



سیستان و بلوچستان

پنج‌شنبه ۲۲ فروردین ۱۳۹۶ ۱۵ رجب ۱۴۳۸ شماره ۸۰۹

ذوالفقاری– این روزها هوای خوب و خنک بهاری هواداران ورزش را به پارک‌ها می‌کشاند، چرا که در عطر پاک بهاری قدم زدن و پیاده روی و دم و بازدم خورشاوند تر است. در این روزها که عطر بهار در همه جا پراکنده است دلت می‌خواهد آرام قدم برداری از هوای خوش فروردین ماه استفاده کنی. در این روزها که هوا برای پیاده روی جان می‌دهد نه تنها پارک ها و مجموعه های ورزشی شاهد حضور علاقه مندان به ورزش های همگانی است بلکه در خنکای صبح و زمانی که هنوز خورشید طلوع نکرده، خیابان ها هم در هوای وسوسه انگیز بهاری میزبان عابریانی است که به قصد پیاده روی از خوابشان می‌زنند و به سمت پارک ها حرکت می‌کنند تا فرصت ورزش در بهار را از دست ندهند.

این روزها بسیاری از اهالی ورزش دوست زاهدان را می‌توان در پارک های مختلف دید که لباس ورزشی پوشیده اند، برخی هم تنها کفش کتانی به پا کرده اند و در گوشه ای مشغول نرمش، استفاده از وسایل ورزشی یا پیاده روی و دو هستند، آن ها هم از بهترین فرصتی که بهار در اختیارشان گذاشته است برای حمایت از ورزش های همگانی و سلامت جامعه استفاده می‌کنند.

میعادگاه ورزشکاران

دهکده المپیک که یکی از مجموعه های بزرگ ورزشی زاهدان است نه تنها صبح های بهاری ورزشکاران مختلف این شهر را میزبانی می‌کند بلکه در دیگر ساعات و ایام هم حامی پرچمداران ورزش های همگانی بوده و مکانی مناسب برای پیاده روی و دویدن آن هاست و پای ثابت اهالی ورزش است.

صبح یکی از روزهای بهاری در دهکده المپیک حاضر می‌شوم تا از هوای خوش بهاری برای ورزش کردن استفاده کنم و در کنار آن از حال خوش این روزهای ورزش بنویسم. با خانم میناسالی که با کفش های کتانی آرام آرام قدم بر می‌دارد گرم گفت و گو می‌شوم، «جعفری» می‌گوید: هر روز سعی می‌کنم در زیر درختان و در هوای خوب دهکده المپیک پیاده روی کنم، صبح اول وقت را که هنوز وقت کار کردن فرا نرسیده است برای این مهم انتخاب می‌کنم تا با روحیه ای شاد روزم را آغاز کنم، در محل کار بازدهی بیشتری داشته باشم و با توان بیشتر و روحیه شاد تر بتوانم به دانش آموزان در درس هایشان کمک کنم.

وی ادامه می‌دهد: معتقدم که باید خانم ها و به خصوص آن هایی که شاغلند کمی برای خودشان

برگزاری مسابقات دوومیدانی در مهرستان

گروه ورزش– رقابت های دوومیدانی دختران به مناسبت سالروز ولادت حضرت علی (ع) در مهرستان برگزار شد. مسئول ورزش بانوان اداره ورزش و جوانان مهرستان به خبرنگار ما گفت: این رقابت ها همزمان با روز پدر میان ۵۰ نفر از دانش آموزان دختر این شهرستان در مدرسه ال‌زهر(س) برگزار و به نفرات برتر جوایزی اهدا شد. «فرزانه سپاهیان» افزود: در پایان این رقابت ها یاسمن اربابی، نعیمه هوتکزی و زهرا مزارزهی موفق به کسب مقام اول تا سوم شدند، تعدادی از دختران نیز به نوشتن دلنوشته و مقاله در باره روز پدر پرداختند که الهام پور احمدی و مریم هوتکزهی به عنوان نفرات برتر این بخش انتخاب شدند.



هوای خوش ورزش بهاری

وقت بگذارند، از پشت میز و از خانه بیرون بیایند، لباس ورزشی بپوشند و از فرصت دلپذیر بهاری برای سلامتی روح و جسمشان استفاده کنند.

لذت دلنشین ورزش

جوانی که گرمکن خاکستری رنگ و کفش ورزشی اش نشان می‌دهد با آمادگی کاملی برای ورزش کردن آمده، با سرعت در حال دویدن است، از او هم سراغشان نمی‌آید. البته این روزها که برای ورزش در حالی که نفس هایش به شماره افتاده است اظهار می‌کند: در این فصل خواب بسیار دلنشین است اما اگر از خانه بیرون بیاییم و یک روز در جمع مشتاقان ورزش به پیاده روی و نرمش کردن بپردازیم متوجه می‌شویم که لذت ورزش کردن آن هم در هوای بهاری بسیار دلنشین تر از خواب، استراحت است.

وی ادامه می‌دهد: اگر مردم سعی داشته باشند که قبل از آغاز فعالیت روزانه شان ورزش کنند و فعالیت های ورزشی شان را افزایش دهند دیگر بی‌حالی به سراغشان نمی‌آید. البته این روزها که برای ورزش کردن جان می‌دهد حضور مردم در پارک ها و فضاهای ورزشی پرشور است که می‌تلبد مربیانی هم به این منظور در مجموعه هایی که شاهد حضور تعداد بیشتری از مشتاقان است حاضر باشند و نکتی را که نیاز است به ورزشکاران بیاموزند تا حرکات ورزشی را به درستی انجام دهند.

رضا حیدری» یکی دیگر از مشتاقان ورزش های همگانی در قسمتی از دهکده در حال دویدن است، او که مشخص است تجربه زیادی در ورزش دارد می‌گوید: ورزش کردن در این هوا بسیار دلنشین است و مطمئتم هر فردی که عاشق هوای تازه و خوب باشد حداقل قدم زدن در این فرصت را از دست نمی‌دهد.

وی ادامه می‌دهد: فکر می‌کنم مسئولان هم باید حواس شان بیشتر به ورزش های همگانی باشد تا مردم اوقات فراغت شان را در فضاهای سالم ورزشی سپری کنند و جوانان به سمت آسیب ها دروند.با توجه به این که با رسیدن فصل بهار و گرم تر شدن هوا می‌تلبد که ورزشکاران تغییراتی در برنامه ورزشی خود داشته باشند، ورزش های متناسب این فصل را انتخاب کنند و با آگاهی کافی در پارک ها و فضاهای ورزشی حاضر شوند با یکی از استادان تربیت بدنی که نایب رئیس هیئت ورزش های همگانی است گفت و گویی انجام داده ایم.

صبح ها؛ بهترین زمان برای ورزش

دکتر «جمشید جلیلود» می‌گوید: در فصل گرم



بهار صبح ها بهترین زمان برای تمرین و ورزش کردن است چرا که کم‌ترین غلظت آلاینده ها در هوا وجود دارد. بهتر است ورزشکاران در این فصل از هوای آزاد بسیار لذت بخش است اضافه می‌کند:

البته ورزشکاران باید سعی داشته باشند که قبل از تمرین صبحگاهی یک وعده بسیار سبک و غنی از قندهای طبیعی میل کنند تا دچار ضعف ناگهانی و زخم معده نشوند.وی اظهار می‌کند: در بهار لازم نیست که ورزشکاران در فضای بسته

یا بر روی تردمیل ورزش کنند، بلکه با بهتر شدن هوا می‌توان در فضای باز مانند پارک ها ورزش کرد و از آن لذت بیشتری برد. بهتر است در این روزها ورزش به صورت گروهی انجام شود تا افراد

انگیزه بیشتری برای ادامه ورزش پیدا کنند.وی اظهار می‌کند: زمانی که بهار فرا می‌رسد، با گرم شدن هوا، رگ ها منبسط و لذا فشار خون کم می‌شود و بیشتر جریان خون به سمت پوست می‌رود. با گرم شدن هوا، رگ ها منبسط و لذا فشار خون کم می‌شود و اکسیژن کمتری به سمت مغز می‌رود. افزایش فعالیت سوخت و ساز بدن هم در بهار نیاز به اکسیژن بیشتری دارد و اکسیژن کمتری به طرف مغز فرستاده می‌شود.

به گفته وی ورزش صبحگاهی و پیاده‌روی قبل و بعد از کار روزانه می‌تواند هوای تازه بیشتری را وارد سیستم تنفسی کند چرا که هوای آلوده به دلیل داشتن دی‌اکسید کربن بالا خواب‌آلودگی را بیشتر می‌کند، بنابراین کسانی که خون غلیظ تری دارند بیشتر به این بی‌حالی دچار می‌شوند، زیرا

به گفته وی ورزش صبحگاهی و پیاده‌روی قبل و بعد از کار روزانه می‌تواند هوای تازه بیشتری را وارد سیستم تنفسی کند چرا که هوای آلوده به دلیل داشتن دی‌اکسید کربن بالا خواب‌آلودگی را بیشتر می‌کند، بنابراین کسانی که خون غلیظ تری دارند بیشتر به این بی‌حالی دچار می‌شوند، زیرا

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱															
۲															
۳															
۴															
۵															
۶															
۷															
۸															
۹															
۱۰															
۱۱															
۱۲															
۱۳															
۱۴															
۱۵															

توان – بزرگنمایی تصویر – عدد فوتبالی– بخیه جامه

۷– ستون بدن – پایان – درخت زبان گنجشک ۸– اگر – گندم سوده – گله – دربست کارخانه ۹– شب روستایی – ناگزیر – لحظه ۱۰– حرص – درون– مردم – زائوئترسان– اشاره به دور ۱۱– خوشحال–

قلب– گوهر– ماه پرتابی ۱۲– کله– کافی– از بروته ها – اهلی ۱۳– هوشیار – مجلس بزرگان– بازی پایانی ۱۴– بزرگتر – زوال ۱۵– پایین– بهشت شداد –بی‌مو – ایده

حل جدول شماره ۷۸۳															
د	ر	ی	ع	ک	ی	ا	س	ت	ب	پ	ر	ی	ن	ی	ن
م	ی	ر	ا	ز	م	ا	ز	م	ا	ز	م	ی	ر	د	ی
ا	ش	ی	ا	ز	ا	ل	و	س	ی	ز	ا	ر	و	ز	ا
ن	خ	ب	ر	د	ر	م	ا	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر	و
م	و	خ	ا	ل	ز	ا	ز	ی	ک	ز	ا	ر	ک	ز	ا
م	و	خ	ا	ب	ر	و	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر	ا	ش
ر	ا	ب	ر	و	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر
د	د	ی	ر	ا	ز	ی	ن	ی	ا	ز	ا	ر	و	ز	ا
ا	ت	ا	ن	ک	ز	ا	ر	ا	ن	ک	ز	ا	ر	و	ز
د	ا	ر	م	ی	ن	ی	ا	ب	ر	و	ز	ا	ر	و	ز
ت	م	و	خ	ا	ب	ر	و	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر	و
ث	م	و	ر	س	ی	ف	د	ر	ک	ا	ل	ز	ا	ر	و
ب	ه	و	د	ا	ن	ی	ع	ا	ز	ن	ج	ر	ا	ر	و
ا	و	ل	د	ا	ن	ی	ا	س	ی	ز	ا	ر	و	ز	ا
ت	و	ب	ا	ب	ا	ت	ا	ل	ز	ا	ر	و	ز	ا	ر

۱– فریاد درد – آسانی – نقره – بیم ۲– احصائیه – نوعی ادویه ۳– از سازهای زهی– عشوّه– حاشیه ۴– نخست – اربب– عدد خیطی– دیوار گلی ۵– پایتخت سوئیس– زهر– گلایی– زبرک ۶– چهره – آخرین

نیازمندی‌ها

خدمات نظافتی پاکیزه
نظافت راه پله،گف،تعمیر کاری واحد های
نوساز ۰۹۰۳۴۷۴۱۱۹۸

ز نانه دوزی نارون
دوخت انواع لباس بلوچی
زاهدان،روبروی
کریمپور ۱،جنب سوپرمارکت

پیتزا پاریس
زیباشهر نبش بهارستان۲
۵۴۳۳۲۸۶۱۰۳-۰۹۳۷۸۰۶۶۲۸۰

گالری مبلمان و صنایع
چوب ستاره شهر
زاهدان،بلوار جانباز ان،
جانباز ان ۲۶ روبروی درب
ورودی شهر بازی لاله

رنگ آمیزی ساختمان
درب زابل
۰۹۳۶۴۶۷۲۰۹۲

ساخت کابینت و
کمد دیواری
ساخت دکور مغازه، تخت
خواب، بوفه و ...
۰۹۱۵۹۴۱۴۰۱۱

د کوراسیون داخلی
کاغذ دیواری،پوستر دیواری
پارکت لمینت،کفپوش

کابینت،کناف و...
بلوار معلم ، تقاطع بزرگمهر
ساختمان ابریشم
۰۹۱۵۸۷۶۷۸۵۶
۳۳۴۴۵۶۵۹

ساخت انواع
تابلوهای تبلیغاتی
چلنیوم،تلویزیون
شهری،تابلو روان
ثابت و...
۰۹۳۹۰۷۲۸۰۰۳

برگزاری مسابقات دوومیدانی در مهرستان

گروه ورزش– رقابت های دوومیدانی دختران به مناسبت سالروز ولادت حضرت علی (ع) در مهرستان برگزار شد. مسئول ورزش بانوان اداره ورزش و جوانان مهرستان به خبرنگار ما گفت: این رقابت ها همزمان با روز پدر میان ۵۰ نفر از دانش آموزان دختر این شهرستان در مدرسه ال‌زهر(س) برگزار و به نفرات برتر جوایزی اهدا شد. «فرزانه سپاهیان» افزود: در پایان این رقابت ها یاسمن اربابی، نعیمه هوتکزی و زهرا مزارزهی موفق به کسب مقام اول تا سوم شدند، تعدادی از دختران نیز به نوشتن دلنوشته و مقاله در باره روز پدر پرداختند که الهام پور احمدی و مریم هوتکزهی به عنوان نفرات برتر این بخش انتخاب شدند.

هوای خوش ورزش بهاری

وقت بگذارند، از پشت میز و از خانه بیرون بیایند، لباس ورزشی بپوشند و از فرصت دلپذیر بهاری برای سلامتی روح و جسمشان استفاده کنند.

لذت دلنشین ورزش

جوانی که گرمکن خاکستری رنگ و کفش ورزشی اش نشان می‌دهد با آمادگی کاملی برای ورزش کردن آمده، با سرعت در حال دویدن است، از او هم سراغشان نمی‌آید. البته این روزها که برای ورزش در حالی که نفس هایش به شماره افتاده است اظهار می‌کند: در این فصل خواب بسیار دلنشین است اما اگر از خانه بیرون بیاییم و یک روز در جمع مشتاقان ورزش به پیاده روی و نرمش کردن بپردازیم متوجه می‌شویم که لذت ورزش کردن آن هم در هوای بهاری بسیار دلنشین تر از خواب، استراحت است.

وی ادامه می‌دهد: اگر مردم سعی داشته باشند که قبل از آغاز فعالیت روزانه شان ورزش کنند و فعالیت های ورزشی شان را افزایش دهند دیگر بی‌حالی به سراغشان نمی‌آید. البته این روزها که برای ورزش کردن جان می‌دهد حضور مردم در پارک ها و فضاهای ورزشی پرشور است که می‌تلبد مربیانی هم به این منظور در مجموعه هایی که شاهد حضور تعداد بیشتری از مشتاقان است حاضر باشند و نکتای را که نیاز است به ورزشکاران بیاموزند تا حرکات ورزشی را به درستی انجام دهند.

رضا حیدری» یکی دیگر از مشتاقان ورزش های همگانی در قسمتی از دهکده در حال دویدن است، او که مشخص است تجربه زیادی در ورزش دارد می‌گوید: ورزش کردن در این هوا بسیار دلنشین است و مطمئتم هر فردی که عاشق هوای تازه و خوب باشد حداقل قدم زدن در این فرصت را از دست نمی‌دهد.

وی ادامه می‌دهد: فکر می‌کنم مسئولان هم باید حواس شان بیشتر به ورزش های همگانی باشد تا مردم اوقات فراغت شان را در فضاهای سالم ورزشی سپری کنند و جوانان به سمت آسیب ها دروند.با توجه به این که با رسیدن فصل بهار و گرم تر شدن هوا می‌تلبد که ورزشکاران تغییراتی در برنامه ورزشی خود داشته باشند، ورزش های متناسب این فصل را انتخاب کنند و با آگاهی کافی در پارک ها و فضاهای ورزشی حاضر شوند با یکی از استادان تربیت بدنی که نایب رئیس هیئت ورزش های همگانی است گفت و گویی انجام داده ایم.

به گفته وی ورزش صبحگاهی و پیاده‌روی قبل و بعد از کار روزانه می‌تواند هوای تازه بیشتری را وارد سیستم تنفسی کند چرا که هوای آلوده به دلیل داشتن دی‌اکسید کربن بالا خواب‌آلودگی را بیشتر می‌کند، بنابراین کسانی که خون غلیظ تری دارند بیشتر به این بی‌حالی دچار می‌شوند، زیرا

اخبار

سیستان و بلوچستان قهرمان مسابقات سپک تاکرای کشور شد

گروه ورزش– تیم سپک تاکرای جوانان سیستان و بلوچستان جام های قهرمانی و کاپ نایب قهرمانی مسابقات کشوری را از آن خود کرد.مسئول کمیته سپک تاکرا هیئت انجمن های ورزشی استان به خبرنگار ما گفت: مسابقات قهرمانی سپک تاکرای نوجوانان کشور از ۲۲ فروردین ماه با شرکت ۸ تیم در دو بخش رگو و دیل درسالن حجاب مراغه آغاز شد و روز گذشته با قهرمانی نماینده استان در هر دو بخش به کار خود پایان داد.«مجتبی کیخا» با بیان این که برای نخستین بار در تاریخ ورزش استان تیم سپک تاکرا در مسابقات قهرمانی کشور به مقام قهرمانی دست یافت افزود: در بخش رگو این رقابت ها سیستان و بلوچستان قهرمان و مرکزی نایب قهرمان شد، تیم های آذربایجان شرقی و همدان هم در جایگاه سوم مشترک ایستادند.وی ادامه داد: در بخش دابل تاکرا سیستان و بلوچستان الف عنوان قهرمانی را به خود اختصاص داد و سیستان و بلوچستان ب مقام نایب قهرمانی را از آن خود کرد، آذربایجان شرقی و مرکزی هم در سکوی سوم مشترک قرار گرفتند.وی اظهار کرد: در بخش رگو حسن و حسین انتظاری، علی ایثار، علی شیبانی، علی رضاپور و ابوالفضل پور امامی با مربیگری علی گمرکی قهرمان شدند در قسمت دابل تاکرا هم مقام قهرمانی به حسن انتظاری، علی شیبانی، علی ایثار و علی شیخ با مربیگری محمد حامد پیشه‌ور اختصاص یافت و عنوان نایب قهرمانی از آن علیرضافرمانی منفرد، علی لالینی، مهدی قوچی و ناصر میر شد. به گفته وی تیم سیستان و بلوچستان الف در بخش رگو این مسابقات با پیروزی مقابل تیم های مراغه، کرمانشاه و همدان به فینال راه پیدا کرد و در مرحله نهایی با نتیجه ۲ بر یک بر استان مرکزی غلبه کرد و به عنوان قهرمانی این بخش دست یافت، در بخش دوپل یا دوفنره این رقابت ها هم تیم سیستان و بلوچستان الف با غلبه بر دیگر نماینده استان موفق به کسب مقام نخست شد.وی خاطرنشان کرد: این رقابت ها به عنوان انتخابی تیم ملی سپک تاکرای جوانان کشور برای حضور در مسابقات آسیایی جاکارتای اندونزی به با شرکت ۸ تیم به مدت ۲ روز در مراغه برگزار شد و ۲۵ بازیکن از سوی کمیته فنی تیم های ملی برای حضور در اردوهای آمادگی انتخاب و معرفی می شوند.

هفته دوم دور برگشت لیگ فوتبال استان فردا آغاز می شود

هفته دوم دور برگشت لیگ سطح اول فوتبال استان با عنوان جام وحدت فردا برگزار می شود.مسئول کمیته روابط عمومی هیئت فوتبال استان به خبرنگار ما گفت: رقابت لیگ دسته اول فوتبال استان با شرکت ۱۱ تیم در دو گروه شمال و جنوب در حال برگزاری است، تیم های بخشدار ی خاش، کورش کبیر زابل، شاهین زاهدان، شهیدی بنجار و نفت سرحد زاهدان در گروه شمال و ماشکید سراوان، سرزه ایرانشهر، ساحل منطقه آزاد، مقاومت ایرانشهر، شن و ماسه بمپور و شهرداری کنارک در گروه جنوب این لیگ رقابت می کنند.«حسین اسلامی» افزود: در هفته دوم دور برگشت لیگ فوتبال استان تیم های بخشدار ی خاش و شاهین زاهدان، نفت سرحد و کورش کبیر زابل، ایرانشهر، شن و ماسه بمپور و شهرداری کنارک در گروه جنوب این لیگ رقابت با نتیجه سه بر یک از سد تیم شهیدی بنجار گذشت، «شاهین زاهدان» دو بر یک «نفت سرحد» را شکست داد و «ماشکید سراوان» ۵ بر یک بر «شن و ماسه بمپور» غلبه کرد، در رقابت تیم های مقاومت ایرانشهر، شن و ماسه بمپور و سرزه ایرانشهر به این بازی از دقیقه ۹۱ ناتمام ماند، مسابقه تیم های شهرداری کنارک و ساحل منطقه آزاد چابهار هم به دلیل آماده نبودن زمین به تعویق افتاد.وی خاطرنشان کرد: تیم بخشداری مرکزی خاش با ۸ امتیاز صدرنشین گروه شمال است و «کورش کبیر زابل» با هفتم امتیاز و یک بازی کمتر در جایگاه دوم ایستاد، تیم گلخانه ماشکید سراوان هم با ۱۶ تیم در صدر جدول گروه جنوب قرار دارد و «سرزه ایرانشهر» با ۸ امتیاز دوم است.وی از برگزاری کلاس مربیگری فوتبال در زاهدان خبر داد و اظهار کرد: دور مربیگری در حجه فوتبال ایران با تدریس محمود پیروژ فر مدرس فدراسیون فوتبال و با حضور ۲۰ نفر مربیان زاهدانی از ۱۷ تا ۲۲ فروردین ماه در ورزشگاه الغدیر دهکده المپیک زاهدان برگزار شد. اسلامی، خاطرنشان کرد: بر اساس برنامه ریزی کمیته آموزش هیئت فوتبال استان هماهنگی فدراسیون فوتبال برای مربیان شرکت کننده در این دوره امسال کلاس مربیگری در حجه ۱۸ این نیز برگزار می شود.

مسابقات دانش آموزی برگزار می شود

مسابقات قهرمانی ورزشی دانش آموزان دختر و پسر استان از ۲۶ فروردین ماه جاری در مجموعه شهید بهشتی زاهدان آغاز می شود.رئیس هیئت ورزش های دانش آموزی استان به خبرنگار ما گفت: این دوره از مسابقات با نام و یادشهادی دانش آموز و شعار اقتصاد مقاومتی، تولید و اشتغال در دو بخش دختران و پسران از ۲۶ فروردین جاری تا ۱۰ اردیبهشت ماه به میزبانی نواحی یک و دو آموزش و پرورش زاهدان برگزار می شود.«جمشید جلیلود» افزود: در این مسابقات دانش آموزان دختر در رشته های طناب زنی، والیبال، هندبال، شطرنج، بدنمیتون و دوومیدانی و پسران هم در رشته های فوتسال، والیبال، هندبال، شطرنج، دوومیدانی و تنیس روی میز رقابت می کنند.وی با بیان این که برگزاری هرچه مطلوب تر این مسابقات سبب می شود تا دانش آموزان با شرکت در رقابت های ورزشی سالم بتوانند در آینده در عرصه های بزرگ تر با اعتماد به نفس بیشتری حضور یابند ادامه داد: استعدادیابی، ایجاد شور و نشاط و ترغیب دانش آموزان به انجام فعالیت های ورزشی، افزایش سطح سلامتی و ایجاد انگیزه در دانش آموزان و اعزام برترین های هر رشته به رقابت های کشوری از اهداف برگزار ی این مسابقات است.وی خاطرنشان کرد: در این دوره از مسابقات که با رویکرد مدرسه قهرمان و کانون قهرمان انجام می شود آموزش و پرورش ناحیه یک زاهدان میزبان دختران ناحیه دو هم پذیرای پسران دانش آموز است.

تیم کریکت کنارک فینالیست شد

نماینده کنارک به فینال جام کریکت سواحل مکران راه پیدا کرد.رئیس اداره ورزش و جوانان کنارک به خبرنگار ما گفت: مسابقات کریکت جام سواحل مکران با حضور ۹ تیم از ابتدای فروردین ماه جاری به میزبانی چابهار آغاز شده است که با برگزاری دور نیمه نهایی نماینده کنارک موفق به صعود به مرحله فینال شد.«لعل بخش امیری» با بیان این که فینال این مسابقات فردا در چابهار انجام می شود افزود: تیم کریکت دشت کنارک در مرحله نیمه نهایی جام سواحل مکران با شکست استقلال چابهار به فینال راه یافت و در دیدار پایانی این رقابت ها به مصاف خلیج چابهار می رود.



<p>ساخت انواع تابلوهای تبلیغاتی</p> <p>چلنیوم،تلویزیون شهری،تابلو روان ثابت و...</p> <p>۰۹۳۹۰۷۲۸۰۰۳</p>	<p>د کوراسیون داخلی</p> <p>کاغذ دیواری،پوستر دیواری پارکت لمینت،کفپوش کابینت،کناف و...</p> <p>بلوار معلم ، تقاطع بزرگمهر ساختمان ابریشم</p> <p>۰۹۱۵۸۷۶۷۸۵۶</p> <p>۳۳۴۴۵۶۵۹</p>	<p>خدمات</p> <p>تاسیساتی وفنی</p> <p>اجرای خدمات لوله کشی آب وفاضلاب، رفع نواقص برقی ساختمان،نصب سرویس وتعمیر کولرهای آبی و...</p> <p>۰۹۱۵۹۹۰۸۸۵۰</p>	<p>رنگ آمیزی ساختمان</p> <p>درب زابل</p> <p>۰۹۳۶۴۶۷۲۰۹۲</p>	<p>ساخت کابینت و کمد دیواری</p> <p>ساخت دکور مغازه، تخت خواب، بوفه و ...</p> <p>۰۹۱۵۹۴۱۴۰۱۱</p>	<p>پیتزا پاریس</p> <p>زیباشهر نبش بهارستان۲</p> <p>۵۴۳۳۲۸۶۱۰۳-۰۹۳۷۸۰۶۶۲۸۰</p>	<p>خدمات نظافتی پاکیزه</p> <p>نظافت راه پله،گف،تعمیر کاری واحد های نوساز ۰۹۰۳۴۷۴۱۱۹۸</p>	<p>ز نانه دوزی نارون</p> <p>دوخت انواع لباس بلوچی</p> <p>زاهدان،روبروی</p> <p>کریمپور ۱،جنب سوپرمارکت</p>
--	---	---	--	--	--	--	---