



## فروردین ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری رقابتهای لیگ دسته یک و پومسه مردان استان	۹۸/۰۱/۱۸	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۲	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مربیان در بخش بانوان	۹۸/۰۱/۲۲	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۳	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مربیان در بخش آقایان	۹۸/۰۱/۲۳	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۴	برگزاری جلسه هم اندیشی مسئولین هیات با روسای حوزه	۹۸/۰۱/۱۹	دفتر هیات استان	هماهنگی و برنامه ریزی در سال ۹۸
۵	حضور دختران نوجوان تهران در مسابقات آزاد کشور	۹۸/۰۱/۲۰	خانه تکواندو فدراسیون	ورود به اردوی تیم ملی
۶	حضور داوران تهرانی در تورنمنت بین المللی اسپانیا	۹۸/۰۱/۲۴	اسپانیا	بهرام صادقی و حمید رضا خدایی
۷	برگزاری جلسه هم اندیشی مسئولین هیات با روسای شهرستانها	۹۷/۰۱/۲۷	دفتر هیات استان	هماهنگی و برنامه ریزی در سال ۹۸
۸	حضور پسران نوجوان تهران در مسابقات آزاد کشوری	۹۸/۰۱/۲۸		ورود به اردوی تیم ملی
۹	حضور سه داور تهرانی در کمپ آموزشی بازیهای المپیک ۲۰۲۰	۹۸/۰۱/۲۹	ووشی چین	حافظ مهدوی، شهرام اربابی و بدری اسدی
۱۰	برگزاری مسابقات قهرمانی هانمادانگ استان در بخش بانوان	۹۸/۰۱/۳۰	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۱	برگزاری رقابتهای لیگ برتر و دسته یک پومسه مردان	۹۸/۰۱/۳۰	سالن کبکانیان	
۱۲	برگزاری جلسه مسئولین هیات با کمیته های ستادی	۹۸/۰۱/۳۱	دفتر هیات استان	برنامه ریزی در سال ۹۸
۱۳	برگزاری جلسات با کمیته فنی هیات استان	۹۸/۰۱/۳۱	دفتر هیات استان	برنامه ریزی در خصوص پایگاه قهرمانی



## اردیبهشت ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	حضور ۷ هوگوپوش تهرانی در اردوی تیم ملی دانشجویان کشور	۹۸/۰۲/۱	خانه تکواندو	جهت اعزام به بازیهای یونیورسیاد
۲	برگزاری جلسه هماهنگی با کمیته آموزش و مربیان استان	۹۸/۰۲/۳	دفتر هیات استان	برنامه ریزی دورههای آموزشی
۳	برگزاری جلسه هم اندیشی با کمیته آزمون	۹۸/۰۲/۵	دفتر هیات استان	برنامه ریزی دورههای آزمون
۴	برگزاری جلسه هماهنگی با کادر اجرای مسابقات قهرمانی پارتکواندو کشور	۹۸/۰۲/۷	دفتر هیات استان	چهارمین دوره مسابقات قهرمانی پارتکواندو به میزبانی هیات تهران
۵	برگزاری چهارمین دوره مسابقات قهرمانی پارتکواندو کشور	۹۸/۰۲/۱۱	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	به میزبانی هیات استان تهران
۶	تجلیل از داوران و مربیان حاضر در مسابقات قهرمانی پارتکواندو	۹۸/۰۲/۱۱	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	به مناسبت روز معلم
۷	برگزاری آزمون ارتقا رده کمر بند دوره ۲۵۰ آقایان	۹۸/۰۲/۱۲	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۸	برگزاری رقابتهای انتخابی تیم نونهالان دختر استان	۹۸/۰۲/۱۲	سالن شهید کبکانیان	
۹	برگزاری آزمون ارتقا رده کمر بند دوره ۲۵۰ بانوان	۹۸/۰۲/۱۳	سالن شهید کبکانیان	
۱۰	برگزاری رقابتهای انتخابی تیم نونهالان پسر استان	۹۸/۰۲/۱۳	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۱	برگزاری مراسم تجلیل از ممتحنین آزمون به مناسبت روز معلم	۹۸/۰۲/۱۳ و ۱۲	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	بانوان و آقایان
۱۲	برگزاری دیدارهای پایانی و اختتامیه لیگ برتر و دسته یک پومسه مردان استان	۹۸/۰۲/۱۳	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	



