شهرآرا
۲۳۳۷
۵شنبه
21
۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۵
۴ ذی‌الحجه ۱۴۴۷
26 05
SHAHRARANEWS.IR

نمایندگان استان در لیگ های دسته دوم و سوم کشور به میدان می روند

آخر هفته سخت فوتبال شهر

عکس: محسن بخشنده اشهرآرا

مرتضی اخوان

با شروع دوباره رقابت های لیگ های سطوح مختلف فوتبال کشور، حالا بار دیگر نگاه فوتبال دوستان مشهدی به عملکرد تیم های شهرشان در این آوردگاه هاست. مسابقات فوتبال لیگ های دسته دوم و سوم فوتبال کشور طی فردا و پس فردا برگزار خواهد شد و نمایندگان استان باید مقابل حریفان به میدان بروند؛ دیدارهایی که برای هرکدامشان می تواند حکم مرگ و زندگی داشته باشد و از حساسیت ویژه ای برخوردار است. در لیگ دسته دوم تیم فوتبال فردوسی ثامن از بازی هشت نفره مقابل حریف شمالی در هفته گذشته به این بازی رسیده است و در لیگ دسته سوم هم پشتیبانی نزاجا و ابومسلم برای رستگاری و فرار از سقوط می جنگند.

نزاجا در اندیشه رسیدن به صدر

تیم فوتبال پشتیبانی نزاجا را می توان تنهاتیم مشهدی حاضر در لیگ های دسته دوم تا چهارم فوتبال کشور دانست که وضعیت خوبی دارد و می تواند برای رستگاری و صعود بجنگد. شاگردان امید کاتب در شروع دوباره رقابت ها هفته گذشته یک برد خانگی دل چسب مقابل میهمان اراکی به دست آوردند، اما دو حریف مستقیمشان در مسیر صعود، یعنی تیم های اول و دوم جدول هم بازی هایشان را بردند تا نماینده مشهد همچنان در جایگاه سوم جدول باشد. با این همه، مردان خراسانی با پیروزی احتمالی در بازی این هفته، می توانند به توقف صالحین شمیرانات و دریای آرین بابل، تیم های اول و دوم جدول، دل خوش باشند تا به رستگاری موقت برسند. شاگردان کاتب فردا از ساعت ۱۷ در شهر کرج میهمان تیم شهید هادی البرز هستند؛ دیدار با تیم نهم جدول که در منطقه قرمز قرار دارد و بی تردید به دنبال آن است تا از بازی خانگی سه امتیاز بگیرد و به بقا امیدوار شود. از طرف دیگر، تیم مشهدی با ۳۹ امتیاز تیم سوم جدول است و فقط یک امتیاز با پله صعود یعنی جایگاه دوم و سه امتیاز با صدر فاصله دارد.

ابومسلم به دنبال فرار از سقوط

تیم فوتبال ابومسلم ثامن مشهد که در ابتدای فصل با وعده احیای نام «ابومسلم»، تیم ریشه دار فوتبال مشهد، ۲۵ هزار هوادار را به ورزشگاه امام رضا(ع) می کشاند، حالا در آستانه سقوط است؛ تیمی که خیلی زود سرمربی بومی خود، سعید خانی، را کنار گذاشت و حالا با سرمربی غیربومی، مهدی محمدزاده، نه تنها وضعش بهتر نشده است، بلکه با منطقه سقوط فقط سه امتیاز فاصله دارد. شاگردان محمدزاده فردا از ساعت ۱۶:۳۰ در حالی باید در ورزشگاه ثامن الائمه(ع) مشهد میزبان هدف دشت طلایی باشند که هفته گذشته در شروع دوباره رقابت ها با شکست سنگین ۴ بر۱ مقابل صدرنشین نشان دادند این تیم اصلا حال وروز خوشی ندارد. ابومسلمی ها با ۲۱ امتیاز در جایگاه هشتم جدول هستند و با تیم نهم که به لیگ دسته چهارم سقوط خواهد کرد، فقط سه امتیاز فاصله دارند. جالب اینکه تیم نهم جدول، تیم شهید هادی البرز است که هجده امتیازی است و امروز با پشتیبانی، دیگرتیم مشهدی، بازی دارد.

