اخبار کوتاه

ژاوی: به همین خاطر گوندوغان را جذب کردیم

سرمربی لی انگری‌ها بعد از پیروزی برابر کادیز به ستایش از خرید جدیدتیمش پرداخت

به گزارش پیام آشنا به نقل از اسپورت، بارسلونا در هفته دوم رقابت‌های لالیگا به مصاف کادیز رفت و توانست با نتیجه دو بر صفر به پیروزی دست پیدا کند.

الکای گوندوغان در این بازی عملکرد بسیار خوبی داشت و با پاس طالایی او بود که گل پدری گل نخست را به ثمر رساند.

ژاوی در ستایش از خرید جدید لیگ انگری‌ها گفت: یاله گوندوغان تاثیر گذار ظاهر شد و به همین خاطر با او قرارداد امضا کردیم چرا که او بازیکنی متفاوت از دیگران است.

سرمربی بارسا درباره عملکرد تیمش در این بازی گفت: این پیروزی به راحتی به دست نیامد و شرایط برای ما سخت شد در برابری های ابتدای فصل خوب ظاهر نشدیم و آن گونه که انتظار داشتیم نبودیم، ما در این بازی کنترل توپ و میدان را در اختیار داشتیم و از دهه‌ها فرصت‌های زمین فشار آوردیم و حمله کردیم با این حال فعالیت لازم برای باز کردن دروازه حریف را نداشتیم.

او درباره انتخاب دی یانگ به عنوان بهترین بازیکن زمین بود چون آن که دوقلب خط دفاعی به میدان رفت گفت: می دانستیم که کادیز با سیستم ۴-۴-۲ بازی خواهد کرد و به همین خاطر به چنین تغییری نیاز داشتیم. دی یانگ یکی از بازیکنانی است که در کارهای دفاعی بسیار خوب است و در این بازی تواناییِ خوب را نشان داد.

ژاوی در پایان درباره گازنی فرانز توس گفت: او نیمکت‌نشین بود و بعد از ورودیه میدان ارزش‌های خود را نشان داد، همه بازیکنان برای ما مهم هستند آن‌ها باید در لحظه لازم به کمک بیایند، شاید ما همه این کاری که امکاب توس کرد.

بارسلونا در حالی توانست در بازی دوم خود با دو گل به پیروزی دست پیدا کند که در دیدار هفته اولین دیدنوس گل مقابل خافاه متوقف شده بود.

دو خرید بزرگ برابر النصر به توصیه رونالدو

باشگاه النصر عربستان بعد از دیدار برابر الاتحادی از دو خرید بزرگ خود که به توصیه رونالدو وجذب شدند رونمایی خواهد کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از کوره، النصر فصل جدید رقابت‌های لیگ عربستان را تقبید کرده آغاز کرده و در هر دو بازی خود شکست خورده است.

کریستیانو رونالدو از وضعیت تیم راضی نیست و به همین خاطر با رئیس باشگاه خواست مالک آن از پایان فصل نقل و انتقالات تابستانی با دو بازیکن جدیدی پر کرا رداد امضا کند.

اریک لاپورت از مجستر سیتی و اوماپیر ولد میلر، بن از یورو دو بازیکن هستند که رونالدو آن‌ها را به سران باشگاه النصر معرفی کرد و در نهایت هر دو بازیکن هم جذب شدند.

النصر برای جذب اوماپیر و لد مبلغ ۲ ارباند از این بازیکن را که ۶۰ میلیون یورو است پرداخت خواهد کرد این درحالی است که لاپورت را با ۳۲ میلیون یورو جذب کرده است.

قرار است که بعد از دیدار حساس النصر برابر الاهلی از این دو خرید بزرگ و گران قیمت النصر رونمایی شود.

النصر که کریستیانو رونالدو در زمستان سال قبل جذب کرد در تابستان سال جاری هم با سادیو مانه، بر روبرتو، فوفانا والکس ملس قرارداد امضا کرد و با امدن اوماپیر و لاپورت به یک تیم پرستاره در حد لیگ قهرمانان اروپا تبدیل خواهد شد.

بازیکن بسیار با استعداد بارسلونا از نگاه دی یانگ

مقابل هلندی بارسلونا پیروزی برابر کادیز را بسیار مهم دانست. او به ستایش از ستاره چوان پیش پرداخت

به گزارش پیام آشنا به نقل از آس، بارسلونا به انجام نخستین پیروزی خود را در فصل جدید رقابت‌های لالیگا به دست آورد.

مدافع عبور قهرمانی که در هفته نخست برابر ختافه با سادی بدون گل متوقف شده بود در هفته دوم کادیز را با دو گل شکست داد.

دی یانگ که به عنوان بهترین بازی زمین انتخاب شد، بعد از بازی گفت: یک بار دیگر، قدرت شدیم اما خوشبختانه این بار به پیروزی دست پیدا کردیم. این پیروزی باعث می‌شود تا از نظر روحی در شرایط خوبی قرار بگیریم و اعتماد به نفس لازم را کسب کنیم می‌توانیم بهتر از این ظاهر شویم. او درباره این سوال که چرا بارسلونا برای گل زدن مشکل دارد، گفت: نمی‌دانم شاید بد شانس باشیم و شاید هم نیاز به بهترین شدن داریم اگر به موقعیت سازی خود روی دروازه دریفال لامه مهیم نوت گل‌های بیشتری، ماهم قرارداد خواهد رسید.

دی یانگ درباره لامین یامال که با ۱۶ سال سن در ترکیب اصلی بارسلونا به میدان رفت، گفت: او بازیکنی بسیار باستعداد است. یامال سن و سالی ندارد و باید پیشرفت کند او سال‌های طولانی در پیش دارد و می‌تواند موفلیی های خود را به نمایش گذارد.

این هافبک هلندی در پایان گفت: همه بازی‌ها مهم هستند. دیدار بارسلونا باید در ده بازی به پیروزی دست پیدا کنید برای پیروزشدن باید خیلی زود گل زد. وقتی تیم با دقیقه ۷۰ گل نمی‌زند این باعث می‌شود ما با بازیکنان فشار زیادی را محمل کند بسیار خوشحالیم که در این بازی به پیروزی دست پیدا کردیم و امید وارم که این روند ادامه داشته باشد.

بارسلونا با پیروزی که در این بازی به دست آورد ۴ امتیازی شد و در رده چهارم قرار گرفت.

آیمریک لاپورت به النصر پیوست

النصر سرلجام برای تقویت خط دفاعی خود با مدافع اسپانیایی مجستر سیتی قرارداد امضا کرد

به گزارش پیام آشنا، النصر فصل جدید رقابت‌های لیگ عربستان را تقبید کرده آغاز کرده و در هر دو بازی خود شکست خورده است.

النصر که خط حمله بسیار خوبی دارد یک مدافع سرشلی قرارداد امضا کرد.

فابریزیو رومانو خبرنگار سرشلی ایتالیایی اعلام کرد که آیمریک لاپورت، مدافع اسپانیایی مجستر سیتی با النصر به توافق نهایی دست پیدا کرد و راهی این تیم خواهد شد.

رومانو تصویری از لاپورت را پیرامون النصر رامنشر و اعلام کرد که او رسما راهی النصر شده است.

لاپورت از سال ۲۰۱۸ در مجستر سیتی بازی می کند و فصل قبل با این تیم سه گانه را کسب کرد الیته در سیتی بازی‌ها نیمکت نشین بود و همین دلیل جدایی او شد.

النصر در تابستان با برو روبرتو فوفانا و سادیو مانه هم قرارداد امضا کرد و این در حالی است که کریستیانو رونالدو راهم در اختیار دارد.

تیم ملی کشتی فرنگی جوانان ایران قهرمان جهان شد

تیم ملی کشتی فرنگی جوانان کشورمان با کسب ۲ مدال طلا، ۲ مدال نقره و ۱ مدال برنز با اقتدار به عنوان قهرمانی جهانی در کشور اردن دست یافت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فدراسیون کشتی، رقابت‌های کشتی فرنگی جوانان قهرمانی جهان روزهای ۲۷ لغایت ۲۹ مردادماه در شهر امان اردن برگزار شد و در پایان تیم ایران توسط احمدرضا محسن نژاد در وزن ۶۲ کیلوگرم، علیرضا عسولی در وزن ۷۷ کیلوگرم و فردین هدایتی در وزن ۱۲۰ کیلوگرم به مدال طلا، یلیس بزدی در وزن ۸۲ کیلوگرم و ابوالفضل چوبانی در وزن ۸۷ کیلوگرم به مدال نقره و امیررضا ده بزرگی در وزن ۶۰ کیلوگرم به مدال برنز دست یافت.

در رده بندی تیمی ایران با ۱۶۲ امتیاز قهرمان شد و تیم‌های گرجستان با ۹۴ و ارمنستان با ۸۸ امتیاز در جایگاه‌های دوم و سوم ایستادند.

بالقهرمانی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان کشورمان رکورد تاریخی برای کشتی کشورتثبت شد و چهار تیم کشتی آزاد، نوجوانان، کشتی فرنگی نوجوانان، کشتی آزاد جوانان و کشتی فرنگی جوانان در رقابت‌های جهانی به عنوان قهرمانی دست یافتند.

همچنین این تیم‌ها در رقابت‌های قهرمانی آسیا نیز عنوان قهرمانی را از آن خود کردند و کشتی کشور در مدت زمان ۲ ماه شاهد ۸ قهرمانی در رده‌های سنی نوجوانان و جوانان بود.

نتایج نمایندگان کشورمان به شرح زیر است:

در وزن ۵۵ کیلوگرم علی احمدی وفا در دور اول با نتیجه ۸ بر صفر لوکاس یزنیک از آلمان را شکست داد. وی در دور دوم با نتیجه ۷ بر ۵ از سد دنیس فلورین مهیای دارنده مدال برنز رزسالان روماني گذشت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله مقابل ویتالی اریومنکو از مولداوی با نتیجه ۵ بر ۱ به پیروزی رسید و به مرحله تیمه نهایی راه یافت. محسن نژاد در این مرحله با نتیجه ۵ بر ۱ از سد کومی سلوفا از ژاپن گذشت و به دیدار فینال راه یافت. وی در این دیدار با نتیجه ۹ بر صفر ژوشوه میرزاخانف از قزاقستان را از پیش رو برداشت و به مدال طلا دست یافت.

در وزن ۶۷ کیلوگرم اهورا بوبری در دور اول با نتیجه ۱۰ بر ۲ زولت تاکلی از مجارستان را شکست داد. وی در دور دوم با نتیجه ۶ بر ۵ لیلی یاتماروف از روسیه را شکست داد و راهی یک چهارم نهایی شد. بوبری در این مرحله با نتیجه ۸ به صفر بر والیوسکی از بلاروس غلبه کرد و راهی زیمه نهایی شد. وی در این مرحله با نتیجه ۹ بر ۴ غلبه مصطفی حسین الاداسی از مصر شد و به دیدار رده بندی رفت. وی در این دیدار با نتیجه ۲ بر صفر ۲ مغلوب آزاد سارمار از ترکیه شد و در جایگاه پنجم ایستاد.

در وزن ۷۲ کیلوگرم سیدمحمد مهدی میری در دور اول با نتیجه ۹ بر صفر عرفان میرزوییف از اوکراین را شکست داد. وی در دور دوم با نتیجه ۱ بر ۱ در مقابل رسلان نورالله یف از آذربایجان به پیروزی رسید و به یک چهارم نهایی رسید. میری در این مرحله با نتیجه ۱۰ بر ۱ به ایمران علیف از روسیه باخت و با توجه به راه یابی این کشتی گیر روس به دیدار فینال، میری به گروه بازنده‌ها رفت. وی در این گروه با نتیجه ۵ بر ۲ آنکیت گولیا از هند راز پیش رو برداشت و به دیدار رده بندی راه یافت. میری در این دیدار با نتیجه ۵ بر ۱ مقابل آدری پوتکار بیزه از گرجستان مغلوب و چنجم شد.

در وزن ۷۷ کیلوگرم علیرضا عسولی پس از استراحت در دور نخست، در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر دیپاک پوتیا از هند راز پیش رو برداشت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۸ بر صفر مقابل ابراهیم ابایف از قزاقستان راز پیش رو برداشت و به مدال طلا دست یافت.

در وزن ۷۴ کیلوگرم اهورا بوبری در دور اول با نتیجه ۱۰ بر ۲ زولت تاکلی از مجارستان را شکست داد. وی در دور دوم با نتیجه ۶ بر ۵ لیلی یاتماروف از روسیه را شکست داد و راهی یک چهارم نهایی شد. بوبری در این مرحله با نتیجه ۸ به صفر بر والیوسکی از بلاروس غلبه کرد و راهی زیمه نهایی شد. وی در این مرحله با نتیجه ۹ بر ۴ غلبه مصطفی حسین الاداسی از مصر شد و به دیدار رده بندی رفت. وی در این دیدار با نتیجه ۲ بر صفر ۲ مغلوب آزاد سارمار از ترکیه شد و در جایگاه پنجم ایستاد.

در وزن ۷۲ کیلوگرم سیدمحمد مهدی میری در دور اول با نتیجه ۹ بر صفر عرفان میرزوییف از اوکراین را شکست داد. وی در دور دوم با نتیجه ۱ بر ۱ در مقابل رسلان نورالله یف از آذربایجان به پیروزی رسید و به یک چهارم نهایی رسید. میری در این مرحله با نتیجه ۱۰ بر ۱ به ایمران علیف از روسیه باخت و با توجه به راه یابی این کشتی گیر روس به دیدار فینال، میری به گروه بازنده‌ها رفت. وی در این گروه با نتیجه ۵ بر ۲ آنکیت گولیا از هند راز پیش رو برداشت و به دیدار رده بندی راه یافت. میری در این دیدار با نتیجه ۵ بر ۱ مقابل آدری پوتکار بیزه از گرجستان مغلوب و پنجم شد.

در وزن ۷۷ کیلوگرم علیرضا عسولی پس از استراحت در دور نخست، در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر دیپاک پوتیا از هند راز پیش رو برداشت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۸ بر صفر مقابل ابراهیم ابایف از قزاقستان راز پیش رو برداشت و به مدال طلا دست یافت.

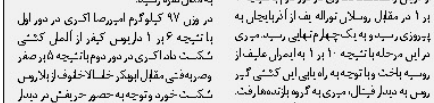
در وزن ۸۲ کیلوگرم یلیس بزدی در دور نخست با نتیجه ۱۰ بر ۵ ایمام علی اف از روسیه شکست داد. بزدی در دور بعد با نتیجه ۱۱ بر ۸ اسلام بولوف از قزاقستان شکست داد و به مرحله یک چهارم نهایی رسید. وی در این مرحله کاکه گایا از ژاپن را با نتیجه ۹ بر ۱ شکست داد و به تیمه نهایی راه پیدا کرد. بزدی در این مرحله مقابل روبن گیلر از ارمنستان با نتیجه ۴ بر صفر پیروز شد و به دیدار فینال راه یافت. وی در این دیدار با نتیجه ۹ بر ۱ مقابل الوپن برور از ترکیه شکست خورد و صاحب مدال نقره شد.

در وزن ۸۷ کیلوگرم ابوالفضل چوبانی پس از استراحت در دور اول، در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر لوبادو ایولوف از بلغارستان را مغلوب کرد و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۱۰ بر ۱ مقابل وات وولکر از آمریکا پیروز شد و به مرحله نیمه نهایی راه یافت. چوبانی در این دیدار با نتیجه ۱۰ بر ۱ ویگن نازاریان قهرمان اول گذشته از ارمنستان راز پیش رو برداشت و به دیدار فینال راه یافت. وی در این دیدار با نتیجه ۴ بر ۱ مغلوب آچیکو وابلکوباتو از گرجستان شد و به مدال نقره رسید.

در وزن ۹۷ کیلوگرم امیررضا اکبری در دور اول با نتیجه ۶ بر ۱ داریوس کیفر از آلمان کشتی شکست داد اکبری در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر وصریه فتی مقابل ابوبکر خلاف اخلوف از بلاروس شکست خورد و توجه به حصور حریفش در دیدار فینال، به گروه بازنده‌ها رفت. وی در این گروه با نتیجه ۱۲ بر ۲ مغلوب ماگومد مختارف از روسیه شد و از دور رقابت‌ها کنار رفت.

در وزن ۱۲۰ کیلوگرم فردین هدایتی پس از استراحت در دور نخست، در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر مقابل آرامایس هلوتوپیان از ارمنستان به برتری دست یافت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۸ بر صفر مقابل ابوبکر خلاف اخلوف از بلاروس شکست خورد و توجه به حصور حریفش در دیدار فینال، به گروه بازنده‌ها رفت. وی در این گروه با نتیجه ۱۲ بر ۲ مغلوب ماگومد مختارف از روسیه شد و از دور رقابت‌ها کنار رفت.

در وزن ۱۲۰ کیلوگرم فردین هدایتی پس از استراحت در دور نخست، در دور دوم با نتیجه ۸ بر صفر مقابل آرامایس هلوتوپیان از ارمنستان به برتری دست یافت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۸ بر صفر مقابل ابوبکر خلاف اخلوف از بلاروس شکست خورد و توجه به حصور حریفش در دیدار فینال، به گروه بازنده‌ها رفت. وی در این گروه با نتیجه ۱۲ بر ۲ مغلوب ماگومد مختارف از روسیه شد و از دور رقابت‌ها کنار رفت.



نایب قهرمانی در ساندا!
جوانان ووشو ایران سوم آسیا شدند

کارول ووشو ایران در حالی که نسبت به رقبای اصلی خود با ۱۲ ورزشکار کمتر در رقابت‌های قهرمانی آسیا شرکت کرده بود، در بخش ساندا به عنوان نایب قهرمانی و در مجموع به عنوان سومی دست یافت.

به گزارش پیام آشنا، یازدهمین دوره مسابقات ووشو جوانان و رده‌های سنی قهرمانی آسیا که از صبح روز پنجشنبه ۶۴ مرداد ماه در ماکائو آغاز شده بود، با شناخت تیم‌های برتر به اتمام رسید.

کارول کشورمان در حالی ووشو به کسب ۸ طلا، ۳ نقره و ۲ برنز در این رویداد آسیایی شد که با ۱۲ ورزشکار کمتر از سایر رقبا خود همچون چین، ماکائو اندونزی، هنگ کنگ و ژاپن، گام به این پیکارها گذاشته بود. باتوجه به نتایج کسب شده، کارول ووشو کشورمان در بخش ساندا به عنوان نایب قهرمانی آسیا دست یافت و در مجموع نیز به عنوان سومی این دوره از مسابقات رسید.

در این رقابت‌ها که بیش از ۳۰۰ ورزشکار از ۲۳ کشور حضور داشتند، در بخش ساندا چین با ۸ طلا، ۲ نقره و یک برنز اول شد. ایران با ۵ طلا، یک نقره و ۲ برنز در رده دوم ایستاد و قزاقستان با ۲ طلا، ۲ نقره و ۴ برنز به مقام سومی رسید.

در مجموع نیز چین با ۱۶ طلا، ۳ نقره و یک برنز به مصاف حریفان رفت. ماکائو با ۱۳ مدال طلا، ۱۲ نقره و ۹ برنز وام شد و ایران با ۸ طلا، ۳ نقره و ۲ برنز در رتبه سوم ایستاد. در تیم ایران، ثنا پناهی در بخش تالو (اجرای فرم) موفق به کسب یک مدال طلا و یک نقره شد. تاعملا کرد خوبی را از خود به جای گذارد.

تیم جوانان کشورمان سال گذشته در مسابقات جهانی اندونزی و در حالی که با ترکیب کامل به مصاف حریفان رفت، برای نخستین بار در مجموع دو بخش ساندا و تالو به عنوان نخست دنیا رسیده بود. اساسی مدال آوران ایران در مسابقات آسیایی ماکائو

ماکائو

طلا: سیمانی میری، رضا خورشیدی، مانی خلفه‌کی، ثنا پناهی (فرم نس گوش)، زهرا پیشکی، امیرحسام محمدی، میلاد رحیمی و نرگس شهزی

نقره: ملفان احمدپور، ثنا پناهی (فرم نان چوان) و ساسان صفایی

برنز: رویان فتاحی و ستایش برانی

سیدبندی لیگ قهرمانان آسیا انجام شد؛ احتمال تقابل رونالدو با ایرانی‌ها

بایت کنفدراسیون فوتبال آسیا، سیدبندی مرحله گروهی لیگ قهرمانان را مشخص کرد

به گزارش پیام آشنا، کنفدراسیون فوتبال آسیا سیدبندی مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا ۲۰۲۲-۲۰۲۳ را انجام داد که در آن پرسپولیس در سید یک منطقه غرب قرار گرفت و سپاهان و تراکتورسازی تبریز در سید دو قرار گرفتند. تراکتورسازی تبریز صورت صعود از پای اف‌سی در سید چهار قرار خواهد گرفت.

سیدبندی لیگ قهرمانان آسیا در منطقه غرب به شرح زیر است:

سید ۱: الاتحاد (عربستان)، پرسپولیس (ایران)، السد (قطر)، پاختاکور (ازبکستان)، الهلال (عربستان)

سید ۲: سپاهان (ایران)، السحیل (قطر)، اف سی تسف فارشی (ازبکستان)، الفیحا (عربستان)، تراکتورسازی (ایران)

سید ۳: الفیصلی (عربستان)، استقلال (تاجیکستان)، تیروی هوایی (عراق)، یمنی سبئی (هند) و اخال (ترکمنستان)

سید ۴: العین (امارات)، (برنده بازی پلی آف التصر عربستان سعودی با شاب الاهلی (امارات)، (برنده پلی آف تراکتور ایران) شارجه امارات)، (برنده العربی (قطر) / اجمک (ازبکستان)(برنده پلی آف الوکرخطر/ابوبهار (ازبکستان)

سیدبندی منطقه شرقی آسیا تبریز به شرح زیر است:

سید ۱: اولسان هیوندای اف سی (کره جنوبی)، یوکوهاما اف مارینوس (ژاپن)، ووهان تری تاونز اف‌سی (چین)، بوریرام یونایتد (تایلند)، جئونبوک هیوندای موتورز اف سی (کره جنوبی)

سید ۲: ونتفورت کوفو (ژاپن)، شانتونگ تایشان اف سی (چین)، بانگوک یونایتد (تایلند)، پوهانگ استیلرز (کره جنوبی)، کالوآتی فروتبال (ژاپن)

سید ۳: هاتوی اف سی (ویتنام)، کایا FC-Iloilo (فیلیپین)، جوهور دارالتعظیم (مالزی)، ملبورن سیتی اف سی (استرالیا)، لیون سیتی (سنگاپور)

سید ۴: کیچی SC (هنگ کنگ)، اینچئون یونایتد اف سی (کره جنوبی) / مایفوتگ اف سی (ویتنام)، اورایو رد دایموندز (ژاپن) / لی می (هنگ کنگ)، ژجیانگ اف سی (چین) / پورت اف سی (تایلند)، پورت شانگهای (چین)/ یی جی پاتوم یونایتد (تایلند)

رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا در فصل جدید به شیوه‌ای متفاوت برگزار خواهد شد و تیم‌های حاضر در این دوره از پیکارها در ۱۰ گروه چهار تیمی به مصاف هم خواهند رفت.

در دو گروهی احتمال برخورد ۲ تیم از یک کشور صفر است. پرسپولیس در سید یک با غول‌های عربستانی کنار یکدیگر قرار گرفته‌اند اما قرار گرفتن الاتحاد و الهلال عربستان در سید یک احتمال برخورد آن‌ها با تیم‌های تاجیکی و سپاهان اصفهان را افزایش داده است.

همچنین در صورت صعود النصر عربستان به مرحله گروهی، احتمال برخورد این تیم با یکی از نمایندگان ایران زیاد خواهد بود.

قرعه کشی مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا روز ۲۴ آگوست (۲ شهریورماه) انجام خواهد شد.

تاج و اینفانتینو در استرالیا دیدار کردند
مذاکره برای حضور بانوان در ورزشگاه‌های داخلی

رئیس فدراسیون فوتبال ایران که برای تعملای دیدار فینال جام جهانی زنان به استرالیا سفر کرده است، با رئیس فیفا دیدار و گفت و گو کرد.

به گزارش پیام آشنا، در حالی که ورود بقول به ورزشگاه های محل برگزاری دیدارهای لیگ برتر در دو هفته اخیر با مشکلاتی در برخی ورزشگاه ها مواجه بوده، مهدی تاج سفر به استرالیا دیدار فینال جام جهانی زنان را از نزدیک تعملا خواهد کرد.

رئیس فدراسیون فوتبال ایران در حاشیه این سفر با رئیس فدراسیون بین المللی فوتبال و رئیس فدراسیون فوتبال عربستان دیدار و گفت و گو کرد. مهدی تاج در دیدار با ایناتیئو پیراموس شرایط حضور بانوان در ورزشگاه‌های داخلی بحث و تبادل نظر کرد. ورود بیستم و بیستویی داوری یکی دیگر از محورهای گفت و گوی رئیس فدراسیون ایران با مارتین فیفا بود.

تهران میزبان اولین اجلاس بین‌المللی ورزش همگانی

نخستین اجلاس بین المللی ورزش همگانی با حضور مدرسیی از چند کشور جهان مهرماه سال جاری به میزبانی ایران، برگزار خواهد شد

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی فدراسیون ورزش های همگانی این کمیته ارسی با حضور مدرسین بین المللی ومدرسین برگزیده دانشگاه های کشور، ۱۳ و ۱۴ مهر سال جاری با محور کی بر محورهای عمده مدیریت جهانی ومالی ورزش همگانی ورزش شهروندی و شهر فعال، پدیده جهانی کم بحرکی زنان، ورزش نوری کار و جامعه فعال، برگزار خواهد شد. لین رومانیی از بوست رسمی اولین اجلاس بین المللی ورزش همگانی با حضور علی خلیلی رئیس فدراسیون، حمید کریمی سرپرست نائب رئیس، ایمان متقیان زاده، سرپرست دبیری، زهرا مشهدی سرپرست نائب رئیس بانوان، کیوان ملانوری عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد، یدا یردیار قدری سرپرست انجمن زنان و خانواده، نفیده جباری سرپرست آموزش فدراسیون و حمید امیر سمساری سرپرست کمیته گرافیک و بولید محتوای فدراسیون برگزار شد.

نکته

کدام ورزش برای جوانی پوست مناسب است؟

ورزش فولاد زیادی مانند مدیریت وزن، تقویت سیستم ایمنی بدن و بهبود سلامت روان دارد با این حال، یک باور رایج نیز وجود دارد که می‌گوید: ورزش ممکن است شرایط پوستی مانند آکنه یا روزاسه (آکنه بزرگسالی) را تشدید کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث، مطمئناً اگر هنگام ورزش لایه زیادی داشته باشید، به احتمال زیاد لغزش پوست خود را مشاهده کردید به طور کلی، طبق گفته موسسه مرکز پوستی ایالات متحده، ورزش می‌تواند برای پوست شما مفید باشد زیرا جریان خون را بهبود می‌بخشد و به بدن کمک می‌کند مواد زائد را حذف کند. با این، از لحاظ کلی به ورزش به کاهش استرس نیز کمک می‌کند، کمتر احتمال دارد که شرایط پوستی مرتبط با استرس مثل آکنه یا اگزما را تشدید کند

ورزش و جوانی پوست

بر اساس گزارش منتشر شده در سایت گروه سلامتی روانه، میتوکندری در سلول‌های پوست شما لنفوزیت، ری فسفات (ATP) تولید می‌کند که پوست را رسیع کرده و لن را جوان نه نظر می‌رساند. با گفتن زمان، این میتوکندری‌ها همانند لنفوزیت، ری فسفات کمتری تولید می‌کند اما ورزش به تقویت لن کمک می‌کند. مقاله منتشر شده سال ۲۰۲۳ در نشریه بر استوکس‌های التهابی در گردش و هورمون‌های پوست تاثیر گذاشت و این اثر می‌تواند بر پیری موثر واقع شود. گروه ورزش هوازی سطح لیت لوکین ۱۵ را افزایش داد سیتوکینی که می‌تواند ساختار پوست را بهبود بخشد

گروهی که روی رسپونت مقاومتی تمرکز کردند، اینه میانی پوست خود، درم را ضخیم کرده بودند. درم معمولا با افزایش سن نازک‌تر می‌شود. و محققان، راین باور بودند که به رسپونت مقاومتی، پیگالیکان پوستی را افزایش می‌دهد که این مورد با افزایش سن و قرار گرفتن در معرض نور خورشید کلاهش می‌یابد. به رسپونت قدرتی همچنین ریبان زن مربط با ساختار پوست و التهاب پوست مربط با افزایش سن تاثیر گذاشت.

درم یکی از مهم‌ترین لایه‌های پوستی است و لایه زنده پوست محسوب می‌شود. درم واقع رشته‌های عصبی و رگ‌های خونی در این لایه وجود دارند و لیپیدرم هیچ رگ خونی و عصبی ندارد. درم مشکل از بافت همبندی است که در زیر لیپیدرم جای گرفته است.

کدام ورزش بر جوانی پوست تاثیر دارد؟

متخصصان می‌گویند که رسپونت با وزنه می‌تواند بر میتوکندری‌های کلاژن‌ساز تاثیر بگذارد اما ورزش هوازی این قابلیت را ندارد. مهم است به یاد داشته باشید که هر نوع ورزش می‌تواند فشار وفین بدن شما را برای بهبود پوستتان تقویت کند

بر اساس نتایج تحقیق سال ۲۰۱۵ - که در نشریه سلول پیری منتشر شده است، ورزشکاران پوستی جوان‌تر دارند. اگرچه اگر قابلی که پیش از چهار ساعت در هفته ورزش می‌کردند، بیرونی، ریبن لایه پوستشان نازک‌تر بود اما ورزشکاران مسن‌تر، نسبت به افرادی که ورزش نمی‌کردند، لایه‌های عمیق‌تر، نازک پوستی کمتری داشتند. لن همچنین از دست دادن کلاژن مربط با افزایش سن نداشت.

فلسفه‌ای وجود دارد مبنی بر اینکه دوندگان استقامتی ممکن است به دلیل چین شدن از حد، صورتشان بیشتر در معرض پیری پوست و انعکاس قرار بگیرند به گزارش سلامت لاین، نمیبر چهره دوندگان کمتر به ورزش وبیشتر مربط به قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید و چربی کم بدن است. ما با افزایش سن، کلاژن و خاصیت ارجاعی پوست را از دست می‌دهیم.

اخبار

جذب مربی خارجی شنا بعد از بازی‌های آسیایی

فدراسیون شنا شیرجه و واترپلو در رقبای تحقق لعقاف خود در تیم ملی شنا در نظر دارد به زودی با یک مربی ترکیه‌ای آغاز به همکاری کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، «جعفر اوسوی» گزیده مورنظر فدراسیون شنا شیرجه و واترپلو برای همکاری با تیم ملی شناست این مربی هفته گذشته به عنوان مدرس بین‌المللی فدراسیون ورزش‌های آبی به تهران سفر کرد و تدریس کلاسیک بین‌المللی به دیگری شنا را برعهده داشت. اوسوی یک مربی ترک نیاز است. فدراسیون ایران در نظر دارد در هر صورت با این مربی همکاری‌های گسترده‌ای داشته باشد. محسن رضوانی رئیس فدراسیون شنا، شیرجه و واترپلو گفت: «جعفر اوسوی» پیشینه خوبی در شنا دارد او از شاگران مطرح ترکیه بوده و چند سالی هم در آنجا فعالیت داشته است. این مربی به زبان روز شیناهمکاری است. وی تصریح کرد: این مربی گزینه مطلوبی برای همکاری است به خصوص اینکه ترکیه‌ای است و در ترکیه اقامت دارد و برای سفر به ایران رایزنی شده است. فدراسیون شنا، شیرجه و واترپلو تصریح کرد: همسر «جعفر اوسوی» ایرانی الاصل است. در وقع پدر و رگ همسر او ایرانی بوده است. بنابراین شاید خیلی نسبت به ایران بی‌اطلاع نباشد. رضوانی با تاکید، رابیکه فدراسیون شنا شیرجه و واترپلو همکاری با این مربی را در برنامه دارد، خاطر نشان کرد: بعد از بازی‌های آسیایی با او مذاکراتی خواهیم داشت تا در صورت توافق، بتوانیم از خصوص در کنار تیم ملی استفاده کیم در مورد اینکه با چه عنوان این همکاری را داشته باشیم فعلا برنامه مشخصی نداریم. مهم این است که بتوانیم از دانش و تجربه او بهره مند شویم

آدم برفی

قربونِ دَسِت، اون شیر آبُ ببند.