في ظل نجاحاته وانجازاته بقيادة المقتدر محسن احمد صالح

الأكوع الداعم الأول للّعبة تقديراً لنجاحاتها

ناصر محمد عبدالله

يوماً عن يوم يكبر ويتألق ويسمو الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة من بين الاتحادات اليمنية الالعاب .

يوماً عن يوم يثبت الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة بقيادة الاستاذ / محسن احمد صالح رئيس الاتحاد انه اتحاد قدير بكل معني الكلمة وبما اثبته في اقتداره في عملة ونشاطاته ومسابقاته وبطولاته والدورات التي ينظمها ورؤاه وافكاره التي يحملها تجاه تطوير اللعبة وقبل هذا وذاك في شجاعته المتميزة في تقييم اعماله والوقوف امام سلبياته ونواقصة التي قد تبرز هنا او هناك وكيفية تجاوزها الى الافضل .

ومما لاريب فيه ، ان الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة وبقيادة الربان القدير الاستاذ / محسن احمد صالح رئيس الاتحاد هو الاتحاد الوحيد الذي اثبت ويثبت تميزه وامتيازه من بين كافة اتحادات الالعاب حيث نجده دائماً وعلى الدوام يحمل هم وتطلعات اللعبة على عاتقه وفي شرايين دم كل اعضائه ومن اجل هذا نظم ورشة العمل التي عقدت في شهر رمضان المنصرم ودعا اليها كل فروع اتحادات الالعاب والمهتمين باللعبة والمحبين والمتابعين لها حيث وضعت اللعبة على مائدة البحث والنقاش من كافة الاوجه ، ومن خلال هذه الورشة التي كللت بنجاح منقطع النظير خرجت الورشة بنتائج رائعة تحقق المصلحة العامة للعبة وترتقي باللعبة الى ماهو مأمول ووضع استراتيجية لمدة خمسة اعوام تتعلق بالمسابقات والبطولات الداخلية واعداد وتجهيز المنتخبات الوطنية للعبة .

ان كل منصف .. وكل صاحب كلمة حق وازاء جهود وعطاءات واخلاص ونشاط وعمل الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة بقيادة الربان المقتدر المخضرم الاستاذ / محسن احمد صالح لابد وان يجد نفسه يقول رهيب والله رهيب يا اتحاد عام الكرة الطائرة .. ومن يشبهك من بالاقتدار والقيادة الحكيمة يا استاذ / محسن احمد صالح فالاعمال والنشاطات والنجاحات والانجازات تتحدث عن نفسها بكل اعتزاز وافتخار .

ومازال الزمن الجميل مستمراً للّعبة

ومما هو لافت للنظر ويحسب له اننا نجد الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة يشرك على الدوام فروع الاتحاد بالمحافظات ويفعلها سواءً بالاشراف والتنظيم للبطولات والمسابقات وإشراكها في العمل على مستوى التخطيط واعداد اللوائح والاسهام جنباً الى جنب مع الاتحاد العام في العمل على تطوير اللعبة وتحقيق اهدافها ، الى جانب ذلك ، فأننا نلاحظ ان هناك العديد من اللجان العاملة في الاتحاد العام سواءً في الجوانب الفنية والمسابقات والاعلام والمدربين والحكام ولها مساحات كبيرة من العمل والصلاحيات في شأن اللعبة .

كما يتميز الاتحاد العام للكرة الطائرة بوجود موقع له على (الانترنت) وفي هذا الموقع توجد كافة التقارير واللوائح والنشاطات والاستمارات ويتم التعامل والتواصل مع الاندية الرياضية وفروع الاتحادات عبر الانترنت .

وهذا هو غيض من فيضي .. فهناك الكثير والكثير من نجاحات وانجازات الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة التي تحققت وتتحقق في الزمن الجميل للعبة الكرة الطائرة بقيادة الشخصية الاجتماعية والرياضية المجربة والمخضرمة الاستاذ المقتدر / محسن احمد صالح وفي ظل تميز قيادة الاتحاد واعضائه بالعمل بانسجام تام وروح واحدة ومعنوية عالية ويد واحدة وقلب واحد يجمعهم العمل على تطوير نشاطات الاتحاد وعلاقاته الخارجية والمشاركات الخارجية والسير قدماً باللعبة نحو آفاق الرقي والتطور وتحقيق الطموحات واهداف اللعبة .

