گردونه

ورزش

معاون توسعه امور ورزش اداره کل ورزش:

چندین حامی مالی بزرگ را در سال های اخیر از دست دادیم

پیروز- معاون توسعه امور ورزش اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی گفت: شاهد هستیم طی سال های اخیر، چند حامی مالی بزرگ را از دست دادیم در حالی که آن ها می توانستند کمک دست ورزش استان باشند. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی، "امیر زارعی" اظهار کرد: ورزشکاران حق دارند و باید در حوزه های مختلف تامین شوند و ما پشتیبان آنها باشیم، البته با مساعدت و توجه مدیر کل این مسئله دیده شده و مدال آوران و قهرمانان در سال های گذشته از پشتیبانی خوبی برخوردار بودند. وی تصریح کرد: ما در برخی رشته ها نوابغ و استعدادهای خوبی داریم، مانند: حسن تفتیان، محمد دانشور، مهشید اشتری و آریا نسیمی شاد اما باید توجه کنیم که این روند نخبه پروری و استعدادیابی باید به صورت مداوم باشد.

دعوت ۶ بازیکن از طرقبه شاندیز به تیم ملی دراگون بوت

پیروز- رئیس اداره ورزش و جوانان طرقبه شاندیز از دعوت شش بازیکن از تیم دراگون بوت طرقبه شاندیز به تیم ملی خبر داد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، "محمدرضا سعیدی" اظهار کرد: پس از اتمام رقابت های بین المللی قایقرانی در تهران، فاطمه آذرفر، نفیسه حسینی، مهسا سه صنعت، منصوره اورعی، مهلا طبسی و سمانه حسینی از این شهرستان به اردوی تیم ملی برای حضور در مسابقات قهرمانی جهانی چین ۲۰۱۷ دعوت شدند. وی ادامه داد: اردوی تیم ملی دراگون بوت از ۶ تا ۲۲ مهرماه در مجموعه ورزشی آزادی تهران برگزار می شود.

مشهد، امشب در آغاز دور برگشت لیگ کشور؛ میزبان «هلدینگ فراز» است

تیم کشتی استان در اندیشه فرار از «خاک»!

گزارش تحلیلی

بهروز

امروز دور برگشت رقابت های لیگ کشتی آزاد وفرنگی باشگاه های کشور آغاز می شود و طبق برنامه فدراسیون، در همین چارچوب از ساعت ۱۸ یک دیدار مهم در "خانه کشتی مشهد" (سالن "استاد محمد توکل" و اقع در مجموعه ورزشی "شهید بهشتی" مشهد) برگزار می شود که طی آن تیم "هیئت کشتی خراسان رضوی" به مصاف تیم "هلدینگ فراز تهران" می رود. این دیدار به قضاوت داوران درجه یک بین المللی: کوروش تقی زاده (بوشهر) و ابراهیم کریمی (آذربایجان غربی) داور درجه دو بین المللی: ایرج منصوری (تهران) و داور درجه سه بین المللی: کامران چراغی (البرز) برگزار می شود که سرپرست فنی دیدار جواد کریمی (داور درجه یک بین المللی- تهران) و نماینده هیئت کشتی استان نیز در این مسابقه: حسن بذرافشان خواهند بود. به بهانه برگزاری این مسابقه، گزارشی از عملکرد نماینده کشتی استان در این رقابت ها تهیه کردیم که این گزارش، امروز به علاقه مندان رشته کشتی تقدیم می شود. لیگ کشتی باشگاه های کشور در شرایطی از امروز وارد دور برگشت می شود که خراسان رضوی تنها در کشتی آزاد، تیمی را راهی مسابقات کرده است و تیم استان در کشتی فرنگی، غایب است. به گزارش "خراسان رضوی" این رقابت ها در بخش کشتی فرنگی در دوگروه چهارتیمی و در بخش کشتی آزاد نیز در دوگروه چهار و پنج تیمی دور رفت خود را پشت سرگذاشت. تنها رقابت های مهم باشگاه های

عکس: صادق ذباح

کشور در رشته کشتی در شرایطی در فصل جاری درحال پیگیری است که مسابقات امسال با شرایطی متفاوت از گذشته برگزار می شود که البته دارای محاسن و معایبی نیز می باشد. در لیگ کشتی فرنگی، در گروه نخست، تیم های "بیمه رازی تهران" و "شهدای مدافع حرم" مدعی صعود به مرحله نیمه نهایی هستند؛ در گروه دوم نیز تیم های "سینا ایده" و "دانشگاه پیام نور" (هر ۲ از استان خوزستان) تیم های بالانشین جدول هستند.

