

گردونه
ورزش



رئیس هیئت مدیره باشگاه خبر داد:

### چراغ سبز «عابر بانک فوتبال ایران» به سیاه جامگان

پیروز- رئیس هیئت مدیره باشگاه "سیاه جامگان" از کمک مالی مردی که به "عابر بانک فوتبال ایران" معروف است-حسین هدایتی- به این باشگاه خبر دادو عنوان کرد بعد از روزهای عزاداری امام حسین (ع)وی به کمک این تیم می آید. به گزارش "ورزش سه"، محمدرویانیان"، اخیرا درباره آخرین وضعیت تیم سیاه جامگان به گفت وگو پرداخت که مهم ترین فرازهای این گفت و گور ا در ادامه می خوانید:
\* آقای هدایتی، باروی بازپذیرای ما بودو پس از صحبت هایی که انجام دادیم، قول مساعد داد تا بعد از روزهای عزاداری، حتما به این تیم کمک کند و به ما گفت این قول را به بازیکنان بدهید که بعد از عزاداری به سیاه جامگان کمک می کنم. چه چیزی واجب تر از اینکه تیمی مانند سیاه جامگان بتواند در خدمت جوانان این استان و شهر مقدس مشهد باشد؟
\* شنبه هفته آینده در مشهد به مصاف استقلال تهران می رویم و باید اوضاع مان را مرتب کنیم.
\* مسئولان استان، شهر داری و استانداری و علاوه بر آنها ورزش دوستان و متمولان شهر و دلسوزانی مانند "حسین هدایتی" باید به کمک مان بیایند.
\* نیاز به ۹ ماه زمان دارم تا بتوانم بر نامه هایی را که در ذهنم هست با کمک همه عملی کنم.

#### پیروزی پدیده در دیداری تدار کاتی

پیروز- تیم فوتبال «پدیده خراسان» در دیداری تدار کاتی به پیروزی رسید. به گزارش فارس، این تیم در دیدار باتیم "آر امش طوس مشهد" با ۵ گل به پیروزی رسید.

#### ۱۱ خراسانی بهار دوی تیم ملی سر کل کبدی دعوت شدند

پیروز- رئیس هیئت کبدی استان از دعوت ۱۱ بازیکن خراسانی به ار دوی تیم ملی سر کل کبدی در تهران خبر داد. به گزارش روابط عمومی این هیئت، محمدرضا سعیدی ادامه داد: محسن رزم آرا، مهدی یکه، احمد یزدان پناه، حامد محبوب، حامد میرزاپور، محمد تیموری، سعید جهاندار، جعفر پهلوانی، محمد حسن زاده، ناصر صحرایی، عباس کامیاب ۱۱ بازیکن خراسانی دعوت شده به ار دوی تیم ملی هستند.

## ورزش

شنبه ۱۷ مهر ۱۳۹۵ - شماره ۳۴۰۲

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان رضوی

Sat.oct.8,2016,No.3402



عکس: پایگاه خبری اداره کل ورزش استان



عکس: صادق ذبیح

سرپرست فدراسیون در مجمع استان مطرح کرد:

# انتظار حضور پررنگ کاراته کاران استان درالمپیک ۲۰۲۰

ورزشکاران ما در خراسان رضوی ۵ هزار نفر است. «سعید رزم آرا» با اشاره به اینکه سرپرست فدراسیون کاراته با شناخت کافی وارد این عرصه شده است، افزود: در سال گذشته در بخش آقایان ۱۸ مسابقه قهرمانی استان در سبک‌های مختلف برگزار شد. رئیس هیئت کاراته خراسان رضوی عنوان کرد: همچنین در بخش بانوان ۶ مسابقه با قالب قهرمانی استان در سبک‌های متعدد برگزار شد. رزم آرا با اشاره به میزبانی از مسابقات مختلف در استان، ادامه داد: در سال گذشته با قالب سبک‌های کنترلی و آزاد مسابقاتی به میزبانی مشهد و نیشابور برگزار شد. همچنین یک دوره مسابقات بین المللی جو کای دو در مشهد از دیگر مسابقاتی بود که میزبانی آن را بر عهده داشتیم. وی تصریح کرد: برگزاری دوره‌های آموزشی بر مبنیگری و داوری از فعالیت‌های این هیئت در سال گذشته است، کلاس‌هایی همچون مربیگری در جه یک تا سه ملی، کلاس ارتقای داوری سبک تا درجه

