تنور! بخوانید سالن ورزشی

گروه ورزش | سیستان به دلیل موقعیت جغرافیایی خود و البته خشکسالی های حاکم بر منطقه ، روزهای گرمی را تجربه می کند. گرمایی که به بیش از ۴۰ درجه و گاهی هم به بیش از ۵۰ درجه سانتی گراد می رسد و سبب می شود ورزشکاران را برای تمرین های ورزشی با مشکلاتی مواجه کند. یکی از راهکارهای آنان، ورزش در شب‌هاست و خنکی هوا را برای این کار انتخاب می کنند اما عده ای نیز ورزش در سالن های ورزشی را ترجیح می دهند.

هامون نشینان سیستان امسال هم در کنار نبود امکانات ورزشی مناسب و نداشتن کف پوش در سالن ها گرمای بیش از حد این مجموعه ها را تحمل می کنند. این در حالی است که در پیگیری های گذشته روزنامه سیستان و بلوچستان متولیان ورزشی استان و شهرستان وعده هایی برای تکمیل و تجهیز سالن ها به سیستم های سرمایشی دادند که همچنان محق نشده است.

سالن های ورزشی هامون عمر بالایی دارد و کم کم فرسوده می شود

یک کولر آبی برای سالن محمد آباد

یکی از ورزشکاران ساکن محمد آباد می گوید: سالن‌های این شهرستان هیچ زمانی شرایط مساعدی نداشت و بارها برای رفع مشکلات به اداره ورزش و جوانان شهرستان مراجعه کردم اما مشکلات گذشته به قوت خود باقی مانده است.

«شهرکی» می افزاید: محمد آباد فقط یک سالن ورزشی دارد و با توجه به شرایط جوی منطقه و گرمای شدید هوا در سیستان تنها دستگاه خنک کننده یک کولر آبی است که با توجه به گرمای هوا و وسعت سالن جوابگو نیست و ورزشکاران مجبور هستند در این شرایط نا مناسب به ورزش ادامه دهند. به گفته وی، ورزشکاران و در مدت ورزش به دلیل گرمای هوا به شدت عرق می کنند که در کنار آلودگی سالن، سلامت آنان به ویژه افراد کم سن تر را تهدید می کند، بنابراین نیاز است برای رفع مشکل سرمایشی سالن های منطقه مسئولان استانی وارد عمل شوند.

رضایت از فرماندار

یکی دیگر از ورزشکاران می گوید: سالن های ورزشی حوزه هامون شرایط مناسبی ندارد و با وجود تعداد کم سالن ورزشی در شهرستان، همین تعداد محدود هم نه تنها از نظر بهداشت و نور بلکه از نظر سیستم های گرمایشی و سرمایشی، شرایط قابل دفاعی ندارد.

«دهمرده» می افزاید: بارها برای رفع مشکلات ورزشی به سراغ رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان رفته‌ایم اما تمایلی به حضور در جمع ورزشکاران نداشت به همین دلیل مشکلات رفع نشد و از طریق فرماندار شهرستان برای رفع این مشکلات اقدام کردیم. به گفته وی، پس از مدت ها پیگیری برخلاف مسئول اداره ورزش و جوانان شهرستان، فرماندار توانست اعتباراتی برای هیئت های ورزشی از اداره کل ورزش و جوانان دریافت کند و پس از سال ها در حالی که بسیاری از هیئت ها حتی ۵۰ هزار تومان موجودی نداشتند در پی پیگیری های فرمانداری از سوی اداره کل به هریک از هیئت های شهرستان دو میلیون تومان تعلق گرفت. وی می افزاید: متاسفانه مسئول ورزش و جوانان شهرستان با هیئت ها و ورزشکاران تعامل ندارد در حالی که برای رفع مشکلات موجود نیاز است مسئولان شهرستان نشست هایی با ورزشکاران برای شناسایی آسیب ها و راه های برون رفت از آن داشته باشند.

اسپیلت هایی که نماند

ورزشکار دیگری می گوید: در گذشته برای برخی از سالن های ورزشی شهرستان با پیگیری ورشکاران سرانجام چند اسپیلت نصب شد اما این اسپیلت ها بعد از مدت زمان محدودی برداشته شد که برخی اظهار می کنند به دلیل افزایش هزینه برق سالن ها اداره و جوانان اقدام به جمع آوری کرده است.

به گفته «مرادقلی»، سالن های ورزشی نه تنها از وجود سیستم های سرمایشی بی بهره است، بلکه اغلب آن ها حتی شیشه هم ندارد، به همین دلیل در روزهای طوفانی به دلیل ورود خاک به سالن امکان ورزش در آن وجود ندارد و برخی ورزشکارن، لوازم ورزشی خود را در صندوقچه های خاطراتشان گذاشته اند و دیگر ورزش نمی کنند.

تخصیص ۱۱۰ میلیون به سالن محمد آباد

رئیس اداره ورزش و جوانان هامون هم می گوید: سالن های ورزشی شهرستان چند دهه عمر دارد و سبب شده است برخی از آن ها دچار فرسودگی شود که سالن محمد آباد با عمر ۱۵ سال یکی از آن هاست به همین دلیل شرایط خوبی ندارد اما برای به سازی این سالن توسط اداره کل ورزش و جوانان ۱۱۰ میلیون تومان اعتبار اختصاص یافته است. «سعادت» می افزاید: قسمتی از این اعتبار به صورت اسناد خزانه است و به نقد در اختیار شهرستان قرار نگرفته است، به همین دلیل باید فروشگاه هایی را یافت که با دریافت این اسناد لوازم مورد نیاز را ارائه دهند اما با این وجود در ماه های گذشته برای به سازی سالن محمد آباد اقدام های مناسبی انجام شده است. وی بیان می کند: مدتی پیش سقف سالن محمد آباد و کف آن به سازی شد و رنگ آمیزی این سالن ماند اما قرار شد برای این کار مزایده برگزار شود و پیمانکار نسبت به تکمیل و رنگ آمیزی آن وارد عمل شود. سالن شهر علی اکبر پس از تحویل ، شسته شد که این اقدام سبب از بین رفتن چسبندگی کف پوش ها و تخریب آن شد، اما برای به سازی آن پیمانکار مشخص شد و امروز وارد کار شده است.

به گفته وی، سالن روستای لوتک مدتی پیش در اختیار بخش خصوصی قرار گرفت و از تجهیزات کامل بهره می برد و مشکلی در آن دیده نمی شود اما سالن رامشار یکی دیگر از فضاهای ورزشی شهرستان است که از تجهیزات کامل بهره می برد و سالنی نو ساز است ولی به دلیل فاصله رامشار با شهرها و روستای های دیگر چندان از آن استقبال نمی شود.

سرقت اسپیلت سالن های ورزشی

وی می گوید: برای سالن ورزشی محمد آباد کولر آبی می تواند سرمای آن را تامین کند که سه دستگاه کولر آبی برای این سالن خریداری شد، اما استفاده از این کولرها سبب رطوبت در سالن می شود، بنابراین باید تهویه های این سالن، هنگام روشن بودن کولرها فعال باشد. به گفته «سعادت»، با توجه به عمر ۱۵ ساله سالن ورزشی محمد آباد، سیستم سیم کشی این مکان ورزشی دچار فرسودگی شده است، به همین دلیل سیستم های تهویه آن قابل استفاده نیست اما با مشخص شدن پیمانکار و به سازی سیستم سیم کشی تهویه ها می تواند در خنک شدن سالن موثر باشد. وی بیان می کند: برای دیگر سالن ها از جمله سالن شهر علی اکبر هم سال های گذشته تعدادی اسپیلت خریداری شد که پس از چند روز برخی از تجهیزات آن به سرقت رفت و سبب از کار افتادگی آن شد و به دلیل ادامه سرقت تجهیزات تصمیم گرفته شد اسپیلت ها جمع آوری و برای آن جایگاهی با ارتفاع مناسب مشخص شود. وی اذعان می کند: مشکل تاریکی در سالن های شهرستان قابل پذیرش است و برای رفع آن راهکار هایی برنامه ریزی شده است، برای سالن محمد آباد دو پروژکتور خریداری شد و شهرداری هم یک پروژکتور به سالن اختصاص داد که نصب می شود اما برای محوطه آن مشکلی از نظر روشنایی وجود ندارد.

وی می افزاید: شرایط نامناسب جوی و وزش بادها سبب شده است تا شیشه های سالن های شهرستان بشکند به همین دلیل از طلق به جای شیشه استفاده شده است اما شدت بادها آن ها را هم از جای کنده است، سالن های شهرستان عمر بالایی دارد و کم کم به سوی فرسودگی می رود ولی تا پایان تیر یا مرداد ماه امسال وضعیت سالن های هامون به طور کامل مشخص خواهد شد.

رئیس اداره ورزش و جوانان: برای رفع مشکل تاریکی در سالن های شهرستان راهکارهایی برنامه ریزی شده است، برای سالن محمد آباد دو پروژکتور خریداری شد و شهرداری هم یک پروژکتور به سالن اختصاص داد که نصب می شود اما برای محوطه آن مشکلی از نظر روشنایی وجود ندارد

امروز؛ مچ اندازی قهرمانی استان

گروه ورزش | رقابت های مچ اندازی قهرمانی استان از امروز کار خود را آغاز می کنند. دبیر هیئت بدنسازی و پرورش اندام استان به خبرنگار ما گفت: رقابت های مچ اندازی قهرمانی استان پس از مدت ها برنامه ریزی سرانجام به روز برگزاری رسید و طبق این برنامه بانوان شرکت کننده امروز به رقابت می پردازند و رقابت های آقایان هم فردا برگزار می شود. «غفور نارویی» افزود: تیم های شرکت کننده در این رقابت ها روز گذشته خود را به زاهدان رساندند و صبح امروز وزن کشی بانوان انجام و پس از مشخص شدن وزن شرکت کننده ها جدول رقابت ها تدوین می شود و براساس برنامه تنظیم شده بانوان شرکت کننده از ظهر امروز رقابت خود را آغاز می کنند. وی ادامه داد: مسابقات آقایان هم ۲۲ تیرماه برگزار می شود و پس از تعیین وزن و تنظیم جدول رقابت ها برای رسیدن به مقام قهرمانی استان به مصاف هم می‌روند.

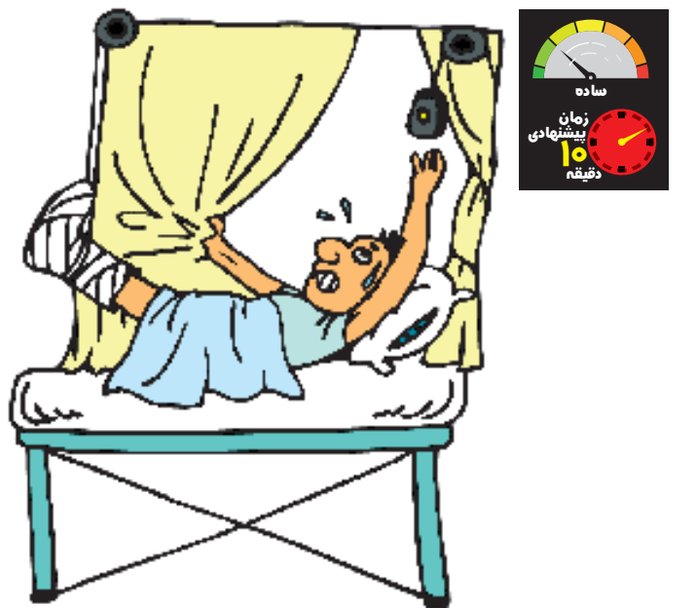
ورزشکاران دهپابید خاش صاحب خانه شدند

یک خانه ورزش روستایی در روستایی دهپابید خاش به بهره برداری رسید.رئیس اداره ورزش و جوانان خاش به خبرنگار ما گفت: با توجه به پراکندگی استان و وجود روستاهای مختلف، احداث فضاهای ورزشی در نقاط استان احساس می شود اما با توجه به شرایط اعتباری انجام آن در همه نقاط امکان پذیر نیست، به همین دلیل ایجاد خانه های ورزش روستایی در استان هدف گذاری شد.«مسافر شهنوازی» افزود: با توجه به اهمیت ورزش در روستا ها خانه های ورزش روستایی در روستاهای مختلف راه اندازی می شود که این می تواند در کنار توسعه حداقلی سرانه ورزش زمینه ساز فعالیت ورزشی روستاییان مناطق مختلف باشد.وی ادامه داد: به همین دلیل یک خانه ورزش روستایی در روستای دهپابید خاش با تجهیزاتی از قبیل میز و لوازم شطرنج، میز و لوازم تنیس روی میز، فوتبال دستی، تاتامی برای ورزش های رزمی، لوازم بازی های بومی محلی و توپ برای ورزش های توپی به بهره برداری رسید.به گفته وی، این خانه ها می تواند در کنار جذب جوانان علاقه مند به ورزش این قشر حساس جامعه را در مقابل تهدید های موجود در منطقه بیمه کند و از طرفی هم می تواند سبب شناسایی استعدادهای ورزشی در مناطق روستایی شود.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۷/۴/۲۱]

معمای هوش

دوشنبه ها و پنج‌شنبه ها

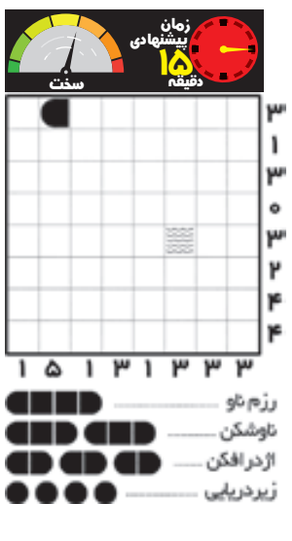


دریک تصادف، پدر و پسری مجروح و به سرعت به بیمارستان منتقل شدند و تحت عمل جراحی قرار گرفتند. بعد از عمل، پدر را به بخش بزرگسالان منتقل می کنند و پسر را به بخش کودکان می فرستند. دکتر بخش که برای معاینات پس از عمل بالای سر پسر می آید، ناگهان این جمله را می گوید و غش می کند: "پسرم! تو این جا چکار می کنی؟!"

به نظر شما چطور چنین واقعه‌ای ممکن است؟!

ناویاب

دوشنبه ها و پنج‌شنبه ها

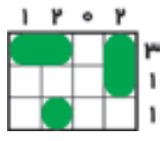


«ناویاب» از پرطرفدارترین سرگرمی های منطقی جهان است که رقابت حرفه ای آن در ایران هم توسط «روزنامه خراسان» برگزار شده است و اپلیکیشن اندرویدی آن هم به تازگی تولید شده است.

هر ناویاب، یک اقیانوس فرضی مربعی است که یک فروند «رزم‌ناو»، دو «ناوشکن»، سه «اژدرافکن» و چهار «زیردریایی» در آن پنهانند و ما باید جای ادوات پنهان را کشف کنیم. ماهیت بعضی از خانه ها هم از ابتدا «راهنما»ی شماست.

قانون:

ارقام بیرون جدول، می گویند که در هر سطر یا ستون چند خانه در اشغال ادوات است.



تمام ادوات در این معما «افقی» یا «عمودی» هستند و هرگز مورب نیستند.

ادوات در این معما به هیچ وجه در همسایگی هم نیستند (حتی از گوشه‌ها).

نکته‌ها:

- دقت کنید که خانه‌های «راهنما» به چه شکلی هستند. پُر بودن این خانه‌ها با «دایره»، «نیم‌دایره»، «مربع» یا «آب» در پاسخی که به دست می‌آید کاملا موثر است.
- ناویاب «منطقی» است، پس چاره حل آن «حدس زدن» نیست! با کشف روابط منطقی، ماهیت قطعی بعضی خانه‌ها را تعیین کنید و با استناد به همان خانه‌ها، به ماهیت خانه‌های دیگر برسید.
- خانه‌هایی را که مطمئن هستید حاوی هیچ یک از ادوات نیستند، با ضربدر یا علامت آب (≈) مشخص کنید.
- خانه‌هایی را که مطمئن هستید باید پُر باشند ولی شکل پُر شدگی آن‌ها مشخص نیست، موقتا با یک خال سیاه مشخص کنید.
- فراموش نکنید که ناویاب فقط و فقط یک پاسخ دارد!
- اطلاعات بیشتر درباره «ناویاب» و نمونه‌های تمرینی متنوع‌تر را در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی جست‌وجو کنید.

واژه یابی

پنج‌شنبه ها

قانون: کلماتی از متن زیر، رنگی هستند. هریک از این کلمات به‌صورت یک خط مستقیم در جدول مخفی شده‌اند. آن‌ها را بیابید و خط بزنید. خواهید دید که برخی حروف هنوز خط نخورده باقی مانده‌اند. آن‌ها را به ترتیب در کنار هم قرار دهید تا رمز این سرگرمی «واژه‌یابی» را کشف کنید.

نکته‌ها: کلمات شاید در جهات مختلف حتی چپ به راست، پایین به بالا یا مورب درج شده باشند. در آغاز کلمات بلندتر را پیدا کنید و در آخر سراغ کلمات کوچک ۴ حرفی، ۳ حرفی و ۲ حرفی بروید.

تیبو کورتوا، دروازه‌بانی که دریکی، دو فصل اخیر اندکی از آن فرم فوق‌العاده‌اش فاصله گرفته بود، مقابل برزیل با ۹ سیویکی از کلیدی‌ترین مهره‌های روبرتو مارتینز در پیروزی ۲-یک بود. سیو حیاتی او از نیمار در دقایق پایانی باعث شد تا کورتوا با اختلافی کم نسبت به جردن پیکفورد در دروازه تیم منتخب قرار بگیرد. در خط دفاعی ۲ فرانسوی را داریم؛ بنجامین پاوار و رافائل واران. پاوار مقابل اروگوئه یک بار دیگر در ترکیب فرانسه درخشید و در پست دفاع راست با ۲ تکل و قطع توپ موفق، به همراه ۵ دفع توپ و ۸۷/۵ درصد پاس صحیح یکی از بهترین بازیکنان تیمش بود. واران هم در پیروزی ۲-صفر مقابل اروگوئه نه تنها گل اول را با ضربه سر وارد دروازه فرناندو موزلرا کرد بلکه در ۶ دوئل هوایی دیگر هم موفق بود. کنار واران در قلب خط دفاعی تیم منتخب هری مگوایر قرار می گیرد؛ یکی از پدیده‌های اصلی جام جهانی روسیه، مدافعی که گل اول انگلیس را مقابل سوئد زد (اولین گل ملی‌اش) و همین‌طور ۱۰ دوئل هوایی را برد (بالاترین آمار در این مرحله) و یک تکل و قطع توپ موفق هم داشت. اما در سمت چپ خط دفاعی، مارسلو را می‌بینیم، تنها بازیکن منتخب از تیم‌های حذف شده. مدافع باتجربه رئال مادرید در جریان شکست تیمش مقابل بلژیک ۴ قطع توپ و یک تکل موفق داشت و در ضمن با حضور مداومش در بعد هجومی ۴ پاس کلیدی داد، با دقت پاس ۹۲/۸ درصدی. با توجه به این که سیستم تیم منتخب را ۲-۴-۴ چیده‌ایم، برای پست هافبک راست از کایرن ترییپه، وینگ‌بک راست انگلیس استفاده می‌کنیم. ترییپه هم کنار مگوایر یکی دیگر از پدیده‌های جام جهانی روسیه بوده. او در جریان پیروزی ۲-صفر مقابل سوئد یک فرصت گل ایجاد کرد، ۲ تکل و قطع توپ موفق داشت و در کل سمت راست زمین را به تسلط خودش درآورده و امیل فورزبرگ را از جریان بازی حذف کرده بود.

سودوکو

هر روز

قانون: ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ‌رقمی تکراری نباشد.

پاسخ ها

لطفا نظر، انتقاد و پیشنهادتان را درباره بخش جدول و سرگرمی به شماره ۲۰۰۰۹۹۹ پیامک کنید.