

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

لیست رشته‌های ورزشی فدراسیون - ۳۰ مورد

نشاط					سلامت عمومی
پشتیبانی	ایرانی-ابداعی	بین‌المللی			
گردشگری ورزشی	هندپلو (مربیگری/داوری)	لیوان چینی (داوری)	مینی فوتبال (مربیگری/داوری)	بازی های فکری (مربیگری/داوری)	بازی و ورزش کودک (مربیگری)
داوطلبی ورزشی	پرثوا (مربیگری/داوری)	روپایی	فوتبال خیابانی/پاناچلنج	فربزبی (مربیگری/داوری)	زنان و خانواده (مربیگری)
	چوگو (مربیگری/داوری)	دومینو	ورزش آتش نشانان (مربیگری/داوری)	طناب زنی (مربیگری/داوری)	یوگا (مربیگری/داوری)
	ورزارا (مربیگری/داوری)	فوتبال حبایی	پینت بال/لیزرتگ (مربیگری/داوری)		ورزش سالمندان (مربیگری)
	ایروکامبت (مربیگری/داوری)	ثبت رکورد (داوری)	ورزش در طبیعت (مربیگری/داوری)		پیاده روی (مربیگری)
	تلاش/استراگوس (مربیگری/داوری)	گوی بردار			انجمن ترکیب بدنی و سلامت عمومی (مربیگری/داوری)
		پرواز کایت			ورزش روزانه (مربیگری)
مورد ۲	مورد ۶	مورد ۷	مورد ۵	مورد ۳	مورد ۷

* مواردی که هایلایت قرمز شده اند فعلا دوره آموزشی تعریف شده/ اجرا شده ندارند منتها شما در صورت علاقمندی می توانید درخواست بدهید.

عنوان دوره	نام دوره	مدت زمان دوره	پیش نیاز دوره
(۱) ورزش‌آرا			
سمینار	ورزش‌آرا	۱ روز	ندارد
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
داوری	درجه ۳	۳ روز	ندارد

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

۲) پینت بال			
کارگاه پینت بال	فنی توجیهی	۲ روز	ندارد
مربیگری پینت بال	درجه ۳	۶ روز	کارگاه فنی توجیهی، دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
مربیگری پینت بال	درجه ۲	۶ روز	مربیگری پینت بال درجه ۳، دروس تئوری درجه ۲ و ۷۵ امتیاز
مربیگری پینت بال	درجه ۱	۶ روز	مربیگری پینت بال درجه ۲، تئوری درجه ۱ و ۷۵ امتیاز
داوری پینت بال	درجه ۳	۴ روز	ندارد
داوری پینت بال	درجه ۲	۴ روز	داوری پینت بال درجه ۳، ۷۵ امتیاز
مربیگری لیژرتگ	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
۳) فریزی			
کارگاه توجیهی (اختیاری)	فنی توجیهی	۲ روز	بدون پیش نیاز
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
دانش افزایی	-	۳ روز	مربیگری درجه ۳ فریزی
مربیگری	درجه ۲	۶ روز	مربیگری فریزی درجه ۳، دروس تئوری درجه ۲ و ۷۵ امتیاز
مربیگری	درجه ۱	۶ روز	مربیگری فریزی درجه ۲، دروس تئوری درجه ۱ و ۷۵ امتیاز
آبزروری (داوری)	درجه ۳	۴ روز	بدون پیش نیاز
داوری	درجه ۲	۳ روز	داوری درجه ۳، ۷۵ امتیاز
سمینار مجازی یا حضوری	اصول اخلاقی در ورزش فریزی	۱ روز	بدون پیش نیاز
۴) ورزش‌های روزانه			
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
۵) بازی‌های فکری			
سمینار (اختیاری)	۱ روز	-	-
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
کارگاه ارتقا (مجازی یا حضوری)	بازی‌های پازلی	۳ روز	مربیگری درجه ۳
کارگاه ارتقا (مجازی یا حضوری)	بازی‌های رو میزی	۴ روز	مربیگری درجه ۳
داوری	بازی‌های فکری	۴ روز	ندارد
داوری	مکعب روبیک درجه ۳	۱ روز	ندارد