ملی به همراه برپایی دوره‌های توجیهی استاژها از نمونه اقدامات ما در سال گذشته است. رئیس هیئت کاراته خراسان رضوی تاکید کرد: درآمد هیئت‌های استانی از محل فروش احکام است، با این نگرش هزینه‌های جاری این هیئت در سال ۱۵ میلیون تومان بوده است. وی با اشاره به اینکه برگزاری آزمون ارتقای «دان» در بانوان و آقایان متمرکز است، افزود: ۴ مورد از این آزمون‌ها در بخش بانوان و ۱۰ مورد هم در بخش آقایان برگزار شده است. رزم آرا با بیان اینکه در لیگ کشوری کاراته، بارده‌های سنی مختلف شرکت کر دیم، تاکید کرد: سال گذشته ۱۵ مورد اعزام بانوان به مسابقات کشوری و انتخابی تیم ملی و ۲۱ مورد هم اعزام آقایان به مسابقات قهرمانی کشوری انجام شده است. رزم آرا با اشاره به اینکه نیاز است تا فدراسیون کاراته ثبات مدیریت داشته باشد، ادامه داد: سال گذشته مدال آوران ما در بخش بانوان و آقایان در مجموع ۲۶ مدال کسب کردند.

شهرستانی راه یابد. مهندس منوچهری افزود: تیم دهیاری فارمد برای راهیایی به مر حله استانی مسابقات باید با نمایندگان بخش‌های رضویه و احمدآباد دیدار کند.

مر کزی مشهد به خبرنگار ما گفت: تیم فارم از سری مسابقات انتخابی بخش مر کزی توانست با نتیجه ۳ بر صفر تیم ناظریه را شکست دهد و به عنوان نماینده بخش مر کزی به مسابقات

ناسخ- تیم والیبال روستای فارمد بخش مر کزی مشهد به عنوان نماینده این بخش ۴۵۰ هزار نفری به مسابقات والیبال شهرستان مشهد راه یافت. رئیس هیئت بازی‌های بومی محلی بخش

### راهیایی تیم والیبال دهیاری «فارمد» به مسابقات شهرستان مشهد

## جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۷/۱۷]

«مجموع ارقام» یک سرگرمی جذاب با قوانین ساده است که فقط به «منطق» و «جمع» نیاز دارد. سابقه پیدایش آن به بیش از ۶۰ سال در آمریکای می‌گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه‌آپنی‌ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه‌ژاین منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب‌شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم‌با نام کاروکرو (Kakuro) پُرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی‌های منطقی شبیه‌آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می‌برد. به همین دلیل محققان آن‌ها با عنوان «ورزش ذهن» و «داوری پیشگیری از آلزایمر» یاد می‌کنند.

**● حل گام به گام یک نمونه**
جدول ویژه می‌گوید: ۴ باید ۱+۳ باشدو ۳ هم فقط می‌تواند ۱+۲ باشد. پس مجبوریم خانه‌آنی‌تقاطع را با رقم ۱ پُر کنیم. پس جای ۲ و ۳ هم قطعی است. همین تقاطع ۳ و ۴ در آن سوی جدول هم ۳ خانه را پُر کرد. جدول ویژه می‌گوید: در سطر ی که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ باشد اما باید ۳ را در خانه راست‌نوشت تا در ستونش تکراری نشود. ستونی که جمعش ۱۲ است دورقم لازم دارد که جمع‌شان ۱۰ باشد. فقط ۳ راه داریم: ۸+۲ و ۶+۴ و ۹+۳ اما ۲ و ۸ و ۴ و ۹ هیچکدام نباید در خانه پایینی باشند چون مجموع ارقام آن‌ها باید ۴ شود! پس ۱ در خانه پایینی می‌آید و مجبوریم در خانه بالایی ۹ را بنویسیم.

**● برای حل هر معما کافی است:**
\* از رقم صفر استفاده نکنیم.
\* جمع ارقام هر تکه که برابر با عدد سفید سمت چپ یا بالایش باشد.
\* از ارقام تکراری در یک تکه استفاده نکنیم.
\* هرگز برای حل کردن این معما حدس نزنیم! قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن رقم، مرور کنیم.

