

ورزش

فرمان‌رویی

خداداد عزیزی:

باید ۳ تیم آفریقایی بازی کنیم

پیروز - «خداداد عزیزی» گفت: باید تا شروع جام جهانی، تیم ملی ایران با سه تیم آفریقایی بازی کند؛ چون اگر در بازی اولمان با مراکش که "شاه کلید" است، برنده شویم، شانس صعود خواهیم داشت. به گزارش فارس، مهاجم خراسانی سابق تیم ملی ایران اظهار کرد: ای کاش در گروه A قرار می‌گرفتم، حتی اگر در گروه ژاپن هم قرار می‌گرفتم شانس صعود داشتیم. وی در واکنش به حملات برخی از کاربران مجازی به صفحه شخصی "کافو" (ستاره برزیلی که قرعه ایران را از گلدان درآورد) گفت: کافوی بدبخت چه گناهی دارد؟ قرار گرفتن ایران در گروه سخت هیچ ارتباطی به کافو ندارد.



گزارش

ترابی

یکی از مجموعه‌های ورزشی نسبتاً بزرگ و با ظرفیت خیلی بالا که به ورزش جانبازان و معلولان هم کمک شایانی کرده، مجموعه "۱۵ خرداد" واقع در بولوار شهید صیاد شیرازی، تقاطع بولوار هشتم شهریور است که دارای استخر، زمین چمن طبیعی فوتبال، سالن چند منظوره، دوزمین چمن مصنوعی فوتسال، سالن تیراندازی،وزنه برداری و دوزمین آسفالت روباز فوتسال است. نکته قابل تامل این مجموعه بر خلاف دیگر مجموعه‌های ورزشی که بر اساس قانون به مزایده گذاشته می‌شود، این است که این مجموعه طبق قانون در اختیار ورزش جانبازان و معلولان قرار گرفته است. گروه ورزش "خراسان رضوی "در شماره‌های قبلی این سلسله گزارش‌ها به بررسی وضعیت مجموعه‌های ورزشی تختی،مهران، ثامن الائمه(ع)، شهید بهشتی، کوثر، سجاده و محمد تقی جعفریان پرداخت و اینک به مناسبت روز جهانی معلولان در هشتمین بخش، گزارشی دیگر تقدیم علاقه مندان می‌شود.

● قانون ترک تشریفات

رئیس هیئت ورزش‌های جانبازان و معلولان خراسان رضوی که مدیریت مجموعه ورزشی "۱۵ خرداد" را بر عهده دارد، درباره چگونگی واگذاری آن به هیئت در گفت وگویی خبرنگار ما می‌گوید: قانون کشوری به نام «دستورالعمل ترک تشریفات مناقصه» به همراه بخشنامه مجلس وجود دارد که بر اساس آن یک مجموعه ورزشی در هر استانی باید در اختیار ورزش جانبازان و معلولان قرار گیرد. بر اساس این

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۹/۱۲]

نقش یاب مارپیچ

یک‌شنبه ها و چهارشنبه ها



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 بپایید 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.

● قانون:

۱)قام ۹تا راطوری در خانه‌های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

قانون، مجموعه ۱۵ خرداد از سال ۸۲ در زمان وزیر وقت تربیت بدنی (علی آبادی) و مدیر کل وقت تربیت بدنی استان (منوچهر پور حسن) تا کنون بدون مزایده در اختیار هیئت جانبازان و معلولان استان قرار دارد البته طبق نرخ کارشناسی سالانه برای این مجموعه، اجاره ای به حساب خزانه دولت واریز می کنیم که بر اساس قانون ۵۰ درصد آن به ورزش استان بر می گردد.

«هادی رضایی» می‌افزاید: این مجموعه را با چمن طبیعی فوتبال ناهموار و یک سالن چند منظوره با کف پوش خراب تحویل گرفتیم و تمام محوطه آن نیز خاکی بود. در همان سال اول تصمیم گرفتیم برای ورزشکاران جانباز و معلول، استخر سرپوشیده احداث کنیم. برای اعتبار آن نیز حدود ۱۸۶ میلیون تومان از فدراسیون مربوط کمک دریافت و ۱۵۰ میلیون تومان هم از بودجه استانی استفاده کردیم که اواخر سال ۸۳ افتتاح شد و اسم آن را نیز به نام زنده یاد "علی اکبر غیائی" که از روسای قبلی هیئت جانبازان و معلولان استان بود، نام گذاری کردیم.

