شهرآرا ورزشی
۲۳۲۵
۵شنبه
۱۷ اردیبهشت ۱۴۰۵
۱۹ ذی‌القعده ۱۴۴۷
07
26 05
SHAHRARANEWS.IR

لیگ برتر بوکس از امروز آغاز می‌شود و نماینده استان پس از ۵ سال دوری از این پیکارها به میدان می‌رود

بـــــازگشت بوکس به رینگ

عکس: محسن بخشنده | شهرآرا

مرتضی اخوان

خبر غافل‌گیرکننده فدراسیون بوکس برای آغاز رقابت‌های لیگ برتر نه‌تنها باشگاه‌ها را، بلکه اهالی و جامعه بوکس استان را نیز غافل‌گیر کرد! جایی که قرارگرفتن نام هیئت استان خراسان‌رضوی در میان یازده تیم حاضر در این دوره از مسابقات برای همگان تعجب‌برانگیز بود. از آخرین حضور بوکس استان خراسان‌رضوی در لیگ برتر پنج سال می‌گذرد و البته این حضور چندان موفقیت‌آمیز هم نبود، اما دست‌کم جامعه بوکس استان به لیگ برتری بودن دل خوش بود و می‌توانست سرش را بالا بگیرد که مشت‌زنانش تجربه تنه‌به‌تنه شدن با بوکسورهای لیگ برتری و ملی‌پوش را برای پیشرفت به دست خواهند آورد. اما حالا که چندسالی می‌شود بوکس استان از سطح اول ایران دور بوده است، بازگشت تیم مشهد به لیگ برتر می‌تواند نویدبخش روزهای روشن پیش‌رو باشد. اما سؤال اساسی این است که تیم استان امسال با چه کم‌وکیفی قرار است در این مسابقات شرکت کند؟

● غافل‌گیری تیم بدون مربی!

حسن مرادنژاد، رئیس هیئت بوکس استان که خود از بوکسورهای نامدار سال‌های نه‌چندان دور بوکس مشهد است، درباره رقابت‌های لیگ برتر که قرار است از امروز آغاز شود، می‌گوید: واقعیت آن است که ما هم غافل‌گیر شدیم. قرار بود مسابقات پیش از جنگ تحمیلی آغاز شود، اما طبیعتا با شروع جنگ این رقابت‌ها برگزار نشد و حالا یک‌باره فدراسیون اعلام کرده است از امروز مسابقات شروع می‌شود. البته تیم ما این هفته مسابقه ندارد و برنامه دقیق مسابقه تیم مشهد هنوز اعلام نشده است. به‌عبارتی، فدراسیون فقط می‌خواسته است با برگزاری بازی افتتاحیه، رسما مسابقات را آغاز کند، وگرنه دیگرمسابقات در هفته‌های آینده پیگیری خواهد شد.

● ۱۱تیم در جام طولانی

لیگ برتر بوکس امسال با شرکت یازده تیم برگزار می‌شود. این درحالی است که پارسال هشت تیم در این مسابقات به میدان رفتند. تیم‌های سبلان اردبیل، اکسین آمل، خانه قهرمان آذربایجان، نیروی زمینی، دلاوران قم، کاپیتان تهران، رعد پدافند ارتش، شاهین تهران، هیئت بوکس خراسان، هیئت بوکس گیلان و هیئت بوکس یزد یازده تیم حاضر در این دوره از پیکارها هستند و در اولین بازی قرار است امروز گیلان در خانه از شاهین تهران میزبانی کند. طبق برنامه فدراسیون، هر هفته فقط یک بازی انجام می‌شود و با توجه به شرکت یازده تیم در این مسابقات، پنج هفته طول خواهد کشید تا بازی‌های تیم‌ها در یک دور به پایان برسد.

