مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی:

ورزشکاران شاخصی در المپیک ۲۰۲۰ خواهیم داشت

مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی گفت: قطعا خراسان رضوی در المپیک ۲۰۲۰ ورزشکاران شاخصی را معرفی می کند. فرزاد فتاحی در مراسم افتتاحیه مسابقات فوتسال دستگاه‌های اجرایی کشور در مشهد با اشاره به کسب رتبه دوم استعداد های برتر با ۱۲۲ مدال و همچنین کسب مدال های زیادی در مسابقات پارا آسیایی خاطر نشان کرد: قطعا خراسان رضوی در المپیک ۲۰۲۰ ورزشکاران شاخصی خواهد داشت. وی درباره برگزاری مسابقات فوتسال دستگاه های اجرایی کشور افزود: این دوره از مسابقات به همت معاونت توسعه ورزش همگانی وزارت ورزش در رشته های مختلف در کشور در حال برگزاری است. در این دوره از مسابقات ۳۴۵ ورزشکار از سراسر کشور، در سالن شهید بهشتی مشهد با یکدیگر به رقابت خواهند پرداخت. فتاحی تصریح کرد: سعی و تلاش ما بر این است که شرایط خوبی را برای ورزشکاران در این دوره از مسابقات فراهم کنیم، همچنین شرایط اسکان و تغذیه ورزشکاران به خوبی مهیا شده است. وی در خصوص بحث زیر ساخت ها در استان گفت: هفته آینده دو پروژه با حضور معاون وزیر ورزش و جوانان افتتاح می شود همچنین طبق تفاهم نامه با وزیر ورزش سال آینده ۱۰۰ زمین چمن در استان احداث خواهد شد. مدیر کل اداره ورزش و جوانان خراسان رضوی بیان کرد: با توجه به این که خراسان رضوی در ورزش های همگانی رتبه نخست کشور را در اختیار دارد، هدف گذاری ما برای همه هیئت ها قرار گرفتن در بین سه استان برتر بوده است.

مسئول برگزاری مسابقات فوتسال کارکنان مرد دستگاه های اجرایی کشور گفت: این رقابت ها با حضور ۳۱ تیم از دیروز در مشهد آغاز شد. مرحله مقدماتی مسابقات به مدت چهار روز و مرحله نهایی آن نیز پس از بازگشت تیم های حذف شده طی سه روز برگزار می شود. محسن قهرمانی افزود: هریک از تیم های حاضر در این مسابقات که عنوان قهرمان مسابقات فوتسال کارکنان استان های خود را در اختیار دارند شامل ۱۲ بازیکن، یک سرپرست و یک مربی هستند. وی اظهار کرد: مسابقات از دیروز در سالن ورزشی شهید بهشتی مشهد آغاز شد.

مسابقات ورزشی بین افراد بهبود یافته در فضای صمیمی برگزار شد

شور ورزشی برای زندگی دوباره

اعتیاد؛ واژه آشنا اما تلخی است که معمولا با شنیدن آن به یاد هزاران انسان اسیر در بند مواد مخدر و خانواده های آسیب دیده آن ها از این پدیده خانمان سوز می افتیم. ورزش دشمن اعتیاد و شاید داروی گمشده ای است که در نسخه های برخی مراکز ترک اعتیاد کمتر به آن توجه می شود. اما چند سالی است با تصویب قانون مبارزه با مواد مخدر و به خصوص تشکیل مراکزی با عنوان ماده ۱۶ همین قانون، شاهد بازگشت بسیاری از معتادان به آغوش گرم خانواده و جامعه با توجه ویژه به فعالیت های ورزشی هستیم. در پی همین مسئله افراد بهبود یافته زیر مجموعه مرکز نگهداری، درمان و کاهش آسیب های اجتماعی در رشته های فوتسال، والیبال، تنیس روی میز و فوتبال دستی طی ایام دهه فجر در فضایی صمیمی و هیجانی به رقابت پرداختند که اختتامیه این برنامه فرهنگی ورزشی صبح دیروز با تجلیل از برگزیدگان این مسابقات در فرهنگ سرای قرآن و عترت برگزار شد. وقتی وارد این جشن فرهنگی ورزشی شدیم، با صدها نفر از بهبود یافتگان اعتیاد به مواد مخدر مواجه شدیم که در نشاط و انرژی چیزی از دیگران کم نداشتند. چهره های شادابی که حالا به لطف ورزش و درمان انگیزه حضور در مسابقات ورزشی استانی و کشور را کسب کرده اند و آماده رقابت با کسانی هستند که یک روز هم در چنگ اعتیاد نبوده اند.

