

ایست قلبی پیشکسوت فوتبال تربت جام در زمین فوتبال!

تربت جام؛اعلمی/یکی از فوتبالیست های قدیمی تربت جام و باشگاه "اتحادجام" که عصر دوشنبه گذشته در کنار دیگر همبازیان خود در زمین چمن وحدت تربت جام مشغول بازی بود، ناگهان دچار ایست قلبی شد و دارفانی را وداع گفت. دبیر هیئت فوتبال تربت جام با اعلام این خبر گفت: "عبدالرحمن خدام احمدی" متولد۱۳۴۸ که یکی از فوتبالیست های با اخلاق تربت جام به شمار می رفت، در حالی که در کنار دیگر هم تیمی های خود،مشغول بازی بود؛ به علت ایست قلبی ز زمین خور دو با اینکه اورژانس سریع به محل اعزام شد ووی را به بیمارستان سجاده پنه انتقال دادند،اما تلاش پزشکان مثمر واقع نشد و نامبرده دارفانی را وداع گفت. «حسن عظیمی» افزود: از وی ۲فرزند دختر و پسر بر جای مانده است .

سرمربی فریمانی تیم ملی جوانان کشتی فرنگی:تجربه دارم

پیروز - سرمربی فریمانی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان گفت: ۳ سال در کادر فنی تیم ملی جوانان بودم و در مسابقات آسیایی و جهانی شرکت کردم که این موضوع باعث شده است شناخت خوبی نسبت به کار با این رده داشته باشم و تجربه کافی را برای قبول این سمت دارم. حمید باوفا در گفت و گو با ایسنا افزود: به خوبی بر اهمیت رابطه نزدیک میان سرمربی و کشتی گیران رده نوجوانان و جوانان واقف هستم و ان شاء... بتوانیم با تلاش زیاد و همدلی هر چه بیشتر در تیم ملی نتایج خوبی را کسب کنیم.

یادواره شهدای ورزشکار استان اواخر ماه برگزار می شود



پیروز - مشاور مدیر کل ورزش و جوانان استان در امور ایثار گران گفت: یادواره شهدای ورزشکار خراسان رضوی، اواخر ماه جاری همزمان با هفته تربیت بدنی در مشهد برگزار خواهد شد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، "محمد رضا شیخ زاده" افزود: هنوز آمار دقیقی از شهدای ورزشکار استان در دست نداریم. وی افزود: طبق برنامه ریزی در این یادواره، از خانواده شهدای ورزشکاری که دارای حداقل یک حکم کشوری قهرمانی هستند، تجلیل می شود.

گفت وگوبا «قهرمان قهرمانان» نوجوانان کشور

ژیمناست شش دانگ

ناصری: از ۴سالگی ژیمناستیک کار می کنم

گفت و گو
رضا میرزاده

رشته ژیمناستیک در استان، از پیشینه چندان پربراری برخوردار نیست و به جز برخی استعدادها که در مقاطع زمانی کوتاه، توانسته اند برای این ورزش در استان افتخار آفرین باشند، کارنامه ورزشی استان، بهره چندان از ژیمناستیک نبرده است. به همین دلیل هم کسب موفقیت های معدود ورزشکاران در برهوت این رشته مهم و پایه حکم "کیمیا" دارد. اخیر ایک

ورزشکار با استعداد در این رشته توانست در مسابقات نوجوانان کشور، عنوان "قهرمان قهرمانان" کشور را کسب کند. و هاب ناصری"، از جمله نوجوانانی است که در سال های اخیر در ژیمناستیک استان، درخشیده است. وی با تمرینات خوب در هر ۶ وسیله ژیمناستیک، توانسته است به قهرمان شش دانگ این رشته تبدیل شود. به سالن تمرین وی رفتیم تا گفت و گویی با این ژیمناست با آتیه داشته باشیم. حضور پر شور ژیمناست های رده پایه در سالن اختصاصی ژیمناستیک مشهد واقع در مجموعه ورزشی "سجاد" که با حضور و تشویق خانواده های این ورزشکاران نیز همراه است، حکایت روزهای بهتری برای ژیمناستیک استان دارد. ناصری در گفت و گوبا "خراسان رضوی"، از گذشته ورزشی و برنامه های آینده خود در مسیر قهرمانی سخن می گوید....

