



گفت و گویا هندبال لیست پجنوردی لیگ دسته یک

توپ کمبودها در زمین هندبال

وی به وجود تیم های قدرتمند در شهرستان های استان اشاره می کند و می افزاید: این تیم ها به تنهایی می توانند بازوان هیئت استان باشند و شهرستان ها برای تشکیل تیم استان اشاره می کند و می گوید: اگر اتحاد و همدلی برقرار باشد برترین های شهرستان ها می توانند هندبال استان را به خوبی معرفی کنند. وی ضعف هندبال استان را فعالیت نکردن در رده سنی پایه می داند و اضافه می کند: اگر تعامل با آموزش و پرورش برقرار شود می توان از هندبال لیست های استان لژیونرهایی ساخت که با وجود مربیانی که با مدرک درجه D جهانی در استان فعالیت می کنند دور از انتظار نخواهد بود.

مشکلات اساسی این ورزش باعث شده هندبال چندان شرایط پیشرفت نداشته باشد در حالی که می توان استان را یکی از قطب های هندبال کشور و امید دارد بتواند پله های ترقی در این ورزش را یکی پس از دیگری ببیماید و روزی به عنوان لژیونر هندبال استان معرفی شود.

وی تمرینات یک ماهه اش را در گرمسار و در قرنطینه انجام می دهد و به زعم خود بازیکنان شاخصی از سراسر کشور به این تیم دعوت شده اند. «یزدانی» تمایل چندانی برای بیان مشکلات هندبال استان ندارد و دلیل اش را پیگیری های بسیار و به نتیجه نرسیدن آن ها برای رفع دغدغه های این ورزش می داند. به گفته وی، مشکلات اساسی این ورزش باعث شده هندبال چندان شرایط پیشرفت نداشته باشد در حالی که می توان استان را یکی از قطب های هندبال کشور معرفی کرد و توانمندی ورزشکاران استان بر این امر صحه می گذارد اما فعلا به خاطر کمبودها به حاشیه رفته اند و جایی برای رشد ندارند. وی استفاده از تجربیات «هانی زمانی» را برگ زرینی برای توسعه هندبال استان می داند که کمتر مورد توجه قرار گرفته در حالی که حضور لژیونر سابق استان می تواند برای هندبال استان امتیاز مثبتی باشد و آن را دگرگون کند. «یزدانی» از ضرورت به میدان آمدن جوان ها با حمایت مسئولانی می گوید که باید گوشه ای از کار را بگیرند و زمینه را برای توسعه این ورزش در استان فراهم کنند. هندبال لیست خوش آتیه استان از صعود ۴ پله ای هندبال استان می گوید که در ۳ سال اخیر با میزبانی هندبال جوانان مناطق کشور و حضور آن ها در کمیته های هیئت اتفاق افتاده است.

هندبال خراسان شمالی شاید کمتر معرفی شده باشد اما ورزشکاران مستعد بسیاری دارد که در تیم های لیگ دسته یک و برتر خوش درخشیدند و توانستند برای کسب نتیجه و تجربه بیشتر با تیم های مطرح کشور قرارداد ببندند و بعد نیست روزی لژیونر دیگری نیز از همین استان داشته باشیم. همان طور که «هانی زمانی» توانست نام استان را در کشور و خارج از کشور معرفی کند، ورزشکارانی داریم که با کمترین امکانات بهترین قراردادهای را با تیم های مطرح کشوری بستند. حضور «مرضیه نیستانی» با تیمی از بهبهان در لیگ برتر، «مهسا مجرد» با تیمی از تهران در لیگ دسته یک و «محمد تقی یزدانی» با تیمی از گرمسار در لیگ دسته یک بر این امر صحه می گذارد که ظرفیت هندبال لیست های استان بالاست و می توان به قهرمانی های نه چندان دور آن ها امید بست. «محمدتقی یزدانی» هندبال لیست ۱۹ ساله استان بعد از ۷ سال فعالیت در این رشته ورزشی و حضور در مسابقات مناطق و جوانان کشور این بار با تیم لیگ دسته یک در خشان کویر گرمسار قرارداد بسته است و امید دارد بتواند پله های ترقی در این ورزش را یکی پس از دیگری ببیماید و روزی به عنوان لژیونر هندبال استان معرفی شود.



