

### تمرین بوکس مختلط بیخ گوش اداره کل ورزش

بر اساس اعلام خبرگزاری فارس، یک مربی آقا که ملی پوش هم است، برای بانوان دوره تمرینی بر گزار می کند. به گزارش خبرگزاری فارس، یکی از ملی پوشان رشته بوکس در بخش مردان در سالن شهید بهشتی و برخی از پارک ها برای بانوان دوره های تمرینی را بر گزار می کند. این آموزش هایه صورت مجزا برای بانوان بر گزار نمی شود، بلکه به صورت مختلط است. این ملی پوش بوکس در خصوص نحوه برگزاری این تمرینات گفت: تمرینات خصوصی به مدت دو ماه و با هزینه ۱۵ میلیون ریال بر گزار می شود. وی تصریح کرد: دوره های مقدماتی را در پارک هم بر گزار می کنیم. اما اگر کارآموز مکانی برای تمرین داشته باشد در آن جا تمرین خواهیم کرد و البته در مجموعه ورزشی شهید بهشتی نیز امکان تمرین وجود دارد. مکان برگزاری بستگی به توافق بین دو طرف دارد. وی درباره تمرینات مختلط نیز توضیح داد: من با حضور بانوان مشکلی ندارم و هم اکنون دوزر شکار تحت تمرین دارم و در کلاس های بیش از یک نفر هزینه شهریه ۵۰۰ هزار تومان کاسته می شود. از نکات قابل تامل این موضوع نبود نظارت بر اماکن ورزشی است و به گفته این ملی پوش این کلاس ها حتی در سالن شهید بهشتی یعنی در مجاورت اداره کل ورزش و جوانان بر گزار می شود. مسئول حراست اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی در گفت و گو با خبرنگار فارس از این موضوع اظهار بی اطلاعی کرد و گفت: از تمرین این ملی پوش در خانه بوکس استان مطلع نیستیم و تا کنون هم گزارشی دریافت نکردیم، به محض تکمیل اطلاعات در این خصوص اقدامات لازم صورت می گیرد.

#### تمجید ویژه کاپیتان سیدنی از کوچی

آلکس بروسک، کاپیتان تیم فوتبال سیدنی استرالیا به تمجید از رضا قوچان نژاد، مهاجم ایرانی این تیم پرداخت. کاپیتان تیم فوتبال سیدنی در باره اضافه شدن قوچان نژاد به این تیم، گفت: رضا شخصیت فوق العاده ای دارد و خیلی زود توانست خودش را با شرایط این جا وفق دهد. او بازیکن بسیار محبوبی است و توانسته کلاس بالایی بازی خودش را در تیم نشان دهد. رضا بازیکن فوق العاده ای است و خیلی خوش شانس هستیم که در تیم مان حضور دارد و من مطمئن هستم که او با عملکرد خوب خودش در لیگ قهرمانان آسیا باعث هیجان بیشتر هواداران ما خواهد شد. تیم فوتبال سیدنی باید در اولین دیدار خود در مرحله گروهی ایک قهرمانان آسیا در خانه به مصاف اوسلان کره جنوبی برود. این دیدار در زمین خانگی تیم سیدنی برگزار می شود و این مسابقه اولین تجربه قوچان نژاد در لیگ قهرمانان آسیا خواهد بود.



تیم والیبال پیام، عصر امروز برای بازی دوم مرحله نیمه نهایی پلی آف لیگ برتر والیبال کشور در مشهد به مصاف شهرداری ورامین به میدان می رود. این رقابت سخت و حساس و البته پر تنش از ساعت ۱۵:۳۰ امروز با قضاوت محمد شاهمیری و اسماعیل رزقی در سالن مهران مشهد پیگیری می شود، بازی که قطعاً تحت تاثیر جنجال های بازی قبلی خواهد بود. شاگردان جبار قوچان نژاد در بازی اول در ورامین با وجود جنجال های حاکم در سالن با نتیجه ۳ بر یک متقبل شکست شدند. این بازی خیلی پر حاشیه بود و کمیته انضباطی فدراسیون والیبال دو شنبه گذشته جلسه فوری تشکیل داد و بر اساس آرای اعلام شده، سید محمد موسوی بازیکن سرعنی زن تیم پیام به دلیل بروز رفتار غیر قابل انتظار، غیر ورزشی و دخالت در امر داوری مسابقه، با احتساب سابقه قبلی با یک جلسه محرومیت جریمه شد. همچنین باشگاه شهرداری ورامین نیز به دلیل سردادن برخی شعار های نامناسب از سوی هواداران و ورود افراد غیر مجاز و غیر مسئول به داخل زمین مسابقه، با تذکرتنی و ۵۰ میلیون ریال جریمه نقدی جریمه شد. بر این اساس محمد موسوی در بازی حساس و سخت امروز نمی تواند تیمش را همراهی کند. حال پیامی ها باید در غیاب بازیکن کلیدی خود به میدان بروند تا در صورت پیروزی، سرنوش تیم صعود کننده به بازی سوم کشیده می شود.

