

پیشکشوت ابومسلم این روزها با عشق به لباس
مشکی و قرمزش زندگی می کند

گنجینه پیراهن های شكري



طرح و ایده: علی معصوم بیگی اشرافآرا [A]

۲میلیارد ریال به نفع عزیزی!

کمیته استیفاف فدراسیون فوتبال رأی خود درباره باشگاه تراکتور را اعلام کرد. دیدار تیم های ملوان بندرانزلی و تراکتور تبریز به عنوان یکی از بازی های هفته بیست و دوم لیگ برتر، باحاشیه های فراوانی همراه بود و در پی آن خداداد عزیز، مدیر تیم فوتبال تراکتور، نیز با جرمینه نقدی از سوی کمیته انضباطی روبرو شد.

در آن مسابقه خداداد بامازنار زارع، سرمربی تیم فوتبال ملوان، به شدت درگیر شد و این موضوع در آن زمان بازتاب زیادی داشت. حالاکه بیش از شصت روز از برگزاری آن مسابقه می‌پری می‌شود، کمیته استیناف درازی خود که صبح امروز صادر کرده، از تریته خداداد خبر داده است. در این رأی آمده است: «در خصوص استیناف باشگاه تراکتور تبریز نسبت به رأی کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال که به موجب آن حکم بر محکومیت آقای خداداد عزیزی، مدیر باشگاه تجدیدنظرخواه، به ۲ میلیارد ریال جریمه نقدی به دلیل بدرفتاری در قبال مقام غیررسمی در جریان مسابقه فوتبال مقابل تیم ملوان بندازنلی از سری مسابقات لیگ برتر صادر گردیده است، با عنایت به مفاد گزارش ناظر مسابقه، مالاحظه می‌گردد اظهارات آقای خداداد عزیزی در روند مسابقه عادی بوده و اقدامات ایشان دلالت بر رفتار باقتنار توهین آمیز ندارد. لذا حکم بر اثبات صادر و اعلام می‌گردد رأی صادره قطعی است.»

● راه‌آه آثمیلانی، نوستالژی جهانی!

پیشکسوت ابومسلم نمی‌تواند میان پیران هابی که آورده است، یکی را به عنوان بهترین پیران انتخاب کند. وقتی به او می‌گویند کدام یک از پیران هابی ابومسلم را بیشتر دوست دارید، درست مثل اینکه بخواهد میزان فرزندانش تفاوتی قائل شود، روشه رنگ بخوابد می‌کند. خیلی مزه‌مه می‌کند تا اینکه می‌گوید: ای‌ها همه لباس می‌پوشید و ندان ابومسلم مثل امروز نبود که بازی یک دست لباس به آدم بدهند. گاهی یکی دو دست لباس را دوازده می‌سازد بازی استفاده می‌کردیم. انتخاب خیلی سخت است، اما فکر می‌کنم لباس راه‌آه آثمیلانی را بیشتر دوست دارم. آن موقع طرفداران ابومسلم شعار می‌دادند ابومسلم خراسان! می‌آیلان ایران!.

● ماجرای پیراهنی که وصله شد

«آن موقع برای یک فصل یکی دو دست لباس می‌دادند و مجبور بودیم خودمان لباس‌ها را بعد از بازی به خانه ببریم و بشویم. همیشه لباس‌های ما مادرم و بعدتر همسر می‌شدند و اطرافات زیادی از پیراهن‌هایم داشتیم.» شکری می‌افزاید: بادم می‌آید یک فصل یک دست پیراهن دادند که می‌گفتند جنس خارجی است و از خارج خریده‌اند. در یکی از بازی‌ها همان پیراهن باره پاره شد و فردای روز بازی به باسگاه رفتم و گفتم پیراهنم پاره شده است و یک لباس دیگری خواهم، گفتند خب چکار کنیم؟! از این پیراهن فقط یک دست خریده‌ایم. این شد که آن پیراهن را وصله و پینه کردم.

