وخالية من المعوقات والحفر والخراجات، والحطام وأي مخاطر أخرى وفي حين يوصى باستخدام الأسطح الاصطناعية (مثل المطاط الصناعي، والمسارات ذات الحشوة، والمضامير المطاطية، والمضامير المطاطية المصنوعة من البوريثان) ، إلا أنه يُسمح في استخدام الأسطح الطبيعية مثل الرماد، والوحل، والعشب في ألعاب القوى الترفيهية.</li> <li>يجب فحص جميع أسطح المسارات، ودائرة رمي الجلة، وكل المضامير بانتظام وصيانتها لضمان بقاءها آمنة للاستخدام وذلك يشمل: ألا تكون زلقة وأن تكون خالية من أي مخاطر واضحة.</li> </ul>                                                                                                                                                                     | أسطح المسارات                    | ٠١                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يكون شبك قفص الأمان الخاص بألعاب القوى غير تالف، ويجب التأكد من أن الأقراص، والمطارق، والجلل لا تكسر القفص، ويجب ربط شبك القفص بطريقة مناسبة لتقليل الارتداد إلى أدنى حد.</li> <li>يجب أن يكون الحد الأدنى من ارتفاع شبك قفص الأمان عند: ٤ م بالنسبة لمجال رمي القرص و ٧ م بالنسبة لمجال رمي المطرقة.</li> <li>يجب أن يكون مستطيل القفز الطولي خالي من أي أجسام غريبة.</li> <li>يجب تركيب كل الحواجز (لمسابقات القفز) وتأمينها بشكل صحيح بما يتماشى مع إرشادات الجهات المصنعة وأن تكون ثابتة ومبطننة بشكل مناسب.</li> <li>يجب أن تكون جميع الحواجز وعروضات قفز اليزاة ناعمة وخالية من الحواف الحادة، وأن يتم فحصها بانتظام بحثاً عن مخاطر محتملة أخرى.</li> <li>يجب فحص جميع الحواجز بشكل منتظم لضمان خلوها من الحواف الحادة وغيرها من المخاطر.</li> </ul> | البنية التحتية للمضامير والصالات | ٠٢                                                                                   |



## ألعاب القوى

## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

| المتشاة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                       |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| • يجب أن يكون هناك نظام فعال لضمان أن جميع المشاركين على دراية بالأنشطة الأخرى التي تُقام في المتشاة والتي قد تشكل خطرًا عليهم (مثل أنشطة الرمي في الميدان) - وقد يشمل ذلك على سبيل المثال لا الحصر لافتات واضحة ومعلومات عند تسجيل الدخول في المتشاة. | العمليات<br>٠٣ |



| المعدات                                                                                                                                                                                                                 |                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| • يجب تخزين جميع المعدات، بما في ذلك عتاد الرماح وأدوات الرمي الأخرى، بشكل آمن في حال عدم استخدامها.<br>• يجب تخزين المعدات قدر الإمكان بشكل آمن لضمان عدم إمكانية الوصول إليها من قبل الأشخاص غير المرخصين لاستخدامها. | عملية التخزين والحفظ<br>٠٤ |



## العباب القوى

## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

## مضمار ألعاب القوى:

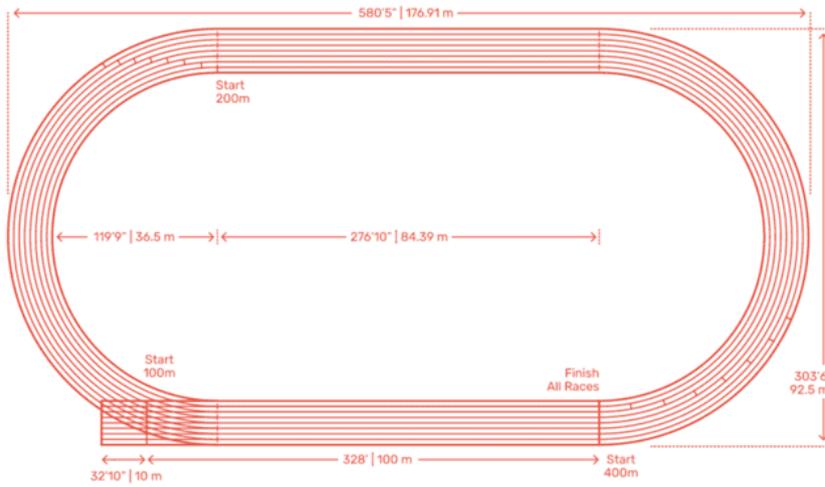
| مضمار ألعاب القوى ٤٠٠ متر                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>تعد مسارات الجري ٤٠٠ متر عبارة عن أسطح ركض مطاطية مخصصة في جميع الأحوال الجوية تستخدم لمجموعة متنوعة من مسابقات المضمار والميدان.</li> <li>الممرات المصممة ليكون طولها ٤٠٠ متر من البداية إلى النهاية ، فإن مسارات الجري ٤٠٠ متر هي أكثر أحجام الجازير شيوعاً والتي يمكن أن تستوعب بسهولة أطوال العدو التنافسية التي تبلغ ١٠٠ متر و ٢٠٠ متر و ٤٠٠ متر.</li> <li>مسارات الجري ٤٠٠ متر نصف قطرها الداخلي ٣٦,٥ م بطول إجمالي ١٧٦,٩١ م ، عرض ٩٢,٥ م ، ومساحتها ١٤,٥٩٤ متراً مربعاً .</li> <li>جميع مسارات الجري لها عرض حارة ١,٢٢ م .</li> </ul>                                                                                        | مضمار ألعاب القوى | ٠١                                                                                   |
| مضمار ألعاب القوى ٣٠٠ متر                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |                                                                                      |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>مسارات الجري ٣٠٠ متر عبارة عن أسطح مطاطية مخصصة للجري تُستخدم لمسابقات المضمار والميدان مع ممرات مصممة بطول ٣٠٠ متر من البداية إلى النهاية.</li> <li>حجم مسار غير مألوف بسبب أحداث الجري التي يتم إجراؤها عادةً بأطوال ١٠٠ متر و ٢٠٠ متر و ٤٠٠ متر ، توجد مسارات الجري ٣٠٠ متر عادةً في الظروف التي لا يمكن فيها إنشاء مسار كامل بطول ٤٠٠ متر داخل مساحة. لتعويض الطول الفردي ، تحتوي مسارات الجري ٣٠٠ متر على مواقع بدء متعددة لإكمال أطوال العدو المختلفة. ٣٠٠ م حلبات جري نصف قطرها الداخلي ٣٤,٨ م بطول إجمالي ١٢٩,١٦ م ، عرض ٨٩,١٢ م ، ومساحتها ١٠,٣٠٥ م<sup>٢</sup>.</li> <li>جميع مسارات الجري لها عرض حارة ١,٢٢ م</li> </ul> | مضمار ألعاب القوى | ٠١                                                                                   |



## ألعاب القوى

## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

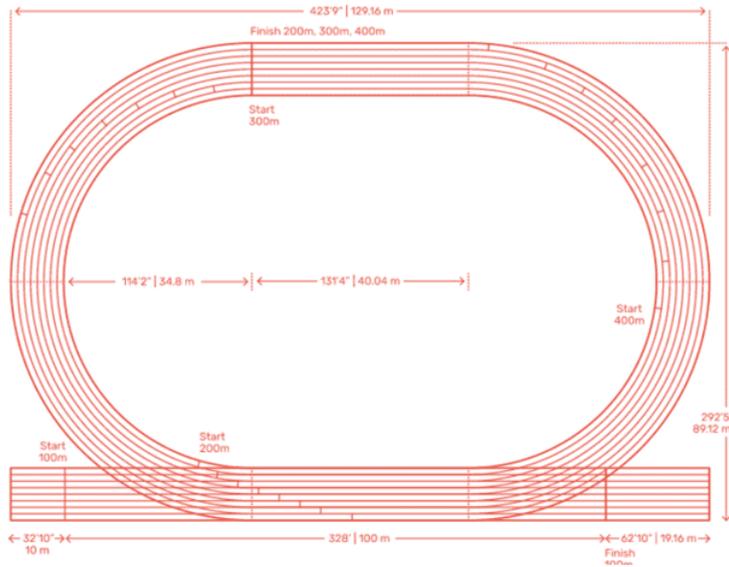
مضمار ألعاب القوى 400 متر:



## ألعاب القوى

## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

مضمار ألعاب القوى ٣٠٠ متر:

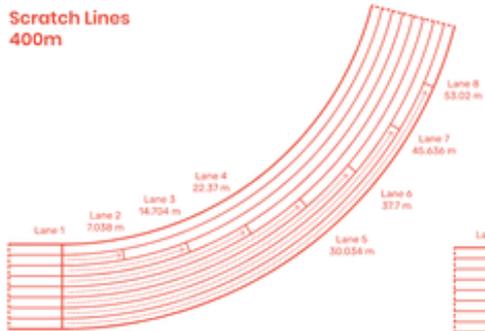


## ألعاب القوى

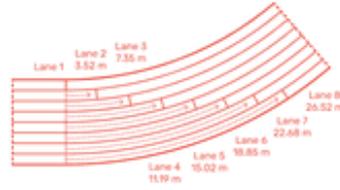
## الرياضات الفردية - ألعاب القوى

مضمار ألعاب القوى 400 متر:

Scratch Lines  
400m



Scratch Lines  
200m



## التسلق

## الرياضات الفردية - التسلق

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• عند الانتهاء من عملية فحص جدران التسلق، يجب أن تُفحص الجدران فحوصاً نهائياً كاملاً من قبل مشرف خبير يمثل الجهة المصنعة ويجب أن يكون مصدقاً من قبل الشركة المصنعة بأن المنتج النهائي قد تم بناؤه وفقاً لرسومات التركيب المعتمد.</li> <li>• يجب الاحتفاظ بشهادة الفحص.</li> <li>• يجب أن تخضع كل جدران التسلق إلى صيانة شهرية من قبل فريق صيانة متمرس، إلا أن الفحوصات السنوية يجب إجراؤها مبكراً من قبل شخص متخصص.</li> <li>• يجب تسجيل كل الرؤى والاحتفاظ بها في السجلات.</li> <li>• يجب أن يكون ارتفاع الجدار ٢,٥ م كحد أدنى بالنسبة لجدران الصخور و ٦ م بالنسبة لجدران تسلق الحبال.</li> </ul> | الجدران | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يكون السقف فوق جدران التسلق ومناطق ربط الحبال خالية من أي أسلاك كهربائية أو إضاءة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | المحيط  | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن تكون السجادات المحيطة بجدران التسلق مصنوعة من إسفنج ممتص للطاقة: سجادة التسلق بالحبال أن تكون بسمك ١٤ سم ومبطنة بإسفنج (سواءً توفر غطاء على السجاد أو لم يتوفر):</li> <li>• كما يجب على سجاد البولدينج أن يكون بسمك ٣٠ - ٤٠ سم ومبطن بإسفنج (سواءً توفر غطاء على السجاد أو لم يتوفر).</li> <li>• يجب فحص السجادات بانتظام للتأكد من عدم وجود أي ثقب، أو تآكل، أو تلف.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                          | الأرضية | ٠٣ |



التسلق

الرياضات الفردية - التسلق

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |          |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون جميع الحبال، ومرابط الحبال، والمثبتات، وأجهزة المرابط، وحزام ربط الخصر، والمسامير، والمشاجب معتمدة من قبل الاتحاد الدولي للتسلق الداخلي والجبلي.</li> <li>يجب فحص جميع المعدات وصيانتها بشكل منتظم والتأكد من أن حالة جميع المعدات آمنة وتعمل بكامل قوتها.</li> <li>يجب أن تخضع جميع أجهزة مرابط الحبال التلقائية بالفحص وأن يُصادق عليها مرة واحدة في السنة كحدٍ أدنى.</li> </ul> | المعدات  | ٤ . |
| القوى العاملة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |          |     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>فقط المدربون الذين يحملون ترخيص مدرب للتسلق الداخلي من قبل الاتحاد المعني للتسلق والهايكنج هم القادرون على تنظيم دورات تسلق على جدار التسلق والحبال.</li> <li>يجب أن يكون هناك دائماً إشراف كافٍ من قبل مدربين مؤهلين كما هو منصوص عليه من قبل الاتحاد المعني للتسلق والهايكنج.</li> </ul>                                                                                                     | المدربون | ٥ . |



## الجمباز

## الرياضات الفردية - الجمباز

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |          | ١  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب تركيب كل الأجهزة وتثبيتها في مكانها بما يتماشى مع إرشادات الجهة المصنعة.</li> <li>• يجب فحص الأجهزة بشكل منتظم بحثاً عن المخاطر وللتأكد من إبقائها بشكل آمن، وإبقاء كافة المسامير في مكانها.</li> <li>• يجب صيانة الأجهزة وفقاً لتعليمات الجهة المصنعة.</li> <li>• يجب الإشراف على صيانة الأجهزة في جميع الأوقات من قبل مدرب مؤهل.</li> <li>• يجب وضع شريط تحذيري أو علامة على أي مجسم أو جزء في صالة اللعب يحتوي على حواف حادة.</li> <li>• يجب تأمين معدات الارتداد المطاطية كمعدة القفز المطاطية والترامبولين عند عدم استخدامها، وذلك لمنع وصول الأشخاص غير المؤهلين أو غير المصرح لهم بذلك.</li> </ul> | الأجهزة  | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب توفير أرضيات مطاطية تتمتع بالمساحة، والسمك، والمرونة، والقدرة على امتصاص الصدمات، كما يجب أن تكون جميع الأرضيات المحيطة بمبنة بشكل كافٍ أو أن تكون سجادات مبنة ومثبتة بإحكام حول كل الأجهزة.</li> <li>• يجب أن تكون الأرضيات المطاطية غير زلقة أي أن تكون في حالة جيدة وخالية من التلف. ويجب ألا يكون هناك فجوات بين الأرضيات بسبب انفصالها أو انزلاقها.</li> <li>• يجب أن تتوافق صالة الكتل المطاطية مع اللوائح والأنظمة التي تنص على استخدام أجهزة تؤخر الحريق، ويجب تنظيفها بانتظام وفك ضغطها بشكل متكرر.</li> </ul>                                                                                   | المبادين | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب أن يقوم الموظفون المؤهلون تأهيلاً مناسباً بإجراء خدمة الفحص/الإصلاح للمنشأة بشكل سنوي كحد أدنى. ويجب توقيع ورقة فحص مؤرخة ووضعها في السجل كدليل على إجراء فحص المعدات. بالإضافة إلى ذلك، يجب إجراء فحوصات السلامة المؤقتة على فترات زمنية تصل لشهر واحد من قبل مدرب مؤهل أو مشغل المنشأة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | الفحص    | ٠٣ |



