މޯލްޑިވްސް އެކުއަތްލޮން ޗެމްޕިއަންޝިޕް 2026 - ހުޅުމާލެ ސިޓީ

ތައާރަފު

އެކުއަތްލޮނަކީ ފެތުމާއި ދުވުން ހިމެނޭ މަލްޓިސްޕޯޓްސް އިވެންޓެކެވެ. އެތުލީޓުން އެންމެ ފުރަތަމަ ފުރިހަމަކުރާނީ ފެތުމުގެ ބައެވެ. އެއަށްފަހު، ފެނުން އަރައިގެން ދުވުމުގެ ބައި ފުރިހަމަކުރާނީއެވެ. ރޭހުގެ ވަނަވަނައަށް އެންމެ އެތުލީޓުން ބަލާނީ ފެތުމާއި ދުވުން ދުވުމަށް ބަދަލުވުމާއި އަދި ދުވުމުގެ ބައި އެއްކޮށް އެންމެ ފުރަތަމަ ނިންމާ އެތުލީޓުގެ ވަގުތަށް ބަލައިގެންނެވެ. އިންޑިވިޖުއަލް ބައިގައި އެއް އެތުލީޓް ފެތުމާއި ދުވުން ފުރިހަމަކުރާނީއެވެ.

ޓީމް ރިލޭ ބައިގައި، އެއް އެތުލީޓް ފެތުމުގެ ބައި، އަނެއް އެތުލީޓް ދުވުމުގެ ބައި ފުރިހަމަކުރާނީއެވެ. މުބާރާތް އިންޓަރނޭޝަނަލް ފަރާތްތަކާ ގުޅުން، އެއް އެތުލީޓަކު، އިންޑިވިޖުއަލް ބައިގައި ޓީމް ރިލޭ ބައިގައިވެސް ބައިވެރިވެވިދާނެއެވެ. ނަމަވެސް، އެއް އެތުލީޓަކު، އެއް ޓީމަކަށްވުރެ ގިނަ ޓީމުތަކެއްގައި ރިލޭ ޓީމު އެތުލީޓެއްގެ ގޮތުގައި ބައިވެރިއެއް ނުވެވޭނެއެވެ. ޓީމު އިވެންޓް ބައިގައި، މިކްސްޑް ޖެންޑަރ ރޭސް ފަހަރާއިދު، ހުންނާނީ އެ ޓީމަކު ހުރިހާ ޓީމުތަކެއް ފުރިހަމަކުރާނީއެވެ.

ފެއާ ޕްލޭއާއި ނިޒާމް ޕްލޭން

ރޭސް ފަށާނީ ފެތުމުގެ ބައިންނެވެ. ފެތުން ފަށާނީ ބީޗުންނެވެ. ފެތުމުގެ ބައި ފުރިހަމަކުރާނީ ފަތަރުވެރިންގެ ކޯސްގައި ބަލުންތެރިއްޔާ ބާއްވައިގެން ފަތައިގެންނެވެ. ފެތުމުގެ ބައި ނިންމާފައި، ބީޗާއި ދެމެދު ބަދަލުކުރުމުގެ ޓްރާންސިޝަނުން ފަހު ބީޗުގައި ހުރެގެން ދުވުމުގެ ބައި ފުރިހަމަކުރަން ފަށާނީއެވެ. ރޭސް ނިމޭނީ ދުވުމުގެ ބައި ނިމުނު ހިސާބުންނެވެ.

އިވެންޓްގެ ނަން: ސްޕީޑް މޯލްޑިވްސްއިން އިންޓަރނޭޝަނަލް، 2 ވަނަ މޯލްޑިވްސް އެކުއަތްލޮން ޗެމްޕިއަންޝިޕް 2026

އިވެންޓް ބޭއްވޭ ތާރީޚު: އިންޑިވިޖުއަލް ރޭސް އޮންނާނީ 13 ނޮވެމްބަރު 2026 ދުވަހުގެ ހެނދުނުއެވެ. ޓީމް ރިލޭ ރޭސްތައް އޮންނާނީ 14 ޑިސެމްބަރު 2026 ދުވަހުގެ ހެނދުނުއެވެ.

