

نقش دو چرخه در سلامت فرد و جامعه

قسمت دوم- پژوهشی که در دانمارک، طی بیش از ۱۴ سال روی ۳۰ هزار نفر از افراد ۲۰ تا ۹۳ ساله انجام شده، نشان می‌دهد که دو چرخه سواری منظم و روزانه می‌تواند احتمال بروز بیماری‌های قلبی را کاهش دهد.
فریدون فریب در مقاله امکان‌سنجی مسیرهای پیاده‌و دو چرخه در تهران قدیم آورده است: طبق تحقیقات بنیاد قلب بریتانیا، دو چرخه سواری به میزان حداقل ۲۰ مایل معادل ۳۲ کیلومتر در هفته، خطر ابتلا به بیماری‌های کرونری را به کمتر از نصف در مقایسه با غیر دو چرخه سوار ها کاهش می‌دهد. دو چرخه سواری عمدتاً فعالیتنی هوازی است و این نوع ورزش برای ریه‌ها که نقش ارسال و تأمین اکسیژن خون را دارند، مفید است و داشتن قلب و ریه‌هایی قوی از پراثرتهای اساسی سلامتی جسم است.

دو چرخه سواری علاوه بر ارتقای فیزیک و اندام بدن و بالا بردن مصرف اکسیژن بدن، قدرت عضلانی بدن را نیز تقویت می‌کند، تنها با چند کیلومتر دو چرخه سواری ما هیچ هایتان از فواید آن بهره مند می‌شود، عضلات اصلی که به هنگام دو چرخه سواری استفاده می‌شوند عضلات قسمت بالای ران، عضلات پشتی و عضلات ساق یا هستند. از دیگر فواید این ورزش، تقویت توانایی بدن برای جلوگیری از ساخت اسد لاکتیک، کاهش درصد توده چربی بدن و کاهش عوارض بیماری دبیات نوع دوم است.

تمامی اینها تنها بخشی از مزایای استفاده از دو چرخه برای حفظ و بهبود سلامت فردی است. به همین دلیل با وجود آگاهی از مزایای بی‌شمار دو چرخه سواری، بهتر است مردم حداقل برای مدت کوتاهی استفاده از این وسیله نقلیه‌ی در دستر کم هزینه را تجربه کنند. تجربه این وسیله به قدری لذت بخش است که به یک روال منظم در زندگی افراد تبدیل خواهد شد.

تأثیرات دو چرخه سواری در بهبود سلامت جامعه

هیچ انسانی را روی کره خاکی پیدا نمی‌کنید که زندگی در شهری سیاه و پر از آلودگی را به زندگی در محیطی سالم و با هوای پاک ترجیح دهد. در عصر آهن و ماشین‌های صنعتی، با وجود آسیب‌های وارد شده به لایه اوزون و تأثیرات زیست محیطی آن، وظیفه هر انسانی است که بتواند نقش خود را در بهبود این روند ایفا کند. برخی از بزرگترین دانشمندان این که مدت‌ها پیش عاجزانه خواستار تغییر شرایط برای بهبود آسیب‌های زیست محیطی بودند، با شیوع بیماری کرونا، اذعان داشتند که شاید این تنها راهی است که طبیعت هوشمندانه انتخاب کرده تا شاید به مایه‌آ‌وری کند که بی‌رحمانه کمر به نابودی زیستگاه همیشگی مان بسته‌ایم. البته که بهبود این روند نیازمند راهکارهای دقیق و کارشناسی شده است اما لاف‌ل هر کدام از ما می‌توانیم سهم کوچکی در بهبود این روند داشته باشیم. مثلاً سعی کنیم کمتر از خودروهای شخصی مان استفاده کنیم و با ایجاد هوایی پاک، اجازه دهیم درختان شهرمان نفس عمیقی بکشند. یکی از مهم‌ترین راهکارهایی که در جهت کنترل آلودگی هوا در کلان شهرهای جهان مطرح شده، جایگزین کردن دو چرخه‌ها به جای خودروهای شخصی است. وسیله نقلیه‌ای که آلودگی صوتی ایجاد می‌کند و نه باعث تشدید گازهای گلخانه‌ای می‌شود.