کشتی آزاد و نابه سامانی های جدول!

در رقابت های کشتی آزاد لیگ باشگاه های کشور، باوجوداین که در این رقابت ها شاهد معرفی چهره های با استعدادی به کشتی کشور بوده ایم؛ اما نابرابری تعداد تیم ها در ۲ گروه و همچنین برگزاری نامنظم مسابقات باعث نابه سامانی هایی در جدول رده بندی شده است. در گروه نخست این مسابقات که با حضور چهار تیم: "بیمه رازی جویبار"، "ایزی پایپ کاشان" "رعد پدافند تهران" و "هیئت کشتی مرند" تعداد نابرابر مسابقات باعث شده تا ارزیابی ناقصی از عملکرد تیم های این گروه در پایان دور رفت داشته باشیم؛ چرا که برای مثال دو تیم: دوم و چهارم جدول هر کدام یک مسابقه، کمتر نسبت به دو تیم دیگر برگزار کرده اند! هر چند در این گروه، تیم "بیمه رازی جویبار" عملکرد بسیار بهتری دارد و از آن جا که شهرستان "جویبار" در استان مازندران هم اینک قطب کشتی کشور به حساب می آید، به نظر می رسد سه تیم باقی مانده در دور برگشت باید برای صعود به عنوان تیم دوم، بجنگند.

جایگاه نازل نماینده استان در گروه دوم

باوجوداین که پس از چندسال غیبت، بالاخره به همت مسئولان هیئت گذشته، تیمی از خراسان رضوی در لیگ کشور، با عنوان "هیئت کشتی استان" طلسم چندسال غیبت را شکسته است؛ اما جایگاه نازل "چهارمی" در میان پنج تیم حاضر در گروه دوم، مسلما جایگاه قابل قبولی برای قطب گذشته کشتی کشور نیست و عملکرد کادرفنی و کشتی گیران این تیم در دور برگشت باید متفاوت شود تا تیم خراسانی از جایگاه کنونی فاصله بگیرد. در این گروه پنج تیمی، تیم "ستارگان ساری" از استان کشتی خیز مازندران صدرنشین است، اما رقابت پایاپای تیم دیگری از همین استان (پاس رستم کلا) نیز یک بار دیگر نشان از جایگاه والای تیم های مازندرانی در کشتی امروز کشور دارد. تیم "هلدینگ فراز" نیز که با عملکرد ش در دور رفت، اکنون در رتبه "سوم" قرار گرفته، امشب در شرایطی در مشهد روی تشک می رود که می خواهد امیدهایش را برای صعود همچنان زنده نگه دارد. تیم "هیئت کشتی خراسان رضوی" که از چهار مسابقه دور رفت خود، تنها در یک دیدار پیروز شد؛ امشب باید به جبران نتایج قابل انتقادش در دور رفت، برای فرار از "خاک" حریفان تلاش کند. خراسانی ها برای آن که بتوانند با نتایج بهتری بازی های دور برگشت را آغاز کنند باید با ترکیب توانمندتری نسبت به بازی های گذشته روی تشک بروند. این تیم که می توانست با اضافه شدن چند کشتی گیر بومی و غیربومی قوی تر، جایگاه بهتری داشته باشد؛ با حداقل حمایت های مالی، کار سختی برای صعود از گروهش دارد و در شرایطی که مدت هاست به دنبال بروز اختلافات دامنه دار و استعفای رئیس هیئت قبل (یعقوبی) بار دیگر شاهد اداره این هیئت مهم ورزشی با "سرپرست" هستیم؛ عملکرد فنی بهتر تنها نماینده کشتی استان می تواند روحیه از دست رفته را به کشتی استان بازگرداند. این نکته نیز که هیئت گذشته کشتی استان در ارزیابی فدراسیون طی سال گذشته و با وجود اقدام مثبت در میزبانی رقابت های بین المللی جام تختی، رتبه ای بهتر از "ششم" کسب نکرد، بیانگر انبوه مشکلات کمرشکن در کشتی خراسان رضوی است که عمده آن، ریشه در خودخواهی و منفعت طلبی و تفرقه در جامعه فعالان کشتی استان دارد و به نظر می رسد تا این تنش ها در کشتی استان وجود داشته باشد؛ امید به بهبود اوضاع، یک امید واهی و پوشالی خواهد بود.

