



# SPOR TOTO KICK BOKS LİĞİ FİNALİ (YILDIZLAR)

| FAALİYET YERİ ve TARİHLERİ   |                                                      |
|------------------------------|------------------------------------------------------|
| Faaliyet illeri Spor Salonu: | KONYA - SELÇUKLU BELEDİYESİ ULUSLARARASI SPOR SALONU |
| Tarih:                       | 19-20 ARALIK 2025                                    |

| TARTI                  |                                                  |
|------------------------|--------------------------------------------------|
| Tartı Tarihi ve Saati: | <b>19 ARALIK 2025 CUMA – Saat: 14.00 - 17.00</b> |

| TEKNİK TOPLANTI       |                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------|
| Teknik Toplantı Yeri: | SELÇUKLU BELEDİYESİ ULUSLARARASI SPOR SALONU |
| Tarih ve Saati :      | 19 Aralık 2025 Cuma - Saat: 17.00            |

## MADDE 1 – LİĞ MÜSABAKALARI KAYIT İŞLEMLERİ

- **Son Kayıt Tarihi 18 ARALIK 2025 PERŞEMBE’dir.**
- **Müsabakalara katılacak Sporcular Online kayıtlarını yaptırmaları gerekmektedir.**
- İl Temsilcisi; kulüp sporcuları için kendi ilinin online kaydı yapılan katile listelerini web sitemizde yer alan “Online Şampiyona Kayıtları” bölümünden çıktı alıp, Ferdi sporcuları da ekleyerek Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerine onaylatarak tartı öncesi Federasyon Temsilcisine teslim edecektir.
- Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinin Katile Listelerinin eksiksiz olarak onaylatılması, İl Temsilcilerinin sorumluluğundadır.
- **Ulusal ve Uluslararası faaliyetlere katılacak Tüm Sporcu, Antrenör ve Hakemlerin WAKO’ nun almış olduğu karar gereğince “Rsportz” uluslararası akreditasyonlarının yapılması zorunludur. Müsabaka esnasında katılımcıların akreditasyon ücreti dekontu ve mail adreslerini getirmeleri gerekmektedir. Aksi takdirde müsabakalara katılamayacaklardır.**

## MADDE 2 - İLLERİN SPORCU KONTENJANLARI

- Müsabakalara aşağıda belirtilen yaş ve kuşak durumu uygun olan, Adıyaman ve Bolu illerinde Kick Boks ligine katılan **İLK SEKİZ** sporcular katılabileceklerdir.

## MADDE 3 - YAŞ DURUMU

Müsabakaya girecek sporcularda yaş hesabında ay ve gün aranmaz. Mahkeme kararıyla olsa dahi yaş düzeltmeleri kabul edilmeyecektir.

| Yıldızlar Yaş Durumu                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| Point Fighting – Kick Light (Bay ve Bayan): 2012 – 2011 - 2010 doğumlular (13 – 15 yaş) |

#### **MADDE 4 - TARTI, KURA ÇEKİMİ VE GÖREVLİLER**

- Müsabakalarda kilo toleransı yoktur. Tartı bitiminden sonra kura çekimi yapılacaktır. Kura çekimi, M.H.K. Üyeleri, Tartı Hakemleri, Federasyon Görevlileri ile Federasyon Temsilcisi tarafından yapılacaktır. Tartı evraklarının kontrolü ve uygunluğu hakemlerin sorumluluğundadır.
- Yıldızlar da en az Yeşil Kuşak derecesine sahip olan sporcular müsabakalara iştirak edebileceklerdir.
- Sporcular müsabaka programında belirtilen (19 Aralık 2025 Cuma) tartı gününde katılacakları branşın tartısına girmek zorundadırlar.
- Tartı mahalline, Federasyon Temsilcisi ile görevli hakemler ve görevli doktorlardan başkası giremez. Sporcular iki defa tartı hakkına sahiptir. Tartı çıplak olarak yapılır,
- Tartı sonucunda kilosuna erişmeyen sporcu diskalifiye edilecektir.
- Diş teli takılmış olan sporcular, diş doktorlarından **“Kick Boks Müsabakası Yapmasında Sakınca Yoktur”** kaşeli ve ıslak imzalı onayın aslını tartı esnasında ibraz etmek zorundadırlar.

