

به گزارش روابط عمومی اداره کل تربیت بدنی استان هرمزگان؛ این مسابقات از روز پنجشنبه ۲۴ خرداد ماه در مجموعه ورزشی حجاب (هیئت شطرنج بندرعباس) بصورت جشنواره برای عموم علاقمندان به این رشته ورزشی برگزار شد.

برپایه این گزارش، مسابقه یادشده در کلیه مقاطع سنی و بصورت رایگان با جوایز نفیس جهت انتخاب نفرات برتر و اعزام به مسابقات مقدماتی قهرمانی کشور انجام شد.

برگزاری مسابقات ورزشی در رودان

مسابقات دوچرخه سواری به مسافت ۳ کیلومتر با شرکت ۱۵ نفر ورزشکار نوجوان تحت عنوان گرامیداشت محیط زیست در رودان برگزار شد.

در پایان این مسابقه " بهنام عطایی پور " ، اسماعیل علیپور ، مهدی حسن نژاد " به ترتیب اول تا سوم از سوی اداره تربیت بدنی و اداره محیط زیست احکام قهرمانی و جوایزی به نفرات برتر اهدا گردید.

برگزاری مسابقات وشو در رودان

برگزاری مسابقات قهرمانی وشو بسبج استان با شرکت تیم های مقاومت رودان ، مقاومت میناب ، مقاومت بسنگ ، مقاومت بندرعباس و بسبج ورزشکاران رودان در تاریخ ۲۵/۳/۸۶ در محل سالن حجاب رودان برگزار گردید.

مراسم اختتامیه باشرکت " طبیعی " فرماندار و فرماندهی سپاه ناحیه رودان و معاونت تربیت بدنی سپاه منطقه هرمزگان ، فرماندهی سپاه بسنگ ، نماینده تربیت بدنی و مسئولین ادارات رودان به تیم ها و نفرات برتر کاپ ، جوایز و احکام قهرمانی اهدا گردید.

در این مسابقات ، مقاومت رودان مقام اول ، مقاومت میناب مقام دوم و مقام سوم را مقاومت بسنگ کسب کردند و مقام اخلاق نیز به مقاومت بندرعباس تعلق گرفت.

آگهی مزایده اموال منقول و غیر منقول

- اموالی شرح ذیل:**
- ۱-سوله اصلی با ساخت سازه فولادی سقف ایرانیت دیوار بلوک و سیمان کف موزائیک دیوار داخلی سوله به ارتفاع ۲ مترسنگ با زیربنای ۵۶۶ مترمربع به ارزش ۲۳۹۶۰۰۰۰ ریال
 - ۲-سوله مجاور با ساخت سازه فولادی سقف ایرانیت دیوار بلوک و سیمان کف موزائیک ارتفاع سوله از راس ۴ متر با زیربنای ۲۴۵ متر مربع به ارزش ۹۸۰۰۰۰۰۰ ریال
 - ۳-ساختمان اداری با ششاز بتون سقف تیرچه کف موزائیک نما نمره سیمان و گچ کاری کامل در حال بهره برداری به مساحت ۱۱۶ متر مربع به ارزش ۱۲۷۶۰۰۰۰ ریال
 - ۴-ساختمان نگهبانی و سرویس بهداشتی بصورت واحد مجزی با زیربنای کل ۵۶ متر مربع به ارزش ۵۶/۰۰۰/۰۰۰ ریال
 - ۵-حوض آب به مساحت ۱۴ متر مربع وبه ارتفاع ۱/۵ متر با بلوک سیمان به ارزش ۱۴۰۰۰۰۰ ریال
 - ۶-دیوار کشتی محوطه با بلوک و سیمان به ارتفاع ۲ متر به طول ۴۵۰ متر به ارزش ۱۲۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
 - ۷-اشتراک برق ۱۵۰ کیلو وات صنعتی با حق الامتیاز ترانس مشترک با واحد مجاور با تابلو به ارزش ۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
 - ۸ - یک مجموعه کامل تولید وبسته بندی ماکارونی شامل تمامی تجهیزات و دستگاههای مربوطه واقع در سوله مربوط و موارد موجود در بخش اداری که عبارتند از