## المبارزة

## الرياضات الفردية - المبارزة

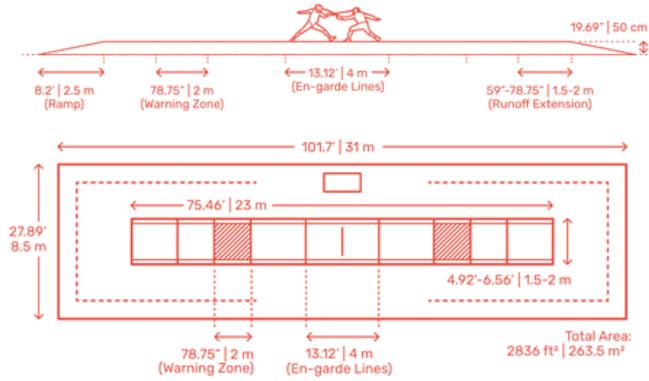
| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• الحد الأدنى من مساحة الصالة المسموح به ٤٠٠ م بمربع.</li> <li>• توفير غرفة مخصصة للمدربين والإداريين.</li> <li>• توفير صالة تدريب مجهزة بما لا يقل عن أربعة ملاعب خاصة بالمبارزة وجهاز التسجيل لكل ملعب.</li> <li>• توفير غرفة لتمارين الإحماء واللياقة مجهزة بالمعدات والأدوات الرياضية الكاملة.</li> <li>• توفير مكاتب بمساحة مناسبة للأجهزة الإدارية .</li> <li>• توفير مستودع وورشة تصليح للأسلحة .</li> <li>• توفير غرفة تبديل ملابس ودورات مياه للجنسين.</li> <li>• وجود عيادة طبية ومستلزمات الإسعافات الأولية.</li> </ul> | <p>٠١ مواصفات المرافق الواجب توفرها في المنشأة</p> |
| الأدوات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• توفير الأدوات والملابس الخاصة بالمبارزة لكل متدرب من الشركات المعتمدة من الاتحاد الدولي للمبارزة متضمنة الآتي:</li> <li>١. ( بدلة مبارزة كاملة ) جاكيت - بنطلون - قفاز - سديري كهريائي "حسب النوع" - قفاز عادي / كهريائي- سلك توصيل - قناع مبارزة - واقي صدري.</li> <li>٢. حسب المقاسات المطلوبة.</li> <li>٣. سيوف (شيش - مبارزة - سيف) حسب المقاسات المطلوبة.</li> </ul>                                                                                                                                                        | <p>٠٢ الأدوات</p>                                  |



## المبارزة

## الرياضات الفردية - المبارزة

## مساحة الملعب:



## ملعب المبارزة



- تحافظ ممرات المبارزة المرتفعة على طول المنافسة المنظم البالغ (١٤ متراً) والعرض بين (١,٥-٢ متر) ، ولكنها تضيف طولاً إضافياً لاستيعاب المنحدرات على جانبي الزحلقه.
- يبلغ ارتفاع زحلقه السياج المرتفعة بشكل نمودي (٥٠ سم).
- وتبعد خطوط السياج عن المركز (٢ متر) ومناطق التحذير (٢ متر) من نهاية الزحلقه.
- المجموع الكلي مساحة المسابقة في مبارزة الزحلقه هي (٢,٦-٢ متر مربع) .

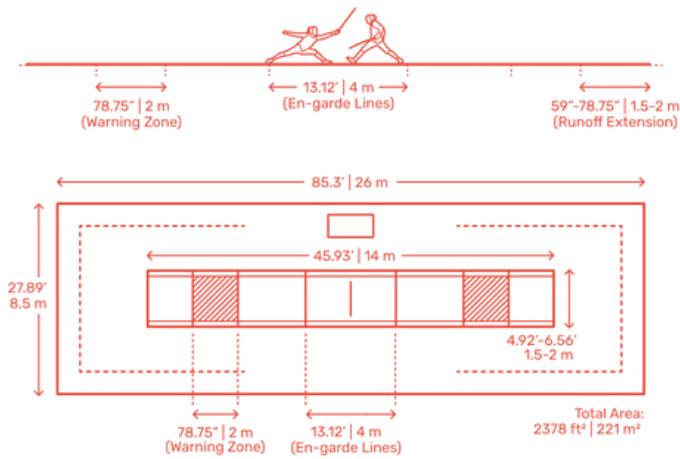
مجال اللعب

٠١

## المبارزة

## الرياضات الفردية - المبارزة

مساحة الملعب:



### ملعب المبارزة

- يبلغ طول ممرات المبارزة (١٤ م) وعرضها بين (١,٥-٢ م).
- تقع خطوط السياج على بعد (٢ م) من المركز ومناطق التحذير (٢ م) من نهاية الزحليقة.
- تبلغ مساحة المسابقة الإجمالية لمزلقة المبارزة (٢-٢,٦ مترًا مربعًا).

مجال اللعب

٠١

## الرياضات الفردية - الفروسية

## الفروسية

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                         | المنشأة الرياضية  |                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب توفير عدد كافٍ لغرف الخيل على حسب مساحة الإسطبل وبحسب المواصفات القياسية ومنفذة بشكل جيد لتوفير بيئة صحية ملائمة للحياد المشاركة بالمنافسة.</li> <li>• يجب أن يتوفر ميدان تدريب بمساحة ( ٢٠ × ٤٠ متر) كحد أدنى حسب المواصفات المتبعة من قبل الاتحاد.</li> <li>• يجب أن يتوفر ميدان تدريب براعي المبادئ الأساسية للملاكمة من حيث نوعية التربة والإضاءة.</li> <li>• تجهيز عيادة مصغرة مزودة بكل الادوية اللازمة لعلاج الخيل (مضادات التهابات، مدر للبول، خافض للحرارة، مضاد للحساسية، مضادات حيوية، مضاد للتقلصات، مهدئ للخيل، محاليل مع الأجهزة، مطهرات للجروح، عدة أدوات جراحية (قطن، شاش، باندج، إبر وخيوط جراحية).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• مواصفات المرافق الواجب توفرها</li> <li>• في المنشأة</li> </ul> | ٠١                                                                                                    |  |
| الأدوات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                         | الأدوات                                                                                               |                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• الجواجز: يجب تأمين طقم حواجز خاص بالتدريب حسب المواصفات المعتمدة لهذا الغرض. (خفيفة وغير حادة).</li> <li>• السروج والأعنة: يجب توفير غرفة خاصة لحفظ السروج والألجمة ومعدات الركوب.</li> <li>• بالإضافة لمواد العناية والتنظيف للسروج والألجمة بشكل آمن ومرتب تكون ذات مساحة مناسبة وتحتوي على رفوف خاصة بتخزين السروج وتواجبها.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• الأدوات</li> </ul>                                             | ٠٢                                                                                                    |  |

الفروسية

الرياضات الفردية - الفروسية

الأدوات:



## الجولف

## الرياضات الفردية - الجولف

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• الحد الأدنى من مساحة الصالة المسموح به ٤٠٠ م بمربع.</li> <li>• توفير غرفه مخصصة للمدربين والإداريين.</li> <li>• توفير صالة تدريب مجهزة بما لا يقل عن أربعة ملاعب خاصة بالمبارزة وجهاز التسجيل لكل ملعب.</li> <li>• توفير غرفة لتمرين الإحماء واللياقة مجهزة بالمعدات والأدوات الرياضية الكاملة.</li> <li>• توفير مكاتب بمساحة مناسبة للأجهزة الإدارية .</li> <li>• توفير مستودع وورشه تصليح للأسلحة .</li> <li>• توفير غرفة تبديل ملابس ودورات مياه للجنسين.</li> <li>• وجود عيادة طبية ومستلزمات الإسعافات الأولية.</li> </ul> | <p>١ . مواصفات المرافق الواجب توفرها في المنشأة</p> |
| الأدوات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• توفير الأدوات والملابس الخاصة بالمبارزة لكل متدرب من الشركات المعتمدة من الاتحاد الدولي للمبارزة متضمنة الآتي:</li> <li>١. ( بدلة مبارزة كاملة ) جاكيت - بنطلون - قفاز - سديري كهريائ "حسب النوع" - قفاز عادي / كهريائ- سلك توصيل - قناع مبارزة - واقي صدري.</li> <li>٢. حسب المقاسات المطلوبة.</li> <li>٣. سيوف (شيش- مبارزة - سيف) حسب المقاسات المطلوبة.</li> </ul>                                                                                                                                                          | <p>٢ . الأدوات</p>                                  |



## الجولف

## الرياضات الفردية - الجولف

### ملعب الجولف الخارجي:



### ملعب الجولف

- تبلغ الأبعاد النموذجية لمحاكاة لعبة الجولف حوالي ٤ أو ٥ أمتار عرضاً × ٦ أمتار في الطول وما يزيد قليلاً عن ٣ أمتار في الارتفاع.
- هذا يسمح بحرية الحركة وتسمح هذه المساحة عادةً للاعبين الذين يستخدمون اليد اليمنى واليسرى مع تراجع خلفي بطول مترين ومتابعة.

