گردونه

ورزش

خداداد عزیزی، سرمربی «سپیدرود» نوین می شود؟

پیروز- سرمربی سابق تیم فوتبال مشکی‌پوشان با محمد نوین به عنوان سرمربی "سپیدرود" قرارداد بست. به گزارش فارس، هنوز ساعاتی از انتشار خبر بازگشت مالکیت سپیدرود به جواد تن‌زاده نگذشته بود که خبر آمد خداداد عزیزی در نشست با محمد نوین، به عنوان سرمربی سپیدرود انتخاب شده است. عزیزی در نشست با نوین، با وی برای هدایت سپیدرود به توافق رسیده در حالی که تن‌زاده مدعی شده «دست نشان» سرمربی سپیدرود است و تا ۴۸ ساعت آینده، تمرینات این تیم را آغاز خواهد کرد!

یک خبر از کاراته استان

پیروز- کاراته کاران خراسان رضوی در نخستین مرحله لیگ کاراته جوانان کشور توانستند یک عنوان قهرمانی و یک مدال برنز کسب کنند. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، در این مسابقات، امیر اسلامی در وزن منهای ۷۶ کیلوگرم قهرمان شد و متین محمدی نیز در وزن منهای ۶۳ کیلوگرم صاحب نشان برنز شد.

اخبار

کوتاه

پیروز- فدراسیون تیراندازی با کمان، بعد از ارزیابی هیئت های استانی کشور، رتبه هیئت خراسان رضوی را "دهم" اعلام کرد. * یک روزنامه مشهور هلندی، تیم داوری کشورمان را نامزد قضاوت فینال جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه دانست. در پایان روز شانزدهم جام جهانی، این تیم با نمره ۸ از سه بازی، در صدر جدول داورهای جام قرار دارد. * به همت انجمن جوجیتسوی استان، یک دوره آزمون ارتقای کمربندان های یک تا ۴ و همچنین یک دوره آموزشی مربیگری درجه ۳ جوجیتسو به مدت دو روز در سالن مجموعه ورزشی جعفریان گلشهر برگزار شد. * نایب رئیس هیئت جودوی خراسان رضوی، از برگزاری طرح مادران و دختران شاد و قوی در مشهد خبر داد. * سخنگوی هیئت فوتبال استان درباره این که با توجه به تب‌وتاب جام جهانی، برخی فرصت‌طلبان از موقعیت موجود سوءاستفاده و مدارس غیرمجاز فوتبال را با تبلیغات کذب در بین خانواده‌ها معرفی می کنند، هشدار داد. * مسابقات تیراندازی به اهداف پروازی (تراپ) قهرمانی خراسان رضوی (جام پلیس)، با معرفی نفرات و تیم های برتر در شهرستان تربت جام به پایان رسید.

فریمان، اصغری/ در مسابقات استانی خردسالان، کشتی گیران فریمانی: حسین حقایق و جواد عمرانی مقام اول، محمد جلالی مقام دوم و سلمان قاسمی، مهدی مبتدا، محمد حسین دولتمند و امیر حسین آهنی مقام سوم را کسب کردند. * در مسابقات تنیس روی میز "هفته مبارزه با مواد مخدر"، سینا نوبخت مقام اول را کسب کرد و سینا بحری و پوریا منوری به صورت مشترک مقام دوم و امین راعی مقدم مقام سوم را کسب کردند.

رکوردشکنی الماس خراسانی در لیگ «الماس»

پیروز- سریع‌ترین مرد ایران و الماس دوومیدانی خراسان رضوی، با کسب عنوان نایب قهرمانی مسابقات "لیگ الماس" فرانسه، رکورد ملی ۱۰۰ متر ایران را نیز شکست.

