



# TÜRKİYE ÜNİVERSİTELER KICK BOKS ŞAMPİYONASI



Yeri	ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
Tarihi	16-18 Mart 2022

Yeri	TEKNİK TOPLANTI ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
Tarihi	15 MART 2022
Saati	16.00
Tartı Saati	09.00-16.00

## **GENEL VE TEMEL PRENSİPLER**

Üniversite Sporları Federasyonu Yarışma Talimatı, Disiplin Talimatı, Etik Değerleri ve Türkiye Kick Boks Federasyonu Müsabaka Talimatı, geçerli olacaktır.

## **KATILIM – BASVURU**

- Üniversiteler her sıklıkta 1 (bir) sporcu ile katılabilir. Yarışmaya katılacakların kafiye bilgilerini <http://extranet.tusf.org/> adresine Üniversitelerinin Yetkili / Sorumlu kişileri aracılığıyla giriş yapacaklardır.
- Extranet'e yapılacak kayıtlarda sporcuların branş ve sıklıklarının girilmesi zorunludur. Aksi takdirde kayıt yapılamayacaktır.
- Extranet'e son giriş tarihi 8 Mart 2022'dir.

## **GEREKLİ BELGELER**

Üniversiteler, Teknik Toplantıda <http://extranet.tusf.org/> internet adresine kaydettikleri haliyle, Üniversitelerinin Öğrenci Dekanlığı, Sağlık Kültür ve Spor Dairesi Başkanlığı veya Spor Koordinatörlüğünden imzalı / onaylı kafiye listesini, öğrenci kimlik belgeleri ve sporcu kartı ve Covid-19 yönergesinde belirtilen belgeleri Üniversite Sporları Federasyonu yetkililerine teslim edecektir.

## **ACIKLAMALAR**

### **1 -TEKNİKTOPLANTI:**

2022 yılı faaliyet programında yer alan Türkiye Üniversiteler (Bay-Bayan) Kick Boks Şampiyonası Erzurum Teknik Üniversitesi'nde yapılacaktır. Şampiyonanın teknik toplantısı 15 Mart 2022 tarihinde saat 16.00 de Erzurum Teknik Üniversitesi toplantı salonunda yapılacaktır. Bu toplantıya bütün üniversitelerin idarecileri ve antrenörleri katılacaktır.

### **2 -DOKTOR KONTROLÜ - TARTI ve KURA:**

- a) Şampiyona Tartısı ve Doktor Kontrolü 15 MART 2022 günü 09.00–16.00 saatleri arasında aynı yerde yapılacaktır. Tartıların bitiminden sonra kura işlemleri yapılacaktır. Ayrıca K1 Style ve Full Contact müsabakalarının eleme tartıları her gün yapılacaktır. Tartıda kilo toleransı yoktur.
- b) Tartıya gelen sporcular;
  - Extranet listesini,
  - 2022 yılı vizeli Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu sporcu kartı ve 1 adet lisans fotokopisini,
  - Öğrenci Kimlik Belgesini,
  - Sporcu Sağlık Muayene Taahhütnamesini (Ek-7 a,b,c),
  - Covid-19 Sağlık Anketi (Ek-5)

- TÜSF Covid 19 Yönergesinde belirtilen evraklar,
- Tartı formunu (Ek-6),
- Diş teli takılmış olan sporcular Diş Doktorlarından “Kick Boks müsabakası yapmasında sakınca yoktur” kaşeli ve ıslak imzalı onayın aslını tartı esnasında, ibraz etmek zorundadırlar.
- İstenilen belgelerden herhangi birinin eksikliğinde sporcular müsabakaya alınmayacaktır. Bu belgelerle ilgili faksler da kabul edilmeyecektir. Bütün sporcular Ek-6’daki sporcu tartı formunu ve Ek- a,b,c’deki sporcu sağlık muayene taahhütnamesini kendileri temin edip katılacakları branşı seçerek, belirgin şekilde eksiksiz doldurarak getireceklerdir.
- Tartı mahalline, Federasyon Temsilcisi ile görevli hakemler ve görevli doktorlardan başkası giremez. Tartı çıplak olarak yapılır, tartı sonucunda kilosuna erişmeyen sporcu diskalifiye edilecektir.

