گردونه

ورزش

هندبالیست خراسانی: غیبت در لیگ برتر توجیه ندارد

رئوفی/ ملی‌پوش خراسانی تیم ملی هندبال با بیان این که در چند سال اخیر در لیگ برتر نماینده‌ای از خراسان رضوی حضور ندارد، گفت: نبود نماینده‌ای از استانی که مهد هندبال کشور است، توجیه ندارد. "مجتبی حیدرپور" در گفت‌وگو با فارس افزود: حدود ۱۰ سالی است که به صورت حرفه‌ای در رشته هندبال فعالیت دارم و در این مدت، ۶ قهرمانی در لیگ برتر، ۶ سال سابقه حضور در تیم ملی و سومی آسیا را در کارنامه دارم. وی افزود: خراسان رضوی به‌ویژه سبزوار همواره قطب هندبال کشور بوده است و حتی با این که چند سال است در لیگ برتر تیمی از استان حضور ندارد، سبزوار همچنان در زمینه هندبال جزو برترین‌های کشور است.

آغاز گودبرداری در ورزشگاه ثامن‌الائمه(ع)

رئوفی/ عملیات گودبرداری ورزشگاه ثامن الائمه(ع) مشهد برای کشت چمن جدید آغاز شد. به گزارش فارس، پس از کش‌وقوس فراوان در خصوص بازسازی ورزشگاه ثامن‌الائمه(ع) مشهد، بالاخره از پنج شنبه گذشته کار گودبرداری این ورزشگاه آغاز شد. این در شرایطی است که سازمان لیگ فوتبال ایران هم از سال گذشته برگزاری مسابقات فوتبال در این ورزشگاه را تا زمان بازسازی و رفع نواقص آن از جمله چمن ورزشگاه، اسکوربورد، سیستم سرمایشی و گرمایشی رختکن‌ها غیرممکن اعلام کرده بود. حالا با آغاز عملیات گودبرداری این ورزشگاه، تمامی بازی‌های تیم فوتبال پدیده خراسان از جمله بازی افتتاحیه لیگ هجدهم مقابل پرسپولیس در ورزشگاه امام رضا(ع) برگزار می‌شود.

پیشنهاد شهردار مشهد:

۲ تیم فوتبال مشهدی یکی شوند

رئوفی/ شهردار مشهد در اینستاگرام شخصی اش درباره وضعیت نماینده‌های فوتبال استان، گفت: برای رفع مشکلات مالی دو تیم فوتبال استان که به عنوان نماینده‌های لیگ برتر و لیگ دسته یک این شهر محسوب می‌شوند، بهتر است، این دو تیم در قالب یک تیم کارشان را دنبال کنند. "قاسم تقی‌زاده خامسی"، معتقد است اغلب کلان شهرها یک تیم مورد علاقه دارند که همه، اعم از هواداران، صنعتگران و بازرگانان شهرها ضمن هواداری از آن، حمایت مالی هم می‌کنند، اما نمی‌شود که شهر مشهد دو تیم داشته باشد که یکی در لیگ برتر و دیگری در لیگ یک حضور داشته باشند و به خاطر عدم حمایت جدی مالی، هر ۲ "زمینگیر" باشند. وی در این دیدار اعلام کرد: علاقه‌ای به تیمداری در شهرداری ندارم، چون با تغییر مدیریت‌ها تیم دچار افت و خیز می‌شود. ولی مشهد باید یک تیم موفق در لیگ برتر داشته باشد.

خراسان رضوی، نایب قهرمان دوچرخه سواری جوانان کشور شد

سرمربی: در پیست و جاده مدعی بودیم

رکابزن خراسانی: با دوچرخه قرضی رئیس هیئت، پرمدال‌ترین رکابزن استان شدم!

