

پیشگفتار

فدراسیون اسکواش از ۲ رشته راکتی تحت پوشش بنام های اسکواش و راکتبال (Squash 57) تشکیل شده است .

این فدراسیون مأموریت دارد تا ورزش های یاد شده را در سطح کشور توسعه دهد و در یک چشم انداز ترسیمی در ابعاد قهرمانی ، همگانی ، حرفه ای و پرورشی برنامه ها و فعالیت های خود را رشد و اعتلا بخشد .

در کتاب الکترونیکی حاضر که مزایای بیشمار دارد از تقویت مأموریت دولت الکترونیک گرفته تا اینکه به سهولت اطلاعات جامعی را از این دو ورزش در اختیار مخاطب قرار دهد ، فدراسیون را برآن داشت که نسبت به این مهم گام های اساسی را برداشته که یک گام ارزنده دیگر در توسعه و ترویج مجموعه اسکواش ایران است.

امیرعزیزی پور

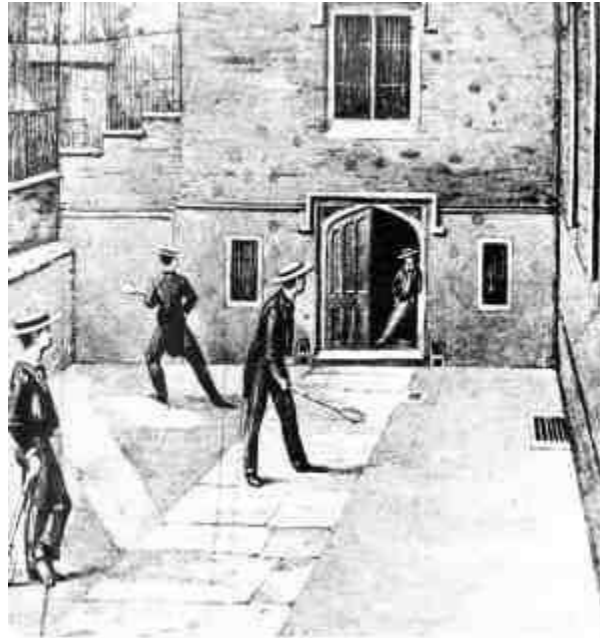
رئیس فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران

تاریخچه اسکواش در جهان و ایران

تاریخچه اسکواش در جهان

رشته ورزشی اسکواش تاریخچه ای خاص دارد. بازی هایی که با استفاده از دیوار و پرتاب انواع توپ های دست ساز مثل گوی های پارچه ای و چوبی به سمت آن و کنترل آن در برگشت ها در بسیاری از کشورها وجود داشته است. حتی امروزه در برخی از بازی های سنتی و بومی کشورها، اشکالی از این نوع فعالیت ها به چشم می خورد، از جمله بازی هایی که در آن با استفاده از مشت، کف دست و چوب یا راکت به توپ ضربه زده می شود. در قرن ۱۲ میلادی یک سرگرمی به نام کف دست [1] میان فرانسوی ها متداول بود. اوایل قرن ۱۹ میلادی فکر استفاده از راکت و توپ باعث بوجود آمدن گونه های مختلف از بازی ها شد.

زندانی های زندان فلیت برای سرگرمی و جلوگیری از افسردگی و بی حرکتی با راکت و توپ را به دیواری زندانباعث ظهور بازی ای به نام راکتس [2] شدند. در سال ۱۸۲۰ میلادی بازی راکتس به سرعت به چند مدرسه در انگلیس ورود کرد و با رونق گرفتن این بازی در مدارس، در سال ۱۸۳۰ اسکواش در مدرسه هارو به وجود آمد.



شاگردان این مدرسه به کمک راکت سعی می کردند با قدرت به توپ ضربه بزنند و هنگام برگشت آن از دیوار، دوباره خود را به آن برسانند و این عمل را تکرار کنند. جاذبه ها و هیجان بازی به زودی باعث رشد آن شد تا جایی که در سال ۱۸۶۴ میلادی اسکواش رسمیت یافت و نخستین زمین های اختصاصی آن ساخته شد. مانند بسیاری از ورزش های آن زمان، اسکواش نیز استانداردهای مشخصی برای شیوه بازی، ساخت و ابعاد زمین و وسایل لازم خود نداشت.

از سال ۱۸۷۴ میلادی این بازی در انگلیس رسمیت پیدا کرد و در سال ۱۸۸۳ میلادی اولین زمین اسکواش در آکسفورد انگلیس ساخته شد. در سال ۱۹۱۱ انگلیسی ها قانون بازی اسکواش و ابعاد زمین آن را ضابطه مند کردند و این ضوابط به مرور به شکل امروزی درآمد. در سال ۱۹۶۷ میلادی (۱۳۴۶ هجری شمسی) فدراسیون بین المللی اسکواش با ۷ کشور مصر، انگلیس، استرالیا، آفریقای جنوبی، پاکستان، هند و نیوزیلند شکل گرفت و در سال ۱۹۹۲ نام آن به فدراسیون جهانی اسکواش WSF تغییر کرد.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

کشورهای عضو این فدراسیون به مرور افزایش یافت تا جایی که در ابتدای سال ۲۰۰۴ تعداد اعضای آن به ۱۵۰ عضو رسید. این فدراسیون مورد تایید کمیته بین المللی المپیک و عضو انجمن عمومی فدراسیون های ورزشی بین المللی است.

**WORLD
SQUASH**

WSF

اسکواش از سال ۱۹۹۸ در زمره رشته های رسمی بازی های آسیایی درآمد و قرار است در المپیک ۲۰۲۴ نیز حضور داشته باشد. از معروف ترین چهره های اسکواش جهان در بخش مردان می توان به جهانگیر خان و جانشیر خان هردو از پاکستان و در بخش بانوان نیکول دیوید از مالزی اشاره کرد. در سال های اخیر اسکواش بازان مصری با نتایج درخورتوجه خود موفق به حضور در صدر رنکنگ های بانوان و مردان جهان شده اند.