### **3 - BRANSLAR ve SIKLETLER:**

5’den az sporcunun katıldığı sıklıklar tasnif dışı olarak yarıştırlacaktır.

<b>POINT FIGHTING (ERKEK)</b>	<b>57 - 63 - 69 - 74 - 79 - 84 - 89 - 94 - +94 kg.</b>
<b>POINT FIGHTING (KADIN)</b>	<b>50 - 55 - 60 - 65 - 70 - +70 kg.</b>

<b>KICK LIGHT (ERKEK)</b>	<b>57 - 63 - 69 - 74 - 79 - 84 - 89 - 94 - +94 kg.</b>
<b>KICK LIGHT (KADIN)</b>	<b>50 - 55 - 60 - 65 - 70 - +70 kg.</b>

<b>FULL CONTACT (ERKEK)</b>	<b>51 - 54 - 57 - 60 - 63,5 - 67 - 71 - 75 - 81 - 86 - 91 - +91 kg.</b>
<b>FULL CONTACT(KADIN)</b>	<b>48 - 52 - 56 - 60 - 65 - 70 - +70 kg.</b>

<b>K 1 STYLE (ERKEK)</b>	<b>51 - 54 - 57 - 60 - 63,5 - 67 - 71 - 75 - 81 - 86 - 91 - +91 kg.</b>
<b>K 1 STYLE(KADIN)</b>	<b>48 - 52 - 56 - 60 - 65 - 70 - +70 kg.</b>

### **4 - MÜSABAKASÜRELERİ:**

Müsabaka süreleri 2 dakika 3 raunt, aralar 1 dakikadır. Ancak katılımcıların durumuna göre süre ve rauntlar Merkez Hakem Kurulunca ayrıca düzenlenebilir.

### **5 - SAMPIYONAYA KATILACAK ÜNİVERSİTELERİN SPORCUKONTENJANLARI:**

Şampiyonaya katılacak Üniversiteler her sıklıkta 1 (bir) sporcu ile katılabilir. Sporcular Üniversite Rektörlüğünden onaylı katile listelerinde buldukları sıklıkta tartıya ve müsabakalara kabul edilecek olup, listede belirtilen sıklıkların haricinde alt veya üst sıklığa geçiş yapamayacaklardır. Üniversitelerinden onaylı katile listelerinde bilgileri bulunmayan sporcular müsabakaya alınmayacaktır. Sporcular müsabakaya tek branşta katılabilirler. Listeler onaylandıktan sonra üzerinde yapılan eklenti, silinti, kazıntı ve tahrifat tespit edildiğinde geçersiz sayılacaktır.

### **6 - MÜSABAKA KORUYUCU MALZEMELERİ İLE KIYAFETLERİ**

Sporcular aşağıda yazılı olan (Ek-1, Ek-2, Ek-3, Ek-4) müsabaka koruyucu malzemeleri ile kıyafetlerini giymek zorundadırlar. Aksi takdirde sporcular müsabakalara alınmayacaktır. Müsabaka sonunda hakem tarafından yapılan kontrollerde bu malzemelerden birinin olmadığı tespit edildiğinde sporcu puanlarına bakılmaksızın hükmen yenik sayılacaktır. Bu konuda yapılacak itiraz kabul edilmeyecektir.

### **7 - SALGIN TEDBİRLERİ**

- TÜSF Covid-19 Yönergesi geçerli olacaktır.
- Sporcular müsabakalarda kullanılacak Kick Boks Eldiveni, Kaskı ve diğer malzemelerini kendileri temin edeceklerdir.

8- Müsabakalarda ilk 3 dereceye giren (1.2.3.3.) sporculara madalya verilecektir.

9- Müsabakalarda ilk üç dereceye giren (1.2.3.3.) Üniversitelere kupa verilecektir.

10 - Dopingli bulunan sporcular Disiplin Kuruluna sevk edilecektir.

11- Müsabakalar esnasında sporcuların sakatlanmaları durumunda tedavileri, herhangi bir sosyal güvencesi bulunmadığı takdirde öğrencisi olduğu Üniversite tarafından yapılacaktır.

12 - Müsabaka talimatında yer almayan konularda karar verme yetkisi Tertip Komitesine aittir.

