

آزمون ایستگاهی آقایان

شرح آزمون :

طبق تصویر، در ایستگاه یک شرکت کننده با فرمان استارتر تعداد ۷ شنای سوئدی انجام میدهد و بعد به سمت ایستگاه دوم (۸ لاتین) حرکت می کند و بعد از عبور از آن به ایستگاه سوم یعنی (ایستگاه پرش جفتی از روی خط ۱۵ سانتی متری) میرسد. در این ایستگاه ۸ بار حرکت پرش به طرفین را با شمارش داور انجام می دهد و پس از گذشتن از سمت راست پرچم به ایستگاه چهارم (جابجایی وزنه ها) می رسد و در این ایستگاه وزنه ۱ را به خانه ۱ روبرو، وزنه ۲ را به خانه ۲ و به همین ترتیب وزنه های ۳ و ۴ را در محل های خود گذاشته و پس از گذشتن از پرچم مجاور ایستگاه به گوشه زمین حرکت کرده و از سمت راست پرچم گوشه زمین به ایستگاه پنجم (جابجایی مدیسن بال) می رسد که در این ایستگاه توپ پزشکی به وزن ۴ کیلو گرم را از سبد برداشته، پرچم روبرو را به فاصله ۵ متر دور زده مجدداً توپ را به داخل سبد گذاشته و پس از گذشتن از پرچم مجاور به طرف ایستگاه ششم پرش از روی مانع به ارتفاع ۴۰ سانتیمتر و عبور از زیر مانع به ارتفاع ۸۰ سانتی متر و پرش از مانع سوم و عبور از مانع چهارم و پرش از مانع پنجم و با سرعت به طرف خط پایان حرکت میکند.

در انجام حرکات به ترتیب :

- در ایستگاه ۱، در صورت خطا در شنا شمارش صورت نمی گیرد.
- در ایستگاه ۲ حرکت می بایست بر طبق کروکی انجام گیرد. در صورت عدم حرکت در مسیر تعیین شده اصلاح حرکت می بایست صورت پذیرد و در برخورد با پرچم ها خطای یک ثانیه منظور می گردد.
- در ایستگاه ۳ باید ۸ بار به صورت جفت به طرفین پرش انجام گیرد. در صورت تماس پا با خط ۱۵ سانتی متری شمارش صورت نمی گیرد.
- در ایستگاه ۴ جابجایی وزنه ها به ترتیب شماره ۱ تا ۴ در خانه های روبرو گذاشته می شود. پرتاب وزنه مشمول خطای یک ثانیه و عدم قرارگیری در خانه مربوطه اصلاح حرکت انجام می گیرد.
- در ایستگاه ۵ حمل توپ باید در مسیر مشخص شده انجام شود و در غیر این صورت اصلاح حرکت صورت می گیرد و عدم قرارگیری توپ در محل مشخص شده خطای یک ثانیه منظور می گردد.
- در ایستگاه ۶ برخورد با مانع در صورت حرکت مانع و افتادن آن مشمول خطای ۱ ثانیه می گردد و اما برخورد جزئی یا مانع که منجر به جابجایی مانع و افتادن آن نشود خطا محسوب نمی شود.