اردیبهشت ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۳	حضور تکواندو کاران تهرانی در مسابقات قهرمانی کشور هانمادانگ	۱۱ الی ۱۴ / ۰۲ / ۹۸	خانه تکواندو	مردان و زنان
۱۴	برگزاری جلسه هم اندیشی کادر نونهالان استان	۹۸/۰۲/۱۶	دفتر هیات استان	
۱۵	آغاز تمرینات پایگاه قهرمانی استان تهران	۹۷/۰۲/۱۸	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۶	بازدید مسئولین هیات و حضور در جلسه هم اندیشی شهرستان ری	۹۸/۰۲/۱۸	اداره ورزش شهرستان ری	
۱۷	بازدید مسئولین هیات و حضور در جلسه هم اندیشی شهرستان ورامین	۹۸/۰۲/۱۹	اداره ورزش شهرستان ورامین	
۱۸	بازدید مسئولین هیات و حضور در جلسه هم اندیشی شهرستان پردیس	۹۸/۰۲/۱۵	اداره ورزش شهرستان پردیس	
۲۰	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه شمالغرب جام رمضان	۹۸/۰۲/۱۹	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۲۱	برگزاری جلسه هم اندیشی مسئولین باسازمان لیگ	۹۸/۰۲/۲۱	دفتر هیات استان	برنامه ریزی مسابقات لیگ استان
۲۲	برگزاری جلسه مسولین بانک اطلاعات حوزه و شهرستانها	۹۸/۰۲/۲۲	دفتر هیات استان	
۲۳	حضور تکواندو کاران تهرانی در مسابقات آزاد کشوری	اردیبهشت ماه	خانه تکواندو	ورود به دور دوم انتخابی تیم ملی
۲۴	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه جنوبغرب پسران	۹۸/۰۲/۲۶	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	جام رمضان
۲۵	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه شمالشرق پسران	۹۸/۰۲/۲۷	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	جام رمضان



اردیبهشت ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۲۶	آغاز اردوی تیم نونهالان دختر استان	۹۸/۰۲/۲۴	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	حضور در مسابقات کشوری
۲۷	برپایی اردوی تیم ملی نوجوانان کشور	۹۸/۰۲/۲۵	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۲۸	حضور ناهید کیانی در مسابقات قهرمانی جهان منچستر	۹۸/۰۲/۲۸	منچستر- انگلیس	
۲۹	برگزاری جلسه هم اندیشی کمیته فنی استان	۹۸/۰۲/۲۸	دفتر هیات استان	
۳۰	برگزاری جلسه هم اندیشی کمیته روابط عمومی و فرهنگی	۹/۰۲/۲۸	دفتر هیات استان	
۳۱	برگزاری جلسه هماهنگی مسابقات فرهنگی قرآن کریم	۹۸/۰۲/۳۰	دفتر هیات استان	
۳۲	برگزاری چهارمین دوره مسابقه فرهنگی قرآن کریم	۹۸/۰۲/۳۱	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	



## خرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه جنوبغرب دختران	۹۸/۰۳/۲	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	به مناسبت سوم خرداد
۲	دیدار با خانواده شهدای تکواندو به مناسبت آزاد سازی خرمشهر	۹۸/۰۳/۲	منزل شهید	به مناسبت سوم خرداد
۳	تجلیل از مریبان و داوران جانباز تکواندو استان تهران	۹۸/۳/۳	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	به مناسبت سوم خرداد
۴	برگزاری جلسه هم اندیشی مسول کمیته مسابقات و سایت مبارز	۹۸/۳/۵	دفتر هیات استان	
۵	برگزاری مسابقه قهرمانی شهرستان بهارستان	۹۸/۳/۹	شهرستان بهارستان	
۶	برگزاری مسابقات قهرمانی شهرستان پردیس	۹۸/۳/۱۰	شهرستان پردیس	
۷	حضور خانواده تکواندو پایتخت در مراسم راهپیمایی روز قدس	۹۸/۳/۱۰	میدان فلسطین	
۸	آغاز اردوی تیم نونهالان پسر استان	نیمه دوم خرداد	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۹	برگزاری اردوی تیم پومسه استان	نیمه اول خرداد	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۰	بازدید و حضور مسئولین از حوزه شمالغرب	نیمه سوم خرداد	حوزه شمالغرب	
۱۱	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه داوران کیوروگی بانوان	۹۸/۳/۲۳	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۲	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه داوران کیوروگی آقایان	۹۸/۳/۲۴	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۳	تجدید بیعت با امام راحل به مناسبت سالروز درگذشت امام خمینی	۹۸/۰۳/۱۴	مرقد مطهر امام راحل	



## خرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۴	مسابقات قهرمانی حوزه ها	۹۸/۳/۳۰	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	حوزه متقاضی
۱۵	مسابقات قهرمانی شهرستان ها	۹۸/۳/۳۰	شهرستان متقاضی	
۱۶	برگزاری کارگاه آموزشی کمیته پزشکی سنجش تکواندوکاران	خرداد ماه	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۷	برگزاری اولین جلسه هیات رییسه تکوانو استان تهران	خرداد ماه	دفتر هیات استان	
۱۸	برگزاری جلسات هم اندیشی مسئولین با کمیته هیانک و پومس	خرداد ماه	دفتر هیات استان	
۱۹	برگزاری جلسه هماهنگی و قرعه کشی لیگها ی استان تهران	خرداد ماه	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	



## تیر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	آغاز لیگ باشگاههای استان تهران در رده سنی خردسالان	۹۸/۰۴/۶	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	هفته اول الی سوم ( بانوان )
۲	آغاز لیگ باشگاههای استان تهران در رده سنی خردسالان	۹۸/۰۴/۷	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	هفته اول الی سوم ( آقایان )
۳	آغاز لیگ باشگاههای استان تهران در رده سنی نونهالان	۹۸/۴/۱۰	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	هفته اول الی دوم ( آقایان )
۴	آغاز لیگ باشگاههای استان تهران در رده سنی نونهالان	۹۸/۰۴/۱۲	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	هفته اول الی سوم ( بانوان )
۵	برگزاری دوره هماهنگی متمرکز سالیانه داوران پومسه بانوان	۹۸/۰۴/۱۳	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	به میزبانی هیات تکواندو استان
۶	برگزاری دوره هماهنگی متمرکز سالیانه داوران پومسه آقایان	۹۸/۰۴/۱۴	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	به میزبانی هیات تکواندو استان
۷	برگزاری هفته سوم و چهارم لیگ برتر خردسالان آقایان	۹۸/۰۴/۱۷	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	
۸	برگزاری هفته ۴ الی ۶ لیگ برتر خردسالان بانوان	۹۸/۰۴/۱۹	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	
۹	برگزاری دوره متمرکز هماهنگی سالیانه مربیان بانوان	۹۸/۴/۲۰	خانه تکواندو	
۱۰	برگزاری آزمون ارتقا رده کمر بند دوره ۲۵۱ بانوان	۹۸/۴/۲۰	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	قرمز تا دان و پوم دو تکواندو
۱۱	برگزاری آزمون ارتقا رده کمر بند دوره ۲۵۱ آقایان	۹۸/۴/۲۱	سالن تکواندو زنده یاد سعید مهیمن	قرمز تا دان و پوم دو تکواندو
۱۲	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مربیان آقایان	۹۸/۴/۲۱	خانه تکواندو	



## تیرماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۳	برگزاری مسابقات تکواندو حوزه	نیمه دوم تیر ماه	حوزه متقاضی	دختران و پسران
۱۴	برگزاری مسابقات تکواندو شهرستانها	نیمه دوم تیر ماه	شهرستان متقاضی	دختران و پسران
۱۵	برگزاری جلسات هم اندیشی مسئولین هیات با حوزه و شهرستانها	نیمه دوم تیر ماه	دفتر هیات استان	
۱۶	بازدید مسئولین هیات از باشگاههای حوزه و شهرستانها	نیمه دوم تیرماه	باشگاه حوزه و شهرستان مربوطه	
۱۷	برگزاری هفته ۳ و ۴ لیگ برتر نونهالان پسران	۹۸/۴/۲۴	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۱۸	برگزاری دوره متمرکز هماهنگی سالیانه داوران کیوروگی بانوان	۹۸/۴/۲۷	خانه تکواندو	
۱۹	برگزاری دوره متمرکز هماهنگی سالیانه داوران کیوروگی آقا	۹۸/۴/۲۸	خانه تکواندو	
۲۰	برگزاری دیدارهای هفته ۵ و ۶ لیگ برتر خردسالان پسران	۹۸/۴/۲۸	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۲۱	برگزاری هفته ۵ و ۶ لیگ برتر نونهالان پسران	۹۸/۴/۳۱	سالن تکواندو زنده یاد سید سعید مهیمن	
۲۲	حضور تیم تکواندو نونهالان استان تهران در مسابقات کشوری	تیر ماه	استان داوطلب	دختران- پسران
۲۳	حضور تیم استان تهران در مسابقات قهرمانی کشور هیانگ	تیر ماه	استان داوطلب	پسران
۲۴	حضور تیم های استان تهران در مسابقات لیگ منطقه ای کشور	تیر ماه	استان داوطلب	خردسالان(پسران و دختران)





## مرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	حضور تیم های استان تهران در رقابتهای لیگ منطقه ای کشور	مرداد ماه	استان متقاضی	دختران - پسران (لیگ کشور)
۲	برگزاری مسابقات قهرمانی هانمادانگ استان تهران دختران	۹۸/۵/۳	سالن تکواندو مهیمن	
۳	برگزاری مسابقات قهرمانی هانمادانگ استان تهران پسران	۹۸/۳/۴	سالن تکواندو مهیمن	
۴	برگزاری دیدارهای هفته ۷الی ۹ لیگ برتر خردسالان بانوان	۹۸/۰۵/۲	سالن تکواندو مهیمن	
۵	برگزاری جلسات هم اندیشی کمیته های استان تهران با مسئولین	۹۸/۵/۵	دفتر هیات استان	
۶	برگزاری جلسه هم اندیشی روسا و نواب رییس حوزه و شهرستان با مسئولین هیات	نیمه اول مرداد	حوزه و شهرستان متقاضی	
۷	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان های استان در بخش کیوروگی	نیمه اول مرداد	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران
۸	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان های استان در بخش پومسه	نیمه اول مرداد	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران
۹	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان های استان در بخش هانمادانگ	نیمه اول مرداد	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران
۱۰	برگزاری هفته ۷ و ۸ لیگ برتر خردسالان ( پسران)	۹۸/۰۵/۷	سالن تکواندو مهیمن	
۱۱	برگزاری مسابقات قهرمانی جام توابع حوزه ها ( خردسالان)	دهه دوم مرداد ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران
۱۲	برگزاری مسابقات قهرمانی جام شهرستان ها( خردسالان)	دهه دوم مرداد ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران
۱۳	برگزاری مسابقات روستایی در تمامی ردهای سنی	دهه سوم مرداد ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	دختران - پسران



## مرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۴	تجلیل از خبرنگاران حوزه تکواندو استان تهران	۹۸/۵/۱۷	دفتر هیات استان	به مناسبت روز خبرنگار
۱۵	برگزاری هفته ۷الی ۹ لیگ برتر نونهالان استان دختران	۹۸/۰۵/۹	سالن تکواندو مهیمن	
۱۶	برگزاری هفته ۷الی ۸ لیگ برتر نونهالان استان پسران	۹۸/۵/۱۱	سالن تکواندو مهیمن	
۱۷	برگزاری دومین جلسه هیات ریسه استان تهران	نیمه دوم مرداد ماه	دفتر هیات استان	
۱۸	برگزاری هفته ۹الی ۱۰ لیگ برتر خردسالان استان پسران	۹۸/۵/۱۴	سالن تکواندو مهیمن	
۱۹	برگزاری هفته ۱۰الی ۱۲ لیگ برتر نونهالان استان دختران	۹۸/۵/۱۶	سالن تکواندو مهیمن	
۲۰	برگزاری هفته ۱۱ و ۱۲ لیگ برتر خردسالان استان پسران	۹۸/۵/۲۱	سالن تکواندو مهیمن	
۲۱	برگزاری مسابقات قهرمانی خردسالان استان تهران دختران	مرداد ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۲۲	برگزاری مسابقات قهرمانی خردسالان استان تهران پسران	مرداد ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۲۳	حضور تیم های استان تهران در رقابتهای لیگ جام شکوفه ها	مرداد ماه	استان متقاضی	دختران - پسران (لیگ کشور)
۲۴	حضور تیم های تهران استان تهران در رقابتهای لیگ جام آینده سازان	مرداد ماه	استان متقاضی	دختران - پسران (لیگ کشور)
۲۵	برگزاری هفته اول و دوم لیگ برتر نوجوانان پسران	۹۸/۵/۲۵	سالن تکواندو مهیمن	
۲۶	برگزاری هفته ۹الی ۱۰ لیگ برتر نونهالان پسران	۹۸/۵/۲۸	سالن تکواندو مهیمن	
۲۷	برگزاری هفته ۱۲الی ۱۵ لیگ برتر خردسالان دختران	۹۸/۵/۳۰	سالن تکواندو مهیمن	



## شهریور ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری هفته ۱۳ و ۱۴ لیگ برتر خردسالان پسران	۹۸/۶/۱	سالن تکواندو مهیمین	
۲	برگزاری هفته ۱۱ و ۱۲ لیگ برتر نونهالان پسران	۹۸/۶/۴	سالن تکواندو مهیمین	
۳	برگزاری هفته ۱۳ الی ۱۵ لیگ برتر نونهالان دختران	۹۸/۶/۶	سالن تکواندو مهیمین	
۴	برگزاری هفته ۱۵ و ۱۶ لیگ برتر نونهالان دختران	۹۸/۶/۱۱	سالن تکواندو مهیمین	
۵	برگزاری کارگاه آموزشی کمکهای اولیه	دهه اول شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمین	
۶	برگزاری کارگاه آموزشی زبان انگلیسی ویژه داوران و مربیان	دهه اول شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمین	
۷	برگزاری کارگاه آموزشی داوری	دهه اول شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمین	
۸	برگزاری هفته اول الی سوم لیگ برتر نوجوانان استان دختران	۹۸/۶/۱۱	سالن تکواندو مهیمین	
۹	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۲ بانوان	۹۸/۶/۱۴	سالن تکواندو مهیمین	
۱۰	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۲ آقایان	۹۸/۶/۱۵	سالن تکواندو مهیمین	
۱۱	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان ها ( کیوروگی و پومسه)	دهه دوم شهریور ماه	حوزه و شهرستان منقاضی	
۱۲	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان ها ( کیوروگی و پومسه)	دهه دوم شهریور ماه	حوزه و شهرستان منقاضی	
۱۳	برگزاری مسابقات قهرمانی جوانان و بزرگسالان استان دختران	شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمین	انتخابی استان
۱۴	برگزاری مسابقات قهرمانی جوانان و بزرگسالان استان پسران	شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمین	انتخابی استان
۱۵	برگزاری سومین دوره مراسم فرهنگی ورزشی روز جهانی تکواندو	دهه اول شهریور ماه	-	



## شهریور ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۶	برگزاری دیدارهای پایانی و اختتامیه لیگ برتر خردسالان دختر استان	۹۸/۶/۲۱	سالن تکواندو مهیمن	
۱۷	برگزاری هفته ۱۳ و ۱۴ لیگ برتر نونهالان پسر استان	۹۸/۶/۲۲	سالن تکواندو مهیمن	
۱۸	برگزاری دیدارهای هفته پایانی و اختتامیه لیگ برتر نونهالان دختر	۹۸/۶/۲۵	سالن تکواندو مهیمن	
۱۹	برگزاری هفته ۴ الی ۶ لیگ برتر نوجوانان دختر استان	۹۸/۶/۲۷	سالن تکواندو مهیمن	
۲۰	برگزاری جلسات هم اندیشی با روسای حوزه و شهرستان ها	شهریور ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۲۱	بازدید و حضور مسئولین هیات در جلسات حوزه و شهرستان ها	شهریور ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۲۲	برگزاری مسابقات آزاد قهرمانی پومسه استان تهران	شهریور ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۲۳	دیدار با خانواده شهدا به مناسبت هفته دفاع مقدس	شهریور ماه	منزل شهید	
۲۴	برپایی نمایشگاه دفاع مقدس در خانه تکواندو پایتخت	شهریور ماه	خانه تکواندو پایتخت	
۲۵	برگزار مسابقات حوزه و شهرستان ها ( دختران و پسران)	شهریور ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	به مناسبت هفته دفاع مقدس