12 - **MÜSABAKA PROGRAMI**

TARİH	BAŞLAMA SAATI	FAALİYET	BRANŞ	KATILIMCILAR
15 MART 2022 SALI	09.00 - 16.00	TARTI	RİNG VE TATAMI SPORLARI	ERKEK - KADIN
	16.00	TEKNİK TOPLANTI	RİNG VE TATAMI SPORLARI	İDARECİ ve ANTRENÖRLER
16 MART 2022 ÇARŞAMBA	09.00-09.30	HAKEM TOPLANTISI	RİNG VE TATAMI HAKEMLERİ	
	10.00-	ELEMELER YARI FİNAL	RİNG VE TATAMI SPORLARI	ERKEK - KADIN
	15.00-16.00	<b>AÇILIŞ SERAMONİSİ</b>	<b>TÜM İŞTİRAKÇİLER</b>	
	16.00-	ELEMELER YARI FİNAL	RİNG VE TATAMI SPORLARI	ERKEK - KADIN
17 MART 2022 PERŞEMBE	07.00 - 08.00	KONTROL TARTISI	FULL CONTACT K1 STYLE	ERKEK - KADIN
	10.00	ELEME YARI FİNAL FİNAL	RİNG VE TATAMI SPORLARI	ERKEK - KADIN
18 MART 2022 CUMA	07.00 - 07.30	KONTROL TARTISI	FULL CONTACT K1 STYLE	ERKEK - KADIN
	09.00	YARI FİNAL - FİNAL	RİNG VE TATAMI SPORLARI	ERKEK - KADIN
	<b>MADALYA VE KUPA SERAMONİSİ</b>			

**TÜM SPORCULAR MÜSABAKA KIYAFET VE KORUYUCULARINI AŞAĞIDAKİ ÖZELLİKLERE GÖRE KENDİLERİ TEMİN EDECEKTİR.**

**MÜSABAKA KORUYUCU MALZEMELERİ İLE KIYAFETLERİ**

**EK - 1**

<b>FULL CONTACT</b>			
<b>MÜSABAKA KORUYUCU VE KIYAFETLERİ</b>			
<b>ERKEK</b>		<b>KADIN</b>	
<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>	<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>
<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR	<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR
<b>BANDAJ</b>	ZORUNLUDUR	<b>BANDAJ</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR	<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS PANTOLONU</b>	KIRMIZI RENK VEYA KÖŞE RENKLİ	<b>KICK BOKS PANTOLONU</b>	KIRMIZI RENK VEYA KÖŞE RENKLİ
<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ARKADAN CIRTLI - ÇORAP TİPİ YASAKTIR	<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ARKADAN CIRTLI - ÇORAP TİPİ YASAKTIR
<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR, KÖŞE RENGİNDE	<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR, KÖŞE RENGİNDE
		<b>ÜST BODY veya ASKILI TİŞÖRT</b>	ASKILI, BEYAZ RENK
		<b>GÖĞÜS KORUYUCUSU</b>	ZORUNLUDUR

**FULL CONTACT BRANŞINDA AYAK BANDAJİ YASAKTIR**

<b>K 1 STYLE</b>			
<b>MÜSABAKA KORUYUCU VE KIYAFETLERİ</b>			
<b>ERKEK</b>		<b>BAYAN</b>	
<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>	<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>
<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR	<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR
<b>EL BANDAĞI</b>	ZORUNLUDUR	<b>EL BANDAĞI</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR	<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS ŞORTU</b>	KIRMIZI RENK VEYA KÖŞE RENKLİ	<b>KICK BOKS ŞORTU</b>	KIRMIZI RENK VEYA KÖŞE RENKLİ
<b>AYAK BANDAĞI</b>	<b>TERCİHLİDİR (AYAK BANDAĞI SARILMASI HALİNDE AYAK ÇORABI ZORUNLUDUR)</b>	<b>AYAK BANDAĞI</b>	<b>TERCİHLİDİR (AYAK BANDAĞI SARILMASI HALİNDE AYAK ÇORABI ZORUNLUDUR)</b>
<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	AYAKÜSTÜ KAPALI, PARMAKLAR AÇIK – KÖŞE RENGİNDE (ÇORAP TİPİ OLMAYACAK – ARKADAN CİRTLİ OLACAKTIR)	<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	AYAKÜSTÜ KAPALI, PARMAKLAR AÇIK – KÖŞE RENGİNDE (ÇORAP TİPİ OLMAYACAK – ARKADAN CİRTLİ OLACAKTIR)
		<b>GÖĞÜS KORUYUCUSU</b>	ZORUNLUDUR
		<b>ÜST BODY veya ASKILI TİŞÖRT</b>	ASKILI, BEYAZ RENK