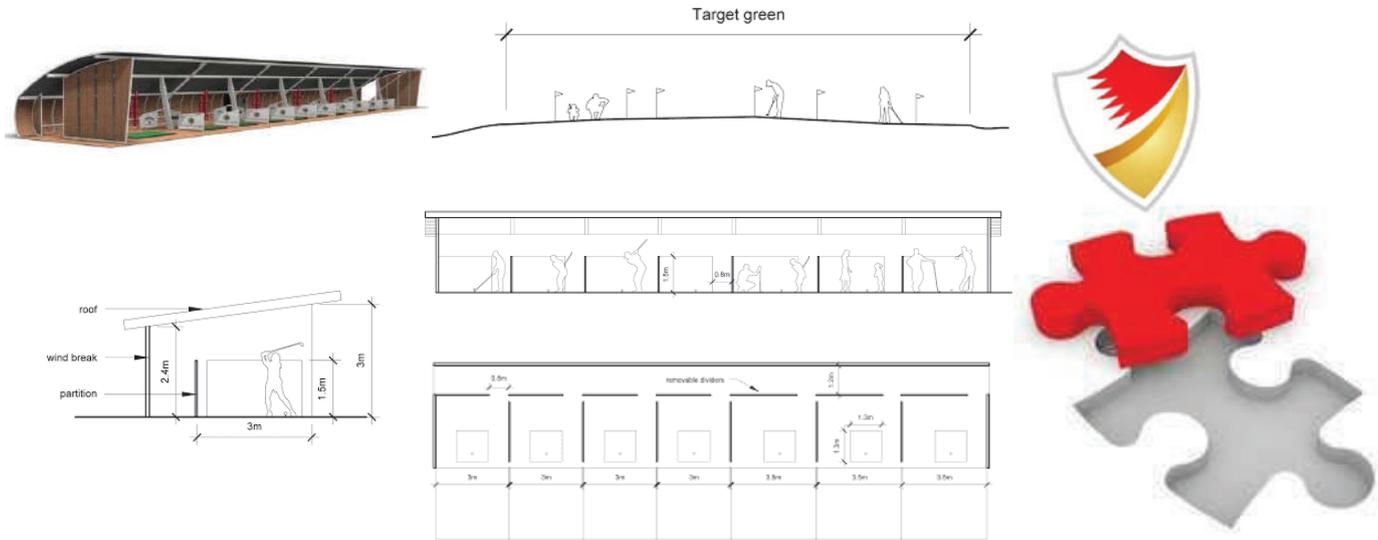
مجال اللعب

٠١

## الجولف

## الرياضات الفردية - الجولف

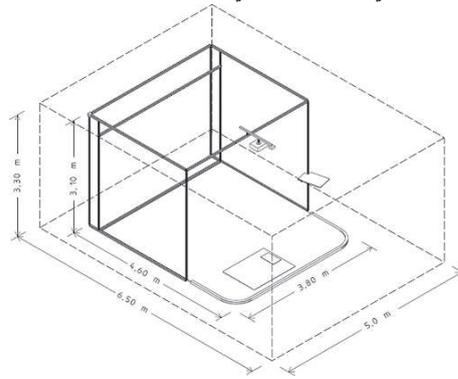
## ملعب الجولف الخارجي:



## الجولف

## الرياضات الفردية - الجولف

### محاكي الجولف الداخلي:



### ملعب الجولف

- تبلغ الأبعاد النموذجية لمحاكاة لعبة الجولف حوالي 4 أو 5 أمتار عرضاً × 6 أمتار في الطول وما يزيد قليلاً عن 3 أمتار في الارتفاع.
- هذا يسمح بحرية الحركة وتسمح هذه المساحة عادةً للاعبين الذين يستخدمون اليد اليمنى واليسرى مع تارجح خلفي بطول مترين ومتابعة.

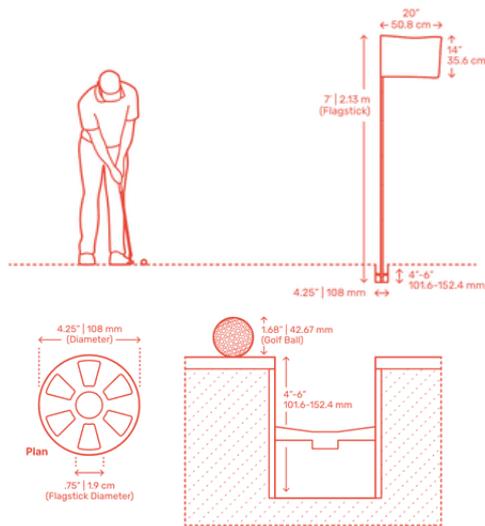
مجال اللعب

٠١

## الجولف

## الرياضات الفردية - الجولف

## حفر ملعب الجولف:



## حفر ملعب الجولف

• ملعب الجولف (كأس الجولف) له قطر منظم يبلغ (١٠٨ ملم) وعمق إجمالي بين (١,٦-١,٤-١,٥٢ ملم).

حجم الحفرة

٠١





## الرياضات المائية

## المعايير الفنية للرياضات المائية :

١. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
٢. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة .

| الألعاب                                      | الرياضات         |    |
|----------------------------------------------|------------------|----|
| السياحة ، الغوص ، الملاحة الشراعية ، التجديف | الرياضات المائية | ٠١ |



## السباحة

## الرياضات المائية - السباحة

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تشمل كل مرافق المسابح على إجراءات تشغيل السلامة للمسابح وأن تكون محددة بوضوح، بما في ذلك خطة التشغيل العادية وخطة عمل للطوارئ.</li> <li>ويجب أن تحدد هذه الإجراءات طريقة تشغيل المسابح بشكل يومي بما في ذلك التخطيطات والمعدات، وطريقة الاستخدام، كما يجب أن تقدم خطة عمل الطوارئ تعليمات محددة بشأن الإجراء الذي ينبغي أن يتخذه جميع الموظفين، في حالة وجود حالة طوارئ.</li> </ul> | إجراءات تشغيل السلامة للمسابح | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون جميع مرافق المسابح مجهزة بعدد كافٍ من معدات الطوارئ التي تم صيانتها بشكل جيد ويمكن الوصول إليها بسهولة، بما في ذلك على الأقل: <ul style="list-style-type: none"> <li>١. سترة السباحة.</li> <li>٢. عصا الإنقاذ (بطول ٣ م على الأقل).</li> <li>٣. حبل الإنقاذ (بطول ١,٥ من عرض المسبح على الأقل).</li> <li>٤. سيرير الإنقاذ.</li> </ul> </li> </ul>                              | معدات الإنقاذ                 | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تضمن جميع مرافق المسابح غير المستخدمة على استراتيجيات لإدارة المخاطر للحد من مخاطر دخول غير المصرح لهم وقوع الحوادث: قد يشمل ذلك على سبيل المثال لا الحصر (لافتات واضحة تشير إلى أن حمام السباحة غير مخصص للاستخدام).</li> </ul>                                                                                                                                                    | المسابح غير المستخدمة         | ٠٣ |



