

## گردونه

ورزش

سر مربی خراسانی تیم ملی پارا والیبال:

**قهرمانی ما از ابتدا مسجل بود**

**پیروز** - سرمربی خراسانی تیم ملی پارا والیبال (والیبال نشسته) گفت: مدال طلا و قهرمانی تیم ملی ایران از ابتدا در بازی های پارا آسیایی جا کارتا، مسجل بود و مطابق برنامه ریزی، ملی پوشان ما توانستند در دریافت و سرویس، سرعتی عمل کنند. به گزارش خبرنگار اعزامی مهر به اندونزی، "هادی رضایی افزود: خوشبختانه تماشاگران بازی زیبایی را در فینال از سوی دو تیم ایران و چین مشاهده کردند. وی بیان کرد: مشخص بود که تیم ما پیروز می شود و ما سعی کر دیم بازی جذابی را برای تماشاگران به نمایش بگذاریم و ۳ بر صفر پیروز و قهرمان شدیم. در خور ذکر است، در ترکیب تیم ملی، مهدی بابادی از سیزوار نیز دیگر خراسانی تیم ملی بود.

مدال باران خراسانی ها در جا کارتا

## در خشش خیره کننده «ایزدیار» با ۶طلا و یک نقره

**پیروز** - پاراشناگر ایرانی که از خراسان رضوی به مسابقات پارا آسیایی جا کارتا اعزام شده با کسب شش مدال طلا و یک نقره، جایگاه بهترین ورزشکار ایران را به خود اختصاص داد. به گزارش خبرنگار اعزامی مهر به اندونزی، "شاهین ایزدیار" با شش مدال طلا و یک نقره بهترین عملکرد خودش را در سه دوره اخیر رقم زد. همچنین محمد حسین کریمی جهان آبادی از خراسان رضوی بار کورد ۲۶ ثانیه و ۲۴ صدم ثانیه به مدال برنز رسید. رکورد ملی در این رشته ۲۷ ثانیه و ۹ صدم ثانیه بود که کریمی ۸۵ صدم ثانیه این رکورد را ارتقا داد.

همچنین دیدار مهیج فینال رقابت های تیمی پارا جودو ی نایبانیان و کم بینایان ایران و کره جنوبی با برتری ۳ بر ۲ کره به پایان رسید. به گزارش مهر، در این دیدار "رضا غلامی" جودو کار نایبانی خراسانی وزن منهای ۶۶ کیلوگرم کشورمان در مسابقه نخست با نتیجه یک بر صفر برابر "لی می" شکست خور دو به دلیل مصدومیت، ۱۰ ثانیه پایانی مسابقه را ادامه نداد. به این ترتیب وی به همراه تیم ملی صاحب مدال نقره تیمی پارا آسیایی جا کارتا شد. همچنین تیم ملی پارا والیبال بانوان ایران در مرحله فینال بازی های پارا آسیایی به مصاف تیم چین رفت و با قبول شکست برابر این تیم نایب قهرمان شد که معصومه زارعی از خراسان رضوی نیز افتخار کسب مدال نقره را به دست آورد. در پایان دور هفتم و در گروه b1 ملیحه صفایی "باشش امتیاز و پوئن شکنی کمتر مدال نقره را به دست آورد و در بخش تیمی شطرنج بازان کشور مان ملیحه صفایی، لیلارا آرع زاده و زهر امجدی را، با ۱۰ امتیاز و باز هم به دلیل پوئن شکنی کمتر عنوان نایب قهرمانی و مدال نقره را به دست آوردند. در گروه b2و b3 بانوان و در بخش تیمی، "عاطفه نفوی" به همراه هم تیمی هایش با ۹/۵ امتیاز عنوان قهرمانی و مدال طلا را به دست آورد.

## پاسخ صحیح هر سر گرمی، یک شانس قرعه کشی قرعه کشی و اسامی برندگان، شنبه هر هفته

سر گرمی منطقی در تمام سنین طرفدار دارد...

