



## فانکشال در راه جهانی

آماده‌باش به ورزشکاران فانکشال؛ تیم ملی این رشته برای حضور در مسابقات قهرمانی جهان شهریورماه انتخاب می‌شود. طبق تقویم فدراسیون جهانی، دی‌ماه امسال رقابت‌های جهانی فانکشال برگزار می‌شود و کمیته این رشته در ایران برای تشکیل تیم ملی، شهریورماه مسابقات انتخابی برگزار می‌کند.

طی روزهای گذشته ورزشگاه شهدای کن میزبان مسابقات جایزه بزرگ بود که با حضور ۱۰ تیم حرفه‌ای آنفره و ۵ تیم آماتور برگزار شد. در این رقابت‌ها پوریا محمدی و رضا شیروذیری از تهران، حسین قاسم‌زاده و میثم اسدی از اصفهان و تیم محمد جواد حسینی و علی طاهری از زنجان در بخش حرفه‌ای رده‌های اول تا سوم را به خود اختصاص دادند.

بعد از این رقابت‌ها مرتضی کاشانی، سرمربی تیم ملی گفت: «۳ماه قبل از مسابقات جهانی مسابقات انتخابی برگزار می‌شود و ورزشکارانی که در بخش تیمی رقابت می‌کنند، می‌توانند در تیم ملی هم حضور داشته باشند.» در حال حاضر تیم ملی در بخش آنلاین در رنگ سوم جهان قرار دارد اما جایگاه اصلی این تیم بعد از مسابقات جهانی مشخص می‌شود.

امید آزادبان، دبیر انجمن فانکشال فیتنس هم درباره برگزاری مسابقات جایزه بزرگ توضیح داد: «برای اینکه بتوانیم ورزشکاران این رشته را به صورت آماده داشته باشیم و در سطوح جهانی به رقابت بپردازیم، بایستی سالانه مسابقات خاصی برگزار شود که یکی از این مسابقات، رقابت‌های جایزه‌دار است تا انگیزه‌ای برای تلاش بیشتر آنها باشد.»

عسگر آزادبان، رئیس کمیته فانکشال فیتنس نیز این رشته ورزشی را هم‌خانواده با رشته‌های المپیک می‌داند: «این رشته عضو واد، سیزم و ورزش‌های دانشگاهی است. حتی این رشته می‌تواند به المپیک هم راه پیدا کند. فانکشال فیتنس از بین ده‌ها ورزش هم‌خانواده‌اش، تنها رشته‌ای است که فدراسیون جهانی دارد و دارای تشکیلات جهانی و عضو آژانس جهانی ضد دوپینگ و چند نهاد رسمی دیگر است.»

آزادبان در خصوص جذب عموم به این رشته ورزشی متناسب با شرایط مالی و هزینه‌های حال حاضر باشگاه‌ها هم می‌گوید: «فانکشال فیتنس، ورزشی است که یک فرد می‌تواند با کمترین امکانات و دورترین دسترسی‌ها حتی در خانه شروع کند. در واقع فرد با یک برنامه تمرینی مناسب می‌تواند آن را آغاز کند.»



# دستور بدهند در آسیای بازی می‌کنم

مبین نصری، بهترین در یافت کننده مسابقات والیبال جوانان جهان می‌گوید: از ایتالیا پیشنهاد دارم اما در پیکان می‌مانم

امسال با تیم پیکان قرارداد بسته‌ام و آقای پیمان اکبری که مدیر فنی تیم ملی جوانان بود و سرمربی تیم پیکان است، خیلی برای من زحمت کشیده بود و درست نبود که در نیمه راه بگویم به پیکان نمی‌آیم و می‌خواهم به تیم دیگری بروم. با پیکان قرارداد یک‌ساله دارم. یک سال دیگر در ایران بازی می‌کنم و با تجربه‌تر که شدم با شرایط بهتری لژیونر می‌شوم.

**وریت به تیم ملی بزرگسالان دعوت شده بودید ولی خط خوردید. نظر بعضی‌ها این است که اگر مبین نصری در لیگ ملت‌ها بازی می‌کرد، تیم ملی با کیفیت بهتری بازی می‌کرد. جای خودتان را در تیم ملی خالی نمی‌دیدید؟**

تیم ملی در دست من بازیکنان خیلی خوبی دارد. زمانی که من به اردوی تیم ملی دعوت شدم، مصدوم بودم و با ۴۰-۳۰ درصد آمادگی تمرین می‌کردم. سرحال نبودم و توقعی نداشتم که در تیم باشم اما الان آماده‌ام و اگر بخوانند دستور بدهند در خدمت تیم ملی هستم.

