

خبر

۸۰۰ اژدها سوار در دریاچه آزادی تهران با هم به رقابت پرداختند

مسابقات قهرمانی کشور دراگون بت (قایق اژدها) بانوان و آقایان ۲۹ آبان ماه با حضور ۸۰۰ قایقران و قهرمانی تیم کیلان در بخش بانوان و تیم تهران در بخش آقایان در دریاچه مجموعه ورزشی آزادی تهران برگزار شد.

این مسابقات با حضور ۱۲ تیم از استانهای گلستان، کیلان، هرمزگان، خراسان رضوی، مازندران، کردستان، لرستان، کرمانشاه، خوزستان، تهران، بوشهر، فارس و آذربایجان غربی در بخش آقایان و ۱۱ تیم از استانهای مازندران، آذربایجان شرقی، اردبیل، کیلان، اصفهان، هرمزگان، خوزستان، تهران، لرستان، بوشهر و آذربایجان غربی در بخش بانوان در این رقابتها به مصاف هم رفتند که در نهایت تیم بانوان هرمزگانی در رده بندی کلی چهارم و تیم آقایان رده سیزدهم را به خود اختصاص دادند. تیم های شرکت کننده در ۳ مسافت ۱۰۰۰، ۵۰۰ و ۲۵۰ متر با یکدیگر به رقابت پرداختند که در نهایت:

❖ در بخش بانوان

- در مسافت ۱۰۰۰ متر تیم کیلان اول، تهران مقام دوم و اصفهان در رده سوم جای گرفت و در رده بندی کلی نیز دراگون بت (قایق اژدها) هرمزگان مقام چهارم را به خود اختصاص دادند.

- در مسافت ۵۰۰ متر کیلان اول، تهران دوم و اصفهان سوم شدند و تیم هرمزگان نیز در این مسافت در رده پنجم جای گرفتند. در مسافت ۲۵۰ متر کیلان مقام اول، تهران در مقام دوم و خراسان شمالی سوم شد؛ در این مسافت بانوان هرمزگانی رده چهارمی را به دست آوردند.

در مجموع در بخش بانوان کیلان با ۲۸ امتیاز به مقام قهرمانی رسید، تهران با ۲۲ امتیاز دوم شد و اصفهان با ۲۷ امتیاز در رده سوم ایستاد. هرمزگان با ۲۵، خراسان شمالی با ۲۵، مازندران با ۲۰، خوزستان با ۱۸، آذربایجان غربی با ۱۲، بوشهر با ۱۰، اردبیل با ۸، آذربایجان شرقی با ۶ و خوزستان با ۲ امتیاز رده های چهارم تا دهم را به خود اختصاص دادند.

❖ در بخش آقایان

- در مسافت ۱۰۰۰ متر تیم کردستان اول، لرستان مقام دوم و مازندران در رده سوم جای گرفتند و تیم هرمزگان به مقام یازدهم دست یافتند.

در مسافت ۵۰۰ متر تهران اول، مازندران دوم و خراسان شمالی سوم شدند. ضمن اینکه تیم دراگون بت (قایق اژدها) هرمزگان در رده چهاردهم جای گرفتند. در مسافت ۲۵۰ متر نیز تهران مقام اول، لرستان در مقام دوم و کیلان سوم شد. در این مسافت تیم هرمزگان در رده هشتم قرار گرفت.

در بخش آقایان نیز تهران با ۴۱ امتیاز به مقام قهرمانی رسید، لرستان با ۳۶ امتیاز دوم شد و مازندران با ۳۳ امتیاز در رده سوم ایستاد. کیلان با ۳۲، کردستان با ۳۲، خراسان رضوی با ۲۴، خراسان شمالی با ۲۴، گلستان با ۱۹، فارس با ۱۷، خوزستان با ۱۵، آذربایجان غربی با ۱۲، بوشهر با ۱۰، هرمزگان با ۹ و کرمانشاه با ۴ امتیاز رده های چهارم تا چهاردهم را به خود اختصاص دادند.