به گزارش مهر، "حسن تفتیان" قهرمان دوی سرعت آسیا، موفق شد در مسابقات این لیگ در پاریس، در رقابتی حساس با دیگر دوندگان با ثبت زمان ۱۰/۰۳ ثانیه، ضمن شکستن رکورد ملی ۱۰۰ متر ایران، به عنوان دومی دست یابد و بهترین عملکرد خود را در فصل مسابقات امسال به ثبت برساند. در خور ذکر است وی پیش از این نیز با زمان ۱۰/۰۴ ثانیه (مادرید ۲۰۱۶) رکورددار ۱۰۰ متر ایران بود. همچنین خبر دیگری حاکی است که پس از این رکوردشکنی، در رده‌بندی فدراسیون جهانی دوومیدانی، سریع‌ترین مرد ایران در رده چهل و ششم دنیا قرار گرفت.

۲۶۱ هزار دلار؛ سود «خانزاده» برای ۲ تیم خراسانی

پیروز- حضور "محمدرضا خانزاده" تنها بازیکن تیم های خراسانی در جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، به همراه تیم ملی فوتبال (حتی بدون به میدان رفتن) ۲۶۱ هزار دلار سود نصیب دو باشگاه "پدیده" و "مشکی پوشان" کرد.

به گزارش "ورزش سه"، در هر دوره جام جهانی، باشگاه هایی که در این رقابت ها بازیکن داشته باشند (به صورت مجزا) مشمول دریافت پاداش می شوند و به همین دلیل، این مدافع تهرانی با توجه به دوران حضور گذشته اش در تیم سقوط کرده مشکی پوشان مبلغ ۸۷ هزار و ۱۰۰ دلار نصیب این باشگاه کرده و مبلغ ۱۷۴ هزار و ۶۶ دلار نیز به باشگاه "پدیده خراسان" سود رسانده است.

(در خور ذکر است پیش از این، "خراسان رضوی" به صورت اختصاصی این موضوع را در یک گزارش دقیق بررسی کرده بود.)

در نشست خبری هیئت بدنسازی و پرورش اندام اعلام شد:

فعالیت ۴۶۲ باشگاه غیرمجاز بدنسازی در استان

بکائیان: آماری از پلمب باشگاه های غیرمجاز به ما اعلام نمی شود!

گزارش جلسه

ترابی

رئیس هیئت بدنسازی و پرورش اندام خراسان رضوی با بیان این که آماری از پلمب باشگاه های غیرمجاز استان ندارد، گفت: هزار و ۸۵۰ باشگاه بدنسازی در استان فعالیت می کنند که از این تعداد هزار و ۱۰۰ باشگاه در مشهد و در مجموع حدود ۴۶۲ باشگاه در خراسان رضوی غیرمجاز هستند.

به گزارش خبرنگار ما، "مهدی بکائیان" در نشست خبری این هیئت که دیروز در سالن جلسات اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی برگزار شد، در پاسخ به این سوال که چرا باید آماری از پلمب باشگاه های غیر مجاز نداشته باشید، افزود: پلمب باشگاه های غیر مجاز توسط بازرسان اداره کل ورزش و جوانان و دستگاه قضایی انجام می شود و آن ها به ما هیچ آماری اعلام نمی کنند! وی در ادامه به موضوع برخورد با باشگاه های بدون مجوز در استان اشاره کرد و افزود: هیئت بدنسازی و پرورش اندام قبلا در این موضوع هیچ وظیفه قانونی نداشت اما به تازگی با بخشنامه اداره کل ورزش و جوانان، بازرسی از باشگاه ها به تمام هیئت ها ابلاغ شد که بر این اساس، ما فقط وظیفه بازرسی و ارائه گزارش را داریم و بحث برخورد و پلمب بر عهده دستگاه های قضایی و نظارتی است.

وی تصریح کرد: در چند ماه اخیر، سرزده از چند باشگاه بدنسازی بازدید کردم که متاسفانه وضعیت خوبی نداشتند. متاسفیم از این که برخی باشگاه های بدنسازی، معضلات زیادی دارند و باید فضای این گونه باشگاه ها را پاک سازی کنیم.

شنیده اما ندیده ایم!

