ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી
તેજતૃષા-2024

- **સામાન્ય માહિતી**
  - **પરિચય પત્ર :-**
- ભાગ લેનાર દરેક વિદ્યાર્થીએ યુનિવર્સિટીનું ઓળખપત્ર (આઇડેન્ડીટી કાર્ડ) અવશ્ય સાથે રાખવાનું રહેશે.
  - **શિસ્ત અંગે :-**
- કોઈપણ પ્રકારના નિર્ણયના હકો યુનિવર્સિટીને આધીન રહેશે.
- સ્પર્ધાના સ્થળે, સ્પર્ધાના દિવસો દરમ્યાન સ્પર્ધાનું ગૌરવ જળવાય તે માટે શિસ્ત પાળવી જરૂરી છે.
- કોઈપણ સ્પર્ધક શિસ્ત ભંગ કરશે તો તેને યુનિવર્સિટીના આગામી મહોત્સવ માટે ગેરલાયક ઠરાવવામમાં આવશે અને તેને સ્પર્ધામાંથી તાત્કાલિક રદબાતલ કરવામાં આવશે.
- કોઈપણ સ્પર્ધક કોઇપણ પ્રકારના વિવાદ માટે પ્રેસ અથવા અન્ય પ્રચાર માધ્યમ દ્વારા વિવાદ ઊભો કરશે તો તે સ્પર્ધક માટે યુનિવર્સિટી દ્વારા શિક્ષાત્મક પગલાં લેવામાં આવશે.
- કોઈપણ પ્રકારની વ્યક્તિગત ફોટોગ્રાફી કે વિડીયો યુનિવર્સિટીની પરવાનગી વગર લેવામાં આવશે તો તેની સામે યુનિવર્સિટી દ્વારા શિક્ષાત્મક પગલા લેવામાં આવશે.
  - **સ્પર્ધામાં વિષય જાહેરાત :-**
- સ્પર્ધામાં વિષય જાહેર કરવાની જ્યાં આવશ્યકતા છે ત્યાં વિષયોની જાહેરાત સ્પર્ધા સ્થળે જ કરવામાં આવશે.

  - **સ્પર્ધા અંગેના નિયમો :-**
- યુનિવર્સિટી મહોત્સવના નિયમાનુસાર સ્પર્ધાનું આયોજન કરવામાં આવશે. તેમ છતાં નીચેની વિગતો વિશેષ રુપે નિયમોમાં ગણાશે.

- સ્પર્ધામાં ભાગ લેનાર કલાકારોએ જરૂરી વાદ્ય અથવા જરૂરી સાધન-સામગ્રી સાથે લાવવાના રહેશે.
- મેકઅપનો સમાન, પહેરવેશ વગેરે સ્પર્ધકે પોતાની સાથે લાવવાના રહેશે.
- સમૂહ નૃત્ય અને સંગીતના કાર્યક્રમમાં પ્રિ-રેકોર્ડડ કેસેટનો ઉપયોગ થઈ શકશે નહી.
- સ્પર્ધાની કૃતિઓ અંગેનો નિર્ણયકોનો નિર્ણય આખરી રહેશે.
- સ્પર્ધક કૃતિ અંગેના નિયમોનો પૂરતો અભ્યાસ કરી લે તે જરૂરી છે.
- સ્પર્ધાનું વિસ્તૃત સમયપત્રક હવે પછી મોકલવામાં આવશે.
- કોઈપણ સ્પર્ધક બે વ્યક્તિગત (Solo) અને એક સમૂહ (Group)થી વધારે સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શકશે નહી .
- હાલમાં BAOUમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓ જ આ સ્પર્ધાઓમાં ભાગ લઇ શકશે.
- વિશેષમાં જે કંઇ સૂચનાઓ હશે તે સ્પર્ધા સમયે યુનિવર્સિટી/ નિર્ણાયકો દ્વારા સ્થળ પર આપવામાં આવશે.

- **સ્પર્ધાના વિભાગ:**

ક્રમ	વિભાગ	સ્પર્ધક વિદ્યાર્થી સંખ્યા	સહાયકો	કુલ સંખ્યા	સ્પર્ધાનો ઓછામાં ઓછો સમય (મિનીટ)	સ્પર્ધાનો વધુમાં વધુ સમય(મિનીટ)
(1) સંગીત વિભાગ						
A	હળવું કંઠ્ય સંગીત (હિન્દુસ્તાની)	૧	૨	૩	૪	૬
B	પાશ્ચાત્ય કંઠ્ય સંગીત	૧	૨	૩	૪	૬
C	સમૂહ ગીત (ભારતીય)	૬	૩	૯	૮	૧૦
D	સમૂહ ગીત (પાશ્ચાત્ય)	૬	૩	૯	૭	૧૦
E	પ્રાદેશિક વૃંદ વાદન (Folk Orchestra)	૯	૩	૧૨	૮	૧૦
F	તાલ વાદ્ય સંગીત (સોલો)	૧	૨	૩	૮	૧૦
G	સ્વર વાદ્ય સંગીત (Solo)	૧	૨	૩	૮	૧૦
H	લોકવાર્તા	૧	૧	૨	૫	૭
I	દોહા, છંદ, ચોપાઈ	૧	૧	૨	૫	૭
(2) નૃત્ય વિભાગ						
A	પ્રાદેશિક/ સમૂહ નૃત્ય	૧૦	૫	૧૫	૮	૧૦
B	વેસ્ટર્ન નૃત્ય					
C	શાસ્ત્રીય નૃત્ય	૧	3	૪	૮	૧૦
(3) નાટ્ય વિભાગ						
A	એક પાત્રીય અભિનય	૧	૦	૧	4	૫
B	સ્કીટ	૬	3	૯	૮	૧૦
C	માઈમ	૬	૨	૮	૪	૫
D	મિમિક્રી	૧	0	૧	૪	૫
E	એકાંકી	૯	3	૧૨	૨૦	૨૫
F	નૃત્ય નાટિકા	૧૦	૦૫	૧૫	૨૫	૩૦
(4) સાહિત્ય વિભાગ						
A	શીઘ્ર વકતૃત્વ સ્પર્ધા*	૧	0	૧	૪	૫
B	શીઘ્ર નિબંધ સ્પર્ધા	૧	0	૧	30 મિનીટ	૧ કલાક

