

تقویم ورزشی سال ۱۳۹۶

فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران



فروردین ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	ثبت نام ممتحنین در سیستم بانک اطلاعات	۹۶/۰۱/۱۵ تا ۹۶/۰۲/۰۸		آقایان و بانوان
۲	حضور ورزشکاران در مراسم روز درختکاری	فروردین	استان متقاضی	آقایان و بانوان
۳	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مدرسان مربیگری (هان مادانگ)	۹۶/۱/۱۹	فدراسیون تکواندو	آقایان و بانوان
۴	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مدرسان مربیگری (پومسه)	۹۶/۱/۲۱	فدراسیون تکواندو	آقایان و بانوان
۵	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مدرسان مربیگری (کیوروگی)	۹۶/۱/۲۰	فدراسیون تکواندو	آقایان و بانوان
۶	نهمین دوره مسابقات نوجوانان آسیا	۹۶/۰۱/۲۲ الی ۹۶/۰۱/۲۴	آتی راو-قزاقستان	آقایان و بانوان
۷	چهارمین دوره مسابقات پومسه نوجوانان آسیا	۹۶/۰۱/۲۲ الی ۹۶/۰۱/۲۴	آتی راو-قزاقستان	آقایان و بانوان
۸	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مدرسان داوری (کیوروگی)	۹۶/۱/۱۷	فدراسیون تکواندو	آقایان و بانوان
۹	هفتمین دوره مسابقات جام باشگاههای آسیا	۹۶/۱/۲۴ الی ۹۶/۱/۲۵	مازندران - ساری	آقایان
۱۰	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه مدرسان داوری (پومسه)	۹۶/۱/۱۸	فدراسیون تکواندو	آقایان و بانوان
۱۱	بیست و هشتمین دوره مسابقات جام فجر	۹۶/۱/۲۷ الی ۹۶/۱/۲۸	مازندران - ساری	آقایان و بانوان
۱۲	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۱/۳۱	آذربایجان شرقی - آذربایجان غربی - اردبیل اصفهان - ایلام - بوشهر - تهران و توابع البرز - گیلان - خراسان رضوی - خراسان شمالی	بانوان
۱۳	فستیوال همگانی تکواندو	نیمه دوم فروردین	تهران	توسط هیات استان تهران در پارک دریاچه خلیج فارس
۱۴	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	نیمه دوم فروردین	البرز	توسط هیات استان البرز
۱۵	تجلیل از مسئولین و ورزشکاران و پرسنل زن			

اردیبهشت ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۲/۰۱	آذربایجان شرقی- آذربایجان غربی - اردبیل اصفهان- ایلام- بوشهر- تهران و توابع البرز- گیلان- خراسان رضوی- خراسان شمالی	آقایان
۲	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۲/۰۷	خراسان جنوبی- خوزستان- زنجان- مازندران- سیستان و بلوچستان - فارس- قزوین- قم- کردستان- کرمان- کرمانشاه	بانوان
۳	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۲/۰۸	خراسان جنوبی- خوزستان- زنجان- مازندران- سیستان و بلوچستان - فارس- قزوین- قم- کردستان- کرمان- کرمانشاه	آقایان
۴	برگزاری گردهمایی خانوادگی	نیمه اول اردیبهشت	استان اصفهان	
۵	برگزاری گردهمایی خانوادگی	نیمه دوم اردیبهشت	استان قم	
۶	جشنواره بزرگ تکواندو همگانی (هان مادانگ)	نیمه دوم اردیبهشت	تهران- خانه تکواندو	
۷	برگزاری مسابقات آزاد کشوری (انتخابی تیم ملی نونهالان)	نیمه اول اردیبهشت	تهران	آقایان و بانوان
۸	برگزاری مسابقات آزاد هان مادانگ تمامی رده های سنی	نیمه دوم اردیبهشت	استان داوطلب	آقایان و بانوان
	تجلیل از مسئولین و ورزشکاران و پرسنل مرد	اردیبهشت ماه	ولادت حضرت علی(ع)	
۹	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۲/۱۴	کهگیلویه و بویر احمد- گلستان- همدان- لرستان- مرکزی هرمزگان یزد کیش- چهارمحال و بختیاری- سمنان	بانوان
۱۰	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی مربیگری (هماهنگی سالیانه مربیان)	۹۶/۰۲/۱۵	کهگیلویه و بویر احمد- گلستان- همدان- لرستان- مرکزی هرمزگان یزد کیش- چهارمحال و بختیاری- سمنان	آقایان
۱۱	برگزاری کلاس هماهنگی نمایندگان استانها و مسئولین کمیته آزمون	۹۶/۰۲/۱۵		آقایان و بانوان
۱۲	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۲۳۸ (قرمز تا دان و پوم ۲)	۹۶/۰۲/۲۲و۲۱	استان متقاضی	آقایان و بانوان
۱۳	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی داوری (هماهنگی داوران)	۹۶/۰۲/۲۸	آذربایجان شرقی- آذربایجان غربی - اردبیل اصفهان- ایلام- بوشهر- تهران و توابع البرز- چهار محال بختیاری- خراسان رضوی- خراسان شمالی- خراسان جنوبی- خوزستان- زنجان- سمنان- سیستان و بلوچستان	بانوان

