روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان رضوی
دوشنبه ۲۱ آبان ۱۳۹۷ . شماره ۳۹۹۰
Mon.Nov.12.2018. No.3990
خراسان رضوی

تیم ملی وزنه برداری ایران، عصر دیروز وارد مشهد شد

روایت پولادمردان ملی پوش از مسابقات جهانی

رئیس فدراسیون: امیدواریم با حمایت مدیرکل جدید ورزش، ساختار بهتری برای این رشته فراهم شود

رضا میرزاده- اعضای تیم ملی وزنه برداری ایران که به تازگی در مسابقات قهرمانی جهان در ترکمنستان، موفق به کسب عنوان دوم در مجموع مدال ها و عنوان سوم در کسب امتیاز شدند، عصر دیروز وارد مشهد شدند. در مراسم استقبال از ورزشکاران و اعضای کادر فنی این تیم با حضور مدیرکل ورزش و معاونان وی، مدیر تربیت بدنی شهرداری مشهد و جمعی از اعضای هیئت وزنه برداری استان در "هتل ارس" مشهد، با تعدادی از این پولادمردان افتخارآفرین به گفت و گو نشستیم که گزیده ای از آن، امروز تقدیم می شود:

***سهراب مرادی (وزنه بردار دسته ۹۶ کیلوگرم که سه مدال طلا کسب کرد)**: خدا را شکر می کنم که توانستم مقام نخست این مسابقات را کسب کنم و تیم ما نیز رتبه سوم تیمی را به خود اختصاص داد. همه تیم ها با آن چه در توان داشتند، به میدان آمده بودند ما نیز توانستیم حضور قدرتمندی داشته باشیم و با دعای خیر مردم، با دست پر برگشتیم.

***علی هاشمی (وزنه بردار دسته ۱۰۲ کیلوگرم که یک طلا، یک نقره و یک برنز کسب کرد)**: رقابت های این دوره از سطح بسیار بالایی برخوردار بود و ۷۰۰ وزنه بردار در این رقابت ها حضور داشتند که بی سابقه بود. *رقیبان خوبی داشتیم که توانستیم با کمک خدا و دعای خیر مردم به موفقیت برسیم. *برای من کسب طلای مجموع مهم بود و از سوی دیگر آسیب دیدگی هم داشتم. البته واقعا دوست داشتم "رضا بیرالوند" که هم وزن من بود نیز به مدال طلا برسد و در مجموع نتوانستم وزنه آخر را در حرکت ۲ ضرب بالای سر ببرم، اما طلای مجموع به من رسید.

***رضا بیرالوند (وزنه بردار دسته ۱۰۲ کیلوگرم که یک طلا و یک برنز کسب کرد)**: مسابقات بسیار خوبی بود و من نخستین بار بود که در مسابقات جهانی شرکت می کردم. *سال گذشته در رده سنی جوانان بودم و امسال در مسابقات بزرگسالان وزنه زدم. *مسابقات از سطح بالایی برخوردار بود. ولی توانستیم در رده تیمی و انفرادی نتایج بسیار خوبی کسب کنیم.

***علی اکبر خورشیدی (مربی تیم ملی)**: سال گذشته، ۹ کشور از شرکت در مسابقات محروم بودند که امسال با تمام قوا به میدان آمدند. *ما سال گذشته قهرمان جهان شده بودیم و خیلی ها تصور می کردند که امسال نتوانیم روی سکو باشیم که خوشبختانه با فداکاری ورزشکاران و انسجام خوب کادر فنی، تیم ما مقتدرانه و با دو ورزشکار کمتر، توانست در مجموع امتیازات، به مقام سوم و از لحاظ کسب مدال، به مقام دوم دست یابد. *فدراسیون مقرراتی دارد و بر این اساس، باید دو ماه پیش از رقابت ها، ورزشکاران را معرفی می کردیم. با توجه به این که "بهداد سلیمی" از حضور در رقابت ها

عکس: میرزاده

خداحافظی کرده و "کیانوش رستمی" و "سعید علی حسینی" نیز به تازگی در بازی های آسیایی حضور یافته بودند، به دلیل شرایط جسمانی، در رقابت های جهانی حاضر نشدند. علاوه بر این، ما نمی توانستیم فهرست افراد اعزامی را تغییر دهیم و افراد جایگزین را معرفی کنیم و اگر این امکان وجود داشت، قطعا مدال بیشتری کسب می کردیم *از هشت نفر اعضای تیم، پنج نفر برای نخستین بار پیراهن تیم ملی را برای مسابقات جهانی بزرگسالان به تن کردند و جوانان پرتلاش و جویای نام ما در این مسابقات، عملکرد خوبی داشتند.