یک مخزن آب شیرین ۸ هزارلیتری عمودی به همراه لوله کشتی ها و پمپ مربوط و یک مخزن سوخت مستعمل ۲۲ هزار لیتری زمینی از نوع قابل استقرار برروی تریلر تعداد ۲۵ پالت چوبی مستعمل و تعداد ۷۸ عدد چرخ حمل ماکارونی بخش الگ ووقف انتقال ایبرامریچ والکتروموتور مربوط به تخلیه و انتقال آرد به سیستم و یکدستگاه ریکتی فایر مارک الکتروهاستار ۲۰۰ آمپر و تعداد ۲۸ عدد پالت پلاستیکی و سیستم مخلوط کن مواد زن خمیر گیر ماکارونی زن و رشته زن شامل منابع انبساط آلومینیومی جعبه برق گیربکس و غیرو و سیستم کنترل روم شامل جعبه های برق سوییچ برد و دستگاه اتوماسیون مخزن سوخت یک هزارلیتری هستیل و شمعل مربوطه لوله کشتی ها الکترو پمپ ها مخازن فرعی آب سیستم انتقال سوخت آب و تعداد ابزار جعبه برق مربوطه و پمپ باد موتور خانه دستگاه شستشوی قالب ها و دستگاه ماکارونی یکدستگاه کولرگازی فستو ۱۸ هزار و کپسول ۵۰ پشه کش برقی و بخش رختکن آلومینیومی و عدد پایه فلزی چهارگوش و ۵ دستگاه فن سقفی ،تعداد ۴۵ بسته ماکارونی و ۳۳۶ جعبه پلاستیکی حمل ماکارونی و تعداد ۲ عدد میز آلومینیومی با پایه آهنی ترازوی دیجیتال مارک مگک و ترازوی دوکفه معمولی ،دستگاه دوخت ناپلون کوچک و میز کوچک فلزی معمولی ، مقدار ۱۱۵ کیلو گرم لوله آلومینیومی مخصوص خشک کردن ماکارونی،یک پایه چرخ دار فلزی حمله لوله ها،دستگاه برش ردیف کردن ماکارونی و دستگاه انتهائی ردیف کردن و بسته بندی ماکارونی و تعداد ۱۲ ست اطالک گریمکن مشتمل برالمنتها فن ها لوله کشتی ها و دماسنجهای مربوطه و ناپلون های بسته بندی و پروانه فن ،لامپ فلورسنت،چرخ دنده الکتروموتور و دیگر قطعات یدکی تعداد دو دستگاه کمپرسور هوائی چرخ دار تعداد ۵ دستگاه فن خارج از ساختمان جهت حفظ رطوبت کارگاه موارد موجود در آزمایشگاه شامل اوون واینکوبتور و ترمو متره تی هاش متروکر سکوپ برقی،کپسول گاز ،صندلی میز و کابینت و مواد شیمیایی مربوطه و کوره ۴/۴۷ f/بخال مولد ده فوت و کابینتهای مربوطه در دفتر شرکت،میز چوبی اداری ،صندلی دسته دار،کمد قفسه دار شیشه ای ،فایل چهار کشویی قفل دار و میز جلو مبلی و تعداد ۶ عدد صندلی روکش پلاستیکی اداری چوبی جمعا به ارزش ۴۳۷۸۵۰۰۰ ریال که کل اموال بازداشت شده طبق نظریه کارشناسان دادگستری به مبلغ ۱/۲۷۸/۳۸۵/۰۰۰ ریال در قبالت قسمتی از اصل طلب و نیم عشر اجرائی متعلق به شرکت تعاونی ایثارگران ماکارونی بهنام مدیون پرونده اجرائی کلاسه ۸۶/۲۰۶۳/۲۰۶۳ و ۸۲/۲۰۶۳/۲۰۶۳ بازداشت و ارزیابی گردیده که در روز چهارشنبه مورخ ۸۶/۵/۱۰ از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر واقع در بندرعباس شهرک صنعتی فاز ۲ روبروی شرکت کیاکولا از طریق مزایده به فروش می رسد مزایده از مبلغ ۱/۲۷۸/۳۸۵/۰۰۰ ریال شروع و به بالاترین قیمتی که خریدار داشته باشد فروخته خواهد شد حق حراج و بدهی آب و برق و تلفن وبه طور کلی سایر هزینه های قانونی دیگر به عهده خریدار خواهد بود ضمنا چون در مورد اعیانی ملک درخواست ثبت نشده اداره ثبت تکلیفی برای تحویل مورد انتقال ندارد و نیز مسئولیتی از جهت اشکالاتی که ممکن است در حین پذیرش تقاضا ثبت و یا بعد از آن جهت اعتراض و غیره پیش آید نخواهد داشت.