جدول گروه اول لیگ کشتی آزاد باشگاه های کشور در آستانه آغاز دور رفت

ردیف	نام تیم	تعداد مسابقه	پیروزی انفرادی	پیروزی تیمی	امتیاز مثبت	امتیاز فنی	امتیاز تیمی
۱	بیمه رازی جویبار	۳	۲۳	۳	۷۹	۱۶۴	۶
۲	ایزی پایپ کاشان	۲	۶	۱	۲۶	۷۳	۲
۳	هیئت کشتی مرند	۳	۷	۱	۱۶	۲۶	۲
۴	رعد پدافند تهران	۲	۲		۱۶	۵۶	۰

جدول گروه دوم لیگ کشتی آزاد باشگاه های کشور در آستانه آغاز دور رفت

ردیف	نام تیم	تعداد مسابقه	پیروزی انفرادی	پیروزی تیمی	امتیاز مثبت	امتیاز فنی	امتیاز تیمی
۱	ستارگان ساری	۴	۲۲	۴	۸۴	۱۶۸	۸
۲	پاس رستم کلا	۴	۲۲	۳	۸۶	۲۲۱	۶
۳	هلدینگ فراز	۴	۲۰	۲	۸۰	۱۷۵	۴
۴	هیئت کشتی خراسان رضوی	۴	۱۰	۱	۵۲	۹۲	۲
۵	هرسین کرمانشاه	۴	۷	۰	۳۱	۸۱	۰

از میان خبرها

ورزشی

فوتبال تربت جام در برزخ معرفی رئیس!

تربت جام، اعلمی/ رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان تربت جام می گوید: ما هم مثل علاقه مندان به فوتبال این شهرستان در انتظار صدور حکم رئیس جدید هیئت فوتبال شهرستان (که یکی از پیش کسوتان فوتبال تربت جام است) از سوی رئیس هیئت فوتبال خراسان رضوی به عنوان رئیس جدید هیئت فوتبال این شهرستان هستیم.

«احمد خمسه» به خبرنگار ما گفت: در چند نوبت با رئیس هیئت فوتبال استان تماس تلفنی داشتیم، اما با وجود قول های متعدد، هنوز هیچ اقدامی از سوی هیئت فوتبال استان صورت نگرفته و امیدواریم که هر چه زودتر فوتبال تربت جام از بلاتکلیفی رهایی یابد.

در خور ذکر است قریب به دو ماه است که از سوی اداره ورزش و جوانان شهرستان تربت جام، «محسن میهن یار» به عنوان مسئول جدید هیئت فوتبال تربت جام به اداره کل ورزش و جوانان استان معرفی شده و باوجود این که تمامی مراحل اداری معرفی فرد پیشنهادی طی شده و حتی برگه تایید صلاحیت مکتوب فرد مورد نظر نیز برای صدور حکم به هیئت فوتبال استان ارسال شده اما از سوی این هیئت هنوز حکمی صادر نشده است.

اخبار

کوتاه

پیروز/ رئیس هیئت فوتبال خراسان رضوی: ورزشگاه امام رضا(ع) مشهد که ۲۵ شهریور ماه با برگزاری یک دیدار دوستانه افتتاح شد، در هر سال میزبان ۲۵ بازی خواهد بود.

* شاگردان عباس چمنیان (سرمربی خراسانی تیم ملی فوتبال نوجوانان) به عنوان صدرنشین از گروه C صعود کردند.

* دونده سبزواری (علیرضا بقایی) مقام سوم مسابقات دوومیدانی پیش کسوتان آسیا را کسب کرد.

* رئیس هیئت پزشکی ورزشی استان: با هماهنگی اداره کل ورزش، خودرویی با هدف شناخت ناهنجاری های قامتی بانوان در روستاها و حاشیه کلان شهرها و پیشگیری از آن با ورزش های اصلاحی اعزام خواهد شد.

* رئیس هیئت تنیس روی میز از برگزاری اولین دوره کلاس مربیگری بین المللی سطح یک در مشهد خبر داد.

درگز، مقصودی/ همایش دوچرخه سواری به مناسبت هفته دفاع مقدس در درگز برگزار شد.