وی درباره فعالیت مربی مرد در باشگاه های بانوان افزود: درباره آموزش به بانوان توسط مربیان مرد، مطالب زیادی شنیده ایم که موضوع را به حراست و دستگاه قضایی اعلام کردیم اما هنوز خودمان چیزی مشاهده نکردیم. حتی قبلا گفته شده بود که یک نفر از بدنه هیئت بدنسازی و پرورش اندام استان، به بانوان آموزش می دهد که اداره آگاهی نیروی انتظامی هم پیگیر موضوع بود؛ اما بعدا مشخص شد که شایعه و توطئه ای بیش نبود. وی همچنین درباره سرنوشت جوانی که چند ماه قبل در یکی از باشگاه های بدنسازی بدحال شد و در بیمارستان فوت کرد، افزود: هنوز نتیجه آزمایش پزشکی قانونی از تهران به دست ما نرسیده و مشخص نشده علت مرگ چه بوده است البته در باشگاهی که این اتفاق افتاده، تعدادی "قرص برنج" هم مشاهده شد ولی تا نتیجه پزشکی قانونی به صورت رسمی اعلام نشود، نمی توان تصمیم گیری کرد.

عکس: میثم دهقانی

آن چنان که می گویند پولدار نیستیم

رئیس هیئت بدنسازی و پرورش اندام درباره این که گفته می شود، هیئت شما جزو هیئت های پولدار است، اظهار کرد: هیئت ما درآمد دارد اما نه به اندازه ای که دیگران می گویند. ما تا کنون از اداره کل ورزش و جوانان استان و فدراسیون مربوط یک ریال هم دریافت نکرده ایم و سعی می کنیم با حامیان مالی که داریم، درآمدزایی کنیم. بکائیان در پاسخ به این سوال که چرا دفتر هیئت بدنسازی در مجموعه ای که دستگاه های بدنسازی خارجی می فروشد، مستقر است و آیا این مسئله با شعار سال (حمایت از کالاهای ایرانی) تناقض ندارد، اظهار کرد: این مجموعه، "حامی مالی" هیئت بدنسازی و پرورش اندام است و ما در فروش دستگاه های بدنسازی هیچ دخالتی نداریم. از طرفی، دفتر ما سال گذشته در حالی در این مجموعه مستقر شد که هنوز شعار "حمایت از کالای ایرانی" اعلام نشده بود و اگر لازم باشد برای جابه جایی دفتر باید امسال تصمیم بگیریم.

امکان فروش مکمل غیرمجاز همه جا وجود دارد

بکائیان درباره فروش مکمل های غیرمجاز در باشگاه ها و این که شنیده می شود فردی داخل هیئت بدنسازی نیز اقدام به چنین کاری می کند، خاطرنشان کرد: امکان فروش مکمل غیرمجاز در همه جا وجود دارد اما اگر چنین موردی را مشاهده کنیم، برخورد شدید می شود. وی در پاسخ به این سوال که چرا برخی از اقوام و آشنایان خود را در هیئت به کار گیری کرده است، گفت: الان فقط همسر دخترم که یک نظامی است، مسئولیت کمیته انضباطی هیئت را بر عهده دارد و فرد دیگری از اقوامم، مسئولیتی ندارند. وی همچنین درباره حمایت های شورای شهر نیز خاطرنشان کرد: تاکنون جلسات زیادی با اعضای شورای شهر داشتم اما هنوز از هیئت بدنسازی حمایتی نکرده اند. وی همچنین گفت: در یک سال اخیر، مسابقات زیادی در حوزه مچ اندازی، پاور لیفتینگ، بادی کلاسیک، تک حرکت لیفت، پرورش اندام فیزیک و تک حرکت پرس سینه در استان برگزار کردیم. بکائیان افزود: در پایان هفته جاری نیز مسابقات مچ اندازی آقایان و بانوان قهرمانی استان در مشهد برگزار می شود. بکائیان درباره توجه به شهرستان ها نیز گفت: یکی از اولویت های ما در هیئت، اهمیت به شهرستان هاست. شخصا تاکید دارم که برخی از مسابقات نیز باید در شهرستان ها برگزار شود و حتی خودم نیز از مسابقاتی که در شهرها برگزار می شود هم بازدید دارم.