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

کارگاه	مقدماتی گرداندگی بازی های نقش آفرینی و نقش مخفی	۳ روز	ندارد
(۶) ورزش در طبیعت			
سمینار	ورزش در طبیعت	۱ روز	ندارد
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
داوری (مجازی/حضور)	درجه ۳	۴ روز	-
سمینار	بقا در طبیعت	۱ روز	ندارد
مدرسی	بقا در طبیعت	۳ روز	ندارد
(۷) ثبت رکود			
داوری	درجه ۳	۴ روز	ندارد
(۸) طناب زنی			
مربیگری (حضور/مجازی)	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
مربیگری	درجه ۲	۶ روز	مربیگری طناب زنی درجه ۳، دروس تئوری درجه ۲ و ۷۵ امتیاز
داوری (حضور/مجازی)	درجه ۳	۴ روز	ندارد
داوری	درجه ۲	۴ روز	داوری طناب زنی درجه ۳، ۷۵ امتیاز
(۹) چوگو			
سمینار (اختیاری)	چوگو	۱ روز	ندارد
مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری درجه ۳ یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
داوری (مجازی/حضور)	چوگو	۳ روز	ندارد
(۱۰) پرثوا			
سمینار	آشنایی با ورزش پرثوا	۱ روز	ندارد
کارگاه	استاز فنی مسابقات پرثوا	۲ روز	ندارد
کارگاه	استاز فنی تکنیک های پرثوا	۳ روز	ندارد
آزمون	تعیین سطح ۱ تا ۱۷	۱ روز	ندارد
آزمون	مرحله ۱ پرثوا-سیر سبز	۱ روز	ندارد
آزمون	مرحله ۲ پرثوا- مسیر سبز	۱ روز	مدرک مرحله ۱
آزمون	مرحله ۳ پرثوا- سبز	۱ روز	مدرک مرحله ۲
آزمون	مرحله ۴ پرثوا- سیر قهوه ای	۱ روز	مدرک مرحله ۳
آزمون	مرحله ۵ پرثوا- قهوه ای	۱ روز	مدرک مرحله ۴
آزمون	مرحله ۶ پرثوا- مشکی	۱ روز	مدرک مرحله ۵
آزمون	مرحله ۷ پرثوا- مشکی دانا ۱	۱ روز	مدرک مرحله ۶

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

مدرک مرحله ۷	۱ روز	مرحله ۸ پرثوآ - مشکی دانا ۲	آزمون
مدرک مرحله ۸	۱ روز	مرحله ۹ پرثوآ - مشکی دانا ۳	آزمون
مدرک مرحله ۹	۱ روز	مرحله ۱۰ پرثوآ - مشکی دانا ۴	آزمون
مدرک مرحله ۱۰	۱ روز	مرحله ۱۱ پرثوآ - مشکی دانا ۵	آزمون
مدرک مرحله ۱۱	۱ روز	مرحله ۱۲ پرثوآ - مشکی دانا ۶	آزمون
مدرک مرحله ۱۲	۱ روز	مرحله ۱۳ پرثوآ - مشکی دانا ۷	آزمون
مدرک مرحله ۱۳	۱ روز	مرحله ۱۴ پرثوآ - مشکی دانا ۸	آزمون
مدرک مرحله ۱۴	۱ روز	مرحله ۱۵ پرثوآ - مشکی دانا ۹	آزمون
مدرک مرحله ۱۵	۱ روز	مرحله ۱۶ پرثوآ - مشکی دانا ۱۰	آزمون
مدرک مرحله ۱۶	۱ روز	مرحله ۱۷ پرثوآ - مشکی دانا ۱۱	آزمون
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری
تئوری درجه ۲ + حکم مربیگری درجه ۳ + مدرک مرحله ۸+۷۵ امتیاز	۶ روز	درجه ۲	مربیگری
تئوری درجه ۱ + حکم مربیگری درجه ۲ + مدرک مرحله ۱۰+۷۵ امتیاز	۶ روز	درجه ۱	مربیگری
مدرک مرحله ۶	۲ روز	درجه ۳	داوری
داوری درجه ۳ + مدرک مرحله ۸	۲ روز	درجه ۲	داوری
داوری درجه ۲ + مدرک مرحله ۱۰	۲ روز	درجه ۱	داوری
(۱۱) پرواز کایت			
ندارد	۱ روز	پرواز کایت	سمینار
(۱۲) لیوان چینی			
ندارد	۲ روز	لیوان چینی	کارگاه
ندارد	۱ روز	لیوان چینی	داوری (مجازی یا حضوری)
(۱۳) ورزش و فعالیت بدنی آتش نشانان			
ندارد	۱ روز	ورزش آتش نشانان	سمینار
سمینار اجباری، دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری آمادگی عملکردی آتش نشانان
سمینار اجباری، دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری ورزش آتش نشانان
ندارد	۳ روز	صعود از برج ویژه آتش نشانان	کارگاه
سمینار (اجباری)	۴ روز	درجه ۳	داوری
(۱۴) ورزش و فعالیت بدنی کودکان			

