



التعليمات الفنية للبطولات المحلية لجهاز الايروبيك للموسم الرياضي 2025 - 2026

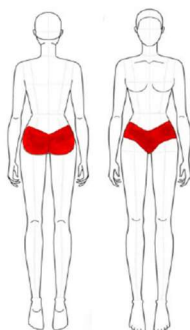


أولاً: التعليمات العامة:

1. يشترك اللاعب في المرحلة السنوية التي تلائم مع سنة فقط.
2. غير مسموح للاعب الاشتراك في مرحلتين سنيتين مختلفتين في نفس الموسم.
3. يجب أن يؤدي اللاعب المهارات المطلوبة بأمان وسلام تام.
4. يحق لأي هيئة رياضية أو للأكاديميات الخاصة المصرح لها من قبل الاتحاد المصري للجهاز ومعمدة لدية تسجيل اللاعب الواحد في أكثر من فرع من فروع الجهاز بجانب فرع الايروبيك.
5. يمكن لكل لاعب او لاعبة الاشتراك بحد أقصى في ثلاث جمل مع اختلاف المسابقة (IW-IM-MP-TR-GR).
6. لا يسمح اشتراك اللاعب او اللاعبة في نفس المسابقة لأكثر من جملة واحدة (IW-IM-MP-TR-GR).
7. مسابقة الزوجي شرط (لاعب-لاعبة) في نفس المرحلة السنوية.
8. مسابقة الثلاثي (ثلاث لاعبات - ثلاثة لاعبين - مختلط) في نفس المرحلة السنوية.
9. مسابقة الخماسي (خمس لاعبات - خمسة لاعبين - مختلط) في نفس المرحلة السنوية.
10. يسمح للاعبين واللاعبات ارتداء حذاء الايروبيك القانوني فقط اجباريا في جميع البطولات لجميع المراحل السنوية.
11. لابد من وضع شعار النادي علي المايوه ويخصم من اللاعب او اللاعبة 0.3 درجة في حالة عدم وجود الشعار.
12. لابد من توحيد المايوه والجوارب والاحذية في مسابقات الزوجي والثلاثي والخماسي في جميع المراحل السنوية والا يخصم من الفريق 0.3 درجة.
13. غير مسموح للاعبين الدوليين لجهاز الايروبيك ولاعبين المنتخب القومي لجهاز الايروبيك بالمشاركة باي فرع اخر من فروع الجهاز في البطولات المحلية والدولية الا بموافقة إدارة الاتحاد المصري للجهاز.
14. للبطولة الاولى (كاس مصر) يتم تطبيق جميع بنود القانون الدولي لجهاز الايروبيك (2025-2028) بالإضافة الي كافة التعديلات المنشورة على الصفحة الرسمية للاتحاد الدولي للجهاز.

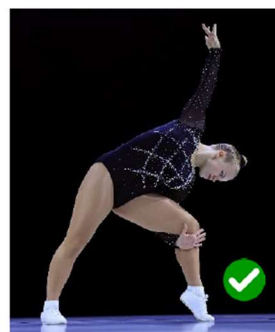
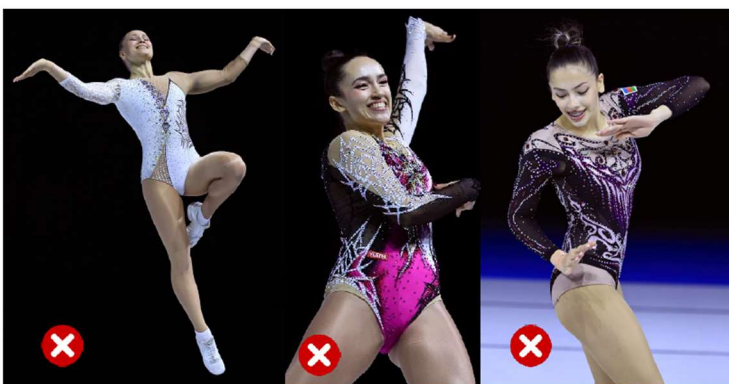
15. للبطولة الثانية (بطولة الجمهورية) يتم تطبيق جميع بنود القانون الدولي لجمباز الايروبيك (2025-2028) بالإضافة الي كافة التعديلات المنشورة على الصفحة الرسمية للاتحاد الدولي للجمباز.
16. يتم الالتزام بارتداء المايوه كما موضح بالصور بالقانون الدولي وفي حالة عدم الالتزام يتم خصم 0.3.