اما الجاحدون والمرجفون والذين يأكلون انفسهم من الغيظ والذين يحاولون البكاء كالتماسيح بينما هم كالنعامة الغبية التي تدفن رزسها في الرمال نقول لهم .

الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة واحد من الاتحادات اليمنية للالعاب التي جددت وتجدد نشاطاها واتجاهات عملها القادم بشكل واضح سواءً في الاعوام التي سبقت او من خلال ورشة العمل .

حددت خطة الاتحاد العام للكرة الطائرة المسابقات والبطولات للموسم الرياضي ٢٠٠٥ – ٢٠٠٦م وباكثر وضوحاً حددت عدد البطولات ولكل الفئات العمرية كما حددت اتجاهات العمل مع المدارس وبطولات الكرة الامانة / عدن / ابين والمكلا وذلك مما قد تم البدء فيه من العام الحالي ٢٠٠٥م والعام القادم ٢٠٠٦م .

والله رهيب يا اتحاد عام الكرة الطائرة !

يهتم الاتحاد العام للكرة الطائرة اهتماماً كبيراً وملحوظاً بالدورات التأهيلية للمدربين والحكام ودورات الصقل والترقية للحكام ودورات مختلفة المستويات ودولية للمدربين ومماهو مؤكد ان الاتحاد العام للكرة الطائرة للسيدات .

الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة هو واحد من الاتحادات اليمنية للالعاب القليلة التي تعمل على بناء منتخبات وطنية مستقبلية بالشكل الصحيح من خلال اقامت ستة (٦) مراكز لتطوير اللعبة في كل من محافظات الحديدة / سيئون / الطائرة سيجني ثمار هذه الدورات في المستقبل .

ولهذا كان ومازال وسيظل الاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة عنواناً للنجاح في مجمل وكافة اعماله ونشاطاته المتميزة ويشهد له بها القاصي والداني في الوسط الرياضي والشبابي وقبل هذا وذاك في لعبة الكرة الطائرة من قبل كل المنضويين والمهتمين والمحبين والمتابعين لها .

ولهذا ، فليس غريباً ان نجد الاستاذ / عبدالرحمن الاكوع وزير الشباب والرياضة يعطي اهتمامه الكبير والمباشر ونجده الداعم الاول للاتحاد اليمني العام للكرة الطائرة وللعبة تقديراً منه لمستوى النجاحات والانجازات المحققة والتي تتحقق للعبة الكرة الطائرة .

ولهذا .. يستحق هذا الاتحاد القدير وقيادته المقتدره ان نقول لهم رهيب والله رهيب .. ومن يشبهك من من يا أستاذ / محسن احمد صالح في نجاحاتكم الكبيرة .. وسيروا سدد الله خطاكم لما فيه الخير والنجاح .. وفي استمرار الزمن الجميل للعبة تحت قيادتكم الثاقبة والحكيمة .

مسؤول العلاقات العامه والاعلام لنادي خنفر / عوض آدم :

إدريس والسّياني داعمان .. وطائرة خنفر بخير

اجرى اللقاء / عبدالله البيتي

الزميل عوض آدم مسؤول العلاقات العامة والاعلام لنادي خنفر الرياضي بدأ يمارس هوايته في مجال التعليق الرياضي منذ مطلع التسعينات على مستوى الفرق الشعبية كمعلق رياضي آنذاك ثم الى مباريات دوري المحافظة بأبين لأندية الدرجة الاولى وكان موفقا كما شارك في برنامج المجلة الرياضية لاذاعة الشعب المحلية بأبين ويتميز عوض آدم باخلاق جيدة وابداعية فنية رائعة ويبشر بخير نحو المستقبل الوضاء.

س : الدوري العام لكرة الطائرة انطلق مامدى جاهزية فريقكم؟

ج : والله الفريق يسير بوتيرة متنامية خاصة بعد رفده بعناصر شابة قد تضيف اليه صبغة فنية جيدة وتسهم في نقلة نوعية لمستوى الفريق الى مصاف الدورية الاولى عموما فريق الطائرة بخير.

