ကြက်တောင်အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၄၄ ပေ
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၀ ပေ
(ဂ)	တိုင်အမြင့်/အမျိုးအစား	-	၅ ပေ ၁ လက်မ/ Victor
(ဃ)	ပိုက်အမြင့်	-	၅ ပေ
(င)	ပိုက်အလျား	-	၂၀ ပေ
(စ)	ပိုက်အနံ	-	၂ ပေ ၆ လက်မ
(ဆ)	လိုင်းဗျက်	-	၁.၅ လက်မ
(ဇ)	ပိုက်အရောင်	-	အရောင်ရင့်
(ဈ)	Metress အမျိုးအစား/ အရောင်	-	Victor / အစိမ်းရောင်
(ည)	ရုံအမြင့်	-	(၂၆ ပေ)ရှိရမည်။
(ဋ)	ကင်းလွတ်ဇုန်	-	
	(၁) ကွင်းနှင့်ပွဲကြည့်စင်	-	၅ မီတာ
	(၂) ကွင်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခုကြား	-	၅ မီတာ
(ဌ)	မီးအလင်းအရောင်	-	၁၀၀၀ (Luxနှင့် ၁၅၀၀ Lux ကြား) ၄၅ ဒီဂရီ
(ဍ)	အပူချိန်	-	၁၆ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့်၂၅ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်ကြား

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - ၆ ကွင်း

(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - ၂ ကွင်း

(ဂ) ပိုက်အပေါ်တန်းကို (၃လက်မ)အဖြူရောင်ပိတ်စဖြင့် အနားကွပ်ထားရမည်။

(ဃ) ပိုက်တိုင်ကို ဘေးစည်းပေါ်တွင် စိုက်ထူရမည်။

(င) တစ်ဦးချင်းပွဲအတွက် အငှားတိုင် စိုက်ထူရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) Score Board

(ခ) PA System

(ဂ) **ကြက်တောင်**

(၁) အောက်ခံ၌စိုက်ထားသောအတောင် - (၁၆)တောင်

(၂) အောက်ခံဖော့အလေးချိန် - ၄.၇၄ မှ ၅.၅၀ ဂရမ်

(၃) ရက်ကက်အလျား - ၂၆ေ ၂ ၃/၄ထက်မပိုစေရ

(ဃ) ကွန်ပြူတာ

(င) လုံလောက်သော LCD TV

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) အမျိုးသားအသင်းလိုက်

(၂) အမျိုးသမီးအသင်းလိုက်

(၃) အမျိုးသားတစ်ဦးချင်းတံခွန်စိုက်ပြိုင်ပွဲ

(၄) အမျိုးသမီးတစ်ဦးချင်းတံခွန်စိုက်ပြိုင်ပွဲ

(၅) အမျိုးသားနှစ်ယောက်တွဲတံခွန်စိုက်ပြိုင်ပွဲ

(၆) အမျိုးသမီးနှစ်ယောက်တွဲတံခွန်စိုက်ပြိုင်ပွဲ

(၇) အမျိုးသားအမျိုးသမီး နှစ်ယောက်တွဲတံခွန်စိုက်ပြိုင်ပွဲ

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ (၂၇) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း (၆၃) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) အမျိုးသမီးတစ်ဦးချင်းနှင့်နှစ်ယောက်တွဲ (၁၅)မှတ် (၃)ပွဲ

(၂) အမျိုးသမီးတစ်ဦးချင်း (၁၁) မှတ် (၃)ပွဲ

(၃) အမျိုးသမီး(၂)ယောက်တွဲနှင့် (ကျား+မ) နှစ်ယောက်တွဲ (၁၅) မှတ် (၃)ပွဲ

(၄) အမျိုးသားတစ်ဦးချင်းနှင့်နှစ်ယောက်တွဲ (၁၅) မှတ် (၃)ပွဲ

(၅) အကယ်၍(ကက)နှင့် (ဂဂ)အတန်းများတွင် (၁၄)မှတ်တူလျှင်သော် လည်းကောင်း၊ (ခခ)တန်းတွင် (၁၀)မှတ် တူလျှင်သော် လည်းကောင်း Setting အမှတ်ပို(၃)မှတ်ကစားရမည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

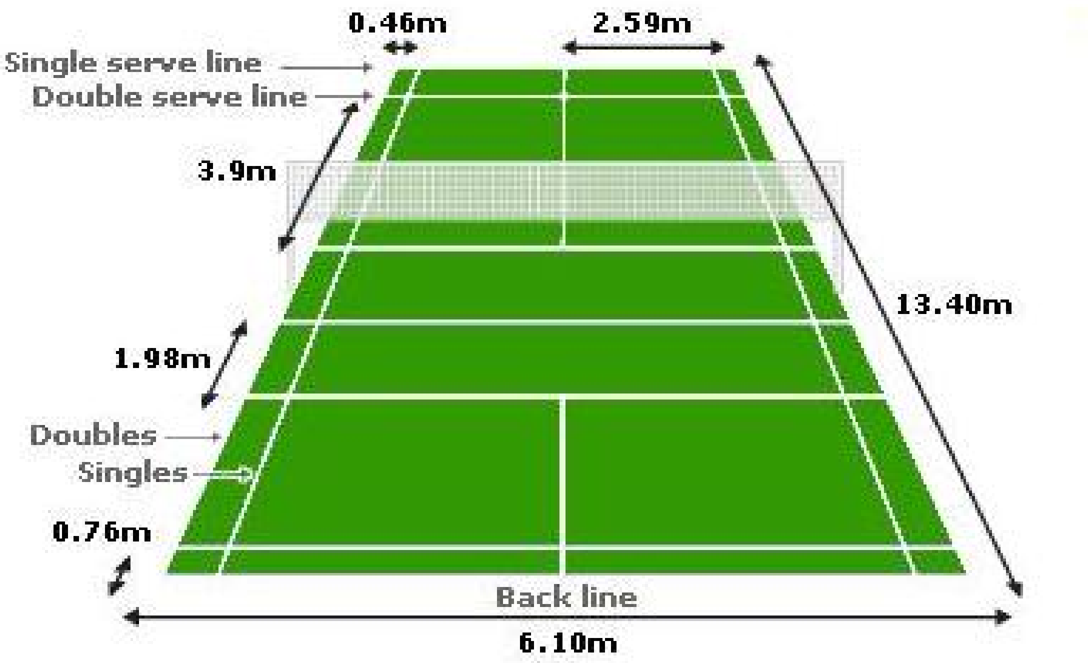
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအားပရိသတ်များမှအနှောင့် အယှက်မဖြစ်စေရ။

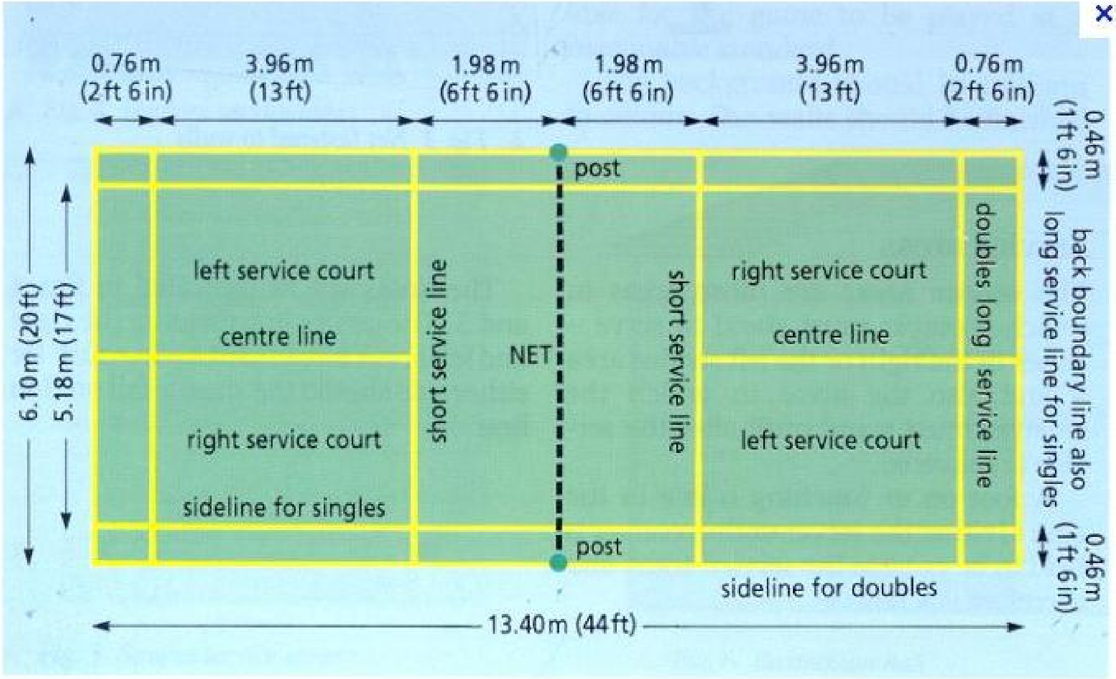
(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

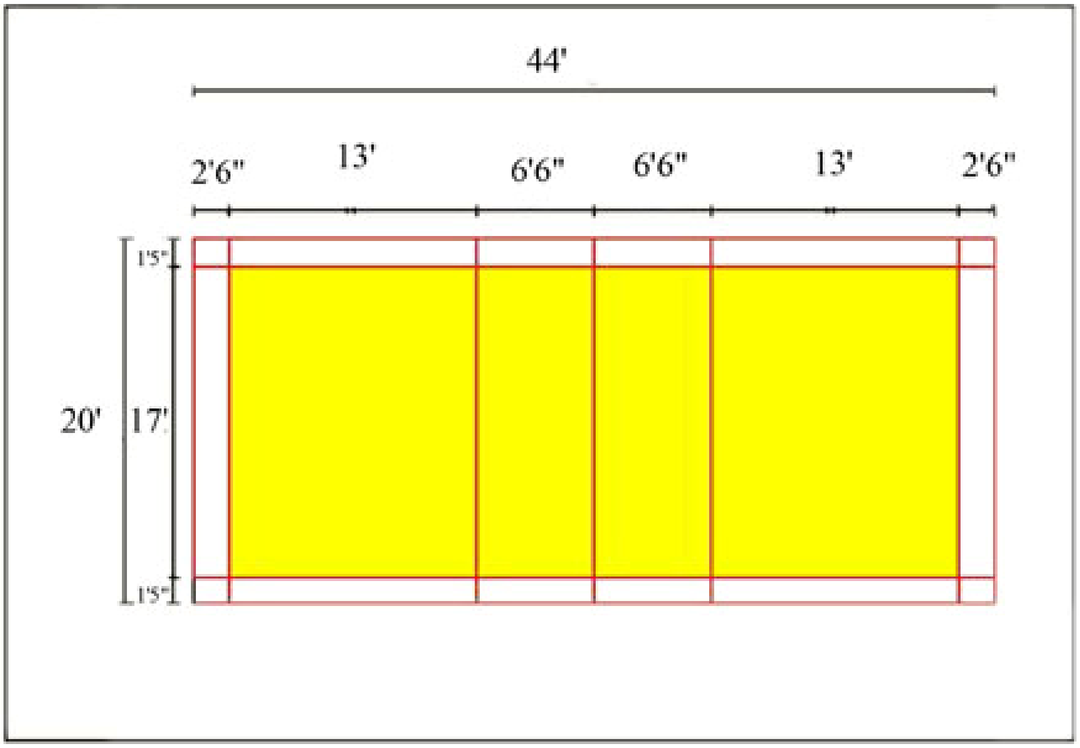
ကြက်တောင်အားကစားကွင်း အတိုင်းအတာ



ကြက်တောင်အားကစားကွင်း အတိုင်းအတာ



ကြက်တောင်အားကစားကွင်း အတိုင်းအတာ



ဂျူဒိုအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) **အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကွင်း**

(၁)မြက်ဖျာတာတမိ (Tatami) - ၁၂၈ ချပ်

(၂)အတိုင်းအတာ(အလျား) - ၄၈ ပေ

(၃)အတိုင်းအတာ(အနံ) - ၄၈ ပေ

(ခ) ကင်းလွတ်ဇုန် - ၉ ပေ x ၉ ပေ

(ဂ) မြက်ဖျာအခက်အခဲရှိလျှင်သင့်တော်ရာပြိုင်ကွင်းအမျိုးအစားကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

(ဃ) အပူချိန် - ၁၆ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့်၂၅ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်ကြား

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၁) ကွင်း

(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - တာတမိ(Tatami)မြက်ဖျာပေ၅၀ ပတ်လည်ရှိလေ့ကျင့်ရေးကွင်း (၂) ကွင်း

(ဂ) မြက်ဖျာတာတမိ(Tatami)ကြမ်းခင်းအားတစ်ခုနှင့်တစ်ခုညီညာချောမွေ့စွာ ထိဆက်စေပြီးရွေ့မသွားစေရန်နှင့်ကွာဟမှုမရှိစေရန်ဆောင်ရွက်ရမည်။

(ဃ) ပရိတ်သတ်များသည်ပြိုင်ပွဲကျင်းပမည့်နေရာနှင့်(၃)မီတာအထက်အကွာတွင် ရှိရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းများလိုအပ်ချက်**

(က) အကဲသာအနိုင်ရရှိမှုဟန်တေ့(Hantei)ဆုံးဖြတ်ရာတွင်သုံးရန်အပြာရောင် အလံ(၃)ခု နှင့် အဖြူရောင်အလံ(၃)ခုလိုအပ်ပါသည်။

(ခ) Score Board

(ဂ) PA System

(ဃ) ကွန်ပျူတာ

(င) လုံလောက်သော LCD TV

(စ) **စံချိန်မှတ်နာရီ**

(၁) ပြိုင်ပွဲအချိန်ကာလသတ်မှတ်ရန် - (၁) လုံး

(၂) အိုဆာအေးကိုးမိ(ချုပ်မိချိန်)မှတ်ရန် - (၂) လုံး

(၃) အရံအချိန်မှတ်ရန် - (၁) လုံး

(ဆ) **အချိန်မှတ်သူများအသုံးပြုသည့်အလံများ**

(၁) အဝါရောင်အလံ - အနားတောင်းသည့်အချိန် (ပြိုင်ပွဲချိန်ပြင်ပ)

(၂) အစိမ်းရောင်အလံ - အိုဆာအေးကိုးမိပြုလုပ်ရန်အချိန်

(ဇ) ပေါင်ချိန်စက်

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

အမျိုးသား	**အမျိုးသမီး**
Nage – Kata	Juno – Kata
(-၅၅) ကီလိုတန်း	(-၄၅) ကီလိုတန်း
(-၆၀) ကီလိုတန်း	(-၄၈) ကီလိုတန်း
(-၆၆) ကီလိုတန်း	(-၅၂) ကီလိုတန်း
(-၇၃) ကီလိုတန်း	(-၅၇) ကီလိုတန်း
(-၈၁) ကီလိုတန်း	(-၆၃) ကီလိုတန်း
(-၉၀) ကီလိုတန်း	(-၇၀) ကီလိုတန်း
(-၁၀၀) ကီလိုတန်း	(-၇၈) ကီလိုတန်း
(+၁၀၀) ကီလိုတန်း	(+၇၈) ကီလိုတန်း

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ (၂၅) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း (၂၀) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) ပြိုင်ပွဲ(၁)ပွဲယှဉ်ပြိုင်မှုကြာချိန် - ၅ မိနစ်

(၂) ရမှတ်တူညီပါက (သို့) ပြိုင်ပွဲဝင် (၂) ဦး စလုံးအမှတ်မရရှိပါက အချိန်ပို (Gold Score) (၃) မိနစ်ဆက်လက်ယှဉ်ပြိုင်ရမည်။

(၃) **ထိချက်ရမှတ်များ**

(ကက) Ippon (တစ်ချက်ကောင်း)

(ခခ) Wa Za Ari (တစ်ဝက်ကောင်း)

(ဂဂ) Yuko (အကဲသာ)

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ခ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊ အသံလွှင့်ခန်း၊ ရေဒီယိုခန်း၊ ရုပ်မြင်သံကြားခန်း၊ လျှပ်စစ်မီး

ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(ဂ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

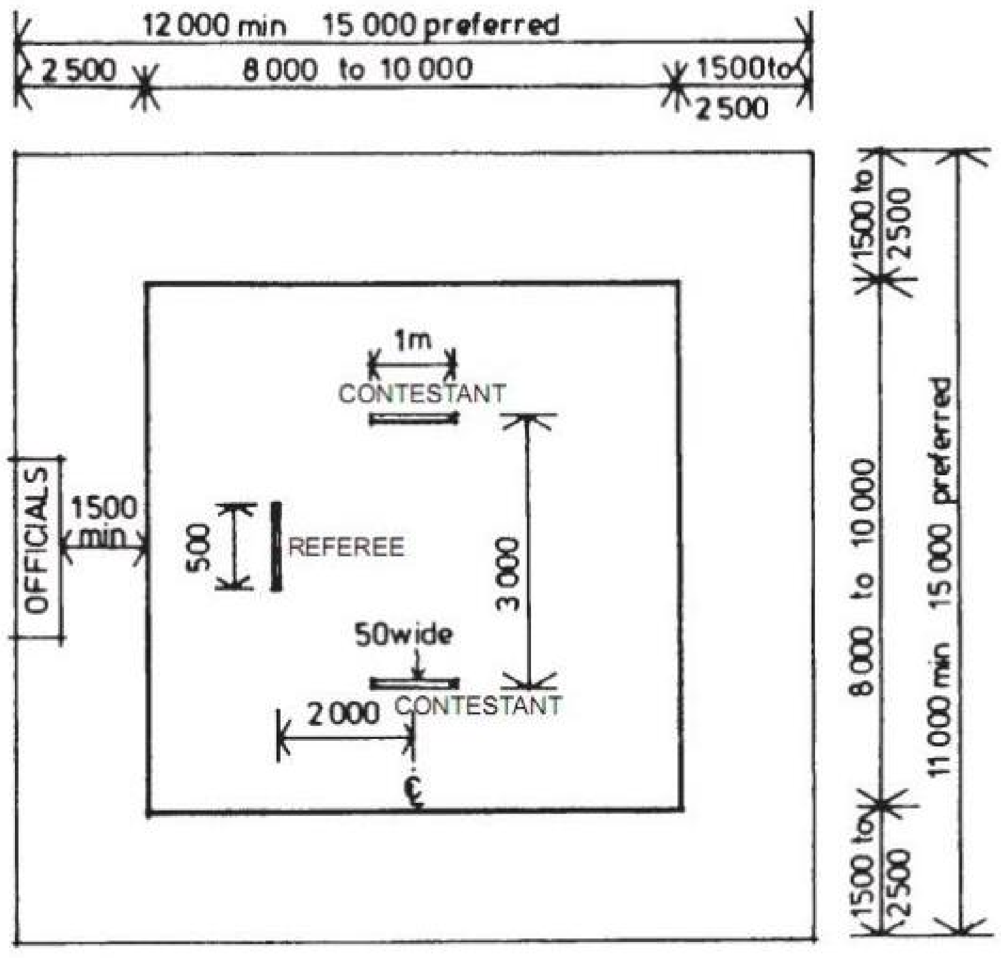
(င) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

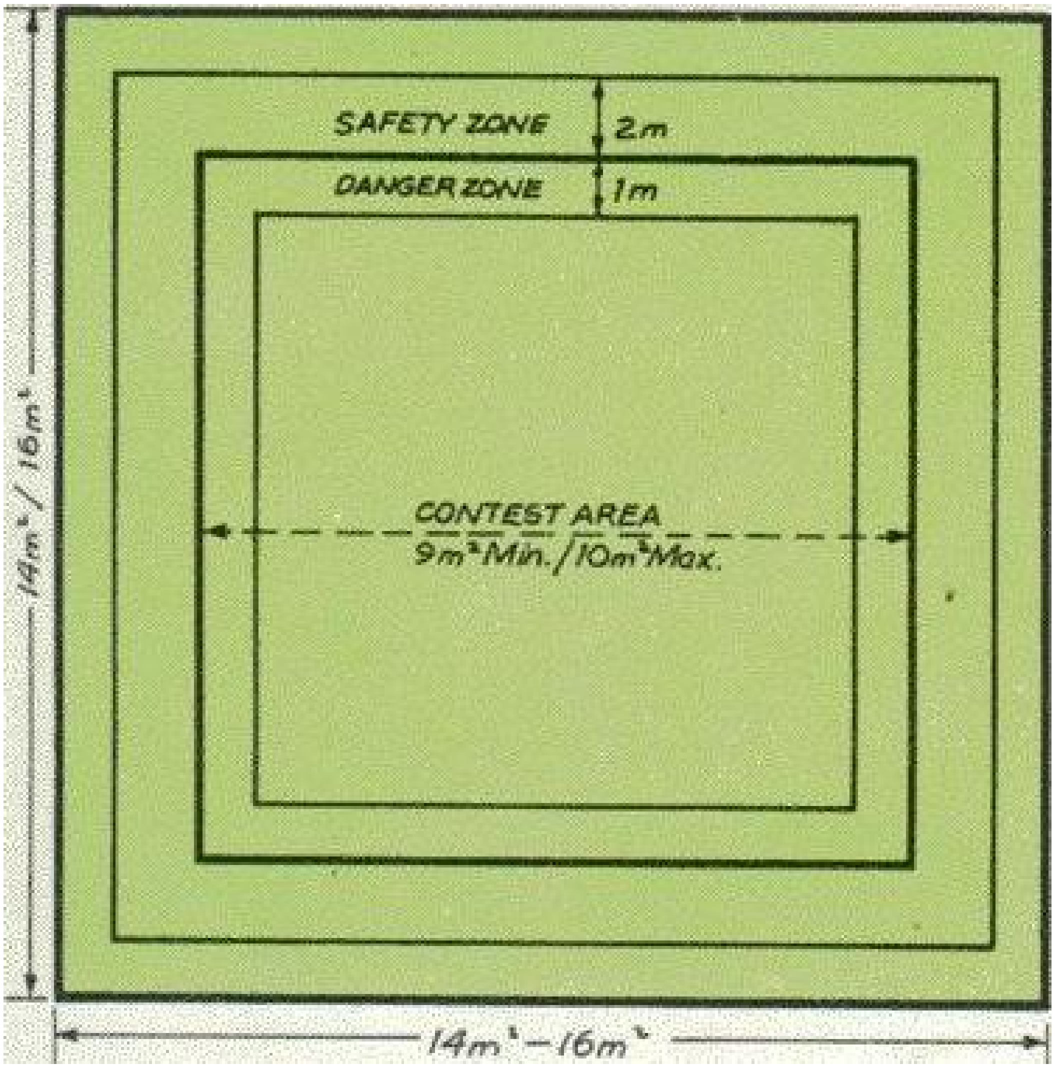
(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအပြင်တွင် လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

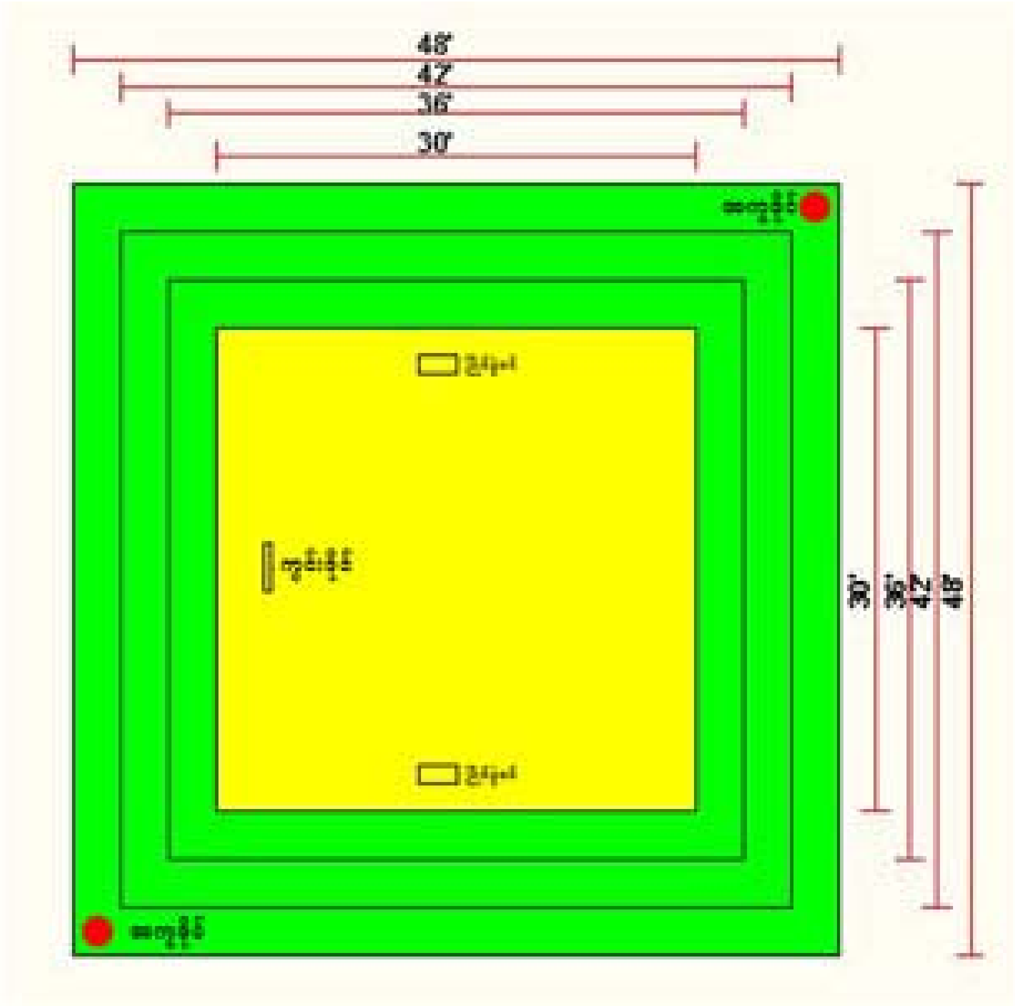
ဂျူဒိုပြိုင်ကွင်း၏ အတိုင်းအတာ



ဂျူဒိုပြိုင်ကွင်း၏ အတိုင်းအတာ



ဂျူဒိုပြိုင်ကွင်း၏ အတိုင်းအတာ



ကရာတေးဒိုအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၂ မီတာ
(ခ)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၂ မီတာ
(ဂ)	Mattress အခင်း	-	(၂) ခု (WKF မှ အသိအမှတ်ပြုရမည်။)
(ဃ)	ကြမ်းခင်းအတိုင်းအတာ	-	(၄၀ x ၂၀ x ၁၂) မီတာ
(င)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအပြင်စည်း	-	၈ မီတာ
(စ)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအတွင်းစည်း	-	၆ မီတာ

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ဂ)	ကွင်း(၁)ကွင်းနှင့်(၁)ကွင်းအကွာအဝေး	-	(၁၀) မီတာ

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ

(ခ) မောင်း(သို့မဟုတ်) ခေါင်းလောင်း

(ဂ) ခရာ

(ဃ) အလံ (၃၀ x ၃၀) စင်တီမီတာ (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ) (တိုင်ပါ)

(င) ပြိုင်ပွဲအချက်ပြမီးဘုတ် (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ)

(စ) ပြိုင်ပွဲအချိုပြ မီးဘုတ်ပါစင်

(ဆ) PA System

(ဇ) Electronic Score Computer System

(ဈ) LCD TV

(ည) ပေါင်ချိန်စက်

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) **<u>အမျိုးသား</u>**

(ကက) တစ်ဦးချင်း	‘ ခတ’
(ခခ) အသင်းလိုက်	‘ ခတ’
(ဂဂ) ၅၅ ကီလိုနှင့်အောက်	‘ ကုမိတဲ့ ’
(ဃဃ) ၆၀ ကီလိုနှင့်အောက်	‘ ကုမိတဲ့ ’

(ငင) ၆၅ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(စစ) ၇၀ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ဆဆ) ၇၅ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ဇဇ) ၇၅ ကီလိုအထက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ဈဈ) အသင်းလိုက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(၂) **<u>အမျိုးသမီး</u>**

(ကက) တစ်ဦးချင်း ‘ ခတ’

(ခခ) အသင်းလိုက် ‘ ခတ’

(ဂဂ) ၄၈ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ဃဃ) ၅၃ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ငင) ၆၀ ကီလိုနှင့်အောက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(စစ) ၆၀ ကီလိုအထက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ဆဆ) အသင်းလိုက် ‘ ကုမိတဲ့ ’

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၃၅) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၆) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) Ippon (တစ်ချက်ကောင်း)
(၂) Wa Za Ari (တစ်ဝက်ကောင်း)
(၃) Yuko (အကဲသာ)

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့်နိုင်ငံတကာမှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

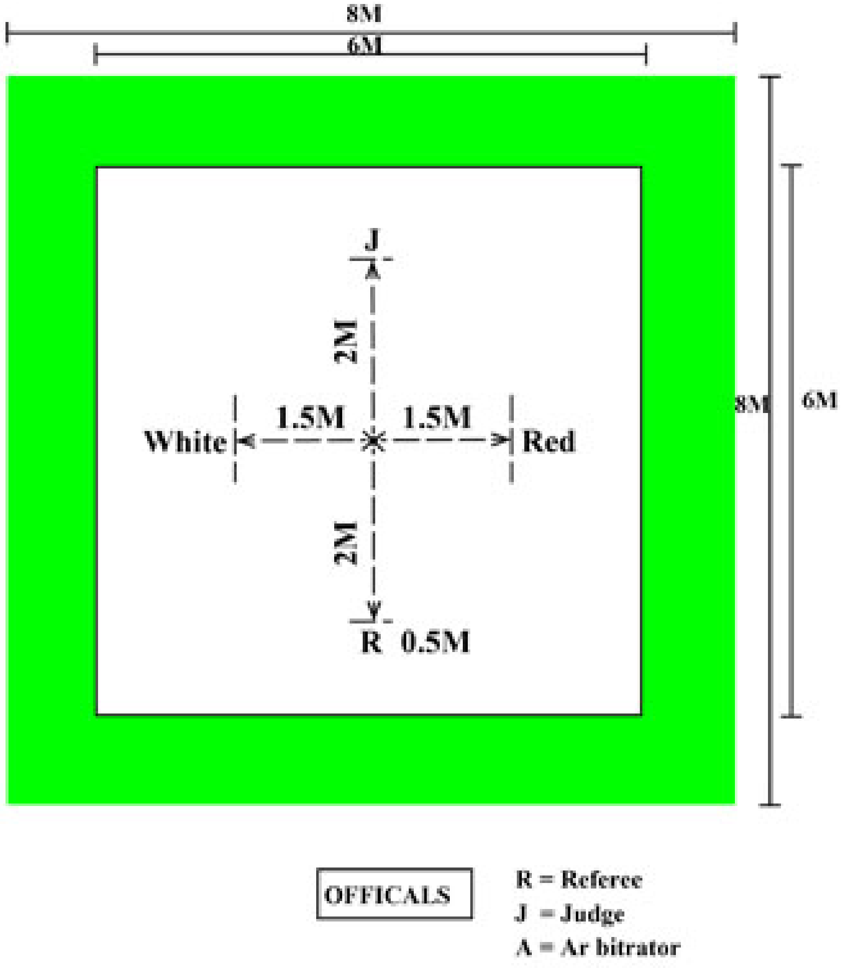
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်းလုံလောက်သောလေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင် အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ကရာတေးဒိုကွင်း အတိုင်းအတာ



ပန်ကြပ်ဆီလတ်အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၀ မီတာ
(ခ)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၀ မီတာ
(ဂ)	Mattress	-	ရော်ဘာမြက်ဖျာ
(ဃ)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအပြင်စည်း	-	အချင်း (၈) မီတာ
(င)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအတွင်းစည်း	-	အချင်း (၃) မီတာ

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ဂ)	ကွင်း(၁)ကွင်းနှင့်(၁)ကွင်းအကွာအဝေး	-	(၁၀) မီတာ
(ဃ)	ကြမ်းခင်းအတိုင်းအတာ	-	(၄၀ x ၂၀ x ၁၂) မီတာ

၃။ **ပြိုင်ပွဲပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ

(ခ) မောင်း(သို့မဟုတ်) ခေါင်းလောင်း

(ဂ) ခရာ

(ဃ) အလံ (၃၀ x ၃၀) စင်တီမီတာ (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ) (တိုင်ပါ)

