فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران

آشنایی با
اسکواش
در ایران و جهان



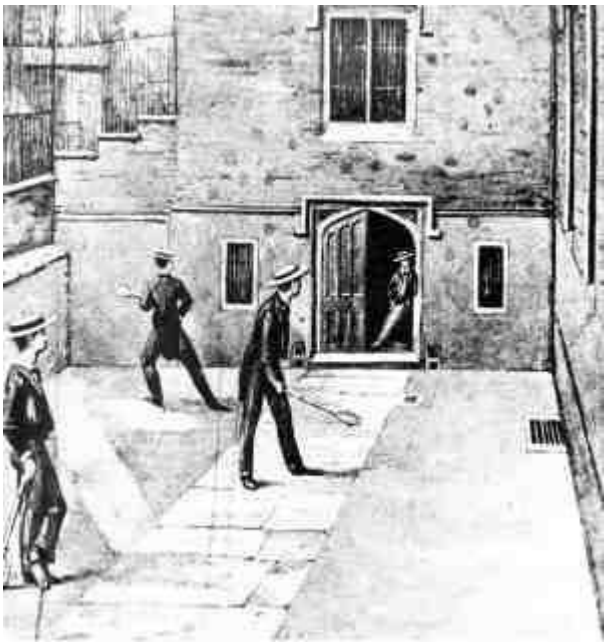


تاریخچه اسکواش در جهان و ایران

تاریخچه اسکواش درجهان

رشته ورزشی اسکواش تاریخچه ای خاص دارد.بازی هایی که با استفاده ازدیوار وپرتاب انواع توپ های دست ساز مثل گوی های پارچه ای و چوبی به سمت آن وکنترل آن دربرگشت ها دربسیاری از کشورها وجود داشته است. حتی امروزه دربرخی از بازی های سنتی وبومی کشورها، اشکالی از این نوع فعالیت ها به چشم می خورد،ازجمله بازی هایی که درآن با استفاده از مشت ، کف دست و چوب یا راکت به توپ ضربه زده می شود. درقرن 12 میلادی یک سرگرمی به نام کف دست[1] میان فرانسوی ها متداول بود.اوایل قرن 19میلادی فکراستفاده از راکت وتوپ باعث بوجودآمدن 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 دیوارمی زدندوباعث ظهور بازی ای به نام راکتس[2] شدند. درسال 1820میلادی بازی راکتس به سرعت به چند مدرسه در انگلیس ورود کرد و با رونق گرفتن این بازی درمدارس، درسال 1830اسکواش درمدرسه هارو به وجودآمد.



شاگردان این مدرسه به کمک راکت سعی می کردند با قدرت به توپ ضربه بزنند وهنگام برگشت آن از دیوار ، دوباره خودرا به آن برسانند واین عمل را تکرار کنند. جاذبه ها وهیجان بازی به زودی باعث رشد آن شد تا جایی که درسال 1864 میلادی اسکواش رسمیت یافت ونخستین زمین های اختصاصی آن ساخته شد.مانند بسیاری از ورزش های آن زمان ، اسکواش نیزاستانداردمشخصی برای شیوه بازی،ساخت وابعاد زمین و وسایل لازم خود نداشت.

آشنایی عمومی با اسکواش

ازسال 1874 میلادی این بازی درانگلیس رسمیت پیدا کرد ودرسال1883 میلادی اولین زمین اسکواش درآکسفورد انگلیس ساخته شدو درسال 1911انگلیسی ها قانون بازی اسکواش وابعادزمین آن را ضابطه مندکردند واین ضوابط به مرور به شکل امروزی درآمد.درسال 1967میلادی (1346 هجری شمسی) فدراسیون بین المللی اسکواش با 7کشور مصر،انگلیس ،استرالیا،آفریقای جنوبی،پاکستان، هند و نیوزیلند شکل گرفت و در سال 1992 نام آن به فدراسیون جهانی اسکواش WSF تغییرکرد.

کشورهای عضو این فدراسیون به مرور افزایش یافت تا جایی که درابتدای سال 2004 تعداد اعضای آن به 150 عضورسید.این فدراسیون مورد تایید کمیته بین المللی المپیک وعضو انجمن عمومی فدراسیون های ورزشی بین المللی است.

اسکواش از سال 1998 در زمره رشته های رسمی بازی های آسیایی درآمد و قرار است در المپیک 2024 نیز حضور داشته باشد.

از معروف ترین چهره های اسکواش جهان دربخش مردان می توان به جهانگیر خان و جانشیر خان هردو از پاکستان ودر بخش بانوان نیکول دیوید از مالزی اشاره کرد . در سال های اخیر اسکواش بازان مصری با نتایج درخورتوجه خود موفق به حضور در صدر رنکینگ های بانوان و مردان جهان شده اند .

تاریخچه اسکواش درایران

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 علاقه‌مند شدند . از ساخت نخستین کورت اسکواش درکشورمان اطلاعات دقیقی دردست 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 1330 در استان های خوزستان وتهران دارای سالن های تمرینی بود ومسابقات قهرمانی از سوی شرکت نفت و بانک ملی برگزار می شد .

سید جلیل کازرونی متولد 1322 درآبادان یکی ازپیشکسوتان 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] درخیابان

آشنایی عمومی با اسکواش

کوشک دردهه 1330 دارای کورت اسکواش بوده است ضمن اینکه نخستین کورت های اسکواش در آبادان هم دراوایل دهه 30 ازطریق شرکت نفت درمحله بریم ساخته شده است.





مرحوم سید خلیل الله کازرونی قدیمی ترین ایرانی است که علاوه بر فراگیری اسکواش در دهه قبل از دهه 1320 در انگلیس نسبت به آموزش این رشته در آبادان و تهران در ابتدای دهه 1330 اقدام کرده است و به نوعی **" پدر اسکواش ایران "** می باشند. وی عضو هیئت مدیره کنسرسیوم شرکت نفت بعداز ملی شدن نفت بوده وتلاش های گسترده ای برای توسعه این رشته ورزشی ازطریق شرکت نفت انجام داده است .

مجله کیهان ورزشی درتاریخ 13 بهمن سال 1335 به برگزاری سومین دوره مسابقات اسکواش با نام جام تکش در باشگاه نفت تهران اشاره کرده که این خود نشان دهنده قدمت اسکواش درپایتخت به شمار می رود.


