گردونه

ورزش

کشتی استان «نهم» کشور شد!

پیروز- رقابت های کشتی آزاد بزرگ سالان کشور با قهرمانی تیم تهران و مقام "نهم" خراسان رضوی به پایان رسید. به گزارش مهر، مسابقات گروه الف در شهر خرم آباد برگزار شد که در پایان تیم تهران، عنوان قهرمانی کشتی آزاد را کسب کرد. تیم های اول تا دهم: ۱- تهران ۲- لرستان ۳- خوزستان ۴- فارس ۵- البرز ۶- مازندران ۷- کردستان ۸- توابع تهران ۹- خراسان رضوی ۱۰- کرمانشاه.

رقابت دختران کاراته کار در مشهد

بهروز- مسابقات کاراته دختران (روز دانش آموز) با حضور ۳۲۰ شرکت کننده در قالب ۱۰ تیم از استان های تهران، گلستان، خوزستان، اصفهان، کرمان، خراسان رضوی، همدان، سمنان و خراسان شمالی در دو بخش کاتا و کومیته جمعه شب گذشته در مشهد پایان یافت. رئیس هیئت کاراته استان به خبرنگار ما گفت: در پایان این رقابت ها تیم های خراسان رضوی (الف) با ۳۹ طلا، ۳۴ نقره و ۴۵ برنز به مقام اول، خوزستان با شش طلا، چهار نقره و ۱۱ برنز به مقام دوم و خراسان رضوی (ب) با چهار طلا، هفت نقره و شش برنز به مقام سوم دست یافتند. "سعید رزم آرا" افزود: مسابقات با نظارت مستقیم افسانه باقری (نایب رئیس فدراسیون) برگزار شد.

خراسان رضوی نایب قهرمان شنای جانبازان و معلولان کشور

پیروز- تیم خراسان رضوی، نایب قهرمانی رقابت های شنای جانبازان و معلولان کشور را از آن خود کرد. به گزارش فارس، تهران عنوان قهرمان رقابت های قهرمانی شنای کشور را از آن خود کرد. رئیس انجمن شنا گفت: مسابقات با حضور بیش از ۱۰۰ ورزشکار جانباز و معلول از ۲۰ استان کشور در استخر مجموعه ورزشی آزادی تهران برگزار شد. "مجید نوروزی" افزود: پس از برگزاری رقابت ها، تیم تهران با کسب ۲۸۷ امتیاز، مقتدرانه قهرمان این دوره از مسابقات شد، خراسان رضوی با ۱۸۸ امتیاز دوم شد و جایگاه سوم نیز به تیم کرمان با ۱۵۷ امتیاز رسید.

رقابت پیش کسوتان تنیس روی میز

پیروز- مسابقات تنیس روی میز پیش کسوتان استان (جام یادبود استاد حسین علویان) در قوچان برگزار شد. به گزارش روابط عمومی هیئت استان، نتایج این دوره از مسابقات به این شرح بود: بالای ۴۰ سال: ۱- احمدی ۲- گلستانی ۳- عسکری و فروغی. بالای ۵۰ سال: ۱- صالحیان ۲- حکیمی ۳- معجزاتی و جنگی. بالای ۶۰ سال: ۱- مرادی ۲- قاضی آذری ۳- تقی پور و نیک اختر. بالای ۷۰ سال: ۱- تراب زاده ۲- جوانشیر ۳- صدر او نیریزی.

در گفت وگو با «خراسان رضوی» مطرح شد:

بوکس استان در رینگ مشکلات

عکس: مهر

گزارش

ترابی

رشته بوکس در استان خراسان رضوی که تا حدود شش سال قبل از نظر ورزشکار و مربی جایگاه نسبتا خوبی در کشور داشت، به دلایل مختلف و به مرور زمان روند معکوسی را در پیش گرفت و هم اکنون نیز وضعیت چندان خوبی ندارد و با انتقادهای ریز و درشت اهالی این رشته رزمی هم رو به روست و متاسفانه هیئت بوکس استان از نظر اطلاع رسانی نیز وضعیت مطلوبی ندارد. برگزاری مسابقات اخیر بوکس قهرمانی کشور و بازگشت دست خالی و "بی مدال "تیم خراسان رضوی، بهانه ای شد تا پای درد دل چند تن از ورزشکاران این رشته رزمی بنشینیم.

