



یستان و بلوچستان

پنج‌شنبه ۲۲ شهریور ۱۳۹۶ ۲۲ ذی‌الحجه ۱۴۲۸ شماره ۹۳۲

تراپولین؛ خطرناک برای کودکان

گروه ورزش- تحقیقات کارشناسان ورزشی به ایجاد رشته های ورزشی متعددی منجر شده و برخی از این رشته ها نیز توانسته است در المپیک جایگاهی را به خود اختصاص دهد اما برخی از آن ها نیز به دلیل شرایط مناسب فضاهای باز توانسته است حتی در پارک ها و فضاهای عمومی جایگاهی برای خود پیدا کند. اگر گشتی در پارک های شهر بزنیم تنوع لوازم ورزشی دیده می شود و برای هر سلیقه ای وسیله ورزش ایجاد شده است و اقشار مختلف به استفاده از آن می پردازند اما در کنار لوازم بازی در مواردی هم افرادی را می توان دید که با استفاده از وسیله بازی در هوا معلق هستند و این خود رهگذرانی را به خود جذب می کند. چهارچوبی توری با فنرهای جهشی که افرادی کم سن در آن به قول خودشان به‌پریر می کنند. جهش های روبه بالا وحرکات نمایشی برخی از کودکان سبب می شود علاوه بر افراد کم سن، اشخاص با سن و سال بیشتر نیز اطراف این وسیله بازی که تراپولین نام دارد جمع شوند و از بازی کودکان لذت ببرند گاهی نیز می توان افرادی جوانی را دید که وارد آن می شوند تا خودنمایی کنند!

تراپولین ورزشی برای لاغری

متصدی تراپولین در یکی از پارک ها به خبرنگار ما می گوید: تراپولین یکی از وسایل ژیمناستیک است که در آن پارچه ضخیم و محکمی به وسیله تعدادی فنر از چهار طرف به چهارچوبی فلزی بسته شده است و حالت جهشی روبه بالای دارد به همین دلیل ورزشکار با جهش روی آن می تواند تا میزان قابل توجهی ارتفاع گیرد که این خودسبب جلب توجه بسیاری از اطرافیان و رهگذران می شود. «سروش فولفراک» می افزاید: مدتی پیش در دانشگاه تربیت بدنی رم ایتالیا تحقیقاتی در باره تاثیر جهش بر روی افراد انجام شد که نشان داد پریدن بر روی تراپولین مزایای زیادی مانند کاهش وزن و افزایش تراکم استخوان به همراه دارد به همین دلیل بهره گرفتن از تراپولین برای کاهش وزن بسیار اهمیت پیدا کرد و میزان فروش آن در دنیا سرعت بیشتری به خود گرفت که در ایران نیز رواج پیدا کرد و ما نیز تصمیم به راه اندازی آن در زاهدان گرفتیم. به گفته وی شاید این ورزش برای سلامت مناسب است و

رقابت ماهیگیران درچابهار

گروه ورزش- مسابقه ماهیگیری در قالب جشنواره مونسون در چابهار برگزار شد. رئیس اداره ورزش و جوانان چابهار به خبرنگار ما گفت: این دوره از رقابت ها با همکاری کمیته ماهیگیری شهرستان و با شرکت ۳۵ علاقه مند به ماهیگیری در اسکله کشتی سازی صدرای امید چابهار برگزار و در پایان به نفرات برتر جوایزی اهدا شد. «عمر بلوچ» افزود: حامد خوشخوان مقام اول این دوره را از آن خود کرد و حسین رضائی و یاسر جعفری در جایگاه های دوم و سوم ایستادند.



ورزش



تقویت تعادل و هماهنگی بدن

وی با اشاره به تاثیر تراپولین بر تقویت تعادل و هماهنگی بدن، بیان می کند: تعداد افرادی که ذاتا تعادل و هماهنگی بدنی بسیار خوبی دارند چندان زیاد نیست و برای رسیدن به تعادل کامل فرد باید میزان متعادلی از سلامت و تناسب اندام را داشته باشد بنابراین از آنجایی که پریدن، یکی از راه های تقویت عضلات برای حفظ تعادل و هماهنگی بهتر بدن است باید گفت که رشته تراپولین می تواند بر بدن ورزشکار تاثیر مثبت داشته باشد چرا که پریدن روی تراپولین، بدن را در وضعیت های گوناگون قرار می دهد و بدن مجبور می شود با هر فرود خودش را تطبیق دهد. به گفته وی از آنجا که تراپولین، کنترل و هماهنگی عضلات را می آموزد، بنابراین بسیاری از کودکان هنگامی که از این وسیله استفاده می کنند از شرایط تحصیلی بهتری برخوردار می شوند و اعتماد به نفس آنان نیز بهبود می یابد. از طرفی با وجود این که اغلب زمان می برد تا افراد با مهارت های این رشته ورزشی آشنا شوند، به دلیل لذت قرار گرفتن در ارتفاع، کودکان بیشتر برای بازی بر روی آن ترغیب می شوند و این به طور ناخوسته بر روی بدن آنان تاثیرهای فراوانی می گذارد.

خطرات جدی "تراپولین" برای کودکان

راهدار، می گوید: به تازگی پایگاه خبری بهداشت نیز این وسیله بازی را مورد بررسی قرار داده و در خبر خود از آن به عنوان خطری جدی در کمین کودکان یاد کرده است که موجب شد برخی از



۱- دیوارگلی- روز قیامت- مرغ خانگی- ۲- برهنه- ستاره کمیاب- تمدن باستانی- تصدیق روسی-۳- به مقصود رسیده- انعطاف- ۴- لقب اشرافی اروپا- دانه کش بی آزار- در مثل مهربان تر از مادر است-۵- محدوده- بازیگر فقید فیلم سینمایی شیرین- تربیت شده-۶- منطقه بیلاقی اطراف مشهد- خدای آسمان در یونان- ۷- چهره- از پرندگان آبی- اذیت- شامه نواز-۸- اهریمن- شن- ۹- شره خرما- کلاه لبه دار- از نام های زنانه به معنی باظرافت- ۱۰- بانگ مهیب- کارگردان سریال زمانه- بی گناه-۱۱- بی آبرو-از امپراتوران روم باستان که به فرمانروای مردم مشهور بود- پرستش-۱۲- پاپوش- یراق اسب- حرف چهارم الفبای یونانی-۱۳- تروتمند- نوکر- ۱۴- دشمن سخت- از انواع نان- بیم- حرف همراهی-۱۵- هواکش اجاق گاز- حکیم و ریاضی دان یونانی عهد باستان- آدم کشی



۱- مته برقی- وزیر فرانزه و حکیم انوشیروان- لزلنک-۲- اسب آذری- کلیاسه- نصرانی- مادر ورزش ها-۳- باریک- جنگ- ۴- همسر ابراهیم(ع)- آمادگی زمین

از تخفیف ویژه برخوردار شوید
درج آگهی نیازمندی با طرح و رنگ متمایز
دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نشی مولوی ۲۱ تلفن: ۶-۳۳۲۱۷۸۶۵

نیازمندی‌ها

تبلیغ پدیده‌ای فرهنگی است

افتخار این را داریم

که امین شما همشهریان عزیز خراسان جنوبی در امر خرید و فروش ملک در مشهد مقدس باشیم .

۰۳۰-۰۱۹۲۲۰۰۱۳۵۰
۰۹۱۵۹۰۰۶۰۱۸ ملایب و نجات

۰/۹۶۱۰۰۷۳۳

اخبار

بوکسور استان در مسابقات کشوری

گروه ورزش- بوکسور سیستان و بلوچستان در رقابت های قهرمانی بوکس دانشجویان کشور به میزبانی خراسان مشت زنی می کند.

دبیر هیئت بوکس استان به خبرنگار ما گفت: اولین دوره مسابقات قهرمانی بوکس دانشجویان کشور با حضور ۶۴۰ دانشجو از سراسر کشور به مدت ۴ ماه در ۱۱ وزن در سالن شهید همت تهران شد که در نهایت ۴۴ بوکسور دانشجو به مرحله نیمه نهایی راه پیدا کردند. «محمود نهتانی» افزود: دور نیمه نهایی این رقابت ها امروز و فردا میان بوکسورهای برتر به میزبانی اسفراین در سالن شهید افراسیابی مجموعه ورزشی شهید شیرودی برگزار می شود که محمد جاسم یاراحمدزهی نیز از سیستان و بلوچستان در این مرحله حضور دارد. وی ادامه داد: این رقابت ها به منظور گرامیداشت مقام دانشجو و ترویج دوباره ورزش بوکس در دانشگاه ها و همچنین آمادگی شرکت در مسابقات دانشجویان جهان در حال برگزاری است. به گفته وی رقابت های جهانی بوکس دانشجویان شهریورماه سال آینده به میزبانی روسیه برگزار می شود که امیدواریم یاراحمدزهی که از توانایی بدنی بالایی برخوردار است بتواند در ترکیب تیم ملی عازم این رقابت ها شود.

کشتی گیران استان در زاهدان روی تشک می روند

رقابت های کشتی جوانان سیستان و بلوچستان ۲۷ شهریورماه به میزبانی زاهدان برگزار می شود. رئیس هیئت کشتی استان به خبرنگار ما گفت: مسابقات قهرمانی کشتی فرنگی استان با هدف انتخاب برترین های این رشته برای اعزام به رقابت های کشوری، ۲۷ شهریورماه جاری در سالن کشتی مجموعه فرهنگی ورزشی شهید بهشتی زاهدان برگزار و در نهایت از نفرات منتخب برای حضور در ترکیب تیم ملی آزمون آمادگی جسمانی گرفته می شود.

«عادل شاهسپوینور» افزود: فرنگی کاران متولد ۱۱ دی ماه ۷۶ تا ۱۱ دی ماه ۷۹ از همه شهرستان های استان در اوزان ۵۵، ۶۰، ۶۳، ۶۷، ۷۲، ۷۷، ۸۲، ۸۷، ۹۷ و ۱۳۰ کیلوگرم در این دوره به مصاف هم می روند. وی ادامه داد: ایمان فروغی نژاد، حسین سرگز، حسین کشته گر، علی بازند، هادی بهشتی نیا، سعید عابدی، محسن صاعیان، رضا شرکی و حسین خسروشاهی در این دوره قضاوت می کنند، حمیدرضا عابدی سرپرست فنی و محمود عبادتی سرپرست اجرایی این رقابت ها هستند و محمدرضا سلیمانی به عنوان سرمربی در این دوره حضور می یابد.

رقابت فوتبالیست های استان در زمین چمن سراوان

مسابقات فوتبال جوانان قهرمانی استان به میزبانی سراوان در حال برگزاری است. رئیس اداره ورزش و جوانان سراوان به خبرنگار ما گفت: این دوره از رقابت ها با حضور تیم های سراوان، ایرانشهر، زابل، خاش و چابهار در رده سنی جوانان در زمین چمن استادیوم ورزشی شهید حسین بر سراوان در حال برگزاری است. «محمدرضا گمشادزهی» افزود: این رقابت ها در حالی برگزار می شود که از کلان فرود زاهدان که دارای بیشترین ظرفیت ها در هر زمینه ای است و همیشه در تورنمنت های رده های سنی مختلف حضور دارد نماینده ای حاضر نیست. به گفته وی، تیم های دانشگاه زابل، بخشدار ی مرکزی خاش، صداقت ایرانشهر، منطقه آزاد چابهار و جوانان هیئت فوتبال سراوان تیم های حاضر در این مسابقات است که در روز اول این دوره نمایندگان خاش و ایرانشهر به تساوی بدون گل دست یافتند و در بازی دوم تیم جوانان منطقه آزاد چابهار موفق شد با یک گل «دانشگاه ملی زابل» را شکست دهد و سه امتیاز بازی را از آن خود کند.

وی ادامه داد: در روز دوم مسابقات قهرمانی فوتبال جوانان استان تیم بخشدار ی مرکزی خاش توانست با نتیجه ۲ بر ۲ از سد دانشگاه ملی زابل بگذرد و همچنین نماینده سراوان با نتیجه یک بر صفر صداقت ایرانشهر را شکست داد. وی اظهار کرد: حضور تماشاگران در این رقابت ها بسیار چشمگیر و موثر است و سبب دلگرمی بازیکنان تیم ها و برگزار کنندگان مسابقات می شود.

وی در ادامه از اعزام تیم طناب زنی سراوان به مسابقات کشوری خبر داد و گفت: آتنا استاد محمودی، زهر آسکانی، ناهید ارباب، ریحانه حسین بر و ساغر طاهری نسب با مربیگری مهین خیرخواه برای شرکت در مسابقات کشوری انتخابی تیم ملی طناب کشی عازم خراسان شمالی شدند. گمشادزهی خاطرنشان کرد: همایش بزرگ پیاده روی خانوادگی به مناسبت گرامیداشت هفته دفاع مقدس و با هدف توسعه ورزش های همگانی در میان اقشار مختلف جامعه فرداصبح از میدان ۲۲ بهمن یخشان تا استادیوم ورزشی شهید حسین بر برگزار می شود.

ووشوکاران استان خوش درخشیدند

ووشوکاران سیستان وبلوچستان در رقابت های قهرمانی بسج کشور موفق به کسب سه نشان شدند. رئیس هیئت ووشو استان به خبرنگار ما گفت: نهمین دوره المپیاد فرهنگی ورزشی بسج کشور در رشته های ووشو، تکواندو و تیر اندازی به میزبانی زنجان برگزار و تیم ووشو استان در قالب کاروان شهید مجبعلی فارسی در این دوره حاضر شد. «عباس شبیک» افزود: تیم شش نفری ووشوی سیستان وبلوچستان بهترین عملکرد کاروان فرهنگی ورزشی مجبعلی فارسی را در نهمین المپیاد بسج کشور داشت و توانست سه مدال طلا، نقره و برنز و مقام فنی ترین بازیکن را در مسابقات بسج کشور از آن خود کند.

وی ادامه داد: در این دوره از رقابت ها تیم ووشو استان به مربیگری ناصرشهر کی حضور پیدا کرد که در وزن ۳۹- یاسین شهرکی طلاپی شد، در ۶۰- کیلوگرم یاشار جوشنگ ریگی به نقره دست یافت و در وزن ۴۵- عارف نارویی مدال برنز این رقابت ها را کسب کرد. همچنین یاسین شهرکی فنی ترین بازیکن نهمین دوره المپیاد فرهنگی ورزشی بسج شناخته شد.

فردا؛ همایش پیاده روی در زاهدان

همایش پیاده روی خانوادگی به مناسبت هفته دفاع مقدس فردا در زاهدان برگزار می شود. معاون توسعه ورزشی اداره کل ورزش و جوانان به خبرنگار ما گفت: این همایش با حضور جمع کثیری از خانواده ها و ورزشکاران و با همکاری تربیت بدنی سپاه سلمان از میدان دکتر حسایی تا پارک ملت زاهدان برگزار می شود. «اداهم کرد» توسعه ورزش های همگانی و تشویق مردم به فعالیت های ورزشی را از اهداف بر گزار این همایش اعلام کرد و افزود: اجرای برنامه ها و حرکات نمایشی ورزشی از برنامه های جانبی این همایش است و در پایان به قید قرعه به تعدادی از شرکت کنندگان جوایزی اهدا می شود.

وی ادامه داد: ورزش صبحگاهی و پیاده روی نقش مهمی در جلوگیری از بیماری های قلبی و عروقی و تاثیر بسزایی در افزایش نشاط و روحیه اجتماعی و همچنین سلامت روح و جسم مردم دارد.

پوشاک TCM آلمان TCHEBO
بورس انواع پوشاک آلمانی –چهارراه رسول پاساژ گلستان طبقه بالا پلاک۳۰۴
۰۹۱۵۹۸۹۳۷۶۴

دهلی کیدز

برندهای برتر لباس کودک هندوستان-ریگی چهارراه رسول-خیابان جامی- مجتمع بر اسان زیر زمین- پلاک ۳۴
۰۹۱۵۱۴۰۰۷۷۴

لوله کشی ساختمان

در زاهدان

۰۹۱۵۹۴۳۸۷۸۱

تعمیرات انواع یخچال

۰۹۱۵۵۴۹۴۸۹۴

جویای کار کارگری

با تخصص جوشکاری

۰۹۳۸۶۵۱۶۲۴۸

پذیرش سرویس مدارس

۰۹۱۵۴۵۷۹۸۵۸

شرکت ثبت نام سرویس مدارس مهر آوران شرق جهت ایاب وذهاب دانش آموزان وکارکنان محترم دولت ثبت نام بعمل می آورد آدرس: خیابان دانش روبه روی دانش ۲۷درسیده به خیابان پرستار
۰۹۱۵۹۴۰۰۸۷۸

تدریس خصوصی

ریاضی و شیمی
۰۹۱۵۱۴۰۶۶۴۱

تولید انواع درب های

برقی، آکاردونی(حفاظ)
در استان

۰۹۱۵۴۶۵۷۰۳۳

تولید انواع درب های

برقی، آکاردونی(حفاظ)
در استان

۰۹۱۵۴۶۵۷۰۳۳

ساخت انواع نیمکت

و سطل زباله

۰۹۱۳۰۹۷۷۵۷۱

خدمات نظافتی امیر علی

نظافت وشست وشوی
منازل، آپارتمانها و انبارها،
اداره جات، داروخانه و...

۰۹۳۶۴۵۷۵۹۷۳