#### **MADDE 5 - BRANŞ VE SIKLETLER**

| <b>YILDIZLAR</b>                     |                  |
|--------------------------------------|------------------|
| <b>Branş ve Sıkletleri</b>           |                  |
| <b>Point Fighting<br/>Kick Light</b> |                  |
| <b>( Bay )</b>                       | <b>( Bayan )</b> |
| 32 kg.                               | 32 kg.           |
| 37 kg.                               | 37 kg.           |
| 42 kg.                               | 42 kg.           |
| 47 kg.                               | 46 kg.           |
| 52 kg.                               | 50 kg.           |
| 57 kg.                               | 55 kg.           |
| 63 kg.                               | 60 kg.           |
| 69 kg.                               | 65 kg.           |
| +69 kg.                              | +65 kg.          |

#### **MADDE 6 - SPORCU TARTI BELGELERİ**

- a) Kick Boks Federasyonuna ait 2025 yılı vizeli lisans ve 1 adet lisans fotokopisi,
- b) T.C. Kimlik Kartı, Pasaport, Sürücü Belgesi vb. resmi kimlik,
- c) Kick Boks Sporcu Kimlik Kartı,
- d) Kimlik Kartları eksik olanlar, Federasyonumuzun 617 53 44 nolu Posta Çeki hesabına veya Garanti Bankası Ankara Anafartalar Caddesi Şubesi TR 02 0006 2000 711 0000 629 88 32 İBAN numaralı hesaba Kick Boks Sporcu Kimlik Kartı ücreti olarak yatıracakları (300,00.-TL) ödeme dekontu, kimlik fotokopisi, bir adet resim ile birlikte müracaat etmeleri halinde şampiyona esnasında belgeleri çıkartılacaktır. Dekontu olmayanlar ise Federasyon görevlisine makbuz karşılığı yapacakları ödemediği belgelerini alabileceklerdir.
- e) Sporcu Sağlık Muayene Taahhünamesini (Ek-6 a,b,c) katılan tüm sporcuların doldurması zorunludur.
- f) Federasyon sicil numarası yazılı kategori, branş ve sıkletini belirtir Tartı Formu (Ek – 5), Sporcular katılacakları branşın formlarını velisine ve sorumlu kafile antrenörüne imzalatması zorunludur.
- g) İstenilen belgelerden herhangi birinin eksikliğinde sporcular müsabakaya alınmayacaktır. Bütün sporcular ekte gönderilen tüm formları kendileri temin edip, eksiksiz doldurarak getireceklerdir
- h) Tartı Formları ile Sporcu Sağlık Muayene Taahhünameleri sporcuların tartı günü tarihli ve doktor onaylı olmalıdır. Sporcular ileri tarihli tartı belgelerini daha önceki tartıda onaylatamazlar.

**Yukarıda belirtilen tüm tartı ve kayıt formlarının, sporcuların velileri veya sorumlu antrenörü tarafından adı soyadı yazılı olarak imzalanması zorunludur.**

## **MADDE 7 - MÜSABAKA KORUYUCU MALZEMELERİ İLE KIYAFETLERİ**

- Tüm sporcular, Ek-1 ve Ek-2 de bulunan müsabaka koruyucu malzemeleri ile kıyafetlerini giymek zorundadırlar. Aksi takdirde sporcular müsabakalara alınmayacaktır.
- Müsabaka esnasında veya sonunda hakem tarafından yapılan kontrollerde bu koruyuculardan birinin olmadığı tespit edildiğinde, sporcu puanlarına bakılmaksızın hükmen yenik sayılacaktır. Bu konuda yapılacak itiraz kabul edilmeyecektir.
- Sporcular müsabakalarda kullanılacak Kick Boks Eldiveni, Kaskı ve diğer malzemelerini kendileri temin edeceklerdir. Eldiven, Kask, Kaval Koruyucu ve Ayak Koruyucuları sporcunun mücadele edeceği köşe rengine uygun olmalıdır.
- Sporcular kullanması gereken tüm müsabaka kıyafet ve koruyucularını kendileri temin edeceklerdir.