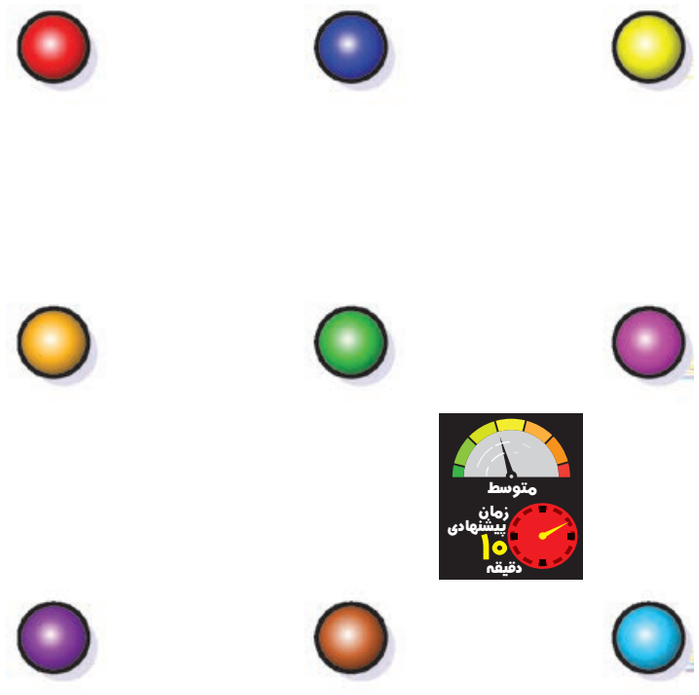
فعالیت بانوان در مچ اندازی

نایب رئیس امور بانوان هیئت بدنسازی و پرورش اندام نیز گفت: تلاش ما این است که ورزش همگانی را از قهرمانی جدا کنیم. الان هم بانوان از نظر حضور در مسابقات، فقط در رشته مچ اندازی فعالیت دارند. "عصمت دوستی" افزود: نظارت بر باشگاه های بانوان در گذشته توسط آقایان صورت می گرفت اما این موضوع تفکیک شده است و الان فقط کارشناسان خانم از باشگاه های بانوان بازدید می کنند.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۷/۴/۱۱]

معمای هوش

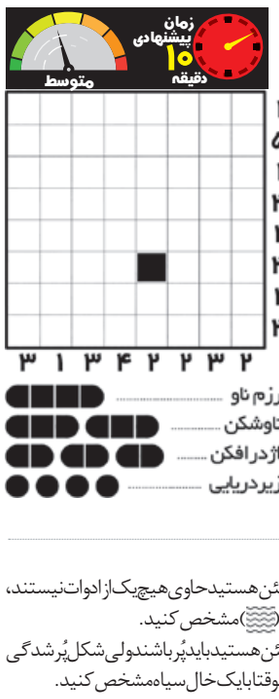
دوشنبه ها و پنج‌شنبه ها



در این صفحه سه مربع رسم کنید طوری که هریک از این ۹ نقطه در یک فضای بسته قرار بگیرند. به نظر شما این کار ممکن است؟ چطور؟

ناویاب

دوشنبه ها و پنج‌شنبه ها

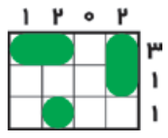


«ناویاب» از پرطرفدارترین سرگرمی های منطقی جهان است که رقابت حرفه ای آن در ایران هم توسط «روزنامه خراسان» برگزار شده است و اپلیکیشن اندرویدی آن هم به تازگی تولید شده است.

هر ناویاب، یک اقیانوس فرضی مربعی است که یک فروند «رزم‌ناو»، دو «ناوشکن»، سه «اژدرافکن» و چهار «زیردریایی» در آن پنهانند و ما باید جای ادوات پنهان را کشف کنیم. ماهیت بعضی از خانه ها هم از ابتدا «راهنما»ی شما است.

قانون:

ارقام بیرون جدول، می گویند که در هر سطر یا ستون، چند خانه در اشغال ادوات است.