فعالیت گروه های کوهنوردی نیازمند کنترل

سیما وحدانی - حال خوش صعود و رفتن به ارتفاع، گاهی آن قدر در وجود ریشه می دواند که می توانی به تنهایی تعطیلی هایت را به بندهای محکم شده کفش هایت و کوله باری از اسباب و وسایل بر دوش گره بزنی و راهی پرفراز و نشیب و ناهموار با پستی و بلندی های بسیار را به جان بخری و هر بار عاشق تر از قبل کوهنوردی را اصولی تر بیاموزی و راهی نور را از سرگیری. با کوهنورد پیش کسوت خراسان شمالی که گفت و گو می کنیم از فعالیت تخصصی و علمی اش در این رشته سخن می گوید که پایه و اساس این ورزش در استان را علمی بنا نهاده و این روزها شاکله کوهنوردی نیز از بن علمی طراحی شده است. «غلامرضا عابدی» دانش آموخته رشته تربیت بدنی و دبیر ورزش دبیرستان ها و عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد بجنورد، فعالیت های تخصصی اش در این ورزش را از سال ۵۳ آغاز کرد. از دلایل علاقه اش به این ورزش که سوال می کنیم از فعالیت هایش در منطقه کوهستانی و جنگلی سوادکوه می گوید که در آن جا با طبیعت آشنا شده است. وی در سال ۵۷ به استخدام آموزش و پرورش درآمد و از اردیبهشت ۵۸ نیز به عنوان نخستین رئیس هیئت کوهنوردی بجنورد معرفی شد، همزمان در دانشگاه انجمن کوهنوردی تشکیل داد و مسئول انجمن کوهنوردی کارگران و مدرس کوهنوردی دانشگاه نیز بوده است.

پایه ریزی علمی و اصولی این ورزش سبب شد اطلاعات به روز و جامعی را در اختیار علاقه مندان به این ورزش قرار دهیم و از ابتدا کوهنوردی آکادمیک در بجنورد راه اندازی شد



بهترین خاطراتش از کوه و کوهنوردی پایان نامه دوران ارشدش است که با موضوع تاثیر ارتفاع تا ۳ هزار متر بر عوامل تنفسی و قلبی در ۳ گروه کوهنوردان ورزیده، مبتدیان و ورزشکاران ورزیده به عنوان بهترین پایان نامه کوهنوردی در کشور معرفی و در برنامه تلویزیونی نیز در مورد نتیجه تحقیقات این پایان نامه گفت و گو شد. «عابدی» آموختن از طبیعت و آموزش حرفه ای و اصولی این ورزش را سرلوحه کار علمی و ورزشی خود قرار داد که نخستین آکیپ های رسمی کوهنوردی در رده سنی دانش آموزان و دانشجویان از سال ۵۸ فعالیت کوهنوردی خود را آغاز کردند. وی می گوید: پایه ریزی علمی و اصولی این ورزش سبب شد اطلاعات به روز و جامعی را در اختیار علاقه مندان به این ورزش قرار دهیم و از ابتدا کوهنوردی آکادمیک در بجنورد راه اندازی شد. وی از رشد گروه های متعدد کوهنوردی سخن می گوید که کنترل نشده و قارچ گونه افزایش یافته و نیازمند مدیریت و سامان دهی است. وی می افزاید: در سال های ۹۲ و ۹۳ حدود ۱۵ گروه همزمان فعالیت خود را آغاز کردند و در بجنورد فعال شدند و مدیریت برای انسجام این گروه ها داشتیم و آسیب های زیادی به کوهنوردان به خاطر نبود آموزش و آگاهی از شرایط و امکانات وارد شد که نیازمند برنامه ریزی های کلان در استان بود و این روزها با شکل گیری باشگاه های کوهنوردی با توجه به اهداف فدراسیون شاهد کاهش آسیب های این چندینی هستیم. به گفته وی، از نقاط قوت کوهنوردی، رسوخ این ورزش در بین خانواده ها و جوانان و نیاز اصلی آن آموزش است تا با برگزاری دوره های آموزشی توسعه بیشتری را در این ورزش شاهد باشیم.

