اخبار

ورزش

مدافع راست پدیده: "پدیده" فوق العاده ای در ۶ بازی آینده می بینید

پیروز- مدافع راست پدیده که یکی از بهترین گل سازهای لیگ برتر فوتبال کشور محسوب می شود، گفت: ان شاءا... در ۶ بازی پیش رو نیز پدیده فوق العاده ای را خواهید دید؛ تیمی که فقط به حمله و پیروزی فکر می کند. به گزارش ورزش سه، "حسن جعفری" درباره ۳ پیروزی پیاپی پدیده گفت: ۳ تیم خوب لیگ برتری را بردیم، نفت آبادان به تیمی باج نمی دهد؛ اما موفق شدیم در آبادان آن ها را شکست دهیم یا تیم پیکان که در خانه شکست زیادی نداشته و همین طور تیم قدرتمند گسترش فولاد تبریز. وی افزود: همیشه می گفتیم تیم ما فوق العاده است اما مشکلاتی دارد. مثلا شما در زمین چمن ورزشگاه ثامن الائمه(ع) مشهد نمی توانید راه بروید چه برسد به این که بازی کنید!

افتتاح پایگاه استعدادیابی جودو

پیروز- رئیس هیئت جودو، جوجیتسو و کوراش استان از افتتاح پایگاه استعدادیابی مرحوم "دکتر خرمی" در مشهد خبر داد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، "حسین محمودی" افزود: این پایگاه استعدادیابی طی مراسمی با حضور جمعی از پیشکسوتان در منطقه فردوسی مشهد (واقع در انتهای بولوار شاهنامه مشهد) راه اندازی شد. وی افزود: با توجه به وجود ورزشکاران فعال در رشته بومی کشتی باچوخه و علاقه مندان مستعد در رشته های جودو و کوراش در فردوسی، این منطقه از شرایط خوبی برای قهرمان پروری و پرورش استعدادهای فراوان در این رشته ها برخوردار است.

اخبار کوتاه

فریمان، اصغری/مربی تیم کشتی شهرستان فریمان گفت: اردوی تیم ملی کشتی نوجوانان از دوشنبه در خانه کشتی فریمان برپا شد.

باخرز، نشتیفانی- عملیات احداث گود کشتی باچوخه شهر باخرز با مشارکت خیران آغاز شد.

پیروز-سرمربی تیم فوتسال فرش آرای مشهد: اگر فصل آینده در لیگ برتر کشور حضور داشته باشیم، قطعا با وجود امکانات و بودجه مد نظر، می توانیم جزو ۴ تیم برتر باشیم. *مسابقات پاور لیفتینگ کلاسیک جایزه بزرگ کشور با جابه جایی ۵ رکورد توسط ورزشکاران تربت حیدریه در شهر تاکستان استان قزوین پایان یافت.

سرخس، تمدن- دوره ۳ روزه کارآموزی یخ و برف ویژه بانوان در منطقه شیرباد برگزار شد.

ناسخ- مراسم اختتامیه مسابقات فوتسال ادارات تایباد برگزار شد. *در هفته سوم لیگ فوتسال تایباد، تیم های یاران کاریز و مسجد جامع ریزه حریفان خود را شکست دادند و مسابقه تیم های کانون ولایت و آزاد نیز ۲ بر ۲ شد. *در ادامه لیگ والیبال استان، تیم یاران کاریز تایباد موفق به شکست تیم میهمان خود (شهرداری درگز) شد.

"خراسان رضوی" بررسی کرد:

توزیع نامتناسب اماکن و مجموعه های ورزشی در مشهد

گزارش

میرزاده

امروزه شهرها کارکردهایی متفاوت از گذشته یافته اند و علاوه بر مکانی برای سکونت به محل کار، تحصیل، تفریح، سرگرمی و ... نیز مبدل شده اند. از این رو، مسئولان اداره شهرها نیز باید بر مبنای همین کارکردهای متفاوت شهر، نیازهای مختلف مردم ساکن در شهرها را نیز به نحو مقتضی تأمین کنند که از جمله این نیازهای مهم، فراهم کردن مکان هایی مناسب برای ورزش به عنوان تأمین کننده سلامت جسمی و روحی افراد است. در شهر مشهد نیز با جمعیت بیش از سه میلیون نفر (دومین کلان شهر کشور)، متولیان شهر از گذشته و با توجه به امکانات موجود، اماکنی را برای ورزش مردم تدارک دیده اند. البته هر چند متولی اصلی ورزش در شهر هم اکنون، اداره ورزش و جوانان مشهد است، اما برخی نهادهای عمومی و دولتی و دستگاه های اجرایی نظیر شهرداری، سپاه و ... نیز به نوبه خود، اماکنی را برای ورزش به صورت بهره برداری عمومی و خصوصی فراهم آورده اند و در کنار آن بخش خصوصی و ادارات نیز با سرمایه گذاری در این حوزه، برای فعالیت های ورزشی به صورت مستقل یا مشترک با دیگر دستگاه ها، اقدام کرده اند. با توجه به این که در روزهای پایانی سال قرار داریم، در گزارشی اختصاصی به بررسی توزیع و فراوانی اماکن ورزشی عمده در این شهر براساس آخرین آمار ارسالی پرداختیم که این گزارش همراه با جدول های مربوطه ارائه می شود.