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

مربیگری	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
مدرسی	درجه ۳	۶ روز	مربیگری بازی و ورزش کودکان
سمینار	حقوق ورزش کودکان	۱ روز	ندارد
سمینار	سلامت روانی حرکتی کودکان	۱ روز	ندارد
سمینار	بازی‌های اصلاحی ویژه کودکان	۱ روز	ندارد
دانش افزایی	بازی‌های تلفیقی و دبستانی	۳ روز	ندارد
دانش افزایی	ریتمیک حرکتی کودکان	۲ روز	ندارد
(۱۵) ورزش و فعالیت بدنی زنان و خانواده			
مربیگری ورزش دوران بارداری	درجه ۳	۶ روز	ویژه مربیان مدرک مامایی یا پزشک زنان، دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
طراحی تمرین و حرکات اصلاحی دوران بارداری	کارگاه	۲ روز	مربیگری ورزش دوران بارداری
طرحواره ورزش دوران جنینی	سمینار	۱	ندارد
اهمیت فعالیت بدنی برای مادر و ۱۰۰۰ روز نخستین کودک	سمینار	۱	ندارد
تایمی تایم کودک	مینی سمینار-پنل	۲ ساعت	ندارد
(۱۶) مینی فوتبال			
مربیگری	۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
مربیگری تطبیقی	۳	۱ روز	مدرک مربیگری از فدراسیون فوتبال/فوتسال/فوتبال ساحلی
مربیگری	۲	۶ روز	مدرک مربیگری ۳، دروس تئوری (درجه ۲)
داوری تطبیقی (مجازی)	۳	۱ روز	مدرک داوری از فدراسیون فوتبال/فوتسال/فوتبال ساحلی
داوری (مجازی/حضور)	۳	۳ روز	-
داوری	۲	۳ روز	داوری درجه ۳، ۷۵ امتیاز
(۱۷) مربیگری ترکیب بدنی			
مربیگری ترکیب بدن	درجه ۳	۶ روز	دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی
داوری مهارت‌های چالشی	درجه ۳	۳ روز	ندارد
نوشیدنی‌های ورزشی	سمینار	۱	ندارد
حرکت شناسی	کارگاه	۲	ندارد

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

ندارد	۲	کارگاه	زمانبندی تغذیه ورزشی و شناخت مکمل‌های ورزشی
ندارد	۱	سمینار	ارزیابی شاخص‌های تندرستی
ندارد	۳	کارگاه	آناتومی و اصول طراحی تمرینات انعطاف‌پذیری
ندارد	۲	کارگاه	آناتومی و طراحی تمرینات با وزنه
ندارد	۴	کارگاه	حرکات اصلاحی
ندارد	۱ روز	کارگاه	ترکیب بدن
-	۱ روز	ارزیابی تغذیه	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	کاهش وزن: بایدها و نبایدها	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	کاربرد مکمل‌های ورزشی و دوپینگ	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	آشنایی با تمرینات HIIT	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	آشنایی با آسیب‌های ورزشی رشته‌های ورزش همگانی	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	ارزیابی تغذیه	سمینار دانش‌افزایی (عمومی)
-	۱ روز	خستگی و سازوکار ریکاوری در ورزشکاران	سمینار
۱۸) دومینو			
بدون پیش‌نیاز	۱ روز	دومینو	کارگاه (حضور اجباری)
۱۹) ورزش سالمندان			
ندارد	۱ روز	ورزش سالمندان	سمینار (اختیاری)
ندارد	۴ روز	ورزش سالمندان	کارگاه اجباری (ویژه افراد غیر تربیت‌بدنی)
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت‌بدنی	۶ روز	ورزش سالمندان	مربیگری (دانش‌آموختگان تربیت‌بدنی)

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

مدرک تحصیلی افراد می‌بایست لیسانس تربیت بدنی پیوسته یا کارشناسی ناپیوسته تربیت بدنی باشد.			
-دروس تئوری (درجه ۳). -کارگاه ۴۰ ساعته ویژه	۶ روز	ورزش سالمندان	مربیگری (ویژه افراد غیر تربیت بدنی)
ندارد	۱ روز	تمرینات تعادلی ویژه سالمندان	سمینار
ندارد	۱ روز	برنامه نویسی تمرین ویژه سالمندان	سمینار
مربیگری سالمندان-فوق لیسانس	۳ روز	سالمندان	مدرسی
(۲۰) پیاده روی			
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری (حضور یا مجازی)
(۲۱) ایروکامبت			
ندارد	۱ روز	-	سمینار (اختیاری)
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری
ندارد	۴ روز	درجه ۳	داوری
(۲۲) استراگوس/تلاش (هوگام قدیم)			
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	۶ روز	درجه ۳	مربیگری
ندارد	۱ روز	کارگاه	آشنایی با شاخه تخصصی یوز در استراگوس
ندارد	۱ روز	دانستنی‌های ورزش در حیات وحش (مارگزیدگی)	سمینار
ندارد	۴ روز	درجه ۳	داوری
ندارد	۱ روز	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۱ تا ۱۰
ندارد	۱ روز	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۱
تعیین سطح بازوبند ۱	۱ روز	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۲
تعیین سطح بازوبند ۲	۱ روز	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۳
تعیین سطح بازوبند ۳	۱ روز	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۴

