



Yönetim Kurulu Tarafından **Onaylanmıştır**
Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü
24/04/2026

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026 ile ilgili aşağıdaki düzenlemeler, Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü (SACSK), World Street Workout and Calisthenics Federation (WSWCF) tarafından üye kuruluşlarla iş birliği içinde hazırlanmıştır. Bu yönetmelikler organizasyon ekibi, izleyiciler ve sporcular için geçerlidir.

Yarışmada dereceye giren sporcular, 2027 Street Workout Dünya Şampiyonasına katılma hakkı kazanacaktır. Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026'ya katılmayan veya derece elde edemeyen sporcular, Türkiye'yi dünya şampiyonasında temsil etme hakkını elde edemeyecektir.

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026, 26 Temmuz 2026 tarihinde Mersin'de düzenlenecektir. Yarışma alanının konumu, ödüller ve sponsor gibi diğer detaylar ilerleyen günlerde kılavuzda güncellenerek duyurulacaktır.

1- Organizasyonu Düzenleyen Kurumlar

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026, Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü (SACSK), World Street Workout and Calisthenics Federation (WSWCF), Mezitli Belediyesi iş birliği ile düzenlenmektedir.

2- Yarışma Kategorileri ve Formatı

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026, yarışmasında toplamda beş kategori yer almaktadır. Bunlar;

- **Küçükler Kategorisi:** 10-15 yaş arasını kapsamaktadır.
- **Büyükler Erkekler Kategorisi:** 16-34 yaş arasını kapsamaktadır.
- **Büyükler Kadınlar Kategorisi:** 16-34 yaş arasını kapsamaktadır.
- **Erkekler Veteran Kategorisi:** 35 üstü yaş arasını kapsamaktadır.
- **Kadınlar Veteran Kategorisi:** 35 üstü yaş arasını kapsamaktadır.

Küçükler kategorisinin açılması için minimum beş (5) yarışmacının kayıt olması gerekmektedir. Yeterli sayıda yarışmacı olmaması durumunda yarışma kategorisi açılmaz.

Veteran kategorisinin açılması için minimum beş (5) yarışmacının kayıt olması gerekmektedir. Yeterli sayıda yarışmacı olmaması durumunda yarışma kategorisi açılmaz. Yarışmacının isteği doğrultusunda büyükler kategorisinde yarışabilir ancak veteran kategorisi açılmaz.

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası, calisthenics sporunun tüm disiplinlerini içeren ve yarışmacıların belirlenen süre içerisinde sergiledikleri performansların jüri tarafından puanlanması esasına dayanan bir yarışma formatıdır.

Yarışma iki tur üzerinden gerçekleştirilir:

- **Birinci Tur (Eleme):** Tüm yarışmacılar sahneye çıkarak freestyle performanslarını sergiler. Jüri üyeleri, her performansı önceden belirlenen kriterler doğrultusunda puanlar. Bu turun sonunda en yüksek puanı alan on iki (**12**) sporcu, karşılıklı mücadele turuna katılmaya hak kazanır.
- **Karşılıklı Mücadele (Battle):** Karşılıklı mücadele bölümüne kalan on iki (**12**) yarışmacı, en yüksek puana sahip kişi ile en düşük puana sahip kişilerin karşılıklı dizilmesi ile eşleşir ve dört kişilik üç farklı gruba ayrılır. Aynı grupta karşılıklı eşleşen iki sporcu birbirlerine karşı sıralı şekilde bir dakikalık roundlar ile mücadele eder. İlk performans sergileyecek kişi puanı yüksek olan taraftır. Performans sergileme sırası (yüksek puan-düşük puan-yüksek puan-düşük puan) şeklindedir. Her yarışmacı bir dakikalık roundlar ile iki kez performans sergiler (kişi başı iki dakika) kazanan kişi bir sonraki eşleşmeye geçmeye hak kazanır. Her grubun çeyrek ve yarı finalini kazanmış lideri Final turunda birbirine karşı yarışarak Bir, İki ve Üçüncüyü belirler.

Final turunda yarışmacılar bir dakikalık iki round sergilemeye devam eder ve bu sıralama kura ile belirlenir. Total olarak altı dakika sürecek final mücadelesi sonucu belirler.

