

**با کاهش مصرف قند، وزن خود را کمتر کنید**

کارشناسان تغذیه در آمریکا اعلام کردند که بزرگسالان این کشور روزانه ۲۲ قاشق چایخوری معادل ۳۵۵ کالری قند مصرف می‌کنند در حالی که با کاهش مصرف قند می‌توانند وزن خود را کاهش دهند.

به گزارش ایستا، فیل لمپریت یک تحلیل‌گر صنعتی تغذیه در گزارش جدید خود خاطرنشان کرد: آمریکایی‌ها بیش از دو برابر مقدار توصیه شده قند افزوده به مواد غذایی را در روز مصرف می‌کنند.

به گفته دکتر لمپریت و براساس استانداردهای تعیین شده، مقدار مناسب قند مورد نیاز برای زنان به طور روزانه نباید بیش از ۱۰۰ کالری یا حدود ۶/۲۵ قاشق چایخوری باشد که از قند افزودنی بدست می‌آید و برای مردان نیز این میزان نباید بیشتر از ۱۵۰ کالری باشد که معادل ۶/۴ قاشق چایخوری است. به گزارش خبرگزاری یونیانیدپرس، پزشکان همواره هشدار می‌دهند که افزایش مقدار قند مصرفی روزانه خطر ابتلا به چاقی، فشارخون بالا، افزایش تری گلیسیرید و بیماری‌های قلبی و عروقی را تشدید می‌کند.

دکتر لمپریت تصریح کرد: برای افرادی که در تلاش هستند وزن خود را کاهش دهند کنترل و محدود کردن مصرف قند می‌تواند راهکار مفید و موثری باشد.

آلومینیوم هرمزگان

۲

امین مسلم زاده

وینگوگوویج سر مربی آلومینیوم المهدی هرمزگان :این پیروزی با ارزش را به مردم هرمزگان هدیه می کنم . عباسی سرمربی ایران جوان بوشهر: ما روی اشتباهات فردی بازیکنانمان گل خوردیم گل ها علیرضازلکسی (۱۶)ایران جوان بوشهر ، مهرداد آوخ (۸۱)و مینم مجیدی (۹۰)آلومینیوم هرمزگان . ورزشگاه پیر تختی بندرعباس در روز دوازدهم اردیبهشت ماه جاری سکوگی خالی پر خود نمی دید و تمامی سکوها پر بود ازعلاقندان به فوتبال و هواداران نماینده زرد پوش هرمزگان در گروه دوم لیگ آزادگان . هواداران آلومینیوم که امیدوار به صعود تیم محبوب خود به لیگ برتر بودند از دو سه ساعت قبل از شروع بازی به ورزشگاه آمده بودند ویکارچه زردپوشان آلومینیوم را تشویق می کردند . به گزارش خبرنگار روزنامه دویا ؛ تیم فوتبال آلومینیوم المهدی هرمزگان در حالی در هفته بیست و پنجم رقابتها در خانه به مصاف تیم فوتبال ایران جوان بوشهر رفت که در پایان هفته بیست وچهارم در مازندران مقابل تیم فوتبال نساجی به یک امتیاز دست یافته بود و با ۲۲ امتیاز در رده جدول ایستاده بود، البته تیم گسترش فولاد تبریز نیز با همین امتیاز و تفاضل گل کمتر در رده سوم و مس سرچشمه کرمان نیز با ۲۲ امتیاز یکه تاز و صدر نشین بود . آلومینیوم یک هفته مانده به پایان رقابتهای لیگ یک کشور در بندرعباس مقابل ایران جوان ۳۰ امتیاز صاف آراپی کرد و فرصت بسیار اندکی برای تثبیت جایگاه اولی یا دومی خود در جدول صعود مستقیم به لیگ برتر و یا رفتن به مرحله یف ای داشت . بازیکنان این تیم در شرایط بسیار حساس و نفس گیری قرار گرفته بودند و می بایست در این دیدار تمام تلاش خود را به کار می گرفتند تا هر سه امتیاز بازی را تصاحب می کنند ، زیرا در صورت از دست دادن این موقعیت هیچ گاه فرصتی برای جبران دست نمی داد . بر خلاف تصور همگان آلومینیوم بازی را خوب آغازنکرد واین تیم حریف بود که در نیمه نخست با انگیزه در میدان ظاهر شدو در اکثر مواقع صاحب توپ ومیدان بود. بازیکنان ایران جوان بدون استرس ؛ ترس وبا ضرب آب اشتباه کمتر وخیلی روانتر از حریف