SQUASH IN ABADAN

Abadan Archaeology

Squash players from the Bank Melli, Tehran, visited Abadan last week and after an exciting match at the Braim squash courts on Thursday beat an Abadan team by 3 games to 2. In play (picture on right) is Dudley Danby (left) who put up some stiff opposition against Mozaffarian but the Tehran No. 1 player's youth gave him that edge of speed and endurance which proved to be the deciding factor in the final stages of the game.


خبر های ورزشی هفته

مسابقات نهائی اسکواش جام تکش

مسابقه نهائی اسکواش باشگاه نفت که باشرکت دوازده نفراز قهرمانان این رشته ازمدتی پیش آغاز شده بود درروز یکشنبه هفتم بهمن ازساعت شش بعدازظهر با حضور عده زیادی ازعلاقمندان در سالن اسکواش باشگاه بداوری آقای اردشیر آقاولی بین آقایان محسن آروون وعبداله نصر که بمسابقه نهائی رسیده بودند انجام گردید وبعد ازبازی مهیجی سرانجام بنفع آقای محسن آروین پایان پذیرفت و بدین ترتیب ایشان توانستند برای سومین سال قهرمان مسابقات اسکواش باشگاه گردیده وجام تکش را برای همیشه نگهداری نمایند پس از پذیرائی گرمی که ازحضار بعمل آمد باایرادبیانات کوتاهی ازطرف آقای تکش مینی برتشویق قهرمانان جام وگلدانهای نقره بین قهرمانان بوسیله ایشان توزیع گردید .

درعکس زیر از چپ آقایان نصر ، تکش آروین و پال دیده میشوند

باشگاه اسکواش شرکت نفت درمحله الهیه تهران قرار دارد واز بدو تاسیس تاکنون به عنوان یکی از مراکز مهم اسکواش شاهد حضور چهره های مهم اسکواش ایران چون مرحوم خلیل الله کازرونی وآقای مظفریان ازهمکاران مرحوم کازرونی درشرکت نفت بوده است.

آشنایی عمومی با اسکواش

به دلیل قوانین خاص اسکواش وجذابیت این رشته ورزشی بسیاری از افراد تحصیلکرده ومشهور با اسکواش آشنایی دارند.

مرحوم پروفسور محمد حسن گنجی پدرعلم جغرافیای نوین ایران درگفتگویی از وجود یک کورت اسکواش دربانک شاهی دراوایل دهه 1320درتهران خبرداده است که برادر وی غلامعلی گنجی مدیریت باشگاه بانک مذکور را عهده دار بوده است .

با تشکیل اداره تربیت بدنی بانک ملی به سال 1316 دردهه 1330 یک کورت اسکواش در باشگاه بانک ملی تهران واقع در خیابان فردوسی افتتاح می شود.

درسال 1342 کورت اسکواش شرکت نفت واقع درمنطقه الهیه تهران با نام باشگاه 25 شهریور راه اندازی شد و با افتتاح باشگاه شاهنشاهی یا همان باشگاه انقلاب فعلی به سال 1337 درتهران دراواخر دهه 40 یک کورت اسکواش نیز دراین مجموعه ساخته می شود .

با ورورد جدّی مسوولین کشور به امر توسعه ورزش درابتدای دهه 50 وکسب میزبانی بازی های آسیایی ، نخستین فدراسیون اسکواش ایران با حمایت مسولین تربیت بدنی شرکت ملی نفت [4]به ریاست عباسقلی بختیار از مسوولین شرکت ملی نفت ودبیری دکتر محمود نائینی درسال 1352 با بودجه سالیانه 500 هزارتومان تاسیس شد.



عباسقلی بختیار

پس از گذشت مدتی به دلیل انحلال سازمان تربیت بدنی وقت درسال 56 ، 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 ، وزیرجهان یوسف زئی به جذب علاقمندان اسکواش دردر اواخر دهه 1350 به راه خود ادامه داد.

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

با پیروزی انقلاب اسلامی درسال 1357 و به دلیل وقوع جنگ تحمیلی درسال 1359 به دلیل شرایط خاص کشور راه اندازی فدراسیون ها ورشته های جدید دردستور کار سازمان تربیت بدنی وقت نبود تا اینکه پس از پایان جنگ در سال 1367و راه اندازی رشته های جدید ازسوی سازمان تربیت بدنی وقت ، درابتدای دهه 70 کمیته اسکواش درفدراسیون بدمینتون تاسیس شد و پس از تلاش ها وکوشش های اهالی اسکواش درسال 1371 وبطور رسمی در مرداد 1372 و در دوره ریاست شادروان دکتر حسن غفوری فرد درسازمان تربیت بدنی وقت ، مرحوم غلامحسین فرزامی از پیشکسوتان فوتبال ایران ، ریاست فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران را برعهده گرفت.

روسای فدراسیون اسکواش بعد از پیروزی انقلاب



شادروان غلامحسین فرزامی

1382 – 1372



محمدشریف ملک زاده

1388 - 1386



حمید قاسمی

1386 – 1382



مسعود سلیمانی

1388 تا 1401



امیرعزیزی یور

از 1401 تا اکنون

آشنایی عمومی با اسکواش

فدراسیون اسکواش در سال 1994 میلادی مطابق با سال 1373 هجری شمسی به عضویت فدراسیون آسیایی[5](ASF) و جهانی [6](WSF) درآمد.

در سال 1375 یک دوره کلاس مربیگری بین المللی با حضور آقای فرهان سمیع اله خان از کشور پاکستان تشکیل شد و 25 نفر در سراسر کشور تحت آموزش قرار گرفتند همچنین در این سال یک دوره کلاس داوری در سطح آسیا توسط آقای منیر شاه رئیس وقت کمیته داوران فدراسیون آسیا تشکیل و تعداد 12 نفر تحت آموزش قرار گرفتند.

ساخت سالن های شهید حیدرنیا درسال 1378 درتهران ، برگزاری نخستین دوره مسابقات بین المللی دهه فجر به سال 1375 درباشگاه انقلاب تهران ، برگزاری نخستین دوره کلینیک داوری با حضور مدرس آسیایی به سال 1375 درتهران وهمچنین حضور دربازی های آسیایی 1998 تایلند وبازی های غرب آسیا درسال 1381 به همراه حضور برخی مربیان پاکستانی درکشورمان و ارتباط بین المللی با کشورهای منطقه ازجمله کویت وراه اندازی هیئت های استانی درشهرهای مهمی چون یزد ، کرمانشاه ، اصفهان ، زاهدان ، اهواز ، اراک وجزیره کیش باعث بسط وگسترش این رشته شد.