# پاسخ یک سوال ومعرفی برندگان هفته ششم

- محمد مهدی رنجبر

یکی از مخاطبان پر و پا قرص ما با شماره همراه ۰۲۰۰۹۱۵۴... این پیامک را برای ما ارسال کردند: «سلام. خسته نباشید. خانمی ۴۹ ساله هستم و علاقه مند شدید به سر گرمی های شما. لطفا در باره شرکت

## ۶

Sat,Oct.13.2018. No.3967

## گفت و گو

## بهروز

...شانه های پهن و عضلات پیچیده و ستبر، ویژگی مشترک همه افرادی بود که از پنج شنبه گذشته در دو مرحله رقابت خود را در شانندیز آغاز کردند. به گزارش خبرنگار ما، مسابقات "جایزه بزرگ" قوی ترین مردان (بزرگداشت شهدای مدافع حرم) جمعه شب گذشته در مجموعه تفریحی "پدیده شاندیز" به پایان رسید و بسیاری از قهرمانان کشوری این رشته در زمه ۲۷ ورزشکاری بودند که در قسمت های مختلف این مسابقه به مصاف یکدیگر رفتند. این زورمندان در دور مقدماتی در بخش های حمل اسکاد تعدادی به وزن ۴۳۰ کیلوگرم به مسافت ۲۰ متر در مدت ۶۰ ثانیه، هشت بار غلتاندن لاستیک ۴۰۰ کیلوگرمی در مدت ۶۰ ثانیه و حمل الوار ۳۸۰ کیلوگرمی به مسافت ۲۵ متر در مدت ۶۰ ثانیه با هم به رقابت پرداختند و دور نهایی این مسابقات نیز با اجرای بخش های بلند کردن کنده فلزی به وزن ۱۳۰ کیلوگرم در ۷۵ ثانیه، حمل ماشین پژو به مسافت ۲۰ متر در مدت ۶۰ ثانیه، چرخ عصاره به وزن ۵۰۰ کیلوگرم در ۶۰ ثانیه، لیفت گاری ۴۰۰ کیلوگرمی در ۷۵ ثانیه و گذاشتن گوی های سکودر در مدت ۶۰ ثانیه برگزار شد و نفرتا برتر نیز شناخته شدند و جوایز خود را از مسئولان هیئت وزن برداری و پرورش اندام، حامیان مالی و... دریافت کردند. داور این دوره از مسابقات نیز «فرامرز خوندگاه» بود که برای دوستان در ورزش نامی بسیار آشناست. خوندگاه در ۱۳ دوره داور اصلی مسابقه تلویزیونی «مردان آهنین» بود، نوروز اسمال پس از چند سال وقفه، دوباره در «مردان پولادین» داور اصلی مسابقات بود. وی که متولد ۱۳۴۵ در تهران است، هم اینک "مسئول کمیته قوی ترین مردان فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام" نیز هست که ما به همین بهانه به سراغ وی رفتیم و گفت و گویی اختصاصی با وی داشتیم...

**ابتدا کمی درباره سطح فنی این رقابت ها برایمان بگویید.**

# ورزش

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی،اجتماعی خراسان رضوی،

شنبه ۲۱مهر ۱۳۹۷ . شماره ۳۹۶۷

## فرمان صری

**گفت و گوی اختصاصی با داور سرشناس رقابت زورمندان با یاد شهدای مدافع حرم در شاندیز**

# خوندگاه: حاشیه، منفک از ورزش نیست

**از مایش دوپینگ، مقرون به صرفه نبود**



یک مرد نیمه حرفه‌ای

- مسابقات برگزار شده در شاندیز، در سطح قابل قبولی از رقابت های مشابه برگزار شد و بسیاری از ورزشکاران حاضر آمادگی بدنی و جسمانی بسیار خوبی داشتند و کمیته قوی ترین مردان هیئت بدنسازی و پرورش اندام خراسان رضوی نیز زحمات خیلی زیادی کشید که باعث شد مسابقات در حد خوبی باشد.

**چرا این مسابقات با توصیفاتی که می گویند در چار چوب مسابقات قهرمانی کشور برگزار نشد؟**

- دهمین دوره مسابقات قوی ترین مردان دسته وزنی ۱۰۵ کیلوگرم قهرمانی باشگاه های کشور ۱۸ تا ۲۰ بهمن ماه به میزبانی تهران برگزار می شود اما از ابتدا در خواست میزبانی مسابقات شاندیز به صورت "جایزه بزرگ" به فدراسیون ارائه شده بود که البته همان طور که گفتم سطح فنی قابل قبولی داشت.

