

## SPORCU EĞİTİM MERKEZLERİ KANO BRANŞI (DURGUNSU VE AKARSU) İL SEÇMELERİ STATÜSÜ

1. Başvurular **08-18 Temmuz 2024** tarihleri arasında Kano Federasyonu Başkanlığı'na yapılacaktır. SEM Seçme Testlerine katılmak isteyen sporcu adayları SEM Başvuru Formu'nu doldurarak Kano Federasyonu resmi e-mail adresi olan [kanoturk@hotmail.com](mailto:kanoturk@hotmail.com) adresine 18 Temmuz 2024 mesai bitimine kadar mail atmalıdırlar.
2. Seçmelerin yapılacağı iller ve alt branşlar aşağıdaki tabloda belirtilmiştir;

İL	SEM SEÇME TEST TARİHİ	ALT BRANŞ
ADANA	20.07.2024	Durgunsu Kano
ARTVİN	20.07.2024	Akarsu Kano
BURSA	20.07.2024	Durgunsu Kano
MUĞLA	20.07.2024	Durgunsu Kano
RİZE	20.07.2024	Durgunsu Kano ve Akarsu Kano
SAKARYA	20.07.2024	Durgunsu Kano
SAMSUN	20.07.2024	Durgunsu Kano

3. Yarışmalara 11-12-13-14 yaşındaki (2010-2011-2012-2013 doğumlu sporcular) kadın ve erkek sporcular katılabileceklerdir.
4. Seçmelerde görev alacak federasyonumuz antrenörleri üst yazımızda belirtilmiştir.
5. Testlere katılan sporcu adaylarının test sonuçları **26 Temmuz 2024 Cuma** günü federasyonumuz resmi web sayfasında (<https://kano.org.tr/>) duyurulacaktır.
6. **Durgunsu kano branşı** için 2024 yılı içerisinde 2012 doğumlu sporcular mini minik kategorinde olması sebebiyle yarış değerlendirmesine tabi tutulmayacaktır. Bu yaş kategorisindeki sporcular için SEM Seçme kriterinde de bulunan **çift adım sıçrama, bench row ve mekik koşusu testi** yapılacak olup puanlamaları belirtilen şekilde yapılacaktır. **Bu doğrultuda SEM seçmeleri yapılırken SEM'lerde eğitimine devam eden 2012 doğumlu durgunsu kano branşı sporcularının da testte hazır olarak bulunmaları gerekmektedir.** Testlere mazeretsiz girmeyen 2012 doğumlu sporcuların ilişkileri kesilecektir.

**SPORCU EĞİTİM MERKEZLERİ KANO (DURGUNSU VE AKARSU) İL  
SEÇMELERİ UYGULANACAK TESTLER**

- 1) Boy -Kilo (7p)
- 2) Kulaç uzunluğu (5p)
- 3) Oturma yüksekliği (5p)
- 4) Çift adım sıçrama (14p)
- 5) Otur Uzan esneme (10p)
- 6) Bench row (15)
- 7) Mekik koşusu (30p)
- 8) Kano Branşında faal lisanslı olmak (14p)

Her yaş grubu kendi içerisinde çan eğrisi modeliyle değerlendirilecektir. Aşağıdaki tablolarda açıklamasıyla birlikte referans değerler verilmiştir. 100 puan üzerinden 70 puan ve üzerinde puan alan sporcular sıralamaya dahil olacaktır. (Çan eğrisi yapıldıktan sonra örneğin; 10 puan alan sporcunun ardından gelen sporcular için 9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-1 şeklinde, 5 puan alan sporcunun ardından gelen sporcular için 4-3-2-1-1 şeklinde puanlama yapılacaktır.)

**Boy-Kilo**

Doğum Tarihi	Erkek Boy	Erkek Kilo	Kadın Boy	Kadın Kilo
2013	145 cm ve üstü	VKİ	146,4 cm ve üstü	VKİ
2012	152,5 cm ve üstü	VKİ	154 cm ve üstü	VKİ
2011	159,2 cm ve üstü	VKİ	158,5 cm ve üstü	VKİ
2010	167 cm ve üstü	VKİ	162 cm ve üstü	VKİ

Belirtilen minimum boy kriterini karşılayan sporcunun vücut kitle indeksine bakılır.