***علی مرادی (رئیس فدراسیون)**: سال گذشته، در آمریکا، قهرمان بزرگسالان جهان شدیم. اما امسال، ۹ کشوری که سال گذشته از شرکت در مسابقات محروم شده بودند، با تمام قوا در مسابقات حاضر شدند. *تعدادی از قهرمانان ما بنا به دلایلی نتوانستند در این رقابت ها حضور یابند و ما از تیم سال گذشته، فقط دو نفر را در اختیار داشتیم و شش نفر دیگر نفرات جدیدتر، جوان تر و افراد ذخیره تیم بودند. *کسب این نتایج، پاداش اعتماد هر چه بیشتر به جوان تر ها بود و جوان تر ها فعل «خواستن» را صرف کردند و توانمندی های خود را در سطح جهانی به خوبی به نمایش گذاشتند. *با وجود دو ورزشکار کمتر، توانستیم به مقام سوم دنیا برسیم که نشان می دهد وزنه برداری ما، امروز از قدرت های برتر جهان است. *تعداد زیادی از کشورها درخواست برگزاری اردوهای مشترک با ما را دارند و هفته آینده با ورزشکاران کلمبیا، اردوی مشترکی در ایران خواهیم داشت. *از رئیس کمیته ملی المپیک، وزیر ورزش و به خصوص رسانه ها که قبل، در زمان برگزاری و حتی بعد از مسابقات، در انعکاس رویدادها و قهرمانی های تیم ملی کوشا بودند، قدردانی می کنم. *کادر فنی از کارایی بسیار خوبی برخوردار بود و من هوشمندی آن ها را تحسین می کنم. *آن ها در طراحی، تمرین و تاکتیک پشت صحنه بسیار قدرتمند ظاهر شدند. *خراسان رضوی از استعدادهای خوبی در این رشته برخوردار است و امیدواریم با حمایت مدیرکل جدید ورزش و جوانان استان، انتخابات مجمع استان به زودی برگزار و ساختار بهتری برای این رشته در استان فراهم شود و ورزشکاران استان در رده های مختلف سنی تیم ملی حضور یابند. *در وزنه برداری بانوان، خراسان رضوی فعالیت های بسیار خوبی داشته است و ما نیز از این فعالیت ها پشتیبانی می کنیم. *شش ورزشکار استان در رده های مختلف سنی در تیم ملی حضور داشته اند و دو نفر از بزرگسالان استان نیز اکنون در تمرینات تیم ملی حضور دارند.

رئیس هیئت ورزش بیماران خاص و پیوند اعضای استان در نشست خبری:

شاید خطمان خوب نیست که بی جواب مانده ایم!

عکس: مریم دهقانی

بهروز- نشست خبری هیئت ورزش بیماران خاص و پیوند اعضای استان روز گذشته با حضور رئیس، دبیر، نایب رئیس و مدیر روابط عمومی این هیئت برگزار شد و مسئولان این هیئت پاسخ گوی سوالات اهالی رسانه بودند که گلچین مهم ترین فرازهای خبری این نشست امروز تقدیم می شود. حجت ا... اسدی (رئیس هیئت): از مرداد گذشته سکان هدایت این هیئت را به دست گرفته ام که سرفصل مهم ترین اقدامات هیئت عبارت انداز: اعزام ورزشکاران پیوند اعضا به مسابقات کشوری و کسب سه مدال طلا، پنج نقره و یک برنز، دعوت دیگر ورزشکاران به اردوهای ملی: رضا قدرتی و وحید جعفری (فوتبال) اشرف مرادی، مهدیه کارگران و علیرضا بیگیمندی (رشته پتانک) عفت راشدی (اسکواش) مرضیه شریف نسب، علی زارعی و حسن تاتاری (تنیس روی میز) اشرف مرادی، علیرضا بیگیمندی (دارت) و... انتصاب روسای هیئت های زیرمجموعه در گناباد، مه ولات و بجستان، اعزام ورزشکاران تالاسمی به مسابقات کشوری و کسب یک مدال طلا و سه برنز و برگزاری جشنواره ورزشی و برگزاری تمرینات در رشته های فعال بخش پیوند اعضا (دوومیدانی، شنا، دوچرخه سواری، تنیس روی میز، بدمینتون، بولینگ، فوتبال، اسکواش، پتانک، دارت، تنیس، تیراندازی) همودیالیز و هموفیلی (دارت و شطرنج) دیابت (تیراندازی، دارت، شطرنج، تنیس روی میز و شنا) تالاسمی (تیراندازی، شنا، پتانک، بدمینتون، تنیس روی میز، شطرنج، دارت) ام.اس (دارت، شطرنج، پتانک، تنیس روی میز) *متاسفانه بسیاری از بیماران خاص و پیوند اعضا هنوز از ارائه خدمات ورزشی رایگان توسط هیئت بی خبرند که این نشست خبری بهانه خوبی برای دعوت آن ها به ورزش است. *مهم ترین چالش های این هیئت، نداشتن درآمد و سالن اختصاصی است که با توجه به فقر اقتصادی اکثریت جامعه هدف ما، مشکل بسیار بزرگی است که برای رفع آن نامه نگاری های زیادی با مسئولان مختلف شهری و استانی صورت گرفته که متاسفانه همه درخواست هایمان «بی جواب» مانده است و شاید هم چون خطمان، خوب نیست، مسئولان به نامه هایمان جواب نمی دهند. *متاسفانه به دلایل مختلف، ضعف آماری در جامعه هدف داریم، اما برآوردمان از طرق مختلف ۳۲۰۰ ورزشکار پیوند اعضا، ۷۹۵ ورزشکار تالاسمی، حدود ۱۲۰۰ ورزشکار هموفیلی، ۴۸۰۰ ورزشکار ام.اس، ۴۲۰۰ ورزشکار همودیالیز و حدود ۱۵۰ هزار ورزشکار دیابتی است که البته این آمار دقیق نیست. *خواستار حمایت از سوی استانداری، شهرداری و شورای شهر، اداره کل بهزیستی و خیران استان هستیم. *اختصاص دو سالن در دو نقطه شهر توسط شهرداری مشهد، لطف بزرگی به ورزشکاران با استعداد و مظلوم این هیئت است که منتظر تحقق آن هستیم. *توقع زیادی از مسئولان نداریم و باید بگوییم اداره کل ورزش و فدراسیون با وجود تنگناهای مالی، کمک های حداقلی داشته اند و دانشگاه علوم پزشکی مشهد، اداره اوقاف و هیئت ورزش های جانبازان و معلولان نیز وعده هایی برای همراهی داده اند. *رسانه ها بازوی توانمند ورزشکاران ما هستند و از آن ها متشکریم. *به دلیل آمار بالای ورزشکاران دیابتی، ۲۳ آبان، همایش بزرگ ورزشکاران دیابتی در مشهد برگزار می شود.

مرضیه جلال (نایب رئیس هیئت): ورزش، تاثیر جادویی بر سلامت جسمانی ورزشکاران ما دارد و بیمارانی که ورزش می کنند، کمتر به دارو نیاز دارند. *حدود ۶۰ درصد ورزشکاران ما را بانوان و بقیه را آقایان تشکیل می دهند.

سمندری (مدیر روابط عمومی هیئت): *برخی از پراکندگی ها و مشکلات آماری ما از این مشکل ریشه می گیرد که بسیاری از ورزشکاران ما (به دلیل ترس از بازخورد منفی احتمالی جامعه و اطرافیان) تمایل ندارند خود را معرفی کنند.

در حاشیه:
مدیر روابط عمومی اداره کل ورزش (سروش پورآزاد) در ابتدای نشست گفت: متاسفانه وقفه ای دو ماهه در نشست های خبری هیئت ها پیش آمد که از این پس دیگر شاهد آن نخواهیم بود. *چکیده ای از فعالیت های هیئت به صورت مکتوب در اختیار خبرنگاران قرار گرفت که با استقبال آن ها همراه بود.

پاسخ صحیح هر سرگرمی، یک شانس قرعه کشی
قرعه کشی و اسامی برندگان، شنبه هر هفته
لذت سرگرمی + جوایز نقدی و غیرنقدی هفتگی
خط اختصاصی پاسخ ها و نظرات: ۳۰۰۰۷۲۲۵۲
اطلاعات بیشتر در وب سایت 1sargarmi.ir

بخش سرگرمی روزنامه خراسان گام به گام با شماست

اتصال جُفت ها

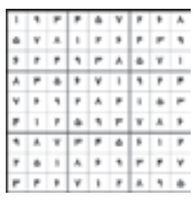
با خطی به اندازه همان اعداد

● محمدمهدی رنجبر

شما می توانید از کمک هایی که در روزنامه و وب سایت برای برخی از سرگرمی های نقش یاب درج می شود، استفاده کنید تا راحت تر به پاسخ برسید.
مثلا به همین نقش یاب جفت که امروز و تمام دوشنبه ها منتشر می شود دقت کنید. ما به عنوان راهنمایی، تعدادی از خطوط رنگی را که جفت ها را به هم متصل می کند رسم کرده ایم. برخی از این خطوط بلندتر هستند که جُفت عددهای بزرگ تر را به هم متصل کرده اند و برخی از این خطوط، کوتاه تر هستند که اعداد کوچک تر را به هم وصل کرده اند.
طبق قوانین این سرگرمی، اعداد کوچک تر، جفت هایی دارند که خیلی نزدیک شان است مثلا هر کجا که عدد ۲ می بینید باید در یکی از همسایه های بالا، پایین، چپ یا راستش هم یک عدد ۲ دیگر داشته باشید که فاصله این اعداد ۲، با یکدیگر فقط ۲ خانه باشد.
یکی از قوانین این سرگرمی می گوید: خطوط ارتباطی جفت ها نمی توانند یکدیگر را قطع کنند. این قانون خودش یکی از بزرگ ترین کمک ها برای حل کردن این سرگرمی است. مثلا اگر به گوشه پایین-راست همین سرگرمی امروز دقت کنید متوجه می شوید که با توجه به خط صحیح قرمز رنگی که ما برای اتصال دو عدد ۱۵ رسم کردیم، فقط یک مسیر برای اتصال دو رقم ۳ سیاه رنگ باقی مانده است.
اگر برای حل کردن این سرگرمی، راهنمایی های منتشر شده کافی نبود و به کمک های بیشتری نیاز داشتید، به بخش «راهنما» در وب سایت سری بزنید یا شکلک صورتی رنگ بالای نقش یاب را با برنامه بارکدخوان تلفن همراه تان اسکن کنید تا مستقیم به صفحه «راهنما» بروید و بعضی از خطوط دیگر را هم ببینید.