● امید به زندگی با ورزش

مجری، جوان ۲۱ ساله ای را فرا می خواند که اسمش مهدی است و می خواهد شادی پاک شدن خود را با دوستانش به اشتراک بگذارد. مهدی پشت تریبون قرار می گیرد و با بغضی که در گلو دارد از روزهای سختی می گوید که مدت زیادی از آن نگذشته: «چهار ماه پیش در شرایطی به مرکز آمدم که نفسم بالا نمی آمد و می خواهد شادی پاک شدن خود را با دوستانش به اشتراک بگذارد. مهدی پشت تریبون قرار می گیرد و با بغضی که در گلو دارد از روزهای سختی می گوید که مدت زیادی از آن نگذشته: «چهار ماه پیش در شرایطی به مرکز آمدم که نفسم بالا نمی آمد و قدرت فکر کردن نداشتم. کارم به جایی رسیده بود که مرگ خودم را از خدا طلب می کردم و دیگر حاضر نبودم عذاب و سختی اعتیاد را تحمل کنم. اما حالا با ورزش کردن روحیه ای مضاعف گرفته ام.» وی ترجیح می دهد بیشتر از حال امروز خود سخن بگوید و گذشته را در گذشته رها کند: «اگر امروز نفس می کشم و روی پای خودم ایستاده ام، به لطف کسانی است که در این مرکز امید به زندگی را به من یاد دادند و امروز دیگر بدون هیچ مواد مخدری زندگی می کنم. به خصوص برنامه های ورزشی خیلی در روحیه ما تاثیر گذار است.» سراغ جوان دیگری می رویم که ۳۳ ساله است و یک بار زندگی مشترک خود را به خاطر اعتیاد از دست داده اما امروز یک قهرمان ورزشی است و از تولد فرزندش در زندگی جدیدی که پس از ترک اعتیاد شکل داده، خوشحال است. علی می گوید: «مسابقات ورزشی مختلفی مانند جام رمضان و جام دهه فجر که طی سال در کنار برنامه های فرهنگی و مذهبی برگزار می شود، باعث شده افرادی که به دلیل بلد نبودن زندگی گرفتار اعتیاد شده اند، سر و سامان پیدا کنند.» او ادامه می دهد: «یکی از اهداف مسابقات ورزشی در این مراکز، محک خوردن بهبودیافتگان برای شرکت در مسابقات استانی و کشوری است.» مدیر روابط عمومی مرکز نگهداری، درمان و کاهش آسیب های اجتماعی درباره برگزاری این مسابقات می گوید: «با توجه به تجربه ای که در جام رمضان در زمینه نگهداری معتادان و کاهش آسیب ها داشتیم، به فکر برگزاری مسابقات ورزشی در دهه مبارک فجر افتادیم تا این افراد نیز در کنار دیگران شاد باشند.» مشکانی می افزاید: «بهبودیافتگان در رشته های فوتسال، فوتبال دستی، والیبال و پینگ پنگ با یکدیگر به رقابت پرداختند و مسابقات به صورت فشرده برگزار شد.»

اخبار

ورزش

بوکسور خراسانی:

بوکس در هیئت قبل افت شدیدی داشت

ملی پوش خراسانی بوکس کشورمان درباره وضعیت این رشته در استان گفت: بوکس خراسان رضوی افت شدیدی در زمان مدیریت قبلی هیئت داشت. نه تنها حمایتی از قهرمانان نمی شد، بلکه علیه آن ها نیز عمل می شد. شوریان در گفت و گو با ایسنا افزود: حدود دو سال به خاطر مشکلات خانوادگی و فوت خواهرم، نتوانستم در مسابقات کشوری شرکت کنم و به همین دلیل با هیئت به مشکل خوردم. در سال بعد هم با حضور من در مسابقات مخالفت کردند، اما با رایزنی های فدراسیون توانستم در سال ۹۴ در مسابقات انتخابی تیم ملی و در وزن ۹۱ کیلوگرم شرکت کنم و در نهایت طلا گرفتم که رزومه خوبی برای هیئت بوکس استان محسوب می شد. در سال های ۹۵ و ۹۶ برای مسابقات قهرمانی کشوری دو بار اعلام حضور کردم، اما هر بار اجازه مسابقه به من ندادند که ضرر چنین تصمیمی هم به من برمی گردد و هم به هیئت بوکس استان. وی اضافه کرد: گاهی افراد برتر در مسابقات قهرمانی استان که مبارزات خوبی هم می کردند در زمان اعزام تیم خط می خوردند و افراد دیگری اعزام می شدند. زیرا مسائلی در پشت پرده در جریان بود. نتیجه این پارتی بازی و زدوبندها افت رتبه و جایگاه بوکس استان خراسان رضوی بود.