افتخاری دیگر برای هیئت فعال خراسان شمالی

نایب قهرمانی هیئت ورزش همگانی استان در چالش «وقت ورزش»

سیما وحدانی- رئیس هیئت ورزش های همگانی خراسان شمالی از افتخار آفرینی دوباره و نایب قهرمانی این هیئت در چالش «وقت ورزش» خبر داد. مهندس «مجید جودت» با بیان این که چالش وقت ورزش مربوط به فراخوان و دعوت مردم بود که توسط هم استانی ها دعوت می شدند، اظهار کرد: هر نفر ۳ نفر از دوستان خود را به این چالش دعوت می کرد که روز جمعه ۲ آبان ساعت ۱۰ صبح هر جا هستند به مدت حداقل ۲۰ دقیقه ورزش کنند. وی به حضور و مشارکت تمام استان ها در این طرح کشوری اشاره و بیان کرد: در این طرح ملی که توسط فدراسیون به همه استان ها اعلام شد، خوشبختانه مردم خراسان شمالی با همت بلند مربیان عزیز و زحمتمکش هیئت ورزش های همگانی توانستند باز هم خوش بدرخشند و در سومین طرح سراسری فدراسیون باز هم برای سومین بار رتبه دوم کشور را از آن خود کنند.

نقش تاثیر مربیان در کسب این عنوان کشوری «جودت» بر نقش تاثیر گذار مربیان در کسب این عنوان کشوری اشاره کرد و افزود: نقش هر یک از مربیان هیئت ورزش های همگانی در توسعه و ترویج ورزش های همگانی نقش بسزا و پررنگی است که واقعا جا دارد از همه عوامل کسب این عنوان تشکر کرد. به گفته وی، مربیگری در هیئت ورزش های همگانی مختص باشگاه و فضای ورزشی نیست و مربیان در این هیئت به خوبی آگاه هستند که باید خود را در قبال جسم و روح و نشاط اجتماعی جامعه مسئول بدانند.

ضرورت ورزش و تقویت سیستم ایمنی بدن وی بر ضرورت ورزش و تقویت سیستم ایمنی بدن تاکید کرد و یادآور شد: در ایام کرونا مربیان هیئت از طریق فضای مجازی مردم را به ورزش در خانه دعوت کردند تا سیستم ایمنی آن ها تقویت شود. «جودت» روحیه نوع دوستی و در صحنه بودن همیشگی مربیان هیئت ورزش همگانی استان را قابل تقدیر دانست که در کمک به سیل زدگان و زلزله زدگان آن چه در توان داشتند در طبق اخلاص گذاشتند. وی کسب عنوان نایب قهرمانی را متعلق به تک تک مربیان ساعی و پرتلاش هیئت ذکر کرد و افزود: بعد از کرمانشاه، خراسان شمالی با ۱۹۶۸ و آذربایجان غربی با ۳۶۳ تولید محتوا در جایگاه دوم و سوم ایستادند.

بیشتازی استان در طرح های ملی او در ادامه با بیان این که فدراسیون ورزش های همگانی به منظور تشویق مردم به ورزش کردن در این شرایط کرونا برنامه های مختلفی را

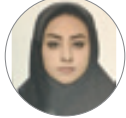
«نکویی» رئیس هیئت ورزش همگانی شیروان



«نکویی» رئیس هیئت ورزش همگانی شیروان نیز از برگزاری چالش های ملی ورزش همگانی خبر داد. به گفته وی چالش وقت ورزش در صداست پس از اجرای فاز آزمایشی در سطح ملی در سرتاسر جهان اجرایی شود. **لزوم پویایی ورزش در ایام قرنطینه** وی بر لزوم ورزش در ایام قرنطینه تاکید کرد و گفت: انجام ورزش منظم یکی از راه های جلوگیری از مضرات و معایب بی حرکتی و فعالیت نکردن طی دوران قرنطینه خانگی است. وی تاکید کرد: تحرک بدنی می تواند نقش پیشگیرانه داشته باشد و البته از مهم ترین اقدامات انجام ورزش منظم است. مسئولان هیئت ورزش های همگانی در شهرستان ها از حمایت های رئیس هیئت استان به خاطر ممارست و پویایی ورزش در این ایام تقدیر کردند.

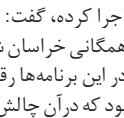
به گفته آن ها در این دوران نباید ورزش رها شود و مسئولان باید با برگزاری طرح ها و برنامه های متعدد در دوران قرنطینه به شور و نشاط ورزشی اقدام کنند.