●مقام سوم نوجوانان کشور در ۱۰ سالگی

متولد سال ۱۳۸۲ در مشهد هستیم. از ۴ سالگی با تشویق های پدرم در این رشته

ورزش

فرمان صبری



عکس: بهمن دهقانلی

●تمرین در هر ۶ وسیله

در ژیمناستیک، ۶ وسیله یا اسباب وجود دارد که من، در همه آنها از آمادگی خوبی برخوردارم. ورزش در ۶ وسیله، مثل این است که یک ورزشکار، به اندازه ۶ نفر تمرین کندو بهترین نوع شرکت در مسابقات نیز شرکت در هر ۶ وسیله است که البته فشار بیشتری

هم به ورزشکار وارد می شود. توانسته ام با هدایت ایمان بنداری - مربی زحمتکش- مسیر مرا طی کنم. ضمن این که طی ۲ سال اخیر، امکانات هیئت هم در اختیارم قرار دارد و در سالن هیئت به تمرین مشغولم.

●الگوهای ورزشی

۲ نفر را به عنوان الگوهای ورزشی خود انتخاب کرده ام: "حمید میرشکاری" ژیمناست مشهدی و قهرمان سابق آسیا و "محمد رمضان پور" ژیمناست اهل اردبیل که اکنون، در کشور دانمارک به مربگری مشغول است. ضمن این که لازمی دانم از "ایمان بنداری" مربی تمام دوران ورزشی ام، بهیئت استان و به ویژه از مادرم - که به صورت مرتب در تمرینات من حاضر است و مرا پشتیبانی می کند- و پدرم تشکر کنم.

۸۰ ژیمناست، از ۲۳ تا ۲۵ شهریور ماه در اردبیل برگزار شد و توانستم علاوه بر کسب مقام اول در "پارالل و" حرکات مینیم" و "دار حلقه"، مقام دوم در "بارفیکس و پرش از خرک" و مقام سوم در "خرک حلقه"، با ۷۵ امتیاز عنوان "قهرمان قهرمانان" را در این مسابقات به دست آورم.

●روزی ۷ ساعت تمرین فشرده برای مسابقات!

در روزهای عادی، حدود ۳ تا ۴ ساعت و بیش از آغاز مسابقات، تا روزی ۷ ساعت به تمرین مشغول هستم. هم اکنون رکورد امتیازی

من در رده نوجوانان، ۷۵ است و از رکورد جوانان کشور هم بهتر است. البته هنوز یک سال دیگر هم می توانم در رده نوجوانان در مسابقات کشوری شرکت کنم. اما هدف من حضور در مسابقات آسیایی ۲۰۱۸ است. تا آن زمان ۱۵ ساله می شوم و می توانم در این رقابت ها شرکت کنم. چرا که در بازی های آسیایی، محدودیت سنی وجود ندارد. ضمن این که با تمرینات خود، تلاش می کنم در مسابقات قهرمانی جهان که در سال ۲۰۱۷ برگزار می شود نیز حضور پیدا کنم.

●

در ژیمناستیک، ۶ وسیله یا اسباب وجود دارد که من، در همه آنها از آمادگی خوبی برخوردارم. ورزش در ۶ وسیله، مثل این است که یک ورزشکار، به اندازه ۶ نفر تمرین کندو بهترین نوع شرکت در مسابقات نیز شرکت در هر ۶ وسیله است

کاروان سپاهانی ها، امروز راهی مشهد می شود

پیروز - کاروان تیم فوتبال "سپاهان اصفهان" امروز راهی مشهد می شود تا برای بازی دور اول جام حذفی کشور در مشهد آماده شود. به گزارش ورزش سه، "عبدال...ویسی و شاگردانش بعد از یک هفته پر تنش در پی شکست سنگین برابر پرسپولیس تهران" راهی مشهد می شوند تا برای رویارویی با حریف گمنام مشهدی خود آماده شوند. طبق قرعه، زردپوشان نصف جهان باید مقابل تیم "غذای سبز مشهد" به میدان بروند؛ سرمربی سپاهان تصمیم گرفت تا شاگردانش را با ترکیب کامل به مشهد ببرد تا با برتری قاطع مقابل حریف از بحران خارج شود. سپاهان با عبور از سد حریف گمنام مشهدی در مرحله بعد باید با تیم "پارس جنوبی جم" بوشهر دیدار کند، حریفی که با توجه به انصراف تیم "نیروی زمینی" تهران از حال صعودش به مرحله بعد قطعی شده است و با هدایت "مهدی تارتار" باید مقابل حریف اصفهانی قرار بگیرد.