س : ماهي العراقيل والمعوقات التي تعترض مسيرة عملكم خاصة الاعداد لدوري الطائرة؟

ج : حقيقة نحن نفتقر الدعم ونثني على جهود الاخ احمد علي ادريس مدير عام مديرية خنفر والاخ العقيد الركن محمد علي السياني مدير عام مصنع ٧ اكتوبر الداعم لنادينا (خنفر).

س : من المعروف ان فريقكم للكرة الطائرة يمر بلحظات حرجة بسبب غياب المحترفين كيف تتفاءلون مع هذ الظاهرة سيما وان الدوري على مشارف الاستئناف؟

ج : يجري المجلس الاداري ممثلا بالاخ المهندس ناصر عبدالقوي جهودا كبيرة من اجل اعادة الموضوع الى نصابه قبل بدء استئناف الدوري كما نشكر الاخوين احمد علي ادريس مدير عام مديرية خنفر والعقيد الركن محمد علي السياني على وقوفهم الكبير مع نادينا وخاصة فريق كرة الطائرة الذي يعد السفير الوحيد للمحافظة في دوري الاضواء كما نأمل في الاخير من الاخ المهندس فريد احمد مجور محافظ محافظة ابين دعم فريق كرة الطائرة حتى يستطيع الحفاظ على تواجده في دوري الدرجة الاولى.

الجيل الصاعد بطل المسابقة الثقافية بأبين

أبين / سالم حيدره صالح

اختتمت يوم أمس الاول فعاليات المسابقة الثقافية لأندية محافظة أبين التي نظمتها اللجنة الثقافية بالمحافظة تحت اشراف مكتب الشباب والرياضة بمشاركة ١٣ نادياً قسموا الى اربع مجموعات وبعد منافسات قوية ومثيرة بين الفرق المشاركة توج نادي الجيل الصاعد بطلاً للمسابقة الثقافية بالمحافظة واحور وصيفاً .

حضر المسابقة الاستاذ / حسين محمد البهام مدير عام مكتب الشباب والرياضة والاخ / محمد نعمان ممثل اللجنة الثقافية بوزارة الشباب والرياضة .. ورئيس اللجنة الثقافية بالمحافظة والزميل صادق حمامة مدير الاتحادات والاندية والزميل محمد الشحيري رئيس الاعلام الرياضي بالمحافظة .

وكان مدير عام مكتب الشباب والرياضة القى كلمة حث فيها الاندية بالاهتمام بالجانب الثقافي كونه العمود الفقري للاندية ثقافياً لماله من اهمية كبيرة لدى الشباب .

يذكر انه اقيم معرض للصور الفوتغرافية توضح الجانب الثقافي لبعض الاندية .

فريق نادي سيئون يحرز كأس بطولة الشباب الثقافية الأولى

صنعاء / سبأ:

حقق الفريق الثقافي بنادي سيئون بطولة كأس الشباب الثقافية التلفزيونية الأولى بإحرازه المركز الأول فيما حل فريق التلال الثقافي في المركز الثاني وصيفا للبطل وجاء فريق نادي السلام (طور الباحة)بمحافظة لحج في المركز الثالث .

واقيمت المسابقة التي اختتمت امس بقصر الشباب الثقافي بصنعاء ونظمتها اللجنة الثقافية والاجتماعية بوزار الشباب والرياضة بالتعاون مع الفضائية

اليمنية خلال الفترة من ٨ وحتى ١٧ ديسمبر الجاري بمشاركة ١٦ فريقا يمثلون الاندية والهيئات الشبابية والرياضية والتربوية اقيمت بنظام خروج المغلوب في الدور الأول وصعود ثمان فرق الى دور الثمانية الذي صعد منه اربع فرق الى دور الأربعة هي فرق اندية سيئون والتلال والسلام لحج "طور الباحة" وشباب عمران.

واشتملت البطولة التي اعد حلقاتها الزميل عزيز الماوري وقدمها مع الزميلة بثينة القرشي في حلقات مسجلة سيتم عرضها خلال ايام عيد الأضحى المبارك من خلال برنامج تلفزيوني يسمى "كأس الشباب" على منافسات معرفية وثقافية ورياضية وعلمية وفنية عامة ,بالاضافة الى فقرات ميدانية متنوعة واستضافة مواهب شابة ابداعية.