- Kadınlar ve erkekler ayrı kategorilerde yarışacaktır. (Küçükler kategorisi bu kapsamda değildir. Küçükler karma kategoride yarışacaklardır.)
- Küçükler kategorisinde yarışacak yarışmacılar 28 Temmuz 2010 – 27 Temmuz 2016 aralığında doğmuş olmalıdır.
- Büyükler Erkekler ve Kadınlar kategorisinde yarışacak yarışmacılar 28 Temmuz 1990 – 26 Temmuz 2010 aralığında doğmuş olmalıdır. 26 Temmuz 2010 ve sonrasında doğanların katılımı yasaktır.
- Erkekler ve Kadınlar Veteran kategorisinde yarışacak yarışmacılar 35 yaşını doldurmuş olmalıdır. Veteran kategorisi için 26 Temmuz 1991 ve öncesi doğmuş kişiler başvurabilir.

Yarışma Süreleri ve İşleyiş

- 2.1. Yarışma birinci tur ve karşılıklı mücadele turu olmak üzere iki aşamadan oluşmaktadır.
- 2.2. Birinci tur sonunda en iyi dereceyi elde eden 12 yarışmacı karşılıklı mücadele turuna katılmaya hak kazanır.
- 2.3. İlk turda yarışmacılara 2 dakika performans süresi verilecektir. Bu sürenin en az 1 dakika 10 saniyesini kullanmak zorundadırlar. Yarışmacı, performans süresi 1 dakika 10 saniyenin altında kalırsa diskalifiye edilir ve puanlama yapılmaz.
- 2.4. Karşılıklı mücadele turunda, yarışmacılara sıralı şekilde 1 er dakika süren iki performans süresi verilecektir. Bu sürenin en az 30 saniyesini kullanmak zorundadırlar. Yarışmacının performansı 30 saniyenin altında kalırsa diskalifiye edilir ve puan hesaplaması yapılmaz.

3- Yarışmacı Başvurusu

Yarışmacı başvuruları **24 Nisan 2026 tarihinde başlayacak** ve **20 Temmuz 2026 tarihinde sona erecektir**. Başvurular açıldığında, aşağıda belirtilen linke giderek başvuru formunu doldurabilirsiniz. Başvuru formunu dolduran sporculara, başvurularının onaylanıp onaylanmadığına dair bilgi, **e-posta, SMS ve telefon** üzerinden bildirilecektir.

Başvuru Formu:

Yarışma Ücreti: Her kategori için **1.500₺** katılım ücreti bulunmaktadır.

Yarışmacılar, her bir kategori için **1.500₺** ödemekle yükümlüdür. Başvurusu onaylanan yarışmacılara, katılım ücretinin ödeme talimatları **e-posta, SMS ve telefon** ile iletilecektir. **Başvurunuzun onaylanması kesinleşmeden kesinlikle katılım ücretini ödemeyin**. Başvuru formu onaylanan yarışmacılarla, kulüp yetkililerimiz iletişime geçecek ve ödemeyi, belirtilen kulübün banka hesabına yaptıktan sonra **ödeme dekontunu** tarafımıza göndermeleri istenecektir. Yarışma ücretlerinin en son **20 Temmuz 2026 günü saat 23:59'a** kadar kulübün belirtilen banka hesabına gönderilmiş olması gerekmektedir. Zamanında katılım ücretini ödemeyen yarışmacı adaylarının başvuruları reddedilecektir.

