

خبرهای ورزشی



مسابقه دارت بازان

یک دوره مسابقه دارت استانی برای بانوان برگزار شد. مسئول برگزاری این مسابقه به خبرنگار ما گفت: این رقابت با حضور حدود ۱۰ دارتر خانم در خانه دارت بجنورد برگزار شد. «الناز فداکار» که خود داور این مسابقه نیز بود، افزود: «مریم احمدی»، «فاطمه محبی» و «راحله حشمتی» مقام های اول تا سوم این مسابقه پر شور را به دست آوردند.

سپک تاکراها در تبه چهارم

تیم سپک تاکرای بانوان استان در دور رفت لیگ بانوان این رشته که به میزبانی ساوه برگزار شد توانست در رتبه چهارم گروه خود قرار گیرد. به گزارش خبرنگار ما، این رقابت ها با حضور ۱۱ تیم برگزار شد که بازی ها به صورت دوره ای در دو جدول ۵ و ۶ تایی انجام شد و بعد از انجام ۲۵ بازی خراسان شمالی در گروه A بعد از تیم های کرمان، مرکزی و کرمانشاه قرار گرفت. همچنین نتایج نهایی این مسابقات در دور برگشت لیگ مشخص خواهد شد. تیم استان به مربیگری شهلا حسینی و به سرپرستی نسرين بک محمدی در این مسابقات شرکت کرد.

«رضازاده» در فینال لیگ دسته دو کشور

«محمد رضازاده» به فینال مسابقات لیگ دسته دو بسکتبال کشور رسید. به گزارش خبرنگار ما، رضازاده که مدت هاست به عنوان لژیونر استان در تیم احسان تولز گنبد بازی می کند، با درخشش در این تیم توانست به فینال لیگ دسته دو کشور برسد.



غربت فوتسال دختران فاروجی

میم پرور

بهمن سال گذشته بود که طرح استعدادیابی دانش آموزان مدارس دخترانه شهرستان فاروج، با هدف شناخت میزان علاقه آنان به رشته های مختلف ورزشی و کشف استعداد های ورزشی آن ها، توسط اداره ورزش و جوانان فاروج، با همکاری اداره آموزش و پرورش این شهرستان اجرا شد.

از بین رشته های مختلف ورزشی، برخی رشته ها که شناخته شده تر بودند بیشتر مورد استقبال دانش آموزان و در مقابل برخی رشته ها همچون فوتسال در همان ابتدای کار مورد بی مهری قرار گرفتند و تعداد محدودی به این رشته علاقه نشان دادند.

پایان اجرای این طرح اداره ورزش و جوانان شهرستان در اولین مرحله به جذب همان تعداد محدود علاقه مند به این رشته در رده سنی نونهالان اقدام و با برگزاری کلاس های رایگان و دوره های آموزشی از آن ها حمایت کرد تا فصلی تازه در فعالیت های ورزشی آن ها رقم بخورد.

اما نکته قابل توجه این است که با توجه به اقدامات اداره ورزش و جوانان در این شهرستان هنوز فوتسال بین گروه های مختلف سنی همچون نوجوانان، جوانان و بزرگ سالان جایگاه خود را کسب نکرده

و بزرگ سالان جایگاه خود را کسب نکرده

سنی مختلف شده است. کارشناس امور ورزش بانوان اداره ورزش و جوانان فاروج هم می گوید: متأسفانه به دلیل ناآشنایی بعضی از خانواده ها، از برخی رشته های ورزشی همچون فوتسال استقبال چندانی صورت نگرفته است.

«آتنا فراهی» می افزاید: همه ما در مجموعه اداره ورزش و جوانان شهرستان، تمام سعی و تلاش خود را در راستای حمایت از گروه های مختلف سنی انجام خواهیم داد.

وی اظهار می کند: با این دیدگاه اشتباه که بانوان در سنین بزرگ سالی نباید ورزش های گروهی را انجام دهند مقابله شود تا استعداد ورزشی افراد در مسیر درست آن هدایت شود.

«فراهی» می گوید: تیم فوتسال نونهالان در بخش بانوان در شهرستان تشکیل شده است و اعضای آن با شرکت در مسابقات مختلف توانسته اند استعداد های خود را شکوفا کنند.

رئیس اداره ورزش و جوانان فاروج هم با اشاره به اقدامات خوب صورت گرفته در حوزه ورزش بانوان شهرستان می گوید: در سال های گذشته به ورزش بانوان در شهرستان توجه خاصی نمی شد اما خوشبختانه از چند سال گذشته تاکنون شاهد حضور و پیشرفت ورزش بانوان در رشته های مختلف ورزشی هستیم.

«علی اکبر کیوان» می افزاید: هم اکنون تیم فوتسال بانوان این شهرستان در کنار تیم های دیگر ورزشی در رده سنی نونهالان تا حدود زیادی جایگاه ورزشی خود را برای حضور در مسابقات مختلف به دست آورده است. وی اظهار می کند: امیدواریم طی سال آینده بتوانیم با انجام فعالیت ها و اقدامات ابتکاری در بخش بانوان این شهرستان در رده های سنی مختلف، آن ها را به سمت رشته فوتسال و سایر ورزش های گروهی سوق دهیم. وی ابراز می کند: بانوان این منطقه نیز همانند آقایان دارای استعداد و توانمندی بسیار خوبی در رشته های مختلف ورزشی از جمله فوتسال هستند و به همین منظور در جهت ایجاد انگیزه و حمایت از آن ها در زمینه راهبرایی به مسابقات ملی و حتی جهانی از آن ها در بخش های مختلف حمایت صورت می پذیرد. وی به برگزاری مسابقات استانی این رشته در شهرستان اشاره و ابراز می کند: برگزاری مسابقات استانی در شهرستان ها، فرصت بسیار مناسبی است تا ورزشکاران شهرهای مختلف با ظرفیت ها و توانمندی های یکدیگر آشنا شوند.



برگزاری

مسابقات

استانی در

شهرستان ها،

فرصت بسیار

مناسبی است

تا ورزشکاران

شهرهای

مختلف با

ظرفیت ها و

توانمندی های

یکدیگر آشنا

شوند

کلاس نجات غریق در شیروان



عوض زاده - یک دوره کلاس نجات غریق درجه ۲ ویژه بانوان در شیروان برگزار شد. رئیس هیئت نجات غریق و غواصی این شهرستان با بیان این مطلب در گفت و گو با خبرنگار ما افزود: این دوره به مدرسی «سمیرا صداقتی نیا» برگزار شد و همه ۱۴ نفر حاضر در دوره توانستند آزمون نهایی را با موفقیت پشت سر بگذارند.

«امید جعفری» تصریح کرد: در این دوره ناچایانی از سراسر استان حضور داشتند.

جشنواره فرهنگی، ورزشی بانوان

نجفیان - معاون اداره ورزش و جوانان اسفراین از برگزاری جشنواره فرهنگی، ورزشی بانوان، گرمی داشت هفته مقام زن در این شهرستان خبر داد. زهرا ملایی با اشاره به این که این جشنواره با مشارکت ۳۰ تیم ۳ نفره در سالن حجاب اسفراین برگزار شد، افزود: در این جشنواره خانواده خواجه (شیدا، شیوا و زینب خواجه) عنوان نخست را تصاحب کردند و خانواده رجبی (مریم و تکتیم رجبی و فاطمه قاسمی) و خانواده ربانی (عاطفه مروجی، معصومه بزرگی و پروین ربانی) عناوین دوم و سوم را از آن خود کردند.

«اکرمی» مدرس کلاس والیبال

دوره مربیگری درجه سه والیبال بانوان با تدریس «طاهره اکرمی» در بجنورد برگزار شد. به گزارش خبرنگار ما، این کلاس به مدت یک هفته ادامه دارد.

این جا ورزشی



تمرین مقاومتی برای بهبود آمادگی جسمانی

تمرین مقاومتی یکی از محبوب ترین روش ها برای بهبود آمادگی جسمانی است. عضو هیئت علمی دانشگاه لرستان اظهار کرد: برنامه تمرین مقاومتی یکی از محبوب ترین روش ها برای بهبود آمادگی جسمانی است. دکتر وحید ولی پوری ادامه داد: برنامه تمرین مقاومتی می تواند با تأکید بر بهبود قدرت، توان، هاپیرتروفی یا استقامت عضلانی طراحی شود. وی اضافه کرد: تمرین با وزنه مستلزم سازمان دهی جلسه تمرین بر پایه استقامت استفاده شده، تکرار، دوره ها و وهله های استراحتی بین دوره ها است.

دستکاری هر یک از این عناصر، محرک تمرینی را تغییر می دهد و باعث ایجاد سازگاری های منحصربه فردی خواهد شد. وی یادآور شد: اشتباه در هر یک از این متغیرها به بروز آسیب یا عدم پیشرفت مطلوب منجر خواهد شد، بنابراین دستکاری این متغیرها باید به درستی انجام شود. ولی پوری گفت: طول وهله استراحتی بین دوره ها از نقش اساسی در طراحی برنامه های تمرین قدرتی برخوردار است.

منبع: ایسنا

سنگ شاهسونند

سنگ شاهسونند

فروش با اقساط ۱۰ ماهه بدون سود

مشاوره و فروش انواع سنگ های ساختمانی و تزیینی

تامین سریع، تضمین کیفیت، قیمت رقابتی

بجنورد، میدان امام رضا (شهر بازی)، جنب نمایندگه سایپا

۰۹۱۷۱۲۴ - ۰۹۱۷

دارنده دستگاه ضد چروک در خراسان شمالی

تالشویی صرف

عضو رسمی اتحادیه

مرکز تخصصی شستشوی فرشهای ماشینی و دستباف

تجهیز شده به دستگاه های روز

با استفاده از فناوری نانو

دارای گرمخانه مرکزی

دارنده دستگاه های چهار مرحله ای شستشو

۰۹۱۵۲۵۸۴۳۴۲ - ۳۲۲۴۹۰۶۲ - ۳۲۴۱۳۹۰۲

دفتر: خیابان حسینی معصوم - مدیریت: رحیمی