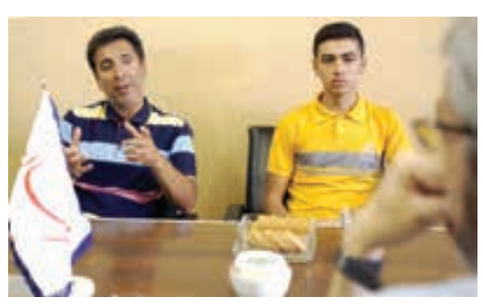
گفت و گو

بهروز

مسابقات دوچرخه سواری جوانان کشور که به مدت ۳ روز در مشهد جریان داشت، پنج شنبه گذشته به پایان رسید و در پایان این رقابت‌ها، تیم خراسان رضوی با درخشش دوچرخه سواران آینده‌دار و کسب ۹۶۲ امتیاز به مقام نایب قهرمانی کشور دست یافت و کرمان و یزد نیز بر سکوی اول و سوم ایستادند. روز گذشته به بهانه همین درخشش، میزبان سرمربی و همچنین پرمدال‌ترین رکابزن تیم جوانان استان بودیم که این ۲ گفت و گو با همین مقدمه تقدیم می‌شود.

توان اعزام همزمان ۳ تیم قوی در جوانان!

سرمربی تیم جوانان خراسان رضوی در مسابقات اخیر جوانان کشور، خود یکی از دوچرخه‌سواران قدیمی استان است. "محمد خدیوزاده" درباره پیشینه ورزشی اش به خبرنگار ما می‌گوید: متولد ۱۳۴۹ هستم و در خانواده‌ای ورزشی رشد کرده‌ام. پدر و نخستین مربی من (حسین خدیوزاده-قهرمان قدیمی استان) مشوق من و برادرم (حسن خدیوزاده) در این رشته بود و ما توانستیم در این رشته مقام‌های زیادی را در مسابقات استانی و کشوری کسب کنیم. من از سال ۶۳ قهرمان دوچرخه سواری نوجوانان و جوانان آموزشگاه‌های کشور بودم که در مقطعی به تیم ملی نوجوانان هم دعوت شدم که به دلیل محدودیت سنی یک هفته‌ای، در سال ۶۷ از اعزام به مسابقات برون مرزی بازماندم. قهرمانی مسابقات نیروهای مسلح کشور، قهرمان مسابقات جایزه بزرگ کشوری بسیج (۷۱ و ۷۲) قهرمان تور دوچرخه سواری "خرمشهر-تهران" مقام چهارم تور بین‌المللی کرمان (۷۲) و عناوین متعدد قهرمانی استان و... بخشی از سوابق من در این رشته است. سال ۷۳ دوچرخه سواری را کنار گذاشتم و ۱۵ سال سابقه مربیگری دارم. سال ۸۳ مدرک مربیگری درجه ۳ و سال ۸۶ نیز مدرک مربیگری درجه ۲ ملی را کسب کردم و طی این همه سال، عمدتا به دلیل برگزاری اندک دوره‌های مربیگری درجه یک و همچنین عدم اطلاع رسانی به موقع، هنوز موفق به دریافت مدرک درجه یک نشده‌ام. ۵ سالی است سرمربی تیم‌های جوانان و نوجوانان استان هستم و سابقه مربیگری تیم‌های: میثاق-آسمان آبی-جاینت-چرخ سبز-کلاسیک ایران و شهرداری طرقبه را دارم. وی با اشاره به حضور اغلب مدعیان ملی‌پوش در این رقابت‌ها خاطرنشان می‌کند: خوشبختانه با تلاش و همدلی همه مربیان زحمتکش خراسان رضوی، توانستیم با ترکیب: امیرحسین محمدی (یک طلا، یک نقره و یک برنز) معین سعید (یک مدال طلا و یک نقره) نیما کامکار (۲ مدال نقره) عرفان دمیرچی و محمدهادی اسحاقی نایب قهرمان کشور شویم. الان با پشتوانه سازی انجام شده، خراسان رضوی می‌تواند به صورت همزمان ۳ تیم قوی در رده جوانان به مسابقات کشوری اعزام کند و در مشهد و همین طور شهرستان نیشابور، مربیان توانمندی حضور دارند که هم در بخش پیست و هم در بخش جاده، دوچرخه سواران قدرتمند و مدعی را پرورش داده‌اند. این را هم بگویم که تیم اعزامی خراسان رضوی در مرحله اول رقابت‌های باشگاهی جوانان کشور نیز فروردین در تهران، مقام‌های بسیار خوبی را کسب کرد.