4- Katılım Şartları

- 4.1. Her yarışmacının geçerli bir sağlık sigortasına sahip olması zorunludur.
- 4.2. Yarışmacılar, yarışma öncesi kayıtlarda kendilerine verilen belgeleri imzalayarak yarışma günü görevlilere teslim etmelidir. **18 yaş altı sporculara** ise bu belgeler dijital ortamda iletilecektir. Sporcular, bu belgelerin çıktısını alarak **velilerine imzalatmalı** ve yarışma günü görevli personele teslim etmelidir.
- 4.3. Yarışmacılar, organizatörlerle iletişimin kesilmemesi adına, yarışmadan **en az bir hafta öncesinden** itibaren ve **özellikle yarışma günleri** telefonlarını açık ve sesli modda tutmalıdır.
- 4.4. Yarışmaya katılmak için katılım ücretinin bildirilen banka hesabına **20 Temmuz 2026 günü saat 23:59'a** yatırılmış olması gerekmektedir.
- 4.5. Yarışma ücretini yatırmış ancak katılmayan sporculara **ücret iadesi yapılmayacaktır**.
- 4.5. Yarışmacılar, yarışmaya katılımını iptal etmek durumunda ise, bunu organizasyona bildirmelidir.
- 4.6. Yarışmacılar, yarışma günü en geç saat 13:00'de yarışma alanında bulunmalıdır.
- 4.7. Yarışmacılar performanslarında kullanacakları müzikleri, en geç **20 Temmuz 2026** tarihine kadar yarışmacılardan sorumlu personele teslim etmekle yükümlüdür. Bu tarihe kadar müziğini teslim etmeyen sporcular, performanslarını DJ tarafından uygun görülen müzik eşliğinde sergilemek zorunda kalacaktır.
- 4.8. Yarışmacılar, yarışma kurallarını ve değerlendirme kriterlerini yarışma öncesinde dikkatlice okumalı, kurallara tam uyum sağlamalıdır. Kuralları bilmemek, ihlal için mazeret kabul edilmez.
- 4.9. Yarışmacılar, yarışma günü organizasyonun belirlediği forma, kıyafet veya yarışma tişörtü gibi görünüm kurallarına uymalıdır. Uymayan sporcular alana alınmayacaktır.
- 4.10. Yarışma alanında sporcu harici kişiler (antrenör, arkadaş, aile vb.) sahne arkasına ya da yarışma alanına alınmaz. Yarışmacı bu konuda bilgilendirilmeli ve çevresindekileri de uyarmalıdır.
- 4.11. Yarışmacılar, yarışma süresince görevli hakem ve organizasyon personelinin talimatlarına uymakla yükümlüdür. Aksi halde yarışmadan diskalifiye edilebilirler.

5- Takvim ve Program

Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026, iki gün sürecek şekilde planlanmıştır. Şehir dışından katılım sağlayacak sporcuların, 25 Temmuz 2026 Cumartesi günü saat 09.00 ile 10.00 arasında Mersin'de olacak şekilde ulaşım planlarını yapmaları gerekmektedir.

Otobüs ile Ulaşım:

- Otobüsle Mersin'e ulaşacak sporcularımız, Mersin Otogarı'nda kulüp ekibimiz tarafından karşılanacak olup, konaklayacakları tesise ulaşmaları ekip sorumlularımız eşliğinde sağlanacaktır.

Uçak ile Ulaşım:

- Uçakla seyahat edecek sporcular, "COV" havalimanı kodu ile Çukurova Uluslararası Havalimanına bilet almalıdır. Havalimanına ulaştıktan sonra HAVAŞ servislerini kullanarak Mersin Sayapark durağında inmeleri gerekmektedir. Sayapark durağında kulüp görevlilerimiz tarafından karşılanacak ve konaklayacakları tesise ulaşmaları sağlanacaktır.
- Uçakla ulaşım sağlayacak sporcuların da, HAVAŞ yolculuk süresi dâhil olmak üzere, saat 09.00 – 10.00 arasında Mersin'de olacak şekilde uçuş saatlerini planlamaları önem arz etmektedir.

Tren ile Ulaşım:

- Yüksek Hızlı Tren (YHT) hatları kapsamında yapılan çalışmalar nedeniyle Mersin'e doğrudan tren seferleri geçici olarak durdurulmuştur. Bu nedenle tren ile ulaşım mümkün değildir.

Yarışmanın ilk günü – 25 Temmuz 2026 Cumartesi

Yarışmanın ilk günü olan 25 Temmuz 2026 Cumartesi günü, şehir dışından gelen sporcularımızla birlikte güne kahvaltı ile başlanacaktır. Ardından sporcular, kulüp ekibimiz eşliğinde konaklayacakları tesise yerleştirilecektir. Ardından sporcular yarışma alanına götürülecek ve alanı önceden görme imkânı sağlanacaktır.

Günün devamında, farklı illerden gelen sporcuların birbiriyle tanışmaları, kaynaşmaları ve sosyalleşmeleri amacıyla kulübümüz tarafından çeşitli etkinlik ve aktiviteler düzenlenecektir.

Konaklama Bilgilendirmesi

Şehir dışından gelecek sporcuların konaklaması kulüp tarafından karşılanacaktır. Mezitli Belediyesi desteğiyle belirlenecek konaklama tesisinde yarışmacılar ağırlanacaktır. Konaklama süresi 25 Temmuz sabahı giriş yapılacak ve 27 Temmuz sabahı çıkış yapılacak şeklindedir.