وفي ختام المسابقات قام الاخوة/ محمد عبدالولي مستشار وزارة الشباب والرياضة وعبدالحميد السعيدي الوكيل المساعد لقطاع الرياضة في الوزارة وعبدالكريم حومش مدير عام النشاط الثقافي والاجتماعي بتكريم الفرق الحاصلة على المراكز الثلاثة الأولى ,حيث كرم فريق سيئون بكأس الشباب ومبلغ ربع مليون ريال ,وكرم فريق التلال بمبلغ ١٥٠ الف ريال وتكريم فريق نادي السلام طور الباحة بمبلغ ١٠٠ الف ريال.

كما جرى تكريم الفائزين بالمسابقة الثقافية الاذاعية الثانية وكأس النجوم التي نفذتها اللجنة الثقافية والاجتماعية بوزارة الشباب والرياضة واذاعة الشباب وتم بثها خلال شهر رمضان المنصرم.

حيث احرز المركز الاول في هذه المسابقة الاذاعية وكأس البطولة الفريق الثقافي للاتحاد العام للسباحة وحل في المركز الثاني الفريق الثقافي لأتحاد البلياردو والسنوكر وجاء في المركز الثالث الفريق الثقافي للاتحاد العام للاعلام الرياضي.

بتكلفة ٢٨٥ ألف دولار

بدء العمل بمشروع إنارة ملعب معاوية

بناء حمّامات وخدمات عامة للجماهير

لحج / عادل محمد قائد

تتواصل في ملعب الشهيد معاوية في حوطة محافظة لحج الأعمال لمشروع الانارة للملعب والبالغ تكلفته ٢٨٥ ألف دولار والذي تنفذه شركة الزبيري فيلبس .. كما يتم ايضاً العمل في استكمال مدرجات الملعب الشمالية الشرقية والشرقية الجنوبية وبناء حمامات وخدمات عامة للجماهير والبالغ تكلفتها ١٦ مليون ريال .

افاد بذلك لـ ١٤ أكتوبر المهندس عبدالجبار الكهالي المشرف على ملعب معاوية لانجاز هذه الاعمال .

واضاف ان المشروع سينفذ خلال ٦ أشهر وهو جزء من استكمال الملعب ويحظى باهتمام قيادة وزارة الشباب والرياضة وقيادة المحافظة ومكتب الشباب والرياضة بالمحافظة موضحاً ان تكلفة انشاء الملعب الاجمالية وعلى مرحلتين ٧٠٠ مليون ريال .

بحضور تسعة أندية

انطلاق دوري الدرجة الأولى لكرة القدم في ١٩ يناير بنظام الذهاب والإياب

صنعاء – سبأ :

اجريت يوم امس في الاتحاد العام لكرة القدم قرعة الدوري العام للدرجة الأولى لكرة القدم الذي اقر انطلاقه في الـ ١٩ من يناير المقبل بنظام الذهاب والأياب بمشاركة تسعة اندية حضرت الاجتماع هي الأهلي صنعاء ,صقر تعز ,تعاون بعدان ,التلال ,رشيد تعز ,شباب الجيل 22 ,مايو , الشعلة ,شعب حضرموت من اصل ١٤ ناديا في الأولى ,فيما تغيبت اندية الهلال ,شعب اب ,تضامن شبوة , اليرموك, حسان ابين .

فيما حضر من اندية الدرجة الثانية ١٠ اندية وتغيبت أربعة اندية.

واقرت الأندية اقامة الدوري الشامل للأولى دون توقف او ضغط المباريات بحيث يستمر لمدة ستة أشهر.

كما جرى تعديل بعض فقرات اللائحة ولا سيما فيما يتعلق بتمديد فترة الاحتجاج لمدة ٤٨ ساعة بدلا من ٢٤ ساعة وبقيت فقرة احقية الأندية في تغيير ثلاثة محترفين اجانب للعب مع فرقها .

