

آیین نامه مسابقات مجازی تنیس روز میز همگانی دانشجویان دختر و پسر

وسایل مورد نیاز:

- ۱- یک راکت معمولی و یک عدد توپ تنیس روی میز
- ۲- کرنومتر
- ۳- خط کشی زمین پنج متر رفت و برگشت
- ۴- مخروط یا هر وسیله ای برای مشخص شدن و نشان دادن انتهای زمین برای دور زدن
- ۵- خط کشی زمین پنج متر (هر یک متر باید در تصویر علامت گذاری شود با گچ یا نوار یا ماژیک)
- ۶- تلفن هوشمند برای فیلم برداری

شرکت کننده: در وضعیت فعلی این مسابقه به صورت انفرادی برگزار می شود.

زمین بازی: قابل اجرا در فضای باز یا بسته

ویدئو های گرفته شده از طریق واتس آپ برای دبیر انجمن تنیس روی میز آقای اللهیاری با شماره 09124223684 ارسال گردد.

ابعاد زمین:

- یک مسیر مستقیم به مساحت پنج متر برای رفت و برگشت شرکت کننده
- زمین پنج متر مسابقه به صورت هریک متر باید علامت گذاری شود تا برای داوران قابل تشخیص باشد.

شرح بازی:

- ۱- شرکت کننده ، پشت خط تعیین شده برای مسیر حرکت به حالت آماده باش قرار خواهند گرفت.
- ۲- شرکت کننده باید از مسابقه خود ویدیویی تهیه کند، که می تواند توسط خود او به گونه ای دوربین قرار داده شود که مسیر و حرکت شرکت کننده به خوبی نشان داده شود.
- ۳- همچنین می توان از فرد دیگری برای فیلم برداری کمک گرفت.
- ۴- فرد مسئول فیلمبردار باید در زاویه ای فیلم برداری کند که برای داوران انجمن تنیس روی میز به صورت مجازی کاملا حرکت رفت و برگشت ورزشکار قابل تشخیص باشد.
- ۵- فرد فیلم بردار در وسط زمین به صورت عمود بر خط مسیر حرکت مستقر می شود.
- ۶- تمامی مسیر حرکت باید قابل دید و تشخیص برای داوران و بینندگان مجازی باشد.

- ۷- ورزشکار با در دست داشتن راکت و توپ آماده برای اجرای فعالیت می شود.
- ۸- در مسیر رفت با سمت **فورهند (جلوی راکت)** به توپ مرتبا ضربه فورهند می زند و با سرعت به سمت خط پایانی حرکت می کند.
- ۹- پس از رسیدن به پایان مسیر رفت (خط پنج متر) از مانعی که در انتهای خط است دور می زند و برمیگردد.
- ۱۰- پس از دور زدن، در راه برگشت با قسمت **بکهند (پشت راکت)** مرتبا به توپ ضربه می زند.
- ۱۱- در طول حرکت شرکت کننده باید مرتبا به توپ ضربه کنترلی بزند.
- ۱۲- چنانچه توپ در طول حرکت از کنترل و تعادل ورزشکار خارج شد یا به زمین افتاد، توپ را از روی زمین بر می دارد و حرکت خود را ادامه می دهد.
- ۱۳- اگر فیلم برداری توسط خود شرکت کننده انجام می شود، باید ابتدا و انتهای مسابقه به خوبی قابل تشخیص باشد.
- ۱۴- هر فردی که کمترین زمان را در رفت و برگشت بدست بیاورد مقام بالاتر را کسب خواهد کرد.

خطاها:

- اگر ورزشکاران در طول حرکت مرتبا به توپ ضربه نزنند و فقط توپ را با راکت حمل کنند.
- اگر ورزشکاران توپ را با انگشتان دست بگیرند و ضربه نزنند.
- اگر در مسیر های رفت و برگشت، قانون ضربه زدن با فورهند و بکهند رعایت نشود.
- اگر قانون ضربه زدن فورهند یا بکهند رعایت نشود ، باید برگردد و دوباره مسیر را با همان سمت مجاز راکت ادامه دهد.
- اگر انتها ی مسیر پنج متر را دور نزند.

نکات بسیار مهم:

- ورزشکاران قبل و بعد از مسابقه باید دست های خود را ضد عفونی کنند.
- لطفا دسته راکت را قبل و بعد از استفاده با الکل ضد عفونی کنید.
- تمامی مراحل اجرای این فعالیت باید توسط یک فرد مسئول برای داوران و مسئولین انجمن تنیس روی میز به منظور ایجاد عدالت در قضاوت به طور کاملا مشخص و واضح فیلم برداری گردد.

لطفا سوالات خود در خصوص این مسابقات را با دبیر انجمن تنیس روی میز آقای اللهیاری با شماره ۰۹۱۲۴۲۲۳۶۸۴ تماس مطرح فرمایید.