● از محمد شوریان تا علی حبیبی‌نژاد

هنوز مشخص نیست تیم هیئت بوکس استان خراسان‌رضوی قرار است با چه سرمربی‌ای به میدان برود. حسن مرادنژاد، رئیس هیئت بوکس استان، در این باره می‌گوید: هنوز سرمربی تیم انتخاب نشده است، اما با برخی بازیکنان بومی به توافق رسیده‌ایم و اسپانسر خوبی هم برای تیم گرفته‌ایم تا ان‌شاءا... امسال روی سکو برویم. علی حبیبی‌نژاد، ستاره ملی‌پوش مشهدی، امسال با تیم ما خواهد بود و حتی ممکن است چند بازیکن ملی‌پوش دیگر هم در اختیار بگیریم. مرادنژاد درحالی سخن از حضور علی حبیبی‌نژاد، بوکسور وزن ۶۵کیلوگرم مشهدی تیم ملی، در ترکیب تیم مشهد به میان می‌آورد که مشهد در سال‌های قبل هم یک ستاره دیگر در سطح ملی داشت که در آخرین دوره حضورش در لیگ برتر برای تیم استان به میدان می‌رفت. محمد شوریان بوکسور مشهدی ملی‌پوش بود که در آخرین حضور مشهد در لیگ برتر برای تیم مشهد مشت زد. مرادنژاد بیان می‌کند: البته همه تلاش ما بر این است تا تیمی بومی و جوان را روانه مسابقات کنیم، اما بدمان هم نمی‌آید دوسه ملی‌پوش دیگر هم از سایر شهرهای کشور جذب کنیم تا نیم‌نگاهی به سکو داشته باشیم.

سیفی در راه الجزایر
رئوفیان در اردوی نهم
نیک‌فرجام روی نیمکت

علی سیفی، ورزشکار مشهدی، برای حضور در مسابقات قهرمانی آزاد پاراوزنه برداری آفریقا۲۰۲۶ به تیم ملی دعوت شد. اردوی تیم ملی پاراوزنه برداری از امروز به مدت ۱۰ روز در تهران برگزار می‌شود و این تیم از بیست‌وهفتم اردیبهشت برای حضور در مسابقات قهرمانی آزاد پاراوزنه برداری آفریقا۲۰۲۶ به الجزایر سفر خواهد کرد. این درحالی است که یکی دیگر از ورزشکاران توان یاب خراسانی هم به اردوی تیم ملی بوچیا دعوت شده است. بر این اساس، موسی رئوفیان به نهمین مرحله اردوی تیم ملی بوچیا فراخوانده شده است. این اردو در راستای اعزام به مسابقات پاراآسیایی ناگویا۲۰۲۶ از دیروز به مدت یک هفته در زنجان برگزار می‌شود . اما سومین دعوت و انتصاب در این حوزه به صدور حکمی برای یک چهره مشهدی از سوی رئیس فدراسیون پارادوومیدانی برمی‌گردد. بر این اساس، وحید نیک فرجام به عنوان سرپرست هیئت پارادوومیدانی خراسان‌رضوی منصوب شد. این حکم با هدف پیشبرد برنامه‌های تحولی در حوزه ورزش‌های توان‌یابان صادر و وحید نیک‌فرجام به‌عنوان اولین سرپرست هیئت پارادوومیدانی خراسان‌رضوی منصوب شد.

تاریخ‌نگاری برگزاری مسابقات فوتبال در مشهد و حضور در مسابقات کشوری - قسمت اول

شروع حضور فوتبال مشهد در ایران از ۸۷ سال پیش

تاریخ فوتبال مشهد
شماره ۱
۵شنبه‌ها

حسین نخعی‌شریف| حدود چهل سال پس از ورود فوتبال به کشورمان، سنگ‌بنای مسابقات قهرمانی کشور با تشکیل هیئت‌مدیره‌ای در پایتخت و افتتاح رسمی ورزشگاه امجدیه گذاشته شد؛ مسابقاتی که اولین دوره‌اش آبان۱۳۱۸ برگزار شد. با ابلاغ دستورالعمل‌های مربوط از سوی انجمن عالی تربیت‌بدنی به مراکز استان‌ها، مشهدی‌ها نیز به تکاپو افتادند تا با آمادگی هرچه بیشتر در این رقابت‌ها حاضر شوند. از این رو، در جراید وقت فراخوانی داده شد تا افراد مستعد به اداره فرهنگ مراجعه و ثبت‌نام کنند. تابعیت ایران، نداشتن کمتر از هفده‌سال، عدم معروفیت به فساد اخلاق، صحت مزاج و استعداد جسمانی نیز شرایط ذکرشده در این فراخوان بود. البته این فراخوان مختص به فوتبال نبود و شش رشته دیگر را نیز شامل می‌شد.

