

مدیر کل تربیت بدنی استان:

به گزارش روابط عمومی اداره کل تربیت بدنی استان هرمزگان، نشست خبری مدیر کل تربیت بدنی استان با اصحاب رسانه در اداره کل تربیت بدنی برگزار شد.

مدیر کل تربیت بدنی استان گفت: خانواده ورزش از اصحاب رسانه جدا نیست و شگرفا شدن ورزش یعنی استفاده از تمامی تجارب بزرگان و اهل فن و دلسوزان به مملکت و ورزش استان باتوجه به عنایت ویژه ای که استاندار هرمزگان به بخش ورزش دارند. محمدی اصل افزود: همزمان با هفته دولت درسال جاری ۴۰ طرح عمرانی ورزشی در این استان به بهره برداری می رسد و با بهره برداری از ۴ پروژه مذکور سرانه ورزشی هرمزگان به هشت دهم متر برای هر نفر خواهد رسید. ایشان در جمع اصحاب رسانه خاطر

خانواده ورزش از اصحاب رسانه جدا نیست

نشانی ساخت: با مساعدت استاندار هرمزگان در ۲۱ محله مختلف استان ۲۱ زمین چمن فوتبال در دست احداث است که تا هفته دولت امسال آماده بهره برداری است وی بیان نمود: ساخت چهار زمین فوتبال چمن استاندارد در شهرهای قشم، خمیر، بیگاه و رویدر به ۲۵ قطعه ۲/۵ میلیارد تومان در اختیار فوتبال استان قرار می گیرد. محمدی اصل با اشاره به اهمیت احداث پروژه های ورزشی در جزایر مختلف هرمزگان یادآور شد: یک سالن سقف کوتاه، یک سالن سقف بلند چند منظوره، زمین چمن مصنوعی استاندارد، در زمین چمن محله ای و دو زمین ساحلی چند منظوره از جمله طرح هایی است که در جزیره هرمز با



مدیر کل اداره تربیت بدنی در پایان ضمن تقدیر از مساعدت های استانداری این استان در ایجاد پیش زمینه ها برای ساخت پروژه های عمرانی ورزشی گفت: هرمزگان دارای بخش صنعت و اقتصاد خصوصی فعال است و بسیاری از استان های کشور از این امتیاز محروم هستند و باید بخش ورزش این استان بتواند به خوبی از این ظرفیت استفاده کند.

اعزام فرزندان شاهد و ایثارگر به مسابقات فوتسال یاسوج



به همت واحد تربیت بدنی سازمان بنیاد شهید و امور ایثارگران هرمزگان تعداد ۲۴ نفر از فرزندان شاهد و ایثارگر (پسران) در دو گروه جوانان و نوجوانان از بندرعباس عازم شهرستان یاسوج در استان کهگیلویه و بویراحمد شدند. مسابقات فوتسال فرزندان شاهد و ایثارگر از یکم مرداد ماه به مدت ۵ روز با حضور تیمهای شرکت کننده از سراسر کشور در یاسوج برگزار می شود. اسحاق دستگیر در مراسم اعزام فرزندان شهید و ایثارگران که در سالن اجتماعات بنیاد شهید بندرعباس برگزار شد، طی سخنانی اهمیت دادن به ورزش را امری ضروری دانست و اظهار داشت: ورزش سلامتی و نشاط و شادابی می آورد. وی گفت: خانواده های شاهد و ایثارگر الگوی مقاومت و پایداریند و امروز با حضور بیش از پیش در صحنه های ورزشی، علمی و فرهنگی نمونه پویایی و تلاش و پیشرفت هستند.

اعتراض پیشکوتان کشتی هرمزگان از فدراسیون کشتی ایران



به گزارش روابط عمومی اداره کل تربیت بدنی استان هرمزگان، بدلیل کم کاری و بی توجهی ای به این رشته پرطرفدار جمع کثیری از پیشکسوتان کشتی استان اعتراض شدیدی خود را به فدراسیون کشتی اعلام نمود. در این نامه آمده بود این فدراسیون نزدیک ۲ سال است که ورزش کشتی را در این استان به تعطیلی کامل کشانده و توجه ای به درخواستهای اداره کل تربیت بدنی نسبت به جایجایی رئیس هیئت این استان نداشته. ضمناً فدراسیون مذکور هیچگونه کمکی به کلاسهای آموزشی، برگزاری مسابقات و توجه به پیشکسوتان نداشته است و آنها متذکر شده بودند با این عمل فدراسیون کشتی ضربه محلی بر پیکر کشتی استان زده ست

