رئیس هیئت کوهنوردی خراسان رضوی:

## گزارش ویژه حادثه «اشترانکوه» تا پایان هفته ارسال می شود

**ترابی**- رئیس هیئت کوهنوردی خراسان رضوی گفت: گزارش ویژه حادثه "اشترانکوه" از زوایای مختلف در حال تکمیل است که ان شاءا... تا پایان هفته برای فدراسیون ارسال می شود. "احمدرز حمتکش" در گفت وگو با خبرنگار ما افزود: با توجه به درخواست فدراسیون از ما برای گزارش و بررسی دلایل وقوع حادثه "اشترانکوه" که منجر به کشته شدن ۹ تن از اعضای دو باشگاه "آزادگان" و "پلنگ برفی" مشهد شد، گفت: گزارش اولیه شامل اسامی نفرات، تاریخ اعزام و دیگر مسائل پنج روز قبل به فدراسیون ارسال شد؛ اما گزارش اصلی و تکمیلی تا پایان هفته ارسال می شود که در این گزارش، اظهارات مکتوب کوهنوردان نجات یافته و باشگاه های مربوطه دریافت شد.

دلیل جدایی تنها ملی پوش پدیده از زبان خودش:

## مغازه خریدم؛ پول می خواستم!

**پیروز**- ملی پوش جدایی طلب تیم فوتبال "پدیده خراسان" گفت: به دلیل این که در تهران، مغازه خریده بودم؛ به پول نیاز داشتم، اما مسئولان باشگاه امروز و فردا کردند تا راهی به جز جدایی نداشته باشم. "اکبر ایمانی" در گفت وگو با فارس، درباره فسخ یک طرفه قراردادش با پدیده اظهار کرد: در زمان قرارداد با پدیده بندی را اضافه کردم که اگر تا نیم فصل ۴۵ درصد از قرارداد من از طرف باشگاه پرداخت نشود؛ بتوانم یک طرفه فسخ کنم و از این بند استفاده کردم. وی افزود: باشگاه پدیده تا به امروز کمتر از ۲۵ درصد قرارداد من را داده بود و من هم باوجود هشدارهایی که به آن ها داده بودم، مجبور به فسخ قرارداد شدم. وی ادامه داد: از یک ماه پیش به مدیران باشگاه اعلام کرده بودم که پول نیاز دارم اما باز هم خبری از پرداخت مطالباتم نشد.

نایب رئیس انجمن کشتی چوخه استان درگفت وگو با «خراسان رضوی» مطرح کرد:

# استقبال ۲۰۰ هزار نفری از کشتی چوخه با بودجه صفر!

گفت و گو

رضا اعلمی

عکس: اعلمی

کشتی باچوخه در بیشتر شهرستان های استان و به خصوص تربت جام از عاشقان و علاقه مندان بی شماری برخوردار است و این تماشاگران در گرما و سرما همیشه یار و یاور این رشته ورزشی هستند. چندی قبل ۲۰۵ کشتی گیر چوخه کار مهمان سالن چوخه تربت جام بودند که طی یک روز در سالن کارگران این شهرستان در مسابقاتی باعنوان قهرمانی (جام پلیس و وحدت) به رقابت پرداختند که نتایج این مسابقات نیز در همین صفحه درج شد. در حاشیه برگزاری این مسابقات، فرصتی دست داد تا گفت و گویی با مرد دوم این رشته در استان داشته باشیم که امروز تقدیم شما می شود...

