



تاریخچه ورزش باستانی ایران

ورزش باستانی ایران که آن را به نام ورزش زورخانه‌ای هم می‌شناسیم، علاوه بر این که فعالیتی جهت نیرومندی و تقویت عضلات و آمادگی جسمانی است، به مثابه فعالیتی روحی و معنوی نیز قلمداد می‌شود.

پیدایش زورخانه برمی‌گردد به زمان‌های قدیم که جنگ‌های تن‌به‌تن انجام می‌شد و تعلیم فنون جنگی در آن عصر به سبک و شیوه مخصوص انجام می‌گرفت زیرا عملیات جنگی آن روز عبارت بود از سوارکاری، چوگان بازی، تیراندازی، کشتی و... که تعلیمات آن برای هر مملکتی ضروری بود.

زورخانه، که مکان ورزشی باستانی مقدس ایرانیان و جایگاه زور و قدرت است، عنوان محلی تاریخی است که در آن کشتی‌گیران ایرانی تحت تعلیم و تعلم قرار می‌گیرند. حرکات باستانی کاران، ترکیبی از حرکات چرخشی در اویش همراه با ضربات آهنگین و وزنه‌های چوبی سنگینی است که آن را در داخل گود چرخانده و به هوا پرتاب می‌کنند.

