گردونه

ورزش

در بازی دوستانه فوتسال در تهران اتفاق افتاد:

خداداد عزیزی خواهان اخراج رئیس فیفا شد!

پیروز- دیدار دوستانه فوتسال ستارگان فوتبال و فوتسال پنج شنبه گذشته در تهران، با حضور دو خراسانی (خداداد عزیزی و حمید شاندیزی) با حاشیه های جالب همراه بود. به گزارش فارس، در این دیدار که رئیس فدراسیون بین المللی فوتبال هم در آن حضور داشت، در صحنه ای از بازی اینفانتینو (رئیس فیفا) روی عزیزی مرتکب خطای پنالتی شد که عزیزی معتقد بود داور باید او را اخراج کند و رئیس فیفا هم اصرار داشت که صحنه باید با "ویدئو چک" بررسی شود! در ادامه یکی از بازیکنانی که در زمین حضور داشت، شباهت زیادی به رئیس فیفا داشت که همین مسئله باعث شد تا خداداد این موضوع را مطرح کند که آیا فرزند اینفانتینو هم در زمین بازی می کند؟! همچنین مهاجم خراسانی اسبق تیم ملی فوتبال در پایان این دیدار گفت: می توانیم بر سر قضیه عربستان و میزبانی از فیفا کمک بگیریم و AFC را تحت فشار قرار دهیم.

سرمربی تیم فوتسال بانوان مشکی پوش:

هواداران مشهدی قوت قلبمان بودند

پیروز- سرمربی تیم فوتسال بانوان "مشکی پوشان" بعد از پیروزی ۷ بر ۳ تیمش در مشهد مقابل تیم "پیام نور سیرجان" اظهار کرد: یکی از مهم ترین عوامل پیروزی ما، حضور پرشور هواداران بود که تا آخر بازی تیم را همراهی کردند و قوت قلب بازیکنان بودند. به گزارش فارس، "فاطمه شریف" تصریح کرد: ابتدای فصل مسئولان باشگاه گفتند، فقط امتیاز لیگ برتر را حفظ کنید که تیم سقوط نکند؛ اما قول دادیم جزو ۶ تیم برتر لیگ باشیم و الان خوشحالیم بین چهار تیم اول هستیم و شرمنده نشدیم.

معرفی برترین های وزنه برداری

بهروز- رئیس هیئت وزنه برداری خراسان رضوی شهرستان های برتر استان را در این رشته معرفی کرد. مهندس "احسان قاسمیان" در گفت و گو با خبرنگار ما برترین هیئت های شهرستان های استان را به ترتیب: قوچان، فریمان، مشهد، تربت حیدریه، تربت جام و سبزوار اعلام کرد و گفت: بر اساس شاخص کیفی و کمی شاهد رشد نسبتا خوبی بوده ایم، هر چند که از نظر ما توان بالقوه شهرستان ها بیش از این هاست.

رئیس هیئت پزشکی ورزشی در مشهد از شیوه جدید خرید و فروش مواد نیروزای غیرمجاز خبر داد:

تجارت دوپینگ در صندوق عقب خودرو!

رئیس هیئت استان: نمونه تست دوپینگ یک ورزشکار خراسانی در گزارش اولیه مثبت بوده است