عکس: صادق ذباح

نقاط قوت و ضعف دوچرخه سواری استان

"محمد خدیوزاده" در ادامه تصریح می‌کند: مدیریت مناسب، همدلی و اتحاد جامعه دوچرخه سواری استان و همچنین میزبانی گرفتن از فدراسیون را عوامل موفقیت دوچرخه سواری استان می‌دانم، اما معتقد نیستم که نقطه ضعف نداریم. عمده نقطه ضعف ما مسائل و مشکلات مالی است و برای مثال من به عنوان سرمربی تیم استان هیچ دستمزدی از هیئت نمی‌گیرم و متاسفانه باشگاه‌های فعال در دوچرخه سواری استان نیز به تعهدات مالی خود در قبال مربیان عمل نمی‌کنند و روند سرمایه‌گذاری بخش خصوصی و دولتی در این رشته جذاب و مدال‌آور انگیزه بخش نیست. ما در همین مسابقات اخیر هم با کمی تدارک قوی‌تر می‌توانستیم روی سکوی قهرمانی قرار بگیریم اما همه این‌ها نباید باعث شود کارهای انجام شده در راس هیئت استان را نادیده انگاریم و در پایان هم دوست دارم از خدمات ۲ تن از مربیان خودم استادان: "جواد مهمان نواز" و زنده‌یاد "نعمت رشیدی" یاد کنم.

گفت‌وگو با پرمدال‌ترین رکابزن جوان

همان طور که در سطور گذشته اشاره شد، یک دوچرخه سوار جوان در این مسابقات با کسب یک طلا، یک نقره و یک برنز، برترین چهره تیم خراسان رضوی بود. "امیرحسین محمدی" در گفت‌وگو با خبرنگار ما در این باره می‌گوید: من در این مسابقات، در ماده "دور امتیازی" به مدال طلا دست یافتم. در ماده "تیم اسپرینت" نیز به مدال نقره رسیدم و در استقامت جاده نیز مدال برنز کشور را کسب کردم. وی می‌افزاید: متولد ۱۲ مهر ۱۳۸۰ و دانش آموز پایه ۱۱ رشته ریاضی دبیرستان شهید جباریان مشهد هستم. دو سال و نیم است که به صورت حرفه‌ای، دوچرخه سواری می‌کنم و عضو تیم "کلاسیک ایران" هستم. من و معین سعید، تنها ملی‌پوشان رده سنی جوانان از خراسان رضوی هستیم. خیلی خوشحالم که در مشهد، میزبان برترین دوچرخه سواران کشور بودیم و ان شاءا... روزی بتوانیم در کشور شاهد مسابقات "تور خراسان رضوی" هم باشیم. از پدر و مادرم و همچنین مدیر مدرسه جباریان (جناب یاسری) که با تشویق‌های شان در موفقیت‌هایم نقش داشتند، سپاسگزارم. الگوی من "کریس فروم" دوچرخه سوار انگلیسی فاتح "تور دوفرانس" و آرزویم قهرمانی در مسابقات آسیاست. این را هم بگویم که دوچرخه سواری، رشته پرهزینه‌ای است و من با قرض گرفتن دوچرخه شخصی رئیس هیئت (که ۲۰ میلیون تومان قیمت دارد) به ۳ مدال ارزشمند کشوری در این مسابقات رسیدم که از ایشان (مهدی روزبهانه) نیز سپاسگزارم.

عکس: ایسنا

از میان خبرها

ورزشی

۲ خرید جدید "پدیده"

رئوفی/ باشگاه پدیده با هدف تقویت تیم خود دو بازیکن جدید از لیگ یک را به خدمت گرفت.
به گزارش سایت رسمی این باشگاه، "امیر منصوریان"، مدافع چپ خونه بـه خونه بابـل و خیبر خرم‌آبـاد با عقد قرارداد ۲ ساله به پدیده خراسان پیوست.
همچنین "فرشاد هاشـمی" که سـابقه بازی در تیم‌های مشکی‌پوشـان، پرسـپولیس و نفت تهـران را در کارنامه دارد با عقد قرارداد ۲ ساله به باشـگاه پدیده پیوسـت. در خور ذکر است، تیم فوتبال پدیده پنج شنبه گذشته در دیداری دوسـتانه در زمین چمن منزل‌آباد به مصاف تیم "مهرام" مشهد رفت و با ۵ گل حریفش را شکست داد.

