



دستورالعمل اجرایی روز جهانی پیاده روی



TAFISA WORLD WALKING DAY

انجمن ورزش های همگانی

فدراسیون ورزش کارگری

مهرماه ۱۴۰۰

مقدمه :

روز جهانی پیاده روی تافیسا که در سال ۱۹۹۱ راه اندازی شد ، راهی ساده و سرگرم کننده برای فعالیت بدنی و توسعه ورزش همگانی در برابر بحران جهانی بی تحرکی را فراهم کرده است. طی سه دهه ، میلیون ها نفر از بیش از صد و شصت کشور جهان، در اولین یکشنبه ماه اکتبر با هم پیاده روی می نمایند و "روز جهانی پیاده روی" را گرامی می دارند.

در سال ۲۰۲۰ ، هنگامی که دنیا با یک بیماری همه گیر جهانی مواجه شد که جوامع ما اعم از ورزش های همگانی و سیستم های بهداشتی دولت های سراسر جهان را مختل کرد. ما نیاز داشتیم که دور هم جمع شویم و نشان دهیم که جنبش جهانی ورزش برای همه می تواند در زمان سختی قوی و متحد بایستد. به این ترتیب ایده روز جهانی پیاده روی-TAFISA ۲۴ ساعت در سراسر جهان ، فراگیرترین و در دسترس ترین رالی ۲۴ ساعته در سراسر جهان متولد شد. روز جهانی پیاده روی TAFISA فراگیرترین و در دسترس ترین پیاده روی در سراسر جهان است.

انجمن ورزش های همگانی فدراسیون ورزش کارگری در نظر دارد همزمان با روز جهانی پیاده روی (۱۰ مهرماه) چالش پیاده روی را برگزار نماید.

تجهیزات:

۱. لباس ورزشی
۲. کفش مناسب پیاده روی
۳. گوشی موبایل مجهز به دوربین
۴. برگه امدادی پیاده روی (طبق برگه پیوست)
۵. ماسک

نحوه اجرا:

- از اولین ساعات روز شنبه ۱۰ مهر ماه ۱۴۰۰ چالش برگزار و تا روز ۱۳ مهر ماه ادامه خواهد یافت.
- جهت اجرای چالش سعی شود از اماکن تاریخی، بوستان های شاخص هر شهر استفاده گردد.
- حداقل زمان پیاده روی ۲۰ دقیقه می باشد.
- اطلاع رسانی شایسته به واحد های تولیدی جهت شرکت در این چالش صورت پذیرد.
- از پیشکسوتان، مربیان، داوران، مدیران فعال در ورزش کارگری جهت شرکت در این چالش دعوت بعمل آید.

تهیه فیلم و نحوه انتشار:

۱. دوربین تلفن همراه به طور افقی گرفته شود.
۲. زمان فیلم ۱۰ تا ۲۰ ثانیه باشد.
۳. ابتدا با در دست داشتن برگه امدادی (کاغذ لوله شده A۴) پیاده روی را آغاز کرده در روبروی دوربین خود را معرفی نموده و مدت زمانی که قصد دارید پیاده روی کنید را اعلام نمایید. سپس برگه امدادی را به فرد دیگری جهت ادامه زنجیره پیاده روی تحویل دهید. می‌توانید با هماهنگی دیگر دوستان که قصد تهیه فیلم مشابه را دارند، آنان را به چالش پیاده‌روی و ادامه حمل برگه امدادی دعوت نمایید.
۴. بهتر است در فیلم، نمادهای معروف و بوستان‌های شاخص هر شهر دیده شود.
۵. پیشنهاد می‌گردد از دوربین مناسب جهت تصویربرداری با کیفیت استفاده نمایید.
۶. دیالوگ پیشنهادی در فیلم:
من آقای/خانم از شهر / شرکت / کارخانه/ استان در حمایت از روز جهانی پیاده روی به مدت ۲۰ دقیقه پیاده روی می‌کنم.
۷. از افراد شناخته شده و چهره‌های محبوب ورزشی، سیاسی و اجتماعی شهر برای تهیه فیلم دعوت نمایید.
۸. فیلم‌های خود را بصورت پست و در صفحات شخصی و "**حتما**" با هشتگ زیر، منشر نمایید.

#worldwalkingday

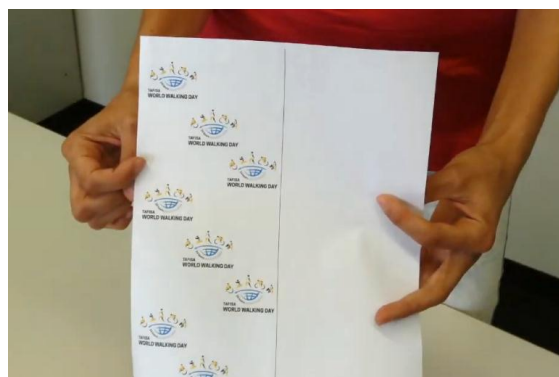
#afwsi

#afwsi.sfaaw

۱۰. توجه به مبانی اعتقادی، احکام، ارزش‌ها، اصول اخلاقی مورد تایید دین مبین اسلام و پوشش ورزشی اسلامی در اجرای چالش.
۱۱. به قید قرعه به فیلم‌های منتخب، جوایزی به رسم یادبود اهدا خواهد شد.

شیوه ساخت برگه امدادی امدادی:

* در برگه پایانی تصویر مناسب جهت تهیه برگه امدادی ارائه شده است.



نحوه ساخت فیلم:

۱. با در دست داشتن برگه امدادی (کاغذ لوله شده A4) پیاده روی را آغاز کرده



۲. در روبروی دوربین خود را معرفی نموده و مدت زمانی که قصد دارید پیاده روی کنید را اعلام نمایید



۳. برگه امدادی را به فرد دیگری جهت ادامه زنجیره پیاده روی تحویل دهید .





**TAFISA
WORLD WALKING DAY**



**TAFISA
WORLD WALKING DAY**



**TAFISA
WORLD WALKING DAY**



**TAFISA
WORLD WALKING DAY**



**TAFISA
WORLD WALKING DAY**



**TAFISA
WORLD WALKING DAY**