C	ડીબેટ (ચર્ચા) સ્પર્ધા	૧	૦	૧	-	-
D	સામાન્ય ક્વીઝ	૧	0	૧	-	-
E	શીઘ્ર કાવ્ય સર્જન	૧	0	૧	૧ કલાક	૨ કલાક
F	શીઘ્ર લઘુકથા સર્જન	૧	૦	૧	૧ કલાક	૨ કલાક
G	સ્કીટ લેખન	૧	૦	૧	૧ કલાક	૨ કલાક
(5) લલિત કલા:						
A	પોસ્ટર મેકિંગ	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
B	ગ્લાસ પેઇન્ટિંગ	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
C	ફેબ્રિક પેઇન્ટિંગ	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
D	પેન્સિલ સ્કેચ આર્ટ સ્પર્ધા	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
E	કાર્ટુન ડિઝાઈનીંગ	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
F	કલે મોડેલીંગ(માટીકામ)	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
G	રંગોલી	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
H	સ્પોટ વિડીયોગ્રાફી	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
I	સ્પોટ ફોટોગ્રાફી	૧	0	૧	૧ કલાક	૨.30 કલાક
J	ફેશન શો	૧	-	-	-	-

નોંધ: (*)ચિન્હ દર્શાવતી પાંચ સ્પર્ધામાં મહત્તમ સમય મર્યાદા બાદ ખાસ વધારાનો સમય 15 સેકંડ આપવામાં આવશે તે સિવાયની તમામ સ્પર્ધાઓમાં મહત્તમ સમય મર્યાદા બાદ ખાસ વધારાનો સમય આપવામાં આવશે નહિ.

<u>સ્પર્ધા અંગેના નિયમો :-</u>

૧) સંગીત વિભાગ:

A) હળવું કંઠ્ય સંગીત (હિન્દુસ્તાની)

- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૨ રહેશે,
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૨ મિનીટનો રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૪ અને વધુમાં વધુ ૬ મિનીટનો રહેશે.

- ભજન/ગઝલ/નોન-ફિલ્મી ગીત વિગેરે રજુ કરી શકાશે.
- સ્વર, લય, રાગની પસંદગી, કમ્પોઝીશન અને અસર પર મૂલ્યાંકન થશે.

B) પાશ્ચાત્ય સંગીત:

- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૨ રહેશે,
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૨ મિનીટનો રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૪ અને વધુમાં વધુ ૬ મિનીટનો રહેશે.
- ગીતની ભાષા અને રજૂઆત અંગ્રેજીમાં હોવી જોઇએ..
- સ્વર, લય, રાગની પસંદગી, કમ્પોઝીશન અને અસર પર મૂલ્યાંકન થશે.

C) સમૂહ ગીત (હિન્દુસ્તાની):

- પ્રત્યેક ટીમ બે રજુઆત કરશે, એક દેશભક્તિ ગીત અને એક ફોક સોંગ
- સ્પર્ધકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૬ રહેશે.
- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૩ રહેશે.
- ગીત ભારતીય માંથી લેવા/હોવા જોઇએ અને કોઇપણ પ્રાદેશિક હોવા જોઇએ.
- ગીત ગુજરાતી/હિન્દી ભાષામાં હોવું જોઇએ.
- ગીતની કૃતિ સમાજની દ્રષ્ટિએ શિષ્ટ હોવી જોઇએ.
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૩ મિનીટનો રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય વધુમાં વધુ ૧૦ મિનીટનો રહેશે. જેનો સમાવેશ સ્પર્ધાના સમય માં નહિ કરવામાં આવે.
- મૂલ્યાંકનમાં મેકઅપ, પહેરવેશ, સાજ-સજાવટને પ્રાધાન્ય નથી. માત્ર ગીતની ગુણવત્તા ઉપર ભાર મુકાશે.

D) સમૂહ ગીત (પાશ્ચાત્ય):

- સ્પર્ધકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૬ રહેશે.
- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૩ રહેશે.
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૩ મિનીટનો રહેશે. જેનો સમાવેશ સ્પર્ધાના સમય માં નહિ કરવામાં આવે.
- ગીત અંગ્રેજી ભાષામાંથી લેવાનું રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ૬ મિનીટનો રહેશે.
- મૂલ્યાંકનમાં મેકઅપ, પહેરવેશ અને આંગિક અભિનયનો સમવેશ નહિ થાય. માત્ર ગીતની ગુણવત્તા ઉપર ભાર મુકાશે.

E) ફોક ઓરકેસ્ટ્રા:

- પ્રત્યેક ટીમમાં વધુમાં વધુ ૧૨ સંખ્યા રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૭ મિનીટ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મીનીટનો રહેશે.
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૩ મિનીટનો રહેશે. જેનો સમાવેશ સ્પર્ધાના સમય માં નહિ કરવામાં આવે.

- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૭ મિનીટ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનીટનો રહેશે.
- ૩ વ્યવસાયિક સહાયકને અગાઉથી યુની.,ની સંમતી મેળવી લઇ શકાશે. જેમનો પહેરવેશ વિધાર્થી કરતા જુદો હોય, જેથી તેઓ તરત ઓળખમાં આવે.
- વ્યવસાયિક સહાયક વિધાર્થી કરતા જુદા બેસે/ઉભા રહે,અને તેઓ ટીમની આગેવાની નહિ કરે.
- ટીમની રજૂઆતમાં ફોક ટયુન હોવી જોઇએ, જે કોઇપણ પ્રાદેશિક હોય.