Yarışmanın ikinci günü – 26 Temmuz Pazar

- Yarışmacıların, yarışma alanında bulunması gereken saat 13:00'dür.
- Yarışma kuraları saat 14:00'de çekilmektedir.
- Yarışma saat 16:00'da başlamaktadır.
- Yarışmanın bitiş saati o günün akış programına bağlı olarak açılış konuşmaları, performanslar, ödül töreni düşünülerek bitiş saati ortalama olarak saat 20 ila 21 arasında planlanmaktadır.

6- Bilgilendirme

6.1. Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026, kulübümüzün YouTube hesabı üzerinden canlı olarak yayınlanacaktır.

6.2. Her katılan sporcu, kendi şehrini temsil edecektir.

6.3. Yarışmanın kazananı, "Freestyle Türkiye Şampiyonu 2026" unvanını almaya hak kazanacaktır.

6.4. Kazanan sporcular, 2027 yılında ülkemizi yurt dışında temsil etme hakkını elde edeceklerdir.

7- Yarışma Kuralları

7.1. Yarışmacı, en geç 13:00'te yarışma alanında bulunmak zorundadır. Yarışma saat 16:00'da başlayacaktır.

7.2. Yarışmacı kuraları saat 14:00'de çekilecektir.

7.3. Yarışmacı, performansı sırasında jüriyi etkilemek amacıyla alana 1 adet donanım getirebilir (Halka kullanımı yasaktır.).

7.4. Yarışmacı, performansı esnasında dikkat çekmek amacıyla eldiven, ağırlık vb. ekipmanlar kullanabilir.

7.5. Yarışmacı, performansı sırasında 1 veya 2 arkadaşından yalnızca 1 hareket için yardım alabilir. Aksi takdirde performans sırasında alanda tek başına olmak zorundadır.

7.6. Yarışma esnasında sandalet, terlik veya açık ayakkabı giyilmesi yasaktır. Yarışmacının ayağında mutlaka spor ayakkabı bulunmak zorundadır.

7.7. Yarışmacılar, dizlerinden 5 cm kısa olmayan şort veya eşofman giyebilirler.

7.8. Eleme turunda yarışmacının ismi söylendiğinde ve yarışma alanına girdiğinde 30 saniye hazırlanma süresi tanınır. 30 saniye bitiminde yarışmacı performansına başlamak zorundadır. Görevliye işaret vererek performansına daha erken de başlayabilir. Karşılıklı mücadele turunda bu süre 15 saniyedir.

7.9. Yarışma alanını çevreleyen şerit içerisinde video kaydı almak yasaktır. Çekimler yalnızca yetkili organizasyon ekibi tarafından yapılmaktadır.

7.10. Yarışmacı, 2.3. maddede yer alan belgeyi imzaladığı takdirde, sponsor ürünleri ile fotoğraf çekimine karşı çıkmayacağını kendi iradesiyle belirtmektedir.

7.11. Yarışmacının diğer yarışmacılara, jüri üyelerine veya izleyicilere yönelik hakaret veya saldırı eyleminde bulunması durumunda diskalifiye edilir. Diskalifiye edilen sporcu disiplin kuruluna sevk edilir ve kurulun uygun gördüğü cezayı alır.

7.12. Ulusal, ırksal veya dinsel taciz durumunda bulunan kişi diskalifiye edilir. Diskalifiye edilen sporcu disiplin kuruluna sevk edilir ve kurulun uygun gördüğü cezayı alır.

7.13. Yarışmacı, yarışma alanında alkol/sigara içmesi durumunda veya uyuşturucu/ilaç etkisi altında olduğu tespit edildiği veya şüphelenildiği durumda diskalifiye edilir. Diskalifiye edilen sporcu disiplin kuruluna sevk edilir ve kurulun uygun gördüğü cezayı alır.

7.14. Yarışmacı, performansa çıkacağı esnada akreditasyon kartını jüri masasına teslim etmek zorundadır. Akreditasyon kartının kaybolması durumunda kişi diskalifiye edilir.

7.15. Yarışma sırasında ciddi bir sakatlık yaşanması halinde, organizasyonun sağlık personeli yarışmacının devam edip edemeyeceğine karar verir. Bu karara sporcu itiraz edemez.

7.16. Yarışmacılar, yarışma günü yanında getirdikleri ekipmanları (örn. giysi, aksesuar, küçük alet) organizasyon tarafından belirlenen alanda muhafaza etmeli ve organizasyon izni olmadan sahneye ekstra ekipman sokmamalıdır.