بندری خود توپ می زدند و نتیجه نیز گرفتند و در دقیقه ۱۶بازی روی یک حرکت رو به جلو در محوطه جریمه آلومینیوم دروازه هرمزگان هدیه می کنم . این تیم را گشودند و گل اول بازی را به نام خود ثبت کردند .در ادامه چندین موقعیت نصف و نیمه بر روی دروازه آلومینیوم بوجود آوردند اما در این نیمه تغییری در نتیجه رخ نداد و دو تیم با همان نتیجه به رختکن رفتند. آلومینیوم در نیمه اول پر اشتباه ظاهر شد البته پر واضح بود که بازیکنان این تیم با استرس فراوانی در میدان توپ می زدند و نتوانستند در نیمه اول خود را در زمین پیدا کنند . اما در نیمه دوم پس از صحنهائی مربی کروات آلومینیوم و اضافه کردن مهاجم برزیلی و سرعنی خود به تیم اوضاع کمی بهتر شد و رفته رفته آلومینیوم توپ ومیدان را مال خود کرد و چندین موقعیت خوب برروی دروازه حریف بوشهری ایجاد کرد اما ثمر بخش نبود .

وینگو بگوویج که در این دیدار اصلا نمی توانست به شکست فکر کند برای فرار از این کابوس دست به تعویض زد و بازیکن بندری و خوش نقش خود از میدان رها کرد و معید راهرو را از دقیقه ۶۶وارد میدان کرد تا شاید تغییری در نتیجه ایجاد کند و از یک شکست تلخ فرار کند .محاسبات وینگو جواب داد واین دو بازیکن تازه نفس روند بازی را به تق تیم خود تغییر دادند .

مهرداد آوخ در دقیقه ۸۰بازی از بین مدافعان ایران جوان فرار کرد و از جناح راست وارد محوطه جریمه حریف شد و در حالتی نامعادل با یک ضربه بغل با را به توپ را به تور دروازه بوشهر دوخت و همه چیز را به تساوی کشاند ویمم شادی را در ورزشگاه تختی منفجر کرد . پس از ثمر رسیدن گل مساوی، بازی کاملاً به دست آلومینیوم افتاد و تا دقایق پایانی بازیکنان این تیم توتوهای زیادی روی دروازه حریف ریختند .پارآن وینگو عاقبت مزد تلاش خود را گرفتند و در دقیقه ۹۰ تیر خلاص را زدند و مینم مجیدی با یک ضربه چکنسی از جناح راست را برای بار دوم به تور دروازه ایران جوان بوشهر رساند و حساب کار را در وینگو بگوویج و سید شادی و همزه تیم خود کرد و موج شادی را به ورزشگاه آورد . در واقع آلومینیوم با یک بازی انتحاری در نیمه دوم و سراسر حمله بازی یافته را برسد و بوشهری را در بندرعباس

.....

**معمولا در تمرینات تعیین**

**می کنیم که چه بازیکنی**

**در روز مسابقه به زمین**

**می آید یعنی هر کدام از**

**چچه ها که در تمرین از**

**آمادگی بالاتر برخوردار**

**باشند در ارنج اصلی تیم**

**قرار می گیرند**

.....

به تعظیم وا داشت. سر مربی تیم فوتبال آلومینیوم هرمزگان پس از این برد شیرین و کسب سه امتیاز بازی در جمع خبرنگاران گفت :اول از همه این برد شیرین و دلچسب را به مردم خونگرم هرمزگان ، هواداران ، بازیکنان و عوامل این تیم تبریک می گویم وایاد بگوید که امروز بازی خیلی سختی را

پایه زدند و خیلی سخت بود که تیم به بازی بر گردد . مربی گروات آلومینیوم اظهار داشت : پس از دریافت گل زود هنگام بازی در نیمه اول تقریبا شیرازه تیم از هم پاشید و ترس و استرس به پیچه ها غلبه کرد و نتوانستند بازی خود را انجام و انتظارات کادر فنی را در زمین پیاده کنند و خیلی سخت بود که تیم به بازی برگردد . وی افزود : اما با شروع بازی در نیمه دوم و تغییراتی که درتیم ایجاد کردم بازیکنان با تعصب آلومینیوم خود را در زمین پیدا کرده و نبض بازی را بدست گرفتند و با تمام توان برای پیروزی و کسب سه امتیاز این بازی حساس جنگیدند و نه نهایت به برتری رسیدند.وینگو اضافه کرد : معمولا در تمرینات تعیین می کنیم که چه بازیکنی در

## سه امتیاز شیرین برای شهرداری

● **شهرداری بندرعباس (۱)**

● **داماش گیلان صفر**

**گل:** علی مطوری (۲۰)
**داور:** ابرج حق وردی با کمک مرتضی کریمی و محمد رضا منصوری
**احتضار:** اندرسون پیرا-تاماشگر؛ بیش از یانصد نفر-ورزشگاه ۲۰ هزار نفری خلیج فارس دوشنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۳۹۰ ساعت: ۱۶:۳۰
شهردای در شرایطی به مصاف داماش گیلان رفت که با ۱۲امتیاز در رده پانزدهم جدول قرار داشت بازی همزمان آلومینیوم و شهرداری باعث شده بود که تماشاگران برای دیدن بازی حساس آلومینیوم و وزیای جوان به ورزشگاه تخی رو آوردند به همین خاطر ورزشگاه ۲۰ هزار نفری خلیج فارس تماشاگر اندکی در خود جای داده بود . شرایط خطر برای شهرداری باعث شد این از همان ابتدا بازی را سفت و سخت دنبال کند و سرانجام در دقیقه ۲۰ مزه

گلزنی را هم چسبید . داماش گیلان که سعوش به لیگ برتر مسجل شده بود و نمی خواست با شکست روانه گیلان شودبدنبال دریافت این گل به تکاپو افتاد و در اواخر نیمه اول می رفت که توسط پنهام افشه به گل دست یابد که با هنرنمایی غیباشوی توپ به کریز رفت در نیمه دوم شهرداری بازی را هجومی آغاز کرد و با حملات گسترده خود تا حدودی بر داماش مسلط شد و مصطفی مهدی زاده اگر دقت بیشتری می کرد می توانست باز هم دروازه داماش را باز کند و در دقایق ۴۹و ۵۱ در مصاف با مبلوش سنگریان داماش تاکام ماند و سرانجام بازی با همان تک گل علی مطوری به نفع شهرداری به پایان رسید و شهرداریا این برد در بازی امروز به رده ششم جدول صعود کرد و خیالش از این بابتراحت شد .