تاریخچه اسکواش در ایران

با ورود کارشناسان نفتی اروپایی به ایران، ورزش اسکواش در مناطق نفت خیز جنوب کشور برای پرکردن اوقات فراغت کارشناسان راه اندازی شد که البته کارمندان ایرانی شرکت نفت هم در این رهگذر به این ورزش علاقه مند شدند. از ساخت نخستین کورت اسکواش در کشورمان اطلاعات دقیقی در دست نیست ولی می توان با اطمینان گفت اولین کورت های اسکواش متعلق به شرکت نفت در مسجد سلیمان، آبادان، گچساران و تهران ساخته شده است. اسکواش در دهه ۱۳۳۰ در استان های خوزستان و تهران دارای سالن های تمرینی بود و مسابقات قهرمانی از سوی شرکت نفت و بانک ملی برگزار می شد.

سید جلیل کازرونی متولد ۱۳۲۲ در آبادان یکی از پیشکسوتان اسکواش ایران فرزند مرحوم سیدخلیل الله کازرونی که به نوعی نخستین فرد ایرانی بوده که اسکواش را بصورت اصولی در حین تحصیل در کشور انگلیس فرا گرفته و پس از آن به عنوان رییس تربیت بدنی و ورزش پالایشگاه نفت آبادان و مربی مجرب اسکواش نسبت به آموزش این رشته در آبادان اقدام کرده است. به گفته سید جلیل کازرونی کلوب تهران [3] در خیابان کوشک در دهه ۱۳۳۰ دارای کورت اسکواش بوده است ضمن اینکه نخستین کورت های اسکواش در آبادان هم در اوایل دهه ۳۰ از طریق شرکت نفت در محله بریم ساخته شده است.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



مرحوم سید خلیل الله کازرونی قدیمی ترین ایرانی است که علاوه بر فراگیری اسکواش در دهه قبل از دهه ۱۳۲۰ در انگلیس نسبت به آموزش این رشته در آبادان و تهران در ابتدای دهه ۱۳۳۰ اقدام کرده است و به نوعی " پدر اسکواش ایران " می باشند. وی عضو هیئت مدیره کنسرسيوم شرکت نفت بعد از ملی شدن نفت بوده و تلاش هاي گسترده اي براي توسعه اين رشته ورزشي از طریق شرکت نفت انجام داده است .

مجله کیهان ورزشي در تاریخ ۱۳ بهمن سال ۱۳۳۵ به برگزاری سومین دوره مسابقات اسکواش با نام جام تکش در باشگاه نفت تهران اشاره کرده که این خود نشان دهنده قدمت اسکواش در پایتخت به شمار می رود.



باشگاه اسکواش شرکت نفت در مرحله الهیه تهران قرار دارد و از بدو تاسیس تاکنون به عنوان یکی از مراکز مهم اسکواش شاهد حضور چهره های مهم اسکواش ایران چون مرحوم خلیل الله کازرونی و آقای مظفریان از همکاران مرحوم کازرونی در شرکت نفت بوده است.

به دلیل قوانین خاص اسکواش و جذابیت این رشته ورزشي بسياري از افراد تحصیلکرده و مشهور با اسکواش آشنایی دارند.

مرحوم پروفیسور محمد حسن گنجي پدر علم جغرافیای نوین ایران در گفتگویی از وجود يك كورت اسکواش در بانک شاهی در اوایل دهه ۱۳۲۰ در تهران خبر داده است که برادر وی غلامعلی گنجی مدیریت باشگاه بانک مذکور را عهده دار بوده است .

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

با تشکیل اداره تربیت بدنی بانک ملی به سال ۱۳۱۶ در دهه ۱۳۳۰ يك كورت اسكواش در باشگاه بانک ملی تهران واقع در خیابان فردوسی افتتاح می شود.

در سال ۱۳۴۲ كورت اسكواش شرکت نفت واقع در منطقه الهیه تهران با نام باشگاه ۲۵ شهریور راه اندازی شد و با افتتاح باشگاه شاهنشاهی یا همان باشگاه انقلاب فعلی به سال ۱۳۳۷ در تهران در اواخر دهه ۴۰ يك كورت اسكواش نیز در این مجموعه ساخته می شود.

با ورود جدی مسولین کشور به امر توسعه ورزش در ابتدای دهه ۵۰ و کسب میزبانی بازی های آسیایی ، نخستین فدراسیون اسکواش ایران با حمایت مسولین تربیت بدنی شرکت ملی نفت [4] به ریاست عباسقلی بختیار از مسولین شرکت ملی نفت و دبیری دکتر محمود نائینی در سال ۱۳۵۲ با بودجه سالیانه ۵۰۰ هزار تومان تاسیس شد.



عباسقلی بختیار

پس از گذشت مدتی به دلیل انحلال سازمان تربیت بدنی وقت در سال ۵۶ ، فدراسیون نوپای اسکواش منحل شد ولی فعالیت ها و اقدامات علاقمندان واقعی اسکواش متوقف نشد بطوری که با برگزاری مسابقات لدر و برنامه های آموزشی در باشگاه نفت و انقلاب تهران با حضور چهره هایی چون سید جلیل کازرونی ، سهراب مهریزدان ، محسن کاشفی ، وحید کیانی ، فرشاد سیاوشی ، صادق سمیعی ، وزیر جهان یوسف زئی به جذب علاقمندان اسکواش در در اواخر دهه ۱۳۵۰ به راه خود ادامه داد.

از طرفی با حضور چهره هایی چون عباس افتخاری ، دکتر ماشالله ابراهیمی ، دکتر دولت آبادی و آقای مخزنی در باشگاه بانک ملی و حضور کارمندان سفارت خانه های خارجی تنور اسکواش در بانک ملی همچنان گرم بود.