واليكم جدول مباريات الأسبوع الأول لدوري الأولى:

حسان Xالشعلة ١٩ يناير ابين
تضامن شبوة × هلال الحديدة ١٩ يناير شبوة
٢٢ مايو × اليرموك ١٩ يناير صنعاء
شعب اب × صقر تعز ٢٠ يناير اب
اهلي صنعاء × شعب حضرموت ٢٠ يناير صنعاء
التلال × الرشيد ٢٠ يناير عدن
تعاون بعدان × شباب الجيل ٢٠ يناير اب

الرياضي هزم البلوستار ووجه رسالة شديدة للحكمة

وجه نادي الرياضي بيروت بطل لبنان والعرب رسالة شديدة اللهجة إلى غريمه التقليدي ووصيفه "نادي الحكمة" الذي سيلتقي به الثلاثاء المقبل في قمة بطولة لبنان لكرة السلة، وذلك بعد تخطيه نادي بلوستارز بفارق شاسع بلغ ٣٢ نقطة وبنتيجة ١٠٣–٧١، في المباراة التي استضافها بطل لبنان على ملعبه في المنارة ضمن المرحلة السادسة ما قبل الأخيرة من دور الذهاب لبطولة لبنان في كرة السلة.

المباراة بين الرياضي والبلوستارز، شهدت منافسة بين أصحاب الأرض الذين يمثلون أفضل خط هجومي في البطولة والضيوف الذين يحتلون المركز الأول كأفضل فريق دفاعي في البطولة، إلا أن الكلمة الفاصلة في هذه المباراة جاءت لصالح أفضل فريق هجومي، فمنع الرياضي النجوم الزرق من تسجيل أكثر من ٧١ نقطة، فيما تخطى أبناء المنارة حاجز الـ ١٠٠ نقطة للمرة السادسة تواليا في هذه البطولة، وسجلوا الفوز الثالث والثلاثين المتتالي لهم في بطولة لبنان منذ ٢٠٠٤، وهذا رقم قياسي للفريق الأصفر.

وبالعودة إلى مجريات المباراة، فقد ظهر جلياً التركيز الدفاعي الصلب الذي مارسه رجال المدرب الإيطالي فاليريو بيانكيني على هدافي وأجنبي الرياضي الأميركي طوني ماديسون والمصري إسماعيل أحمد، إلا أن ذلك فتح المجال للاعبي الرياضي الآخرين للتسجيل سيما أن بطل لبنان يعج بالنجوم، فكان جو فوغل نجم الربع الأول (١٤ نقطة) والمباراة بالتساوي مع زميله علي محمود الذي كان نجماً فوق العادة فأمتع الجماهير باختراقاته أمام عمالقة النجوم الزرق سيما بطل الدوري الأميركي لثلاث مرات وزميل أسطورة كرة السلة مايكل جوردن سابقاً في فريق شيكاغو بولز، ديكي سيمبكينز.

من ناحية ثانية، لم يظهر اللاعبان الأجنبيان سدريك هندرسون وسيمبكينز بمستوى طموحات نادي بلوستارز، أقله في هذا اللقاء، حيث سجل كل منهما ١٥ نقطة فقط، وكان لدفاع لاعب الرياضي عمر الترك صاحب الـ ١٢ نقطة، شأناً كبيراً بتحجيم الدور الهجومي لهداف بلوستارز، فيما تنفس الكابتن روني فهد الصعداء في الربعين الأخيرين بعدما حسم أصحاب الأرض نسبياً اللقاء لصالحهم، فبدأ يلعب بحرية أكثر فارضاً نفسه أفضل مسجل لفريقه بـ ١٨ نقطة.

وعلى الرغم من تناوب الدفاع الصلب بين ثلاث لاعبين من النجوم الزرق على هداف بطولة لبنان لكرة السلة "الكينغ" طوني ماديسون إلا أن هذا الأخير نجح بتخطي كل ذلك وسجل ١٩ نقطة، فيما إكتفى زميله المصري بخمس نقاط إلا أنه قام بعمل دفاعي جبار وكعادته زوّد زملائه بأذكى التمريرات الحاسمة على مدار المباراة.

من جهة البلوستارز، برز العملاق روي سماحة وزميله أحمد عزير، إلا أن الدفاع الذي أنسب إليهما على عملاقي الرياضي "فوغل وسمعة" أدخلهما مبكراً في مشكلة الأخطاء، وحد من سهولة تحركهم. هذا وجاءت نتيجة الأشواط الأربعة لصالح بطل لبنان كالتالي: (٢٤–١٧)، (٤٤–٣٢)، (٧٨–٥٢) و(١٠٣–٧١). وكان الرياضي سجل ٣٤ نقطة في الربع الثالث مقابل ٢٠ فقط للبلوستارز، ووسع فارق النقاط ليتخطى الـ ٣٥ نقطة، قبل أن يستقر على ٣٢ نهاية المباراة.