نایب رئیس انجمن چوخه استان با بیان این که چوخه در استان های خراسان رضوی و شمالی از طرفداران بی شماری برخوردار است و به نوعی بایستی این دو استان را مهد کشتی باچوخه کشور بدانیم، افزود: البته در خراسان رضوی، کشتی باچوخه از امکانات ناچیزی برخوردار است و باتوجه به حضور موفق چوخه کاران این استان در مسابقات، متاسفانه هنوز این رشته ورزشی از وجود یک سالن اختصاصی محروم است و از آن جا که قرار بود زمینی برای احداث سالن به کشتی چوخه اختصاص داده شود، هنوز این وعده، عملی نشده است و از مدیر کل اداره ورزش و جوانان استان هم می خواهیم با ارایزنی با نمایندگان مردم در مجلس با ساخت یک سالن اختصاصی چوخه این کمبود برطرف شود. "عیسی روحانی" همچنین افزود: از نمایندگان مردم در مجلس و همچنین وزارت ورزش هم می خواهیم باتوجه به وجود علاقه مندان بی شمار چوخه در این استان، حمایت های لازم را از کشتی باچوخه داشته باشند. چون در هر زمانی که مسابقاتی در این استان برگزار می شود حداقل حدود پنج هزار نفر برای دیدن رقابت چوخه کاران حضور می یابند و من معتقد هستم که باید به کشتی باچوخه با این ظرفیت بالا توجه خاصی صورت گیرد و از مسئولان هم می خواهیم قهرمانانی را که در کشتی باچوخه صاحب مقام و سکو هستند مورد بی توجهی و بی مهری قرار ندهند. "عیسی روحانی" نداشتن بودجه اختصاصی را از عمده مشکلات این رشته ورزشی در استان دانست و گفت: کشتی باچوخه سهمی در بودجه های استانی ندارد و اداره کل ورزش و جوانان استان بایستی برای کشتی چوخه نیز همچون دیگر رشته های ورزشی استان، بودجه ای خاص در نظر بگیرد؛ چون این رشته ورزشی از عاشقان بی شماری برخوردار است و اگر نگاهی به مسابقاتی که از ابتدای سال تاکنون در استان برگزار شده بیندازیم؛ متوجه خواهیم شد حدود ۲۰۰ هزار نفر در مسابقاتی که در استان برگزار شده است از مسابقات دیدن کرده اند؛ درحالی که این استقبال را در کمتر رشته ورزشی که صاحب بودجه اختصاصی هستند، شاهدیم. پس این رشته ورزشی هم باید در ردیف دیگر رشته های ورزشی استان از لحاظ بودجه قرار گیرد. وی به "خراسان رضوی" می گوید: شهرستان تربت جام از جمله شهرستان های استان است که فعالیت خوبی در کشتی با چوخه دارد و از ورزشکاران نامی همچون حسن ستوده، محمدتیموری، کامران رستمی، حامد میرزاپورو... برخوردار است و حتی چوخه کاران تربت جامی در رشته هایی همچون کوراش و آلیش نیز در مسابقات کشوری و آسیایی صاحب مقام و سکو هستند و از جمله شهرستان هایی است که در تمامی مسابقات کشتی باچوخه که در استان و کشور برگزار می شود، حضور دارد که جا دارد همین جا از زحمات وتلاش های "علی براتی" و "حامد فخر احمدی" روسای اسبق انجمن کشتی باچوخه این شهرستان وهمچنین از رئیس اسبق اداره ورزش و جوانان تربت جام (گوهری) که در رشد و اعتلای این شهرستان فعالیت گسترده ای داشتند، تقدیر و تشکر کنیم و امیدوارم که مسئولان جدید انجمن کشتی باچوخه تربت جام و اداره ورزش و جوانان این شهرستان نیز بتوانند ادامه دهنده راه آنان باشند. روحانی درباره کلاس های آموزشی ارتقای سطح آگاهی چوخه کاران نیز گفت: باهدف حمایت از چوخه شهرستان ها تاکنون دو دوره کلاس داوری در استان برای شهرستانی ها برگزار کردیم که به زودی احکام مربیگری نیز اهدا خواهد شد؛ ضمن این که ما برای اولین بار در استان کلاس مربیگری را برای آن دسته از علاقه مندانی که عشق به مربیگری دارند، برگزار کردیم که احکام آنان به زودی اهدا خواهد شد. وی همچنین خاطرنشان کرد: باتوجه به تعاملی که با اداره کل ورزش استان داشتیم قرار بر این شد که در آینده ای نزدیک ابلاغ تمام رئیس انجمن های کشتی باچوخه در شهرستان های استان از طریق رئیس انجمن کشتی باچوخه استان صادر شود و در سمیناری که در مشهد برگزار خواهد شد، تمامی روسای انجمن های چوخه شهرستان ها دعوت شوند تا راهکارهای اعتلا و پیشرفت کشتی باچوخه در شهرستان ها بررسی شود.