با پیروزی انقلاب اسلامی در سال ۱۳۵۷ و به دلیل وقوع جنگ تحمیلی در سال ۱۳۵۹ به دلیل شرایط خاص کشور راه اندازی فدراسیون ها ورشته های جدید در دستور کار سازمان تربیت بدنی وقت نبود تا اینکه پس از پایان جنگ در سال ۱۳۶۷ و راه اندازی رشته های جدید از سوی سازمان تربیت بدنی وقت ، در ابتدای دهه ۷۰ کمیته اسکواش در فدراسیون بدمینتون تاسیس شد و پس از تلاش ها و کوشش های اهالی اسکواش در سال ۱۳۷۱ و بطور رسمی در مرداد ۱۳۷۲ و در دوره ریاست شادروان دکتر حسن غفوری فرد در سازمان تربیت بدنی وقت ، غلامحسین فرزامی از پیشکسوتان فوتبال ایران ، ریاست فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران را بر عهده گرفت.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

روسای فدراسیون اسکواش بعد از پیروزی انقلاب

 <p>محمد شریف ملک زاده ۱۳۸۶ - ۱۳۸۸</p>	 <p>غلامحسین فرزامی ۱۳۷۲ - ۱۳۸۲</p>
 <p>مسعود سلیمانی ۱۳۸۸ تا ۱۴۰۱</p>	 <p>حمید قاسمی ۱۳۸۲ - ۱۳۸۶</p>
 <p>امیر عزیزی یور از ۱۴۰۱ تا اکنون</p>	

فدراسیون اسکواش در سال ۱۹۹۴ میلادی مطابق با سال ۱۳۷۳ هجری شمسی به عضویت فدراسیون آسیایی [5](ASF) و جهانی [6](WSF) درآمد.

در سال ۱۳۷۵ یک دوره کلاس مربیگری بین المللی با حضور آقای فرمان سمیع اله خان از کشور پاکستان تشکیل شد و ۲۵ نفر در سراسر کشور تحت آموزش قرار گرفتند همچنین در این سال یک دوره کلاس داوری در سطح آسیا توسط آقای منیر شاه رئیس کمیته داوران فدراسیون آسیا تشکیل و تعداد ۱۲ نفر تحت آموزش قرار گرفتند.

ساخت سالن های شهید حیدر نیا در سال ۱۳۷۸ در تهران و برگزاری نخستین دوره مسابقات بین المللی دهه فجر به سال ۱۳۷۵ در باشگاه انقلاب تهران ، برگزاری نخستین دوره کلینیک داوری با حضور مدرس آسیایی به سال ۱۳۷۵ در تهران و همچنین حضور

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

دربازی های آسیایی ۲۰۰۲ بوسان و بازی های غرب آسیا در سال ۱۳۸۱ به همراه حضور برخی مربیان پاکستانی در کشورمان و ارتباط بین المللی با کشورهای منطقه از جمله کویت و راه اندازی هیئت های استانی در شهرهای مهمی چون یزد ، کرمانشاه ، اصفهان ، زاهدان ، اهواز ، اراک و جزیره کیش باعث بسط و گسترش این رشته شد.

در شهریور سال ۱۳۸۲ دکتر حمید قاسمی با حکم مهندس محسن مهرعلیزاده رئیس وقت سازمان تربیت بدنی به عنوان دومین رئیس فدراسیون اسکواش جانشین غلامحسین فرزاسمی شد.

ابداع رشته اسکواش باز یا تک دیواره در سال ۱۳۸۲، برگزاری نخستین دوره کلاس بین المللی مربیگری سطح یک آسیا با حضور مدرس آسیایی به سال ۱۳۸۲ در تهران ، استخدام مربی خارجی برای تیم ملی از مصر و پاکستان در سال ۱۳۸۳ ، برگزاری نخستین دوره مسابقات بین المللی زنان مسلمان در سال ۸۴ در تهران و پی اس ای [7] در سال ۱۳۸۵ در کیش و شرکت در چند دوره مسابقات آسیایی و جهانی و راه اندازی چند هیئت استانی فعال از دیگر اقدامات مهم فدراسیون از سال ۱۳۸۲ تا ۱۳۸۶ بود.

در آذر سال ۱۳۸۶ دکتر محمدشریف ملک زاده به عنوان سومین رئیس فدراسیون اسکواش با حکم مهندس محمد علی آبادی رئیس وقت سازمان تربیت بدنی جانشین دکتر حمید قاسمی شد.

نخستین حضور بانوان در مسابقات قهرمانی جوانان آسیا و همچنین کسب عنوان پنجمی جوانان آسیا تیم پسران در سال ۱۳۸۷ به همراه کسب نخستین مدال بین المللی اسکواش ایران توسط آریا فاضلی منش در مسابقات اسکاتیش اوپن جونپور در همان سال در اسکاتلند ، برگزاری جشن روز اسکواش با حضور رئیس وقت سازمان تربیت بدنی ، ورود پدل به رشته های تحت پوشش فدراسیون اسکواش با مجوز سازمان تربیت بدنی و راه اندازی نخستین دوره لیگ حرفه ای مردان در سال ۱۳۸۸ از مهم ترین اتفاقات مسئولیت وی بود.

در اسفند سال ۱۳۸۸ نیز مسعود سلیمانی به عنوان سرپرست فدراسیون اسکواش و در تیر سال ۱۳۸۹ با موفقیت در مجمع انتخابات با حکم دکتر علی سعیدلو رئیس وقت سازمان تربیت بدنی به عنوان سومین رئیس فدراسیون اسکواش جانشین دکتر ملک زاده شد.

در شهریور سال های ۱۳۹۳ و ۱۳۹۷ با برگزاری انتخابات فدراسیون اسکواش دکتر مسعود سلیمانی بار دیگر به عنوان رئیس فدراسیون اسکواش انتخاب شد .

در دوران حضور دکتر سلیمانی اتفاقات خوبی برای اسکواش ایران در بخش های توسعه همگانی و قهرمانی رقم خورد که مهم ترین آن عبارتند از کسب عنوان سوم قهرمانی مردان آسیا به سال ۲۰۱۸ و همچنین مدال های انفرادی قهرمانی رده های سنی آسیا برای اولین بار در سال های ۲۰۱۴ و ۲۰۱۷ ، میزبانی مسابقات قهرمانی جوانان آسیا برای نخستین بار در ۳ دوره ، میزبانی متعدد مسابقات داخلی و بین المللی ، راه اندازی فدراسیون غرب آسیا به ریاست ایران و در بخش توسعه همگانی افزایش تعداد باشگاه ها و کورت های اسکواش و به تبع آن افزایش مخاطبان اسکواش و همچنین افتتاح و بهره برداری از نخستین کورت های تمام شیشه ای (گلس کورت) در تهران ، یزد و سمنان ، راه اندازی انجمن اسکواش به صورت رسمی در وزارت علوم و آموزش و پرورش و برقراری تفاهم نامه های متعدد با ارگان ها و سازمان ها ، و برگزاری دوره های آموزشی متعدد پیشرفته داخلی و بین المللی می توان اشاره کرد.