● شرکت در اولین دوره

پس از دو ماه تمرین، ورزشکاران خراسان به سرپرستی حسین بنایی، رئیس دایره تربیت‌بدنی استان، در اولین دوره مسابقات قهرمانی کشور شرکت کردند که هجده فوتبالیست مشهدی نیز همراه آن‌ها بودند. در این مسابقات که به‌صورت حذفی برگزار شد، خراسان یا همان بهتر بگویم مشهد، ابتدا با پنج گل بر کرمان غلبه کرد، اما در دیدار بعدی با همین نتیجه مغلوب تهران شد تا خیلی زود پرونده‌اش در این مسابقات بسته شود. تهران با این پیروزی به فینال رفت و مقابل اصفهان به برتری رسید تا اولین قهرمانی کشور به نام مرکزنشینان ثبت شود. اهرابی (جواد و احمد)، زندی، دانش‌پرور، لطفی، ظلی، ظهوریان، بشردوست، میرزامهران، سلطانی، عاصمی، لارودی، ایمانیان، خزین، زرگرنژاد، متحدین، میلانیان و بنی‌اعتماد با حضور در این مسابقات به‌عنوان اولین منتخبان فوتبال خراسان در مسابقات قهرمانی کشور، نامشان در تاریخ فوتبال کشور ثبت شد.

● تکرار ناکامی در گام دوم

تجربه اولین دوره مسابقات قهرمانی کشور باعث شد هم برگزارکنندگان و هم شرکت‌کنندگان با تدارک بهتر و بیشتر خود را آماده این رقابت‌ها کنند و به همین دلیل، فوتبالیست‌های مشهدی به مدت دو ماه تمرین کردند تا در دومین دوره مسابقات فوتبال قهرمانی کشور در سال ۱۳۱۹ که از پنجشنبه، بیست‌وپنجم مهر، در ورزشگاه امجدیه تهران به مدت چهار روز با شرکت هشت تیم برگزار شد، آماده و سرحال باشند، اما این تدبیر هم کارساز نبود و آن‌ها موفق به صعود از گروه چهارتیمی خود نشدند. آزاد، اهرابی، میلانیان، بنی‌اعتماد، ایمانیان، سلطانی، عدل، گنجه، ظهوریان و خزین نفرات اعزامی تیم فوتبال مشهد به این مسابقات بودند.

● اولین افتخار برای خراسان

هجوم نیروهای متفقین به کشورمان در شهریور۱۳۲۰، باعث شد سومین دوره با یک‌سال وقفه برگزار شود تا از دوشنبه، بیستم مهر۱۳۲۱، شش تیم مشهد، آبادان، اصفهان، تبریز، تهران و شیراز برای تعیین قهرمان مقابل هم صف‌آرایی کنند. در اولین روز مشهد ۲برا مقابل تبریز شکست خورد و سپس با چهار گل از سد شیراز گذشت، ولی مقابل تهران ۸بر۰ شکست خورد. روز چهارم به‌دلیل کنارگذاشتن آبادان از مسابقات، مشهد با قرعه استراحت روبه‌رو شد. چهارشنبه، بیست‌ونهم مهر، نیز در دیداری حساس و نفس‌گیر، مشهد موفق به شکست ۲برا اصفهان شد. در این بازی اصفهان با تساوی می‌توانست راهی فینال شود، اما مشهدی‌ها چنین اجازه‌ای به آن‌ها ندادند. طبق مقررات مسابقات، تیم‌های اول و دوم برای تعیین قهرمان باید دوباره به مصاف هم می‌رفتند که این کار جمعه، اول آبان، انجام و با قهرمانی پایتخت‌نشینان همراه شد. در این مسابقه ابتدا مشهدی‌ها در دقیقه۵ به گل دست یافتند، اما سه دقیقه بعد تهرانی‌های میزبان که ۵هزار هوادارشان را نیز در ورزشگاه امجدیه همراه داشتند، بازی را مساوی کردند و پس از آن در دقایق ۴۰ و۴۳ نیز موفق به گل‌زنی شدند. نیمه دوم نیز سه گل دیگر درون دروازه مشهد نشست تا تهران ۶برا پیروز شود. نژادی، سخی، متحدین، خرم، دانند‌ه، میلانیان، ایمانیان، اخوان، مبین، میلانیان، ظهوریان، خزین، زندی، دانشور، نصیراوغلی، طالب‌زاده، اهرابی، زرگرنژاد، اردشیری، افشارنادری و مانگاساریان، اعضای تیم اعزامی مشهد بودند که موفق به کسب این افتخار برای فوتبال مشهد شدند.

