

مسابقات ورزشی زمستان ۱۴۰۲ خانواده گل گهر

هر خانواده میتواند حداکثر در ۸ مسابقه شرکت نماید.

آیین نامه تمامی مسابقات در سامانه ورزش باشگاه گل گهر به آدرس varzeshggsport.ir در دسترس میباشد. قبل از ثبت نام هر رشته، لطفاً آیین نامه مربوطه مطالعه شود.

به منظور حفظ سلامتی، لازم است قبل از شروع رویدادها، از آمادگی بدنی نسبی برخوردار باشید (لطفاً در تمرینات سانسهای مربوطه تا قبل از شروع مسابقات شرکت ننمایید).

برای ثبت نام در مسابقه آمادگی جسمانی زوجین، فقط همسر شاغل در گل گهر در سامانه ثبت نام را انجام داده و در روز مسابقه به همراه همسر، در مسابقه حضور بهم رسانند.

مسابقات طبق برنامه برگزار خواهند شد، لطفاً ۱۵ دقیقه قبل از شروع، در محل مسابقه حضور بهم رسانید.

تغییرات احتمالی برنامه مسابقات، به اطلاع همکاران و خانواده محترم رسانده خواهد شد.

حضور در مسابقات صرفاً "با ثبت نام در سامانه امکانپذیر میباشد.

ثبت نام مسابقات زمستان ۱۴۰۲ در بازه زمانی اعلام شده و از طریق سامانه ورزش باشگاه گل گهر به نشانی varzeshggsport.ir انجام خواهد شد.

پایان ثبت نام: ۱۴۰۲/۱۱/۰۷

شروع ثبت نام: ۱۴۰۲/۱۱/۰۳

ردیف	شرح رویداد	تاریخ برگزاری	روز	ساعت شروع	محل برگزاری	رده سنی	تارده سنی
۱	دارت فرزندان پسر بالای ۱۲ سال	۱۴۰۲/۱۱/۰۷	شنبه	۱۷	سالن دارت مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۹۰/۱۱/۰۷
۲	دارت کارکنان و همسران (مرد)	۱۴۰۲/۱۱/۰۷	شنبه	۱۹	سالن دارت مجموعه ورزشی	*	*
۳	پرس سینه	۱۴۰۲/۱۱/۱۴	شنبه	۱۸	سالن بدنسازی مجموعه ورزشی	بر اساس وزن کشتی، طبق آیین نامه	
۴	دوی ۱۰۰ متر کارکنان و همسران مرد-زیر ۳۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۶	دوشنبه	۱۸	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به بالا	۱۳۶۷/۱۱/۱۶
۵	دوی ۱۰۰ متر کارکنان و همسران مرد-۳۵ تا ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۶	دوشنبه	۱۸:۱۵	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی		۱۳۵۷/۱۱/۱۶
۶	دوی ۱۰۰ متر کارکنان و همسران مرد-بالای ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۶	دوشنبه	۱۸:۳۰	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۵۷/۱۱/۱۵
۷	گل امتیازی فوتبال فرزندان پسر ۸ تا ۹ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۲	شنبه	۱۸	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی		۱۳۹۴/۱۲/۱۲
۸	گل امتیازی فوتبال فرزندان پسر ۱۰ تا ۱۱ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۲	شنبه	۱۸:۳۰	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی		۱۳۹۰/۱۲/۱۳
۹	گل امتیازی فوتبال فرزندان پسر ۱۲ تا ۱۳ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۲	شنبه	۱۸:۴۵	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی		۱۳۸۸/۱۲/۱۳
۱۰	گل امتیازی فوتبال فرزندان پسر بالای ۱۴ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۲	شنبه	۱۹	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۸۸/۱۲/۱۲
۱۱	گل امتیازی فوتبال کارکنان و همسران (مرد)	۱۴۰۲/۱۲/۱۲	شنبه	۱۹:۳۰	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	*	*
۱۲	شوت بسکتبال فرزندان پسر ۸ تا ۹ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	یکشنبه	۱۸	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی		۱۳۹۴/۱۲/۱۳
۱۳	شوت بسکتبال فرزندان پسر ۱۰ تا ۱۱ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	یکشنبه	۱۸:۱۵	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی		۱۳۹۰/۱۲/۱۴
۱۴	شوت بسکتبال فرزندان پسر ۱۲ تا ۱۳ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	یکشنبه	۱۸:۳۰	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی		۱۳۸۸/۱۲/۱۴
۱۵	شوت بسکتبال فرزندان پسر بالای ۱۴ سال	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	یکشنبه	۱۸:۴۵	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۸۸/۱۲/۱۳
۱۶	شوت بسکتبال کارکنان و همسران (مرد)	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	یکشنبه	۱۹:۳۰	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	*	*
۱۷	آمادگی جسمانی همسران (زوجین)	۱۴۰۲/۱۲/۱۴	دوشنبه	۱۸	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	*	*