در ۲۳ مهرماه سال ۱۴۰۱ پس از پایان دوره چهار ساله آقای سلیمانی در فدراسیون ، محسن خمارلو با حکم دکتر حمید سجادی وزیر ورزش و جوانان به عنوان سرپرست جدید فدراسیون منصوب شد. در ۱۲ دی سال ۱۴۰۱ هم با برگزاری مجمع انتخابات فدراسیون اسکواش ، آقای امیر عزیزی پور به عنوان رئیس جدید فدراسیون انتخاب و با حکم دکتر حمید سجادی وزیر ورزش و جوانان به این سمت منصوب شد.

مهم ترین اقدامات انجام شده



❖ تهیه و تدوین سند راهبردی فدراسیون اسکواش توسط کارشناسان زبده ورزش کشور



❖ کسب مدال برنز تیمی قهرمانی آسیا ۲۰۱۸ در رده بزرگسالان مردان در کره جنوبی ، سوم فروردین ۱۳۹۷ / نوید ملک ثابت ، علیرضا شاملی ، سجادزارعیان و سمیع الله قاصد آبادی با هدایت سید محمد حسین سنایی (سرمربی)

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ کسب ۴ مدال برنز تاریخی جوانان آسیا ۲۰۱۵ در رده های کمتر از ۱۹ ، ۱۷ ، ۱۵ و ۱۳ سال در ۴ شهریور ۱۳۹۴ توسط سجادزارعیان ، علیرضا شاملی ، محمدرضا جعفرزاده و دانیال قارونی و همچنین کسب ۲ مدال برنز جوانان آسیا ۲۰۱۷ (مرداد ۱۳۹۶) در کشور اردن در رده های کمتر از ۱۹ و ۱۵ سال توسط علیرضا شاملی و دانیال قارونی برای نخستین بار در خارج از ایران دریافت جوایز از سوی ریاست جمهوری برای نخستین بار

و

❖ کسب عنوان قهرمانی مسابقات اسکواش غرب آسیا در دوره پیاپی در سال های ۲۰۱۹ و ۲۰۲۲

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



کسب مجوز های داخلی و بین المللی برای حضور بانوان در میداين بين المللی



❖ کسب عنوان بهترین تیم مردان آسیا در حوزه پیشرفت به سال ۲۰۱۸

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ میزبانی پرافتخار ایران در مسابقات قهرمانی جوانان آسیا در دو بخش دختران و پسران در سال ۱۳۹۱ و ۱۳۹۳ در جزیره کیش و ۱۳۹۴ در تهران

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ تاسیس نخستین فدراسیون اسکواش غرب آسیا به ریاست ایران با مرکزیت تهران - ۲۰۱۳

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ برگزاری مسابقات بین المللی ایران جونیور با رتبه گولد از آسیا و مسابقات بین المللی اصفهان جونیور ، یزدجونیور و کیش جونیور

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ برگزاری و راه اندازی نخستین دوره لیگ اسکواش بانوان از سال ۱۳۸۹ و برگزاری مداوم لیگ برتر و دسته یک اسکواش بانوان و مردان و استمرار آن ها با حضور بیش از ۳۰ تیم از سال ۱۳۸۸

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



«صدور کارت های ۵ گانه سطح بندی طرح ملی استعدادیابی»

❖ کسب عنوان برتر فدراسیون های موفق در بخش استعدادیابی
از سوی وزارت ورزش و جوانان



❖ راه اندازی انجمن اسکواش در شهرداری ها و ورود این رشته ورزشی با ساخت کورت های پارکی وومینی اسکواش در تهران

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ فعال بودن ۳۱ هیئت استانی و ۳ منطقه آزاد



❖ انعقاد تفاهم نامه با وزارت علوم ، تحقیقات و فناوری ، وزارت آموزش و پرورش ، وزارت نیرو ، وزارت نفت ، پژوهشگاه تربیت بدنی ، دانشگاه آزاد اسلامی ، سازمان زندان ها ، فدراسیون ورزش دانش آموزی ، تربیت بدنی ستاد نیروهای مسلح ، تربیت بدنی نیروی دریایی ارتش ، شهرداری ها و بسیاری دیگر از ارگان های دولتی و خصوصی

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



❖ برگزاری منظم کلاس های آموزشی داخلی و بین المللی و تربیت مدرسین و مربیان طراز اول جهانی



❖ حضور فعال و گسترده داوران ایرانی در بازی های آسیایی و مسابقات بین المللی ، آسیایی و جهانی



❖ ساخت و بهره برداری از نخستین کورت شیشه ای (Glass Court) استاندارد به دست تولیدکنندگان داخلی در تهران در به سال ۱۳۹۲ و افتتاح دومین کورت شیشه ای در سال ۱۳۹۷ با حضور وزیر وقت ورزش و جوانان در سالن کوثر یزد

تاریخچه اسکواش در بخش بانوان

در بخش بانوان شکل گیری رسمی اسکواش از سوی خانم فرشته قضایی وزیری با فراهم کردن مقدمات راه اندازی اسکواش در بخش بانوان در سال ۱۳۷۳ آغاز شد و در ابتدا خانم رادبخت از کارمندان سازمان تربیت بدنی به عنوان نخستین مسوول هیئت اسکواش زنان استان تهران تعیین شدند تا اینکه در تیر سال ۱۳۷۹ خانم فرشته وزیری به عنوان نخستین مسوول انجمن اسکواش بانوان از سوی اداره کل ورزش بانوان سازمان تربیت بدنی منصوب شد.

نخستین دوره مربیگری اسکواش بانوان نیز در سال ۱۳۷۸ به مدرسی خانم فرشته وزیری برگزار شد و خانم ها پریش جهانبانی ، ایران و هما افلاطونی ، منیژه اشتهاوردی و زهرا کفترک موفق به کسب دریافت کارت مربیگری شدند.

در بخش بانوان از ابتدای تاسیس انجمن بانوان کشور در سال ۱۳۷۹ خانم ها فرشته قضایی وزیری (۱۳۷۹ تا ۱۳۸۰) ، فرانک حیدری (۱۳۸۰ تا ۱۳۸۲) و ژاله گودرزی (۱۳۸۲ تا ۱۳۸۳) این مسوولیت را به عهده داشتند.