در این رقابتها مایکل جان سلام رئیس اجرایی فدراسیون جهانی، مایکل دیوید توماس مدیر مسابقات و فنی دراگون بت (قایق اژدها)، آرنه منگ مایکل گد هراست عضو کمیته رسانه جهانی به منظور بازدید از مسابقات و بررسی شرایط میزبانی ایران و جان پری گریفس مربی تیم ملی نیز برای انتخاب بهترین نفرات در دریاچه حضور داشتند.

به همت سبک شوتوکان بین المللی استان هرمزگان و تربیت بدنی و هیئت کاراته شهرستان بندرلنگه و با همکاری باشگاه البدر بندرکنگ و هیئت کاراته استان اولین دوره مسابقات کاراته تحت عنوان شوتوکانب خلیج فارس در بخش بانوان با حضور ۲۱۰ شرکت کننده در سال فجر تربیت بدنی بندرلنگه برگزار گردید .

در این دوره از مسابقات تیمهای منتخب استان سیستان و بلوچستان، منتخب بندرعباس ، البدر بندرکنگ و دبیران نوردان بندرکنگ حضور داشتند که رقابتی جذاب و مبارزه های دیدنی را به نمایش گذاشتند حضور تعدادی از قهرمانان کشور و بین المللی برهیجان این مسابقات بیافزاید. در پایان این رقابتها تیم البدر بندرکنگ توانست به مربیگری مربی با تجربه خود خانم حیدری جام قهرمانی را در خانه نگه دارد و بعنوان قهرمان بلامنارغ اولین دوره شوتوکانب خلیج فارس معرفی شود. تیم خوب و منسجم منتخب استان سیستان و بلوچستان هم با مربیگری خانم سروانی که با ۵۰ کاراته کا در این رقابتها شرکت کرده بود توانست با پیشی گرفتن از تیم مدعی خوب بندرعباس عنوان نایب قهرمانی را از آن خود کند. تیم منتخب شوتوکان بندرعباس نیز با مربیگری مربی جوان و خوش فکر خود خانم پریزاده با کمی بدشانسی برسکوی سوم ایستاد .

تیم دریاوردان بندرکنگ نیز که به مربیگری خانم دریاگذر اولین حضور خود را در یک دوره مسابقات رسمی تجربه می کرد به عنوان چهارمی بسنده کرد .

مراسم اختتامیه با حضور آقای علیرضا باقری معاون ورزشی اداره کل تربیت بدنی استان، آقای علی اصغر قنبر زادگان رئیس تربیت بدنی شهرستان بندرلنگه، آذری مدیرعامل باشگاه البدر بندرکنگ، مهدی صابری رئیس و خانم حیدری نایب رئیس هیئت کاراته شهرستان بندرلنگه، خانم پریزاده نایب رئیس بانوان سبک شوتوکان SKI استان و آقای سروانی از اساتید خوب کاراته شهزاهدان برگزار گردید که احکام ، مدالها و جامهای قهرمانی توسط این عزیزان به تیم های شهبان کامل مسابقات به شرح ذیل می باشد:

❖ نتایج کاتای انفرادی:

**رده سنی ۷ و ۸ سال:**  
 ۱- زهرا نیکوکار (البدر بندرکنگ) ۲- زهرا کمالی کیا( سیستان و بلوچستان) ۳- لایلا حمزوی (مبینا پارامدی (البدر بندرکنگ)  
**رده سنی ۹ و ۱۰ سال:**  
 ۱- بیتا نامجو ( بندرعباس) ۲- مریم چمانی (البدر بندرکنگ) ۳- مدینه شاهزادتی( سیستان و بلوچستان) و آیدا اخوان(البدر بندرکنگ)  
**رده سنی ۱۱ و ۱۲ سال:**  
 ۱- سمیه تکمار (البدر بندرکنگ) ۲- مژده قاسمی (البدر بندرکنگ) ۳- شقایق مجید پور (سیستان و بلوچستان) و نیلوفر جباری( بندرعباس)  
**رده سنی ۱۳ و ۱۴ سال:**  
 ۱- ساناز رتوفی (البدر بندرکنگ) ۲- هدی رضوانی (البدر بندرکنگ) ۳- آرزو کریمی (البدر بندرکنگ) و زهره کریم زاده (بندرعباس) .  
**رده سنی ۱۵ و ۱۶ و ۱۷ سال:**



