



**زهرا دهقان انبوی**، ۱۳۶۶، او به عنوان نماینده ایران در رقابت‌های تیراندازی المپیک لندن حضور داشت و یک مدال نقره قهرمانی آسیا کسب کرده است.

**زهرا نعمتی**، ۱۳۶۴، نخستین زن در تاریخ ورزش ایران است که موفق به کسب مدال طلا در سه پارالمپیک پیاپی لندن ۲۰۱۲، ریو ۲۰۱۶ و توکیو ۲۰۲۰ در تیراندازی با کمان شده است. اکنون او یکی از پر افتخارترین ورزشکاران دارای معلولیت ایران است که ۳ طلا، یک نقره و یک برنز به دست آورده است.

**ملیکا عبدالکریمی**، ۱۳۷۳، تیرانداز و برنده مدال طلای مسابقات کشوری تیراندازی با کمان در ده‌های نوجوانان و جوانان است. او در مسابقات جهانی چین نیز با امتیاز ۶۳۲ موفق به شکستن رکورد رشته ریکرو شد.

تیراندازی با کمان



بزرگ آسیا در تایلند به مدال طلای ماده ۴۰۰ متر دست یافت. او ۴ طلا، یک نقره و ۲ برنز را به گردن آورده است. طوسی در رقابت‌های کشورهای اسلامی ۲۰۱۳ اندونزی توانست در مسابقات ۱۰۰ متر و ۲۰۰ متر صاحب دو مدال طلا شود و رکورد ایران در این رشته را نیز ارتقا دهد.

**فرزانه فصیحی**، ۱۳۷۱، رکورددار دوی ۶۰ متر زنان ایران است و به «دختر باد» مشهور است. فرزانه یک طلا، ۲ نقره و یک برنز را در مسابقات همبستگی اسلامی داخل سالن آسیا کسب کرده است.

**پریرسا بهزادی**، او نخستین دختر اعزامی ایران به مسابقات برون‌مرزی آسیایی و قهرمانی آسیا است. از سال ۷۷ تا ۸۴ عضو تیم ملی دوومیدانی ایران بوده و حدود ۹ سال نفر اول دوومیدانی ایران در ماده پرتاب وزنه بوده است.

**سپیده توکلی نیک**، ۱۳۶۷، ورزشکار دوومیدانی و رکورددار رشته‌های هفت‌گانه، پنج‌گانه و پرش ارتفاع ایران است. او یک طلا، ۲ نقره و یک برنز را به نمایندگی از ایران کسب کرده است.

**مریم طوسی**، ۱۳۶۶، وی در رقابت‌های جایزه

دوومیدانی

تکواندو

سارا در بازی‌های آسیایی گوانگژو، نشان برنز را به دست آورد.

**سوسن حاجی‌پرو**، ۱۳۶۹، در بازی‌های آسیایی ۲۰۱۰ گوانگژو و بازی‌های آسیایی ۲۰۱۴ اینچئون موفق به کسب نشان برنز تکواندو شد. او با کسب مدال طلای وزن سوم مسابقات گزینشی المپیک در تایلند، جواز حضور در رقابت‌های المپیک لندن را نیز کسب کرد.

**کیمیا علیزاده زوزی**، ۱۳۷۷، او در بازی‌های المپیک ریو ۲۰۱۶ برنده مدال برنز شد و نخستین، جوان‌ترین و تنها زن ایرانی است که در تاریخ ورزش ایران در بازی‌های المپیک، برنده مدال شده است. او ۳ طلا، یک نقره و ۳ برنز را به نمایندگی از ایران به گردن آورده است.

**ناهید کیانی**، ۱۳۷۷، تکواندوکار ایرانی است که تا به حال ۵ طلا، یک نقره و ۴ برنز دریافت کرده است. او در مسابقات قهرمانی تکواندو جهان ۲۰۲۳، اولین نشان طلای جهانی در تاریخ تکواندوی زنان جمهوری اسلامی را به گردن آورده است.

**اکرم خدابنده**، ۱۳۷۰، کاپیتان تیم ملی تکواندوی زنان ایران بود. خدابنده مفتخر به دریافت ۳ طلا، ۳ نقره و یک برنز شده است.

