

۷ ورزشی	
■ سال دهم	
■ شماره ۱۱۶۸	
■ دوشنبه	
■ ۱۱ بهمن ماه ۱۳۸۹	
■ ۲۶ صفر ۱۴۳۲	
■ ۳۱ ژانویه ۲۰۱۱	

خبر

لیگ تکلاندو نونهالان و خردسالان «میناب»

- در هفته اول لیگ تکلاندو نونهالان و خردسالان شهرستان میناب به مناسبت دهه مبارک فجر در سالن رزمی اداره تربیت بدنی این شهرستان برگزار شد.
- به گزارش خبرنگار روزنامه دریا؛ در اوزان ۲۲ تا ۴۲ کیلوگرم نقات برتر در هفته اول برپایه شدند. وزن ۲۲ کیلوگرم: سید حسین حسینی مراد، وزن ۲۸ کیلوگرم: محمد کریمی، وزن ۳۰ کیلوگرم: سید علی حسینی مرادی، وزن ۳۳ کیلوگرم عارف درویشی، امین قبری، محمد امین درویشی در همین وزن پیروز شدند. وزن ۴۴ کیلوگرم: سید محمد علی موسوی، منصوری، هادی صادقی در همین وزن پیروز شدند وزن ۳۹ کیلوگرم محمدرحیم احمدی، وزن ۴۲ کیلوگرم محمد زارع –وزن ۴۲+ علی اکبر امیری

بانوان کوهنورد پالایش نفت کشور برفراز گنو

- گروه کوهنوردی بانوان شرکتهای پالایشی کشور موفق شدند برفراز قله ۲ هزارمتری گود بونی واقع در رشته کوه گنو در استان هرمزگان بایستند.

به گزارش روابط عمومی شرکت پالایش نفت بندرعباس، در این صعود که به میزبانی شرکت پالایش نفت بندرعباس و با حضور تیم های تهران، تبریز،اصفهان و تیم این شرکت انجام شد، گروه ۰۴ نفره موفق شد در یک برنامه هماهنگ به قله ۲ هزار متری گود بونی صعود کنند.
شایان ذکر است در این صعود برنامه اجرایی اعم از سرپرستی، فنی و پزشکی بر عهده جند تن از همکاران شرکت پالایش نفت بندرندین بوده و این صعود به صورت یک روزه بدون هیچ گونه حادثه‌ای به پایان رسید.
در پایان لوح یادبودی برای هر ورزشکار تهیه گردید.

برگزاری فوتبال در «تیاب»

- به مناسبت دهه فجر از سوسی تربیت بدنی منطقه تیاب و با همت اداره تربیت بدنی شهرستان میناب یک دوره مسابقات فوتبال با شرکت ۹ تیم اتحاد، ازسلی دریا، سسوار، تیاب جوان، صاعقه سرخ، تم مر، فالوسن دریا الهمدی و ولیخج فارس بصورت دوای آغاز گردید.
به گزارش خبرنگارگام به نقل از روابط عمومی تربیت بدنی میناب در مراسم افتتاحیه این مسابقات دو تیم اتحاد و دریا پس از ۹۰ دقیقه تلاش به تساوی ۳-۳ دست یافتند.
همچنین دو تیم تیاب جوان و سوار به مصاف هم رفتهند که تیم سوار موفق شد با نتیجه ۳ بر ۲ سدحریف بگذرد.

برگزاری مسابقات فوتسال دانش آموزی دختران ناحیه۱

- مسابقات فوتسال دانش آموزی دختران در سال منقطع ابتدایی – راهنمایی و متوسطه در سطح مدرسه جامعه الزهراء آموزش و پرورش ناحیه یک بندرعباس برگزار گردید.
به گزارش روابط عمومی اداره آموزش و پرورش ناحیه یک در این مسابقات ۴ تیم از مدارس شاهد، ناجیج، اقتداری و مجید شاهی با هم به رقابت پرداختند که در پایان تیم شهید ناجیجو مقام اول، تیم شاهد مقام دوم و تیم اقتداری به مقام سوم رسید.

در مقطع راهنمایی نیز پس از پایان این مسابقات به ترتیب تیم های حضرت معصومه (س)، سجادیه و حجاب مقام های اول تا سوم رانگبب نمودند.

لازم به ذکر است، در مقطع متوسطه جهت انتخاب تیم منتخب ناحیه طرح استعدادیابی در سطح مدارس ناحیه یک اجرا گردید و بازیکنان انتخابی در مسابقات استانی که در بهمن ماه برگزار می شود شرکت خواهند نمود.