کوهپیمایی بانوان بسیجی در بایگ

بایگ، بخشی- در گر امیداشت هفته دفاع مقدس، جمعی از بانوان بسیجی شهر بایگ در یک برنامه کوهپیمایی شرکت کردند. به گزارش خبرنگار ما ۵۰ بانوی بسیجی پایگاه شهدای گمنام حوزه مقاومت بسیج ظفر بایگ در این کوهپیمایی حضور یافتند. شرکت کنندگان ابتدا با حضور در مزار شهدای بایگ با آرمان های شهدا، تجدید میثاق کردند و سپس مسیر ۴ کیلومتری ارتفاعات صالح آباد را پیمودند.

پیروز - صفی ا... فغانپور عزیزی (مسئول حقوقی فدراسیون فوتبال): در خلاف ادعای رئیس هیئت مدیره باشگاه سپاه جامگان (روانیان)، فدراسیون هیچ نقشی در توقف همکاری باشگاه های لیگ برتر با سامانه "۳۰۴۰ نداشته و بابت اتهامات وارده در مصاحبه وی، این حق را برای خود محفوظ می داند که از طریق مراجع دی صلاح اقدام کند.

ناسخ - جشنواره بازی های بومی محلی در شهرستان بینالود برگزار می شود.

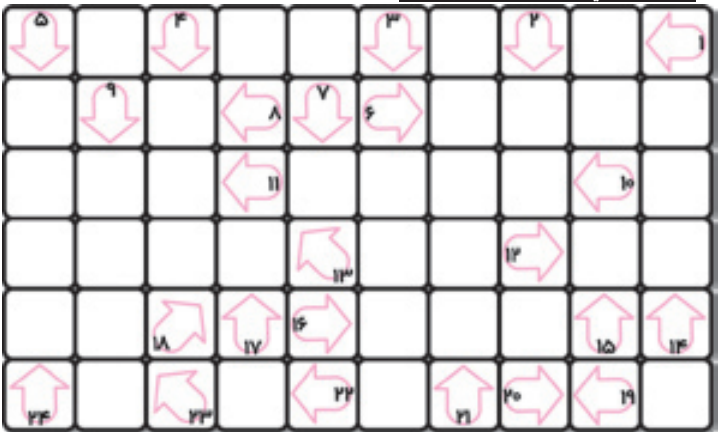
پیروز - همزمان با هفته دفاع مقدس، اعضای هیئت دوجرجه سواری استان برای دومین بار با مدیر کل پست استان دیدار و درباره توسعه همکاری ها در راستای ترویج دوجرجه سواری بحث و تبادل نظر کردند.

پیروز - معاون توسعه اداره کل ورزش استان (ولی پور): برای برگزاری مجمع انتخابی هیئت های ورزشی والیبال و بولینگ و بیلپار، منتظر نتیجه استعلام صلاحیت نامزدها برای حضور در مجمع هستیم و همچنین در شرف درج آگهی برای ثبت نام نامزدهای انتخاباتات رئیس هیئت ورزش های همگانی و چند هیئت ورزشی دیگر هستیم که دوره ریاست آن ها به پایان رسیده است.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

این جدول واژگان کمتری نسبت به انواع کلاسیک دارد، اما کلمات هرز (ناخواسته) به آن تحمیل نشده است. لذا از بار آموزشی مناسبی برخوردار است. بسیاری از سوال ها، از مطالب روزهای گذشته روزنامه خراسان طرحی شده است.