7.17. Yarışma boyunca yarışmacılar, jüri değerlendirmesi sonuçlanmadan jüri üyeleriyle doğrudan iletişim kuramazlar ve jüri masasına yaklaşamazlar. Soru, şikâyet veya yorumlar yalnızca organizasyon yetkilisi aracılığıyla iletilebilir.

7.18. Performans sırasında sahneye bilinçli olarak zarar veren, yarışma istasyonuna veya yarışma alanına zarar verecek nitelikte davranışlarda bulunan yarışmacılar diskalifiye edilir. İlgili kişi hakkında tutanak tutulur ve oluşan maddi zarar için hukuki süreç başlatılır. Sporcu ayrıca disiplin kuruluna sevk edilir ve kurulun uygun gördüğü cezayı alır.

7.19. Yarışmacıların antrenman sırasında kullandıkları alanlar ve süreler organizasyon tarafından sınırlandırılabilir. Belirlenen sürelere uyulması zorunludur.

8- Puanlama Sistemi

- Statik Hareketler (STATICS) - 20 Puan

Statik hareketler, sporcunun vücudunu belirli bir pozisyonda **hareketsiz, sabit ve dengeli bir şekilde** tutmasını gerektiren elementlerden oluşur. Bu kategori, sporcunun **izometrik kuvvet seviyesi, vücut kontrolü, denge kabiliyeti** ve **teknik doğruluğu** temelinde değerlendirilir.

Değerlendirme Kriterleri:

- **Sabitlik ve kontrol:** Pozisyonun sallanma, denge kaybı veya titreme olmadan uygulanması beklenir. Vücut çizgileri net olmalı, pozisyon bozulmadan korunmalıdır.
- **Teknik yeterlilik:** Hareketin tanımına uygun formda gerçekleştirilmesi gerekir. Açılar, kol-bacak hizası, omuz ve kalça pozisyonları gibi teknik detaylar dikkate alınır.
- **Zorluk seviyesi:** Sergilenen statik pozisyonların teknik ve fiziksel zorluğu göz önüne alınır. İleri düzey hareketler (ör. Maltese, Victorian, Straight Arm Touch) bu açıdan daha yüksek etki yaratır.
- Her statik pozisyon, en az 2 saniye sabit tutulmalıdır. Süre tamamlanmadan yapılan geçişler geçersiz sayılabilir.
- Pozisyona ulaşmadan bırakılan veya dengesini kaybeden hareketler puan kırımıyla sonuçlanır.

Örnek Statik Hareketler:

- Full Planche, Straddle Planche, Maltese, Victorian, Elbow Lever, Front Lever, Back Lever, Human Flag, Inverted Hang Hold, One-Arm Front

Not: Yarışma sırasında uygulanacak hareketler yukarıdaki örneklerle sınırlı değildir. Yarışmacılar, teknik açıdan tanımlanabilir her tür statik pozisyonla değerlendirilebilir.

- Güç Hareketleri (Power Strength) - 20 Puan

Bu kategori, sporcunun sahip olduğu fiziksel kuvveti, kas dayanıklılığını ve teknik kontrolü yansıttığı güç ve kuvvet temelli hareketler üzerinden değerlendirilir. Bu başlık altında; zorlayıcı, yüksek kuvvet ve patlayıcılık gerektiren ve çoğu zaman ileri seviye antrenmanla elde edilebilen hareketler yer alır.

Örnek Hareketler:

- One Arm Pull-Up
- Maltese Press
- Full Planche Push-Up
- Impossible Dip
- Planche Press
- Front Lever Raises
- Front Lever Pull Up
- One Arm Muscle-Up
- Tiger Bend (Shoulder stand'ten kalkışlı olanı)

- Pelican Push-Up

Değerlendirme Kriterleri:

- Hareketin seviyesi: Sergilenen hareketin ne kadar ileri seviye olduğu değerlendirilir. Hareketin zorluk derecesi, sahnede gösterilen teknik yetkinliğin temel göstergesidir.
- Hareketin temizliği: Yapılan hareketin formla, net ve hatasız şekilde uygulanması beklenir. Eksik form, yarım uygulama veya teknik bozukluklar değerlendirmeyi düşürür.
- Vücut kontrolü ve denge: Hareket sırasında sporcunun vücudunu ne kadar sabit, kontrollü ve stabil tuttuğu göz önüne alınır. Titreme, dengesizlik veya kontrol kaybı olumsuz etki eder.
- Geçişlerin kalitesi: Güç hareketlerine geçiş ve çıkışların yumuşak ve kontrollü olması önemlidir. Harekete girmeden önceki hazırlık veya çıkışta yaşanan kopmalar değerlendirmeyi etkiler.

