



تیم فوتسال استقلال سرانجام قهرمان لیگ برتر زنان شد رای کمیته انضباطی به ضرر مشهدی‌ها

مژده رنگیان

پس از گذشت پنجاه روز، کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال رأی دیدار دو تیم هیئت فوتبال خراسان رضوی و استقلال تهران را اعلام کرد و براساس آن قهرمان فصل مشخص شد و مشهدی‌ها هم جریمه شدند!

اما سپس این رقابت‌ها مانند دیگر مسابقات ورزشی در ایران با تعطیلی روبه‌رو شد تا سه هفته باقی‌مانده از رقابت‌های لیگ برتر فوتسال بانوان بلا تکلیف باقی‌ماند. تیم فوتسال بانوان مشهد در این فصل با نام‌هایی از جمله هیئت فوتبال خراسان رضوی و دائم‌پناه با هدایت دو سرمربی مختلف راهی میدان شد که در نیم فصل دوم این تیم با هدایت جانقربانیان توانست نتایج بهتری نسبت به نیم فصل اول کسب کند. در آخرین مسابقه نیز این تیم در مشهد میزبان استقلال تهران، مدعی شکست مقابل مشهدی‌ها بودند، اما کادر تیم دائم‌پناه در اعتراض به اشتباهات متعدد داور در طول بازی و تأثیر بر نتیجه دیدار که همگی به ضرر تیم مشهد بودند، زمین مسابقه را ترک کردند. در صورت پیروزی استقلال در این بازی، با توجه به فاصله ۹ امتیازی با تیم‌های فولاد هرمزگان و پالایش نفت آبادان و پیروزی در بازی رودر رو مقابل این تیم‌ها، قهرمانی آبی‌پوشان در فاصله سه هفته به پایان رقابت‌ها قطعی می‌شد، اما این بازی نیمه تمام ماند. پس از گزارش مقامات رسمی حاضر در سالن شهید بهشتی مبنی بر بروز تخلفات در دیدار میان دو تیم هیئت فوتبال خراسان رضوی و استقلال تهران، کمیته انضباطی دیروز حکم خود را در این باره اعلام کرد. بر اساس این حکم، تیم هیئت فوتبال خراسان رضوی به عنوان «مسئول نیمه تمام ماندن مسابقه» شناخته شد و مطابق بند ۶۲ علاوه بر بازنده شدن با نتیجه ۳-۰، به پرداخت جریمه نقدی معادل ۳۰۰ میلیون ریال محکوم شد. این حکم قابل تجدیدنظر اعلام شده است. همچنین خاتم فرشته داداشی، مدیر تدارکات تیم استقلال تهران، بر اساس ماده ۵۵ (بدرقناری در قبال مقام مسئول مسابقه) به یک جلسه محرومیت قطعی از همراهی تیم و جریمه ۱۰۰ میلیون ریالی محکوم شد. با این رأی و کسب سه امتیاز، تیم استقلال تهران با توجه به کسب ۵۲ امتیاز و فاصله ۱۹ امتیازی در صدر جدول با تیم‌های دوم و سوم و برتری در دیدارهای رودر رو و تفاضل گل زیاد، قهرمان لیگ برتر زنان شد. در دره هفتم جدول دوازده تیمی قرار داشت و حتی پیروزی در سه بازی بعدی باعث صعود و ارتقای جایگاه آن‌ها در جدول نمی‌شد، اما در خطر سقوط یکی دوبله‌ای در صورت شکست و پیروزی رقبیان پایین‌تر بودند. با این حال، آن‌ها فصل را با رتبه هفتمی به پایان رساندند.

ن علم ورزش

ورزش معلولان؛ بازوی پنهان تاب‌آوری در بحران‌ها

در دل ابربحران‌ها، چه جنگ، چه زلزله و چه سیل، افراد دارای معلولیت اولین قربانیان فراموش شده هستند. محدودیت در حرکت، وابستگی به وسایل کمک‌توان بخشی و نیاز به دسترسی ویژه، آن‌ها را در وضعیت بحرانی به شدت آسیب‌پذیر می‌کند. اما یک ابزار قدرتمند، کم‌هرزین و همیشه در دسترس برای حفظ امید، استقلال و سلامت روان آن‌ها وجود دارد: ورزش.

۱. ورزش در آوار یا پناهگاه

ممکن است ویلچر در آوار بماند یا عصا گم شود. اما یک فرد دارای معلولیت که تمرینات تقویت عضلات بالاتنه، حرکات کششی نشسته یا تمرینات تعادلی با تکیه‌گاه ساده را بلد باشد، هرگز بی حرکت نمی‌ماند. حتی در یک گوشه پناهگاه، می‌توان با هر خش‌می‌ها، بازکردن و بستن آرام دست‌ها، یا بالابردن پاها در حالت نشسته، بدن را فعال نگه داشت.

۲. ذهن را هم تمرین بده

بحران که می‌آید، ذهن پر از افکار سیاه می‌شود: «من که نمی‌توانم فرار کنم»، «من سرایرم». ورزش ذهنی، یعنی تصویرسازی حرکتی، در چنین وضعیتی معجزه می‌کند. فرد معلول می‌تواند در ذهن خود، مسیر یک مسابقه را بارها طی کند، یا یک حرکت موزون را تجسم نماید. این کار مسیرهای عصبی را فعال نگه می‌دارد و اعتماد به نفس را بازمی‌گرداند.

۳. نقش دادن، بزرگ‌ترین دارو

در بحران، همه نیاز به مفیدبودن دارند. افراد دارای معلولیت را در کارهای ساده مشارکت دهید: مرتب‌کردن داروها، شمارش بسته‌های غذایی، راهنمایی کودکان در پناهگاه، یا حتی تشویق دیگران. وقتی فرد معلول احساس کند «بدون من این کار درست نمی‌شود»، انگیزه حرکت و زندگی بازمی‌گردد. ورزش گروهی سبک (مثلا پیاس دادن یک توپ نرم در دایره ویلچرنشینان) این حس را چندبرابر می‌کند.

۴. هشدار حرفه‌ای

اگر فرد معلول دچار وحشت شبانه، انکار شدید توانایی‌های باقی‌مانده، یا بی حرکتی کامل ناشی از ترس شد، حتما روان‌شناس یا کاردرمانگر وارد شود. اما در کنار مداخله تخصصی، هرگز قدرت چند حرکت ساده را دست‌کم نگیرید. ورزش معلولان در بحران یعنی: من هنوز می‌توانم، من هنوز هستم.

■ گردآوری: هیئت پزشکی ورزشی خراسان رضوی

ن خبر آخر

۵ خراسانی در تیم ملی کشتی آزاد نوجوانان

اردوی تیم ملی کشتی آزاد نوجوانان بیست و چهارم تاسی و یکم اردیبهشت در شهر کاشان برگزار می‌شود و با اعلام کادرفنی، قرار است پنج آزادکار خراسانی در این اردو حاضر باشند. محمدامین المالداریان در وزن ۴۵ کیلوگرم، امیرعلی راغب در وزن ۴۸ کیلوگرم، بنیامین آشفته در وزن ۵۱ کیلوگرم، کیارش ترابی در وزن ۷۱ کیلوگرم و امیرعلی فراستی در وزن ۸۰ کیلوگرم به این اردو فراخوانده شدند که چهار نفرشان مردان اول وزن‌های خود هستند. مرتضی علیزاده، مربی سازنده مشهدی‌ها، به عنوان یکی از مربیان همراه در اردوی تیم ملی خواهد بود. صادق گودرزی سرمربیگری تیم ملی کشتی آزاد نوجوانان را به عهده دارد.



نماینده استان تمریناتش را برای ادامه رقابت‌های لیگ دسته اول هندبال آغاز کرده است

شروع دوباره نام آوران

عکاس: محسن بخشنده/تهران را

آرام آرام حضور هندبال استان در سطح لیگ برتر در هاله‌ای از ابهام فرو رفت و یکی دو فصل تیم‌داری دست و پا شکسته اسپانسرهایی چون پیکان و نیروی زمینی سبزوآر نتوانست چنگی به دل هواداران بزند. اما امسال اوضاع لیگ برتری استان خراسان رضوی متفاوت‌تر از سال‌های پیش شد و تیم نیروی زمینی سبزوآر با قرارگرفتن در جایگاه پنجم جدول لیگ برتر تا پیش از شروع جنگ تحمیلی سوم، وضعیت بسیار مساعدی داشت؛ تیمی با یک دوچین بازیکن نوجوان و جوان بومی که توانسته بود مقابل غول‌های هندبال کشور نتایج قابل قبولی بگیرد و بار دیگر هندبال استان را در سطح کشور به اوج برساند. حالا با نیمه‌تمام ماندن لیگ برتر، به نظر می‌رسد نماینده استان به طور قطع با توجه به جایگاه خویش در جدول و دوری از پایین جدول، در سال آینده هم لیگ برتری باقی خواهد ماند.

● احیای مشهد با «نام‌آوران»

باشگاه نام‌آوران مشهد امسال با تیم‌داری در ده سنی بزرگ سالان فصلی تازه از حضور این شهر در هندبال کشور را آغاز کرده است؛ باشگاهی با مالکیت و مدیریت مجتبی حیدرپور، ستاره و ملی‌پوش سال‌های نه‌چندان دور تیم‌ملی هندبال که تا همین رارسال پیراهن تیم‌ملی را به تن می‌کرد. حیدرپور که درباره شهر زادگاهش، مشهد، احساس دین می‌کرد، با بالا رفتن سنش و با توجه به مصدومیت هایش ترجیح داد تیم‌ملی را کنار بگذارد، به مشهد بیاید و باشگاهی را تأسیس کند تا بتواند جوانان آینده‌دار

هندبال شهر را شناسایی کند و در این باشگاه پرورش دهد؛ اتفاقی که خیلی زود و در کمتر از یک سال در سطح لیگ نونهالان و نوجوانان رقم خورد و با اصرار هیئت هندبال استان، حالا این باشگاه در اولین سال تشکیلش در لیگ دسته اول هم تیم‌داری می‌کند. این تیم‌داری با هدایت فنی خود حیدرپور و قندی، دوست و دستیار همیشگی‌اش، صورت گرفته است. تیم نام‌آوران امسال در لیگ دسته اول هندبال کشور حاضر شده است تا بتواند با صعودی دراماتیک به لیگ برتر، بار دیگر هندبال مشهد را در بالاترین سطح کشور احیا کند.

● صخره سخته، آینده آسان

لیگ دسته اول هندبال مردان کشور با حضور ۱۰ تیم در دو گروه پنج‌تیمی برگزار می‌شود که دور رفت این رقابت‌ها پیش از جنگ تحمیلی سوم انجام شد. در این رقابت‌ها در گروه اول تیم‌های ذوب‌آهن اصفهان، زرن‌کرمان، نام‌آوران مشهد، نفت امیدیه و شهرک برف‌فروشان شیراز و در گروه دوم نیز تیم‌های شهرداری تبریز، یاسام کردستان، فراز بهپهان، رعد پدافند البرز و نخل طلایی جهرم با یکدیگر رقابت می‌کنند. در پایان دور رفت از مرحله اول، شاگردان مجتبی حیدرپور در تیم نام‌آوران مشهد در گروه مرگ این رقابت‌ها توانستند دو پیروزی به دست آورند و دو بار هم طعم شکست را چشیدند. به این ترتیب، تیم نام‌آوران در پایان دور رفت از مرحله اول در گروه خود در میان پنج تیم سوم شد. در پایان مسابقات دور رفت، در این گروه نفت امیدیه اول

محمدجواد گریان پس از مدت‌ها استان خراسان رضوی را در مسابقات بین‌المللی تکواندو صاحب نماینده کرد

ناکامی تکواندوکار مشهدی در آوردگاه جهانی

● نزدیک ۱۰۰۰ ورزشکار از ۱۱۵ کشور

مسابقات تکواندو قهرمانی نوجوانان جهان از یکشنبه، بیست و سوم فروردین، با حضور ۹۸۶ تکواندوکار از ۱۱۵ کشور به میزبانی ازبکستان در مجموعه المپیک شهر تاشکند آغاز شد و دیروز به پایان رسید. کاروان پسران و دختران ایران نیز در این مسابقات حضور درخشانی داشتند و توانستند با عملکردشان در سطح جهان آقایی کنند. پسران تکواندو ایران در این دوره از مسابقات درحالی روی سکورفتند که عنوان‌داری ایران در تکواندو جهان در سال‌های اخیر همواره حاکی از پشتوانه قوی در رده‌های سنی است و حالا نسل جدیدی از تکواندوکاران پسر ایرانی می‌خواهند پا جای پای بزرگان و مدال‌داران عرصه‌های جهانی و المپیک این رشته بگذارند. انتظار می‌رود محمدجواد گریان، ستاره مشهدی، نیز در این جمع باشد و بتواند با ارتقای فنی کیفیت خود در این مسیر گام بردارد و به تیم ملی بزرگ سالان برسد.



تأیید خبر شهرآرا برای برپایی مسابقات دوومیدانی در مشهد

نخستین رکوردگیری در ورزشگاه شیک

فصل جدید دوومیدانی ایران با برگزاری نخستین رکوردگیری، چهارم اردیبهشت در مشهد آغاز می‌شود. این رقابت نقش مهمی در انتخاب ترکیب تیم ملی برای بازی‌های آسیایی دارد. چندی پیش سیدهاشم صیامی، نایب رئیس مشهدی فدراسیون دوومیدانی، اعلام کرده بود احسان حدادی، رئیس این فدراسیون، علاقه‌مند است تا زمان بازسازی مجموعه انقلاب تهران، مسابقات دوومیدانی و تمرینات تیم‌های ملی را در مشهد و ورزشگاه شیک امام‌رضاعی برگزار کند. اردوی تیم ملی دوومیدانی از ابتدای فروردین سال ۱۴۰۵ به میزبانی مشهد آغاز شده و همچنان در حال برگزاری است. این اردو باهدف ارتقای سطح فنی ورزشکاران و آماده‌سازی هرچه بهتر آن‌ها برای حضور در میادین بین‌المللی دنبال می‌شود. بیستمین دوره بازی‌های آسیایی بیست و هشتم شهریور تا دوازدهم مهر ۱۴۰۵ (نوزدهم سپتامبر تا چهارم اکتبر ۲۰۲۶) به میزبانی ژاپن برگزار خواهد شد. استان نایچی و شهرهای مختلف این استان از جمله ناگویا محل برگزاری این دوره بازی‌ها هستند.