در شهریور سال 1382 دکترحمید قاسمی با حکم مهندس محسن مهرعلیزاده رئیس وقت سازمان تربیت بدنی به عنوان دومین رئیس فدراسیون اسکواش جانشین غلامحسین فرزامی شد.

ابداع رشته اسکواش باز یا تک دیواره درسال 1382، برگزاری نخستین دوره کلاس بین المللی مربیگری سطح یک آسیا با حضور میجر مانیوم مدرس آسیایی به سال 1382 درتهران ، استخدام مربیان خارجی مصری و پاکستانی برای تیم ملی از درسال 1383 ، برگزاری نخستین دوره مسابقات بین المللی زنان مسلمان در سال 84 درتهران و پی اس ای[7] درسال 1385 درکیش وشرکت درچند دوره مسابقات آسیایی و جهانی و راه اندازی چند هیئت استانی فعال از دیگر اقدامات مهم فدراسیون از سال 1382 تا 1386 بود.

در آذر سال 1386دکتر 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 درمسابقات قهرمانی جوانان آسیا و همچنین کسب عنوان پنجمی جوانان آسیا تیم پسران درسال 1387 به همراه کسب نخستین مدال بین المللی اسکواش ایران توسط آریا فاضلی منش درمسابقات اسکاتیش اوپن جونیور درهمان سال دراسکاتلند ، برگزاری جشن روز جهانی 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 درسال 1388 از مهم ترین اتفاقات مسئولیت وی بود.

در اسفند سال 1388 ، مسعودسلیمانی به عنوان سرپرست فدراسیون اسکواش و در تیر سال 1389 با موفقیت در مجمع انتخابات با حکم دکترعلی سعیدلو رئیس وقت سازمان تربیت بدنی به عنوان سومین رئیس فدراسیون اسکواش جانشین دکترملک زاده شد.در شهریور سال های 1393 و 1397 با برگزاری انتخابات فدراسیون اسکواش دکتر مسعود سلیمانی بار دیگر به عنوان رییس فدراسیون اسکواش انتخاب شد .

کسب عنوان سوم قهرمانی مردان آسیا به سال 2018 و همچنین 6 مدال انفرادی قهرمانی رده های سنی پسران آسیا برای اولین بار در سال های 2014 و 2017 ، میزبانی مسابقات قهرمانی جوانان آسیا برای نخستین بار در 3 دوره در سال های 1391 ، 1393 و 1394 ، میزبانی متعدد مسابقات داخلی و بین المللی ، راه اندازی فدراسیون غرب آسیا به ریاست ایران و در بخش توسعه

آشنایی عمومی با اسکواش

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 وپرورش و برقراری تفاهم نامه های متعدد با ارگان ها وسازمان ها ، و برگزاری دوره های آموزشی متعدد پیشرفته داخلی و بین المللی می توان اشاره کرد.

در 23 مهرماه سال 1401 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 طول دوران تصدی آقای خمارلو با تصمیم وزارت ورزش و جوانان رشته پدل زیر نظر فدراسیون تنیس قرار گرفت . در 12 دی سال 1401 با برگزاری مجمع انتخابات فدراسیون اسکواش ، آقای **امیر عزیزی پور** به عنوان رییس جدید فدراسیون انتخاب و با حکم دکتر حمید سجادی وزیر وقت ورزش و جوانان به این سمت منصوب شد.

کسب عنوان سوم قهرمانی بانوان آسیا به سال 2026 و نخستین مدال های طلای مسابقات رنکینگ جهانی حرفه ای (PSA) در بخش بانوان ، توسعه همگانی رشته اسکواش با برگزاری مستمر طرح های همگانی از جمله برنامه های روز جهانی اسکواش و افتتاح نخستین کورت مینی شیشه ای در پارک آب و آتش تهران و توجه به مناطق محروم با اجرای طرح شهاب وزارت ورزش و جوانان ، برگزاری نخستین دوره طرح ملی توسعه حرفه ای مربیان با هدف ارتقای کیفی و کمی مربیان کشور ، انعقاد تفاهم نامه با فدراسیون ورزش دانش آموزی و افزایش ارتباطات بین المللی با کسب 4 کرسی آسیایی و انتخاب آقای امیر عزیزی پور به ریاست غرب اسیا و تدوین برنامه راهبردی اسکواش ایران با افق 2032 از مهم ترین مواردی است که در دوران چهارساله آقای عزیزی پور می توان به آن اشاره کرد.

افتخارات اسکواش ایران



❖ **کسب مدال برنز تیمی قهرمانی آسیا 2026 در رده بزرگسالان بانوان در پاکستان**

15 آبان 1405 با ترکیب فرشته اقتداری ، نجمه بوشهری زاده ، نرگس سلطانی و باران محمد پور با هدایت الهام رمضانی





❖ **کسب مدال برنز تیمی قهرمانی آسیا 2018 در رده بزرگسالان مردان در کره جنوبی ، سوم فروردین 1397 با ترکیب سجاد زارعیان ، علیرضا شاملی ، نوید ملک ثابت و سمیع اله قاصدآبادی با هدایت سید محمد حسین سنایی**



❖ **کسب 4 مدال برنز تاریخی جوانان آسیا 2015 در رده های کمتراز 19 ، 17 ، 15 و 13 سال در 4 شهریور 1394 توسط سجادزارعیان ، علیرضا شاملی ، محمدرضا جعفرزاده و دانیال قارونی و همچنین کسب 2 مدال برنز جوانان آسیا 2017 (مرداد 1396) در کشور اردن در رده های کمتر از 19 و 15 سال توسط علیرضا شاملی و دانیال قارونی برای نخستین بار در خارج از ایران**