مدرسه باقر العلوم ناب قهرمان مسابقات هندبال

- تیم مدرسه راهنمایی باقرالعلوم (ع) نایب قهرمان مسابقات هندبال مدارس ناحیه ۱ شد.
- به گزارش روابط عمومی اداره آموزش و پرورش ناحیه یک، از سری مسابقات هندبال مدارس ناحیه ۱ که در سال فرهنگ برگزار شد، تیم راهنمایی باقرالعلوم (ع) پس از پشت سرگذاشتن حریفان خود، دوشنبه چهارم بهمن در فینال مسابقات با امتیاز ۸ بر ۹ مغلوب تیم پویشینه یافت شد و به مقام نایب قهرمانی بسندند کرد و در پایان تعداد ۶ نفر از دانش آموزان (علیرضا صادقی پور، سید علی حسینی، مهدی حفاری، نادر ترک چین، علیرضا ذاکری و سیاوش رفیعی) با جمع منتخبین استان پیوستند.
- شایان ذکر است ؛ این سومین جام قهرمانی است که این آموزشگاه در سال جاری در رشته های مختلف ورزشی با مربیگری آقای درویش زاده از آن خود کرده است.

یک دندانبزشک: آدامس جایگزین مناسبی برای مسواک نیست

شست وشوی دهان با آب تابه ۳۰ درصد باعث کاهش رشد میکروارگانیسمهای می‌شود
۱۳۸۹ یک جراح دندندانزشک اظهار کرد: شست و شوی دهان‌ها با آب معمولی به میزان ۳۰ درصد باعث کاهش رشد میکروارگانیسمها در دهان و دندان می‌شود.
دکتر مهرداد سامعی در گفت وگو با ایسنا با اشاره به این که مدت ۴۰ دقیقه پس از مصرف غذای اصلی بیشترین احتمال پوسیدگی دندان وجود دارد، گفت: باید داکتر ۳۰ دقیقه پس از صرف هر وعده اصلی غذایی، دندان‌ها به طور کامل و به مدت ۴ تا ۴۰ دقیقه مسواک زد.
شود زیرا مسواک زدن پس از این زمان کمتر اثر دارد. وی در ادامه افزود: استفاده از میان وعدههای غذایی مانند هویج، سیب و پنبه به دلیل کاهش محیط اسیدی دهان باعث کاهش احتمال پوسیدگی دندان‌ها می‌شود.
دکتر سامعی اشاره به اینکه مصرف نوشابه‌های پوسیدگی دندان‌ها می‌شود، گفت: نوشابه‌های گازدار به دلیل دارا بودن اسید فسفریک، اسید سیتریک و اسید کربنیک باعث ایجاد پلاک دندانی و تشدید پوسیدگی دندان‌ها و مشکلات لثه می‌شود.
وی یادآور شد: مصرف نوشابه‌های سرد همراه با قست فودها که اغلب به صورت داغ مصرف می‌شود به دلیل ایجاد ضریات مکانیکی که در اثر تغییرات دمایی به دندان‌ها وارد می‌شود، باعث می‌شود تسخ دندان‌ها دچار آسیب شده و در نتیجه با مرور زمان ایجاد ترک‌های میکروسکوپی‌ک در سطح مینای دندان منجر به تشدید پوسیدگی دندان‌ها شود.
این دندانبزشک در خصوص محبت تبلیغاتی که در مورد تاثیریکه آدامس‌ها در عدم تشکیل پلاک‌های دندانی وجود دارد، گفت: استفاده از این مسواک تاحدی کمک‌کننده ولی نه‌کرت نمی‌تواند جایگزین مسواک شوند. وی در ادامه گفت: آدامس‌های حاوی سوربیتول یا لایپیتول تقریباً بی خطر هستند ولی به شرط اینکه ۱۵ دقیقه پس از صرف غذا مصرف شوند.