Picture 1



"Pelvic / Crotch Area"

The red area is the specific area which must not be in skin color.





التعليمات الفنية للبطولات المحلية لجمباز الايروبيك للموسم الرياضي 2025 - 2026



17. يتم الالتزام بعمل البلوك **COMPULSORY AMP BLOCK** للمراحل من 7 الي 11 سنة موضح بها الخطوات الأساسية بحيث يكون عمل 4 سيكونس متتالية للجمل وفي حالة عدم تطبيق المذكور أعلاه يتم خصم نصف درجة.

18. الاعمار السنية (12 سنة – 14 سنة – درجة ثانية – درجة أولى) يتم التزام المدربين بتسليم الموسيقى على فلاش ميموري لمنسق الموسيقى المتواجد بالبطولة ولن يتم تشغيل أي موسيقى عن طريق التليفون المحمول.

19. يتم خصم 0.5 من درجة اللاعب في حالة صدور اي تصرفات مما تم ذكرها بالقانون الدولي.

20. يتم الالتزام بالتعليمات الفنية و التعليمات العامة الخاصة بالاتحاد المصري للجمباز و المحافظه على نظام سير البطولة من قبل المدربين و اللاعبين و اولياء الامور و في حالة مخالفة اي من تلك التعليمات يتم اتخاذ الاجراءات اللازمة من قبل الاتحاد المصري للجمباز ضد الهيئة المخالفة

21. يجب على اللاعب و المدرب الالتزام بارتداء الزي الرسمي للهيئة سواء كان (تى شيرت \ ترانينج)

مطبوع عليه لوجو الهيئة والا لن يتم السماح بدخول اللاعبين.

ثانيا: المسابقات لكل مرحلة سنية:

أ. المسابقات الفردية:

المرحلة السنية	المواليد
7 سنوات	2019
8 سنوات	2018
9 سنوات	2017
10 سنوات	2016
11 سنة	2015
12 سنة	2014
14 سنة	2012 - 2013
درجة ثانية	2009 - 2010 - 2011
درجة اولي	2008 و اكبر



التعليمات الفنية للبطولات المحلية لجمباز الايروبيك
للموسم الرياضي
2025 - 2026



ب. مسابقات الزوجي - الثلاثي - الخماسي

الموالب	المرحلة السنفة
2018 - 2019	8 سنوات
2017 - 2016 - 2015	11 سنة
2012 - 2013 - 2014	14 سنة
2010 - 2009 - 2008	درجة ثانية
2008 واکبر	درجة اولف

ثالثا: المراحل السنوية والمستويات:

- 1- مرحلة 7 سنوات فردي (مواليد 2019) وتعتبر هذه المرحلة مهرجان رياضي:
 - 1.1- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
 - 1.1.1- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11.5 درجة وأكثر.
 - 2.1.1- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 10 درجة.
 - 3.1.1- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 8.5 درجة.
 - 4.1.1- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
 - 5.1.1- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
 - 2.1- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
 - 1.2.1- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12 درجة وأكثر.
 - 2.2.1- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 10.5 درجة.
 - 3.2.1- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 9 درجة.
 - 4.2.1- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
 - 5.2.1- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 2- مرحلة 8 سنوات فردي (مواليد 2018) وتعتبر هذه المرحلة مهرجان رياضي:
 - 1.2- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
 - 1.1.2- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12 درجة وأكثر.
 - 2.1.2- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 10.5 درجة.
 - 3.1.2- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 8.5 درجة.
 - 4.1.2- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
 - 5.1.2- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
 - 2.2- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
 - 1.2.2- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12.5 درجة وأكثر.
 - 2.2.2- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11 درجة.
 - 3.2.2- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 9 درجة.
 - 4.2.2- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
 - 5.2.2- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