فردوسی ثامن تشکیل می شود؟

تیم فوتبال فردوسی ثامن مشهد این روزها عجیب ترین نماینده فوتبال استان در لیگ های کشوری است؛ تیمی که نزدیک هشتاد روز تمرین نکرد و پس از بازگشت به تمرینات هم فقط با هشت بازیکن جوانان و کمتر از ۲۳ سال در بازی هفته گذشته خود حاضر شد. این اقدام آن ها موجب تحقیر تاریخی فوتبال خراسان شد و تیم مشهد مقابل تیم ته جدولی لیگ دسته دوم با نتیجه ۵ بر۰ باخت. مشهدی ها این هفته باید روز شنبه از ساعت ۱۶:۳۰ در چارچوب هفته بیستم لیگ دسته دوم فوتبال کشور در ورزشگاه تختی مشهد به مصاف تیم شایان دیزل فارس بروند. البته هنوز مشخص نیست تیم مشهد در این بازی حاضر خواهد شد یا خیر. زیرا بازیکنان اصلی تیم خواهان مطالبات خود هستند و هنوز هیچ کس نیست که پاسخگوی آن ها باشد.

تیم کشتی ساحلی استان در مسابقات قهرمانی کشور روی سکو نرفت

چهارمی آزادکاران روی شن!

مسابقات کشتی ساحلی نوجوانان (کمتر از هفده سال) قهرمانی کشور، انتخابی تیم ملی برای حضور در المپیک جوانان داکار، یادواره شهید جنگ تحمیلی سوم، فرهاد صالحی، در شهر محمودآباد استان مازندران برگزار شد. در پایان این مسابقات استان مازندران با ۵۲ امتیاز در جایگاه نخست ایستاد و استان های تهران با ۵۱ و زنجان با ۳۴ امتیاز دوم و سوم شدند. این درحالی است که ساحلی‌کاران خراسانی با فقط یک امتیاز اختلاف نسبت به تیم سوم از رفتن روی سکوی این دوره از مسابقات بازماند. این دوره از مسابقات در چهار وزن ۶۰، ۷۰، ۸۰ و ۹۰ کیلوگرم برگزار شد و تیم اعزامی کشتی آزاد نوجوانان خراسان رضوی به این مسابقات در وزن ۶۰ کیلوگرم یک عنوان نهمی با دانیال حکیمی داشت، در وزن ۷۰ کیلوگرم امیرحسین گروهی نهم شد و در وزن ۸۰ کیلوگرم نیز خالد فاطمی با بدشانسی بر جایگاه پنجم ایستاد. تیم اعزامی خراسان رضوی فقط در وزن ۹۰ کیلوگرم بود که با سیدسامان حسینی به مدال برنز رسید و همین مدال نقش بسزایی در چهارمی خراسان داشت.

تاریخ نگاری برگزاری مسابقات فوتبال در مشهد و حضور در مسابقات کشوری

ناکامی متوالی تیم مشهد در ایران

حسین نخعی شریف|در دو قسمت گذشته این نوشتار، اولین تا هشتمین دوره مسابقات فوتبال قهرمانی کشور از سال ۱۳۱۸ تا ۱۳۲۸ را بررسی کردیم؛ جایی که مشهدی ها، جزیک نایب قهرمانی باارزش در سومین دوره به سال ۱۳۲۱، در سایر دوره ها کم فروغ بودند و به آنچه لیاقتش را داشتند، دست نمی یافتند. در این قسمت، مروری داریم بر دوره نهم تا سیزدهم این مسابقات.

بی‌نام‌ونشان

نهمین دوره رقابت های قهرمانی کشور، فروردین ۱۳۲۹ در اهواز برگزار شد. مشهد ابتدا مقابل رضائیه ۳ بر۱ برنده شد، اما برابر شیراز با نتیجه عجیب ۶ بر۰ مغلوب شد. سپس مقابل تبریز بدون گل به کارش خاتمه داد. پیروزی ۴ بر۲ مقابل رشت و تساوی ۲ بر۲ مقابل کرمانشاه، حاصل دیدارهای بعدی خراسان بود که نتیجه آن، صعودنکردن و سوم شدن در گروه بود. سرپرستی تیم خراسان با سرور ظفر لطفی بود.