اردیبهشت ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۴	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی داوری (هماهنگی داوران)	۹۶/۰۲/۲۹	آذربایجان شرقی- آذربایجان غربی - اردبیل اصفهان- ایلام- بوشهر- تهران و توابع البرز- چهار محال بختیاری- خراسان رضوی- خراسان شمالی خراسان جنوبی- خوزستان- زنجان- سمنان- سیستان و بلوچستان	آقایان
۱۷	مسابقات همبستگی کشورهای اسلامی	۹۶/۰۲/۲۸ تا ۹۶/۲/۲۶	آذربایجان - باکو	آقایان و یانوان
۱۸	برگزاری فعالیت های زیست محیطی با حضور سفیران محیط زیست در قالب جشن ، مسابقه و... ورزشی (به مناسبت روز زمین پاک)	۹۶/۰۲/۰۲	کلیه استانها	

خرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی داوری (هماهنگی سالیانه داوران)	۹۶/۰۳/۰۴	کهگیلویه و بویر احمد- گلستان گیلان همدان لرستان مازندران مرکزی هرمزگان- یزد- کیش-فارس - قزوین- قم - کردستان - کرمان - کرمانشاه	بانوان
۲	برگزاری دوره بازآموزی و توجیهی داوری (هماهنگی سالیانه داوران)	۹۶/۰۳/۰۵	کهگیلویه و بویر احمد- گلستان گیلان همدان لرستان مازندران مرکزی هرمزگان یزد کیش-فارس - قزوین- قم - کردستان - کرمان - کرمانشاه	آقایان
۳	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۲۳۸ (دان و پوم ۴و۳)	۹۶/۰۳/۰۵	چهارمحال و بختیاری و گلستان	آقایان
۴	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۵۵ (دان و پوم ۴و۳)	۹۶/۰۳/۰۵	آذربایجان شرقی- اصفهان	بانوان
۵	برگزاری لیگ نونهالان پسر برای جذب استعداد	خرداد الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	
۶	برگزاری گردهمایی خانوادگی	نیمه اول و دوم خرداد	سمنان - ایلام - قزوین - مرکزی	توسط هیات استان
۷	لیگ خردسالان (جام غنچه های تکواندو) ۸ الی ۱۱ سال	خرداد ماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۸	لیگ دسته یک نونهالان (جام شکوفه های تکواندو) ۱۰ تا ۱۴ سال	خردادماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۹	لیگ برتر نونهالان (جام شکوفه های تکواندو) ۱۰ الی ۱۴ سال	خردادماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۰	تجدید میثاق مسئولین ، مربیان و ورزشکاران و خانواده تکواندو با بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی	خرداد ماه	مرقد مطهر امام(ره)	
۱۱	نمایش فیلمهای آموزشی زیست بوم برای کارمندان	خردادماه		
۱۲	برگزاری کارگاههای آموزشی محیط زیست (سبک زندگی سبز برای کارمندان)	خردادماه		

*از تاریخ ۹۶/۳/۸ تا ۹۶/۴/۴ به علت ماه مبارک رمضان هیچ گونه آزمونی برگزار نمی گردد