یکی دیگر از مهم‌ترین مزایای دو چرخه سواری، بهبود شرایط ذهنی و افزایش عملکرد مغز انسان است. پژوهشی که در دانشگاه ایلینویز صورت گرفته، نشان می‌دهد بعد از شش ماه دو چرخه سواری روزانه، هیپوکامپوس مغز شرکت کنند‌ها دو در صد رشد داشته و مهارت‌های حل مسأله شان ۱۵ تا ۲۰ درصد پیشرفت کرده است. قطع به یقین، سلامت فکری و روحی تک‌تک افراد نقش مؤثری در سلامت اجتماع دارد. فرهنگ سازی و آگاهی بخشی در مورد مسائلی که اکثر ما کمترین توجه را به آن داریم اما می‌تواند تأثیرات شگفت انگیزی در زندگی فردی و اجتماعی ما به وجود بیاورد، مسأله بسیار مهمی است. دو چرخه سواری و فرهنگ استفاده از دو چرخه به عنوان یک وسیله نقلیه، یکی از همین مسائل است. سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران در چند سال اخیر گام‌های امیدوار کننده‌ای در جهت ایجاد فرهنگ دو چرخه سواری برداشته است و در حال حاضر شهروندان تهرانی می‌توانند با استفاده از دو چرخه‌های اشتراکی، به سهولت دو چرخه سواری را بخشی از زندگی خود قرار دهند و علاوه بر مدیریت در زمان و کاهش هزینه‌ها، قدری بیشتر به سلامت فردی و اجتماعی خود اهمیت دهند. نباید فراموش کرد که در هنگام استفاده از دو چرخه‌های اشتراکی و تا پیش از توقف کامل اپدیمی کرونا، مردم باید حتماً موارد بهداشتی را رعایت کنند و قبل و بعد از هر بار استفاده دو چرخه‌ها را ضد عفونی کنند.

خبر

رقابت قویترین مردان ایران با معرفی نفرت برتر عنوان نخست به مسن آبادی رسید



مرحله نهایی پانزدهمین دوره مسابقات قوی‌ترین مردان ایران، به میزبانی دانشگاه ولایت شهرستان ایرانشهر برگزار شد. این دوره از رقابت‌ها با حضور ۵۱ ورزشکار پیگیری شد و در نهایت ۱۰ نفر از مدعیان قهرمانی کشور به مرحله نهایی راه یافتند. مرحله نهایی مسابقات قوی‌ترین مردان ایران در استان سیستان و بلوچستان، با حضور قهرمانان رامیافته به این دور از رقابت‌ها از عصر روز یک آشندها پیگیری شد که در نهایت محسن مسن آبادی توانست با غلبه بر سایر رقیا بر رتبه اول مسابقات قوی‌ترین مردان کشور در سال ۱۳۹۹ بایستد. این مسابقات برای اولین بار بعد از تغییرات به وجود آمده در فدراسیون بدنسازی برگزار شد. مسابقاتی در شرایط کرونایی که با استقبال ملی علاقه‌مندان به این ورزش هم برگزار شد. هر چند که مسئولان برگزاری مسابقات تمام تلاش خود را به کار گرفتند تا این مسابقات را از نزدیک تماشا کنند.

با حضور دو تیم خارجی

آغاز تورنمنت بین المللی هندبال یزد از امروز

تورنمنت بین المللی چند جانبه یزد با ورود تیم هندبال جوانان ازبکستان به ایران از امروز آغاز می‌شود. تیم هندبال جوانان ازبکستان به منظور شرکت در تورنمنت بین‌المللی چند جانبه یزد باعداد دیروز از طریق فردگاه امام خمینی (ره) با استقبال مسئولان فدراسیون هندبال، وارد ایران شد. تیم هندبال جوانان ازبکستان به یزد از امروز یکشنبه با شرکت تیم‌های جوانان ایران، عراق، ازبکستان، تیم نوجوانان ایران و تیم منتخب ایران برای حضور در رقابت‌های قهرمانی آسیا ازبکستان، تیم نوجوانان ایران و تیم منتخب ایران امروز و در تهران برگزار می‌شود.

آغاز تمرینات تیم ملی برای بازی‌های آسیایی سرمربی واترپلو امروز وارد تهران می‌شود

الکساندر جبرج، سرمربی تیم ملی واترپلو ایران امروز یکشنبه وارد تهران می‌شود. جبرج با شروع همه‌گیری ویروس کرونا به مرستان بازگشت و به صورت آنلاین تمرینات ملی‌پوشان ایران را مدیریت می‌کرد. اکنون او پس از صدور مجوز بازگشایی استخرها از امروز با حضور در تهران برنامه آماده‌سازی ملی‌پوشان را با هدف



رضا عسپور @rez7462

گزارش

اگرچه نغدهای فنی متعددی به نحوه و سطح کیفی و کمی مسابقات لیگ وزنه‌برداری باشگاه‌های کشور در فصل ۹۹، خصوصاً در بخش جوانان و پشتوانه‌های وزنه‌برداری ایران وارد است اما ثبت رکوردهای قابل قبول و امیدوارکننده برخی از ستاره‌های ملی‌پوش کشورمان در این میدان و البته در مسیر کسب سهمیه المپیک باعث شد تا اندکی از انتقادات وارده بر این رقابت برحرف و حدیث داخلی برای مسئولان برگزاری مسابقات و مدیریت فدراسیون وزنه‌برداری قابل تحمل تر شود. اتفاقی امیدوارکننده مثل افزایش قابل توجه و تحسین برانگیز رکوردهای علی داودی ملی‌پوش جوان و خوش‌آتیه کشورمان در دسته ۱۰۹ کیلوگرم (فوق سنگین) که اهالی وزنه‌برداری و کاروان ورزش ایران در بازی‌های المپیک ۲۰۲۱ توکیو را نه تنها به سهمیه وردی، بلکه به کسب سکوی قهرمانی المپیک و یک مدال خوشرنگ در این دسته وزنی که شعار بازی‌های المپیک نیز به‌شمار می‌رود امیدوار کرد.

صعود رکوردهای داودی در حد سکوی نقره‌ای المپیک قطعاً یکی از چهره‌های شاخص و موفق حاضر در رقابت فینال لیگ برتر وزنه‌برداری باشگاه‌های کشور در فصل ۹۹، علی داودی ملی‌پوش جوان و خوش‌آتیه فوق سنگین کشورمان در رقابت دسته فوق سنگین لیگ با دیدگاه باشگاه فولادخوزستان بود. داودی که در یکی دو سال گذشته هرچه تلاش کرده بود البته در زمین شایستگی و توانمندی او در رده سنی جوانان و کسب مدال‌های خوشرنگ در این گروه سنی، در رده سنی بزرگسالان نتوانسته بود آلتوری که از او توقع بود، رکوردهایش را افزایش دهد در یک سال گذشته تمامی حرف و حدیث‌ها و حاشیه‌هایی که برپاومش شکل گرفته بود را کنار زده و

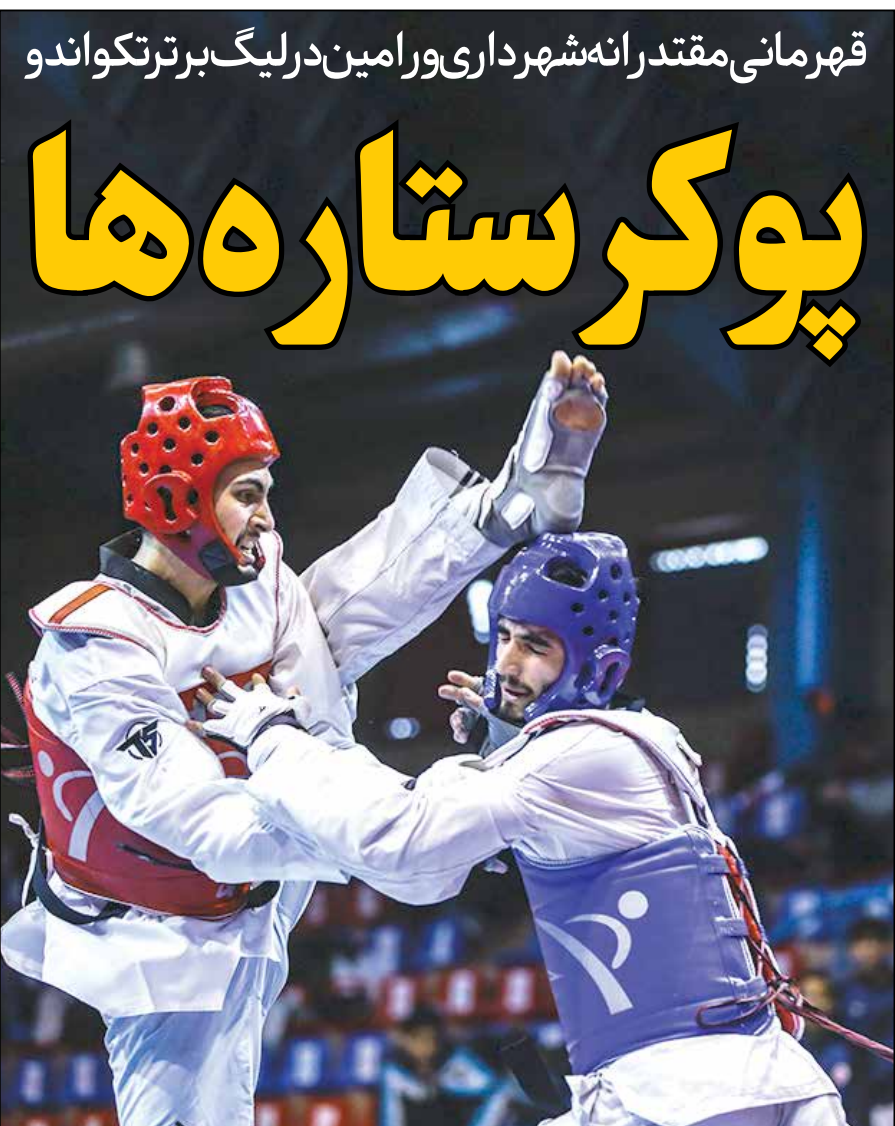
تنها با تمرکز روی تمرینات و گوش دادن به فرامین کادرفنی افزایش رکوردهای جالب توجه و تحسین برانگیزی را در رقابت فینال لیگ وزنه‌برداری برای خود و باشگاهش رقم زد. علی داودی با ثبت وزنه‌های ۲۰۱ کیلوگرم در حرکت یکضرب، ۲۵۰ کیلوگرم در حرکت دوضرب و مجموع ۴۵۱ کیلوگرم نتیجه‌ای شگفت‌انگیز را در نهایت از خود بیجا گذاشت و ثبت نمود. شاید در مجموع اگر تا قبل از برگزاری مسابقه فینال لیگ وزنه‌برداری باشگاه‌های المپیک در علاقه‌مندان به وزنه‌برداری سؤال می‌پرسیدیم که چه مجموع رکوردی را برای این جوان پایتخت نشین پیش‌بینی می‌کنید، پاسخ اغلب افراد چیزی پایین‌تر از رکوردهای تحسین برانگیزی بود که داودی مخصوصاً در حرکت دوضرب و مجموع برای خود در فینال لیگ ثبت کرد اما علی داودی نشان داد که با باراده و عزم راسخی که برای گرفتن سهمیه وردی به بازی‌های المپیک ۲۰۲۱ توکیو دارد و انگیزه بالایی که برای مدال‌آوری در این رویداد بزرگ از خود بروز داده است، حتی یک قدم هم قرار نیست به عقب بردارد. قهرمان فوق سنگین جوانان جهان حالا در هشت خواب‌های طلایی بزرگی دارد که در حقیقت و واقعیت گفت که فاصله قابل توجهی بین داودی و چهره‌های شاخص و مدعی المپیک و وزنه‌برداری جهان در دسته فوق سنگین ایجاد شده است. فاصله‌ای امیدوارکننده که اگر به همین ترتیب برای ملی‌پوش کشورمان ادامه داشته باشد (بدون حاشیه و حوادث غیرمنتظره) می‌توانیم امیدوار باشیم که داودی به عنوان یکی از نماینده‌های وزنه‌برداری ایران در کاروان المپیک و ورزش کشور، روی تخته المپیک در توکیو خوش بدرخشد و حداقل مدال آزرشند نقره‌ای رنگ المپیک و سکوی نایب قهرمانی این میدان بزرگ

لیگ (۴۵۱ کیلوگرم) از خود بیجا گذاشت، می‌توان گفت که فاصله قابل توجهی بین داودی و چهره‌های شاخص و مدعی المپیک و وزنه‌برداری جهان در دسته فوق سنگین ایجاد شده است. فاصله‌ای امیدوارکننده که اگر به همین ترتیب برای ملی‌پوش کشورمان ادامه داشته باشد (بدون حاشیه و حوادث غیرمنتظره) می‌توانیم امیدوار باشیم که داودی به عنوان یکی از نماینده‌های وزنه‌برداری ایران در کاروان المپیک و ورزش کشور، روی تخته المپیک در توکیو خوش بدرخشد و حداقل مدال آزرشند نقره‌ای رنگ المپیک و سکوی نایب قهرمانی این میدان بزرگ

ACL چهره المپیکي توکاوندوی ایران پاره شد

شوک آرمین به شیاپ چانگ

آرمین هادی پور، ملی‌پوش المپیکي توکاوندو ایران که پیش از این به دلیل آسیب دیدگی از ناحیه **ACL** در رقابت‌های لیگ برتر توکاوندو حضور نداشت، با پارگی کامل **ACL** مواجه شده است. تیم ملی توکاوندو خودش را برای حضور در بازی‌های المپیک آماده می‌کند. این تیم دو سهمیه دارد که میر هاشم حسینی و آرمین هادی پور دو سهمیه تیم ملی را کسب کردند اما حالا از اردوی تیم ملی خبری در سه که آرمین هادی پور مصدوم شده و شاید با همین مصدومیت شانس حضور در المپیک را از دست بدهد. آرمین در رقابت‌های لیگ برتر در حال گرم



حریف و او مینی‌ها در فینال تیم لوازم خانگی کن بود اما این تیم در نیمه نهایی هم از سد فرانیه گذشت‌ه تا در نیمه مدعی را شکست دهد و با اقبال در به قهرمانی برسد. این تیم با شکست در این مسابقات مأموریت سختی را به‌پایان برد اما به نظر می‌شود سخت‌تر از آن حفظ عنوان قهرمانی سال گذشته که حالا برای چهارمین بار بیایی است که این تیم به

خط و نشان امید فوق سنگین ایران برای غول‌های مدعی در توکیو

نقره المپیک در مشت داودی



کیلوگرم، همچنین رکوردهای تقریباً دُست نیافتنی که او فعلاً در سه حرکت یکضرب (۲۲۰ کیلوگرم)، دوضرب (۲۴۶ کیلوگرم) و مجموع (۴۶۴ کیلوگرم) برای خود ثبت کرده است و بدون هیچ حرف و حدیثی مدعی شماره یک دسته فوق سنگین جهان برای کسب سکوی قهرمانی المپیک در توکیو به شمار می‌رود. مگر اینکه اتفاق یا حادثه غیرقابل پیش‌بینی برای او ایجاد شود، بهترین و برگزای مسابقه فینال لیگ وزنه‌برداری باشگاه‌های المپیک در رقابت‌های نایب قهرمانی و سوم بازی‌های المپیک ۲ وزنه‌بردار از ارمنستان (گورمیسانیان و روبین الکسانیان) و یک وزنه‌بردار از بلاروس (ادوارد زیانوولین) و یکی دو چهره نسبتاً شاخص دیگر است

