

در رقابت‌های بزرگ لیگ برتر دوومیدانی بانوان ایران خراسان نبود، خراسانی‌ها بودند

مرحله نخست سی‌امین دوره لیگ دوومیدانی باشگاه‌های کشور در سال ۱۴۰۵ درحالی‌با معرفی تیم‌های صدرنشین در چهار بخش به پایان رسید که تیم خراسان رضوی غایب بزرگ این میدان است. فصل گذشته پس از سال‌ها غیبت نماینده استان در لیگ دوومیدانی، آکادمی کاکتوس خراسان رضوی با ورزشکاران خراسانی راهی این میدان شد و در بین پنج تیم جایگاه چهارم را کسب کرد، اما امسال دوباره دوومیدانی مشهد با وجود داشتن ستاره‌های متعدد در فصل جدید مسابقات جایی ندارد. ورزشکاران خراسانی نیز جذب استان‌های دیگر شده‌اند و با پیراهن تیم‌های دیگر در مرحله نخست لیگ درخشیدند. مرحله نخست این رقابت‌ها طی سه روز در ورزشگاه آفتاب انقلاب تهران برگزار شد و تیم استقلال تهران در بخش بانوان، صدرنشین جدول رده‌بندی بزرگ سالان شد. در رده سنی جوانان نیز چادرملوی اردکان جایگاه نخست جدول رده‌بندی را به خود اختصاص داد. در بخش بزرگ سالان هفت تیم استقلال، دانشگاه آزاد اسلامی، چادرملوی اردکان، گل‌گهر سیرجان، هیئت کرمان، هیئت تهران و دنیای دوندگان حضور دارند. در بخش جوانان نیز پنج تیم حاضر شده‌اند که چادرملوی اردکان، گل‌گهر سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، هیئت دوومیدانی کرمان و دنیای دوندگان با یکدیگر رقابت می‌کنند. تیم چهارنفره استقلال متشکل از کرژان رستمی، مریم محبی، آیدا نارویی و نگین ولی‌پور با ثبت زمان ۳:۴۵.۲۲ دقیقه، ضمن کسب عنوان قهرمانی مرحله نخست لیگ دوومیدانی بانوان، رکورد ملی این ماده را نیز جابه‌جا کرد. در جایگاه دوم نیز تیم دانشگاه آزاد قرار گرفت که تک‌م دستاربندها، دونده مشهدی، نیز برای این تیم دوید. رکورد پیشین ۴:۰۷ متر امدادی بانوان ایران با زمان ۴:۴۴ دقیقه در اختیار تیم چهارنفره متشکل از تک‌م دستاربندها، کرژان رستمی، نگین آذری عدالت و نازنین عیدیان بود که اکنون پس از ثبت رکورد جدید، به میزان ۱.۲۲ ثانیه بهبود یافته است. دستاربندها، دونده مشهدی دانشگاه آزاد، همچنین در ماده ۱۵۰۰متر توانست به عنوان دومی دست یابد. در ۴:۰۷متر امدادی نیز بعد از تیم دانشگاه آزاد، تیم استقلال در رده دوم ایستاد که فائزه آشوری‌پور، دونده خراسانی، باتیم آبی‌ها در جایگاه نایب‌قهرمانی جای گرفت. آشوری‌پور در ماده ۱۰۰۰متر با مانع توانست به قهرمانی برسد، ولی در ۱۰۰متر سرعت به جایگاه سومی دست یافت. در ماده ۱۰هزار متر نیز سمیرا خداترس، دونده مشهدی تیم دانشگاه آزاد، در جایگاه سوم ایستاد و زهرا افشاریان، دیگر دونده خراسانی، با لباس چادرملو چهارم شد. در ماده ۵هزار متر نیز انوشه ذوالفقاری، دونده خراسانی، برای تیم دانشگاه آزاد عنوان سومی را کسب کرد. مرحله دوم این رقابت‌ها از بیست‌وششم تا بیست‌وششم همراه برگزار خواهد شد.