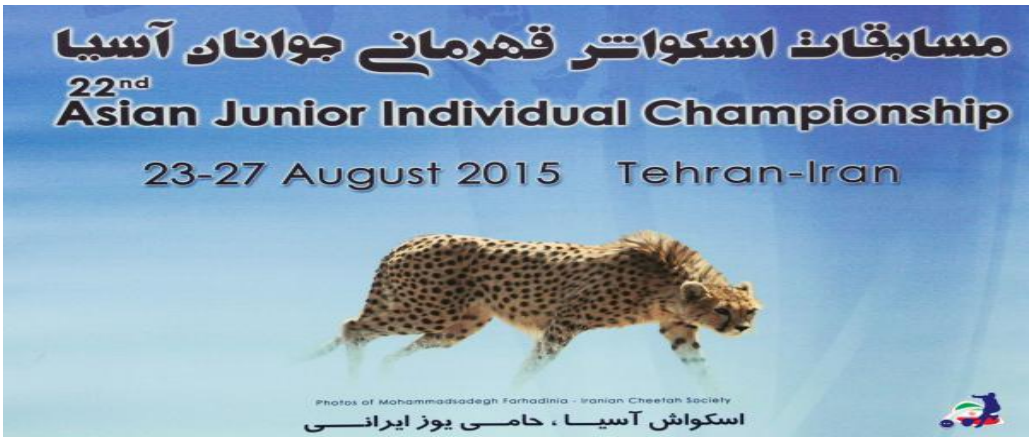




- **کسب عنوان قهرمانی تیمی مسابقات اسکواش غرب آسیا در سال های 2019 و 2022 و عنوان نخست مسابقات انفرادی غرب آسیا (سپهر اعتماد پور) در سال 2024**



کسب نخستین مدال طلای تاریخی مسابقات بین المللی رنکینگ جهانی 3000 دلاری بانوان درآفریقای جنوبی 2024 (مهرماه 1403) و اولین مدال نقره مسابقات 6000 دلاری بانوان در یوکوهاما ژاپن 2025 (فروردین 1404) توسط فرشته اقتداری


مسابقات اسکواش قهرمانی جوانان آسیا
22nd
Asian Junior Individual Championship
23-27 August 2015 Tehran-Iran
Photos of Mohammadsadegh Farhadinia - Iranian Cheetah Society
اسکواش آسیا ، حامی یوز ایرانی


21st
مسابقات اسکواش قهرمانی جوانان آسیا
Asian Junior Indivisual Chapionship
22 TO 25 June-2014
Kish Island-Persian Gulf-Iran
Gold
Silver
Bronze


مسابقات اسکواش قهرمانی جوانان آسیا
22nd
Asian Junior Individual Championship
23-27 August 2015
Tehran-Iran



❖ **میزبانی پرافتخار ایران در مسابقات قهرمانی جوانان آسیا دردوبخش دختران و پسران درسال 1391 و 1393 در جزیره کیش و 1394 در تهران و اخذ میزبانی مجدد در سال 1405**



❖ **انتخاب امیر عزیزی پور به عنوان رییس جدید فدراسیون اسکواش غرب آسیا – کیش 2025 و انتصاب آقای مهدی مختاری به عنوان دبیرکل جدید فدراسیون غرب آسیا**



تقویت روابط بین الملل با تداوم همکاری با فدراسیون های جهانی و آسیایی و اخذ عضویت ایران در کمیته های مربیان ، سیدینگ ، مسابقات و رویدادهای بزرگ فدراسیون اسکواش آسیا ASF









❖ **برگزاری مسابقات بین المللی ایران جونیور با رتبه گولد از آسیا و مسابقات بین المللی گرگان جونیور ، اصفهان جونیور ، یزدجوینور ، کیش جونیور و شیراز جونیور**





❖ **تداوم و استمرار برگزاری لیگ های اسکواش بانوان و مردان از سال 1388 تاکنون**



❖ **برگزاری مراسم روز جهانی اسکواش و هفته تربیت بدنی و دیگر برنامه های همگانی کردن رشته در سطح کشور**





افتتاح نخستین کورت مینی شیشه ای باهدف همگانی شدن رشته اسکواش در پارک آب و آتش تهران به مناسبت روز جهانی اسکواش ، 17 مهر 1405



اجرای طرح همگانی شهاب در استان های کشور با استفاده از دیواره پرتابل با حمایت وزارت ورزش و جوانان – شهریور 1405



❖ فعال بودن 31 هیئت استانی

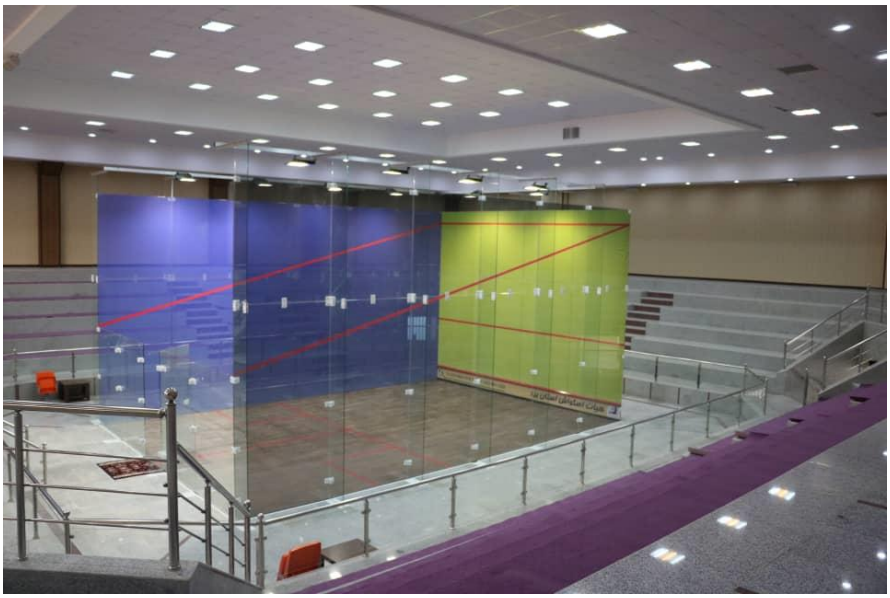


❖ برگزاری منظم کلاس های آموزشی



❖ **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 درتهران در به سال 1392 و افتتاح دومین کورت شیشه ای در سال 1397 با حضور وزیر وقت ورزش و جوانان در سالن کوثر یزد



تاریخچه اسکواش دربخش بانوان

در بخش بانوان شکل گیری رسمی اسکواش از سوی خانم فرشته قضایی وزیری با فراهم کردن مقدمات راه اندازی اسکواش دربخش بانوان درسال 1373 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 درتیر سال 1379 خانم فرشته وزیری به عنوان نخستین مسوول انجمن اسکواش بانوان ازسوی اداره کل ورزش بانوان سازمان تربیت بدنی منصوب شد.

