

## « مقررات برگزاری بازی محلی غاز قلنگ »

بازی به صورت انفرادی و رکورد گیری صورت می پذیرد  
وسایل مورد نیاز: ۵ قطعه چوب بطول ۱ متر و ضخامت ۳ سانتیمتر.  
مکان انجام بازی: زمین مسطح به عرض ۲ متر و طول ۷ متر.

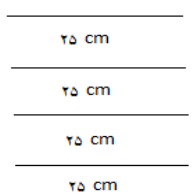
### شرح بازی

چوبها را به فاصله ۲۵ سانتیمتر از یکدیگی و کنار هم قرار میدهم.

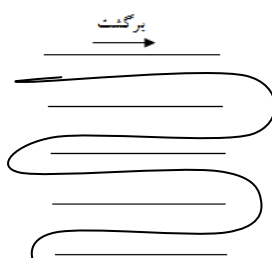
- ۱) فرد یک پای خود را از زمین بلند نموده و بصورت لی لی از روی چوبها می پرد و بر می گردند.
  - ۲) در دور بعد بصورت موازی از روی کلیه چوبها در حالت رفت حرکت نموده و در برگشت بصورت زیگزاگ مسیر رفته را بر می گردد.
  - ۳) در مرتبه سوم روبروی چوبها قرار گرفته و با گذاشتن پا روی تک تک چوبها مسیر را طی می کند.
  - ۴) در خاتمه بازی با پرش از روی همه چوبها به کار خود پایان می دهد.
- بدیهی است در کلیه مراحل انجام بازی پای لی لی تعویض نمی گردد.

))

برگشت پرش از روی چوبها با یک پا



خط شروع ↑ رفت  
شکل ۴  
مرحله سه حرکت  
رفت لگد کردن  
برگشت پرشیدن از کل چوبها



خط شروع  
شکل ۳  
مرحله دو حرکت  
زیگزاگ رفت و برگشت

↓ برگشت



خط شروع ↑ رفت  
شکل ۲  
مرحله یک بازی  
پریدن از روی  
چوبها

قرار دادن چوبها به فاصله ۲۵ سانتیمتر  
بصورت موازی کنار یکدیگر.  
طول یک متر