## مهر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری هفته ۳ و ۴ لیگ برتر نوجوانان پسر استان تهران	۹۸/۰۷/۴	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته دفاع مقدس
۲	آغاز لیگ انفرادی مردان استان تهران	۹۸/۷/۵	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته دفاع مقدس
۳	برگزاری هفته ۱۵ و ۱۶ لیگ برتر نونهالان پسر استان تهران	۹۸/۷/۱۲	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته دفاع مقدس
۴	برگزاری مسابقات آزاد قهرمانی نونهالان استان دختران و پسران	دهه اول مهرماه	سالن تکواندو مهیمن	
۵	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان ها	دهه اول مهرماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۶	برگزاری سومین جلسه هیات رییس استان تهران	دهه اول مهرماه	دفتر هیات استان	
۷	برگزاری جلسه کمیته فنی استان	دهه اول مهرماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۸	برگزاری جلسه هم اندیشی روسا و نواب رییس کمیته های ستادی	دهه اول مهرماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۹	برگزاری هفته ۱۹ و ۲۰ لیگ برتر خردسالان پسر استان	۹۸/۷/۱۹	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته تربیت بدنی
۱۰	برگزاری هفته ۷ الی ۹ لیگ برتر نوجوانان دختر استان	۹۸/۷/۲۵	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته تربیت بدنی
۱۱	برگزاری هفته ۲۱ و ۲۲ لیگ برتر خردسالان ( اختتامیه ) پسران	۹۸/۷/۲۶	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته تربیت بدنی
۱۲	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان ها	دهه سوم مهر ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	به مناسبت هفته تربیت بدنی
۱۳	برگزاری دوره های آموزشی داوران	دهه سوم مهرماه	متعاقبا اعلام می گردد	به مناسبت هفته تربیت بدنی
۱۴	برگزاری نورهای آموزشی ویژه مربیان	دهه سوم مهرماه	متعاقبا اعلام می گردد	به مناسبت هفته تربیت بدنی



## مهر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۵	حضور تیم های استان تهران در لیگ جام آینده سازان المپیک	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۱۶	حضور تیم های استان تهران در جام کوثر	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۱۷	حضور تیم های استان تهران در جام خلیج فارس	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۱۸	حضور تیم های استان تهران در جام نقش جهان	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۱۹	حضور تیم های استان تهران در رقابتهای لیگ برتر و دسته یک پومسه کشور	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۲۰	آغاز اردوی تیم جوانان و بزرگسالان استان	مهر ماه	استان متقاضی	مسابقات لیگ باشگاه های کشور
۲۱	برگزاری لیگ منطقه ای استان تهران در رده سنی خردسالان و نونهالان	مهر ماه	حوزه و شهرستان	مسابقات لیگ باشگاه های کشور



