

# يومك ومكانك

## اليوم الرياضي للدولة

### الفعاليات المقامة في أسباير زون

- مواقع سيارات الإسعاف
- مواقع دورات المياه
- مواقع مولدات الطاقة
- مواقف عامة
- مواقف خاصة
- المفقودات
- العيادات الطبية
- القاعدة
- حاجز طريق
- محطة الختم
- قبة أسباير
- المركز الإعلامي
- مركز العمليات الرئيسي

الأمن  
66593023- 55848033

قسم السلامة  
5501 6161- 70460139

المشغولات والموجودات  
44997545

الإسعاف  
33978792

الأشخاص المفقودون  
66593023- 55848033

9 فبراير  
2016

### أنشطة وفعاليات مؤسسة أسباير زون



### أنشطة وفعاليات الشركات

16	تسويق	11	الركن الرياضي	6	فطر للبرول	1	منتجات
17	فطر للتطوع	12	بورصة فطر	7	وزارة العدل	2	اللجنة العليا للمشايخ والبرث
18	نادي الجيش الرياضي	13	بنك فطر الأول	8	وزارة التخطيط التنموي والإحصاء	3	شل
19	شركة فطر للمواد الأولية	14	مجموعة التعااضد	9	مجموعة المدينة	4	الاتحاد الفطري لكرة القدم
	لجنة رياضة المرأة الفطرية	15	اللجنة الوطنية لحقوق الإنسان	10	خودافون	5	راس غاز

المشاركون: المجلس الأعلى للصحة - مؤسسة حمد الطبية

- 26** أسباير أكتيف - رجال  
ملعب كرة الطائرة، 9 صباحاً - 1 ظهراً
- 27** بطولة مركز تطوير مهارات كرة القدم  
أكاديمية أسباير الملعب الخارجي رقم 3، 9 صباحاً - 1 ظهراً  
تمت دعوه مؤاتيد عام 2016 من جمريو التوازي الفطرية للمشاركة بالبطولة مو جبل التكية من مركز تطوير مهارات كرة القدم
- AD** فعاليات أكاديمية أسباير للعلوم الرياضية  
قبة أسباير، مضمار ألعاب القوى الداخلي، 10 صباحاً - 3 عصراً  
مفروض لكافة الفئات العمرية والعائلات
- AD** برنامج تطوير المهارات في مختلف أنواع الرياضة / رجال  
قبة أسباير، قاعة الرياضات المتعددة 1 وملعب الاسكواش 10 صباحاً - 3 عصراً  
أنشطة رياضية وهدسية للرجال من كافة الأعمار
- AD** برنامج تطوير المهارات في مختلف أنواع الرياضة / سيدات  
قبة أسباير، قاعة الرياضات المتعددة 3، 10 صباحاً - 3 عصراً  
أنشطة رياضية وهدسية للسيدات من كافة الأعمار
- AD** الأداء وعلم كرة القدم  
قبة أسباير، الملعب الداخلي، 10 صباحاً - 3 عصراً  
مفروض للرجال والسيدات من عمر 12 سنة وما فوق
- AD** أسباير أكتيف - رجال  
قبة أسباير، 10 صباحاً - 3 عصراً  
منعه الرياضة البدنية لجميع أفراد العائلة بزيادة القدرة على التحمل، تعزيز قوة العضلات وتطوير المرونة.
- 20** بطولة كرة القدم  
9 صباحاً - 1 بعد الظهر، الملعب الخارجية 0.4  
مفروض للأطفال (4-7 سنوات).
- 21** ركوب الدراجات الهوائية للعائلات  
8 صباحاً - 11:00 صباحاً، حديقة أسباير زون - منطقة ركوب الدراجات الهوائية
- 22** كرة القدم الشاطئية  
أكاديمية أسباير، الملعب الرملي، 8 صباحاً - 12 ظهراً  
أدبر أحداثك واستمتع باللعب في أجواء مائلة بالنشاط والمرح.
- 23** منطقة أسباير للجمهور  
الملعب الخارجي رقم 10، جودو، كرة القدم وكرة السلة للأطفال.
- 24** فعالية إدارة التعليم ورعاية الطلاب في أكاديمية أسباير/التسلق  
خلف فندق جراندي هيرينج، 10 صباحاً - 3 عصراً  
فعاليات التسلق والعمل الجماعي والقيادة للرجال والسيدات من عمر 7 سنوات فما فوق.
- 25** أسباير أكتيف - سيدات  
نادي السيدات، 8 صباحاً - 12 ظهراً  
فعاليات متعددة للرجال والمراهقين والأطفال من 3-10 سنوات
- رحلة الـ 5000 خطوة**  
9 صباحاً - 12 ظهراً  
نقطة انطلاق ونهاية الرحلة أمام شوهر آيد سباسب، انضموا إلينا في المشي حول أسباير على مسار مضمّن خصيصاً لتشجيعكم على اتباع نمط غذائي صحي وممارسة الأنشطة البدنية اليومية. مفروض للعائلات والأصدقاء.
- سباق المرح**  
التسجيل من 7 صباحاً - 8:00 صباحاً  
يبدأ السباق في تمام 9 صباحاً ويمتد لفترة 11 صباحاً  
مسافة سباق المرح 5 كم نقطة انطلاق ونهاية مقابل استاد خليفة الدولي - مدخل كبار الشخصيات