۳ خراسانی در اردوی تیم ملی فوتسال

اردوی آماده سازی تیم ملی فوتسال جوانان کشورمان از دیروز در سالن مرکز ملی فوتبال زیر نظر حمید شاندیزی مربی مشهدی آغاز شد که در این اردو سه فوتسالیست خراسانی نیز حضور دارند. نهمین اردوی آماده سازی تیم ملی فوتسال زیر ۲۰ سال کشورمان با حضور ۲۱ بازیکن تا ۲۶ بهمن ماه در مرکز ملی فوتبال دنبال می شود. در این اردو از خراسان رضوی، سجاد سرباز، سجاد عادلی پور و مهدی دهقان نژاد حضور دارند. اردوی فوق به منظور آمادگی بازیکنان برای شرکت در مرحله نهایی رقابت های فوتسال قهرمانی زیر ۲۰ سال آسیا برگزار خواهد شد.

محرومیت گل محمدی روی نیمکت

کمیته مسابقات اسامی محرومان هفته هجدهم لیگ برتر را اعلام کرد که تیم فوتبال پدیده شهر خودرو امروز در مقابل تیم صنعت نفت آبادان باید بدون حضور یحیی گل محمدی به میدان برود. این دیدار از ساعت ۱۷:۳۰ در شهر آبادان برگزار می شود و قضاوت آن بر عهده محمد حسین ترابیان است. تیم پدیده شهر خودرو در بازی قبلی مقابل استقلال خوزستان به برتری یک بر صفر رسید و الان با ۳۴ امتیاز پس از سپاهان و پرسپولیس در رده سوم قرار دارد. همچنین تیم صنعت نفت آبادان نیز با ۱۷ امتیاز در رده یازدهم جدول قرار دارد. دیدار دو تیم در دور رفت با نتیجه یک بر صفر به نفع تیم پدیده برگزار شد.

از میان خبرها

ورزش

سریع ترین مرد ایران در کمپ پاریس

سریع ترین مرد ایران تمرینات آماده سازی خود را زیر نظر مربی فرانسوی اش در پاریس شروع کرد. حسن تفتیان، ملی پوش خراسانی با هدف آمادگی برای حضور در رقابت های آسیایی پیش رو، تمرینات خود را زیر نظر «گای اونتنون»، مربی فرانسوی خود در شهر پاریس آغاز کرد. اردوی تدارکاتی دونده سرعت ایران با همکاری اداره کل ورزش استان برپا شد و به همین منظور، مجید کیهانی، رئیس فدراسیون دوومیدانی از این اداره کل تقدیر و تشکر کرد. کمپ رکورددار دوی ۱۰۰ متر ایران در شرایطی برای چندمین سال متوالی در پاریس برپا شده که در سال های اخیر تفتیان با وجود حضور در کمپ های خارجی و تمرین زیر نظر مربی فرانسوی خود نتوانسته به نتایج دلخواه دست پیدا کند. حتی در بازی های آسیایی ۲۰۱۸ که همگان انتظار کسب مدال از این دونده داشتند، دست او از مدال کوتاه ماند.

سرمربی تیم هندبال سربداران:

شرایط سختی مقابل ذوب آهن داریم

کلاته- سرمربی تیم هندبال سربداران سبزوار گفت: برای بازی مقابل ذوب آهن اصفهان شرایط سختی داریم و از چند بازیکن به دلیل مصدومیت نمی توانیم استفاده کنیم. شعبانپور با اشاره به دیدار روز جمعه تیم سربداران سبزوار مقابل تیم ذوب آهن اصفهان در سالن سه هزار نفری سربداران، اظهار کرد: دیدار حساس و مهمی مقابل ذوب آهن اصفهان داریم و برای کسب برتری در خانه می جنگیم. وی افزود: تیم ذوب آهن اصفهان برای کسب رده پنجمی مسابقات لیگ برتر تلاش می کند و سه تیم آخر جدول نیز برای بقا می جنگند.