F) તાલ વાદ્ય (સોલો):
- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૨ રહેશે,
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૪ મિનીટનો રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૫ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનીટનો રહેશે.
- રજૂઆત હિન્દુસ્તાની/કર્ણાટકી પધ્દ્ધતિમાં કરવાની રહેશે.
- તાલ, રાગની પસંદગી, કમ્પોઝીશન અને અસર પર મૂલ્યાંકન થશે.

G) સ્વર વાદ્ય (સોલો):
- સહાયકોની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૨ રહેશે,
- સ્ટેજ સજાવટનો સમય વધુમાં વધુ ૪ મિનીટનો રહેશે.
- સ્પર્ધાનો સમય ઓછામાં ઓછો ૫ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનીટનો રહેશે.
- રજૂઆત હિન્દુસ્તાની/કર્ણાટકી પધ્દ્ધતિમાં કરવાની રહેશે.
- સ્વર, તાલ, રાગની પસંદગી, કમ્પોઝીશન અને અસર પર મૂલ્યાંકન થશે.

H) લોકવાર્તા:
- લોક્વાર્તામાં ચારણ શૈલી, બારોટ, ઢાઢી, લીલા અને ભવાઇ શૈલી જેવી સામાન્ય શૈલી વગેરેના ઉપયોગ કરી શકાશે.
- વાર્તાકાર પોતાને અનુકુળ વાધનો આધાર લઇ શકશે. (સ્વરવાદન દ્વારા)

I) દોહા, છંદ, ચોપાઈ:
- કંઠસ્થ કરેલા ઓછામાં ઓછા ૬ થી ૮ દોહા, છંદ, ચોપાઇ રજૂઆત કરવાની રહેશે.
- છંદો જેવા કે માત્રા મેળ અને અક્ષર મેળ. ચારણી, ગીતો છંદો જેવા કે સખાપરા, તિકુરબંધ, છાણોટ ઈત્યાદી રજુ કરી શકાશે.
- કંઠસ્થ દોહા, છંદ, ચોપાઇના ભાવાર્થ ગુજરાતી/હિન્દીમાં હોવો જોઇએ.
- કંઠસ્થ રજૂઆત વખતે ગાન અનિવાર્ય રહેશે.

૨) નૃત્ય :

A) પ્રાદેશિક/ સમૂહ નૃત્ય :
- દરેક રજૂઆતને ઓછામાં ઓછી ૮ મિનિટ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- પ્રાદેશિક/ સમૂહ નૃત્યમાં પ્રી- રેકોર્ડેડ કેસેટનો ઉપયોગ થઇ શકશે નહીં.
- મંચ અને મંચ પરના જરૂરી વાદ્ય ગોઠવવા માટે ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.

- સ્પર્ધકની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૧૦ અને વધુમાં વધુ ૫ સહાયકની સંખ્યા લઇ શકાશે.
- સ્પર્ધકના રીધમ, રચના, હાવભાવ, ગીત-સંગીત-વેશભૂષા, નૃત્યગૂંથણી અને મંચને ધ્યાનમાં રાખીને નિર્ણય કરવામાં આવશે.
- દરેક સ્પર્ધકે પોતાનું નૃત્ય પુરુ થયા બાદ મંચ પરથી પોતાના સાધનો લઈ લેવાના રહેશે.

B) નૃત્ય : વેસ્ટર્ન નૃત્ય (ફ્રી સ્ટાઈલ)

- નૃત્ય માટે વધુમાં વધુ 10 મિનીટનો સમય આપવામાં આવશે.
- વેસટર્ન / ક્લાસિકલ નૃત્યમાં પ્રી-રેકોર્ડેડ કેસેટનો ઉપયોગ થઈ શકશે.
- સ્પર્ધકના રીધમ, રચના, હાવભાવ, પહેરવેશ, મેક-અપ વિગેરેને ધ્યાનમાં રાખીને નિર્ણય કરવામાં આવશે.
- એક વ્યક્તિ જ વેસ્ટર્ન / ક્લાસિકલ સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શકશે.

C) નૃત્ય : શાસ્ત્રીય નૃત્ય

- દરેક રજૂઆતને ઓછામાં ઓછી ૮ મિનિટ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- શાસ્ત્રીય નૃત્ય કોઈપણ નૃત્યની શાળાઓમાંથી હોઈ શકે છે. જેમ કે કથક, કથકલી, ભરત નાટ્યમ, મણિપુરી, કુચિપુડી, મોહિનીઅટ્ટમ, ઓડિસી વગેરે.
- નૃત્યમાં પ્રી- રેકોડેડ કેસેટનો ઉપયોગ થઈ શકશે.
- મંચ અને મંચ પરના જરૂરી વાદ્ય ગોઠવવા માટે ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- વધુમાં વધુ ૩ સહાયકનો સહયોગ લઈ શકાશે.
- સ્પર્ધકના રીધમ, રચના, હાવભાવ, વેશભૂષા, મંચ અને અભિનય-અભિવ્યક્તિને ધ્યાનમાં રાખીને નિર્ણય કરવામાં આવશે.
- તેમાં શામેલ નૃત્ય વાર્તાના વર્ણન પર ટૂંકી નોંધની ત્રણ નકલો, જો કોઈ હોય તો, અને સાથે ગીત, તેના અર્થ સાથે હિન્દી અથવા અંગ્રેજી સબમિટ કરવું આવશ્યક છે નોંધણી સમયે.

૩) નાટ્યકલા:

A) એકપાત્રીય અભિનય :

- દરેક રજૂઆતને ઓછામાં ઓછી ૪ મિનિટ અને વધુમાં વધુ ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- સિગ્નલ આપતા જ સ્પર્ધકનો સમય શરૂ થઇ જશે.
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી, અથવા અંગ્રેજી ભાષા રહેશે.
- રજૂઆતમાં પ્રોપર્ટી, વેશભૂષા અને સંગીત જરૂરી નથી.
- એક વ્યક્તિ એક જ પાત્ર અભિનય કરી શકશે.