آنچه روی پیراهن می‌نویدند

پیشکسوت فوتبال ابومسلم به مسئله نوشته‌های روی پیراهن که همان نام اسپانسر هاست، این چنین واکنش نشان می‌دهد: ما آن قدر به پیراهنمان عشق داشتیم که کاری با تبلیغات روی آن نداشتیم. فقط یک بار در این باره صحبت کردیم. خاطرم هست زمانی که «ایکب» روی پیراهن برادری بازی با استقلال در سال ۱۳۹۶ تبلیغ داد، ما بازیکنان در حاشیه تمرین در این باره با هم صحبت

این گهواره ای
در قالب یادداشتی به آن پرداخت
ان ورزش شهر و استان باید هرچه
یکی دوتای مشهد در لیگ های
د؛ همداری که شنیده نشد و امروز
به شش ورزشی در کشور نماینده ای
ولی خوش هم داشت، ولی کفه ترازو
بیکرد.

● **پیکان لیگ**
تیم فوتبال پیکان روزها توانست داشته باشد. مربی مشهوری توانستند این سیاست را از جوانان ایرانی بپایان

مرتضی اخوان

ماشخین که پیاده می شود، چمدان مسافرتی قدیمی را از صندوق عقب درمی آورد، دسته اش را باز می کند و خاشاک های چمدان کهنه را روی زمین می کشد. چمدان مشکي ورزشي که روی آن نشان و نام فرمزوسفید مسلم خراسان قشقه بسته است. نوستالژی چمدان همه خیابان را برمی دارد. چشمان عابران پیاده های شهر کناران رد می شوند، برق می زند. زیر لب و در گوش هم نجوایی می کنند و فقط «ابومسلم» ش را نشنوم. گویاز تماشای چمدان قدیمی پیشکسوت سال های نه چندان دور ابومسلم به شغف آمده اند. همان آن ها هم می مانند داخل این چمدان یک دو جین لباس و پیراهن خاطره انگیز است؛ پیراهن هایی که تاریخ بزرگ ترین باشگاه فوتبال مشهد، ابومسلم خراسان که سال ها بر تن رمضان شکری رفته و حالا طرأت و نوستالژی دوران فوتبال حرفه ای اوست. گفت وگوی شهرآر و روزنی با رمضان شکری، پیشکسوت ۱۰ و ابومسلم که عرق و علاقه خاصی به پیراهن هایش در دوران حضور در این باشگاه دارد و حتی «ها با آن ها می خوابد، درباره «قصه پیراهن» است؛ است: «قصه پیراهن ابومسلم»

تی می گویی «پیراهن»!

شکری یک چشم به ما دارد و یک چشم به
های قدیمی اش در ابوسلمه که روی میز چیده
است و عکاس از آن ها تصویربرداری می کند.
بعضی ریز گلوش را می فشارد. وقتی می گوییم
«نه»، بی درنگ می گوید: ما متعلق به نسلی
م که برای رسیدن به یک پیراهن خیلی زحمت
میدیم. شاید امروز در دنیای حرفه ای فوتبال
«پیراهن» خیلی جدی نباشد و بگویند به هر حال
حرفه ای از یک باشگاه به باشگاه دیگر می رود، اما
مفع ما برای رسیدن به یک پیراهن جان می کشدیم.

● با احترام؛ فقط مشکلی

«آن موقع بازیکن پیام بودم، اما ابوسلمه برایم چیز
دیگری بود. من به همه پیشکسوتان و رفیقانم در همه
تیم ها احترام می گذارم، اما ابوسلمه برای همه یک چیز
دیگر بود.» این ها را که می گوید، اضافه می کند: «پیراهن
ابوسلمه را دوست دارم. دوست داشتیم مثل شد. پیراهن
تیم های فوتبال مشهد جای خود را دارند، اما واقعیت آن
است که جایگاه ابوسلمه در فوتبال مشهد متفاوت بود.
سقف فوتبال مشهد، ابوسلمه بود. در فوتبال مشهد همه
یا دوست داشتند با ابوسلمه باشند، یا فکر به ابوسلمه
نمی رسیدند، این خواستند مقابلش بایستند. ابوسلمه
هنوز هم طرف دار دارد و هویت فوتبال این شهر است.