تیر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	بیست و سومین دوره مسابقات قهرمانی جهان	۹۶/۴/۳ الی ۹۶/۴/۹	موجو - کره جنوبی	آقایان و بانوان
۲	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه داوری (پومسه)	۹۶/۴/۲۹	اصفهان-تهران - خراسان رضوی-مازندران	بانوان
۳	برگزاری دوره هماهنگی سالیانه داوری (پومسه)	۹۶/۴/۳۰	اصفهان-تهران - خراسان رضوی-مازندران	آقایان
۴	سومین دوره مسابقات قهرمانی نونهالان جهان	۱۰ تیر الی ۱۰ مردادماه	متعاقبا اعلام می شود	آقایان و بانوان
۵	برگزاری گردهمایی خانوادگی	نیمه اول تیر ماه	همدان-کرمانشاه - کردستان - زنجان	
۶	برگزاری گردهمایی خانوادگی	نیمه دوم تیر ماه	تهران	
۷	برگزاری دوره متمرکز هماهنگی مربیان	۹۶/۴/۲۲	فدراسیون تکواندو	بانوان
۸	برگزاری دوره متمرکز هماهنگی مربیان	۹۶/۴/۲۳	فدراسیون تکواندو	آقایان
۹	طرح آموزش تکواندو در فضای پارکی	تیر - مرداد - شهریور	استانهای سراسر کشور بجز استانهای جنوبی کشور	
۱۰	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	تیر - مرداد - شهریور	استانهای سراسر کشور	
۱۱	برگزاری مسابقات قهرمانی پومسه کشور (تمام رده های سنی)	نیمه اول تیر ماه	استان داوطلب (۳۲ استان)	آقایان و بانوان
۱۲	برگزاری مسابقات قهرمانی پومسه ویژه رئیس هیئت استانها (بزرگسالان)	نیمه اول تیر ماه	استان داوطلب	آقایان
۱۳	برگزاری مسابقات قهرمانی پومسه ویژه دبیر هیئت استانها (بزرگسالان)	نیمه اول تیر ماه	استان داوطلب	آقایان
۱۴	برگزاری مسابقات قهرمانی نونهالان کشوری	نیمه دوم تیر ماه	استان داوطلب	آقایان و بانوان
۱۵	برگزاری مسابقات قهرمانی پومسه ویژه نایب رئیس (بزرگسالان)	نیمه اول تیر ماه	استان داوطلب	بانوان
۱۶	برگزاری دیدارهای لیگ خردسالان پسر (جام غنچه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهر ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۷	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهر ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۸	برگزاری دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک) (۱۳ الی ۱۶ سال)	تیر الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان

تیر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۹	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک) (۱۳ الی ۱۶ سال	تیر الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۲۰	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امیدها) ۱۵ الی ۲۰ سال	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۲۱	برگزاری لیگ دسته یک نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خردادماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۲۲	برگزاری لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۲۳	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۲۴	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۲۵	شرکت در نمایشگاه ورزش تهران	تابستان ۹۵	تهران	
۲۶	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴ (دان ۷)	۹۶/۰۴/۲۳	تهران-فدراسیون تکواندو	آقایان
۲۷	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۵۳ (دان ۵ و ۶)	۹۶/۰۴/۳۰	تهران-فدراسیون تکواندو	آقایان

مرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۳۹ (قرمز تا دان ۲)	۹۶/۰۵/۶ و ۵	استان متقاضی	آقایان و بانوان
۲	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۳۹ (پوم و دان ۳ و ۴)	۹۶/۰۵/۱۳	قم - هرمزگان	آقایان
۳	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۱۷ (دان ۵)	۹۶/۰۵/۲۰	تهران - فدراسیون تکواندو	بانوان
۴	برگزاری گردهمایی خانوادگی	مرداد	خ رضوی - خ شمالی - خ جنوبی	اجرا توسط هیات تکواندو استان
۵	طرح زکات آموزشی تکواندو در فضای پارکی	تیر - مرداد - شهریور	تمامی استانها بجز استانهای جنوبی کشور	
۶	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	تیر - مرداد - شهریور	سراسر کشور (ابلاغ سراسری)	
۷	برگزاری مسابقات قهرمانی نوجوانان کشوری	نیمه اول مرداد ماه	استان داوطلب	آقایان و بانوان
۸	ورود به اردوی تیم ملی نونهالان	نیمه اول مرداد ماه	تهران	آقایان و بانوان
۹	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۰	برگزاری دیدارهای لیگ خردسالان (جام غنچه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۱	برگزاری لیگ دسته یک نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خردادماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۲	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خردادماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۵	برگزاری دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۶	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان

مرداد ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۷	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۸	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۹	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۲۰	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۲۱	برگزاری لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۲۲	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ۱ و ۲ و ۳ کیوروگی و پومسه	مردادماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان
۲۳	برگزاری دوره آموزشی مربیگری درجه ۱ و ۲ و ۳	مردادماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان

شهر یورماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۲۴۰ (قرمز تا دان ۲)	۹۶/۶/۱۷ و ۱۶	استان های متقاضی	آقایان و بانوان
۲	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۲۴۰ (پوم و دان ۳ و ۴)	۹۶/۶/۲۴	بوشهر - گیلان	آقایان
۳	طرح زکات آموزشی تکواندو در فضای پارکی	تیر - مرداد - شهریور	تمامی استانها بجز استانهای جنوبی کشور	
۴	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	تیر - مرداد - شهریور	سراسر کشور (ابلاغ سراسری)	
۵	گردهمایی خانوادگی تکواندو	شهر یورماه	اردبیل - آ. شرقی - آ. غربی - چهارمحال بختیاری -	
۶	برگزاری مسابقات قهرمانی خردسالان کشوری	نیمه دوم شهریور	استان داوطلب (۳۲ استان)	آقایان و بانوان
۷	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۸	برگزاری دیدارهای لیگ خردسالان (جام غنچه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۹	برگزاری دیدارهای لیگ دسته یک نونهالان ر (جام شکوفه ها)	خرداد ماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۰	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهرماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۱	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۲	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۳	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۴	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۵	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۶	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۷	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان

شهر یورماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۸	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ۱ و ۲ و ۳ کیوروگی و پومسه	شهر یورماه	استانهای متقاضی	یانوان و آقایان
۱۹	برگزاری دوره آموزشی مربیگری درجه ۱ و ۲ و ۳	شهر یورماه	استانهای متقاضی	یانوان و آقایان
۲۰	کوهپیمایی به همراه سفیران ورزشی محیط زیست و پاکسازی منطقه کارمندان فدراسیون	شهر یورماه		

مهر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۵۶ (پوم و دان ۳ و ۴)	۹۶/۷/۱۴	مرکزی-مازندران	بانوان
۲	طرح زکات آموزشی تکواندو در فضای پارکی	مهر ماه	سراسر کشور	از طرف هیات استان اجرا می گردد
۳	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	مهر ماه	سراسر کشور	از طرف هیات استان اجرا می گردد
۴	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	مهر ماه	مازندران-گلستان-گیلان	
۵	برگزاری کارگاههای توسعه تکواندو در مدارس	مهر ماه	سراسر کشور	از هیات استان ۵ مربی اعزام می شود
۶	برگزاری مسابقات قهرمانی جوانان و بزرگسالان	نیمه دوم مهر	استان داوطلب (۳۲ استان)	بانوان
۷	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۸	برگزاری دیدارهای لیگ خردسالان (جام غنچه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهر ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۹	برگزاری دیدارهای لیگ دسته یک نونهالان (جام شکوفه ها)	خرداد ماه الی مهر ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۰	برگزاری دیدارهای لیگ برتر نونهالان (جام شکوفه های تکواندو)	خرداد ماه الی مهر ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۱	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۲	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۳	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۴	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۵	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفند ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۶	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفند ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان

مهر ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۷	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۱۸	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ۳ و ۲ و ۱ کبوروگی و پومسه	مهر ماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان
۱۹	برگزاری دوره آموزشی مربیگری درجه ۳ و ۲ و ۱	مهر ماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان
۲۰	برگزاری مسابقات لیگ با شعارهای محیط زیستی			
۲۱	هفتمین دوره مسابقات قهرمانی جهان پاراتکواندو	لندن - انگلیس	۲۷ مره ماه ۹۶	