- 3- مرحلة 8 سنوات جماعي (مواليد 2018-2019) وتعتبر هذه المرحلة مهرجان رياضي:
- 1.3- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
- 1.1.3- المستوي الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **11.5** درجة وأكثر.
- 2.1.3- المستوي الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **10** درجة.
- 3.1.3- المستوي الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **8.5** درجة.
- 4.1.3- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
- 5.1.3- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 2.3- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
- 1.2.3- المستوي الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **12** درجة وأكثر.
- 2.2.3- المستوي الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **10.5** درجة.
- 3.2.3- المستوي الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **9** درجة.
- 4.2.3- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
- 5.2.3- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 4- مرحلة 9 سنوات فردي (مواليد 2017):
- 1.4- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
- 1.1.4- المستوي الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **12.5** درجة وأكثر.
- 2.1.4- المستوي الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **10.5** درجة.
- 3.1.4- المستوي الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **8.5** درجة.
- 4.1.4- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
- 5.1.4- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 2.4- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
- 1.2.4- المستوي الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **13** درجة وأكثر.
- 2.2.4- المستوي الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **11** درجة.
- 3.2.4- المستوي الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات **9** درجة.
- 4.2.4- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
- 5.2.4- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

5- مرحلة 10 سنوات فردي (مواليد 2016):

- 1.5- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
1.1.5- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13 درجة وأكثر.
2.1.5- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11 درجة.
3.1.5- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 9 درجة.
4.1.5- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.1.5- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

2.5- نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:

- 1.2.5- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13.5 درجة وأكثر.
2.2.5- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11.5 درجة.
3.2.5- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 9.5 درجة.
4.2.5- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.2.5- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

6- مرحلة 11 سنة فردي (مواليد 2015):

- 1.6- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
1.1.6- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13.5 درجة وأكثر.
2.1.6- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12.5 درجة.
3.1.6- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11.5 درجة.
4.1.6- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.1.6- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

2.6- نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:

- 1.2.6- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة وأكثر.
2.2.6- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13 درجة.
3.2.6- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12 درجة.
4.2.6- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.2.6- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

7- مرحلة 11 سنة جماعي (مواليد 2017-2016-2015):

- 1.7- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
1.1.7- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12.5 درجة وأكثر.
2.1.7- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 10.5 درجة.
3.1.7- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 8.5 درجة.
4.1.7- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.1.7- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

2.7- نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:

- 1.2.7- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13 درجة وأكثر.
2.2.7- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 11 درجة.
3.2.7- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 9 درجة.
4.2.7- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.2.7- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

8- مرحلة 12 سنة فردي (مواليد 2014):

- 1.8- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
1.1.8- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة وأكثر.
2.1.8- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13 درجة.
3.1.8- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12 درجة.
4.1.8- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.1.8- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
2.8- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
1.2.8- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14.5 درجة وأكثر.
2.2.8- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13.5 درجة.
3.2.8- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 12.5 درجة.
4.2.8- ميدالية مشاركة لباقي اللاعبين.
5.2.8- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

- 9- مرحلة 14 سنة فردي (مواليد 2012-2013):
- 1.9- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
- 1.1.9- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14.5 درجة وأكثر.
- 2.1.9- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة.
- 3.1.9- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13.5 درجة.
- 4.1.9- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 2.9- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
- 1.2.9- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 15 درجة وأكثر.
- 2.2.9- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14.5 درجة.
- 3.2.9- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة.
- 4.2.9- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 5.2.9- درجات تحقيق المستوى للانتقال الي مرحلة الدرجة الثانية يتم احتسابها لمواليد 2012 فردي (رجال\نسأت) من نتيجة بطولة الجمهورية فقط ويكون مجموع الدرجات 14.5 درجة.
- 10- مرحلة 14 سنة جماعي (مواليد 2012-2013-2014):
- 1.10- تحدد نتائج البطولة الاولى (كاس مصر) كالآتي:
- 1.1.10- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14.5 درجة وأكثر.
- 2.1.10- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة.
- 3.1.10- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 13.5 درجة.
- 4.1.10- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.
- 5.1.10- تحدد نتائج البطولة الثانية (بطولة الجمهورية) كالآتي:
- 6.1.10- المستوى الاول والميدالية الذهبية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 15 درجة وأكثر.
- 7.1.10- المستوى الثاني والميدالية الفضية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14.5 درجة.
- 8.1.10- المستوى الثالث والميدالية البرونزية للاعبين الحاصلين على مجموع درجات 14 درجة.
- 9.1.10- يتم تسليم كل لاعب شهادة بالمستوي الذي حققه.