سید احمد حسینی

رئیس ثبت اسناد و املاک بندر عباس

تاریخ انتشار نوبت اول: ۸۶/۳/۱۹- تاریخ انتشار نوبت دوم: ۸۶/۳/۳۰

افتتاحیه اردوی ورزشی دانش آموزی در بندر عباس



بزرگترین سالن ورزشی تا یک ماه دیگر در میناب افتتاح می شود.

محمد جواد سلطان زاده " معاونت پشتیبانی سازمان آموزش و پرورش نیز در این مراسم گفت : دانش آموزان نباید تصور کنند که در منطقه محروم زندگی می کنند ، تلاش ها با توجه به شرایط جوی در این استان قابل تقدیر است .

انتظار همه این است که دانش آموزان موفقیت بیشتری کسب کنند . چرا که جسم سالم می تواند روح سالم را تقویت کند .

علیرضا باقری رئیس گروه تربیت بدنی و تندرستی نیز در ادامه گفت : امسال پنجاه هزار و پانصد و بیست و نه نفر در مسابقات مناطق و شهرستان ها شرکت کردند که از این تعداد ۳۸۸۰ نفر به مسابقات استانی راه یافتند .

مجموعه تیم های شرکت کننده ۳۹۲ تیم دختران و پسران در مرحله مقدماتی ۱۰۱۸ نفر در رشته های مختلف به اردو دعوت شدند ، ۱۷ رشته پسران ، ۱۳ رشته دختران که از این تعداد ۴۴۸ نفر به مسابقات مدارس کشور اعزام می شوند که ۱۸۱ نفر دختر و ۲۶۷ نفر پسر که دختران به شهر تبریز و پسران

به مشهد اعزام می شوند .
شایان ذکر است ؛ تعداد مدال های کسب شده سال ۵۲۸۴ مدال و سال ۸۵ به ۶۱ مدال رسید

دویدن و اثرات آن در مغز و اعصاب

ورزش دویدن می تواند پایگاهی برای سلامتی فکری و عصبی افراد بشمار آید .

تحقیقاتی که در این باره به عمل آمده حاکی از آن است که دویدن نگرانی و اضطراب را کاهش می دهد .

آزمایشی که در یکی از دانشگاه ها در مورد ۲۸ بیمار مبتلا به اضطراب و فشار روحی به عمل آمد نشان داد که هفته ای سه بار از ۳۰ تا ۴۰ دقیقه دویدن در عرض روحی آنان اثر گذاشته است و تاثیر این ورزش از اثرات داروهای که برای رفع این ناراحتی تجویز می شود زیادتر است .

یکی از پزشکان دانشگاه ویرجینیا اظهار داشته : در بین کسانی که می دوند افراد مضطرب و نگران دیده نمی شود . در حدود ۷۰ درصد افرادی که به او مراجعه می کنند دچار ناراحتی روحی و نگرانی هستند و ۱۵ تا ۲۰ درصد آنان فقط پس از یک هفته دویدن بهبود می یابند .

شدن روحیه بیماران او شده و افراد ساکت و غیر فعال رابه صحبت کردن با دیگران و نشان دادن علاقه بیشتر به زندگی می کشاند .

او که خود چندین سال است که در مسابقات دو مارا تن شرکت می کند عقیده دارد : دویدن نوعی معالجه برای کسانی که دچار اضطراب و فشار روحی هستند ، به حساب می آید و نوع تازه ای از روان درمانی است .

این ورزش ساده نه تنها وضع جسم را بهبود می بخشد بلکه در مغز و اعصاب اثر می گذارد . زیرا باعث می شود که از نظر شیمیایی تغییراتی در بدن به وجود آید . نظریات این روانپزشک در بین بعضی دیگر از روان شناسان رایج شده و آنها نیز به جای تجویز دارو برخی از بیماران خود را به وسیله دویدن درمان می کنند .