● اعزام با جیب خالی

پس از وقفه‌ای یک‌ساله، چهارمین دوره، مهرماه ۱۳۲۳ به میزبانی تهران برگزار شد. مشهدی‌ها که برای آماده‌سازی تیم خود به‌شدت در تنگنای مالی بودند، با کمترین تمرین و امکانات، عازم تهران شدند و درحالی به پایتخت رسیدند که این شهر هنوز پس از خروج نیروهای متفقین، در حالت حکومت نظامی به‌سر می‌برد. مشهدی‌ها هفدهم مهر در اولین مصاف خود با منتخب شیراز، ۵بر۰ فاتحانه میدان را ترک کردند و سپس بیست‌ویکم مهر با تبریز بدون گل مساوی شدند. روز چهارم تقابل اصفهان و مشهد برنده‌ای نداشت تا مشهد با تساوی به دیدار آخر مقابل تهران برسد؛ دیداری که شکست سنگین ۵بر۰ را برای مشهدی‌ها در پی داشت تا قهرمانی این مسابقات باز هم به تهران برسد. از نکات درخورتوجه این رقابت‌ها، اتمام نقدینگی مشهدی‌ها و نداشتن پول بازگشت بود که با کمک ۲۰هزارریالی تربیت‌بدنی مرکز به سرپرست تیم، امکان برگشت کاروان ورزشی مشهد در یازدهم آبان فراهم شد! برای مشهد افشارنادری، عدل، هدایت، دانشور، متحدین، ظهوریان، ابراهیمی، پزشکی، میلانیان، بهادرزاده و جعفریان به میدان رفتند.

ورزش بانوان

تلاش شمشیرباز مشهدی برای بلیت ناگویا

شمشیرباز مشهدی با کسب مدال برنز بزرگ سالان ایران حالا این شانس را دارد که در اردوی تیم ملی برای گرفتن سهمیه بازی‌های آسیایی ناگویا تلاش کند. مسابقات شمشیربازی بانوان، یادواره شهدای مدرسه میناب، با حضور ۱۸۴ورزشکار از نوزده استان کشور در سالن شهید صدوقی یزد درحالی پیگیری شد که طی آن ورزشکاران در سه اسلحه اپه، سابر و فلوره به مصاف هم رفتند. تیام عباس نژاد، ملی‌پوش مشهدی اسلحه اپه در رده سنی جوانان، در این مسابقات موفق شد مدال برنز انفرادی در رده سنی بزرگ سالان را در اپه کسب کند. دختر شمشیرباز مشهدی با گذشتن از سد حریفانی از آذربایجان شرقی، یزد و اصفهان پیروز میدان شد، اما در یک چهارم نهایی نتیجه را به حریف یزدی واگذار کرد و به مدال برنز رسید. این اولین بار است که یک دختر شمشیرباز مشهدی در مسابقات کشوری موفق به کسب مدال برنز اسلحه اپه در رده سنی بزرگ سالان می‌شود. تیام عباس‌نژاد قرار است در اردوی تیم ملی برای اعزام به مسابقات آسیایی ناگویا حضور داشته باشد. دو سال پیش اولین اعزام بین‌المللی عباس‌نژاد رقم خورد و او در رده جوانان در قالب تیم ملی راهی مسابقات قهرمانی آسیا در کشور کویت شد.

۲دختر بسکتبالیست استان در اردوی ملی

دو بسکتبالیست جوان خراسانی به اردوی ملی دعوت شدند. اردوی آماده‌سازی تیم ملی بسکتبال کمتر از هجده‌سال دختران با حضور نوزده ورزشکار آغاز شده و تا بیست‌ویکم اردیبهشت در سالن شهیدکشوری شهرقدس پیگیری خواهد شد. در این دوره دو بسکتبالیست جوان خراسانی نیز در اردو حضور دارند. هانیه حسینی و زهرا بازوبندی در این تمرینات زیر نظر فریده هادوی و زهرا مرتضی‌زاده برای رسیدن به پیراهن تیم ملی تلاش خواهند کرد.

درخشش دختران فوتبالیست استان

پرونده مسابقات چهارجانبه فوتبال بانوان استان که به میزبانی باشگاه اترک قوچان برگزار شد، با قهرمانی مقتدرانه تیم میزبان بسته شد. این دوره از رقابت‌ها که به یاد شهدای میناب برگزار شد، میزبان تیم‌هایی از شهرهای مشهد، گلبهار، قوچان و نیشابور بود. در پایان رقابتی فشرده و تماشایی، دختران تیم اترک قوچان موفق شدند عنوان قهرمانی این تورنمنت را در خانه از آن خود کنند.

علم ورزش

آسیب‌های کمری و عصبی در پیک‌های موتوری

ساعت‌ها نشستن روی موتورسیکلت، عبور از دست‌اندازها، لرزش مداوم و وضعیت بدنی نه‌چندان استاندارد، ترکیبی است که بدن پیک‌های موتوری را در معرض فرسایش تدریجی قرار می‌دهد. کمردرد، بی‌حسی دست‌ها، درد مچ و حتی گزگز پاها، فقط بخشی از پیامدهای این شغل پرتحرک و پرریسک است.