هفته سوم و چهارم لیگ برتر تکلاندو کشور

شهر داری بندر عباس دومی خود را تثبیت کرد

هفته سوم و چهارم دور برگشت لیگ بر تر تکلاندو کشور به میزبانی شهرداری بندرعباسی در سالن فجر بندرعباس برگزار شد.
به گزارش خبرنگار روزنامه دریا ؛ هفته سوم و چهارم دور برگشت یکپارهای تکلاندو باشگاههای کشور در سالن فجر بندرعباس با حضور ۸ تیم دانشگاه آزاد اسلامی ، گاز فجر جم ، ملی حفاری ایران ، قوامین ناجا راه و ترابری زنجان ، مقاومت بسیج ، مجتمع جوانه و شهرداری بندرعباس برگزار شد .
تیم شهرداری بندرعباس برای تثبیت مقام دومی خود در حساس ترین و سنگین ترین بازی با ملی حفاری ایران توانست با شکست حریف خود عنوان دومی را برای خود حفظ کند .
دانشگاه آزاد اسلامی برای رسیدن به صدرنشینی موفق شد تیم های مقاومت بسیج و مجتمع جوانه را شکست دهد .
شهرداری بندرعباس در بازی نخست خود تیم راه و ترابری زنجان ۳-۵ شکست داد.

در وزن ۵۴- کیلوگرم

فرهاد سلیمی در امتیاز طلایی حریفش را شکست داد .

در وزن ۵۸- کیلوگرم

سید امیری از حریف خود با نتیجه ۷ بر صفر شکست خورد

در وزن ۶۳- کیلوگرم

مجدد رجبی در حالی‌که در وقت قانونی در امتیاز ۷ یا حریفش مساوی بود در امتیاز طلایی او را شکست داد .

خردسال ترین ریتینگ دار بین المللی شطرنج کشور

۱۴ سال پیش به همراه خانواده اش ساکن جزیره کیش شد.
به مقام دوم دست یافت.
او اکنون بازیکن تیم تاپد واتر است.
سارینا روشن در گفتگوی اختصاصی با خبرنگار دریا- حرف های جالبی زد.
سارینا تولد ۱۳۷۴ او در شیراز چشم به جهان گشود. در حال حاضر ساکن جزیره کیش است .
سارینا می گوید : چهارده سال پیش به همراه خانواده ام بزرگ بزرگم کیش شد.
به مقام دوم دست یافت.
او اکنون بازیکن تیم تاپد واتر است.
سارینا روشن در گفتگوی اختصاصی با خبرنگار دریا- حرف های جالبی زد.
سارینا تولد ۱۳۷۴ او در شیراز چشم به جهان گشود. در حال حاضر ساکن جزیره کیش است .
سارینا می گوید : چهارده سال پیش به همراه خانواده ام

آلومینیوم هرمزگان ۲ برق شیراز صفر

آلومینیوم دوباره صدر نشین شد

هفته چهاردهم لیگ دسته اول ایران ورزشگاه تختی بندرعباس تماشاگر حدود ۲هزار نفر جمعه ۸ بهمن ۸۹، **دایو** : امید سیدعفرد کمک ها - بر تفسی خوش بازی و احسان تیموری
اخطار : عباس کاظمیان و مینم مجیدی (آلومینیوم) جمال عباسی و محمد پورمند (برق)
کلی ها : مکی شرفی (۷۷) و هادی دغاغله (۸۲)
ترکیب آلومینیوم : احمد خرمالی ، مکی شرفینی، حمید عزیززاده ، مسعود رزمیوش ، اوپس کردجهان ، مهدی بدرلو ، محمود نیغ نورد ، عباس کاظمیان ، مینم مجیدی (۴۶) علی عبادی ، هادی دغاغله(۹۰) وولیاپ تابی، مهرداد اوج (۷۲) ، سید راهرو و سرمربی وینگوبگوییچ
آلومینیوم هرمزگان از فرصت بدست آمده استفاده کرد تا با پیروزی مقابل تیم انتهایی جدولی برق شیراز دوباره به صدر جدول برگردد. شاگردان وینگوبگوییچ یک نیمه را به حریف شیرازش ای واکگذار کند . تا خطر را حس کند. در آن سوی میدان مقاومت با در اختیار داشتن نبض بازی در هر دو نیمه ، موفق شد به یک سه امتیاز با ارزش دست یافته و به مکان سوم جدول صعود کند . شاگردان کلاتری در دقیقه ۸۳ گل ۱:۳تغییرزبان را به ثمر رساندند و ۸۳ دقیقه از آن محافظت کردند.
شهرداری بندرعباس با این باخت و ۱۶ امتیاز در مکان دهم جدول جای گرفت .