(င) ပြိုင်ပွဲအချက်ပြမီးဘုတ် (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ)

(စ) ပြိုင်ပွဲအချီပြ မီးဘုတ်ပါစင်

(ဆ) PA System

(ဇ) Electronic Score Computer System

(ဈ) LCD TV

(ည) လက်နက်တင်စင်

(ဋ) ကိုယ်ကာ (S, M, L, X, XL)

(ဌ) ခါးစည်း(နီ/ပြာ)

(ဍ) ပေါင်ချိန်စက်

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) (၄၅)မှ (၅၀)ကီလိုတန်း	-	အမျိုးသား/အမျိုးသမီး
(၂) (၅၀) မှ (၅၅)ကီလိုတန်း	-	အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(၃) (၅၅) မှ (၆၀)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(၄) (၆၀) မှ (၆၅)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(၅) (၆၅) မှ (၇၀)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(၆) (၇၀) မှ (၇၅)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၂၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၅) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

- ထိချက်နှင့် သရုပ်ပြကွက်ပေါ်မူတည်၍ အမှတ်ပေးသည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ ဒိုင်၊ ဂျူရီများနားနေခန်း၊ မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲ ခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံ လောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊ အသံလွှင့်ခန်း၊ ရေဒီယိုခန်း၊ ရုပ်မြင်သံကြားခန်း၊ လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊ CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာ မှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင် ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

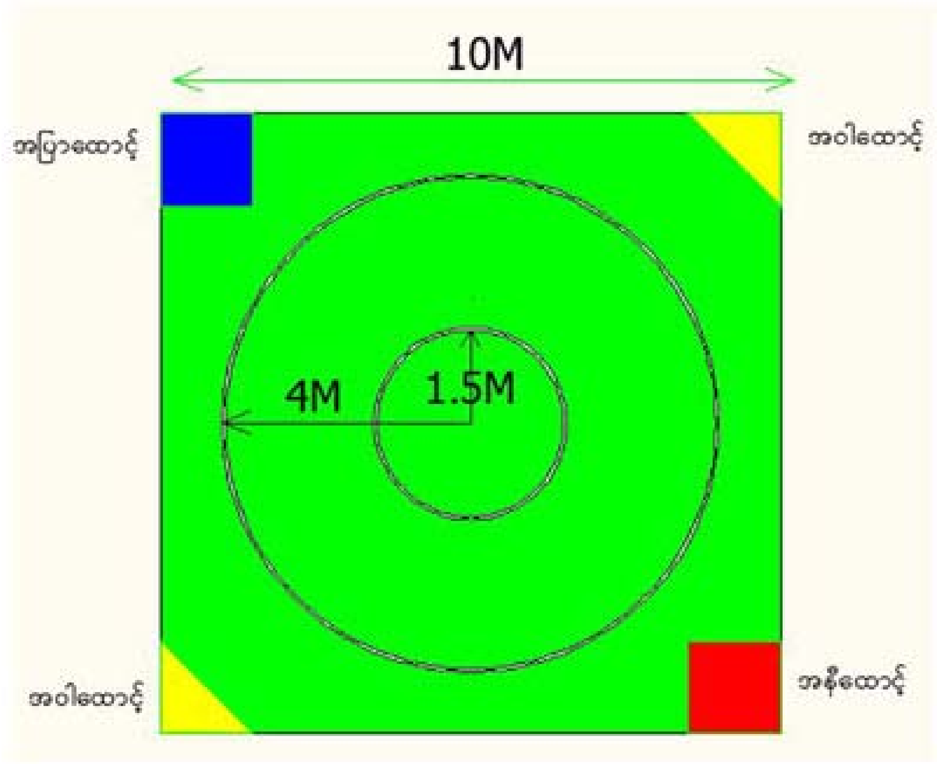
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

ပန်ကြပ်ဆီလတ် ပြိုင်ပွဲကွင်း အတိုင်းအတာ



ပိုက်ကျော်ခြင်းအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၃.၄ မီတာ
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၆.၁၁ မီတာ
(ဂ)	ပိုက်တိုင်အမြင့်	-	၁.၅၅ မီတာ (ကျား)
		-	၁.၄၅ မီတာ (မ)
(ဃ)	ပိုက်တိုင်နှင့်ဘေးစည်းအကွာအဝေး	-	၀.၃ မီတာ
(င)	ပိုက်အလျား	-	၆.၁၀ မီတာ
(စ)	ပိုက်အနံ	-	၀.၇ မီတာ
(ဆ)	ပိုက်ကွက်	-	၀.၀၆ မီတာမှ၀.၀၈မီတာ
(ဇ)	ကွင်းလယ်ပိုက်အမြင့်	-	၁.၅၂ မီတာ
(ဈ)	စပေးဘောစက်ဝိုင်း	-	အချင်းဝက်(၀.၃) မီတာ
(ည)	**ကင်းလွတ်ဇုန်** (၁)ပြိုင်ပွဲကွင်း၏ဘေးစည်းနှင့်(၉ မီတာ) (၂)ပြိုင်ပွဲကွင်း၏ဘေးစည်းနှင့်(၉ မီတာ) (၃)ပြိုင်ပွဲကွင်းနှင့်ပွဲကြည့်စင်(၉ မီတာ)		
(ဋ)	အားကစားခန်းမအမြင့်	-	၈ မီတာ(အနည်းဆုံး)
(ဌ)	Mattress အမျိုးအစား/အရောင်	-	မာရသွန်(ထိုင်း) / အနီ

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၃)ကွင်း(၁၄၀ ပေx၉၀ပေ)
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	မြက်ဖျာ(အစိမ်း)ခင်းပြီး လေ့ကျင့်ရေးကွင်း(၂)ကွင်း
(ဂ)	အားကစားကွင်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခု အကွာအဝေး	-	၁၅ မီတာ
(ဃ)	စပေးဘောစက်ဝိုင်းတည်နေရာ	-	နောက်စည်းမှ (၂.၄၅)မီတာ၊ ဘေးစည်းမှ(၃.၀၅)မီတာ၊
(င)	ခြင်းလုံး(အဝန်း)(ကျား)	-	၀.၄၂ မှ ၀.၄၃မီတာ
(စ)	ခြင်းလုံး(အဝန်း)(မ)	-	၀.၄၃.မှ ၀.၄၅မီတာ
(ဆ)	ခြင်းလုံးအလေးချိန်(ကျား)	-	၁၇၀ မှ ၁၈၀ဂရမ်
(ဇ)	ခြင်းလုံးအလေးချိန်(မ)	-	၁၅၀ မှ ၁၆၀ဂရမ်

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းများလိုအပ်ချက်**

(က) ပြိုင်ပွဲအတွက် အောက်ခံအခင်း(၆) ခု (ပြိုင်ပွဲ-၃၊ သွေးပူ-၃)

(ခ) Hoop Takraw အတွက် အောက်ခံအခင်း (၄) ခု (ပြိုင်ပွဲ-၂၊ သွေးပူ-၂)

(ဂ) ပိုက်တိုင် နှင့်ဒိုင်ခုံ တွဲလျက် (၅) စုံ (ပြိုင်ပွဲ -၃၊ အရံ-၂)

(ဃ) ကွန်ပြူတာ (၁၄) လုံး

(င) လုံလောက်သော LCD TV

(စ) PA System

(ဆ) Hoop Takraw အတွက် Electronic Score Board (၂) စုံ

(ဇ) ခြင်းလုံး (MT 909) ၂၅၀ လုံး၊ (MT 908) ၃၀၀ လုံး

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁)Hoop Event (အမျိုးသား/အမျိုးသမီး)

(၂) Team Event (အမျိုးသား/အမျိုးသမီး)

(၃)Regu Event (အမျိုးသား/အမျိုးသမီး)

(၄)Double Team Event (အမျိုးသား/အမျိုးသမီး)

(၅)Double Regu Event (အမျိုးသား/အမျိုးသမီး)

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁)ပြည်ပ	(၃၀) ဦး
(၂)ပြည်တွင်း	(၃၀) ဦး
(၃)International Technical Official	(၁) ဦး
(၄)Official	(၃) ဦး
(၅)Technicial Delegate	(၁) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) (21-0, 21-0, 15-0) Best of Three

(၂) ပွဲငယ်များတွင် အမှတ်တူနေပါက Setting အမှတ်ပို (၂) မှတ်ကစားရမည်။ (ခြားနားမှု(၂)မှတ်မရရှိခဲ့လျှင်(၂၅)မှတ်၊(၁၇)မှတ်ဦးစွာရသောအသင်းသည် အနိုင်ဖြစ်သည်။)

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊

တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

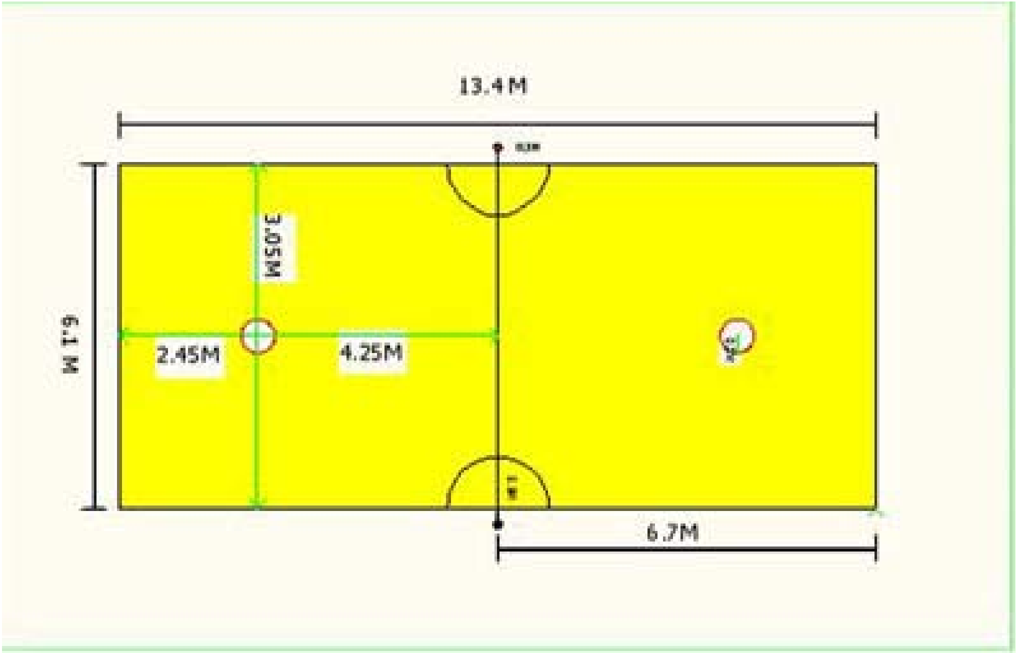
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်းလုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

ပိုက်ကျော်ခြင်းအားကစားကွင်း အတိုင်းအတာ



ရေကူးအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	ရေကူးကန်အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၅၀ မီတာ
(ခ)	ရေကူးကန်အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၁-၂၅ မီတာ
(ဂ)	ရေကူးကန်အနက်	-	၃.၅မီတာမှ၄.၅မီတာ
(ဃ)	Lane	-	(၈) Lane
(င)	Lane တစ်ခုအကျယ်	-	၁ မီတာ
(စ)	ရေအပူချိန်	-	၂၃ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ၂၅ စင်တီဂရိတ်အတွင်း (၇၄.၄ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်မှ၇၈ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်း)
(ဆ)	ရေ၏ PH	-	(6.4 PH) မှ (7.4 PH) အတွင်း

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကန်	-	(၁) ကန်
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကန်	-	(၁) ကန်
(ဂ)	(၅၀)မီတာLane ကြိုး	-	(၈) ကြိုး
(ဃ)	(၅) မီတာ တာဝင်ကြိုး	-	(၂၅)မီတာကြိုး(၁) ချောင်း
(င)	(၅) မီတာ တာလှည့်ကြိုး	-	(၂၅)မီတာကြိုး(၁)ချောင်း

(စ) ပန်းဝင်ကြည့်ဒိုင်အတွက်စင်မြင့်(၁)ခု

(ဆ) တာလှည့်ဒိုင်/တာဖမ်းဒိုင်များအတွက်လက်တန်းမဲ့ကုလားထိုင်(၃၂)လုံး

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) PA System

(ခ) LCD TV

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Electronic Score Board

(င) Touch Panels

(ဆ) စံချိန်မှတ်နာရီ

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား။** အသင်း(၁)သင်းတွင်ကစားသမားကျား/မ(၁၆)ဦး၊ နည်းပြ/အုပ်ချုပ်(၃)ဦးပါဝင်နိုင်ပြီး၊အားကစားသမား (၁)ဦးလျှင် ပြိုင်ပွဲ(၄/၅)ပွဲထိပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်သည်။

(ခ) **အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာရေကူးပြိုင်ပွဲများ**

(၁) အလွတ်ကူးနည်း - ၅၀/၁၀၀/၂၀၀/၄၀၀/၈၀၀/၁၅၀၀ မီတာ

(၂) ပက်လက်ကူးနည်း - ၅၀/၁၀၀/၂၀၀ မီတာ

(၃) ရင်ဘောင်တန်းကူးနည်း - ၅၀/၁၀၀/၂၀၀ မီတာ

(၄) လိပ်ပြာကူးနည်း - ၅၀/၁၀၀/၂၀၀ မီတာ

(၅) တစ်ဦးချင်း(၄)မျိုးကူး - ၂၀၀/၄၀၀ မီတာ
(လိပ်ပြာ/ပက်လက်/ဖားကူး/ရင်ဘောင်တန်းနှင့်အလွတ်ကူး)

(၆) လွှန်းပြန်အလွတ်ကူးနည်း
(ကက) (၄၀၀x၁၀၀) မီတာ
(ခခ) (၄၀၀x ၂၀၀) မီတာ

(၇) **လွှန်းပြန်(၄)မျိုးကူး**
(ပက်လက်ကူး/ရင်ဘောင်တန်း/လိပ်ပြာ/အလွတ်ကူး)

(ဂ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၄၀) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ TV၊အသံစနစ်နှင့် လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊ အားကစားသမား နားနေခန်း နှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room ၊ စံချိန်မှတ်နာရီ ၊ Photo Finish၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

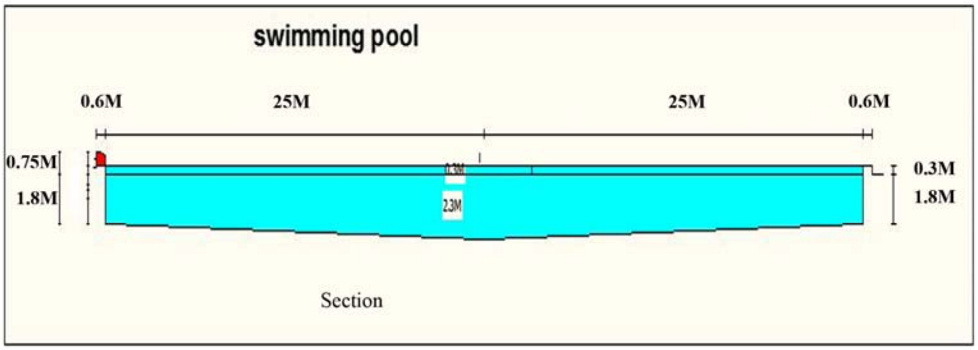
(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

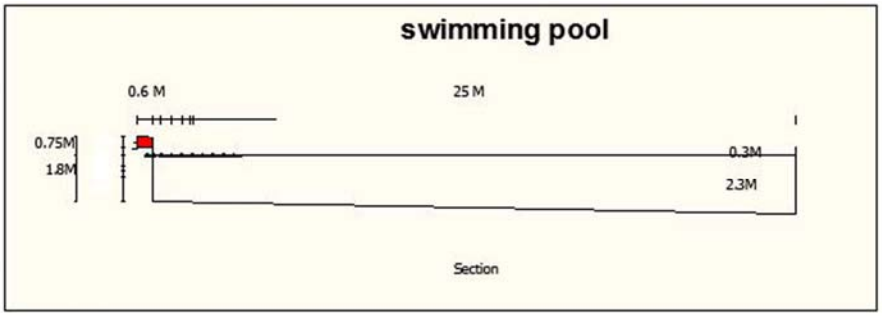
(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

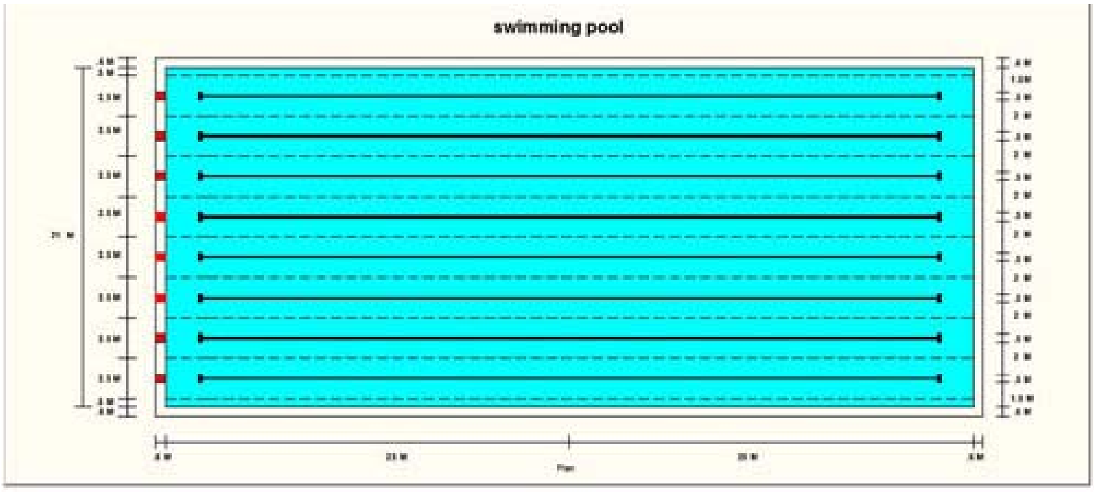
(ဆ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

SWIMMING POOL





SWIMMING POOL



တင်းနစ်အားကစားကွင်း၏

နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၇၈ပေ(၂၃.၇၇ မီတာ)
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၃၆ပေ(၁၀.၉၇ မီတာ)
(ဂ)	ပိုက်တိုင်အမြင့်/အမျိုးအစား	-	၃ပေ ၆လက်မ /၄" Ø GI Pipe
(ဃ)	ပိုက်အမြင့်	-	၃ပေ
(င)	ပိုက်တိုင်နှင့်ဘေးစည်း အကွာအဝေး	-	၃ပေ
(စ)	စည်းလိုင်းဗျက်	-	၂"
(ဆ)	စည်းအရောင်	-	အဖြူရောင်

(ဇ) **တင်းနစ်ကွင်းအမျိုးအစားများ**

(၁) မြက်ခင်းကွင်း (Grass Court)

(၂) ကွန်ကရစ်ကွင်း (Concrete Court)

(၃) ရွှံ့စေးကွင်း (Clay Court)

(၄) ပျဉ်ခင်းကွင်း (Wooden Court)

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁)ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၈)ကွင်း
(ဂ)	ကွင်းပတ်လည်	-	၁၀ပေအမြင့်ချိန်းလင့်ခြံစည်းရိုးကာရံပေး ကွင်းထိပ်တစ်ဖက်တွင် Practice wallပါရှိရမည်။ပွဲကြည့်စင်ပါရှိက ပွဲကြည့်စင်ဘက်တွင် ခြံစည်းရိုး(၃)ပေအမြင့်ကာရံရမည်။
(ဃ)	တင်းနစ် Court	-	ကွင်းအတွင်းအားအစိမ်းရောင်သုတ်၍ ကင်းလွတ်ဇုံကိုနီညိုရောင်သုတ်ရမည်။ (နိုင်ငံတကာအသိအမှတ်ပြုတင်းနစ်ဆေး) သုတ်ရမည်။
		-	ခြံစည်းရိုးကိုသဘော်ာဆေးအစိမ်းရောင်၊Practi se wall ကိုအဖြူရောင်ရေဆေးသုတ်ရမည်။
		-	ဝင်းနစ်ပိုက်တန်းကိုအသေတပ်ဆင်ထားရမည်။ပိုက်တိုင်တွင်ကြိုးအတင်းအလျှော့ ပြုလုပ်နိုင် သောကရိယာတပ်ဆင်ထားရမည်။

(င) နောက်စည်းမှ(၂၁ပေ)အကွာ၊ဘေးစည်းမှ(၁၂ပေ)အကွာတွင် မည်သည့်အရာဝတ္ထု အတားအဆီးမှ မရှိစေရ။

(စ) တင်းနစ်ကွင်းနောက်ခံနံရံ (Practise wall) သည်အရှည်(၆၀ပေ)၊ အမြင့် (၉ပေ) ရှိရမည်။

(ဆ) အလျား(၁၁၀ပေ)၊အနံ(၄၄ပေ)ရှိညီညာသောကွန်ကရစ်ပေါ်တွင်တင်းနစ်ကွင်းကို ရေးဆွဲရမည်၊ ရေဆင်းအဆိုင်းပါရှိရမည်။

(ဇ) ကွင်းတစ်ဖက်တွင် မီးတိုင်(၅)တိုင်စီရှိရမည်ဖြစ်ပြီး တစ်တိုင်လျှင်(၁၀၀၀)ဝပ် ရှိရမည်။

(ဈ) မီးတိုင်အမြင့်(၁၄ပေ)ရှိရမည်။ မီးလုံးကို (၄၅ဒီဂရီ)စောင်းထားရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) လုံလောက်သောကွန်ပျူတာအရေအတွက်နှင့် ၊ ရုံးသုံးပစ္စည်းများအားလုံး (Printer, Copier)

(ခ) လုံလောက်သော LCD TV

(ဂ) Digital Score Board (၂) ခု (Center Court)

(ဃ) Official Ball (ITF approved) 25 cartons, (1 carton = 24 cans/72 balls)

(၁) ဘောလုံးအချင်း ၂ ၁/၂လက်မ မှ ၂ လက်မ

(၂) အလေးချိန်(၂)အောင်စရှိရမည်။

(င) အားကစားသမားများအတွက် Tower, Soft drink, Purified water

(စ) PA System

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) Team (men/women)

(၂) Single (men/women)

(၃) Doubles (men/women)

(၄) Mixed Doubles

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ (၁၇) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း (၆၇) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

- (15-0, 30-0, 40-0, Games) Best of Three

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) တင်းနစ်ကွင်းဖောက်ရာတွင်တောင် မြောက်အနေအထားဖြင့်ဖောက်လုပ်ရမည်။

(ခ) လုံလောက်သောဘောလုံးကောက်အရေအတွက်ထားရှိရမည်။

(ဂ) အားကစားကွင်းအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်း ရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဃ) ပြိုင်ပွဲကွင်းတွင် VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(င) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ ဂျူရီများနားနေခန်း၊ မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ ပစ္စည်း သိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

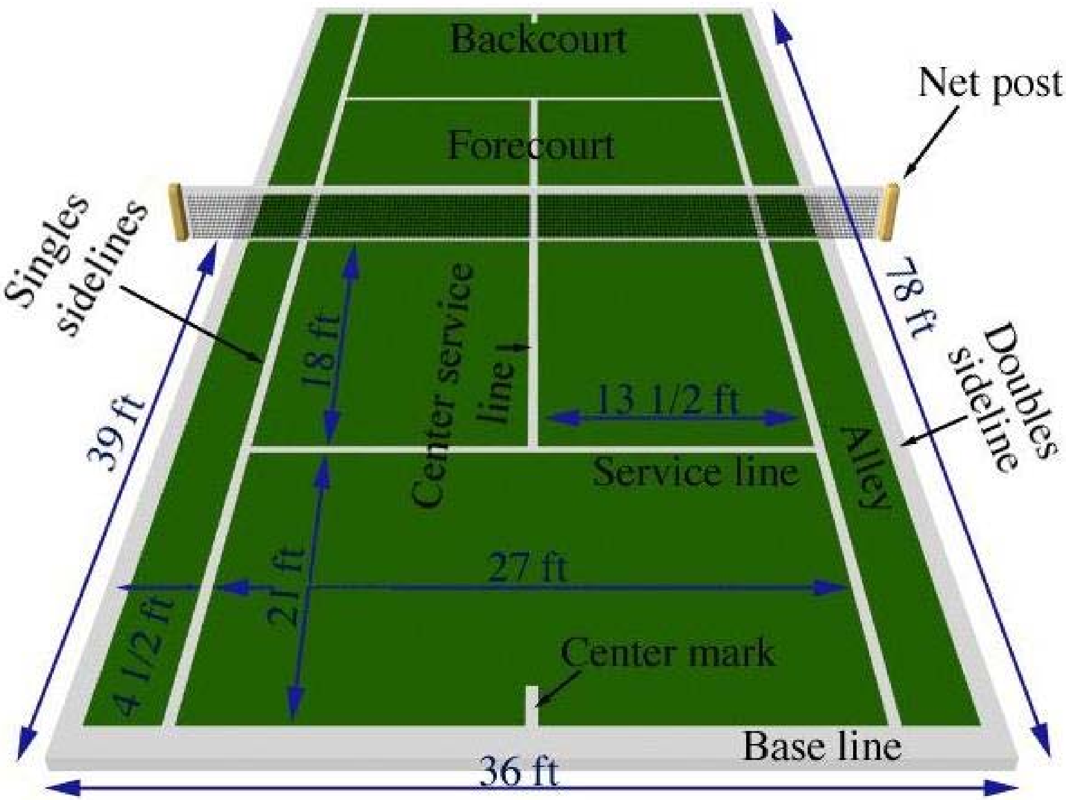
(စ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊ အသံလွှင့်ခန်း၊ ရေဒီယိုခန်း၊ ရုပ်မြင်သံကြားခန်း၊ လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

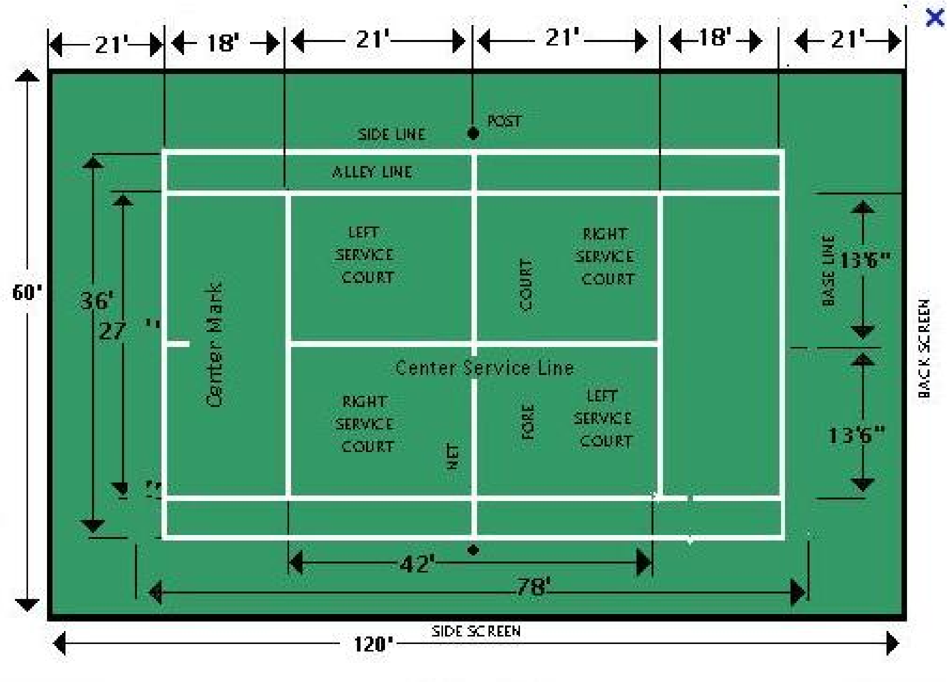
(ဆ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(ဇ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

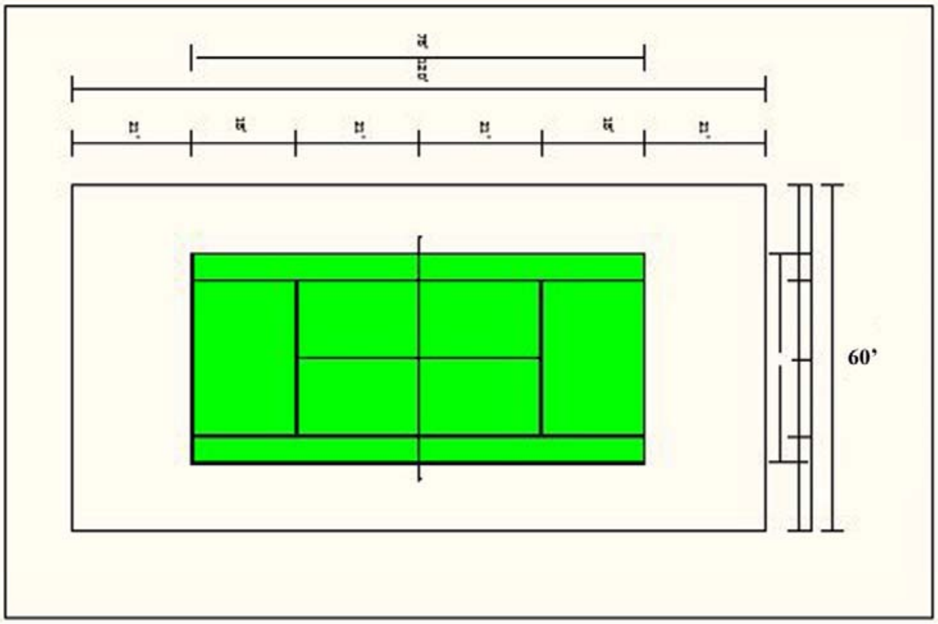
(ဈ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအားပရိသတ်များမှအနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ည) အားကစားကွင်းနှင့်အနီးတွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။


Backcourt
Forecourt
Net post
Singles sidelines
78 ft
Center service line
18 ft
13 1/2 ft
Doubles sideline
39 ft
Alley
Service line
27 ft
21 ft
4 1/2 ft
Center mark
Base line
36 ft


21'
18'
21'
21'
18'
21'
60'
SIDE LINE
POST
ALLEY LINE
LEFT SERVICE COURT
RIGHT SERVICE COURT
COURT
BASE LINE
13'6"
36'
27
Center Mark
Center Service Line
BACK SCREEN
RIGHT SERVICE COURT
FORE
LEFT SERVICE COURT
NET
13'6"
42'
78'
SIDE SCREEN
120'

တင်းနစ်အားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



ဘော်လီဘောအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၈ မီတာ(၆၀-ပေ)
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၉ မီတာ(၃၀ပေ)
(ဂ)	ပိုက်တိုင်အမြင့်	-	၂.၄၃ မီတာ(၈ပေ)(ကျား)
		-	၂.၂၄မီတာ(၇ပေ၄လက်မ) (မ)
(ဃ)	ပိုက်အရှည်	-	၉.၅၀ မီတာ
(င)	ပိုက်အကျယ်(ဗျက်)	-	၁ မီတာ
(စ)	ပိုက်အကွက်	-	၁၀ စင်တီမီတာ
(ဆ)	စည်းလိုင်းဗျက်	-	၅ စင်တီမီတာ
(ဇ)	ပိုက်တိုင်နှင့်ဘေးစည်းအကွာအဝေး	-	၀.၅၀မီတာမှ(၁)မီတာအတွင်း ခွာ၍စိုက်ရမည်။
(ဈ)	ကြမ်းခင်း	-	Taraflex
(ည)	ရုံအမြင့်	-	အပေါ်အတားအဆီးမဲ့ (၁၂.၅မီတာ)
(ဋ)	ကင်းလွတ်ဇုန် (၁) ဘေးစည်းနှင့်(၅) မီတာ (၂) နောက်စည်းနှင့် (၈) မီတာ	-	
(ဌ)	မီးအလင်းအရောင်	-	၁၀၀၀Luxနှင့်၁၅၀၀Luxကြား
(ဍ)	အပူချိန်	-	၁၆ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့် ၂၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ကြား

