



NECMETTİN ERBAKAN  
ÜNİVERSİTESİ

T.C.

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANLIĞI

BİLEK GÜREŞİ MÜSABAKALARI GENEL KURALLARI

#### Turnuva Programı

**Son Başvuru Tarihi :** 02.04.2025

**Fikstür Açıklanma Tarihi :** 04.04.2025

(Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı  
Web Sayfası Duyurular

**Turnuva Başlama Tarihi :** 07.04.2025

**Turnuva Bitiş Tarihi :** 11.04.2025

**Yer :** Ahmet Keleşoğlu İlahiyat Fakültesi Spor Salonu

#### ŞARTNAME

- (1) Başhakem iki sporcu da eşit olacak şekilde hazırladıktan sonra komut verir. Komut: ( Ready – Go ) bu komutlar arasında bir saniye olur ve Go komutu denmeden yarışmaya başlayan sporcu faul alır.
- (2) Yarışmacıların dirseklerini koydukları yerden kalkması veya bunun dışına çıkması fauldür.
- (3) Sporcuların yıkış yapmadıkları elleriyle tuttıkları elçeklerden ellerini bırakmaları fauldür.
- (4) Hakem tutuşu yapılırken sporcuların hakemin kapattığı parmakları oynatması elini ve bileğini hakemin izni olmadan düzeltmesi fauldür. (hakem tutuşu nedir: Yarışma esnasında rakiplerin elleri ani güç patlamasından dolayı çözülebilir. Bu durum da hakem rakiplerin tutuşlarını bizzat kendisi yaptırır işte buna hakem tutuşu denir.)
- (5) Hakem tutuşunda da rakipler birbirlerine eğer üstünlük sağlayamazlarsa yani elleri kaçarsa bu defa hakem tarafından bağlama kayışla ile eller bağlanır ve yarışma bu şekilde sonuçlandırılır.
- (6) Yarışmaya başlar iken eller birbirine paralel ve dirsekler masa üzerindeki pedlere temaslı olması gerekmektedir. Hiçbir sporcu yarışmaya diğerine göre avantajlı başlayamaz.
- (7) Maç esnasında sporculardan birinin 2 faul alması durumunda maçı diğer yarışmacı kazanmış sayılır.
- (8) Sporcunun müsabakalarda iki kere yenilmesi durumunda elenir.
- (9) Bir defa yıkılan sporcu mağluplar gurubundan yarışmaya devam eder. Kazanan sporcu ise galiplerden yarışmaya devam eder. Mağlup olan sporcu bu gruptaki diğer mağlup sporcularla karşılaşır eğer yenerse final maçına çıkabilir.



NECMETTİN ERBAKAN  
ÜNİVERSİTESİ

(10) Bilek güreşi maçları kilo usulüne göre hem sağ kol hem de sol kol olmak üzere iki kolla da yapılır. Tabii burada tercih tamamen sporcunun kendisine aittir. İsterse sağ kol isterse de sol kolla katılır.

(11) Müsabakalara katılacak sporcuların alt kısımda bulunan kilolara göre yarışacaktır bir sporcuya fazladan iki kilo tolerans vardır. İki kilodan fazla olanlar bir üst kiloda yarışmak zorundadır.

\*Müسابakalarda yukarıda belirtilen özel durumlar haricinde Uluslararası Oyun Kuralları geçerli olacaktır.

### **Bilek Güreşi – Kilolar**

**Erkekler : 55-60 kg / 61-65 kg / 66-70 kg / 71-75 kg / 76-80 kg / 81-85 kg / 86-90 kg / 91+**

**Kadınlar : 50-55 kg / 56-60 kg / 61-65 kg / 66-70 kg / 71-75 kg / 76-80 kg / 80+**