نخستین دوره مربیگری اسکواش بانوان نیزدر سال 1378 به مدرسی خانم فرشته وزیری برگزار شد و خانم ها پریوش جهانبانی ، ایران و هما افلاطونی ، منیژه اشتهاردی و زهرا کفترک موفق به کسب دریافت کارت مربیگری شدند.

در بخش بانوان از ابتدای تاسیس انجمن بانوان کشور درسال 1379 خانم ها فرشته قضایی وزیری (1379 تا 1380)، فرانک حیدری (1380 تا 1382) و ژاله گودرزی (1382 تا 1383) این مسوولیت رابه عهده داشتند.

در سال 1383 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 1383 تا 1387 ، نجمه السادات کاشفی از 1387 تا 1388 ، معصومه باکوچی از 1388 تا 1389 ، فاطمه رستم پور از 1389 تا 1390و دکترالهام شیرزاد از سال 1390 تا 1398 و دکتر شهناز شهربانیان از 1398 تاکنون تاکنون عهده دار سمت نایب رئیسی بانوان فدراسیون اسکواش بوده اند.

[1]Le paume

[2]Rackets

[3] باشگاه کلوب تهران درخیابان کوشک درحال حاضر متعلق به تشکیلات نابینایان است

[4] آقای امیرنویدی روابط عمومی وقت تربیت بدنی شرکت ملی نفت وآقایان جعفرنامدار ، غلامحسین فرزامی ، پرویز دهداری ومرحوم شیرزادگان ازاعضای 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 وصدای برخورد توپ به دیوار صدایی راتداعی می کند که شبیه اسکواش است وازاین رو نام این رشته ورزشی را اسکواش گذاشته اند.



معرفی اسکواش

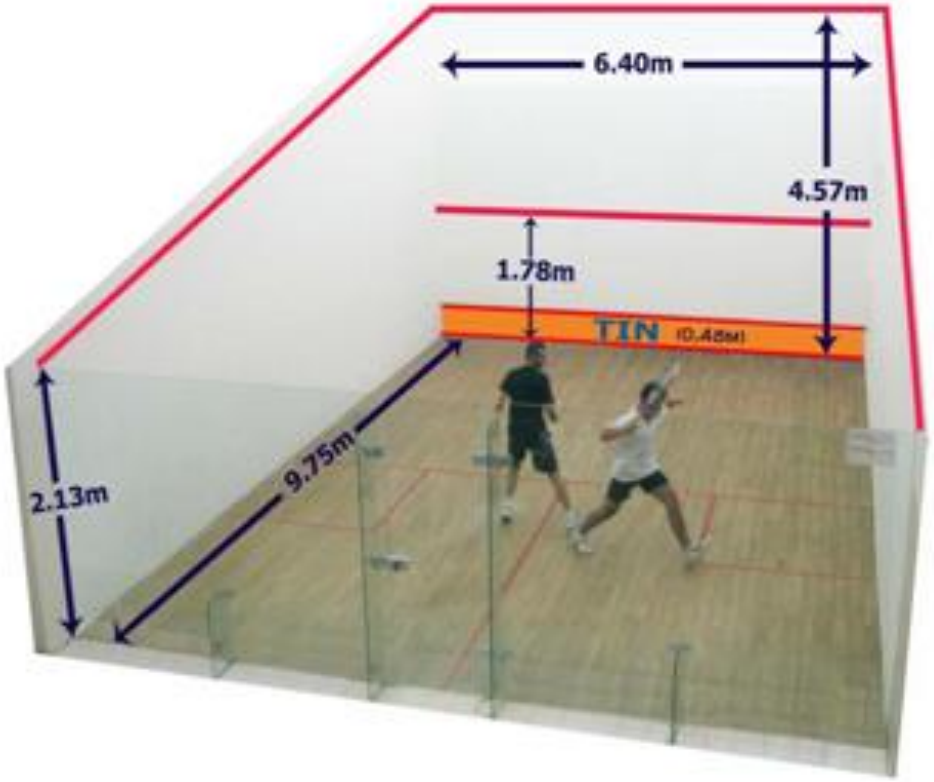
واژه اسکواش به معنای فشردن است وصدای برخورد توپ به دیوار صدایی راتداعی می کند که شبیه اسکواش است وازاین رو نام این رشته ورزشی را اسکواش گذاشته اند ومعادل نام ایرانی آن درفرهنگستان زبان فارسی کوبان است.