تغییر به خاطر باران

سال ۱۳۳۰، رشت به عنوان میزبان دهمین دوره انتخاب شد. مشهدی ها در اولین دیدار، سه شنبه ۳۱ اردیبهشت، مقابل تبریز قرار گرفتند و با یک گل مغلوب شدند. آن ها روز بعد مقابل گیلان، با همین نتیجه میدان را ترک کردند. پنجشنبه ۲ خرداد، مشهدی ها موفق شدند با یک گل مازندران را شکست دهند. جمعه نیز مقابل ضعیف ترین تیم گروه، یعنی همدان، به تساوی بدون گل رضایت دادند و بعد هم با رضائیه رودررو شدند تا باز هم در رسیدن به مرحله نهایی ناکام باشند. نادر افشارنادری و محسن آزاد، دو بازیکن مشهدی، عضو تیم شاهین تهران بودند. تقی کاشانی، کاظم میلانیان، حسن حاجبی، قانعی، حسین میروفائی، منوچهری، رحیم دانشور، حسن خطائی، عمواوغلی، نصیربک لی، عباس برازنده، هاشم و کاظم احمدزاده هروی، محمدی با هدایت احمد میلانیان، یاران مشهد بودند.

۲ سال وقفه

پس از دو سال وقفه، یازدهمین دوره مسابقات فوتبال قهرمانی کشور، شنبه ۲۹ اسفند ۱۳۳۲ در تهران با مراسم رژه یازده تیم حاضر آغاز شد. دیدار افتتاحیه بین مشهد و آبادان برگزار شد که مشهدی ها ۵ بر۱ مغلوب شدند تا در آستانه سال جدید، بدجوری توی ذوقشان بخورد. یکشنبه دومین روز فروردین ۱۳۳۳ مشهدی ها عقده‌گشایی کردند و همدان را ۵ بر۰ شکست دادند. مشهد عصر چهارشنبه ۴ فروردین به مصاف تهران رفت و با دو گل مغلوب شد. جمعه اهوازی ها موفق شدند ۳ بر۱ بر مشهد غلبه کنند و در آخرین دیدار هم شکست ۲ بر۱ مقابل گیلان رقم خورد تا خراسان از صعود باز بماند. حسین میرآقایی، ایرج سالاری، حسن پزنده شاهی، شعله، وفایی، اسدی، حاجبی، احمدی سیماب، منوچهر بهادرزاده، میهن یار، جاهدی، احمد قیامی، عرفانیان، رضایی پناه، بازیکنان مشهد بودند. غلامحیدر بهادرزاده، سرپرست-مربی و رحیم دانشور، کمک او بود.

تقویت تیم مشهد در سال ۱۳۳۴

در این سال هیئت فوتبال استان تصمیم گرفت برای تقویت تیم، چند بازیکن شهرستانی را دعوت کند؛ از این رو احمد سطوتی از کاشمر، نیری از نیشابور، معمارزاده از قوچان و رهبری از سبزوار به مشهد فراخوانده شدند تا به مدت پانزده روز همراه سایر بازیکنان در زمین دبیرستان فردوسی، زیر نظر پرویز عمواوغلی به تمرین بپردازند. خراسان در این مسابقات توفیقی نداشت و در بین پنج تیم حاضر در پله آخر ایستاد. این رقابت ها جمعه ۱۹ آبان ۱۳۳۴ با دیدار دو تیم خراسان و آبادان آغاز شد و با نتیجه عجیب ۹ بر۱ به سود جنوبی ها خاتمه یافت. خیس بودن زمین به خاطر بارندگی شدید صبح مسابقه هم البته در این نتیجه بی تأثیر نبود. خراسان در دیدار دوم، به مصاف اصفهانی رفت که در دیدار اول ۶ بر۰ مغلوب تهران شده بود. در این دیدار مشهدی ها با ۸ گل مغلوب شدند تا نتیجه دیدار اول عجیب جلوه نکند. دوشنبه ۲۲ آبان، تبریز و مشهد به مصاف هم رفتند که مشهد موفق شد ۲ بر۱ از سد تبریز بگذرد و با پیروزی به کار خود در این رقابت ها خاتمه دهد. کاظم میلانیان، حاجبی، منوچهری، رهبری، نیری، احمد سطوتی، رشید آمون، عباس عبداللهیان، احمدی سیماب، فلاح، احمد قیامی، سالاری، شعله، عرفانیان، اسدی، ابراهیم کلاهچیان، سربازیان پرویز عمواوغلی بودند با سرپرستی غلامحیدر بهادرزاده. در این دوره نادر افشار و محسن آزاد، دو بازیکن مشهدی، برای تیم تهران به میدان رفتند.