- Dinamik Hareketler (Dynamics) - 20 Puan

Dinamik hareketler, sporcunun hız, çeviklik, kontrol ve akrobatik yeteneklerini gösterdiği hareketlerdir. Bu kategoride, özellikle hava kontrolü, dönüşler, el bırakma hareketleri ve iniş kalitesi ön plandadır.

Örnek Hareketler:

- 360°, 540° dönüşler
- Shrimp Flip
- Giants
- Release & Regrab (bırakıp tekrar tutma hareketleri)
- Alley Hoop
- Bar-Kip
- Kumquat

Değerlendirme Kriterleri:

- **Havadaki Kontrol ve Stabilite:** Hareket sırasında sporcu, havada vücut pozisyonunu kontrol altında tutmalı, ani sallanmalar ya da dengesizlikler göstermemelidir. Havadaki kontrol, hareketin başarısının temel unsurudur.
- **Dönüş ve Açılar Doğruluğu:** Yapılan dönüşlerin (360°, 540° vb.) açısal doğruluğu ve hareketin tam olarak tamamlanması önemlidir. Eksik dönüşler ya da açılar yarım kalması puanı düşürür.
- **El Bırakma ve Yeniden Tutma Başarısı:** Release & Regrab hareketlerinde, sporcunun elini bıraktığı anda vücut kontrolü ve başarılı yakalama performansın değerini artırır. El bırakmanın riskini ve temizliğini göstermek önemlidir.
- **İniş Kalitesi:** Hareketin inişi kontrollü ve dengeli olmalıdır. Ani düşmeler, dengesiz inişler veya hareketin tamamlanmaması puan kaybına sebep olur.
- **Risk ve Zorluk Seviyesi:** Hareketin zorluk seviyesi ve performans sırasında alınan riskler değerlendirmeye dahildir. Daha karmaşık ve tehlikeli hareketler yüksek değer taşır.
- **Yaratıcılık ve Özgünlük:** Sporcu, standart hareketlerin dışında özgün varyasyonlar veya yeni hareketler sergileyerek puanını artırabilir. Bu, dinamik hareketlerin çeşitliliğini ve yenilikçiliğini teşvik eder.

- Kombinasyonlar (Combinations) – 20 Puan

Kombinasyonlar kategorisi, sporcunun farklı hareket türlerini kesintisiz, akıcı ve uyumlu şekilde bağlama becerisini değerlendirir. Bu kategori, performansın bütünlüğü, akışkanlığı ve hareketler arasındaki geçişlerin kalitesine odaklanır.

Değerlendirme Kriterleri:

- **Geçişlerin Akıcılığı:** Hareketler arasındaki geçişlerin pürüzsüz ve kesintisiz olması, performansın doğal bir ritimde ilerlemesi beklenir. Ani duraklamalar veya sert geçişler puan kaybına yol açar.
- **Çeşitlilik ve Uyum:** Kombinasyonlarda statik, güç ve dinamik hareketlerin dengeli ve uyumlu şekilde kullanılması önemlidir.
- **Performans Bütünlüğü:** Kombinasyonlar, performansın geneline uyum sağlamalıdır. İzleyiciye bir hikaye veya akış hissi vermeli, kopukluk yaratmamalıdır. Sergilenen performansın kombinasyon olarak kabul edilmesi için 3 hareketin ayaklar yere temas etmeden ve hareketler arasında 3 saniyeden fazla kopukluk olmadan sergilenmesi gerekir.
- **Zorluk Seviyesi ve Yaratıcılık:** Hareketler arasındaki geçişlerin teknik zorluk derecesi ve yenilikçi bağlantılar, sporcunun yüksek puan almasını sağlar.
- **Kontrol ve Denge:** Geçişler sırasında sporcunun kontrolü ve dengesi korunmalıdır. Kaymalar, düşmeler veya kontrol kaybı puanı düşürür.

9- Jüri Seçimi

9.1. Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026'da 3 tarafsız jüri tarafından yönetilecektir.