۲ روایت از وضعیت اماکن ورزشی شهر

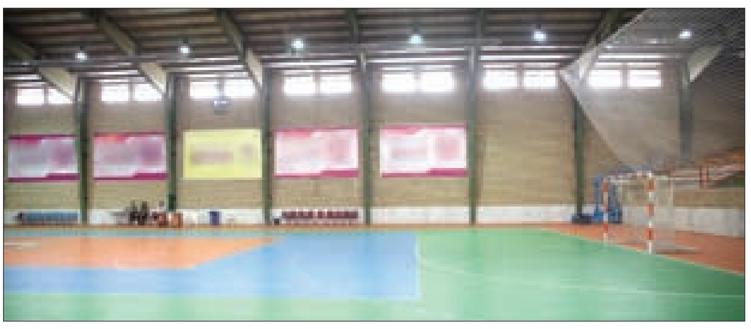
رئیس اداره ورزش و جوانان مشهد در باره تعداد اماکن ورزشی شهر به "خراسان رضوی" می گوید: پس از تصمیم دولت هشتم مبنی بر کوچک سازی و واگذاری بخشی از اماکن زیر مجموعه دولت به بخش خصوصی، این تصمیم توسط رئیس وقت سازمان تربیت بدنی به استان ها ابلاغ شد و به جز تعداد محدودی از اماکن ورزشی، بقیه آن ها به بخش خصوصی واگذار شد و البته در ضمن، ساخت مجموعه های جدید ورزشی نیز با محدودیت های اعتباری همراه شد. "مجید پوررضایی" می افزاید: بر همین اساس هم اکنون شش مجموعه ورزشی تختی، مهران، شهید بهشتی، کوثر، سجاد و ۱۵ خرداد، در اختیار اداره کل ورزش و جوانان و پنج مجموعه ورزشی شهید رجایی، قدس، خرمی، جعفریان و شهدای گلشهر نیز در اختیار اداره ورزش و جوانان شهرستان مشهد است که از این مجموعه ها، مجموعه ورزشی ۱۵ خرداد، به طور کامل در اختیار هیئت ورزش های جانبازان و معلولان استان قرار دارد. وی خاطرنشان می کند: البته در این مجموعه های ورزشی به اقتضای ظرفیت، سالن های تمرینی متفاوتی نیز وجود دارد و برای نمونه مجموعه ورزشی مهران در منطقه ۸ شامل سالن چندمنظوره، گود باستانی، سالن جودو، زمین آسفالت فوتبال و زمین ویژه تمرینات ورزشی بانوان است. پوررضایی افزود: علاوه بر مجموعه های ورزشی یاد شده، تعدادی از مجموعه های ورزشی نیز با دریافت مجوز کمیسیون ماده ۸۸، در اختیار بخش خصوصی قرار گرفته و در ضمن، حدود ۱۵۰۰ باشگاه ورزشی نیز در نقاط مختلف شهر مشهد مشغول فعالیت هستند. وی افزود: در کنار مجموعه های ورزشی زیر نظر اداره ورزش و جوانان مشهد، نهادهای دیگری مانند اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی، آستان قدس رضوی، شهرداری، آموزش و پرورش، شرکت برق و ... نیز اماکن ورزشی در اختیار دارند که با توجه به دستورالعمل های خود، از آن بهره برداری می کنند و تا کنون آمار دقیقی از این اماکن ورزشی به اداره ورزش و جوانان مشهد ارائه نشده است. مدیر تربیت بدنی همگانی شهرداری مشهد نیز به خبرنگار ما می گوید: این شهرداری بر مبنای وظیفه تأمین نیاز مردم به ورزش، مکان های ورزشی مختلفی را در نقاط مختلف شهر، به صورت مستقل یا مشترک با نهادهایی مانند سپاه، در اختیار دارد. "مجتبی مجد" می افزاید: هم اکنون، ۳۴ مکان ورزشی سرپوشیده در اختیار شهرداری مشهد قرار دارد که شامل سالن های ورزشی و سوله های بحران و دارای قابلیت برگزاری رقابت های ورزشی است. وی خاطرنشان می کند: علاوه بر این مکان های ورزشی سرپوشیده، مجموعه های روباز نیز در محلات مشهد، ایجاد شده و در اختیار شهروندان قرار گرفته است. البته طی یک سال اخیر و با توجه به اولویت یافتن مسئله حاشیه شهر مشهد، اماکن ورزشی توسط سپاه نیز در نقاط کم برخوردار مشهد ایجاد شده که موجب رونق ورزش در این مناطق شده است. اما آن چه مسلم است، این است که جای برخی از مجموعه های ورزشی بزرگ در مشهد خالی است.