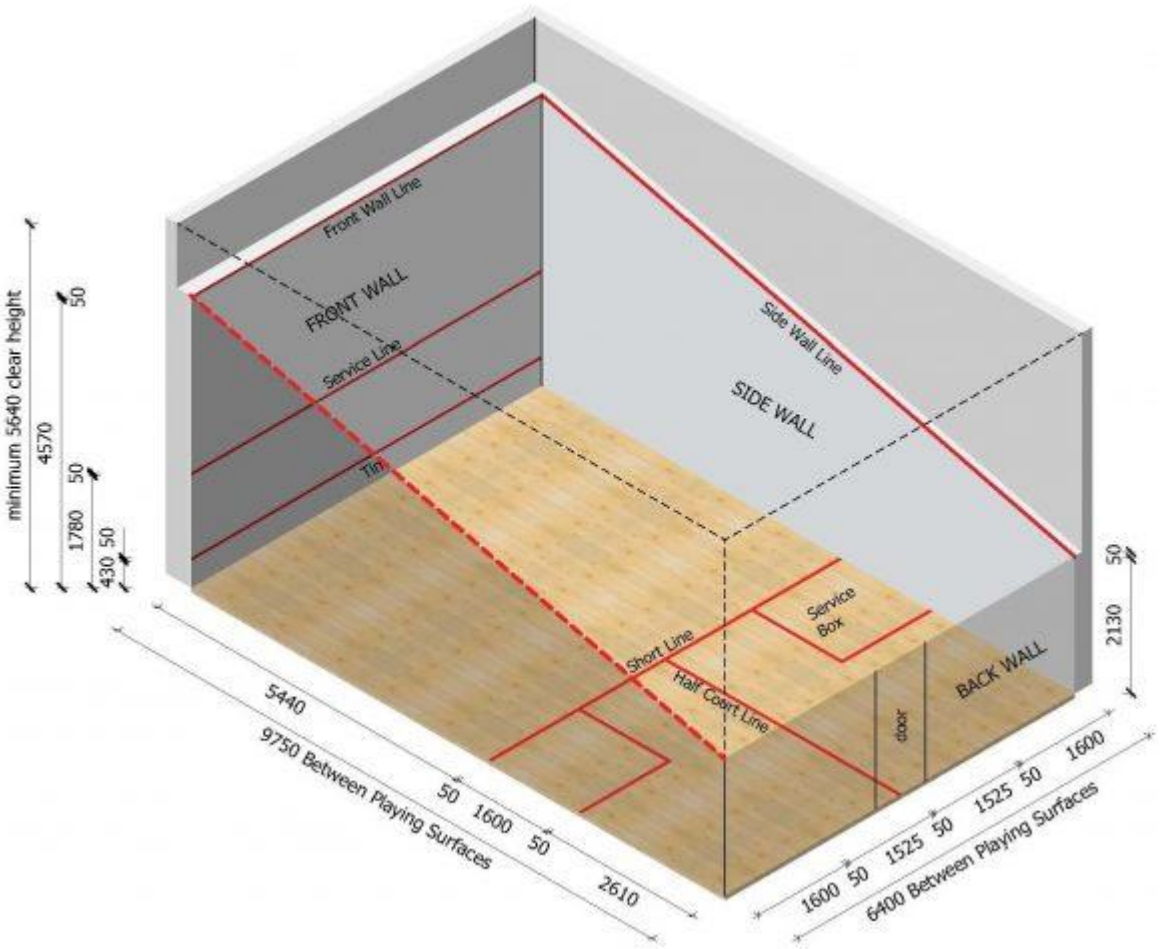
اسکواش از قدیمی ترین نوع خانواده ورزش های راکتی محسوب می شود. این ورزش کلیه اجزای آمادگی جسمانی را ازقبیل (سرعت ، قدرت ، استقامت ، انعطاف پذیری ، چابکی وتوان) دارابوده ودربهبود استقامت قلبی عروقی وعضلانی نقش مهمی را ایفامی کند.

زمین بازی اسکواش

به زمین بازی اسکواش کورت (court) گفته می شود ودردو نوع انفرادی ودوبل بازی می شود وهرکورت شامل 4 دیوار است که ورزشکاران می توانند درداخل اتاقکی باشند و هر4 دیوار جزو محدوده زمین بازی است.
اسکواش به وسیله دو نفر به صورت انفرادی یا به صورت چهار نفره (دوبل) در زمین یا کورت که دارای 4 دیوار است .

ابعاد زمین یک نفره زمین اسکواش یک نفره دارای 9/75 متر طول، 6/4 متر عرض، و 4/57 متر ارتفاع است. بر روی دیوار جلویی سه خط به نام خط سرویس و دو خط اوت که پائینی به نام (تین TIN) وخط دیگر درقسمت بالایی است.
ارتفاع خط سرویس از کف کورت 1/78 متر تا 1/83 متر استو ارتفاع خط تین از زمین 430 میلی متر است.
ارتفاع دیوار یا درب شیشه ای عقب کورت 2/13 متر است.





کف کورت اسکواش

معمولاً از جنس کفپوش " **پارکت چوب غیرلغزنده** " که دارای خط کشی هایی است به همراه 2 مکان سرویس در چپ و راست زمین. این خط ها در قسمت عقب زمین متصل به دیوار عقبی است.

راکت اسکواش

بعد از سال 1980 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 68/6 سانتی متر، عرض 21/5 سانتی متر است و طول فریم (قاب) آن 39 سانتی متر است. وزن مجاز راکت حداکثر باید 255 گرم باشد و به طور معمول میان 110 تا 200 گرم است.

انواع راکت های اسکواش

راکت‌های سبک:(Lightweight Racquets)

این راکت‌ها برای بازیکنان سرعتی که به دنبال کنترل دقیق هستند، طراحی شده‌اند. معمولاً وزن این راکت‌ها کمتر از 140 گرم است. این راکت‌ها کمک می‌کنند تا سرعت ضربات خود را کنترل کرده و دقت بالاتری داشته باشید.

راکت‌های سنگین:(Heavyweight Racquets)

این راکت‌ها معمولاً وزن بیشتری دارند (بالای 140 گرم) و برای بازیکنانی که به قدرت ضربات خود نیاز دارند، مناسب هستند. این راکت‌ها به افزایش قدرت ضربه کمک می‌کنند اما معمولاً کنترل کمتری دارند.

راکت‌های کنترل‌محور:(Control Racquets)

این نوع راکت‌ها برای بازیکنانی که به دقت ضربات و کنترل بیشتر نیاز دارند، طراحی شده‌اند. معمولاً دارای قاب کوچکتر و وزن بیشتر هستند.

راکت‌های قدرتی:(Power Racquets)

راکت‌های قدرتی برای بازیکنانی که به دنبال قدرت ضربات بالا هستند طراحی می‌شوند. این راکت‌ها دارای قاب‌های بزرگتر و وزن سبک‌تر هستند و به بازیکن کمک می‌کنند تا ضربات سریع‌تر و قوی‌تری بزنند.



توپ اسکواش

توپ های اسکواش از دو تکه لاستیک که به صورت دونیم کُره هم چسبیده است ,داخل آن توخالی است.رنگ توپ سیاه است اما برای رقابت درکورت های شیشه ای از توپ سفید استفاده می شود. وزن توپ ها نیز 24 گرم و قطر آن 40 میلی متر است.

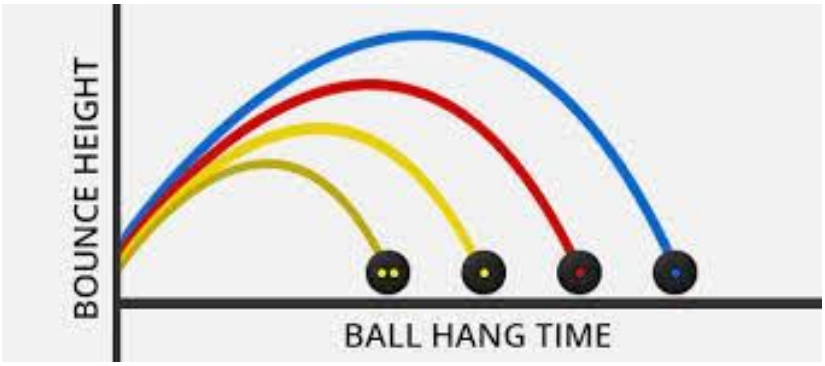
توپ های اسکواش با خال های رنگی سطح آنها مشخص می شود.