در سال ۱۳۸۳ با اصلاح اساسنامه فدراسیون های ورزشی روسای انجمن های رشته های ورزشی بانوان در فدراسیون ها با سمت نایب رییس بانوان ادغام شدند و از آن سال خانم ها ژاله گودرزی از سال ۱۳۸۳ تا ۱۳۸۷ ، نجمه السادات کاشفی از ۱۳۸۷ تا ۱۳۸۸ ، معصومه باکوچی از ۱۳۸۸ تا ۱۳۸۹ ، فاطمه رستم پور از ۱۳۸۹ تا ۱۳۹۰ و دکتر الهام شیرزاد از سال ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۸ و دکتر شهناز شهربانیان از ۱۳۹۸ تاکنون تاکنون عهده دار سمت نایب رئیسی بانوان فدراسیون اسکواش بوده اند.

کوبان

به دلیل فرهنگ سازی این رشته ورزشی با تصویب فرهنگستان زبان و ادب فارسی نام " کوبان " برای اسکواش پیشنهاد شد.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

[1]Le paume

[2]Rackets

[3] باشگاه کلوب تهران در خیابان کوشک در حال حاضر متعلق به تشکیلات نابینایان است

[4] آقای امیرنویدی روابط عمومی وقت تربیت بدنی شرکت ملی نفت و آقایان جعفر نامدار ، غلامحسین فرزامی ، پرویز دهداری و مرحوم شیرزادگان از اعضای هیئت مدیره تربیت بدنی شرکت نفت

[5] ASIAN SQUASH FEDERATION

[6] WORLD SQUASH FEDERATION

[7] پی اس ای (PSA) نام سازمان حرفه ای اسکواش مردان و زنان جهان است: PROFESSIONAL SQUASH ASSOCIATION

قوانین اسکواش

معرفی اسکواش

واژه اسکواش به معنای فشردن است و صدای برخورد توپ به دیوار صدایی راندایی می کند که شبیه اسکواش است و از این رو نام این رشته ورزشی را اسکواش گذاشته اند و معادل نام ایرانی آن کویان است.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



معرفی اسکواش

واژه اسکواش به معنای فشردن است و صدای برخورد توپ به دیوار صدایی راندایی می کند که شبیه اسکواش است و از این رو نام این رشته ورزشی را اسکواش گذاشته اند و معادل نام ایرانی آن کوبان است.

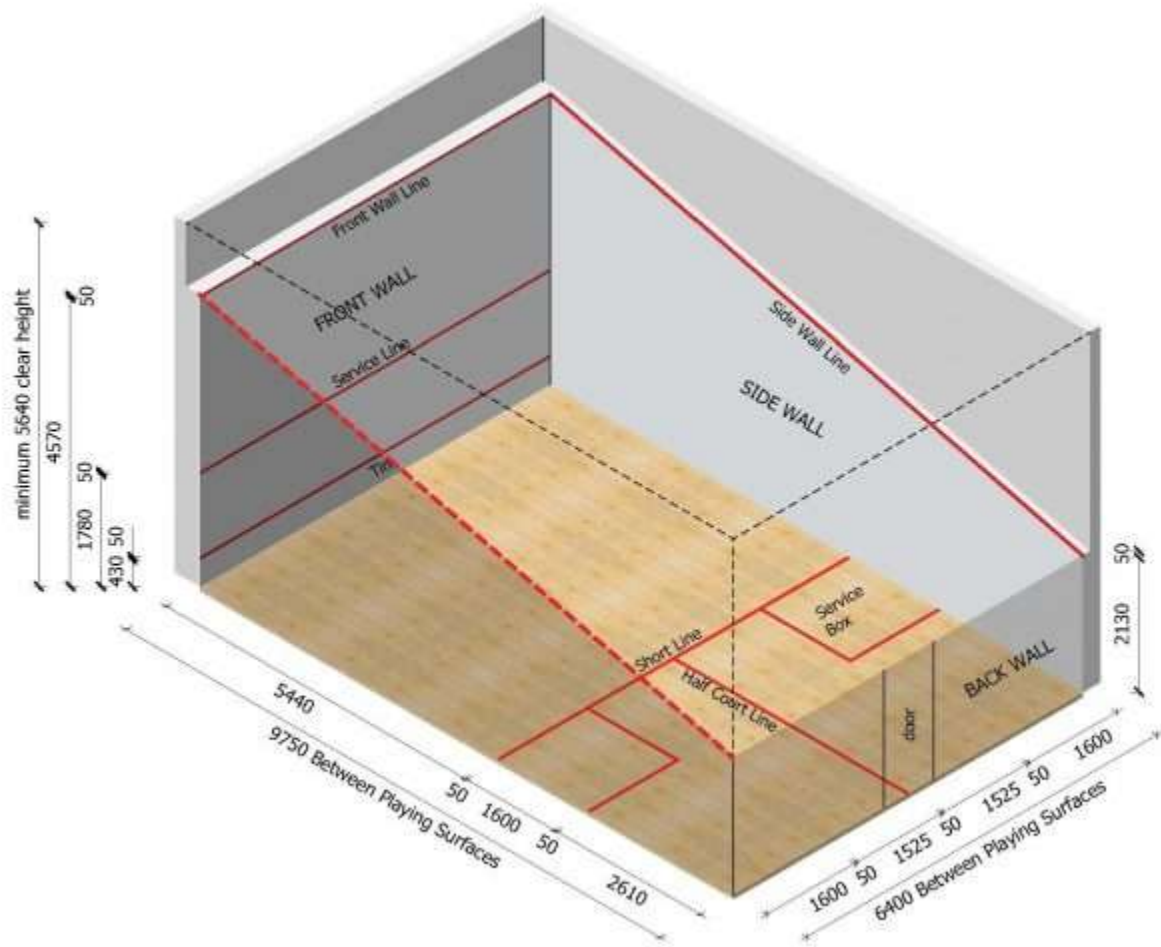
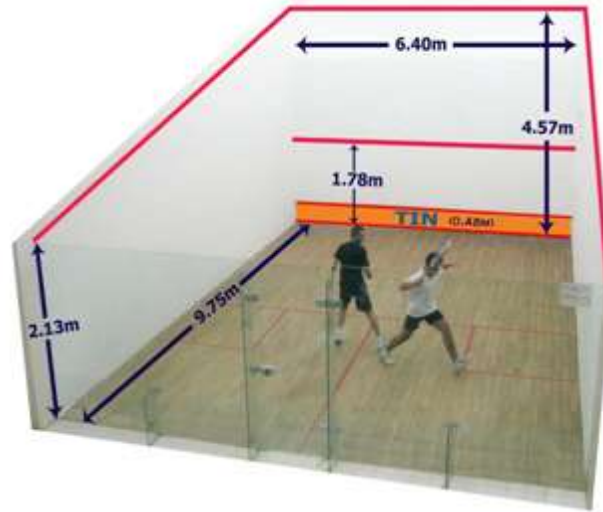
اسکواش از قدیمی ترین نوع خانواده ورزش های راکتی محسوب می شود. این ورزش کلیه اجزای آمادگی جسمانی را از قبیل (سرعت ، قدرت ، استقامت ، انعطاف پذیری ، چابکی و توان) دارا بوده و در بهبود استقامت قلبی عروقی و عضلانی نقش مهمی را ایفا می کند.