تحلیل محتوای جدول ها

براساس آمار ارسالی توسط دستگاه های مرتبط برای تکمیل این گزارش، با بررسی آمار ارسالی و تفکیک آن ها (البته همان طور که اشاره شد، این آمار شامل اماکن ورزشی تحت نظارت ادارات و نهادهای غیرورزشی و همچنین اماکن در حال احداث نمی شود) نکات زیر مشخص می شود که البته در آینده و با بهره برداری و افتتاح اماکن این آمار باید به روز رسانی شود.

برخوردارترین ها و محروم ترین ها

براساس آمار ارسال شده، بیشترین اماکن ورزشی زیرمجموعه اداره ورزش و جوانان مشهد و اداره کل، در مناطق یک، ۳، ۵ و ۶ قرار دارد. همچنین، براساس همین آمار، کمترین اماکن ورزشی نیز در مناطق ۴ و ۱۱ مشهد واقع شده است. اما این روایت درباره بیشترین اماکن ورزشی زیرمجموعه شهرداری مشهد، کاملا متفاوت است. به این معنا که بیشترین اماکن ورزشی طبق آمار ارسال شده این نهاد، در منطقه ۴ مشهد و کمترین آن ها نیز در مناطق یک و ثامن مشهد واقع شده است. (در آمار ارسال شده، مناطق حاشیه شهر نه به صورت مجزا، بلکه در محدوده برخی مناطق محروم شهر لحاظ شده است.)


عکس: صادق ذباح

مناطق مشهد	اماکن و مجموعه های ورزشی تحت نظارت اداره کل ورزش	اماکن و مجموعه های ورزشی تحت نظارت اداره ورزش مشهد	اماکن و مجموعه های تحت نظارت شهرداری
ثامن	_	۱ (اجاره به بخش خصوصی)	–
۱	۲ (هر کدام شامل چندین سالن)	_	_
۲	۱ (شامل چندین سالن)	_	۲
۳	_	۵ (یک مجموعه شامل ۵ سالن)	۴
۴	_	_	۵
۵	_	۶ (یک مجموعه شامل ۴ سالن و یک مجموعه شامل ۲ سالن)	۲
۶	_	۵ (یک مجموعه شامل ۴ سالن و یک مورد اجاره به بخش خصوصی)	۴
۷	_	۱ (اجاره به بخش خصوصی)	۴
۸	۵ (یک مجموعه شامل ۵ سالن)	_	۱
۹	۱ (شامل چندین سالن)	_	۴
۱۰	۱ (شامل چندین سالن)	_	۳
۱۱	_	_	۱
۱۲	_	۲ (یک مورد اجاره به بخش خصوصی)	۴

گردونه

ورزش

غبارروبی مزار شهدای گمنام

پیروز- مزار شهدای گمنام جبل النور کوهسنگی مشهد مقدس، همزمان با سالروز بزرگداشت شهدا، توسط جامعه ورزش غبارروبی شد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، این مراسم با مشارکت اداره ورزش و جوانان مشهد و شهرداری منطقه ۸ در بوستان کوهسنگی با حضور ورزشکاران همگانی برگزار شد.

