اخبار کوتاه

ادامه شگفتی سازی ژیمناست‌های ایران در جام جهانی

مهدی افتی» در دومین روز از جام جهانی ژیمناستیک هنری در قطر با قرار گرفتن در رده سوم راهی فینال شد.

به گزارش پیام آشنا مهدی افتی توانست در دور مقدماتی وسیله پرش خرک نمره ۱۴.۲۲۲ را به دست بیاورد و با قرار گرفتن در رده سوم این دور راهی فینال رقابت‌ها شود و موفقیتی تاریخی را به ثبت برساند.

در رده اول پرش خرک هیده نوبو، ژیمناست مطرح ژاپنی با نمره ۱۴.۶۳۳ در رده اول قرار گرفت و ژیمناست اوکراینی هم با نمره ۱۴.۶۱۶ جایگاه دوم را به خود اختصاص داد.

این ژیمناست شنبه هفته آینده در فینال پرش خرک جام جهانی قطر به میدان خواهد رفت.

افتی با ۲۰ سال سن یکی دیگر از پدیده‌های ژیمناستیک ایران است که با پیشرفتی مثال زدنی در سه چهار سال گذشته توانسته در سطح اول ژیمناستیک جهان بدرخشد.

پیش از این سعیدرضا کیخا و مهدی احمد کهنی هم راهی فینال این رقابت‌ها شده بودند.

نوشاد عالمیان دچار «بیش تمرینی» شده است

سرمربی تیم ملی تنیس روی میز با اشاره به عملکرد دور از انتظار نوشاد عالمیان در مسابقات انتخابی تیم ملی گفت: این بازیکن دچار بیش تمرینی شده است که به خاطر شرایطش در ماه‌های اخیر طبیعی است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، مسابقات انتخابی تیم ملی تنیس روی میز برای حضور در مسابقات قهرمانی آسیا(۱۰ تا ۲۱ شهریورماه -قطر) در حالی شامگاه چهارشنبه به پایان رسید که نوشاد عالمیان در پایان دور نهایی این رقابت ها موفق شد وارد ترکیب شود.

این بازیکن چهدست از دور نخست مسابقات انتخابی تیم ملی حضور داشت اما بعد از انصراف در حضور در یک دور (دور دوم) و ناکامی در دو دور مسابقات موفق شد از آخرین شانس خود استفاده کند تا در کنار امیرحسین هدایی، امین احمدیان، آشین نوروزی و برادرش نیما عالمیان (اتصالی) در ترکیب تیم اعزامی به قطر قرار بگیرد.

این در حالی است که نوشاد عالمیان که نفر نخست ایران در رنکینگ جهانی است و تجربه دو دوره حضور در المپیک را هم دارد شانس اول مسابقات انتخابی برای ورود دوباره به ترکیب تیم ملی بود اما در نهایت او با پشت سر گذاشتن حواشی بسیار و عملکرد دور از انتظار موفق به انجام این مهم نشد.

جمیل لطف الله نسبی سرمربی تیم ملی تنیس روی میز می گوید شرایط فعلی نوشاد عالمیان به خاطر تمرینات و مسابقات فشرده او طی هفته ها و ماه های گذشته بود که منجر به بروز نشانه های «بیش تمرینی» در او شده و کاملا هم طبیعی است.

مدال طلای مسابقات جام جهانی تیراندازی کروالسی به نماینده ایران رسید

نماینده ایران در جریان مسابقات جام جهانی تیراندازی در کروالسی در بخش تپانچه بادی موفق شد مدال طلا را کسب کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا در جریان رقابتهای جام جهانی کروالسی در ماده تپانچه بادی در بخش مردان، ۳ تیراندازِ کشورمان در برابر ۷۱ ورزشکار از سراسر جهان به رقابت پرداختند که در نهایت جواد فروغی با ۵۸۴ امتیاز به عنوان نفر دوم راهی فینال شد.

فینال تپانچه بادی آقایان در حالی پیگیری شد که جواد فروغی تیراندازِ المپیکی کشورمان توانست با پشت سر گذاشتن حریفان جهانی به عنوان قهرمانی دست یابد و مدال طلای این رقابتها را بر گردن بیاویزد. در این ماده پس از ایران نمایندگان کشورهای صربستان و هند در جایگاه های دوم و سوم قرار گرفتند.

مسابقات تیراندازی جام جهانی از ۱ تا ۱۲ تیرماه با حضور ۵۲۰ ورزشکار از ۴۷ کشور جهان در به میزبانی کروالسی در حال برگزاری است.

رامین رضاییان در تیم السیله ماندنی شد

نایب رئیس باشگاه السیله قطر اعلام کرد این باشگاه در فصل آینده به رامین رضاییان مدافع ایرانی نیاز دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، «محمد علی المری» نایب رئیس باشگاه السیله درباره آخرین وضعیت بازیکنان خارجی این تیم برای فصل بعد گفت کادر فنی مقرر کرد کارآمیوجی سنگالی فصل آینده در تیم بماند. همچنین توصیه‌هایی برای حفظ مهند علی عراقی و رامین رضاییان ایرانی برای فصل بعد صورت گرفت و سرمربی خواست که با آنها ادامه بدهیم.

وی افزود: در حال کار روی این پرونده و منتظر موافقت باشگاه‌هایشان هستیم همه چیز در مسیر درست پیش می‌رود.

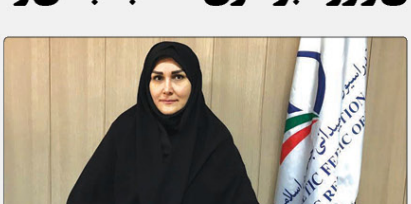
به گفته نایب رئیس السیله، این باشگاه به دنبال دو بازیکن خارجی دیگر در پست‌های مهاجم و هافبک وسط است. رامین رضاییان در نقل و انتقالات زمستانی فصل گذشته به صورت قرضی از تیم الدحیل به تیم السیله پیوست و در واقع بازیکن الدحیل محسوب می‌شود. السیله برای حفظ این مدافع ایرانی در حال رایزنی با باشگاه الدحیل است.

پیش از این خبرهایی از احتمال جدایی رضاییان از السیله در فصل بعد منتشر شده بود.

نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری:

راه‌اندازی کشتی و وزنه‌برداری مطالبه جدی زنان علاقمند بود

نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری با تأکید بر اینکه در حال حاضر ۲۰۰ مربی و داور در وزنه‌برداری که رشته‌های نوپا است فعالیت دارند، گفت: مطالبات زنان و دختران باعث شکل گیری و راه‌اندازی وزنه‌برداری و کشتی شد.



به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، «مریم منظمی» در میزگرد خبری که با حضور «یکتا جمالی» نخستین بانوی مدال‌آور در پیکارهای جهانی در تاریخ وزنه‌برداری ایران در دسته ۸۷ کیلوگرم در خبرگزاری ایرنا حضور یافتند.

وی در این نشست با تأکید بر اینکه وزنه‌برداری رشته‌ای نوپا و دارای پیشینه‌ای چهارساله در کشور است، افزود: در ابتدا به دلایلی تلاش کردیم این رشته برای دختران آرام و بدون رسانه‌ای شدن برگزار شود و بنا را بر تمرکز در کسب مدال و رسیدن به اهداف گذاشتیم، سپس با پیروزی‌هایی کسب‌شده در مسابقات جهانی و رسانه‌ای شدن آن، نگاهها به سمت وزنه‌برداری زنان تغییر پیدا کرد؛ تغییر دیدگاه‌ها و معرفی رشته وزنه‌برداری زنان حاصل زحمات تیم و همکاری تمامی بازیکنان و مربیان است. در این زمینه خانم طریقت و بهرامی زحمات زیادی کشیدند.

منظمی در بخشی دیگر از سخنان خود، درباره تجهیزات و کادر فنی رشته وزنه‌برداری توضیح داد: در حال حاضر نزدیک به ۲۰۰ داور و مربی زن در رشته وزنه‌برداری فعالیت دارند اما بایستی این حقیقت را بپذیریم که وزنه‌برداری زنان، نوپا است و مربیان هم تازه‌کار هستند. پس نخست باید الفبای این رشته را بیاموزند و بعد کارت مربی وزنه‌برداری بگیرند. به همین دلیل دختران وزنه‌بردار ما یک گام جلوتر از مربیان هستند چرا که همواره در حال تمرین هستند. به همین دلیل نیازمند مربی هستیم که خود وزنه‌بردار بوده و تجربه داشته باشد بعد بتواند به ورزشکار منتقل کند.

منظمی با تأکید بر اینکه وجود مشکل برای مربیان مختص رشته وزنه‌برداری نیست بلکه شامل سایر رشته‌ها هم می‌شود، خاطرنشان کرد: می‌طلبید که مربی خارجی داشته باشیم اما با توجه به بودجه و مساله احقاق حقوق مربیان خارجی که به مشکلی برای ورزش ایران تبدیل شده، عملا این کار امکان پذیر نیست مگر اینکه کمیته ملی المپیک درباره رشته‌های مورد نیاز ورود کند. برای رفع این دغدغه در رشته وزنه‌برداری از مربیان مرد که در این رشته خبره هستند به عنوان مشاور فنی تیم زنان بهره گرفته می‌شود و نمونه آن نیز حضور «اکبر خورشیدی» از مربیان با سابقه تیم ملی است که برای دختران وزنه‌بردار مانند یک پدر زحمت می‌کشد.

وی ادامه داد: در کنار سرمربی و مشاور فنی تیم از مربیان طرح ادواری در ادوها استفاده می‌کنیم که در حال حاضر در تمرین‌ها، مربیان طرح ادواری استان‌های خوزستان و لرستان به اردو دعوت شده‌اند که در کنار سرپرست نظارت تیم، به ارتقای دانش فنی خود می‌پردازند این نشان می‌دهد که با وجود کمبودها، آموزش مربیان و داوران در وزنه‌برداری زنان اهمیت زیادی دارد و هر دو هفته در جهت ارتقای فنی این رشته و میدان برگزار می‌شود.

مطالبات دختران برای راه‌اندازی وزنه‌برداری و کشتی

منظمی در بخشی دیگر از این میزگرد، درباره فلسفه راه‌اندازی رشته وزنه‌برداری و کشتی تأکید کرد: این راه‌اندازی به سبب مطالبه بخشی از زنان ایرانی بود؛ دختران و زنانی که در خانواده‌هایی که سایر اعضا کشتی‌گیر هستند بزرگ‌شده‌اند و تمایل و راغب به رفتن به سمت این رشته‌ها داشتند. بر همین اساس راهکارهای فنی در نظر گرفته شد تا رشته وزنه‌برداری زنان رنگ عینی و واقعی به خود بگیرد که خوشبختانه پس از مدال‌آوری جهانی زنان، شاهد استقبال دختران برای حضور در این رشته‌هستیم.

وی تصریح کرد: نگاه‌های مردانه و برخی سلبریتی‌ها هم باعث نشد که ورزشکاران زن از تلاش بایستند. نگاه مردانه همه‌جا وجود دارد مهم عملکرد خود دختران ایران در رقابت‌های بین‌المللی است. آنان نشان دادند که چقدر می‌توان از حق خود دفاع کرد و پس از اثبات توانایی، می‌شود نگاه مردانه را تغییر داد.

نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری تأکید کرد: فراموش نکنیم در روتق وزنه‌برداری زنان، این مردان بودند که به راه‌اندازی این رشته برای بانوان تلاش بسیار کردند. در فدراسیون یک تیم کامل به دنبال موفقیت زنان است و علی مرادی رئیس فدراسیون بیش از هر فردی به توسعه وزنه برداری زنان اعتقاد دارد.

سالن‌ها باید متعادل توزیع شود نه تک جنسیتی

منظمی درباره تجهیزات مورد نیاز رشته وزنه‌برداری زنان یادآور شد خوشبختانه حامیان مالی و بازوان توانمندی برای تکمیل تجهیزات وجود دارد، ضمن اینکه سال گذشته، با برنامه‌ریزی که فدراسیون انجام داد به تمامی استان‌ها تجهیزات وزنه‌برداری ارائه شد که دختران وزنه‌بردار از این تجهیزات نیز بهره‌مند شدند. البته این کافی نیست بلکه با توجه به استقبال پرشور در رشته‌های ورزشی زنان نیاز به حمایت تجهیزاتی بیشتر داریم.

وی تأکید کرد: فدراسیون در حدی می‌تواند قدم بردارد و توسعه رشته‌های ورزشی زنان عزم جدی سازمان‌ها و ترغیب بیشتر حامیان مالی را می‌طلبد. نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری بابیان اینکه همچنان در حوزه ورزش زنان نسبت به آقایان عقب‌ماندگی داریم، یادآور شد: اما معتقدیم جدا کردن سهم زنان با مردان اشتباه است و باید از ظرفیت‌های موجود برابر بهره ببریم. اینکه که در کنار سالن‌های دیگر مشترک با آقایان، سالن جداگانه زنانه داشته باشیم خوب است اما برای ما مهم است که از امکانات موجود زنان بتوانند بصورت متعادل استفاده کنند.

منظمی افزود: توزیع برابر باعث تحول در ورزش می‌شود و اگر فرصت‌های متعادل برقرار شود ورزش بانوان تحول پیدا می‌کند.

انتظارات از ورزشکاران دختر باید پله‌پله باشد

نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری با تأکید بر اینکه نباید خیلی زود در رشته وزنه‌برداری توقع مدال المپیک داشت، خاطرنشان کرد: فراموش نکنیم در حالی در این رشته نوپای موفقیت کسب کردهایم که با کشورهایی با سابقه ۲۵ سال فعالیت روبه‌رو هستیم پس باید انتظارات از بانوان ورزشکار پله‌پله باشد. ضمن اینکه راه را پیدا کرده‌ایم و در حال تربیت مربی در رشته‌های پایه‌هستیم.

پارالمپین دوومیدانی:

مدال پارالمپیک موجب ماندگاری ورزشکار می‌شود

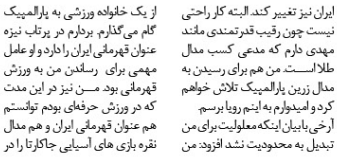
ملی‌پوش نابینای پرتاب وزنه گفت: رقابت برای رسیدن به مدال طلا این رشته بین ایرانیان است و در توکیو به دنبال کسب بهترین نتیجه هستم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، «محمد آرخی» ملی‌پوش پارادوومیدانی آخرین نفری بود که به لیست کاروان ایران اضافه شد. قرار بود بعد از رکوردگیری خردادماه بین این ورزشکار و «مهدی اولاد» یک نفر در لیست قرار گیرد اما رسیدن ارخی به رکورد مدال جهانی مسئولان کمیته ملی پارالمپیک را مجاب کرد تا نام این ورزشکار را در لیست اعزام به سرزمین آفتاب قرار دهند.

«مرمحمد آرخی» با بیان اینکه حضور در کاروان اعزامی ایران به پارالمپیک یک افتخار خاص است گفت: من تا آخرین روزهای خردادماه در لیست اعزام نبودم اما در رکوردگیری که به همراه آقای مهدی اولاد داشتم توانستم حد نصاب لازم برای اعزام را کسب کنم.

وی افزود: شاید برنامه این بود که از بین من و مهدی یک نفر به توکیو برود اما پیش از این تصمیم من هدفم را تعریف کرده بودم و تصمیم داشتم با یک رکورد جهانی به توکیو برسم. خدا را شکر موفق شدم و در نهایت به همراه آقای اولاد مسافر توکیو شدیم.

او ادامه داد: کسب سهمیه و اعزام هر چند مهم است اما آنچه باعث ماندگاری یک ورزشکار در پارالمپیک می‌شود کسب مدال و مفید بودن است. من باید برای کاروان ایران مفید باشم و نتیجه موثری کسب کنم. نتیجه‌ای که موجب شود تا جایگاه ایران تنیز تغییر کند. البته کار راحتی نیست چون رقیب قدرتمندی مانند مهدی دارم که مدعی کسب مدال طلا است. من هم برای رسیدن به مدال زرین پارالمپیک تلاش خواهم کرد و امیدوارم به اینم رویا برسم.



آرخی با بیان اینکه معلولیت برای من تبدیل به محدودیت نشد افزود: من از یک خانواده ورزشی به پارالمپیک گام می‌گذارم بردارم در پرتاب نیزه عنوان قهرمانی ایران را دارد و او عامل مهمی برای رساندن من به ورزش قهرمانی بود. من نیز در این مدت که در ورزش حرفه‌ای بودم توانستم هم عنوان قهرمانی ایران و هم مدال نقره بازی های آسیایی جاکارتا را در سال ۲۰۱۸ کسب کنم. ورزش راهی برای گریز از محدودیت‌ها است. یکی از مهمترین اهدافم کسب مدال پارالمپیک است.

وی با اشاره به برنامه های خود برای موفقیت در توکیو گفت: کمیته ملی‌پارالمپیک به همراه فدراسیون نابینایان اقدامات زیادی در دستور کار قرار داده تا ورزشکاران بهترین نتیجه ممکن را کسب کنند. اقداماتی که هم در بخش اقتصادی و هم در بخش ورزشی چشم‌گیر است. وزارت ورزش و کمیته نیز طرح واکسیناسیون را اجرایی کردند تا در نهایت دغدغه ورزشکاران به کمترین میزان ممکن برسد. به زودی اردوهای ما در بندر ترکمن شروع می شود و این اردوها به صورت متناوب تا اعزام به ژاپن ادامه دارد.

شوک دوپینگ به کاروان ورزش ایران

یک سهمیه المپیک ایران از دست رفت؟

یکی از ورزشکارانی که توانسته است مجوز حضور در سی و دومین دوره بازی‌های المپیک را کسب کند به دلیل مثبت شدن تست اول دوپینگ خود در آستانه از دست دادن المپیک ۲۰۲۰ توکیو قرار دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، سی و دومین دوره بازی‌های المپیک تابستانی از اول تا هفدهم مرداد ماه سال‌جاری به میزبانی توکیو ژاپن برگزار خواهد شد و کاروان ورزش ایران نیز با ۶۵ سهمیه‌ای که تاکنون کسب کرده است در این دوره از بازی‌ها شرکت خواهد کرد.

در فاصله کمتر از یک ماه تا شروع این رویداد بزرگ که با شرایط خاص و تحت تاثیر پاندمی کرونا برگزار می‌شود، مهر کسب اطلاع کرد نمونه اول تست دوپینگ یکی از ملی پوشان اعزامی به المپیک توکیو مثبت شده و به احتمال فراوان این ورزشکار حضور در المپیک را از دست خواهد داد. مسئولان فدراسیون مربوطه که نامه فدراسیون جهانی مبنی بر دوپینگ بودن این ورزشکار را دریافت کرده‌اند بلافاصله تلاش برای حل این مشکل را با انجام تست دوم آغاز کرده‌اند و در نامه‌ای به فدراسیون جهانی نسبت به این موضوع اعتراض کرده‌اند. البته این ورزشکار که یکی از با اخلاق‌ترین و بهترین ملی پوشان کاروان ورزش ایران است در شرایطی با این مشکل مواجه شده که اطلاعی از عوارض داروی مصرفی نداشته و به همین خاطر مسئولان تیم ملی و فدراسیون را هم در جریان این اقدام قرار نداده است. فدراسیون مربوطه بسیار امیدوار است بتواند در تعامل با فدراسیون جهانی این مشکل را حل و ثابت کند که این ورزشکار به هیچ عنوان قصد دوپینگ نداشته است. با این حال بعید است فدراسیون جهانی به راحتی با این موضوع کنار بیاید و ورزشکار ایران را تبرئه کند. کاروان ورزش ایران تاکنون ۶۵ سهمیه برای حضور در بازی‌های المپیک توکیو کسب کرده است که در صورت نهایی شدن تست مثبت این ورزشکار، تعداد سهمیه‌های ایران به ۶۴ ورزشکار کاهش پیدا خواهد کرد.

از امروز آغاز می‌شود

ویژه برنامه‌های فرهنگی، هنری و ورزشی به مناسبت «هفته المپیک»

ویژه برنامه‌های پیش‌بینی شده برای هفته المپیک از روز شنبه با محوریت فرهنگی، هنری و ورزشی در اراضی عباس آباد آغاز می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، کمیته ملی المپیک برنامه‌های هفته المپیک را برگزار می‌کند رویدادهای این هفته در ایران از امروز (شنبه پنجم تیرماه) آغاز می‌شود و تا دهم تیرماه ادامه خواهد داشت.

طبق هماهنگی‌های به عمل آمده میان نهادهای مورد نظر، ویژه‌های برنامه‌های این هفته شامل محورهای فرهنگی و هنری است که در بخش‌های مختلف برگزار می‌شود. علاوه بر این، نمایشگاه عکس، کارگاه‌های هنری، هفته فیلم و رونمایی از چند آهنگ حماسی و قهرمانی از جمله برنامه‌های پیش‌بینی شده برای هفته المپیک است.

همچنین در جریان این هفته مراسم آیینی و ورزش‌های پهلوانی شامل مناجات‌خوانی، پرده‌خوانی، چاوش‌خوانی، ورزش‌های بومی و محلی و ـ برگزار می‌شود.

اراضی عباس آباد تهران محل پیش‌بینی شده برای اجرای برنامه‌های هفته فرهنگی است؛ برگزاری کارگاه‌های عروسک‌سازی، تصویرگری و عصرانه کارتون پل طبیعت با حضور ۶۰ کارتونیست با موضوع المپیک و ورزشکاران همراه با پخش ۹ فیلم مرتبط، از دیگر برنامه‌هایی است که برای هفته المپیک در نظر گرفته شده است.

مراسم افتتاحیه هفته المپیک فردا (شنبه پنجم تیرماه) با حضور سیدرضا صالحی‌امیری رئیس کمیته ملی المپیک برگزار می‌شود. قرار است دهم تیرماه مراسم بدرقه کاروان المپیک برگزار شود.

نکته

بعد از سکته مغزی چه ورزش‌هایی باید انجام داد؟

پیاده روی، دوچرخه سواری، انجام حرکات موزون از فعالیت های بدنی مناسب برای کاهش خطر سکته مغزی است و شنا در آب گرم نیز یک ورزش بسیار مفید در بازگرداندن فعالیت حرکتی عضلات محسوب می شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا: تکنیک های ورزشی مختلفی برای بازگرداندن نیروی حرکتی افراد پس از سکته مغزی وجود دارد و این فعالیت ها باعث بهتر شدن حرکات عضلانی و افزایش جریان خون شده و تنش، انقباض عضلانی و سفتی عضلات که در اثر سکته مغزی ایجاد شده اند را تا حد زیادی بهبود می بخشد، بنابراین تداوم فعالیت با شدت متوسط برای پیشگیری از سکته مغزی بسیار بیشتر از شدت فعالیت اهمیت دارد.

پیاده روی، دوچرخه سواری، باغبانی، حرکات موزون و انجام کارهای مربوط به گل و گیاهان منزل از فعالیت‌های مناسبی برای کاهش خطر سکته مغزی است و شنا در آب قدم بردارد و توسعه رشته‌های ورزشی زنان عزم جدی سازمان‌ها و ترغیب بیشتر حامیان مالی را می‌طلبد. نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری بابیان اینکه همچنان در حوزه ورزش زنان نسبت به آقایان عقب‌ماندگی داریم، یادآور شد: اما معتقدیم جدا کردن سهم زنان با مردان اشتباه است و باید از ظرفیت‌های موجود برابر بهره ببریم. اینکه که در کنار سالن‌های دیگر مشترک با آقایان، سالن جداگانه زنانه داشته باشیم خوب است اما برای ما مهم است که از امکانات موجود زنان بتوانند بصورت متعادل استفاده کنند.

منظمی افزود: توزیع برابر باعث تحول در ورزش می‌شود و اگر فرصت‌های متعادل برقرار شود ورزش بانوان تحول پیدا می‌کند.

انتظارات از ورزشکاران دختر باید پله‌پله باشد

نایب رئیس زنان فدراسیون وزنه‌برداری با تأکید بر اینکه نباید خیلی زود در رشته وزنه‌برداری توقع مدال المپیک داشت، خاطرنشان کرد: فراموش نکنیم در حالی در این رشته نوپای موفقیت کسب کردهایم که با کشورهایی با سابقه ۲۵ سال فعالیت روبه‌رو هستیم پس باید انتظارات از بانوان ورزشکار پله‌پله باشد. ضمن اینکه راه را پیدا کرده‌ایم و در حال تربیت مربی در رشته‌های پایه‌هستیم.

نتایج تحقیق دانشگاه آلابامادربیرمنگام

براساس این مطلب که از سوی محسن داوودی و مریم السادات میری دو متخصص پزشکی ورزشی تهیه شده و از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته، آمده است: محققین دانشگاه آلابامادربیرمنگام (UAB) ارتباط بین ورزش و سکته را در نوزاد سفید و سیاه و بین زنان ومردان بررسی کردند و نتایج این تحقیق نشان داد ۲۷ هزار زن و مرد سیاه وسفید پوست ۴۵ سال و بالاتر دراین تحقیق شرکت کردند و این افراد قبلا هیچ وقت حادثه سکته را تجربه نکرده بودند.

شرکت کنندگان دراینداى تحقیق در سه گروه غیرفعال (هیچ‌ورزشی درطول هفته انجام نمی دهند)، نسبتا فعال (یک تا سه جلسه درهفته) و بسیار فعال (بیش از چهار جلسه در هفته) تقسیم بندی شدند و همه آن ها به مدت ۵.۷ سال مورد بررسی قرار گرفتند و نتایج نشان داد که ۳۳ درصد از شرکت کنندگان که فعالیت فیزیکی نداشتند با افزایش ۲۰ درصدی خطر سکته روبروی شدند.

افرادی که حداقل چهار جلسه درهفته به ورزش می پرداختند، بسیار کمتر سکته را تجربه کرده بودند و درمیان مردان تنها کسانی که چهار بار یا بیشتر درهفته به ورزش می پرداختند با کمترین خطر سکته روبرو بودند و درمیان زنان ارتباط بین سکته و تعداد دفعات ورزش چندان واضح نبود.

خبر

خطر ۸۰۰ هزار یورویی بیخ گوش پرسپولیس

دروازه‌بان کروات تیم فوتبال پرسپولیس که قصد جدایی از این تیم دارد، می‌گوید معاون اجرایی باشگاه به او و خانواده‌اش توهین کرده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، در یک ماه اخیر بحث جدایی بوژیدار رادوشوویچ، اصلی ترین بحث هواداران پرسپولیس بوده است. تلاش‌هایی برای بازگشت این بازیکن انجام شده اما با وجود شروع مجدد لیگ، هنوز خبری از حضور دروازه‌بان کروات نیست.

در همین حال ابراهیم شکوری سخنگوی باشگاه پرسپولیس در آخرین اظهارات خود درباره این بازیکن گفت: "او درخواست‌هایی داشت که باشگاه کاملا با درخواست‌های او موافقت کرده و به او گفتیم به ایران بیاید تا کلیه مطالباتی که دارد را دریافت کند و فکر می‌کنم دو یا سه بار نامه ارسال کردیم و منتظریم که بیاید و تیم را همراهی کند چون ما دو جام نزدیک داریم باشگاه کلیه درخواست‌های او را پذیرفته و هم مکتوب و هم شفاهی به او اعلام کرده است."

بوژیدار رادوشوویچ درباره اظهارات سخنگوی باشگاه پرسپولیس به ایسنا گفت: "ابراهیم شکوری آخرین شخصی است که باید در مورد من و پرونده من صحبت کند. همه این مسائل به خاطر او و بی احترامی‌هایش به من و خانواده‌ام ایجاد شده اما حالا صحبت می‌کند."

این اظهارات صریح بوژیدار رادوشوویچ که پنج سال از حضورش در پرسپولیس می‌گذرد، نشان می‌دهد، او که به بازیکنی بی‌حاشیه در پرسپولیس معروف بود و در طی این سال‌ها با مشکلات مالی باشگاه همراهی کرده و بی مشکل به کارش ادامه داده، حالا به خاطر آنچه که این بازیکن آن را بی احترامی‌های ابراهیم شکوری خوانده اقدام قانونی را در پیش گرفته و در میانه فصل نامه فسخ قرارداداش را به باشگاه داده است.

اگر رادوشوویچ رونوشت نامه فسخ قراردادش را برای فیفا ارسال کند، نه تنها پرسپولیس تا پایان فصل، دروازه‌بان دوم مطمئن در اختیار ندارد، بلکه باید تمام مبلغ قرارداد این دروازه‌بان در سه فصل آینده را نیز بپردازد و این یعنی یک پرونده ۸۰۰ هزار یورویی علیه پرسپولیس.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان البرز

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک کرج –ناحیه دو
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره۱۴۰۰۶۳۳۱۰۵۷۰۰۰۲۲۴ هیات اول ادوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کرج – ناحیه دوتصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی محمودی ملاامحمود فرزند زیداله به شماره شناسنامه ۸۲۷۹۰ صادره آذربریز در شش دانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۱۴۷/۲۸ مترمربع از پلاک ۱۴۲۳ فرعی از ۹ اصلی واقع درمامدشت کرج خریداری از مالک رسمی آقای نصرت اله مشهدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند،می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض ،دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۸۵۰/ف/۱۴۰۰
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۴/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۴/۲۰

مهران رشیدی
رئیس ثبت اسناد و املاک