گزارش

ترابی

رئیس فدراسیون پزشکی ورزشی با اشاره به مثبت بودن ۴۴ مورد تست دوپینگ در کشور طی امسال گفت: متاسفانه یک شیوه تازه در خرید و فروش مواد نیروزای غیرمجاز در کشور ترویج شده که مبارزه با آن نیز بسیار دشوار است. دکتر "غلامرضا نوروزی" در حاشیه جلسه دیروز نواب روسای هیئت های پزشکی ورزشی کشور در مشهد در گفت و گو با خبرنگار ما افزود: امسال بر اساس برنامه ریزی هایی که داشتیم، هزار و ۴۰۰ مورد تست دوپینگ گرفتیم که فقط ۴۴ مورد آن مثبت اعلام شده است که با سال گذشته برابری دارد. دکتر نوروزی در ادامه به شیوه جدید تجارت مکمل های آلوده و غیر مجازی که وارد کشور می شود، اشاره و اظهار کرد: اکثر مکمل ها به صورت مافیایی وارد کشور می شود که بیشتر آن ها نیز آلوده است و در داخل کشور دچار تغییرات و در ادامه با جان ورزشکاران بازی می شود. وی خاطرنشان کرد: الان دیگر مکمل های غیر مجاز در باشگاه ها توزیع نمی شود، بلکه حالا در صندوق عقب خودروها به فروش می رسد که با این شیوه جدید کمتر می توان این موارد را شناسایی کرد. وی درباره مرگ اخیر یک جوان ورزشکار مشهدی، افزود: خبر این اتفاق را نشنیده ام؛ اما موارد مشابه در کشور زیاد است و ورزشکاران باید از مراکز قانونی مکمل های انرژی زا را تهیه کنند چرا که اگر اتفاقی بیفتد، دیگر کسی مسئولیت قبول نمی کند. وی اظهار کرد: هر سال در زمینه آگاهی دادن و هشدار دوپینگ برنامه های هدفمند آموزشی داریم و در مجموع ایران جزو کشورهای پاک است، همچنین خراسان رضوی نیز بین استان های کشور از نظر دوپینگ جزو استان های پاک محسوب می شود. وی در پاسخ به این سوال که آیا در بین این ۴۴ مورد اعلام شده تست مثبت دوپینگ، نام ورزشکاران خراسانی هم وجود دارد، اظهار کرد: تست مثبت دوپینگ به تفکیک استان نداریم، بلکه بر اساس نام ورزشکار در فهرست ما اطلاعاتی وجود دارد که اعلام نام ورزشکاران ورشته ورزشی محرمانه است و نمی توانیم آن را اعلام کنیم. وی با بیان این که امسال ورزشکار محروم مادام العمر نداشتیم، افزود: سالانه از همه رشته های ورزشی تست دوپینگ گرفته می شود، اما از رشته های پرخطری همچون کشتی، وزنه برداری و دوچرخه سواری بیشتر تست دوپینگ گرفته می شود، چون حساسیت بیشتری روی این رشته ها وجود دارد. به عنوان مثال امسال، برنامه داشتیم که در وزنه برداری حدود ۹۰ تست دوپینگ گرفته شود. اما ۲۰۰ مورد تست گرفته شد و برآورد نمونه تست های دوپینگ این رشته ها نسبت به سال های گذشته قابل قبول است.

ضرورت فعال تر شدن هیئت استان

وی افزود: هیئت پزشکی ورزشی خراسان رضوی یکی از هیئت های فعال کشور است؛ اما با توجه به این که این استان، ورزش خیز است و جایگاه ویژه ای در ورزش کشور دارد، می طلبد بهتر از شرایط فعلی باشد. هم اکنون رتبه این استان متوسط رو به بالاست. وی تصریح کرد: مبنای کار و فعالیت ما تمرکز ذاتی است و تمام استان ها را رصد می کنیم و در بحث نظارت و حمایت خیلی جدی عمل می کنیم. وی همچنین به همکاری معاون دادستان مشهد در نظارت بر اماکن ورزشی اشاره کرد و افزود: یکی از اقدامات خیلی خوبی که خراسان رضوی به تازگی انجام داد، بحث همکاری با مراجع قضایی و دادستانی در زمینه نظارت بر امکان ورزشی است که واقعا کار ارزشمندی است.

آماری از پلمب نداریم!

وی همچنین درباره اهمیت بیمه های ورزشی گفت: یکی از تاکید های ما اهمیت دادن به بیمه ورزشی است که به همین دلیل حدود ۳ سال است تعرفه ها را افزایش نداده ایم و خدمات را نیز چند برابر کرده ایم. وی درباره آمار پلمب باشگاه های ورزشی در کشور گفت: الان آمار مشخصی ندارم، اما در همه استان ها با همکاری مراجع قضایی با باشگاه های متخلف برخورد می شود و در ادامه پلمب می شوند باید بگویم بیشترین آمار ما مربوط به باشگاه های بدن سازی است.

تست مثبت دوپینگ ورزشکار خراسانی

رئیس هیئت پزشکی ورزشی خراسان رضوی نیز درباره آمار تست های مثبت دوپینگ ورزشکاران خراسانی به خبرنگار ما گفت: آمار دقیق نمونه تست های مثبت دوپینگ در اختیار فدراسیون مربوط است و اسامی ورزشکاران نیز محرمانه است. دکتر "رضا گلدوزیان" افزود: امسال به صورت موردی ۱۰ تست دوپینگ از ورزشکاران خراسانی گرفته شد که یک مورد در گزارش اولیه مثبت اعلام شده، اما هنوز به صورت کامل تایید نشده است. همچنین سال گذشته ۸ تست دوپینگ داشتیم. وی تصریح کرد: در تمام مسابقات کشوری و بین المللی، افسران تست دوپینگ در محل رویداد حضور دارند، اما در طول سال ما نیز به صورت موردی با هماهنگی فدراسیون مربوط از برخی ورزشکاران تست دوپینگ می گیریم. وی درباره علت مرگ ورزشکار مشهدی که یک ماه قبل اتفاق افتاد، اظهار کرد: هنوز گزارش پزشکی قانونی در این زمینه به ما اعلام نشده است که بخواهیم درباره آن اظهار نظر کنیم. وی درباره نشست سالیانه نواب بانوان هیئت های پزشکی ورزشی سراسر کشور گفت: این نشست صبح دیروز با حضور رئیس فدراسیون در هتل قصر مشهد برگزار شد که در این جلسه مسائل مختلف بحث شد. همچنین مجمع سالیانه هیئت پزشکی ورزشی استان نیز با حضور تمام اعضای مجمع هیئت و رئیس فدراسیون مربوط برگزار شد.