دلخوش به تغییرات آینده

یکی از ورزشکاران رشته بوکس، به خبرنگار ما می گوید: این رشته نه تنها در استان بلکه در کشور هم وضعیت خوبی ندارد و امید ورزشکاران به تغییراتی است که قرار است انجام شود و امیدواریم هر تغییری که صورت می گیرد به نفع این رشته ورزشی باشد. "محسن کریمی راد" درباره وضعیت هیئت بوکس استان خاطرنشان می کند: هیئت بوکس استان تا همین چند ماه قبل اصلا «حامی مالی» نداشت اما اکنون شنیده ام که حامی مالی جذب کرده است که باعث شده بتواند در مسابقات انتخابی استان به نفرات برتر جوایزی هم اهدا کند. البته انتقادهایی هم بر عملکرد این هیئت وجود دارد. "علی دامک" یکی دیگر از بوکسورهایی که در مسابقات چند هفته قبل قهرمانی استان، مقام اول را نیز کسب کرد، به «خراسان رضوی» می گوید: بوکس استان در دهه قبل جایگاه بهتری در سطح کشور داشت و هم اکنون شرایط خوبی ندارد که انتظار داریم کارشناسان هر چه زودتر آسیب شناسی کنند تا وضعیت بهتر شود.

کمیت خوب، کیفیت بد

یکی دیگر از ورزشکاران که سابقه عضویت در تیم ملی را هم دارد، می گوید: متاسفانه همیشه در انتخابی تیم ملی تبعیض وجود دارد و به ورزشکاران شهرستانی کمتر توجه می شود. "محمد شوریان" درباره وضعیت بوکس استان نیز می افزاید: به نظر من در این رشته نسبت به دوره های قبل «پسرفت» داشته است و از قهرمانان و مربیان استان به خوبی حمایت نمی شود. وی افزود: متاسفانه اکنون در استان برخی مربیانی فعالیت دارند که دانش آن ها در حد درجه سه هم محسوب نمی شود. یکی از پیشکسوتان بوکس استان نیز که در عرصه مربیگری فعالیت دارد، به خبرنگار ما می گوید: تا سال گذشته در مشهد فعالیت داشتم، اما برخی ناملایمات باعث شد تا عطای مربیگری در استان را به لقایش ببخشم و در شهر "سیرجان" فعالیت کنم. "محمود کیهانی" می افزاید: بوکس استان دارای استعدادهای فراوانی است و حتی مربیان خیلی خوبی هم در شهرستان ها داریم که از این ظرفیت ها به خوبی استفاده نمی شود. وی گفت: برای این که بوکس استان دچار تحول شود، باید ساختار آن تغییر کند. شاید از نظر کمیت، کارهای خوبی برای بوکس استان انجام شده، اما از نظر کیفیت، به نظر من بوکس استان طی سال های اخیر پیشرفتی نداشته است.

بلا تکلیفی در هیئت

سرپرست هیئت بوکس استان نیز در گفت و گو با خبرنگار ما می گوید: دوره چهار سال ریاست من در این هیئت، مدت هاست تمام شده است و از اردیبهشت ماه تاکنون با سمت «سرپرست» این هیئت را مدیریت می کنم. «قدیر توانا» با بیان این که برای دوره بعدی ریاست هیئت نیز نامزد نیستم، می افزاید: متاسفانه در شرایطی که کمکی به بوکس استان نمی شود، نمی توان انتظار مدال آوری داشت. کمک های اداره کل ورزش و جوانان استان نیز طی سال های اخیر خیلی کمرنگ بوده است و به عنوان مثال از ابتدای امسال تاکنون فقط دو میلیون تومان به ما کمک شده است. وی می افزاید: طی پنج سال اخیر، فدراسیون حتی به اندازه یک ریال هم به ما کمک نکرده و منبع درآمد ثابتی نداریم. روزی چهار شیفت تمرین بوکس داریم که ۲۲ مربی برای هیئت کار می کنند و درآمد این کلاس ها، را صرف هزینه های جاری می کنیم. وی اظهار می کند: در مسابقات قهرمانی کشور که به تازگی برگزار شد، شش نفر را برای اعزام در نظر گرفته بودیم که یک نفر انصراف داد. اما متاسفانه نتوانستیم هیچ مدالی کسب کنیم و ورزشکاران ما همگی اوت شدند. با وجود این، چهار نفر از آن ها به نام های حبیب نژاد، لطفی نیا، خاکساری و روحبخشیان به اردوی تیم ملی بوکس بزرگسالان دعوت شده اند. وی ادامه می دهد: اکنون، ملی پوش ثابت در تیم ملی نداریم؛ اما در رده های نوجوانان و جوانان ورزشکارانی به اردوها دعوت می شوند.

