

# پرش اول دوندگان نونهال برای المپیاد۲۰۱۹

دهکده المپیک زاهدان و مجموعه الغدیر میزبان دوندگان منطقه ۶ کشور بود رقابتی که دوندگان این منطقه برای رسیدن به مسابقات انتخابی تیم ملی و حضور در المپیاد ۲۰۱۹ ابتدا باید از آن می گذشتند.
زمان رقابت فرا رسید و با ورود به مجموعه ورزشی الغدیر می شد در هر گوشه از این فضای ورزشی تعدادی از دوندگان نونهال و پیشتاز را دید، دوندگانی که هر چند سنشان کم بود اما اراده و تلاش فراوانی داشتند تا بتوانند در تیم ملی جایی داشته باشند.
هرچند برخلاف رشته های رزمی، سکوها به خود تماشاچی نمی دید اما تلاش ها در میدان رقابت بسیار گرم بود و مربیان هریک سعی می کردند ورزشکار خود را به بهترین شکل ممکن برای موفقیت در رقابت پیش رو برسانند، در قسمتی از میدان دوندگان برای پریدن از مانع تلاش می کردند و در نقطه ای دیگر پرتاب گران خود را برای انجام پرتابی موفق گرم و هر یک برای رسیدن به پیروزی بی وقفه تلاش می کردند اما در میان این تلاش ها آن چه بیشتر خود نمایی می کرد رقافت میان تیم های شرکت کننده بود که بالاترین جایگاه را داشت.

**میزبانی خوب؛ پیستی بد**

یکی از ورزشکاران می گوید: دوندگان این استان در رقابت های گذشته نشان دادند توان زیادی دارند و حریفان سر سختی هستند. به همین دلیل پیش از ورود به سیستان و بلوچستان تفکر ما انجام رقابتی قوی با نمایندگان این استان بود و با شروع مسابقات توانستیم در چند ماده موفق عمل کنیم اما در برخی رشته ها هم سیستان و بلوچستانی ها موفق تر بودند. «رضایی» می افزاید: با توجه به عملکرد موفق دوندگان این استان گمان می کردیم سیستان و بلوچستان امکانات خوبی در رشته دو و میدانی داشته باشد اما برخلاف تصور وقتی وارد پیست شدید شرایط زمین با آن چه که فکر می کردیم تفاوت داشت و پاره بدن نقاطی از کف پوش و در آمدن نقاطی دیگر هر کدام می توانست هنگام دویدن برای دونده ها حادثه ایجاد کند. وی بیان می کند: به طور قطع تلاش و تمرین در این شرایط سبب شده است تا دوندگان این نقطه از ایران بتوانند در کشور درخشش خوبی داشته باشند و با توجه به این موفقیت ها اگر مسئولان استانی مشکل های زیرساختی را بر طرف کنند می توان در آینده روی دوندگان استان به عنوان مدال آوران میدان های کشوری و جهانی حساب باز کرد. ورزشکار دیگری می گوید: پیش از این به زاهدان نیامده بودم و این مسابقات بهانه ای شد برای دیدن جنوب

شرق ایران و در مدت اقامت آن چه از مردم این استان دیدم با آن چه شنیده می شد تفاوت معناداری داشت و این برای ورزشکاران استان های دیگر بسیار مهم است زیرا پیش از حضور در سیستان و بلوچستان شنیده های منفی از این خطه سبب ایجاد دلهره در تیم ها می شود و ورزشکاران بیش از مسابقات به امنیت خود فکر می کنند. «یار احمدی» بیان می کند: ما هم قبل از ورود به استان نگران مسائل امنیتی بودیم و به مسابقات فکر نمی کردیم اما پس از حضور و گشت و گذار در شهر نگاه ها به طور کامل تفاوت کرد و با خیالی آسوده و راحت به فکر مسابقات هستیم و این را می توان از قدرت ورزش در معرفی نقاط مختلف کشور دانست. وی می افزاید: میزبانی زاهدان در این دوره از رقابت ها خوب بود و کمبودهایی هم دیده می شد اما این کمبودها فقط در زاهدان نیست و استان های دیگر هم گاهی در میزبانی های خود کمبودهای فراوانی دارند که برای ورزشکاران مشکل ایجاد می کند ولی در میزبانی سیستان و بلوچستان هر آن چه ضروری بود، وجود داشت.

**رضایت مربی تیم ملی از مسابقات**

مربی تیم ملی جوانان هم می گوید: سطح این مسابقات خیلی خوب بود و استعدادهای خوبی شناخته شدند و امید می رود این روند در استان ادامه داشته باشد. در این رقابت ها ورزشکارانی بودند که برای اولین بار شرکت می کردند و به همین دلیل انتظار زیادی از آنان نمی رفت اما با وجود این توانستند رکوردهای خوبی از خود به ثبت برسانند. «بهرام بيمپوری» می افزاید: ورزشکاران خوبی در استان بودند که اولین بار در پیست تارتار دویدند و آشنایی خوبی با این پیست نداشتند اما جای امیدواری دارد که بتوان دوباره استعدادهایی مانند درزاده، امیریان و دادا... زهی را که عضو تیم ملی جوانان هستند در استان شناسایی کرد و بتوان از استان در رده سنی نونهالان و پیشتازان در تیم ملی دونده داشت. وی بیان می کند: شش نفر از دوندگان استان در رده سنی نونهالان و پیشتازان رکوردهای برتری آورده اند که می توانند در هفته تربیت بدنی در برگزاری المپیادی در تهران شرکت کنند و نتایج خوبی به ثبت برسانند و سرانجام برای تیم ملی انتخاب شوند.