ރޭސް އޮންނަ ތަން: ރަސްމަލީފަރު ބީޗް، ހުޅުމާލެ ސިޓީ، ދިވެހިރާއްޖެ

ކެޓަގަރީތައް:

އިލީޓް ކެޓަގަރީ (ފިރިހެން އަދި އަންހެން): 1 ކމ ފެތުން އަދި 5 ކމ ދުވުން

ސްޕްރިންޓް ކެޓަގަރީ (އަންހެން އަދި ފިރިހެން (15 އަހަރުން ދަށް)): 500 މ ފެތުން އަދި 2.5 ކމ ދުވުން

ޑިސްކަވަރ އެކުއަތްލޮން (ހުރިހާ އުމުރުފުރާއަކަށް، ވޮލަންޓިއަރުން، ވަނަ ނުލާ އިވެންޓެއް): 250މ ފެތުން އަދި 1ކމ ދުވުން

އިލީޓް ކެޓަގަރީއިން ވަނަ ހޯދުމުގައި ބަލާނީ އެ ކެޓަގަރީގައި ބައިވެރިވި ހުރިހާ އެތުލީޓުންގެ ވަގުތުއިންނެވެ. އޭގައި 15 އަހަރުން ދަށުގެ ކުދިން ހިމެނައިގެންނެވެ.

ސްޕްރިންޓް ކެޓަގަރީއިން ވަނަ ހޯދުމުގައި ބަލާނީ 15 އަހަރުން ދަށުގެ ބައިވެރިންނަށް އެކަންޏެވެ. އެއަށްވުރެ ބޮޑު އުމުރުގެ މީހުން އެ ކެޓަގަރީގައި ބައިވެރިވިޔަސް، ވަނަވަނައަށް އަންނަ މީހުން ހޯދުމުގައި ބަލާނީ ހަމައެކަނި އުމުރުން 15 އަހަރުން ދަށުގެ އެތުލީޓުންނަށެވެ. އެއީ، އެތުލީޓް ކެޓަގަރީއަށްވުރެ ކުރު ދުރުމިންތަކެއް ކަނޑައަޅާފައިވާތީ، 15 އަހަރުން ދަށުގެ ކުދިންނަށް ވާދަވެރި މާޙައުލެއް އުފެއްދިދިނުމުގެ މަޤްޞަދުގައި ކަމަށްވާތީއެވެ.

ޓީމު ރިލޭ

ޓީމު ރިލޭގެ އުމުރުފުރާތައް ބެހިގެންވާ ގޮތް:

ދެ އެތުލީޓުންގެ ޖުމުލަ އުމުރު 22 އަހަރު ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ކުޑަނަމަ، ޖޫނިއަރ ކެޓަގަރީ

ދެ އެތުލީޓުންގެ ޖުމުލަ އުމުރު 23 އަހަރާއި 57 އަހަރާ ދެމެދު ނަމަ، ސީނިއަރ ކެޓަގަރީ

ދެ އެތުލީޓުންގެ ޖުމުލަ އުމުރު 58 އަހަރުން މަތި ނަމަ، މާސްޓަރސް ކެޓަގަރީ

ޓީމު ރިލޭގައި އަންހެން، ފިރިހެން ނުވަތަ މިކްސް ޖެންޑަރަށް ބެހިގެން ނުހިނގާނެއެވެ. ބަލާނީ ދެ އެތުލީޓުންގެ ޖުމުލަ އުމުރަށެވެ.

ޓީމު ރިލޭ ހިނގާނެ ގޮތް:

ޓީމު ރިލޭއެއްގައި ހިމެނޭނީ ދެ އެތުލީޓުންނެވެ. އެއީ ފަތަންތެރިއަކާއި ދުވުންތެރިއަކެވެ. ރޭސް ފަށާނީ ފަތަންތެރިޔާއެވެ. ފަތަންތެރިޔާ ރޭސް ފަށާއިރު، އެ ޓީމުގެ ދުވުންތެރިޔާ ހުންނަންޖެހޭނީ އެ ޓީމަށް ކަނޑައަޅައިފައިވާ ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްގައެވެ. ފަތަންތެރިޔާ ފެތުމުގެ ބައި ނިންމާލައި ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްއަށް ވަނުމުން، ދުވުންތެރިޔާ ދުވުން ފަށާނީއެވެ. ދުވުންތެރިޔާ ރޭސް ނިންމަން 50 މީޓަރު [illegible]، ފަތަންތެރިޔާއަށް ދުވުންތެރިޔާއާއެކު ޓީމު އެއްކޮށް ރޭސް ނިންމުމަށް ބައިވެރިވެވިދާނެއެވެ.

ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސް

ކޮންމެ އެތުލީޓަކަށްވެސް، ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްއެއް ކަނޑައަޅައިދެވޭނެއެވެ. އެތުލީޓް އިވެންޓުގައި ބޭނުންކުރާ ހުރިހާ ސާމާނެއް ހުންނަންވާނީ ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްތެރޭގައެވެ. އެ ބޮކްސްގެ ބޭރުގައި ބަހައްޓާފައިވާ ނުވަތަ [illegible] ނުވަތަ ފެތުރިފައި ތަކެތި ބެލެހެއްޓުމަކީ އެތުލީޓުގެ ކަމެކެވެ. [illegible] ކަނޑައަޅައިފައިވާ ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސް ފިޔަވައި، އެހެން ބޮކްސްއެއްގައި ހުރި އެއްޗެއް ބޭނުންކޮށްފިނަމަ، އެ އެތުލީޓަކު ޑިސްކޮލިފައިކުރުމުގެ އިޚްތިޔާރު ރެފްރީއަށް ލިބިގެންވެއެވެ.

ޓީމު ރިލޭގައި، ފަތަންތެރިޔާ ރޭސް ފަށާއިރު، އެ ޓީމުގެ ދުވުންތެރިޔާ ހުންނަންވާނީ ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްގެ ތެރޭގައެވެ. [illegible] ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްއިން ނުކުމެވޭނީ ފަތަންތެރިޔާ ފެތުމުގެ ބައި ނިންމާލުމުން، ޓްރާންސިޝަން ބޮކްސްއަށް ވަނުމުންނެވެ.

ޓައިމިންގ: ކޮމްޕިޓިޝަންގެ ޓައިމިންގ ހިފާނީ ޓައިމް ޗިޕްސްއިންނެވެ. ބަލާނީ ފެތުމާއި ދުވުމާއި ޓްރާންސިޝަން ބައި އެއްކޮށް ޖުމުލަ ވަގުތެވެ.

އެތުލީޓުންގެ އަދަދު

އޯޕަން ކެޓަގަރީ: 100 އެތުލީޓުން

ސްޕްރިންޓް ކެޓަގަރީ: 100 އެތުލީޓުން

[illegible] އެކުއަތުލޮން: 50 އެތުލީޓުން

ޓީމު ރިލޭ: އޯޕަން އަދި ސްޕްރިންޓް ކެޓަގަރީގައި ޖުމުލަ 40 ޓީމު އަދި [illegible] ކެޓަގަރީގައި ޖުމުލަ 10 ޓީމު

ފިނިޝާއި އެހެނުވެސް ތަކެތި

ދުރާތަކާއި ހުއްޓަ ލިބިގެން، ނޫޑްލްސް، ރިކަވަރީ، ފިނިޝް ޒަދަ އެސިސްޓަންޓް ޕްރިމިއަމް ސްޕޮންސަރުން ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ. ނަމަވެސް، މޯބައިލް ހިމެނޭ އެއްވެސް ބާވަތެއްގެ ޕްރިމިއަމް ބޭނުމާއި ނުކުރެވޭނެއެވެ. އެސިސްޓަންޓް ޕްރިމިއަމް ބޭނުންކުރާ އެތުލީޓަކު ވަނަވަރާއި ހުޅު އެތުލީޓުންގެ ތެރެއަކު ނުހިމެނޭނެއެވެ.

ޓީ ޝާޓް: ރޭހުގައި ޝާމިލުވާ ބައިގައި ބައިވެރިވާ ހަމަ ކޮންމެ އެތުލީޓަކުވެސް، ސަލާމަތާއި ރައްކާތެރިކަމަށްޓަކައި ޓީ ޝާޓެއް އަޅާފައި އޮންނަންވާނެއެވެ. ޓީ ޝާޓަކާ ނުލައި، ޝާމިލުވާ ބައިގައި ބައިވެރިއެއް ނުވެވޭނެއެވެ. ޓީ ޝާޓުތައް ނަމްބަރާ، ސައިޒު މޮނިޓަރ ފޯމުގައި ފުރިހަމަކޮށްގެން ލިބޭނެއެވެ. އަދި ކޮންމެވެސް ވަރަކަށް ޓީ ޝާޓް ކުއްލިކޮށް ދިނުމުގެ އިތުރުން އޮންނަ ދުވަހު ހުންނާނެއެވެ.

	Elite Individual	Sprint individual	Discover Individual
Date	13th November 2026	13th November 2026	13th November 2026
Total Participants	100	100	50
Start Time	6:00 AM (TBD)	7:00 AM (TBD)	8:00 AM (TBD)
Distance	1 KM Swim / 5 KM Run	500 M Swim / 2.5 KM Run	250 M Swim / 1 KM Run
Cut off time	Swim: 60 minutes Run: 60 minutes Total: 2 hours	Swim: 30 minutes Run: 30 minutes Total: 1 hour	Swim: 30 minutes Run: 30 minutes Total: 1 hour
Tow float	Mandatory (available for purchase)	Mandatory (available for purchase)	Mandatory (available for purchase)
	Elite Team Relay Senior & Master	Sprint Team Relay Junior	Discover Team Relay
Date	14th November 2026	14th November 2026	14th November 2026
Total Participants	40 teams (80 athletes)	40 teams (80 athletes)	10 teams (20 athletes)
Start Time	6:00 AM (TBD)	7:00 AM (TBD)	8:00 AM (TBD)
Distance	1 KM Swim / 5 KM Run	500 M Swim / 2.5 KM Run	250 M Swim / 1K Run
Cut Off time	Swim: 60 minutes Run: 60 minutes Total: 2 hours	Swim: 30 minutes Run: 30 minutes Total: 1 hour	Swim: 30 minutes Run: 30 minutes Total: 1 hour
Tow float	Mandatory (available for purchase)	Mandatory (available for purchase)	Mandatory (available for purchase)

Prizes and awards

	Medal	Certificate	Cash Price
Elite Individual (1st, 2nd and 3rd place)	☑	☑	☑
Sprint individual (1st, 2nd and 3rd place)	☑	☑	☑
Elite Team Relay Senior Category (1st, 2nd and 3rd place) Masters Category (1st, 2nd and 3rd place)	☑ ☑	☑ ☑	☑ ☑
Sprint Team Relay Junior Category (1st, 2nd and 3rd place)	☑	☑	☑
All finishers	☑	-	-

ރަޖިސްޓްރޭޝަން ފީ
އިންޑިވިޖުއަލް 350 ރުފިޔާ
ޓީމް ރިލޭ 600 ރުފިޔާ

ރޭސްކިޓް: ރޭސްކިޓުގައި ހިމެނޭނީ އިވެންޓް ޓީޝަރޓާއި ބިބާއި ސްވިމް ކެޕާއި ރޭސް ނިންމާ ކޮންމެ މީހަކަށް ފިނިޝަރ މެޑަލެވެ.

ސްވިމް ކޯޕަރޭޓް ޓައިމިންގ ސިސްޓަމް:
މީގެ އިތުރުން، ރޭހުގެ އުޞޫލުތަކާއި ވަނަވަނައަށް އަންނަ މީހުންނަށް، ސްވިމް ކޯޕަރޭޓްގެ ޓައިމިންގ ސިސްޓަމުން ޓައިމިންގ ދޭނެއެވެ. މިކަމަށް އިތުރު މަޢުލޫމާތު ސްވިމް ކޯޕަރޭޓް ފޭސްބުކްގައި ހުންނާނެއެވެ.