آبان ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴۱ (قرمز تا دان ۲)	۹۶/۸/۵ و ۴	استان های متقاضی	آقایان و بانوان
۲	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴۱ (پوم ودان ۳ و ۴)	۹۶/۸/۱۲	همدان-فارس	آقایان
۳	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۵۴ (دان ۵ و ۶)	۹۶/۸/۲۶	تهران- فدراسیون تکواندو	آقایان
۴	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	آبان ماه	سراسر کشور	
۵	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	نیمه اول آبان ماه	فارس- کرمان- کهگیلویه و بویر احمد	
۶	برگزاری کارگاههای توسعه تکواندو در مدارس	نیمه اول آبان ماه	استان البرز	
۸	برگزاری فستیوال تکواندو خانواده	نیمه دوم آبان	تهران (خانه تکواندو)	مسابقات تکواندو خانواده
۹	برگزاری مسابقات قرآن و پومسه (تمامی رده های سنی)	نیمه دوم آبان ماه	تهران (۲۵۰ نفر)	بانوان و آقایان
۱۰	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۱	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۲	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۳	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۴	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۵	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۶	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۷	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان

آذرماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۲۴۲ (قرمز تا دان ۲)	۹۶/۱۰/۰۱ و ۹/۳۰	استانهای متقاضی	آقایان و بانوان
۲	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	آذرماه	سراسر کشور	
۳	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	آذرماه	سیستان و بلوچستان - خوزستان	
۴	برگزاری مسابقات قهرمانی جوانان کشوری	نیمه دوم آذر ماه	استان داوطلب (۳۲ استان)	آقایان و بانوان
۵	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۷	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۸	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۹	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۰	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۱۱	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۲	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۳	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۱۴	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ۱ و ۲ و ۳ کیوروگی و پومسه	آذرماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان
۱۵	برگزاری دوره آموزشی مربیگری درجه ۱ و ۲ و ۳	آذرماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان

دی ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴۲ (پوم ودان ۴ و ۳)	۹۶/۱۰/۰۸	آغری - یزد	آقایان
۲	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۵۷ (پوم ودان ۴ و ۳)	۹۶/۱۰/۲۹	تهران - خوزستان	بانوان
۳	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۴	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۵	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۶	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۷	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۸	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۹	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۰	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۱۱	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	دی ماه	سراسر کشور	
۱۲	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	دی ماه	بوشهر - بندرعباس (هرمزگان)	
۱۳	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ۱ و ۳ کیوروگی و پومسه	دی ماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان
۱۴	برگزاری دوره آموزشی مربیگری درجه ۱ و ۲ و ۳	دی ماه	استانهای متقاضی	بانوان و آقایان

بهمن ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	بهمن ماه	سراسر کشور	
۲	برگزاری گردهمایی خانوادگی تکواندو	بهمن ماه	سراسر کشور	
۳	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان (جام امید ها)	تیر ماه الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۴	برگزاری لیگ دسته یک پومسه (جام نشاط)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۵	برگزاری لیگ برتر پومسه (جام ستارگان)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان و آقایان
۶	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۷	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۸	لیگ دسته یک جوانان و بزرگسالان (جام کوثر)	تیر الی بهمن ماه	تهران و شهرستان های متقاضی	بانوان
۹	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۱۰	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۱۱	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۵ (دان ۷)	۹۶/۱۱/۰۶	تهران - فدراسیون تکواندو	آقایان
۱۲	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴۳ (قرمز تا دان ۲)	۹۶/۱۱/۱۳و۱۲	استانهای متقاضی	آقایان و بانوان
۱۳	برگزاری آزمون ارتقای کمر بند دوره ۲۴۳ (پوم و دان ۳و۴)	۹۶/۱۱/۲۰	کرمانشاه و البرز	آقایان
۱۴	برگزاری مسابقات قهرمانی هان مادانگ کشوری (تمامی رده های سنی)	نیمه دوم بهمن ماه	استان داوطلب	آقایان و بانوان
۱۵	حضور در راهپیمایی و جشن پیروزی انقلاب اسلامی	۲۲ بهمن	سراسر کشور	
۱۶	برگزاری دوره آموزشی تربیت مدرس داوری کیوروگی و پومسه	بهمن ماه	فدراسیون تکواندو	بانوان و آقایان
۱۷	برگزاری دوره آموزشی داوری درجه ممتاز (کیوروگی)	بهمن ماه	استان متقاضی	بانوان و آقایان