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁)ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၂)ကွင်း
(ဂ)	ဘေးအမှတ်အသား(Antenna)	-	အရှည်(၁.၈)မီတာ၊အချင်း(၁၀) မီလီမီတာ(ပိုက်အထက်သို့(၈၀) စင်တီမီတာပိုထွက်နေရမည်။)
(ဃ)	ဘေးစည်းကြိုးပြား	-	ဗျက်(၅)စင်တီမီတာ၊ အရှည်(၁) အဖြူရောင် ပိတ်စကိုဘေးစည်း နှင့်ဗဟိုစည်းမျဉ်းပေါ်တွင် တည့်တည့် တပ်ဆင်ရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်များ**

(က) Score-Sheet

(ခ) **မီကာဆာဘောလုံးများ**

(၁) ဘောလုံးလုံးပတ် - (၆၅ မှ ၆၇)စင်တီမီတာ

(၂) ဘောလုံးအလေးချိန် - (၂၆၀)မှ (၂၈၀)ဂရမ်

(၃) ဘောလုံးအရောင် -

အရောင်နု(သို့မဟုတ်)အရောင်စပ်

(ဂ) Score Board

(ဃ) PA System

(င) ကွန်ပျူတာ

(စ) လုံလောက်သော LCD TV

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) အမျိုးသားအသင်းလိုက်ပြိုင်ပွဲ။ အသင်းသား(၁၂)ဦးဖြင့်ဖွဲ့စည်းနိုင်သည်။

(၂) အမျိုးသမီးအသင်းလိုက်ပြိုင်ပွဲ။အသင်းသား(၁၂)ဦးဖြင့်ဖွဲ့စည်းနိုင်သည်။

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ/ Technical**

(က) ပြည်ပ - (၁၅) ဦး

(ခ) ပြည်တွင်း - (၄၀) ဦး

(ဂ) Technical Delegate - (၁) ဦး

(ဃ) Assistance - (၂) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(က) ဘောလုံးကျမှတ်စနစ်

(ခ) (25-0, 25-0, 25-0, 25-0, 15-0) Best of five

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) ဘောလုံးကောက်ဝန်ထမ်းများနှင့်သန့်ရှင်းရေးဝန်ထမ်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ခ) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဂ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဃ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊ မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(င) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း၊ လျှပ်စစ်မီးထိန်း

ချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

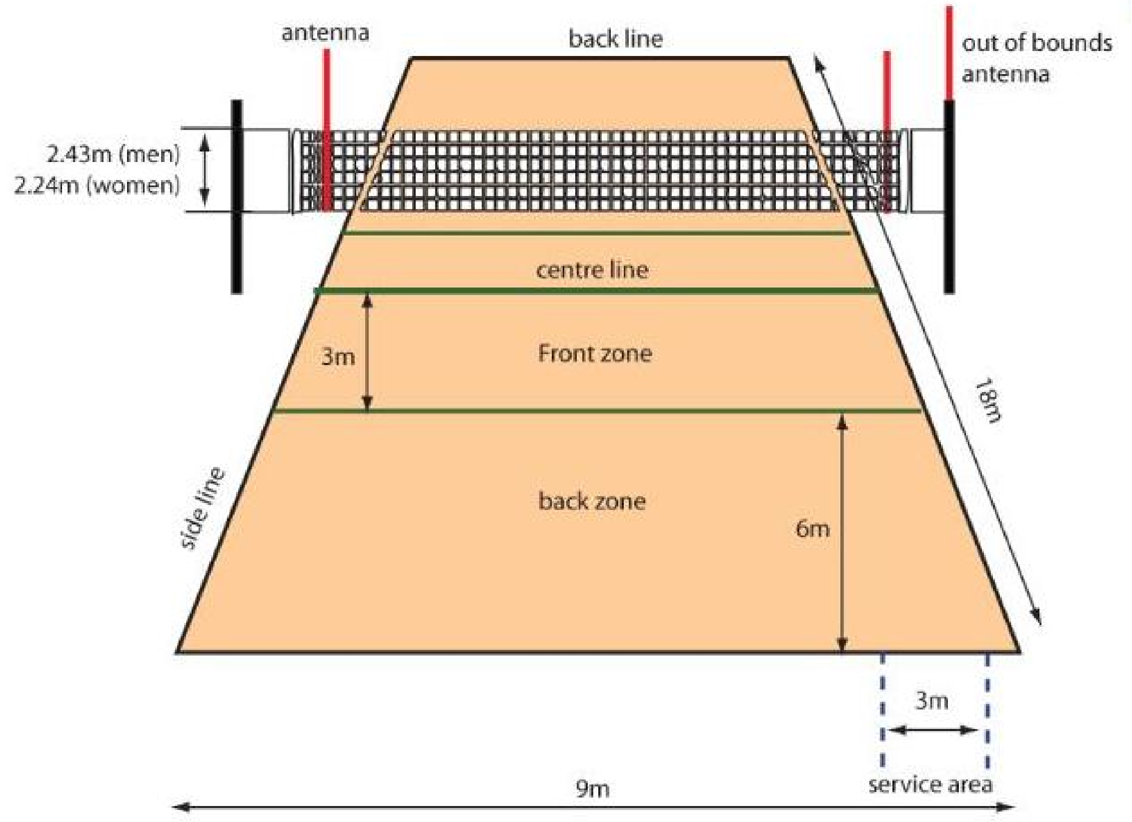
(စ) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

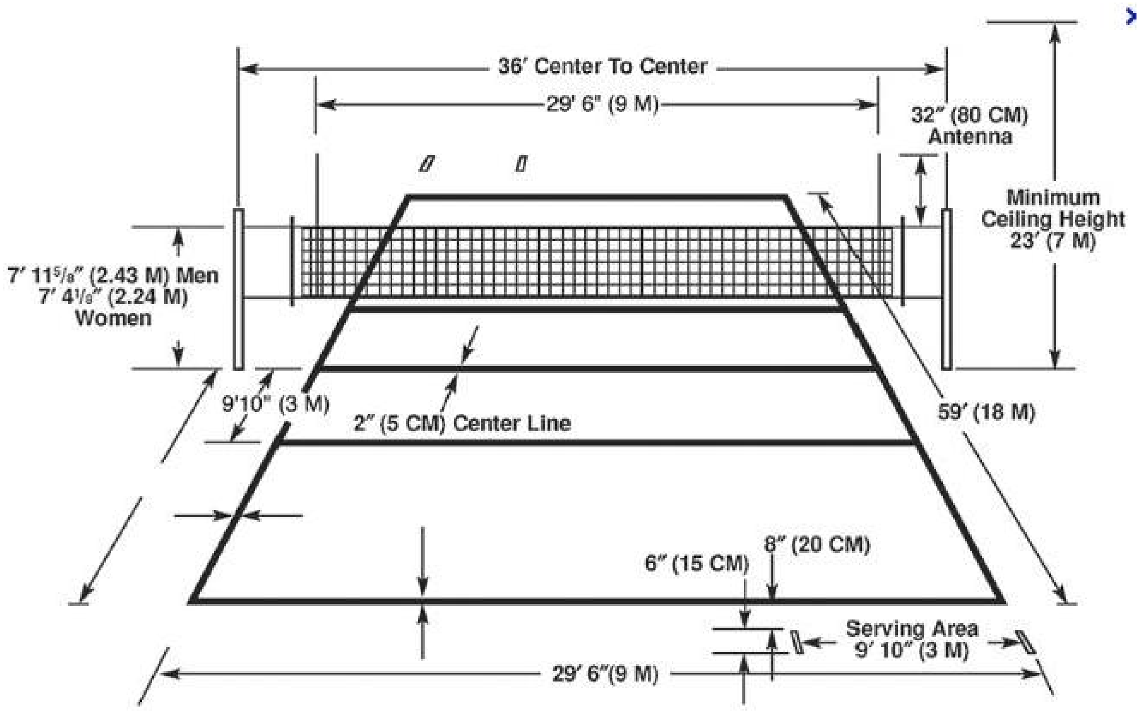
(ဆ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဇ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

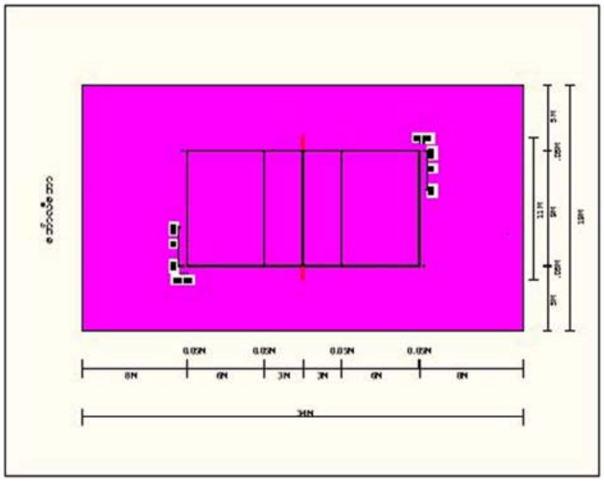
(ဈ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

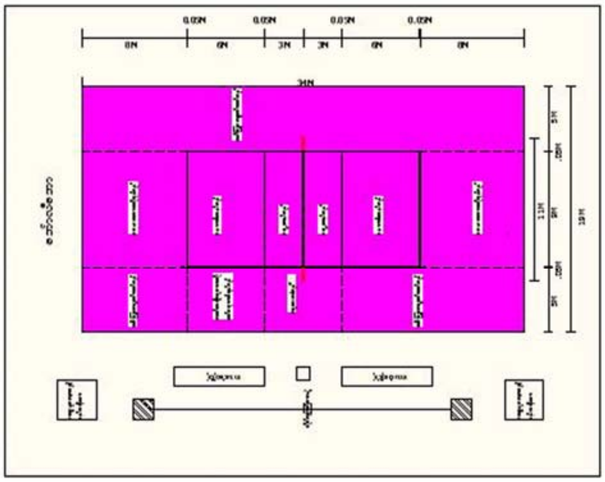
(ည) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရရှိမည်။

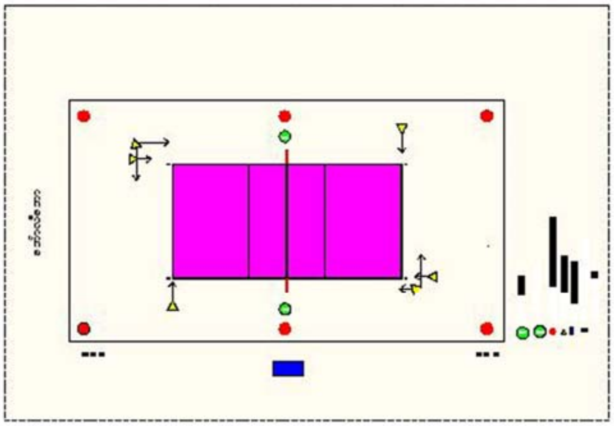

antenna
back line
out of bounds antenna
2.43m (men)
2.24m (women)
centre line
3m
Front zone
18m
side line
back zone
6m
3m
service area
9m


36′ Center To Center
29′ 6″ (9 M)
32″ (80 CM) Antenna
Minimum Ceiling Height 23′ (7 M)
7′ 11⁵/₈″ (2.43 M) Men
7′ 4¹/₈″ (2.24 M) Women
9′10″ (3 M)
2″ (5 CM) Center Line
59′ (18 M)
6″ (15 CM)
8″ (20 CM)
Serving Area 9′ 10″ (3 M)
29′ 6″(9 M)

ဘော်လီဘော







ဘိုဘီနမ်အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား) - ၁၁ မီတာ

(ခ) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ) - ၁၁ မီတာ

(ဂ) Mattress - ရော်ဘာမြက်ဖျာ

(ဃ) ပြိုင်ပွဲကွင်းအပြင်စည်း - အချင်း (၉) မီတာ

(င) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတွင်းစည်း - အချင်း (၃) မီတာ

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၁) ကွင်း

(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - (၁) ကွင်း

(ဂ) ကွင်း(၁)ကွင်းနှင့်(၁)ကွင်းအကွာအဝေး - (၁၀) မီတာ

(ဃ) ကြမ်းခင်းအတိုင်းအတာ - (၄၀ x ၂၀ x ၁၂) မီတာ

၃။ **ပြိုင်ပွဲပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ

(ခ) မောင်း(သို့မဟုတ်) ခေါင်းလောင်း

(ဂ) ခရာ

(ဃ) အလံ (၃၀ x ၃၀) စင်တီမီတာ (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ) (တိုင်ပါ)

(င) ပြိုင်ပွဲအချက်ပြမီးဘုတ် (နီ ၊ ပြာ ၊ ဝါ)

(စ) ပြိုင်ပွဲအချိုပြ မီးဘုတ်ပါစင်

(ဆ) PA System

(ဇ) Electronic Score Computer System

(ဈ) LCD TV

(ည) လက်နက်တင်စင်

(ဋ) ကိုယ်ကာ (S, M, L, X, XL)

(ဌ) ခါးစည်း(နီ/ပြာ)

(ဍ) ပေါင်ချိန်စက်

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) (၄၅) မှ (၅၀) ကီလိုတန်း - အမျိုးသမီး

(၂) (၅၀) မှ (၅၅) ကီလိုတန်း - အမျိုးသား/အမျိုးသမီး

(၃) (၅၅) မှ (၆၀) ကီလိုတန်း - အမျိုးသား

(၄) (၆၀) မှ (၆၅)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား

(၅) (၆၅) မှ (၇၀)ကီလိုတန်း - အမျိုးသား

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁)ပြည်ပ - (၂၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၅) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

- ထိချက်နှင့် သရုပ်ပြကွက်ပေါ်မူတည်၍ အမှတ်ပေးသည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

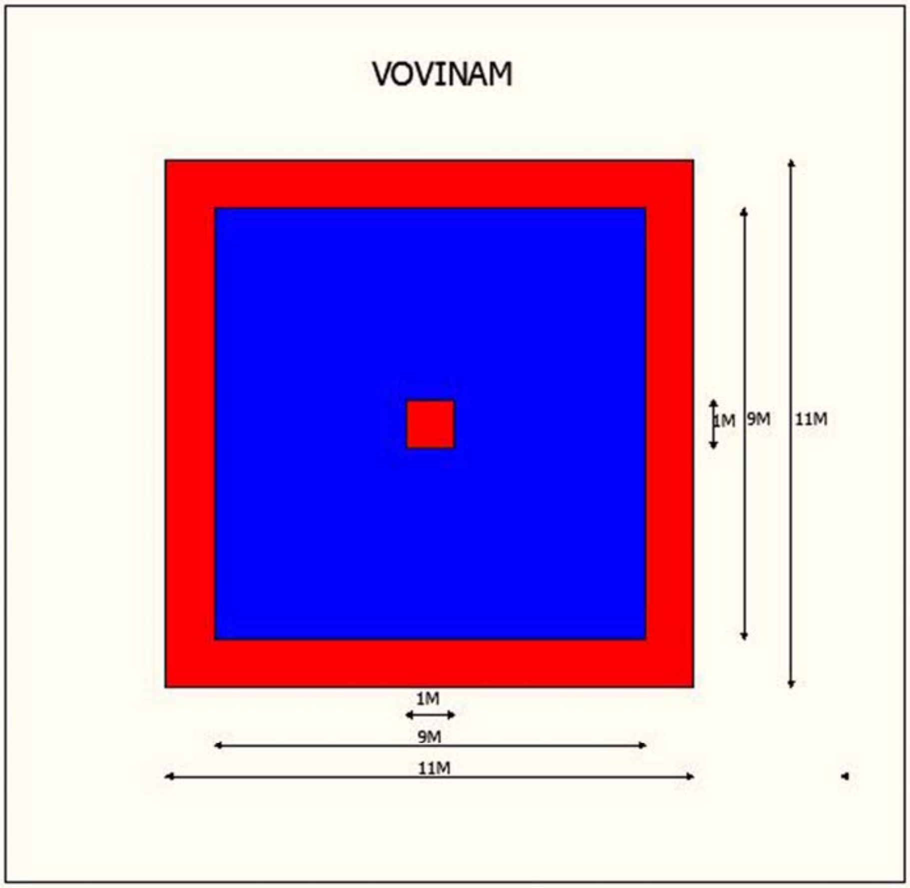
(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်းလုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။


VOVINAM
1M
9M
11M
1M
9M
11M

အလေးမအားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	ကွင်းအတိုင်းအတာ (အလျား)	-	၄ မီတာ
(ခ)	ကွင်းအတိုင်းအတာ (အနံ)	-	၄ မီတာ
(ဂ)	Mattress အမြင့်	-	၀.၁၅ မီတာ
(ဃ)	အလေးမစင်အမြင့်	-	အနည်းဆုံး(၄’၆”) မှ အများဆုံး(၅’)
(င)	အပူချိန်	-	၁၆ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့် ၂၅ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်ကြား

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	ပြိုင်ပွဲဝင်နိုင်ငံ အရေအတွက် အလိုက်ထားရှိရမည်။

(ဂ) ပြိုင်ပွဲစင်၏ ခံနိုင်အားသည် အနည်းဆုံး တန်(၂၀) ရှိရမည်။

(ဃ) အလေးမကွင်း၏အလေးသံချောင်းအလယ်ဗဟိုနှင့်ပွဲကြည့်စင်အစွန်းအကွာအဝေးသည် (၆)မီတာ ရှိရမည်။

(င) အတွင်းဘက်ကော်လာ(၂)ခုကြားအကွာအဝေးသည် အနည်းဆုံး(၁.၁၃)မီတာရှိရမည်။

(စ) ကတ္တားသည်အနည်းဆုံး(၁၀)ဂရမ်မှ အများဆုံး(၂၀၀)ဂရမ်ချိန်နိုင်သောကတ္တား ဖြစ်ရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်များ**

(က) **အလေးပြားများ**

(၁)	၂၅ ကီလိုဂရမ်	-	အနီရောင်
(၂)	၂၀ ကီလိုဂရမ်	-	အပြာရောင်
(၃)	၁၅ ကီလိုဂရမ်	-	အဝါရောင်
(၄)	၁၀ ကီလိုဂရမ်	-	အစိမ်းရောင်
(၅)	၅ ကီလိုဂရမ်	-	အဖြူရောင်
(၆)	၂.၅ ကီလိုဂရမ်	-	အနက်ရောင်
(၇)	၁.၂၅ ကီလိုဂရမ်	-	သတ္တုရောင်

(၈) ၁.၅၀ ကီလိုဂရမ် - သတ္တုရောင်

(၉) ၁.၂၅ ကီလိုဂရမ် - သတ္တုရောင်

(ခ) အလေးမသံချောင်းအလျားသည် (၂.၂၀)မီတာ

(ဂ) **အလေးမသံချောင်းအရောင်**

(၁) အမျိုးသား - အနီရောင်

(၂) အမျိုးသမီး - အဝါရောင်

(ဃ) အကြီးဆုံးအလေးပြား၏အချင်း - ၄၅၀ မီလီမီတာ

(င) အလေးပြားများသည်(၁.၂၅/၂.၅/၅/၁၀/၁၅/၂၀/၂၅) ကီလိုဂရမ်ပြားများဖြစ်ရမည်။

(စ) အလေးသံချောင်းနှင့်အပြင်ဘက်ကော်လာများစုစုပေါင်းအလေးချိန်သည်(၂၅)ကီလိုဂရမ် ရှိရမည်။

(ဆ) အကြီးဆုံးအလေးပြား၏အချင်းသည်(၄၅)စင်တီမီတာ၊အလေးချိန်(၂၀)ကီလိုဂရမရှိရမည်။

(ဇ) အချင်း(၄၅)စင်တီမီတာရှိပြီး(၂၅)ကီလိုဂရမ်ရှိသောအလေးပြားကိုလည်းအသိအမှတ်ပြုသည်။

(ဈ) အချိန်မှတ်နာရီ

(ည) အကြိမ်ပြသင်ပုန်း/စကိုးဘုတ်

(ဋ) အမှတ်ပေးသင်ပုန်း/စကိုးဘုတ်

(ဌ) စံချိန်ပြသင်ပုန်း/စကိုးဘုတ်

(ဍ) PA System

(ဎ) ကွန်ပျူတာ

(ဏ) လုံလောက်သော LCD TV

(တ) **အလေးမဖိနပ်**

(၁) ဖိနပ်၏အမြင့်သည့်ဖိနပ်ခုံမှတိုင်းလျှင် အများဆုံး(၁၃၀)မီလီမီတာအထိ ခွင့်ပြုသည်။

(၂) ဖိနပ်ခုံကိုသရေဖြင့်အပြင်သို့(၅)မီလီမီတာထက်ပိုပြီးမပြုလုပ်ရ။

(ထ) **ခါးပတ်**

(၁) ခါးပတ်၏အကျယ်ဆုံးနေရာသည် (၁၂၀)မီလီမီတာထက်မကျော်ရ။

(၂) ခါးပတ်ကို အင်္ကျီအတွင်းထား၍ မပတ်ရ။

(ဒ) **ပတ်တီး ၊ တိပ်နှင့်ပလာစတာ**

(၁) လက်ကောက်ဝတ်တွင်ပတ်တီးပတ်လျှင် (၁၀၀)မီလီမီတာထက် မကျယ်စေရ။

(၂) ဒူးတွင်ပတ်တီးပတ်လျှင် (၁၀၀)မီလီမီတာထက် မကျယ်စေရ။ (ဒူးစွပ်ဝတ်ဆင်နိုင်သည်။)

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

	အမျိုးသား	**အမျိုးသမီး**
(၁)	၅၆ ကီလိုတန်း	၄၅ ကီလိုတန်း
(၂)	၆၂ ကီလိုတန်း	၅၃ ကီလိုတန်း
(၃)	၆၉ ကီလိုတန်း	၅၈ ကီလိုတန်း
(၄)	၇၇ ကီလိုတန်း	၆၃ ကီလိုတန်း
(၅)	၈၅ ကီလိုတန်း	၆၉ ကီလိုတန်း
(၆)	၉၄ ကီလိုတန်း	၇၅ ကီလိုတန်း
(၇)	၁၀၅ ကီလိုတန်း	(+) ၇၅ ကီလိုတန်း
(၈)	(+) ၁၀၅ ကီလိုတန်း	

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၂၄) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၇) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) စက္ကန့်(၆၀)

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(ခ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(ဂ) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

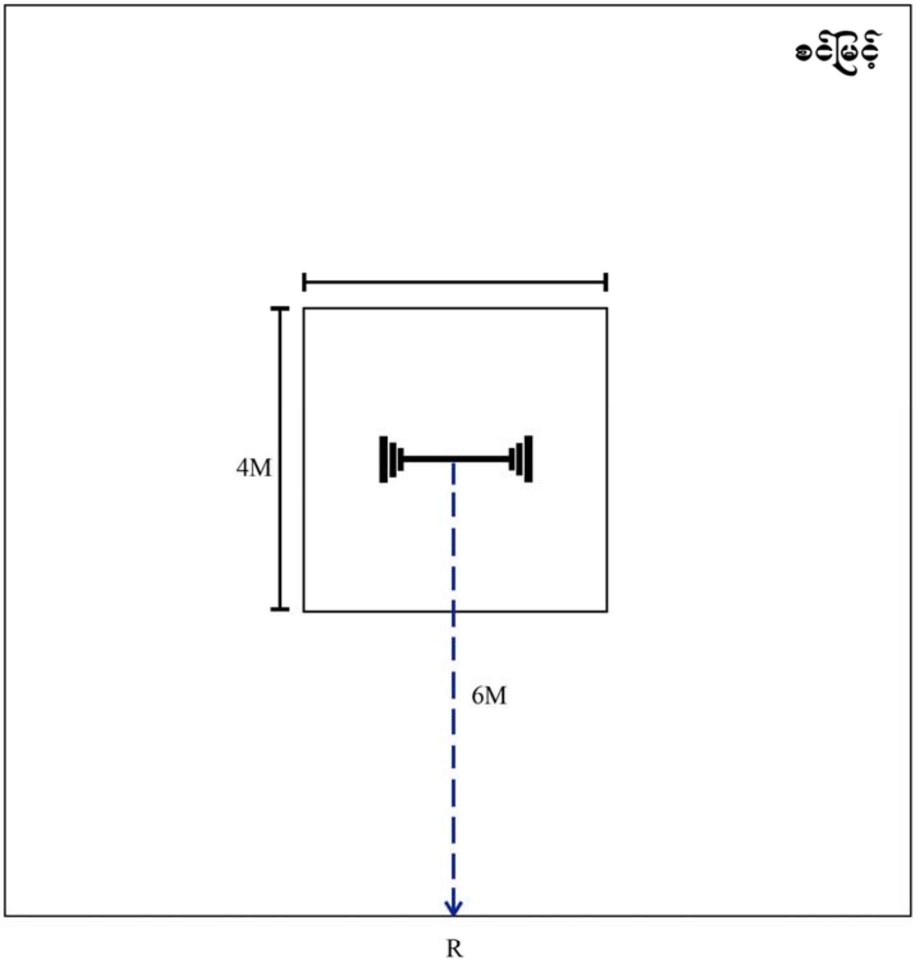
(ဃ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(င) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(စ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဆ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

အလေးမအားကစားပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ



စားပွဲတင် တင်းနစ်အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံ(အလျား)	-	၉ ပေ
(ခ) စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံ(အနံ)	-	၅ ပေ
(ဂ) စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံအမြင့်	-	၂ ပေ ၆ လက်မ
(ဃ) စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံအထူ	-	၂ - ၄ မီလီမီတာ
(င) စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံအရောင်	-	အစိမ်းရောင်(သို့)အပြာရောင်
(စ) ပိုက်အမြင့်	-	၆ လက်မ
(ဆ) ပိုက်အလျား	-	၆ ပေ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) စားပွဲတင်တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲခုံ	-	(၁၂) ခုံ
(ခ) စားပွဲတင်တင်းနစ်လေ့ကျင့်ရေးခုံ	-	(၄) ခုံ

(ဂ) ပြိုင်ပွဲကျင်းပသည့် စားပွဲတင်တင်းနစ်ခုံ တစ်ခုံနှင့်တစ်ခုံအကွာအဝေးသည့် အရှေ့၊ အနောက်(၁၀)ပေ၊ဘေးချင်းကပ် (၆)ပေ၊ နံရံနှင့်အကွာအဝေးအား အနည်းဆုံး(၄)ပေ ထားရှိရမည်။

(ဃ) နောက်ကာအမြင့် (၁၃ ပေ ၂လက်မ)ရှိရမည်။

(င) ပြိုင်ပွဲကျင်းပသည့် စားပွဲတင် တင်းနစ်ခုံ တစ်ခုံအတွက်(၅၀၀) ဝပ် မီးလုံး (၄) လုံး တပ်ဆင်ရမည်။

(စ) စားပွဲတင် တင်းနစ်ခုံ၏ အနံ (ရိုက်သည့်ဘက်)အောက်ခြေတွင်ခြေချုပ်တန်း မတပ်ဆင်ရ။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) Score Board

(ခ) PA System

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) လုံလောက်သော LCD TV

(င) ပြိုင်ပွဲသုံးဘောလုံး

(၁) ဘောလုံးအရောင်။ အဖြူရောင်(သို့)လိမ္မော်ရောင်(၄၀မီလီမီတာ)

(၂) ဘောလုံးခုန်အား။ ၁ ပေ အမြင့်မှ လွတ်ချလျှင် (၉ ၃/၄ လက်မ)အမြင့်သို့ ခုန်တက်ရမည်။

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား**

(၁) အမျိုးသားတစ်ဦးချင်း

(၂) အမျိုးသမီးတစ်ဦးချင်း

(၃) အမျိုးသားနှစ်ယောက်တွဲ

(၄) အမျိုးသမီးနှစ်ယောက်တွဲ

(၅) အမျိုးသား/အမျိုးသမီးနှစ်ယောက်တွဲ

(၆) အမျိုးသားအသင်းလိုက်

(၇) အမျိုးသမီးအသင်းလိုက်

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၂၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) အုပ်စုပတ်လည်ပွဲစဉ် Best Of Five

(၂) ရှုံး/ထွက်ပွဲစဉ် Best Of Seven

(၃) (၁၁) မှတ်

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက် စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ၊TV များထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင် ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

TABLE TENNIS

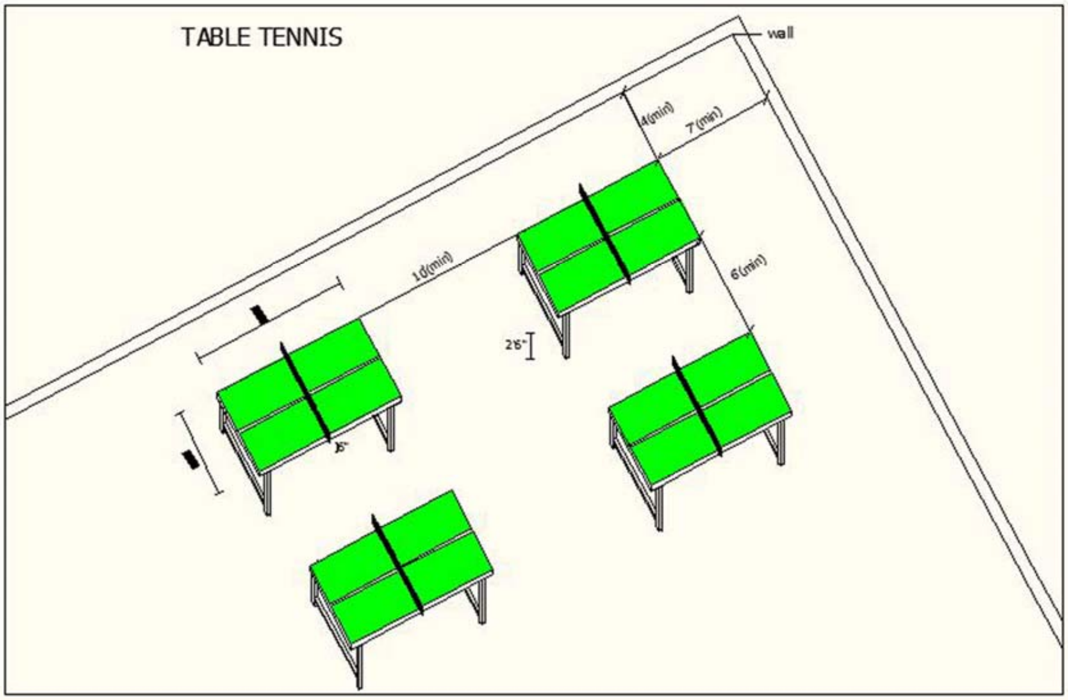
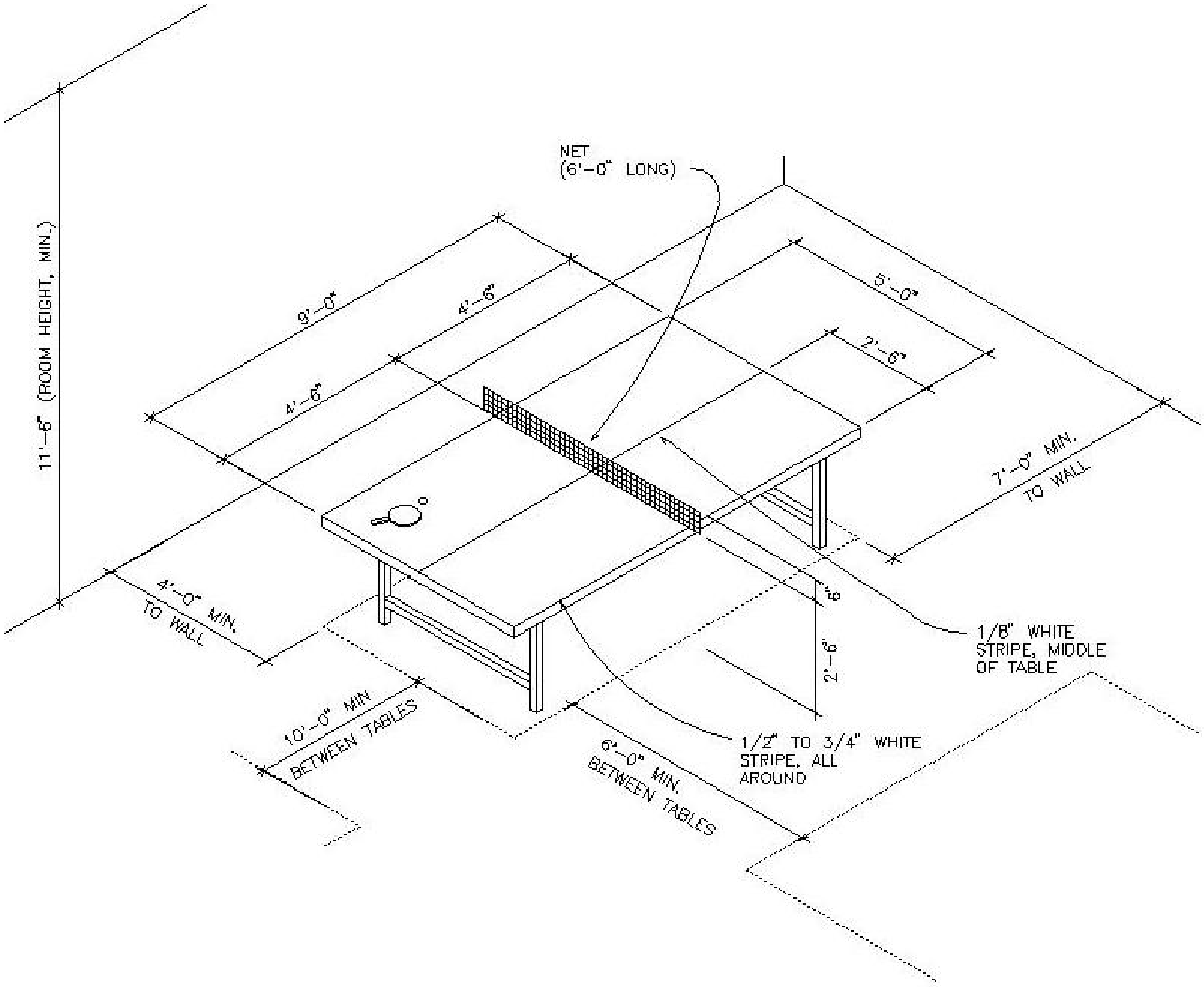