## یادداشت

بهروز

### کولاک شیربچه های «فرش آرا»

تیم فوتسال «فرش آرای مشهد» پنج شنبه گذشته در سالن شهید بهشتی دست به کار بسیار بزرگی زد و ضمن پیروزی ارزشمند ۲ بر یک، گیتی پسند اصفهان یکی از مدعیان قهرمانی لیگ برتر را از کورس قهرمانی خارج کرد و خودش را تا سکوی پنجم بالا کشید. شاگردان محسن خبیری در این بازی، نشان دادند می توانند مقابل تیمی که در لیگ هزینه چند میلیاردی داشته و از ملی پوشان و بازیکنان برزیلی برخوردار است و همچنین سرمربی شهیری چون حسین شمس (سرمربی اسبق تیم ملی) دارد، کولاک و نمایشی فراتر از حد انتظار ارائه کنند. در شرایطی که فقط دو هفته تا پایان لیگ باقی مانده، فرش آرا اکنون در سکویی قرار دارد که با بهترین جایگاه تاریخ فوتسال خراسان رضوی (جایگاه پنجمی تیم «علم و ادب مشهد» در لیگ برتر کشور با سرمربیگری حسین شمس در دهه ۸۰) برابری می کند و در چنین شرایطی، مسئولان استانی و باشگاه باید در فرصت باقی مانده تمام حمایت های لازم را از تنها نماینده شایسته استان در رویترین اول فوتسال کشور داشته باشند.

تیم جوان و با آتیه مشهدی دو بازی سخت و دشوار را تا پایان فصل با تیم های «شهروند» در ساری و «تاسیسات دریایی تهران» در مشهد در پیش دارد که تکرار جایگاه تاریخی فوتسال استان پس از یک دهه، بستگی زیادی به میزان این حمایت ها و البته هوشیاری کادرفنی و بازیکنان در دو بازی آخر خواهد داشت.

## اخبار

کوتاه

**بردسکن، نوری**- در مسابقات فوتسال مقطع دوم آموزشگاه های متوسطه بردسکن تیم های شهید فرهادی شهرآباد، دبیرستان رسول اکرم(ص) و تیم شهید غفوری اول تا سوم شدند.

**پیروز**- "خرسندنیا" هافبک مشهدی سابق تیم "مشکی پوشان" تا پایان فصل به تیم "نساجی ماردان" در لیگ یک پیوست. * به دنبال محرز شدن محرومیت "مصطفی احمدی" هافبک تیم مشکی پوشان، مدیران این باشگاه برای وساطت و پس گرفتن شکایت پدیده به دنبال کمک از مسئولان ورزشی و شهری هستند. * در هفته پانزدهم لیگ دسته دوم فوتبال کشور، تیم "پرسپولیس مشهد" در قزوین ۲ بر صفر مغلوب "کاسپین" شد. * رکوردگیری دختران و بانوان وزنه بردار شهرستان های استان با حضور ۲۷ ورزشکار در مشهد برگزار شد.

**فریمان، اصغری**/ در هفته پنجم لیگ دسته یک فوتسال استان، تیم شهرداری فرهادگرد میزبان آرین شهر مشهد بود که بازی با تساوی ۲ بر ۲ پایان یافت.

**ترابی**- رقابت های مرحله مقدماتی گروه یک لیگ دسته اول والیبال نشسته بانوان از امروز (شنبه) با حضور پنج تیم در مشهد آغاز شد. * رئیس هیئت دوچرخه سواری استان از برگزاری یک دوره مسابقه دوچرخه سواری رشته "تایم تریل" انفرادی ویژه بانوان خبر داد و گفت: برای اولین بار این مسابقات در رده سنی آزاد در خراسان رضوی پنج شنبه گذشته در بازار خودروی "مجیدیه" مشهد برگزار شد.

## اخبار

ورزشی

### بازدید سرمربی تیم ملی جوانان از تمرینات وزنه برداران خراسانی

**پیروز**- سرمربی تیم ملی جوانان از تمرینات وزنه برداران خراسانی بازدید کرد. به گزارش روابط عمومی هیئت وزنه برداری استان، «محمدحسین برخواه» وزنه بردار خوش تکنیک و خوش اخلاق دیروز و سرمربی امروز که در جمع وزنه برداران خراسان رضوی حاضر شده بود، ابتدا از خاطرات مسابقات خود در سالن تختی مشهد یاد و اظهار کرد: حداقل در ۱۰ مسابقه در این سالن روی سکو حاضر شده است. وی از وضعیت کنونی سالن و تجهیزات وزنه برداری ابراز خوشحالی کرد و ضمن بازدید از تمرینات وزنه برداران خراسان رضوی، توان و تکنیک وزنه برداران استان را خوب ارزیابی کرد و این ظرفیت را شایسته موفقیت های بزرگ تر دانست.