**KICK LIGHT****MÜSABAKA KORUYUCU İLE KIYAFETLERİ**

<b>BAY</b>		<b>BAYAN</b>	
<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>	<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>
<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR	<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR
<b>BANDAJ</b>	ZORUNLUDUR	<b>BANDAJ</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	10 Ons SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>KICK BOKS ŞORTU</b>	KIRMIZI RENK VEYA SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KICK BOKS ŞORTU</b>	KIRMIZI RENK VEYA SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR	<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR
<b>TİŞÖRT</b>	SIFIR YAKA, BEYAZ, OMUZDAN KESİK KOLSUZ, SIRT KICK BOKS YAZILI, SOL GÖĞÜSTE FEDERASYON LOGOLU	<b>TİŞÖRT</b>	SIFIR YAKA, BEYAZ, OMUZDAN KESİK KOLSUZ, SIRT KICK BOKS YAZILI, SOL GÖĞÜSTE FEDERASYON LOGOLU
<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN CIRTLI	<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN CIRTLI
<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR - SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR - SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
		<b>GÖĞÜS KORUYUCUSU</b>	ZORUNLUDUR

<b>POINT FIGHTING</b>			
<b>MÜSABAKA KORUYUCU İLE KIYAFETLERİ</b>			
<b>BAY</b>		<b>BAYAN</b>	
<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>	<b>KORUYUCU VE KIYAFET</b>	<b>ÖZELLİKLERİ</b>
<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KASK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>DİRSEKLİK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>DİRSEKLİK</b>	SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR	<b>DİŞLİK</b>	ZORUNLUDUR
<b>BANDAJ</b>	TERCİHLİ	<b>BANDAJ</b>	TERCİHLİ
<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	<u>POINT FIGHTINGELDİVENİ</u> , SPORCU KÖŞESİ RENKLİ	<b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>	<u>POINT FIGHTINGELDİVENİ</u> , SPORCU KÖŞESİ RENKLİ
<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR	<b>KOGİ</b>	ZORUNLUDUR
<b>KICK BOKS ÜNİFORMASI</b>	V YAKA - KIRMIZI – BEYAZ, KIRMIZI RENK AĞIRLIKLI, ARKA ÜST BÖLÜMDE KICK BOKS YAZILI, GÖĞÜS ÜST SOL BÖLÜMDE FEDERASYON LOGOLU	<b>KICK BOKS ÜNİFORMASI</b>	V YAKA - KIRMIZI – BEYAZ, KIRMIZI RENK AĞIRLIKLI, ARKA ÜST BÖLÜMDE KICK BOKS YAZILI, GÖĞÜS ÜST SOL BÖLÜMDE FEDERASYON LOGOLU
<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN CIRTLI	<b>KAVAL KORUYUCUSU</b>	ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN CIRTLI
<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR- KÖŞE RENKLİ	<b>AYAK BOTU</b>	ZORUNLUDUR- KÖŞE RENKLİ
		<b>GÖĞÜS KORUYUCUSU</b>	ZORUNLUDUR





## KOVİD - 19 SAĞLIK ANKETİ



ADI SOYADI: \_\_\_\_\_

T.C. NO: \_\_\_\_\_

BÖLGESİ VE KULÜBÜ: \_\_\_\_\_

SPORCU  HAKEM  ANTRENÖR  DİĞER

KATEGORİSİ / YAŞI: \_\_\_\_\_ BRANŞI: \_\_\_\_\_

E MAİL ADRESİ: \_\_\_\_\_ TELEFON: \_\_\_\_\_

HES KODU :     -     -

MÜSABAKA SAĞLIK EKİBİ  
ONAYI MÜHÜR - İMZA

KOVİT - 19 / PCR TEST SONUCU  +  -

Son 14 gün içinde aşağıdaki belirtilerden herhangi birini yaşadınız mı?