۲ خراسانی در اردوی تیم ملی کشتی نوجوانان

اردوی آماده‌سازی تیم ملی کشتی آزاد نوجوانان روزهای بیستم تا بیست‌وچهارم همراه برای اعزام به مسابقات المپیک دانش آموزی برزیل به میزبانی کمپ تیم‌های ملی بسپهد حاج‌قاسم سلیمانی‌خانه کشتی شهید ابراهیم‌هادی برگزار می‌شود. در این میان، محمدامین مالداریان در وزن ۲۵کیلوگرم و بنیامین آشفته در وزن ۶۰کیلوگرم از خراسان رضوی نفرات اصلی وزن خود هستند که در این اردو حاضرند.

صعود ۴۳ کوه‌نورد خراسانی به بام گلستان

چهارمین اردوی استعدادیابی و انتخابی تیم هیمالیانوردی خراسان رضوی با حضور ۴۳کوه‌نورد منتخب استان و صعود موفق به قله هزار۳متری گاوکشان، بلندترین قله استان گلستان، برگزار شد. این اردو در آستانه روز کوه‌نورد و به یاد مهدی عمیدی، کوه‌نورد فقید خراسانی، با حضور ۲۶کوه‌نورد مرد و ۷کوه‌نورد زن از شهرستان‌های مشهد، سبزوار، نیشابور، تربت حیدریه و کاشمر برگزار شد. شرکت‌کنندگان در این برنامه پس از عزیمت به منطقه و با توجه به وضعیت نامساعد جوی، صعود خود را از مسیر روستای شاکوه سفلی آغاز کردند و پس از طی مسیرهای پیش‌بینی‌شده، موفق به فتح قله گاوکشان شدند.

۳ ورزشکار استان در اردوی تیم ملی پارادارت

یک مربی و دو ورزشکار استان به اولین اردوی آمادگی، انتخابی و ارزیابی پارادارت دعوت شدند. این اردو در راستای تشکیل تیم ملی به منظور حضور در رویدادهای بین‌المللی، از بیست‌ونهم همراه به مدت چهار روز در کمپ تیم‌های ملی قدراسیون در تهران برگزار می‌شود. در این اردو زهیر محمدی به عنوان مربی و روح‌الله شریعتی و صدیقه نامدار به عنوان ورزشکار حضور خواهند داشت.



قرار در چنین روزی
بیستم مهرماه سال ۱۳۶۴ (۴۱سال پیش) تیم منتخب خراسان در چارچوب هفته پنجم لیگ قدس در مشهد به مصاف تیم اسفهان رفت که این دیدار بدون گل تمام شد. در این روز برای تیم خراسان، مرتضی اعتمادی، حسین امیدوار، اکبر میثاقیان، حسین رضایی، هاشم رهباندار، هادی منتجبی، علی اصغر جانداریان، کاظم غیاثیان، حسین شاملو، محمد اعظم، سعید صیامی، حسین لعل یوسفی، منصور شفیعی و حسین دیهیم به مربیگری قاسم زردکالو به میدان رفتند.



روایت آیناز فرامرزی، دختر کبدی‌کار مشهدی، از نایب‌قهرمانی در مسابقات آسیایی ناگویا

کم تجربه نبودیم فینال را می‌بردیم

عکس: توفیقه‌نورانی/شهرآر

آزینا حسین‌زاده‌عطار

وقتی در اردوی یهمن ماه پزشک معتمد تیم ملی برگه ام‌آر‌آی را مقابلش گذاشت و از کشفیدگی ۵۰درصدی رباط صلیبی گفت، همه چیز بوی تمام‌شدن می‌داد. با باید زانویش را به تیغ جراحان می‌سپرد و تماشاگر بازی‌های آسیایی می‌شد، یا بار دردی فرسایشی را به جان می‌خرد و به ناگویا می‌رسید. آیناز فرامرزی دوم را انتخاب کرد. دختر مشهدی که سال‌ها روی تانامی توان‌دو ضربه‌زدن یا با را مشق کرده بود، این بار با زانویی آسیب‌دیده راهی ژاپن شد تا مهاجم اول خط حمله ایران باشد؛ تیمی با ۹۰درصد چهره‌های جوان که طلسم دوازده‌ساله شکست‌ناپذیری چین تاییه را شکست و در فینال، هند پرستاره را تا ثانیه‌های آخر به نفس نفس انداخت. در این گفت‌وگو، آیناز فرامرزی، دختر کبدی‌کار مشهدی که از بازی‌های آسیایی ناگویا با مدال ارزشمند نقره بازگشته، درباره این مسابقات، خودش و دشواری راهی که انتخاب کرده حرف زده است.

