خراسان شمالی
روزنامه خراسان شمالی: گروه چهارم نشریات
روزنامه سیاسی،اقتصادی،فرهنگی،اجتماعی خراسان شمالی
چهارشنبه ۲۲ دی ۱۴۰۰
۹ جمادی الثانی ۱۴۴۳. شماره ۳۶۸۰
صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
دفترمرکزی: مشهد،بلوارشهیدصادقی(سازمان‌آب)
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰-۰۵۱
نمابردبیرخانه: ۳۷۶۲۴۳۹۵-۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۰۹۹۹ چاپ:شهرچاپ‌خراسان
آدرس: بجنورد،خیابان امام خمینی(ره)، بین میدان فردوسی و مادر، جنب درمانگاه خاتم الانبیا(ص)
تلفن اشتراک: ۳۲۲۳۰۰۷۱
دفترمرکزی پذیرش آگهی: ۳۲۲۴۵۰۰۵

ورزش

رویدادهای ورزشی

آمادگی بانوان بدمینتون باز استان برای حضور در لیگ دسته ۲ کشور

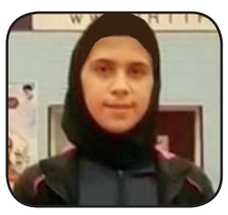
بدمینتون خراسان شمالی جزو هیئت هایی است که دارای فضای اختصاصی است و مربیان مجربی دارد که می توان به آینده این رشته امیدوار بود.بانوان بدمینتون باز استان سال ۹۷ در لیگ دسته ۲ کشور حضور یافتند و با توجه به این که تنها ۲ تیم برتر شرایط حضور در لیگ دسته یک را داشتند امکان حضور این تیم در این لیگ فراهم نشد. امسال دوباره بانوان بدمینتون باز استان برای حضور در لیگ دسته ۲ کشور اعلام آمادگی کرده اند تا بتوانند توان خود را به رخ حریفان بکشد.

رئیس هیئت بدمینتون خراسان شمالی با بیان این که فراخوانی برای تشکیل تیم استان ارائه می شود تا برترین ها انتخاب شوند، ابراز امیدواری می کند که در لیگ دسته ۲ بتوانند شانس صعود داشته باشند.«برات وثوقی» همچنین به قرارداد با چند بازیکن غیربومی از خراسان رضوی اشاره می کند که می توانند ترکیب قابل قبولی را تشکیل دهند و طی یک ماه تمرینات منظم شرایط مناسبی برای حضور در این رویداد را کسب کنند.

او می افزاید: تیم استان متشکل از ۱۲ بازیکن خواهد بود که ۳ قرارداد با بازیکنان غیر بومی داریم و بقیه از بازیکنان شاخص استان هستند.«وثوقی» سطح مربی استان را نیز قابل قبول بیان می کند و می افزاید: «مریم جوانمرد» مربی درجه یک بدمینتون استان و رئیس هیئت شهرستان بجنورد، مربیگری تیم استان را بر عهده دارد.

او به ترکیب تیم بانوان استان برای کسب نتیجه در این رویداد که اسفند برگزار می شود امیدوار است و می گوید: شرایط تمرین بازیکنان مهیاست و البته پیش از تشکیل تیم استان نیز تمرینات در حال پیگیری بود.

دعوت «ارشادی فر» به اردوی تیم ملی



«عقیله ارشادی فر»، بازیکن توانمند خراسان شمالی به سومین اردوی تیم ملی نوجوانان دختر تنیس روی میز کشور دعوت شد. این اردو با حضور ۱۰ ورزشکار برتر از ۹ تا ۲۰ بهمن به میزبانی مرکز بین المللی آموزش و استعدادیابی شهید «عضدی» مجموعه ورزشی شهید «شیرودی» تهران برپا می شود. دعوت از «ارشادی فر» به سومین اردوی تیم ملی در حالی است که او در اردوهای پیشین نیز حضور داشت. این بازیکن ارزنده تنیس روی میز خراسان شمالی، اخیراً در دور دوم انتخابی تیم ملی تنیس روی میز به مرحله نیمه نهایی راه یافت و در بین ۴ بازیکن برتر کشور قرار گرفت.

سوژه ویژه

میزبانی استان در لیگ دسته یک بسکتبال

گروه ورزش- رقابت های لیگ دسته یک بسکتبال در حالی امسال با حضور تیم بانوان خراسان شمالی برگزار شد که تیم جوان و کم تجربه استان با تیم های انزلی، گیلان و نیشابور هم گروه بودند و حضور در این میدان می توانست بسکتبال استان را در حلقه پیشرفت قرار دهد. اگر چه سال ها تیم داری بانوان را نداشتیم و برای نخستین بار در دهه های اخیر در لیگ دسته یک، بانوان استان حضور یافتند اما زیرساخت هایی که فراهم شد و این امکان را فراهم کرد که نه تنها به این رقابت ها اعزام شوند بلکه میزبانی این دیدارها را نیز برعهده بگیرند. میزبانی ها می تواند تا حدی به توسعه این رشته و رونق آن در استان کمک و راه های ناهموار توسعه بسکتبال را هموارتر کند.

قضاوت داوران بومی در کنار داوران ملی

رئیس هیئت بسکتبال خراسان شمالی با بیان این که میزبانی این رقابت ها در دور برگشت به خاطر فراهم بودن زیرساخت های استان امکان پذیر شد، می افزاید: داوران بومی استان در کنار داوران و ناظران ملی قضاوت کردند و این مهم توانست به ارتقای سطح آن ها و به روز شدن دانش داوران کمک کند.

نداشتن مربیان به روز

«مهدی غفوریان» که خود از داوران لیگ برتری بسکتبال است ضعف بسکتبال استان را نداشتن مربیان به روز می داند.به گفته او، طی سال های گذشته برای ارتقای سطح زیرساخت های این رشته گام های بسیاری برداشته شد و خوشبختانه از لحاظ امکانات زیرساختی در جایگاه مطلوبی قرار داریم و امیدواریم با برعهده گرفتن مداوم میزبانی ها بتوان شرایط رشد بسکتبال در استان را فراهم کرد.او با بیان این که خراسان شمالی برای نخستین بار طی سال های اخیر شرایط شرکت در این رویداد را داشت، از حضور بازیکنان جوان و کم تجربه استان می گوید که توانستند در این رویداد کسب تجربه کنند.«غفوریان» معتقد است که هر هیئت ورزشی که زیرساخت های مناسبی داشته باشد باید از این ظرفیت برای میزبانی مسابقات بهره مند شود و خانه بسکتبال نیز در حد لیگ برتر حائز اهمیت است و ناظران و داوران ملی در آن حضور دارند.او تاکید می کند: داوران استان می توانند از این ظرفیت برای ارتقای داوری خود استفاده کنند و قضاوت آن ها در کنار سایر داوران سبب می شود تا حدودی به رشد داوران استان کمک شود.به گفته رئیس هیئت بسکتبال خراسان شمالی، مربیان می توانند با ارتقای سطح خود دانش بسکتبالیست ها را نیز ارتقا و این اطلاعات را در اختیار بازیکنان قرار دهند.

«غفوریان» با بیان این که استعدادیابی جزو اصلی عملکرد این هیئت باید باشد تا شاخص ترین بازیکنانی را که استعداد بالقوه ای در این ورزش دارند پرورش دهیم، می افزاید: بسکتبال نیز همچون سایر رشته های ورزش برای حضور در لیگ های کشوری باید حامی مالی داشته باشد و شناخت نداشتن از این رشته ورزشی سبب می شود چندان بهایی به آن داده نشود. رقابت بانوان بسکتبالیست در لیگ دسته یک کشور به میزبانی خانه بسکتبال مجموعه ورزشی شهید علیدخت بجنورد، روزهای پنج شنبه و جمعه ۲۳ و ۲۴ دی برگزار می شود. بر این اساس ۲۳ دی، ساعت ۱۳ بازی زربام‌پارت خراسان شمالی و خانه بسکتبال نیشابور و ۲۴ دی، ساعت ۱۳ بازی صنایع دستی راستکردار بندر انزلی و تیم زربام‌پارت خراسان شمالی برگزار می شود.

قهرمانی در مشت تیم استان است اگر...

لیگ برتر روئینگ؛ جذب اسپانسر، پیش نیاز قهرمانی

گروه ورزش- تنها یک ماه به آغاز رقابت های لیگ برتر روئینگ باقی مانده است و از ماه گذشته ۴ تیمی که مستقیم می توانستند راهی رقابت های لیگ برتر شوند اعلام آمادگی کرده اند که یکی از این تیم ها خراسان شمالی است؛ تیمی که بسیاری از مهره های تیم های بزرگ مایلند در این تیم قرارداد ببندند.

این تیم در واپسین روزهای حضور در مسابقات، پیگیر جذب اسپانسری است که حضورش پیش نیاز مهمی برای قهرمانی است.

روئینگ خراسان شمالی ظرفیت بسیار زیادی برای قهرمانی در لیگ برتر را دارد و با توجه به تمرینات مستمر قایقرانان استان، کسب این عنوان کاملاً محتمل است اما مسئله اصلی نداشتن اسپانسر است.

حل مشکل با یک سوم مبلغ ورودی

به گفته رئیس هیئت قایقرانی خراسان شمالی، تنها با پرداخت یک سوم مبلغ ورودی فعلاً مشکل حل می شود اما هنوز اسپانسری برای حضور قطعی تیم اعلام آمادگی نکرده است.

«هادی راضیان» با تاکید بر این که قهرمانی تیم استان در لیگ برتر قطعی است ابراز امیدواری می کند: با جذب اسپانسر شرایط حضور تیم بدون دغدغه فراهم شود.

تیم بسیار آماده

به گفته او از لحاظ فنی تیم بسیار آماده ای داریم و ۳ بازیکن هم استانی در تهران تمرینات شان را ادامه می دهند چون شرایط تمرین در استان مهیا نیست و با ۲ بازیکن غیربومی نیز قرارداد داریم.

رئیس هیئت قایقرانی تاکید می کند: پیگیری های بسیاری برای جذب اسپانسر و حمایت صنایع از این تیم داشتیم در حالی که کسب مدال قطعی است و امیدواریم با حمایت برخی مسئولان بتوان از تیم لیگ برتری استان حمایت مالی شود تا با قهرمانی این تیم، برگ زرین دیگری را در کارنامه این هیئت به ثبت برسانیم.

«راضیان» تصریح می کند: قهرمانی در مشت تیم روئینگ خراسان شمالی است اما تا زمانی که تیم از لحاظ مالی تامین نشود نمی تواند توانمندی خود را به رخ حریفان خود بکشد.

او معتقد است: بازیکنان شاخصی از تیم ملی مایلند با تیم استان قرارداد ببندند چون همگی به قهرمانی تیم روئینگ خراسان شمالی یقین دارند.

وی با بیان این که ۴ تیم به طور مستقیم به لیگ برتر صعود کردند، می افزاید: از سال گذشته حضور تیم استان در لیگ برتر مسجل شده بود و امسال تعدادی از تیم های لیگ دسته یک مسابقه دادند که هنوز نتایج آن اعلام نشده است.

قهرمانی تضمینی

او تاکید می کند: اگر اسپانسری از تیم لیگ برتری خراسان شمالی حمایت کند قطعاً با قهرمانی تضمینی این تیم می توانیم خدمات اسپانسر را جبران کنیم.

«راضیان» اظهار می کند: المپیاد استعدادهای برتر از دیگر رویدادهای مهم و دارای اولویتی است که باید مورد توجه قرار گیرد، اما لیگ برتر رویداد بزرگی است که برترین های قایقرانی برای کسب جایگاه تلاش می کنند.

از لحاظ فنی تیم بسیار آماده ای داریم و ۳ بازیکن هم استانی در تهران تمرینات شان را ادامه می دهند چون شرایط تمرین در استان مهیا نیست

«اسدی» رئیس کمیته کشتی باچوخه استان شد

طی حکمی از سوی «علی اصغر محمودزاده»، پهلوان «قاسم اسدی» که پیش از این نیز سکانداری کشتی باچوخه استان را بر عهده داشت به عنوان رئیس کمیته کشتی با چوخه خراسان شمالی منصوب شد.

سرپرست هیئت ورزش روستایی و بازی های بومی و محلی خراسان شمالی در جلسه اهدای حکم «اسدی» ضمن دعوت از مشتاقان و دلسوزان کشتی باچوخه استان به خصوص خیران عزیز هم استانی برای همکاری و کمک برای تامین هزینه ساخت ساختمان خانه کشتی باچوخه خراسان شمالی که در شأن کشتی باچوخه استان باشد، گفت: از انجام هر کار و تلاشی که در چارچوب قوانین و مقررات برای توسعه همه جانبه کشتی باچوخه، این میراث فرهنگی ورزشی به یادگار مانده از نیاکان و گذشتگان مان موثر و لازم باشد، دریغ نخواهم کرد.

دوره تربیت آنالیزور والیبال

کمیته آموزش و پژوهش فدراسیون والیبال درنظر دارد ماه آینده، دوره تربیت آنالیزور این رشته را برگزار کند.

به گزارش روابط عمومی فدراسیون والیبال، کمیته آموزش و پژوهش فدراسیون والیبال با توجه به رشد سطح این رشته ورزشی در لیگ‌های مختلف کشور و نیاز تیم‌ها به داشتن افراد متخصص در زمینه آنالیز آماری و خبره در زمینه VIS، درنظر دارد دوره تربیت آنالیزور را برگزار کند.

این دوره از دوشنبه، چهارم تا جمعه هشتم بهمن برگزار خواهد شد که ۲ روز نخست آن به صورت حضوری و ۳ روز پایانی به صورت آنلاین برگزار می‌شود.

مسابقات بسکتبال استعدادهای برتر بجنورد

مسابقات بسکتبال ۳ در ۳ استعدادهای برتر شهرستان بجنورد برگزار شد. این مسابقات با حضور ۴ تیم به میزبانی خانه بسکتبال برگزار شد که در پایان، تیم پاپاپلاس موفق شد به مقام اول دست پیدا کند.

ذبیح ا... نوری، بهزاد ایزانلو، مهدی سلماسی، امیر محمد نقویان، مانی یزدانی و محمد زاهدی فر به عنوان تیم منتخب بسکتبال ۳ در ۳ بجنورد برای حضور در مسابقات انتخابی تیم استان انتخاب شدند.

علم ورزش

عوارض استفاده از مکمل‌های استروئیدی برای ورزشکاران

برخی ورزشکاران بدون آگاهی از عوارض و مضرات مکمل های استروئیدی از آن‌ها استفاده می‌کنند و با مشکلات زیادی رو به رو می‌شوند. استفاده از مکمل های استروئیدی در بین برخی بدن سازان و وزنه برداران بسیار شایع است و بیشترین میزان موارد تشخیصی از نمونه های دوپینگ هم مربوط به همین مکمل هاست. مصرف این گونه مکمل ها عوارض منفی بسیاری مثل افزایش فشار خون، مشکلات قلبی و کلیوی، سکته، سرطان، لخته شدن خون، اختلالات روده ای و مشکلات ادراری را به دنبال دارد. از جمله مسائلی که ذهن ورزشکاران به ویژه بدن سازان را مشغول کرده است توجه به ظاهر بدنی و داشتن اندامی عضلانی است و در نتیجه ورزشکاران بسیاری از مکمل‌های استروئیدی به منظور دستیابی به ظاهری عضلانی استفاده می کنند.

در بخشی از مطلبی که از سوی «فرناز نوری زاده»، متخصص تغذیه ورزشی تهیه شده و از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته، آمده است: بسیاری از ورزشکاران بدون مشورت با پزشک و متخصصان تغذیه به پیشنهاد دوستان به مصرف این گونه مکمل ها اقدام می کنند که در نتیجه استفاده از آن ها با مشکلات زیادی رو به رو می شوند.

شاید با مصرف این مکمل ها ظاهری عضلانی به دست آورید اما به یاد داشته باشید آقایانی که از این مکمل ها استفاده می کنند در معرض طاسی، مشکلات ناباروری و عقیمی و آکنه های پوستی قرار می گیرند.

در مورد زنان نیز از عوارض مصرف این مکمل ها می‌توان به بم شدن صدا، مشکلات هورمونی و قاعدگی، اختلالات رفتاری مثل پرخاشگری و افسردگی اشاره کرد.

برای قهرمان شدن باید جسمی سالم داشته باشید و استفاده از این مکمل ها نه تنها سلامت جسمی و روحی شما را به خطر می اندازد بلکه مانع پیشرفت در تمام رشته های ورزشی می شود و ورزشکاران باید با رعایت رژیم غذایی سالم و مناسب در کنار تمرین های منظم و اصولی به ظاهر بدنی دلخواه خود دست یابند.