معرفی تیم‌های برتر بسـکتبال و هندبال دانش‌آموزان ابتدایی استان

پیروز- مسابقات بسکتبال و هندبال دانش‌آموزان مقطع ابتدایی استان با معرفی تیم‌های برتر پایان یافت.
به گزارش روابط عمومی معاونت تربیت بدنی و سلامت اداره کل آمـوزش و پرورش، رئیس هیئـت ورزش دانش آمـوزی اسـتان گفـت: در پایـان مسـابقات بسـکتبال (نکوداشت علیرضا قاسـمپور) تیم‌های آموزشگاه‌های خرازی سبزوار، گلستان ناحیه ۷ مشهد و آموزشگاه امام سجاد(ع) ناحیه ۵ مشهد و در پایان مسابقات هندبال نیز تیم آموزشگاه‌های واعظ شهیدی ناحیه ۷ مشهد، طیب ناحیه یک مشهد و رجایی تربت جام، اول تا سوم شدند.

اخبار

کوتاه

رئوفی/ محمد آقامیرابایی، دوچرخه سوار مازندرانی حامی مدافعان حرم با عبور از ۲۸ استان و پس از ۵۷ هزار کیلومتر رکاب زدن پنج شـنبه گذشـته به شهر سـتان مه ولات در خراسـان رضوی رسـید. * چهارمین مسابقات پاکت بیلیارد خراسان رضوی در رشته نایین بال جام شهید حسین بنی اردلان در مشـهد برگزار شد. علیرضا دوانلو رئیس هیئت بیلیارد و بولینگ خراسان رضوی در این باره گفت: در این مسابقات ۶۴ ورزشکار شرکت کردند که در پایان امیر علی بی همتا، مرتضی کامل و محسن مظلومی به ترتیب مقام‌های اول تا سوم را به دست آوردند.
تربت حیدریه، غضنفری/ مسابقات کشوری لیگ دسته یک امید فوتسال پسران برای اولین بار به میزبانی زاوه برگزار می‌شود.
سبزوار - کلاته/ سرپرست هیئت بسکتبال سبزوار از برگزاری مسابقات بسکتبال قهرمانی استان خراسان رضوی (جام شـهید خوشـبین) با حضور هشت تیم طی مرداد امسال در این شهرستان خبر داد.
گلبهار، ناسخ- جشنواره فرهنگی ورزشی فرزندان آفتاب به همت اداره کل بهزیسـتی و با حضور مدیران کشوری و برخی مسئولان شهرستان چناران در سالن خادم شهر گلبهار گشایش یافت.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۷/۴/۲۳]

معمای شطرنج

شنبه‌ها و سه شنبه‌ها

زمان پیشنهادی ۲۵ دقیقه — بسیار سخت

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

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

جهت حرکت مهره‌های سفید از پایین به بالا تعریف شده است.

معمای مجموع ارقام

شنبه‌ها و سه شنبه‌ها

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

قانون

خانه‌های 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 ستون‌ها با عدد سفید بالایش برابر شود.
۳) ارقامی که در هر تکه می‌نویسید تکراری نباشد.

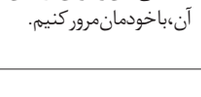
		۲۰	۲۴		۱۶	۲۵	
	۸ ۱۰			۱۶			
۱۱				۱۷ ۲۴			۱۲
۳۰					۴ ۲۹		
۱۲			۲۹ ۱۱				
	۱۱	۲۳ ۱۶				۱۰	۴
۱۱				۲۰			
۲۱				۱۰			

برای راهنمایی، «معمای مجموع ارقام» را در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی جست‌وجو کنید.

«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 برمی‌گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی‌ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب‌شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی‌های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می‌برد. به همین دلیل محققان از این قبیل سرگرمی‌ها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی آلزایمر» یاد می‌کنند.