● در تهران با ساعت توکیو زندگی کردیم وقتی پای فاصله زمانی ۵.۵ساعته ژاپن در مسابقات ناگویا در میان بود، با تدبیر کادر فنی، در اردوی تهران هفده روز تمام با ساعت ژاپن زندگی کردیم؛ در تاریکی ساعت محلی خوابیدیم، بیدار شدیم و سر وقت آن‌ها صبحانه خوردیم. وقتی پایمان به ژاپن رسید، جدت‌گ و اختلاف ساعت اصلا حس نشد، اما چالش اصلی فشردگی باور نکردنی بازی‌ها بود. بعد از پروازی فرسایشی، فقط یک روز استراحت و یک روز تمرین داشتیم و بلافاصله به دل ماراتن ۱۰بازی در ۱۰روز پرتاب شدیم.

● از هند چیزی کم نداشتیم

چین تاییه سال‌ها گریه‌سیاه کبدی زنان ایران بود؛ تیمی سرعتی با پاهایی شلاقی اما تکراری. سرمربی آن‌ها پس از شکست اعتراف کرد که مغلوب استراتژی و هوش کادرفنی ما شده‌اند. درحالی‌که فرمول همیشگی حضور هفت نفره‌است، مطابق نقشه سرمربی با پنج نفر وارد زمین شدیم و تله‌های

دفاعی برایشان گذاشتیم. فیلم بازی‌های هند و چین تاییه را آن قدر موشکافی کرده بودیم که شب‌ها خواب‌بازی آن‌ها را می‌دیدیم. در فینال هم چیزی از هند کم نداشتیم؛ نه در فاکتورهای بدنی و نه در تکنیک. اختلاف ناچیز سه امتیاز جوان مادر قیاس باثبات ترکیب حریف بود.

● آن حمله چهار امتیازی به‌خاطر مهارت در توکائندو بود توکائندو خیلی به من کمک کرده است. اگر پیشینه سال‌ها مبارزه رزمی نبود، شاید مهاجمی می‌شدم شبیه کبدی‌کارهای دیگر که بازی شان به بالاتنه و دست‌ها محدود است. اما ضربات انفجاری پا و واکنش‌های سرعتی کمک کرد تا در اوج حساسیت، حمله چهار امتیازی معروفم مقابل هند را ثبت کنم؛ پروازی که در رسانه‌ها با زتاب زیادی پدیدار کرد. وقتی رباط صلیبی‌ام ۵۰درصد کشیده شد، مربی گفت به تو ایمان دارم و منتظرت می‌مانم. نرفتن زیر تیغ جراحی قمار بزرگی بود که بار روانی سنگینی داشت. اما با دعای پدر و مادرم و هدایت پزشکم، دکتر احسان بندار، نجات پیدا کردم و به میدان رسیدم.

● مشهد خانه کبدی ندارد

بارها در رسانه‌ها فریاد زده‌ام که چرا شهری با این ظرفیت عظیم نباید یک «خانه کبدی» مستقل داشته باشد. وظیفه ورزشکار جنگیدن است، نه سرگردانی برای پیدا کردن سالن تمرین. برای حضور در تست مهم تیم ملی، به دلیل نبود حمایت، حتی بلیت برایمان مهیا نکردند. با

مدافع خراسانی ۲فرصت گل‌زنی را از دست داد باخت لوسیل با بدشانسی نعمتی!