سال ۸۴ نیز تمام محوطه این مجموعه را اسفالت و سپس کف پوش سالن چند منظوره را تعویض کردیم. وی ادامه می‌دهد: به مرور سالن تیراندازی،وزنه برداری،پیست خاکی دوومیدانی، دو چمن مصنوعی فوتسال و دوزمین فوتسال آسفالت روباز را هم احداث کردیم. همچنین سایت تیر و کمان هم در مجاورت زمین فوتبال راه اندازی شده است. وی خاطر نشان می‌کند: برای هیچ کدام از فضاهای ورزشی که تا کنون احداث شده است، از بودجه اداره



کل ورزش و جوانان استان کمک نگرفته ایم بلکه با استفاده از درآمد مجموعه و کمک خیران این کارها انجام شده است.

● تاکید بر حفظ و نگهداری

وی درباره حفظ و نگهداری این مجموعه تصریح می‌کند: از همان ابتدا با اداره کل ورزش و جوانان به تفاهم رسیدیم که مدیریت کامل مجموعه در اختیار هیئت باشد. تا کنون حفظ و نگهداری این مکان بر عهده هیئت جانبازان و معلولان بوده است. هر چند که سالانه برای این مجموعه اجاره می‌دهیم که امسال ۱۵۰ میلیون تومان پرداخت کردیم. وی

امشب پیراهن زنده یاد «نوروزی» در مشهد به مزایده گذاشته می شود

حمایت از کرمانشاه به یاد کاپیتان

پیروز - پیراهن مر حوم" هادی نوروزی" برای کمک به زلزله زدگان با حضور ورزشکاران و هنرمندان کشور در مشهد به مزایده گذاشته خواهد شد. به گزارش فارس، امشب (یک‌شنبه) جشن بزرگ هفته وحدت با هدف کمک به کودکان زلزله زده کرمانشاه با حضور چهره های مطرح ورزش و سینما در "سالن شهید بهشتی مشهد" برگزار خواهد شد. در بخشی از این مراسم که به میزبانی سازمان فرهنگی تفریحی شهر داری مشهد برگزار می‌شود، پیراهن کاپیتان فقید تیم پرسپولیس با حضور خانواده هادی نوروزی و ستاره های ورزش و سینما به حراج گذاشته می‌شود تا منافع این اقدام خیرخواهانه برای بازسازی مناطق زلزله زده با نظارت خانواده نوروزی صرف شود. (هادی نوروزی همواره بعد از گلزنی پیراهنی را که نام امام رضا(ع) روی آن نقش بسته بود نشان می داد. به تازگی اعلام شد این پیراهن پس از مزایده به موزه امام رضا(ع) اهدا خواهد شد.)

سلسله گزارش‌های «خراسان رضوی» از بضاعت سخت افزاری ورزش استان(۸)

«۱۵ خرداد»؛ تنها مجموعه ورزشی جانبازان و معلولان در استان!

با بیان این که هزینه‌های جاری ماهانه حدود ۱۰ میلیون تومان است، می‌افزاید: این مجموعه بیشتر با حضور ورزشکاران جانباز و معلول اداره می‌شود و تا کنون به بهترین نحو از این مکان نگهداری شده است. وی اضافه می‌کند: در این مجموعه جدای از حفظ و نگهداری، بر بحث مرمت و به سازی مجموعه هم تاکید زیادی داریم و حتی فضاهای ورزشی هم به آن اضافه کرده ایم. بخشی از درآمد مجموعه برای حفظ و نگهداری و بخشی نیز برای هزینه اعزام و مسابقات ورزشکاران جانباز و معلول هزینه می‌شود که تر از نامه مالی در آمد مجموعه شفاف و روشن است. هادی رضایی تصریح می‌کند: در پنج سال گذشته به غیر از فدراسیون جانبازان و معلولان که سالانه ۲۴ میلیون تومان به هیئت‌های استانی کمک می‌کند، هیچ دریافتی از اداره کل ورزش و جوانان استان نداشته ایم.