Table Tennis



လက်ဖွေ့အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ကြိုးဝိုင်းအတိုင်းအတာ(အလျား) - ၁၆ ပေ (သို့) ၂၀ ပေ

(ခ) ကြိုးဝိုင်းအတိုင်းအတာ(အနံ) - ၁၆ ပေ (သို့) ၂၀ ပေ

(ဂ) ကြိုးဝိုင်းအပြင်ဧရိယာ - ၁၈ လက်မ

(ဃ) စင်အမြင့် - ၃ပေ (သို့) ၄ပေ

(င) **ကြိုးတန်း(၄)တန်း၏အမြင့်**

(၁) ပထမကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၁၆ လက်မ

(၂) ဒုတိယကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၂၈လက်မ

(၃) တတိယကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၄၀လက်မ

(၄) စတုတ္ထကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၅၂လက်မ

(ကြိုး(၄)ချောင်းကို ချောမွတ်သောပိတ်စများဖြင့် သေသပ်စွာပတ်ထားရမည်)

(စ) ကြမ်းခင်း - ရာဘာ

(ဆ) ကြမ်းခင်းအထူ - ၁.၂၇ စင်တီမီတာ

(ဇ) မီးအလင်းရောင်(မီးဆိုင်း) - ၁၀၀၀Lux နှင့် ၁၅၀၀Lux

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲလက်ဖွေ့ကြိုးဝိုင်းစင် - (၁) စင်

(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - လုံလောက်သောနေရာ အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

(ဂ) ရာဘာကြမ်းခင်းအဖုံးအားတာပေါ်လင်စဖြင့်ညီညာပြန့်ပြူးစွာခင်းပြီး၊၎င်းကြမ်းခင်း အခင်းပြားသည်လုံးဝရွေ့လျား၍မရအောင်ဆောင်ရွက်ရမည်။

(ဃ) ကြိုးဝိုင်းစင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်သည် (၆)မီတာရှိရမည်။

(င) **ထောင့်ကန်အကာ(၄)ခု**

(၁) အနီထောင့်တွင် အနီ(၁)ခု

(၂) အပြာထောင့်တွင်အပြာ(၁)ခု

(၃) ကျန်ထောင့်(၂)ခုတွင်အဖြူ(၂)ခု

(စ) **လှေကား(၃) စင်း**

(၁) အားကစားသမားတက်ရန် အနီထောင့်တွင် အနီ(၁)ခု

(၂) အားကစားသမားတက်ရန် အပြာထောင့်တွင် အပြာ(၁)ခု

(၃) ကြိုးဝိုင်းဒိုင်/ဆေးမှူးတက်ရန် အနီးဆုံးအဖြူထောင့်တွင်(၁)ခု

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) ပြိုင်ပွဲသုံးလက်အိတ်

(ခ) ခေါင်းကာ

(ဂ) PA System

(ဃ) LCD TV

(င) ကွန်ပျူတာ

(စ) Vedio cerma

(ဆ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(ဇ) အချက်ပေးခေါင်းလောင်း

(ဈ) Weight Mechine

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁)	ပင်းဝိတ်	-	၄၅ ကီလို
(၂)	လိုက်ဖလိုင်းဝိတ်	-	၄၈ ကီလို
(၃)	ဖလိုင်းဝိတ်	-	၅၁ ကီလို
(၄)	ဘင်တန်ဝိတ်	-	၅၄ ကီလို
(၅)	လိုက်ဝိတ်	-	၅၇ ကီလို
(၆)	လိုက်ဝယ်တာဝိတ်	-	၆၀ ကီလို
(၇)	ဝယ်တာဝိတ်	-	၆၉ ကီလို
(၈)	မစ်ဒယ်ဝိတ်	-	၇၅ ကီလို
(၉)	လိုက်ဟဲဗီးဝိတ်	-	၈၁ ကီလို

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁)	ပြည်ပ	-	(၃၃) ဦး
(၂)	ပြည်တွင်း	-	(၂) ဦး

(ဂ) အမှတ်ပေးစနစ်

(၁) (၂)မိနစ်ထိုး(၁)မိနစ်နား (၄)ချီထိုးရမည်။

(၂) (၁)မိနစ်နားချိန်သည် အပြည့်အဝဖြစ်စေရမည်။

(၃) ပြိုင်ပွဲယှဉ်ပြိုင်စဉ် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့်ကြိုးဝိုင်းဒိုင်က ရပ်တန့်ခဲ့ပါက ယှဉ်ပြိုင်ချိန်(၂)မိနစ်အတွင်း အကျုံးမဝင်ပါ။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိတ်သတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ် ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမား နားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ /နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင် ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

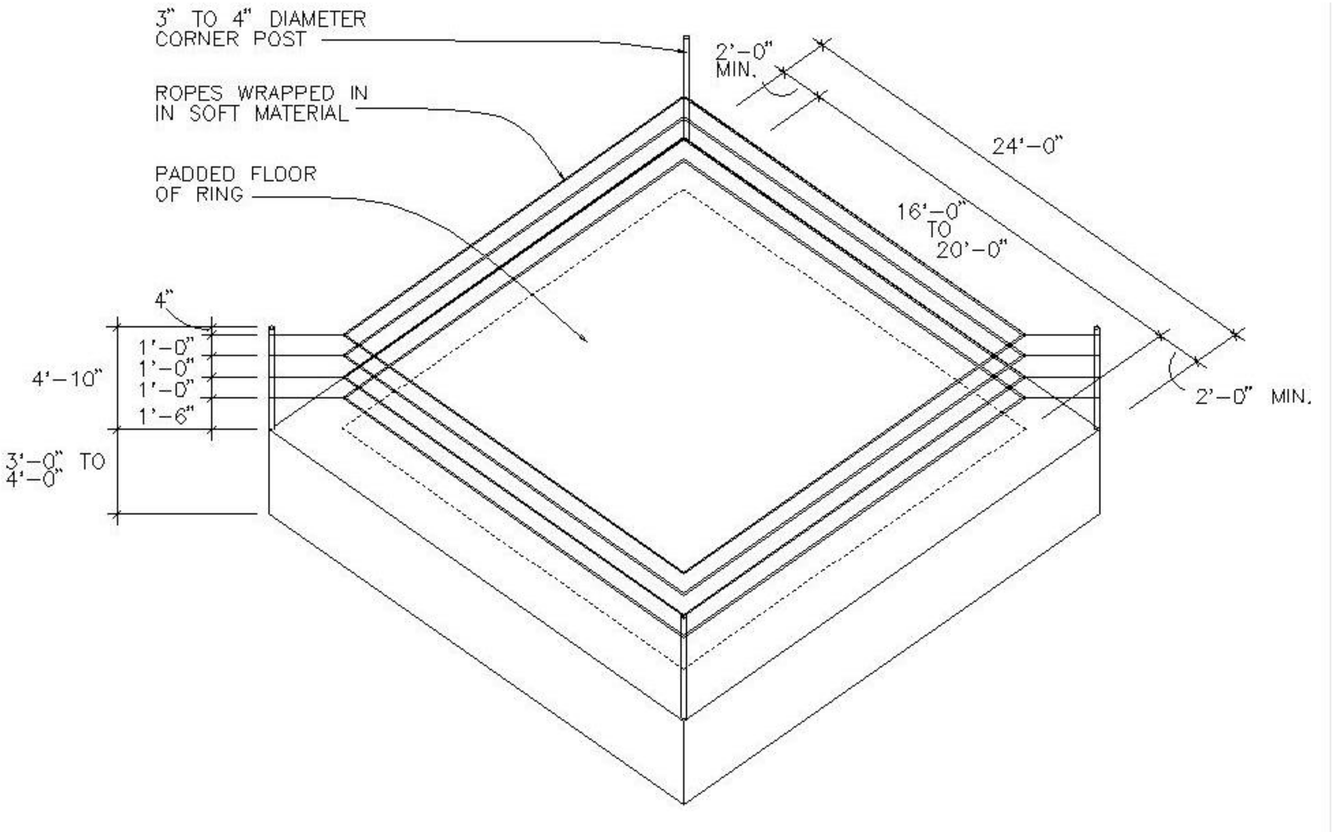
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

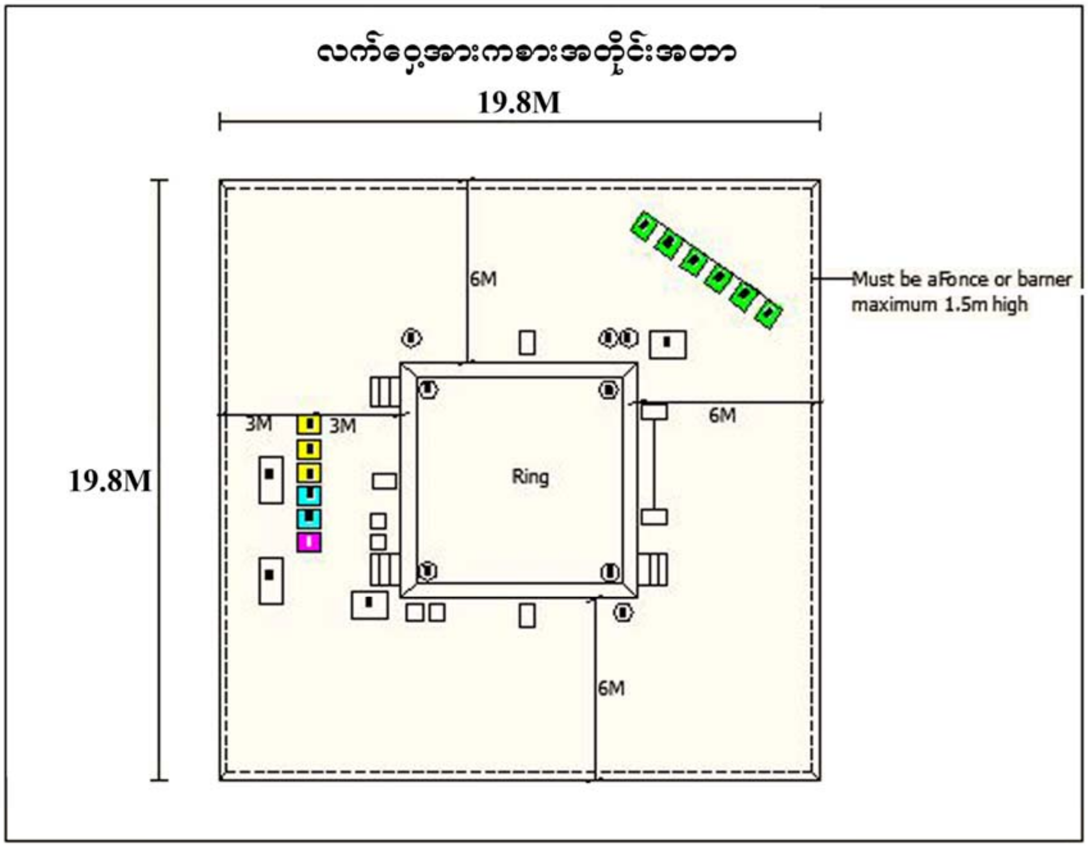
(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

Boxing


3" TO 4" DIAMETER
CORNER POST
ROPES WRAPPED IN
IN SOFT MATERIAL
PADDED FLOOR
OF RING
2'-0"
MIN.
24'-0"
16'-0"
TO
20'-0"
2'-0" MIN.
4"
4'-10"
1'-0"
1'-0"
1'-0"
1'-6"
3'-0" TO
4'-0"

လက်ဝှေ့အားကစားအတိုင်းအတာ



စက်ဘီးအားကစားကွင်း (BMX) ၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၀၀ မီတာ
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၆၀ မီတာ
(ခ)	ပြေးလမ်းအရှည်	-	၄ ကီလိုမီတာ
(ဂ)	ပြေးလမ်းအကျယ် (အပြင်)	-	အနည်းဆုံး ၁၀ မီတာ
(ဃ)	ပြေးလမ်းအကျယ် (အတွင်း)	-	၆ မီတာ
(င)	တာထွက်ဂိတ်၏အမြင့်	-	၈ မီတာ
(စ)	တာထွက်ကုန်း (Starting Hill) ပြေးလမ်းအကျယ်	-	အနည်းဆုံး ၁၀ မီတာ
(ဆ)	တာထွက်ကုန်းဂိတ်မှ မြေညီအဆင်းထိ ကနဦးအရှည်	-	၁၂ မီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၁) ကွင်း

(ခ) တာလွှတ်စင်တွင် Voice Box System တပ်ဆင်ရမည်။

(ဂ) မြောက်မှတောင်သို့ ဖောက်လုပ်ရမည်။

(ဃ) **ကနဦးအဖြောင့် (Initial straigth)**။ အနည်းဆုံးမီတာ(၄၀)ရှည်ရမည်။ ကနဦးအဖြောင့် ပထမဆုံးအတားအဆီး၏ ရှေ့ပိုင်းအောက်ခြေသည် တာလွှတ်ဂိတ်မှ အနည်းဆုံး(၃၅)မီတာရှိရမည်။ပထမဆုံးအဖြောင့်တွင် အတားအဆီး(၂)ခု၏ အနည်းဆုံးအကွာအဝေးသည် (၁၀)မီတာရှိရမည်။

(င) **ပထမဆုံးအကွေ့ (First Turn)**။ ပထမဆုံးအကွေ့ကို မည်သည့်ဘက်သို့ဖြစ်ဖြစ် ကွေ့ထားနိုင်သည်။ပထမကွေ့သည့် အနည်းဆုံး (၆)မီတာ ကျယ်ရမည်။

(စ) **ကွေ့များနှင့်အတားအဆီးများ**။ ပြေးလမ်းတွင် အနည်းဆုံးကွေ့(၃)ခုပါရမည်။ အနည်းဆုံး (၅)မီတာကျယ်ရမည်။

(ဆ) **အကာအရံ**။ ပြေးလမ်းနှင့်ပရိသတ်အနီးဆုံးနေရာသည်အနည်းဆုံး(၂)မီတာရှိရမည်။

(ဇ) **စစ်ဆေးခြင်း**။ ပြိုင်ပွဲဝင် စက်ဘီးသမားများကို စစ်ဆေးရန်အတွက် စံချိန်ယူ Inspection Transponder များ တပ်ဆင်ပြီး ၊ နေရာတစ်ခုသတ်မှတ်ပေးရမည်။

(ဈ) **တာလမ်းအလံများ**

(၁) အစိမ်းရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲတွင်အနှောင့်အယှက်မရှိ ပြိုင်ပွဲဆက်လုပ်နိုင်သည်။

(၂) အဝါရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲလမ်းကြောင်းပိတ်နေ၍ ပြိုင်ပွဲများကို ဂိတ်တွင် ထိန်းထားရန်။

(၃) အနီရောင်အလံ ။ ပြေးလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် ရှိနေသော ပြိုင်ပွဲဝင် ကစားသမားများချက်ချင်းရပ်ပြီး တာလွှတ်သောဂိတ်သို့ ပြန်သွားရန်နှင့်နောက်ထပ်ညွှန်ကြားချက်များကိုစောင့်ရန်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) PA System

(ခ) ကွန်ပျူတာ

(ဂ) လမ်းလျှောက်စကားပြောစက်

(ဃ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(င) Photo Finish

(စ) စက်ဘီး

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁) ကျား/မ BMX တစ်ဦးချင်း

(၂) ကျား/မ BMX အသင်းလိုက်

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၃၀) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း ၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊ CCTV Room ၊Photo Finish ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) စက်ဘီးသယ်မော်တော်ယာဉ်များ၊စံချိန်မှတ်နာရီ၊လူနာသယ်ယာဉ်များ လုံလောက်စွာ

ထားရှိရမည်။

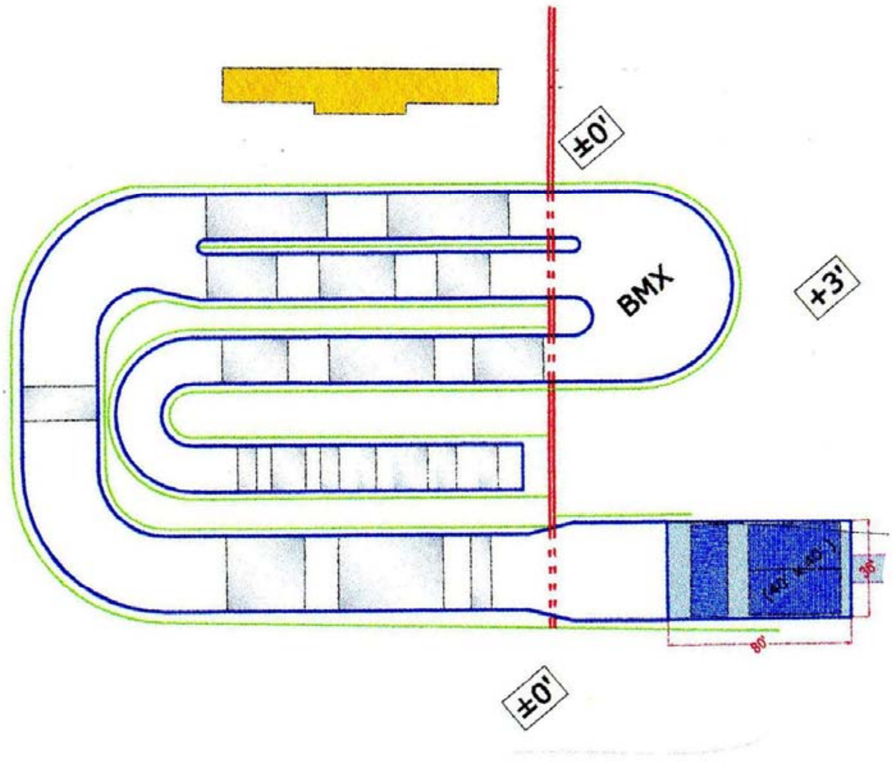
(c) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

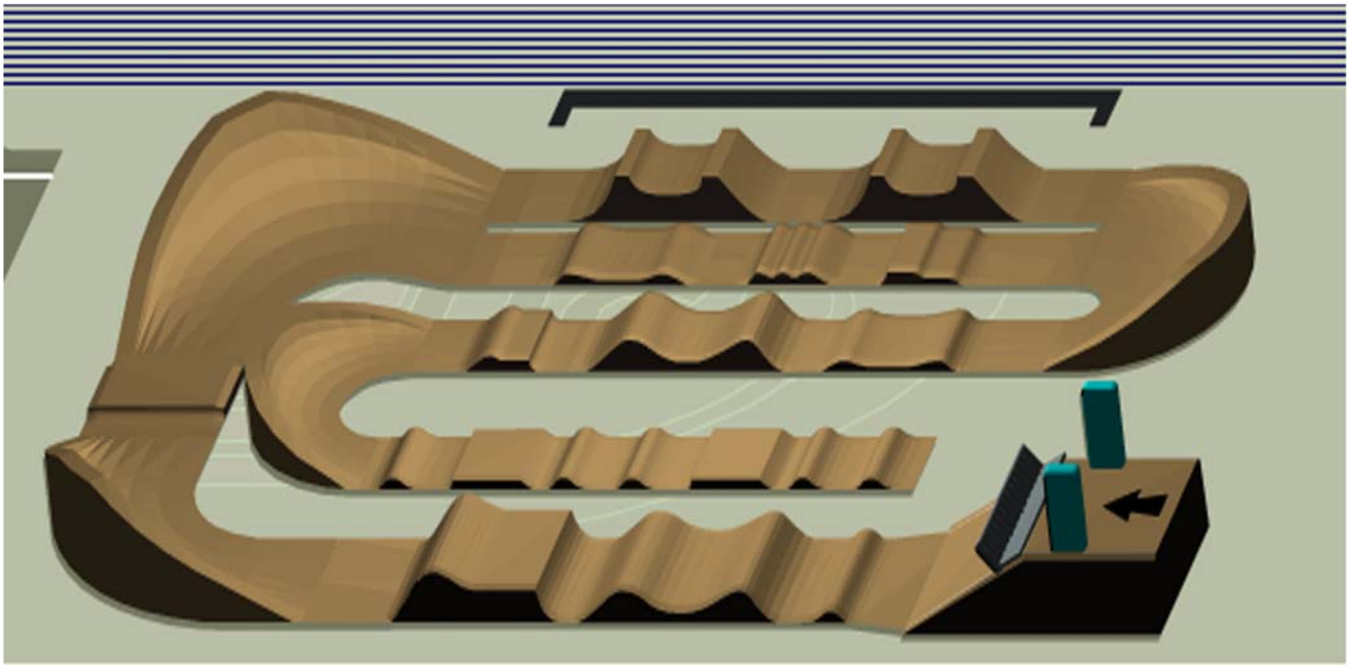
(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

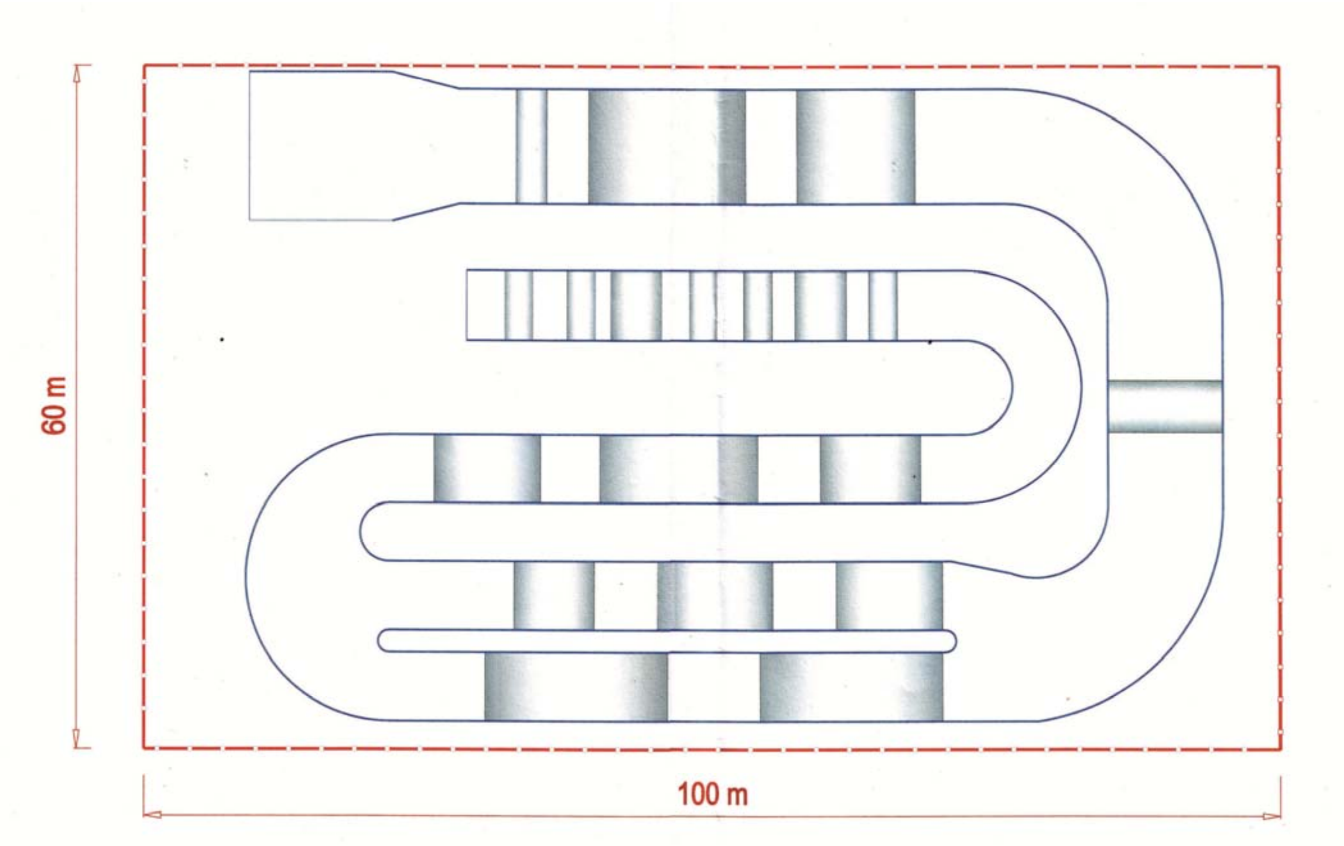
Cycling (BMX)



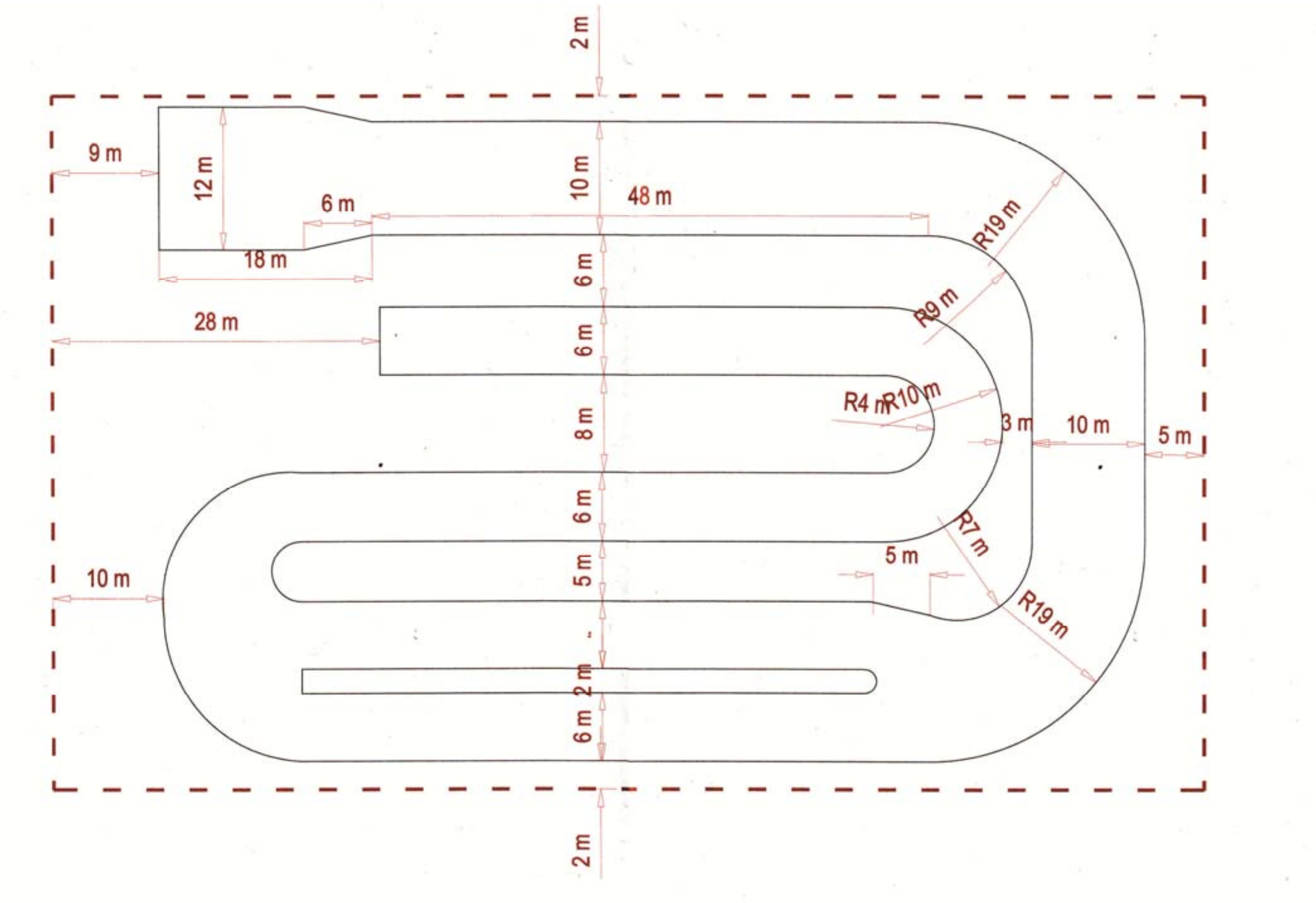
Cycling (BMX)



Cycling (BMX)



Cycling (BMX)


2 m
9 m
12 m
10 m
48 m
6 m
18 m
R19 m
6 m
28 m
R9 m
6 m
R4 m
R10 m
8 m
3 m
10 m
5 m
6 m
R7 m
5 m
10 m
5 m
R19 m
2 m
6 m
2 m

စက်ဘီး (Down Hill) အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ပြေးလမ်းအရှည် - အနည်းဆုံး(၁၅၀၀) မီတာ မှ အများဆုံး(၃၅၀၀)မီတာ

(ခ) ပြေးလမ်းအမျိုးအစား - မြေသားလမ်း

(ဂ) တာလွှတ်သောနေရာ - အနည်းဆုံး ၁မီတာ မှ အများဆုံး ၂ မီတာ

(တာလွှတ်သောနေရာကို အမိုးမိုးထားပြီး လက်ကိုင်တန်းတစ်ခုတပ်ပေးထားရမည်။ တာလွှတ်သောနေရာသည် ကြမ်းတမ်းသောမျက်နှာပြင်ရှိရမည်။)

(ဃ) ပန်းဝင်သောနေရာသည်၆ မီတာခန့်ကျယ်ရမည်။

(င) ပန်းဝင်ပြီးဘရိတ်ဖမ်းနိုင်ရန် (၃၅ - ၅၀)မီတာအကျယ် မြေဧရိယာရှိရမည်။

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) တာလွှတ်စင်

(ခ) တာဖမ်းစင်

(ဂ) တာဖမ်းစင်မြေနေရာတွင်အဟန့်အတားများလုံးဝမရှိစေရ။

(ဃ) **တာလမ်းအလံများ**

(၁) အစိမ်းရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲတွင်အနှောင့်အယှက်မရှိ ပြိုင်ပွဲဆက်လုပ်နိုင်သည်။

(၂)အဝါရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲလမ်းကြောင်းပိတ်နေ၍ ပြိုင်ပွဲများကို ဂိတ်တွင်ထိန်းထားရန်။

(၃) အနီရောင်အလံ ။ ပြေးလမ်းကြောင်းပေါ်တွင်ရှိနေသော ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများချက်ချင်းရပ်ပြီး တာလွှတ်သောဂိတ်သို့ပြန်သွားရန်နှင့်နောက်ထပ်ညွှန်ကြားချက်များကိုစောင့်ရန်။

(င) ပြိုင်ပွဲလမ်းကြောင်းသုံးဂိတ်များတွင် ပလပ်စတစ်ဖိုင်ဘာဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောအမြင့် (၁.၅)မီတာမှ(၂)မီတာရှိ ဖိုင်ဘာတိုင်များသာ သုံးရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) ကွန်ပျူတာ