هایش را قطع می‌کنیم. می‌گوییم «ابومسلم» و ایده‌ای در بحراران ربامان دارد: «پیراهن ابومسلم همامه چیز بود. پیراهن راه‌راه مشکی قرمز ابومسلم ما یک رؤیا بود. دوست داشتیم بایلیب و بن آن وقت بی آن می‌رسیدیم، دیگر آن یک پیراهن نبود. سال اول که مرحوم جهانگیر ننده‌دل و ماکیل عرب در خانه‌مان آمدند و گفتند به ابومسلم زمین که پیراهن ابومسلم را دیدم. تم لرزید. آن زمین که پیراهن ابومسلم را دیدم...»

۱۰ سال پیش در چنین روزی
بر ورزش مشهد چه گذشت؟
در صندبندی پیام!

ورزش مشهد در چند دهه گذشته روزهای خوب و بد زیادی به خود دیده و بی‌تردید مرور خاطرات این روزها برای هر ورزش‌دوست خراسانی جذاب است. با این همه، در این بخش ک سه‌شنبه‌ها چاپ می‌شود، به سراغ اتفاقاتی می‌رویم که درست یک دهه پیش در ورزش مشهد در چنین روزهایی رقم خورده است. در این بهانه مروری می‌کنیم بر سرنوشت تلخ و شیرین ورزش مشهد.

ورزش خراسان رضوی: تشنه اقدام و عمل

ورزش بانوان

پایان رقابت والیبالیست های نونهال استان

پرونده مسابقات والیبال نونهالان دختر خراسان رضوی بسته شد. مسابقات والیبال قهرمانی نونهالان استان در دو بخش دختران و پسران، با هدف شناسایی استعداد های بزرگ و پویایی ورزش پایه، با معرفی تیم های برتر به ایستگاه نایب رسید. نونهالان دختر خراسان رضوی با استقبال بی نظیر پنجشنبه ای از سراسر استان برگزار شد و استعداد های فو تو ظهور والیبال به میدان آمدند. در ایستگاه آخر و در دیدار فینال این تیم مدرن بود که بر تیم شوکت غلبه کرد و جام قهرمانی را بالا برد. به این ترتیب، جایگاه نخست به تیم مدرن رسید، تیم شوکت خراسان نایب قهرمان شد و تیم پایه سوم مسجدی نیز در جایگاه سوم ایستاد.

۲ دختر مشهدی در اردوی ملی ژیمناستیک هنری

دو دختر شهیدی به اردوی ملی ژیمناستیک هنری دعوت شدند. اردوی آماده سازی تیم ملی ژیمناستیک هنری ایران برگزار می شود تا تفاوت برتری در مقابل تیم های اروپایی حاضر شوند. ژیمناستیک هنری و زهره نیز دو دختر از خراسان رضوی دعوت شده اند. هنگامه هادیانی و زهره طابعی فرد برای حضور در رقابت های آسیایی و کسب سهمیه های بین المللی به اردوی ملی ژیمناستیک هنری دعوت شدند. این مرحله از اردو از چهاردهم اردیبهشت ۱۴۰۵ در تهران آغاز شده است.

فراخوان ۴هائی بازی استان به تمرینات ملی

[illegible]

علم ورزش

حرکات اصلاحی برای دندان‌پزشک و دستیاران

حرکات مداوم، وضعیت ثابت و خمیده، و بی‌توجهی به ارگونومی، ظرف ۱۰ سال یک دندان‌پزشک جوان را به فردی میان‌سال با قوز پشت، دیسک‌گردن و سردردهای ناتوان‌کننده تبدیل می‌کند.