#### بازی سخت و پر فشار

سر مربی تیم والیبال پیام در باره بازی امروز تیمش می گوید: بازی خیلی سخت و پر فشاری مقابل شهرداری ورامین خواهیم داشت. به نظر مروز سختی است. امیدوارم هواداران امروز با رعایت اخلاق و مرام مردانگی، سالن مهران را برای ورامینی ها به جهنم تبدیل کنند. جبار قوچان نژاد می افزاید: خودمان می دانیم بازی سنگینی است. با وجود این که موسوی را نداریم، اما برای برد به میدان می رویم. تا کنون هم هیچ وقت از پیش برنده و پیش بازنده نبودیم. وی خاطر نشان می کند: شهرداری ورامین تیمی پر مهره است و به اندازه دو تیم بازیکن خوب دارد. اما ما هم در طول فصل نشان دادیم که در بازی های خانگی، تیم دست و پا بسته ای برای حریفان مقابل نبوده ایم. وی همچنین در باره رای کمیته انضباطی و محرومیت سید محمد موسوی می افزاید: رای محرومیت سید محمد موسوی و اقای بی اضافی بود. در طول بازی قبلی، فحاشی های زیادی به سید محمد موسوی شده بود، طبیعی بود که

## ورزش

Wed Mrc 6, 2019, No.4084

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان رضوی،

چهارشنبه ۱۵ اسفند ۱۳۹۷، شماره ۴۰۸۴

## ورزش

## ورزش



عصبانی باشد. حتی کسی را که هل داد، نمی شناخت. وی با اظهار کلاه به از صحبت های «حق بین»، ناظر مسابقه که گفته بود، هیچ گونه فحاشی علیه تیم مهران در سالن گلعباسی ورامین صورت نگرفته، می گوید: ناظر محترم مسابقه در دو روز گذشته خیلی حرف ها زد و حتی گفتند که هیچ گونه فحاشی نشنیده اند اما من هیچ وقت نمی توانم حرف و بحثی را مسکوت بگذارم. فحش هایی شنیدیم که از گفتن اش

می دهند. من ترسی ندارم که حقیقت را بگویم و در جلسه دیروز هم هر اتفاقی را که رخ داده بود گفتم. در جلسه از من پرسیدند چه اتفاقی افتاد که فلان فرد را اهل دادی. من از تمام اعضای تیم خودمان و بازیکنان تیم حریف و حتی خبرنگاران پرسیدم که این آقا را می شناسید که هیچ کسی نمی شناخت. من تازه در جلسه کمیته انضباطی فهمیدم که او ناظر داوری بوده و گویا تازه هم وارد این عرصه شده است. این آقا که من اصلا او را نمی شناختم، وقتی در پایان مسابقه داشتم با داور صحبت می کردم، مرا می کشید و می گفت شما الگو هستید. من هم گفتم شما چه کاره ای؟ وقتی جوابی نداد و خودش را معرفی نکرد، گفتم به شما ربطی ندارد و او را اهل دادم.

#### عذرخواهی می کنم

من فقط دنبال شماره ناظر داوری هستم تا از او عذرخواهی کنم. حتما با او تماس می گیرم و معذرت خواهی می کنم. چون آن موقع او را نمی شناختم. شما تصور کنید در آن شرایط یک فرد عادی بیاید و به من بگوید شما الگو هستید! آدم عصبانی می شود. من واقعا او را نمی شناختم و گر نه که چنین برخوردی نمی کردم. به هر حال هر فردی اشتباه می کند، اما به نظرم محرومیت من درست نبود.

بازی دور رفت						
تیم	امتیاز	ست				
پیام مشهد	۳	۲۱	۳۰	۳۱	۲۵	۱۹
شهرداری ورامین	۲	۲۵	۲۸	۳۳	۲۲	۱۷

بازی دور برگشت						
تیم	امتیاز	ست				
شهرداری ورامین	۳	۲۵	۲۵	۲۵	۲۵	۲۵
پیام مشهد	۰	۱۳	۱۶	۱۹		

بازی اول نیمه نهایی						
تیم	امتیاز	ست				
شهرداری ورامین	۳	۲۵	۲۵	۲۴	۲۵	۲۵
پیام مشهد	۱	۱۵	۲۰	۲۶	۱۹	

معاون تربیت بدنی شهر داری مشهد:

### ایستگاه های دوچرخه، فقط جنبه تجاری دارند



معاون تربیت بدنی و سلامت شهرداری مشهد با اشاره به وضعیت ایستگاه های دوچرخه سواری در شهر، گفت: مجموعه ایستگاه های دوچرخه در شهر هم اکنون صرفا یک مکان تجاری است و نباید محلی برای اجاره باشد. حسن نوری در نشست خبری به مناسبت همایش دوچرخه سواری، افزود: الان از ایستگاه های شهر بدون توجه به بحث دوچرخه، فقط برای بیلبوردها استفاده می شود. سال آینده رویکرد جدیدی برای ایستگاه های دوچرخه خواهیم داشت. وی همچنین افزود: بعضی از شهروندان به قوانین اهمیت نمی دهند و در مسیر دوچرخه سواران خودرو پارک می کنند و ما هم دنبال قانونی هستیم که حریم دوچرخه سواری در شهر تعیین شود تا از حق به جای دوچرخه سواران صیانت کنیم. شهردار منطقه ۱۱ مشهد نیز در این برنامه خبری از ایستگاه های دوچرخه اشاره کرد و گفت: وضعیت موجود شهر و شهرداری است. سعید ریخته گر خاطر نشان کرد: ولی در فسخ قرارداد بین شهرداری و سازمان ترافیک با پیمانکار ایستگاه های دوچرخه مشکلاتی وجود دارد. وی تصریح کرد: این طور که ما مطلع شدیم برای سال آینده تغییر پیمانکار داریم. جنبه تبلیغاتی در ایستگاه ها در جنبه ورزشی بیشتر می چربد. وی در خصوص استقبال نکردن بانوان از دوچرخه سواری گفت: هیچ گونه منع قانونی برای استفاده نکردن بانوان از دوچرخه وجود ندارد و بیشتر جو روانی در شهر باعث شده خانم ها عقب نشینی کنند. شهردار منطقه ۱۰ مشهد نیز در این نشست خبری گفت: از ابتدای سال در منطقه ۱۰ سه همایش دوچرخه سواری بر گزار کردیم و همایش روز جمعه با همکاری تربیت بدنی شهرداری و بیمه «آرمان» بر گزار می شود. رجب زاده افزود: ورزش یکی از عوامل اصلی ایجاد شور و نشاط در بین مردم است و قطعلا دوچرخه سواری نیز می تواند به این مهم کمک کند. رئیس هیئت دوچرخه سواری استان نیز درباره وضعیت دوچرخه سواری، گفت: همکاری با شهرداری برای ما اهمیت دارد و امیدوارم بتوانیم به خوبی از ظرفیت های شهرداری با هدف توسعه و گسترش دوچرخه سواری استفاده کنیم. مهدی روزبهانه افزود: در حال تدوین تقویم سال آینده هیئت هستیم و قطعلا در سال آینده برگزاری چنین همایش هایی افزایش خواهد داشت. شایان ذکر است، همایش دوچرخه سواری ساعت ۸:۳۰ از ابتدای بولوار امامت تا میدان مادر قاسم آباد و سپس پارک شاهد تا جنب سینما سیمرغ پایان می یابد.

■ **قانون:** از قام ۱ تا ۹ را در خانه های خالی بنویسید طوری که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۲×۲ هیچ رقمی تکراری نباشد.

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



#### برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، در مسطرهای 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.