علی نعمتی، مدافع خراسانی تیم لوسیل قطر، بدشانس بود که نتوانست گل تساوی تیمش را در دیدار مقابل الشحانیه به ثمر برساند و درنهایت اولین شکست تیمش در فصل جاری لیگ ستارگان قطر رقم خورد. اوضاع در فصل جدید برای لوسیل مساعد بوده و این تیم فراتر از انتظارات نتیجه گرفته است، اما آن‌ها در پنجمین مسابقه‌شان در فصل جدید با نتیجه ۱-۰ به الشحانیه باختند و اولین شکست فصل را متحمل شدند. دروازه لوسیل در این دیدار در دقیقه ۵۴ باز شد و در

ادامه این تیم در صدد جبران برآمد. در ۱۰دقیقه پایانی علی نعمتی در محوطه جریمه حریف حضور پیدا کرده بود و دوبار فرصت بسیار خوبی برای گل‌زنی داشت. ابتدا ضربه سر این بازیکن به تیرک افقی برخورد کرد و بهترین فرصت لوسیل برای جبران، با بدشانسی به گل تبدیل نشد. لحظاتی بعد علی نعمتی از سمت چپ محوطه جریمه، خودش را به نزدیکی دروازه رساند، اما ضربه او در حالتی نامتعادل با واکنش سنگریان حریف روبه‌رو شد و این فرصت نیز از دست رفت. درنهایت تلاش علی نعمتی و دیگر بازیکنان لوسیل برای بازگشت به جریان مسابقه اثربخش نبود و آن‌ها با قبول شکست مقابل الشحانیه، اولین باخت خود در فصل جدید را پذیرا شدند.

خستگی مفرط مسیر تهران تا مشهد را گزر کردیم و نماینده انتخابی مسئول هیئت حتی تلفنش را خاموش کرده بود و پاسخگو نبود.

● دلم نیامد رویه‌روی تیم اسانمم پایستم

لیگ بروکبدی مردان در هند میلیاردها تومان گردش مالی دارد و جوایز آسیایی آن‌ها سر به ارقام نجومی می‌زند، اما سهم ما دختران از این آقیانوس فقط یک وعده سرخرمن است. من حتی برای تمرینات و اردوهای ملی از جیب پدر و مادرم هزینه می‌کنم. پیشنهادهایی از تهران، مازندران و کرج با مبالغ بهتر داشتم، اما دلم نیامد دست مربی‌ام در مشهد خالی بماند و رویه‌روی تیم اسانمم پایستم. برای من عرق به مشهد همیشه بالاتر از صفرهای قرارداد بوده است؛ هرچند که ارقام ناچیز لیگ ما حتی بهای یک جفت کفش تخصصی را هم نمی‌دهد.

● امیدوارم دانشگاه فردوسی وضعیتم را درک کند

درس و تحصیل در دانشگاه قبلی به علت غیبت در اردوهای مداوم ملی با پنج ترم سوخت و انصراف دادم؛ هرچند حالا امیدوارم دانشگاه فردوسی موقعیت یک قهرمان ملی را درک کند. رؤیای من بستن بازوبند کاپیتانی تیم ملی است. در آخر این گفت‌وگو می‌خواهم به همه دخترانی که پا در این راه سخت می‌گذارند، پیامی بدهم؛ از دردها و کمبودها نترسید و اگر همه‌تکرار ایمان‌تان را پای رؤیای‌تان بگذارید، هیچ سدی توان ایستادگی در برابر‌تان را نخواهد داشت.

آزینا حسین‌زاده عطارا کوه‌های مشهد فقط مسیرهای سریالایی نیستند؛ بخشی از زندگی ورزشی، خاطرات و هویت طبیعت‌دوستان این شهرند. ما در مجموعه «کوه‌نگار» هر هفته یکی از ارتفاعات مشهد را معرفی می‌کنیم؛ از مسیرهای کم‌خطر و خانوادگی تا قله‌های جدی‌تر، و در کنار آن، نام‌هایی از کوهنوردانی را مرور می‌کنیم که سال‌ها پایمردی، دوستی و عشق به ارتفاع را در این مسیرها حفظ کرده‌اند. این مجموعه تلاشی است برای ثبت روایت‌های کوچک اما ماندگار کوه و آدم‌هایش.