Çıkan sonuç 18.5 ve altı( Zayıf) – 18.5 ile 24.9( Normal) – 25 ile 29.9( Kilolu) – 30 ve üstü (Obez) kabul edilir.

Vücut kitle indeksi Normal çıkan sporcular tam puan (7p) alır. Sporcu minimum boy kriterini karşılamıyorsa VKİ hesaplanmaksızın puan alamaz. Sporcu boy kriterini karşılıyor fakat VKİ hesaplamasında Zayıf, Kilolu veya Obez sınıfında yer alıyorsa puan alamaz.

### Kulaç Uzunluğu

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	143 cm	143 cm
2012	150 cm	149 cm
2011	157 cm	155 cm
2010	166 cm	160 cm

Belirtilen değerler minimum değerlerdir. Bu değerlerin altında kalan sporcular kriterden puan alamayacaklardır. Kulaç uzunluğu en çok olan sporcudan en az olan sporcuya doğru puanlama yapılacaktır. Puanlama yapılırken kulaç uzunluğu en fazla olan sporcu 5 p alırken ardından gelen sporcular 4p, 3p, 2p, 1p, 1p, 1p, ... şeklinde sıralanır. **(Aynı yaş grubunda aynı kulaç uzunluğuna sahip olan sporcular aynı puanı alacaklardır.)**

### Oturma Yüksekliği

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	65 cm	64 cm
2012	71 cm	70 cm
2011	74 cm	73 cm
2010	76 cm	75 cm

Belirtilen değerler minimum değerlerdir. Bu değerlerin altında kalan sporcular kriterden puan alamayacaklardır. Oturma Yüksekliği en uzun olan sporcudan en kısa olan sporcuya doğru sıralanıp puanlama yapılacaktır. Puanlama yapılırken oturma yüksekliği en fazla olan sporcu 5 p alırken ardından gelen sporcular 4p, 3p, 2p, 1p, 1p, 1p, ... şeklinde sıralanır **(Aynı yaş grubunda aynı oturma yüksekliğine sahip olan sporcular aynı puanı alacaklardır.)**

### Çift Adım Sıçrama

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	100 cm	100 cm
2012	105 cm	103 cm
2011	110 cm	108 cm
2010	115 cm	113 cm

Belirtilen değerler minimum değerlerdir. Bu değerlerin altında kalan sporcular kriterden puan alamayacaklardır. Sıçrama uzunlukları metreyle ölçüp en yüksek skordan en az skora doğru sıralanacaktır. Puanlama yapılırken sıçrama uzunluğu en fazla olan sporcu 14 p alırken ardından gelen sporcular 13p, 12p, 11p, 10p, 9p, 8p, 7p, 6p, 5p, 4p, 3p, 2p, 1p, 1p, 1p, 1p, ... Şeklinde sıralanır. **(Aynı yaş grubunda aynı sıçrama mesafesine sahip olan sporcular aynı puanı alacaklardır.)**

### Otur Uzan Esneme

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir
2012	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir
2011	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir
2010	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir	Uygulama çetveline erişmek gerekmektedir

Bu test kriterinde ölçüm çetveline ulaşamayan sporcular otur uzan esneme testinden puanlamaya dahil olamayacaktır. **(Puanlama en çok uzanan sporcudan en az uzanan sporcuya doğru yapılacak olup en iyi uzanan sporcular 10 puan alırken ardından gelen sporcular 9p, 8p, 7p, 6p, 5p, 4p, 3p, 2p, 1p, 1p, 1p,... şeklinde puan alacaklardır.)**

### Bench Row (Yatay Kol Çekme)

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	25 kg 10 tekrar	20 kg 9 tekrar
2012	30 kg 12 tekrar	25 kg 10 tekrar
2011	35 kg 14 tekrar	35 kg 11 tekrar
2010	40 kg 16 tekrar	35 kg 14 tekrar