این رشته ورزشی عبارت است از ترکیب و انجام سه رشته ورزشی (شنا، دوچرخه سواری و دو صحرانوردی) که به صورت بی دربی انجام می شود

و برنده این مسابقات شخصی است که در کوتاهترین زمان ممکن هر سه مرحله را به اتمام برساند

● تاریخچه سه گانه TRIATHLON: در اوایل سال ۱۹۷۰ میلادی در یکی از کلوب های ورزشی واقع در ایالت سانتیگو آمریکا ورزش سه گانه (TRIATHLON) شامل شنا(۱۵۰۰متر)، دوچرخه سواری(۴۰ کیلومتر) و دو صحرانوردی(۱۰ کیلومتر) که به صورت متوالی و بدون استراحت انجام می شود، ابداع شد. در سال ۱۹۸۹ میلادی در کشور فرانسه تاجاده ای تشکیل گردید، مقررات و مسافت های هر رشته

و مشخص و استانداردهای لازم را تعیین کردند. سپس برای اولین بار در سال ۲۰۰۰ میلادی این رشته در المپیک سیدنی برگزار شد و در المپیک ۲۰۰۴ که در آتن برگزار گردید، فدراسیون جهانی این رشته در کشور کانادا با نام اختصاری (ITU) فعال می باشد. و مرکز کنفدراسیون آسیایی این رشته در کشور کره جنوبی می باشد.

● سه گانه در ایران: از سال ۱۳۸۰ این رشته به عنوان کمیته ورزش سه گانه در زیر مجموعه فدراسیون دو و میدانی شوع به فعالیت نمود و در سال ۱۳۸۲ به عنوان انجمن ورزش سه گانه کشور به کنفدراسیون سه گانه آسیا معرفی و سپس در سال ۱۳۸۵ سردار محمد علی صبور به عنوان سرپرست فدراسیون ورزش سه گانه منصوب و در بیست و سوم آبان ماه ۱۳۸۵ با اکثریت آراء، به عنوان رئیس ماه ۱۳۸۶ با تلاش فراوان و تدوین اساسنامه مربوطه و ارسال آن به کنفدراسیون سه گانه آسیا این فدراسیون به عضویت آن کنفدراسیون درآمد.

Triathlo یا ورزش سه گانه چیست؟



● ورزشکاران سه گانه چه کسانی هستند؟ کلیه ورزشکارانی که دارای استقامت عمومی می باشند می توانند در این رشته سرمایه گذاری و در سطح قهرمانی فعالیت نمایند. ورزشکاران رشته های شنا، دوچرخه سواری و دو صحرانوردی که چند دقیقه با رکوردهای ملی فاصله دارند می توانند به این رشته زیبا و مهیج وارد شوند.

● ورزشکارانی که علاقمند به فعالیت در رشته های ترکیبی و استقامتی بوده می توانند ورزشکاران سه گانه باشند. در حال حاضر در کلیه استانهای کشور هیاتهای ترکیبی و استقامتی بوده می توانند ورزشکاران سه گانه باشند. فدراسیون ورزش سه گانه با ریاست جناب آقای محمدعلی صبور به ثبت رسید.

● نحوه برگزاری مسابقات (Triathlon) یا ورزش سه گانه: در این مسابقات یک ساعت پیش از شروع مسابقه رقابت کنندگان در محل انجام مسابقه حاضر هستند تا با مکان های شروع هر بخش مسابقه و پوشش و وسایل لازم آن بخش آشنایی پیدا کنند. همان طور که ذکر شد این مسابقات با بخش شنا شروع شده، بلافاصله به دنبال آن دوچرخه سواری و در انتها دو وجود دارد. بخش شنا

سرعتی: ۷۵۰۰ متر شنا، ۲۰ کیلومتر دوچرخه و ۵ کیلومتر، دوی صحرانوردی می باشد. که به صورت متوالی و بی دربی انجام می شود که بسیار سخت و طاقت فرسا است ورزشکاران این رشته را مردان آمین می نامند و علم و ورزشی در آن بسیار دخیل است این رشته ورزشی در ایران از سال ۱۳۳۸ کار خود را با عنوان انجمن دو و میدانی و دو صحرانوردی و دو شنا شروع کرد و در سال ۱۳۸۵ به عنوان فدراسیون ورزش سه گانه با ریاست جناب آقای محمدعلی صبور به ثبت رسید.