وضعیت شهرستان ها

وی درباره وضعیت بوکس شهرستان ها می گوید: هم اکنون در تمام شهرستان ها هیئت فعال داریم که از بین آن ها شهرهای قوچان، نیشابور، تایباد، سبزوار، چناران و تربت حیدریه نسبت به دیگر شهرها فعال تر هستند. از نظر امکانات نیز اکنون قوچان و تربت حیدریه به رینگ کامل، مجهز هستند. در مشهد هم به جز سالن واقع در مجموعه شهید بهشتی سه سالن دیگر نیز به رینگ مجهز شده اند.

اذعان به اطلاع رسانی ضعیف

"توانا" با تایید عملکرد ضعیف هیئت بوکس استان در اطلاع رسانی می گوید: متاسفانه روابط عمومی قوی نداریم و قبول دارم که در بحث اطلاع رسانی ضعیف کار کرده ایم. وی درباره انتقادهای برخی مربیان نیز می گوید: تا جایی که توانسته ایم از همه مربیان خوب استان در هیئت کمک گرفته ایم و اگر کسی مدعی است که از توانمندی وی در دست استفاده نشده است، شاید اشکال در کار خودش باشد!

اخبار

کوتاه

پیروز- شایعاتی مبنی بر مذاکره مشکی پوشان مشهدی با "مجتبی جباری" و "حنیف عمران زاده" و یک دروازه بان لیگ برتری شنیده می شود و مربیان و علی عباسی، (سرمربی و مدیرعامل) راهی گرجستان شدند تا درباره انتخاب و جذب بازیکنان خارجی جدید برای سیاه جامگان اقدام کنند. * در لیگ برتر بسکتبال بانوان کشور، تیم هیئت اصفهان ۶۹ بر ۶۱ خراسان رضوی را شکست داد. * در هفته دوم لیگ دسته اول فوتسال کشور، تیم "رعد پدافند هوایی مشهد" در سالن شهید بهشتی ۵ بر یک تیم صالحین ورامین را شکست داد و در گروه دوم هم تیم "دانش ورزش فریمان" در دزفول ۲ بر یک تیم دانشگاه سمای دزفول را شکست داد. * از سوی وزارت؛ البرز، لرستان، همدان، تهران، اردبیل، خراسان رضوی، مرکزی، کردستان، گیلان و اصفهان به عنوان استان های برتر حوزه روابط عمومی ادارات کل ورزش و جوانان معرفی شدند. * سارا دیدار، فاطمه سرور زاده، شروین افخمی، نجمه نیشابوری و مریم حسینی از خراسان رضوی به اردوی تیم ملی فوتبال دختران زیر ۱۵ سال دعوت شدند. * امیرحاج رضایی (مجری برنامه هزار داستان): اظهار کرد هرگز دوست نداشتم اشک خداداد عزیزی را دربیاورم و اگر از قبل می دانستم که چنین سوالی تا به این حد او را ناراحت می کند، امکان نداشت آن را مطرح کنم. * نایب رئیس هیئت دوومیدانی گفت: حدود ۵۰ بانوی دوومیدانی کار در خراسان رضوی در چهار رده سنی، دارنده مقام های قهرمانی در جهان، آسیا و ایران هستند. * رئیس هیئت تنیس استان اظهار کرد: یکی از مشکلات ما، مزایده زمین تمرینی سجاد است که به بخش خصوصی واگذار خواهد شد. قطعا اگر این اتفاق بیفتد، دیگر نمی توانیم مسابقاتی در کشور برگزار کنیم. * رئیس هیئت جودو و کوراش خراسان رضوی از نایب قهرمانی تیم جودوی استان در رقابت های جوانان کشور خبر داد. * تیم "کرمان موتور" در مشهد، قهرمان لیگ برتر تنیس کشور شد. به نقل از فدراسیون تنیس، لیگ برتر تنیس با هفت تیم به صورت رفت و برگشت برگزار شد.

سرخس، تمدن- تیم های گنبدلی، بزنگان و سنگر موفق به کسب مقام های اول تا سوم مسابقات والیبال روستایی شدند. * رئیس سازمان لیگ فوتسال کشور با مسئولان شهرستان در فرمانداری سرخس دیدار و گفت وگو کرد. * مسابقات کشتی با چوخه بزنگان سرخس به مناسبت ۱۳ آبان با حضور علاقه مندان در سالن حوزه بسیج سلمان فارسی برگزار شد.

فریمان، اصغری- دو کشتی گیر فریمانی در مسابقات کشتی فرنگی بزرگ سالان کشور در خرم آباد در رده بزرگ سالان به مقام دومی دست یافتند. در این مسابقات "امید قادری" در وزن ۶۳ کیلو و "محمدحسن حسینی" در وزن ۷۲ کیلوگرم به مقام دومی دست یافتند.