وجاء لاعب الرياضي علي محمود هدافاً للقاء بـ ٢٥ نقطة (بينهما ٥ ثلاثيات) أمام زميله جو فوغل بـ ٢٤ فيما كان كابتن بلوستارز روني فهد أفضل مسجل لفريقه بـ ١٨ نقطة.

رياضة العضلات .. الإبن غير الشرعي لرفع الأثقال

ماذا يعني كمال الاجسام .. وماهي المعايير التي يمكن على اساسها الحكم بأن هذا الانسان كامل الجسم وهل هناك مقاييس محدده لذلك ؟

كل هذه التساؤلات تجيب عليها رياضة كمال الاجسام وقواعد بطولاتها واسلوب تحكيم تلك البطولات التي حددت وبشكل قاطع كيفية اختيار الابطال في بطولة كمال الاجسام .. تعالوا ننبش في هذه اللعبة نتعرف وبشكل مبسط على شيء من حياتها وتطورها وقواعد واسلوب التحكيم فيها .

تجري بطولات الاجسام على ثلاث جولات منفصلة وتحسب نقاط الجولة الثانية والثالثة فقط وتنص تعليمات الاتحاد الدولي على البدء في تحكيم الفئات القصيرة اولاً ثم الفئات المتوسطة ، ثم الطويل .. والفئات في لعبة كمال الاجسام تقسم الى ثلاث وهي فئة الطول القصير وقدره (١٦٥) سم والطول المتوسط وقدره (١٦٥،١٧٢ سم) ثم الطول الطويل (اكثر من ١٧٢ كجم) وتحددت الاوزان في الاطوال الثلاثة الى اربعة اوزان هي : الريشة (١٦٥ كجم) ووزن الخفيف (٧٥ كجم) ووزن المتوسط (١٧٥ الى ٩٠ كجم) ووزن الثقيل وهو فوق الـ (٩٠ كجم) واعطى الاتحاد الدولي الحق لاتحادات الدول للمشاركة بثلاثة لاعبين في البطولات الدولية والعالمية .

يقوم اللاعبون بعد تضيغهم الى فئات بعرض عام امام الحكام الذين يتولون اعطائهم الدرجات حسب نظام التحكيم الطبيعي وبناء على قسائم خاصة اعدتها لجنة الحكام بالاتحاد الدولي وهي (٨) قسائم توزع بعضها على الحكام والبعض الاخر مخصص لرئيس اللجنة وامين السروهي توزع عليهم وتحوي القسيمة الاولى وهي مخصصة للحكم ليدون عليها ملاحظاته الشخصية للاعبين ويحتفظ بها لنفسه لتكون مرجعاً له فيما بعد ، اما القسيمة رقم (٢) فإنها مخصصة لتحكيم الاوضاع العادية الثلاثة وهي : امامي ، خلفي ، جانبي .. اما القسيمة رقم (٣) فإنها مخصصة لتحكيم الاوضاع الاجبارية الستة وتلك القسائم الثلاث مخصصة للحكام اما باقي القسائم رئيس اللجنة وامين السر وهي القسائم رقم (٤) وهي تحوي درجات الجولة الثانية والثالثة وقسيمة رقم (٥) تحتوى اسماء الفائزين الستة لاوائل في كل فئة حيث سيكون بناء عليها منح الدرجات للفرق .. اما القسيمة رقم (٦) فيدون بها اسماء الفرق الست صاحبة اكبر مجموع من الدرجات .. وتضم القسيمة رقم (٧) اسماء الفائزين الاوائل في كل فئة ووزنه مع ذكر رقمه السري .. اما القسيمة رقم (٨) فهي التي يتم على اساسها اختيار الفائز الاول لجميع الفئات .. والتحكيم في رياضة كمال الاجسام يتم على مرحلتين الاولى ويطلق عليها التحكيم الطبيعي والثانية وهي تحكيم الاوضاع الاجبارية .. ففي المرحلة الاولى يقوم اللاعبون باستعراض عام امام لجنة الحكام مرتدين مايو هات وواضعين ارقامهم السرية على الجانب الايسر بعدها يقوم كل لاعب بأداء الاوضاع الطبيعية الثلاثة خلفي ، جانبي ، امامي يعطي الحكام درجات لكل وضع على حد والتي تتراوح بين ٢٠٨٠ درجة .. اما تحكيم الاوضاع الاجبارية فهو على إعطاء درجات على اوضاع ستة ملزمه للاعبين هي : امامي ، مزدوج ، جانبي مزدوج ويتم اداءها على الوجه التالي :

١- رفع الذراعين وتقليص عضلات الصدر والمعدة .

