

- ۱- در زمان ناصرالدین شاه قاجار، چه کسی مأمور اشاعه ورزش کشته شد؟
۱. حاجب الدوله      ۲. امیرکبیر      ۳. پهلوان فرخی یزدی      ۴. حکیم الملک
- ۲- کشتی زوران پاتوله، کشتی سنتی کدام یک از استان های کشور می باشد؟
۱. قزوین      ۲. مازندران      ۳. کردستان      ۴. خراسان شمالی
- ۳- لباس مخصوص کشتی پهلوانی چه نامیده می شود؟
۱. شلوارک      ۲. دوبنده      ۳. دوال      ۴. تنکه
- ۴- نخستین مدال در رشته کشتی فرنگی در کدام المپیک نصیب ایران شد؟
۱. ۱۹۴۸ رم      ۲. ۱۹۶۰ هلسینکی      ۳. ۱۹۴۸ هلسینکی      ۴. ۱۹۶۰ تورنتو کانادا
- ۵- بالاترین عنوان تیمی کشتی ایران در بازی های المپیک چیست؟
۱. اول      ۲. دوم      ۳. سوم      ۴. پنجم
- ۶- مهم ترین حادثه برای تیم کشتی ایران در مسابقات سال ۱۹۹۳ تورنتو کانادا، مربوط به کدام یک از موارد زیر است؟
۱. پایین آمدن از سکو هنگام نواختن سرود امریکا توسط کشتی گیر ایرانی      ۲. دوپینگ یکی از کشتی گیران ایرانی
۳. خداحافظی غلامرضا تختی از دنیای کشتی      ۴. خداحافظی عبدالله موحد از دنیای کشتی
- ۷- کدام یک از کشتی گیران ایرانی به هنگام نواختن سرود امریکا از سکوی قهرمانی پایین آمد؟
۱. عسکری محمدیان      ۲. محمد حسن محبی      ۳. محمد حسین محبی      ۴. رسول خادم
- ۸- تیم ایران در رشته کشتی فرنگی با چند مدال به مقام قهرمانی مسابقات آسیایی ۱۹۷۴ دست یافت؟
۱. هشت طلا و یک نقره      ۲. شش طلا و یک نقره      ۳. شش طلا و یک برنز      ۴. هشت طلا و یک برنز
- ۹- یک کشتی گیر معمولاً در طول سال چند بار امکان رسیدن به اوج اجرای خود را دارد؟
۱. سه بار      ۲. دو بار      ۳. چهار بار      ۴. یک بار

۱۰- در کدام یک از فصول تمرینی یک کشتی‌گیر می‌باشد تأکید بیشتری بر توان و استقامت خود داشته باشد؟

۱. فصل مسابقه

۲. فصل قبل از مسابقه

۳. فصل استراحت (آمادگی‌های انرژیک)

۱. فصل مسابقه

۲. فصل استراحت

۱۱- در فصل مسابقه یک کشتی‌گیر بیشتر تأکید بر کدامیک از فاکتورهای آمادگی جسمانی دارد؟

۱. سرعت و استقامت

۲. توان و قدرت

۳. انعطاف پذیری و قدرت

۱. سرعت و توان

۲. سرعت و قدرت

۱۲- بهترین تمرینات جهت بهبود توان کشتی‌گیران، مربوط به کدامیک از موارد زیر است؟

۱. ایزومتریک

۲. ایزوکنتیک

۳. دینامیک

۱. ایزومتریک

۲. ایزوکنتیک

۳. دینامیک

۱۳- کدام یک از فنون زیر، توسط "الکساندر مدوید" بیشتر اجرا می‌شد؟

۱. زیر یک خم و درو از پهلو حالت درخت کن

۲. زیر از مج با چرخش نیم دایره با گارد مخالف

۳. زیر در مایه سر زیر بغل با گارد موافق

۱. زیر سر تو

۲. زیر از مج با چرخش نیم دایره با گارد مخالف

۱۴- تیم کشتی آزاد ایران تاکنون چند بار به مقام قهرمانی جهان دست یافته است؟

۱. سه بار

۲. چهار بار

۳. یک بار

۱. سه بار

۲. چهار بار

۳. پنج بار

۱۵- کدامیک از فنون زیر، با قرار دادن پای چپ بر روی شانه و پشت گردن اجرا می‌شود؟

۱. دو خم سر رو

۲. دو خم درو

۳. زیر در مایه سر تو (گارد موافق)

۱. خورجین تکان

۲. دو خم سر رو

۳. زیر در مایه سر تو (گارد موافق)

۱۶- اگر بیش از چند درصد از آب بدن تحلیل رود، مرگ را به همراه خواهد داشت؟

۱. ۲۰ درصد

۲. ۱۲ درصد

۳. ۱۰ درصد

۱. ۱۵ درصد

۲. ۱۰ درصد

۳. ۲ درصد

۱۷- کمترین میزان دفع آب بدن، مربوط به کدامیک از موارد زیر است؟

۱. مدفع

۱. پوست

۲. ریه

۳. ادرار

۴. پوست

۱. مدفع

۲. ریه

۳. ادرار

۴. پوست

۱۸- چربی لازم مردان چند درصد وزن بدن آن‌ها می‌باشد؟

۱. ۳ تا ۷ درصد

۱. ۳ تا ۱۰ درصد

۲. ۶ تا ۱۴ درصد

۳. ۴ تا ۱۳ درصد

۴. ۵ تا ۱۰ درصد

۱۹- یک کشتی گیر ۷۴ کیلوگرمی، روزانه به چه مقدار کیلوکالری نیاز دارد؟

۴. ۱۴۸۰ کیلو کالری

۳. ۷۴۰۰ کیلو کالری

۲. ۲۱۰۰ کیلو کالری

۱. ۲۲۲۰ کیلو کالری

۲۰- کدام یک از موارد زیر در مورد پوشش کشتی گیران نادرست است؟

۱. کشتی گیران باید با دوبنده آبی و یا قرمز رو تشک حاضر شوند

۲. روی سینه کشتی گیر (روی دوبنده) پرچم کشور شرکت کننده باید چاپ شود

۳. استفاده از زانو بند تحت هیچ شرایطی مجاز نمی باشد

۴. کشتی گیران باید هنگام ورود به تشک دستمال خود را به داور ارائه نمایند

۲۱- اگر کشتی گیری روی تشک حاضر نشود، حریف وی با چه نتیجه‌ای برنده می‌شود؟

۴. ۲- صفر

۳. ۵- صفر

۲. ۳- صفر

۱. ۴- صفر

۲۲- کشتی گیران در صورتی برای ادامه مسابقه (دور بعدی) و انجام یک کشتی دیگر دعوت می‌شوند که از پایان آخرین کشتی آن‌ها ..... گذشته باشد.

۴. ۴۰ دقیقه

۳. یک ساعت

۲. ۳۰ دقیقه

۱. ۴۵ دقیقه

۲۳- داوران هر تشک در مسابقات جهانی برای قضاوت چگونه تعیین می‌شوند؟

۱. از طریق قرعه کشی (FILA)

۲. از طریق کمیسیون داوری فیلا

۳. به صورت سلیقه‌ای

۴. از طریق کمیسیون داوری فیلا

۲۴- کل گلیکوژن بدن حدود چند گرم است؟

۴. ۲۴۰۰ گرم

۳. ۱۰۰۰ گرم

۲. ۷۰۰ گرم

۱. ۸۰۰ گرم