B) સ્કીટ :

- સ્કીટની એક ટીમમાં વધુમાં વધુ ૬ સ્પર્ધક અને ૩ સહાયક ભાગ લઈ શકશે.
- સ્કીટ માટે ઓછામાં ઓછી ૮ મિનિટ અને વધુમાં વધુ ૧૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- મેકઅપ, પ્રોપર્ટી, વેશભૂષા અને સંગીતનો ઉપયોગ કરી શકાશે.
- મંચ પર જરૂરી સાધનસામગ્રી ગોઠવવા માટે 5 મિનિટનો વિશેષ સમય આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધકે પોતાની જરૂરી સામગ્રી સાથે લાવવાની રહેશે.
- જાતિ-ધર્મ કે દેશની ટીકા-ટીપ્પણી હોય તેવો વિષય માન્ય રહેશે નહીં. અંગત ટીકા, બદનક્ષી કે ચરિત્ર ખંડન થતું હોય તેવી રજૂઆતને ત્યાં જ અટકાવી દેવામાં આવશે..
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી ભાષા રહેશે.
- વિષયવસ્તુ, અભિનય, મંચકળા અને સમગ્ર પ્રભાવને આધારે ઉત્તમતાનો નિર્ણય લેવાશે.
- સ્કીટ વ્યંગ્ય અને કટાક્ષયુક્ત હળવી શૈલીમાં હોવી જોઇએ.

C) માઈમ (મુક અભિનય) :

- માઈમ માટે ઓછામાં ઓછી ૪ અને વધુમાં વધુ ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધકના વિચાર, નવીનતા, મેકઅપ, સંગીત અને હાવભાવને ધ્યાનમાં રાખીને વિજેતાનો નિર્ણય કરવામાં આવશે.
- સ્પર્ધકની સંખ્યા વધુમાં વધુ ૬ અને ૨ સહાયક લઈ શકાશે.
-

D) મિમિક્રી :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી ૪ અને વધુમાં વધુ ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે..
- મિમિક્રીમાં સર્જનાત્મક વિષય કે વિચાર અને રજુઆતને પ્રાધાન્ય અપાશે.
- સહાયકો કે રેકોર્ડેડ ધ્વનિનો ઉપયોગ કરી શકાશે નહીં.
- માણસ, પશુ, પંખી વગેરેની મિમિક્રી કરી શકાય.
- સુરુચિનો ભંગ થાય તેવા શબ્દો તથા હાવભાવનો નિષેધ છે.
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.

E) એકાંકી :

- એકાંકીની એક ટીમમાં ૯ સ્પર્ધક અને ૩ સહાયક ભાગ લઈ શકશે.
- એકાંકી માટે ઓછામાં ઓછી ૨૦ અને વધુમાં વધુ ૨૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- મેકઅપ, વેશભૂષા, પૃષ્ઠભૂમિ અને સંગીતનો ઉપયોગ કરી શકાશે.
- એકાંકી પૂરું થતા પૃષ્ઠભૂમિ દૂર કરવા ૫ મિનિટ તેમજ નવું એકાંકી શરૂ થતા ૧૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધકે પોતાની જરૂરી સામગ્રી સાથે લાવવાની રહેશે.
- એન્ટ્રી સાથે નાટકની સ્ક્રીપ્ટ(હસ્તપ્રત) મોકલવાની રહેશે.
- જાતિ-ધર્મ કે દેશની ટીકા-ટીપ્પણી હોય તેવો વિષય માન્ય રહેશે નહીં.

- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.
- એકાંકીનુ વિષયવસ્તુ, અભિનય, મંચકળા અને સમગ્ર પ્રભાવને આધારે ઉત્તમતાનો નિર્ણય લેવાશે.

F) નૃત્ય નાટિકા:

- રજૂઆત –સંગીત, નૃત્ય અને દ્રશ્યો - નૃત્ય નાટિકાને ઉપકારક
- કથાવસ્તુ અને વિષય ને મહત્વ
- નૃત્ય સાથે અભિનયનું પણ મહત્વ હોવું જોઈએ.
- વિષય - સામાજિક , પૌરાણિક , ઐતિહાસિક – સાંપ્રત પરિસ્થિતિનું ચિત્રણ
- નૃત્ય નાટિકાની એક ટીમમાં ૧૦ સ્પર્ધક અને ૫ સહાયક ભાગ લઈ શકશે.
- નૃત્ય નાટિકા માટે ઓછામાં ઓછી ૨૫ અને વધુમાં વધુ ૩૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- મેકઅપ, વેશભૂષા, પૃષ્ઠભૂમિ અને સંગીત (પ્રિ રેકોર્ડેડ સંગીત પણ)નો ઉપયોગ કરી શકાશે.
- નૃત્ય નાટિકા પૂરું થતા પૃષ્ઠભૂમિ દૂર કરવા ૫ મિનિટ તેમજ નવું એકાંકી શરૂ થતા ૧૦ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધકે પોતાની જરૂરી સામગ્રી સાથે લાવવાની રહેશે.
- એન્ટ્રી સાથે નૃત્ય નાટિકાની સ્ક્રીપ્ટ(હસ્તપ્રત) મોકલવાની રહેશે.
- જાતિ-ધર્મ, રાષ્ટ્ર વિરોધી, આદર્શ ને નીતિ વિરોધી હોય તેવો વિષય માન્ય રહેશે નહીં.
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.
- નૃત્ય નાટિકાનું વિષયવસ્તુ, અભિનય, સંગીત, નૃત્ય, મંચકળા અને સમગ્ર પ્રભાવને આધારે ઉત્તમતાનો નિર્ણય લેવાશે.

૪) સાહિત્ય વિભાગ :

A) શીઘ્ર વકતૃત્વ સ્પર્ધા :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી ૪ અને વધુમાં વધુ ૫ મિનિટનો સમય આપવામાં આવશે.
- વિષય 30 મિનીટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.
-

B) શીઘ્ર નિબંધ સ્પર્ધા :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી 30 મિનિટ અને વધુમાં વધુ ૧ કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- નિબંધ સ્પર્ધા માટે પેન સ્પર્ધકે ઘરેથી લાવવાની રહેશે.
- નિબંધનો વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- નિબંધની મર્યાદા આશરે ૧૨૦૦ શબ્દોની રહેશે.
- નિબંધ સ્પર્ધાનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.