تمام ادوات در این معما «افقی» یا «عمودی» هستند و هرگز مورب نیستند.

ادوات در این معما به هیچ‌وجه در همسایگی هم نیستند (حتی از گوشه ها).

نکته‌ها:

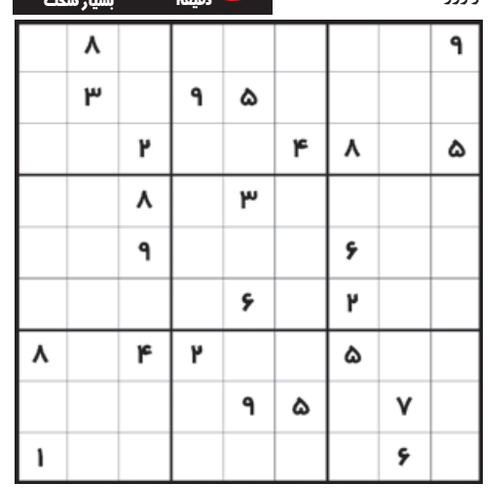
- دقت کنید که خانه های «راهنما» به چه شکلی هستند. پُر بودن این خانه ها با «دایره»، «نیم‌دایره»، «مربع» یا «آب» در پاسخی که به دست می آید کاملا موثر است.
- ناویاب «منطقی» است، پس چاره حل آن «حدس‌زدن» نیست! با کشف روابط منطقی، ماهیت قطعی بعضی خانه ها را تعیین کنید و با استناد به همان خانه ها، به ماهیت خانه های دیگر برسید.
- خانه هایی را که مطمئن هستید حاوی هیچ یک از ادوات نیستند، با ضربدر یا علامت آب (≈) مشخص کنید.
- خانه هایی را که مطمئن هستید باید پُر باشند ولی شکل پُرشدگی آنها مشخص نیست، موقتا با یک خال سیاه مشخص کنید.
- فراموش نکنید که ناویاب فقط و فقط یک پاسخ دارد!
- اطلاعات بیشتر درباره «ناویاب» و نمونه های تمرینی متنوع‌تر را در اینترنت و شبکه های اجتماعی جست‌وجو کنید.

سودوکو

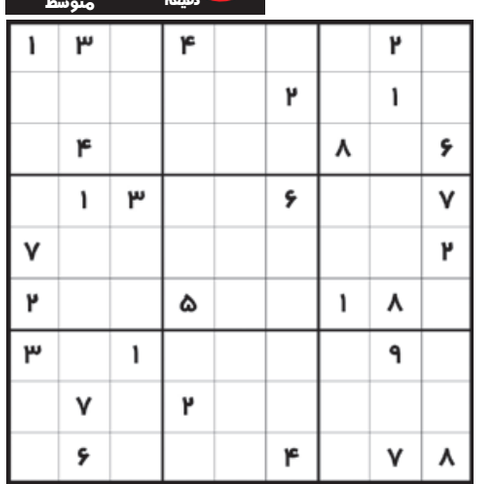
هر روز

قانون:

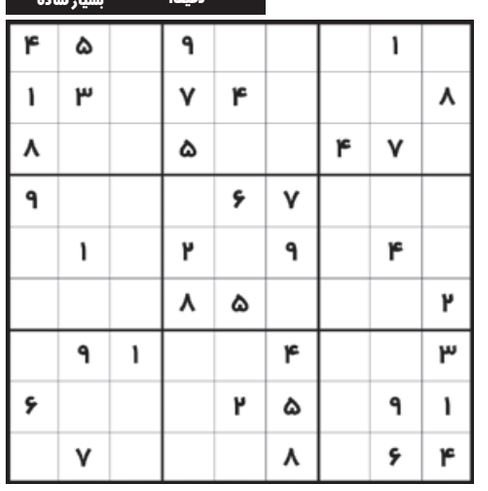
ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ‌رقمی تکراری نباشد.



