

بانوان، فعال قایقرانی استان

قایقرانی نوعی ورزش و سرگرمی است که با انواع متفاوتی از قایق در رشته های قایقرانی در آب های آرام، کانو پولو، راندن قایق اژدها، راندن قایق بادبانی، قایقرانی اسلاوم در آب های خروشان و روئینگ انجام می شود، در کنار ورزش های آبی انجام برخی تفریحات آبی نیز در مناطق مستعد توانسته است در کنار توسعه، در جذب گردشگر نیز نقش مهمی ایفا کند اما چابهار با وجود بهره بردن از سواحل و آب های متصل به اقیانوس نتوانسته است از آن بهره لازم را ببرد و هنوز قایقرانی آن گونه که باید در استان جایگاهی ندارد، در حالی که سیستان و بلوچستان می تواند خود را به عنوان یکی از قطب های این رشته در ایران معرفی کند.
چند سالی است هیئت قایقرانی در استان راه اندازی شده اما فعالیت قابل توجهی نداشته و حتی نتوانسته است یک تیم قایقرانی معرفی کند در حالی که بسیاری از استان های مر کرزی ایران با وجود داشتن آب های آزاد با ایجاد دریاچه های مصنوعی توانسته اند یکی از قطب های قایقرانی در کشور شوند و افرادی را به تیم های ملی معرفی کنند، این موضوع سبب شد بهمن ماه ۹۶ شرایط این هیئت توسط گروه ورزش سیستان و بلوچستان بررسی شود.

ظرفیت های چابهار در ورزش های آبی

«ادهم کرد» معاون سابق ورزشی اداره کل ورزش و جوانان استان که امسال در جایگاه مدیر کلی است سال گذشته در این باره گفت: در حوزه ورزش های آبی چابهار ظرفیت های نهان و پنهان فراوانی دارد که تحت هیچ شرایطی نمی توان آن را کتمان کرد، بدون تردید باید از این ظرفیت ها



گروه ورزش } پس از مدت ها برنامه ریزی و هماهنگی گسترده، سرانجام اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی در جهان به میزبانی چابهار برگزار شد. رئیس هیئت ووشوی استان به خبرنگار ما گفت: ووشو در استان پیشرفت خوبی داشته است و حتی قهرمانان ملی و بین المللی هم در این خطه پرورش یافته اند، این مهم فرصتی

را فراهم کرد تا ووشوکاران استان به دنبال برگزاری اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی دنیا و حتی ثبت آن در فدراسیون جهانی به نام استان باشند به همین منظور با فدراسیون ووشو هماهنگی ها انجام و چابهار به عنوان میزبان اولین دوره این رقابت ها در جهان معرفی شد. «عباس شیبک» افزود: برگزاری این مسابقات به پیشنهاد هیئت ووشوی استان در کمیته فنی مطرح شد و مورد موافقت اعضا و فدراسیون قرار گرفت و به نام اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی شهید خوشایند، برنامه ریزی شد، پس از اعلام برگزاری قطعی رقابت ها ۶۷ فایتر رده سنی بزرگ سالان در قالب هیئت تیم حضور خود را اعلام کردند که در این میان حضور قهرمانان ملی و آسیا، نشاط رقابت ها را بیشتر کرد. وی بیان کرد: باتوجه به این که بازی های ساحلی هر دو سال یک بار در دنیا با عنوان بیچ گیمز

را فراهم کرد تا ووشوکاران استان به دنبال برگزاری اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی دنیا و حتی ثبت آن در فدراسیون جهانی، مسابقات ووشوی ساحلی در رقابت های بیچ گیمز قرار گیرد، در این صورت این رشته به نام سیستان و بلوچستان ثبت جهانی خواهد شد. وی اضافه کرد: رقابت های ووشوی ساحلی برای اولین بار در دنیا به مناسبت چهلمین سالگرد پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی ایران در ساحل دریای عمان برگزار شد و در نهایت تیم سیستان و بلوچستان توانست با کسب بیشترین امتیاز به مقام قهرمانی این رقابت ها دست یابد، تیم های هرمزگان و خراسان جنوبی هم به ترتیب در رده های دوم و سوم قرار گرفتند. به گفته وی، در وزن ۵۲- رقابت ها پویا آذرننگ، امین کریمی، ذکریا شهنوازی و علیرضا مصری، در ۵۶- کیلوگرم شایان شه بخش، محمد اوژند، امیر حسین سالاری و میثم فراق

برگزار می شود امیدواریم با تلاش فدراسیون ووشوی کشورمان و مهدی علی نژاد به عنوان عضو هیئت رئیسه فدراسیون جهانی، مسابقات ووشوی ساحلی در رقابت های بیچ گیمز قرار گیرد، در این صورت این رشته به نام سیستان و بلوچستان ثبت جهانی خواهد شد. وی اضافه کرد: رقابت های ووشوی ساحلی برای اولین بار در دنیا به مناسبت چهلمین سالگرد پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی ایران در ساحل دریای عمان برگزار شد و در نهایت تیم سیستان و بلوچستان توانست با کسب بیشترین امتیاز به مقام قهرمانی این رقابت ها دست یابد، تیم های هرمزگان و خراسان جنوبی هم به ترتیب در رده های دوم و سوم قرار گرفتند. به گفته وی، در وزن ۵۲- رقابت ها پویا آذرننگ، امین کریمی، ذکریا شهنوازی و علیرضا مصری، در ۵۶- کیلوگرم شایان شه بخش، محمد اوژند، امیر حسین سالاری و میثم فراق

برگزار می شود امیدواریم با تلاش فدراسیون ووشوی کشورمان و مهدی علی نژاد به عنوان عضو هیئت رئیسه فدراسیون جهانی، مسابقات ووشوی ساحلی در رقابت های بیچ گیمز قرار گیرد، در این صورت این رشته به نام سیستان و بلوچستان ثبت جهانی خواهد شد. وی اضافه کرد: رقابت های ووشوی ساحلی برای اولین بار در دنیا به مناسبت چهلمین سالگرد پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی ایران در ساحل دریای عمان برگزار شد و در نهایت تیم سیستان و بلوچستان توانست با کسب بیشترین امتیاز به مقام قهرمانی این رقابت ها دست یابد، تیم های هرمزگان و خراسان جنوبی هم به ترتیب در رده های دوم و سوم قرار گرفتند. به گفته وی، در وزن ۵۲- رقابت ها پویا آذرننگ، امین کریمی، ذکریا شهنوازی و علیرضا مصری، در ۵۶- کیلوگرم شایان شه بخش، محمد اوژند، امیر حسین سالاری و میثم فراق

برگزار می شود امیدواریم با تلاش فدراسیون ووشوی کشورمان و مهدی علی نژاد به عنوان عضو هیئت رئیسه فدراسیون جهانی، مسابقات ووشوی ساحلی در رقابت های بیچ گیمز قرار گیرد، در این صورت این رشته به نام سیستان و بلوچستان ثبت جهانی خواهد شد. وی اضافه کرد: رقابت های ووشوی ساحلی برای اولین بار در دنیا به مناسبت چهلمین سالگرد پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی ایران در ساحل دریای عمان برگزار شد و در نهایت تیم سیستان و بلوچستان توانست با کسب بیشترین امتیاز به مقام قهرمانی این رقابت ها دست یابد، تیم های هرمزگان و خراسان جنوبی هم به ترتیب در رده های دوم و سوم قرار گرفتند. به گفته وی، در وزن ۵۲- رقابت ها پویا آذرننگ، امین کریمی، ذکریا شهنوازی و علیرضا مصری، در ۵۶- کیلوگرم شایان شه بخش، محمد اوژند، امیر حسین سالاری و میثم فراق

میری، در ۶۰- کیلوگرم یاسر سالارزهی، ایمان میربلوچ زهی، مبین سالاری نژاد و حسین چوپانی و در ۶۵- کیلوگرم علیرضاریکی، امین میربلوچزهی، محمدزارعی و محمد ستوده مقام های اول، دوم و سوم مشترک را به خود اختصاص دادند. وی افزود: در پایان رقابت های ۷۰- کیلوگرم محمد حسن شهریار ی به قهرمانی رسید و احسان یکتا، احمد شهریار ی و سبحان زرناز دوم و سوم مشترک شدند و در ۷۵- کیلوگرم پس از قهرمانی محمد رضا جوشنگ ریگی و نایب قهرمانی فرزاد راز، رضا سوری و کامبیز خوش ششین به مقام سومی مشترک رسیدند، در ۸۰- کیلوگرم محمد رضاریگی قهرمان شد یوسف بیابانی به نایب قهرمانی بسنده کرد و رضا قنبری و مجتبی لولو هم به طور مشترک سوم شدند تا اولین مدال آوران اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی در جهان باشند.

میری، در ۶۰- کیلوگرم یاسر سالارزهی، ایمان میربلوچ زهی، مبین سالاری نژاد و حسین چوپانی و در ۶۵- کیلوگرم علیرضاریکی، امین میربلوچزهی، محمدزارعی و محمد ستوده مقام های اول، دوم و سوم مشترک را به خود اختصاص دادند. وی افزود: در پایان رقابت های ۷۰- کیلوگرم محمد حسن شهریار ی به قهرمانی رسید و احسان یکتا، احمد شهریار ی و سبحان زرناز دوم و سوم مشترک شدند و در ۷۵- کیلوگرم پس از قهرمانی محمد رضا جوشنگ ریگی و نایب قهرمانی فرزاد راز، رضا سوری و کامبیز خوش ششین به مقام سومی مشترک رسیدند، در ۸۰- کیلوگرم محمد رضاریگی قهرمان شد یوسف بیابانی به نایب قهرمانی بسنده کرد و رضا قنبری و مجتبی لولو هم به طور مشترک سوم شدند تا اولین مدال آوران اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی در جهان باشند.

میری، در ۶۰- کیلوگرم یاسر سالارزهی، ایمان میربلوچ زهی، مبین سالاری نژاد و حسین چوپانی و در ۶۵- کیلوگرم علیرضاریکی، امین میربلوچزهی، محمدزارعی و محمد ستوده مقام های اول، دوم و سوم مشترک را به خود اختصاص دادند. وی افزود: در پایان رقابت های ۷۰- کیلوگرم محمد حسن شهریار ی به قهرمانی رسید و احسان یکتا، احمد شهریار ی و سبحان زرناز دوم و سوم مشترک شدند و در ۷۵- کیلوگرم پس از قهرمانی محمد رضا جوشنگ ریگی و نایب قهرمانی فرزاد راز، رضا سوری و کامبیز خوش ششین به مقام سومی مشترک رسیدند، در ۸۰- کیلوگرم محمد رضاریگی قهرمان شد یوسف بیابانی به نایب قهرمانی بسنده کرد و رضا قنبری و مجتبی لولو هم به طور مشترک سوم شدند تا اولین مدال آوران اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی در جهان باشند.

میری، در ۶۰- کیلوگرم یاسر سالارزهی، ایمان میربلوچ زهی، مبین سالاری نژاد و حسین چوپانی و در ۶۵- کیلوگرم علیرضاریکی، امین میربلوچزهی، محمدزارعی و محمد ستوده مقام های اول، دوم و سوم مشترک را به خود اختصاص دادند. وی افزود: در پایان رقابت های ۷۰- کیلوگرم محمد حسن شهریار ی به قهرمانی رسید و احسان یکتا، احمد شهریار ی و سبحان زرناز دوم و سوم مشترک شدند و در ۷۵- کیلوگرم پس از قهرمانی محمد رضا جوشنگ ریگی و نایب قهرمانی فرزاد راز، رضا سوری و کامبیز خوش ششین به مقام سومی مشترک رسیدند، در ۸۰- کیلوگرم محمد رضاریگی قهرمان شد یوسف بیابانی به نایب قهرمانی بسنده کرد و رضا قنبری و مجتبی لولو هم به طور مشترک سوم شدند تا اولین مدال آوران اولین دوره رقابت های ووشوی ساحلی در جهان باشند.

نقش یاب مارپیچ، یکی از انواع maze است.

مازهای بزرگ دنیا یک سرگرمی برای لاغری!

- محمد مهدی رنجبر**

نقش یاب مارپیچ که سرگرمی روزهای یک‌شنبه و چهارشنبه مادر بخش «لذت سرگرمی» است، یکی از انواع سرگرمی‌های maze در جهان است که پس از حل کردن آن، تصویری را برای

شما کشف خواهد کرد.

اما بد نیست بدانید که انواع مختلفی از maze در جهان وجود دارد که برخی از انواع آن‌ها بسیار



بزرگ‌تر از این مارپیچی یک‌شنبه و چهارشنبه شماس‌تا! امروز به تصویری از پارک‌های معروف جهان که به شکل مارپیچ ساخته می‌شود توجه کنید.

در بیشتر این پارک‌ها معمولا از کاشت گیاهانی که تراکم شاخ و برگ‌شان زیاد است (مثل شمشاد) بهره گرفته می‌شود و کاشت این گیاهان طوری انجام می‌شود که مسیرهای طولانی پیچ در پیچی برای استفاده اهالی سرگرمی پدید یابید. در برخی از



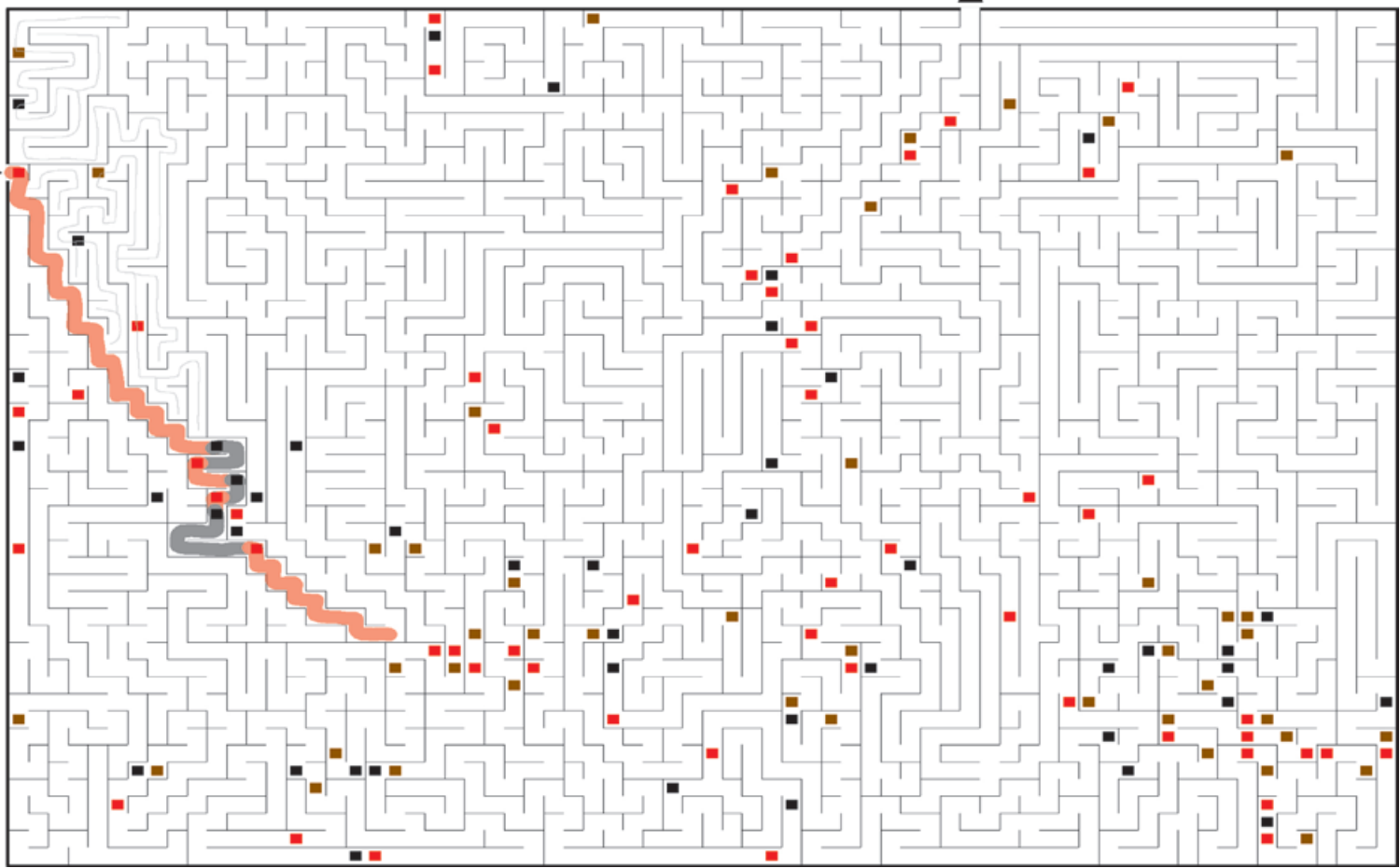
این پارک‌ها هم طرح‌های جالبی روی چمن انداخته می‌شود. دوستداران معما به این پارک‌ها وارد می‌شوند و ساعت‌ها دنبال راه خروج می‌گردند و احتمالا ضمن سرگرمی، چند کیلوگرم هم وزن کم می‌کنند.
موفق و پیروز باشید، و حرفه‌ای



پاسخ مسابقه‌های قبل

۱۲۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰
۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰	۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۲۱۳۱۴۱۵۱۶۱۷۱۸۱۹۲۰

- قانون:** در این مارپیچ یک تصویر پنهان شده است! برای کشف آن باید یک خط شکسته مارپیچ پیدا کنید که از ورودی وارد شود و از خروجی آن بیرون برود. این خط باید بدون «شاخه» و «دوراهی» باشد. وقتی مسیر صحیح پیدا شد، هر خال رنگی که در مسیر باشد به شما می‌گوید که ادامه مسیر را تا خال بعدی با چه رنگی ضخیم کنید تا تصویر آشکار شود.
- پیشنهاد می‌شود که:** در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کمرنگ مشخص کنید تا به اشتباه نرفتید. به خال‌های رنگی در مسیرهای بن بست بی اعتنا باشید.



برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، دوتا از اجزای تصویر این معماد را در متن پیامک تان نام ببرید.

۳

ورزش

رقابت بانوان پینگ پنگ باز در دهه فجر

گروه ورزش } رقابت های تنیس روی میز بانوان گرامی داشت دهه فجر با معرفی نفرات برتر به کار خود پایان داد. نایب رئیس هیئت تنیس روی میز بانوان استان به خبرنگار ما گفت: این رقابت ها به منظور زنده نگه داشتن یاد و خاطره شهادی انقلاب برنامه ریزی شد که پس از اعلام برگزاری مسابقات ۱۲ نفر از بانوان برتر این رشته برای کسب عنوان قهرمانی حضور خود را به طور قطعی اعلام کردند. «زهرا سالاری» افزود: این مسابقات پس از برگزاری ۲۴ دور رقابت به کار خود پایان داد و در نهایت هستی آذرننگ توانست با شکست حریفانش مقام قهرمانی را به خود اختصاص دهد، فرناز کامرانی فر با تحمل شکست در دیدار پایانی به مقام نایب قهرمانی دست یابد، منا معصومی و مریم یزدی به ایستادن بر سکوی سوم مشترک بسنده کردند و در نهایت به نفرات برتر حکم قهرمانی و جایزه نقدی اهدا شد.

رزمی کاران استان در رقابت های کشوری سوم شدند

تیم استان مسابقات کیک بوکسینگ کارگری قهرمانی کشور را با مقام سومی به پایان رساند. مسئول کمیته رزمی هیئت ورزش کارگری استان به خبرنگار ما گفت: با اعلام برگزاری رقابت های کیک بوکسینگ قهرمانی کشور و انتخابی تیم ملی ورزش کارگری، تیم کیک بوسینگ چابهار به عنوان نماینده استان به این رقابت ها اعزام شد. «محمود ریگی» افزود: در پایان مسابقات انفرادی این رقابت ها نوید فروزانفر در وزن ۷۵- استایل لایت کنتاکت و سعید شهرکی نیا در ۸۰- کیلوگرم استایل فول کنتاکت موفق به کسب مقام قهرمانی کشور شدند. وی که در وزن ۸۵+ کیلو گرم استایل لایت کنتاکت نایب قهرمان این دوره شد ادامه داد: امید افروزه در ۸۰- کیلوگرم استایل لایت کنتاکت بر سکوی نایب قهرمانی کشور ایستاد، حسین زینی زاده در وزن ۸۵+ و مولابخش پرکانپور در ۸۵- کیلوگرم استایل سمی کنتاکت به مقام سوم کشور دست یافت. وی بیان کرد: در پایان رده بندی تیمی با توجه به نتایج به دست آمده تیم البرز مقام قهرمانی کشور را از آن خود کرد، مرکرزی نایب قهرمان شد و نماینده استان در این رقابت ها با کسب دو طلا، دو نقره و دو برنز بر سکوی سوم کشور ایستاد.

سودو کو
هر روز

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

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



برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، ارقام سطرهای اول و دوم و سوم از هر سودو کو حل شده را به ترتیب از خانه بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۲۷ رقمی (بدون فاصله،اینتریا کاراکتر دیکری) پیامک کنید.



حرفه‌ای‌هاو مدعیان سودو کو در ج‌ده‌نشواری هر سودو کو+ زمان حل‌شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰



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