

## YÜZME ADAY HAKEM KURSU PROGRAMI

### 1. GÜN

09.00-09.45 HAKEMLİK HAKKINDA GENEL BİLGİ

10.00- 10.45 HAVUZ BİLGİLERİ VE ÖLÇÜLER

11.00- 11.45 YÜZME STİL VE MESAFELERİ

12.00- 12.45 SERBEST STİL YÜZME ÖZELLİKLERİ VE DİSKALİFİYE NEDENLERİ

### **12.45- 14.00 ÖĞLE ARASI**

14.00- 14.45 SIRTÜSTÜ STİL YÜZME ÖZELLİKLERİ VE DİSKALİFİYE NEDENLERİ

15.00- 15.45 KURBAĞALAMA STİL YÜZME ÖZELLİKLERİ VE DİSKALİFİYE NEDENLERİ

16.00- 16.45 KELEBEK STİL YÜZME ÖZELLİKLERİ VE DİSKALİFİYE NEDENLERİ

17.00- 17.45 KARIŞIK VE BAYRAK YARIŞLARI ÖZELLİKLERİ VE DİSKALİFİYE NEDENLERİ

### 2. GÜN

09.00-09.45 HAVUZ UYGULAMA (Serbest – Sırtüstü teknik detayları diskalifiye şekilleri)

10.00- 10.45 HAVUZ UYGULAMA(Kurbağalama –Kelebek teknik detayları diskalifiye şekilleri)

11.00- 11.45 HAVUZ UYGULAMA ( Ferdi Karışık yarışları ve Diskalifiye nedenleri)

12.00- 12.45 HAVUZ UYGULAMA ( Bayrak yarışları ve diskalifiye nedenleri)

12.45- 14.00 ÖĞLE ARASI

14.00- 14.45 BAŞHAKEM-ÇIKIŞ HAKEMİ GÖREV, YETKİ VE SORUMLULUKLARI

15.00- 15.45 HAKEMİ-STİL (KARAR) HAKEMİ GÖREV, YETKİ VE SORUMLULUKLARI

16.00- 16.45 VARIŞ HAKEMİ-VAKİT HAKEMİ GÖREV, İRTİBAT HAKEMLERİ

17.00- 17.45 MÜSABAKADA KULLANILAN FORMLARLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

### 3. GÜN

09.00-09.45 HAVUZ UYGULAMA ( Örnek Hakem Toplantısı, Diziliş, Çıkış )

10.00- 10.45 HAVUZ UYGULAMA ( Görev yerleri çalışması )

11.00- 11.45 HAVUZ UYGULAMA ( Örnek yarış uygulaması)

12.00- 12.45 HAVUZ UYGULAMA (Örnek Bayrak Yarışları uygulaması)

12.45- 14.00 ÖĞLE ARASI

14.00- 14.45 KULVARLAMA, ZAMANLAMA,

15.00- 15.45 YARIŞ KURALLARI

16.00- 16.45 GENEL KURALLAR

17.00- 17.45 GENEL TEKRAR

### 4. GÜN

09.00-12.30 YAZILI SINAV

12.30- 14.00 ÖĞLE ARASI

14.00- 17.30 SÖZLÜ SINAV