اخبار کوتاه

باخت جوانان بسکتبال مقابل ترکیه

تیم ملی بسکتبال جوانان ایران با باخت مقابل ترکیه برای کسب رتبه یازدهم باید یکبار دیگر به مصاف لتونی برود

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، محدود کردن شدید میزان کاری دریافتی یکی از اشتباهات رایج در کاهش وزن ورزشکاران است؛ یک رژیم غذایی گرسنگی (به عنوان مثال کاهش کالری دریافتی شما به کمتر از ۵۰ درصد از آنچه بدن شما نیاز دارد) مشکلات زیادی را برای افرادی که سعی در کاهش وزن دارند ایجاد می کند و اولین و مهمترین نکته این است که فرایند مربوطه نتیجه بخش نیست و هر وزنی که از دست رود متعاقبا دوباره بدست می آید؛ زیرا بیشتر افراد نمی توانند چنین برنامه غذایی محدودی را در طولانی مدت حفظ کنند.

دیدگاه محدود از نحوه کاهش وزن

بر اساس این مطلب که از سوی محمد مهرتاش متخصص پزشکی ورزشی تهیه شده و از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته است: دومین مورد، دیدگاه محدود از نحوه کاهش وزن است. بسیاری از افراد کاهش وزن را صرفا کاهش مصرف آنچه می خورند، می دانند. در حقیقت این مسئله تعادل انرژی در بحث فیزیک است که با انرژی مصرفی کامل می شود و به همین ترتیب اگر واقعا می خواهید وزن خود را کاهش دهید باید سطح فعالیت بدنی خود را افزایش داده و در حد متوسط غذا بخورید.

نادیده گرفتن توده بدون چربی

یک تمایل رایج در بین افرادی که ورزش می کنند این است که تلاش های خود را صرفا روی تمرینات هوازی متمرکز کنند در این فرآیند آن ها توده عضلانی خود را از دست می دهند و هر وزنی که از دست می دهند، چربی جایگزین می شود و میزان متابولیسم و همچنین تعداد کالری مورد نیاز آن ها برای حفظ وزن فعلی کاهش می یابد این تنظیم چرخه ای ایجاد می کند که برای کاهش مداوم وزن عوارض دارد.

برداشت غلط از برچسب های ارزش غذایی

برای افرادی که می خواهند وزن خود را کنترل کنند، بسیار مهم است که باید از این واقعیت آگاهی داشته باشند که برچسب هایی که عنوان می کنند یک ماده غذایی خاص یا "بدون چربی" است یا "بدون قند" در واقع به معنای "بدون کالری" بودن آن ماده غذایی نیست.

کاهش وزن بیش از حد و خیلی سریع

تحقیقات نشان می دهد که یک برنامه کاهش وزن که شامل کاهش تدریجی و مداوم (یعنی تقریبا ۶۰۰ تا ۸۰۰ گرم در هفته) است، بیشترین شانس موفقیت را دارد، به ویژه هنگامی که با تلاش برای تغییر عادات نامناسب سبک زندگی باشد.

کاهش وزن و چربی موضعی

مفهوم کاهش موضعی یک افسانه کامل است. هیچ ورزشی باعث از بین رفتن چربی در ناحیه خاصی از بدن نمی شود. همان طور که هیچ تغییری در میزان کالری دریافتی شما ضمین نمی کند که چربی در ناحیه ای از بدن که بیشتر می خواهید به آن بپردازید، تجزیه شود. به عنوان یک قاعده الگویی که در آن چربی بدن خود را از دست می دهید از نظر ژنتیکی از پیش تعیین شده است.

کاهش آب بدن به جای چربی

بدن شما دارای میلیون ها غده عرق است که پوست شما را پوشانده و آب و الکترولیت را دفع می کند. هنگام ورزش، مقدار آبی که تبدیل به عرق شده در اثر تلاش بدن برای کمک به خنک نگه داشتن و تنظیم دمای بدن افزایش می یابد. آبی که در اثر تعریق از دست می دهید می تواند شما را گمراه کند و تصور کند که شما چربی و وزن بدن خود را بیش از حد واقعی کاهش داده اند و وقتی متعاقبا مایعات مصرف می کنید، چنین وزنی جایگزین می شود.

تئوری "لوبیای جادویی"

فروش مکمل ها و قرص ها، پودرها و معجون های مربوطه که گویا به نوعی تلاش فرد برای کاهش وزن را تسهیل می کند یک صنعت چند میلیارد دلاری است. این موارد علاوه بر هدر دهید می تواند شما را گمراه کند و تصور کند که شما چربی و وزن بدن خود را بیش از حد واقعی کاهش داده اند و وقتی متعاقبا مایعات مصرف می کنید، چنین وزنی جایگزین می شود.

دنبال کردن توصیه های رژیم غذایی ثابت نشده و جعلی

به نظر می رسد تعداد رژیم های غذایی نامناسب که افراد بی خبر را با ادعاهای غیر مستند و اقدامات ناسالم هدف قرار می دهد، هر ساله به طور تصاعدی رشد می کند.

استفاده از روش های جراحی بدون تایید به پزشک

برخی افراد گزینه جراحی را برای لاغری در نظر می گیرند. در این راستا، دو روش جراحی لیپوساکشن و بای پس معده بیشترین آمار را دارند. لیپوساکشن شامل برداشتن چربی از مناطق خاص بدن است. از طرف دیگر، عمل بای پس معده روشی است که معده را کوچک می کند و به غذا اجازه می دهد بخشی از روده کوچک را دور بزند و در نتیجه کالری کمتری جذب می شود. اگرچه دستورالعمل ها متفاوت است، اما عمل جراحی بای پس معده فقط به افراد دارای چاقی بیش از حد اختصاص دارد.

نکته

۱۰ اشتباه در کاهش وزن ورزشکاران

اشتباهات مختلفی در زمینه کاهش وزن برای افراد و به ویژه ورزشکاران وجود دارد، اما در این بین ۱۰ اشتباه بیشترین رواج را دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، محدود کردن شدید میزان کالری دریافتی یکی از اشتباهات رایج در کاهش وزن ورزشکاران است؛ یک رژیم غذایی گرسنگی (به عنوان مثال کاهش کالری دریافتی شما به کمتر از ۵۰ درصد از آنچه بدن شما نیاز دارد) مشکلات زیادی را برای افرادی که سعی در کاهش وزن دارند ایجاد می کند و اولین و مهمترین نکته این است که فرایند مربوطه نتیجه بخش نیست و هر وزنی که از دست رود متعاقبا دوباره بدست می آید؛ زیرا بیشتر افراد نمی توانند چنین برنامه غذایی محدودی را در طولانی مدت حفظ کنند.

دیدگاه محدود از نحوه کاهش وزن

بر اساس این مطلب که از سوی محمد مهرتاش متخصص پزشکی ورزشی تهیه شده و از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته است: دومین مورد، دیدگاه محدود از نحوه کاهش وزن است. بسیاری از افراد کاهش وزن را صرفا کاهش مصرف آنچه می خورند، می دانند. در حقیقت این مسئله تعادل انرژی در بحث فیزیک است که با انرژی مصرفی کامل می شود و به همین ترتیب اگر واقعا می خواهید وزن خود را کاهش دهید باید سطح فعالیت بدنی خود را افزایش داده و در حد متوسط غذا بخورید.

نادیده گرفتن توده بدون چربی

یک تمایل رایج در بین افرادی که ورزش می کنند این است که تلاش های خود را صرفا روی تمرینات هوازی متمرکز کنند در این فرآیند آن ها توده عضلانی خود را از دست می دهند و هر وزنی که از دست می دهند، چربی جایگزین می شود و میزان متابولیسم و همچنین تعداد کالری مورد نیاز آن ها برای حفظ وزن فعلی کاهش می یابد این تنظیم چرخه ای ایجاد می کند که برای کاهش مداوم وزن عوارض دارد.

برداشت غلط از برچسب های ارزش غذایی

برای افرادی که می خواهند وزن خود را کنترل کنند، بسیار مهم است که باید از این واقعیت آگاهی داشته باشند که برچسب هایی که عنوان می کنند یک ماده غذایی خاص یا "بدون چربی" است یا "بدون قند" در واقع به معنای "بدون کالری" بودن آن ماده غذایی نیست.

کاهش وزن بیش از حد و خیلی سریع

تحقیقات نشان می دهد که یک برنامه کاهش وزن که شامل کاهش تدریجی و مداوم (یعنی تقریبا ۶۰۰ تا ۸۰۰ گرم در هفته) است، بیشترین شانس موفقیت را دارد، به ویژه هنگامی که با تلاش برای تغییر عادات نامناسب سبک زندگی باشد.

کاهش وزن و چربی موضعی

مفهوم کاهش موضعی یک افسانه کامل است. هیچ ورزشی باعث از بین رفتن چربی در ناحیه خاصی از بدن نمی شود. همان طور که هیچ تغییری در میزان کالری دریافتی شما ضمین نمی کند که چربی در ناحیه ای از بدن که بیشتر می خواهید به آن بپردازید، تجزیه شود. به عنوان یک قاعده الگویی که در آن چربی بدن خود را از دست می دهید از نظر ژنتیکی از پیش تعیین شده است.

کاهش آب بدن به جای چربی

بدن شما دارای میلیون ها غده عرق است که پوست شما را پوشانده و آب و الکترولیت را دفع می کند. هنگام ورزش، مقدار آبی که تبدیل به عرق شده در اثر تلاش بدن برای کمک به خنک نگه داشتن و تنظیم دمای بدن افزایش می یابد. آبی که در اثر تعریق از دست می دهید می تواند شما را گمراه کند و تصور کند که شما چربی و وزن بدن خود را بیش از حد واقعی کاهش داده اند و وقتی متعاقبا مایعات مصرف می کنید، چنین وزنی جایگزین می شود.

تئوری "لوبیای جادویی"

فروش مکمل ها و قرص ها، پودرها و معجون های مربوطه که گویا به نوعی تلاش فرد برای کاهش وزن را تسهیل می کند یک صنعت چند میلیارد دلاری است. این موارد علاوه بر هدر دهید می تواند شما را گمراه کند و تصور کند که شما چربی و وزن بدن خود را بیش از حد واقعی کاهش داده اند و وقتی متعاقبا مایعات مصرف می کنید، چنین وزنی جایگزین می شود.

دنبال کردن توصیه های رژیم غذایی ثابت نشده و جعلی

به نظر می رسد تعداد رژیم های غذایی نامناسب که افراد بی خبر را با ادعاهای غیر مستند و اقدامات ناسالم هدف قرار می دهد، هر ساله به طور تصاعدی رشد می کند.

استفاده از روش های جراحی بدون تایید به پزشک

برخی افراد گزینه جراحی را برای لاغری در نظر می گیرند. در این راستا، دو روش جراحی لیپوساکشن و بای پس معده بیشترین آمار را دارند. لیپوساکشن شامل برداشتن چربی از مناطق خاص بدن است. از طرف دیگر، عمل بای پس معده روشی است که معده را کوچک می کند و به غذا اجازه می دهد بخشی از روده کوچک را دور بزند و در نتیجه کالری کمتری جذب می شود. اگرچه دستورالعمل ها متفاوت است، اما عمل جراحی بای پس معده فقط به افراد دارای چاقی بیش از حد اختصاص دارد.

آگهی مزایده اموال منقول پرونده اجرایی کلاسه ۹۹۰۰۰۸۹

به موجب پرونده اجرائی کلاسه فوق یک دستگاه اتومبیل سواری سمند به شماره پلاک انتظامی ۸۸ ایران ۱۸ د ۶۸۱ به رنگ سفید روغنی مدل ۱۳۹۵ شماره موتور ۱۷۰۳۴۳ - شماره شاسی ۲۳۶۹۹۵ تعداد چرخ ۴ و تعداد محور ۴ - تعداد سیلندر ۴- نوع سوخت بنزین - ظرفیت ۵ نفر وضعیت ظاهری و فنی خودرو در زمان بازدید : اطاق و بدنه : سپر جلو و عقب، درب موتور، درب صندوق عقب، دورتا دور بدنه و ـ دارای آثار خط و خش خرابی بود. داشبور سالم – صندلی و توزوزی سالم – سپرها، درب صندوق عقب و ـ دارای اثر برخورد می باشد. فاقد ضبط و بلندگو های عقب و ـ می باشد – موتور سالم – گیربکس سالم – دیفرانسیل سالم – تایرها: ۶۰ درصد- بعلت توقف بیش از ۳ ماه در توقفگاه، بکارگیری مجدد وسیله نقلیه مستلزم پرداخت هزینه های سرویس مکانیکی، ترخیص و ـ می باشد. طبق اظهار بستانکار خودرو فاقد بیمه نامه شخص ثالث می باشد. طبق نظر کارشناس رسمی دادگستری در مورخ ۱۴۰۰/۰۲/۰۱ مبلغ ۱/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل یکصد و پنج میلیون تومان ارزیابی شده از طریق مزایده به فروش می رسد. مزایده روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۰/۰۵/۰۵ از ساعت ۹ الی ۱۲ در پارکینگ ثامن به نشانی: کرج - بلوار مصطفی خمینی – ضلع جنوبی میدان مصطفی خمینی برگزار می گردد. مزایده از مبلغ ۱/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته می شود و کلیه هزینه های قانونی به عهده برنده مزایده است و نیم عشر و حق مزایده نقدا وصول خواهد شد و شرکت در مزایده منوط به پرداخت ده درصد از مبلغ پایه کارشناسی به حساب سپرده ثابت و حضور خریدار یا نماینده قانونی او در جلسه مزایده است. برنده مزایده مکلف است مابه التفاوت مبلغ فروش را ظرف مدت پنج روز از تاریخ مزایده به حساب صندوق ثبت تودیع نماید و در صورتی که ظرف مهلت مقرر، مانده فروش را به حساب سپرده ثبت واریز نکند، مبلغ مذکور قابل استرداد نبوده و به حساب خزانه واریز خواهد شد. در این صورت، عملیات فروش از درجه اعتبار ساقط و مزایده تجدید می گردد. چنانچه روز مزایده مصادف با تعطیل رسمی غیر مترقبه گردد، در روز اداری بعد از تعطیل در همان محل و ساعت انجام می شود. ۱۴۰۰/۰۸۵۲ ف.م.الف
تاریخ انتشار مورخه: ۱۴۰۰/۴/۲۱

رئیس اجرای ثبت کرج - ایرانی
از طرف تقوی

در نامه خادم به قالیباف صورت گرفت؛

افشای سهل‌انگاری وزارت ورزش در گرفتن بودجه

معاون پیشین پارلمانی و امور حقوقی وزارت ورزش در نامه‌ای به رئیس مجلس از سهل انگاری این وزارتخانه در پیگیری دریافت بخش عمده‌ای از بودجه ورزش خبر داد و خواستار رسیدگی به این مشکل شد

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، امیررضا خادم که تا اسفندماه سال ۹۷ به عنوان معاون پارلمانی و امور حقوقی وزارت ورزش فعالیت می کرد، در نامه‌ای به رئیس مجلس شورای اسلامی از سهل انگاری این وزارتخانه برای پیگیری و دریافت بخشی از بودجه ورزش خبر داده و از وی خواسته است با کمک نمایندگان مجلس این «خسران» را جبران کنند

در نامه خادم خطاب به محمدباقر قالیباف رئیس مجلس شورای اسلامی آمده است:

«احتراما بااستحضار می‌رساند به تازگی مطلع شدم در نتیجه بی توجهی و سهل انگاری وزارت و ورزش و جوانان، متأسفانه اعتباراتی را که پس از چند سال دوندگی و توجیه نمایندگان محترم مجلس با کمک همکارانم در آن وزارت توانسته بودیم در زمان بررسی لایحه برنامه ششم توسعه، از محل ۹ درصد مالیات ارزش افزوده و عوارض فروش سیگار و نوشابه‌های گازدار برای ورزش و جوانان کشور لحاظ و در قوانین مرتبط بگنجانیم، به طور نابلوراندهای در طی تصویب و ابلاغ قانون جدید مالیات بر ارزش افزوده کاملاً حذف گردیده است!

این خسران بزرگ باعث از دست رفتن قریب به سه چهارم بودجه و اعتبارات حوزه ورزش و جوانان می‌شود که در قوانین مذکور جهت ترویج و تسهیل ازدواج و اشتغال جوانان، تکمیل پروژه‌های نیمه تمام، توسعه ورزش همگانی، ورزش جانبازان و معلولین، ورزش روستایی و عشایری و ورزش مدارس در شهرها و روستاهای کشور اختصاص یافته است اما بر اساس قانون جدید از سال ۱۴۰۱ به طور کامل حذف خواهد شد!!

به تعبیر دیگر، سهل انگاری متولیان امور ورزش و جوانان کشور، به عدد و رقم‌های دیده شده در قانون بودجه سال ۱۴۰۰، بانی فاجعه‌ای شده‌اند که نتیجه‌ی آن عبارتست از کسر ۵۰ هزار میلیارد ریال از کل بودجه ۶۰ هزار میلیارد ریالی ورزش و جوانان کشور!

آن هم در شرایطی که نمایندگان محترم مردم بهتر از هر کس می‌دانند علیرغم گشایش بزرگ اعتباری که توسط خود آنها در برنامه ششم توسعه برای ما محقق گردیده بود، اما باز هم از یک سو شاهد وجود چندین هزار طرح ورزشی نیمه تمام در اقصی نقاط کشور هستیم، از سوی دیگر حوزه جوانان مواجه با عدم امکان ترویج و حمایت موثر از ازدواج و اشتغال جوانان بوده که خود زمینه ساز مشکلات اساسی و ریشه‌ای می‌شود و از منظر دیگر با توجه به تورم و گرانی‌های لجام گسیخته، عملاً این اعتبارات حتی ۲۰ درصد از نیاز توسعه ورزش همگانی که رکن اصلی بالا بردن سطح سلامت جامعه و نشاط عمومی را به همراه دارد و یا حمایت از ورزش بانوان، جانبازان و معلولین، روستاها و مناطق کمتر برخوردار و... و همچنین تخصیص امکانات و تجهیزات را تامین نمی‌نمود!

حال تصور بفرمایید با حذف ۸۵ درصد از همین پیمانه کوچک، چه معضلات و مشکلاتی در مسیر توسعه بخشی که تاثیر مستقیم در سلامت، نشاط، غرور ملی و آینده سازی جامعه دارد، به همراه خواهد داشت.

لذا به عنوان عضو کوچکی از جامعه بزرگ و مظلوم ورزش و جوانان کشور از جنابعالی تمنا دارم، دستور فرمایید با استناد به مواد ۷۳ و ۹۴ قانون برنامه ششم، موضوع از طریق طرحی از جانب مجلس و یا لایحه از جانب دولت به صورت دو فوریتی ارائه شود تا ان‌شاءالله با حمایت نمایندگان محترم، آب رفته به جوی بازگردیده و دولت بعد، در حوزه ورزش و جوانان وارث یک مصیبت عظیم از سوی مدیران حال حاضر وزارت ورزش و جوانان نباشند.

در پایان فارغ از مطالب فوق‌الذکر از آنجا که حذف ماده ۹۴ و ۷۳ قانون برنامه نیازمند حداقل دو سوم آرا نمایندگان محترم می‌باشد، موجب امتنان است اگر دستور فرمایید بررسی شود که آیا در حذف این ماده این قانون رعایت شده است؟ و همچنین به جهت حمایت از حوزه ورزش و جوانان، پیشنهاد می‌شود با توجه به تمدید یک ساله قانون برنامه ششم، برای سال ۱۴۰۱ نیز مواد ۷۳ و ۹۴ قانون برنامه همچنان به قوت خود باقی بماند تا در صورت عدم نیل به نتیجه از طرق فوق، زمان برای بررسی و عملیاتی نمودن راهکارهای دیگر میسور باشد.

پیشاپیش از حسن توجه و مساعدت شما و نمایندگان محترم کمال تشکر و امتنان را داشته و امیدوارم مسئولین محترم وزارت ورزش و جوانان نیز در این ایام آخر کار دولت، با پیگیری جدی موضوع، خاطره‌ای ناخوشایند و پیرانگر برای اهالی ورزش از خود به جای نگذارند»

دورویشی خبر داد:

لغو رقابت های آفرود قهرمانی کشور به میزبانی البرز

مدیر بخش اتومبیلرانی فدراسیون و رئیس هیات اتومبیلرانی و موتور سواری البرز گفت: نخستین دوره رقابت های آفرود قهرمانی کشور که قرار بود به میزبانی این استان برگزار شود، لغو شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، اردشیر دورویشی افزود: این رقابت ها قرار بود که در روزهای ۲۴ و ۲۵ تیرماه به میزبانی البرز و در پیست شهدای هیو شهرستان ساوجبلاغ برگزار شود.

وی گفت: به دلیل شیوع موج جدید ویروس کرونا و منع تردد به بیشتر شهرهای کشور و با هدف حفظ سلامتی ورزشکاران نخستین دوره رقابت های آفرود قهرمانی کشور به میزبانی البرز لغو شد.

دورویشی گفت: زمان بعدی برگزاری این رقابت ها در آینده اعلام می شود.

وزنه‌برداران المپیکی؛

هاشمی و مدالی که باید از دهان شیر بیرون بکشد

حضور عنوان‌داران جهان و المپیک در دسته ۱۰۹ کیلوگرم وزنه‌برداری در بازی‌های المپیک توکیو موجب شده تا نماینده ایران رقابت سختی با یولامردان داشته باشد

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، انتخاب ۲ وزنه‌برداری ایران برای حضور در المپیک توکیو به یکی از کلاف‌های سردرگم ورزش کشور تبدیل شده بود و کسی تصور نمی‌کرد که جای «کیانوش رستمی» و «بهراب مرادی» در این دوره از المپیک خالی باشد اما آنان با از دست دادن امتیازات گزینشی المپیک از قطار توکیو پیاده شدند. در این دسته سهراب مرادی ۳۰۸۹ امتیاز کسب کرد و کیانوش رستمی نیز با ۳۰۱۴ امتیاز نتوانست راهی سرزمین آفتاب شود.

با حذف این ۲ قهرمان از جدول اصلی رقابت‌های دسته ۹۶ کیلوگرم قرعه شانس به نام «علی هاشمی» افتاد تا دومین المپیک متوالی خود را تجربه کند. وی که از استان ایلام به تیم ملی وزنه‌برداری گام گذاشته است اکنون باید در آوردگاه توکیو مصاف سختی با بزرگان داشته باشد. او تجربه مقام هفتم بازی‌های المپیک ۲۰۱۶ ریو را در کارنامه دارد اما این مقام برای ورزشکاری که به نمایندگی از وزنه‌برداری ایران راهی توکیو می‌شود نمی‌تواند یک دستاورد چشمگیر باشد.

علی هاشمی، وزنه‌بردار المپیکی ایران در دست ۹۴ کیلوگرم در المپیک ۲۰۱۶ ریو با رکورد ۱۷۳ کیلوگرم در یکضرب ۲۱۰ کیلوگرم در دوضرب و مجموع ۳۸۳ کیلوگرم با کسب عنوان هفتم به پایان رسید. شاید زمانی که وی پس از پایان مسابقات اعلام کرد به دنبال کسب مدال در المپیک توکیو است کسی تصور نمی‌کرد ورزشکار ایلامی بتواند در بین مدعیان راهی سرزمین آفتاب شود زیرا سهمیه ایران در این رشته به عدد ۲ کاهش پیدا کرد و مدعیانی مانند سعیدعلی حسینی، علی داوودی، سهراب مرادی و کیانوش رستمی حضور داشتند.

اما تقدیر هاشمی به گونه دیگر نوشته شد؛ او اکنون در دسته ۱۰۹ کیلوگرم باید با بزرگانی مانند سیمون مانروسیان ارمنی، اکبر زوراید ازبک و تیمور نانی‌اف روس رقابت کند. رقابتی که شاید برروی کاغذ سخت و دشوار به نظر آید اما او به پشتوانه ۲ عنوان قهرمانی جهان، به عنوان یک مدعی جدی در این دسته خواهد بود.

هاشمی چندی پیش با بیان اینکه از رقابت هراسی ندارد، گفت: اگر سه وزنه‌بردار مطرح این دسته (۱۰۹ کیلوگرم) خود را مدعی معرفی کردند من نیز در سال ۲۰۱۷ و ۲۰۱۸ عنوان قهرمانی جهان را کسب کرده و در دنیای وزنه‌برداری ناشناخته نیستم.

بررسی عملکرد حریفان هاشمی از سال ۲۰۱۸ نشان از آن دارد که در سه ساله گذشته سیمون مانروسیان عملکرد مناسبی در گزینشی‌ها داشته و توانسته با کسب ۴ هزار ۳۷۸ امتیاز بهترین عملکرد ممکن را داشته باشد. عملکردی که وی را در جایگاه نخست قرار داده است.

دیگر مدعی این دسته اکبر زوراید ازبک است که در مسابقات قهرمانی آسیا توانست در غیاب هاشمی قدرت‌نمایی کند. او در یکضرب ۱۹۴ کیلوگرم را مهار کرد و در مهار ۲۳۴ کیلوگرم دوضرب نیز موفق بود. زوراید با مهار مجموع ۴۳۸ کیلوگرم توانست مدال نقره آسیا را از آن خود کند. در این دسته روسلان نورالدین‌اف وزنه‌بردار کهنه‌کار ازبکی و دارنده مدال طلای المپیک ۲۰۱۲ لندن به مدال طلا رسید. نورالدین‌اف به دلیل شرکت نداشتن در مسابقات گزینشی در المپیک حضور ندارد.

دیگر مدعی این دسته تیمور نانی‌اف است که می‌تواند خود را در اندازه یک مدعی در توکیو معرفی کند. بهترین رکورد ثبت شده توسط این وزنه‌بردار روس ۴۰۹ کیلوگرم مجموع است که در مسابقات قهرمانی جهان در سال ۲۰۱۹ و تایلند ثبت شد.

بعد از این سه ورزشکار علی هاشمی نفر چهارم دسته ۱۰۹ کیلوگرم است. او که توانسته ۲ عنوان قهرمانی جهان را از آن خود کند باید مصاف سختی با حریفان داشته باشد. بهترین رکورد فردی هاشمی در گزینشی‌های المپیک ثبت رکورد مجموع ۴۰۴ کیلوگرم بود که در مسابقات جام فجر تهران بود. هاشمی در مسابقات قهرمانی ۲۰۱۷ آنقیمه آمریکا هم این رکورد را ثبت کرد و به مدال طلا رسید.

البته ماتروسیان، زوراید و نانی‌اف تنها رقیبان هاشمی نیستند بلکه وزنه‌بردار کره‌ای در این دسته هم مدعی رسیدن به سکو است. «یونسگ چن» در مسابقات قهرمانی آسیا که در تاشکند برگزار شد توانست ۱۸۰ کیلوگرم را در یکضرب، ۲۲۰ کیلوگرم را در دوضرب و ۴۰۰ کیلوگرم را در مجموع به نام خود ثبت کند.

هر چند که حضور در جدول گزینشی المپیک دسته ۱۰۹ ملاکی برای رسیدن به سکوی المپیک نیست اما بررسی رکورد حریفان هاشمی این واقعیت را در ذهن متبادر می‌کند که وی کار راحتی پیش رو نخواهد داشت بلکه او باید تلاش بیشتری برای رسیدن به سکو داشته باشد، زیرا ۱۰۹ کیلوگرم یکی از سنگین‌ترین و مشکل‌ترین دسته‌های المپیکی در توکیو به شمار می‌رود و شاید بهترین تعبیر درباره آن مربوط به ملی‌پوش ایرانی این دسته باشد.

«کیا قدمی» بعد از کسب مدال برنز این دسته در قهرمانی آسیا به خبرنگار ایرنا گفت: من مدال را از دهان شیران آسیایی بیرون کشیدم.

هاشمی که اکنون یکی از باتجربه‌ترین وزنه‌برداران ملی‌پوش ایران به شمار می‌رود که این توانایی را دارد با انتخاب صحیح وزنه‌ها و با کمک کادر فنی به مدال المپیک برسد. سکویی که جای آن در کارنامه ورزشی هاشمی خالی است. هاشمی ۲ مدال طلا قهرمانی جهان را در کارنامه دارد.

وی در مسابقات وزنه‌برداری قهرمانی ۲۰۱۷ آنقیمه آمریکا در دسته ۱۰۵ کیلوگرم موفق به کسب مدال طلا شد و سال بعد نیز این مدال را در دسته ۱۰۲ کیلوگرم در مسابقات قهرمانی سال ۲۰۱۸ جهان در عشق‌آباد تکرار کرد.

ملی‌پوش ایلامی وزنه‌برداری مدال برنز مسابقات قهرمانی جهان ۲۰۱۵ پوکت تایلند را نیز کسب کرده است.

در آستانه اعزام به توکیو؛

واکنش سرمربی تیم کشتی آزاد به انتقاد از پروسه انتخابی

سرمربی تیم ملی کشتی آزاد معتقد است هیچ کشتی‌گیری بدون طی کردن پروسه انتخابی تیم ملی در ترکیب تیم اعزامی به المپیک توکیو قرار نگرفته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، در حالیکه زمان زیادی تا پیکارهای کشتی بازی‌های المپیک توکیو باقی نمانده و تیم‌های ملی کشتی آزاد و فرنگی ایران مراحل پایانی آماده‌سازی را پشت سر می‌گذارند، غلامرضا محمدی به برخی انتقادات و حواشی در خصوص انتخابی تیم اعزامی به المپیک و همچنین نحوه انتخاب آزادکاران اعزامی به جهانی واکنش نشان داد.

در همین راستا سرمربی تیم ملی کشتی آزاد صراحتاً از پروسه انتخابی تیم ملی دفاع کرد و گفت: «نه در حد حرف و شعار، بلکه به این موضوع در عمل پایبندیم. خدا را شکر می‌کنم هم عدالت را در نظر گرفتیم و هم شرایط فنی بچه‌ها را. وقتی حسن یزدانی دو بار در انتخابی حضور پیدا کرده حجت بر همه تمام شده و همه کشتی‌گیران در رقابت‌های داخلی و برون‌مرزی حضور داشتند.»

غلامرضا محمدی در بخشی از اظهاراتش که در یک گفتگوی تلویزیونی مطرح شد به ترافیک مدعیان در برخی اوزان برای حضور در رقابت‌های جهانی ۲۰۲۱ نروژ که دو ماه بعد از المپیک برگزار می‌شود هم اشاره کرد و گفت: این مسأله، اتفاق خوبی است، هرچند کار برای کادر فنی و انتخاب کشتی‌گیران سخت می‌شود و ترافیک کشتی‌گیر سخت می‌کند اما باز هم از یک سو شاهد وجود چندین هزار طرح ورزشی نیمه تمام در اقصی نقاط کشور هستیم، از سوی دیگر حوزه جوانان مواجه با عدم امکان ترویج و حمایت موثر از ازدواج و اشتغال جوانان بوده که خود زمینه ساز مشکلات اساسی و ریشه‌ای می‌شود و از منظر دیگر با توجه به تورم و گرانی‌های لجام گسیخته، عملاً این اعتبارات حتی ۲۰ درصد از نیاز توسعه ورزش همگانی که رکن اصلی بالا بردن سطح سلامت جامعه و نشاط عمومی را به همراه دارد و یا حمایت از ورزش بانوان، جانبازان و معلولین، روستاها و مناطق کمتر برخوردار و... و همچنین تخصیص امکانات و تجهیزات را تامین نمی‌نمود!