برگزاری همایش پیاده‌روی در زهک

گروه ورزش- همایش پیاده روی خانوادگی به مناسبت سالروز ولادت حضرت علی (ع) در روستای قلعه نو زهک برگزار شد. رئیس اداره ورزش و جوانان زهک به خبرنگار ما گفت: این همایش جمعه گذشته با شرکت ۱۵۰ نفر در مسیر بافت قدیمی قلعه نو از ورودی روستا تا زمین چمن مصنوعی برگزار و به ۱۵ نفر به قید قرعه جوایزی اهدا شد.«جمشید شیخی» از برگزاری جشنواره فرهنگی،ورزشی و بازی های بومی و محلی خبر داد و افزود: این جشنواره در رشته های طناب کشی، کشتی کچ گردان، دارت و خسو خسو در چمن مصنوعی روستای قلعه نو برگزار و به نفرات برتر هر رشته جوایزی اهدا شد.

سنجش ورزشکاران در پایگاه ورزش های قهرمانی

تجهیزات به روز اما محدود است

ذوالفقاری- در شرایط کنونی جامعه راه های زیادی برای ورود ورزشکاران به ورزش های حرفه ای و قهرمانی در رشته های مختلف وجود دارد، در این رابطه بسیاری از کارشناسان ورزشی معتقدند که استفاده صحیح از زمان و برنامه ریزی منسجم و منظم، داشتن مربی مجرب، استفاده از امکانات سخت افزاری و ورزشی مناسب، تقویت توانمندی های جسمی و برگزاری دوره ها و کلاس های آموزشی می تواند از راه های رسیدن ورزشکار به مدال قهرمانی باشد، البته ورزشکاران برای این که بتوانند در مسیر قهرمانی قرار بگیرند باید ارتباط متقابلی با پایگاه های ورزش های قهرمانی هم داشته باشند چرا که این مکان ورزشی می تواند تاثیرات بسزایی در اجرای طرح های استعدادیابی ورزشی، انجام تمرینات تکنیکی و برگزاری دوره های آموزشی داشته باشد. با توجه به اهمیت وجود پایگاه قهرمانی در همه استان ها، در راستای اجرای طرح های استعدادیابی در رده های سنی مختلف و به منظور توسعه ورزش های قهرمانی این مکان حدود ۲۰ سال قبل در سیستان و بلوچستان هم راه اندازی شد اما آن گونه که باید رونقی نداشت و ورزشکاران و به خصوص قهرمان از آن استقبال چندانی نداشتند و ترجیح می دادند در باشگاه های خصوصی هزینه کنند تا بتوانند در عرصه های ملی و بین المللی افتخار بیافرینند و وقت خود را در مکانی که تأثیر مثبتی برای شان نداشت هدر ندهند چرا که فاقد تجهیزات لازم و به روز و بی بهره از مربیان با تجربه بود.فروردین ماه سال گذشته اولین خبر ورزشی که توسط مدیر کل ورزش و جوانان منتشر شد وعده توسعه پایگاه ورزش های قهرمانی و انجام تست های ورزشی در این مکان قبل از اعزام ورزشکاران به مسابقات کشوری و بین المللی بود به این ترتیب هیچ ورزشکاری نمی توانست بدون تایید مربیان پایگاه به رقابت های خارج از استان اعزام شود.با توجه به این که از این وعده و انتشار خبر آن یک سال گذشته است، به سراغ پایگاه ورزش های قهرمانی استان در دهکده المپیک زاهدان رفتیم تا در گفت وگو با قهرمانان ملی از وضعیت کنونی آن مطلع شویم.

امکانات خوب اما محدود

عضو تیم ملی کبدی و از قهرمانان آسیایی این رشته در این باره می گوید: امکانات پایگاه ورزش های قهرمانی استان بسیار خوب و لوازم بدنسازی آن به روز است و نسبت به سال های گذشته تکامل پیدا کرده اما فضا و تجهیزات آن محدود است به گونه ای که فقط ۵ ورزشکار در یک زمان می توانند تمرین کنند.«میلاد شیبک» می افزاید: محدودیت امکانات و فضای کوچک این مکان سبب شده است ورزشکارانی که برای تمرینات خود برنامه ریزی دارند نتوانند آن گونه که باید به برنامه خود عمل کنند. در این پایگاه زمان معینی برای قهرمانان ملی مشخص شده است اما از آن جایی که دیگر ورزشکاران در وقت تمرین قهرمانان برای تمرین می آیند ناهماهنگی در برنامه ها ایجاد می شود.وی اظهار می کند: با توجه به این که تجهیزات به روز و خوبی در این مکان وجود دارد انتظار می رود که وقت تمرین قهرمانان ملی از دیگر ورزشکاران تفکیک شود تا بتوان با نظم و برنامه بهتری پیش رفت، مربیان بسیار خوبی در پایگاه حضور دارند و مسئولان هم برای توسعه ورزش قهرمانی خوب کار می کنند اما می طلبد که بهتر و منظم تر شود.