پوست‌اندازی مشهدی ها

خراسان برای شرکت در سیزدهمین دوره مسابقات قهرمانی کشور، ۱۵ شهریور ۱۳۳۵ روانه کرمان شد. خراسان که در دوره های گذشته به موفقیتی دست نیافته بود، در این دوره پوست اندازی کرد و غالب اعضای تیم را از دانش آموزانی تشکیل داد که برای اولین بار در این مسابقات شرکت می کردند. مشهدی های جوان در اولین گام به مصاف اصفهان رفتند و ۵ بر۰ شکست خوردند. آن ها در دومین مسابقه مقابل میزبان قرار گرفتند و در این مسابقه هم ۴ بر۰ مغلوب شدند. مشهد در آخرین دیدار هم ۱ بر۰ مغلوب تهران شد که البته جلال رسولی، دروازه بان مشهد، مانع محکمی مقابل گل زنی بیشتر تهرانی ها بود. مشهد می بایست در دیدار آخر مقابل تبریز به میدان می رفت، اما تبریزی ها حاضر به مسابقه نشدند.

سرخط خبرها

هندبالیست مشهدی در راه ناگویا و آسیا

هندبالیست مشهدی برای حضور در بازی های آسیایی ناگویا و قهرمانی قاره کهن راهی اردو شد. نخستین اردوی آماده سازی تیم ملی هندبال بزرگ سالان بانوان با حضور ۲۹ بازیکن در تهران آغاز شد و تا هفتم خرداد ادامه خواهد داشت. در این دوره نیز آرزو کیانی آرا، هندبالیست مشهدی، در کنار زهرا افشاری، فاطمه خلیلی، آرزو محمدی، الناز یارمحمدی، غزل عادلی، حدیثه نوروزی، مائده عشاقی، زهرا فتوتی، فاطمه مریخ، آسمان بدوی، مبینا حسن نژاد، مهربان بدوی، شهرزاد نصوحی، اسرا زندی، نگار زنده بودی، ستاره رحمانیان، سعیده غضنفری، هستی فلاحی، هانیه کریمی، مهدیه جعفری، نازنین زارع، ثمین کریمی، الهه نیکان، لیلا حسینی، فاطمه روزور، شقایق ظفر، بهار ایزدگشب و فاطمه درویش بیگی در تمرینات حضور دارد. تیم ملی هندبال زنان که خود را برای حضور در بازی های آسیایی ناگویا و همچنین مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۲۶ و انتخابی قهرمانی جهان ۲۰۲۷ آماده می کند، در غیاب برخی ستاره های خود کارش را شروع کرده است؛ به طوری که مینا وطن پرست و ساناز رجبی از تیم ملی خداحافظی کرده اند و از سوی دیگر نسترن فراهانی، یکی دیگر از ستاره های تیم، با مصدومیت دست وپنجه نرم می کند.

مشهد، میزبان پسران ملی پوش والیبالیست

سومین مرحله اردوی آماده سازی تیم ملی والیبال کمتر از هفده سال پسر ایران برای حضور شایسته در رقابت های قهرمانی جهان در مشهد برگزار می شود. دومین دوره مسابقات والیبال قهرمانی مردان کمتر از هفده سال جهان از بیست وهشتم مرداد تا هفتم شهریور ۱۴۰۵ به میزبانی دوحه قطر برگزار می شود. به همین منظور سرمربی تیم ملی کمتر از هفده سال پسر ایران پس از پایان دومین مرحله تمرینات آماده سازی، ۲۱ بازیکن را به مرحله سوم تمرینات دعوت کرد و بازیکنان از امروز راهی این اردو خواهند شد. آکام ابراهیم نژاد، آیدین پوزش، ایلیا داوودی پور، سینا حضرتی، آرش رضایی فر، امیررضا میرحسینی، یاسین اسدی زاده، آرش اشرفی، رادان صالحی، حمزه آقچلی، رسول آقچلی، آژوان نمازی، منیب شیخ، امیررضا فرامرزی، یاسین سلمانی، محمدرضا زیبایی، طاها مصیبی، یزدان عبدی، شهداد علیزاده، پارسا مقصودی و سینا احمدی بازیکنان دعوت شده به این مرحله از تمرینات هستند. مصطفی رضایی (سرپرست)، آرش صادقیانی (سرمربی)، حسین وزیری (مشاور فنی)، وحید صادقی، حسام الدین نایبجی، اصغر نجفی، جواد رضایی نصر و حمید احمدی (مربیان)، امیر صمیمی و علیرضا بهاری (آنالیزور)، مهدی اسدی (تراپیست)، محمد محمدپناه (بدن ساز)، هادی صفری (روان شناس) و شروین عمرانی (ماساژور) اعضای کادرفنی تیم ملی کمتر از هفده سال پسران در این اردو هستند.