## **MADDE 8 - MÜSABAKA PROGRAMI VE SÜRELERİ**

Müsabaka süreleri; Yıldızlar 2 dakika x 2 raunt' tur. Müsabaka araları 1dk dır. Katılımcıların durumuna göre süre ve rauntlarda Merkez Hakem Kurulu tarafından değişiklik yapılabilir.

| <b>MÜSABAKA PROGRAMI</b>            |                      |                                          |                                                    |
|-------------------------------------|----------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>TARİH</b>                        | <b>BAŞLAMA SAATİ</b> | <b>FAALİYET</b>                          | <b>KATEGORİ, BRANŞLAR VE KATILIMCILAR</b>          |
| <b>19 ARALIK 2025<br/>CUMA</b>      | <b>13.00</b>         | <b>HAKEM TOPLANTISI</b>                  |                                                    |
|                                     | <b>14.00 – 17.00</b> | <b>TARTI ve<br/>KURA ÇEKİMİ</b>          | <b>YILDIZLAR<br/>POINT FIGHTING<br/>KICK LIGHT</b> |
| <b>20 ARALIK 2025<br/>CUMARTESİ</b> | <b>09:30</b>         | <b>AÇILIŞ SEREMONİSİ</b>                 |                                                    |
|                                     | <b>10.00 - 18.00</b> | <b>ELEMELER<br/>YARI FİNAL<br/>FİNAL</b> | <b>YILDIZLAR<br/>POINT FIGHTING<br/>KICK LIGHT</b> |

### **2 – Puanlama**

- FİNALLER Sonucunda sıkletinde birinci olan sporcu 7 puan, ikinci 3 puan, üçüncü 1 puan olmak üzere kulübün puan listesine yazılacaktır. Sporcunun Puan sistemine dahil olabilmesi için sıkletinde en az 4 sporcunun bulunması gerekmektedir.
- Yıldızlar kategorisinde Finaller Lig Şampiyonu ve 2026 Türkiye Açık Kick Boks Turnuvası'nda birinci olan sporcular 2026 Turkish Open World Cup'a bütçe imkanları dahilinde Milli Takım Sporcusu olarak katılabilecektir. Ayrıca yine aynı sporcu 2026 Türkiye şampiyonasında da birincilik elde ederse Yıldızlar kategorisinde 2026 Dünya Kupası müsabakalarına bütçe imkanları dahilinde Milli takımımızı temsilen katılabilecektir.

## **MADDE 9 - GENEL KURALLAR**

- Müsabakaların düzenleneceği ilin, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tarafından müsabakalar için 4 müsabaka alanı tatami ile 4 adet tartı odası (tartı odalarında 1'er adet tartı – baskül olmalı) ve müsabaka mahallinde ihtiyaç duyulacak diğer malzemeler en geç 19 Aralık 2025 Cuma günü hazır bulundurulacaktır.
- Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tarafından tartı için 19 Aralık 2025 Cuma günü saat. 13.00 – 17.00 arasında 1 doktor görevlendirilecek, müsabakalar için 2 doktor , 2 paramedik ve 1 ambulansın 20 Aralık 2025 cumartesi günü saat 09.00 - 17.00 arasında hazır bulundurulacak, ayrıca gerekli sağlık ve emniyet tedbirleri alınacaktır.