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

تعیین سطح بازوبند ۴	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۵
تعیین سطح بازوبند ۵	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۶
تعیین سطح بازوبند ۶	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۷
تعیین سطح بازوبند ۷	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۸
تعیین سطح بازوبند ۸	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۹
تعیین سطح بازوبند ۹	روز ۱	آزمون	تعیین سطح بازوبند ۱۰
۲۳) هندپلو			
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	روز ۶	درجه ۳	مربیگی هندپلو
-	روز ۳	درجه ۳	داوری هندپلو
مربیگری درجه ۳	روز ۲	درجه ۳	مدرسی هندپلو
۲۴) گوی پردار			
ندارد	روز ۱	گوی پردار	سمینار
ندارد	روز ۱	گوی پردار	داوری
۲۵) فوتبال حبابی			
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	روز ۶	درجه ۳	مربیگری
۲۶) آمادگی رزم			
دروس تئوری (درجه ۳) یا لیسانس تربیت بدنی یا مدرک مربیگری یکی از رشته‌های ورزشی	روز ۶	درجه ۳	مربیگری
۲۷) استعدادیابی			
ندارد	روز ۱	استعدادیابی	سمینار (اجباری)
سمینار	روز ۴	عمومی استعدادیابی	کارگاه
کارگاه عمومی	روز ۲	تخصصی استعدادیابی	کارگاه
۲۸) دوره های آزاد (دانش افزایی با امتیاز تمدید)			
ندارد	روز ۴-۳-۲-۱	سمینار/کارگاه	حقوق ورزشی
ندارد	روز ۴-۳-۲-۱	کارگاه	تغذیه
ندارد	روز ۴-۳-۲-۱	کارگاه	طراحی تمرین
ندارد	روز ۱	سمینار	بازاریابی اجتماعی
۲۹) دروس تئوری پیش نیاز مربیگری ها			
ندارد	روز ۸	درجه ۳	تئوری عمومی مربیگری

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

تئوری عمومی مربیگری	درجه ۲	۶ روز	مربیگری درجه ۳
تئوری عمومی مربیگری	درجه ۱	۶ روز	مربیگری درجه ۲

فرانمای آموزشی انجمن یوگای ایران سال ۱۴۰۳

نوع دوره	برگزاری	نام دوره	مدت زمان	پیش نیاز دوره
سمینار	آنلاین	آشنایی با ورزش یوگا	۱ روز	ندارد
سمینار	آنلاین	آموزش تکنیکال تمرینات تمرکزی در ورزش یوگا	۱ روز	مربیگری درجه ۳
کارگاه توجیهی	حضور/آنلاین	آموزش سطوح ۱ تا ۶ یوگا		ندارد
کارگاه توجیهی	حضور/آنلاین	آموزش سطح ۷ یوگا		سطح فنی ۶
کارگاه توجیهی	حضور/آنلاین	آموزش سطح ۸ یوگا		سطح فنی ۷
کارگاه توجیهی	حضور/آنلاین	آموزش سطح ۹ یوگا		سطح فنی ۸
کارگاه توجیهی	حضور/آنلاین	آموزش سطح ۱۰ یوگا		سطح فنی ۹
کارگاه	آنلاین	طراحی و علم تمرین در یوگا	۲ روز	سطح فنی ۶
سمینار	آنلاین	تمرینات یوگا با وزنه	۱ روز	مربیگری درجه ۳ یوگا
سمینار	حضور/آنلاین	تمرینات یوگا پیشرفته	۲ روز	سطح فنی ۶
سمینار	آنلاین	حقوق ورزشی در یوگا	۱ روز	ندارد
سمینار دانش افزایی	آنلاین	آیین کلاس داری در ورزش یوگا	۱ روز	مربیگری درجه ۳
سمینار دانش افزایی	آنلاین	آیین مدیریت حرفه ای ورزش یوگا	۱ روز	ندارد
سمینار	آنلاین	فرهنگ و اخلاق مربیگری در یوگا	۱ روز	ندارد