بر گزاری مسابقات جام مرحوم «سامان پر مر»

اولین دوره مسابقات جام مرحوم سامان پرم
در سالن اختصاصی کاراته بندرعباس برگزار شد.
به گزارش روابط عمومی هیئت کاراته هرمزگان ؛ در این دوره از مسابقات تیم های قدرتمندی همچون ؛ تیم اپتارگران ، تیم حفاظت اجتماعی دادگستری ، تیم شهرداری خوستارسم؛ در میان این مسابقات به تمامی گفتمنی است ؛ در پایان این مسابقات به تمامی اولان و داوران هدایای تفنیمی از طرف خانواده مرحوم سامان پرم اعطا گردید.
با اخلاقی ترین کاراته‌کای این دوره عبدالستار پهرامی و فنی ترین کاراته‌کار خا خجسته از طرف کمیته مسابقات نیکزاده و کمیته داوران امامدادی معرفی و هدایایی به رسم یادبود به مقام سوم نعمت اله رحیمی (تیم حفاظت اجتماعی)
مقام سوم: محمد صائمی (هر سه از تیم سامان)
کاتای نوجوانان بمقام اول : صلاح الدین عبداللهی-مقام دوم : آربن ابوالقاسمی-مقام سوم:محمد صائمی (هر سه از تیم سامان)
کاتای بزرگسالان بمقام اول : مرتضی سیمراح (تیم سامان)مقام دوم : فربرز مرادی (تیم حفاظت اجتماعی)مقام سوم:نسب تکی (تیم حفاظت اجتماعی)مقام

شست وشوی دهان با آب تابه ۳۰ درصد باعث کاهش رشد میکروارگانیسمهای می‌شود
۱۳۸۹ یک جراح دندندانزشک اظهار کرد: شست و شوی دهان‌ها با آب معمولی به میزان ۳۰ درصد باعث کاهش رشد میکروارگانیسمها در دهان و دندان می‌شود.
دکتر مهرداد سامعی در گفت وگو با ایسنا با اشاره به این که مدت ۴۰ دقیقه پس از مصرف غذای اصلی بیشترین احتمال پوسیدگی دندان وجود دارد، گفت: باید داکتر ۳۰ دقیقه پس از صرف هر وعده اصلی غذایی، دندان‌ها به طور کامل و به مدت ۴ تا ۴۰ دقیقه مسواک زد.
شود زیرا مسواک زدن پس از این زمان کمتر اثر دارد. وی در ادامه افزود: استفاده از میان وعدههای غذایی مانند هویج، سیب و پنبه به دلیل کاهش محیط اسیدی دهان باعث کاهش احتمال پوسیدگی دندان‌ها می‌شود.
دکتر سامعی اشاره به اینکه مصرف نوشابه‌های پوسیدگی دندان‌ها می‌شود، گفت: نوشابه‌های گازدار به دلیل دارا بودن اسید فسفریک، اسید سیتریک و اسید کربنیک باعث ایجاد پلاک دندانی و تشدید پوسیدگی دندان‌ها و مشکلات لثه می‌شود.
وی یادآور شد: مصرف نوشابه‌های سرد همراه با قست فودها که اغلب به صورت داغ مصرف می‌شود به دلیل ایجاد ضریات مکانیکی که در اثر تغییرات دمایی به دندان‌ها وارد می‌شود، باعث می‌شود تسخ دندان‌ها دچار آسیب شده و در نتیجه با مرور زمان ایجاد ترک‌های میکروسکوپی‌ک در سطح مینای دندان منجر به تشدید پوسیدگی دندان‌ها شود.
این دندانبزشک در خصوص محبت تبلیغاتی که در مورد تاثیریکه آدامس‌ها در عدم تشکیل پلاک‌های دندانی وجود دارد، گفت: استفاده از این مسواک تاحدی کمک‌کننده ولی نه‌کرت نمی‌تواند جایگزین مسواک شوند. وی در ادامه گفت: آدامس‌های حاوی سوربیتول یا لایپیتول تقریباً بی خطر هستند ولی به شرط اینکه ۱۵ دقیقه پس از صرف غذا مصرف شوند.

هفته سوم و چهارم لیگ برتر تکلاندو کشور

شهر داری بندر عباس دومی خود را تثبیت کرد

هفته سوم و چهارم دور برگشت لیگ بر تر تکلاندو کشور به میزبانی شهرداری بندرعباسی در سالن فجر بندرعباس برگزار شد.
به گزارش خبرنگار روزنامه دریا ؛ هفته سوم و چهارم دور برگشت یکپارهای تکلاندو باشگاههای کشور در سالن فجر بندرعباس با حضور ۸ تیم دانشگاه آزاد اسلامی ، گاز فجر جم ، ملی حفاری ایران ، قوامین ناجا راه و ترابری زنجان ، مقاومت بسیج ، مجتمع جوانه و شهرداری بندرعباس برگزار شد .
تیم شهرداری بندرعباس برای تثبیت مقام دومی در حساس ترین و سنگین ترین بازی خود ملی حفاری را با همین نتیجه شکست داد و در جای دوم جدول قرار گرفت .
بدین ترتیب تیم دانشگاه با ۲۹ امتیاز در صدر جدول قرار گرفت .
دنبال آن شهرداری بندرعباس با ۲۵ امتیاز و گاز فجر جم با ۲۰ امتیاز به ترتیب دوم و سوم شدند.
در پایان از سوسی کمیته فنی مسابقات بهترین سرپرست: رضالمسان زاده دانشگاه آزاد .
بهترین مربی: ناصر برجی
شهرداری بندرعباس و مرتضی سلطانی قوامین ناجا، فنی ترین بازیکن: رضانادریان ملی حفاری، تیم اخلاق: مقاومت بسیج ، بازیکن اخلاق مهدی باک دانشگاه آزاد بهترین داور: رحیم صفایی ، برایتیازترین تیم : قوامین ناجا معرفی شد .

در وزن ۸۰ کیلوگرم

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

اولین المپیاد ورزشی منطقه ویژه شهید رجایی

اولین المپیاد ورزشی منطقه ویژه شهید رجایی طی مراسمی، رسماً آغاز شد.
به گزارش روابط عمومی اداره کل بنسادر و دریانوردی هرمزگان ، در مراسم افتتاحیه این مراسم ، محمد علی سعیدی پور معاون طرح و توسعه اداره کل بنادر و دریانوردی هرمزگان و دبیر این المپیاد در سخنانی گفت : در اولین دوره مسابقات ورزشی منطقه ویژه شهید رجایی ، ۲۰۰ ورزشکار از ۶ رشته به هم به رقابت می پرزاندند.
تیم فصل هم برای شهرداری بندرعباس کارسانا نشند تا این نیم فصل دوم را هم با ناکامی شروع کند .
تهدید اولتیماتوم مسئولان باشگاه شهرداری به سرمربی اوزلتیمینی تیم شان جواب نداد تا شهرداری در ادامه روند ناکامی هایش با ارائه یک بازی ضعیف و دور از انتظار نتیجه را به حریف شیرازش ای واکگذار کند . تا خطر را حس کند. در آن سوی میدان مقاومت با در اختیار داشتن نبض بازی در هر دو نیمه ، موفق شد به یک سه امتیاز با ارزش دست گرفته و به مکان سوم جدول صعود کند . شاگردان کلاتری در دقیقه ۸۳ گل ۱:۳تغییرزبان را به ثمر رساندند و ۸۳ دقیقه از آن محافظت کردند.
شهرداری بندرعباس با این باخت و ۱۶ امتیاز در مکان دهم جدول جای گرفت .

سوم: مسلم عسکری (تیم سامان)
کومیته نوجوانان:
وزن ۲۱-:مقام اول: محمد مهدی پریسانی، مقام دوم : یوریا اسکندری مقام سوم : کاوه کدخدایی(هر سه تیم سامان)
وزن ۲۵-:مقام اول: جابر پهرامی (تیم حفاظت اجتماعی) –مقام دوم : محمد امیر جعفری (تیم سامان)مقام سوم : نیما خنکی تختی (تیم وزن ۲۹-:مقام اول : محمد امین عسکری زاه (تیم سامان)مقام دوم : نیما ابازری نسب (تیم سید جمال) –مقام سوم : سید تنبیده (تیم سامان)
وزن ۳۳-:مقام اول : احمد رضایی (تیم وزن ۳۷-:مقام اول : علی زارعی (تیم سید جمال)
وزن ۴۲-:مقام اول : عمادالدین خامدی (تیم مقام دوم : امیرحسین چوذری (تیم حفاظت اجتماعی) –مقام سوم : آربن ابوالقاسمی (تیم سامان)
وزن ۴۷-:مقام اول : آرمین نمرذیزاده (تیم حفاظت اجتماعی)مقام دوم : سسید دربار (تیم سامان) –مقام سوم:صلاح الدین عبداللهی (تیم سامان)
وزن ۵۲-:مقام اول : محمد صائمی –مقام دوم: امیر حسین آقائی –مقام سوم : محمد عرفان نصیری (هر سه تیم سامان)
کومیته جوانان **وزن ۶۰-:**مقام اول: رشید آرماسی (تیم اپتارگران) –مقام دوم : علیرضا گرجی زاده (تیم سامان)
مقام سوم:علی عظمی تیم حفاظت اجتماعی
کومیته بزرگسالان **وزن آزاد** بمقام اول : میلاد کهوری (تیم شهرداری) –مقام دوم : امید چوذری (تیم حفاظت اجتماعی) –مقام سوم : عبدالجبار پهرامی (تیم حفاظت اجتماعی) –مقام سوم:مجموع : تیم سامان
۶: مقام طلا – ۶: مقام نقره – ۸: مدال برنز
تیم حفاظت اجتماعی دادگستری: ۳-مدال طلا – ۵-مدال نقره – ۲-مدال برنز
تیم سید جمال اسدآبادی: ۱-مدال طلا – ۱-مدال نقرهتیم اپتارگران : ۱-مدال طلا–تیم شهرداری : ۱-مدال طلا