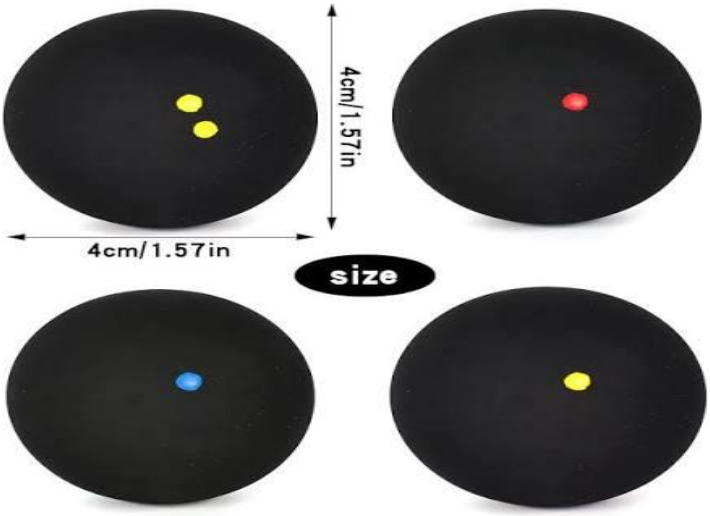
1- توپ دارای خال آبی که دارای حرکت جهشی و بسیار تندی است و بازیکن حرکاتش کند است. (برای آموزش به کار می رود)

2- توپ دارای خال قرمز که حرکتش از خال آبی کندتر است ولی حرکات بازیکن تندتر است (برای اصلاح تکنیک به کار می رود)

3- توپ دارای خال زرد توپی است که احتیاج به ضربه های قوی و حرکات تندتری دارد.

4- توپ دارای دو خال زرد که کندتر بوده و ورزشکاران حرفه ای ودرمسابقات رسمی کاربرد دارد.





عینک بازی اسکواش

برای محافظت از چشم ورزشکاران ، افراد کمتراز19 سال باید از عینک محافظ استفاده نمایند.



زمان بازی قوانین بازی اسکواش

اسکواش در 2 گیم از 3 گیم و یا 3 گیم از 5 گیم بازی می شود . قبل از بازی هر دو بازیکن 5 دقیقه وقت برای گرم کردن دارند. بازیکنان با زدن سرویس بازی را آغاز می کنند . 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 وبه صورت رالی بازیکنی که زودتر به 11 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 با ساخت و ابداع کورت تمام شیشه ای به لحاظ پوشش تصویری تلویزیونی طرفداران بسیار زیادی درسراسر جهان پیدا کرد.



همگانی کردن اسکواش

بمنظور توسعه و معرفی هرچه بهتر این رشته ورزشی اسکواش را به روش های زیر در حد آشنایی می توان تجربه کرد .

1 – اسکواش باز یا تک دیواره





2- دیواره پرتابل اسکواش



3- کورت بادی اسکواش



4 – مینی کورت









5 – مینی کورت شیشه ای



ویژگی های اسکواش

به دلیل ویژگی های اختصاصی ومنحصر به فرد این رشته ، به زودی درسطح کشورهای پیشرفته وبرخی کشورهای جهان سوم درحال گسترش است. از ویژگی های خاصی که روز به روز برتعداد علاقه مندان وتوسعه کمی وکیفی این رشته می افزاید، می توان به این موارد زیر اشاره کرد؛



1- رشته ورزشی اسکواش ظرفیت های بسیار بالایی در بهبود شاخص های سلامت دارد.با توجه به اینکه شاخص های سلامت در تربیت بدنی وبطور مشخص در آمادگی جسمانی در 5 بخش (1.ترکیب بدنی 2.استقامت قلبی وریوی 3.استقامت عضلانی 4.قدرت عضلانی 5.انعطاف پذیری 6.چابکی 7.توان)خلاصه می شود،رشته های ورزشی معدود ومحدودی هستند که توانایی بهبود مجموعه این پنج شا خص را دارند که اسکواش یکی از آنها است.

2- بسیاری از افراد با اهداف تفریحی ولذت 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 ودر عین

حال امکان یادگیری سریع آن، به قدری دارای جاذبه های تفریحی است که اکثرکسانی که این بازی را حداقل برای یکبار تجربه کرده اند آنرا دراولویت های تفریحی خود قرار می دهند.

3- زمینه تجربه قهرمانی وحتی حرفه ای شدن دراین رشته بسیار بالاست. با ظهور سازمان های حرفه ای درسطوح جهانی وبین المللی این رشته ،بازیکنان حرفه ای زیادی شکل گرفته اند.سازمان های حرفه ای PSA[1] که با عنوان اتحادیه اسکواش بازان حرفه ای ، با برگزاری مسابقات متنوع ومتعدد درسطح دنیا رتبه بازیکنان در سطح جهان را تعیین می کنند.مسابقات این سازمان ها براساس جوایز نقدی وخدماتی برای برگزارکنندگان ،داوران وبازیکنان می باشد که با افزایش کمیت وکیفیت این جوایز وخدمات ،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.درحال حاضر مربیان وبازیکنان کشورهایی مثل پاکستان ومصر درآمدهای بسیار خوبی را ازاین راه کسب می کنند.

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

5- هزینه های ساخت ونگهداری سالن های اسکواش درمقایسه با بسیاری از رشته های ورزشی پایین تر ومقرون به صرفه تراست واین درحالی است که نسبت بهره وری آن درتامین اهداف متنوع ورزش بسیار بالاتر است. با توجه به نیاز به حداقل فضای ممکن (درحدود62متر مربع وکمتردرسالن کوچک آن) واز سوی دیگرهزینه های منطقی برای ساخت ومهم تراز آن نگهداری های بعدی و وجود ویژگی هاوجاذبه های متعدد ومتنوع ، انگیزه های توسعه اماکن وطرفداران این رشته به ویژه در کشورهای پیشرفته را افزایش داده است.