علم و ورزش

آب میوه؛ انتخاب سالم برای ورزشکاران یا قند پنهان؟

در روزهای گرم و پس از تمرین، خیلی از ورزشکاران به سراغ آب میوه ها می روند. ظاهر سالم، طعم شیرین و حس خنکی باعث شده است بعضی ها تصور کنند هر نوع آب میوه ای می تواند جایگزین مناسبی برای آب و نوشیدنی های ورزشی باشد. اما در پزشکی ورزشی، نوع آب میوه و زمان مصرف آن اهمیت زیادی دارد. بدن ورزشکار پس از فعالیت بدنی، علاوه بر آب، بخشی از قند طبیعی و املاح خود را هم از دست می دهد. بعضی آب میوه های طبیعی می توانند به تأمین بخشی از این انرژی کمک کنند؛ به خصوص اگر در کنار آب و تغذیه مناسب مصرف شوند. با این حال، همه آب میوه ها انتخاب خوبی برای ورزشکاران نیستند. آب میوه های صنعتی معمولا مقدار زیادی شکر افزوده دارند و بعضی از آن ها حتی از نوشابه ها هم شیرین ترند. مصرف زیاد این نوشیدنی ها می تواند باعث افزایش ناگهانی قند خون و بعد افت سریع انرژی شود. به همین دلیل بسیاری از ورزشکاران پس از مصرف آب میوه های خیلی شیرین، احساس خستگی یا تشنگی بیشتری پیدا می کنند.

در میان آب میوه های طبیعی، بعضی گزینه ها برای ورزشکاران مناسب تر هستند. آب پرتقال طبیعی به دلیل داشتن ویتامین C و پتاسیم می تواند به ریکاوری بدن کمک کند. آب هندوانه به خاطر آب فراوان و برخی ترکیبات مفید، انتخاب خوبی برای روزهای گرم است. آب آلبالوی طبیعی هم در بعضی مطالعات به کاهش التهاب و درد عضلانی پس از تمرین کمک کرده است. موز، هرچند آب میوه نیست، اما در قالب اسموتی یا نوشیدنی خانگی می تواند برای تأمین انرژی و پتاسیم مفید باشد. ترکیب شیر کم چرب و موز یکی از نوشیدنی های ساده ریکاوری برای ورزشکاران آماتور به حساب می آید. نکته مهم این است که آب میوه نباید جای آب را بگیرد. بعضی ورزشکاران پس از تمرین فقط آب میوه می نوشند؛ درحالی که بدن پیش از هر چیز به آب نیاز دارد. مصرف زیاد آب میوه های شیرین، به ویژه در هوای گرم، حتی می تواند باعث احساس سنگینی یا مشکلات گوارشی شود. متخصصان پزشکی ورزشی توصیه می کنند ورزشکاران بیشتر به سراغ آب میوه های طبیعی، کم شیرین و خانگی بروند و مصرف نوشیدنی های صنعتی و بسیار شیرین را محدود کنند. همچنین بهتر است آب میوه در حجم متعادل و در کنار آب مصرف شود، نه به عنوان جایگزین کامل آن. بدن ورزشکار برای ریکاوری، بیشتر از نوشیدنی های رنگارنگ به تعادل نیاز دارد؛ تعادلی میان آب، تغذیه سالم و انتخاب درست نوشیدنی ها.

■ گردآوری: هیئت پزشکی ورزشی خراسان رضوی

روزنگار

در چنین روزی

سی ویکم اردیبهشت سال ۱۳۳۲ اکبر میثاقیان، سرمربی نامدار فوتبال خراسان، به دنیا آمد. میثاقیان که سال ها بازیکن و سرمربی ابومسلم بود، به عشق مشکی های مشهد، همیشه لب خط با پیراهن مشکی حاضر می شد و از این حیث مرد همیشه مشکی پوش فوتبال مشهد لقب گرفته است. او رکورددار بیشترین صعودها و بقاها در تاریخ لیگ برتر و دسته اول فوتبال کشور است. میثاقیان حالا هفتادوسه ساله است و همچنان بنای خداحافظی از دنیای مربیگری فوتبال را ندارد.