معادلات سقوط از نگاه خداداد عزیزی

پیروز- سرمربی سابق تیم "سیاه جامگان" درباره معادلات تیم های سقوط کننده لیگ برتر تاکید کرد: سیاه جامگان نمی افتد، مگر این که اتفاقات عجیب فوتبال رقم بخورد و "صبا" بتواند نتایج خیلی خوبی بگیرد و بسیاری از بازی هایش را ببرد. "خداداد عزیزی" به ایسنا افزود: تنها ماشین سازی و صبا رقبای سقوط نیستند و نفت آبادان هم هنوز در منطقه خطر است. البته فراموش نکنید که بازی های ماشین سازی ۶ امتیازی است و اگر بتواند از پس رقابت هایش در ۶ هفته باقی مانده برآید، کار برای بقیه کاندیداهای سقوط سخت می شود. مثلا اگر دیدار سیاه جامگان و ماشین سازی در تبریز با پیروزی میزبان تمام شود، کار خیلی سخت خواهد شد.

صعود "پدیده" و فجر آرمان میثاقیان" در لیگ امیدهای فوتبال کشور

پیروز- دو نماینده فوتبال مشهد در لیگ مناطق کشور از گروه خود راهی مرحله بعد شدند. به گزارش روابط عمومی هیئت فوتبال استان، مسابقات امیدهای مناطق کشور یک شنبه شب گذشته در مجموعه تختی مشهد به پایان رسید و در پایان این دوره از مسابقات، تیم قدرتمند "پدیده خراسان" توانست تمام حریفان را شکست دهد و رتبه اول را با کسب ۱۲ امتیاز به دست آورد و بعد از این تیم نیز تیم "فجر آرمان میثاقیان" با ۷ امتیاز رتبه دوم را به دست آورد تا جواز عبور به مرحله بعد مسابقات را تیم های مشهدی کسب کنند و تیم های یزد و آسایی کلاله و پل سفید نیز به ترتیب در رتبه های بعدی جای گیرند.

برنامه هیئت بسکتبال مشهد برای سال ۹۶

پیروز- سرپرست هیئت بسکتبال مشهد در آخرین نشست این هیئت در سال جاری گفت: استعدادیابی، برنامه ویژه هیئت بسکتبال مشهد در سال ۹۶ است. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، "عباس دهقانی" گفت: برگزاری مسابقات و جشنواره هایی در سنین پایه برای کشف استعدادهای این رشته از برنامه های مهم این هیئت است. وی خاطرنشان کرد: با تداوم برپایی مسابقات پیشکسوتان، دیدار با خانواده های آنان در زمان های مختلف و مناسبتی سال و چاپ کتابی در شأن جایگاه این عزیزان، بنا داریم سرمایه های بزرگ گانمان را حفظ کنیم.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۱۲/۲۴]

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

قانون

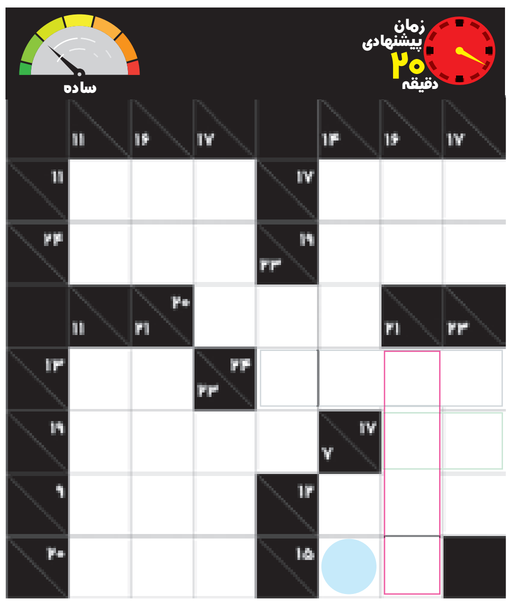
خانه های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:

۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.

۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.

۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه
ساده



اگر برای حل کردن این جدول راهنمایی خواستید:

در سطر ۱۵ رقمی کوچکتر از ۶ ممکن نیست. در ستون ۷ هم بزرگتر از ۶ ممکن نیست. پس در تقاطع باید ۶ نوشت تا سطر و ستونش پُر شود. جدول ویژه می گوید در سطر ۱۷ باید ۹+۸ نوشت. اما اگر ۹ در خانه سمت چپ باشد در ستونش تکراری می شود پس در راست است.

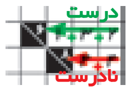
حالا ستون ۲۱ برای تکمیل نیاز به ۱+۳ دارد. اما برای اینکه ۱ در سطرش تکراری نشود، در خانه بالایی می آید تا این محدوده پُر شود. حالا سطر ۲۴ برای تکمیل به ۹+۸ نیاز دارد اما در ستون ۱۴ نمی توان ۹ را قرار داد. پس ۹ در خانه چپ و ۸ در کنارش نوشته می شود.