● پروژه بی سر نوشت

وی درباره وضعیت آخرین مرمت فضاهای ورزشی این مجموعه می‌گوید: امسال ۱۷ میلیون تومان برای ترمیم سالن چند منظوره هزینه شده است اما هم اکنون نیاز ضروری به ترمیم فضاهای ورزشی نداریم. البته اگر بودجه داشته باشیم چمن طبیعی را به مصنوعی و حتی پیست دوومیدانی را به تارتان تبدیل می‌کنیم تا ورزشکاران زیر مجموعه هیئت راحت تر بتوانند ورزش کنند. وی درباره پروژه ای که هنوز انجام نشده است، اظهار می‌کند: پیشنهاد دادیم در این مجموعه یک خوابگاه هم احداث کنیم.



البته هزینه آن را هم از فروش زمینی در مشهد که مربوط به فدراسیون جانبازان و معلولان است، تامین می‌کنیم که مجوز آن را هم گرفته ایم اما متأسفانه به دلیل همکاری نکردن مسئولان استانی، این پروژه عملیاتی نشده است. وی در پاسخ به این سوال که آیا فضاهای ورزشی مجموعه در اختیار عموم مردم هم قرار می‌گیرد؟ می‌افزاید: بهترین ساعت فضای باز ورزشی مجموعه در اختیار ورزشکاران جانباز و معلول (آقا و خانم) قرار دارد. البته برای این که بتوانیم درآمد ثابتی داشته باشیم، در بخشی از روز، فضاهای ورزشی همچون زمین چمن فوتبال، استخر، سالن چند منظوره و حتی زمین چمن مصنوعی را در اختیار عموم مردم قرار می‌دهیم. وی درباره پروژه ناتمام سالن سنگ نوردی در این مجموعه می‌گوید: این پروژه مربوط به اداره کل است و الان به دلیل کمبود بودجه بیش از هشت سال است که راه‌شاده است البته اگر تحویل هیئت جانبازان و معلولان بدهند، می‌توانیم این پروژه را تکمیل کنیم به شرطی که بتوانیم از این مکان استفاده کنیم. وی با بیان این که دیگر برای ریاست هیئت نامزد نمی‌شوم، خاطر نشان می‌کند: از اداره کل ورزش و جوانان استان تشکر می‌کنم که این مجموعه را بر اساس قانون در اختیار ما گذاشته است. وی در پاسخ به این سوال که آیا ممکن است بعدها این مجموعه از هیئت جانبازان و معلولان گرفته شده می‌افزاید: هر چیزی در مشهد امکان دارد. متأسفانه همه رشته های ورزشی در استان مظلوم هستند. آرزوی منم ورزش جانبازان و معلولان یک مجموعه اختصاصی داشته باشد". فرزاد آقا بیگی "سرپرست گروه نظارت فنی بر اما کن ورزشی اداره کل ورزش و جوانان نیز درباره وساحت مجموعه ۱۵ خرداد می‌گوید: این مجموعه ۲/۵ هکتاری در سال ۷۶ ساخته شده است.

خبر

ورزش

معرفی قهرمانان کشتی با چوخه یادواره شهدای روستای گناباد

انوری - نفرتا بر تو اولین دوره مسابقات کشتی با چوخه یادواره شهدای روستای گناباد (از توابع مشهد) معرفی شدند. مسئول هیئت کشتی با چوخه تربیت بدنی سپاه امام رضا (ع) به "خراسان رضوی" گفت: این مسابقات به مناسبت گرمی داشت هفته بسیج و به همت انجمن کشتی چوخه مشهد، هیئت کشتی با چوخه تربیت بدنی سپاه امام رضا(ع)، حوزه ۸ بلال بسیج سپاه، شور و دهباری روستای گناباد و هیئت امنای گود کشتی با چوخه روستا و جمعی از خیران با حضور ۱۵۵ کشتی گیر در چهار روز (قند) عصر جمعه گذشته برگزار شد که نتایج آن به شرح زیر بود:
منهای ۷۴ کیلوگرم: ۱- احمد خداباشنده (فر دوسی) ۲- حیدرز حمتکش (فر دوسی) ۳- مهدی کیوان پناه (شهیدای گناباد) منهای ۸۴ کیلوگرم: ۱- محمد ابراهیمی (شهدای گناباد) ۲- یحیی فخرآبادی (شهدای گناباد) ۳- میلاد بهاری (شیروان) منهای ۹۶ کیلوگرم: ۱- محمد تیموری (ترت جام) ۲- حسن ستوده (بهشتی) ۳- حسن نیکنام (شهدای گناباد) به علاوه ۹۶ کیلوگرم (سنگین وزن): ۱- احمد میرزاپور (شهدای گناباد) ۲- خسرو رحیمی (فر دوسی) ۳- جواد سالاری (شهدای گناباد) "مجید گلستانی" افزود: در ده بندی تیمی نیز تیم های شهدای گناباد، فردوسی و شهید بهشتی به مقام های اول تا سوم دست یافتند.

اخبار

کوتاه

پیروز -ر کوردگیری بانوان وزنه بردار برای نخستین بار در کشور عصر جمعه گذشته در سالن تختی مشهد انجام شد.
*مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی با صدور پیامی فرارسیدن هفته وحدت را تبریک گفت.
*زینب کریمی، تارا جانی نژاد و رقیه صومعه از خراسان رضوی به اردوی تیم ملی فوتسال جوانان دعوت شدند.
*بهروز عطیمی و حمیدرضا مرادیان از خراسان رضوی به اردوی تیم ملی فوتسال امید دعوت شدند.
*در لیگ برتر فوتسال بانوان کشور امروز (یک‌شنبه) «مشکی پوشان خراسان رضوی» مهمان بانوان زنجانی هستند.
*«رضا قوچان نژاد» گفت: با توجه به قرعه، همه ما را «تیم بی‌شانس» گروهان می‌بینند، اما مردم نباید فراموش کنند که ما بعد از روسیه و برزیل به عنوان سومین تیم به جام جهانی آمدم.
*یک دوره کلاس بازآموزی قوانین داوری کاراته (ویژه سبک های کنترا لی استان) در بخش بانوان با حضور ۶۰ شرکت کننده در مشهد برگزار شد.
*حسین بادامکی گفت: با قرعه سختی در جام جهانی روبه رو شدیم، اما این غیر قابل پیش بینی بودن، از جذابیت های فوتبال است.
بردسکن، نوری/مسئول کاراته سبک کیو کوشین ماتسویی استان در بردسکن گفت: هیئت کاراته استان در حال سامان دهی سبک های آزاد کاراته است.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه



- ۱- (۵ حرفی) ایجاد آرامش محیطی در هنگام خوردن غذا، نداشتن، و نیز فعالیت نکردن (به ویژه در کودکان) و توجه کامل به غذا، به عملکرد هر چه بهتر دستگاه گوارش کمک می‌کند.
- ۲- (۵ حرفی) بیماری‌های دهان در واقع با محصول بی‌سوادی درباره است یا در پی غفلت از نیازهای زندگی سالم اتفاق می‌افتد.
- ۳- (۳ حرفی) هر روز صبح ۵ دقیقه ورزش کنید، ورزش‌های که تمام بدن را درگیر کند.
- ۴- (۴ حرفی) دره بین چشم
- ۵- (۶ حرفی) افرادی که به صورت منظم، هر روز می‌خورند لاغرتر از دیگران هستند.
- ۶- (۴ حرفی) مطبوع و مطلوب
- ۷- (۳ حرفی) صورت ظاهری هر چیز
- ۸- (۴ حرفی) برداشتن گام‌های، پیاپیاده روی با سرعت (بین راه رفتن و آهسته دویدن) می‌تواند تناسب اندام شما را حفظ کند و قلب تان را سالم نگه دارد.
- ۹- (۴ حرفی) آرزو و چشمداشت
- ۱۰- (۴ حرفی) خواش و التماس
- ۱۱- (۵ حرفی) رژیم غذایی غنی از، آئزیم‌های چربی ساز را کاهش و آئزیم‌های چربی سوز را افزایش می‌دهد.