Belirtilen değerler minimum tekrar sayıları olup bu tekrar sayıları altında kalan sporcular Bench Row testinden puan alamayacaklardır. Sıralama en fazla tekrar sayısı yapan sporcudan en az tekrar sayısı yapan sporcuya doğru sıralanacaktır. Puanlama yapılırken en fazla tekrar sayısına ulaşan sporcu 15 puan alırken ardından gelen sporcular 14p, 13p, 12p, 11p, 10p, 9p, 8p, 7p, 6p, 5p, 4p, 3p, 2p, 1p, 1p, 1p, ... şeklinde sıralanır **(Aynı yaş grubunda aynı tekrar sayısına sahip sporcular aynı puanı alacaklardır.)**

### Mekik Koşusu

Doğum Tarihi	Erkek	Kadın
2013	28 tur	21 tur
2012	33 tur	26 tur
2011	38 tur	31 tur
2010	43 tur	36 tur

Mekik koşusu basketbol sahasında yapılacaktır. Belirtilen tur sayılarının altında kalan sporcular puan alamayacaklardır. En çok tur atan sporcudan en az tur atan sporcuya doğru

sıralama yapılacaktır. Her bip sesi bir tur sayılır. Puanlama yapılırken en fazla tur sayısına ulaşan sporcu 30 puan alırken ardından gelen sporcular 29p, 28p, ...3p, 2p, 1p, 1p, 1p, ... şeklinde sıralanır. **(Aynı yaş grubunda aynı tur sayısına sahip sporcular aynı puanı alacaklardır.)**

### **SEM'LERDE KANO (DURGUNSU) BRANŞINDA KAYITLI 2012 DOĞUMLU SPORCULARA SEM'LERE DEVAM EDEBİLMELERİ İÇİN UYGULANACAK TESTLER VE PUANLAMALARI**

- 1) Çift Adım Sıçrama (20 Puan)
- 2) Bench Row (35 Puan)
- 3) Mekik Koşusu (45 Puan)

**Merkezlere devam edebilmek için en az 70 puan almak gerekmektedir.**

<b>TESTLER</b>	<b>ERKEK</b>	<b>KADIN</b>
<b>Çift Adım Sıçrama</b>	106 cm	104 cm
<b>Bench Row (Yatay Kol Çekme)</b>	30 kg 13 tekrar	25 kg 12 tekrar
<b>Mekik Koşusu</b>	34 tur	27 tur

- 1) **Çift Adım Sıçrama** Belirtilen değerler minimum değerlerdir. Bu değerlerin altında kalan sporcular kriterden puan alamayacaklardır. Sıçrama uzunlukları metreyle ölçüp en yüksek skordan en az skora doğru sıralanacaktır. Puanlama yapılırken sıçrama uzunluğu en fazla olan sporcu 20 p alırken ardından gelen sporcular 18p, 16p, 14p, 12p, 10p, 8p, 6p, 4p, 2p, 1p, 1p, 1p, 1p, 1p, 1p, 1p, Şeklinde sıralanır. (Aynı yaş grubunda aynı sıçrama mesafesine sahip olan sporcular aynı puanı alacaklardır.)
- 2) **Bench Row (Yatay Kol Çekme)** için belirtilen değerler minimum tekrar sayıları olup bu tekrar sayıları altında kalan sporcular Bench Row testinden puan alamayacaklardır. Sıralama en fazla tekrar sayısı yapan sporcudan en az tekrar sayısı yapan sporcuya doğru sıralanacaktır. Puanlama yapılırken en fazla tekrar sayısına ulaşan sporcu 35 puan alırken ardından gelen sporcular 33 p, 31 p, 29 p, 27.p, 25 p,23 p 21 p,19 p, 17p, 15p, 13p, 11p, 9p ,7p, 5p, 3p, 1p, 1p, 1p, şeklinde sıralanır.
- 3) **Mekik Koşusu** basketbol sahasında yapılacaktır. Belirtilen tur sayılarının altında kalan sporcular puan alamayacaklardır. En çok tur atan sporcudan en az tur atan sporcuya doğru sıralama yapılacaktır. Her bip sesi bir tur sayılır. Puanlama yapılırken en fazla tur sayısına ulaşan sporcu 45 puan alırken ardından gelen sporcular 43p, 41p, 39 p, 37p, 35p, 33p, 31p, 29p, 27p, 25p, 23p, 21p, 19p, 17p, 15p 13p, 11p, 9p, 7p, 5p, 3p 1p, 1p, 1p şeklinde sıralanır.