تجهیزات به روز؛ فضا محدود

یکی از قهرمانان فراملی و عضو تیم ملی سپک تاکرا می گوید: در حقیقت طی یک سال اخیر تغییرات زیادی در پایگاه ورزش های قهرمانی استان ایجاد شده است، در سال های گذشته حتی یک بار هم به این مکان نمی رفتم زیرا لوازم ورزشی آن فرسوده و بسیار قدیمی بود اما ابتدای سال ۹۵ این لوازم جمع و تجهیزات جدیدی جایگزین آن شد.«سامان جهانتیغ» اضافه می کند: تجهیزات پایگاه ورزش های قهرمانی، جدید و به روز است و با لوازمی که در کمپ های تیم های ملی وجود دارد برابری می کند و تفاوتی ندارد، به طور کلی امکانات بسیار خوب شده است و مربیان با تجربه و با سطح علمی بالا که از استادان دانشگاه هستند در آن فعالیت می کنند.وی تصریح می کند: بیشتر ورزشکارانی که از امکانات پایگاه ورزش های قهرمانی استفاده می کنند جزو قهرمانان ملی در رشته های ووشو، کبدی، سپک تاکرا، دوچرخه سواری، بوکس و دیگر ورزش ها هستند که با برنامه و منظم برای تمرین می آیند، به طور کلی استقبال از این مکان بسیار خوب شده است.وی با بیان این که پایگاه به سیستم های سرمایشی و گرمایشی هم مجهز است می افزاید: تنها مشکل این پایگاه فضای محدود آن است که البته مدیر کل ورزش و جوانان طی بازدیدهایش قول هایی برای اختصاص فضای بزرگ تر داده است که امیدواریم زودتر به مرحله اجرا برسد.

زمان محدود برای بانوان

یکی از بانوان رزمی کار که در تیم کبدی استان فعالیت می کند می گوید: تمرینات بدنسازی ام را همیشه در پایگاه ورزش های قهرمانی انجام می دهم و نیازی به رفتن به باشگاه های خصوصی ندارم، دستگاه های جدید، مربیان با تجربه و فضای خوبی در اختیار ورزشکاران قرار دارد و حمایت مسئولان پایگاه از ورزشکاران از مسئولان هیئت هم بیشتر است.«حدیثه رفیعی زاده» ادامه می دهد: تنها گلایه ای که می توان از پایگاه ورزش های قهرمانی داشت زمان محدود آن برای بانوان است، آقایان در همه روزهای هفته می توانند در این مکان فعالیت و تمرین داشته باشند اما خانم ها فقط عصرهای سه شنبه و پنجشنبه می توانند از امکانات آن استفاده کنند که انتظار می رود مسئولان بیشتر از این به بانوان ورزشکار توجه کنند.

