



۲

ویژه نامه هشتمین سالگرد انتشار شهرآرا ورزشی



پرونده ویژه

یکی از سرفصل های شهرآرا ورزشی در این هشت سال پرداخت ویژه به برخی موضوعات بوده که از درجه اهمیت زیادی برخوردار هستند. مقولاتی که در قالب پرونده گاه به صورت مناسبتی و گاه به طور سلسله مراتبی کار شده است. در این پرونده ها تلاش کردیم نگاه خاص و ویژه به موضوع مورد نظر داشته باشیم و با ضرب دادن به آن جایگاهش را در بین خانواده ورزش و نگاه مسئولان پررنگ کنیم. در این صفحه به پنهان هشتمین سال انتشار شهرآرا ورزشی ۸ مورد خاص را برای شاهد مثال آنچه انجام داده ایم، ارائه کرده ایم

شهرآرا ورزشی

روایت عاشقانه های شهدای ورزش کار عاشق ورزش و جبهه



کُر از علاقه مندان به ورزش به خصوص فوتبال بود و توانست با همت خود عضو باشگاه اویسمیل خراسان شود و بعدها در عرصه مربیگری هم وارد شد و جوانان زیادی را آموزش داد. ابراهیم محبوب در اول تیر سال ۱۳۳۲ دیده به جهان گشود. بدین کشور را از هنرستان کشاورزی گرفت و سال ۱۳۵۵ به استخدام شرکت گاز درآمد. ۲۰ سال بعد از دواج کرد که حاصل آن ۴ فرزند بود. زمانی که به عنوان رئیس اسرانی پالایشگاه شهید هاشمی نژاد مشغول خدمت بود، از شرکت گاز تقاضای اعزام به جبهه کرد، اما به دلیل نیاز به خدمات و توانمندی او، با درخواستش موافقت نشد. در هجدهم فروردین سال ۱۳۶۴ دوباره نمایان نوشت و در آن نامه ۳۰ گزیننه مطرح کرد. اول اینکه با مرخصی استحقاقی من موافقت شود. دوم اینکه با ۳ ماه مرخصی بدون حقوق موافقت شود و سوم اینکه به واحد دیگری انتقال یابم تا بتوانم به جبهه اعزام شوم. چنانچه با یکی از آن ها موافقت نمی شود، با استعفایم موافقت شود. سرانجام در چهارم دی سال ۱۳۶۵ در عملیات کربلای ۴ در جزیره بویارین به آرزوی خود که شهادت بود، رسید.

نام آوران خراسان شماره ۲۰۳۰ شماره ۲۰۳۰ شماره ۲۰۳۰

درباره جواد صابر میافاننده، پیشکسوت کشتی خراسان رضوی مربیگری روی تشک بازی



خدمت ورزش نوین در خراسان به اواخر قرن ۱۳ خورشیدی برمی گردد. در حدود ۱۲۰۰ سالگی که از اولین نشانه های بروز ورزش های نوین در مشهد می گذرد، صدها ورزشکار در رشته های مختلف افتخار آفرینی کرده اند. نام های که برخی از آن ها نه تنها در تاریخ ورزش خراسان، بلکه در پهنه ورزش ایران ماندگار شده اند. آنچه در ادامه می خوانید، معرفی یکی از این صد ها بزرگ ورزش خراسان است که به همت و تلاش ستودنی حسنی باغبان در چهارم دی سال ۱۳۶۵ در عملیات کربلای ۴ در جزیره بویارین به آرزوی خود که شهادت بود، رسید.

اولین فرزند خانواده، هجدهم اسفند ۱۳۴۴ در خیابان خواجه ربیع مشهد متولد شد. در دبستان کاطمیه کوچه زردی و دبیرستان خسروی تحصیل کرد. سبک دوم را در پایگاه ششم شکاری پوشش به پایان رساند.

فازش در خانه



در این ستون روزانه تمرینات ورزشی مختلفی را معرفی می کنیم تا بر اساس وضعیت جسمانی و اهداف خود، آن ها را دنبال کنید و در خانه یا فضای آزاد انجام دهید. برخی روزها تمایل ندارید یک ورزش سنگین را انجام دهید و می خواهید در تمریناتی که انجام می دهید شادابی و سرچاهی و در کنار آن کمی چربی سوزی را نیز تجربه کنید. تمرینات امروز می تواند یک زنجیره دلخواه برای شما باشد. ترکیبی از تمرینات قدرتی و هوازی که کمک می کند در کنار سوزاندن کالری، با استفاده از وزن بدن خود به جای وزنه، عضله سازی نیز انجام دهید. با ۲۰ دقیقه زمان کافی در برنامه روزانه می توانید این ورزش را انجام دهید. این زنجیره را سه تا ۷ مرتبه متناسب با آمادگی بدن خود تکرار کنید.

نگاهی به هفته نخست مرحله دوم مسابقات فوتبال کمتر از ۴۰ سال دسته اول و دوم باشگاه های مشهد ویرانگر: همچون پرسپولیس وفدک!

فوتبال پایه ۲۰۳۰ شماره ۲۰۳۰ شماره ۲۰۳۰



مرتضی اخوان ارقاب های لیگ دسته اول و دوم فوتبال کمتر از چهارده سال باشگاه های مشهد در حالی به مرحله نهایی رسیده که هشت تیم در دسته اول و هشت تیم در دسته دوم برای رسیدن به قهرمانی و صعود تلاش می کنند. جایی که قهرمان لیگ دسته اول می تواند شانس حضور در لیگ استان را داشته باشد و تیم های اول و دوم لیگ دسته دوم فصل آینده به یک سطح بالاتر می آیند و در لیگ دسته اول بازی می کنند. در این گزارش نگاهی خواهیم انداخت به مرحله پایانی این مسابقات و هفته اول از آن که با نتایج جالب توجهی همراه بود.

● گروه های دسته اول از پرسپولیس تا سرخابی در رقابت های لیگ دسته اول فوتبال کمتر از چهارده سال باشگاه های مشهد، هشت تیم به مرحله نهایی آمدند که در گروه اول تیم های وفدک، پرسپولیس، زنده یاد بیزند و بعثت قرار است با یکدیگر سه بازی دهند. در گروه دوم این دسته، تیم های افرین،

پنج گل به بیزند زد تا زوری دست فک زده باشد و به صدر جدول برسد، دوتیمی که به نظر با این نتایج از همین حالا چنگ سرگروهی و رفتن به فینال را با یکدیگر دارند. در گروه دوم نیز سرخابی، ملکان و...



مدرستین شپرد، چرا که در دیگر بازی گروه، خلیج فارس با یک برد نایابونی و زدن یک گل از سد ستارسان عبور کرد. بدین ترتیب هفده بازیان روز اول، پرسپولیس و سرخابی، پایه فینال را برقرار کنند، به شرط آنکه در دوبازی باقی مانده، اتفاقات دیگری نیفتد.

● گروه های دسته دوم گروه نسای های تکرانی در رقابت های لیگ دسته دوم فوتبال کمتر از چهارده سال باشگاه های مشهد، تقابل هشت تیم حاضر نزدیک تر است. در گروه اول این دسته، تیم های شهاب، سایپا، سیاهان و ارمو حضور دارند و در گروه دوم نیز تیم های نسل آرنا، آتون پلانی، رهبویان و افای گل با یکدیگر جدال خواهند داشت. جایی که در بازی های روز نخست اول همه چیز برابر پیش رفت تا نشان دهد این گروه یک جوهری گروه مرگ به حساب می آید و هیچ تیمی نمی خواهد به تیم دیگر باج دهد. در روز اول مسابقات مرحله نهایی این گروه تیم های شهاب و ارمو به مصاف یکدیگر رفتند که بعد از نود دقیقه تلاش، دومین به تساوی ابراز شایسته دادند. در بازی دوم گروه نیز جدال تیم های سایپا و سیاهان در یک بازی پرگل و جذاب ۲ بر ۲ تمام شد تا هر چهار تیم این گروه تک امتیازی در جدول قرار بگیرند. در گروه دوم این دسته نیز نسل آرنا و افای گل به تساوی بدون گل رسیدند. اما بازی آخر این دسته میان آتون پلانی و رهبویان، ۱-۱ بود که با چیز این



۵۵۳ مرتبه تکرار زنجیره امروز

۱. LAMPING JACKS تعداد انجام: ۲۰ مرتبه

2. SQUAT تعداد انجام: ۱۰ مرتبه

3. LAMPING JACKS تعداد انجام: ۲۰ مرتبه

4. SQUAT تعداد انجام: ۱۰ مرتبه

5. HIGH KNEES تعداد انجام: ۲۰ مرتبه

6. SQUAT تعداد انجام: ۱۰ مرتبه

خیرین ورزش

عنوان خیرین ورزش را در شهرآرا ورزشی به افرادی دادیم که در دهه های ۶۰ و ۷۰ بی منت از جیب خود و خانواده شان برای تیم های فوتبال این شهر از جمله ابو مسلم و پیام هزینه می کردند. در این پرونده یازده نفر از این افراد که بسیاری از آن ها اکنون در قید حیات نیستند، شناسایی و به سختی اطلاعاتشان را جمع آوری کردیم تا شاید این گونه ادای دینی کرده باشیم به آدم هایی که هیچ وقت در هیچ رسانه ای از آن ها گفته نشد و در گمنامی رفتند.

حاشیه شهر

پرداختن به مسائل حاشیه شهر یکی از سرفصل های مهم روزنامه شهرآرا است که در این میان شهرآرا ورزشی هم نقش خود را در این زمینه ایفا کرده است. در یازده پرونده ویژه که پنجشنبه ها چاپ می شد، در شهرآرا ورزشی هر هفته از داشته و نداشته های مناطق حاشیه شهر نوشتیم و تلاش کردیم مسئولان را پای کار حل مشکلات این مناطق بیاوریم.

فوتبال پایه

ورزش در خانه

در ایام شیوع کرونا ورزش مثل بسیاری از مشاغل تعطیل کامل شد و همه چیز تحت تأثیر مقوله سلامت مردم قرار گرفت. در یکی دو سال سخت در شهرآرا ورزشی به صورت ممتد روزانه در قالب یک ستون حرکات ورزشی و نرمش های ساده اما مفید خانگی را معرفی و منتشر کردیم؛ اقدامی که باز خورد بسیار خوبی از سوی مردم و جامعه مخاطبان ورزش شهرمان داشت.

نام آوران

جام جهانی

یکی از مقولاتی که از همان ابتدا در رأس مأموریت های شهرآرا ورزشی قرار داشت، ورزش پایه و به طور خاص فوتبال پایه بود. از اولین روزها اندازی شهرآرا ورزشی، به این مسئله در قالب های مختلف پرداخته شد که همچنان این رویه ادامه دارد. به اقداماتی چون اعلام نتایج تیم ها و گل زنان، گفت و گو با بازیکنان برتر، مربیان زحمتمکش و تیم داران و بررسی مشکلات و مسائل آن ها در همه این سال ها به صورت ویژه پرداخته شده است.

شهدای ورزشکار

جام ملت ها

جامعه ورزش مثل بسیاری از اقشار مردم در دوران دفاع مقدس شهدای زیادی تقدیم انقلاب اسلامی کرده است. بیش از چهار صد شهید سهم استان خراسان رضوی از کاروان نور بوده است که در شهرآرا ورزشی در قالب پرونده شهدای ورزشکار به آن پرداخته ایم. پرونده هایی از زندگی نامه شخصی و حرفه ای این ورزشکاران شهید تهیه شده است.

به موازات جام جهانی فوتبال، در این هشت سال دو دوره جام ملت های آسیا هم داشتیم که با ضرب و قوتی چون جام جهانی به آن پرداخته شد. پرونده جام ملت های سال ۱۴۰۹ امارات و ۲۰۲۳ قطر با حجم و کیفیت دو جام جهانی تهیه و به صورت روزانه به خوانندگان شهرآرا ورزشی تقدیم شد.