فریمان، اصغری/ در مسابقات تنیس روی میز هفته دفاع مقدس و یادواره شهدای ورزشکار شهرستان فریمان این نتایج رقم خورد:

نونهالان (سطح یک): «سینا و کیان نوبخت» (اول و دوم) «سجاد مداح و امیرحسین آخرتی» سوم مشترک.

سطح ۱: ۲- مبین راعی مقدم ۲- علیرضا رزمی ۳- نویدی و احسانی. جوانان و نوجوانان: ۱- سینا نوبخت ۲- میلاد بیرقدار ۳- بحری و توکلو.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۷/۴]

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

«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.

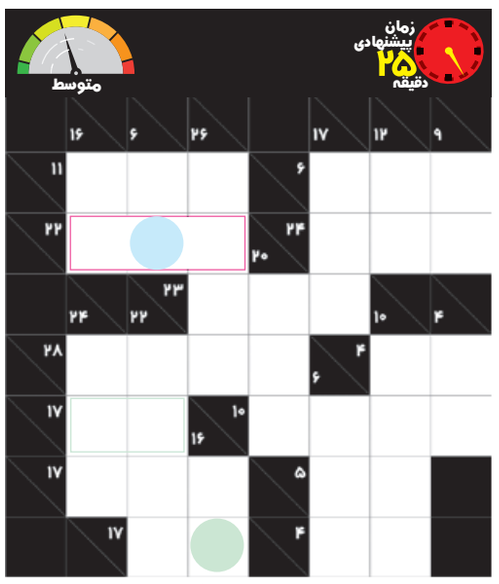
قانون

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 نباشد.



اگر برای حل کردن این جدول راهنمایی خواستید:

در تقاطع ستون ۶ و سطر ۲۲، ستون ۶ فقط می تواند ۱+۵ یا ۲+۴ باشد. اما در سطر ۲۲ کوچک ترین عددی که مجاز است ۵ است. پس در ستون ۶، در پایین ۵ و در بالا ۱ قرار می گیرد.

حالا در دو خانه خالی سطر ۲۲ باید فقط ۸ و ۹ را نوشت که ۸ در ستون ۱۶ ممنوع است. پس این بخش از جدول کاملا پُر شد.

جدول ویژه می گوید ستون ۱۶ فقط باید ۷+۹ و سطر ۱۷ فقط باید ۸+۹ باشد. پس جای ۹ پیدا شد و این سطر و ستون پُر شد.

جدول ویژه می گوید سطر دو خانه ای ۱۷ فقط می تواند با ۸+۹ پُر شود. اما با توجه به ارقام قبلی، ۸ در خانه سمت راست نمی تواند قرار بگیرد چون در ستونش تکراری می شود.

برای حل هر معما کافی است:

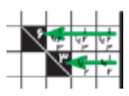
* از رقم صفر استفاده نکنیم.

* 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 بخورد 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 ۳+۱ 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.

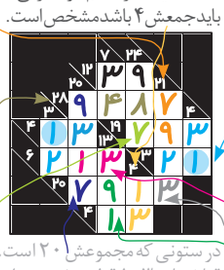
جدول ویژه می گوید: در سطری که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ هم باشد اما باید ۳ را در خانه راست نوشت تا در ستونش تکراری نشود.

ستونی که جمعش ۱۳ است دو رقم لازم دارد که جمع شان ۱۰ باشد. فقط ۳ را داریم: ۲+۸+۳ و ۱+۹+۳. اما ۲ و ۸ و ۴ و ۶ و ۹ هیچ کدام نباید در خانه پایینی باشد 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
۳۹	۴	۵+۷+۸+۹
۳۰	۴	۶+۷+۸+۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود را 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 پرکردنش 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 جامی 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 تکرار 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.

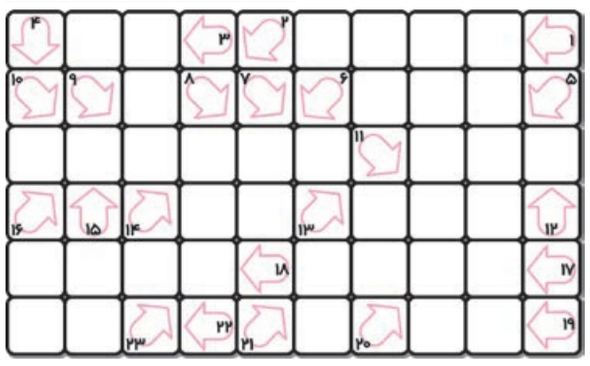
برای تکمیل سطری که جمعش ۲۸ است فقط می توانیم ۸ و ۴ را اضافه کنیم اما ۸ را نمی شود در خانه چپ نوشت چون جمع ستونش باید ۷ باشد! پس ۸ در خانه راست و ۴ در چپ جامی گیرد.