**وریت کادر فنی پیمای نداده؟**

نه هنوز خبری نیست.

**وریت مسابقات قهرمانی آسیا آخر ماه آینده در ارومیه برگزار می‌شود. دوست ندارید در آن تیم و مقابل تماشاگران شهرتان بازی کنید؟**

بازیکن دوست دارم. پارسان من و چون با تعصب بازی می‌کنم، تماشاگران من را خیلی دوست دارند آنها حس خیلی خوبی به من می‌دهند. خیلی دوست دارم در تیم ملی و در مسابقات قهرمانی آسیا بازی کنم.

**وریت خیلی از بازیکنانی که در سطح جوانان می‌درخشند وقتی به تیم ملی می‌رسند، افت چشمگیری دارند. چطور می‌خواهید خودتان را در سطح اول جهان نگه دارید؟**

مسئله این است که الان که من بهترین دریافت‌کننده جهان شده‌ام، نباید به خودم بگویم دیگر همه چیز تمام است و بهتر از من نیست و به اوج رسیدم. فرق بازیکنان ما با دیگر بازیکنان بزرگ جهان این است که آنها وقتی به جایگاهی می‌رسند سعی می‌کنند خودشان را از تقا بدهند و تلاش می‌کنند همان عنوان را در تیم ملی بزرگسالان هم تکرار کنند اما در ایران وقتی یک بازیکن در پستی بهترین می‌شود، همه چیز را برای خودش تمام شده می‌بیند و در ذهنش این است که دیگر بهترین است و به‌کار بیشتری نیاز ندارد.

**وریت شما برای اینکه دچار این تفکر نشوید، برنامه‌ای دارید؟**

اول باید این فکر را که من بهترین هستم، از ذهن بیرون کنم. در کنارش هم تلاش کنم نقاط قوتی را که دارم تقویت کنم و نقاط ضعفم را بهبود ببخشم.

**وریت فکر نمی‌کنید که اگر در لیگ بهتری از لیگ ایران بازی کنید، پیشتر می‌توانید پیشرفت کنید؟**

خودم دوست دارم به لیگ‌های اروپایی بروم و به لیگ ایتالیا و لهستان فکر می‌کنم. امسال نشد اما از سال آینده کاری می‌کنم که بتوانم لژیونر شوم.

**وریت بعد از مسابقات قهرمانی جهان پیشنهادی نداشتید؟**

داشتم. مدیر برنامه‌های تیم ایتالیایی به اسم لاتینا و یک تیم ترکیه‌ای به من پیام دادند. دوست داشتم به پیشنهاد تیم ایتالیایی فکر کنم، البته نمی‌دانم در چه دسته‌ای بازی می‌کند و چه کیفیتی دارد اما نمی‌شود.

بهترین شدن در سطح جهان می‌تواند بهترین اتفاق برای یک بازیکن باشد و چه چیز بهتر از اینکه این بهترین شدن با قهرمانی تیم همراه باشد. در مسابقات قهرمانی والیبال زیر ۲۱ سال جهان هم‌زمان با قهرمانی تیم جوانان ایران، مبین نصری هم یکی از بازیکنان ایران بود که عنوان بهترین نصیبش شد. مبین در پستی بهترین جهان شده است که والیبال ایران ضعف دارد در دریافت. مبین نصری یکی از بازیکنانی بود که به تیم ملی هم دعوت شد و با عملکردی که در مسابقات جوانان داشت، نظر خیلی‌ها این بود که او در لیگ ملت‌ها می‌توانست به تیم ملی کمک کند. نصری بازی در این لیگ را حق خودش نمی‌داند اما دوست دارد برای مسابقات قهرمانی آسیا به تیم ملی دعوت شود.

**وریت بهترین بازیکن جهان شدن چه حسی دارد؟**

حس خیلی خوب. برای اینکه بتوانم بهترین دریافت‌کننده جهان بشوم خیلی زحمت کشیده بودم. موقعی که اسم من را به عنوان بهترین بازیکن این پست اعلام کردند، پیش خودم گفتم بالاخره زحماتی که کشیدم بی‌نتیجه نماند و دیده شد. حس آن موقع حس خیلی خوبی بود.

**وریت در پستی بهترین شده‌اید که والیبال ایران بیشترین مشکل را در همانجا دارد.**

درست است. تیم ملی بزرگسالان در دریافت مشکل دارد اما تیم جوانان چون هدف خیلی بزرگی داشت و آن رسیدن به قهرمانی جهان بود که خدا را شکر به آن رسیدیم، همه بازیکنان فقط به این فکر می‌کردند که باید مدال طلای مسابقات را بگیرند و به خاطر همین همه در پست خودشان تلاش می‌کردند تا بهترین بازی را انجام بدهند و بهترین باشند. من هم فقط سعی کردم که بهترین بازی خودم را انجام بدهم.