**بهاره قادریان**، ۱۳۷۱، از افتخارات وی می‌توان به مدال برنز پومسه انفرادی در مسابقات جهانی تکواندو ۲۰۱۰، مدال طلای پومسه تیمی در مسابقات جهانی تکواندو ۲۰۱۲ کلمبیا و مدال طلای پومسه تیمی در بازی‌های همبستگی کشورهای اسلامی ۲۰۱۳ اندونزی اشاره کرد.

**راحله آسمانی**، ۱۳۶۸، تکواندوکار زن ایرانی-بلژیکی است؛ او ۲ طلا، ۲ نقره و برنز را به نمایندگی از ایران دریافت کرده است.

**سارا خوش‌جمال فکری**، ۱۳۶۷، نخستین تکواندوکار زن ایرانی بود که در المپیک تابستانی پکن مسابقه داد. پیش از المپیک مجله تایم وی را یکی از ۱۰۰ ورزشکار تماشایی المپیک معرفی کرد.



پرتاب وزنه

**لیلا رجیبی**، ۱۳۶۱، تاتیانا ایلیوشچانکای متولد کشور بلاروس است که در رشته ورزشی پرتاب وزنه فعالیت دارد. تاتیانا پس از دریافت تابعیت ایرانی و گرایش به دین اسلام، با نام لیلا رجیبی در پوشش زندگی می‌کرد. او ۳ طلا، ۲ نقره و ۳ برنز را برای ایران کسب کرده است و از زمان حضورش در ایران رکورد پرتاب وزنه ایران را بهبود داده است.

پرتاب وزنه

فوتسال

**سارا شیربیگی**، ۱۳۷۰، او با زدن ۹ گل به عنوان خانم گل مسابقات قهرمانی فوتسال زنان آسیا در سال ۲۰۱۸ دست یافت. همچنین به عنوان یکی از ۱۰ نامزد نهایی کسب عنوان برترین فوتسالیست زن جهان در سال ۲۰۱۹ میلادی انتخاب شد.

**فرشته کریمی**، ۱۳۶۷، او جزو ۱۰ بازیکن برتر فوتسال زنان جهان در سال ۲۰۱۳، به انتخاب سایت فوتسال پلنت است. وی در مسابقات قهرمانی ملت‌های آسیا در سال‌های ۲۰۱۵ و ۲۰۱۸ به عنوان بهترین بازیکن رقابت‌ها انتخاب شده است.

**نیلوفر اردلان**، ۱۳۶۴، بازیکن فوتبال و فوتسال است که تجربه بازی و کاپیتانی در تیم ملی فوتبال و فوتسال زنان ایران را دارد. در سال ۱۳۹۶ تصمیم گرفت از دنیای فوتبال و دنیای فوتسال به عنوان بازیکن خداحافظی کند و رسماً وارد عرصه مربیگری شد.



فوتسال

دست باید. او یک مدال برنز هم در گوانگ‌ژو ۲۰۱۰ به گردن آورده است.

**سولماز عباسی آزاد**، ۱۳۶۲، قایقران روئینگ و مربی تیم ملی ایران است که توانست مدال برنز بازی‌های آسیایی گوانگ‌ژو را نصیب خود کند. او یک نقره و دو برنز دیگر نیز دارد.

**فرحناز امیرشقاقتی**، عضو تیم ملی قایقرانی زنان ایران در دوره‌های هفتم الی نهم مسابقات قهرمانی آسیا بود. ۲ مدال طلا، ۲ نقره و ۳ برنز را در مسابقات آسیایی در کارنامه خود دارد.

**مهسا جاور**، قایقران روئینگ است که تنها سهمیه قایقرانی روئینگ ایران در المپیک ریو را کسب کرد و ۲ نقره و یک برنز را به دست آورده است.

**نازنین ملایی**، ۱۳۷۰، قایقران روئینگ است که توانسته ۳ مدال طلا، ۳ نقره و ۳ برنز را به نمایندگی از ایران از آن خود کند.

هدیه کاظمی، ۱۳۷۳، نخستین مدال آور تاریخ قایقرانی آب‌های آرام بانوان ایران در آسیا در ماده کایاک ۵۰۰ متر بود که در مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۱۳ در ازبکستان مدال نقره را کسب کرد.

