

۲۰ سال زندگی مربی رزمی فرهنگ سرای غدیر با ورزش گره خورده است

بانوان روی سکوهای قهرمانی

معصومه فرماني کيا - در گذشته هايي که خیلی هم دور نیستند، هر وقت صحبت از قهرمانی و افتخار ورزشی بود، معمولاً سیمایی مردانه به ذهن می آمد. بالا رفتن از سکو قهرمانی، بیشتر به مردان تعلق داشت. خیلی ها برای ورود بانوان به ورزش های رزمی و قدرتی تابلوی ورود ممنوع نصب کرده بودند و کسی حتی فکر تجربه کردن این رشته ها را نمی کرد؛ چه اینکه بخواهد به عنوان یک رشته مورد علاقه، آن را دنبال و پیگیری کند. اما هنجار شکنی به مرور زمان اتفاق افتاد و همه چیز را تغییر داد. باورها و اعتقادات و اعتماد به نفس بانوانی که در رشته های ورزشی، حرفی برای گفتن داشتند و دارند، نشان داد قهرمانی تنها در سیطره مردان نیست. حضور آن هادر رقابت های ورزشی و کسب عناوین برتر این باور را شکسته که مردان قهرمان ترند. حالا بانوان هر دیف با قهرمانی های مردانه افتخار می آفرینند. فرقی نمی کند چه رشته ای و کجا. آن ها ثابت کرده اند که می توانند ورزشکار باشند و مهم تر از آن، قهرمان. قهرمان باز هر شارعی در فرهنگ سرای غدیر هماهنگ می شود. ورزشکار و مربی رشته تکواندو که حالا بیشتر در آموزش رشته های رزمی فعال است و قهرمان های جوان زیادی را به جامعه ورزشی تحویل داده است. او در فرصتی که تا شروع کلاس دارد، وقتی برای گپ و گفت می گذارد و می گوید: چند روز در هفته به عنوان مربی مشغول است. متولد ۱۳۶۰ است. کاردانی مدیریت بازرگانی دارد. زندگی متاهلی و همسر و فرزند هم نتوانسته است از علاقه اش در این مسیر کم کند.



وجود دارد، آماده کند. این رشته دنیای تعریف نشدنی و وسیعی دارد. می گوید: بعد از یک دوره رقابت های استانی تصمیم گرفتم مربی شوم. همیشه آرزو داشته ام بتوانم دینی را که بر گردن دارم به خوبی ادا کنم. دوست دارم بچه های محله ای را که در آن زندگی می کنم و می دانم استعداد زیادی هم دارند برای حضور در مسابقات و سر بلندی منطقه و شهرم آموزش دهم و به همین خاطر از سال ۸۵ مربیگری را انتخاب کردم. به خاطر همین موضوع بعد از ازدواج هم محله زندگی ام را تغییر ندادم و هر وقت یکی از بچه های محله رتبه ای را از آن خود می کند، شادی من چند برابر میشود.

شبیه یک آرام بخش قوی است

اعتقاد دارد که ورزش های رزمی روح و باطن آدم را قوی و محکم می کند. این را بارها تکرار می کند و می گوید: «به قوت می توانم بگویم در برابر مشکلاتی که همه ما در زندگی با آن ها دست به گریبان هستیم، شبیه یک آرام بخش نیرومند و قوی است. به همین خاطر همیشه برای حضور بچه ها در صحنه های ورزشی سماجت به خرج میدهم».

تحمل شرایط سخت با تکیه بر ورزش

می گوید: کمتر در زندگی استرس داشته ام؛ حتی در شرایط سختی که بعد از یک دوره نه ماهه بارداری فرزندم را از دست دادم، با تکیه بر همین ورزش بود که خیلی زود خودم را پیدا کردم. علاوه بر این در ورزش های رزمی، بدن سازی حرف اول را می زند. اگر بدن سازی را خوب انجام بدهی، در اجرای تکنیک ها موفق هستی.

مزه شیرین پیروزی در رقابت ها

تابه حال سفرهای تیمی زیادی رفته است. از همراهی تیم خردسال و نونهال گرفته تا نوجوان و جوان. شاید یکی از چیزهایی که مزه شیرینی به زندگی ورزشی اش داده، کسب رتبه های مختلف توسط تیم های تحت رهبری بوده است. مثل عنوان پنجمی که تیم خردسالان در سال گذشته به دست آورده است. شاید به زعم خیلی ها مقام چشمگیری نباشد؛ اما با وجود تیم های نیرومندی که از شهرهای مختلف حضور داشتند، عنوان خیلی خوبی بود. می خواهد از عنوان برتری که تیمش در المپیاد دانشجویی در سال ۹۰ به خود اختصاص داده اند هم یاد بشود و نیز مسابقات کشوری جوانان در سال گذشته.

ورزش فقط یاد گرفتن تکنیک نیست

می گوید: بر خلاف جو خشنی که اسم

دینی که به محله دارم

از سال ۸۵ که وارد حیطه مربیگری شده تا امروز قهرمانان زیادی تحویل جامعه ورزشی داده است. می گوید: اخلاق به اندازه ورزش برایش اهمیت دارد. او در حال حاضر مربی تکواندو در فرهنگ سرای غدیر و سالن ثامن است و بخشی از وقتش را هم در آموزش و پرورش می گذراند.

زهره شاری دارنده کمر بند دان ۵ خیلی اتفاقی وارد این رشته شده است. می گوید: «دنبال یک رشته ورزشی بودم که بخشی از وقتم را پر کند. این ماجرا به سال ۱۳۷۷ بر می گردد. نوجوان بودم و پرانرژی می خواستم در یکی از رشته های ورزشی ثبت نام کنم. با هر کسی در این باره مشورت می کردم؛ تا اینکه به پیشنهاد یکی از اقوام سراغ تکواندو رفتم و کم کم به این رشته علاقمند شدم و در آن ماندگار. تکنیک های خوبی که در این رشته وجود داشت، به همراه هیجان و نشاط بالا انگیزه و تلاش را در این حوزه بیشتر می کرد. از شانس می خواهم که داشتم بعدها همسر هم از ورزشکاران این رشته درآمد. همراهی با او در ادامه راه مصمم تر می کرد. اما چیزی که به مرور زمان به من لذت بیشتری می داد، تحرک و هیجانی بود که این رشته داشت.

بین صحبت هایش بارها اشاره می کند که ورزش به جنسیت نیست و به خصوص ورزش رزمی به دلیل تحرکی که دارد، جان میدهد برای خالی کردن انرژی و اصلاح هم ربطی به خانم یا آقا بودن ندارد. شاید برای خیلی ها رفتن بانوان و خانم ها سراغ این رشته عجیب و دور از ذهن باشد. اما به نظر من، زن با همه ظرافت هایی که دارد می تواند با تکنیک هایی که می آموزد، خود را در برابر خطرات احتمالی که در اجتماع

می کوشد دختران ورزش دوست را از آسیب های احتمالی که پیش روی این گروه سنی قرار دارد دور کند. برایش قابل افتخار است که برخی از شاگردان او حالا مربیگری را انتخاب کرده اند و قدم در راه او گذاشته اند