کاشمر، مهدیان- تیم فوتبال سپاهان کاشمر در لیگ برتر جوانان خراسان رضوی مقابل تیم پارسیان مشهد به تساوی یک بر یک رسید.

تربت حیدریه، غضنفری- روسای هیئت های ورزشی در نشستی چهار ساعته با فرماندار شهرستان، معاونان وی، بخشداران و رئیس اداره ورزش در سالن اجتماعات فرمانداری به بیان مشکلات رشته های ورزشی در شهرستان پرداختند.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۸/۱۴]

نقش یاب مارپیچ

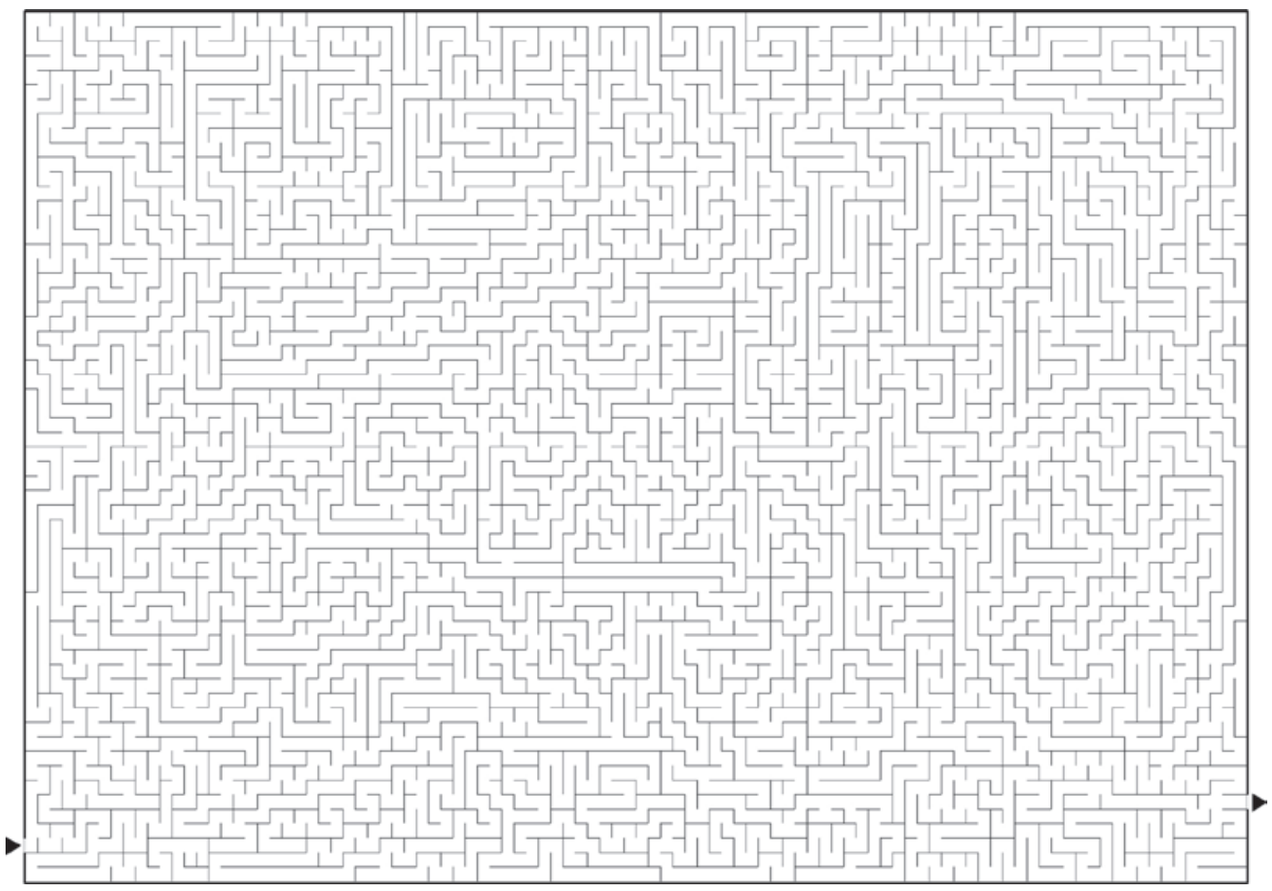
یک شنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۳۵ دقیقه — متوسط

فرق این مارپیچ با دیگر نمونه های مشابه این است که در آن یک تصویر پنهان شده است.