3. Tüm kulüp ve ferdi sporcuların kayıt işlemleri kulüpleri tarafından [www.kickboks.gov.tr](http://www.kickboks.gov.tr) web sayfasındaki Kulüp Bilgi Sisteminde bulunan Türkiye Spor Toto Kick Boks Lig Finalleri Yıldızlar Müsabakaları kayıt bölümünden online olarak yapılacaktır. **Müsabaka Online kayıt işlemleri 18 Aralık 2025 Perşembe gününe kadar yapılacak olup bu tarihlerden sonra kayıt sistemi otomatik olarak kapanacaktır.**
4. Antrenörler köşelerde görev yaparken Federasyon tarafından verilen kendilerine ait 2025 yılı vizeli Akreditasyon kartını takmak zorundadırlar. Başkalarının Akreditasyon kartını kullananlar Disiplin Kuruluna sevk edileceklerdir. Akreditasyon kartını takmayanlara köşelerde görev verilmeyecektir.
5. Antrenör ve Hakemler WAKO tarafından uygulanan Rsportz Uluslararası Akreditasyon Kayıtlarını yaptırmak zorundadır, aksi taktirde görev yapamayacaklardır.
6. Resmi Kafiye Listeleri tartıdan önce Federasyon il temsilcisine teslim edilecektir. Kafiye listeleri İl Temsilcisi sorumluluğunda olup, kazıntı ve silinti olan resmi yazılar kesinlikle işleme konulmayacaktır. Kafiye Listeleri müsabaka tartı günü Federasyon Temsilcisine elden teslim edilecektir.
7. **Sporcular Tüm Kategorilerde yalnızca bir branşta ve sikkette (ADİYAMAN ve BOLU'da katıldıkları branş ve sikkette) müsabakalara katılacaktır.**
8. İl Müdürlüklerince görevlendirilecek Antrenörlerin; 2025 yılı vizeleri ile WAKO Rsportz Uluslararası Akreditasyon Kayıtlarını yaptırmış olmaları gerekmektedir.
9. Müsabakalara katılan Antrenör ve sporcuların tüm izin işlemleri bağlı bulundukları İl Müdürlüklerince yapılacaktır.
10. Müsabakalara katılan tüm sporcular genel Kick Boks sporcu kıyafeti dışında hiçbir kıyafetle müsabakalara katılamazlar, ayrıca kıyafetlerinde Kick Boks dışında başka spor dalını simgeleyen resim, yazı, logo vb. bulunduramazlar. Müsabakalara katılan tüm hakem, idareci, antrenör ve sporcular Federasyonca belirlenen kılık – kıyafet talimatına uyacaklardır. Aksi davranışta bulunanlar müsabakalara alınmayacaktır.
11. Müsabaka esnasında sportmenlik dışı davranışta bulunanlar ile gereksiz itirazlarıyla hakem ve görevlilere gayri ahlaki davranışlarda bulunan, müsabakaların ahengini bozan idareci, antrenör ve sporcular, Federasyon Disiplin Kuruluna sevk edileceği gibi, o ilin takımı da şampiyonadan ihraç edilebilecektir.
12. Dopingli bulunan sporcular, antrenör ve kulüpleri Federasyon Disiplin Kuruluna sevk edilecektir.

#### **MADDE 10 - SAĞLIK TEDBİRLERİ**

- a) Şampiyona boyunca Federasyon tarafından alınacak tüm sağlık ve güvenlik tedbirlerine uymak zorunludur.

#### **MADDE 11 - MALİ KONULAR**

- a) Şampiyonaya katılacak Sporcu ve Antrenörlerin izin işlemleri Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri tarafından yapılabilecektir.
- b) Şampiyonaya katılacaklar Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünün 2025 yılı ücret ve ödemeler genelgesi uyarınca harcırahları, bütçe imkanları dahilinde Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerince ödenebilecektir.
- c) Federasyonumuzca İl Kafiye Başkanı, Antrenör ve Sporculara harcırah verilmeyecektir.
- d) Müsabakalarda görevli olan hakemlerin ve diğer görevlilerin tazminat ve harcırahları Federasyon tarafından ödenecektir.

#### **MADDE 12 – İTİRAZ**

Müsabakalara yapılacak itiraz müsabaka bitiminden itibaren 10 dk. içerisinde 1.000,00 TL. (bin Türk Lirası) karşılığında dilekçe ile Merkez Hakem Kuruluna yapılacaktır. İtirazın haklı bulunması durumunda ilgiliye itiraz ücreti iade edilecektir. İtirazın haksız bulunması halinde itiraz ücreti Federasyon hesabına gelir kaydedilecektir.