## آبان ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری هفته ۵ و ۶ لیگ برتر نوجوانان پسر استان	۹۸/۸/۲	سالن تکواندو مهیمن	
۲	برگزاری هفته ۳ و ۴ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان	۹۸/۸/۲	سالن تکواندو مهیمن	
۳	برگزاری جلسات هم اندیشی مسئولین با کمیته های استان	۹۸/۸/۴	دفتر هیات استان	
۴	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۳ بانوان	۹۸/۸/۹	سالن تکواندو مهیمن	
۵	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۳ آقایان	۹۸/۸/۱۰	سالن تکواندو مهیمن	
۶	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان ها	دهه اول آبان ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۷	حضور تیم تهران در مسابقات قهرمانی کشور جوانان	دهه اول آبان ماه		
۸	برگزاری هفته ۱۰ الی ۱۲ لیگ برتر نوجوانان بانوان	۹۸/۸/۱۶	سالن تکواندو مهیمن	
۹	برگزاری هفته ۱۷ و ۱۸ لیگ برتر نونهالان آقایان	۹۸/۸/۱۷	سالن تکواندو مهیمن	
۱۰	برگزاری کلاس های آموزشی ویژه مربیان و داوران	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	
۱۱	برگزاری مسابقات قهرمانی نوجوانان جام توابع شهرستان	دهه سوم	شهرستان متقاضی	
۱۲	برگزاری کارگاه آموزشی کوچینگ	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	
۱۳	بازدید و حضور مسئولین در جلسات هم اندیشی شهرستانها	دهه سوم	شهرستان متقاضی	
۱۴	حضور در راهپیمایی روز دانش آموز	مرداد ماه	هفت تیر	



## آذر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	تجلیل از تکواندو کاران بسیج فعال استان تهران	دهه اول	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت هفته بسیج
۲	برگزاری هفته ۷ و ۸ لیگ برتر نوجوانان پسران	۹۸/۰۹/۱	سالن تکواندو مهیمن	
۳	برگزاری هفته ۵ و ۶ لیگ انفرادی پسران	۹۸/۰۹/۱	سالن تکواندو مهیمن	
۴	بازدید از آسایشگاه جانبازان توابخشی ثارالله	دهه اول	ولنجک	به مناسبت هفته بسیج
۵	برگزاری هفته ۱۳ الی ۱۴ لیگ برتر نوجوانان دختران	۹۸/۹/۷	سالن تکواندو مهیمن	
۶	برگزاری هفته ۱۹ و ۲۰ لیگ برتر نونهالان پسران	۹۸/۹/۸	سالن تکواندو مهیمن	
۷	برگزاری کارگاه آموزشی پزشکی و رزشی	دهه دوم	سالن تکواندو مهیمن	
۸	برگزاری مسابقات قهرمانی استان به سبک جام جهانی	دهه دوم	سالن تکواندو مهیمن	
۹	برگزاری مسابقات قهرمانی هیانگ مردان استان	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	
۱۰	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان ها	آذر ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۱۱	برگزاری دوره های آموزشی ویژه داوران	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	
۱۲	برگزاری کارگاه آموزشی کوچینگ	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	
۱۳	برگزاری هفته ۹ و ۱۰ لیگ برتر نوجوانان پسر استان	۹۸/۹/۲۸	سالن تکواندو مهیمن	
۱۴	برگزاری هفته ۷ و ۸ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان پسر	۹۸/۹/۲۸	سالن تکواندو مهیمن	





## دی ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری مجمع سالیانه هیات تکواندو استان تهران	دی ماه	اداره ورزش و جوانان تهران	مجمع انتخابات
۲	برگزاری هفته پایانی و مراسم اختتامیه لیگ برتر نوجوانان بانوان	۹۸/۱۰/۵	سالن تکواندو مهیمن	
۳	برگزاری مسابقات قهرمانی هانمادانگ استان تهران دختران	دهه اول	سالن تکواندو مهیمن	
۴	برگزاری مسابقات قهرمانی هانمادانگ استان تهران پسران	دهه اول	سالن تکواندو مهیمن	
۵	برگزاری مسابقات قهرمانی نونهالان جام توابع حوزه و شهرستان	دهه دوم	حوزه و شهرستان متقاضی	
۶	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۴ پسران	۹۸/۱۰/۱۲	سالن تکواندو مهیمن	
۷	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۴ دختران	۹۸/۱۰/۱۳	سالن تکواندو مهیمن	
۸	برگزاری هفته ۱۱ و ۱۲ لیگ برتر نوجوانان پسران	۹۸/۱۰/۱۹	سالن تکواندو مهیمن	
۹	برگزاری هفته ۹ الی ۱۰ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان	۹۸/۱۰/۱۹	سالن تکواندو مهیمن	
۱۰	برگزاری هفته ۲۱ و ۲۲ لیگ برتر نونهالان و مراسم اختتامیه	۹۸/۱۰/۲۰	سالن تکواندو مهیمن	
۱۱	برگزاری هفته ۱۳ و ۱۴ لیگ برتر نوجوانان پسران	۹۸/۱۰/۲۷	سالن تکواندو مهیمن	
۱۲	برگزاری هفته ۱۱ و ۱۲ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان	۹۸/۱۰/۲۷	سالن تکواندو مهیمن	
۱۳	برگزاری مسابقات حوزه و شهرستان ها	دهه سوم	حوزه و شهرستان متقاضی	
۱۴	برگزاری دوره های آموزشی ویژه مربیان	دهه سوم	سالن تکواندو مهیمن	