میزبانی مشهد از مسابقات بین المللی شطرنج

نهمین دوره مسابقات بین المللی شطرنج جام فردوسی با حضور شطرنج بازانی از ۲۴ کشور به میزبانی مشهد برگزار می شود. این مسابقات در بخش های استادان، رده زیر دو هزار و ۱۰۰ و گروه c متشکل از نوجوانان از ۱۰ تا ۱۷ اسفند در خراسان رضوی پیگیری می شود. خراسان رضوی برای این مسابقات تا سقف ۴۰۰ نفر ظرفیت دارد اما معمولا در هریک از مسابقات ۱۵۰ نفر شرکت خواهند کرد.

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

شماره ۳۰۰۰۷۲۲۵۲ آماده دریافت نظر شماست...

شما چطور؟!

کدام سرگرمی را می پسندید؟

● محمدمهدی رنجبر

طبیعتا میزان علاقه مخاطبان به سرگرمی هایی که در روزهای مختلف در این صفحه می بینید، ممکن است یکسان نباشد. البته برخی از سرگرمی ها مثل «نقش یاب شماره» معمولا از دیدا کثریت مخاطبان، از دیگر سرگرمی ها پرطرفدارتر است. نظرات بعضی از مخاطبان را در این زمینه بخوانید:

■ ۰۹۱۷...۵۶۸: به نظرم «نقش یاب شماره» از همه بهتره، بعد نقش یاب مارپیچ و بعد نقش یاب جفت و بعد نقش یاب چارچوب و قرینه. دوتای آخر زیاد جالب نیستند!

■ ۰۹۱۵۴...۴۰۹: سلام من مهریار آذین جم هستم و روزهای دوشنبه که (نقش یاب جفت) منتشر می شود را خیلی دوست دارم. ممنونم از این سرگرمی شما.

■ ۰۹۱۵۹...۱۰۳: سرگرمی های مورد پسند به ترتیب: نقش یاب قرینه، نقش یاب چهارچوب، نقش یاب شماره، نقش یاب مارپیچ، نقش یاب جفت.

■ ۰۹۱۴۴...۵۶۸: سلام، بابت شرکت در نظرسنجی نقش یاب ها به ترتیب: ۱-نقش یاب شماره / ۲-چارچوب / ۳-جفت / ۴-قرینه / ۵-مارپیچ / باتشکر. رشیدنژاد.

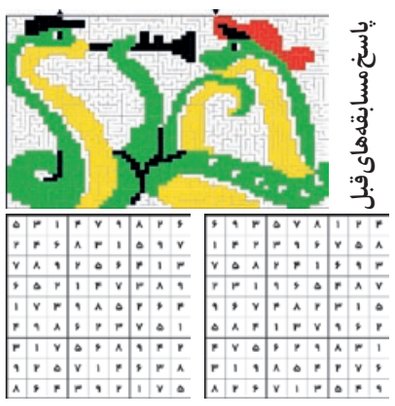
شما هم می توانید نظرتان را درباره سرگرمی های روزهای مختلف هفته به شماره ۳۰۰۰۷۲۲۵۲ پیامک کنید.

برخی از مخاطبان همیشگی بخش «لذت سرگرمی» هم روز گذشته با چاپ نشدن این بخش، معترض شدند و پیامک هایی بابت پیگیری چاپ سرگرمی ها ارسال کردند.

ضمن پوزش از تمام این عزیزان، قول می دهیم این مشکل زیاد تکرار نشود.

موفق و پیروز باشید؛
و حرفه ای

پاسخ مسابقه های قبل



نقش یاب چارچوب

پنج شنبه ها

بسیار ساده
۱۵ دقیقه

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

با کشف چارچوب هایی که عددشان مساحت شان را تعیین می کند، تصویر مخفی را کشف کنید. اگر کمک بیشتر لازم داشتید، این نشانه را با تلفن همراه اسکن کنید یا «راهنما» را در 1sargarmi.ir ببینید.

■ **قوانین:**

۱ هر عدد باید داخل یک چارچوب «مربعی» یا «مستطیلی» به رنگ خودش قرار بگیرد.

۲ اعداد تعیین می کنند که مساحت چارچوب شان چند واحد باشد.