۲عامل اصلی مشکل «لرزش» و «وضعیت بدن» است. لرزش مداوم موتور، مانند ضربه‌های ریز و پی‌درپی به ستون فقرات و مفاصل وارد می‌شود. در کنار آن، نشستن طولانی با کمر خمیده و دست‌های کشیده روی فرمان، باعث فشار مزمن به دیسک‌های کمر، شانه‌ها و مچ‌ها می‌شود. نتیجه؟ بدنی که پیش از زمان، علائم فرسودگی را نشان می‌دهد.

آسیب‌های شایع در پیک‌های موتوری

- کمردرد مکانیکی به‌دلیل نشستن طولانی و ضربات جاده
- بی‌حسی و گزگز دست‌ها (فشار روی عصب‌ها در مچ و ساعد)
- درد شانه و گردن به‌علت جلوآمدن سر و کشیدگی دست‌ها
- خستگی و درد زانو و لگن در مسیرهای طولانی

۴حرکت اصلاحی برای پیک‌ها

۱. کشش کمر به عقب: هر ۴۵ تا ۶۰ دقیقه توقف کنید، بایستید و دست‌ها را روی کمر بگذارید، آرام به عقب خم شوید. ۱۰ثانیه نگه دارید. پنج بار تکرار کنید. این حرکت، فشار مداوم روی دیسک‌ها را خنثی می‌کند.

۲. کشش ساعد و مچ: دست را صاف جلو ببرید و با دست دیگر انگشتان را به سمت پایین بکشید تا در ساعد کشش حس شود. پانزده ثانیه نگه دارید، سپس برعکس. مناسب برای پیشگیری از بی‌حسی دست.

۳. چرخش گردن: گردن را آرام به چپ و راست، جلو و عقب حرکت دهید (بدون فشار ناگهانی). هر جهت ۱۰ثانیه. این حرکت، خشکی ناشی از نگاه ثابت به مسیر را کاهش می‌دهد.

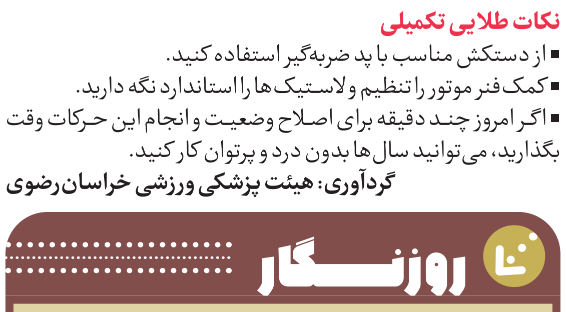
۴. بالارفتن روی پنجه پا: در حالت ایستاده، پانزده بار روی پنجه پا بلند شوید و پایین بیایید. این تمرین، گردش خون پاها را بهبود می‌دهد و از خستگی و واریس جلوگیری می‌کند.

نکات طلایی تکمیلی

- از دستکش مناسب با پد ضربه‌گیر استفاده کنید.
- کمک‌فنر موتور را تنظیم و لاستیک‌ها را استاندارد نگه دارید.
- اگر امروز چند دقیقه برای اصلاح وضعیت و انجام این حرکات وقت بگذارید، می‌توانید سال‌ها بدون درد و پرتوان کار کنید.

گردآوری: هیئت پزشکی ورزشی خراسان‌رضوی

روزنـــــگار



در چنین روزی

هفدهم اردیبهشت سال ۱۳۲۳ فینال مسابقات باشگاهی و دسته‌جات آزاد مشهد برگزار شد. پس از سه‌سال وقفه در برگزاری مسابقات و درحالی‌که هنوز مشهد در اشغال نیروهای شوروی در کوران جنگ جهانی دوم بود، از اسفند ۱۳۲۳ شش تیم به رقابت پرداختند تا نتیجه در چنین روزی مشخص شود؛ جایی که یک تیم دبیرستانی به نام شاهرضا که محمدتقی جعفریان (مدیرکل افسانه‌ای ورزش خراسان) هم مربی و بازیکن آن بود، توانست در فینال بر تیم نیرو غلبه کند و جام قهرمانی را بالای سر ببرد. مهدی نصیراوغلی که بعدها ملی‌پوش شد و احمد میلانیان، مربی سال‌های بعد خراسان، هم از اعضای این تیم بودند.