C) **ડીબેટ (ચર્ચા) સ્પર્ધા** :

- દરેક સ્પર્ધકે પોતાની રજૂઆત નિર્ણાયક ટીમ સમક્ષ કરવાની રહેશે..
- વિષય સ્પર્ધા સમયે આપવામાં આવશે.
- રજૂઆતનું માધ્યમ ગુજરાતી, હિન્દી અથવા અંગ્રેજી રહેશે.

D) **સામાન્ય ક્વીઝ** :

- પ્રાથમિક રાઉન્ડ કોમ્પ્યૂટર પ્રશ્નોત્તરીનો રહેશે.
- પ્રત્યેક સ્પર્ધકના ગુણના આધારે ઉત્તમતાનો નિર્ણય લેવામાં આવશે.

E) **શીઘ્ર કાવ્ય સર્જન** :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨ કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધા માટે પેન સ્પર્ધકે ઘરેથી લાવવાની રહેશે.
- કાવ્ય સ્પર્ધકનું સ્વરચિત હોવું જોઈએ અને અન્યનું કાવ્ય માલૂમ પડતા એન્ટ્રી રદ થશે. સર્વ હકો યુનિવર્સિટીને આધિન રહેશે.

F) **શીઘ્ર લઘુકથા સર્જન** :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨ કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- લઘુકથાની મર્યાદા આશરે ૧૦૦૦ શબ્દોની રહેશે.
- સ્પર્ધા માટે પેન સ્પર્ધકે ઘરેથી લાવવાની રહેશે.
- લઘુકથા સ્પર્ધકની સ્વરચિત હોવી જોઇએ અને અન્યની રચના માલૂમ પડતા એન્ટ્રી રદ થશે. સર્વ હકો યુનિવર્સિટીને આધિન રહેશે.

G) **સ્કીટ લેખન** :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછી ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨ કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- સ્કીટની મર્યાદા આશરે ૧૦૦૦ શબ્દોની રહેશે.
- સ્પર્ધા માટે પેન સ્પર્ધકે ઘરેથી લાવવાની રહેશે.
- સ્કીટ સ્પર્ધકની સ્વરચિત હોવી જોઇએ અને અન્યની રચના માલૂમ પડતા એન્ટ્રી રદ થશે. સર્વ હકો યુનિવર્સિટીને આધિન રહેશે.

૫) લલિતકલા :

A) પોસ્ટર મેકિંગ :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- પોસ્ટર મેકિંગ માટેની બધી જ સામગ્રી સ્પર્ધકે લઇને આવવાની રહેશે.
- પોસ્ટરનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે આપવામાં આવશે.
- વિષયને અનુરૂપ સૂત્ર (સ્લોગન) લખવું જરૂરી છે.
- ડ્રોઇંગ પેપર સ્પર્ધા સ્થળેજ સ્પર્ધા પહેલા આપવામાં આવશે.

B) ગ્લાસ પેઇન્ટિંગ :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- ગ્લાસ પેઇન્ટિંગ માટેની બધી જ સામગ્રી સ્પર્ધકે લઈને આવવાની રહેશે.
- ગ્લાસ પેઇન્ટિંગનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે આપવામાં આવશે.
- વિષયને અનુરૂપ ગ્લાસ પેઇન્ટિંગ હોવું જરૂરી છે.
- પેઇન્ટિંગ માટેનો ગ્લાસ સ્પર્ધા સ્થળે જ સ્પર્ધા પહેલા આપવામાં આવશે.

C) ફેબ્રિક પેઇન્ટિંગ :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- ફેબ્રિક પેઇન્ટિંગ માટેની બધી જ સામગ્રી સ્પર્ધકે લઇને આવવાની રહેશે.
- ફેબ્રિક પેઇન્ટિંગનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે આપવામાં આવશે.
- વિષયને અનુરૂપ ફેબ્રિક પેઇન્ટિંગ હોવું જરૂરી છે.
- પેઇન્ટિંગ માટેનું ફેબ્રિક સ્પર્ધા સ્થળે જ સ્પર્ધા પહેલા આપવામાં આવશે.

D) પેન્સિલ સ્કેચ આર્ટ સ્પર્ધા :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- પેન્સિલ સ્કેચ આર્ટ માટેની બધી જ સામગ્રી સ્પર્ધકે લઈને આવવાની રહેશે.
- પેન્સિલ સ્કેચ આર્ટનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે આપવામાં આવશે.
- વિષયને અનુરૂપ પેન્સિલ સ્કેચ હોવું જરૂરી છે.
- ડ્રોઇંગ પેપર સ્પર્ધા સ્થળે જ સ્પર્ધા પહેલા આપવામાં આવશે.

E) કાર્ટુન ડિઝાઈનીંગ :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.

- કાર્ટુન ડિઝાઈનીંગ માટેની બધી જ સામગ્રી સ્પર્ધકે લઈને આવવાની રહેશે.
- કાર્ટુન ડિઝાઈનીંગનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે આપવામાં આવશે.
- વિષયને અનુરૂપ કાર્ટુન ડિઝાઈનીંગ હોવું જરૂરી છે.
- ડ્રોઈંગ પેપર સ્પર્ધા સ્થળે જ સ્પર્ધા પહેલા આપવામાં આવશે.

F) કલે મોડલિંગ (માટીકામ) :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- કલે મોડલિંગનો વિષય સ્પર્ધા સ્થળે આપવામાં આવશે.
- કલે મોડલિંગમાં સ્પર્ધક માણસની આકૃતિ, પ્રાણી અને પક્ષીઓ પણ બનાવી શકે.
- માટી સ્પર્ધકે લઈને આવવાની રહેશે.