11- مرحلة الدرجة الثانية فردي رجال (مواليد 2009-2010-2011) تقام بطولة الجمهورية على مرحلتين (مرحلة التصفيات - مرحلة النهائي) إذا كان عدد اللاعبين المشاركين في البطولة 30 لاعب أو أكثر على ان يتم اختيار أحسن 8 لاعبين من مرحلة التصفيات للتأهل لمرحلة النهائي بدون حد أقصى للنادي:

1.11- تحدد نتائج بطولة الجمهورية من مرحلة النهائي كالآتي:
1.1.11- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).

12- تقام بطولة الجمهورية على مرحلة واحدة إذا كان عدد اللاعبين المشاركين في البطولة اقل من 30 لاعب:

1.12- تحدد نتائج بطولة الجمهورية كالآتي:
1.1.12- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).
2.1.12- **ملحوظة هامة:** يتم احتساب درجات التفوق الرياضي من نتيجة مرحلة النهائي إذا كان عدد اللاعبين المشاركين في البطولة 30 لاعب أو أكثر في مرحلة التصفيات ويتم احتساب درجات التفوق الرياضي من نتيجة مرحلة التصفيات إذا كان عدد اللاعبين المشاركين اقل من 30 لاعب.

13- مرحلة الدرجة الثانية فردي أنسات (مواليد 2011) تقام بطولة الجمهورية على مرحلتين (مرحلة التصفيات - مرحلة النهائي) على ان يتم اختيار أحسن 20 لاعبه من مرحلة التصفيات للتأهل لمرحلة النهائي بدون حد أقصى للنادي:

1.13- تحدد نتائج بطولة الجمهورية من مرحلة النهائي كالآتي:
1.1.13- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).
2.1.13- **ملحوظة هامة:** يتم احتساب درجات التفوق الرياضي من نتيجة مرحلة النهائي.

14- مرحلة الدرجة الثانية فردي أنسات (مواليد 2010) تقام بطولة الجمهورية على مرحلتين (مرحلة التصفيات - مرحلة النهائي) على ان يتم اختيار أحسن 20 لاعبه من مرحلة التصفيات للتأهل لمرحلة النهائي بدون حد أقصى للنادي:

1.14- تحدد نتائج بطولة الجمهورية من مرحلة النهائي كالآتي:
1.1.14- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).
2.1.14- **ملحوظة هامة:** يتم احتساب درجات التفوق الرياضي من نتيجة مرحلة النهائي.



التعليمات الفنية للبطولات المحلية لجهاز الايروبيك للموسم الرياضي 2025 - 2026



15- مرحلة الدرجة الثانية فردي أنسات (مواليد 2009) تقام بطولة الجمهورية على مرحلتين (مرحلة التصفيات - مرحلة النهائي) على أن يتم اختيار أحسن 20 لاعبه من مرحلة التصفيات للتأهل لمرحلة النهائي بدون حد أقصى للنادي:

- 1.15- تحدد نتائج بطولة الجمهورية من مرحلة النهائي كالآتي:
 - 1.1.15- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).
 - 2.1.15- **ملحوظة هامة:** يتم احتساب درجات التفوق الرياضي من نتيجة مرحلة النهائي.

16- مرحلة الدرجة الثانية جماعي (مواليد 2009-2010-2011) تقام بطولة الجمهورية على مرحلة واحدة:

- 1.16- تحدد نتائج بطولة الجمهورية كالآتي:
 - 1.1.16- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير)
 - 2.1.16- درجات تحقيق المستوي للانتقال الي مرحله الدرجة الاولى يتم احتسابها لمواليد 2009 فردي (رجال\أنسات) من نتيجة بطولة الجمهورية فقط ويكون مجموع الدرجات 15.5 درجة.

17- مرحلة الدرجة الأولى فردي (مواليد 2008 وما قبلها) تقام بطولة الجمهورية على مرحلة واحدة:

- 1.17- تحدد نتائج بطولة الجمهورية كالآتي:
 - 1.1.17- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير) ومن المركز الرابع إلى المركز الثامن (شهادة تقدير فقط).

18- مرحلة الدرجة الأولى جماعي (مواليد 2008 وما قبلها) تقام بطولة الجمهورية على مرحلة واحدة:

- 1.18- تحدد نتائج بطولة الجمهورية كالآتي:
 - 1.1.18- تحدد ترتيب المراكز من الأول إلى الثالث (ميدالية + شهادة تقدير)

اللجنة الفنية لجهاز الايروبيك