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



#### حرف های هاو مدعیان سودوکو در جه دشواری هر سودوکو+ زمان حل شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰

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

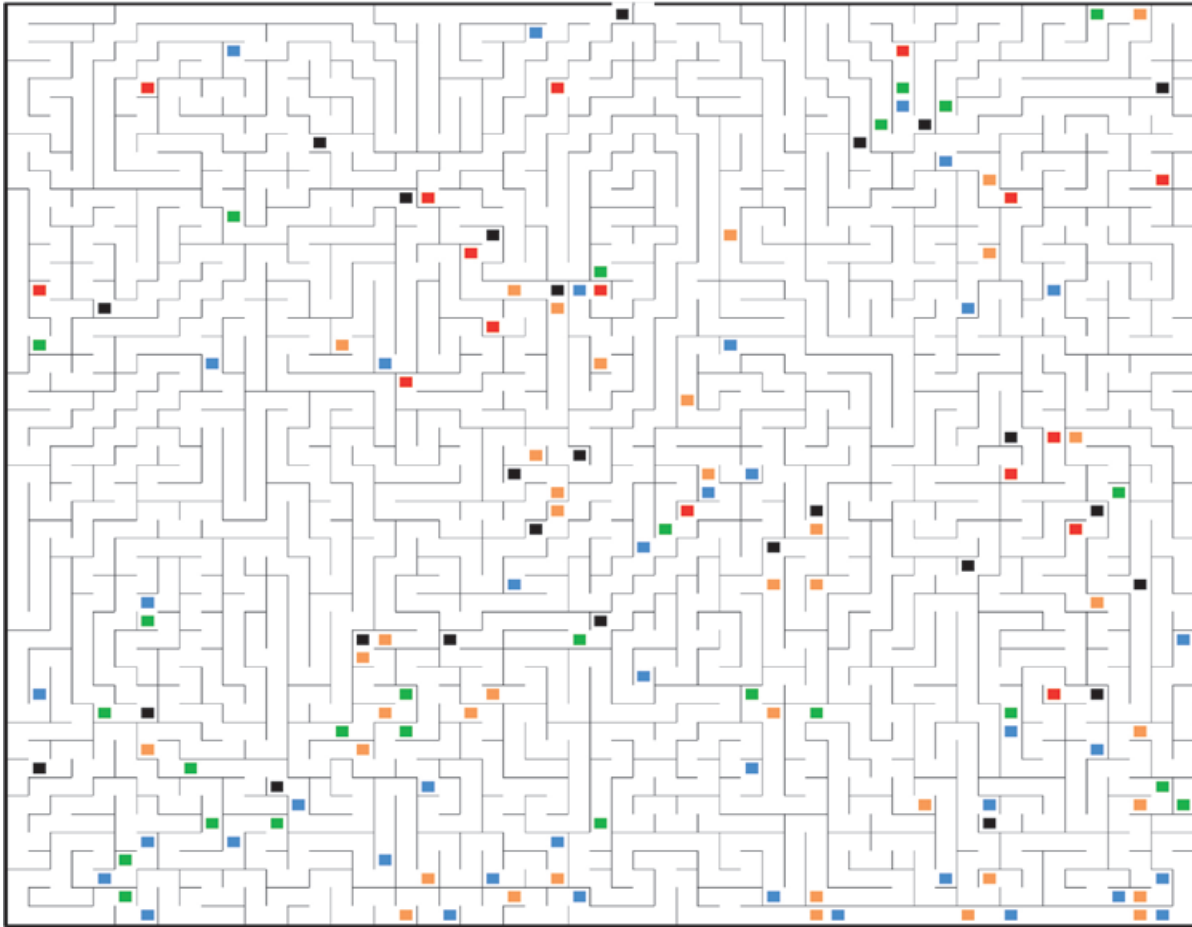


## لذت سرگرمی+جوابز نقدی و غیرنقدی هفتگی

دبستانی در ایران داشته است. چند ویژگی «کیدو کو» را بدینند:
\* کیدو کو یک نفره است، پس به در زمان تنهایی کودک کان هم می خورد.
\* کیدو کو خیلی سرگرم کننده و جذاب است، تا حدی که شاید بعد از مدتی کودک کان نتواند به راحتی کنارش بگذارد!
\* قانون کیدو کوساده است و به در دپچه هادر هر سن و سالی می خورد.
\* کیدو کونیازی به بلد بودن حسابور ریاضی ندارد.
\* کیدو کو هم مثل سودوکو سخت و آسان دارد. اگر کودک کان در آن حرفه ای شوند می توانند نمونه های دشوار ترش را حل کنند.
\* حل کردن کیدو کوشانسی حسی نیست! باید برای نوشتن هر رقم دلیل داشت.
\* هر معمای کیدو کو فقط یک جواب منحصر به فرد دارد.

#### موفق و پیروز باشید؛ و حرفه ای

■ **قانون:** در این مارپیچ یک تصویر پنهان شده است! برای کشف آن باید یک خط شکسته مارپیچ پیدا کنید که از ورودی مارپیچ وارد شود و از خروجی آن بیرون برود. این خط باید بدون «شاخه» و «دوراهی» باشد. وقتی مسیر صحیح پیدا شد، هر خال رنگی که در مسیر باشد به شما می گوید که ادامه مسیر را تا خال بعدی با چه رنگی ضخیم کنید تا تصویر آشکار شود.
■ **پیشنهاد می شود که:** در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بستر یا خطوط کمرنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید. به خال های رنگی در مسیر های بن بست بی اعتنا باشید.



کدام کودک ان «منطق» را به خوبی می شناسند!؟

## سودوکوی کودک

#### اولین قدم برای آشنایی با «منطق»

- محمد مهدی رنجبر

«کیدو کو» (سودوکوی کودک)، ساده ترین سرگرمی است که کودکان می توانند به کمک آن «منطق» را بی شناسند. این سرگرمی چندین دوره مسابقات حرفه ای برای کودکان

#### نقش یاب مارپیچ

یک شنبه ها و چهار شنبه ها



برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، دو تا از اجزای تصویر این معمارا در متن پیامک تان نام ببرید.