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

مربیگری درجه ۳	۳ روز	تعالی معنوی مربیگری در ورزش یوگا	حضور/آنلاین	سمینار دانش افزایی
مربیگری درجه ۳	۱ روز	آموزش آناتومی تمرینات یوگا	آنلاین	سمینار
ندارد	۳ روز	کار با ابزار در یوگا	آنلاین و حضوری	کارگاه
مربیگری درجه ۳	۱ روز	کوچینگ ورزش یوگا	آنلاین	سمینار دانش افزایی
ندارد	۲ روز	تمرینات ورزش یوگا ویژه سنین خاص	آنلاین	سمینار
مربیگری درجه ۳	۲ روز	حرکات اصلاحی تمرینات یوگا	آنلاین	سمینار
مربیگری درجه ۳	۲ روز	حرکت شناسی و بیومکانیک در یوگا	آنلاین	کارگاه
مربیگری درجه ۳	۲ روز	آسیب شناسی تمرینات یوگا	آنلاین	کارگاه
مربیگری درجه ۳	۲ روز	آناتومی تمرینات تنفسی	آنلاین	کارگاه
سطح فنی ۶	۲ روز	تمرینات یوگای معلق	حضور	کارگاه
مربیگری درجه ۳	۲ روز	یوگا ویژه افراد با نیازهای خاص	آنلاین	کارگاه
ندارد	۱ روز	مرحله ۱ یوگا	آنلاین	آزمون
مدرک مرحله ۱ یوگا	۱ روز	مرحله ۲ یوگا	آنلاین	آزمون
مدرک مرحله ۲ یوگا	۱ روز	مرحله ۳ یوگا	آنلاین	آزمون
مدرک مرحله ۳ یوگا	۱ روز	مرحله ۴ یوگا	آنلاین	آزمون

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

آزمون	آنلاین	مرحله ۵ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۴ یوگا
آزمون	آنلاین	مرحله ۶ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۵ یوگا
آزمون	آنلاین	مرحله ۷ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۶ یوگا
آزمون	آنلاین	مرحله ۸ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۷ یوگا
آزمون	آنلاین	مرحله ۹ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۸ یوگا
آزمون	آنلاین	مرحله ۱۰ یوگا	۱ روز	مدرک مرحله ۹ یوگا
مربیگری	(حضوری/مجازی)	درجه ۳	۶ روز	مدرک مرحله ۶ و تئوری عمومی مربیگری درجه ۳
مربیگری	(حضوری/مجازی)	درجه ۲	۶ روز	مدرک مرحله ۷ و تئوری عمومی درجه ۲ و مدرک دوره فرهنگ و اخلاق ورزشی در ورزش یوگا
مربیگری	(حضوری/مجازی)	درجه ۱	۶ روز	مدرک مرحله ۸ یوگا و تئوری عمومی درجه ۱ و مدرک دوره تعالی معنوی در ورزش یوگا
مدرسی	آنلاین و حضوری	درجه ۳	۴ روز	لیسانس + مدرک مرحله ۸ یوگا + مدرک مربیگری درجه ۳ + معرفی نامه از هیات استان ذیربط
داوری	آنلاین و حضوری	درجه ۳	۳ روز	مدرک مرحله ۶
داوری	آنلاین و حضوری	درجه ۲	۳ روز	داوری درجه ۳ + مدرک مرحله ۷
داوری	آنلاین و حضوری	درجه ۱	۳ روز	داوری درجه ۲ + مدرک مرحله ۸
همسان سازی	آنلاین و حضوری	مدرسی مربیگری	۴ روز	مدرس
سمینار بازآموزی	آنلاین و حضوری	داوری درجه ۳	۳ روز	داوری درجه ۳

فرانمای آموزشی رشته‌های تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی

ویرایش چهاردهم مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۰۹

پیش شرط رشته‌های نوین:

۱. سمینار با جمعیت انبوه

۲. کتابچه/جزوه (تهیه محتوا)

۳. توسعه رشته نیازمند باشگاه اختصاصی و رقابت/مسابقات (لیگ) است.

همه هیات‌ها و انجمن‌ها می‌توانند دوره‌های آموزش آزاد برای امتیاز تمدید و ارتقا تعریف کنند:

۱. ابتدا با نامه مکتوب محتوای دوره به فدراسیون اعلام می‌گردد.

۲. در شورای آموزشی بررسی می‌گردد.

۳. در صورت تایید، جز دوره‌های آموزشی فدراسیون قرار می‌گیرد.