دالان‌های آهکی مغان

در ۲۵کیلومتری جنوب‌غربی مشهد، با گذر از بافت اصیل روستاهای بالندرو خان‌رود، جاده آرام‌آرام از هیاهوی شهر فاصله می‌گیرد و به روستای کوهپایه‌ای مغان می‌رسد؛ جایی که کوهستان نه‌فقط یک عارضه جغرافیایی، بلکه سفری به ژرفای تاریخ صد میلیون ساله زمین است. با حدود یک ساعت کوه‌پیمایی در دامنه‌هایی که در بهار و تابستان آکنده از عطر گیاهان دارویی و گل‌های وحشی است، به دوه دانه سنگی غار اسرارآمیز مغان می‌رسید. ستون‌های باشکوه غار در دل قله که حاصل صوری میلیون‌ها ساله آب و سنگ اند، در کنار چشمه‌ها و حوضچه‌های زیرزمینی، چشم‌اندازی شگفت‌انگیز پدید آورده‌اند. اما این دیار فریبنده، ادابی سخت‌گیرانه دارد. مغان شوخی بردار نیست. دهل‌بازی تودرتو، پرتگاه‌های پنهان و چاه‌های عمیق سبب شده است ورود به غار بدون راهنمای باتجربه، روشنایی مناسب و کفش و پوشاک فنی، خطرانی جبران‌ناپذیر داشته باشد. برای این پیمایش حدود سه‌ساعتی، شنجش آمادگی بدنی و پایش وضعیت جوی الزامی است. از سوی دیگر، این غار زیستگاه حساس خفاش‌هاست و حفظ سکوت و نظافت آن، کمترین ادای احترام به این میراث کهن به شمار می‌رود.

حمید نظام‌دوست

متولد۱۳۵۵

تعداد دفعات صعود:

۵۰ مرتبه



نظام‌دوست چهره‌ای نام‌آشنا در کوه‌نوردی و غارنوردی است که در خانواده‌ای ورزشی پرورشیده است. از ده‌سالگی گام در کوهستان گذاشته و در دوازده‌سالگی سکوهای اسانسی سنگ‌نوردی را فتح کرده است. او در سال ۱۳۸۰ نام خود را به عنوان نخستین فاتح خراسانی قله ۷هزارمتری «لنین» ثبت کرد و از سال ۱۳۸۸ با تمرکز تخصصی بر غارنوردی، به عنوان مربی رسمی قدراسیون و راهنمای کوهستان به تربیت نسل جدید کوه‌نوردان پرداخته است. او خاطره‌ای از صعود را پیش‌رویمان می‌گذارد: قله مغان در وزن آهکی رشته‌کوه بینالود قرار گرفته است و غار آن قدمتی حدود ۲۵۰میلیون سال دارد. مسیر این قله به‌دلیل خلوت بودن، یکی از کارگاه‌های مطلوب برای تمرین و آموزش است، اما قواعد سخت‌وسختی دارد. این مربی قدراسیون هشدارهای زیست‌محیطی و فنی مهمی دارد؛ ورود به این غار ۷۴۰متری با دهل‌بازی فرعی و پرتگاه‌های سقوط، حتما نیازمند مربی رسمی است. غار یک اکوسیستم زنده است و برای جلوگیری از انتقال آلودگی‌های میکروبی باید لباس‌ها پیش از ورود تعویض شود. آب درون غار به دلیل اسیدی بودن و بار آلاینده، اصلاً نامیدنی نیست و هم‌نوردان باید از چشمه پایین‌دست قله آب بردارند. او خاطره‌ای تلخ اما تأمل‌برانگیز از بی‌احتیاطی در این میراث کهن تعریف می‌کند: یک‌بار با خانواده‌ای روبه‌رو شدم که در کمال ناباوری داخل دهل‌باز غار فرش پهن کرده و آتش روشن کرده بودند! با آرامش برایشان خطرات گازگرفتگی و آسیب جبران‌ناپذیر به غار را توضیح دادم. ابتدا مقاومت کردند، اما وقتی متوجه خطر خفگی شدند، باسطلشان را به بیرون منتقل کردند؛ رفتاری که نشان می‌دهد آموزش کوهستان پیش از صعود، چقدر حیاتی است.