## السباحة

## الرياضات المائية - السباحة

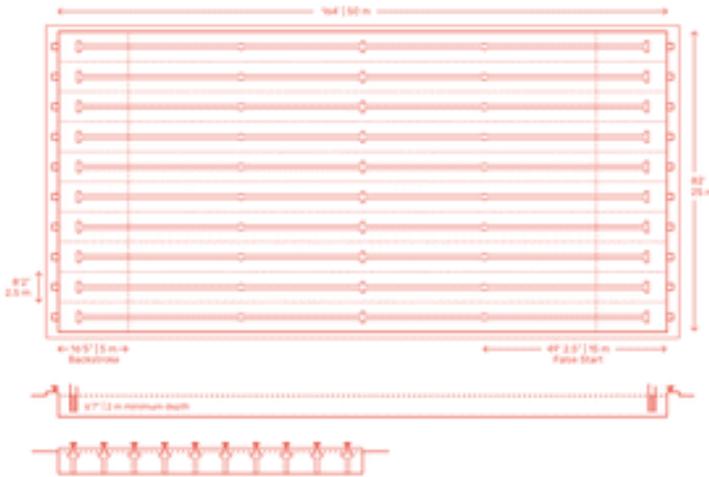
| القوى العاملة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تدريب جميع الموظفين العاملين حول مرافق المسابح على الإسعافات الأولية، وعملية الإنعاش، وعلى إكمال دورة تدريبية للسلامة المائية.</li> <li>يجب أن يكون جميع مدربين ومعلمين السباحة مؤهلين وحاصلين على "بطاقة" ترخيص الاتحاد البحريني للسباحة.</li> <li>لا يحق للمراكز والصالات تنفيذ برامج تعليم السباحة لمن هم أقل من ١٦ سنة إلا بعد أخذ ترخيص من الجهة المعتمدة.</li> </ul> | عام     | ٠١                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تحظى جميع حمامات السباحة على عامل إنقاذ حسب ما ينص عليه دليل معايير السباحة رقم ٦،٤ الموضح في الملحق في كل الأوقات عندما يكون المسبح في وضع الاستخدام.</li> <li>يجب أن يكون جميع المتقدين مؤهلين للدور المنوط بما يتوافق مع اللوائح لإنقاذ والسلامة المائية بحسب حجم المسبح وعدد السباحين.</li> </ul>                                                                   | الإنقاذ | ٠٢                                                                                    |



## السباحة

## الرياضات المائية - السباحة

حجم ٥٠ م - حمام سباحة  
أولمبي - عشرة مسارات :



المسبح



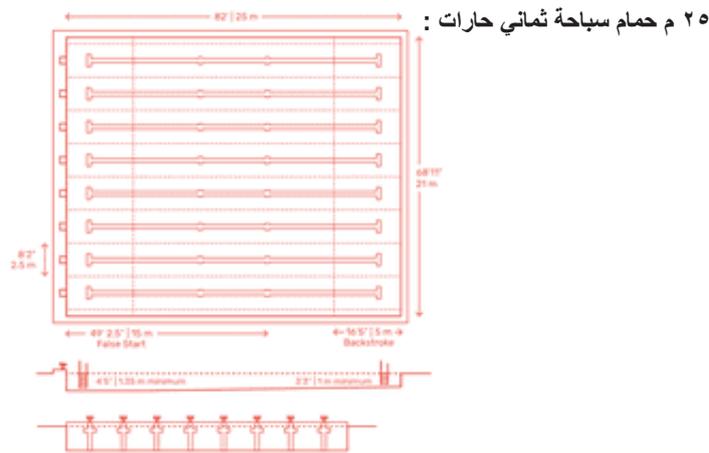
• قد يُطلق على المسبح الأولمبي البالغ طوله ٥٠ مترًا عشرة مسارات "مسار طويل"، حيث يكتشف الحواجز المتحركة التي يمكن أن تقسم المسبح إلى أقسام أو يمكن نقلها من موقع إلى آخر، مما يؤدي إلى إنشاء دورات متفاوتة في الأطوال للمنافسين / المسابقات.

حجم المسبح

٠١

## السباحة

## الرياضات المائية - السباحة



## المسبح



- يُطلق على حمام السباحة الذي يبلغ طوله ٢٥ مترًا ثماني مسارات "مسار قصير" إذا تم استخدامه في إحدى الألعاب الأولمبية أو ألعاب بطولة العالم.
- إنها أيضًا حمامات السباحة المشتركة في المسابقات المحلية مثل بطولات السباحة الصيفية والمدارس الثانوية والجامعات والمراكز الترفيهية وحتى الساحات الخلفية الضخمة.

حجم المسبح

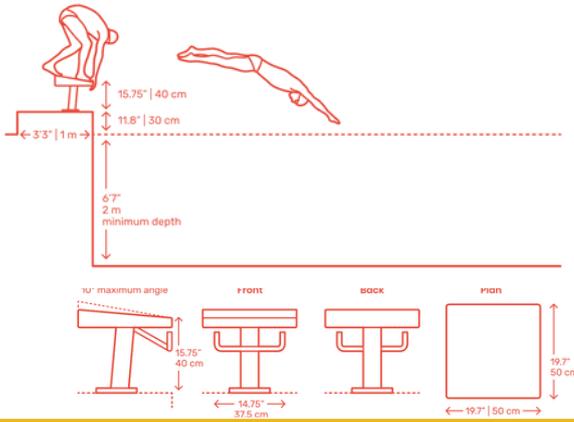
٠١



السباحة

الرياضات المائية - السباحة

نقطة الانطلاق:



نقطة الانطلاق



- تظهر كتل انطلاق السباحة في معظم حمامات السباحة الأولمبية والمساح التنافسية حيث يبدأ كل فرد السباحة أو التتابع بالغوص من هذه الكتل.
- تحتوي كتل بدء السباحة على مقابض ومقابض وفتحات ، مع كون المقبض موازياً لسطح الجدار الطرقي. كتل بدء السباحة متوفرة في أنماط وأنواع مختلفة.
- يتم تثبيت النوع عالي التنوع على الأرض بخطوات بارزة للرياضي ليصعد إلى كتلة البداية ونوع النوع المنخفض المثبت على جدار الرأس.

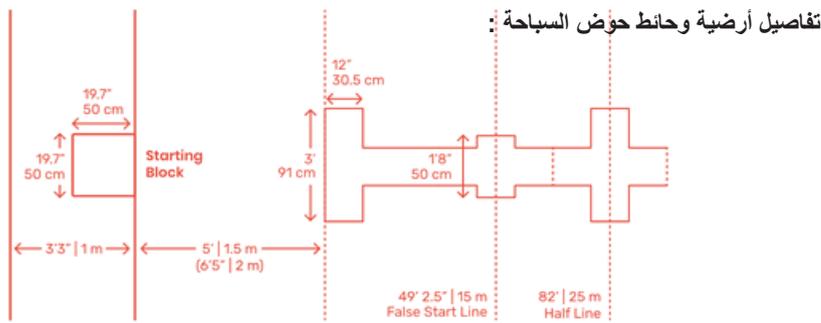
نقطة الانطلاق

٠١



## السباحة

## الرياضات المائية - السباحة



## تفاصيل أرضية وحائط حوض السباحة



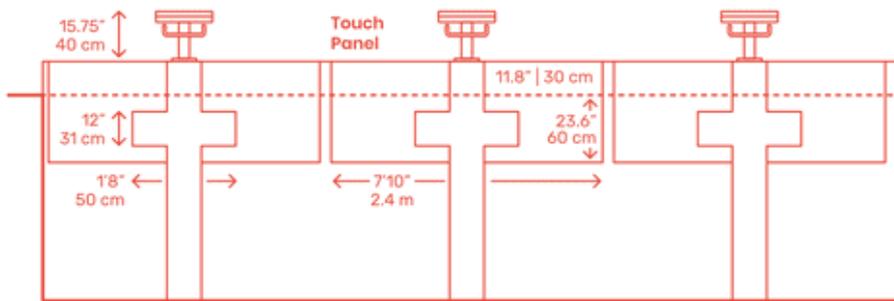
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• أرضية حوض السباحة هي قاعدة المسبح المصنوع عادة من الفينيل ، وتظهر عليها علامات مختلفة. تفاصيل الجدار هي علامات على جدران حمام السباحة.</li> <li>• تتم جميع العلامات وفقاً لمعايير (FINA) Fédération International de Natation المقبولة للمسابقات.</li> <li>• تحتوي الأرضية على تفاصيل توضح مكان بدء العمق وخط البداية الخاطئ ونصف الخط وكتلة البداية.</li> <li>• تفاصيل الجدار تظهر لوحة اللمس وأعلام الظهر.</li> <li>• ترشد هذه التفاصيل كيف يجب أن يتصرف الرياضيون أثناء وجودهم في المسبح أو في المنافسة ، كما تساعد المسؤولين في إدارة مسابقة السباحة.</li> </ul> | <p>تفاصيل أرضية وحائط حوض السباحة</p> | <p>٠١</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------|



السباحة

الرياضات المائية - السباحة

تفاصيل أرضية وحائط حوض السباحة :