#### **MADDE 13- SPORCULARIN SAĞLIK DURUMU**

Müsabakalar esnasında sporcuların sakatlanmaları durumunda tedavileri, herhangi bir sosyal güvencesi bulunmadığı takdirde İl Müdürlüklerince yapılabilecektir.

#### **MADDE 14- DİĞER HUSUSLAR**

Müsabaka talimatında yer almayan konularda karar verme yetkisi Türkiye Kick Boks Federasyonuna aittir.

# MÜSABAKA KORUYUCU MALZEMELERİ İLE KIYAFETLERİ

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

SPORCU MÜSABAKA KORUYUCULARI KÖŞE RENGİNDE OLMASI ZORUNLU OLUP, MÜSABAKA KORUYUCULARI VE KIYAFETLERİNDE MARKA ZORUNLULUĞU YOKTUR.  
MÜSABAKA KIYAFETİ RENKLERİ TERCİHLİDİR.

Ek - 1

| POINT FİGHTİNG                    |                                                         |                      |                                                         |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------|
| MÜSABAKA KORUYUCU İLE KIYAFETLERİ |                                                         |                      |                                                         |
| BAY                               |                                                         | BAYAN                |                                                         |
| KORUYUCU VE KIYAFET               | ÖZELLİKLERİ                                             | KORUYUCU VE KIYAFET  | ÖZELLİKLERİ                                             |
| KASK                              | SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                    | KASK                 | SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                    |
| DİRSEKLİK                         | SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                    | DİRSEKLİK            | SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                    |
| DİŞLİK                            | ZORUNLUDUR                                              | DİŞLİK               | ZORUNLUDUR                                              |
| BANDAJ                            | TERCİHLİ                                                | BANDAJ               | TERCİHLİ                                                |
| KICK BOKS ELDİVENİ                | <u>POINT FİGHTİNG ELDİVENİ,</u><br>SPORCU KÖŞESİ RENKLİ | KICK BOKS ELDİVENİ   | <u>POINT FİGHTİNG ELDİVENİ,</u><br>SPORCU KÖŞESİ RENKLİ |
| KOGİ                              | ZORUNLUDUR                                              | KOGİ                 | ZORUNLUDUR                                              |
| KICK BOKS ÜNİFORMASI              | V YAKA - KISA KOLLU RENK<br>TERCİHLİ                    | KICK BOKS ÜNİFORMASI | V YAKA - KISA KOLLU RENK<br>TERCİHLİ                    |
| KAVAL KORUYUCUSU                  | ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN<br>CİRTLİ                       | KAVAL KORUYUCUSU     | ÇORAP TİPİ VEYA ARKADAN<br>CİRTLİ                       |
| AYAK BOTU                         | ZORUNLUDUR-<br>KÖŞE RENKLİ                              | AYAK BOTU            | ZORUNLUDUR-<br>KÖŞE RENKLİ                              |
|                                   |                                                         | GÖĞÜS KORUYUCUSU     | ZORUNLUDUR                                              |