دو رقم باقی مانده سیاه هم که ۳ و ۹ است با استناد به ارقام قبل مشخص می شود 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.



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-(۵ حرفی) خوردن آب سرد، زمینه ساز بروز ..... است به این صورت که روده ها را منقبض و مواد دفعی را سفت می کند.

۲-(۴ حرفی) ورزش توپ و راکت

۳-(۴ حرفی) برای خوراندن مقدار دقیق داروهای مایع به ویژه آنتی بیوتیک ها به کودکان، باید از وسایل درجه بندی شده مانند پیمانه مدرج، قاشق مدرج یا ..... استفاده شود.

۴-(۵ حرفی) برگ این میوه را خشک کنید و شب به عنوان دمنوش از آن استفاده کنید تا باعث آرامش شود و از اضطراب و دلشوره هایی که مختص فصل پاییز است، جلوگیری کند.

۵-(۳ حرفی) از خودروسازهای آلمانی

۶-(۵ حرفی) به دلایل مختلف بهتر است از نیمه شهریور که علایم خشکی در طبیعت و بدن شروع می شود، از مصرف این میوه خودداری شود.

۷-(۳ حرفی) استفاده از ..... و آب و لیموترش (به ویژه اگر نوع آویشن باشد) به عنوان یک آنتی بیوتیک طبیعی در پاییز به شما کمک می کند.

۸-(۳ حرفی) قیمت و ارزش

۹-(۵ حرفی) سرزمینی سرد در روسیه

۱۰-(۳ حرفی) ننر

۱۱-(۳ حرفی) پزشک مقادیر آنتی بیوتیک را برای کودک بر اساس ..... او تعیین می کند.

۱۲-(۴ حرفی) نوشیدن آب سرد باعث سفت و منجمد شدن ..... ها در بدن می شود که تجمع آنها را هم به همراه دارد.

۱۳-(۴ حرفی) علایم خشکی و سردی در پاییز می تواند باعث رطوبت و حرارت بدن شود و این حالت باعث اختلال ..... در بعضی افراد خواهد شد.

۱۴-(۴ حرفی) داروهای آنتی بیوتیک در صورتی موثر است که طبق دستور پزشک و در ..... مقرر شده مصرف شود.

۱۵-(۴ حرفی) گلی با نام دخترانه

۱۶-(۴ حرفی) محل خرید و فروش سهام

۱۷-(۵ حرفی) نوشیدن آب سرد در ابتدا برای انسان لذت بخش است اما به مرور زمان کاهنده ..... است.

۱۸-(۴ حرفی) از بالا به پایین آمدن قطعات

۱۹-(۷ حرفی) نوعی بیماری در دمفاصل

۲۰-(۴ حرفی) کشتن با رعب و وحشت

۲۱-(۵ حرفی) آب فراوان جاری شده

۲۲-(۴ حرفی) داروی روی زخم

۲۳-(۵ حرفی) فرمانروایی و سروری

پاسخ ها

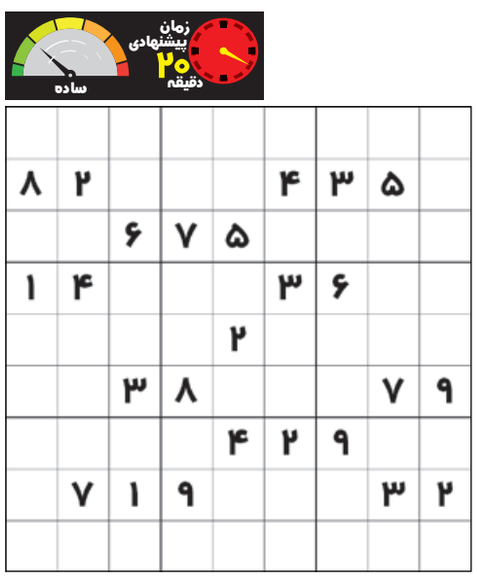
بادقت کردن به اتصال گوشه های نیم دایره و مثلث مشکی، مشخص است که گزینه ی شماره دو صحیح است.

سودوکو

هر روز

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

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



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

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