موفق و پیروز باشید و حرفه ای

پاسخ مسابقه های قبل



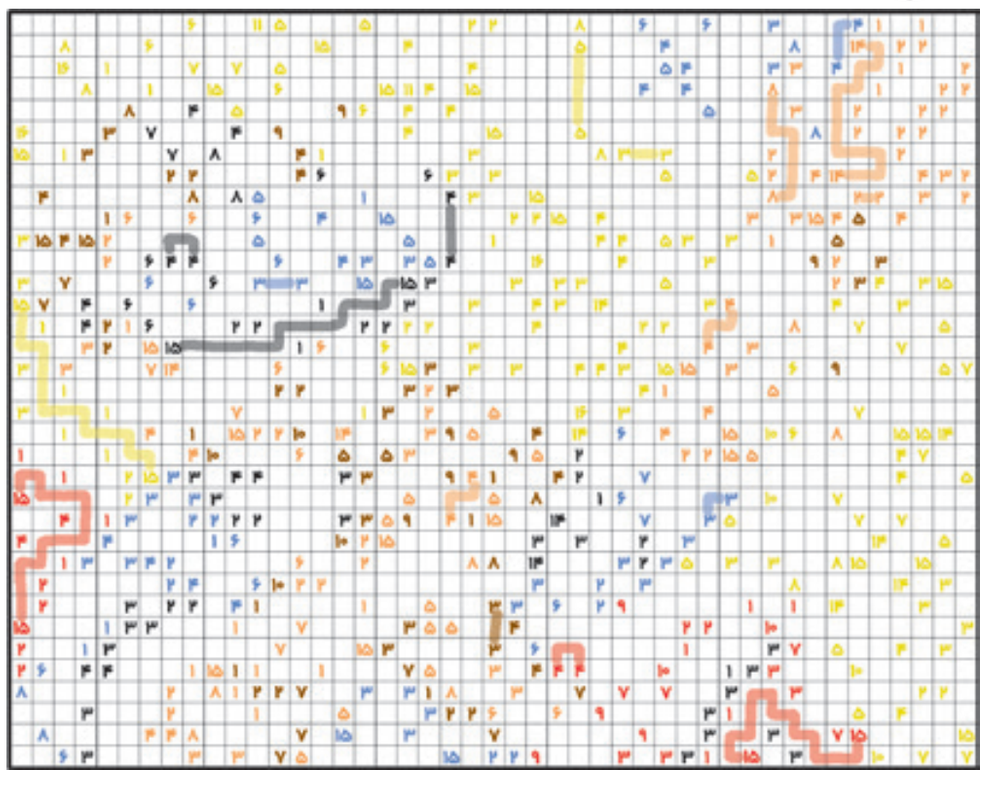
ساده
۴۰ دقیقه

برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، دوتا از اجزای تصویر این معما را در متن پیامک تان نام ببرید.

نقش یاب جُفت

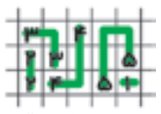
دوشنبه ها

با اتصال جفت عددهایی که به اندازه عددشان از هم فاصله دارند، خانه ها را پُر کنید و تصویر پنهان شده را کشف کنید. اگر کمک بیشتر لازم داشتید، این نشانه را با گوشی تلفن همراه تان اسکن کنید یا به بخش «راهنما» در 1sargarmi.ir وارد شوید.



قوانین:

۱ هر عدد در این معما یک «جفت» هم رنگ دارد که به اندازه همان تعداد خانه از آن فاصله دارد. باید جفت هر عدد را پیدا کنیم و با خط به آن متصل کنیم. طبیعتا اعداد ۱ در این صفحه جفتی ندارند و به عدد دیگری وصل نمی شوند.


درست

۲ خطوطی که برای ارتباط جفت ها می کشیم، باید افقی، عمودی یا ترکیبی از خطوط افقی و عمودی باشند. پس رسم هر نوع خطوط مورب برای اتصال شماره ها مجاز نیست.

نادرست

۳ خطوط ارتباطی اجازه ندارند یکدیگر را قطع کنند یا از داخل خانه های شماره دار بگذرند.

نادرست

۴ وقتی تمام اعداد معما به طور صحیح به جفت هایشان وصل شدند، خانه های خط دار و عدددار را با رنگ خودشان پُر می کنیم تا تصویر نهفته را ببینیم.

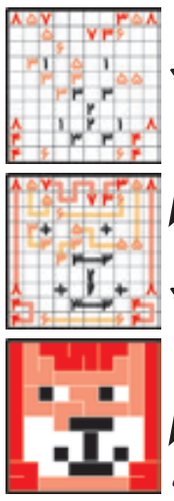
پیشنهاد می شود که:

۱ اول خانه هایی را که ۱ دارند پر کنید. بعد اتصال جفت هایی را شروع کنید که فقط از یک مسیر می توانند به هم وصل شوند و مسیر دومی ندارند.

۲ جفت هایی را که فکر می کنید باید به هم وصل شوند ولی مسیر دقیق خط ارتباطی شان را نمی دانید، موقتا با خط منحنی کم رنگ وصل کنید تا بدانید که کدام اعداد جفت یکدیگرند.

۳ فقط در صورتی که مطمئن شدید راه دیگری برای اتصال دو عدد وجود ندارد، آن ها را با خطوط پُررنگ به هم وصل کنید. حدس زدن در این معما کار را خراب تر می کند!

۴ برای درک بهتر قوانین، به «نمونه کوچک حل شده» توجه کنید و دلیل اتصال جفت ها را بررسی کنید.


نمونه کوچک حل شده

سودوکو

هر روز

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

بسیار ساده
۱۰ دقیقه

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

متوسط
۳۰ دقیقه

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

بسیار سخت
۵۰ دقیقه

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

برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، ارقام سطرهای اول و دوم و سوم از هر سودوکوی حل شده را به ترتیب از خانه بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۲۷ رقمی (بدون فاصله، اینتر یا کاراکتر دیگری) پیامک کنید.

حرفه ای ها مدعیان سودوکو درجه دشواری هر سودوکو+ زمان حل شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