۲ آسیب شایع دندان پزشکی

فوز گردن: آرتروز زودرس گردن، دیسک و سردردهای کششی.

کمردرد چرخشی: چرخش های مکرر، دیسک کمر را نامتقارن و فرسایش می دهد.

میگرن شغلی: ترکیب خیره شدن به نور مستقیم، خم بودن گردن و استرس زیاد، عروق مغزی را تحریک می کند و حملات میگرنی را افزایش می دهد.

هک‌های نجات بخش برای دندان‌پزشکان و دستیاران

۱. قانون ۹۰ درجه را رعایت کنید: آرنج شما باید ۹۰ درجه خم شود و زانو یوتان ۹۰ درجه و دید چشمتان عمود بر دهان بیمار باشد (نه) اگر مجبور به خم شدن هستید، یونیت دندان‌ی را بالاتر یا پایین‌تر ببرید.

۲. **تأویب کاری با دستیار:** هر پانزده دقیقه نقش خود را با دستیار عوض کنید. یک دقیقه استراحت فعال: دست‌ها را بالا ببرید، گردن را بچرخانید (به چپ و راست، عقب و جلو، هر طرف ۱۰ ثانیه) و کمر را با چرخش ملایم نشسته شل کنید.

۳. **صندلی ارگونومیک با پشتیبانی همایندکننده:** صندلی شما باید دارای تکیه‌گاه کمری تنظیم‌شونده، دسته‌های متحرک و چرخ‌های نرم باشد.

۴. **اسکاپشن عقب:** شانه‌ها را به عقب و پایین بکشید (انگار می‌خواهید یک گردو را بین کتف‌ها قایم کنید)، پنج ثانیه نگه دارید. بیست بار تکرار کنید. این حرکت قوز پشت را معکوس می‌کند.

۵. **درمان پیشگیرانه میگرد:** نور چراغ یونیت را به کمترین شدت قابل قبول برسانید. هر یک ساعت کار، دو دقیقه چشم‌ها را ببندید و کف دست گرم را روی چشم بگذارید (باالمینگ). مصرف منیزیم (۲۰۰ میلی گرم روزانه) و ویتامین B۲ را با مشورت پزشک شروع کنید. مهم‌تر از همه: قهوه را به یک فنجان در روز کاهش دهید. کافئین اضافی، سردردهای میگردی را تشدید می‌کند.

■ **توصیه نجات بخش:** هر شش ماه یک بار، یک جلسه ویزیت توسط فیزیوتراپیست داشته باشید. ارزیابی وضعیت بدنی و اعمال حرکات اصلاحی، از جراحی گردن و کمر جلوگیری می‌کند. درد مزمن شغلی حکم بازنشستگی زود هنگام را دارد. در کنار درمان بیماران، خودتان را هم درمان کنید.

■ گردآوری: هیئت پزشکی ورزشی خراسان رضوی

روزنگار



در چنین روزی

تیم تاج و شاهین برگزار شد؛ دو تیمی که در مجموع به باشگاه‌های مذکور در پایتخت بودند و همیشه دیدارهایشان همچون هم‌نامان تهرانی‌شان، جذاب و پر حاشیه بود. این دیدار که در چارچوب دومین دوره کاپ حجازی (حامی مالی مسابقات) با قضاوت غلام حیدر بهادرزاده برگزار شد، هشت گل به سهم مساوی داشت تا آزار تماشاگر حاضر در ورزشگاه سعدآباد، حسابی از گل سیراب شوند! در این دوره یازده تیم حضور داشتند که همای قهرمانی بر سر تیم بنفش پوش تاج نشست؛ تیمی که امورش را اصغر مهاجرانی برعهده داشت که بعدها یکی از بنیان‌گذاران ابومسلم شد.