9.2. Jüriler bu camiaya katkıda bulunmuş, insanlar tarafından saygı görülen kişiler olmalıdır. Bir jüri taraflı ve çıkar sahibi birisi olmaması gerekir.

10- Jüri Kadrosu

Jüri kadrosu netleştikçe kılavuz güncellenecektir.

11- Ödüller

Yarışmanın derece sahiplerinin kazanacağı para ödülü;

1. 250€
2. 150€
3. 100€

Ayrıca organizasyon için anlaşma sağlanan sponsorlar tarafından ilerleyen süreçte belirlenecek ekipmanlar, takviye ürünler ve hediye çekleri gibi çeşitli ödüller, dereceye giren sporculara verilecektir.

Katılan tüm yarışmacılara katılım sertifikası, yarışma tişörtü, isimlik ve çeşitli hediyeler verilecektir.

12- Street Workout Freestyle Türkiye Şampiyonası 2026 Sponsorlar ve Destekçiler

Mezitli Belediyesi, Mezitli Park ve Bahçeler Müdürlüğü, Mezitli Emniyet Müdürlüğü ve yarışma süresince anlaşacağımız markalar (Kılavuz güncellendikçe anlaşma yapılan markalar bu maddeye eklenecektir.) desteklerinizden dolayı teşekkür ederiz.



Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü

Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü, Türkiye’de sokak antrenmanları (calisthenics) sporunu geliştirmek, yaygınlaştırmak ve resmi bir spor branşı olarak daha ileri seviyeye taşımak amacıyla kurulmuş bir spor kulübüdür. Dünya Street Workout and Calisthenics Federation (WSWCF) üyesi olarak uluslararası standartlarda faaliyet gösterir ve Türkiye’de bu sporun resmi temsilciliğini üstlenir.

Kulüp, hem amatör hem de profesyonel sporculara eğitim, gelişim ve yarışma fırsatları sunar. Aynı zamanda sporcuların ulusal ve uluslararası yarışmalara katılımını destekler, hakemlik ve organizasyon süreçlerini yürütür ve calisthenics kültürünü Türkiye genelinde yaygınlaştırmayı hedefler.

Kulübümüzün Kuruluş Amacı

Kulüp olarak amacımız, Türkiye’de calisthenics sporunu kurumsal bir zemine oturtmak, güçlü bir sporcu ekosistemi oluşturmak ve bu sporun ulusal ve uluslararası arenada daha görünür olmasını sağlamaktır. Bu doğrultuda hem organizasyonlar düzenliyor hem de sporcularımızı yarışma kültürüne hazırlayarak onların gelişimine katkı sunuyoruz.

Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü Yönetim Kurulu

- N. Bahadır Bayram – Yönetim Kurulu Başkanı
- Mustafa Selamoğulları – Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı
 - Tunahan Çolak – Genel Sekreter
 - Burak Akbaş – Yönetim Kurulu Saymanı
 - Dilşad Edip Aydın – Yönetim Kurulu Saymanı

Hakem Kurulu

- Emre Arslan – Hakem Kurulu Başkanı
- İsa Bayram Açıkgöz – Hakem Kurulu Asil Üye
- İsmail Şahin – Hakem Kurulu Asil Üye
- Haydar Gündoğmuş – Hakem Kurulu Asil Üye

İletişim bilgileri;

E-Posta: sokantcalsk@gmail.com

WEB Sitesi: <https://www.sokantcalsk.com>

Instagram: <https://www.instagram.com/sokantcalsk>

Youtube: <https://www.youtube.com/@sokantcalsk>

X: <https://x.com/sokantcalsk>

Tiktok: <https://www.tiktok.com/@sokantcalsk>

Adresi: Keklik Pınarı Mahallesi 924. Sokak No: 7A Çankaya / ANKARA

12- Telif Hakkı ve Dağıtım Uyarısı

Bu kılavuz, **Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü ve World Street Workout and Calisthenics Federation** tarafından hazırlanmıştır. Bu dokümanın tamamı veya herhangi bir kısmı, **Sokak Antrenmanları Calisthenics Spor Kulübü**'nün yazılı izni olmadan kopyalanamaz, taklit edilemez veya dağıtılamaz. Herhangi bir izinsiz kullanım, telif hakkı ihlali olarak değerlendirilecektir ve yapan kişi hakkında yasal süreç başlatılacaktır.