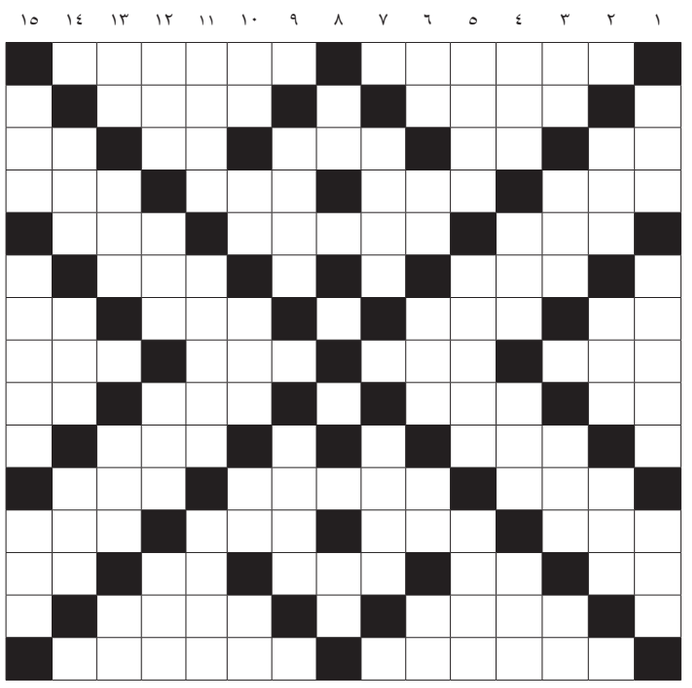
اعزام ورزشکاران آماده

مدیر پایگاه ورزش های قهرمانی استان می گوید: پایگاه های ورزش های قهرمانی از سال ۷۴ در سراسر کشور افتتاح و سیستان و بلوچستان هم در دهکده المپیک از پایگاه مستقلی برخوردار شد که فراز و نشیب های زیادی را طی سال های گذشته داشته است.«محمد رضا کشانی» می افزاید: یکی از اهداف مسئولان ورزشی برای راه اندازی این مکان تجهیز آن به لوازم پیشرفته بود تا ورزشکاران و به ویژه قهرمانان ملی بتوانند بدون دغدغه و پرداخت هزینه از امکانات بدنسازی آن استفاده کنند و با تمرین و آمادگی کامل به مسابقات ورزشی اعزام شوند به این ترتیب از سال گذشته مصوب شد که ورزشکاران بدون انجام تست در این پایگاه عازم مسابقات کشوری نشوند.وی ادامه می دهد: بعد از تجهیز پایگاه تمرینات ورزشکاران به صورت منظم و با برنامه آغاز شد و تیم هایی که پس از تست، نرم آمادگی جسمانی را کسب می کردند عازم عرصه های ملی و بین المللی می شدند و این برنامه امسال همچنان ادامه دارد، به این ترتیب سال گذشته بسیاری از ورزشکاران و تیم ها هم به دلیل نداشتن آمادگی جسمانی از اعزام بازماندند چرا که هدف توسعه ورزش های قهرمانی و اعزام ورزشکاران آماده و مدال آوری در میادین کشوری است.این مربی اظهار می کند: با تجهیز این پایگاه، اجرای دستور العمل انجام تست آمادگی جسمانی و استفاده ووشوکاران، بوکسورها، کشتی گیران، کاراته و تکواندو کاران، رکاب زنان، تیراندازان و دیگر ورزشکاران از امکانات نمایندگان استان با آمادگی بهتری در مسابقات کشوری رقابت کردند و ۱۴۸ نفر به اردوی تیم های ملی دعوت شدند.وی اذعان می کند: بانوان ورزشکار سال گذشته استقبال خوبی از پایگاه و امکانات آن نداشتند که امسال برنامه داریم با فرهنگ سازی و اجرای برنامه هدفمند از قهرمان بیشتری در بخش بانوان برای استفاده از این مکان دعوت کنیم به همین منظور دو تایم در هفته به آن ها اختصاص یافته است که در صورت استقبال بیشتر افزایش می یابد.به گفته وی به منظور توسعه ورزش های قهرمانی سال گذشته این پایگاه به امکانات پیشرفته هوازی، بی هوازی و آمادگی جسمانی با تخصیص ۳۲۵ میلیون تومان اعتبار تجهیز شد، به قهرمانان وقت مشخصی اختصاص یافت تا با برنامه ورزش کنند، تست های آمادگی جسمانی نیز از تیم های منتخب هیئت ها برای اعزام به مسابقات کشوری و استعدادیابی ۴۰۰ نفر در رشته های هدف از جمله بدمینتون، کبدی، دوومیدانی، تیراندازی و موتورسواری و اتومبیل رانی انجام شد.به گفته وی برگزاری کارگاه های آموزشی استعدادیابی ورزشی ویژه مربیان و معلمان ورزش استان، جلسات توجیهی برای دبیران هیئت ها، انجام مشاوره و برنامه ریزی برای قهرمان استان از دیگر برنامه هایی است که در این پایگاه اجرا شده و امسال هم ادامه دارد همچنین بانک اطلاعاتی تصویری قهرمانان به منظور ایجاد انگیزه در دیگر ورزشکاران در محل پایگاه نصب و دوره های علمی و ورزشی نیز برای مربیان برگزار می شود.