## الغوص

## الرياضات المائية - الغوص

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |     | ١  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يشترط لممارسة الغوص الرياضي أو الغوص التقيي أو الغوص الحر، الحصول على عضوية أو ترخيص ساري المفعول صادر من إحدى منظمات الغوص المعتمدة أو المرخص لها من الاتحاد.</li> <li>• يشترط لممارسة الغوص - سواء في المسطحات المائية الطبيعية أو الاصطناعية - الحصول على تصريح محدد بمكان ومدّة زمنية من خلال مركز غوص مرخص من الاتحاد.</li> <li>• يتولى مركز الغوص إصدار التصاريح اللازمة بالتنسيق مع الجهات ذات العلاقة، وفق الإجراءات المحددة في ضوابط ترخيص مراكز الغوص التي يقرها الاتحاد.</li> <li>• يحق لأي غواص محترف وغير محترف - سواء كان مواطناً، أو مقيماً نظامياً، أو سائحاً نظامياً، أو زائراً نظامياً في المملكة - ممارسة الغوص، وفق الضوابط والشروط والمتطلبات التي يضعها الاتحاد أو يحددها دورياً، ووفق الإجراءات التي تحددها الجهات ذات العلاقة.</li> <li>• لا يحق للغواصين غير المحترفين تقديم أي نوع من أنواع التدريب النظري أو العملي في المملكة.</li> </ul> | عام | ٠١ |



## الغوص

## الرياضات المائية - الغوص

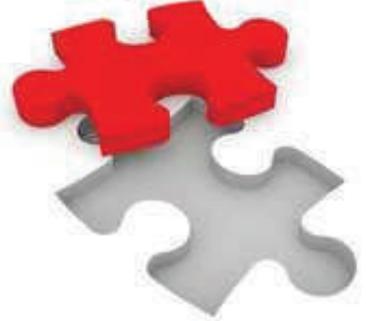
| المعدات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ٥ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>تعتبر مراكز الغوص هي الجهة المختصة نظاماً ببيع وتأجير وصيانة معدات الغوص الأساسية، وفق ضوابط ترخيص مراكز الغوص التي يقرها الاتحاد.</li><li>لا يحق لمراكز الغوص تأجير معدات الغوص الأساسية الا للغواصين المحترفين وغير المحترفين الذين يحملون رخصاً سارية المفعول.</li><li>تلتزم مراكز الغوص بجميع الشروط التي يضعها مصنعو معدات الغوص لبيع وتأجير وصيانة المعدات، وبما لا يخالف أنظمة وزارة التجارة.</li><li>لمراكز الغوص بيع وشراء معدات الغوص المستخدمة، وبما لا يتعارض مع الأنظمة واللوائح والتعليمات السارية في هذا الشأن من قبل الجهات المعنية.</li></ul> | ٢ |



## الرياضات المائية - الملاحة الشراعية

## الملاحة الشراعية

| القوى العاملة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب تدريب جميع الموظفين العاملين على الإسعافات الأولية، وعملية الإنعاش، وعلى إكمال دورة تدريبية للسلامة المائية.</li> <li>يجب أن يكون جميع مدربين ومعلمين الملاحة الشراعية مؤهلين وحاصلين على "بطاقة" ترخيص الاتحاد البحري.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | عام     | ٠١ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يمكن تقسيم مجموعة معدات رياضة ركوب الأمواج شراعياً إلى فئتين هما اللوحة والحفارة.</li> <li>ترتبط هذه الأجزاء ببعضها البعض بواسطة وصلة عالمية (U) وهي ضرورية لركوب الأمواج شراعياً.</li> <li>لوح ركوب الأمواج يشبه إلى حد كبير لوح التزلج ويتغير حجمه بين ٢ إلى ٢,٥ متر حسب ظروف منطقة ركوب الأمواج ومستوى مهارة ركوب الأمواج.</li> <li>يمكن تصنيع الألواح من الإيبوكسي، والألياف الزجاجية، ورغوة البوليسترين الموسعة، والبولي فينيل كلورايد أو ساندويتش الكربون بطريقة تجعل الجزء العلوي منها صلباً والجزء السفلي زلقاً.</li> <li>يوجد زعنفة واحدة أو أكثر في الجزء السفلي من اللوحة.</li> <li>يوجد أيضاً لوحة مركزية تشبه إلى حد كبير لوحة الخنجر في منتصف لوح التزلج على الماء. تساعد الزعانف والأواح الخناجر واللوحة المركزية على التحكم في الانجراف والحفاظ على ثبات لوح التزلج أثناء ركوب الأمواج على الماء.</li> <li>في الجزء العلوي، توجد أحزمة للقدم تساعد راكب الأمواج على التمسك باللوحة.</li> </ul> | المعدات | ٠٢ |



## الرياضات المائية - الملاحة الشراعية الملاحة الشراعية

| القوى العاملة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يمكن للحفارة أن تدور بحرية على اللوح وتتكون من شرع وصاري وذراع.</li> <li>• ذراع الرافعة هو الجزء الذي تمسك به الحفارة ويتم استخدام الصاري للدعم.</li> <li>• يوجد سلك تستخدمه لسحب الشرع المتصل بذراع الرافعة.</li> <li>• في وضع ركوب الأمواج الكامل ، تساعد أرجوحة ركوب الأمواج على توصيل منصة الحفر وراكب الأمواج.</li> <li>• يستخدم ترايز في رياضة ركوب الأمواج شراعياً.</li> <li>• ملابس رياضة ركوب الأمواج.</li> <li>• المناطق التي تتم فيها رياضة ركوب الأمواج شراعياً بها الكثير من الرياح والأمواج. لمنع الانزعاج والإصابات ، تم تصميم ملابس ركوب الأمواج لتوفير السلامة والراحة. يوصى باستخدام الخوذة ومعاطف الإنقاذ وأحذية السلامة.</li> <li>• ستجعل البدلة والنظارات الشمسية رياضة ركوب الأمواج أسهل.</li> </ul> | <p>المعدات</p> <p>٠٢</p> |



## التجديف

## الرياضات المائية - التجديف

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | التجديف                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• مساحة اجمالية تقريبية لتخزين القوارب، والمجاديف، ومحرك قوارب المدربين (٩,٥ م في ٢٣ م وارتفاع ٤ م تقريبا).</li> <li>• يضاف عرض ٣ م في ٢٠ م وارتفاع ٤ م لمساحة عمل (صيانة) للقوارب.</li> <li>• مراعاة درجة الحرارة في تخزين القوارب بحيث تكون بين ١ إلى ٣٠ درجة مئوية.</li> <li>• أبواب بيت القوارب يكون مواجه المسطح المائي ويبعد ما بين ٣٠ — ٥٠ م من حافة الماء.</li> <li>• المساحة بين بيت القوارب والمسطح المائي يجب ان تكون فارغة ومستوية.</li> <li>• وجود جهاز صدمات كهربائية لا يبعد عن ١٠٠ م من المستودع.</li> </ul> | <p>١. بيت القوارب (مخزن القوارب)</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• أن تكون بمساحة تقريبية تعادل ١٢ م في ١٧ م، ومن ضمنها.</li> <li>• مساحة لاستخدام أجهزة تجديف داخلية وغيرها من أجهزة الإحماء واللياقة.</li> <li>• مساحة لمنصات رفع الاثقال وحامل اوزان وملحقاتها.</li> <li>• مساحة متعددة الاستخدام (منطقة استمالة وتمارين أخرى).</li> <li>• أرضية من النوع المطاطي نظام الانترلوك او ما شابه تحت منطقة رفع الاثقال.</li> <li>• أرضية خشبية لمساحات متعددة الاستخدام مثل تحت أجهزة التجديف داخل الصالات أو الدراجات إلخ.</li> </ul>                                                          | <p>٢. الصالة الرياضية</p>            |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• منصة طفو بانتون (Pontoon بطول ١٨ م على الأقل).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>٣. منصة انطلاق القوارب</p>        |



## إرشادات نسبة الأمان

## الرياضات المائية - التجديف

| المستوى                                          | عدد المتدربين (حد أقصى) | عدد قوارب التجديف (حد أقصى) | عدد قوارب السلامة (حد أقصى) | مسافة القرب للقوارب (حد أقصى) | مثال على تخصيص القوارب         |
|--------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| مبتدئ<br>(متوسط الخبرة أقل من ١٠ طلعات لكل شخص)  | ٨                       | ٢                           | ١                           | أقل من ٢٥٠ م                  | رباعي عدد (٢) أو فردي عدد (٢)  |
| مبتدئ<br>(متوسط الخبرة أقل من ١٠ طلعات لكل شخص)  | ١٦                      | ٤                           | ٢                           | أقل من ٧٥٠ م                  | رباعي عدد (٤) أو فردي عدد (٤)  |
| متوسط<br>(متوسط الخبرة أكثر من ١٠ طلعات لكل شخص) | ١٢                      | ٤                           | ١                           | أقل من ٧٥٠ م                  | رباعي عدد (٣) أو فردي عدد (٤)  |
| متوسط<br>(متوسط الخبرة أكثر من ١٠ طلعات لكل شخص) | ٢٤                      | ٨                           | ٢                           | أقل من ٧٥٠ م                  | رباعي عدد (٦) أو فردي عدد (٨)  |
| خبير<br>(متوسط الخبرة أكثر من ٥٠ طلعة لكل شخص)   | ١٦                      | ٨                           | ١                           | قراءة ال ١٠٠٠ م               | رباعي عدد (٤) أو فردي عدد (٨)  |
| خبير<br>(متوسط الخبرة أكثر من ٥٠ طلعة لكل شخص)   | ٣٢                      | ١٦                          | ٢                           | قراءة ال ١٠٠٠ م               | رباعي عدد (٨) أو فردي عدد (١٦) |



## رياضات أخرى

## المعايير الفنية للرياضات الأخرى:

١. هذه المعايير هي الحد الأدنى من المتطلبات التي يجب أن يفي بها مشغلو المنشآت الرياضية ، كما يجب الالتزام بها للحصول على رخصة الهيئة العامة للرياضة والاحتفاظ بها للعمل بها في مملكة البحرين.
٢. هذا الملف مدعوم بقائمة تحقق وتحدد المعايير التي سيتم من خلالها فحص المنشآت الرياضية لضمان الالتزام بها وذلك لتحديد مقدرة المشغل للحصول على رخصة التشغيل وتجديدها من قبل الهيئة العامة للرياضة .

| الألعاب                                                             | الرياضات    |    |
|---------------------------------------------------------------------|-------------|----|
| البياردو / السنوكر ، البولينج ، بينتيول ، يوجا، الرياضة الإلكترونية | رياضات أخرى | ٠١ |



البلياردو والسنوكر

رياضات أخرى - البلياردو والسنوكر

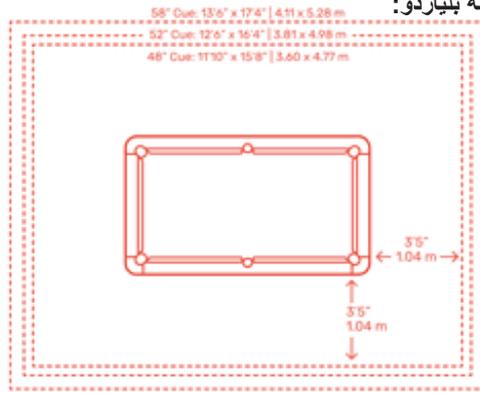
| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب وضع جميع الطاولات وتأمينها بما يتوافق مع إرشادات الشركات المصنعة للتأكد من أن الطاولة آمنة ومستقرة عند الاستخدام -ويجب عند التخزين فحص الطاولات بانتظام للتأكد من أن جميع المسامير محكمة التثبيت لتظل الطاولة ثابتة.</li> <li>• يجب عند التخزين أن تكون الطاولة في وضع آمن وعدم تعرضها للضرر غير المقصود أو الميلان أو السقوط أو الانهيار.</li> <li>• يبلغ قياس طاولة السنوكر 3,069 م × 1,778 م، وارتفاع 85 - 95 سم، ويبلغ قياس طاولة البلياردو 2,7 م × 1,35 م وارتفاع 75 - 85 سم. ويسمح بالأحجام الأخرى في حالة اللعب الترفيهي.</li> <li>• يجب أن يكون سطح اللعب ملموساً ومسطحاً وخالٍ من النتوءات.</li> <li>• يجب أن تكون الطاولة محاطة بمساحة كافية للعب الآمن دون إعاقة المستخدمين / المتفرجين الآخرين في المنشأة.</li> </ul> | <p>الطاولة</p> <p>١</p> |



## البلياردو والسنوكر

## رياضات أخرى - البلياردو والسنوكر

## ٨,٥ قدم البلياردو | طاولة بلياردو:



## البلياردو والسنوكر



- ٨,٥ " بلياردو | طاولات البلياردو:
- طاولات "احترافية" كبيرة الحجم لتوفر تحديًا أكبر للاعبين.
- ٨,٥ " طاولات ذات أسطح لعب بقياس طولها ٢٣٤ سم وعرضها ١١٧ سم ، وبها أسرة معدة على ٧٨,٧-٧٤,٣ سم من الأرض.
- يبلغ الحجم الإجمالي لطاولة البلياردو ٢٧٢ x ١٥٥ سم وارتفاع ٨١,٣ سم مساحة خالصة ويجب توفير ٣,٦ x ٤,٧٧ م لبلياردو ٨,٥ بوصة | طاولة بلياردو.

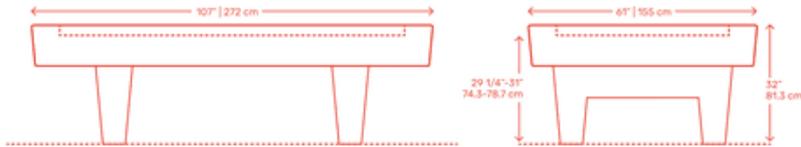
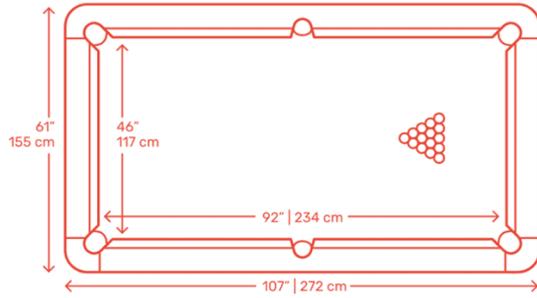
حجم الطاولة

. ١

البلياردو والسنوكر

رياضات أخرى - البلياردو والسنوكر

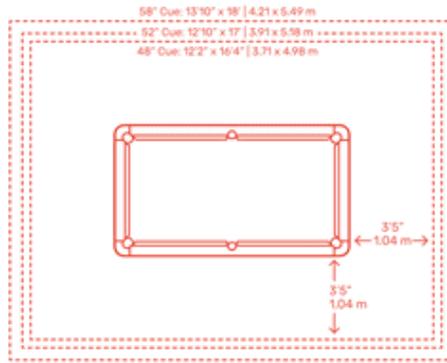
٥, ٨ قدم البلياردو | طاولة بلياردو:



## البلياردو والسنوكر

## رياضات أخرى - البلياردو والسنوكر

## ٩ قدم البلياردو | طاولة بلياردو:



## البلياردو والسنوكر

- ٩ بلياردو | طاولات البلياردو:
- طاولات كبيرة وملينة بالتحديات تناسب أمهر لاعبي البلياردو.
- ٩ "طاولات ذات أسطح لعب بطول ٢٥٤ سم ، عرض ١٢٧ سم ، ومضبوطة على ٧٨,٧-٧٤,٣ سم.
- يبلغ الحجم الاجمالي لطاولة بلياردو ٩ بوصة ٢٩٠ × ١٦٣ سم وارتفاع ٨١,٣ سم مساحة خالصة ويجب توفير ٣,٧١ × ٤,٩٨ م لبلياردو ٩ بوصات | طاولة بلياردو.

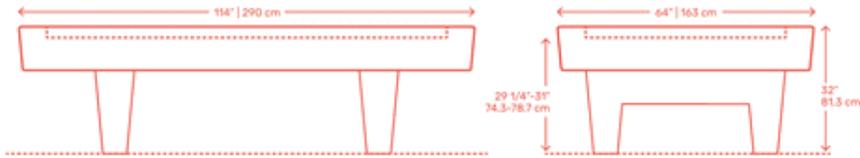
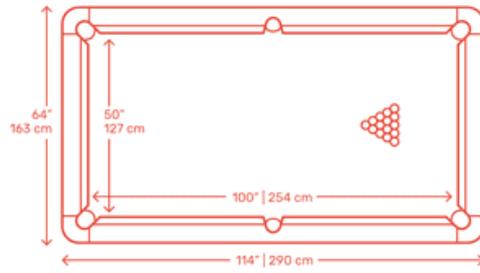
حجم الطاولة

٠١

البلياردو والسنوكر

رياضات أخرى - البلياردو والسنوكر

٩ قدم البلياردو | طاولة بلياردو:



## البولينج

## رياضات أخرى - البولينج

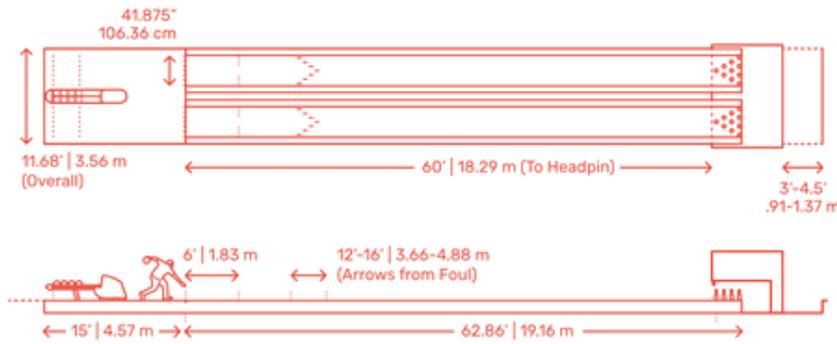
| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                     |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يبلغ طول مضمار البولينج ١٩ مترًا (خط الملعب وصولاً إلى الجزء الخلفي من أرضية قطع البولينج وعرضه ١,٠٥ مترًا).</li> <li>يجب أن يكون السطح خاليًا من أي عوائق أو نتوءات، وأن يكون مسطحًا وموحدًا - يجب ألا يتجاوز المنحدر الأفقي ١,٠ سم في عرض المضمار.</li> <li>يجب صناعة المضمار بالكامل من الخشب و/ أو المواد الاصطناعية المعتمدة من الاتحاد الدولي للبولينج.</li> <li>يجب أن تكون العلامات متساوية ومستوية مع سطح المضمار.</li> </ul> | الحجم               | ٠١ |
| المعدات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                     |    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن تكون جميع الأنظمة الميكانيكية مناسبة للغرض وأن يتم صيانتها جيدًا وأن تكون مناسبة للمكونات الكهربائية / الميكانيكية.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | عام                 | ٠٢ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن ترتد كرة البولينج بطريقة آمنة في مسار اللعبة كي لا يسبب ارتداد الكرة أي ضرر على الغطاء والفاصل مما يتسبب بفسك أي أجزاء ثابتة، وأن يكون الغطاء محكم لمنع دخول أي أجزاء خطيرة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                | آليات استرجاع الكرة | ٠٣ |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب وضع جميع الكرات بشكل آمن عند الاستخدام والتخزين.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | التخزين             | ٠٤ |



## البولينج

## رياضات أخرى - البولينج

### ممرات البولينج :



### البولينج

- يبلغ طول ممرات البولينج ذات الكرة المرتدة (١٨,٢٩ م) إلى مركز رأس الدبوس الأمامي وعرض الممر (١٠٦,٣٦ سم).
- يبلغ الطول الإجمالي لزوج حارات البولينج مع منطقة خدمة خلفية ومنطقة اقتراب أمامية (٢٦,٣٦ م) وعرض (٣,٥٦ م).
- يبلغ عرض مزاريب البولينج (٢٣,٥ سم) وعمقها (٤٧,٦ ملم).
- يبلغ طول منطقة الاقتراب عادةً (٤,٥٧ م).

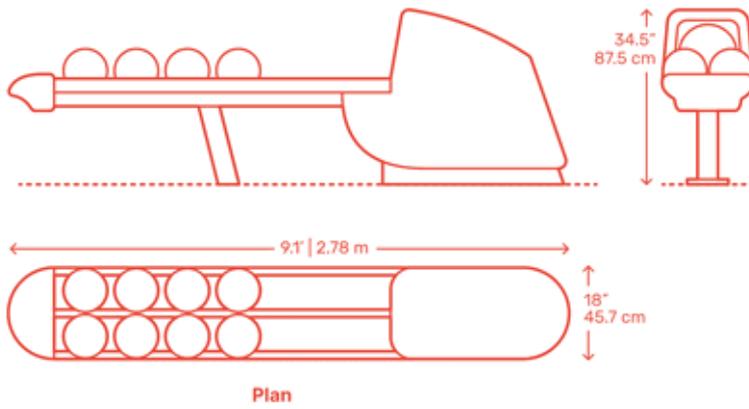
### ممرات البولينج

٠١

## البولينج

## رياضات أخرى - البولينج

عودة كرة البولينج :



## البولينج

- يبلغ الطول الإجمالي لإرجاع كرة البولينج (٢,٧٨ م) وعرض (٤٥,٧ سم).
- يبلغ ارتفاع القضبان الكروية عادةً (٥٣ سم) ، بينما يبلغ ارتفاع الغطاء الإجمالي (٨٧,٥ سم).

عودة كرة البولينج

٠١

## البينتبول

## رياضات أخرى - البينتبول

| المتشأة الرياضية |                     |
|------------------|---------------------|
| ١ .              | البنادق             |
| ٢ .              | الترس               |
| العميل           |                     |
| ٣ .              | اللافتات والأمان    |
| ٤ .              | توجيه العمر المسموح |



## اليوجا

## رياضات أخرى - اليوجا

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• مواصفات المرافق في المنشأة:</li> <li>• وجود عقد ملكية أو إيجار للمنشأة التي سيقام عليها المشروع.</li> <li>• الرسم الهندسي التفصيلي للمنشأة.</li> <li>• مساحة المكان يجب ألا تقل عن ٥٠ متر مربع لصالة الأيروبيكس واليوغا لتسمح بممارسة النشاط بلا عوائق.</li> <li>• أرضية من المطاط غير قابلة للانزلاق بسمك ٢+٧ مم كحد أدنى.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا كانت صالة تستعمل بغرض الأيروبيكس أو اليوجا أو التمارين الرياضية فقط.</li> </ul> |



الرياضات الإلكترونية والذهنية

رياضات أخرى  
- الرياضات الإلكترونية والذهنية

| المنشأة الرياضية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ١.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | الحجم   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>مقر للنادي للتدريب، أو التعاقد مع مركز رياضات إلكترونية مسجل لدى الاتحاد، كمقر للنادي بمساحة لا تقل عن ٥٠ م.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |
| الأدوات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |
| ٢.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | الأدوات |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>توفر عدد ٦ أجهزة PC ومعدات كحد أدنى (وتكون ذات مواصفات عالية مخصصة للألعاب الإلكترونية).</li> <li>توفر عدد ٢ أجهزة بلايستيشن كحد أدنى (في حال تسجيل لعبة على جهاز البلايستيشن).</li> <li>توفر عدد ٢ أجهزة أكس بوكس كحد أدنى (في حال تسجيل لعبة على جهاز الأكسيو كس).</li> <li>توفر عدد ٢ أجهزة نيندو سويتش كحد أدنى (في حال تسجيل لعبة على جهاز النيتندو سويتش).</li> <li>توفر إنترنت بسرعة عالية.</li> </ul> |         |