«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 در آمریکا برمی گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می برد. به همین دلیل محققان از آنها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی پیشگیری از آلزایمر» یاد می کنند.

برای حل هر معما کافی است:

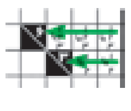
*از رقم صفر استفاده نکنیم.

*جمع ارقام هر تکه برابر با عدد سفید سمت چپ یا بالایش باشد.



*از ارقام تکراری در یک تکه استفاده نکنیم.

*هرگز برای حل کردن این معما حدس نزنیم! قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن رقم، مرور کنیم.



*ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.

*اول سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده است.

*از حل تکه های ۲ و ۳ تایی آغاز کنیم.

*بدانیم معما فقط یک جواب دارد.

حل گام به گام یک نمونه

جدول ویژه می گوید: ۴ باید ۱+۳ باشد و ۳ هم فقط می تواند ۲+۱ باشد. پس مجبوریم خانه آبی تقاطع را با رقم ۱ پُر کنیم. پس جای ۳ و ۲ هم قطعی است. همین تقاطع ۳ و ۴ در آن سوی جدول هم ۳ خانه را پُر کرد.

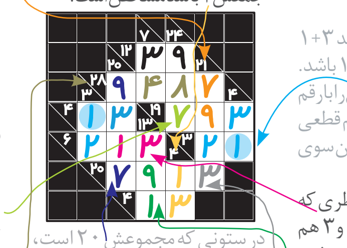
جدول ویژه می گوید: در سطری که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ هم باشد اما باید ۳ را در خانه راست نوشت تا در ستونش تکراری نشود.

ستونی که جمعش ۱۳ است دو رقم لازم دارد که جمع شان ۱۰ باشد. فقط ۳ راه داریم: ۲+۸ و ۴+۶ و ۱+۹. اما ۲ و ۸ و ۴ و ۶ و ۹ هیچکدام نباید در خانه پایینی باشند چون مجموع ارقام آن سطر باید ۴ شود! پس ۱ در خانه پایین می آید و مجبوریم در خانه بالایی ۹ را بنویسیم.

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱+۲
۴	۲	۱+۳
۱۶	۲	۷+۹
۱۷	۲	۸+۹
۶	۳	۱+۲+۳
۷	۳	۱+۲+۴
۲۳	۳	۶+۸+۹
۲۴	۳	۷+۸+۹
۱۰	۴	۱+۲+۳+۴
۱۱	۴	۱+۲+۳+۵
۲۹	۴	۵+۷+۸+۹
۳۰	۴	۶+۷+۸+۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود در مورد بعضی از اعداد سفید نشان می دهد.

حالا تکلیف ۳ و ۱ هم در ستونی که باید جمعش ۴ باشد مشخص است.



در ستونی که مجموعش ۲۰ است، قبلا جای ۳ و ۱ قطعی شده و برای پر کردنش ۲ رقم می خواهیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید چاره ای جز نوشتن ۷ و ۹ نداریم. البته ۹ که در خانه پایینی به دلیل تکراری شدن ممنوع است پس ۹ در بالا و ۷ در خانه پایینی جا می گیرد.

حالا در آخرین خانه از سطری که جمعش ۲۰ است باید ۳ نوشت.

در این ستون که مجموعش ۲۱ است جای ۲ و ۳ از قبل مشخص است پس باید دو رقم پیدا کنیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید فقط باید از ۷ و ۹ استفاده کنیم. پس ۹ که در خانه بالایی تکراری می شود را پایین می نویسیم و ۷ هم به خانه بالایی می رود.

این دو رقم نارنجی دلیلی شدند که این ۷ سبزرنگ را برای تکمیل سطری که جمعش ۱۹ است بنویسیم.

برای تکمیل سطری که جمعش ۲۸ است فقط می توانیم ۸ و ۴ را اضافه کنیم اما ۸ را نمی شود در خانه چپ نوشت چون جمع ستونش باید ۷ باشد! پس ۸ در خانه راست و ۴ در چپ جا می گیرد.

دو رقم باقیمانده سیاه هم که ۳ و ۹ هستند با استناد به ارقام قبل مشخص می شوند تا این نمونه کاملا حل شود.