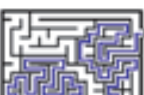
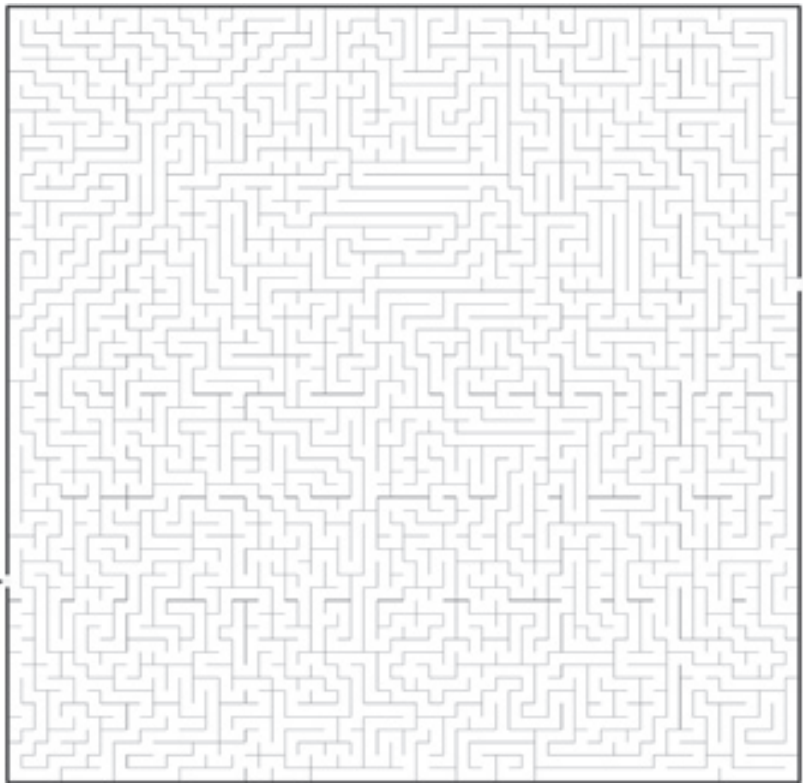
۱- (۳ حرفی) پس از یک سال از این فاجعه و کشته شدن ۷۴۷۷ زائر، تمام اطلاعات جان باختگان از سایت وزارت بهداشت عربستان برداشته شد.
۱۲- (۳ حرفی) لقب امام نهم شیعه
۱۳- (۴ حرفی) شمار دوعدد
۱۴- (۵ حرفی) به جای آن بگویم سامانه
۱۵- (۲ حرفی) می گویند گر فتنی است
۱۶- (۴ حرفی) شرح دهنده قرآن
۱۷- (۵ حرفی) سر دردهای مداوم می تواند نشانه وجود آن مغز باشد، لذا باید جدی گرفته شوند.
۱۸- (۳ حرفی) فرزند زاده
۱۹- (۵ حرفی) وزیر ارتباطات گفت استفاده از تلگرام و سایر شبکه های اجتماعی خارجی برای انجام این امور توسط مسئولان، قابل قبول نیست.
۲۰- (۳ حرفی) با استد آمده است
۲۱- (۶ حرفی) مصرف خودسرانه و بدون تجویز این قرص می تواند سبب خونریزی های گوارشی شود.
۲۲- (۵ حرفی) محفله سرد
۲۳- (۴ حرفی) در دیدار وزرای جهاد کشاورزی ایران و این کشور، اسناد سه مایه گذاری این کشور در حوزه آبزیان و شیلات امضا شد.
۲۴- (۴ حرفی) محل زندگی جانور



جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۷/۷]

نقش یاب ماریچ

یکشنبه ها و چهارشنبه ها



●قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۶ پر کنید

طوری که هیچ رقمی: در سطر خودش تکراری نباشد. در ستون خودش تکراری نباشد. در مستطیل قرمز ش تکراری نباشد. پیشنهاد به کلاس چهارمی ها تا ششمی ها



			۳	۴	
۵	۴				
۴	۶				
		۱		۶	
۶			۵	۲	

پاسخ های شماره گذشته

لطفا نظر، انتقاد و پیشنهاد تان را درباره بخش جدول و سرگرمی به شماره ۲۰۰۹۹۹۰ پیامک کنید.

●قانون: ارقام ۱ تا ۹ را در خانه های

خالی نهосید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع ۳ در ۳ رقمی تکراری نباشد.

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

کودکان (مس) و بزرگسالان