اسفند ماه

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	برگزاری همایش توسعه تکواندو همگانی	نیمه اول اسفندماه	تهران (فدراسیون)	ویژه دبیران و مسئولین کمیته همگانی
۲	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	اسفند ماه	سراسر کشور	
۳	برگزاری دیدارهای لیگ جوانان و بزرگسالان (جام نقش جهان)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۴	برگزاری دیدارهای لیگ برتر جوانان و بزرگسالان (جام خلیج فارس)	مرداد ماه الی اسفندماه	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۵	دیدارهای لیگ دسته یک نوجوانان (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان و بانوان
۶	دیدارهای لیگ برتر نوجوانان پسر (جام آینده سازان المپیک)	تیر الی اسفند	تهران و شهرستان های متقاضی	آقایان
۷	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۱۸ (دان ۵)	۹۶/۱۲/۰۴	تهران - فدراسیون تکواندو	بانوان
۸	برگزاری آزمون ارتقای کمربند دوره ۵۵ (دان ۵ و ۶)	۹۶/۱۲/۱۱	تهران - فدراسیون تکواندو	آقایان
۹	برگزاری مسابقات ویژه خانواده ها (تمامی رده های سنی)	نیمه اول اسفند ماه	تهران ۲۰۰ نفر	آقایان و بانوان

طول سال

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱	توسعه طرح زکات تکواندو (کودکان بی سرپرست و کودکان کار)	در طول سال	سراسر کشور	
۲	برگزاری مسابقات آزاد نوجوانان	بنا به درخواست کادر فنی	تهران	آقایان بانوان
۳	برگزاری مسابقات آزاد جوانان و بزرگسالان	بنا به درخواست کادر فنی	تهران	آقایان بانوان
۴	برگزاری مسابقات پومسه ورود به اردوی تیم ملی (تمام رده های سنی)	بنا به درخواست کادر فنی	تهران	بانوان و آقایان
۵	برگزاری مسابقات ورود به اردوی تیم ملی نوجوانان	بنا به درخواست کادر فنی	تهران	آقایان بانوان
۶	برگزاری مسابقات ورود به اردوی تیم ملی جوانان و بزرگسالان	بنا به درخواست کادر فنی	تهران	آقایان بانوان
۷	برگزاری کارگاه های علمی پژوهشی	در طول سال	متعاقبا اعلام می شود	
۸	چاپ کتاب، مقاله و نشریه علمی تخصصی	در طول سال	-	
۹	برگزاری همایش علمی تکواندو	در طول سال	متعاقبا اعلام می شود	
۱۰	برگزاری نشست های علمی تخصصی و جلسات هم اندیشی با پژوهشگران و کمیته های استانی	در طول سال	متعاقبا اعلام می شود	
۱۱	شرکت در سمینارها و همایش های علمی پژوهشی مرتبط با نیازهای فدراسیون	در طول سال	متعاقبا اعلام می شود	
۱۲	حمایت از پایان نامه ها و طرح های پژوهشی مرتبط با تکواندو	در طول سال		

طول سال

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۱۳	ایجاد تفاهم نامه با دانشگاه ها و مراکز علمی پژوهشی	در طول سال		
۱۴	بروزرسانی بانک اطلاعات پژوهشگران تکواندوکار	در طول سال		
۱۵	انجام پژوهش های کاربردی در تکواندو	در طول سال		
۱۶	برگزاری دوره های پیکر سنجی ۲ بار در طول سال	در طول سال	آقایان و بانوان	
۱۷	برگزاری دوره های بازآموزی پیکر سنجی برای ۳۵ نفر	در طول سال	به شرط گذراندن دوره یک	
۱۸	پیکر سنجی ۲ بار تا پایان سال سطح ۲ برگزاری دوره	در طول سال		
۱۹	پیگیری پایگاههای استعدادیابی استانها و اجرای صحیح فازهای بعد	در طول سال		
۲۰	برگزاری دوره تربیت مربی استعدادیابی در همه زمینه (تغذیه - علم تمرین...)	در طول سال		
۲۱	برگزاری نشست های تخصصی کمیته های استعدادیابی استانها	در طول سال		
۲۲	آزمون های ویژه تخصصی ویژه کادر پایگاههای استعدادیابی	در طول سال		
۲۳	برگزاری جشنواره پایگاه های استعدادیابی	در طول سال		
۲۴	ایجاد و تکمیل و بروز رسانی بانک اطلاعات پایگاههای استعدادیابی و نخبه پروری	در طول سال		
۲۵	برنامه ریزی در جهت استعدادپروری و ایجاد بستر مناسب	در طول سال		
۲۶	ارائه دستورالعمل های ۳ به بعد و پیگیری دستور العمل ۱ و ۲	در طول سال		
۲۷	انتخاب شایسته ورزشکار در مسابقات طبق برنامه کمیته مسابقات و لیگ تحت نظر مستعدین شناسایی شده	در طول سال		