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



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

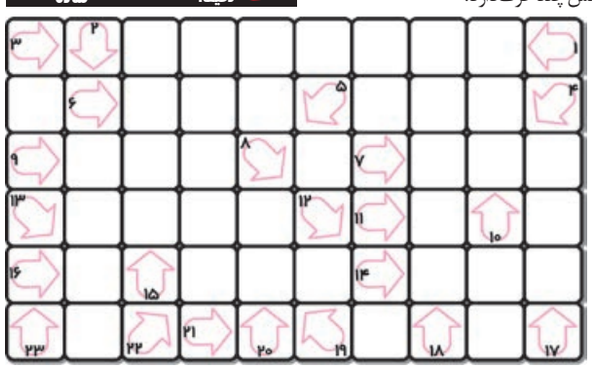


۴	۵		۹				۱	
۱	۳		۷	۴				۸
۸			۵			۴	۷	
۹				۶	۷			
	۱		۲		۹		۴	
			۸	۵				۲
	۹	۱			۴			۳
۶				۲	۵		۹	۱
	۷				۸		۶	۴

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

قانون: پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش‌دار 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) گنجاندن کربوهیدرات های پیچیده مانند نان و غلات به ویژه انواع ..... آن ها در غذا، موجب آزادسازی تدریجی قند خون و ثبات نسبی قند در طول روز می شود و حافظه را ارتقا می بخشد.

۲-(۶ حرفی) خوردن ..... اثر مثبت قابل ملاحظه ای روی حافظه و فراگیری دروس دارد.

۳-(۵ حرفی) مسیحی

۴-(۳ حرفی) سیگار کشیدن پوست صورت و دیگر اعضای بدن را ..... وضعیف می کند.

۵-(۳ حرفی) در این فصل مصرف لبنیات و میوه و سبزی ها را افزایش دهید. همچنین مصرف روزانه یک لیوان ..... خنک مناسب است.

۶-(۷ حرفی) ممکن است نخ دندان بکشید، مسواک بزنید و از مصرف زیاد شیرینی بپرهیزید اما اگر همسرتان همین اصول ..... را رعایت نکند، شاید شما قربانی شوید و دندان‌تان آسیب ببیند.

۷-(۴ حرفی) قابلیت جمع و کم حجم شدن دارد

۸-(۲ حرفی) استفاده درمانی موضعی از ..... باعث کند شدن جریان خون می شود و از شدت درد، تورم و کبودی در ناحیه صدمه دیده می کاهد.

۹-(۴ حرفی) دلسوز و مهربان

۱۰-(۴ حرفی) انقلاب و شورش

۱۱-(۴ حرفی) سرماخوردگی

۱۲-(۲ حرفی) اثر کشیدن قلم بر کاغذ

۱۳-(۳ حرفی) نابودی

۱۴-(۴ حرفی) اگر متوجه شدید ناحیه ای سکه مانند روی پوست سرتان خالی شده است، به پزشک متخصص پوست و مو مراجعه کنید چون می تواند علامت ..... منطقه ای باشد.

۱۵-(۴ حرفی) مصرف مواد پرادویه علاوه بر تشدید حس تشنگی، فشار روی ..... را به همراه دارد بنابراین مصرف کمتر این مواد توصیه می شود.

۱۶-(۶ حرفی) موجود تارتن

۱۷-(۴ حرفی) شیمی درمانی حالت تهوع ایجاد می کند، اما آب نبات های زنجبیلی و ..... می تواند به تسکین و رفع تهوع کمک کند.

۱۸-(۶ حرفی) اضافه کردن مقدار زیاد ..... به شیر، به علت داشتن اگزالات، از جذب کلسیم شیر جلوگیری می کند.

۱۹-(۳ حرفی) بعید

۲۰-(۵ حرفی) سرپرستان

۲۱-(۷ حرفی) علامت جذر در ریاضی

۲۲-(۴ حرفی) نادان و احمق

۲۳-(۶ حرفی) از صادرات مهم ایران

پاسخ ها

لطفا نظر، انتقاد و پیشنهادتان را درباره بخش جدول و سرگرمی به شماره ۲۰۰۰۹۹۹ پیامک کنید.

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

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