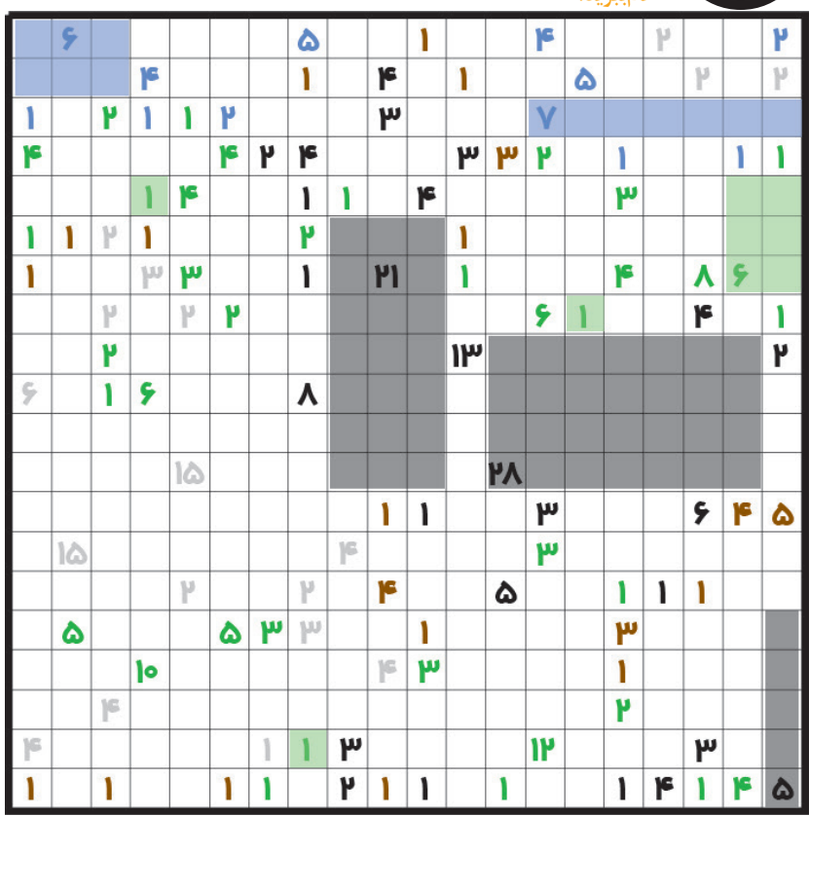
۳ چارچوب ها باید دقیقا روی خطوط شطرنجی زمینه رسم شوند.

۴ چارچوب ها با هم تداخل ندارند و روی هم نخواهند رفت.

۵ وقتی تمام چارچوب ها، تمام سطح معما را پُر کردند، درون هر چارچوب را با رنگ عددش پر کنید تا تصویر کشف شود.

۶ چارچوب های خاکستری را بدون رنگ بگذارید.

برای درک بهتر قوانین، نمونه حل شده زیر را با دقت بررسی کنید.



■ **پیشنهاد می شود که:**

۱ قبل از این که جای هر چارچوب را قطعی کنید، دلیل «منطقی» تان را برای این کار با خودتان مرور کنید.

۲ زیاد ریسک نکنید! ممکن است با حدس زدن به پاسخ نزدیک شوید اما این هم ممکن است که با یک حدس اشتباه، به اشتباهات دیگری بیفتید.

۳ برای حل معما از مداد نرم و پاک کن مرغوب استفاده کنید.

۴ در آغاز سراغ رقم های یک بروید که چارچوب کوچک شان قطعی است. گاهی هم چارچوب اعداد بزرگ را (به دلیل موقعیت خاص شان) راحت می توان تعیین کرد.

۵ یادتان باشد چارچوب اعداد ۳ و ۵ و ۷ و ۱۱ و ۱۳ و ۱۷ و... همیشه به شکل «یک مستطیل بلند» است که عرضش یک واحد است.

۶ اگر پاسخ های متفاوتی برای یک معما پیدا کردید، مطمئن باشید که جایی از کارتان غلط بوده است. چون هر معما فقط و فقط یک پاسخ صحیح دارد.

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

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

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.

متوسط
۳۵ دقیقه

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

حرفه‌ای‌ها و مدعیان سودوکو درجه دشواری هر سودوکو + زمان حل شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰

بسیار سخت
۵۰ دقیقه

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