## بهمن ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری مسابقات آزاد قهرمانی خردسالان دختران و پسران استان	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت دهه مبارک فجر
۲	برپایی نمایشگاه دستاوردهای انقلاب اسلامی	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	به مناسبت دهه مبارک فجر
۳	حضور خانواده تکواندو پایتحت در مرقد مطهر امام خمینی	بهمن ماه	مرقد مطهر امام	به مناسبت دهه مبارک فجر
۴	حضور در مراسم راهپیمایی ۲۲ بهمن	بهمن ماه	میدان آزادی	به مناسبت دهه مبارک فجر
۵	دیدار مسئولین هیات با خانواده شهدای تکواندو کار	بهمن ماه	منزل شهید	به مناسبت دهه مبارک فجر
۶	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان	بهمن ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	به مناسبت دهه مبارک فجر
۷	غبارروبی و زیارت مزار شهدای گمنام توسط تکواندو کاران	بهمن ماه	مزار شهدای گمنام	به مناسبت دهه مبارک فجر
۸	برگزاری دوره‌های آموزشی ویژه مربیان استان	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۹	برگزاری مسابقات قهرمانی جام حوزه های استان تهران	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۱۰	برگزاری مسابقات قهرمانی پومسه استان دختران و پسران	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۱۱	برگزاری دیدارهای هفته ۱۵ و ۱۶ لیگ برتر نوجوانان پسر استان	۹۸/۱۱/۲۴	سالن تکواندو مهیمن	
۱۲	برگزاری دیدارهای هفته ۱۳ و ۱۴ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان	۹۸/۱۱/۲۴	سالن تکواندو مهیمن	
۱۳	برگزاری دوره آموزشی ویژه داوران	بهمن ماه	سالن تکواندو مهیمن	



## اسفند ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱-	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۵ دختران	۹۸/۱۲/۱	سالن تکواندو مهیمن	
۲-	برگزاری آزمون ارتقاء رده کمر بند دوره ۲۵۵ پسران	۹۸/۱۲/۲	سالن تکواندو مهیمن	
۳-	برگزاری هفته ۱۷ و ۱۸ لیگ برتر نوجوانان (مراسم اختتامیه)	۹۸/۱۲/۹	سالن تکواندو مهیمن	
۴-	برگزاری هفته ۱۵ و ۱۶ لیگ انفرادی جوانان و بزرگسالان	۹۸/۱۲/۹	سالن تکواندو مهیمن	
۵-	برگزاری رقابتهای لیگ برتر و دسته یک پومسه استان تهران	اسفند ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۶-	برگزاری مسابقات قهرمانی حوزه و شهرستان ها	اسفند ماه	حوزه و شهرستان متقاضی	
۷-	برگزاری مراسم تجلیل از قهرمانان و نام آوران تکواندو استان تهران	اسفند ماه	-	
۸-	برگزاری رقابتهای آزاد قهرمانی نونهالان استان تهران	اسفند ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۹-	برگزاری جلسه پایان سال با مسئولین حوزه و شهرستان	اسفند ماه	سالن تکواندو مهیمن	
۱۰-	برگزاری جلسه پایان سال با روسا و نواب رییس کمیته های ستادی	اسفند ماه	سالن تکواندو مهیمن	



هیات تکواندو استان تهران

تقویم ورزشی سال ۱۳۹۸