G) રંગોળી :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- રંગોળીનું માપ અંદાજિત ઓછામાં ઓછું ૨×૨ ફૂટ રહેશે.
- રંગ તથા જરૂરી સામગ્રી સ્પર્ધકે લઈને આવવાની રહેશે.

H) સ્પોટ વીડિયોગ્રાફી :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧+ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨.30 કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- દરેક સ્પર્ધકે ૫ મિનિટની વીડિયો ફિલ્મ બનાવીને સ્પર્ધાના સ્થળે જમા કરવાની રહેશે.
- વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- વીડિયો ફિલ્મ મેકિંગ માટેની જરૂરી સાધન-સામગ્રી સ્પર્ધકે સાથે લાવવાની રહેશે.
- વીડિયો ફિલ્મનો વિષય સ્પર્ધાના સ્થળે અડધો કલાક પહેલા આપવામાં આવશે.

I) સ્પોટ ફોટોગ્રાફી :

- દરેક સ્પર્ધકને ઓછામાં ઓછો ૧ કલાક અને વધુમાં વધુ ૨ કલાકનો સમય આપવામાં આવશે.
- સ્પર્ધાનો વિષય 30 મિનિટ પહેલા આપવામાં આવશે.
- સ્પોટઁ ફોટોગ્રાફી માટેની જરૂરી સાધન-સામગ્રી/ કેમેરો સ્પર્ધકે પોતાની સાથે લાવવાની રહેશે.
- જે ડીઝીટલ કેમેરા ૧૨ મેગા પીક્સલથી વધુની માત્રાનો ન હોવો જોઈએ.

- દરેક સ્પર્ધકે ડીઝીટલ કેમેરાનું ફોરમેટ કરીને ખાલી કરેલું મેમરી કાર્ડ સ્પર્ધા શરૂ થતા પૂર્વે નિર્ણાયકોને બતાવવું ફરજિયાત છે.
- નિર્ણાયકો દ્વારા ફોટોગ્રાફી માટે વિષય આપવામાં આવશે તેને કેન્દ્રમાં રાખીને સ્પર્ધકોએ ૫(પાંચ) ફોટોગ્રાફ કેમેરામાં ખેંચવાના રહેશે.
- ફોટોશોપ જેવા કોઈપણ પ્રકારના સોફ્ટવેરની મદદ લઈ ફોટોગ્રાફીમાં કોઈ ફેરફાર કરી શકાશે નહી. આ નિયમનો ભંગ કરનારની એન્ટ્રી રદ કરવામાં આવશે.
- ફોટોગ્રાફ્સ અંગેના સંપૂર્ણ હકો/ અધિકારો યુનિવર્સિટીને આધીન રહેશે અને આ ફોટોગ્રાફ્સનો યુનિવર્સિટી ઉપયોગ કરી શકશે.

I) **ફેશન શો** :

- ફેશન શો માટે ભારતીય પારંપરિક પોશાક (Indian Traditional Dress) અને ભારતીય કેઝ્યુઅલ પોશાક (Indian casual Dress) આ બંને પ્રકારના પોશાક આવકાર્ય છે.
- આ સ્પર્ધામાં ભાગ લેવા માટે નોંધણી કરાવતા સમયે સ્પર્ધામાં પહેરવાના પોશાકના બે ફોટોગ્રાફ રજીસ્ટ્રેશન ટૂલમાં અપલોડ કરવું અનિવાર્ય છે. આ અપલોડ કરેલ ફોટોગ્રાફ્સ પરથી નિર્ણાયક સમિતિ દ્વારા સ્ક્રુટીની કરી સ્પર્ધકને સ્પર્ધામાં ભાગ લેવાની મંજૂરી આપવામાં આવશે. આ મંજૂરી મળેલ સ્પર્ધકો જ તેજ-તૃષા ઇવેન્ટ (ફેશન શો)માં ભાગ લઈ શકશે.
- ફેશન શોમાં સ્પર્ધકને નોંધણી કરવાની સમયમર્યાદા પૂર્ણ થયેથી મંજૂરીની જાણ કરવામાં આવશે.
- આ સ્પર્ધામાં સંસ્કારિતા અને શિષ્ટતાનો આગ્રહ રહેશે.

<u>રમતગમતના નિયમો</u>

- ❖ **બેડમિન્ટન (ભાઈઓ અને બહેનો)**

1) ભાઈઓ અને બહેનોની ટૂર્નામેન્ટ નીચે મુજબ લેવામાં આવશે.
   ભાઈઓ = સિંગલ્સ
   બહેનો = સિંગલ્સ
2) શટલ (ફૂલ)ની ગુણવત્તા આયોજન કર્તા દ્વારા નક્કી કરવામાં આવશે.
3) ત્રણ રાઉન્ડમાં(સેટમાં) મેટ રમાડવામાં આવશે.
4) એક રાઉન્ડમાં (સેટમાં) 21 પોઈન્ટ હશે.
5) અમ્પાયરનો નિર્ણય માન્ય ગણવામાં આવશે. જો અમ્પાયર સાથે દલીલ કે ઝગડો કરવામાં આવશે તો ખેલાડીને રમતમાંથી આઉટ કરવામાં આવશે.

- ❖ **ચેસ (ભાઈઓ અને બહેનો)**

1) સ્વીસ મેથડથી ટૂર્નામેન્ટ રમાડવામાં આવશે. (૯ રાઉન્ડ)
2) જો ચેસ ઘડિયાળ હાજર હશે તો તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવશે.
3) કોઈ પણ રમત રમાડ્યા વગર પોઇન્ટ આપવાના થશે તો તે પોઈન્ટ મુખ્ય અમ્પાયર અને સેક્રેટરી દ્વારા નક્કી કરવામાં આવશે.
4) પ્રત્યેક ગેમ સ્પર્ધાની નિર્ણાયક રહેશે.
5) કોઈ પણ પ્રકારના બદલાવ સ્પર્ધા દરમ્યાન અથવા પહેલા હશે તો આયોજનકર્તા દ્વારા જણાવવામાં આવશે.