«غلامی» رئیس هیئت ورزش های همگانی شهرستان فاروج



«غلامی» رئیس هیئت ورزش های همگانی شهرستان فاروج نیز اظهار کرد: پیش از این نیز در طرح «آماده باش» خراسان شمالی به همت مربیان و ورزشکاران استان صاحب رتبه شد. وی افزود: چالش «وقت ورزش» در مهر ماه به مناسبت هفته تربیت بدنی و ورزش اجرا شد و در آن ورزشکاران و شهروندان ویدئویی را به مدت یک دقیقه با موضوع فعالیت های ورزشی خود در ایام کرونا در فضای مجازی منتشر می کردند.

«نجاری» رئیس هیئت ورزش های همگانی گرمه



«نجاری» رئیس هیئت ورزش های همگانی گرمه نیز در گفت و گو با خبرنگار ما اجرای این طرح را دستاورد فدراسیون و هیئت برای توسعه ورزش در ایام کرونا ذکر کرد. به گفته وی در ایام شیوع کرونا برای تقویت سیستم ایمنی و انجام ورزش در منزل باید طرح ها و برنامه های متعددی اجرا کرد که این طرح از بهترین طرح هایی بود که با حمایت تمامی شهرستان ها توانست بیشترین محتوا را داشته و صاحب عنوان شود.

«حسن نیا» رئیس هیئت ورزش های همگانی مانه و سملقان

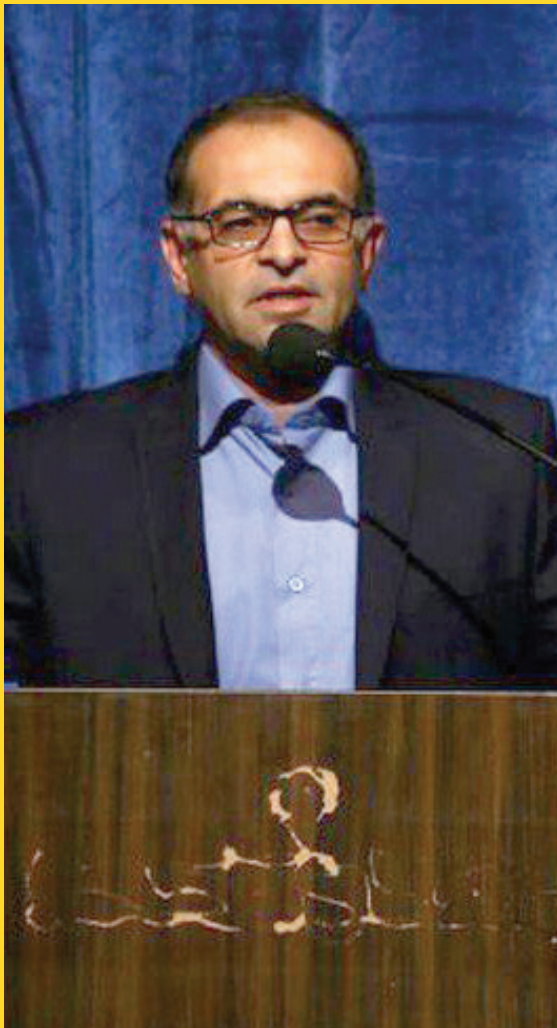


«حسن نیا» رئیس هیئت ورزش های همگانی مانه و سملقان نیز بیان کرد: در این چالش تولیدات محتوا بیش از انتظار بود و همه ورزشکاران به تهیه این کلیپ اقدام کردند و تشویق عموم مردم به انجام ورزش در این طرح بسیار حائز اهمیت است.

«حسن نیا» رئیس هیئت ورزش های همگانی مانه و سملقان



«حسن نیا» رئیس هیئت ورزش های همگانی مانه و سملقان نیز بیان کرد: در این چالش تولیدات محتوا بیش از انتظار بود و همه ورزشکاران به تهیه این کلیپ اقدام کردند و تشویق عموم مردم به انجام ورزش در این طرح بسیار حائز اهمیت است.



در این طرح ملی که توسط فدراسیون به همه استان ها اعلام شد، خوشبختانه مردم خراسان شمالی با همت بلند مربیان عزیز و زحمتمکش هیئت ورزش های همگانی توانستند باز هم خوش بدرخشند و در سومین طرح سراسری فدراسیون باز هم برای سومین بار رتبه دوم کشور را از آن خود کنند