زمین اسکواش

به زمین بازی اسکواش کورت (court) گفته می شود و در دو نوع انفرادی (۲ نفره) و دوپل (۴ نفره) بازی می شود و هر کورت شامل ۴ دیوار است که ورزشکاران می توانند در داخل اتاقکی شیشه ای باشد و هر ۴ دیوار جزو محدوده زمین بازی است. اسکواش به وسیله دو نفر به صورت انفرادی یا به صورت چهار نفره (دوپل) در زمین یا کورت که دارای ۴ دیوار است .

ابعاد زمین يك نفره زمین اسکواش يك نفره دارای ۹/۷۵ متر طول، ۶/۴ متر عرض، و ۴/۵۷ متر ارتفاع است. بر روی دیوار جلویی سه خط به نام خط سرویس و دو خط اوت که پائینی به نام (تین TIN) و خط دیگر در قسمت بالایی است. ارتفاع خط سرویس از کف کورت ۱/۷۸ متر تا ۱/۸۳ متر است و ارتفاع خط تین از زمین ۴۳۰ میلی متر است. ارتفاع دیوار یا درب شیشه ای عقب کورت ۲/۱۳ متر است.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

کف کورت اسکواش

معمولاً از جنس کفپوش پارکت چوب غیرلغزنده که دارای خط کشی هایی است به همراه ۲ مکان سرویس در چپ و راست زمین. این خط ها در قسمت عقب زمین متصل به دیوار عقبی است.

راکت اسکواش

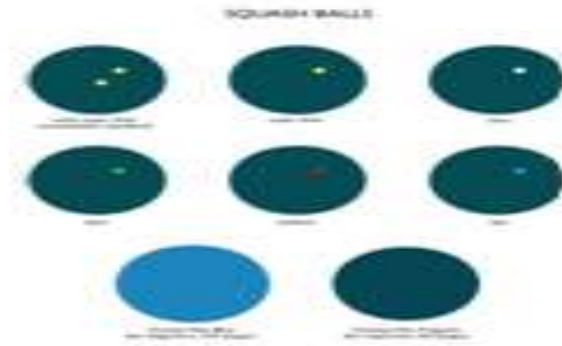
بعد از سال ۱۹۸۰ راکت ها از مواد مرکب مانند فلز، گرافیت و تیتانیوم ساخته می شود و موجب شده است تا راکت در دست راحت تر و سبک تر باشد. راکت های مدرن دارای طول ۶۸/۶ سانتی متر، عرض ۲۱/۵ سانتی متر است و طول فریم (قاب) آن ۳۹ سانتی متر است. وزن مجاز راکت حداکثر باید ۲۵۵ گرم باشد و به طور معمول میان ۱۱۰ تا ۲۰۰ گرم است.



توپ اسکواش

- توپ های اسکواش از دو تکه لاستیک که به صورت دونیم گره هم چسبیده است داخل آن توخالی است. رنگ توپ سیاه است اما برای رقابت در کورت های شیشه ای از توپ سفید استفاده می شود.
- توپ های اسکواش با خال های رنگی سطح آنها مشخص می شود.
- توپ دارای خال آبی که دارای حرکت جهشی و بسیار تنیدی است و بازیکن حرکاتش کند است. (برای آموزش به کار می رود)
- توپ دارای خال قرمز که حرکتش از خال آبی کندتر است ولی حرکات بازیکن تندتر است (برای اصلاح تکنیک به کار می رود)
- توپ دارای خال سفید حرکت و جهش آن کندتر از دوتای بالایی است در نتیجه حرکات بازیکن تندتر است.
- توپ دارای خال زرد توپی است که احتیاج به ضربه های قوی و حرکات تندتری دارد.
- توپ دارای دو خال زرد که کندتر بوده و ورزشکاران حرفه ای و در مسابقات رسمی کاربرد دارد.
- وزن توپ ها نیز میان ۲۳/۳ تا ۲۵/۵ گرم است و قطر آن ۳۹/۵ تا ۴۱/۵ میلی متر است.
- توپ های آبی رنگ بدون خال هم توپ های تمرینی بوده که دارای جهش بلندتری است.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



زمان بازی قوانین بازی اسکواش

اسکواش ۲ گیم از ۳ گیم و یا ۳ گیم از ۵ گیم است. قبل از بازی هر دو بازیکن ۵ دقیقه وقت برای گرم کردن دارند. بازیکنان با زدن سرویس بازی را آغاز می کنند و با چرخش راکت و علامت روی دسته آن زننده سرویس مشخص می شود.

انتخاب سرویس از «مربع» یا (باکس) چپ یا راست در موقع زدن نخستین سرویس در اختیار زننده سرویس است. اگر نخستین امتیاز را گرفت به طور اجباری جای سرویس عوض می شود و به صورت رالی بازیکنی که زودتر به ۱۱ امتیاز برسد آن گیم را برده است.

درحقیقت بازیکن توپ را با راکت می زند و توپ باید پیش از برخورد با زمین با دیوار رو به رو برخورد کند و هنگام برگشت از دیوار رقیب دوباره ضربه بزند.