	EVET	HAYIR
Vücut Sıcaklığı - Ateşiniz 37.5 ° C derece veya daha yüksek		
Kuru öksürük		
Burun tıkanıklığı		
Boğaz ağrısı		
Nefes almakta zorlanma		
Baş ağrısı		
Konjunktivit - gözde iltihaplanması - pembe göz enfeksiyonu		
Kas ağrıları veya vücutta ağrılar		
İshal veya kusma		
Tat ve / veya koku kaybı		
Nedeni bilinmeyen yorgunluk		
Deride kızarıklık veya el veya ayak parmaklarında renk değişikliği		

	EVET	HAYIR
Son 14 gün içinde COVID-19 virüsü ile enfekte olmuş bir kişiyle kapalı bir temasınız oldu mu (24 saatlik bir süre içinde kümülatif olarak 15 dakika veya daha fazla 1,5 metre içinde) ?		

COVID-19 testimin pozitif olması durumunda müsabakalara katılmayacağımı, en yakın sağlık kuruluşuna başvuracağımı ve Sağlık Bakanlığı' nın karantina kurallarına uyacağımı kabul ve taahhüt ederim.

TARİH: \_\_\_\_\_

Sporcunun imzası (veya reşit değilse ebeveyn / yasal vasisi)



**TÜRKİYE KICK BOKS FEDERASYONU**  
**SPORCU TARTI FORMU**



ADI SOYADI : \_\_\_\_\_ SIKLETİ : .....kg.

ÜNİVERSİTE ADI : \_\_\_\_\_

İDARECİ VEYA ANTRENÖR TELEFON NO : \_\_\_\_\_

SPORCU TELEFON NO : \_\_\_\_\_

**SPORCUNUN KATILACAĞI BRANŞ**

Point Fighting  Full Contact

Light Contact  K 1 Rules

SAĞLIK ONAYI - MÜSABAKA DOKTORU	AĞIRLIK ONAYI - TARTI HAKEMİ
Bu belgede adı geçen sporcunun tıbbi muayenesinin ölçülerinin sınırları içinde olduğunu beyan ederim.	Bu belgede adı geçen sporcunun resmi tartısının yapıldığı ve bu şampiyonaya katılabileceğini beyan ederim.
Tarih :	Tarih :
İmza :	İmza :
Doktor Adı Soyadı :	Hakem Adı Soyadı:
<b>SPORCU İMZASI:</b>	<b>SPORCU İMZASI:</b>

NOT: Tartıya gelen sporcu bu formla birlikte yeni çıkarılmış lisansını ve lisans fotokopisini, nüfus cüzdanını ibraz edecektir.

**' SPORCU BU FORMU DOKTOR VE HAKEM NEZARETİNDE İMZALAMASI ZORUNLUDUR.'**

## SPORCU SAĞLIK MUAYENE TAAHHÜTNAMESİ

## Alışkanlıklar:

Uyku sorunuz var mı? Evet ( )Hayır ( )  
 Takip ettiğiniz özel bir beslenme şekli var mı? Evet ( )Hayır ( )  
 Son bir yıl içinde 10 kilodan daha fazla ya da daha az kilo kaybınız oldu mu? Evet ( )Hayır ( )

Alkol:..... Sigara:..... Diğer:..... (kullanım sıklığı ve miktarı belirtiniz)

Aile Öyküsü (Aile bireylerinde veya yakın akrabalarınızda olan hastalıkları belirtiniz.)			
Sağlık Sorunu	Var	Yok	Akrabalık Derecesi
Kalp Hastalığı nedeniyle aniden ölen	( )	( )	
Kalp Hastalığı olan	( )	( )	
Yüksek Tansiyon	( )	( )	
Tüberküloz (Verem)	( )	( )	
Kanser veya Tümör	( )	( )	
Migren veya Şiddetli Baş Ağrısı	( )	( )	
Diabetes (şeker hastalığı)	( )	( )	
Böbrek – Mesane Hastalıkları	( )	( )	
Anemi (kansızlık) örn: Akdeniz Anemisi	( )	( )	
Mide ve Barsak Hastalıkları	( )	( )	
Alerji	( )	( )	
Astım	( )	( )	