**میزبانی و استقبال مردم را چگونه ارزیابی کردید؟**

- میزبانی از سوی حامیان مالی و همچنین مسئولان هیئت استان در حد خوبی بوده و باید بگویم کم و کسر چندانی نداشت و راضی کننده بود. اما برای خود من خیلی جالب بود که شاهد حضور و استقبال بسیار خوبی از سوی مردم بودم



**مسابقاتی جزو پر طرفدار ترین برنامه های ورزشی سیماباشد.**

- بله. در دست است. این رشته جذابیت های فراوانی برای جوانان دارد و شما در هر نقطه ای از ایران، جوانان بسیاری را می بینید که برای داشتن اندام عضلانی و قوی، وقت و هزینه بسیاری صرف می کنند و بخش چنین مسابقاتی نیز از تلویزیون جذابیت های دوچندانی دارد.

**\*اما این مسابقات، اغلب حواشی عجیبی دارد که گاهی موجب تبلیغات منفی می شود و نمونه های آن نیز قابل ذکر است.**

- حاشیه، بخش منفکی از ورزش نیست و شما در رشته هایی مثل فوتبال، کشتی، وزنه برداری و... نیز شاهد حاشیه هستید. البته قبول دارم برخی حواشی افرادی که جلوی دوربین تلویزیون هستند، درشت نمایی می شود که این مسئله نیز طبیعی است و چون رفتار این افراد به شدت در داخل و خارج میدان رصد می شود، شاید ابعاد گسترده تری می باید که البته این خاصیت دوربین های تلویزیونی است.

**\*آیا مسابقات اخیر در شاندیز هم حاشیه خاصی داشت؟**

- خیر، خوشبختانه مسابقات بدون حاشیه خاصی برگزار شد.

**\*مسابقات "مردان آهنین" برنامه ای که در سال های ۸۰، ۷۷ و ۸۰ تا ۸۳ از شبکه سوم سیمایخش می شد. آیا در نوروز ۹۸ نیز شاهد پخش آن خواهیم بود؟**

- مسابقه اسمال را شروعی دوباره برای این رشته می دایم. درباره برگزاری شدن یا نشدن آن "سیمای تصمیم گیرنده اصلی است و نظر من تعیین کننده نیست.

**\*...و کلام آخر؟**

- برای من و بسیاری از مردم، این استان رنگ و بوی ویژه خاصی دارد و من واقعا وقتی مطلع شدم که برای این مسابقات به شاندیز دعوت شده ام، خوشحال شدم. مردم خراسان رضوی بسیار باسعادت هستند که در کنار مضجع نورانی امام هشتم قرار دارند و من هم بسیار خوشحال هستم که با حضور در این شهر فرصت زیارت امام علی ابن موسی الرضا(ع) نصیب ام شد.

## از میان خبرها

ورزش

## قرعه کشی جام حذفی فوتبال در مشهد انجام می شود

پیروز- زمان و مکان قرعه کشی مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی فوتبال ایران اعلام شد. به گزارش ورزش ۱۱، کمیته مسابقات سازمان لیگ اعلام کرد، مراسم قرعه کشی مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی فوتبال در فصل ۹۷-۹۸ پنج شنبه آینده (۲۶ مهرماه) از ساعت ۱۷ در ورزشگاه امام رضا(ع) مشهد با حضور نمایندگان باشگاه ها برگزار می شود و این مراسم مهم، از طریق شبکه سوم سیمایتیز به صورت زنده از تلویزیون پخش خواهد شد.

## آغاز پیش فروش اینترنتی بلیت دیدار 'پدیده

بلیت فروشی دیدار آخر هفته تیم های فوتبال پدیده و فولاد خوزستان در چار چوب لیگ برتر آغاز شد. به گزارش سایت رسمی این باشگاه، این دیدار در چهار چوب هفته نهم لیگ برتر کشور، از ساعت ۱۵:۰۰ پنج شنبه آینده (۲۶ مهر) در ورزشگاه امام رضا(ع) مشهد برگزار می شود که هواداران فوتبال استان پدیده می توانند با مراجعه به سایت www.qrticket.ir به صورت اینترنتی بلیت این بازی را تهیه کنند.

پارا کماندار خراسانی:

## نقره تیمی، تجربه خوبی در جا کارتا بود

**پیروز** - ملی پوش پارتیر و کمان استان پس از کسب مدال نقره ماده "میکس کامپوند" بازی های پارا آسیایی گفت: مدال نقره تیمی، تجربه خوبی در جا کارتا بود. به گزارش ایسنا، راضیه شیرمحمدی اظهار کرد: مدتی است فعالیت در بخش کامپوندر آغاز کرده ام و در رقابت های جهانی نیز شرکت کرده بودم اما بازی های پارا آسیایی نخستین تجربه من و بسیار خوب بود که در بخش میکس تیمی نایب قهرمان شدیم. وی اظهار کرد: در فینال رقابت های یک تیرم رها شد که باعث شد عقب بیفتیم اما یک تیر به به مرکز سیبل خورد و جبران کردم. به هروزی به زودی برای کسب سهمیه پارالمپیک توکیو تلاش خواهیم کرد.