● نحوه برگزاری مسابقات (Triathlon) یا ورزش سه گانه: در این مسابقات یک ساعت پیش از شروع مسابقه رقابت کنندگان در محل انجام مسابقه حاضر هستند تا با مکان های شروع هر بخش مسابقه و پوشش و وسایل لازم آن بخش آشنایی پیدا کنند. همان طور که ذکر شد این مسابقات با بخش شنا شروع شده، بلافاصله به دنبال آن دوچرخه سواری و در انتها دو وجود دارد. بخش شنا

● فروردین امروز خورشید به برج اسد می رود. که به خلایق، فرزندان و لحظات خوب مربوط می شود. بنابراین به خودتان خوش بگذرانید و البته قدر این لحظات را بدانید. در کنار خانواده تان باشید و زندگی را آسان بگیرید.

● اردیبهشت امروز خورشید به برج اسد می رود. این قسمت از چارت شما به خانه و خانواده مربوط می شود. اگر می خواهید ذهن خانواده تان نسبت به شما خوب باشد باید سعی کنید به آنها اهمیت زیادی دهید. مطمئنم که این دقیقاً همان کاری است که شما می خواهید انجام دهید.

● خرداد آماده باشید تا هر فرصت یا شانس را پیش از آن که رد کنید با جدیت بررسی کنید در غیر این صورت حتماً پشیمان می شوید. امشب دوستان برای شما سورپرایزی دارند و به نظر می رسد زمان فوق العاده جالبی را پیش رو دارید.

● تیر دوست دارید با جدیت کار کنید. شاید خسته شوید، هر کسی زمانی به استراحت احتیاج دارد. تنها کارهای مهم را انجام دهید و بقیه را رها کنید. این روزها احساس خستگی از محیط درون شما شکل می گیرد. سعی کنید با جدیت بر آن غلبه کنید و موفق می شوید.

● مرداد امروز برقراری ارتباط صحیح با مردم اطرافتان، به صورتی قابل ملاحظه آسان به نظر می رسد، حتی اگر این مردم، مشتریان نادان شما باشند. احتمالاً آنها در این زمان بهترین نحوه رفتارشان را ارائه می دهند و یا شاید شما امروز بیش از اندازه جذاب شده اید!

● شهریور شما هیچ شکایتی ندارید! امروز، روز خوبی برای برقراری تماس با همسایگان، برادر و خواهر و یا کسانی که عموماً می بینید، می باشد.

● مهر امروز خورشید تغییر مکان داده و وارد علامت شومری می شود که زندگی اجتماعی شما را تحت تاثیر قرار می دهد. مری گوری نیز در حال حاضر در این خانه به سر می برد و این باعث می شود که شما در این زمان رویایی تر شوید.

به عبارتی جدی تر شما می خواهید که میزانی از وقت تان را صرف برنامه ها و رویاهایتان برای آینده بسازید. پس می توانید در این زمان آنها را یک قدم به واقعیت نزدیک تر کنید.

● آبان امروز خورشید وارد برج اسد می شود. اکنون زمانی عالی برای فکر کردن به اهدافتان می باشد حتی اگر راه زیادی را برای رسیدن به آن در پیش رو دارید. مهارت زیادی در انجام کارها دارید. خودتان را دست کم نگیرید، بهتر از آن چیزی که فکر می کنید مهارت دارید.

● آذر امروز خورشید به خانه مرداد می رود و این به نفع تمام برنامه های مسافرت تان است. این بهترین زمان سال برای شماسات چون روح خود را غرق در ماجراجویی می کنید. اگر قصد سفر تداریک پس باید از دیدن صورتهای تکراری و مکان های آشنا خودداری کنید و دنبال کاری که کمی جنبه های اجتماعی تان را تقویت می کند باشید.

● دی اگر به نگرانی های کوچک در رابطه با مسائل مالی توجه کنید و اجازه دهید که روزتان را خراب کنند، شما یک دی ماهی بی عقل هستید. می دانم که بیش تر از دیگران به امنیت خودتان اهمیت می دهید، اما همیشه مراقب هستید که دچار کمبود بودجه نشوید. برای کسی که دوستش دارید کمی و لخرچی کنید.