## Sağlık özgeçmişinizle ilgili olarak aşağıdaki soruları cevaplayınız;

EK

Mevcut bir hastalığınız var mı?
Halen kullandığınız ilaçlar nelerdir?
Hastanede yatmanızı gerektirecek bir sağlık sorunuz oldu mu?
Trafik kazası-kafa travması geçirdiniz mi?
Hiç ameliyat oldunuz mu?
Alerjiniz var mı? (polen, yiyecek, ilaç, böcek, vs)
Spor yaparken herhangi bir şikâyetiniz var mı?
Spor yaralanması geçirdiniz mi?
Performansı arttırmak, kilo almak ya da kilo vermek için herhangi bir madde kullandınız mı, halen kullanmaya devam ediyor musunuz? (kreatin, aminoasit, vitamin, vs)

Sağlık Sorununuz Var mı?	Evet	Hayır	Ne Zamandan Beri?
Özellikle antrenman yaparken göğüs ağrısı, çarpıntı	( )	( )	
Nefes darlığı, öksürük, balgam çıkarma	( )	( )	
Çok çabuk yorulma	( )	( )	
Sık kas krampları ve yaygın kas ağrıları	( )	( )	
Kas, eklem, tendon sorunu	( )	( )	
Vücudun herhangi bir yerinde uyuşma, karıncalanma, his kaybı	( )	( )	
Bayılma nöbetleri	( )	( )	
Sık ve şiddetli baş ağrısı, baş dönmesi, denge kaybı	( )	( )	
Yaralanma ve kesiklerde (uzun süren) kanama	( )	( )	
Son zamanlarda aşırı kilo kaybı, iştahsızlık	( )	( )	
Karın ağrısı, ishal, kabızlık	( )	( )	
Dışkıda kan, dışkının koyu, siyah renkli olması	( )	( )	
Bağırsak paraziti (solucan, kurt, şerit vb.)	( )	( )	
Sık idrara çıkma ve idrar yaparken yanma veya akıntı	( )	( )	
Vücutta şişlikler (koltuk altında, kasıklarda, boyunda)	( )	( )	
Gözlerde görme kusuru, kaşıntı, kızarıklık, sulanma	( )	( )	
Kulak ağrısı, akıntısı, çınlaması, işitme güçlüğü	( )	( )	
Burundan nefes almada güçlük	( )	( )	
Sık burun kanaması	( )	( )	
Diş ve dişeti sorunu (çürük vb.)	( )	( )	
Diğer	( )	( )	

<b>Daha önce aşağıdaki nedenlerle hekime ya da hastaneye başvurduunuz mu?</b>			
<b>Sağlık Sorunu</b>	<b>Evet</b>	<b>Hayır</b>	<b>Ne Zamandan Beri?</b>
Kalp rahatsızlığı	( )	( )	
Kalp romatizması	( )	( )	
Akut eklem romatizması	( )	( )	
Yüksek ya da düşük tansiyon	( )	( )	
Astım veya diğer solunum hastalığı	( )	( )	
Kan hastalıkları, kansızlık	( )	( )	
Varis, basur, damar iltihabı	( )	( )	
Diyabet (şeker hastalığı)	( )	( )	
Epilepsi (sara)	( )	( )	
Guatr	( )	( )	
Sarılık (Hepatit A, B, veya C)	( )	( )	
Zührevi (cinsel yolla bulaşan) hastalıklar	( )	( )	
Böbrek-mesane hastalıkları (kum, taş vb.)	( )	( )	
Migren	( )	( )	
Kulak, kurun boğaz sorunları (sinüzit, bademcik vb.)	( )	( )	
Cilt hasatlığı (egzama, mantar, siğil, uçuk vb.)	( )	( )	
Sıtma	( )	( )	
Diğer eklem hastalıkları	( )	( )	
Fıtık	( )	( )	
Gözlük- kontak lens kullanıyor musunuz?	( )	( )	
Herhangi bir işitme sorunuz var mı?	( )	( )	
Bunun için bir aparat kullanıyor musunuz?	( )	( )	
Böbreğiniz iki tane mi?	( )	( )	
Testisiniz iki tane mi?	( )	( )	
Gıda-ilaç alerjisi	( )	( )	
Hamilelik şüpheniz var mı?	( )	( )	

**Yukarıdaki bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.**

**Sporcunun imzası**

**Tarih : ...../...../20.....**