(ဂ) လမ်းလျှောက်စကားပြောစက်

(ဃ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(င) Photo Finish

(စ) စက်ဘီး

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁) ကျား/မ တစ်ဦးချင်း

(၂) ကျား/မ အသင်းလိုက်

(ခ) ပွဲစဉ်ကြာသောအချိန်။ အနည်းဆုံး (၂) မိနစ်မှ အများဆုံး (၅) မိနစ်

(ဂ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၃၀) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း ၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊ CCTV Room ၊Photo Finish ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) စက်ဘီးသယ်မော်တော်ယာဉ်များ၊စံချိန်မှတ်နာရီ၊လူနာသယ်ယာဉ်များ လုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

စက်ဘီး (Cross Country) အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ပြေးလမ်းအတိုင်းအတာ - အနည်းဆုံး(၄)ကီလိုမီတာ မှ အများဆုံး(၉) ကီလိုမီတာ

(ခ) **ပြေးလမ်းသတ်မှတ်ချက်**

(၁) တောင်တက် (၄၀%)

(၂) တောင်ဆင်း(၄၀%)

(၃) လမ်းအကျဉ်း (၁၅ %)

(၄) ကွန်ကရစ်လမ်းခင်း (၅%)

(ဂ) ပြေးလမ်းအမျိုးအစား - မြေသားလမ်း

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) တာလွှတ်စင်

(ခ) တာလွှတ်နေရာမှ (၅) မီတာခန့် မြေပြန့်ဖြစ်ရမည်။

(ဂ) တာဖမ်းစင်

(ဃ) **တာလမ်းအလံများ**

(၁) အစိမ်းရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲတွင်အနှောင့်အယှက်မရှိ ပြိုင်ပွဲဆက်လုပ်နိုင်သည်။

(၂) အဝါရောင်အလံ ။ ပြိုင်ပွဲလမ်းကြောင်းပိတ်နေ၍ ပြိုင်ပွဲများကို ဂိတ်တွင်ထိန်းထားရန်။

(၃) အနီရောင်အလံ ။ ပြေးလမ်းကြောင်းပေါ်တွင်ရှိနေသောပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများချက်ချင်းရပ်ပြီး တာလွှတ်သောဂိတ်သို့ ပြန်သွားရန်နှင့် နောက်ထပ်ညွှန်ကြားချက်များကိုစောင့်ရန်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) ကွန်ပျူတာ

(ဂ) လမ်းလျှောက်စကားပြောစက်

(ဃ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(င) Photo Finish

(စ) စက်ဘီး

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) ကျား/မ တစ်ဦးချင်း

(၂) ကျား/မအသင်းလိုက်

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၃၀) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊ CCTV Room ၊Photo Finish ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) စက်ဘီးသယ်မော်တော်ယာဉ်များ၊စံချိန်မှတ်နာရီ၊လူနာသယ်ယာဉ်များ လုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

စက်ဘီး (Road Race) အားကစားကွင်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) တစ်ဦးချင်းစံချိန်ပြု (အမျိုးသား) - အနည်းဆုံး(၄၀)ကီလိုမီတာ မှ အများဆုံး(၅၀)ကီလိုမီတာ

(အမျိုးသမီး)- အနည်းဆုံး(၂၀)ကီလိုမီတာမှ အများဆုံး(၃၀) ကီလိုမီတာ

(ခ) အုပ်စုတာဝေးပြိုင်ပွဲ(အမျိုးသား) - (၁၄၀)ကီလိုမီတာ မှ (၂၄၀) ကီလိုမီတာ

(အမျိုးသမီး) - (၇၀) ကီလိုမီတာမှ (၁၄၀) ကီလိုမီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ရှေ့ပြေးယာဉ်

(ခ) လမ်းကြောင်းထိန်းမော်တော်ဆိုင်ကယ်များ

(ဂ) စက်ဘီးသယ်မော်တော်ယာဉ်များ

(ဃ) လူနာတင်ယာဉ်

(င) အုပ်ချုပ်မှုသုံးမော်တော်ယာဉ်

(စ) ပြေးလမ်းကြောင်းတွင် အသံစနစ်(PA System) လုံလောက်စွာပါဝင်ရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) ကွန်ပျူတာ

(ဂ) လမ်းလျှောက်စကားပြောစက်

(ဃ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(င) Photo Finish

(စ) Vedio Cemra

(ဆ) စက်ဘီး

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား**

(၁) ကျား 160 km တာဝေးတစ်ဦးချင်းနှင့် အသင်းလိုက်

(၂) ကျား100 km အသင်းလိုက်

(၃) ကျား40 kmတစ်ဦးချင်းစံချိန်ပြု

(၄) မ 100 km တာဝေး

(၅) မ 20 km တစ်ဦးချင်းစံချိန်ပြု

(၆) ကျား/မ တစ်ဦးချင်းနှင့် အသင်းလိုက်

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ	-	(၁၀) ဦး
(၂) ပြည်တွင်း	-	(၃၀) ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊ CCTV Room ၊Photo Finish ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) စက်ဘီးသယ်မော်တော်ယာဉ်များ၊စံချိန်မှတ်နာရီ၊လူနာသယ်ယာဉ်များအပြင် အုပ်ချုပ်မှုသုံးမော်တော်ယာဉ်များလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

မြားပစ်အားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ (အလျား)	-	၁၀၀ မီတာ
(ခ) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ (အနံ)	-	၉၀ မီတာ
(ဂ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၀၀ မီတာ
(ဃ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၉၀ မီတာ
(င) Target Stand အတိုင်းအတာ	-	၅ပေ x ၄ပေ
(စ) Buttress အထူ	-	၄ လက်မ - ၆ လက်မ
(ဆ) Buttress Cover	-	တာပေါ်လင်စ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System	-	(၁) စုံ
(ခ) Score Board	-	(၁) စုံ
(ဂ) ကွန်ပျူတာ	-	(၆) လုံး
(ဃ) Buttress Target Stand	-	(၅၀) ခန့်
(င) Target Faces		
(၁) 122 cm	-	(၅၀၀) ရွက်
(၂) 80 cm	-	(၅၀၀) ရွက်
(စ) Target Buttress	-	(၁၀၀) ခု
(ဆ) Timmer	-	(၂) စုံ
(ဇ) Score card carrier	-	(၂၀) ဦးခန့်
(ဈ) Score Sheet	-	ရွက်ရေ (၃၀၀)

(ည) ပြိုင်ပွဲကျင်းပစဉ်ထိန်းသိမ်းကြီးကြပ်သူအတွက်(၁၀)ပေပတ်လည်ဘောဖွင့်တဲ (၁) ခု

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား**

Recurve	Compound
(၁) တစ်ဦးချင်း(ကျား)	တစ်ဦးချင်း(ကျား)
(၂) တစ်ဦးချင်း(မ)	တစ်ဦးချင်း (မ)

(၃) အသင်းလိုက်(ကျား) အသင်းလိုက်(ကျား)

(၄) အသင်းလိုက်(မ) အသင်းလိုက်(မ)

(၅) Mix Team ကျား/မနှစ်ယောက်တွဲ Mix Team ကျား/မနှစ်ယောက်တွဲ

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၀) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) **Recurve တစ်ဦးချင်း ပြိုင်ပွဲ**

Ranking မြား (၇၂) ချောင်း ရမှတ်၊ Elimination+ Finals (ရှုံးထွက်)၊Best of 5 ၊ တစ်ပွဲ (၂) မှတ်

(၂) **Compound တစ်ဦးချင်း ပြိုင်ပွဲ**

Ranking မြား (၇၂) ချောင်း ရမှတ်၊ Elimination+ Finals (ရှုံးထွက်) မြား(၁၅) ချောင်းပစ်ခတ်ယှဉ်ပြိုင်ပြီး၊ စုစုပေါင်းရမှတ်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်သည်။

(၃) **အသင်းလိုက်ပြိုင်ပွဲ (ကျား+မ)**

အသင်းတွင် ပါဝင်ပစ်ခတ်မည့် နိုင်ငံအလိုက် အကောင်းဆုံး အားကစား သမား အမျိုးသား (၃) ဦး၊ အမျိုးသမီး (၃) ဦး၏ Ranking မြား (၇၂) ချောင်းတွင် ပစ်ခတ်ခဲ့သော ရမှတ်များ ကို ပေါင်းပြီး အဆင့်သတ်မှတ်သည်။

(၄) **Mixed Team ပြိုင်ပွဲ**

အသင်းတွင် ပါဝင်ပစ်ခတ်မည့် နိုင်ငံအလိုက် အကောင်းဆုံး အားကစား သမား အမျိုးသား (၁) ဦး၊ အမျိုးသမီး (၁) ဦး၏ Ranking မြား (၇၂) ချောင်းတွင် ပစ်ခတ်ခဲ့သော ရမှတ်များ ကို ပေါင်းပြီး အဆင့်သတ်မှတ်သည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားကွင်းအတွင်းအမှတ်ပေးScore Board၊အသံစနစ်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း (Locker အပါအဝင်)၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့် ခန်း၊ လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊ Photo Finish ၊ Score Board ထိန်းချုပ်ခန်းများနှင့်အရံမီးစက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/ နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

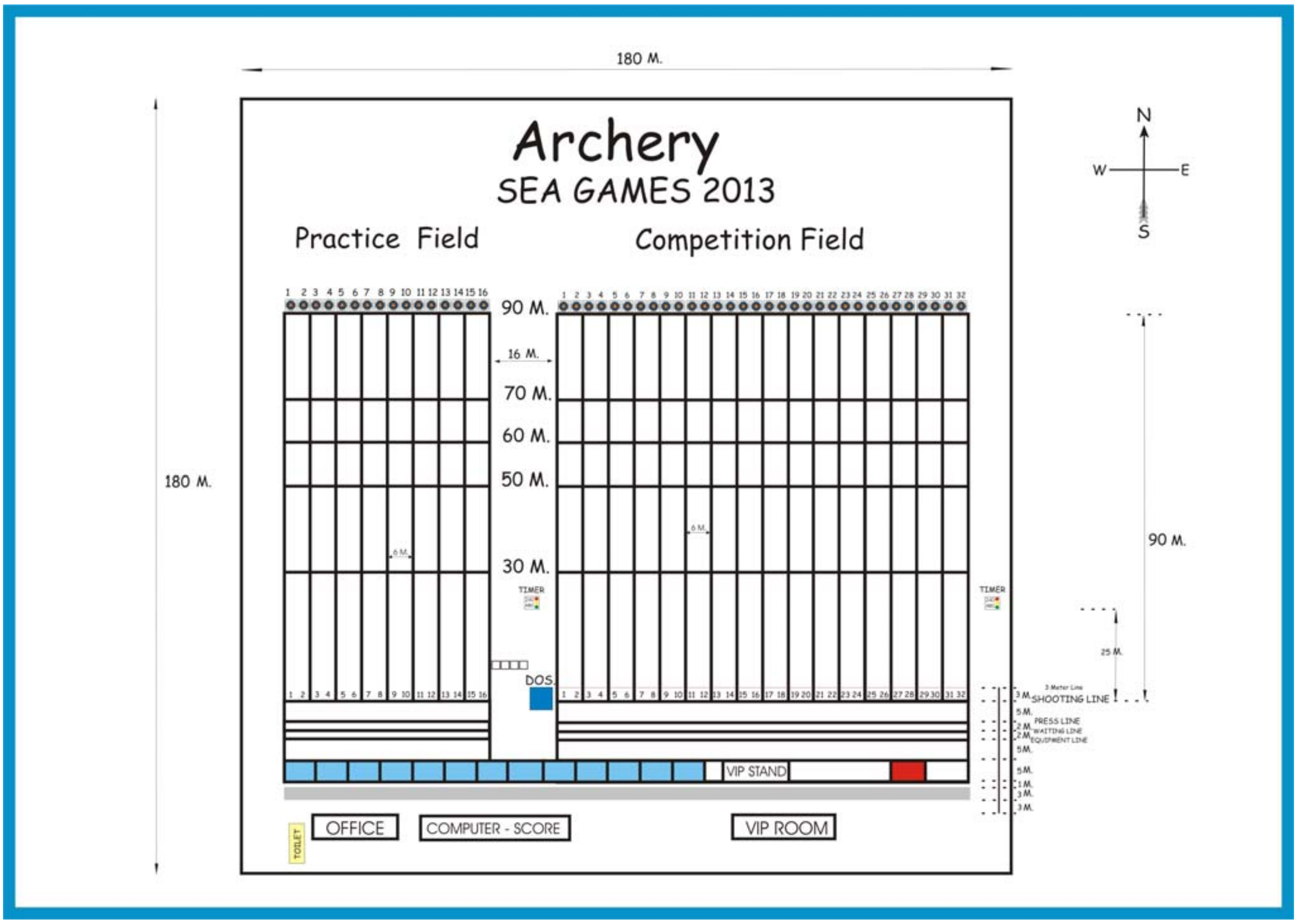
(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) Rest Roomများအား ကစားသမား၊ ဒိုင်၊ ရုံးအဖွဲ့နှင့်စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ်များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပွဲကြည့်ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

Archery


180 M.
180 M.
Archery
SEA GAMES 2013
Practice Field
Competition Field
N
W
E
S
90 M.
16 M.
70 M.
60 M.
50 M.
30 M.
90 M.
TIMER
TIMER
DOS.
25 M.
SHOOTING LINE
PRESS LINE
WAITING LINE
EQUIPMENT LINE
VIP STAND
OFFICE
COMPUTER - SCORE
VIP ROOM
TOILET

ပြေးခုန်ပစ်အားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ (အချင်းဝက်)	-	၃၆.၅၀ မီတာ
(ခ) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ (အလျား)	-	၈၄.၃၉ မီတာ
(ဂ) **အပြေးအားကစားနည်း**		
(၁) ပြေးလမ်းအခင်း	-	Synthetic
(၂) ပြေးလမ်းအကျယ်	-	၁.၂၂ မီတာ
(၃) ပြေးလမ်း	-	၈ လမ်း
(၄) စည်းဖျက်	-	၅ စင်တီမီတာ
(၅) စည်းအရောင်	-	အဖြူရောင်
(ဃ) **အခုန်အားကစားနည်း**		
(၁) အမြင့်ခုန်ကွင်းအတိုင်းအတာ	-	(၅x၅) မီတာ
(၂) အခင်းအထူ	-	၄.၃ ပေ
(၃) အလျားခုန်/သုံးဆင့်ခုန်ကွင်းအတိုင်အတာ	-	(၃ x ၈) မီတာ
(၄) အလျားခုန်/သုံးဆင့်ခုန်ပြေးလမ်းအရှည်	-	၄၀.၄၅ မီတာ
(၅) အလျားခုန်/သုံးဆင့်ခုန်ပြေးလမ်းအကျယ်	-	၂.၄၄ မီတာ
(၆) ကျင်းအကျယ်	-	၃ မီတာ
(၇) နင်းထောက်ဘုတ်ပြားအရှည်	-	၄ ပေ
(၈) နင်းထောက်ဘုတ်ပြားအကျယ်	-	၈ လက်မ
(၉) နင်းထောက်ဘုတ်ပြားထု/အရောင်	-	၄ လက်မ/အဖြူရောင်
(င) **အပစ်အားကစားနည်း**		
(၁) သံလုံး/သံပြားဝိုင်းပစ်ကွင်း(အချင်း)	-	၂.၁၃၅ (သို့) ၂.၅ မီတာ
(၂) လှောင်အိမ်(ပိုက်ကွန်ဖြင့်ပြုလုပ်ပါသည်။)		
(စ) ကင်းလွတ်ဇုန်	-	၂၅ မီတာ ၊ ၉ မီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ဂ) သံလုံးအလေးချိန်(ကျား)	-	၁၆ ပေါင်
(ဃ) သံလုံးအလေးချိန် (မ)	-	၈ပေါင် ၃အောင်စ
(င) သံပြားဝိုင်းအလေးချိန်(ကျား)	-	၂ ကီလိုဂရမ်
(စ) သံပြားဝိုင်းအလေးချိန်(မ)	-	၁ ကီလိုဂရမ်
(ဆ) လှံတံအရှည်(ကျား)	-	၈.၆ ပေ
(ဇ) လှံတံအရှည် (မ)	-	၇.၂ ပေ

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) စံချိန်မှတ်နာရီ

(င) **အပြေးအားကစားနည်း**

(၁) တာထွက်ခုံ

(၂) ၃၀၀၀ တားဆီးကျော်တန်း

(၃) ရေကျင်း

(၄) လက်ဆင့်ကမ်းတုတ်ချောင်း

(စ) **အခုန်အားကစားနည်း**

(၁) ဆိုဖာအခင်း

(၂) Steel Box

(၃) ဖိုက်ဘာတုတ်ချောင်း

(၄) တိုင်နှင့်တန်းများ

(ဆ) **အပစ်အားကစားနည်း**

(၁) သံလုံး/သံပြား/ကြိုးတပ်သံလုံး

(၂) လှောင်အိမ်(ပိုက်ကွန်ဖြင့်ပြုလုပ်ပါသည်။)

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား**

(၁) **အပြေးအားကစားနည်း**

(ကက) ၁၀၀ မီတာ(ကျား/မ)

(ခခ) ၂၀၀ မီတာ (ကျား/မ)

(ဂဂ) ၄၀၀ မီတာ (ကျား/မ)

(ဃဃ) ၈၀၀ မီတာ (ကျား/မ)

(ငင) ၁၅၀၀ မီတာ (ကျား/မ)

(စစ) ၅၀၀၀ မီတာ (ကျား/မ)

(ဆဆ) ၁၀၀၀၀ မီတာ(ကျား/မ)

(ဇဇ) မာရသွန်(ကျား/မ)

(ဈဈ) ၃၀၀၀ တားဆီးကျော်

(ညည) ၁၁၀/၁၀၀ တန်းကျော် (ကျား/မ)

(ဋဋ) ၄၀၀ တန်းကျော် (ကျား/မ)

(ဌဌ) ၄x ၁၀၀ လက်ဆင့်ကမ်း (ကျား/မ)

(ဍဍ) ၄ x ၄၀၀ လက်ဆင့်ကမ်း (ကျား/မ)

(ဎဎ) ၂၀ km လမ်းလျှောက် (ကျား/မ)

(၂) **အခုန်အားကစားနည်း**

(ကက) အလျားခုန် (ကျား/မ)

(ခခ) ၃ဆင့်ခုန် (ကျား/မ)

(ဂဂ) တန်းမြင့်ခုန် (ကျား/မ)

(ဃဃ) တုတ်ထောက်ခုန် (ကျား/မ)

(၃) **အပစ်အားကစားနည်း**

(ကက) သံလုံးပစ်

(ခခ) သံပြားဝိုင်းပစ်

(ဂဂ) လှံတံပစ်

(ဃဃ) ကြိုးတပ်သံလုံးပစ်

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၅) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၂၀) ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားကွင်းအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း (Locker အပါအဝင်)၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများနှင့်အရံမီးစက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

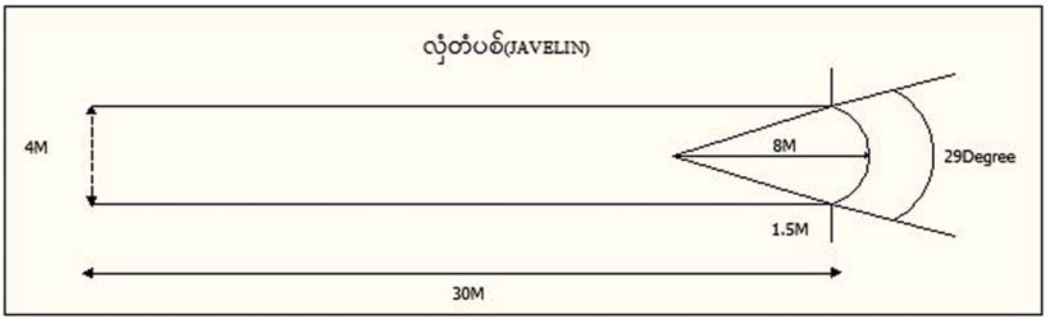
(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

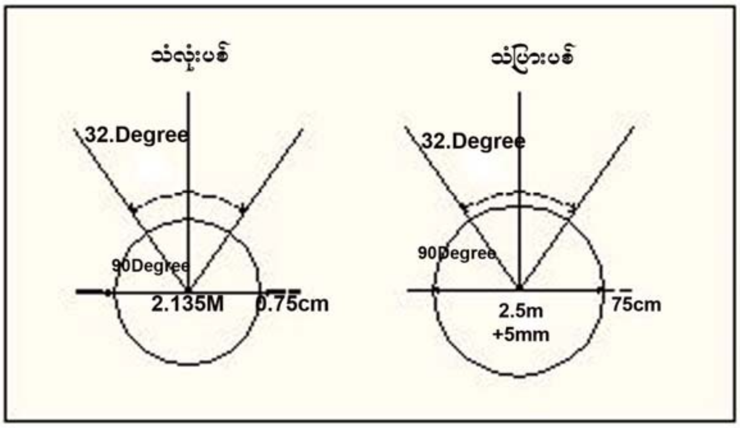
(စ) Rest Room များအား ကစားသမား၊ဒိုင်၊ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ်များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

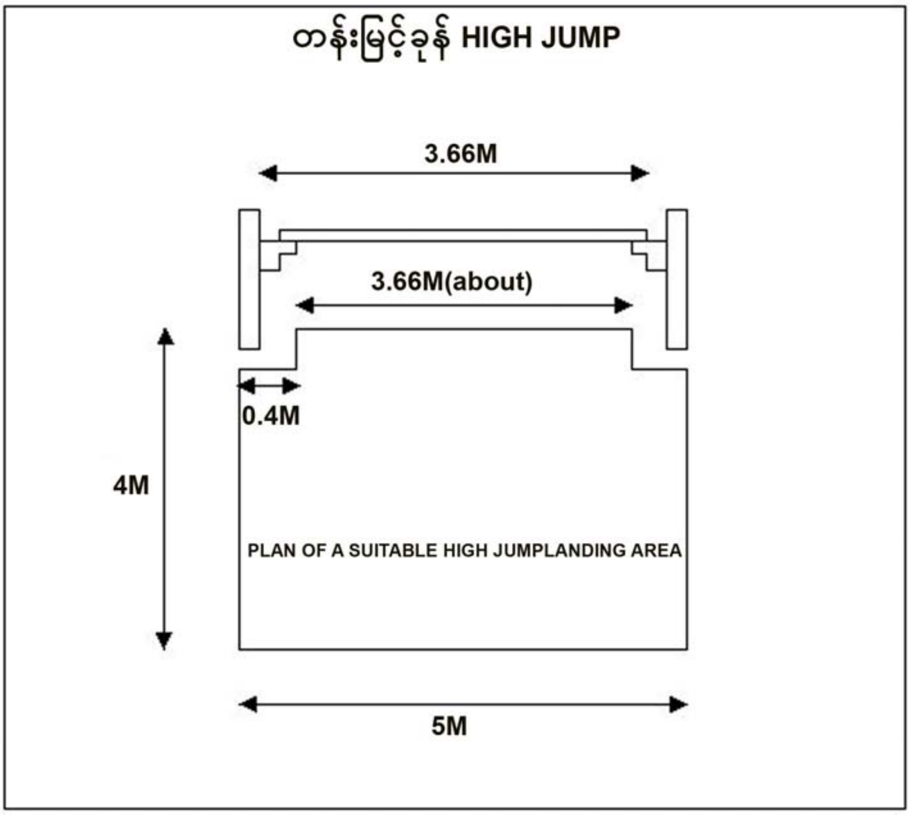
(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

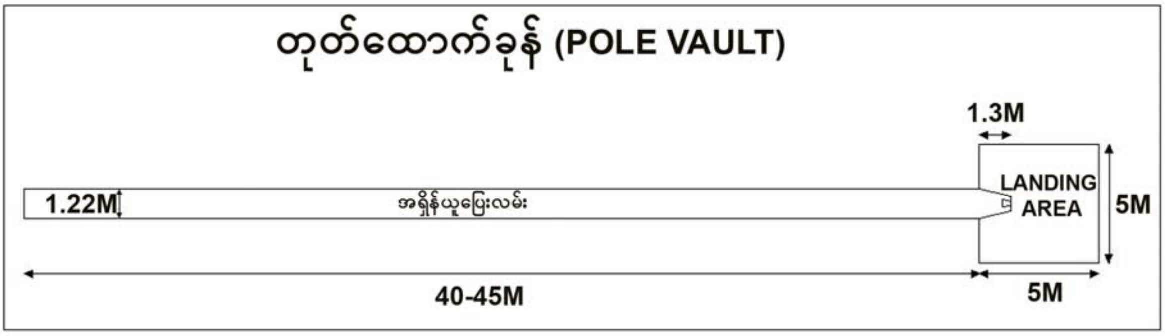
လှံတံပစ်


လှံတံပစ်(JAVELIN)
4M
8M
29Degree
1.5M
30M


သံလုံးပစ်
32.Degree
90Degree
2.135M
0.75cm
သံပြားပစ်
32.Degree
90Degree
2.5m
+5mm
75cm

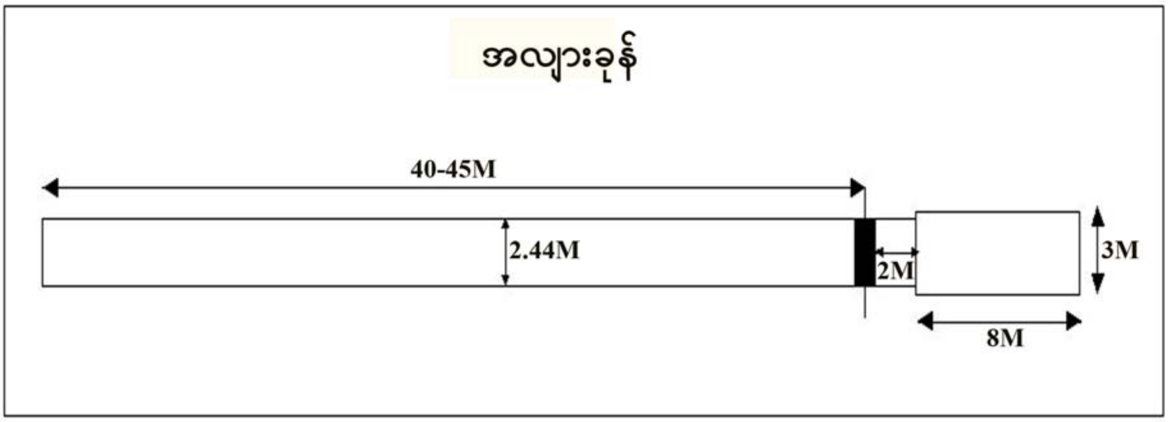


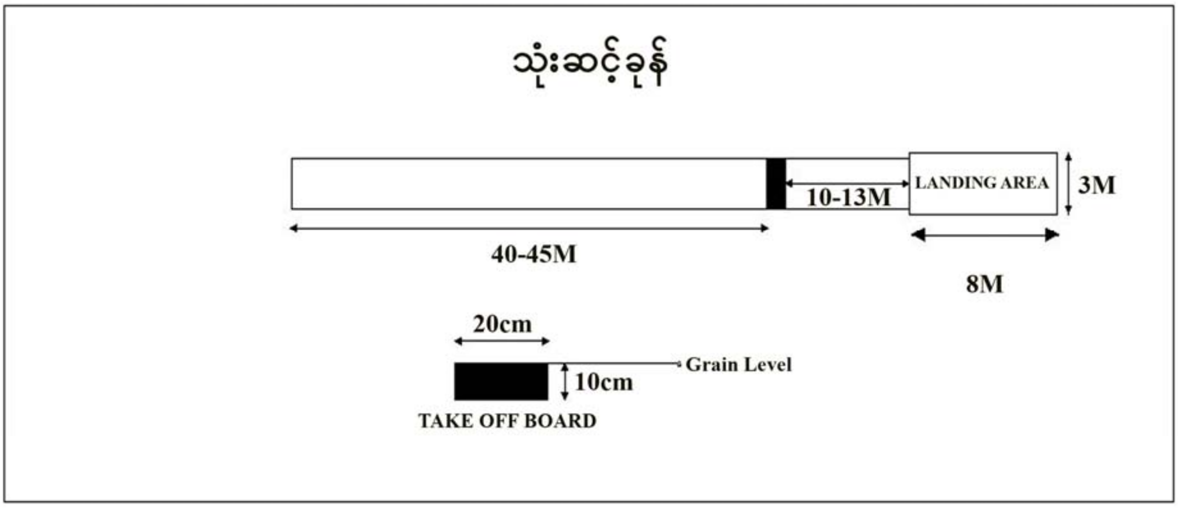
တန်းမြင့်ခုန် HIGH JUMP
3.66M
3.66M(about)
0.4M
4M
PLAN OF A SUITABLE HIGH JUMPLANDING AREA
5M



တုတ်ထောက်ခုန် (POLE VAULT)
1.3M
1.22M
အရှိန်ယူပြေးလမ်း
LANDING
AREA
5M
40-45M
5M

အလျားခုန်နှင့်သုံးဆင့်ခုန် (LONG JUMP/ TRIPPLE JUMP)





ဘတ်စကတ်ဘောအားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၂၈ မီတာ
(ခ)	အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၅ မီတာ
(ဂ)	စည်းများအားလုံးဗျက်	-	၀.၀၅ မီတာ
(ဃ)	စည်းအရောင်	-	အဖြူ/အပြာရောင်
(င)	ကင်းလွတ်ဇုန်အပါအဝင်အတိုင်းအတာ	-	၃၂ မီတာ x ၁၉ မီတာ
(စ)	အားကစားကွင်းရုံ၏အမြင့်	-	အနည်းဆုံး (၇) မီတာ
(ဆ)	ဂိုးဘုတ်အတိုင်းအတာ	-	(၁.၈၀) မီတာ x (၁.၂၀) မီတာ
(ဇ)	မီးအလင်းအရောင်	-	၁၀၀၀Luxနှင့်၁၅၀၀Luxကြား
(ဈ)	ကွင်းအပူချိန်	-	သတ်မှတ်ချက်မရှိပါ။

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁)ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၂)ကွင်း

(ဂ) ပြိုင်ပွဲကစားကွင်းသည် အဖုအထစ် ကင်းလျက်မျက်နှာပြင်မာကျော၍ ညီညာပြန့်ပြူးသော ထောင့်မှန်စတုဂံပုံဖြစ်ရမည်။

(ဃ) ကစားကွင်းရုံ၏ မျက်နှာကျက် (သို့) ဘောလုံးနှင့်ထိခိုက်မိနိုင်သည့်အရာအားလုံး အနည်းဆုံး (၇) မီတာ အမြင့်တွင်ရှိရမည်။

(င) ကစားကွင်းမျက်နှာပြင်ပေါ်သို့ အလင်းရောင်လုံလောက်မျှတစွာ ကျရောက်စေရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က)	မှန်ဘုတ်၊ ဂိုးသွင်းဘုတ် (Hydraulic Board)	-	(၁) စုံ
(ခ)	Digital Score Board	-	(၂) ခု
(ဂ)	24 Sec ပြစက်	-	(၂) စုံ
(ဃ)	လုံလောက်သော LCD TV		
(င)	PA System		
(စ)	Digital Alternate Arrow	-	(၂) ခု
(ဆ)	စပရိန်ပါ ဂိုးသွင်းသံကွင်း	-	(၂) စုံ
(ဇ)	Molten သားရေဘောလုံး နံပါတ် (၇) (အမျိုးသား) - ၇၀ လုံး		

(ဈ) Molten သားရေဘောလုံး နံပါတ် (၆) (အမျိုးသမီး) - ၇၀ လုံး

(ည) ဂိုးပိုက်

(ဋ) Digital Team Foul Machine (၂) စုံ

(ဌ) လေထိုးတံ (၂၀) ခု

(ဍ) ဘောလုံးထည့်လှည်း (၈) ခု

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား**

(၁) **အမျိုးသားအသင်းလိုက်။** တစ်သင်းလျှင်(၁၀)ဦးစီပါဝင်နိုင်သည်။

(၂) **အမျိုးသမီးအသင်းလိုက်။** တစ်သင်းလျှင်(၁၀)ဦးစီပါဝင်နိုင်သည်။

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၂၀) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

- (၁၀) မိနစ်(၄)ကြိမ်ကစားရသည်။အမှတ်သာသောအသင်း အနိုင်ရရှိသည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) လေထိုးပြီးဘောလုံးကို (၁၈၀)စင်တီမီတာမှ ပစ်ချလိုက်ပါက (၁၂၀)စင်တီမီတာနှင့် (၁၄၀) စင်တီမီတာကြားသို့ ခုန်တက်ရမည်။

(ခ) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ ပြစ်မှုပြစကိုးဘုတ် ၊ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဂ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဃ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာ ထားရှိရမည်။

(င) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(စ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ /နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

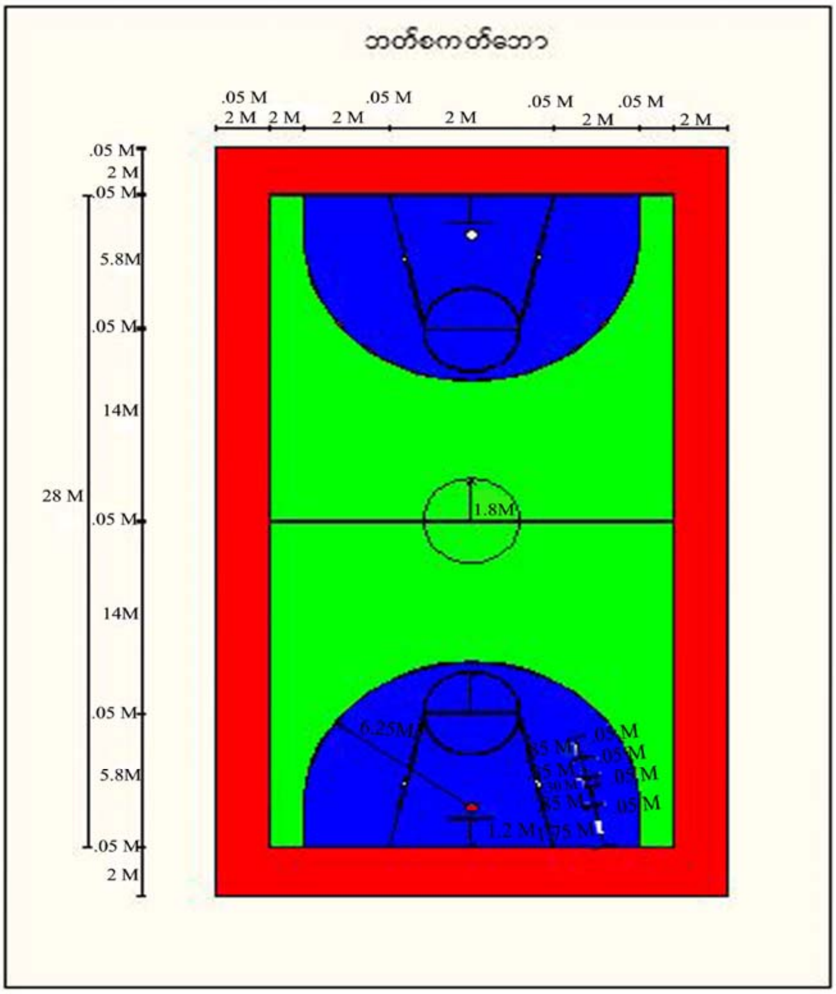
(ဆ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဇ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဈ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ည) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရ မည်။

ဘတ်စကက်ဘောကွင်းအတိုင်းအတာ



ဘိလိယက်အားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) **ဘိလိယက်နှင့်စနူကာ**

(၁)	အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	(၁၁ပေ၈၁/၂လက်မ) (၃၅၆၉ မီလီမီတာ)
(၂)	အတိုင်းအတာ (အနံ)	-	(၅ပေ ၁၀လက်မ) (၁၇၇၈ မီလီမီတာ) (၁/၂လက်မ) အတိုးအလျော့ခွင့်ပြုသည်။
(၃)	အမြင့်	-	(၂ပေ၉ ၁/၂လက်မ)မှ (၂ပေ ၁၀ ၁/၂လက်မ) ကြမ်းခင်းမှဘောင်တန်းထိပ်ထိ
(၄)	ကျင်းပေါက်	-	(၆)ခု

(ခ) Caron

(၁)	အတိုင်းအတာ (အလျား)	-	(၁၀ပေ) (၂.၈၄ မီတာ)
(၂)	အတိုင်းအတာ (အနံ)	-	(၅ပေ) (၁.၄၂ မီတာ) (၅ လက်မ)အတိုးအလျော့ခွင့်ပြုသည်။
(၃)	အမြင့်	-	(၂၁/၂ပေ) (၇၅စင်တီမီတာမှ၈၀ စင်တီမီတာကြား)
(၄)	ကျင်းပေါက်	-	(၆) ခု

(ဂ) Pool

(၁)	အတိုင်းအတာ (အလျား)	-	(၄ ၁/၂ပေ)
(၂)	အတိုင်းအတာ (အနံ)	-	(၄ပေ)
(၃)	အမြင့်	-	(၂ ၁/၂ပေ)
(၄)	ကျင်းပေါက်	-	(၆) ခု

(ဃ) အလင်းရောင် - အခန်းတွင်း Lux (50) ထက်မနည်းရ။ သက္ကလပ်ပေါ် Lux (520) ထက်မနည်းရ။

(င) အပူချိန် - ၁၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် အနည်းဆုံးရှိရမည်။

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) **ဘိလိယက်နှင့်စနူကာ**

(၁)ပြိုင်ပွဲခုံ - (၁၀) ခုံ

(၂) လေ့ကျင့်ရေးခုံ - (၄) ခုံ

(ခ) Pool / Caron

(၁) ပြိုင်ပွဲခုံ - (၄) ခုံ

(၂) လေ့ကျင့်ရေးခုံ - (၂)ခုံ

(ဂ) အလျား(၁၀၀)ပေ၊အနံ(၆၀)ပေရှိအခန်း (၃)ခန်း

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်များ

(က) PA System

(ခ) ပြိုင်ပွဲခုံ(၁)ခုံလျှင်Electronic Score Board (၁) ခုစီ

(ဂ) ပြိုင်ပွဲခုံ(၁)ခုံလျှင် LCD TV (၁) လုံးစီ

(ဃ) ဘိလိယက်နှင့်စနူကာဘောလုံး - (၂၀) စုံစီ

(င) Pool / Caron ဘောလုံး - (၁၅) စုံစီ

(စ) ဘောလုံးအချင်း - ၅.၂၅ မီလီမီတာ

(ဆ) ထိုးတံအရှည် - ၃ ပေ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား**

(၁) ဘိလိယက်အသင်းလိုက်နှင့်တစ်ဦးချင်း

(၂) ဘိလိယက် Scotch Double

(၃) ဘိလိယက်Double

(၄) စနူကာတစ်ဦးချင်း (6 Red Ball) (ကျား)

(၅) စနူကာတစ်ဦးချင်း (5 Red Ball) (မ)

(၆) စနူကာDouble (15 Ball) (ကျား)

(၇) စနူကာ Double (15 Red Ball) (ကျား)

(၈) Carom 1 CUSHION တစ်ဦးချင်း (ကျား)

(၉) Pool 10 Ball တစ်ဦးချင်း (ကျား/မ)

(၁၀)Pool 9 Ball တစ်ဦးချင်း (ကျား/မ)

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၆) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၀) ဦး

(၃) Techinical Delegate - (၆) ဦး

(၄) Marker/Scorer - (၇၂) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) **ဘိလိယက်။** (၁၀၀) မှတ် Games

(၂) **စနူကာ ။** အနီ(၁)မှတ်၊အနက်(၇)မှတ်၊ပန်းရောင်(၆)မှတ်၊အပြာ(၅)မှတ်၊ အညို(၄)မှတ်၊အစိမ်း(၃)မှတ်၊အဝါ(၂)မှတ်

(၃) **Caron ။** (၁၀၀) မှတ် Games

(၄) **Pool ။** (10) Ball Games၊ (9) Ball Games

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းရှိ ထိုင်ခုံများအား အသေတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ TV၊အသံစနစ်နှင့် လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဂ) အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

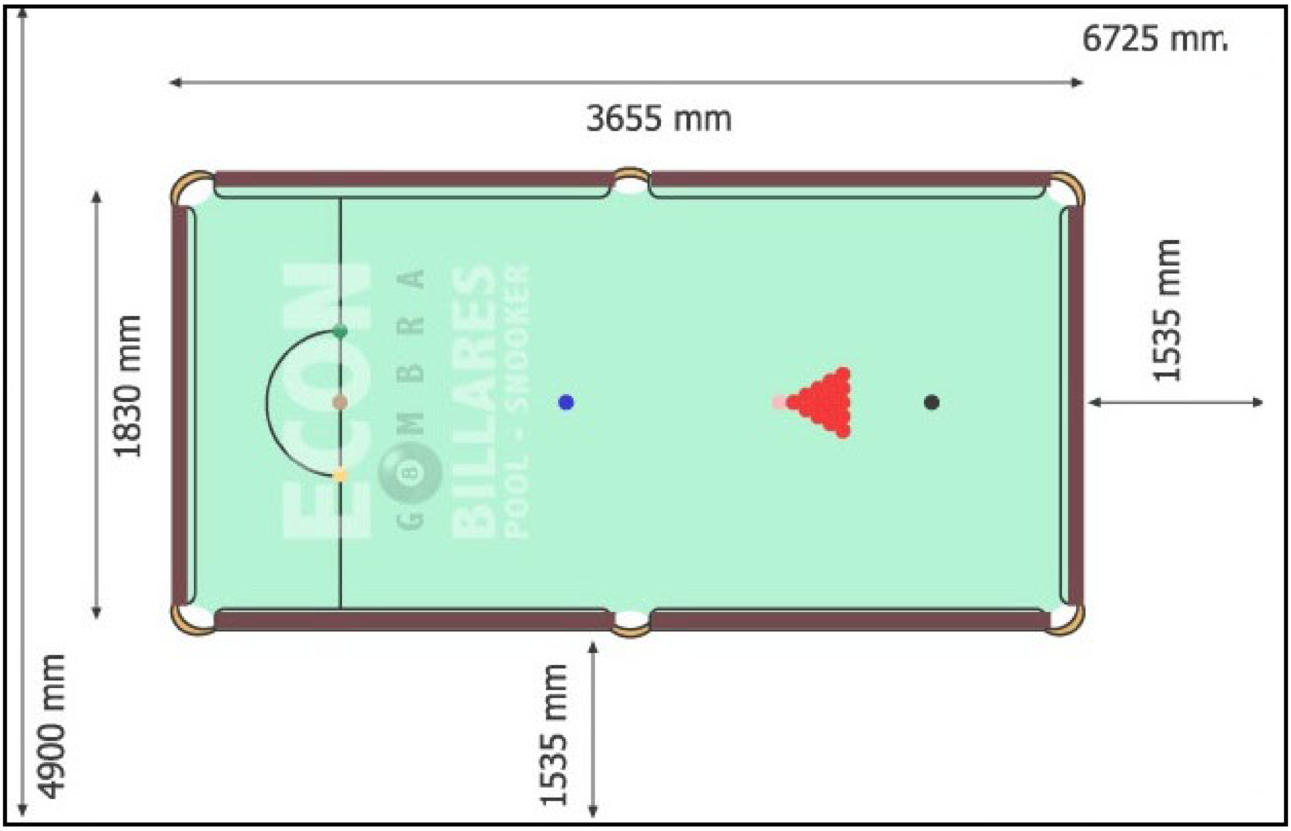
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ဘိလိယက်ခုံအတိုင်းအတာ


6725 mm.
3655 mm
1830 mm
1535 mm
1535 mm
4900 mm
ECON
GOMBRA
BILLARES
POOL - SNOOKER

ကာယဗလအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ပြိုင်ပွဲစင်အမြင့် - ၁ မီတာ

(ခ) ကိုယ်ဟန်ပြစင် (အလျား) - ၆ မီတာ

(ဂ) ကိုယ်ဟန်ပြစင် (အနံ) - ၁.၂ မီတာ

(ဃ) ကိုယ်ဟန်ပြစင် (အမြင့်) - ၆၀ စင်တီမီတာ

(င) ကိုယ်ဟန်ပြစင်၏ကော်ဇောခင်းအရောင် - Grey

(စ) **မီးအလင်းရောင်**

(၁) ၁ပေလျှင် ၁၀၀၀ ဝပ်မီးအားဖြင့် စင်မြင့်၏အရှေ့ဘက်အပေါ်မှ ၄၅ ဒီဂရီစောင်းလျက်ချိတ်ဆွဲရန်။

(၂) ၁ပေလျှင် ၅၀၀ ဝပ်မီးအားဖြင့် ကိုယ်ဟန်ပြစင်မြင့်သို့ ၆၅ ဒီဂရီစောင်းလျက်ချိတ်ဆွဲရန်။

(၃) ၂ ပေလျှင် ၅၀၀ ဝပ်မီးအားဖြင့် စင်မြင့်၏အနောက်ပိုင်းကိုအလင်းရောင်ပေးရန်။

(၄) မီးအားလုံးကို စင်မြင့်၏အရှေ့ဘက်တွင်သာတပ်ဆင်ရန်။

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲစင်မြင့် - (၁) ခု

(ခ) လေ့ကျင့်ရန်နေရာ - ပြိုင်ပွဲဝင်နိုင်ငံအလိုက် သီးခြားထားရှိရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) Fitness Center ပစ္စည်းများ

(ခ) Electronic Weighting Mechine

(ဂ) အရပ်တိုင်းကိရိယာ

(ဃ) အထောက်အကူပြုလေ့ကျင့်ရေးပစ္စည်းများ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား။ တစ်ဦးချင်း

(၁) ဖလိုင်းဝိတ် - ကီလို (၆၀) အထိ

(၂) ဘင်တန်ဝိတ် - ကီလို (၆၅) အထိ

(၃) လိုက်ဝိတ် - ကီလို (၇၀) အထိ

(၄) ဝယ်လ်တာဝိတ် - ကီလို (၇၅) အထိ

(၅) လိုက်မစ်ဒယ်လ်ဝိတ် - ကီလို (၈၀) အထိ

(၆) မစ်ဒယ်လ်ဝိတ် - ကီလို (၈၅) အထိ

(၇) လိုက်ဟဲဗီးဝိတ် - ကီလို (၉၀) အထိ

(၈) ဟဲဗီးဝိတ် - ကီလို (၉၀) အထက်

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၂၁) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၆) ဦး

(ဂ) **ကစားချိန်။** စက္ကန့် (၉၀)

(ဃ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) ကြွက်သားကြီးထွားမှု

(၂) ကိုယ်ခန္ဓာပြေပြစ်လှပမှု

(၃) ကြွက်သားအချိုးအစားညီညွတ်မှု

(၄) ကြွက်သားကွဲပြားပေါ်လွင်မှု

(၅) ကိုယ်ဟန်ပြစွမ်းရည်

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း(Locker အပါအဝင်)၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများနှင့်အရံမီးစက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) Rest Room များအား ကစားသမား၊ဒိုင်၊ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ် များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်း ရှိရမည်။

စစ်တုရင် အားကစားကွင်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ကစားခုံအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၈ လက်မ
(ခ) ကစားခုံအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၈ လက်မ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲစင်မြင့် (အလျား)	-	၃၀ ပေ
(ခ) ပြိုင်ပွဲစင်မြင့် (အနံ)	-	၁၀ ပေ
(ဂ) ပြိုင်ပွဲစင်မြင့် (အမြင့်)	-	၂ပေ

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) စားပွဲ	- ၆၀ လုံး
(ခ) ကုလားထိုင်	- ၁၂၀ လုံး
(ဂ) Chess Pieces and board	- ၃၀ စုံ
(ဃ) Electronic Chess board	- ၂၀ စုံ
(င) ပြိုင်ပွဲသုံးစစ်တုရင်နာရီ	- ၆၀ လုံး (DGT XL)
(စ) Computer	
(ဆ) Projector and Screen	
(ဇ) Magnetic Demo Board	
(ဈ) Laser Jet Colour Printer & Copier	

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား။** တစ်ဦးချင်း၊ ကျား/မ အတွဲလိုက်

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - ( )ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - ( )ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်း စကိုးဘုတ် ၊ အသံစနစ်၊ လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်နှင့် လေအေးပေးစက် တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်း၊မဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန် (Locker အပါအဝင်)၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများနှင့်အရံမီးစက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) Rest Room များအား ကစားသမား၊ဒိုင်၊ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ်များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ခြင်းလုံးအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) **ခြင်းလုံးကွင်းအတိုင်းအတာ**

(၁) တစ်ဦးချင်းအတော့ခတ် - ၆ ပေအချင်းဝက်စည်းဝိုင်း

(၂) အသင်းလိုက် - ၁၁ပေ အချင်းဝက်စည်းဝိုင်း

(ခ) စည်းလိုင်းဗျက် - ၃ လက်မ

(ဂ) စည်းအရောင် - အဖြူရောင်

(ဃ) ခြင်းလုံး၏လုံးပတ် - ၁၆”မှ ၁၇”

(င) ကျိန်ပင် - ၇ ပင်

(စ) ခြင်းလုံး၏အပေါက် - ၁၂ ပေါက်

(ဆ) ခြင်းလုံး၏အလေးချိန် - ၆/၈ကျပ်သား

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း(ကျား) - (၁) ကွင်း

(ခ) ပြိုင်ပွဲကွင်း(မ) - (၁) ကွင်း

(ဂ) သွေးပူလေ့ကျင့်ရေးကွင်း - သင့်တင့်သောအကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Electronic Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) ပြိုင်ပွဲသုံးခြင်းလုံး

(င) LCD TV

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား။ တစ်ဦးချင်း၊ အသင်းလိုက်

(ခ) ကစားချိန် ။ (၃၅)မိနစ်

(၁) ပထမပိုင်း(၅)မိနစ်လက်ရွေးစင် ခြင်းလတ် ဘယ်/ညာစုံ

(ကက) မန္တလာ

(ခခ) မြင်းစီးဖနောင့်

(ဂဂ) သမင်လည်ပြန်ဖနောင့်

(ဃဃ) ပတ်ဒူး

(ငင) နောက်ဖီလာဖဝါး

(စစ) မဟာနွယ်

(၂) ဒုတိယပိုင်း(၅)မိနစ်ခြင်းလက်ရွေးစင်မျိုးတူ

(ကက) ပတ်ဒူး

(ခခ) နောက်ဖီလာဖဝါး

(ဂဂ) စောင်းစလွယ်

(ဃဃ) နောက်ဖီလာဖနောင့်

(ငင) ဖီလာသစလွယ်

(စစ) မဟာနွယ်

(ဆဆ) ပတ်စလွယ်

(ဇဇ) ပတ်ဖဝါး

(၃) တတိယပိုင်း(၅)မိနစ်လက်ရွေးစင်မျိုးတူ

(ကက) မန္တလာ

(ခခ) မြင်းစီးဖနောင့်

(ဂဂ) သမင်လည်ပျံဖနောင့်

(ဃဃ) ရှပ်ထိပ်တင်

(ငင) ဝိုက်ဒူး

(စစ) ရှပ်ဒူး

(ဆဆ) မန္တလာဖီလာစလွယ်

(ဈဈ) လေဝဲခြေခွင်

(၄) စတုတ္ထပိုင်း(၅)မိနစ်ခြင်းကြီးဘယ်/ညာစုံ

(ကက) မဟာဒူး

(ခခ) တဲ့ဖဝါး

(ဂဂ) စလွယ်ကြီး

(ဃဃ) ဝိုက်ကြီး

(ငင) တဲ့ဖနောင့်

(စစ) မဟာကြီး

(ဆဆ) ညွန့်ဒူး

(ဇဇ) ရင်လိမ်ဖဝါး

(၅) ပဥ္စမပိုင်း(၁၀)မိနစ်ခြင်းကြီးမျိုးတူ

(ကက) မဟာဒူး

(ခခ) တဲ့ဖဝါး

(ဂဂ) စလွယ်ကြီး

(ဃဃ) ဝိုက်ကြီး

(ငင) တဲ့ဖနောင့်

(စစ) မဟာကြီး

(ဆဆ) ညွန့်ဒူး

(ဇဇ) ရင်လိမ်ဖဝါး

(၆) ဆဋ္ဌမပိုင်း(၅)မိနစ်ခြင်းကြီးဝိုင်းလည်အတွဲ။ ခြင်းကြီးခြင်းပေါက်(၁၀)မျိုးထဲမှ ခြင်းပေါက်များကိုမျိုးမထပ်စေဘဲ(၁)ဦးလျှင်အနည်းဆုံး(၂)လုံးမှအများဆုံး (၁၀)လုံးအထိတွဲခတ်နိုင်သည်။(၁၀)လုံးပြည့်ပါကခြင်းကြောပြတ်ဟုသတ်မှတ် မည်။

(ဂ) အမှတ်ပေးစနစ်

(၁) ဘယ်/ညာစုံ - စုံရတိုင်း (၁) မှတ်

(၂) လက်ရွေးစင်မျိုးတူ - (၆)ယောက်ပြည့်တိုင်း (၁) မှတ်

(၃) ခြင်းကြီးဝိုင်းလည်အတွဲခတ်

(ကက)(၂) လုံး (၁) မှတ်

(ခခ) (၃) လုံး (၂) မှတ်

(ဂဂ) (၄) လုံး (၃) မှတ် စသည်ဖြင့် (၁)လုံးပိုတွဲခတ်ကစားတိုင်း(၁)မှတ်စီ တိုးပေးသည်။

(၄) ခြင်းလုံးမြေကျတိုင်း (၁)မှတ်လျော့ပြီး၊ ခြင်းလုံးကို လက်ဖြင့်ဖမ်း/ပုတ်ပါက ပြစ်ဒဏ်အဖြစ် (၃)မှတ်လျော့မည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း ၊ လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊ CCTV Room ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

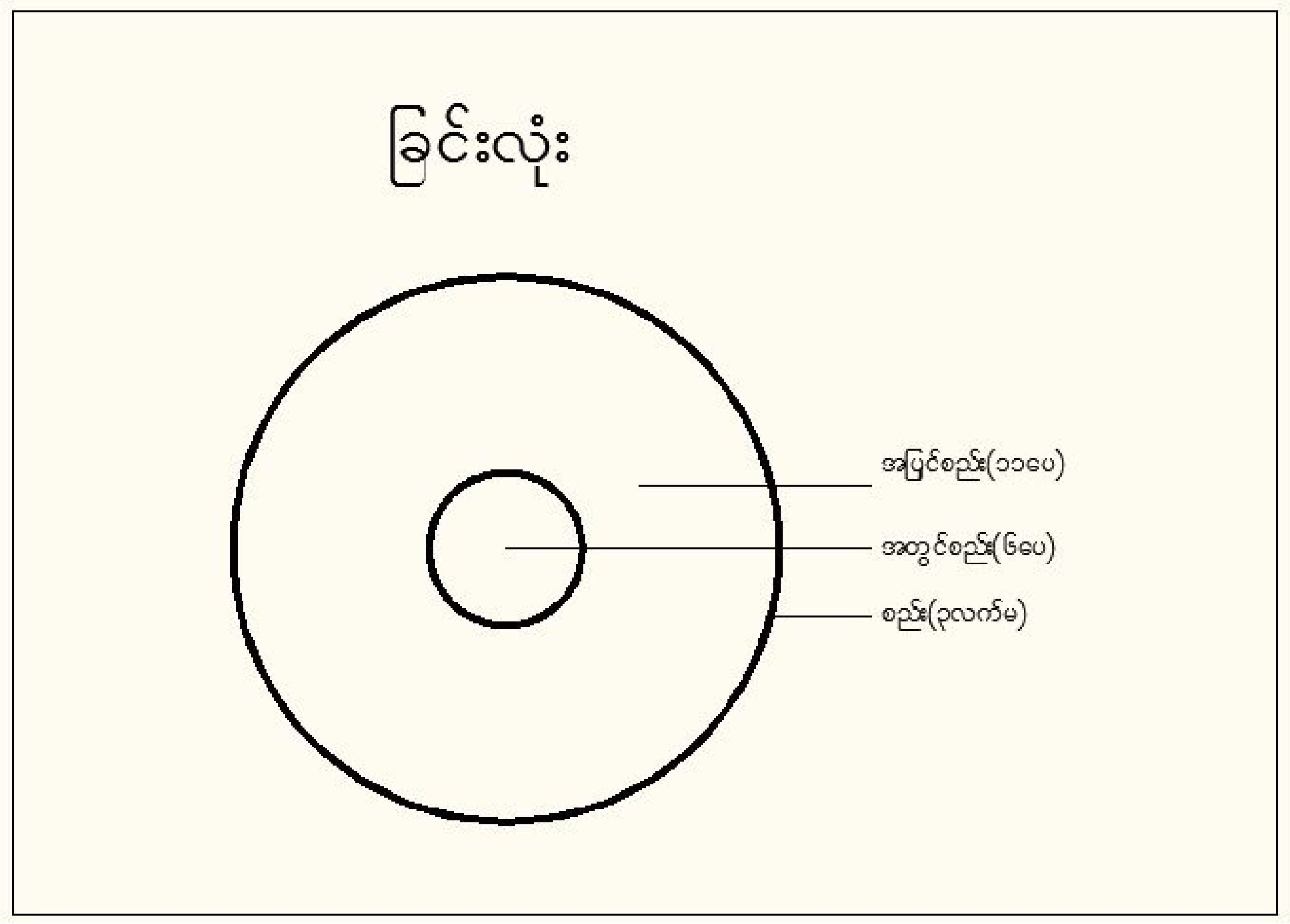
(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဆ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ခြင်းလုံးအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



ဒိုင်ဗင် (DIVING)

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	ဒိုင်ဗင်ကန်အတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၂၅ မီတာ
(ခ)	ဒိုင်ဗင်ကန်အတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၁ မီတာမှ ၂၅မီတာ
(ဂ)	ဒိုင်ဗင်ကန်အနက်	-	၅ မီတာ
(ဃ)	**ဒိုင်ဗင်စင်မြင့်နှင့်ဘုတ်အတိုင်းအတာ**		
	(၁) ၅မီတာစင်အမြင့်	-	အလျား၆.၀မီတာ x အနံ ၁.၅ မီတာ
	(၂) ၇.၅မီတာစင်အမြင့်	-	အလျား၆.၀မီတာ x အနံ ၁.၅ မီတာ
	(၃) ၁၀မီတာစင်အမြင့်	-	အလျား၆.၀မီတာ x အနံ ၂ မီတာ
(င)	**စပရိန်စင်မြင့်နှင့်ဘုတ်အတိုင်းအတာ**		
	(၁) ၁ မီတာ	-	အလျား၄.၈မီတာ x အနံ ၀.၅မီတာ
	(၂) ၃ မီတာ	-	အလျား၄.၈မီတာ x အနံ ၀.၅ မီတာ
(စ)	ရေအပူချိန်	-	၂၃ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ ၂၅ စင်တီဂရိတ်အတွင်း(၇၄.၄ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၇၈ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်း)
(ဆ)	ရေ၏ PH	-	(6.4 PH) မှ (7.4 PH) အတွင်း

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က)	ဒိုင်လူကြီးထိုင်ခုံအမြင့်	-	ရေပေါ်တွင်MIN = ၁.၅မီတာ၊ MAX=၂မီတာ

(ခ) ဒိုင်လူကြီးများ၏အနေအထားအား ဒိုင်ဗင်ဘုတ်၏တစ်ဖက်တစ်ချက်စီတွင် သင့်တော်သောအကွာအဝေးတွင်ရှိရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) LCD TV

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Electronic Score Board

(င) မှတ်တမ်းတင်ဗွီဒီယို

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား။** အသင်း(၁)သင်းတွင်းအားကစားသမား(ကျား/မ) (၈)ဦးပါဝင်နိုင်သည်။

(ခ) **Dives အမျိုးအစား**

(၁) Straight (အဖြောင့်)

(၂) With Pike (ခြေဖျားထိ)

(၃) With Tuck (ဒူးတိုက်)

(၄) Free (အလွတ်)

(ဂ) **ဒိုင်/ဂျူရီ(ပြိုင်ပွဲ(၁)ပွဲလိုအပ်ချက်)**

(၁) ပြည်ပ	-	(၅)ဦး
(၂) ပြည်တွင်း	-	(၈) ဦး

(ဃ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁)လုံးဝပျက်လျှင်	-	(၀) မှတ်
(၂)ကျေနပ်ဖွယ်ရာမရှိလျှင်	-	(၀.၅)မှ (၂) မှတ်
(၃)ကျေနပ်ဖွယ်ရာအနည်းငယ်ရှိလျှင်	-	(၂.၅)မှ (၄.၅) မှတ်
(၄)အသင့်အတင့်ကောင်းလျှင်	-	(၅) မှ (၆) မှတ်
(၅)ကောင်းလျှင်	-	(၆.၅) မှ (၈) မှတ်
(၆)အလွန်ကောင်းလျှင်	-	(၈.၅) မှ (၁၀) မှတ်

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) ရေကူးကန်အားကစားရုံအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ TV၊ အသံစနစ်နှင့် လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမား နားနေခန်း နှင့် အဝတ်လဲခန်း ၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room ၊ စံချိန်မှတ်နာရီ ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ် ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင် ထားရှိရမည်။

(ဆ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်း ရှိရမည်။

မြင်းစီးအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) Dressage

(၁)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၆၀ မီတာ
(၂)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၀ မီတာ
(၃)	ကင်းလွတ်ဇုန်	-	၁၅ မီတာ
(၄)	ခန်းမအတွင်းကင်းလွတ်ဇုန်	-	အနည်းဆုံး ၃ မီတာ
(၅)	တန်းကျော်အမြင့်	-	၀.၃ မီတာ
(၆)	တန်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကွာအဝေး	-	၁၂ မီတာ
(၇)	မီးအလင်းရောင်(Outdoor arena)	-	200 Lux
(၈)	မီးအလင်းရောင် (Indoor arena)	-	300Lux (လေ့ကျင့်ရေးကွင်း)
(၉)	မီးအလင်းရောင်(Indoor arena)	-	500Lux (ပြိုင်ပွဲကွင်း)

(ခ) Show Jumping

(၁)	Oxer	-	အမြင့် (၁.၆) မီတာ
		-	အကျယ် (၂) မီတာ
(၂)	Water Jump	-	အရှည် (၄.၅) မီတာ
		-	အကျယ် (၂.၅) မီတာ
(၃)	Gate	-	အမြင့် (၁.၆) မီတာ
(၄)	Wall	-	အမြင့် (၁.၆) မီတာ
(၅)	Vertical	-	အမြင့် (၁.၆) မီတာ
(၆)	Triple Bar	-	အမြင့် (၁.၆) မီတာ အကျယ် (၂.၂) မီတာ
(၇)	မီးအလင်းရောင် (Out Door)	-	150 Lux (လေ့ကျင့်ရေးကွင်း)
(၈)	မီးအလင်းရောင် (Out Door)	-	300 Lux (ပြိုင်ပွဲကွင်း)

(၉) မီးအလင်းရောင် (Indoor arena) - 400 Lux
(လေ့ကျင့်ရေးကွင်းနှင့်ပြိုင်ပွဲကွင်း)
(၁၀) လိုအပ်သည့်တန်းကျော်အရေအတွက် - (၁၀) ခုမှ (၁၃) ခု
(၁၁) ပြိုင်ပွဲအတိုင်းအတာ - ၁၂၀၀ မီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၂) ကွင်း
(ခ) သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း - (၁) ကွင်း
(ဂ) မြင်းလေ့ကျင့်ရေးကွင်း - (၁) ကွင်း
(ဃ) မြင်းလွှတ်ကွင်း - (၁) ကွင်း
(င) ကီလို(၈၀)ခရီးရှည်မြင်းစီးပြိုင်ပွဲအတွက်အပိုင်း(၃)ပိုင်းပါ မြင်းစီးလမ်းကြောင်း(၃) ခု

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System
(ခ) Electronic Score Board
(ဂ) ကွန်ပျူတာ
(ဃ) Projector
(င) Timer Boards
(စ) စကားပြောစက်
(ဆ) စံချိန်မှတ်နာရီ
(ဇ) Digital Weighing Scale
(ဈ) Digital Watch at Vet Gate
(ည) Heart Rate Monitor