حالا تکلیف ۱ و ۳ هر ستونی که باید جمعش ۱ باشد مشخص است. برای ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمترین در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه‌ها خط بخورند و رقم «قطعی» را اکش کنیم.
\* اول سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده است.
\* حل تکه‌های ۲ و ۳ تا بی‌آغاز کنیم.
\* بدانیتم معما فقط یک جواب دارد.
در این ستون که مجموعش ۲۱ است جای ۲ و ۳ از قبل مشخص است پس باید دو رقم پیدا کنیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می‌گوید فقط باید از ۷ و ۹ استفاده کنیم. پس ۹ که در خانه بالایی تکراری می‌شود را پایین می‌نویسیم و ۷ به خانه بالایی می‌رود. این دورقم نارنجی دلیلی شدند که این ۲ سبزنگار برای تکمیل سطر ی که جمعش ۱۹ است بنویسیم. برای تکمیل سطر ی که جمعش ۲۸ است فقط می‌توانیم ۴ و ۸ را اضافه کنیم اما ۸ را نمی‌توانیم در خانه چپ‌نوشت چون جمع ستونش باید ۷ باشد پس ۸ در خانه راست و ۴ در چپ می‌گیرد. دورقم باقیمانده سیاه هم که ۳ و ۹ می‌شوند تا این نمونه‌ها حل‌حلا شود.

کیدو کو (سودوکو کودک)					
هر روز					

**● قانون:** خانه‌های خالی را با تا ۹ پُر کنید، طوری که رقمی: در سطر خود، در ستون خود و در مستطیل قرمز ش تکراری نباشد.

	۱	۴	۲		
	۶		۱		
	۵				
	۳				۴
			۶		۵
	۲				۱
	۵				

نمونه‌های تئوریک کیدو کو را برای گروه‌های سنی مختلف در اینترنت جست‌وجو کنید.

اخبار
ورزش

### تداوم ریاست «مختارزاده» بر هیئت اسکی استان

میرزاده- مجمع انتخاب رئیس هیئت اسکی استان، پنج شنبه گذشته در سالن جلسات اداره کل ورزش استان برگزار شد. به گزارش "خراسان رضوی"، در این مجمع که باغیبت ۴ عضو مجمع برگزار شد، علیرضا مختارزاده" (رئیس قبلی) و تنها نامزد تصدی ریاست هیئت استان، با وجود ۴ رأی سفید از ۱۳ عضو حاضر در مجمع، بار دیگر در این سمت باقی ماند. در ابتدای نشست، مدیر کل ورزش و جوانان استان گفت: متأسفانه هیئت اسکی استان، از ظرفیت ممتاز جغرافیایی استان، بهره کافی نبرده است. «صوریان» افزود: آموزش، اطلاع‌رسانی و استفاده از ظرفیت حامیان مالی، باید بیش از گذشته و به صورت ویژه، مورد توجه هیئت استان باشد. رئیس فدراسیون اسکی نیز در این نشست گفت: آرای سفید اعضای مجمع، هشداری بر رئیس هیئت استان در برنامه‌ریزی آتی است. «سید عبدی افتخاری» افزود: فدراسیون، بر مبنای برنامه‌های هیئت‌های استانی، از آنها حمایت خواهد کرد و هیئت اسکی خراسان رضوی نیز جزو ۵ استان کشور است که توجه ویژه‌ای به آن داردیم. رئیس هیئت اسکی استان نیز در این نشست با اشاره به ۱۰ سال فعالیت در هیئت اسکی استان گفت: هیچگاه از برنامه‌های انجام‌شده در هیئت رضایت کامل نداشته‌ام. «علیرضا مختارزاده» با اشاره به این که هیچ‌گونه امکاناتی در اختیار هیئت استان قرار نگرفته است، خاطر نشان کرد: درود بخش خصوصی و کمک به اسکی استان، موجب شد تا فعالیت‌های هیئت، بر زمین نماند.