شهرداری : ۱-مدال طلا

توصیه یک متخصص بیماری‌های ریوی:

بیماران آسمی از مرطوب کردن هوای منزل بپرهیزند

یک متخصص بیماری‌های ریوی گفت: شومینه و بخاری به عنوان مرکزی برای تنگی نفس و سرفه عمل می‌کنند. دکتر بهمنی در گفت‌وگو با ایسنا با اشاره به اینکه بیماری التهابی مزمن راههای هوایی باعث ایجاد تنگی نفس و اختلال در خواب می‌شود، افزود: بهترین شیوه جلوگیری از پیشرفت بیماری‌های التهابی راههای تنفسی مانند آسم و تنگی نفس، کنترل التهاب در مجاری هوایی است. وی گفت: در فصل سرما بهترین اقدام برای کاهش اثرات منفی این بیماری بر فرد می‌توان به نظر گرفت. این است که دمای هوای منزل بین ۲۰ تا ۲۲ درجه سانتیگراد باشد و تهویه هوای داخلی نیز به خوبی انجام شود. دکتر بهمنی با بیان اینکه میزان رطوبت داخل خانه باید کمتر از ۵۰ درصد باشد، تصریح کرد: بیماری‌انی که دچار تنگی نفس و آسم هستند، باید از مرطوب کردن محیط منزل بپرهیزند، زیرا هوای مرطوب باعث رشد قارچ ها و تشدید حملات تنفسی و سرفه می‌شود.

طالع‌بینی

فروردین به شدت سرزنده وشاداب هستی و شخصی از این انرژی زیاد شما باخبر است. سعی کنید از این انرژی در حل کردن اختلاف نظر ها استفاده کنید. می توانید هماهنگی زیادی ایجاد کنید که به نفع خودتان هم هست.

در پایان تیم شهرداری بندرعباس با نتیجه ۵ بر ۳ راه و ترابری را شکست داد .
تیم شهرداری برای رسیدن به مقام دومی در حساس ترین و سنگین ترین بازی خود ملی حفاری را با همین نتیجه شکست داد و در جای دوم جدول قرار گرفت .
بدین ترتیب تیم دانشگاه با ۲۹ امتیاز در صدر جدول قرار گرفت .
دنبال آن شهرداری بندرعباس با ۲۵ امتیاز و گاز فجر جم با ۲۰ امتیاز به ترتیب دوم و سوم شدند.

در پایان از سوسی کمیته فنی مسابقات بهترین سرپرست: رضالمسان زاده دانشگاه آزاد .
بهترین مربی: ناصر برجی
شهرداری بندرعباس و مرتضی سلطانی قوامین ناجا، فنی ترین بازیکن: رضانادریان ملی حفاری، تیم اخلاق: مقاومت بسیج ، بازیکن اخلاق مهدی باک دانشگاه آزاد بهترین داور: رحیم صفایی ، برایتیازترین تیم : قوامین ناجا معرفی شد .

نتایج هفته سوم و چهارم

قوامین ناجا ۵ مجتمع جوانه ۳

شهرداری بندرعباس ۵ راه و ترابری زنجان ۳

گاز فجر جم ۴ ملی حفاری ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴

شهرداری بندرعباس ۵ ملی حفاری ۳

دانشگاه آزاد ۵ مقاومت بسیج ۳

قوامین ناجا ۵ راه و ترابری زنجان ۳

دانشگاه آزاد ۵ مجتمع جوانه ۳

مقاومت بسیج ۴ گاز فجر جم ۴