٢- اظهار الابطين مع تقليص عضلات الساقين .

٣- ابراز عضلات الكتف والصدر مع ثني الساق اليمني .

٤- اظهار عضلات الصدر وعضلات الساق والنظر ناحية اليسار .

٥- وضع خلفي برفع الذراعين مع اظهار عضلات الكتفين العليا وعضلات الظهر السفلي مع تقليص الساق اليمني للخلف .

٦- وضع خلفي ايضاً ، اظهار الابطين بينما الساق منفصلتين والتحكيم يتم بطريقه سرية وفي قاعة مغلقة ويجب ان يلاحظ الحكام اهمية التطابق بين جميع الاعضاء في الجسم وتوازنها ، كذلك التناسب بين الجسم بحيث يتناسب طول القسم الاعلى مع القسم الاسفل والتناسب بين عرض الاكتاف والارداف واطوال الاطراف وحجم اليدين والقدمين !! بجانب سلامة الهيكل العظمي وعدم وجود انحناء او اعوجاج في العمود الفقري او وجود نقوش في الساقين اعوجاج في العمود الفقري او وجود تقوس في الساقين بل على الحكم طبقاً لدليل الحكام لتقدير اللاعب ان يلاحظ عدداً من النقاط يستمد من خلالها تقدير النقاط التي سيمنحها للاعب وهي النمو العضلي ونوعيته ، سلامة البشرة وخلوها من البتور والاوشام ، هل توجد تعاريج في عضلات الجسم .

ولقد حدد القانون الدولي اسساً عديدة محدده للحكم على لاعب كمال الاجسام منها اولاً : التناسق والتناسب في الجسم .

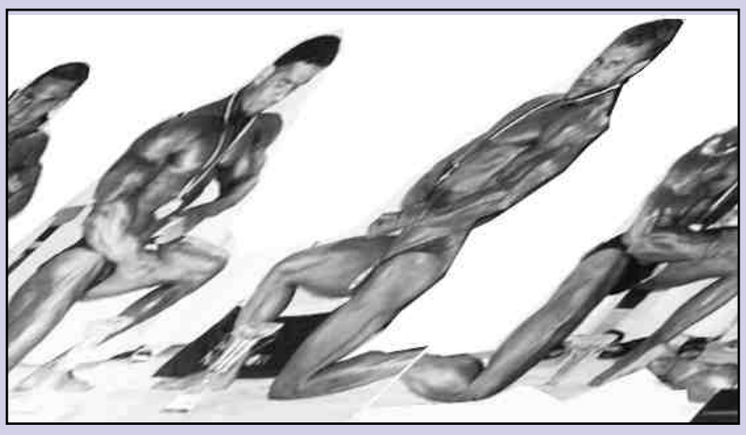
ثانياً : تناسب العنق مع نمو الذراعين والابطين .

ثالثاً : تدلي الذراعين بطريقة متساوية وهل الكتفان افقيان

رابعاً : تقدير عرض الاكتاف ونموها وتناسبها مع طول القامة .

خامساً : نمو عضلات الصدر كامل ام هي معلقة بطريقة رخوه .

سادساً : ملاحظة ان يكون الوسط نحيلاً وتناسب منطقة المعدة مع الصدر من حيث الطول والعرض والقصر .. وهكذا بدقة متناهية واختبارات عديدة وعروض اجبارية وجمالية يتم اختيار وترتيب اللاعبين في تلك الرياضة التي تبحث عن الكمال في الجسم الانساني رياضة سامية تدعو لبناء الجسم الانساني واظهار امكانيته الخلاقة. تدعو للقوة والصحة والنشاط في قالب تنافسي يعود على جسم الانسان بكل الخير .



إعداد / أنيس محمود عبدالرزاق