### یک خراسانی، مربی نمونه ۲۰۱۷ آسیا شد

**پیروز**- رئیس هیئت جودو، جوجیتسو و کوراش خراسان رضوی گفت: سرمربی مشهدی تیم ملی کوراش توسط کنفدراسیون کوراش آسیا و اقیانوسیه به عنوان مربی نمونه سال ۲۰۱۷ آسیا انتخاب شد. "حسین محمودی" در گفت و گو با ایرنا افزود: این انتخاب بر اساس کسب مدال های مختلف ورزشکاران تیم ملی در جریان مسابقات داخل سالن آسیا و قهرمانی جهان در سال ۲۰۱۶ انجام شده است و "خسرو دلیر" که از قهرمانان ارزنده جودو و کوراش استان است و هم اکنون مسئولیت کمیته کوراش، مشاور فنی هیئت و مدیر فنی تیم های استان را نیز برعهده دارد؛ موفق به کسب این افتخار شد. وی درباره نتایج تیم جودوی پاس نیروی انتظامی استان در لیگ برتر نیز گفت: نماینده استان در هفته سوم رقابت ها در دیدار نخست با نتیجه ۵ بر ۲ مقابل تیم صدرنشین نفت تهران شکست خورد، در دیدار بعدی تیم نیروی زمینی ارتش را با نتیجه ۴ بر ۳ شکست داد، و در دیدار پایانی به نتیجه قاطع ۷ بر صفر برابر دانشگاه پیام نور تهران به پیروزی رسید. وی خاطر نشان کرد: با نتایج کسب شده شانس چندانی برای دفاع از عنوان قهرمانی فصل پیش لیگ برتر کشور توسط نماینده استان مان وجود نخواهد داشت، اما نایب قهرمانی ارزشمند این تیم مسجل است.

### احتمال جدایی ستاره مشکی پوشان

**پیروز**- مربی مشکی پوشان خاطرنشان کرد: "روح ا... سیف اللهی_ بهترین بازیکن و ستاره تیم مشکی پوشان طی دو فصل اخیر- قصد جداشدن دارد و با عنایتی هم صحبت کرده است. به گزارش فارس، اکبرپور تصریح کرد: حنیف عمران زاده، حسین زامهران و علی فرامرزی به طور قطعی به تیم اضافه شده اند و بازیکن عراقی نیز شنبه (امروز) قرارداد شان ثبت می شود که در پست دفاع راست و هافبک مهاجم بازی می کنند. همچنین با یک بازیکن دیگر از عراق هم در حال مذاکره هستیم که عضو تیم ملی عراق است و ۱۱ روز اخیر برای تیم ملی گل زنی کرده است.

# جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۱۰/۹]

## معمای شطرنج

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — متوسط

در این صفحه بازی شطرنج که نیمه کاره رها شده است، یکی از بازیکنان که اتفاقا نوبت اش هم رسیده است می تواند حریف اش را با دو حرکت مات کند.

شما بگویید کدام بازیکن این موقعیت را دارد و چطور می تواند حریفش را مات کند؟!

جهت حرکت مهره های سفید از پایین به بالا تعریف شده است.

## معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

**قانون**

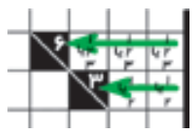
خانه های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:
۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.
۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.
۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

| | ۱۰ | ۲۰ | | ۱۱ | ۲۷ | ۱۰ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱۰ | | | ۱۰ | | | | ۷ |
| ۱۶ | | | ۳۰ ۶ | | | | |
| ۶ | | | | ۱۲ ۳۰ | | | |
| | ۱۳ | ۱۳ ۹ | | | | ۲۱ | ۱۶ |
| ۱۳ | | | | | ۱۴ ۱۷ | | |
| ۱۵ | | | ۳۰ | | | | |
| ۴ | | | ۲۴ | | | | |

**برای حل کافی است:**

* ابتدا سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده باشد.
* از حل تکه هایی که فقط ۲ یا ۳ خانه دارند، آغاز 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.

* هرگز حدس نزنیم! بلکه قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن، با خودمان مرور کنیم.



