

اشکبار گیتا

نشست کمیسیون ورزشکاران کمیته ملی المپیک

نشست کمیسیون ورزشکاران کمیته ملی المپیک با حضور اکثریت اعضا در محل سالن جلسات کمیته ملی المپیک برگزار شد.

به گزارش پیام آشتا به نقل از روابط عمومی کمیته ملی المپیک، نشست کمیسیون ورزشکاران درباره نشست روز گذشته این کمیسیون گفت در ابتدای نشست آقای ساسی رئیس کمیسیون بررسی مصوبات جلسات گذشته بخصوص بحث بومه ورزشکاران که برای کمیسیون اهمیت ویژه‌ای در برخورد است پرداخت و گزارش از مراحل پیگیری آن ارائه کرد که امید می‌رود نتایج خوبی حاصل شود. پیشنهاد تهیه بلیک اطلاعاتی از تمامی ورزشکاران المپیک توسط این کمیسیون با همکاری فرانسویس‌ها از مصوبات نشست دیروز کمیسیون ورزشکاران بود.

وی ادامه داد همچنین در نشست دیروز پیشنهاد شد تا در بازدیدهای مسافران کمیته ملی المپیک از اردوها و فرانسویس‌ها نامندیدی از کمیسیون ورزشکاران به منظور انتقال نظره نظارت ورزشکاران به کمیسیون و بررسی مسائل آنان حضور داشته باشد.

پرسپولیس در دهه ۱۳۱ جهان در سال ۲۰۲۰

پرسپولیس به عنوان هشتمین تیم آسیا و ۱۳۱ جهان در دهه بندی بهترین تیمهای باشگاهی جهان قرار گرفت.

به گزارش پیام آشتا به نقل از اسپورتنس فرانسویس بین المللی تاریخ و آمار برترین تیم های باشگاهی جهان در سال ۲۰۲۰ میلادی را اعلام کرد و بر این اساس پرسپولیس، قهرمان لیگ برتر ایران و نایب قهرمان لیگ قهرمانان آسیا با ۸۵ امتیاز در دهه ۱۳۱ جهان و هفتم اسبقا قرار گرفت. بهترین عملکرد در بین تیم های ایرانی مصوب می شود.

در این دهه بندی، یان مونیخ آلمان، قهرمان لیگ قهرمانان اروپا در دهه نخست قرار گرفت و پالمیراس یونان و پاری سن ژرمن فرانسه در دهه های دوم و سوم قرار گرفتند.

در بین تیمهای ایرانی پرسپولیس در دهه ۱۳۱ جهان و اسبقا در دهه ۱۳۸ جای گرفتند و تنها تیم های ایرانی حاضر در دهه بندی باشگاهی جهان در سال ۲۰۲۰ میلادی مصوب می شوند.
برترین تیمهای اسپانیا در دهه بندی تیمهای (فدراسیون فوتبال اروپا) قرار گرفتند.
۱- لیون اسپانیا در دهه جنوین (۳۲)
۲- بایرن مونیخ در دهه جنوین (۲۷)
۳- چلسی در دهه جنوین (۲۵)
۴- لیورپول در دهه جنوین (۲۵)
۵- پاری سن ژرمن (۱۸)
۶- بایرن مونیخ (۱۸)
۷- لیورپول (۱۷)
۸- پرسپولیس ایران (۱۳)
۹- فی سی توکیو ژاپن (۱۲)
۱۰- الاهلی عربستان (۱۲)

نخستین آکادمی تخصصی باور لیبینگ زنان افتتاح شد

رئیس فرانسویس بنساز و پرورش قلم، گفت: ماه پیش با فعالیت رسمی رشته باور لیبینگ زنان موفق شد و ما نیز محلی را برای آنان احداث کردیم که دیروز به صورت رسمی فعالیت خود را آغاز کردیم.

به گزارش پیام آشتا به نقل از ایران افتتاح نخستین آکادمی تخصصی باور لیبینگ زنان در حالی دیروز برگزار شد که حضور هیئتها محمد اسدنی معاون فرهنگی و توسعه ورزش همگانی و فرشید طهماسبی مدیر کل امور غیر دولتی و امور ورزش و جوانان، مراسم کمک منگانه فرانسویس بنساز و پرورش قلم نیز برگزار شد.
بر همین اساس هیئتها محمد اسدنی سرانجام در جمع خبرنگاران، گفت در راستای فریاد مقام معظم رهبری در جهت کمک و توسعه ورزش همگانی در جهت توسعه ورزش همگانی و فرسید طهماسبی مدیر کل امور غیر دولتی و امور ورزش و جوانان، مراسم کمک منگانه فرانسویس بنساز و پرورش قلم نیز برگزار شد.

تعلیق ۱۰ زن و هزاره به دلیل جابجایی نمونه دوپینگ

نام دو ورزشکار که برای انجام تست دوپینگ نمونه از خود را جابجا کرده بودند.

به گزارش پیام آشتا به نقل از اسپورتنس فرانسویس، مبارزه با دوپینگ (WADA) مدتی پیش اعلام کرد که نمونه هزار ۱۸ زن در تست دوپینگ جابجا شده است.

آژانس بین المللی مبارزه با دوپینگ (ITA) تحقیقات خود را بر روی این اعضای WADA آغاز کرد و پس از فرانسویس، وزنه برزیلی اعلام کرد که نتایج تحقیقات در مورد برادر فرانتس و دومینو کاترینی و زمانی توسط ITA منجم شده که نمونه های این دو ورزشکار در حال حاضر تا مشخص شدن نتیجه نهایی تعلیق شده اند.

فرانتس و دومینو از اعضای WADA بودند که در دادگاه در بخش مردان تنها یک سیمپه المپیک در ترکوادور و در حوض آب گرمی با بازی با هم بود که فصل دوپینگ گریبان او گرفته است.
تا آنجا که این اتهام برای سال ۲۰۱۲ است در صورت تأیید نهایی، IOC می تواند مدال طلای المپیک ۲۰۱۶ را از وزنه بردار فریق بگیرد.

به صورت آنلاین برگزار شد:

رقابت ۵۶۲ تکواندو کار در سومین دوره مسابقات مجازی تکاوران



تکواندو کار در شش زمین به صورت زنده و ۱۱ وزن و ۴ گروه سنی خردسالان، نوجوانان و بزرگسالان برگزار شد که در پایان و در بخش بانوان باران جعفری، هستی پیری، عسل اسلام، خواجه رها ابراهیمی، ریحانه مگوندی، فاطمه عرب، ملیتا فیروزی، فاطمه زارعی، صباقی، فاطمه مروتی، سیمینا نژاد، پریا رحمانی، مریم زبایی، و حدیثه فخرالدینی موفق به کسب مدال طلا شدند.
حسام اسدی، احسان حسینی، ذوالقاری ابراهیمی، محمد آرشام ربیعی، ابوالفضل ابعلی، علیرضا علی اکبری، رضا رحیمی، علیرضا شمشکی، زنده آریان بزرگر، یاسین کامل، محمد جوشن، حسین قنسی، محمد

سومین دوره مسابقات شیبه سازی تکواندو به صورت آنلاین با استقبال خوب تکواندوکاران داخلی و خارجی برگزار شد.
به گزارش پیام آشتا به نقل از مهر، سومین دوره مسابقات شیبه سازی کاراته در بخش مبارزه با همکاری هیأت تکواندو استان البرز و باشگاه تکواندو تکاوران و با حضور ۵۶۲ تکواندوکار از هفت کشور پاکستان، شیلی، هنگ کنگ، ازبکستان، مازری و هند در خانه تکواندو البرز و مسئولیت مجید نظام این دوره با رشد بیش از ۳۰ درصدی شرکت

سر مربی تیم ملی فوتسال:

AFC خودش هم سر در گم بود

در تعیین زمان برگزاری این مسابقات سرمدرگم بود. اینکه کنفرانس آسیا در دو ماه یک بار بیاورد یا عقب می‌ماند، بد بود. بیفا جام جهانی را هم اینطور اینطور می‌گویند که فدراسیون فوتبال آسیا در این باره نحوه تعیین سهمیه‌های قاره آسیا برای حضور در جام جهانی فوتسال تأکید کرد. در امیل AFC که برای فدراسیون‌ها ارسال شده آمده است که اگر تیمی بایستد، سهمیه‌ها را بر اساس رتبه‌بندی و سایر اینچیزها انتخاب می‌شوند. اگر اتفاق خاصی رخ ندهد ما راهی جام جهانی خواهیم شد.

سرمدرگم تیم ملی فوتسال بر لزوم توجه بیشتر به این رشته تأکید کرد و افزود اولین رشته گروهی که روی صحنه جهانی رفته است، فوتسال است.

پور کریمان مطرح کرد:

آسیب جدی کرونا با به بدمیتون البرز

ورزش و ورزشکاران ما وارد کرد هر چند که شانس جدی برای کسب تریه در کشور داشته، وی با اشاره به خسارت های مالی وارد شده، به هیات بدمیتون عنوان کرد طی گفتگو نامه ای با اراجه ارفاق کرج سالن ورزشی آماده ساز (طهران) را اجازه اما موفق به پرداخت اجاره های سالن نشدیم و این سالن را با یک بهی مالی از دست دادیم.
پور کریمان گفت: همچنین با توجه به لغو شدن



سرمدرگم تیم ملی فوتسال ایران با بیان اینکه گزارش‌ها نسبت به این رشته باید عوضی شود، گفت: بهترین بازیکنان ما در لیگ قرار داد ۳۰۰ یا ۴۰۰ میلیون تومان دارند.

به گزارش پیام آشتا به نقل از مهر، محمد محمد نظام الشریعه درباره نرفتن مسابقات فوتسال جام ملت‌های ۲۰۲۰ آسیا گفت: AFC خودش هم سر در گم بود.

رئیس هیات بدمیتون البرز گفت:

کرونا آسیب جدی به این ورزش وارد کرده و به نفع نداشتن رقابت‌ها و ترمیمات نداشتیم. به بسیاری از اهداف خود در این رشته ورزشی دست نیافتیم.

به گزارش پیام آشتا به نقل از ایرنا میثم پور کریمان افزود: اسام مسابقات در تمام دهه های ستی لغو شده که آسیب جدی به این

سناد مبارزه با کرونا در ورزش، مجوز برگزاری

مرحله دوم رقابت‌های باشگاهی لیگ والیبال نخبسته در بخش بانوان را صادر کرد.

به گزارش پیام آشتا به نقل از مهر، با صدور مجوز لازم از سوی ستاد ملی مبارزه با کرونا در ورزش، مرحله دوم رقابت‌های باشگاهی لیگ والیبال نخبسته بانوان از جمعه پیش رو به میزبانی بندرعباس آغاز می‌شود. ایوبسلم شهر بهشت خراسان، خوب آهن اصفهان، تجهیزات پزشکی - عمرانی

عامل، فولاد سیاهان، اصفهان، شهرداری ارومیه، هیئت همدان و هیئت هرمزگان هفت تیم حاضر در مرحله دوم لیگ برتر والیبال نخبسته هستند که به مدت چهار روز و پنج روز مسابقات خود در این مرحله را دنبال می‌کنند.

انجمن والیبال نخبسته کشور با لحاظ کردن شرایط مورد تأکید ستاد مبارزه با کرونا در ورزش برای میزبانی و برگزاری رقابت‌ها با ایوبسلم شهر بهشت خراسان، خوب آهن اصفهان، تجهیزات پزشکی - عمرانی

پرونده کلانه ۶۸-۶۹-۷۰-۷۱-۷۲-۷۳-۷۴-۷۵-۷۶-۷۷-۷۸-۷۹-۸۰

در خصوص داخولوسات آقای امیدفرزند قنبری، بر تحریر تر که که متوفی مرحوم حسین سلطانی امید فرزند نجفعلی که در تاریخ ۱۳۹۱/۱۱/۲۴ فوت به با بررسی موضوع و احراز سمت متقاضی با استناد به مواد ۲۱۰ و ۲۱۱ قانون امور حسبی قرار تحریر تر که را صادر و اعلام می نماید مقرر است نوبت تحریر برای اجرای قرار تحریر تر که تعیین و نسبت به نشر اگهی در روزنامه های کشور انتشار قلمرو کلیه ورثه با نامیندگان قانونی آنها، بستگاران، مدیونین به متوفی و هر کسی که حق نسبت به تر که حاضر دارد، خولسته شود تا در روز سوم تعیین نوبت تحریر شود. این قرار تجدید گستره تر که و بیشتر از سه ماه فاصله باشد، شنا کلیه ورثه و شخص ذینفع که در حوزه این قرار شمول دارد و نشانی آنها در پرونده منعکس است برای حضور در شورا اختلاصه ارسال شود. ۱۳۹۷/۰۴/۰۴ م.اف

آگهی مناقصه (نوبت دوم)

اداره کل آموزش و پرورش استان البرز در نظر دارد نسبت به برگزاری مناقصه خرید تجهیزات الکترونیکی طبق کترگس اداره کل و ناحیه شهرستان های تابعه در تاریخ ۱۳۹۹/۱۱/۲۴ اقدام نماید. متقاضیان می توانند به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (سامانه ستاره) به آدرس www.seadiran.ir مراجعه نمایند. تفاهت: ۳۳۵۱-۴۰۴ شماره شکیله آگهی: ۱۰۸۰۲۵۰

اداره کل آموزش و پرورش استان البرز



بهترین صبحانه برای ورزشکاران

بر اساس ماهیت فعالیت ورزشی و ویژگی های ورزشکاران، نیاز به کالری در طول شبانه روز متفاوت خواهد بود.

هم قصد ندارم انتخاب کنم قبول دارم ما باید زیر نظر فرانسویس باشیم ولی صعود به جام جهانی (فوتبال کافی نیست)

نظام الشریعه که خودش زمانی فوتبالست بوده است در پراخش به این سؤال که آیا شیمیان نیست به جای فوتبال به فوتسال روی آورده گفت: در حال حاضر امرار معشن من از فوتبال فوتسال چیزی گریزان نمی‌اند. بازیکنان ملی و خیلی خوب ما در لیگ قرارداد ۳۰۰ یا ۴۰۰ میلیون تومان دارند. مردمان که کمتر هم می‌گیرند. در مجموع تمام قراردادها در فوتسال زیر ۵۰۰ میلیون است. اما در فوتبال مربیانی در لیگ برتر دریم که ۶ یا ۱۰ میلیارد قرارداد دارند.

به گزارش پیام آشتا به نقل از اسپورتنس فرانسویس که فعالیت ورزشی ماهیت فغجاری داشته باشد و مدت زمان کوتاهی به طول بیاچند معمولاً روزانه به حدود ۲۰۰۰ کیلوکالری برای ختم به و ۲۵۰۰ کیلوکالری برای آقایان نیاز است و اگر تمرین برای مدت زمان بیشتری به طول بیاچند و نیازهای ویژه ای طلب کند، ممکن است نیاز به انرژی تا ۵۰۰۰ کیلوکالری نیز افزایش یابد و باید در نظر داشته که نیاز به کالری باید در طول روز و میان تمام وعده ها و میان وعده ها تقسیم شده، اما می توان یک سوم آن را به وعده صبحانه اختصاص داد.

کریویدرات، پروتئین و چربی

بر اساس این مطلب که از سوی کمیته علمی فغجاری تخصصی پزشکی ورزشی تهیه شده است، از سوی فرانسویس پزشکی ورزشی در اختیار اینستا قرار گرفته است. آمده است که کریویدرات ماه منبع اصلی تامین انرژی برای بدن هستند، بنابراین به منظور افزایش عملکرد عضلات و بهبود عملکرد ورزشی، وعده های غذایی و به ویژه وعده صبحانه باید حاوی کریویدرات توصیه شده است. صبحانه ورزشکاران متشکل از ۵۰ درصد کریویدرات، ۲۵ درصد پروتئین و ۲۵ درصد چربی باشد. صبحانه سالم برای ورزشکاران می تواند شامل مغزکریویدراتی مانند میوه ها و سبزیجات غلات سبوس را مانند نان گندم و یا غلات صبحانه سبوس دار باشد. پروتئین و چربی های طبیعی را نیز می توان با مصرف تخم مرغ، آجیل، ماهی و مغزها، پنیر، ماست، پنیر گوتش ها تامین کرد.

مابعات

تغذیه در ورزشکاران سالم، رژیم غذایی سالم و مصرف کافی مابعات است و با افزایش شدت فعالیت، نیاز به مابعات افزایش یافته و توصیه می شود ورزشکاران روز خود را حداقل ۲ لیون آب در نوشندگی ها و آمیوه ها با زینت و مصرف میوه های کم لیبیل فیبر و آنتی اکسیدان توصیه می شود. و باید مصرف آمیوه ها به دلیل محتوای قندی بالا و کاهش مغذی به دلیل بومی گویی، مورد توجه قرار بگیرد.

کفین

بسیاری از مطالعات درباره نقش منفی مصرف بیش از حد کافئین صحبت کرده اند. اما در حقیقت، کافئین نقش مهمی را در رژیم غذایی ورزشکاران ایفا می کند. چرا که کافئین به تقویت انرژی و افزایش عملکرد استقامتی کمک کرده و مصرف یک فنجان چای یا قهوه به همراه وعده صبحانه در میان ورزشکاران مرسوم است.

آگهی فقدان

خیم مریم عطلی ضمن تسلیم دو برگ استعفاء به تصدیق شاهدان اعلام نمودند است که مدگندست ۱۵۲۵۰۰ سهم شتاع از ۱۷۴۲۷۳۶۰۰ زمین به مساحت ۲۲۶۷۶۷۷ متر مربع قطعه ۱۶۷ تفکیکی تحت پلاک بیست ۲۵۶۰ در مرقوز از پلاک ۷۱۵۰ قریعی از ۱۶۳۱ اصلی به نام ملک مریم عطلی ثبت و سند به شماره چایی ۲۶۱۱۲۵۵ صادر گردید و سهم ملک انگاری مقفود گردید و نقضای صدور سند مالکیت مدستی نمود است. نام مراب به استناد تصدیق یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قفوت یک ثبت آگهی میشود تا چنچله کسی مدعی وجود سند مالکیت خود نبود و با انجام معامله نسبت به ملک مذکور میبایست در تاریخ انتشار این آگهی به مدت ۱۰ روز اعتراض را در ضمن ارائه سند مالکیت به این اداره تسلیم نمایند بدینهی است چنانچه طرف مدعی مقرر اعتراضی واصل نشود و یا در صورت اعتراض افسار این سند ارائه نگردد سند مالکیت مدستی برابر مقررات به متقاضی تسلیم خواهد شد.

کفیل اداره ثبت اسناد و املاک فردیس از طرف محسن هدانی

آگهی مناقصه (نوبت دوم)

اداره کل آموزش و پرورش استان البرز در نظر دارد نسبت به برگزاری مناقصه تعمیرات سرویس بهداشتی و آشپزخانه مدراس استان البرز از تاریخ ۱۳۹۹/۱۱/۲۴ اقدام نماید. متقاضیان می توانند به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (سامانه ستاره) به آدرس www.seadiran.ir مراجعه نمایند. تفاهت: ۳۳۵۱-۴۰۴ شماره شکیله آگهی: ۱۰۸۰۲۵۰

اداره کل آموزش و پرورش استان البرز