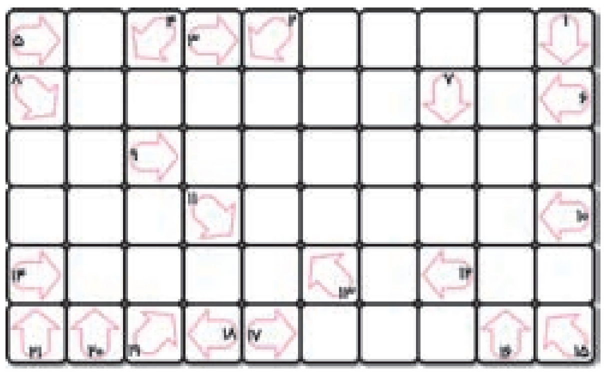
جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

قانون: پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.

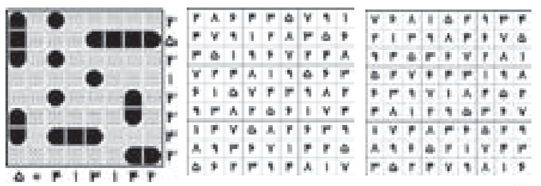
زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه
ساده

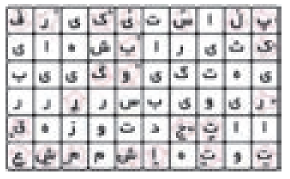
واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.



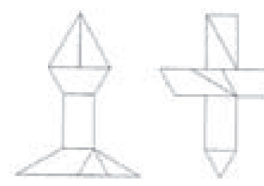
۱-(۵حرفی) تاریخ سازی این تیم در نوکمپ با چاشنی حاشیه همراه بود و گویا این حواشی قرار نیست به این زودی ها دست از سر کاتالان ها بردارد.
۲-(۴حرفی) تنها ویکتای عربی
۳-(۷حرفی) خیلی سریع خوابش می برد
۴-(۳حرفی) کلمه فریاد و فغان
۵-(۴حرفی) تکه گل خشک به هم چسبیده
۶-(۸حرفی) یک روز پیش از دیدار حساس تیم استقلال با تیم لکوموتیو این کشور، اخبار ناخوشایندی از اردوی آبی ها مخابره شد.
۷-(۵حرفی) شبکه RTL فرانسه در خصوص شایستگی او برای بازگشت به ترکیب تیم ملی، یک نظرسنجی انجام داده که نتیجه ای چندان خوشحال کننده ندارد.
۸-(۳حرفی) مادر باران
۹-(۵حرفی) کاپیتان پرسپولیس که به خاطر مشکل مالیاتی در آستانه ممنوع الخروجی بود و این نگرانی به وجود آمد که ممکن است بازی با الریان را از دست بدهد.
۱۰-(۵حرفی) ناگهانی و بی خبر
۱۱-(۳حرفی) از اجزای دستگاه گوارش
۱۲-(۴حرفی) این نشریه انگلیسی در خبر اختصاصی مدعی شده که کریستیانو رونالدو به زودی صاحب فرزندان دوقلو می شود.
۱۳-(۳حرفی) واحد شمارش چهارپایان
۱۴-(۴حرفی) مسوت اوزیل، ستاره آرسنال تاکید کرد که آینده اش در تیم به تمدید قرارداد او بستگی ندارد.
۱۵-(۴حرفی) درش با حیای گربه مثلی دارد
۱۶-(۵حرفی) از شهرستان های استان فارس
۱۷-(۵حرفی) یکی از معدود کشورهای دنیاست که تیم های مطرح فوتبالش از اسپانسرهای مشترک استفاده می کنند!
۱۸-(۳حرفی) برای برهم زدن معامله به کار آید!
۱۹-(۶حرفی) مبلغ قرارداد ش با پرسپولیس حداقل ۵۰۰ میلیون از گران ترین بازیکن پرسپولیس بیشتر است.
۲۰-(۶حرفی) شانزدهمین دوره مسابقات قهرمانی این ورزش بانوان آسیا تا ۳ فروردین در کره جنوبی پی گیری می شود.
۲۱-(۵حرفی) نام فرشته جمشیدی بیش از آن که در این رشته ورزشی شناخته شده باشد، در دنیای هنر خوش درخشیده. به طوری که ماحصل تلاش های ۲۰ ساله اش دیدنی است.

پاسخ ها





تکه ها را باید به این ترتیب کنار هم قرار می دادیم تا هر یک از شکل های سبز رنگ ساخته شوند.



سودوکو

هر روز

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

زمان پیشنهادی ۵۰ دقیقه
بسیار سخت

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

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه
متوسط

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

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه
ساده

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