- ❖ **ટેબલ-ટેનિસ**

1) ટેબલ-ટેનિસ ફેડરેશન ઇન્ડિયા દ્વારા પ્રસ્થાપિત નિયમો માન્ય ગણવામાં આવશે.
2) આયોજનકર્તા દ્વારા બોલની ગુણવતા નક્કી કરવામાં આવશે.
3) પાંચ સેટની 11 પોઈન્ટની રમત રમાડવામાં આવશે.
4) અમ્પાયર દ્વારા આપવામાં આવેલો નિર્ણય માન્ય ગણવામાં આવશે. અમ્પાયર સાથે ગેરવર્તણૂક કરવામાં આવશે તો ખેલાડી રમતની બહાર થશે.

- ❖ **કોથળા દોડ (ભાઈઓ અને બહેનો)**

1) પ્રસ્થાન રેખા પર ખેલાડીઓએ સીધી હરોળમાં લાઇન બનાવવાની રહેશે.
2) જમીનથી કોથળાની ઉંચાઇ 5 થી 10 ફૂટ હોવી જોઇએ.
3) સંકેત મળતાની સાથે ખેલાડીઓએ કોથળો પકડી કુદકા મારતા મારતા રેસની અંત્યરેખા તરફ જવું.
4) રેસ દરમ્યાન કોથળો ઘૂંટણથી નીચે ન જવો જોઇએ.
5) પ્રથમ આવનાર વિજેતા જાહેર થશે.
6) બંને પગ કોથળામાં હોવા જરૂરી છે.
7) કોથળો કમરથી ઉપર અને ઘૂટણથી નીચેના ભાગ પર ન હોવો જોઇએ.

8) કોથળાની વ્યવસ્થા સ્પર્ધકે કરવાની રહેશે.
9) ઓછામાં ઓછો એક હાથ કોથળા પર હોવો જોઇએ.
10) રમતના નિયમો ભંગ કરનાર તે જ સમયે રમતમાંથી બહાર ગણાશે.

❖ લીંબુચમચી દોડ (ભાઈઓ અને બહેનો)

1) રમતના દિવસે આયોજનકર્તા દ્વારા આપવામાં આવેલ લીંબુ અને ચમચીનો ખેલાડીઓએ ઉપયોગ કરવાનો રહેશે.
2) ચમચી કોઈ પણ જગ્યાએથી વાળવામાં આવેલી જોઈએ નહીં.
3) ભાગ લેનારે આખી રેસ દરમ્યાન ચમચી મોં મા રાખવાની રહેશે.
4) રેસ શરૂ થયા બાદ હાથ દ્વારા ચમચીને બરાબર કરી શકાશે નહીં
5) લીંબુ પડી જવાની સાથે ભાગ લેનાર રમતમાંથી બહાર થશે.
6) લીંબુને બરાબર ગોઠવ્યા બાદ ફરી તેને બરાબર કરવા દેવામાં આવશે નહીં.
7) અમ્પાયરનો નિર્ણય અંતિમ રહેશે.
8) રમતના કોઈપણ નિયમનો ભંગ કરનાર ઉમેદવાર રમતમાંથી તે જ સમયે બહાર થશે અથવા તેની એન્ટ્રી રદ કરવામાં આવશે.

➢ એથલેટિક્સ

❖ 100 મીટર દોડ (ભાઈઓ અને બહેનો)

1) દોડ શરૂ થયાના ઇશારા પહેલા ખેલાડીનો પગ પ્રસ્થાન રેખા બહાર જશે તો તેને ખોટુ સ્ટાર્ટ જાહેર કરવામાં આવશે.
2) ખેલાડી 100 મીટર દોડમાં પોતાનો પથ (ટ્રેક) બદલશે અથવા બીજા ખેલાડીને વિઘ્નરૂપ સાબિત થશે તો રમતમાંથી બહાર કરવામાં આવશે. સફેદ રેખા પર પગ પડશે અથવા પોતાનો માર્ગ ભૂલશો આવા સંજોગોમાં જો અમ્પાયરને યોગ્ય લાગશે તો ફરી પાછી અમ્પાયર દોડ કરાવી શકશે.
3) બધા ખેલાડીઓનો સમય નોંધવામાં આવશે.

❖ ગોળાફેંક (ભાઈઓ)

1) ખેલાડીનું નામ જાહેર થયા બાદ ગોળા ફેંકવા માટે ખેલાડીને 60 સેકન્ડનો સમય મળશે.
2) ગોળો ખભાના ભાગ ઉપરથી એક હાથે ફેંકવાનો રહેશે.
3) અંદરની બાજુને ખેલાડી અડી શકે પણ સ્ટોપબોર્ડના બહારની બાજુએ અડશે તો તે ફાઉલ ગણાશે.
4) થ્રો નિર્ધારિત અંતરની વચ્ચે હશે તો જ માન્ય ગણવામાં આવશે. (૩૪.૯૨”)
5) ખેલાડીએ થ્રો પછી સર્કલની પાછળની બાજુએથી બહાર નીકળવાનું રહેશે.
6) ખેલાડીને ત્રણ થ્રો ની તક આપવામાં આવશે.
7) ફાઉલ ક્યારે ગણાશે:-
    a. ખેલાડી થ્રો ની સ્થિતિમાં હોય ત્યારે સર્કલમાં ઊભો રહેશે.
    b. ખેલાડી ખભાથી નીચેના ભાગથી થ્રો કરશે.
    c. જ્યાં સુધી ગોળો જમીન પર ન પડે ત્યાં સુધી ખેલાડી સર્કલ છોડી ન શકે. જો સર્કલ છોડશે અથવા પાછળથી બહાર નહીં નીકળતા.

d. થ્રો નિર્ધારિત લાઈનની બહાર પડતા અથવા લાઈન પર પડતા.
e. સર્કલમાં કોઇપણ ભાગને સ્પર્શતા.

8) થ્રોના અંતર ઉપરથી વિજેતા ખેલાડી નક્કી કરવામાં આવશે.
9) ગોળાનું વજન ૭.૨૬૦ kg હશે. (ભાઈઓ)

- **ગોળાફેંક (બહેનો)**

1) ખેલાડીનું નામ જાહેર થયા બાદ ગોળો ફેંકવા માટે ખેલાડીને ૬૦ સેકન્ડનો સમય મળશે.
2) ગોળો ખભાના ઉપરના ભાગેથી એક હાથે ફેંકવાનો રહેશે.
3) ખેલાડીને સ્ટોપબોર્ડની અંદરની સપાટીને સ્પર્શ કરવાની છૂટ છે પણ વર્તુળની ઉપર અથવા બાહ્ય ભાગને સ્પર્શ કરવાની છૂટ નથી.
4) થ્રો નિર્ધારિત અંતરની વચ્ચે હશે તો માન્ય ગણવામાં આવશે. (૩૪.૯૨")
5) ખેલાડીએ થ્રો પછી સર્કલની પાછળની બાજુઓથી બહાર નીકળવાનું રહેશે.
6) ખેલાડીને ૩ થ્રોની તક આપવામાં આવશે.
7) ફાઉલ કયારે ગણાશે.
   - ખેલાડી થ્રોની સ્થિતિમાં હોય ત્યારે સર્કલમાં ઊભો રહેશે.
   - જ્યાં સુધી ગોળો જમીન પરના પડે ત્યાં સુધી ખેલાડી સર્કલ છોડી ન શકે જો સર્કલ છોડશે અથવા પાછળથી બહાર નહીં નીકળતા.
   - થ્રો નિર્ધારિત લાઇનની બહાર પડતા અથવા લાઇન પર પડતાં.
   - સર્કલમાં કોઈ પણ ભાગને સ્પર્શતા.
8) ગોળાનું વજન 4.00 kg હશે.

- **ચક્રફેંક (બહેનો)**

1) ખેલાડીએ ચક્ર નિર્ધારિત ડાયામીટર 2.5 મીટર ની અંદર ફેંકરવાનું રહેશે.
2) થ્રો દરમ્યાન ખેલાડી રીમના આગળના ભાગને સ્પર્શી શકશે નહિ. તે અંદરના ભાગને સ્પર્શી શકે.
3) ખેલાડી સર્કલની બહાર જમીનને સ્પર્શ કરી શકતો નથી.
4) ખેલાડી જયાં સુધી ચક્ર જમીનને સ્પર્શે નહીં એ પહેલા વર્તુળ છોડશે તો ફાઉલ ગણવામાં આવશે.
5) ખેલાડીને ૩ તક આપવામાં આવશે.
6) નિર્ધારિત લાઇનની બહાર થ્રો કરતાં ફાઉલ થ્રો ગણાશે.
7) થ્રોના અંતર પરથી વિજેતા ખેલાડી નક્કી કરવામાં આવશે.
8) ચક્રનું વજન 1kg રહેશે.

- **ચક્ર ફેક (ભાઈઓ)**
  1. ખેલાડીએ નિર્ધારિત ડાયામીટર ૨.૫ મીટરની અંદર ચક્ર ફેકવાનું રહેશે.
  2. થ્રો દરમ્યાન ખેલાડી રીમના આગળના ભાગને સ્પર્શી શકશે નહીં, તે અંદરના ભાગને સ્પર્શી શકે.
  3. ખેલાડી સર્કલની બહાર જમીનને સ્પર્શ કરી શકતો નથી.

4. ખેલાડી જ્યાં સુધી ચક્ર જમીનને સ્પર્શે નહીં એ પહેલા વર્તુળ છોડશે તો થ્રો માન્ય ગણવામાં આવશે નહીં.
5. ખેલાડીને ત્રણ તક આપવામાં આવશે.
6. નિર્ધારિત લાઈનની બહાર થ્રો કરતાં તે થ્રો માન્ય ગણવામાં આવશે નહીં.
7. થ્રોના અંતર પરથી વિજેતા ખેલાડી નક્કી કરવામાં આવશે.
8. ચક્રનું વજન ૨ kg રહેશે.

❖ **સૂર્યનમસ્કાર (ભાઈઓ અને બહેનો)**

1) દરેક સૂર્યનમસ્કારમાં શ્વાસ પ્રશ્વાસ તથા દરેક સ્થિતિ યથાયોગ્ય થવી જરૂરી છે.
2) સૂર્યનમસ્કાર દરમ્યાન 2 સૂર્યનમસ્કારનો અભ્યાસ મંત્ર સાથે કરવો આવશ્યક છે.
3) સૂર્યનમસ્કારનો અભ્યાસ CYS, DYSના અભ્યાસક્રમ મુજબ કરવાનો રહેશે.
4) સૂર્યનમસ્કારના અભ્યાસ માટે અભ્યાસુએ અભ્યાસને અનુકુળ વસ્ત્રો પહેરવા, જેવા કે ટ્રેક, બંધ ગાળાની ટીશર્ટ
5) અભ્યાસ પોતાની ક્ષમતા અનુસાર કરવાનો રહેશે. કોઈપણ શારીરિક ખોડ ખાપણ વાળા વ્યક્તિ ભાગ લઈ શકશે નહિ. સ્પર્ધા દરમ્યાન કોઈ શારીરિક ક્ષતિ થાય તેની સંપૂર્ણ જવાબદારી અભ્યાસુ(સ્પર્ધક)ની રહેશે.

1) 18 થી 25 વર્ષ – 12 સૂર્યનમસ્કાર – 15 મિનીટમાં
2) 26 થી 35 વર્ષ – 10 સૂર્યનમસ્કાર - 15 મિનીટમાં
3) 36 થી 45 વર્ષ - 5 સૂર્યનમસ્કાર – 10 મીનીટમાં
4) 46 થી 59 વર્ષ - 5 સૂર્યનમસ્કાર – 10 મીનીટમાં
5) 60 થી ઉપરના - 5 મીનીટમાં મહત્તમ અભ્યાસ – પરફેક્શન સાથે