● بهمن بسیاری به شما کمک می کنند که امروز تاثیر نسبتاً زیادی را بر شخصی بگذارید. چه در رابطه با مسائل کاری و چه کارهای شخصی. شما نیز مجذوب شخصی که می توانید تاثیر زیادی بر شما داشته باشند.

اگر اخیراً رابطه ای نداشته اید که انتظارتان را برآورده کند اکنون می توانید راههایی برای بهبود فی مابین پیدا کنید که هر دویتان را خوشحال و راضی کند اما مراقبت سیارات دور و اطرافتان و تاثیرات سوء آن بر شخصیتتان باشند و به موقع عمل کنید.

● اسفند مقداری از طرحهایی که روی آنها کار می کردید دارند آماده می شوند. ممکن است واقعا فراموش کرده باشید که چرا مشتاق پروژه حاضر شده اید. اما تاکنون همین پروژه در صحنه ظاهر شده است و کم کم به بازتانی می شتابند و شما را از این مهلکه حاضررهای می بخشند. در این هفته خبر خوبی می شنوید که ماهها منتظر آن بودید.



جدول ۸۴۰

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲
۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳
۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴
۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵
۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶
۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷
۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸
۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹
۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰
۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱
۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲
۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳
۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴
۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵

۱- گریزگاه - نقاش اسپانیولی ابداع کننده
 ۲- کبوسم
 ۳- وسیله ای کوچک برای نواختن ساز - سوگ و عزا - آسودگی و آسایش
 ۴- سد جاجرود - مروارید - بار درخت
 ۵- چله کمان - شهر دادگاه بین المللی - قابله - بالا به گویش فرنگی
 ۶- بی پروایی، بی باکی - مرطبه آن دیوار
 ۷- حرف انتخاب - چوپان - گذرگاه زیر کوه
 ۸- موسیقیدان عصر ساسانی - پول خارجی
 ۹- نژاد یوراسی - فیلم داریوش فرهنگ - حرص
 ۱۰- طمع - رنگ - کاغذ فروش - شهری در استان یزد
 ۱۱- ندانه سوهان - جوهر ماژو - آدم ناشی از سرگشادش می زند - شناگر زنبی
 ۱۲- امضای پشت چک و سفته - برای بیماران قلبی مضر است
 ۱۳- کشوری در آسیا - دعای شب جمعه - حیوان عظیم الجثه دریا
 ۱۴- مقاصد و اهداف - آشکار - شهر صنعتی آلمان
 ۱۵- اثر انوره دو بولزاک - تکیه کلام خودستا
 ● عمودی
 ۱- لوزان و سست - شخص دراز قامت
 ۲- مرغی شبیه کبوتر - شهری در جنوب غربی ایران - شالوده و بنیان
 ۳- به صورت جدی و برابر با مقررات و تشریفات - عنکبوت - جمع جنث
 ۴- خرمن ماه - آغوش - نمایش - عضو راهی - جنگ - آرنج - ۶ - همسر خوا - حجم فرعون - نوعی ماشین کوچک - یکی از دو جنس
 ۷- ریزه آهن - دوستان - مربوط به تعداد
 ۸- واحد مایعات - کفش چرمی - طن
 ۹- داغ و نشان - نویسنده - کتید خودرو
 ۱۰- عدد هندسی - اسباب منزل - پلنگ - جسد
 حیوان مرده - ۱۱ - جمع امام - مرآت - رطوبت کم
 ۱۲ - نخ بافتنی - سبلی - تپانچه - گونه ای طلاق
 ۱۳ - جوش جوانی صورت - فرزندان - شهری در استان فارس - ۱۴ - کامالحرمانه - اسم دخترانه - طبق اصل صد و پنجاه و نهم تشکیل دادگاه و تعیین صلاحیت آنها منوط به حکم... است
 ۱۵ - ورزش آبی - با محبت

پاکیزگی در رعایت بهداشت فردی اولین شرط جلوگیری از ابتلا به بیماری های واگیردار است. با رعایت بهداشت فردی در حفظ سلامت خود کوشا باشید

● روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان (کمیته)