# Your Day Your Place

# National Sport Day Events at Aspire Zone

- AMBULANCE LOCATIONS
- TOILET BLOCK LOCATIONS
- GENERATOR LOCATIONS
- PUBLIC PARKING
- PRIVATE PARKING
- LOST & FOUND
- MEDICAL CLINICS
- FLAG BASE
- ROAD BLOCK
- STAMP STATION
- ASPIRE DOME
- MC - MEDIA CENTER
- MOC - MAIN OPERATION CENTER

**SECURITY**  
66593023- 55848033

**SAFETY DEPARTMENT**  
5501 6161- 70460139

**LOST & FOUND**  
44997545

**AMBULANCE**  
33978792

**MISSING PERSONS**  
66593023- 55848033

**9<sup>th</sup> Feb  
2016**



## Activities organised by Aspire Zone Foundation

### THE 5000 STEP JOURNEY From 9:00am to 12:00pm

Starting and ending at the Park next Sugar & Spice. Join us as we walk through a specially created circuit around Aspire. Designed to encourage healthy eating and daily physical activity. Open to families and friends.

### FUN RUN Registration 7:00am to 8:45am Race begins at 9:00am to 11:00am

The Fun Run is a 2.5km run. Starting and ending Aspire Spine Road opposite Khalifa Stadium VIP Entrance

### 20 FOOTBALL TOURNAMENT 9:00am - 1:00pm, Aspire Pitch 4 & 5 Open to ages (5 - 6 and 7 years old).

### 21 FAMILY BIKE RIDE 8:00am - 11:45am, Aspire Park- Bike Area

### 22 BEACH SOCCER Aspire Academy, Sand Pitch, 8:00am - 12:00pm Bring along your friends and play in a friendly environment. Male only 16 years and above.

### 23 ASPIRE PUBLIC AREA Aspire Pitch 10, 8:00am - 12:00pm Judo, Football and Basketball for kids.

### 24 ASPIRE ACADEMY EDUCATION & STUDENT CARE ACTIVITY/CLIMBING Behind Grand Heritage hotel, 10:00am - 3:00pm Climbing, team work & leaders activities for Males & females from 7 years and above.

### 25 ASPIRE ACTIVE - FEMALE Ladies Club, 8:00am - 12:00pm "Click & Move" performance, Zumba Fiesta, Circuit Activities for teens and adults, children's activities, 3-6 yrs boys/girls

### 26 ASPIRE ACTIVE - MALE Volleyball Court, 9:00am - 1:00pm Tabata (circuit training), Rowing

### 27 FSDC TOURNAMENT Aspire Academy, Pitch 3, 9:00am - 1:00pm Players born in the year 2008 from all clubs in Qatar were invited to join plus our elite generation in the FSDC.

### AD ASPIRE ACADEMY SPORTS SCIENCE ACTIVITIES Aspire Dome, Indoor Athletic Track, 10:00am - 3:00pm Open to all age groups and families.

### AD MULTI-SPORT SKILL DEVELOPMENT PROGRAM/ BOYS Aspire Dome, Multi-sport Hall 1 & Squash court 10:00am - 3:00pm Male sport and physical activity challenges for all ages.

### AD MULTI-SPORT SKILL DEVELOPMENT PROGRAM/ GIRLS Aspire Dome, Multi-sport Hall 3, 10:00am - 3:00pm Female sport and physical activity challenges for all ages.

### AD FOOTBALL PERFORMANCE Aspire Dome, Indoor Football Pitch, 10:00am - 3:00pm Open for Male & Female from 12 years and above.

### AD ASPIRE ACTIVE FAMILY BOOT CAMP Aspire Dome, 10:00am - 3:00pm Fitness fun for entire family. Increase endurance, strengthen and tone muscle, and develop flexibility.

## Activities organised by companies

- |   |   |                                    |                                   |
|---|---|------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 MUNTAJAT                                | 6 QATAR PETROLIUM                                 | 11 SPORT CORNER                    | 16 TASWEEQ                        |
| 2 SUPREME COMMITTEE FOR DELIVERY & LEGACY | 7 MINISTRY OF JUSTICE                             | 12 QATAR STOCK EXCHANGE            | 17 QATAR VOLUNTARY                |
| 3 SHELL                                   | 8 MINISTRY OF DEVELOPMENT PLANNING AND STATISTICS | 13 QATAR FIRST BANK                | 18 ALJAISH SPORTS CLUB            |
| 4 QFA                                     | 9 ALMADINA GROUP                                  | 14 GREE                            | 19 QATAR PRIMARY MATERIAL COMPANY |
| 5 RAS GAS                                 | 10 VODAFONE                                       | 15 NATIONAL HUMAN RIGHTS COMMITTEE | QATAR WOMEN SPORTS COMMITTEE      |

Participants: Supreme Council of Health - Hamad Medical Centre

Visit [www.aspirezone.qa](http://www.aspirezone.qa)