### معرفی برترین‌های مسابقه دوومیدانی هفته نیروی انتظامی

تریت حیدری به غنصغری- به مناسبت هفته نیروی انتظامی بیش از ۴۵۰ ورزشکار در پیست ورزش‌شاه تختی تربت حیدریه در محاده ۱۵۰۰ متر با یکدیگر به رقابت پرداختند. رئیس اداره ورزش و جوانان این شهرستان گفت: رقابت‌ها در ۲ دهه سنی و یک گروه نیز ویژه نیروهای نظامی و انتظامی برگزار شد که مهدی رضانی، حسین وطن‌پور و رضا هزاره در گروه نونهالان و سید محمود حسینی، موسی الرضا کله‌و رسول جعفری عناوین اول تا سوم را در گروه سنی آزاد به دست آوردند. امینی افزود: در گروه نیروهای مسلح نیلی عزیزی قربان نیا، محمد ظهوریان و محمد سلطانیپور اول تا سوم شدند.

اخبار
کوتاه

پیروز- مهدی جاوید بازیکن ملی پوش فوتسال استان به همراه دیگر بازیکنان، طی مراسمی که در اصفهان توسط باشگاهش (گیتی پسند) برگزار می‌شود، مدال‌ش را به شهدای مدافع حرم اهدا می‌کند.
\* دورفت مرحله نهایی لیگ دسته دوم فوتسال کشور با ۲۵۰ تیم برای تیم "مقاومت مپ شهر داری مشهد" در رشت همراه بود.

## جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

**● قانون:** پاسخ‌ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودخانه‌فلش‌دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخ چند حرف دارد.

واژگان کم‌تر اما پرهیز از پرسش هز (تا خواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال‌ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

- (۷- حرفی) زرده تخم مرغ حاوی بیش از ۹۰ درصد کلسیم و آهن است در حالی که سفیده تقریباً نیمی از ..... آن را تشکیل می‌دهد.
- (۴- حرفی) تصویر مریم رجوی سر کرده فعلی گروهک تروریستی منافقین در ویژه‌نامه سیالانه‌فارغ التحصیلان این دانشگاه حاشیه‌ساز شد.
- (۳- حرفی) فلزی برای طرف‌سازی (۳- حرفی) تقلید کردن حرکات به‌مسخره
- (۵- حرفی) جمع عربی سفر
- (۴- حرفی) تحقیقات می‌گوید این عارضه پوستی در نوجوانی به‌رغم ایجاد ظاهر نا زیبا، در حفظ جوانی سلول‌های پوست مؤثر است.
- (۳- حرفی) زادگاه نیاپویشیچ
- (۳- حرفی) درخت انگور
- (۴- حرفی) دود گردنش گرم‌کننده مغز، تقویت‌کننده حافظه، ضد آلزایمر، نشاط‌آور و ضد عفونی
- (۳- حرفی) در نشست نیروی انتظامی، از اعزام تیم پلیسی ایران برای تأمین امنیت این المپیک خبر داده‌شد.
- (۴- حرفی) معاون اول رییس جمهوری از عزم ویژه دولت برای ایجاد بازار ۱۰ هزار میلیارد تومانی
- (۶- حرفی) کمک‌کننده و معاون

رمزواژه یابی:

**پاسخ‌ها**

جام جهانی دو هزار و هجده

اگر انتهای خط‌های قرمز را به هم متصل کنیم، مثلی داریم که هریک از سه ضلعش، یکی از قطرهای مربع است. پس این سه ضلع برابرند و مثلث متساوی‌الاضلاع است و زاویه‌هایش ۶۰ درجه هستند.

از طرف ۵ لیتری را پرمی کنیم و آن را به قدری در طرف ۵ لیتری می‌ریزیم تا پُر شود و ۲ لیتر آب در طرف ۵ لیتری باقی بماند. ۳۰ لیتری را خالی می‌کنیم و ۲ لیتر را در ظرف ۳ لیتری نگه می‌داریم. ۵ لیتری را دوباره پرمی‌کنیم و آن را به قدری در ۳ لیتری می‌ریزیم که ۳ لیتری پُر شود. پس ۳ لیتر در ظرف ۵ لیتری باقی‌مانده است.

سودوکو
هر روز

	۷	۶	۲		
۵	۶	۴			
۵	۷	۳			
۹		۳			
۲		۱			
۱	۹				
۷	۲				
۶	۵				
۱		۳			
		۶			



	۹	۵	۴		
۳	۱		۷		
۴	۲		۳		
۶	۱	۵	۴		
۵	۱	۷	۹		
۹	۷	۴	۲		
		۷	۸		
		۶	۳		
۸			۵		
۷	۶		۹		