## اخبار

کوتاه

**پیروز** - محمد دانشور (رکابزن سرعתי استان)، از سوی اتحادیه جهانی دوچرخه سواری (UCI) به کمپ این اتحادیه دعوت شد. \* رضا عنایتی "آقای گل خراسانی ادوار فوتبال ایران در تمرین تیم ملی ایران مورد استقبال "کی روش" قرار گرفت. \*تیم فوتسال فرش آرای مشهد با پیروزی ارز شمند ۲ بر ۲ بر میزبانش (ارژن فارس) با رتبه ممتاز "چهارم" نیم فصل لیگ برتر کشور را به پایان برد. **بردسکن، نوری** /مسابقات بومی و محلی هفته نیروی انتظامی بر دسکن در سالن شهید رجایی شهرآباد برگزار شد.

**ترتت جام، اعلمی** /کلاس ار تقای داوری در چه ۳ به ۲ فوتبال در تربت جام برگزار شد.

## سودو کو

هر روز

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

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



**برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، در مسابقه، تمام اقام سطرهای یک سودو کوی حل شده را به ترتیب از خانه بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۸ رقمی (بدون فاصله، اینترنت را کاراکتر دیگری) پیامک کنید.**

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

**بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۸ رقمی (بدون فاصله، اینترنت را کاراکتر دیگری) پیامک کنید.**

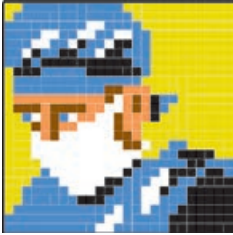


	۱	۶	۵		
۷		۴	۵	۶	
		۳			۶
	۵				
۷	۳		۹	۶	
		۸			
	۲				
	۸		۴		
۵		۶		۲	



**برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، در مسابقه، تمام اقام سطرهای یک سودو کوی حل شده را به ترتیب از خانه بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۸ رقمی (بدون فاصله، اینترنت را کاراکتر دیگری) پیامک کنید.**

## پاسخ مسابقه های قبل



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰

شما برای برنده شدن وقتی بیشتر می شود که پاسخ سر گرمی های بیشتری را در طول هفته ارسال کرده باشید.

**برنده های مسابقات هفته ششم:**

خانم کاترین بایدار از مشهد به شماره همراه ۰۹۲۲۳...۷۲۴... برنده ۵۰ هزار تومان وجه نقد شدند و شرکت کننده دیگری (که تا این لحظه موفق به تماس با ایشان نشدیم) به شماره همراه ۰۴۰۰۱۲...۰۹۱۲ برنده اشتراک دومانه روزنامه خراسان شدند که به زودی جوایز این عزیزان تقدیم خواهد شد.

مثل همیشه کل پیامک های دریافتی در وب سایت 1sargarmi.ir قابل مشاهده است.

**موفق و پیروز باشید**

**و حرفه ای**

## نقش یاب قرینه

شنبه ها

### قوانین:

**۱** باید دور هر خال رنگی یک شکل متقارن بکشیم. این شکل، در حقیقت یک «خط شکسته بسته» است که هر نقطه از آن نسبت به خال رنگی مرکز، قرینه است.

یعنی اگر با خطی فرضی، هر نقطه از شکل را به خال مرکز وصل کنیم و خط را به همان مقدار ادامه دهیم، به نقطه قرینه اش در آن سوی شکل برسیم. یا اگر شکل را ۱۸۰ درجه دور خال مرکز بچرخانیم، تغییر نکند.

**۲** تمام خطی که برای رسم شکل کشیده می شود، باید روی خطوط شطرنجی که رنگ زمینه باشد.

**۳** وقتی شکل ها، جدول را کامل کردند، محدوده هر خال را با رنگش پرمی کنیم. فقط خانه هایی سفید هستند که در شکل متقارنی باشند که مرکز شش دایره سفید دارد.

برای درک قوانین، به این نمونه کوچک حل شده دقت کنید:

