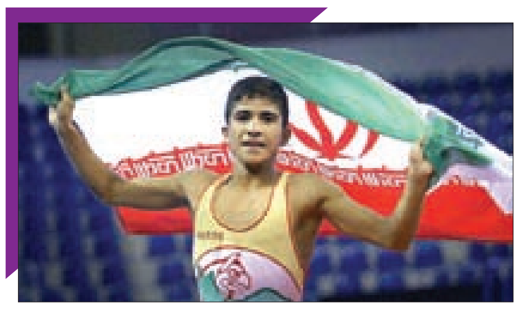


قهرمان کشتی نوجوانان جهان در مسابقات کشوری رقابت می کند

گروه ورزش- قهرمان کشتی نوجوانان جهان در ترکیب تیم سیستان و بلوچستان در مسابقات کشتی فرنگی کشور رقابت می کند. رئیس هیئت کشتی استان به خبرنگار ما گفت: مسابقات کشتی فرنگی نوجوانان کشور ۱۳ بهمن ماه به مدت دو روز به میزبانی استان در سالن چندمنظوره ورزشی امام علی (ع) برگزار می شود. «عادل شاهسونپور» افزود: امید آرامی قهرمان کشتی نوجوانان جهان با وجود این که مجوز شرکت در مسابقات تیم ملی را دارد و نیازی به حضور او در مسابقات قهرمانی کشور نیست اما با این وجود به درخواست مدیر کل ورزش و جوانان، مسئولان هیئت کشتی و مردم استان در میدان مبارزات قهرمانی کشور در رده سنی نوجوانان با حضور در ترکیب تیم کشتی سیستان و بلوچستان به مصاف حریفان خود می رود.

نصب وسایل ورزشی در بوستان محله ها و جای خالی آموزش

مرادبیکی- زندگی جوامع بشری امروز اگرچه با فراهم شدن امکانات رفاهی، تغییر کرده است، اما همین فناوری های جدید سبب شده تا جسم، کمتر دیده شود و در بعضی مواقع نیز به کلی فراموش شود. البته طی دهه اخیر با درک این موضوع و آینده نگری اقداماتی انجام شده است که یکی از این ابتکارها ایجاد فضا و نصب تجهیزات ورزشی در پارک ها و محلات برای استفاده عموم است که شهروندان نیز از این فضاهای ورزشی استقبال می کنند و با کمترین هزینه می توانند سلامت جسمانی و روانی خود را حفظ کرده و به اهداف برنامه های ورزشی دولت که رسیدن به جامعه ای ورزشی و توسعه آن در بین اقشار جامعه نیز است، نزدیک شوند. اما این امر در صورتی می تواند نتایج ارزنده ای به دنبال داشته باشد که همراه با رعایت ایمنی و استانداردهای لازم باشد. زیرا معمولا در بوستان های ورزشی محلات، تجهیزات گوناگونی، بدون در نظر گرفتن ویژگی های اندامی افراد تعبیه شده که نیازمند اطلاع رسانی برای استفاده صحیح عموم و همچنین یادآوری معایب و فواید هرکدام برای شرایط مختلف بدنی مردم است. در عصر یکی از روزهای سرد زمستانی سری به بوستان ورزشی محله می زنم که معمولا هر روز جمعیت زیادی نیز در آنجا جمع می شوند.

راه اندازی بوستان، تشویق به ورزش کردن

«لیلا کریم پور» یکی از شهروندان این محله می گوید: در گذشته به کتاب خواندن و ورزش کردن علاقه ای نداشتم و از این رو ساعات زیادی از اوقات فراغتم را با دوستانم به تفریح می گذراندم اما از زمانی که این بوستان ورزشی در محله مان افتتاح شده به ورزش کردن ترغیب شده ام و در کنار آن حتی مجله و کتاب نیز می خوانم. به گفته وی بانوان و به خصوص بانوان خانه دار به عنوان یکی از حساس ترین و مهم ترین افراد هر جامعه با توجه به این که ساعات بسیار زیادی از طول روز را در خانه سپری می کنند نیازمند وجود مکانی برای ورزش و پرداختن به فعالیت های بدنی هستند که در چند ماه اخیر این بوستان ورزشی در محله ایجاد و سبب رضایت نسبی ساکنان شده است. وی می افزاید: این بوستان از تجهیزات و ابزار ورزشی گوناگونی تشکیل شده که کار کردن با تعدادی از آن ها برای بسیاری از افراد مبهم است که صرفا متناسب با شکل ظاهری وسیله و بر اساس سلیقه شخصی با آن وسایل تمرین می کنند. وی ادامه می دهد: همسرم در گذشته با مشکل ستون فقرات مواجه بود که البته بعد ازمدت ها مشکلش حل شد اما به دلیل این که فقط دو بار از یکی از تجهیزات درون بوستان استفاده کرد، دردهای گذشته او بازگشت و شبانه روز درد زیادی را تحمل می کند. کاش طریقه استفاده از این تجهیزات به صورت تابلو در کنار آن نصب می شد تا چنین اتفاقاتی رخ ندهد. «پارسا حیدری» نوجوان ۱۴ ساله ای هم می گوید: این بوستان ورزشی در کنار مدرسه مان است که من ساعات زیادی از روز را در اینجا سپری می کنم و سعی دارم تا در این ساعات به تقویت عضلات بدنم بپردازم زیرا برای این که به باشگاه بروم باید پول زیادی پرداخت کنم بنابراین برنامه ریزی کرده ام تا با تمرین در این مکان قدرتمندتر شوم.

آگاهی کم نسبت به لوازم ورزشی

یکی دیگر از نوجوانان می گوید: من و دوستم همواره به پارک می رویم اما بعضی دستگاه ها قابلیت تنظیم ندارد و بنابراین او که جثه ای متفاوت تر از من دارد به راحتی با دستگاه ها ورزش می کند اما من همیشه پس از تمرین دچار درد در ناحیه عضلات پا و کمر می شوم. «سجاد حسینی» می افزاید: راه اندازی این لوازم در محله مان اقدامی بسیار خوب است ولی کاش قابلیت تنظیم داشت و از سختی و سفتی آن کم می شد زیرا گاهی هنگام استفاده به شدت کمر درد می شوم. یکی از ورزشکاران بدنسازی نیز می گوید: برای من که همیشه باید بدنم را آماده نگه دارم و به ورزش بپردازم وجود این تجهیزات با توجه به این که ابزار بدنسازی نیز در آن ها وجود دارد، یک فرصت است. زیرا مجبور نیستم ساعات زیادی از وقتم را صرف باشگاه های ورزشی کنم، بنابراین متناسب با برنامه زندگی ام به همراه فرزند و همسرم به پارک می آیم و به این طریق با صرفه جویی در زمان و کنار خانواده ام به امر ورزش نیز می پردازم. «شهاب نارویی» می افزاید: با تمام این توصیفات به نظرم نحوه جای‌گذاری و چیدمان دستگاه ها کارشناسی شده نیست زیرا طبق روال باشگاه و نظر مربیان مربوطه، در نحوه انجام حرکات ورزشی نظم و ترتیب باید رعایت شود اما چیدمان در این دستگاه ها بر اساس سلیقه بوده است. وی که معلم ورزش یکی از مدارس زاهدان است ادامه می دهد: افرادی که از این دستگاه ها استفاده می کنند، معمولا به صورت حرفه ای به ورزش نمی پردازند، بنابراین روش استفاده از این دستگاه ها را نمی دانند و ممکن است با استفاده از این ابزار ورزشی به بیماری های ستون فقرات مبتلا شوند که برای این منظور وجود یک کارشناس یا معلم ورزش برای آموزش استفاده از این دستگاه ها در محلات ضرورت دارد. بانویی که در این بوستان محله مشغول بازی تنیس است هم می گوید: پدرم مدتی است که به فشار خون مبتلاست که تاکنون نتوانسته آن را کنترل کند. از چندی پیش تصمیم گرفت تا با روی آوردن به ورزش فشار خونش کنترل شود اما به صورت خودسرانه و بدون نظر پزشک مربوطه به مدت طولانی به ورزش های ایزومتریک در پارک پرداخت که متاسفانه دچار مشکلات حادتری شد. «ریحانه هاشمی» می افزاید: اگر از همان ابتدا، تابلوی راهنمایی در کنار این دستگاه ها، برای اطلاعات عمومی شهروندان نصب می شد یا این که مربیانی در پارک حضور پیدا می کردند با انتخابی صحیح تر به ورزش می پرداخت و از این رو دچار آسیب دیدگی شدیدتر نمی شد. «کاظم شکوهی» نیز که از ناحیه زانو دچار مشکل است با شنیدن حاد شدن مشکل پدر این خانم اظهار می کند: من نیز از ناحیه زانو آسیب دیده ام و مدت های زیادی است که از آن رنج می برم اما از زمانی که این بوستان ورزشی در محله افتتاح شده است سعی کردم بیماری ام مانعی برای ورزش کردن نباشد و بنا به آنچه از تلویزیون و مجلات یاد گرفته ام در پارک به ورزش پرداختم و از میان دستگاه های نصب شده، صندلی قدرت را با توجه به این که فرد می نشیند برای انجام ورزش با دستگاه انتخاب کردم غافل از این که این دستگاه اصلا برای زانو مناسب نیست و به واسطه نبود آمادگی جسمانی و نامناسب بودن اندامم با این دستگاه درد زانوهایم بیش از پیش شده است.

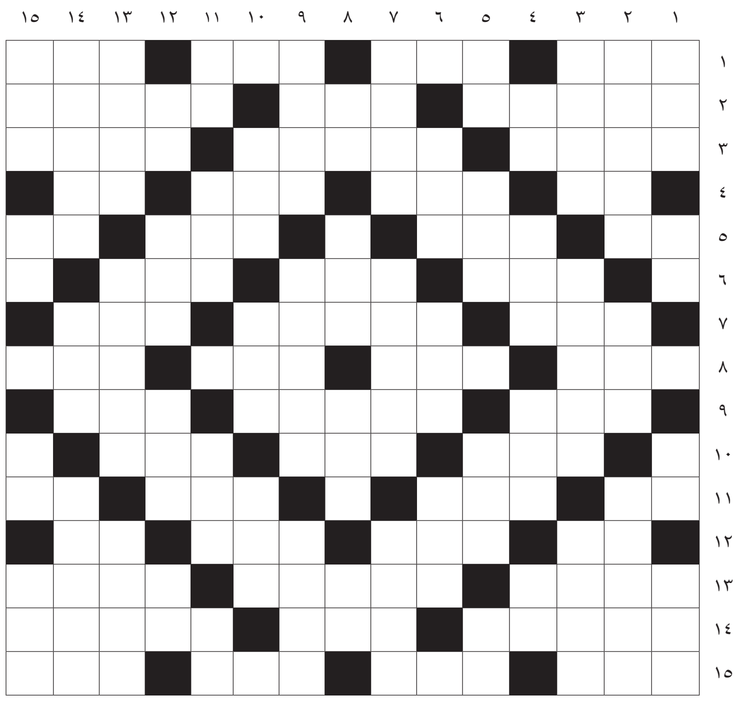
توجه به شرایط جسمانی

یک کارشناس پزشکی ورزشی درباره فواید وجود تجهیزات ورزشی در محلات می گوید: از فواید وجود این تجهیزات ورزشی و نصب آن در پارک های محلات باید به بالا رفتن سطح فعالیت های فیزیکی در میان خانواده ها و افراد جامعه، ترغیب و ایجاد انگیزه ورزش در جامعه و توسعه ورزش همگانی اشاره کرد اما به دلایل مختلفی از جمله قابلیت نداشتن برای تنظیم دستگاه و نامشخص بودن طریقه استفاده و همچنین تعیین نشدن نوع کاربرد برای جنسیت های متفاوت مشکلاتی به دنبال داشته است. «مصطفی جیبا» اظهار می کند: تجهیزات موجود در پارک ها قابلیت بسیار زیادی برای انجام حرکات ورزشی دارد اما مردم به صرف این که ورزش، عاملی برای تندرستی است، بدون در نظر گرفتن شرایط جسمانی و ویژگی های ظاهری خود بر این باورند که به صورت سلیقه ای می توانند دست به انجام هر نوع ورزشی بزنند. وی می افزاید: با توجه به این که امروزه به دلایل مختلف، بیماری های عضلانی و استخوانی در میان مردم شایع شده است بنابراین افراد باید با اطلاعات قبلی و پیشنهاد متخصصان به انجام امور ورزشی بپردازند که این امر شاید برای همه افراد ممکن نباشد بنابراین ضروری است تابلوهای راهنمای استفاده از دستگاه ها در کنار آن ها نصب شود که البته در برخی بوستان ها این علائم به صورت ناخوانا و معیوب وجود دارد. تابلوهای راهنما باید به صورت بزرگ و خوانا در کنار هر وسیله ای قرار گیرد تا افراد با آگاهی کامل و نیاز بدنی، به انتخاب نوع حرکت ورزشی بپردازند. وی اضافه می کند: یکی دیگر از اصولی که باید در مکان های نصب دستگاه های ورزشی به آن توجه شود وجود ضربه گیر برای جلوگیری از آسیب های وارده در هنگام فرود است. فلزی بودن و وجود برآمدگی های تیز بر روی برخی دستگاه ها گاهی به افراد آسیب وارد می کند که باید به آن نیز توجه کرد. وی بیان می کند: افراد باید متناسب با بدن و در نظر گرفتن بیماری های جسمانی خود با مشورت پزشک یک ورزش را انتخاب کنند و برای شروع ورزش همواره به صورت تدریجی به گرم کردن بدن بپردازند و این موضوع که استفاده از برخی دستگاه های ورزشی فقط مربوط به ورزشکاران حرفه ای است را همیشه ملکه ذهن خود داشته باشند زیرا استفاده از آن ها نه تنها کمکی به بهبود و سلامتی آن ها نمی کند بلکه خسارت های جبران ناپذیری را نیز به دنبال دارد.

جدول شماره ۷۲۸

۱-قمر – آهنگساز آلمانی – اراده – مویز ۲- کیسه – جوان – عهد ۳- طرب و شادی – سوغات مراغه- تابستان ۴- روستا – فرهنگ – آبرسان – مادر لر ۵- سودای ناله- درون چیزی – کشت بدون آبیاری – جدید ۶- بلند – خمیازه- ابریشم پست ۷- زادگاه ابراهیم – سودا- سرد مطبوع ۸- زنبیل – معدن – شکل – نقره ۹- تیر کشتی- مطر- بیم ۱۰- ذره باردار- بازار- ظرف آزمایشگاهی ۱۱- فلز رسانا – پاکیزه و لطیف – سپهر- بی مو ۱۲- پروردگار – آلوده – ظلم – آخرین توان ۱۳- فرو ریختن سقف- آدرس ترسیمی- ریاکار ۱۴- مستشار- میوه تلفنی- داروی تزریقی ۱۵- عدد مجهول – زهر آگین – حلقوم – فوری

۱-ماه مدرسه – واحد سطح – مادر عرب – نظرات ۲- مهیا – زمان بی انتها- درجه ای در ارتش ۳- هیزم- پدر شعر فارسی – ضروری است ۴- شوربا – پل – نتر – گل سرخ ۵- ریشه – صدا- قوت لایموت – دوردهان ۶- غلاف مروارید – توان- چمدان ۷- مخزن گلوله – کالاها – مزد ۸-مایه حیات – اول شب – نهر- رها ۹- اخمو – مدارا – آرامش ۱۰- نسیه نیست – قطار- جوانمرد ۱۱- بالا آمدن آب دریا – تبار- قایق – حرف ندا ۱۲- پوستین – از واحدهای سرعت – یابس- نفس ۱۳- خاکستری – حسگرالکترونیکی- کودک تازه راه افتاده ۱۴- از جزایر خلیج فارس- پایتخت اوکراین- رود خوزستان ۱۵- گنج – صدای زنبور – برج داستانی – اما



حل جدول شماره ۷۲۷

■	ح	ر	ف	■	ا	ل	م	ا	س	■	ش	ا	ب	■
ا	■	ت	ن	گ	■	ا	س	ن	■	ا	ت	ر	■	ا
ل	م	■	ر	و	د	■	ن	■	ك	ي	ا	■	ك	س
ا	ي	ل	■	ا	و	س	■	ب	ز	م	■	پ	ر	ت
چ	ك	■	م	ه	■	ا	ب	ل	■	ا	ت	■	و	ا
ي	ا	ر	و	■	ت	ق	ر	ي	ر	■	ت	ر	ن	م
ق	■	و	■	ب	ا	■	ا	■	م	ي	■	ش	■	پ
■	ن	ا	ي	ل	■	ا	ن	س	■	ر	م	ا	ن	■
ا	■	ی	■	د	ي	■	ک	■	ن	ا	■	د	■	ر
ر	س	ت	ه	■	ت	ر	ا	ن	ه	■	س	ت	و	ن
م	و	■	ا	ي	■	ش	ر	ب	■	م	د	■	ر	ج
ا	س	م	■	و	ا	ت	■	ي	ا	ر	■	ن	ي	و
ن	ك	■	د	م	ل	■	ن	■	س	ه	م	■	د	ر
ی	■	ر	ي	ا	■	ك	ا	و	■	م	ص	ب	■	ی
■	ژ	ل	ه	■	ا	ك	س	ي	د	■	ر	ا	ز	■

اخبار

رقابت های دوگانه در زاهدان برگزار شد

گروه ورزش- دومین دوره مسابقات دوگانه ویژه نیروهای نظامی استان به میزبانی زاهدان برگزار شد. رئیس هیئت سه گانه استان به خبرنگار ما گفت: در این دوره از رقابت ها که با همکاری تربیت بدنی و نیروی انتظامی برگزار شد ۱۸۰ نفر از پرسنل کادر و وظیفه نیروی انتظامی در دو رشته دوچرخه سواری و دوومیدانی با حضور فرماندهی انتظامی استان، رئیس انجمن دوچرخه سواری جانبازان کشور و اعضای هیئت سه گانه در چند مرحله در ستاد نیروی انتظامی استان رقابت کردند. «عزت ا... احسان فر» افزود: در پایان این دوره از پیکارها محمد رضا نصرتی، قدرت ا... صالحی، روح ا... آروادیان، رضا خسرویان و سعید میر به عنوان نفرات برتر انتخاب شدند و جوایز نفیسی نیز از سوی معاونت اطلاعات نیروی انتظامی دریافت کردند، یک دستگاه دوچرخه نیز از سوی هیئت سه گانه استان به فرماندهی انتظامی اهدا شد. احسان فر با اشاره به مرحله نهایی این مسابقات اظهار کرد: فینال این دوره از مسابقات دهه فجر امسال میان برترین های این دو دوره برگزار می شود. وی با اشاره به رشد ۱۴ پله ای رنکینگ این هیئت در کشور ابراز امیدواری کرد: این روند ادامه داشته باشد و بتوانیم به جایگاه اصلی و بالایی در کشور دست یابیم که بی شک این امر سبب افتخار برای مردم ورزش دوست سیستان و بلوچستان می شود.

حضور دونده استان در رقابت های کشوری

ورزشکار زابل به عنوان نماینده استان به رقابت های قهرمانی دوومیدانی کشور اعزام شد. رئیس اداره ورزش و جوانان زابل به خبرنگار ما گفت: میثم سارانی به عنوان تنها نماینده سیستان و بلوچستان برای شرکت در مسابقات دوی صحرا نوردی قهرمانی کشور رده سنی بزرگسالان عازم شمال شد، این دوره از مسابقات امروز ۳۰ دی ماه با حضور نمایندگان دوی صحرانوردی ایران در بندر انزلی برگزار می شود. «مسعود دهمرده» با اشاره به سابقه فعالیت این دونده افزود: در کارنامه ورزشی این دونده مقام نایب قهرمانی تیمی جوانان کشور و چندین دوره عنوان قهرمانی و نایب قهرمانی استان ثبت شده است. وی ابراز امیدواری کرد: میثم سارانی با توجه به قدرت جسمانی بالا و سابقه درخشانش در مسابقات مختلف بتواند با حضور در این دوره به نتیجه خوبی دست پیدا کند.