بانوان "البدر" بندرکنگ فاتح کاراته شوتوکان خلیج فارس

۱- فاطمه دستباز(البدر بندرکنگ) ۲- ناهید کمالی کیا (سیستان و بلوچستان) ۳- ویدا سقایی (البدر بندرکنگ) (و فهیمه رنجبر (بندرعباس) )  
**رده سنی بزرگسالان:**  
 ۱- طاهره دهقانی ( بندرعباس) ۲- ناهید ساهور حیدری (البدر بندرکنگ) ۳- شقایق ملاح زاده و فاطمه حیدری (البدر بندرکنگ)  
**❖ نتایج کاتای تیمی:**  
**رده سنی ۱۰-۱۴ سال:**  
 اول : البدر بندرکنگ (آیدا اخوان - نیلوفر یوسفی - مریم چمانی)  
 دوم : البدر بندرکنگ (فاائقه حمزوی - ملیکا پارامدی - هانیة رضوانی)  
 سوم مشترک : البدر بندرکنگ (مبینا پارامدی - آوا اخوان - زهرا نیکوکار و بندرعباس) (الهام بارانی- فائزه جوری- فاطمه مطهری نژاد)  
**رده سنی ۱۵ سال:**  
 اول : البدر بندرکنگ (آرزو کریمی - ساناز رتوفی - سمیه تکمار)  
 دوم : البدر بندرکنگ (فاطمه پورحسین- کیمیا راغی- فرمناه اسماعیلی)  
 سوم : بندرعباس (سپیده منصوری - بیتا نامجو - نگار سعیدی)  
**رده سنی جوانان:**  
 اول:البدر بندرکنگ (ویدا سقایی - مهديه نیکوکار- فاطمه دستباز)  
 دوم : بندرعباس (شبنوا قریشی فرد- الهه ماندگاری - شراره بقا پور)  
 سوم : البدر بندرکنگ (هدی رضوانی - مهرنوش کریمی زاده - فاطمه حیدری)  
**رده سنی بزرگسالان:**

۲- ساناز خسروی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- کیمیا راغی (البدر بندرکنگ) و فاطمه پورحسین (البدر بندرکنگ)  
**وزن ۴۵+ کیلوگرم:**  
 ۱- هدی رضوانی ( البدر بندرکنگ)  
 ۲- آرزو کریمی (البدر بندرکنگ)  
 ۳- کوثر مالکی ( سیستان و بلوچستان) و نجمه مودی ( سیستان و بلوچستان)  
**رده سنی جوانان:**  
**وزن ۴۳- کیلوگرم:**  
 ۱- مریم امجدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۲- مهرنوش کریمی زاده (البدر بندرکنگ)  
 ۳- شیمای قریشی و فاطمه بقایی(بندرعباس)  
**وزن ۴۸- کیلوگرم:**  
 ۱- رحانه شیبانی (سیستان و بلوچستان)  
 ۲- فاطمه دستباز(البدر بندرکنگ)  
 ۳- منصوره پرهیزگار( سیستان و بلوچستان) و سمانه مشتاقی ( سیستان و بلوچستان)  
**وزن ۵۴- کیلوگرم:**  
 ۱- حلیمه شامی (البدر بندرکنگ)  
 ۲- فهیمه رنجبر (بندرعباس)  
 ۳- مرضیه نظری ( بندرعباس) و مسمر بیگی (سیستان و بلوچستان)

**وزن ۵۹- کیلوگرم:**  
 ۱- مهديه نیکوکار (البدر بندرکنگ)  
 ۲- حبیبه مرادی (بندرعباس)  
 ۳- عزت سیه براسیستان و بلوچستان) و فهیمه شیبانی (سیستان و بلوچستان)  
**وزن ۵۹+ کیلوگرم:**  
 ۱- ویدا سقایی (البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه حیدری (البدر کنگ)  
 ۳- آتنا آروی ( البدر بندرکنگ) و فاطمه نجاری(سیستان و بلوچستان)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**❖ کمیته بزرگسالان:**  
 وزن ۵۰- کیلوگرم:  
 ۱- منیره جمالی (سیستان و بلوچستان) ۲- سمیرا احمدزاده (بندرعباس) ۳- بتول زاغی (بندرعباس) ( و آمنه مقدردی ( دریا نوردان بندرکنگ)  
**وزن ۵۵- کیلوگرم:**  
 ۱- زهرا نیکوکار(البدر بندرکنگ)  
 ۲- فاطمه عبیدی (سیستان و بلوچستان)  
 ۳- معصومه فلاحی زاده ( بندرعباس)

**جدول ۹۱۲**

**افتی:**

- چشم روشنی وهدیه - مثنوی عاشقانه ای از عبوقی
- همان زیبا است - مرمر - بالای چشم
- گونه ای انگور - آشنا - باهوش ، زیگر
- فارسی روزگارما - برهنه و بیوتا - الهه عشق
- وژیبایی - خوراک خرس!
- تحنس، نامیارک - علم نجوم
- دیدنی و سرگرم کننده - پارچه نخی شبیه به اطلس - سابقا بر سر آن جان می باخندند
- زیاد - روشندل - موضوع پیچیده ای که برخی از جدول ها نیز دارند
- پدر شجر عرفانی - فی تو خالی - با گشایش اثری از ناصر خسرو است
- درنده جنگلی - بزرگوار وبا ارزش - از نام های خانم ها
- ماه کم حرف ! تقویت کننده، نیروبخش - انبر دست ظرف
- ادعای دروغین - عزیزوبسیار دوست داشتنی
- دندان آذری - مخفف تاتار- تاب وتوان
- بارفت آید
- جانشینان - این پستاندارهماوردی برای خود بر روی کره خاکی نمی بیند - شهرت طلب
- نزدی - یکی از دو جنس - شیره چغندر قند
- گلی که دانه اش را بومی دهند ومی خورند - کشورکوچکی در اروپا

**عمودی:**

- ماه سربانی - صنعتی در شعر - پیامبرخوش سیمیا
- خیاط- نسیم شب - خبر شادی ، مژده
- پرنده ای ماهی خورازان نوع مرغابی - مربوط ومنسوب به بشر- صابون خیاطی- ثبات ودوام
- شب اول زمستان - سنگ زینتی - گرمای غیر

**عادی بدن**

- پرحرفی - ماده ای که در برگ جای وجود دارد - جاور کردن
- نام اسب معروف رستم - واسطه - شغال
- صفات و شرایط قاضی طبق موازین به وسیله .... معین می شود - سقف خانه - تارنگ
- اشاره به دور- جایگاه پیستون - در پوزه گر
- دیگر بازیگران فیلم: محمد رضا گلزار- نیکی کریمی - حامد کیمیلی

**همکاران محترم مطبوعات و خبرگزاری های استان هرمزگان ، صدا وسیما موسسه فرهنگی ورزشی ستارگان رسانه و هنر هرمزگان در نظر دارد کلاس ایروبیکیک ویژه بانوان به مربیگری سر کار خانم ذوالنغیث در مجموعه فرهنگی ورزشی غدیر واقع در گلشهر جنوبی برگزار نماید . بانوان اهالی رسانه و هنر هرمزگان می توانند جهت نام نویسی ودربافت اطلاعات تکمیلی با سر کار خانم مژگان خیرنگار هفته نامه شهروند با شماره های ۰۹۱۷۷۰۰۵۶۶ و ۰۹۳۸۲۴۶۱۱۱ تماس حاصل نمایند .**

**زمان آغاز کلاسها: دوشنبه ۹ آذرماه (ساعت ۱۶/۳۰ الی ۱۸)**

طالع بینی

**فروردین:**  
 گاهی اوقات شرایطی پیش می آید که باعث می شود ناراحتی های شما را در گذشته از بین ببرد. هر چیزی که شما را تاکنون ناراحت کرده است اکنون شادی بخش و خوشحال کننده است و پاداش می گیرید.

**اردیبهشت:**  
 امروز زهره به برج عقرب می رود. همه روابط دوستانه به خوبی پیش می روند چه روابط دوستانه معمولی و چه روابط کاری . دیگران به حرفهای شما اهمیت می دهند بنابراین مراقب صحبت های خود باشید.

**خرداد:**  
 امروز خیرهای زیادی از دوستانتان می گیرد و از جانب کسی که انتظار ندارید، حمایت می شوید. زمانی که متوجه شوید یک نفر پنهانی شما را تحسین می کند و به نفع شما عمل می کند، بسیار خوشحال می شوید.

**تیر:**  
 زهره وارد برج عقرب شده است. این قسمت از چارت شما به تفریح و سرگرمی مربوط می شود و شما در دریایی از کارهای خانه غرق شده اید . کارهای زیادی می توانید در یک روز انجام دهید. اما از این که بیشتر از حدتان کار انجام دهید بپرهیزید و کمی تفریح کنید.

**مرداد:**  
 امروز ونوس وارد بخشی از چارت شما می شود که حاکم بر گذشته ها و زندگی خانوادگی شماست. ممکن است در این زمان میزبان جمعیت زیادی باشید. در این مواقع می خواهید همه وقته ها را پشت سر گذاشته و بدانید که میهمانان شما واقعا لذت می برند. هزینه کردن پول برایتان مهم نخواهد بود. مگر این که در مورد خودتان بسیار سخت گیر شده باشید.

**شهریور:**  
 گاهی اوقات دوست دارید برای خودتان باشید اما امروز این طور نیست. دوست دارید احساساتتان را بیان کنید حتی حرف هایی که معمولاً آن را خصوصی می دانید. امروز می توانید با کسانی که با آنها زندگی می کنید در مورد تغییرات خانه صحبت کنید.

**مهر:**  
 آماده شدن برای کریسمس چگون پیش می رود! اگر هنوز کاری جدی انجام نداده اید بهتر است زودتر شروع کنید زیرا که در آخر ماه مکرری وارد مسیر بازگشتی خواهد شد و زندگی شما کمی سخت تر خواهد کرد. پس زمانی را خالی کنید تا کارت ها و نامه های کریسمس را آماده کنید و فکر کنید ببینید که چه احساس خوبی داشت. زمانی که کارها را تمام کنید و بنشینید و استراحت کنید.

**آبان:**  
 نوس وارد برج شما می شود. زمان مناسبی برای فعالیت های گروهی و احساسات می باشد. اما یک نفر که دوست تان دارد احساس تنهایی می کند و احساس می کند شما تنها به فکر خودتان هستید. اما می توانید با مهربانی و محبت دل آن ها را به دست آورید.

**آذر:**  
 امروز قبل از انجام هر کاری فکر کنید وگرنه به قایمی که در اطرافتان می گذرد یا خشونت عکس العمل نشان خواهید داد. از همه بالاتر اگر کسی شما را تحریک می کند ناپایده بگیرید چون مسایل می توانند از کنترلتان خارج شوند قبل از جواب دادن کمی صبر کنید و همه چیز در نتیجه آرامتر پیش خواهد رفت. و این برای همه بهتر خواهد بود.

**دی:**  
 ونوس وارد برج عقرب می شود. این قسمت از چارت شما به کارهای اجتماعی مربوط می شود. با دوستانتان به کلاس های ورزشی می روید. اگر فعالیت زیادی داشته اید و کم خواهید اید، چیزی که احتیاج دارید یک شب آرام است.

**بهمن:**  
 امروز به راحتی عصبانی می شوید ولی دعوا و داد و بیداد نیز کار ساده ای نمی باشد. شاید نتوانید به دلایلی عصبانی شوید. شاید چون فکری می کنید اکنون زمان مناسبی نیست یا چون کسی را با این کار ناراحت می کنید. چند نفس عمیق بکشید سعی کنید انرژی را در کار سازنده ای مصرف کنید.

**اسفند:**  
 همانطور که اکنون ونوس وارد عقرب می شود شما نیز کاری نر بهی تاب می کنید. هیچ دلیلایی نمی توانید پیدا کنید که روزهایتان یکنواخت و به روال عادی بگذرانید شاید نیاز دارید با مردم در یک زمینه متقابل عمل متقابل کنید. با یک هدفدار مطمئن از خودتان همانطور که آنها می توانند راه درست را به شما نشان دهند.