از میان خبرها

ورزش

یک برنامه تلویزیونی اسپانیا انتخاب کرد:

یک خراسانی زننده بهترین گل ماه فوتسال جهان

پیروز- به انتخاب یک برنامه تلویزیونی اسپانیا، گل ملی پوش خراسانی تیم فوتسال "غیرت قزاقستان" به عنوان بهترین گل ماه فوتسال جهان انتخاب شد. به گزارش فارس، گل "حسین طیبی" از طرف برنامه "پیستا آزول" به عنوان بهترین گل ماه فوتسال جهان انتخاب شد که وی این گل را در لیگ قزاقستان و به تیم چیمکن زده بود. همچنین تیم فوتسال غیرت قزاقستان در جام آرمنکو کاپ روسیه به پیروزی پر گل ۷ بر ۴ دست یافت که ملی پوش خراسانی ۳ گل تیمش را به ثمر رساند و بهترین بازیکن زمین شناخته شد.

اخبار

کوتاه

پیروز- مهاجری (سرمربی پدیده): بهتر است، درباره وعده های حمایتی شهردار، بعد از این که قطعی شد و پول دریافت کردیم، صحبت کنیم؛ فعلا که هنوز مبلغی دریافت نکردیم. * هیئت تنیس استان به برگزاری کلاس آموزش این رشته به دانش آموزان حاشیه شهر مشهد اقدام کرد. * تیم والیبال آموزش و پرورش استان در مرحله نهایی دومین دوره مسابقات والیبال کارکنان دولت در مشهد به مقام نخست دست یافت. * مسابقات هندبال و بدمینتون دانشجویان دختر دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی منطقه ۹ کشور در دانشگاه فردوسی مشهد آغاز شد. * تیم های دانشگاه فردوسی و سمنان به طور مشترک قهرمان رقابت های کاراته دانشجویان پسر دانشگاه های دولتی منطقه ۹ کشور شدند.

بردسکن، نوری/ در مسابقات والیبال بانوان، تیم های پوشاک کاظم، ترشیز خاوران و پایگاه حضرت زهرا (س) اول تا سوم شدند.

کاشمر، مهدیان/ کلاس ارتقای داوری فوتبال درجه سه به دو با حضور ۱۶ داور استان در کاشمر برگزار شد.

سرخس، محمودی/ رئیس اداره ورزش سرخس از نصب اسکوربورد در سالن شهید رامون خبر داد. * در مسابقات کشتی فرنگی دانشجویان دانشگاه آزاد در فریمان، دانشجویان سرخسی سه مدال طلا کسب کردند.

فریمان، اصغری/ رئیس دانشگاه آزاد فریمان گفت: بیستمین دوره مسابقات کشتی آزاد و فرنگی دانشجویان دانشگاه های آزاد استان در این شهر پایان یافت و تیم کشتی فرنگی دانشجویان این مرکز با اقتدار سکوی اول این دوره از مسابقات را به خود اختصاص داد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۱۲/۱۲]

معمای شطرنج

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۲۵ دقیقه — بسیار سخت

در این صفحه بازی شطرنج که نیمه کاره رها شده یکی از بازیکنان که اتفاقا نوبتش هم رسیده است می تواند حریفش را با دو حرکت مات کند.

شما بگویید کدام بازیکن این موقعیت را دارد و چطور می تواند حریفش را مات کند؟!

جهت حرکت مهره های سفید از پایین به بالا تعریف شده است.

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

«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 پیش در آمریکا برمی گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می برد. به همین دلیل محققان از این قبیل سرگرمی ها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی آلزایمر» یاد می کنند.

قانون

خانه های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:

۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.

۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.

۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

	۴	۱۴	۲۵		۶	۱۱	
۲۰				۴			
۸				۷ ۶			۶
	۱۰	۱۷ ۲۹					
۱۸					۴ ۱۹		
۸			۱۱ ۱۱			۱۵	۴
۱۴				۲۰			
۲۰				۹			

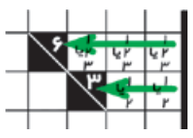
برای راهنمایی، «معمای مجموع ارقام» را در اینترنت و شبکه های اجتماعی جست و جو کنید.

برای حل کافی است:

* از رقم صفر استفاده نکنیم.
* جمع ارقام هر تکه افقی، برابر با عدد سفید چپ و جمع ارقام هر تکه عمودی، برابر با عدد سفید بالایی باشد.
* رقم تکراری در تکه ای نباشد.