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁) Dressage တစ်ဦးချင်း/အသင်းလိုက်
(၂) Show Jumping တစ်ဦးချင်း/အသင်းလိုက်
(၃) Endurance တစ်ဦးချင်း/အသင်းလိုက်

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

ပြည်ပ - (၁၅) ဦး

ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားကွင်းအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဆ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ဘောလုံးအားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၃၄၅ ပေ
(ခ)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၂၅ ပေ
(ဂ)	ဂိုးတိုင်အမြင့်	-	၈ ပေ
(ဃ)	ဂိုးတိုင်အကျယ်	-	၂၄ ပေ
(င)	ဂိုးတိုင်ဗျက်	-	၅လက္မ
(စ)	ဂိုးဧရိယာ(အလျား)	-	၆၀ ပေ
(ဆ)	ဂိုးဧရိယာ(အနံ)	-	၁၈ ပေ
(ဇ)	ပင်နယ်တီဧရိယာ	-	၅၄ပေ
(ဈ)	ပင်နယ်တီအမှတ်	-	၃၆ ပေ
(ည)	အလယ်စက်ဝိုင်းအချင်းဝက်	-	၃၀ ပေ
(ဋ)	ဒေါင့်ကန်ဘောအလံတိုင်အမြင့်	-	၅ ပေ
(ဌ)	အလံအရောင်	-	အဝါရောင်
(ဍ)	ဒေါင့်ကန်စက်ဝိုင်း(R)	-	၃ ပေ
(ဎ)	စည်းအားလုံး၏ဗျက်	-	၅လက္မ
(ဏ)	စည်းအရောင်	-	အဖြူရောင်
(တ)	ဘေးစည်းနှင့်ကင်းလွတ်ဇုန်	-	၁၁.၆ ပေ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း(အမျိုးသား)	-	(၁) ကွင်း
(ခ)	ပြိုင်ပွဲကွင်း(အမျိုးသမီး)	-	(၁) ကွင်း
(ဂ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း(အမျိုးသား)	-	(၂) ကွင်း
(ဃ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း(အမျိုးသမီး)	-	(၂) ကွင်း
(င)	ဘောလုံးလုံးပတ်	-	၂၇လက္မမှ၂၈လက္မ
(စ)	အလေးချိန်	-	၁၄မှ၁၆အောင်စ
(ဆ)	လေချိန်	-	၆၀၀-၁၁၀၀ဂရမ်

(ဇ) ဘောလုံးကွင်း၌ကန့်လန့်ဖြတ်ရေစိမ့်မြောင်းအားအနည်းဆုံး(၁၂)မြောင်းမှအများဆုံး (၃၂)မြောင်းရှိရမည်။

(ဆ) ရေစိမ့်မြောင်းအား အကျယ်(၂) ပေ ၊ အမြင့် (၂)ပေ ခန့်တူး၍ အတွင်း၌ အုတ်ကြိုး ၊ သဲများဖြည့်ရမည်။ ရေစိမ့်ရန် (၂) လက်မ Ø PVC Pipe ထည့်ပေးရမည်။

(ဇ) ဘောလုံးကွင်းအောက်ခံမြေသားအမာခံအား ရေဆင်းကောင်းမွန်စေရန်ကွင်းအလယ် ၌ (၂) ပေခန့် (Camber) ထားရှိရန်။

(ဈ) ရေစိမ့်မြောင်းအတွင်း၌ (၃) လက်မထု Brick Base၊ (၆) လက်မထု Hill Stone, Gravel၊ (၂) လက်မထုဘီကျောက်လွှာ(၁)လက်မထုသဲလွှာ၊(၉)လက်မထုတောင်မြေ လွှာ၊ မြေဆွေးနှင့်သဲရောယှက်၍ (၃)လက်မထုမြက်စိုက်လွှာတင်ရမည်။

(ည) ကွင်းပတ်လည်၌ (၂ ပေ ၆ လက်မ x ၃ ပေ ၈ လက်မ) ရေနုတ်မြောင်း ၊ (၉) လက်မထု အုတ်ရိုးစီ၍ မြောင်းဖုံးပါရမည်။

(ဋ) ၄ လက်မ Ø သံပိုက်ဂိုးတိုင်အား (၂၄ ပေ x ၈ ပေ) ရှိရမည်။

(ဌ) ချော်ပြေးလမ်းသည် ဘောလုံးကွင်းထက် (၂)လက်မခန့် နိမ့်ပြီး ၊ ပြေးလမ်းပြင် တစ်ခုလုံး(၅၀)ပေအကွာအဝေးကို ရေစိမ့်မြောင်းပြုလုပ်၍ အပေါ်ယံ ရေစိမ့်မြောင်း ပြုလုပ်ရမည်။

(ဍ) ရေစိမ့်လွှာပေါ်တွင် (၂)လက်မထု ကျောက်မီးသွေး ချော်ကြမ်းနှင့်ရွှံ့စေး ရောစပ်ခင်း ရမည်။

(ဎ) ဒုတိယအလွှာအဖြစ်ကျောက်မီးသွေးမှုန့်(အနုစား)(၂)ဆနှင့် သဲသောင်ကြမ်း (သို့မဟုတ်) နုံးသဲ(၁)ဆ ရောစပ်ပြီး (2:1) (၁)လက်မထု အထူခင်းပေးရမည်။

(ဏ) ဘောလုံးကွင်းနှင့်ပြေးလမ်းကြားတွင် ကွန်ကရစ်တုံး(သို့မဟုတ်) အုတ်ရိုးစီခြင်းဖြင့် ဘောင်ခတ်ရမည်။

(တ) ပြေးလမ်းအား တစ်နေ့(၂)ကြိမ် နေ့စဉ် Ton Roller ကြိတ်၍ ရေဖြန်းပေးရမည်။

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) PA System

(ခ) Electronic Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) ပြိုင်ပွဲသုံးဘောလုံး

(င) CCTV Camera

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) ကစားသမား ။ ကျား/မ (၂၅)ဦးဖွဲ့စည်းထားရှိ၍ ပြိုင်ပွဲဝင်(၁၁) ဦးဖြစ်ပါသည်။

(ခ) ကစားချိန်

(၁) အုပ်စုပတ်လည်ပွဲစဉ် (၄၅ +၁၅ + ၄၅)မိနစ်

(၂) ရှုံးထွက်နှင့်ဗိုလ်လုပွဲစဉ်များ (၄၅+ ၁၅ + ၄၅+ ၁၅+၁၅+ ပင်နယ်တီ)

(ဂ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၃၂) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၂၄) ဦး

(ဃ) အမှတ်ပေးစနစ်။ ဂိုးအရေအတွက်ဖြင့် အနိုင်/အရှုံး ဆုံးဖြတ်သည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားကွင်းအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

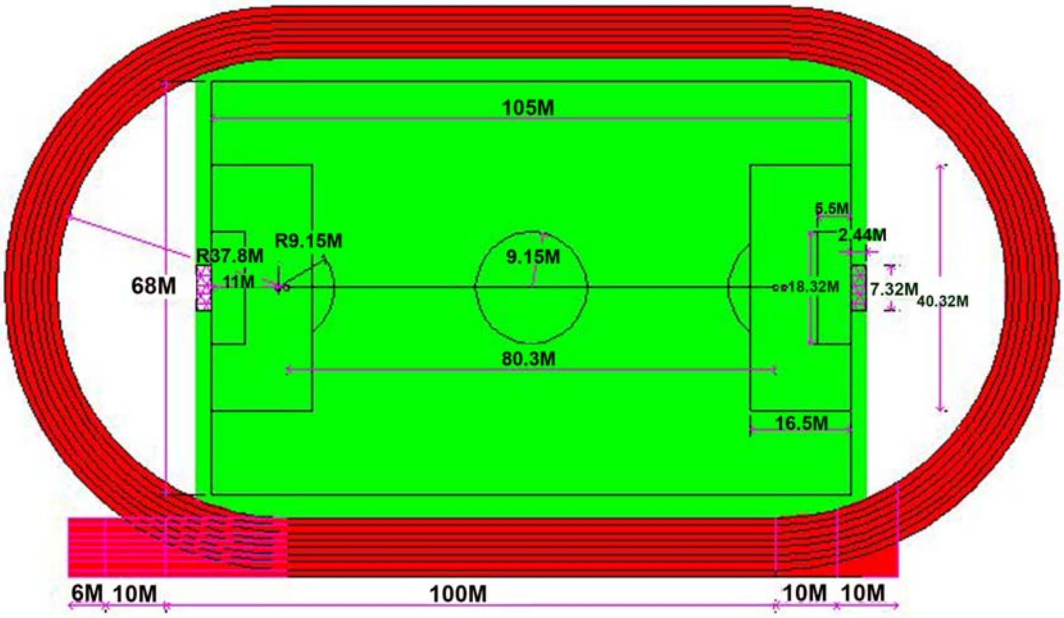
(စ) လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်း ရှိရမည်။

ဘောလုံးအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ

Football(400M)



ဖူဆယ်အားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၄၀ မီတာ (၂၅ - ၄၂ မီတာ)
(ခ)	ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၀ မီတာ (၁၅ - ၂၅ မီတာ)
(ဂ)	ကြမ်းခင်းအမျိုးအစား/အရောင်	-	ဖိုင်ဘာ/အပြာ
(ဃ)	စည်းဗျက်	-	၈ စင်တီမီတာ
(င)	ကင်းလွတ်ဇုန်/အရောင်	-	၄ မီတာ(အဝါ/ အနီ)
(စ)	အလယ်စက်ဝိုင်းအချင်းဝက်	-	၃ မီတာ
(ဆ)	ပင်နယ်တီအမှတ်အသား	-	ဂိုးတိုင်(၂)တိုင်ကြားအလယ်ဗဟို မှ(၆)မီတာ
(ဇ)	ဒုတိယပင်နယ်တီစပေါ့	-	၁၀ မီတာ
(ဈ)	ထောင့်ကန်စက်ဝိုင်းစိတ်	-	၂၅ စင်တီမီတာ (အချင်းဝက်)
(ည)	ဂိုးတိုင်အမြင့်	-	၂ မီတာ
(ဋ)	ဂိုးတိုင်အကျယ်	-	၃ မီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	၁ ကွင်း
(ခ)	သွေးပူလေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	သင့်တင့်သောအကျယ်အဝန်း ရှိရမည်။
(ဂ)	ဘောလုံးအရွယ်အစား	-	နံပါတ်(၄) (တန်ပြန်ခုန်နှုန်း ၃၀% လျော့သည်။)

(ဃ) ပင်နယ်တီဧရိယာသည်ဂိုးတိုင်၏အပြင်ဘက်(၆)မီတာအကွာတွင်ဗဟိုပြု၍ဂိုးစည်းနှင့် ထောင့်မှန်ကျသည်အထိ စက်ဝိုင်းစိတ်ဆွဲ/ တဖက်ဂိုးတိုင်မှလည်း (၆)မီတာအကွာမှ ဂိုးစည်းနှင့်ထောင့်မှန်ကျသည်အထိစက်ဝိုင်းစိတ်ဆွဲ/၎င်းစက်ဝိုင်းစိတ်(၂)ခုကို (၃.၆မီတာ)ရှည်သည့် မျဉ်းဖြောင့် တစ်ကြောင်းနှင့်ဆက်သွယ်ရမည်။ဂိုးတိုင်(၂)တိုင် ကြားရှိ ဂိုးစည်းနှင့် မျဉ်းပြိုင်ကျရမည်။

(င) သယ်ယူရွှေ့ပြောင်းနိုင်သောဂိုးတိုင်များကို အသုံးပြုနိုင်သော်လည်းခိုင်ခန့်ရမည်ဖြစ်ပြီး ကစားနေစဉ်ရွှေ့မသွားစေရန် ချုပ်ထိန်းထားရှိရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) LCD TV

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) ပြိုင်ပွဲသုံးဘောလုံး

(င) Electronic Score Board

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား။ ကျား/မ(၁၂)ဦးဖြင့်ဖွဲ့စည်းထားပြီး ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမား(၅)ဦးဖြင့် ယှဉ်ပြိုင်ကစားပါသည်။

(ခ) ကစားချိန်။ (၂၀+၅+၂၀) မိနစ်

(ဂ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ -

(၂) ပြည်တွင်း -

(ဃ) အမှတ်ပေးစနစ်။ ဂိုးအရေအတွက်ဖြင့်အနိုင်အရှုံးဆုံးဖြတ်သည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီး အလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များထားရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

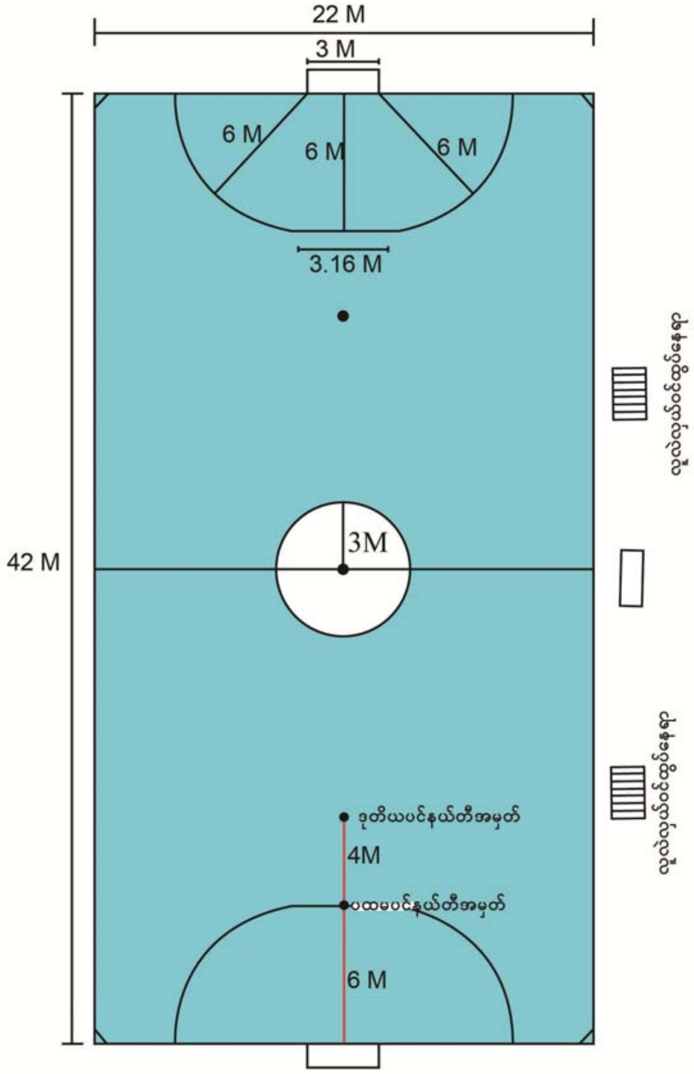
(ဆ) Rest Room များအား ကစားသမား ၊ ဒိုင် ၊ ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန် ၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ်များအတွက်သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(ဇ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဈ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ည) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ဖူဆယ်အားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



သတ်မှတ်ချက်

(က) ဂိုးတိုင်အကျယ်(၃)မီတာ၊ အမြင့်(၂)မီတာ

(ခ) တစ်ဖက်လျှင်(၅)ဦးကစား(၇)ဦးလဲလှယ်ခွင့်ရှိသည်။

(ဂ) သတ်မှတ်နေရာမှဝင်/ထွက်ရမည်။

(ဃ) ဂိုးဧရိယာအတွင်းအပြစ်ကျူးလွန်လျှင်ထိုပင်နယ်တီအမှတ်မှကန်စေရမည်။

ဂေါက်သီးအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ဂေါက်ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား) - ကိုက် ၇၀၀၀ အထက်ရှိရမည်။

(ခ) ကျင်းအရေအတွက် - ၁၈ ကျင်း (Par - ၇၂) အနည်းဆုံးရှိရမည်။

(ဂ) မြက်အနေအထားနှင့်ထိန်းသိမ်းမှုသည်အဆင့်အတန်းမီရမည်။

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၁) ကွင်း

(ခ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - လုံလောက်သောလေ့ကျင့်ရေးကွင်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Baggy

(င) လမ်းလျှောက်စကားပြောစက်

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား** - တစ်ဦးချင်းနှင့် အသင်းလိုက်

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်။** ရိုက်ချက်အနည်း/အများဖြင့် အနိုင်/အရှုံးဆုံးဖြတ်သည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) Club House အတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း (Locker

အပါအဝင်)၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(င) Rest Room များအား ကစားသမား၊ဒိုင်၊ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ် များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(စ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဆ) ဂေါက်ကွင်းအတွင်းတွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

ဟော်ကီအားကစားနည်း၏ နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က)	အားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၉၁.၄၀ မီတာ
(ခ)	အားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၅၅.၀၀ မီတာ
(ဂ)	စည်းလိုင်းဖျက်	-	၂၂.၉၀ မီတာ
(ဃ)	စည်းအရောင်	-	၄၅.၇၀ မီတာ
(င)	ဂိုးတိုင်အမြင့်	-	၂.၁၄ မီတာ
(စ)	ဂိုးတိုင်အကျယ်	-	၃.၆၆ မီတာ
(ဆ)	ဂိုးစည်းမှပင်နယ်တီအကွာအဝေး	-	၆.၄၀ မီတာ
(ဇ)	ဂိုးတိုင်မှဂိုးသွင်းဧရိယာစက်ဝိုင်းခြမ်းအထိ	-	၁၆.၆၃ မီတာ
(ဈ)	ဂိုးသွင်းဧရိယာစက်ဝိုင်းခြမ်းမှစက်ဝိုင်းမျဉ်းပြတ်အထိ	-	၅.၀၀ မီတာ
(ည)	ပင်နယ်တီအမှတ်	-	၆ လက်မ
(ဋ)	ဒေါင့်ကန်ဘောအလံတိုင်အမြင့်	-	၄ ပေ
(ဌ)	အလံ၏အလျား	-	၁ ပေ
(ဍ)	ဘေးကာပြားအမြင့်	-	၁၈ လက်မ
(ဎ)	ဘေးကာပြားအရှည်	-	၄ ပေ
(ဏ)	နောက်ခံပြားအမြင့်	-	၁၈ လက်မ
(တ)	နောက်ခံပြားအရှည်	-	၁၂ ပေ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ခ)	လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(ဂ)	ဘောလုံးအလေးချိန်	-	၁၅၆ မှ ၁၆၃ ဂရမ်

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Electronic Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) LCD TV

(င) ဟော်ကီဘောလုံး

(စ) ဘက်တန်

၄။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား။** အသင်းလိုက်

(ခ) **ကစားချိန် ။** (၃၅+၁၀+၃၅)မိနစ်

(ဂ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၄) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၄) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားကွင်းအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

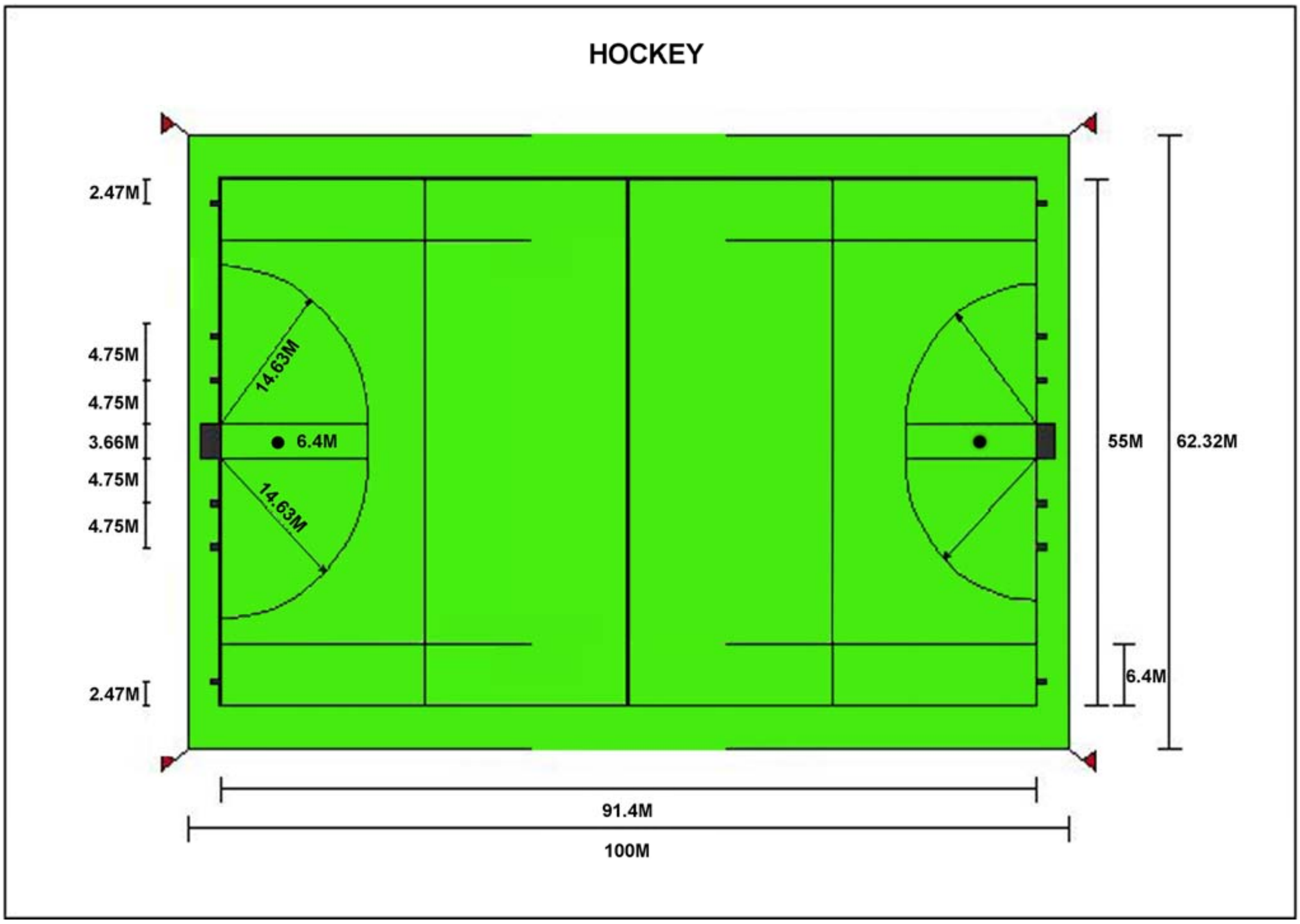
(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဆ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

ဟော်ကီအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



မွေအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) **အပြည့်ပြည့်ဆိုင်ရာကွင်း**

(၁) ကြိုးဝိုင်းစင်အတိုင်းအတာ(အလျား) - ၂၄ ပေ(၇.၃)မီတာ

(၂) ကြိုးဝိုင်းစင်အတိုင်းတာ(အနံ) - ၂၄ပေ (၇.၃) မီတာ

(ခ) စင်အမြင့် - ၃ ပေ (မြေပြင်မှအမြင့်)

(ဂ) **ကြိုးတန်း(၄)တန်း၏အမြင့်**

(၁) ပထမကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၁၆ လက်မ

(၂) ဒုတိယကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၂၈လက်မ

(၃) တတိယကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၄၀လက်မ

(၄) စတုတ္တကြိုးတန်းသည်ကြမ်းပြင်မှ ၅၂လက်မ

(ကြိုး(၄)ချောင်းကို ချောမွတ်သောပိတ်စများဖြင့် သေသပ်စွာပတ်ထားရမည်)

(ဃ) ကြမ်းခင်း - ရာဘာ

(င) ကြမ်းခင်းအထူ - ၁.၂၇ စင်တီမီတာ

(စ) မီးအလင်းရောင်(မီးဆိုင်း) - ၁၀၀၀Luxနှင့်၁၅၀၀ Lux

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း(ကျား) - (၁) ကွင်း

(ခ) ပြိုင်ပွဲကွင်း(မ) - (၁) ကွင်း

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Electronic Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) **စံချိန်မှတ်နာရီ(၂)လုံး**

(၁) ပြိုင်ပွဲအချိန်ကာလသတ်မှတ်ရန် - (၁) လုံး

(၂) အရံအချိန်သတ်မှတ်ရန် - (၁) လုံး

(င) LCD TV

(စ) ပေါင်ချိန်စက်

(ဆ) ကြိုးဝိုင်းပတ်လည်တွင်ဂျူရီနှင့်အမှတ်ပေးဒိုင်(၅)ဦးအတွက်စားပွဲ/ထိုင်ခုံများ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား

အမျိုးသား	**အမျိုးသမီး**
(၄၅)ကီလိုတန်း	(၄၈)ကီလိုတန်း
(၄၈)ကီလိုတန်း	(၅၂)ကီလိုတန်း
(၅၁)ကီလိုတန်း	(၅၇)ကီလိုတန်း
(၅၄)ကီလိုတန်း	(၆၃)ကီလိုတန်း
(၅၇)ကီလိုတန်း	(၇၀)ကီလိုတန်း
(၆၀)ကီလိုတန်း	
(၆၃.၅)ကီလိုတန်း	
(၆၇)ကီလိုတန်း	
(၇၁)ကီလိုတန်း	

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

ပြည်ပ - (၁၅) ဦး

ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

(ဂ) အမှတ်ပေးစနစ်

(၁) ပြိုင်ပွဲ(၁)ပွဲယှဉ်ပြိုင်မှုကြာချိန် - (၂) မိနစ်ထိုး၊(၁)မိနစ်နား၊ (၃)ချီ

(၂) အမှတ်ပေးဒိုင်လူကြီး(၅)ဦးမှ အမှတ်ပေးသည်။

(၃) အလဲထိုးအနိုင်မရပါက အမှတ်ဖြင့်ဂျူရီမှ ဆုံးဖြတ်သည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်

ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

လှေလှော်အားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ရေပြင်အကျယ်(အလျား) - ခန့်မှန်း ၇၃၀ မီတာ

(ခ) ရေပြင်အကျယ် (အနံ) - ခန့်မှန်း ၂၀၀ မီတာ

(ဂ) ကနူး/ကယက်

(၁) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အလျား) - ၁၀၀၀ ၊ ၅၀၀ ၊ ၂၀၀ မီတာ

(၂) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အနံ) - ၁၃.၅ မီတာ

(၃) ရေလမ်းကြောင်းအရေအတွက် - ၉ ခု

(ဃ) ရိုးရာလှေ

(၁) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အလျား) - ၂၀၀၀ ၊ ၁၀၀၀ ၊ ၅၀၀ မီတာ

(၂) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အနံ) - ၉ မီတာ

(၃) ရေလမ်းကြောင်းအရေအတွက် - ၆ ခု

(င) အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလှေ

(၁) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အလျား) - ၁၀၀၀ ၊ ၅၀၀ ၊ ၂၀၀ မီတာ

(၂) ရေလမ်းကြောင်းအကွာအဝေး (အနံ) - ၁၃.၅ မီတာ

(၃) ရေလမ်းကြောင်းအရေအတွက် - ၈ ခု

(စ) ရေပြင်အနက် - ၃ မီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပြိုင်ပွဲဝင်ကန် - ၁ ကန်

(ခ) လှေ့ကျင့်ရေးကန် - ၁ ကန်

(ဂ) လှေဆိပ်

(ဃ) ပွန်တွန်း

(င) ဆိပ်ခံဘောတံတား

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Electronic Score Board

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) စကားပြောစက်

(င) Stop Watch

(စ) အသက်ကယ်အင်္ကျီ

(ဆ) Hand Speaker

(ဇ) ဒိုင်လူကြီးလှေ

(ဈ) အသက်ကယ်လှေ

(ည) အဝေးကြည့်မှန်ပြောင်း

(ဋ) Digital Weight Machine (လှူနှင့်လှေအတွက်(၂)မျိုးလိုအပ်ပါသည်)

(ဌ) Control Commision ရုံးလူကြီးများအသုံးပြုရန် လျှပ်စစ်ဘာဂီ

(ဍ) တာလွှတ်၊တာဖမ်းနှင့်လမ်းကြောင်းထိန်းအသုံးပြုရန်အလံ(ဖြူ/နီ)များ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁) Rowing

- M_1 X (ကျား)
- Lm_2 X (ကျား)
- Lm_2 - (ကျား)
- Lm_4 - (ကျား)
- Mx + (ကျား)
- L_1x (မ)
- Lw_2x (မ)
- Lw_2 (မ)
- Lw_4 (မ)

(၂) Canoe/Kayat

- Mk_1 200 m (M)
- Mk_4 1000 m (M)
- C_1 200 m (M)
- C_2 200 m (M)
- C_1 500 m(M)
- C_2 500 m (M)

- C_1 1000 m(M)
- C_2 1000 m (M)
- Wk_1 200 m (W)
- Wk_2 200 m (W)
- Wk_4 200 m(W)
- Wk_2 500 m (W)
- Wk_4 500 m(W)
- Wk_2 1000 m(W)
- Wk_4 1000 m (W)

(၃) ရိုးရာလှေ

- ကျား (၁၀)တက်လှော် (၅၀၀၊ ၁၀၀၀) မီတာ
- ကျား (၂၀)တက်လှော် (၅၀၀၊၁၀၀၀၊၂၀၀၀) မီတာ
- ကျား (၅)တက်လှော် (၅၀၀) မီတာ
- မ (၁၀)တက်လှော် (၅၀၀၊၁၀၀၀) မီတာ
- မ (၂၀)တက်လှော် (၅၀၀၊၁၀၀၀၊၂၀၀၀) မီတာ
- မ (၅)တက်လှော် (၅၀၀)မီတာ
- Mix Double (၁၀) တက်လှော် (၅၀၀၊၁၀၀၀) မီတာ
- Mix Double (၂၀) တက်လှော် (၅၀၀၊၁၀၀၀၊၂၀၀၀) မီတာ

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၃၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၃၀) ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ခ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(ဂ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ

(င) ပရိသတ်များနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်နိုင်ငံများအတွက်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ် အဝန်းရှိရမည်။

သေနတ်ပစ်အားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) 10 m Range (Indoor)

(၁) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းတာ (အလျား)	-	10 m
(၂) ပစ်စင်တန်း (သို့) ခုံစားပွဲ (အမြင့်)	-	0.7 m မှ 0.8 m
(၃) ပစ်စင်တန်း (သို့) ခုံစားပွဲ (အနံ)	-	0.5 mm မှ 0.6 mm
(၄) ပစ်စင်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကွာအဝေး	-	1 m
(၅) ပစ်မှတ်အမြင့်	-	1.40 mm (Center of the 10 Ring)
(၆) မီးအလင်းရောင်	-	300 Lux မှ 500 Lux 1500 Lux မှ 1800Lux
(၇) အခန်းတွင်းအပူချိန်	-	၂၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ ၂၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်

(ခ) 25 m Range (Out Door)

(၁) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းတာ (အလျား)	-	25 m
(၂) ပစ်စင်စားပွဲ (အလျား)	-	0.6 m
(၃) ပစ်စင်စားပွဲ(အနံ)	-	0.5 m
(၄) ပစ်စင်စားပွဲအမြင့်	-	0.7 m
(၅) ကျည်ခွံကာအလင်းပေါက်ပြား (အလျား) (Transparent Screen)	-	0.75 m (Firing Line ရှေ့)
(၆) ကျည်ခွံကာအလင်းပေါက်ပြား (အလျား) (Transparent Screen)	-	0.25m (Firing Line အနောက်)
(၇) ကျည်ခွံကာအလင်းပေါက်ပြား (အမြင့်) (Transparent Screen)	-	1.7 m
(၈) အလင်းပေါက်ပြားနှင့်ကြမ်းပြင်အကွာအဝေး	-	0.7 m
(၉) ပစ်စင်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကွာအဝေး	-	1 m မှ 1.5 m

(၁၀) ပစ်မှတ်အမြင့်	-	1.40 mm (Center of the 10 Ring)
(၁၁) အမိုးလွတ်ဧရိယာ (Open Area)	-	12.5 m
(၁၂) မီးအလင်းရောင်	-	300 Lux မှ 500 Lux 1500 Lux မှ 2500Lux

(ခ) 50 m Range (Out Door)