تقویم مسابقات زمستانه خانواده گل گهر (بانوان) ۱۴۰۲

ردیف	شرح رویداد	تاریخ برگزاری	روز	ساعت شروع	محل برگزاری	رده سنی	تأرده سنی
۱	دارت فرزندان دختر بالای ۱۲ سال	۱۴۰۲/۱۱/۰۸	یکشنبه	۱۷	سالن دارت مجموعه ورزشی	به پائین	۱۳۹۰/۱۱/۰۸
۲	دارت همسران(زن)	۱۴۰۲/۱۱/۰۸	یکشنبه	۱۹	سالن دارت مجموعه ورزشی	*	*
۳	دوی ۱۰۰ متر همسران زن-زیر ۳۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۸	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به بالا	۱۳۶۷/۱۱/۱۵
۴	دوی ۱۰۰ متر همسران زن-۳۵ تا ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۸:۱۵	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	۱۳۶۷/۱۱/۱۴	۱۳۵۷/۱۱/۱۵
۵	دوی ۱۰۰ متر همسران زن-بالای ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۸:۳۰	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۵۷/۱۱/۱۴
۶	دوی ۱۰۰ متر کارکنان زن-زیر ۳۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۹	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به بالا	۱۳۶۷/۱۱/۱۵
۷	دوی ۱۰۰ متر کارکنان زن-۳۵ تا ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۹:۱۵	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	۱۳۶۷/۱۱/۱۴	۱۳۵۷/۱۱/۱۵
۸	دوی ۱۰۰ متر کارکنان زن -بالای ۴۵ سال	۱۴۰۲/۱۱/۱۵	یکشنبه	۱۹:۳۰	پیست دو و میدانی مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۵۷/۱۱/۱۴
۹	دارت کارکنان زن	۱۴۰۲/۱۱/۲۹	یکشنبه	۱۸	سالن دارت مجموعه ورزشی	*	*
۱۰	گل امتیازی فوتبال فرزندان دختر ۸ تا ۹ سال	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۸	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	۱۳۹۴/۱۱/۳۰	۱۳۹۲/۱۲/۰۱
۱۱	گل امتیازی فوتبال فرزندان دختر ۱۰ تا ۱۱ سال	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۸:۱۵	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	۱۳۹۲/۱۱/۳۰	۱۳۹۰/۱۲/۰۱
۱۲	گل امتیازی فوتبال فرزندان دختر ۱۲ تا ۱۳ سال	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۸:۳۰	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	۱۳۹۰/۱۱/۳۰	۱۳۸۸/۱۲/۰۱
۱۳	گل امتیازی فوتبال فرزندان دختر بالای ۱۴ سال	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۸:۴۵	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۸۸/۱۱/۳۰
۱۴	گل امتیازی فوتبال همسران زن	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۹	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	*	*
۱۵	گل امتیازی فوتبال کارکنان زن	۱۴۰۲/۱۱/۳۰	دوشنبه	۱۹:۴۵	سالن چند منظوره مجموعه ورزشی	*	*
۱۶	شوت بسکتبال فرزندان دختر ۸ تا ۹ سال	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۸	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	۱۳۹۴/۱۲/۰۱	۱۳۹۲/۱۲/۰۲
۱۷	شوت بسکتبال فرزندان دختر ۱۰ تا ۱۱ سال	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۸:۱۵	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	۱۳۹۲/۱۲/۰۱	۱۳۹۰/۱۲/۰۲
۱۸	شوت بسکتبال فرزندان دختر ۱۲ تا ۱۳ سال	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۸:۳۰	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	۱۳۹۰/۱۲/۰۱	۱۳۸۸/۱۲/۰۲
۱۹	شوت بسکتبال فرزندان دختر بالای ۱۴ سال	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۸:۴۵	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	به پایین	۱۳۸۸/۱۲/۰۱
۲۰	شوت بسکتبال همسران(زن)	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۹	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	*	*
۲۱	شوت بسکتبال کارکنان زن	۱۴۰۲/۱۲/۰۱	سه شنبه	۱۹:۴۵	سالن بسکتبال مجموعه ورزشی	*	*