| <b>KICK LIGHT</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>DİŞLİK</b>                            | ZORUNLUDUR                                                       | <b>DİŞLİK</b>              | ZORUNLUDUR                                                    |
| <b>BANDAJ</b>                            | ZORUNLUDUR                                                       | <b>BANDAJ</b>              | ZORUNLUDUR                                                    |
| <b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>                | 10 Ons<br>SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                   | <b>KICK BOKS ELDİVENİ</b>  | 10 Ons<br>SPORCU KÖŞESİ RENKLİ                                |
| <b>KICK BOKS ŞORTU</b>                   | RENK TERCİHLİ                                                    | <b>KICK BOKS ŞORTU</b>     | RENK TERCİHLİ                                                 |
| <b>KOGİ</b>                              | ZORUNLUDUR                                                       | <b>KOGİ</b>                | ZORUNLUDUR                                                    |
| <b>TİŞÖRT</b>                            | SIFIR YAKA, BEYAZ,<br>OMUZDAN KESİK<br>KOLSUZ – RENK<br>TERCİHLİ | <b>TİŞÖRT</b>              | SIFIR YAKA, BEYAZ,<br>OMUZDAN KESİK<br>KOLSUZ - RENK TERCİHLİ |
| <b>KAVAL KORUYUCUSU</b>                  | ÇORAP TİPİ VEYA<br>ARKADAN CİRTLİ                                | <b>KAVAL KORUYUCUSU</b>    | ÇORAP TİPİ VEYA<br>ARKADAN CİRTLİ                             |
| <b>AYAK BOTU</b>                         | ZORUNLUDUR - SPORCU<br>KÖŞESİ RENKLİ                             | <b>AYAK BOTU</b>           | ZORUNLUDUR - SPORCU<br>KÖŞESİ RENKLİ                          |
|                                          |                                                                  | <b>GÖĞÜS KORUYUCUSU</b>    | ZORUNLUDUR                                                    |



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

ADI SOYADI : \_\_\_\_\_ SIKLET : .....kg.  
İLİ : \_\_\_\_\_ KATEGORİSİ : \_\_\_\_\_  
KULÜBÜ : \_\_\_\_\_ KUŞAK DERECEŚİ : \_\_\_\_\_  
ANTRENÖR TEL. : \_\_\_\_\_ FED. SİCİL NO : \_\_\_\_\_  
SPORCU TEL. : \_\_\_\_\_

**SPORCUNUN KATILACAĞI BRANŞ**

|                |                          |
|----------------|--------------------------|
| <b>YILDIZ</b>  |                          |
| Point Fighting | <input type="checkbox"/> |
| Kick Light     | <input type="checkbox"/> |

**SAĞLIK ONAYI - MÜSABAKA DOKTORU**

Bu belgede adı geçen sporcunun tıbbi muayenesinin ölçülerinin sınırları içinde olduğunu beyan ederim.

Tarih :

İmza :

Doktor Adı Soyadı :

VELİ veya ANTRENÖR İMZASI:

**AĞIRLIK ONAYI - TARTI HAKEMİ**

Bu belgede adı geçen sporcunun resmi tartısının yapıldığı ve bu şampiyonaya katılabileceğini beyan ederim.

Tarih :

İmza :

Hakem Adı Soyadı:

VELİ veya ANTRENÖR İMZASI:

**NOT:** Tartıya gelen sporcu bu formla birlikte yeni çıkarılmış lisansını ve lisans fotokopisini, nüfus cüzdanını, federasyonca verilen kimlik defteri ve sporcu kimlik kartını da ibraz edecektir.

## 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                                                          | ( ) | ( ) |                    |
| Diyabet (şeker hastalığı)                                                                | ( ) | ( ) |                    |
| Böbrek – Mesane Hastalıkları                                                             | ( ) | ( ) |                    |
| Anemi (kansızlık) örn: Akdeniz Anemisi                                                   | ( ) | ( ) |                    |
| Mide ve Barsak Hastalıkları                                                              | ( ) | ( ) |                    |
| Alerji                                                                                   | ( ) | ( ) |                    |
| Astım                                                                                    | ( ) | ( ) |                    |

## Sağlık özgeçmişinizle ilgili olarak aşağıdaki soruları cevaplayınız;

|                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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) |

| <b>Sağlık Sorunuz Var mı?</b>                                | <b>Evet</b> | <b>Hayır</b> | <b>Ne Zamandan Beri?</b> |
|--------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------------------|
| 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 başvurdunuz 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 şüphemiz var mı?                                                   | ( )         | ( )          |                          |

**Yukarıdaki bilgilerin doğru olduğunu beyan ederiz.**

**Sorumlu Antrenör Adı Soyadı:**

**Tarih :**

**İmzası :**

**Sporcu Velisinin Adı Soyadı :  
(Sporcu 18 yaşın altında ise)**

**Tarih :**

**İmzası :**