برای کشف تصویر، «یک خط شکسته مارپیچ» بیابید که از ورودی مارپیچ وارد شود و از خروجی مارپیچ بیرون برود. این خط باید بدون «شاخه» و «دوراهی» باشد. وقتی مسیر صحیح پیدا شد آن را پررنگ کنید تا تصویر را ببینید.

پیشنهاد می شود در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کم رنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.

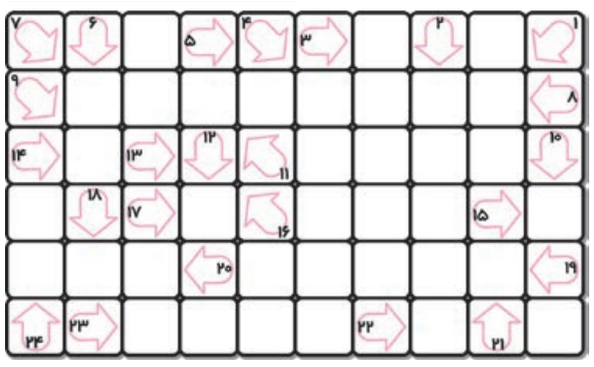


جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

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) معمولا مواد غذایی تاثیری در افزایش یا ایجاد جوش های نوجوانی ندارد اما بهتر است مصرف غذاهای ..... و فست فود را کاهش داد.
۲-(۵ حرفی) برای مبارزه با آکنه از شست و شوی بیش از حد صورت پرهیز کنید زیرا می تواند به ..... هرچه بیشتر پوست منجر شود.
۳-(۴ حرفی) استفاده از صابون های آنتی باکتریال می تواند منافذ ..... پوست را باز و از بروز جوش در این قسمت ها جلوگیری کند.
۴-(۴ حرفی) پس از ۴۰ سالگی به ویتامین B12 نیاز شدید دارید و ممکن است با خوردن مرغ، ....، لبنیات و تخم مرغ هم نیاز به مصرف مکمل های دارویی داشته باشید.
۵-(۳ حرفی) ماده منفجره
۶-(۴ حرفی) آکنه یا جوش های دوران نوجوانی به جوش ..... هم معروف است.
۷-(۶ حرفی) برخورد دورویا رویی با دشمن
۸-(۷ حرفی) کسالت و خستگی با وجود خواب کافی به همراه کم توانی و ..... و غصه داشتن از احتمال تامین نبودن ویتامین B12 خبر می دهد.
۹-(۳ حرفی) از طلوع تا غروب
۱۰-(۴ حرفی) هر اتاقک قطار
۱۱-(۳ حرفی) سالخورده
۱۲-(۴ حرفی) برای رفع آکنه آب تازه این میوه را با یک پارچه به محل جوش ها بزنید و ۱۵ دقیقه بگذارید بماند، سپس با آب گرم بشویید.
۱۳-(۴ حرفی) از انواع ادویه
۱۴-(۳ حرفی) ماتم و عزا
۱۵-(۲ حرفی) از غلات
۱۶-(۴ حرفی) دوران حساس زندگی هر فردی است و با تغییرات ظاهری زیادی همراه است و به همراه «رشد جسمی» مشکلات شایعی هم دارد.
۱۷-(۶ حرفی) جوش صورت مشکلی است که متاسفانه درست زمانی به سراغ نوجوان می آید که بیش از هر وقت دیگر نگران ..... خود است!
۱۸-(۳ حرفی) بخش اصلی و عمده
۱۹-(۵ حرفی) فلش
۲۰-(۴ حرفی) محل ماسوره در چرخ خیاطی
۲۱-(۶ حرفی) کشوری در غرب آفریقا
۲۲-(۴ حرفی) بیشتر جوش های دوران نوجوانی یا آکنه روی پوست صورت، گردن، ....، پشت و شانه ها ظاهر می شود.
۲۳-(۶ حرفی) چین خوردگی های زمین
۲۴-(۶ حرفی) بر دبار و صبور

پاسخ ها

اسب سفید پایینی به e۵ می رود. سیاه در حرکت بعدی مات است: اگر سرباز سیاه ردیف d پیشروی کند یا رخ سیاه سمت راست هر حرکتی انجام دهد وزیر سفید به c۴ می رود. اما اگر رخ سیاه سمت چپ هر حرکتی انجام دهد اسب بالایی سفید به f۶ می رود. اگر شاه سیاه به d۵ برود وزیر سفید به c۶ می رود. اگر هم شاه سیاه به f۴ برود رخ بالایی سفید به b۴ می رود.

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.

زمان پیشنهادی ۳۵ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

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

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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