این رشته زمانی با اختراع کورت شیشه ای به لحاظ پوشش تصویری تلویزیونی طرفداران بسیار زیادی در سراسر جهان پیدا کرد.

چهار دیوار این کورت به گونه ای است که از بیرون داخل آن بطور کامل پیداست ولی بازیکنی که داخل آن قرار دارد تماشاگران را به صورت مات می بیند.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

۲- کورت شیشه ای تمرینی



۳- اسکواش ساحلی



آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

۴- دیواره متحرك مشبك اسکواش



۵- کورت بادی اسکواش



آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

۶- کورت اسکواش يك طرف شیشه



۷- مینی اسکواش

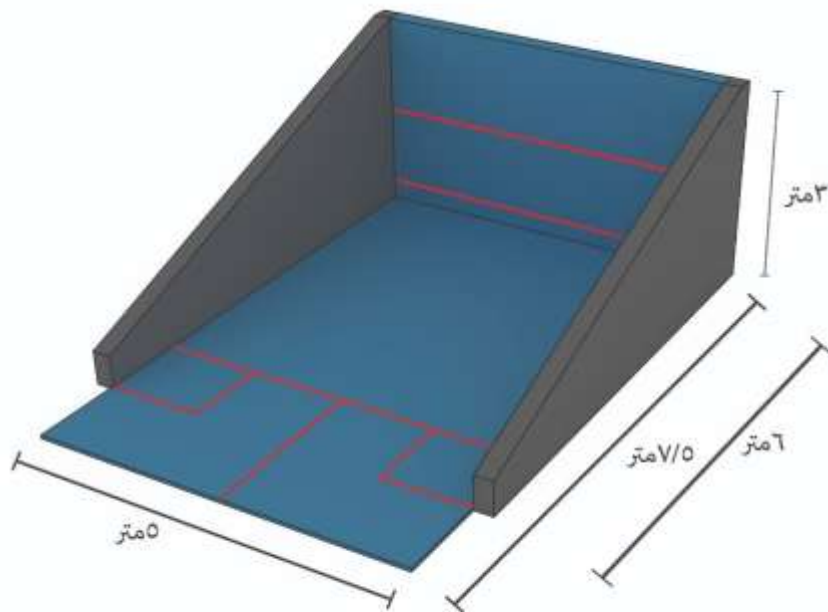


آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

۸- کورت شیشه ای استاندارد (Glass Court)



۹ - مینی کورت سه طرفه پارکی



ویژگی های اسکواش

به دلیل ویژگی های اختصاصی و منحصر به فرد این رشته ، به زودی در سطح کشورهای پیشرفته و برخی کشورهای جهان سوم در حال گسترش است. از ویژگی های خاصی که روز به روز بر تعداد علاقه مندان و توسعه کمی و کیفی این رشته می افزاید، می توان به این موارد زیر اشاره کرد؛



۱- رشته ورزشی اسکواش ظرفیت های بسیار بالایی در بهبود شاخص های سلامت دارد. با توجه به اینکه شاخص های سلامت در تربیت بدنی و بطور مشخص در آمادگی جسمانی در ۵ بخش (۱. ترکیب بدنی ۲. استقامت قلبی و ریوی ۳. استقامت عضلانی ۴. قدرت عضلانی ۵. انعطاف پذیری ۶. چابکی ۷. توان) خلاصه می شود، رشته های ورزشی معدود و محدودی هستند که توانایی بهبود مجموعه این پنج شاخص را دارند که اسکواش یکی از آنها است.

۲- بسیاری از افراد با اهداف تفریحی و لذت بردن از اوقات فراغت گام به فعالیت های جسمانی و ورزش می پردازند. اسکواش به دلیل دارا بودن ویژگی های سرعت، دقت، فکروامکان رقابت هیجان برانگیز و در عین حال امکان یادگیری سریع آن، به قدری دارای جاذبه های تفریحی است که اکثر کسانی که این بازی را حداقل برای یکبار تجربه کرده اند آنرا در اولویت های تفریحی خود قرار می دهند.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

۳- زمینه تجربه قهرمانی و حتی حرفه ای شدن در این رشته بسیار بالاست. با ظهور سازمان های حرفه ای در سطوح جهانی و بین المللی این رشته، بازیکنان حرفه ای زیادی شکل گرفته اند. سازمان های حرفه ای [1]PSA که با عنوان اتحادیه اسکواش بازان حرفه ای، با برگزاری مسابقات متنوع و متعدد در سطح دنیا رتبه بازیکنان در سطح جهان را تعیین می کنند. مسابقات این سازمان ها بر اساس جوایز نقدی و خدماتی برای برگزارکنندگان، داوران و بازیکنان می باشد که با افزایش کمیت و کیفیت این جوایز و خدمات، که منجر به شرکت بازیکنان تراز اول تری می شود، ضرائب اثرگذاری در تعیین رتبه های جهانی بازیکنان نیز تعیین می شود. با این توضیح گردش مالی بسیار بالا در این سازمان ها امکان حرفه ای شدن در مناسب مختلف این رشته را فراهم کرده است. در حال حاضر مربیان و بازیکنان کشورهای مثل پاکستان و مصر درآمدهای بسیار خوبی را از این راه کسب می کنند.

۴- بازی اسکواش ظرفیت بسیار بالایی در بهبود شاخص های آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت دارد. این مهم باعث شده است تا در بسیاری از کشورهای پیشرفته از اسکواش به عنوان رشته ای مکمل در کنار سایر رشته های ورزشی مورد استفاده قرار گیرد.

۵- هزینه های ساخت و نگهداری سالن های اسکواش در مقایسه با بسیاری از رشته های ورزشی پایین تر و مقرون به صرفه تر است و این در حالی است که نسبت بهره وری آن در تامین اهداف متنوع ورزش بسیار بالاتر است. با توجه به نیاز به حداقل فضای ممکن (در حدود ۶۲ متر مربع و کمتر در سالن کوچک آن) و از سوی دیگر هزینه های منطقی برای ساخت و مهم تراز آن نگهداری های بعدی و وجود ویژگی ها و جاذبه های متعدد و متنوع، انگیزه های توسعه امکان و طرفداران این رشته به ویژه در کشورهای پیشرفته را افزایش داده است.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



۶- مراکز تفریحی (Leisure center) دولتی و خصوصی در کشورهای پیشرفته ، گرایش محسوسی به توسعه اماکن اسکواش پیدا کرده اند، زیرا علاوه بر جلب و جذب خانواده ها در ایجاد پاتوق های سالم خانوادگی و دوستانه در حداقل فضا بسیار مناسب هستند. در عین حال با نصب کورت های شیشه ای در مراکز گردشگری فرصت مناسبی را جهت توسعه گردشگری ورزشی فراهم کرده است.