**آگهی اجاره / فروشگاه دنیس**

**روبروی پله برقی - پلاک ۱۵۶**

**(دید از پائین) با اجاره توافقی**

**تلفن ۰۹۱۷۷۴۱۰۰۵ - ۰۹۳۵۷۶۱۰۰۵**

**نیک پور**

**بلافاصله پس از صرف غذا دندان ها و دهان خود را بشوئید تا کمتر احساس کنید به کشیدن سیگار بعد از غذا نیاز دارید**

**روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی در مانی هرمزگان (کمیته آموزش همگانی سلامت)**

**رئیس هیئت ورزشهای رزمی بندرلنگه : مطبوعات نقش سازنده ای در معرفی ورزشکاران دارند**

**لطفا خودتان را معرفی نمائید؟**  
 بنام خدا - سعد خوشنود هستم متولد ۱۳۶۵ صادره از بندر لنگه از سال ۱۳۸۰ به پیشنها یکی از دوستانم بنام افشین قنبری رشته رزمی تکواندو را شروع نمودم و فعالیت خود را زیر نظر استاد مریدی آغاز نمودم و پس از دو سال و نیم همزمان به فعالیت رشته تکواندو مشغول تمرین در رشته کاراته سبک کیکوکرشین شدم و از سال ۱۳۸۴ پس از تغییر رشته وارد سبک کیک بوکسینگ شدم و فعالیت خود را زیر نظر استاد یاری آغاز کردم و هم اکنون مربی سبک کیک بوکسینگ و رئیس هیئت ورزشهای رزمی شهرستان بندرلنگه می باشم .

**مشوق اصلی شما چه کسانی بود؟**  
 مشوق اصلی من خانواده ام بوده اند که جا دارد از همه آنها یک که برای من زحمت کشیده اند تشکر و قدردانی نمایم .

**مشکلاتی که در این رشته ورزشی وجود دارد چیست؟**  
 متأسفانه طی این چند سال با مشکلات زیادی روبرو بوده ام که مهمترین آن همه نداشتن فضای آموزشی در تایم مناسب بوده و به همین خاطر ما مجبوریم تمریناتمان را در کنار ساحل دنبال کنیم. ضمن اینکه این رشته مانند بوکس ووشو نیازمند یک رینگ مناسب برای تمرین می باشد اما متأسفانه در این شهرستان حتی یک رینگ غیر استاندارد هم برای تمرین کردن وجود ندارد.

**آیا در مسابقات استانی و کشوری شرکت نموده اید؟**  
 بله در این چند سال فعالیت در مسابقات متعددی شرکت نموده ام و خوشبختانه در اکثر مسابقات موفق به کسب مقام شده ام و در سال ۱۳۸۷ پس از اینکه در مسابقات استانی دارای مقام شدم به اردوی آمادگی دعوت شدم و سپس به عضویت تیم منتخب استان در آادم و به مسابقات کشوری که در تهران برگزار گردید اعزام شدم .

**به جوانان و نوجوانان که این رشته ورزشی را دنبال می کنند چه توصیه ای می نمائید؟**  
 توصیه می کنم که با پشتکار و علاقه این ورزش را دنبال کنند و مطمئن باشند جوانان این شهرستان

**نقش مطبوعات و رسانه در معرفی ورزشکاران چگونه می باشد؟**  
 مطبوعات و رسانه ها نقش بسیار سازنده ای دارند، معرفی ورزشکاران با استعداد، به آنان انگیزه فعالیت می دهداز طریق رسانه ها مشکلات به گوش مسئولین امر رسانده می شود که می تواند در رفع مشکل موثر باشد در واقع پل ارتباطی بین مردم و مسئولین رسانه ها هستند که به نحو احسن کار انجام می دهند. دست همه آنها درد نکند و یک خسته نباشیدهم به آنها می گوئیم.

**در خاتمه اگر صحبت خاصی دارید بفرمایید؟**  
 امیدوارم بتوانم به عنوان عضو کوچکی از خانواده ورزش، اسباب شادی جوانان این شهرستان باشم و خدمتی برای جوانان این شهرستان انجام دهم. ضمن اینکه از شما خبرنگار محترم که زمینه مصاحبه من را فراهم نموده اید و با دلسوزی همراه با ورزشکاران هستید و به ما انگیزه فعالیت ورزشی می دهید، کمال تشکر و قدردانی را دارم .