6- مراکز تفریحی (Leisure center) دولتی وخصوصی در کشورهای پیشرفته ، گرایش محسوسی به توسعه اماکن اسکواش پیدا کرده اند ،زیرا علاوه برجلب وجذب خانواده ها درایجاد پاتوق های سالم خانوادگی ودوستانه درحداقل فضا بسیارمناسب هستند. درعین حال با نصب کورت های شیشه ای درمراکز گردشگری فرصت مناسبی را جهت توسعه گردشگری ورزشی فراهم کرده است.

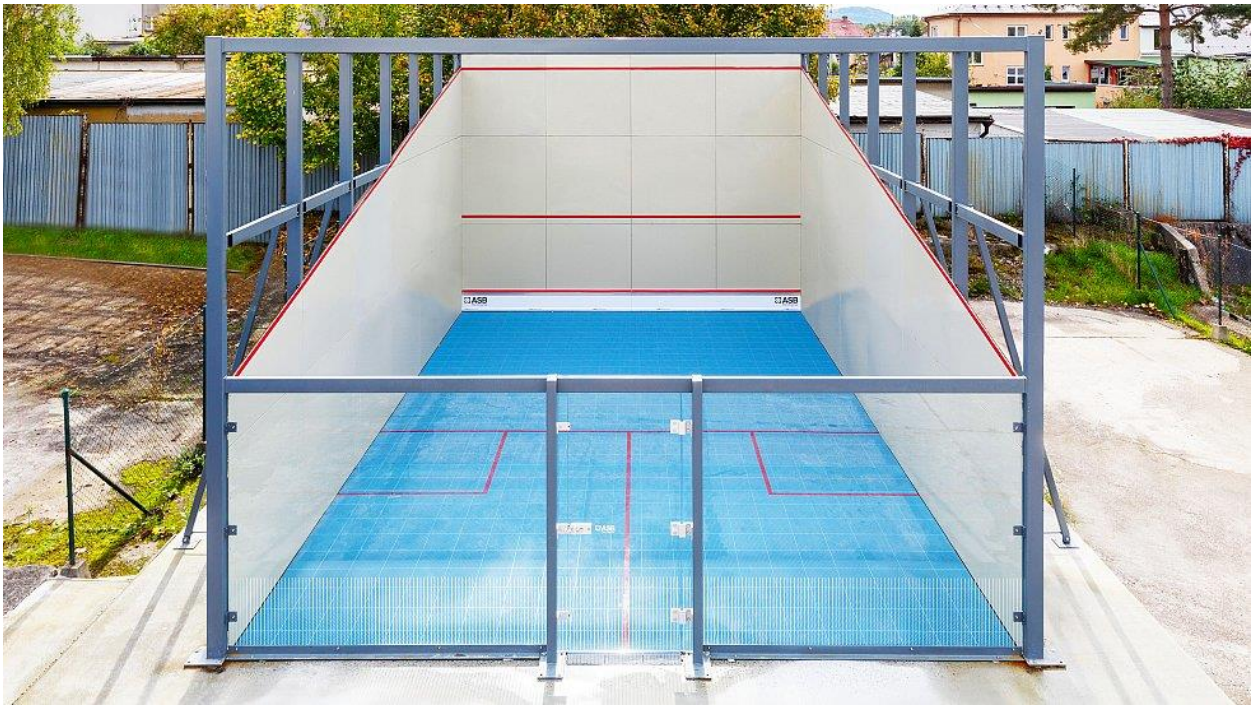


7- طرح های ساده شده بسیاری از این بازی هرروزه از سوی ، فدراسیون ها، شرکت ها وافراد مختلف زمینه گسترش هرچه بیشتر این رشته با جاذبه های بیشتر وامکانات کمتر را فراهم می کند. طرح های اسکواش تک دیواره ، مینی اسکواش ،اسکواش سه طرفه پارکی ،امروزه شرایط اجرای بازی اسکواش در اکثرفضاها را فراهم کرده است.

8- رشته اسکواش ازلحاظ فرهنگی نیز، شرایط بسیار خاصی دارد. اسکواش ازمعدود رشته هایی است که رقابت کنندگان درکناریکدیگر بازی می کنند ونه درمقابل یکدیگر. این ویژگی درکنار دیگر ویژگی ها شرایط جذب بسیاری از چهره های سرشناس اقتصادی، سیاسی، فرهنگی ملی وبین المللی درکشورهای مختلف را به این رشته فراهم کرده است.درکناراین مسئله آدابی چون احترام به حریف وامتیازدادن به کسی که توپ را به حریف مقابل خودوسایرموارد دیگر،جنبه های تربیتی مناسبی رابرای این رشته فراهم نموده است که به دلیل ویژگی هایی که درنوع مهارت بازیکنان وجوددارد به آن شطرنج ایستاده هم اتلاق می شود .

PROFESSIONAL SQUASH ASSOCIATION [1]





اسکواش 57 (squash 57)

اسکواش 57 به عنوان یکی از رشته های هم خانواده اسکواش به شمار می آید و اکثر قوانین آن مشابه قوانین اسکواش است.



squash 57 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 اکشور انگلیس که مهد اسکواش 57 است بیشتر در رده های سنی بالاتر از 35 سال علاقمندان این رشته جذاب و مفرح را تشکیل می دهند. عبارت اسکواش 57 اشاره به قطر توپ این بازی (57 میلی متر) اشاره دارد که این نام در سال 2016 مورد تصویب فدراسیون جهانی اسکواش WSF قرار گرفت.

ازسال 1389 با حمایت وزارت ورزش وجوانان و فدراسیون اسکواش فرشته قضایی وزیری این رشته را به کشورمان معرفی کرد .نخستین کلاس بین المللی اسکواش 57 در اسفند سال 1396 با حضور محمد سرور مدرس انگلیسی مورد تایید فدراسیون جهانی در تهران با حضور علاقمندان این رشته ورزشی برگزار شد.

آشنایی عمومی با اسکواش

http://www.worldsquash.org/squash-57/



فدراسیون اسکواش جمهوری اسلامی ایران

آدرس: تهران ، بلوار نلسون ماندلا (آفریقا)، بالاتر از تقاطع اسفندیار، خیابان شهید انصاری (صداقت)، پلاک 6 ، طبقه سوم

کدپستی:1967874811 / تلفن : 26206360 – 021 / فکس : 26206370 - 021

www.squashiran.ir

شبکه های اجتماعی @squash.iran

آبان 1405