قهرمان رقابت های فوتسال سیب و سوران شناخته شد

تیم فوتسال شندان جام قهرمانی مسابقات فوتسال جام خلیج فارس سیب و سوران را از آن خود کرد. رئیس هیئت فوتبال سیب و سوران به خبرنگار ما گفت: پیکارهای جام خلیج فارس در این شهرستان با شرکت ۱۱ تیم فوتسال از آبان ماه آغاز شد که پس از ۱۱ هفته رقابت تنگاتنگ با معرفی تیم قهرمان به کار خود پایان داد. «عبدالصمد پورمند» افزود: تیم فوتسال شندان با کسب ۲۷ امتیاز و تفاضل ۴۱ گل در جایگاه نخست قرار گرفت و تیم های سید آباد و آبفا نیز پس از آن به ترتیب با نتیجه یکسان ۲۵ و اختلاف در تفاضل گل در جایگاه دوم و سوم ایستادند. وی ادامه داد: تیم های آریا سوران، بنیاد شهید، پارکینگ امام حسین (ع)، ایران خودرو، جایگاه سوخت، بهزیستی، کهن کرمشاه و شیشه بری بلوچستان در جدول رده بندی به ترتیب در رده های ۴ تا ۱۱ قرار گرفتند. وی با معرفی بهترین های این دوره از رقابت ها اضافه کرد: در این دوره حامد دهقان بهترین داور، خالد دهقان خلد با ۳۰ گل بهترین گل زن، جاسم جهاندیده بهترین بازیکن، بشیر پرکی بازیکن اخلاق، حامد دانشمند بهترین دروازه بان و علی گنگوزهی به عنوان پدیده لیگ معرفی شدند. وی با اشاره به بهترین تیم های فنی بیان کرد: در این دوره از پیکارها تیم سید آباد به عنوان تیم اخلاق و دارنده بهترین خط دفاع لیگ، شندان بهترین خط حمله و شیشه بری بلوچستان با ۸۲ گل خورده ضعیف ترین خط دفاع شناخته شدند.

خاش؛ میزبان رقابت های والیبال استان

ذوالفقاری–مسابقات قهرمانی والیبال منطقه ۳ استان از ۳ بهمن ماه به میزبانی خاش برگزار می شود. رئیس اداره ورزش و جوانان خاش به خبرنگار ما گفت: این دوره از رقابت ها با شرکت ۶ تیم باشگاهی از منطقه ۳ استان از یکشنبه هفته آینده در سالن چندمنظوره ورزشی شهدای گمنام این شهرستان آغاز می شود. «عبدالغفور قلندرزهی» افزود: تیم های بخشداری مرکزی و جوانان خاش، سیب و سوران، سراوان، میرجاوه و مهرستان در این دوره به مصاف هم می روند که در نهایت ۲ تیم برتر این گروه با برترین های مناطق یک و دو به منظور کسب جام قهرمانی و جواز حضور در لیگ دسته یک کشور رقابت می کنند. وی در ادامه از قرعه کشی چهارمین دوره مسابقات فوتسال جام دهه فجر خبر داد و اظهار کرد: این دوره از رقابت ها با شرکت ۱۰ تیم در ۲ گروه از ۲ بهمن ماه در سالن ورزشی شهید محمودزهی اسماعیل آباد برگزار می شود. وی ادامه داد: تیم های شاهین، تراکتور عباس آباد، پدیده اکبرآباد، زنده یاد شعیب شهنوازی و پولچاه در گروه اول و تیم های زنده یاد خدایار مرادزهی، عقاب نجف آباد، نوجوانان، اتحاد نجف آباد و تفتان در گروه دوم به منظور مشخص شدن چهره قهرمان فوتسال این شهرستان به مصاف هم می روند. به گفته این مسئول به مناسبت دهه فجر برنامه های ورزشی مختلفی در این شهرستان برگزار می شود که از جمله آن می توان به میزبانی رقابت های قهرمانی کشتی نوجوانان استان، بوکس نونهالان و نوجوانان جنوب شرق کشور، تیراندازی با اهداف پروازی ویژه مدیران دستگاه های اجرایی استان، رقابت های کونگ فو، شتردوانی، بازی های بومی و محلی، فوتسال کارکنان ادارات، والیبال و فوتسال روستاییان در روستاهای اسکل آباد، بخش مرکزی، بیت آباد، توحیدآباد، پشت کوه، گوهر کوه و نوک آباد، دوومیدانی و همایش پیاده روی و دوچرخه سواری اشاره کرد.

امروز؛ آغاز رقابت های سپک تاکرا

اولین دوره مسابقات قهرمانی سپک تاکرا در استان از امروز در زاهدان برگزار می شود. مسئول انجمن سپک تاکرای هیئت انجمن های ورزشی استان به خبرنگار ما گفت: این دوره از رقابت ها در دو رده سنی جوانان و بزرگسالان با شرکت ۱۰ تیم از زابل، زاهدان و سراوان به منظور انتخاب نماینده استان برای شرکت در مسابقات قهرمانی کشور به میزبانی قزوین امروز و فردا در سالن دهکده ورزشی زاهدان برگزار می شود. «مجتبی کیخا» افزود: تیم های آپادانا، بهرنگ، اداره ورزش و جوانان زاهدان، پایگاه قهرمانی استان و هیئت انجمن های ورزشی در رده سنی بزرگسالان و تیم های آینده سازان سپک تاکرا، ادارات ورزش و جوانان زاهدان، زابل و سراوان و هنرستان تربیت بدنی جوانان در رده جوانان به مصاف هم می روند.

نیازمندی‌ها

نان تنوری خانگی
در زاهدان
۰۹۱۵۶۷۴۰۶۶۵

فروش انواع دستگاه
جوش ترانسی
۰۹۱۵۵۴۳۹۲۲۳

گچکاری ساختمان
کلی و جزیی
۰۹۱۵۹۳۹۹۴۳۱

انجام امور جوشکاری
وبرشکاری
۰۹۱۶۴۹۰۸۶۴۰

پوشاک TCM آلمان
بورس انواع لباسهای زنانه
مردانه ، بچگانه
کفش ، کاپشن و غیره ...
چهارراه رسولی ، بعدحسین بر
۱۸ ،روبروی پست بانک
پاساژ صدف ، غرفه ۱۱۱
مدیریت :کاشانی
۰۹۱۵۹۴۸۳۹۱۰

تعمیر و سرویس سیار بخاری
نفتی برقی ژاپنی کرونا و...
اسرع وقت با نازلترین قیمت
۰۹۱۵۸۴۷۴۷۸۷

رنگ آمیزی به
سبک کاغذ دیواری
۰۹۱۵۷۵۱۸۱۸۵

تعمیر
انواع ماشین شارژی
درزاهدان
۰۹۳۶۹۰۵۵۲۶۹

نصب ویندوز
و برطرف کردن مشکل
نرم افزاری لپ تاپ
به طور حضوری در منزل
۰۹۳۳۵۳۷۸۱۷۲

گلاب و عرقیات کاشان
محصولات تهیه شده به
روش سنتی وباکیفیت عالی
۰۹۱۳۶۴۲۸۹۲۸

آپارتمان فروشی
دارای متراژ ۱۱۰ متر ، دو خوابه
طبقه دوم – پارکینگ ، انباری نورگیر
بسیار عالی ، تراس ، کف سرامیک ،
آشپزخانه اپن به فروش می رسد .
آب و برق – فکوری ۵ شهرستانی ۸
۰۹۱۵۵۱۰۷۴۱۹

۹۵۳۱۴۷۶۳/ ش