**نبود تاکتیک و مربی مشکل اصلی استان**

وی می گوید: دوندگان استان از نظر قدرت بدنی و فیزیک جسمانی شرایط خوبی نسبت به دیگر استان ها دارند اما مشکل اصلی استان تاکتیک است که دوندگان

**مربی تیم ملی:**

**دوندگان استان**

**از نظر قدرت**

**بدنی و فیزیک**

**جسمانی شرایط**

**خوبی نسبت به**

**دیگر استان ها**

**دارند اما مشکل**

**اصلی استان**

**تاکتیک است که**

**دوندگان با آن رو**

**به رو هستند و به**

**دلیل پراکندگی**

**شهرها و**

**روستاهای استان**

**و نبود مربی**

**کار آمد و آشنا**

**به علم روز دو**

**میدانی در این**

**منطقه دوندگان**

**با تاکتیک های**

**دوندگی آشنا**

**نیستند**

## لذت سرگرمی + جوائز نقدی و غیرنقدی هفتگی

**خط اختصاصی پاسخ ها و نظرات: ۳۰۰۰۷۲۲۵۲**  
اطلاعات بیشتر در وب سایت **1sargarmi.ir**



با این روال ما قصد داریم برترین سودو کوباز ها را شناسایی کنیم. این را که شناخت سودو کوباز های برتر چه فایده ای برای چه کسی دارد، بعدا به طور مفصل توضیح خواهیم داد. فعلا لازم است اگر سودو کوباز قهاری هستید، کرنومتر (زمان سنچ) را روشن و زمان دقیق حل تان را برای هریک از سودو کوها یادداشت و نتیجه را برای ما ارسال کنید. اگر هم زیاد در سودو کو حرفه ای نیستید، به دوستان واقوام و فامیل این خبر را اطلاع دهید. احتمالا آن ها برای این رساندن این خبر از شما سپاسگزار خواهند شد.

**موفق و پیروز باشید؛ و حرفه ای**

**سودو کوباز های حرفه ای را خبر کنید!**

## مدعیان

**زمان حل شان را پیامک کنند!**

- محمد مهدی رنجبر**

با توجه به این که «سودو کو» معروفترین سرگرمی منطقه ای، در کشور ما هم مخاطبان حرفه ای بسیاری دارد و

## ۳

## ورزش

**بانوان تیرانداز استان مسابقه دادند**

گروه ورزش بانوان تیرانداز استان به مناسبت سالروز ولادت امام موسی کاظم (ع) در زاهدان مسابقه دادند. رئیس هیئت تیراندازی استان به خبرنگار ما گفت: یک دوره رقابت تیراندازی برای بانوان در زاهدان برنامه ریزی شد و بانوان در دو رشته تفنگ و تپانچه برای رسیدن به عنوان قهرمانی دست به تفنگ شدند. «هراتی» افزود: در روز برگزاری مسابقات بیش از ۴۰ بانوی تیرانداز پشت خط آتش قرار گرفتند که در هر رشته حداقل ۲۰ نفر تیرانداز حضور داشتند و این نشان می دهد ورزش تیراندازی توانسته است در میان بانوان هر دو اسلحه تفنگ و تپانچه علاقه مدنان زیادی را به خود جلب کند. وی بیان کرد: در پایان این رقابت های یک روزه در رشته تفنگ بادی فاطمه صاحبکار عملکرد بهتری نسبت به دیگر رقبا از خود نشان داد و توانست عنوان قهرمانی را کسب کند و فاطمه یاری و فاطمه عشقی هم به ترتیب بر سکو های نایب قهرمانی و سومی ایستادند. وی افزود: در پایان رقابت های تپانچه هم سمیرا حسنی اکبری به عنوان قهرمانی دست یافت و یگانه قهقایی نایب قهرمانی را از آن خود کرد و عقبله عشقی زاده هم به مقام سومی رسید که در پایان به نفرات برتر هر رشته لوح قهرمانی و جوایزی اهدا شد.

### اعزام بومی بازان استان به جشنواره بازی های بومی

تیم بازی های بومی و محلی استان به جشنواره بازی های فرهنگی و ورزشی اعزام شد. رئیس هیئت ورزش روستایی و بازی های بومی و محلی استان به خبرنگار ما گفت: با اعلام فدراسیون، جاجرمد در خراسان شمالی به عنوان میزبان جشنواره فرهنگی و ورزشی بازی های بومی و محلی انتخاب شد که پس از اعلام ورزشکاران استان مراحل آماده سازی برای حضور در این جشنواره را با جدیت از سر گرفتند. «امیر محمد براهویی» افزود: استان به دلیل پراکندگی از ورزشکاران بومی و محلی فراوانی بهره می برد و افتتاح خانه های ورزش روستایی می تواند در توسعه ورزش میان روستاییان و شناسایی این ورزشکاران تاثیر به سزایی داشته باشد. به گفته وی با توجه به زمان برگزاری رقابت ها تیم استان امروز سیستان و بلوچستان را به مقصد خراسان شمالی ترک خواهد کرد که با توجه به محدودیت های سفر به استان های شمالی ورزشکاران ناچار هستند به طور زمینی به این رقابت ها اعزام شوند که خود سبب خستگی آنان می شود.

| سودو کو |
|---------|
| هر روز  |

■ **قانون:** ارقام ۱ تا ۹ 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.

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



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



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

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