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 تکه‌ای نباشد.
* هرگز حدس نزنیم! بلکه قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی‌مان را برای نوشتن آن، با خودمان مرور کنیم.
* ابتدا سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده باشد.
* از حل تکه‌هایی که فقط ۲ یا ۳ خانه دارند، آغاز کنیم.
* ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کم‌رنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه‌ها 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	۱و۲
۴	۲	۱و۳
۱۶	۲	۷و۹
۱۷	۲	۸و۹
۶	۳	۱و۲و۳
۷	۳	۱و۲و۴
۲۳	۳	۶و۸و۹
۲۴	۳	۷و۸و۹
۱۰	۴	۱و۲و۳و۴
۱۱	۴	۱و۲و۳و۵
۲۹	۴	۵و۷و۸و۹
۳۰	۴	۶و۷و۸و۹

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

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

قانون:

پاسخ‌ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش‌دار 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 سوال‌ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

۱-(۷ حرفی) از جمله علایم بیماری‌های قلبی، می‌توان به احساس درد، فشار و سنگینی روی قفسه سینه هنگام..... اشاره کرد.
۲-(۵ حرفی) روغن حیوانی کلسترول بد خون را کاهش می‌دهد، به هضم غذا کمک می‌کند و..... را زیاد می‌کند.
۳-(۴ حرفی) روغن حیوانی دارای طعم و عطر طبیعی است و به پاک‌سازی..... های انسان کمک می‌کند.
۴-(۴ حرفی) سرشت و خمیره
۵-(۵ حرفی) تندخویی
۶-(۴ حرفی) پل و محله‌ای در تهران
۷-(۳ حرفی) خون بها
۸-(۵ حرفی) تعریق غیرمعمول، تغییر حال عمومی و..... زودرس، همگی از جمله نشانه‌های آغاز سکته‌های قلبی به شمار می‌رود.
۹-(۳ حرفی) اکسیژن درمانی موجب بهبود رسیدن اکسیژن به مغز و عملکرد عصبی-عروقی در بیماران مبتلا به بیماری مزمن انسداد..... می‌شود.
۱۰-(۳ حرفی) روغن حیوانی سرشار از ویتامین‌های محلول در چربی و غنی از آنتی اکسیدان است و به طور مستقیم توسط این عضو بدن جذب و به انرژی تبدیل می‌شود.
۱۱-(۳ حرفی) روغن حیوانی به کنترل..... کمک می‌کند، باعث تقویت سیستم گوارش و ایمنی می‌شود.
۱۲-(۴ حرفی) فرصت و فرجه
۱۳-(۳ حرفی) بدنه
۱۴-(۳ حرفی) برای فریز کردن سبزی‌ها، ابتدا سبزی را به خوبی بشویید و با چاقوی..... آن را به اندازه دلخواه خرد کنید.
۱۵-(۴ حرفی) توصیه شده است که..... دقیقه قبل از خروج از منزل ضدآفتاب به پوست‌مان بزنیم نه به محض خروج از منزل!
۱۶-(۵ حرفی) بخشیدن گناه
۱۷-(۷ حرفی) مصرف..... و چربی احتمال حملات قلبی را می‌افزاید. حملات آقایان از ۴۰ سالگی به بالا و در خانم‌ها پس از یائسگی بیشتر است.
۱۸-(۳ حرفی) در حصار کردن
۱۹-(۶ حرفی) ظالم
۲۰-(۹ حرفی) خسوف
۲۱-(۳ حرفی) طایفه و قبیله
۲۲-(۵ حرفی) چاق خودمانی
۲۳-(۳ حرفی) خیال راحت را می‌گویند

سودوکو

هر روز

قانون:

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های 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

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

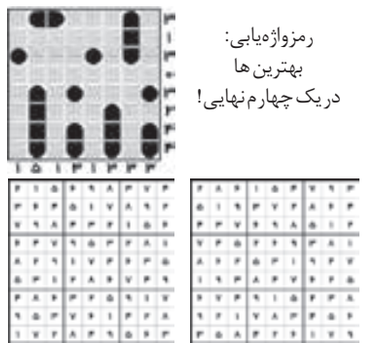
زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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

پاسخ‌ها

این واقعه چندان هم عجیب نیست! چون دکتر این بخش که برای معاینه آمده است، مادر اوست!

رمزواژه‌یابی: بهترین‌ها در یک چهارم نهایی!