طول سال

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۲۸	نرم سازی رشته کیوروگی و پومسه (با ایجاد تیم فنی متخصص)	در طول سال		
۲۹	ساخت آزمونهای مورد نیاز جهت ایجاد شاخص و استاندارد	در طول سال		
۳۰	تهیه ابزار سنجش آزمونهای مشخص شده	در طول سال		
۳۱	شرکت در دوره های آموزشی جهت بالابردن توان علمی کمیته استعدادیابی	در طول سال		
۳۲	شناسایی مستعدین جهت ورود به رشته تکواندو با همکاری کمیته همگانی فدراسیون (برگزاری جشنواره های استعدادیابی همگانی)	در طول سال		
۳۳	ایجاد مرکز استعدادیابی در فدراسیون و تکمیل ابزار مورد نیاز برای این مرکز	در طول سال		
۳۴	ورود سرفصل استعدادیابی در دوره های هماهنگی سالیانه و دوره های آموزش ، مربیان و داوران	در طول سال		
۳۵	برگزاری برنامه هی اوقات فراغت فرهنگی برای تیم های ملی	در طول سال		
۳۶	گفتمان های روانشناختی با حضور کارشناسان مجرب	در طول سال		
۳۷	حضور مستمر روحانی و مبلغ دینی در اردوهای تیم های ملی	در طول سال		
۳۸	برگزاری جشنواره سالانه جشنواره اخلاق ورزشی و تجلیل از ورزشکاران با اخلاق	در طول سال		
۳۹	تهیه کتاب هایی در زمینه اخلاق ورزشی در دین	در طول سال		
۴۰	ارتقاء فرهنگ حجاب و عفاف با طراحی لباسهای ورزشی مناسب ورزشکاران با توجه به موازین دینی و ملی	در طول سال		
۴۱	طرح استعدادیابی و آموزش رایگان تکواندو در سطح کشور	در طول سال		
۴۲	برگزاری کلاسهای آموزشی مشاوره ای	در طول سال		

طول سال

ردیف	شرح برنامه	زمان برگزاری	محل برگزاری	توضیحات
۴۳	حضور ورزشکاران در بازدید از خانواده معظم شهدا	در طول سال		
۴۴	حضور خانواده های شهدا و جانبازان در مراسم های بدرقه و استتقبال از تیم های ملی تکواندو	در طول سال		
۴۵	برگزاری مسابقات فرهنگی در رویدادهای ورزشی کشور	در طول سال		
۴۶	برگزاری مراسم تجلیل و یادواره خانواده شهدا	در طول سال		
۴۷	برگزاری جشن های مناسبتی ملی و مذهبی	در طول سال		
۴۸	برگزاری مسابقات تلفیقی قرآن و تکواندو در سطح کشور	در طول سال		
۴۹	برگزاری مراسم تجلیل از مربیان پیشکوست	در طول سال		
۵۰	برگزاری مراسم تجلیل از قهرمانان اخلاق محور	در طول سال		
۵۱	برگزاری مراسم تجلیل از ورزشکاران قاری و حافظ قرآن	در طول سال		
۵۲	برگزاری مراسم تجلیل از ورزشکارانی که اهتمام به امر نماز دارند	در طول سال		
۵۳	تداوم اجرای طرح کمپین نفس قهرمان	در طول سال		
۵۴	تکمیل سایت شهدای تکواندو	در طول سال		
۵۵	راه اندازی سایت جانبازان و ایثارگران تکواندو	در طول سال		
۵۶	راه اندازی بانک اطلاعاتی قاریان و حافظان تکواندوکار	در طول سال		