

اخبار کوتاه

رضایی نامزد همسر تیم آسیایی

رضایی نامزد همسر تیم ملی فوتبال ایران به عنوان بهترین بازیکن آسیایی تاریخ سری آ انتخاب شد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایرنا کنفرانس فوتبال آسیا در نترسگین خود دیروز جمعه به انتخاب بهترین بازیکن آسیایی تاریخ سری آ پرداخت که در بین کاندیداهای خود نام رحمان رضایی مدافع پیشین تیم ملی فوتبال ایران و باشگاه پرسپولیس هم به چشم می خورد

در این نترسگین رضایی با نگرانی چون هدیه توشی ناگفته باقی مانده بود تا فوتو کریسو که هوندا تاکایو، لوریمونو و شونسوگی تاکهگوا از ژاپن، علی اندان عراقی، ملرک پریشو و ونسه کراک لاسالیو و چون سوگاری، رافیل خولاد کرد رضایی در هفت سال حضور در سری آ ایتالیا ۲ بار ۱۱ تورنیر، سونا و پورا جای کرد

پورعلی گنجی در ارزیابی قطر می ماند

مدافع لژیون قطر و واکتی به شایعه جابجایی پورعلی گنجی گفت: هیچ بازیکنی در پایان فصل جابجا نخواهد شد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایرنا در پی شایعاتی مبنی بر جابجایی پورعلی گنجی، مدافع ایرانی پیشین، این باشگاه قطر با انتشار بیانی در این موضوع از رد کذب و اعلام کرد که در نهایت پورعلی گنجی بلکه هیچ بازیکنی در پایان فصل از این تیم جدا نمی شود

طبق نوشته لژیون، باشگاه لژیون اعلام کرد که بر خلاف شایعاتی که در برخی رسانه ها مطرح شد جابجایی پورعلی گنجی و انتقال جاکینز این بازیکن برای فصل بعد صحت ندارد

ما در شرایط فعلی قصد تغییر در هیچ پستی را نداریم و از طرفی دیگر قرارداد هیچ بازیکنی در پایان فصل به اتمام نرسیده و همین خاطر باشگاه قصد دارد ثابت قی خود را بر این فصل آینده حفظ کند و در این فکر قی در نهایت هدایت هابیر مگلایسسون به کارش ادامه دهد

هاتو کوزومون، بازیکن لژیون که با قراردادی ۱۵ ساله با لژیون پیوسته نوشته عملکرد خوبی داشته باشد و ستوان باشگاه هم قصد دارد در صورت ندادن این رتبه خود مدت قرارداد وی را تمدید کند. حسنی المهری، مهاجم تونسی هم یک فصل دیگر از قرارداد ۲ ساله‌اش باقی مانده است. حاکم مونیخ، مدافع اسپانیایی هم قرارداد ۲ ساله با باشگاه دارد. جبر میشل لاسوکا هم با باشگاه لژیون قراردادی ۲ ساله دارد. با توجه به این موضوع تغییر و تحولات چندانی در امری شاهد نخواهیم بود

معین ورزش قهرمانی و حرفه‌ای وزارت ورزش و جوانان گفت: نمایان می‌شود که اعتراضی تیمها برای آغاز لیگ برتر فوتبال به این زور زخته تر می‌باشد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایرنا مهدی علی‌نژاد دیروز در یک برنامه فوتبولی در مورد نامه اعتراضی چهار باشگاه لیگ برتر می‌تواند تعطیلی لیگ برتر فوتبال فریاد تا کنون چنین تعلق به وزارت ورزش و جوانان ترسیمه است. شاید اورتاده این نامه بر ترغیب کننده و یا در تریز، مشهد و یا کاشغر باشد. اما نامه تاکنون چنین تعلق به دست مازنده است

وی افزود: انتظار این است که در فضای مجازی بوده و به دست مازنده است، به همین خاطر نمی‌تواند

مربی پیشین تیم ملی کشتی آزاد که مدتها با رضا زردی در میانه بزرگ چپتی و المپیک حضور داشته به احتمال باگشت این قهرمان با تجربه واکتی تهران داد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از مهر، امیر توکلیان با بیان اینکه رضا زردی برای بازی با تیم ملی با مدتی تعطیلی و فکوره عمل کند گفته به نسخه به عنوان مربی تیم ملی که سابقا با بازی همراه آزادگان عضوان دارد بود که هیچگاه در بازیهای المپیک به حقتن ترسید و در واقع یکی از بنشاس ترین ملی پوشان المپیک می‌باشد

وی تصریح کرد: به تزگی خرمایی مبتی بر تمایل او

علی نژاد: نامه اعتراضی تیم‌ها به وزارت ورزش فرسوده است



مراحل اداری خوش را می‌کند. هر کاری فوجین خاص خودش را دارد

معین ورزش قهرمانی و حرفه‌ای وزارت ورزش و جوانان تاکید کرد: نمایان می‌شود که اعتراضی تیمها برای آغاز لیگ برتر فوتبال به این زور زخته تر می‌باشد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایرنا مهدی علی‌نژاد دیروز در یک برنامه فوتبولی در مورد نامه اعتراضی چهار باشگاه لیگ برتر می‌تواند تعطیلی لیگ برتر فوتبال فریاد تا کنون چنین تعلق به وزارت ورزش و جوانان ترسیمه است. شاید اورتاده این نامه بر ترغیب کننده و یا در تریز، مشهد و یا کاشغر باشد. اما نامه تاکنون چنین تعلق به دست مازنده است

وی افزود: انتظار این است که در فضای مجازی بوده و به دست مازنده است، به همین خاطر نمی‌تواند

برای باگت به میان منتشر شده که به نظر من او باید بسیار متفکری و حساب شده به این موضوع نگاه کند. به نظر من بازیکنان کشتی گبری گشت که بنود تعداد و توکنمدی دارد که قبله هر کدام از آنها کسخت و دشواری است. ما در این وزن محاسن محمدیان، عرفیضا گری، ابراهیمی و سعیدی را داریم که معیار بسیار انگیزه و با تجربه ای هستند می توانند برای هر حرفی باسابقه ای همچون رضا زردی، مشکل ساز باشند

وی در پایان گفت: به هر حال با توجه به چرخه انتخابی تیم ملی، بستر مناسبی برای بازگشت کشتی گبری تیم ملی، بستر مناسبی برای بازگشت توکلند از رانتهای قهرمانی کشور به عنوان نخستین مرحله چرخه انتخابی استارت برتند

فوتسال همچنان در با تکلیفی است!

در خواست عجیب میزبان جام ملت های آسیا

ایران خواهان برگزاری جام ملت های آسیا در اسفندماه ۱۳۹۹ شوند. البته کنفدراسیون فوتبال آسیا هنوز باستانی به این نامه ایران ندهد اما نکته عجیب اینجست که ترکمنستان خواهان تعویق یکساله جام ملت های آسیا است

ترکمنستان در مذاکراتش با ستوان فوتبال کنفدراسیون فوتبال آسیا در خواست تمدید میزبانی در جام ملت های در مردادماه ۱۴۰۰ انجام بدهد یعنی چند هفته پیش از جام جهانی فوتبال

دوید برهیزگر رئیس کمیته فوتبال ضمن اعلام این خبر، گفت: زمان درخواستی ترکمنستان برای برگزاری مسابقات خیلی

دیر است و درست و حسابی مشکلی را دارد که ما اسان آلمان داشته یعنی فاصله کم جام ملت های آسیا می باشد

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

ایران خواهان برگزاری جام ملت های آسیا در اسفندماه ۱۳۹۹ شوند. البته کنفدراسیون فوتبال آسیا هنوز باستانی به این نامه ایران ندهد اما نکته عجیب اینجست که ترکمنستان خواهان تعویق یکساله جام ملت های آسیا است

ترکمنستان در مذاکراتش با ستوان فوتبال کنفدراسیون فوتبال آسیا در خواست تمدید میزبانی در جام ملت های در مردادماه ۱۴۰۰ انجام بدهد یعنی چند هفته پیش از جام جهانی فوتبال

دوید برهیزگر رئیس کمیته فوتبال ضمن اعلام این خبر، گفت: زمان درخواستی ترکمنستان برای برگزاری مسابقات خیلی

دیر است و درست و حسابی مشکلی را دارد که ما اسان آلمان داشته یعنی فاصله کم جام ملت های آسیا می باشد

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

تک

راهکارهای پیشگیری از تضعیف سیستم ایمنی ورزشکاران

عشقر دانشکده تربیت مدرس راهکارهای های مؤثر برای پیشگیری از تضعیف سیستم ایمنی در ورزشکاران را شرح کرد

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایسنا، مهدیه ملازوی شمس در مورد اثرات زیان آمیز ورزش سنگ زنده گی پیشگیری از تضعیف سیستم ایمنی در ورزشکاران اظهار کرد: ورزشکاران در ابتدای امر باید استرس های زندگی را کنترل و کم کنند و مربیان باید این استرس ها را کاهش دهند و حتی برنامه تمرینی را بر اساس این استرس انجام دهند

وی افزود: داده ورزشکاران باید خوب منظم و مقرر کافی خواب (۷ ساعت) داشته باشند و مطالعات نشان داده است ورزشکاران که خواب بیشتر و پنج تا شش ساعت داشته اند نسبت به کسانی که خواب کمتری داشته اند کمتر در معرض عفونت قرار گرفته اند و باید بدانیم که کمیت و کیفیت خواب بسیار مهم است

عشقر توضیح داد: در نتیجه خستگی، تریت مرس همچنین تأکید کرد: ورزشکارانی که لازم است نیاز به استراحت بیشتری دارند

ملازوی شمس اظهار داشت: اینکه ورزشکاران باید از گرفتن وزن بیش از حد خود پرهیز کنند و در هنگام وزن بالا در زمان کوفت منم شود اجتناب کنند. گفت: ورزشکاران باید از رژیم های غذایی که حاوی پروتئین و کربوهیدرات است استفاده کنند. همچنین ورزشکاران استقامتی و رژیم های منظم شامل مواد معدنی و ویتامین ها را در برنامه خود داشته باشند

وی بیان کرد: ورزشکاران باید از سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب خود پرهیز کنند

عشقر توضیح داد: در نتیجه خستگی، تریت مرس همچنین تأکید کرد: ورزشکارانی که لازم است نیاز به استراحت بیشتری دارند

ملازوی شمس اظهار داشت: اینکه ورزشکاران باید از گرفتن وزن بیش از حد خود پرهیز کنند و در هنگام وزن بالا در زمان کوفت منم شود اجتناب کنند. گفت: ورزشکاران باید از رژیم های غذایی که حاوی پروتئین و کربوهیدرات است استفاده کنند. همچنین ورزشکاران استقامتی و رژیم های منظم شامل مواد معدنی و ویتامین ها را در برنامه خود داشته باشند

وی بیان کرد: ورزشکاران باید از سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب خود پرهیز کنند

عشقر توضیح داد: در نتیجه خستگی، تریت مرس همچنین تأکید کرد: ورزشکارانی که لازم است نیاز به استراحت بیشتری دارند

ملازوی شمس اظهار داشت: اینکه ورزشکاران باید از گرفتن وزن بیش از حد خود پرهیز کنند و در هنگام وزن بالا در زمان کوفت منم شود اجتناب کنند. گفت: ورزشکاران باید از رژیم های غذایی که حاوی پروتئین و کربوهیدرات است استفاده کنند. همچنین ورزشکاران استقامتی و رژیم های منظم شامل مواد معدنی و ویتامین ها را در برنامه خود داشته باشند

وی بیان کرد: ورزشکاران باید از سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب خود پرهیز کنند. گفت: ورزشکاران در سبک های نامناسب خود پرهیز کنند

عشقر توضیح داد: در نتیجه خستگی، تریت مرس همچنین تأکید کرد: ورزشکارانی که لازم است نیاز به استراحت بیشتری دارند

ملازوی شمس اظهار داشت: اینکه ورزشکاران باید از گرفتن وزن بیش از حد خود پرهیز کنند و در هنگام وزن بالا در زمان کوفت منم شود اجتناب کنند. گفت: ورزشکاران باید از رژیم های غذایی که حاوی پروتئین و کربوهیدرات است استفاده کنند. همچنین ورزشکاران استقامتی و رژیم های منظم شامل مواد معدنی و ویتامین ها را در برنامه خود داشته باشند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند

فوتسال در این مورد تصمیم گیری کنند</