

اسنوکر در انتظار افزایش تعداد باشگاه ها

و افرادی که سال ها در این رشته ورزشی فعالیت داشتند تنها در رقابت های شرق کشور موفق به کسب مقام شدند. «جهانی» به تعداد کم باشگاه های بلیارد در استان اشاره می کند که با توجه به تعداد علاقه مندان چندان کافی نیست و باید برای افزایش تعداد باشگاه ها اقدام کنیم.

وی اضافه می کند: شهرستان بجنورد، تنها ۲ باشگاه اسنوکر دارد که علاقه مندان بسیاری در این رشته ورزشی فعالیت دارند و این تعداد ورزشکار در شرایط مناسب تری باید تمرینات خود را پیگیری کنند.

او با بیان این که این ورزش انفرادی، گروهی و خانوادگی ظرفیت رشد در استان دارد، تصریح می کند: وقتی «حسین وفایی»، اسنوکر باز ایرانی در مسابقات جهانی توانست رتبه نخست را کسب کند استعداد های بسیاری در استان را می توان شناسایی کرد و پرورش داد.

او از مهم ترین اقدامات هیئت را استعدادیابی و دعوت از مربیان شاخص فدراسیون به استان برمی شمرد.

به گفته «جهانی»، برترین های رقابت های استانی اسنوکر به مسابقات دسته یک رنکینگ کشور اعزام خواهند شد.

او با تاکید بر این که این ورزش پر هزینه نیست، ابراز امیدواری می کند: با پیگیری این هیئت بتوان دوره های مربیگری و داوری را برگزار و تحولی در این ورزش ایجاد کرد.

گروه ورزش- اسنوکر که شباهت زیادی به بلیارد دارد، سال هاست مورد اقبال ورزشکاران استان قرار گرفته است، اگر چه ورزشکاران برای فعالیت در این رشته با محدودیت و فراز و نشیب های بسیاری دست و پنجه نرم کرده اند.

اسنوکر و بلیارد در ظاهر شباهت های فراوانی دارند اما قوانین این ۲ رشته ورزشی به طور کلی با هم متفاوت است.

کمتر رشته ورزشی را می توان سراغ داشت که ورزشکاران آن، روزی ۷ تا ۸ ساعت تمرین مداوم داشته باشند و این چنین ورزشکاران را درگیر تمرین و مسابقه کند، شاید به همین دلیل برخی ها تصور می کنند اسنوکر ورزش پولدارهاست و به کسانی تعلق دارد که حرفه ای جز ورزش و تفریح و سرگرمی ندارند.

در بسیاری از فیلم های سینمایی، میز اسنوکر همیشه در کاخ ها و خانه های مجلل نشان داده می شود و به همین دلیل خیلی ها تصور می کنند این ورزش مختص افراد متول است، اما برخلاف این تصور، فعالیت در این رشته ورزشی هزینه چندان در بر ندارد.

«پوریا جهانی» از مربیان و داوران اسنوکر، سرداور و مسئول نخستین دوره مسابقات رنکینگ اسنوکر آقایان خراسان شمالی جام دهه فجر است؛ مسابقاتی که ۱۴ و ۱۵ بهمن به میزبانی باشگاه بلیارد اطلس بجنورد برگزار می شود.

به گفته وی، این مسابقات به صورت تک حذفی برگزار می شود و نفرت برتر این رقابت ها به دوره ارتقای سطح فدراسیون اعزام می شوند.

او با بیان این که اسنوکر، ورزش نوپایی است، اظهار می کند: در مسابقات کشوری و سمنارهای کشوری از لحاظ زیرساختی، خراسان شمالی پایین ترین سطح را داشت

شهرستان بجنورد تنها

۲ باشگاه اسنوکر دارد

که علاقه مندان بسیاری

در این رشته ورزشی

فعالیت دارند و این تعداد

ورزشکار در شرایط

مناسب تری باید تمرینات

خود را پیگیری کنند

سوزه ویژه

بایدها و نبایدهای کوهنوردی در زمستان



گروه ورزش- کوهنوردی در زمستان طرفداران خاص خود را دارد اما توجه نکردن به اصول کوهنوردی در این فصل می تواند احتمال خطر و بروز حادثه را بالا ببرد و بایدها و نبایدهای خاص خود را دارد. رعایت برخی نکات می تواند از آسیب های احتمالی در کوهنوردی در فصل زمستان پیشگیری کند. یکی از فعالان کوهنوردی که سال ها به این رشته ورزشی پرداخته است، می گوید: باتوجه به سرد شدن هوا، کوهنوردان باید برای صعود و کوهنوردی نکاتی را رعایت کنند تا صعودی مطمئن و بدون خطر داشته باشند. «مصطفی مقدم» اظهار می کند: قبل از هر کاری کوهنورد باید اطلاعات دقیق هواشناسی منطقه مورد نظر فعالیت خود را بررسی کند. وی اضافه می کند: کوهنوردان حرفه ای می دانند که هوای کوهستان خیلی سریع تر از آن چیزی که فکر می کنند، تغییر می کند پس باید خود را برای هر نوع آب و هوایی آماده کنند. به گفته مقدم، نکته بعدی این است که باید سرپرستان گروه های کوهنوردی تعارف را کنار بگذارند و از همراهی کوهنوردانی که تجهیزات مناسبی ندارند، خودداری کنند و همچنین توصیه می شود در محل تجمع قبل از برنامه، حتماً یک بار دیگر تجهیزات خود را بررسی کنند. وی اظهار می کند: از رفتن به ارتفاعات تا ۷۲ ساعت پس از بارش برف (به دلیل احتمال ریزش بهمن) خودداری کنید. وی تصریح می کند: همراه داشتن تجهیزات نجات در بهمن برای گروه های کوهنوردی از ملزومات ضروری صعودهای زمستانی است.

او تاکید می کند: از صعود انفرادی پرهیز کنید و همراه با گروه و افراد مجرب به کوهنوردی بپردازید و از لباس هایی با رنگ های واضح (قرمز، زرد و فسفری) استفاده کنید. مقدم با بیان این که کوهنوردان باید زمان بندی مناسبی برای به پایان رساندن برنامه قبل از تاریکی هوا داشته باشند، می افزاید: بهترین زمان اقدام به بازگشت از کوه، ساعت ۱۳ است. وی می افزاید: سرما، باد و رطوبت، فرد را به هیپوترمی (سرمازدگی) نزدیک می کند و سرمای طولانی باعث بی حسی می شود، پس هر چند لحظه یک بار دست و پاها ی تان را تکان دهید. به گفته وی، همراه داشتن مایعات گرم در برنامه های زمستانی ضروری است و هر زمان سرما را در داخل بدن تان احساس کردید، از مایعات گرم استفاده کنید. اومی افزاید: توجه داشته باشید هدف از برنامه کوهپیمایی، سلامتی است پس قرار نیست به هر قیمت که شده به بالا رفتن ادامه بدهید و در بعضی مواقع، اقدام دیر در فرود آمدن، وضعیت یک تیم را در بحران قرار می دهد.

«مقدم» با تاکید بر این که خطر بهمن را فراموش نکنید، اظهار می کند: در فصل زمستان و وقتی که بارش برف وجود دارد یا هوا ابری است خیلی راحت مسیر ها گم می شوند و ردپاها در برف هم سریع پر و ناپدید می شوند، پس به هوای رد پا، برنامه کوهنوردی را طولانی نکنید. وی می افزاید: در حوادث، اولین اقدام تان محافظت مصدوم از باد، سرما و رطوبت باشد و بعد سعی کنید شرایط گرم کردن او را فراهم کنید، ضمن این که اگر در مسیر تان شیب های مستعد بهمن قرار داشت، مسیر تان را عوض یا برنامه را کنسل کنید.



رویدادهای ورزشی



برترین های مسابقات بسکتبال بانوان بجنورد

برترین های مسابقات بسکتبال بانوان در ۲ بخش ایستگاهی و پرتاب پناالتی در بجنورد شناخته شدند. رئیس کمیته مسابقات هیئت بسکتبال بجنورد در گفت و گو با خبرنگار ما گفت: مسابقات ایستگاهی و پرتاب پناالتی بجنورد با حضور ۷۰ شرکت کننده در خانه بسکتبال مجموعه ورزشی شهید علیدخت به مناسبت سالروز ولادت با سعادت حضرت فاطمه زهر(س) و روز زن و مادر برگزار و از برترین های این مسابقات تقدیر شد.

«فاطمه باقری» افزود: در بخش ایستگاهی، کیانا یاهوئیان و مینا احمدی در جایگاه نخست ایستادند، هستی و حدیث فرامرزیان و فرزانه یزدانی دوم شدند و نیکا بهمن یار و ضحی محمدی عنوان سومی این مسابقات را از آن خود کردند. همچنین در بخش پرتاب پناالتی نیز فاطمه و یسنا خانی به مقام قهرمانی رسیدند.

رقابت های کیک بوکسینگ کارگران

رقابت های کیک بوکسینگ قهرمانی کارگران خراسان شمالی در مجموعه فرهنگی، ورزشی کارگران امام علی(ع) بجنورد برگزار شد. به گزارش خبرنگار ما، این رقابت ها که مزین به جام شهید شاخص کارگری استان، شهید «محمد کلاته» بود، به مناسبت دهه مبارک فجر و به مدت دو روز پیگیری شد. این رقابت ها که به همت انجمن رزمی کارگران خراسان شمالی برگزار شد، در رده های سنی نونهالان، نوجوانان، جوانان (فرزندان کارگر)، بزرگ سالان و پیش کسوتان برگزار شد که انتخابی تیم استان نیز به شمار می رفت.

آغاز مسابقات فوتسال بانوان

هفته نخست مسابقات فوتسال بانوان بزرگ سال خراسان شمالی موسوم به جام خلیج فارس، بزرگداشت شهیدان دورانیدیش آغاز شد.

طرح تبسم

پرداخت وام قرض الحسنه با شرایط ویژه و کارمزد صفر تا ۴ درصد

جهت کسب اطلاعات بیشتر به یک از شعب بانک در سطح استان خراسان شمالی مراجعه نمایید..

www.qmb.ir | مرکز مشتریان: ۰۲۱-۴۳۲۲

مدیریت شعب استان خراسان شمالی

آدرس: بجنورد، خیابان طالقانی غربی، جنب سینما قدس سابق، پلاک ۸۴۱

تلفن های تماس: ۰۵۸-۳۲۲۳۸۵۴۱ و ۰۵۸-۳۲۲۱۱۰۹۹



بانک مهر ایران

قرض الحسنه

مدیریت شعب استان خراسان شمالی