**هما حسینی**، ۱۳۶۷، قایقران ایرانی است که پرچمدار کاروان ورزشی ایران در المپیک پکن بود.

قایقرانی

**آرزو حکیمی مقدم**، ۱۳۷۴، ۱۷ سال سن جوان‌ترین ورزشکار ایرانی در مسابقات المپیک ۲۰۱۲ لندن و نخستین بانوی قایقران ایرانی (در رشته کایاک) در المپیک بود. او برنز اینچئون ۲۰۱۴ و یک طلا، یک نقره و ۲ برنز قهرمانی کانوئینگ آسیا را در کارنامه خود دارد.

**آرزو معتمدی**، ۱۳۶۸، نخستین دختر قایقرانی است که در سال ۲۰۱۱ توانست سهمیه المپیک لندن را به دست آورد.

**حمیرا برزگر**، ۱۳۷۰، قایقران روئینگ است که توانست در بازی‌های آسیایی ۲۰۱۴ به میزبانی کره جنوبی در اینچئون به جایگاه سوم و نشان برنز بازی‌ها



قایقرانی

شطرنج



سپتامبر ۲۰۱۱ به ریپتینگ ۲۲۵۲ دست یافت که او را در رده سوم زنان ایرانی قرار داد.

**غزل حکیمی فرد**، ۱۳۷۳، دارای عنوان استادبزرگ زنان شطرنج است. در آخرین رنکینگ جهانی در ماه مه ۲۰۲۰، با ریپتینگ ۲۲۶۵ در رده پنجاه و چهارم شطرنج‌بازان ایران قرار داشت.

**میترا حجازی‌پور**، ۱۳۷۱، شطرنج‌باز ایرانی است که درجه استادبزرگ زنان را در سال ۲۰۱۵ به دست آورده است. وی در سال ۱۳۹۱ قهرمان شطرنج زنان ایران شد. او موفق به کسب یک نقره در بازی‌های آسیایی شده است

**آتوسا پورکاشیان**، ۱۳۶۷، شطرنج‌بازی است که درجه استادبزرگ زنان را در اختیار دارد و فاتح شش دوره مسابقات قهرمانی شطرنج زنان ایران شده است. او دو مدال برنز بازی‌های آسیایی را کسب کرده است.

**سارا سادات خادم‌الشریعه**، ۱۳۷۵، استاد بین‌المللی و نخستین شطرنج‌باز زن ایرانی است که علاوه بر کسب درجه استادبزرگ زنان در سن ۱۸ سالگی، در هشتاد و چهارمین کنگره شطرنج جهان توانست عنوان استاد بین‌المللی شطرنج را به دست آورد؛ عنوانی که پیش از آن، تنها توسط شطرنج‌بازان مرد ایران کسب شده بود.

**شادی پریدر**، ۱۳۶۵، نخستین شطرنج‌باز ایرانی است که درجه استادبزرگ زنان را (در سال ۲۰۰۴) به دست آورده و در حال حاضر به عنوان نایب‌رئیس «فدراسیون شطرنج بانوان» مشغول به فعالیت است. او ۴ بار قهرمان شطرنج زنان ایران شده و ۲ برنز و یک نقره بازی‌های آسیایی را در کارنامه دارد.

**شایسته قادرپور**، ۱۳۶۳، شطرنج‌باز ایرانی با درجه استاد بین‌المللی زنان است. در

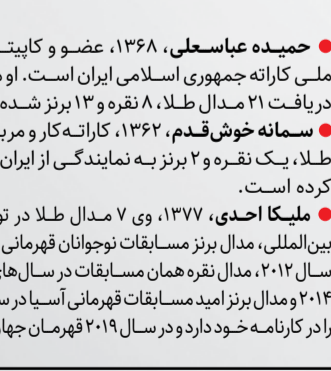
کوهنوردی

**لیلا اسفندیاری کجوری‌راد**، ۱۳۴۹، کوهنورد ایرانی بود. وی در کوه گاشربروم ۲ سقوط کرد و جان خود را از دست داد. او صعود و پیمايش به ده‌ها قله و یخچال و غار را در کارنامه خود دارد.