(၁) ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းတာ (အလျား)	-	50 m
(၂) ပစ်စင်ကုတင်အရှည်	-	2.2 mm
(၃) ပစ်စင်ကုတင်အကျယ်	-	0.8mm မှ1.0 mm
(၄) ပစ်စင်ကုတင်အမြင့်	-	0.7 mm 0.8 mm
(၅) ပစ်စင်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကွာအဝေး	-	1 m မှ 1.5 mm
(၆) ပစ်မှတ်အမြင့်	-	0.75 mm (Center of the 10 Ring)
(၇) အမိုးလွတ်ဧရိယာ (Open Area)	-	45 m
(၈) အခင်းပြားအထူ	-	50mmx50mmx80cm
(၉) အခင်းပြားအကျယ်	-	(80 x 200) mm
(၁၀) မီးအလင်းရောင်	-	300 Lux မှ 500 Lux 1500 Lux မှ 3000Lux

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ပစ်မှတ်လိုင်း (Target Line) နှင့် ပစ်စင်လိုင်း (Firing Line) သည် အပြိုင်ဖြစ်ရမည်။

(ခ) Skylight (အလင်းရောင်) မဝင်စေရန်နှင့် မတော်တဆကျည်ထွက်မှုကိုကာကွယ်ရန် Sun Shape Wall များ အနည်းဆုံး (၃) တန်းကာရံထားရမည်။

(ဂ) ပွဲကြည့်ပရိသတ်သည် ပစ်စင်လိုင်း (Firing Line) မှ အနည်းဆုံး (၅)မီတာအကွာတွင် ရှိရမည်။

(ဃ) ပစ်စင်/ပစ်မှတ်နံပါတ်များအား တစ်ခုစီခြား၍ မတူသောအရောင်ဖြင့် ရေးသားရမည်။ (မဂဏန်းများ - အဖြူရောင်၊ စုံဂဏန်းများ - အနက်ရောင်)

(င) လေကြောင်းထိန်းအလံများအား ပစ်စင်လိုင်းများတွင်စိုက်ထူတပ်ဆင်ထားရမည်။

(စ) ပစ်စင်နှင့် Target သည် ပစ်စင်လိုင်း၊ ပစ်မှတ်လိုင်းများနှင့် (၉၀) ဒီဂရီထောင့်မှန်

အနေအထားတွင်ရှိရမည်။

(ဆ) ပစ်မှတ်နေရာသည် တုန်ခါလှုပ်ရှားမှုမရှိစေရ။

(ဇ) Firing Point ရှိ အမိုး(သို့) မျက်နှာကြက်တို့သည် အနည်းဆုံးအမြင့် (၂.၂)မီတာ ရှိရမည်ဖြစ်ပြီး၊ အသံစုပ်သော ပစ္စည်းများတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဈ) သေနတ်ပစ်အားကစားကွင်းအား ပတ်လည်နံရံများ ကာရံထားရှိရမည်။

(ည) Firing Line တည်ရာအရပ်သည်တောင်ဘက်တွင်ရှိပြီး၊ Target Line တည်ရာ အရပ်သည် မြောက်ဘက်တွင်ထားရှိရမည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) PA System

(ခ) Electronic Scoring Target

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Projector

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

(၁) **10 m Range**

(a) 10 m Air Pistol

(b) 10 m Air Rifle

(c) 10 m Running Target

(၂) **25 m Range**

(a) 25 m Centre Fire Pistol (Male)

(b) 25 m Standard Pistol (Male)

(c) 25 m Rapid Fire Pistol (Male)

(d) 25m Women Pistol

(၃) **50 m Range**

(a) 50 m Rifle RPONE

(b) 50 m Rifle 3- Position

(c) 50 m men Pistol

(d) 50 m Running Target

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

ပြည်ပ - ( ) ဦး

ပြည်တွင်း - ( ) ဦး

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်း အမှတ်ပေးစကိုးဘုတ် ၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ လက်နက်တိုက်၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အားကစားခန်းမအတွင်းလုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊ CCTV Room ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

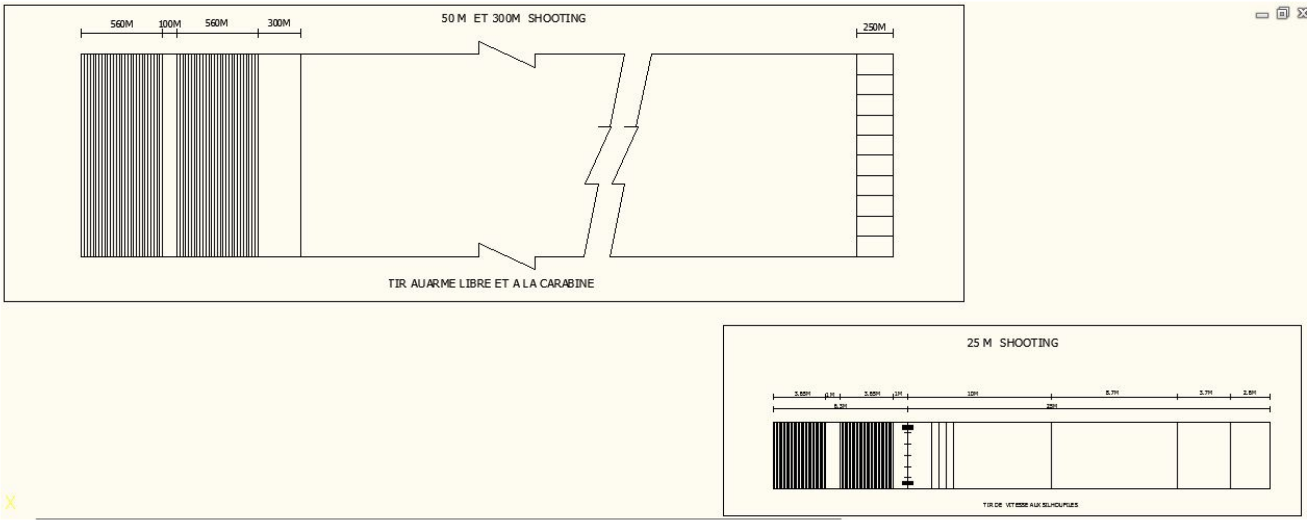
(င) Computer နှင့် Copier စက်များအား ရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားကွင်းအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင် အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

သေနတ်ပစ်အားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



တိုက်ကွမ်ဒိုအားကစားနည်း၏
နိုင်ငံတကာ စံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က)	ကစားကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၂ မီတာ
(ခ)	ကစားကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၂ မီတာ
(ဂ)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၈ မီတာ
(ဃ)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၈ မီတာ
(င)	ပြိုင်ပွဲကွင်းအတိုင်းအတာ(အမြင့်)	-	၀.၆ မီတာမှ ၁မီတာ
(စ)	Matressအမျိုးအစား	-	ရာဘာ (Daedo)
(ဆ)	Matress အထူ	-	၅၀ မှ ၆၀ စင်တီမီတာ
(ဇ)	စည်းဗျက်	-	၅ စင်တီမီတာ
(ဈ)	ကင်းလွတ်ဇုန်	-	၅ မီတာ

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က)	ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၂) ကွင်း
(ခ)	သွေးပူလေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၃) ကွင်း
(ဂ)	Competition Platform	-	(၂) ကွင်းစာ (၁) ခု

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) PA System

(ခ) LCD TV

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Digital Trunk Radio

(င) Electronic Scoring System **(အတိုက်အတွက်(၂)စုံ၊ကကွက်အတွက် (၁)စုံ)**

(စ) Digital Weight Machine

(ဆ) Video camera

(ဃ) **ဝတ်စုံ**

(၁) ခေါင်းကာ

(၂) လက်ကာ

(၃) ခြေကာ

(၄) ဝူကာ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **အတိုက်ပြိုင်ပွဲများ**

	အမျိုးသား	အမျိုးသမီး
(၁)	၅၄ ကီလိုတန်း	၄၆ ကီလိုတန်း
(၂)	၅၈ ကီလိုတန်း	၄၉ ကီလိုတန်း
(၃)	၆၃ ကီလိုတန်း	၅၃ ကီလိုတန်း
(၄)	၆၈ ကီလိုတန်း	၅၇ ကီလိုတန်း
(၅)	၇၄ ကီလိုတန်း	၆၂ ကီလိုတန်း
(၆)	၈၀ ကီလိုတန်း	၆၇ ကီလိုတန်း
(၇)	၈၇ ကီလိုတန်း	၇၃ ကီလိုတန်း
(၈)	(+)၈၇ ကီလိုတန်း	(+) ၇၃ ကီလိုတန်း

(ခ) ကကွက်ပြိုင်ပွဲများ

(၁) အမျိုးသားတစ်ဦးချင်းကကွက်ပြိုင်ပွဲ

(၂) အမျိုးသမီးတစ်ဦးချင်းကကွက်ပြိုင်ပွဲ

(၃) ကျား+မ အတွဲပြိုင်ပွဲ

(၄) အမျိုးသားအသင်းလိုက်ကကွက်ပြိုင်ပွဲ

(၅) အမျိုးသမီးအသင်းလိုက်ကကွက်ပြိုင်ပွဲ

(ဂ) ပြိုင်ပွဲချိန်(အတိုက်)

(က) အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာပြိုင်ပွဲချိန် (၂)မိနစ် (၃) ချီ

(ခ) ကြားနားချိန်(၁)မိနစ်

(ဂ) ဆေးကုသချိန် (၁) မိနစ်

(ဃ) ပြိုင်ပွဲချိန်(ကကွက်)။ ယှဉ်ပြိုင်ချိန်(၃၀)စက္ကန့်မှ (၉၀)စက္ကန့်အတွင်း

(င) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁)	Supervisory Board Member	-	(၅) ဦး
(၂)	Judge	-	(၁၀) ဦး
(၃)	Technical Delegate	-	(၁) ဦး
(၄)	Referee	-	(၂၀) ဦး

(စ) အမှတ်ပေးစနစ်

(၁) ကကွက်ပြိုင်ပွဲတွင် သတ်မှတ်ထားသောကကွက်အလိုက်အနိုင်/အရှုံးအမှတ်ပေးသည်။

(၂) **အတိုက်ပြိုင်ပွဲ**

(ကက)	ခန္ဓာကိုယ်သို့ကန်ပါက	(၁) မှတ်
(ခခ)	ခန္ဓာကိုယ်လှည့်ပြီးကန်ပါ က	(၂) မှတ်
(ဂဂ)	ခေါင်းသို့ကန်ပါက	(၃) မှတ်
(ဃဃ)	ခေါင်းသို့လှည့်ပြီးကန်ပါက	(၄) မှတ်

(ငင) Final Score ဖြင့်အနိုင်/အရှုံးသတ်မှတ်သည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊CCTV Room ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများလိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

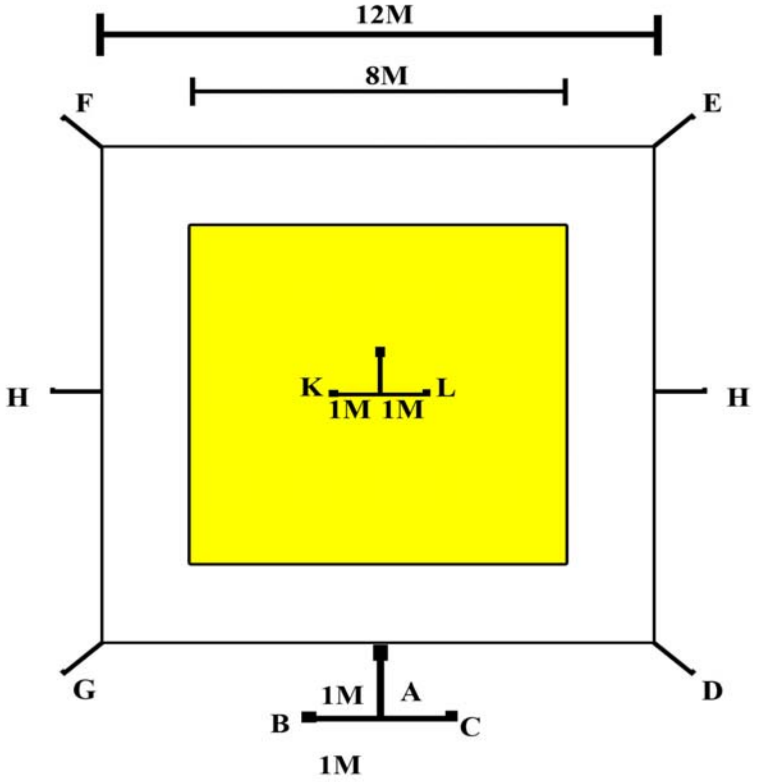
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များ တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

တိုက်ကွမ်ဒိုအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



ဝါတာပိုလိုအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) **အမျိုးသား**

(၁) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၃၀ မီတာ
(၂) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၂၀ မီတာ
(၃) ရေအနက်	-	၁.၅ မီတာ မှ ၂ မီတာ

(ခ) **အမျိုးသမီး**

(၁) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၂၅ မီတာ
(၂) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၁၇ မီတာ
(၃) ရေအနက်	-	၁.၅ မီတာ မှ ၂ မီတာ

(ဂ) ဂိုးတိုင်	-	၁၀ပေ x ၃.၅ပေ x ၅ပေ
(ဃ) ဘောလုံးအလေးချိန်	-	၁၃ (သို့) ၁၄ ပေါင်
(င) ရေအပူချိန်	-	၂၃ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ ၂၅ စင်တီဂရိတ်အတွင်း(၇၄.၄ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၇၈ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်း)
(စ) ရေ၏ PH	-	(6.4 PH) မှ (7.4 PH)အတွင်း

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က) ပြိုင်ပွဲကန်	-	(၁) ကန်
(ခ) သွေးပူလေ့ကျင့်ရေးကန်	-	(၁) ကန်

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်များ**

(က) PA System

(ခ) LCD TV

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) Electronic Score Board

(င) မှတ်တမ်းတင်ဗွီဒီယို

(စ) Synnchro Speakers

(ဆ) Automatic Officiating Equipment

(ဇ) စံချိန်မှတ်နာရီ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား။ အသင်းတစ်သင်းလျှင်ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမား(၇)ဦးဖြင့်ဖွဲ့စည်းထားသည်။

(ခ) ကစားချိန်။ ပြိုင်ပွဲ(၁)ပွဲလျှင် (၈)မိနစ် (၄)ကြိမ်ကစားသည်။

(ဂ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၂) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၆) ဦး

(ဃ) အမှတ်ပေးစနစ်။ ဂိုးအရေအတွက်ဖြင့်အနိုင်အရှုံးဆုံးဖြတ်သည်။

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) ရေကူးကန်အတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ TV၊ အသံစနစ်နှင့် လုံလောက်သော လျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမား နားနေခန်း နှင့် အဝတ်လဲခန်း ၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း ၊ ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီး ထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room ၊ စံချိန်မှတ်နာရီ ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ် ထိန်းချုပ်ခန်းများ ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလိုအသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင် ထားရှိရမည်။

(ဆ) ရေကူးကန်အားကစားရုံအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်း ရှိရမည်။

နပမ်းအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကွင်းအတိုင်းအတာ (အလျား) - ၁၂ မီတာ (၃၆ပေ)

(ခ) အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကွင်းအတိုင်းအတာ (အနံ) - ၁၂ မီတာ (၃၆ပေ)

(ဂ) ပြိုင်ပွဲစင်မြင့် - မြေပြင်မှ (၃ပေ) အကွာ

(ဃ) Metress အမျိုးအစား - သရေပြား

(င) အခင်းအကျယ်(မြက်ဖျာ) - ၆ပေ ၃လက်မ(၅၅)ချပ်

(စ) Werstling Cover - ၁ ခု

(ဆ) Werstling Cover အတိုင်းအတာ

(၁) စက်ဝိုင်းပုံသဏ္ဌာန် Cover အဝါရောင်အပြင်စက်ဝိုင်း အချင်း ၉မီတာ (သို့) ၂၇ ပေ အချင်းရှိရမည်။

(၂) အတွင်းစက်ဝိုင်းအချင်း ၇ မီတာ (သို့) ၂၁ ပေရှိရမည်။

(၃) စက်ဝိုင်း(၂)ခု အကွာအဝေး ၁မီတာ (သို့) ၂ ပေပတ်ပတ်လည်ရှိရမည်။ (အနီရောင်ဇုန်)ဟုခေါ်သည်။

၂။ **နေရာပြင်ဆင်မှု**

(က) ပြိုင်ပွဲကွင်း - (၁) ကွင်း

(ခ) သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်းကွင်း - (၁) ကွင်း

(ဂ) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း - (၁) ကွင်း

၃။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) PA System

(ခ) Score Board - (၂) ခု

(ဂ) ကွန်ပျူတာ

(ဃ) ဝိတ်ချိန်စက် - (၄) လုံး

(င) ဒိုင်လူကြီးသုံးအမှတ်ထောင်သည့်ကဒ်ပြား - (၄) စုံ

(စ) ပြိုင်ပွဲအချိန်သတ်မှတ်နာရီ - (၁) လုံး

(ဆ) အရန်နာရီ - (၁) လုံး

(ဇ) TV၊ ပရိုဂျက်တာ

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) **ကစားသမား**

အမျိုးသား		အမျိုးသမီး
Men Free Style	Men Greco Romam Style	Woman Free Style
(1) 55 kg	55 kg	44 kg
(2) 60 kg	60 kg	48 kg
(3) 66 kg	66 kg	51 kg
(4) 74 kg	74 kg	55 kg
(5) 84 kg	84 kg	59 kg
(6) 96 kg	96 kg	63 kg
(7) 120 kg	120 kg	67 kg

(ခ) **ဒိုင်/ဂျူရီ**

(၁) ပြည်ပ - (၁၀) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

(ဂ) **အမှတ်ပေးစနစ်**

(၁) ပြိုင်ပွဲ(၁)ပွဲ ယှဉ်ပြိုင်မှုကြာချိန် - ၂ မိနစ် ၃ ချီ ကစားရပြီး ၁ မိနစ် နားချိန်ပေးရပါသည်။

(၂) အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းအရ (၁)ပွဲလျှင် အမှတ်(၆)မှတ်ရလျှင် ပွဲငယ်လေး(၁)ပွဲ ပြီးမြောက်ပါသည်။

၅။ **အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ**

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သော လျှပ်စစ် မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ဂျူရီများနားနေခန်း၊မီဒီယာခန်း၊တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း(Locker အပါအဝင်)၊သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများ လုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်

ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများနှင့်အရံမီးစက်ထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

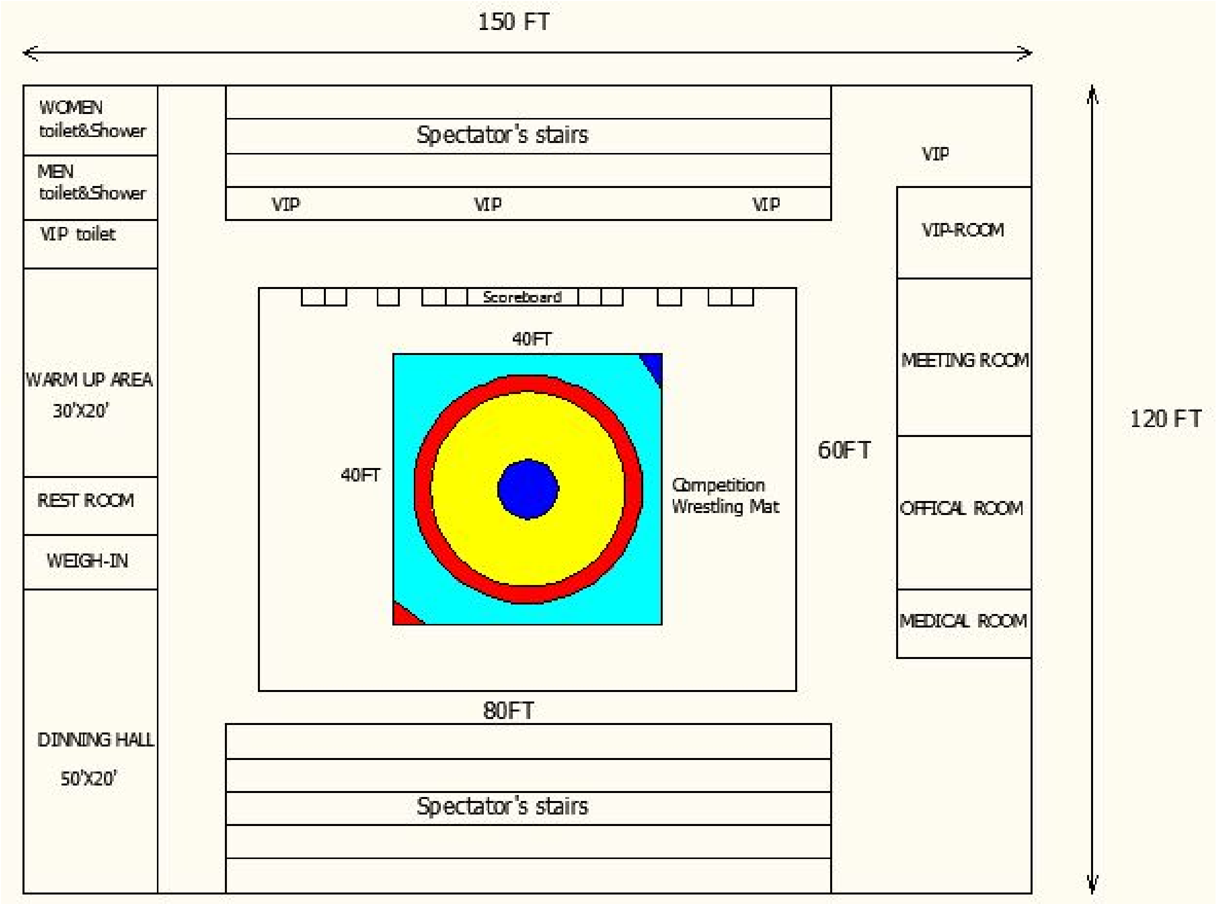
(စ) Rest Room များအား ကစားသမား၊ဒိုင်၊ရုံးအဖွဲ့နှင့် စကားပြန်၊ ပွဲကြည့်ပရိသတ်များအတွက် သီးခြားခွဲခြားထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင်လုံလောက်သောကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိရမည်။

(ဈ) Platform ပျဉ်ခင်းကွင်းပြင် (၅၀'x၅၀'x၀') (မြက်ဖျာအောက်တွင်ထားရန်နှင့် မြက်ဖျာပေါ်တွင် Wrestling Cover ခင်းထားရပြီး၊ စင်မြင့်ကို အောက်သို့ ၄၅ ဒီဂရီစောင်း၍ ချောချသည့်ပုံစံဖြင့်ခင်းထားပေးရမည်။

နပန်းအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



ဂူရှူးအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ စံချိန်စံညွှန်း

(က) ထောက်လှ

(၁) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၁၄ မီတာ
(၂) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၈ မီတာ
(၃) Mattressအမျိုးအစား	-	နန်းတုကော်ဇော

(ခ) ဆန်းဆို

(၁) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အလျား)	-	၈ မီတာ
(၂) ကွင်းအတိုင်းအတာ(အနံ)	-	၈ မီတာ
(၃) Mattress အမြင့်	-	(၆၀) စင်တီမီတာ

၂။ နေရာပြင်ဆင်မှု

(က) ထောက်လှ

(၁) ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(၂) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း

(ခ) ဆန်းဆို

(၁) ပြိုင်ပွဲကွင်း	-	(၁) ကွင်း
(၂) လေ့ကျင့်ရေးကွင်း	-	(၁) ကွင်း

၃။ ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်

(က) ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ
(ခ) မောင်း(သို့မဟုတ်) ခေါင်းလောင်း
(ဂ) ခရာ
(ဃ) အလံအဝိုင်းပြား (နီ)(နက်) (နီ ၊ နက်)
(င) ပြိုင်ပွဲအချက်ပြမီးဘုတ်
(စ) ပြိုင်ပွဲအချိုပြ မီးဘုတ်
(ဆ) PA System
(ဇ) Electronic Score Computer System
(ဈ) ပေါင်ချိန်စက်
(ည) LCD TV

၄။ ကျင်းပပုံစနစ်

(က) ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား

ကျား	မ
၄၈ ကီလိုတန်း	၄၈ ကီလိုတန်း
၅၂ ကီလိုတန်း	၅၂ ကီလိုတန်း
၅၆ ကီလိုတန်း	၅၆ ကီလိုတန်း
၆၀ ကီလိုတန်း	၆၀ ကီလိုတန်း
၆၅ ကီလိုတန်း	
၇၀ ကီလိုတန်း	
၇၅ ကီလိုတန်း	
Over Weigh တန်း	

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

(၁) ပြည်ပ - (၃၃) ဦး

(၂) ပြည်တွင်း - (၁၅) ဦး

၅။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) အားကစားခန်းမအတွင်းအမှတ်ပေးစကိုးဘုတ်၊ ပြစ်မှုပြစကိုးဘုတ် ၊ပြိုင်ပွဲသုံးနာရီ၊ အသံစနစ်နှင့်လုံလောက်သောလျှပ်စစ်မီးအလင်းရောင်တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။

(ခ) VIP ပွဲကြည့်စင်နှင့်ပရိသတ်ပွဲကြည့်စင်များရှိရမည်။

(ဂ) အုပ်ချုပ်မှုရုံးခန်း၊အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင် ၊ဂျူရီများနားနေခန်း ၊ မီဒီယာခန်း ၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ဆေးခန်း၊ အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့်အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ရေချိုးခန်းနှင့်သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဃ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း ၊ အသံလွှင့်ခန်း ၊ ရေဒီယိုခန်း ၊ရုပ်မြင်သံကြားခန်း ၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း၊CCTV Room၊စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများ၊TV များထားရှိရမည်။

(င) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှ အုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင် ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

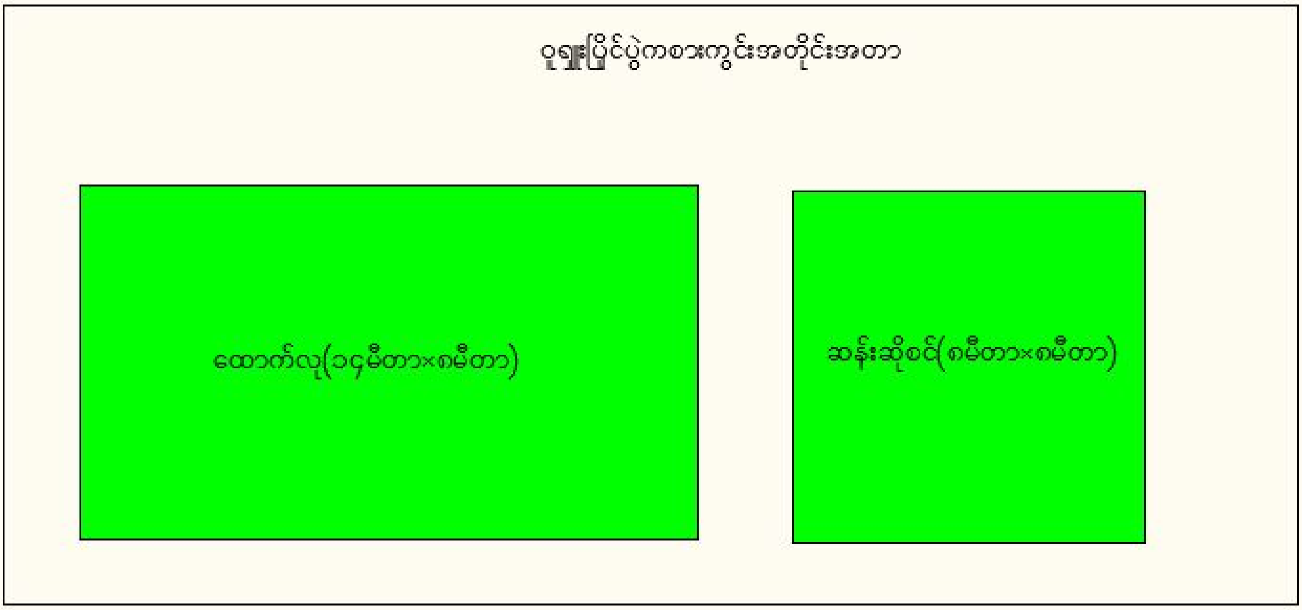
(စ) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂ ပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဆ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။

(ဇ) အားကစားခန်းမအတွင်း လုံလောက်သော လေအေးပေးစက်များတပ်ဆင်ထားရှိ ရမည်။

(ဈ) အားကစားခန်းမအပြင်ဘက်တွင် လုံလောက်သော ကားပါကင်အကျယ်အဝန်းရှိ ရမည်။

ဝူရှူးအားကစားကွင်းအတိုင်းအတာ



ရွက်လှေအားကစားနည်း၏နိုင်ငံတကာစံချိန်စံညွှန်းများ

၁။ **စံချိန်စံညွှန်း**

(က) ပင်လယ်ပြင်ပြိုင်ပွဲဧရိယာ(အလျား) - ၁၅၈၀၀ ပေ (၃ မိုင်)

(ခ) ပင်လယ်ပြင်ပြိုင်ပွဲဧရိယာ(အနံ) - ၁၁၆၀၀ ပေ (၂.၂ မိုင်)

(ဂ) လေတိုက်နှုန်း - အနည်းဆုံး (5 knots

၂။ **ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းလိုအပ်ချက်**

(က) Wind Speed Meter & Direction - 4 Nos

(ခ) M.S Anchor & Nylon rope for Marking Buoy - 16 Nos

(ဂ) Electric Air Horn - 10 Nos

(ဃ) Sailing Flag - 38 Nos

(င) အချိန်မှတ်နာရီ - ၁၀ ခု

(စ) သံလိုက်အိမ်မြှောင် - ၁၅ ခု

(ဆ) အသက်ကယ်အင်္ကျီ (PFD) - ၁၅၀ ထည်

(ဇ) ရေကြောင်းပြဘောာ - ၁၆ ခု

(ဈ) စက်တပ်လှေ - ၄၄ စီး

(ည) စကားပြောစက် - ၅၀ လုံး

၃။ **ကျင်းပပုံစနစ်**

(က) **ကစားသမား/ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား**

(၁) ALPHA

(က) Int'l 470 (Men)

(ခ) Int'l 470 (women)

(ဂ) Half Rater (Open)

(၂) Bravo

(က) Int'l 420 (Boys)

(ခ) Int'l 420 (girls)

(ဂ) Laser (Standard)

(ဃ) Laser (Radial)

(၃) Charlie

(က) RS One (Boys)

(ခ) RS One (Girls)

(ဂ) RS One (Open)

(၄) Delta

(က) Optimist (Boys)

(ခ) Optimist (Girls)

(ဂ) Optimist (teams)

(ခ) ဒိုင်/ဂျူရီ

ပြည်ပ - ( ) ဦး

ပြည်တွင်း - ( ) ဦး

၄။ အထွေထွေလိုအပ်ချက်များ

(က) ပြိုင်ပွဲနှင့်ဆက်စပ်သည့်နေရာတွင် VIP Room ၊ အစည်းအဝေးခန်းမ၊ဒိုင်၊ ဂျူရီများနားနေခန်း၊ မီဒီယာခန်း၊ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခန်း၊ ဆေးခန်း၊အားကစားသမားနားနေခန်းနှင့် အဝတ်လဲခန်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်း၊ပစ္စည်းသိုလှောင်ခန်း၊ ရေချိုးခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(ဂ) အသံထိန်းချုပ်ခန်း၊အသံလွှင့်ခန်း၊ရေဒီယိုခန်း၊တိုက်ရိုက်ရုပ်မြင်သံကြားထုတ်လွှင့်ခန်း၊လျှပ်စစ်မီးထိန်းချုပ်ခန်း ၊ CCTV Room ၊ Photo Finish ၊ စကိုးဘုတ်ထိန်းချုပ်ခန်းများထားရှိရမည်။

(ဃ) Computer နှင့် Copier စက်များအားရုံးခန်း ၊ မီဒီယာခန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာမှအုပ်ချုပ်သူ/နည်းပြများနှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်ကစားသမားများ လိုအပ်သလို အသုံးပြုနိုင်ရေးစီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိရမည်။

(င) ဆုပေးစင်မြင့်၊အလံတင်စင်များနှင့် ပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍လိုအပ်သည့် ပရိဘောဂပစ္စည်းများလုံလောက်စွာထားရှိရမည်။

(စ) ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများအား ပရိသတ်များမှ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေရ။