

**TÜRKİYE YELKEN FEDERASYONU BAŞKANLIĞI**  
**SPORCU PERFORMANS TESTLERİ, DEĞERLENDİRME, KONDİSYON**  
**ANTRENMAN VE SAĞLIK HİZMETLERİ ALIM TEKNİK ŞARTNAMESİ**

**MADDE -1. İŞİN KONUSU, MİKTARI VE SÜRESİ**

İşin konusu; Türkiye Yelken Federasyonu tarafından 2016 Rio Olimpiyat Oyunlarına hazırlanan 20 kişi milli takım sporcularının Muayene, performans testleri ve performans değerlendirmeleri, fizik tedavi, sportif rehabilitasyon, diyet, psikolojik destek ve kondisyon antrenman hizmetlerinin yapılmasıdır.

**MADDE- 2 GENEL HÜKÜMLER:**

**2.1. Performans test ve ölçümleri, değerlendirme ve kondisyon antrenmanları hizmetleri:**

**2.1.1.** Test yapılan branş konusunda çalışmaları olan en az bir akademisyen branş bilim sorumlusu olarak belirlenir. Branş bilim sorumlusunun ücreti yüklenici firma tarafından ödenir.

**2.1.2.** Akademisyen branş bilim sorumlusu; Sözleşmeyi takiben bir hafta içerisinde Federasyonun görevlendirdiği teknik heyet (milli takım antrenörü, teknik direktör ve/veya diğer kişiler) ile bir araya gelerek test ve ölçüm yapılacak muhtemel takvimi ile branşa özgü testleri aşağıdaki test başlıkları içerisinde belirleyerek yüklenici firmaya bildirir.

**2.1.3.** Belirlenen test ve ölçümlerin protokolleri federasyon tarafından belirlenir. Aşağıda belirtilen özelliklere ait test ve ölçümlerin kapsamı dışında yapılacak test ve ölçümlerin bedeli federasyon tarafından ayrıca ödenir.

**2.1.4.** Belirlenen test ve ölçümler; yüklenici firma tarafından görevlendirilen spor bilimciler tarafından 4 ayda bir periyodik olarak yapılır, raporlandırılır.

**2.1.5.** Raporlarda önerilen antrenman planları ve/veya sporcunun ihtiyaç duyduğu kondisyon antrenmanları; akademisyen branş bilim sorumlusu ve teknik heyet tarafından değerlendirilerek hedeflenen antrenman periyotlarına ilişkin, sporcuya özel bireysel kondisyon antrenman programı hazırlanır.

**2.1.6.** Hazırlanan kondisyon antrenman programı, sporcunun sorumlusu antrenöre teslim edilir. Akademik sorumlu antrenman programının uygulanmasına katılarak programın doğru uygulanmasını sağlar.

**2.1.7.** Branş sorumlusu akademisyenler her 4 ayda bir antrenman programlarının sporcu üzerindeki etkileri ile ilgili raporu hazırlar. Sporcunun performansı ve gelecek hedefleriyle ilgili görüşlerini yazılı olarak bildirir. Bu raporlar yüklenici firma tarafından federasyon başkanlığına sunulur.

**2.1.8.** Branş sorumlusu akademisyenler takımın kamp yaptığı merkezlere giderek antrenman programının uygulanması, kalitesi ve içeriğinin yenilenmesi konusunda gerekli çalışmaları yapar.

**2.1.9.** Branş sorumlusu akademisyenler antrenör ve teknik ekibin ihtiyaç duyacağı bilimsel destek çalışmalarını yaparak eğitim programları hazırlar ve federasyonun uygun göreceği yer ve zamanda icra ederler.

**2.1.10.** Diyet ve psikolojik destek programları için ilgili bilim adamları tarafından zaman zaman eğitim programları planlayıp icra edilir.





2.1.11. Branş sorumlusu akademisyenler, diyetisyen ve psikolog tarafından yapılan çalışmalar raporlandırılıp gerekli gizlilik ilkeleri içerisinde federasyona teslim edilir.

### **MADDE- 3 PERFORMANS TESTLERİ:**

**3.1.Antropometrik Testler:** Sporcuların fiziksel ve vücut yapı özelliklerine ait parametrelerin değerlendirilmesini içerir. Bu parametreler; boy, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, yağsız vücut kitlesi, somatotip (yağlılık, kaslılık, incelik) özelliklerinden oluşur. Deri kıvrımı verilerinin toplanmasında skinfold , çevre ölçümlerinde gluck metre, çap ölçümlerinde kayankaliper kullanılır. Boy ölçümleri kayan kaliper ile alınır. Vücut ağırlığı ölçümleri elektronik cihazlar ile yapılır, bioelektirikimpedans ile ölçülür. Vücut yağ yüzdesinin hesaplanmasında DurninWomersley (1974), somatotipin belirlenmesinde Heath-Carter (1990) formülasyonu kullanılır.

**3.2.İzokinetik Kuvvet Testi:** Alt ve üst gövde kas gruplarına yönelik izometrik ve izokinetik kas kuvveti izokinetikdinanometre ile ölçülür. Bu test sadece yüklenici firmanın merkezinde yapılır. Testlerde alt ve üst gövde kas kuvveti değerlendirilir. Testler sonrasında ölçülen her bir kas grubu ve test hızına yönelik maksimum tork kuvveti, agonistantogonist oranları ile dominant-nondominant taraf farkları raporlanır.

**3.3.Anaerobik Güç ve Kapasite Testi (Alt ve üst ekstremite):** Kasların yüksek şiddetli bir anaerobik yüklenme sırasında oksijen kullanmaksızın enerji üretme gücü ve bunu devam ettirebilme özelliği 30 saniye test protokolü ile test yapılır.

**3.4.Reaksiyon Süresi Testi:** Sporcuların görsel ve işitsel olarak verilen uyarana karşı sergiledikleri hareket ve tepki süresi el ve ayak olmak üzere test edilerek raporlanır.

**3.5.Esneklik Testleri:** Esneklik özelliği üst ve alt ekstremitelere ait eklemlerin açılma hareket genişliğinin gonyometre ile ölçülmesiyle yapılır.

**3.6.Dayanıklılık Testleri:** Dayanıklılık performansı giderek artan iş yükü protokolüne göre sporcu tükenene kadar uygulanır. Test protokolü sporcunun cinsiyeti ve deneyim düzeyine göre literatürde belirtilen şekilde uygulanır. Testler sırasında oksijen tüketimi, laktat ve kalp atım hızı verileri toplanır. Toplanan verilerden sporcuların farklı dayanıklılık antrenman alanlarına ait iş yükü, kalp atım hızı ve oksijen tüketimleri raporlanır.

**3.7. Denge Testleri:** Sporcuların sağ-sol ağırlık aktarımı ile denge özelliği statik ve dinamik olarak değerlendirilir. Bu test sadece yüklenicinin merkezinde yapılır.

**3.8. El Kavrama Kuvveti:**Sporcuların sağ ve sol el kavrama el kavrama kuvveti, izometrik kas kasılmasıyla gerçekleşen kuvvet miktarı kilogram cinsinden ölçülür. Ölçümlerde üç deneme en iyi değer hesaplamalarda dikkate alınır.

### **MADDE- 4 SAĞLIK HİZMETLERİ:**

**4.1.Sporcuların fiziki muayeneleri** testler sırasında yüklenici firma tarafından yapılır. Uluslararası federasyon ve SGM tarafından yapılması istenen sağlık test ve tetkikleri federasyon tarafından gerek görülmesi durumunda yüklenici firmaya yaptırılır. Bu hizmetler karşılığında oluşan ek ödeme yüklenici firmaya ayrıca ödenir. (EKG, EKO, Kan testleri gibi)

**4.2.Sağlık sorunu bulunan sporcuların tedavileri** federasyon ile koordine edilerek ilgili konuda uzman hekimlerce yapılmasında danışmanlık yapılır. Bu tedavilerin yüklenici firma





tarafından yapılması istenirse yüklenicinin belirleyeceği merkezde olmak şartıyla TTB fiyatlarından %25 indirim yapılarak federasyona fatura edilir.

**4.3.** Tedavilere karar verilirken ilgili federasyonun yazılı onayı istenir.

**4.4.** Sporcuların tedavileri ilgili alanda uzman hekim ile birlikte akademik kariyeri olan uzman fizyoterapistler tarafında yapılır.

**4.5.** Ameliyat veya işlem gereken sporcuların durumu Federasyon yönetimiyle görüşülerek karar verilir. Federasyonun onaylaması durumunda, bu hizmet için ek ödeme gerektiğinde bu ödemeler %50 indirimli olarak Federasyon tarafından yapılır.

**4.6.** MR ve diğer radyolojik tetkikler federasyonun onayı ile özel sektörden hizmet alındığında Federasyonca ayrıca ödenir.

**4.7.** Kişiyeye özel tabanlık, breys, spor yardımcı malzemeleri gerektiğinde ilgili federasyonun onayı alınarak ücreti federasyonca ödenmek üzere temin edilir.

**4.8.** PRP ve benzeri ek maliyet gerektiren tedavi yöntemleri gerektiğinde federasyonun onayı alınarak uygulanır ve ücreti ayrıca fatura edilir.

#### **MADDE- 5 DİYET HİZMETLERİ:**

**5.1.** Diyetisyen yüklenici firma tarafından görevlendirilir. Diyetisyenin kamplarda yapacağı çalışmalarda ulaşım, konaklama giderleri federasyon tarafından karşılanır.

**5.2.** Diyetisyen; spor diyetisyenliği konusunda uzman bir akademisyenin kontrolünde branşa özgü diyet programlarını hazırlanır. Diyetisyen sporcuların kamp yaptığı yerlere periyodik ziyaretler gerçekleştirilir ve gerekli çalışmayı yapar.

**5.3.** Diyetisyen; Sporcunun beslenmesi yanında maksimum performansa erişmesi için gerekli diyet desteğini hazırlar. Bu işlemler sürekli kayıt altına alınarak takip edilir. Ergojenik yardım talep edildiğinde bu maddeler Federasyon tarafından onaylanmak şartıyla federasyonlarca karşılanır. Yüklenici firma sporcuya hiç bir suretle destek ve ergojenik yardım ürünü vermez.

#### **MADDE- 6 PSİKOLOJİK DESTEK HİZMETLERİ:**

**6.1. Psikolojik Destek Hizmetleri:** Yüklenici firma tarafından görevlendirilecek psikolog psikolojik destek hizmetlerini yürütür.

**6.2.** Takım başka illerde kamp yaptığında psikolog periyotlar halinde takımı ziyaret ederek görüşmelerini yapar. Psikoloğun ulaşım ve konaklaması ilgili federasyon tarafından ayrıca karşılanır.

#### **MADDE- 7 SPORCU TAKİP HİZMETLERİ:**

**7.1. Takip Sistemi Hizmetleri:** Yapılan tüm iş ve işlemler kayıt altına alınacak olup sporcunun takibi sağlanır. Bütün bu kayıtlar rapor halinde hazırlanarak dijital ve çıktı olarak Federasyona teslim edilir.

**7.2.** Yelken Federasyonu taahhüt edilen hizmetlerin yapılıp yapılmadığını ve kalitesini kontrol eder. Sonuçlar Federasyona yazılı ve elektronik olarak sunulur.

#### **MADDE 8- HİZMET BEDELİ VE ÖDEME ŞEKLİ:**



**8.1** 3, 4, 5, 6, 7. maddelerindeki hizmetler yüklenici firma tarafından eksiksiz yapılır. Federasyon tarafından yapılan işlerin onaylanması sonrası yükleniciye ödemesi yapılır.

**8.2** İhale ve Satınalma Talimatınının 26. Maddesine göre oluşturulacak Muayene kabul Komisyonu tarafından uygunluk içeren karar ve kabul tutanağı imzalandıktan ve fatura federasyona ulaştıktan sonra ödeme yapılır.

**8.3.** İhtilaf halinde Ankara mahkemeleri yetkilidir.

**TÜRKİYE YELKEN  
FEDERASYONU BAŞKANLIĞI**