جدول اعداد | ۴۵۳۴

۸	۱	۷		۵		
	۷	۸	۵	۹	۴	
۳	۶	۴		۱		
۶		۹	۱	۳	۸	
	۳	۲		۹	۵	
		۱	۵	۹	۶	
	۷			۵	۳	۶
۵	۹	۶	۱			۷
		۳		۲		

ساده

جدول ۸۸۳۴

افقی:

- ۱- پهرمرد- برنده هدایت‌پذیر از راه دور- از پسران فریدون پیشدانی
- ۲- مخفف اگر- ظرف غذای سربازان در پادگان- عاری از میکروب
- ۳- گوسفند عربی- گوشه‌ها و کرانه‌ها- مخفی
- ۴- رمز عملیات والفجر هشت- کلمه تحسین- دین‌نی فوئال
- ۵- رای بی‌تاثیر- نام‌ها
- ۶- ترنج- پیچ و خم‌های واقع در مسیر رود- پوشیده و پنهان
- ۷- بله انگلیسی- جرعه آتش- گیاه بدون دانه
- ۸- اشتباه لفظی یا رفتاری- گفتاری- نزدیک‌بین
- ۹- موجب وحشت- عمایه- دل‌آزر کهنه
- ۱۰- از شایع‌ترین حوادث طبیعی در ایران- نام سه تن از پادشاهان اسکاتلند بود- تعقیب‌کننده
- ۱۱- هواپیما- نوعی بیسکویت ساده
- ۱۲- در هم پیچیدن- بخشندگی- میعادگاه حافظ
- ۱۳- پایتخت سلسله سامانیان- به حد مطلوب نرسیده- بخشش
- ۱۴- زودگذر و ناپایدار- قدیمی نمایش فیلم

اعداد ۹ تا ۱۶ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود. پاسخ‌ها در ادامه آمده است.

۷	۳	۵	۸	۸	۶	۱	۶
۱	۸	۸	۶	۶	۷	۷	۳
۶	۶	۶	۷	۱	۸	۸	۷
۳	۷	۱	۳	۸	۶	۶	۸
۶	۷	۱	۳	۸	۶	۶	۸
۸	۹	۸	۷	۱	۳	۸	۷
۸	۹	۸	۷	۱	۳	۸	۷
۱	۸	۸	۶	۶	۷	۷	۳
۱	۸	۸	۶	۶	۷	۷	۳

متوسط

	۸	۱	۷				
			۱	۸	۹		
۹	۶		۵			۴	
			۴			۵	۷
۷	۹				۱		
				۳	۴	۶	
۸							
	۴	۵	۹				
				۲	۵	۳	

سخت

۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸	۶
۸	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸
۶	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸
۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸	۶
۸	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸
۶	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸
۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸	۶
۸	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸
۶	۱	۷	۵	۸	۶	۱	۸

جدول ۸۸۳۴ شماره ۸۸۳۴

۱۲- نسبت دادن خطا- کشور سازنده گوشی‌های ایسفون- نوعی موسیقی غربی

۱۳- چین و چروک پوست- از غذاهای محلی شمال خراسان- دم‌چغله باید کشت

۱۴- زم‌گانه بوکس- افزایش- عظمت

۱۵- از چهره‌های معاصر هنری و ملقب به پدر نقاشی مدرن ایران- فراهم آوردن

۱۲- نسبت دادن خطا- کشور سازنده گوشی‌های ایسفون- نوعی موسیقی غربی

۱۳- چین و چروک پوست- از غذاهای محلی شمال خراسان- دم‌چغله باید کشت

۱۴- زم‌گانه بوکس- افزایش- عظمت

۱۵- از چهره‌های معاصر هنری و ملقب به پدر نقاشی مدرن ایران- فراهم آوردن

۱۲- نسبت دادن خطا- کشور سازنده گوشی‌های ایسفون- نوعی موسیقی غربی

۱۳- چین و چروک پوست- از غذاهای محلی شمال خراسان- دم‌چغله باید کشت

۱۴- زم‌گانه بوکس- افزایش- عظمت

۱۵- از چهره‌های معاصر هنری و ملقب به پدر نقاشی مدرن ایران- فراهم آوردن

راهنمای همیشه‌های

تمام آنچه به دنبال آن هستید فقط با یک کلیک در

rahnama.com

استخدام | خودرو | خدمات | لوازم خانگی | املاک | گردشگری | کسب و کار | لوازم الکترونیکی