۷- طرح های ساده شده بسیاری از این بازی هرروزه از سوی ، فدراسیون ها، شرکت ها و افراد مختلف زمینه گسترش هرچه بیشتر این رشته با جاذبه های بیشتر وامکانات کمتر را فراهم می کند. طرح های اسکواش تک دیواره ، مینی اسکواش ، اسکواش سه طرفه پارکی ، امروزه شرایط اجرای بازی اسکواش در اکثر فضاها را فراهم کرده است.

۸- رشته اسکواش از لحاظ فرهنگی نیز، شرایط بسیار خاصی دارد. اسکواش از معدود رشته هایی است که رقابت کنندگان درکنار یکدیگر بازی می کنند و نه درمقابل یکدیگر. این ویژگی درکنار دیگر ویژگی ها شرایط جذب بسیاری از چهره های سرشناس اقتصادی، سیاسی، فرهنگی ملی و بین المللی در کشورهای مختلف را به این رشته فراهم کرده است. درکنار این مسئله آدابی چون احترام به حریف و امتیاز دادن به کسی که توپ را به حریف مقابل خود وسایر موارد دیگر، جنبه های تربیتی مناسبی را برای این رشته فراهم نموده است که به دلیل ویژگی هایی که در نوع مهارت بازیکنان وجود دارد به آن شطرنج ایستاده هم اتلاق می شود .

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



راکتبال - squash 57

راکتبال به عنوان یکی از رشته های هم خانواده اسکواش به شمار می آید و اکثر قوانین آن مشابه قوانین اسکواش است.



squash 57 (راکتبال) به عنوان یکی از رشته های هم خانواده اسکواش به شمار می آید و اکثر قوانین آن بسیار مشابه قوانین اسکواش است. این مزایای این رشته ورزشی نداشتن محدودیت سنی است اما در کشور انگلیس که مهد اسکواش ۵۷ است بیشتر در رده های سنی بالاتر از ۳۵ سال علاقمندان این رشته جذاب و مفرح را تشکیل می دهند. عبارت اسکواش ۵۷ اشاره به قطر توپ راکتبال انگلیسی (۵۷ میلی متر) دارد که این نام در سال ۲۰۱۶ مورد تصویب فدراسیون جهانی اسکواش WSF قرار گرفت.

از سال ۱۳۸۹ با حمایت وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون اسکواش فرشته قضایی وزیری این رشته جذاب را به کشورمان معرفی کرد .

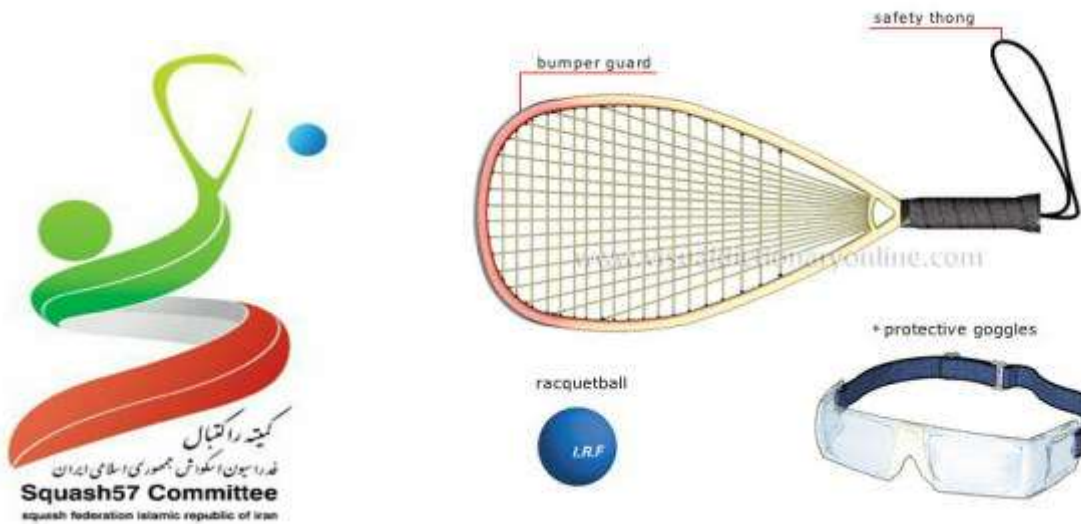
راکتبال به دو صورت انگلیسی و آمریکایی انجام می گیرد که نوع انگلیسی با نام squash 57 در کورت های اسکواش انجام می شود ولی ابعاد نوع آمریکایی به لحاظ شکل بازی تغییراتی جزئی در زمین دارد و سقف جزو زمین بازی است . لازم به ذکر بوده تنها کورت آمریکایی راکت بال در سال ۱۳۸۷ در مجموعه مادر آران و بیدگل کاشان به همت مرحوم سحابی از خیرین این شهر ساخته شده است.

نخستین کلاس بین المللی راکتبال در اسفند سال ۱۳۹۶ با حضور محمد سرور مدرس انگلیسی مورد تایید فدراسیون جهانی در تهران با حضور علاقمندان این رشته ورزشی برگزار شد.

آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال



[/http://www.worldsquash.org/squash-57](http://www.worldsquash.org/squash-57)



آشنایی عمومی با اسکواش و راکتبال

فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران

آدرس: تهران ، بلوار نلسون ماندلا (آفریقا)، بالاتر از تقاطع اسفندیار، خیابان شهید انصاری (صداقت)، پلاک ۶
، طبقه سوم

کدپستی: ۱۹۶۷۸۷۴۸۱۱ / تلفن : ۲۶۲۰۶۳۶۰ - ۰۲۱ / فکس : ۲۶۲۰۶۳۷۰ - ۰۲۱

www.squashiran.ir

شبکه های اجتماعی @squash.iran

خرداد ۱۴۰۲