یکی از نویسندگان در کتابی تحت عنوان " اثرات روانی دویدن " می گوید : کلینیک های مخصوص



یکی از روانشناسان آمریکایی چند سال است که ورزش آهسته دویدن را وسیله درمان افرادی که به نگرانی و اضطراب دچار هستند قرار داده است .
او می گوید : دویدن باعث بهتر

بخشدار توکهور خواستار توجه مسئولین تربیت بدنی استان به این منطقه شد



در این جلسه " علی مسلمی " بخشدار بدنی شهرستان میناب و بخشدار توکهور ضمن بیان جملاتی پیرامون اهمیت ورزش و تربیت بدنی خواستار توجه ویژه مسئولین تربیت بدنی شهرستان میناب و استان به ورزش منطقه شد .

در این جلسه پس از شنیدن سخنان جوانان پیرامون این مهم مصوب گردید ، مسئولین شهرستان

با حضور " محمدیان رئیس تربیت بدنی شهرستان میناب و بخشدار توکهور ، شورای اسلامی بخش و جمعی از جوانان و مسئول تربیت بدنی بخش توکهور جلسه ای پیرامون عدم حمایت مسئولین ذریبط در خصوص ورزش و تربیت بدنی منعقد گردید .

تابلو توجیه والدین گرامی در شهرستان بندر لنگه

با درج عکس فرزندان دلبدتان در روزنامه دریا

مشوقشان باشید

بدر لنگه: دفتر نمایندگی روزنامه دریا- عبدالحسین اسد پور

تلفن: منزل-۰۷۶۲۲۲۲۰۴۶۲-همراه:۰۹۱۷۱۶۲۲۲۷۲۴

جدول

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱														
۲														
۳														
۴														
۵														
۶														
۷														
۸														
۹														
۱۰														
۱۱														
۱۲														
۱۳														
۱۴														
۱۵														

کار افتادگی قسمتی از بدن - نماغ
۱۰- سنگ نبشته - پایتخت یونان - صدایی
۱۱- راهی برای دفع جانوران موی - ناحیه
از اتمسفر - ۱۵ - خروس صحرایی - گرداگرد
۱۲- عدد فوتبالی - میهمانی نوبتی - دیدگستر
مغزسر

۱۳- واژه ای در مقام تنبیه
۱۴- طول - احمق و کودن
۱۵- کتابی از سخت ترسیدن شخص .
عمودی:
۱- آویز نخی یا ابریشمی به شکل رشته یا گلوله که به کلاه یا جامه آویزان کنند - شالوده و بنیان - ویران و خراب
۲- دیوار دور قلعه - ماهوش
۳- از انوات ورزش باستانی
۴- پوشاک چهارپا - گردشگاه شهری - خالص
۵- چپق فرنگی - پولی که به صورت نقد و بدون سند کسی از شخصی بگیرد - سوره مردم
۶- طرف زمان و مکان - صلیب - حنا
۷- وجود دارد - شتر تندر
۸- چپق فرنگی - پولی که به صورت نقد و بدون سند کسی از شخصی بگیرد - سوره مردم
۹- زین و برگ اسب- صفت و گونه
۱۰- اقیانوس کبیر - یکی از شیوخ - طولی ترین رود جهان
۱۱- لفافه- اهل سنت پیامبر (ص)
۱۲- ساز شاکلی - از فرشتگان شب اول قبر - عارضه مشترک پجخال و دهان نوزاد - گود میان تهی

طالع پینی

فروردین ماه
در محل کار با افراد جدیدی آشنا می شوید که می توانند آرزوهای شما را در آینده نه چندان دور برآورده سازند. زیرا اطلاعاتی را که شما به آن ها احتیاج دارید. آن ها می دانند.

اردیبهشت
شاید سعی کنید نهمتان را رشد دهید اما به دلایل خاصی دیگران مانع از این موضوع می شوند. خوب است که آنها را سرچاپشان ببشاندید و سعی کنید آنها را در برنامه های خود دخالت دهید. در این روش آن ها بسیار فهمیده تر و مفیدتر خواهند بود.