* هرگز حدس نزنیم! بلکه قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن، با خودمان مرور کنیم.

* ابتدا سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده باشد.
* از حل تکه هایی که فقط ۲ یا ۳ خانه دارند، آغاز کنیم.
* ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کم رنگ در آن یادداشت تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.



* بدانیم هر معما فقط و فقط یک پاسخ صحیح دارد.

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱+۲
۴	۲	۱+۳
۱۶	۲	۷+۹
۱۷	۲	۸+۹
۶	۳	۱+۲+۳
۷	۳	۱+۲+۴
۲۳	۳	۶+۸+۹
۲۴	۳	۷+۸+۹
۱۰	۴	۱+۲+۳+۴
۱۱	۴	۱+۲+۳+۵
۲۶	۴	۵+۷+۸+۹
۳۰	۴	۶+۷+۸+۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود را برای بعضی اعداد سفید نشان می دهد

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

قانون

پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خود خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.

واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

۱-(۱۰ حرفی) نام دیگر رادیوتراپی (radiotherapy) که یکی از روش های مهم درمانی در بیماران سرطانی است.

۲-(۳ حرفی) حوضچه حمام

۳-(۲ حرفی) بیوتین که با عنوان ویتامین H هم از آن نام برده می شود برای رشد ناخن، ..... و به طور کلی سلامت پوست بسیار لازم و مهم است.

۴-(۶ حرفی) برای از بین بردن شر کرم با، آن را با مقداری آب و ..... دوباره بجوشانید.

۵-(۴ حرفی) انواع ..... ها منابع مفیدی برای پیشگیری از ابتلا به دیابت، بیماری های قلبی، چاقی و سرطان است.

۶-(۴ حرفی) زبانی در پاکستان و هند

۷-(۵ حرفی) این مغز، علاوه بر این که سرشار از بیوتین است، حاوی مقدار زیادی مواد مغذی لازم مانند ویتامین E و پروتئین است که مصرفش می تواند پوست را نرم و لطیف نگه دارد.

۸-(۳ حرفی) مخترع دیگ بخار

۹-(۳ حرفی) گیاه شوینده طبیعی بدن

۱۰-(۶ حرفی) اگر گیاه خوار هستید و زیاد طرفدار آجیل و دانه های روغنی نیستید، می توانید با مصرف این سبزی مواد لازم را برای بدن خود تامین کنید.

۱۱-(۳ حرفی) نظر و ایده

۱۲-(۳ حرفی) برای پیشگیری از ..... زدن مربا قبل از آن که مربا را درون ظرف بریزید، ظرف و در آن را به خوبی در آب جوش بجوشانید.

۱۳-(۳ حرفی) هویج تامین کننده مناسبی برای بیوتین است. علاوه بر این، بتاکاروتن موجود در هویج به سلامت ..... هایتان هم کمک می کند.

۱۴-(۳ حرفی) علاوه بر بیوتین، گردو حاوی آنتی اکسیدان های ضروری، زینک، پتاسیم، ..... ، کلسیم و پروتئینی است که بدن ما همواره برای حفظ سلامت خود به آن ها نیاز مند است.

۱۵-(۴ حرفی) تولید شده توسط کرم ابریشم

۱۶-(۳ حرفی) صندلی راحت

۱۷-(۴ حرفی) نیستان

۱۸-(۵ حرفی) برای دریافت نتیجه بهتر به هنگام پختن مربا ور سیدن به قوام بیشتر، به جای ظروف استیل یا فلزی، از ظروف ..... استفاده کنید.

۱۹-(۵ حرفی) میوه پخته در شربت

۲۰-(۳ حرفی) آجر نپخته

۲۱-(۴ حرفی) گیاهی زینتی و دارویی

۲۲-(۵ حرفی) دوشاب پیش

۲۳-(۶ حرفی) دستگاه رونوشت برداری

سودوکو

هر روز

قانون:

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

زمان پیشنهادی ۵۰ دقیقه — بسیار سخت

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

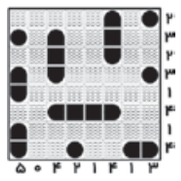
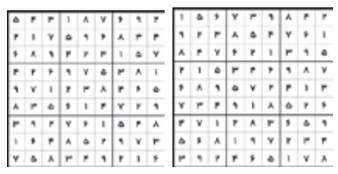
زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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

پاسخ ها

دو مثلث باید طوری قرار بگیرند که در وجه سمت راست و بالایی مستطیل باشند و زاویه قائمه هر دوی آن ها هم باید به سمت مستطیل باشد. پس فقط گزینه اول پاسخ صحیح است.

رمزواژه یابی: داوری داربی های خاطره انگیز