



الدليل المرجعي لمنافسات وبطولات اليوغا



بطولات اليوغا الاحترافية:



تقام البطولة لارب فئات عمرية مختلفة لكل جنس:

اليوغاسانا الفردية التقليدية

الفئات العمرية

الفئة العمرية	المجموعة العمرية
الاناث الناشئات	من 06 إلى 14 سنة
الذكور الناشئين	من 06 إلى 14 سنة
الاناث الشباب	من 15 إلى 21 سنة
الذكور الشباب	من 15 إلى 21 سنة
الاناث الكبار	من 22 إلى 29 سنة
الذكور الكبار	من 22 إلى 29 سنة
الاناث الاساتذة	من 30 فما فوق
الذكور الاساتذة	من 30 فما فوق

- الحد الأدنى لتسجيل اللاعبين 3
- الحد الأعلى لتسجيل اللاعبين 20



وضعية اليوغا للمنافسات والبطولات



Commented [LA1]: For rhythmic not traditional right?

Commented [LA2R1]: Only include traditional yoga regulations

أحكام عامة:



- يبدأ حكم الوقت باحتساب المدة الزمنية للاداء بمجرد أن يكون المتسابق في حالة استعداد وثبات لتقديم العرض .
- يجب أن يكون الزي ملائم ومحتشم بحيث يكون مغلق الى خط الرقبة ومكون من خامة غير شفافة.
- يجب أن تكون تصفيفة الشعر مرفوعة، ولا يسمح بمساحيق التجميل المبالغ بها للإناث.
- لا يسمح باستخدام أدوات اليوغا الداعمة.

لمس أو تجاوز خط الحدود عند تقديم العرض يعتبر خطأً

أثناء أداء الوضعيات الإلزامية لا يُسمح بأي محاولة ثانية.

- أثناء أداء جولة النهائي والوضعية الاختيارية، يتاح للمتسابق ثلاث محاولات كحد أقصى مع خصم علامة واحدة مع

Commented [LA3]: Lose points and how much

Commented [LA4]: If we announce this we have to stick to it, ie. no second attempt, etc.

Commented [LA5R4]: Double check IYSF new regulations

اللجنة
السعودية
اليوغا
SAUDI YOGA
COMMITTEE



كل محاولة. و في حالة فشل المحاولة الثالثة، لن يتم منح أي علامات للمتسابق.

لتفاصيل القواعد التي تنظم مسابقات و بطولات
اليوغا في المملكة العربية السعودية والمقامة من
اللجنة السعودية لليوغا يرجى الرجوع لللائحة الفنية
التطبيقية لبطولات ومسابقات اليوغا الاحترافية