کوهنوردی

کاراته



**حمیده عباسعلی**، ۱۳۶۸، عضو و کاپیتان تیم ملی کاراته جمهوری اسلامی ایران است. او موفق به دریافت ۲۱ مدال طلا، ۸ نقره و ۱۳ برنز شده است.

**سمانه خوش‌قدم**، ۱۳۶۲، کاراته‌کار و مربی که ۲ طلا، یک نقره و ۲ برنز به نمایندگی از ایران کسب کرده است.

**ملیکا احدی**، ۱۳۷۷، وی ۷ مدال طلا در تورنمنت بین‌المللی، مدال برنز مسابقات نوجوانان قهرمانی آسیا در سال ۲۰۱۲، مدال نقره همان مسابقات در سال‌های ۲۰۱۳ و ۲۰۱۴ و مدال برنز امید مسابقات قهرمانی آسیا در سال ۲۰۱۵ را در کارنامه خود دارد و در سال ۲۰۱۹ قهرمان جهان شد.

کاراته

**یاسمین سعادت**، اولین تنیسوری است که با حجاب اسلامی در رقابت‌های بین‌المللی برای تیم ملی ایران به میدان رفت.

**ارغوان رضایی**، ۱۳۶۵، مشهور به ملکه تنیس ایران است. او با تیم ملی ایران در بازی‌های اسلامی بانوان ۲۰۰۵ و ۲۰۰۵ مدال طلا را کسب کرده است.

تنیس



**فرناز اسماعیل‌زاده**، ۱۳۶۷، قهرمان آسیا و دارنده رکورد سنگ‌نوردی سرعت زنان ایران با ثبت زمان ۹ ثانیه است. اسماعیل‌زاده ۲ طلا، ۴ نقره و ۴ برنز را در مسابقات قهرمانی آسیا و سنگ‌نوردی‌های کانادا و مسترکاپ کسب کرده است.

**الناز کابی**، ۱۳۶۸، سنگ‌نوردی است که موفق به دریافت ۳ برنز و یک نقره در قهرمانی‌های جهان و آسیا شده است.

سنگ‌نوردی



اتومبیلرانی



**زهرا وطن‌خواه**، ۱۳۵۶، دومین بانوی راننده مسابقات رالی است. وی در سال ۸۲ به عنوان تنها زن حاضر در مسابقات کارتینگ به مقام چهارم و در مسابقات رالی به قهرمانی دست یافت. او در سال ۲۰۰۸، به عنوان اولین بانوی تاریخ اتومبیلرانی ایران به همراه افسانه احمدی (به عنوان نقشه‌خوان) راهی مسابقات جهانی رالی WRC شد و توانست در کلاس ۸۷ مقام چهارم را کسب کند. او توانسته ۵ بار مقام اول و یک بار مقام دومی مسابقات سرعت در کلاس GT ۱۴۰۰ را به دست آورد.

والیبال

**زینب گیوه**، ۱۳۶۲، او اولین زن ایرانی است که همزمان با مائده برهانی عنوان لژیونر والیبال زنان را دریافت کرده و مفتخر به دریافت عنوان بازیکن اخلاق ایران در سال ۱۳۹۲ شده است.

**مائده برهانی**، ۱۳۶۷، وی همزمان با زینب گیوه مفتخر به عنوان اولین لژیونر تاریخ والیبال زنان است. او والیبال را از سال ۱۳۸۴ در سن هفده‌سالگی آغاز کرد اما استعداد و توانایی‌اش باعث شد تا دو سال بعد به تیم ملی والیبال دعوت شود.

**نگار کیانی**، ۱۳۷۱، او به همراه تیم ملی بانوان ایران در مسابقات والیبال مقدماتی قهرمانی جهان در مالدیو عنوان بهترین «لیبرو» یا بازیکن آزاد این مسابقات را کسب کرد.



اتومبیلرانی