جدول شماره ۷۸۶

۱- از اسامی زنانه – شارع ۲- رود اروپا – ابزار نجار ۳- عدد ماه – شهر بی دفاع – رود مرزی – حرارت - خط کش مهندسی ۴- شکننده - ابزار – شتر – از کشیدنی ها ۵- برچسب – قنات - کوچکترین بخش ماده ۶- نومید – ضیافت ۷- پوستین – یار رامین - غوغا – تکرار حرف ۸- عدسی - ستیزه – رج – پرتو ۹- دربست کارخانه – کشتی جنگی – درخت انگور – جهت ۱۰- کشور پرجمعیت – خواب ۱۱- یک آذری – ویرانه – چینه دیوار ۱۲- بادام – نیستی - فوری- عقاب سیاه ۱۳- تکرار حرف – راز – حمام کاشان – واحد سطح – سقف دهان ۱۴- تشنه فریب – مژده ۱۵- پایتخت اروپایی – پسر جنگل

۱-فعل ربطی – آهن سخت – ته نشین مایعات ۲- چین و شکن – کم پشت – طلایی ۳- مساوی عامیانه – قله زاگرس – شیء – پسوند شباهت ۴- سوزان – پهلوان – تابناک - خنک ۵- اشاره – سمنت - گریز ۶- تکرار حرف – اثر چربی – از سوزنی برگان – انبار کشتی – حرف نداری ۷- گازی بی رنگ و بی بو – کسی که کارش داد و ستد پول است ۸- تلخ – دست ۹- گدا - چوپان ۱۰- مساوی عامیانه – پیشرو گله – تندی – نفس خسته – آخرین توان ۱۱- پارازیت – سوغات قم – سرگرد سابق ۱۲- ماه کامل - زادگاه ابراهیم – شانه – خرد و کوچک ۱۳- سودای ناله – پوشش – قوم باستانی – مادر لر ۱۴- نیم سال تحصیلی – جدید – گردن زن غلات ۱۵- خوب – حاشیه – دیدار



حل جدول شماره ۷۸۵

■	ر	ی	ج	■	ن	ا	ب	ا	ت	■	ر	ف	س	■
ا	ن	■	ش	ا	ن	■	ک	ه	■	ا	ی	ر	■	س
ن	ب	■	ه	ن	ب	■	ت	■	ت	ش	م	■	ن	ا
د	ا	ب	■	ا	ر	ک	■	ن	ا	و	■	ا	ر	ی
ی	ر	ا	■	س	و	ا	■	ر	ا	ی	ر	ا	م	ب
ر	ی	■	ه	ا	■	ل	ه	■	ا	ن	ر	■	م	ا
ن	■	ج	■	س	م	■	و	■	ا	ر	■	س	■	س
■	ج	و	ا	ر	■	د	ر	د	■	ا	ر	ا	م	■
س	■	ر	■	م	ی	■	ا	■	ا	د	■	ر	■	م
ا	س	■	ب	■	م	ن	■	ن	ت	■	س	■	ن	ی
ر	و	س	ی	ه	■	ا	ر	و	■	س	ر	ب	ا	ز
ب	ا	ل	■	ا	و	ل	■	ا	ر	ا	■	ک	و	ب
ا	ر	■	ک	ی	ش	■	ل	■	ا	ی	ل	■	ک	ا
ن	■	س	ا	ل	■	ا	و	ن	■	ل	ا	ت	■	ن
■	ز	ا	ر	■	ج	ا	ن	ا	ن	■	ل	ی	ن	■

اخبار

ووشوکاران شمال استان رقابت می کنند

گروه ورزش- رقابت های ووشو شمال استان فروردین جاری به میزبانی شهرعلی اکبر هامون برگزار می شود.رئیس هیئت ووشو استان به خبرنگار ما گفت: چهارمین دوره مسابقات شمال استان، یادواره شهید غلامحسین میرحسینی ۳۰ فروردین ماه جاری در سه رده سنی نوجوانان، جوانان و بزرگسالان در سالن ورزشی شهر علی اکبر برگزار می شود.«عباس شیبک» افزود: ووشوکاران خاش، زاهدان، زابل، هیرمند، نیمروز، زهک و هامون در این دوره به مصاف هم می روند، وزن کشی مسابقات هم ۲۹ فروردین ماه در خوابگاه آموزش و پرورش شهر علی اکبر انجام می شود.وی ادامه داد: این دوره از رقابت ها جنبه انتخابی دارد و نفرات اول و دوم هر وزن به مسابقات انتخابی تیم استان برای شرکت در پیکارهای کشوری دعوت می شوند.به گفته وی در این دوره نوجوانان در اوزان ۳۹،۴۲، ۴۵، ۴۸، ۵۲، ۵۶ و ۶۰ کیلوگرم، جوانان در وزن ۴۸، ۵۲، ۵۶، ۶۰، ۶۵، ۷۰، ۷۵ و ۸۰ و بزرگسالان هم در اوزان ۵۲، ۵۶، ۶۰، ۶۵، ۷۰، ۷۵، ۸۰، ۹۰ و ۹۰+ کیلوگرم رقابت می کنند.