* بدانیم هر معما فقط و فقط یک پاسخ صحیح دارد.

| تعداد خانه | مجموع | تنها گزینه موجود |
|---|---|---|
| ۲ | ۳ | ۱و۲ |
| ۲ | ۴ | ۱و۳ |
| ۲ | ۱۶ | ۷و۹ |
| ۲ | ۱۷ | ۸و۹ |
| ۳ | ۶ | ۱و۲و۳ |
| ۳ | ۷ | ۱و۲و۴ |
| ۳ | ۲۳ | ۶و۸و۹ |
| ۳ | ۲۴ | ۷و۸و۹ |
| ۴ | ۱۰ | ۱و۲و۳و۴ |
| ۴ | ۱۱ | ۱و۲و۳و۵ |
| ۴ | ۲۹ | ۵و۷و۸و۹ |
| ۴ | ۳۰ | ۶و۷و۸و۹ |

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود را برای بعضی اعداد سفید نشان می دهد

**برای راهنمایی، «معمای مجموع ارقام» را در اینترنت و شبکه های اجتماعی جست وجو کنید.**

## 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 ۶۰ دقیقه — مردافکن

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

زمان پیشنهادی ۵۰ دقیقه — بسیار سخت

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

زمان پیشنهادی ۴۰ دقیقه — سخت

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

## جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

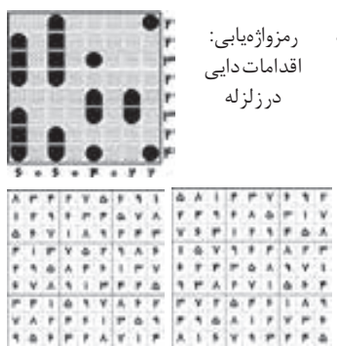
**قانون:** پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.

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-(۷ حرفی) کودکان به طور معمول تمایلی به مصرف..... ندارند اما با کمی خلاقیت می توانید آن ها را به این کار تشویق کنید.
۲-(۴ حرفی) ارتفاع..... موقع خواب باید در حدی باشد که سر و گردن در امتداد بدن قرار بگیرد.
۳-(۴ حرفی) افرادی که آرتروز دارند باید روی صندلی استاندارد بنشینند چون در این حالت فشار کمی به..... وارد می شود.
۴-(۶ حرفی) سبزی های برگ دار، مانند.....، سرشار از فیبر غذایی و مواد مغذی گیاهی است.
۵-(۳ حرفی) کریم و بخشنده
۶-(۳ حرفی) برش شاخه های زیادی درخت
۷-(۵ حرفی) نگهداری.....، لاک پشت و خوکچه آزمایشگاهی در خانه قوانین بهداشتی مخصوص به خود را دارد چرا که نگهداری از این حیوانات می تواند انواع بیماری های روده ای را به همراه داشته باشد.
۸-(۶ حرفی) تاب دادن ابریشم، پشم یا کرک
۹-(۴ حرفی) نگهداری گربه خانگی احتمال ابتلا به توکسوپلاسموز را افزایش می دهد و می تواند سبب سقط جنین و مشکلات..... و مغزی شود.
۱۰-(۳ حرفی) هنگام خوابیدن گودی و قوس ناحیه کمر باید حفظ شود. استفاده از تشک.....
در دراز مدت کمر درد می آورد.
۱۱-(۴ حرفی) افراد باید از کودکی و جوانی به فکر سلامت استخوان ها باشند و با تغذیه سالم به ویژه استفاده از ترکیب های مختلف غذایی مورد نیاز استخوان و مصرف کافی کلسیم و..... در رژیم غذایی، به سلامت استخوان هایشان کمک کنند.
۱۲-(۲ حرفی) چغندر منبع خوبی برای تامین ویتامین.....، پتاسیم، منگنز و فولات است.
۱۳-(۳ حرفی) از فلزات سنگین
۱۴-(۴ حرفی) از وسایل گرمایشی قدیم خانه ها
۱۵-(۳ حرفی) اجرت
۱۶-(۵ حرفی) ترومرطوب
۱۷-(۶ حرفی) خطوطی که به هم نمی رسند
۱۸-(۵ حرفی) افرادی که دچار نقص ایمنی اند و به بیماری های..... مبتلا هستند یا در حال انجام شیمی درمانی اند، از تماس با حیوانات خانگی همچون گربه بپرهیزند و در خانه نگهداری نکنند.
۱۹-(۳ حرفی) جانوری بزرگ جثه
۲۰-(۵ حرفی) مدیر اما کمتر که
۲۱-(۳ حرفی) بوته تازه سبز شده
۲۲-(۶ حرفی) شیشه و بلور

## پاسخ ها

ارقام ۱ تا ۱۱ به این ترتیب می توانستند خانه های خالی را پُر کنند.

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | × | ۶ | + | ۵ | = | ۱۱ |
| + | | ÷ | | + | | |
| ۷ | × | ۲ | − | ۴ | = | ۱۰ |
| = | | = | | = | | |
| ۸ | | ۳ | | ۹ | | |

رمزواژه یابی: اقدامات دایی در زلزله