خرداد
بسیار مرموز رفتار می کنید و هیچ کس نمی داند در فکرتان چه می گذرد. در هر صورت شما سیاستمدار هستید. اگر بدانید که در یک رابطه به شما ضرر عاطفی می رسد هرگز خودتان را درگیر نمی کنید. اگر هم تاکنون عاشق شده باشید عجیب است! آیا رفتار شما به خاطر این نیست که می ترسید همه چیز را بیش از حد جدی می گیرید؟

تیر
به عنوان یک شیر دوست دارید مورد توجه دیگران باشید. بنابراین امروز را کاملاً خوش می گذرانید. دوستان، آشنایان و اقوام از مصاحبت با شما سیر نمی شوند و از روحیه تان، تعجب می کنند. از شخصی که در کشور دیگری به سر می برد یا اخیراً از آن دور بوده اید، با خبر می شوید.

مرداد
دارای اعتماد به نفس بالایی هستید اما سعی کنید این موضوع باعث ایجاد غرور در شما نشود. راحت تر از همیشه کارهایتان را انجام می دهید.

شهریور
امروز به این که شما عاشق اشناییی لوکس و گران قیمت هستید معروف خواهید شد. چرا که امروز مشتاقان زیادی که امکان پذیر است اطرافتان را پر از اشیاء و افراد زیبا کنید. هم چنین امروز شما می خواهید که صحنه سازی نمایش تان را عوض کنید و این نمایشی از شادی برایتان به ارمان خواهد آورد. اگر این کار امروز میسر نیست، ممکن است بتوانید برنامه گردشی را برای وسط هفته برنامه ریزی کرده و یا برای تعطیلات جایی را رزرو کنید در این صورت موضوع جدیدی دارید که به آن بپردازند.

مهر
بین شما و یکی از همکارانتان و یا همسرتان رقابت وجود دارد. اگر چه رقابت تا حدی لازم است اما به نظری می رسد این بار اعتماد به نفس شما را کم کرده است. سعی کنید بار دیگر از نو شروع کنید و تجدید قوا کنید.

آبان
امروز ممکن است فکر کنید که یک روز خیلی معمولی و ساکتی در پیش رو دارید ولی چیزی غیر واقعی تر از این وجود ندارد. انواع و اقسام موقعیت های غیر منتظره امروزتان را زنده و شما را کاملاً فعال نگه می دارند. البته شما اصلاً اهمیتی نمی دهید چون فکر انجام کارهای منزل یا انجام آن همه کارهای اداری اصلاً برایتان جالب نیست. اگر امشب به بیرون دعوت می شوید محض رضای خدا قبول بفرمائید چون هیچ نمی دانید چه کسی را در آنجا ملاقات خواهید کرد.

آذر
امروز اعتماد به نفس خوبی دارید و رفتارتان نشان می دهد که در دلتان رازی دارید. حتی اگر کار خطرناکی را انجام می دهید، خودتان را کنترل می کنید و احساس آرامش و راحتی می کنید.

دی
امروز ستاره گان کارهای خلاق را آسانتر می کنند زیرا شما می توانید در یک لحظه به چندین موضوع توجه کنید . همچنین روز بسیار خوبی است که با تمام مشکلاتی که در رابطه تان وجود دارد روبرو می شوید به شرط این که با سیاست رفتار کنید.

بهمن
ارتباط از روی قلب تان ایده آل شماست اما گاهی به نظر نمی رسد که روزگار مایل به چنین روابطی باشد. در دور شما کسی علاقه مند است بداند که شما درباره اوضاع چگونه فکری کنید بنابراین او را جستجو کنید.

اسفند
به نظری می رسد در مورد مسائل احساسی منطقی تر شده اید و می توانید خیلی از کارهای نیمه تمام را پایان دهید و با چند نفر خلاق احساس گناه و شرمندگی خداحافظی کنید. با این کار می توانید به افرادی که از صمیم قلب دوستشان دارید توجه بیشتری داشته باشید.

www.daryanews.ir

اولین پایگاه اطلاع رسانی دریانیوز دریانیوز دریانیوز جدیدترین اخبار و مطالب