قهرمان فوتبال زرآباد مشخص شد

رقابت های لیگ فوتبال بخش زرآباد کنارک با معرفی تیم قهرمان به پایان رسید.رئیس اداره ورزش و جوانان کنارک به خبرنگار ما گفت: این دوره از مسابقات با شرکت ۱۸۰ بازیکن در قالب ۲ گروه ۵ تیمی از ابتدای نوروز امسال در بخش زرآباد برگزار شد و با قهرمانی تیم اتحاد چاتها به کار خود پایان داد.«لعل بخش امیری» با بیان این که فوتبال در زرآباد از جایگاه ویژه ای در میان جوانان برخوردار است افزود: به همین منظور به مناسبت های مختلف مسابقات فوتبال در همه رده های سنی برگزار می شود. وی ادامه داد: با توجه به این که ورزش نقش به سزایی در پویایی جامعه دارد با برنامه ای هدفمند سعی داریم ورزش های روستایی و بازی های بومی و محلی را توسعه دهیم.

برگزاری جشنواره ورزش های روستایی در سراوان

جشنواره ورزش های روستایی و بازی های بومی، محلی به مناسبت سالروز ولادت حضرت علی (ع) در سراوان برگزار شد.رئیس اداره ورزش و جوانان سراوان به خبرنگار ما گفت: این جشنواره در رشته های هفت سنگ، طناب کشی و بولینگ فوتبال در روستای دهک برگزار شد که با استقبال پرشور جوانان، ورزشکاران، ریش سفیدان و مردم روستاها همراه بود.«محمدرضا گمشادزهی» افزود: جشنواره ورزش های روستایی و بازی های بومی، محلی با همکاری اداره ورزش و جوانان، شورای اسلامی و دهیاری روستای دهک به منظور توسعه بازی های سنتی منطقه و ایجاد نشاط و شادابی در روستاییان اجرا شد.وی با اشاره به نتایج این جشنواره بیان کرد: در رشته هفت سنگ چهار تیم سالن ورزشی دشتوک، لوازم خانگی مکران، سر دَن دهک و قلعه بالا دهک رقابت کردند که پس از مسابقه ای تنگاتنگ تیم لوازم خانگی مکران به مقام قهرمانی دست یافت.وی ادامه داد: در مسابقات طناب کشی پنج تیم شرکت کردند که در نهایت تیم سر دَن دهک عنوان قهرمانی را از آن خود کرد، بازی بولینگ فوتبال هم با حضور ۸۰ نفر انجام شد و در پایان عبدالصمد ناظری مقام اول را از آن خود کرد و مهران جواهری و محمد دهواری در جایگاه دوم و سوم ایستادند و در پایان به تیم های قهرمان و نفرات برتر جوایز و حکم قهرمانی اهدا شد.

جام قهرمانی کریکت به کنارک رسید

مسابقات کریکت جام سواحل مکران با قهرمانی نماینده کنارک در چابهار به کار خود پایان داد.رئیس اداره ورزش و جوانان چابهار به خبرنگار ما گفت: این دوره از رقابت ها از ابتدای امسال با شرکت ۹ تیم آغاز شد که در نهایت تیم های خلیج چابهار و دشت کنارک به فینال این مسابقات راه یافتند.«عمر بلوچ» افزود: در دیدار نهایی این مسابقات که جمعه گذشته تیم دشت کنارک موفق شد با نتیجه ۱۷۵ به ۱۷۳ «خلیج چابهار» را شکست دهد و مقام قهرمانی این مسابقات را از آن خود کند، در نهایت تیم خلیج چابهار نایب قهرمان شد و تیم سازمان منطقه آزاد چابهار به کاپ اخلاق دست یافت.وی ادامه داد: تیم های مهران، استقلال، سازمان منطقه آزاد، پیمان، خلیج، شاهین رمین و پرواز از چابهار و استقلال و دشت از کنارک در این دوره از مسابقات رقابت کردند.وی خاطرنشان کرد: مراسم اختتامیه این مسابقات ۲۵ فروردین با حضور فرماندار، شهردار و رئیس اداره ورزش و جوانان کنارک، مسئول کمیته کریکت هیئت انجمن های ورزشی استان و جمعی از پیشکسوتان ورزشی چابهار در ورزشگاه اختصاصی کریکت چابهار برگزار و از برترین ها تجلیل شد.