**(لحظات حساس)**

**۱- نام دستگاه مناقصه گزار : شرکت آب وفاضلاب روستایی استان هرمزگان**

**۲- آدرس دستگاه مناقصه گزار: بندرعباس – بلوار امام حسین (ع)جنب اداره استاندارد شرکت آب وفاضلاب روستایی هرمزگان**

**۳- موضوع مناقصه : عملیات لوله گذاری خط انتقال روستای پوم از توابع شهرستان میناب**
**۴- ناظر پروژه : مهندسین مشاور پارس تیاب**
**۵- نوع تضمین شرکت در مناقصه : ارائه ضمانتنامه معتبر بانکی یا واریز وجه نقد به حساب شماره ۰۹۰۴۳۳۰۰۹۲۱۷۵۲۱۵۴۹۱۰۵ بانک ملی ایران شعبه گلشهر بندرعباس بنام دستگاه مناقصه گزار**
**۶- مبلغ برآورد اولیه : ۷۶۷/۲۸۸/۵۹۰ریال (بر اساس فهرست بهاء انتقال و توزیع آب روستایی و تجهیز برجیدن کارگاه سال۱۳۸۸)۷- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه : ۱۲/۸۶۶/۸۰۰/۰۰۰ریال**
**۸- قیمت اسناد مناقصه و شماره حساب : واریز مبلغ ۳۰۰/۰۰۰ ریال به حساب سپهر شماره ۹۰/۲/۲۲/۹۰- لغایت۱۹۰۵۲۱۵۴۹۱۰۵ بانک صادرات شعبه سه راه آزادگان بندرعباس همراه با ارائه درخواست کتبی**
**۹- مهلت فروش اسناد مناقصه: ۱۴/۲/۹۰ لغایت۹۰/۲/۲۲/۹۰- در دریافت اسناد مناقصه: اداره امور حقوقی و قراردادها و رسیدگی به شکایات**
**۱۱- مهلت تحویل پاکات: ۱/۹۰/۳/۱۰پایان ساعات کاری**
**۱۲- مکان بازگشایی پاکات:سالن کنفرانس شرکت آب وفاضلاب روستائی هر مزگان**
**۱۳- تاریخ بازگشایی پاکات: ۳/۹۰/۳ساعت۵صبح**
**۱۴- دارا بودن حداقل رتبه ۵ در رشته آب جهت شرکت کنندگان در مناقصه ضروری می باشد**
**۱۵- سایر جزئیات و شرایط در اسناد مناقصه درج شده است**
**۱۶- حداقل تعداد مناقصه گران جهت بازگشایی پیشنهادات تحویل سه پاکت می باشد**
**۱۷- هزینه درج آگهی در دو نوبت به عهده برنده مناقصه خواهد بود**
**۱۸- آگهی فوق در پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقضات کشور به آدرس **www.lets.mporg.ir**درج خواهد شد**
**۱۹- جهت اطلاع بیشتر می توانید به سایت شرکت به آدرس **www.abfarhor.com** مراجعه نمایید**
**تذکر:** به پیشنهادهای فاقد سپرده ، سپرده مخدوش ، سپرده کمتر از میزان مقرر، چک شخصی و نظایر آن و فاقد امضاء ، مشروط ، مخدوش و پیشنهادهایی که پس از مهلت مقرر ارسال شود مطلقا اثر داده نخواهد شد. داشتن شماره اقتصادی و شناسنامه ملی و رعایت الزامات ایمنی توسط کلیه مناقصه گران الزامی می باشد .

**تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴ /۲/۹۰**
**تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۸/۲/۹۰**

**دو خوراکی موثر برای جلوگیری از چاقی**

دل‌دردی که از احساس گرسنگی ناشی می‌شود ممکن است در هر فردی در زمان مختلفی از طول روز بروز کند اما به هر حال به سراغ هر کسی می‌آید و انسان را وادار به خوردن می‌کند.

برای کسانی که قصد دارند وزن خود را کاهش دهند، گرفتار درد گرسنگی شدن، یک نگرانی جدی است.

متخصص تغذیه تاکید دارند که اگر می‌خواهید از دل دردهای فریب دهنده احساس گرسنگی رهایی پیدا کنید، آرد کدند و بادام درختی بخورید.

خوردن آرد کدند و بادام، احساس سیری را در انسان افزایش می‌دهد و بنابراین باعث کم شدن تمایل به خوردن غذا و در نتیجه جلوگیری از پرخوری می‌شود.دل‌دردی که از احساس گرسنگی ناشی می‌شود ممکن است در هر فردی در زمان مختلفی از طول روز بروز کند اما به هر حال به سراغ هر کسی می‌آید و انسان را وادار به خوردن می‌کند.

برای کسانی که قصد دارند وزن خود را کاهش دهند، گرفتار درد گرسنگی شدن، یک نگرانی جدی است. به گزارش سایت اینترنتی هلت دی نیوز، پزشکان توصیه می‌کنند که مصرف نشاسته‌هایی مثل آرد کدند که مدت بیشتری در دستگاه گوارش باقی می‌ماند تا هضم شوند، راه حل مفیدی برای این مشکل باشد.بادام نیز از جمله میان وعده‌های مغذی است که می‌تواند مدت طولانی‌تری در شما احساس سیری ایجاد کند و بنابراین گزینه مناسبی از این نظر محسوب می‌شود.این مقاله در مجله فناوری غذا منتشر شده است.

# آلومینیوم در بازی انتحاری بوشهری ها را به زانو در آورد



ایران جوان بوشهر

۱

گستر تبریز با برد خود رقابت را پیش از پیش در صدر جدول این گروه حساس کردند و ۴۵امتیازی شدند
سه تیم اول تا سوم هر سه ۲۵امتیازی شدند
آلومینیوم در هفته پایانی بیست ونشم بازیها به کرمانشاه می رود .
**حاشیه بازی:**
جمعیتی که به ورزشگاه آمده بودند تمامی سکوها را پر کرده بود ند .
دور وقت اضافه تیم دوم را ۳ دقیقه اعلام کرده بود اما بیش از ۶ دقیقه وقت را منظور کرد .

سعید رزم پوش مدافع بومی آلومینیوم در این بازی حضور نداشت .
حضور شفق مدیر عامل باشگاه فولاد گستر تبریز در استادیوم از نکات جالب توجه و تعجب برانگیز بود .
قبل از بازی بین تماشاگران شایع شده بود که بین شفق و تیم بوشهری پیشنهاداتی را رد و بدل شده بود.پیش از ۵ سال از برگزاری مسابقات لیگ یک در بندرعباس می گذرد و ماموران یگان ویژه نیروی نظامی استان برای ایجاد نظم و امنیت در این بازیها حضور داشتند و دارند اما متأسفانه برخی از این عزیزان از حتمتش بدترسی توجیه نشده اند که نحوه برخورد با خبرنگاران و عکاسان این سفیران بی ادعای اخبار در ورزشگاه به چه صورت باشد .
بعد از پایان بازی عده ای از خبرنگاران برای انجام مصاحبه با مربیان دو تیم قصد ورود به زمین را داشتند که متأسفانه ماموران یگان ویژه از ورود آنها مانعت کردند در صورتیکه این سه چهار خبرنگار مجوز ورود به زمین را نیز داشتند در حالی که بازی تمام شده بود و بازیکنان نیز زمین را ترک و به رختکن رفته بودند وشواهد بیان گر این بود که این جلوه گیری از ورود خبرنگاران هیچ اثرامی نداشته است.
به دلیل کمزمانی بازیهای لیگ یک بازی آلومینیوم در ورزشگاه تختی و تیم شهرداری در ورزشگاه نیمه تمام ۲۰ هزار نفری انجام شد .
در پایان بازی آلومینیوم مهرداد آوخ وگارسیا دو تیم آلومینیوم توسط نماینده کمیته دوینگ مسابقات برای آزمایش فرا خوانده شدند .
مهرداد آوخ پس از به ثمر رساندن گل مساوی تیمش خوشحالی خود را بروز نداد .فرماندار بندرعباس و مدیر کل تربیت بدنی این بازی را از نزدیک از جایگاه تماشا کردند .
بازی آلومینیوم ۶ هزار تماشاگر و دیدار شهرداری با داماش گیلان ۵۰۰ نفردیدن کردند

## ورزش

■ **سال دهم**

■ **شماره ۱۲۱۶**

■ **چهارشنبه**

■ **۱۴ اردیبهشت ماه ۱۳۹۰**

■ **۲۹ جمادی الاول ۱۴۳۲**

■ **۴ می ۲۰۱۱**

### تجلیل از هیئت های بر تو مجموعه ورزشی کارگران استان در جشنواره امتنان

◀ به گزارش روابط عمومی اداره کل کار و اموراجتماعی استان به نقل از نامور جاه مسئول ورزش کارگری استان ، به مناسبت فرا رسیدن هفته کارگر از مسئولین هیئت های ورزشی در جشنواره امتنان از کارگران نمونه تقدیر و تشکر شد .این مراسم که در مورخه ۹۰/۲/۱۰ حضور آیت الله تعیم آبادی نماینده محترم ولی فقیه در استان امام جمعه بندرعباس ، ناطق برنامه ریزی استانتاناری ، راستی مشاور وزیر و مدیر کل کار و اسور اجتماعی و مدیران بنگاه های اقتصادی و حدود ۳۵۰نفر از کارگران نمونه استان برگزار گردیدی .
از محمد مرادی ، مسئول هیئت فوتبال کارگری ، طیبه دستوری ،مسئول هیئت دو میدانی پانون ، سید سعید دزون داور مسابقه شطرنج کارگری ، سعید مظفری مسئول هیئت روی میز کارگران ،علی سارمیان مسئول هیئت بستکیال کارگران ، یزدان شهزای مسئول کشتی کارگران و الهام بهروز و فرج رستمی داوران مسابقه اتومبیلرانی تقدیر وتشکر شد و هدایایی به رسم با اعطا گردید .

### همایش پیاده روی بانوان بمناسبت هفته معلم در شهر جناح

◀ همایش پیاده روی بانوان از محل مسجد فاطمیه زهرا جناح تا سالن دبستان توحید با حضور ۳۰۰نفر از بانوان جناحی بمناسبت هفته معلم برگزار شد در مراسم اختتامیه این همایش که با حضور رحیمی سرپرست تربیت بدنی بخش جناح -شورای اسلامی جناح فرماندهی انتظامی بخش جناح و هیئت همگانی بخش انجام شد پس از تریک معلم هفته و روز ششورا جوایزی که از طرف آموزش و پرورش جناح تدارک دیده شده بود به ۳۰ نفر به قید قرعه به شرکت کنندگان اهدا شد همچنین از طرف تربیت بدنی جناح از اعضای شورای اسلامی شهر جناح بیاس حمایت از ورزش بخش در روز عاشورا تقدیر به عمل آمد .

### برگزاری مسابقات فوتسال کارگری

◀ به گزارش روابط عمومی اداره کل را و امور اجتماعی استان به نقل از محمد مرادی مسئول هیئت فوتسال کارگری استان مسابقات لیگ فوتسال کارگری از پایان اردیبهشت ماه با حضور ۱۰۰ تیم از کارگاهها و شرکت های مختلف استان برگزار می شود که در پایان تیم منتخب و قهرمان به مسابقات قهرمانی کارگران اعزام خواهد شد .

**در خشش دو میدانی هر مزگان در مسابقات**

**نونهالان منطقه ۵ کشور**

وی افزود: ما استعدادیابی را از مدارس آغاز می کنیم و نفرات برتر را برای تیم های منتخب استان در رده نونهالان و نونهالان بر می گیریم. تیم نو نهالان منتخب استان در حال حاضر بصورت نیمه حرفه ای فعالیت می کند . وی در خصوص رکوردهایی که اعضای تیم نونهالان استان در این مسابقات ثبت کردند ، گفت : سعید رتسی در ۱۰تر۷/۲۵و علیرضا آیین جمشید در ۱۰۰متر با ۱۵/۷۷را به ثبت رساندند سهیل دققانی و اسماعیل رستمی در رشته سه گانه شرکت کردند و این رشته ثبت رکورد ندارد .

این مربی رشته دو ومیدانی تصریح کرد: در حال حاضر تعداد دوندته هایی که در رده نوجوانان و نونهالان در استان داریم از تعداد از انگشتان دو دست تجاوز نمی کند که به امید خدا تلاش وپیان این رشته ورزشی وهمکاری هیت دودومیدانی و مسئولان ورزشی استان این رقم تا ۶ماه آینده به ۱۰برابر افزایش خواهد یافت . وی در پایان گفت :از مسئولان شرکها و صنایع غرب بندرعباس درخواست داریم در حد امکان از دوندته های مستعد استان به نوعی حمایت نماینده تا این دوندته ها انگیزه کافی برای شرکت و کسب مقام و مدال های خوش رنگ در مسابقات کشوری را پیدا کنند .
شایان ذکر است بروز گذشته تیم دو ومیدانی نوجوانان استان با هفت دوندته در ۵ رشته برای برکت در مسابقات کشوری عازم اهواز شد .

تیم دو میدانی نونهالان منتخب استان هر مزگان هشتم اردیبهشتماه جاری برای شرکت در مسابقات **نونهالان منطقه ۵ کشور** عازم استان خوزستان شد.

به گزارش خبرنگار روزنامه دریا، رضا باشماد مربی تیم نونهالان هرمزگانی در همین رابطه گفت : تیم دو میدانی نونهالان منتخب استان با ۶ دوندته در رشته های دو، دو، ۱۰۰متر با مانع، سه گانه، یرش طول و پرتاب وزنه در مسابقات نونهالان منطقه ۵ کشور شرکت کرد . وی در ادامه افزود : در پایان این رقابتها تیم دو میدانی نونهالان هرمزگان با ۱۸امتیاز به مقام چهارم این دوره از مسابقات دست یافت . تیمهای خوزستان با ۴۰ امتیاز اول ، اصفهان با ۳۷امتیاز دوم و بوشهر با ۲۰امتیاز سوم شدند . باشماد اضافه کرد : از تیم ۶ نفره دو میدانی استان ۴ نفر حائز رتبه های اول تا سوم در رشته های مختلف دو و میدانی شدند که آقایان سعید رتسی در دو، ۱۰۰متر سوم علیرضا آتین جمشید در دو، ۱۰متر با مانع دوم و سهیل دققانی در سه گانه اول و اسماعیل رستمی نیز در سه گانه سوم شدند درخشش ۴ نفر از ۶ نفر اعزامی در مسابقات و کسب رتبه های اول تا سوم نکته قابل تامل است .

مربی تیم نونهالان هرمزگان اظهار داشت : در این دوره از مسابقات منطقه ۵ کشور تیمها از استانهای خوزستان ، اصفهان ،هرمزگان بوشهر ، چهارمحال بختیاری ، کهگیلویه وبویراحمد، فارس ، و کرمان شرکت داشتند.

## موسسه حسابگران صدرنشین هر مزگان

## مشاوره امور مالیاتی و بیمه ای

تلفن: ۰۹۱۷۳۶۸۴۴۱۶ / ۴۳۱۵۴۴۹



گرفت آب و فاضلاب روستای استان هرمزگان

## شرکت دریا صنعت آنالیز خدمات فنی و تاسیسات ساختمان

■ **نصب سیستم های الکترونیکی ، آیفون تصویری،درب های اتوماتیک**
■ **راهبند ،دوربین مدار بسته ،اعلام حریق ، آتش مر کزی**
■ **دریهای ضد سرقت ،دریهای یویی وی سی (upvc)**
■ **برق ساختمان و لوله کشی**
■ **سقف کاذب و دیوار پوش**
■ **تعمیرات**

تلفکس:۰۶۶۷۱۹۲۷    زارعی: ۰۹۱۷۹۵۶۹۷۰۳