پیشکسوت ورزش نیکشهر در زمین فوتبال در گذشت

پیشکسوت ورزش نیکشهر بر اثر ایست قلبی در زمین فوتبال دار فانی را وداع گفت.رئیس اداره ورزش و جوانان نیکشهر به خبرنگار ما گفت: مرحوم شهرام عنایتی فوتبالیست مطرح این شهرستان و استان در حال تمرین در زمین فوتبال مجموعه ورزشی شهید صغیرا بر اثر ایست قلبی درگذشت.«مرادبخش اربابی» افزود: این پیشکسوت فوتبال که در سال ۵۱ دیده به جهان گشود از دوران نوجوانی تا بزرگسالی به عنوان بازیکن فوتبال در مسابقات شهرستان، استان و کشوری شرکت کرد و یکی از با اخلاق ترین ورزشکاران ایران بود.وی ادامه داد: مرحوم شهرام عنایتی از ورزشکاران خوب والیبال هم بود.

برگزاری اولین جشنواره شتر استان

اولین جشنواره شتر استان در روستای چاه علی دلگان برگزار شد.رئیس اداره ورزش و جوانان دلگان به خبرنگار ما گفت: اولین جشنواره شتر و مسابقات شتر دوانی استانی با شرکت ۵۹ ورزشکار و تجمع هزار نفر شتر با حضور مدیران کل ورزش و جوانان و امور عشایری، فرماندار شهرستان، رئیس هیئت ورزش های روستایی و جمعی از مردم و مسئولان جم در روستای چاه علی دلگان برگزار شد.«حامد فکور» با اشاره به نتایج رقابت های شترسواری افزود: اقبال ذین الدینی، مراد بامری، شهمیر بامری، یعقوب نارویی، دلمراد بامری و نیاز نارویی به مقام اول تا ششم این مسابقات دست یافتند، در بخش تزئینات و زیبایی شتر انور بامری، اکوتیپ شیری عبدالواحد بامری، اکوتیپ گوشتی سعید نارویی و اکوتیپ سواری کمال بامری انتخاب شدند و نورمحمد بامری عنوان شتردار برتر بخش مرکزی و حسین نارویی شتردار برتر بخش جلگه چاه هاشم را کسب کردند.وی خاطرنشان کرد: در پایان توسط اداره کل ورزش و جوانان و هیئت ورزش های روستایی و بازی های بومی محلی استان به نفرات برتر به ترتیب جوایز نقدی پرداخت شد.

نیازمندی‌ها

جویای کار
۰۹۱۵۸۴۴۱۳۹۱

سرویس وبرقکشی کولر های آبی
۰۹۱۵۷۸۲۲۸۹۱

تدریس خصوصی شیمی به صورت مفهومی در زاهدان
۰۹۱۵۷۵۴۶۲۵۶

نصب کاشی و سرامیک
ساختمان در زابل
با ۱۰ سال سابقه کاری
بهترین کیفیت
با قیمت توافقی
۰۹۳۷۵۴۶۸۹۰۸

دکوراسیون داخلی رسپینا
فروش واجرای کاغذ دیواری،پوستر دیواری کناف،کفپوش، سنگ آنتیک، پارکت، دیوارپوش pvc
۰۹۱۵۸۴۳۴۲۲۰

رنگ آمیزی درب ، پنجره
ساختمان و...
با قیمت مناسب
۰۹۱۳۹۴۴۲۴۰۷

جوشکاری سیار جواد
در زاهدان
۰۹۱۵۹۴۱۰۰۸۷

لوله کشی حرفه ای ساختمان در زاهدان
پذیرفته می شود
۰۹۳۳۳۹۷۰۸۶۳

تعمیر و سرویس اسپیلت و کولر گازی
۰۹۹۰۳۴۶۹۹۵۹

۹۶۰۰۸۳۹۹/ش