که البته رکوردهایشان از رکوردهای حال وزنه‌بردار ملی‌پوش کشورمان پایین‌تر است. این دو وزنه‌بردار ارمنستانی و ملی‌پوش فوق سنگین بلاروس مجموع حرکتشان در رقابت‌های جهانی ۲۰۱۹ (۴۳۷، ۴۳۲ و ۸۶۹ کیلوگرم) بوده است. یعنی با احتساب مجموع سپاراک خونی که علی داودی ملی‌پوش جوان کشورمان در فینال لیگ (۴۵۱ کیلوگرم) از خود بیجا گذاشت، می‌توان گفت که فاصله قابل توجهی بین داودی و چهره‌های شاخص و مدعی المپیک و وزنه‌برداری جهان در دسته فوق سنگین ایجاد شده است. فاصله‌ای امیدوارکننده که اگر به همین ترتیب برای ملی‌پوش کشورمان ادامه داشته باشد (بدون حاشیه و حوادث غیرمنتظره) می‌توانیم امیدوار باشیم که داودی به عنوان یکی از نماینده‌های وزنه‌برداری ایران در کاروان المپیک و ورزش کشور، روی تخته المپیک در توکیو خوش بدرخشد و حداقل مدال آزرشند نقره‌ای رنگ المپیک و سکوی نایب قهرمانی این میدان بزرگ

لیگ (۴۵۱ کیلوگرم) از خود بیجا گذاشت، می‌توان گفت که فاصله قابل توجهی بین داودی و چهره‌های شاخص و مدعی المپیک و وزنه‌برداری جهان در دسته فوق سنگین ایجاد شده است. فاصله‌ای امیدوارکننده که اگر به همین ترتیب برای ملی‌پوش کشورمان ادامه داشته باشد (بدون حاشیه و حوادث غیرمنتظره) می‌توانیم امیدوار باشیم که داودی به عنوان یکی از نماینده‌های وزنه‌برداری ایران در کاروان المپیک و ورزش کشور، روی تخته المپیک در توکیو خوش بدرخشد و حداقل مدال آزرشند نقره‌ای رنگ المپیک و سکوی نایب قهرمانی این میدان بزرگ

لیگ (۴۵۱ کیلوگرم) از خود بیجا گذاشت، می‌توان گفت که فاصله قابل توجهی بین داودی و چهره‌های شاخص و مدعی المپیک و وزنه‌برداری جهان در دسته فوق سنگین ایجاد شده است. فاصله‌ای امیدوارکننده که اگر به همین ترتیب برای ملی‌پوش کشورمان ادامه داشته باشد (بدون حاشیه و حوادث غیرمنتظره) می‌توانیم امیدوار باشیم که داودی به عنوان یکی از نماینده‌های وزنه‌برداری ایران در کاروان المپیک و ورزش کشور، روی تخته المپیک در توکیو خوش بدرخشد و حداقل مدال آزرشند نقره‌ای رنگ المپیک و سکوی نایب قهرمانی این میدان بزرگ

قهرمانی می‌رسد و تیم‌های مدعی نمی‌توانند مقابل این تیم عرض اندام کنند. این که یک تیم چهار سال پیاپی می‌تواند به قهرمانی برسد، نشان از برنامه‌ریزی دقیق والبتنه دارد اما از سوی آن تیم‌دارد و باید بابت همین به‌پیام خاتلر خانی تبریک گفت. پیام خاتلر خانی سرمربی ایران است که نشان داد آن می‌تواند حریفی را در حرف‌های زیادی برای گفتن داشته باشد.

این دومین قهرمانی تیم شهرداری ورامین در روزهای اخیر هم بود. این تیم دو روز پیش هم در لیگ دسته یک (جام نقش جهان) به مقام قهرمانی رسیده بود و حالا با قهرمانی در لیگ برتر جام دوم قهرمانی را به خانه می‌برد. این تیم فعلاً حرف‌ها را در توکاوندوی ایران می‌زند. آن‌تکات عجیب و غریب این مسابقات تصمیمات لحظه‌ای بود که در این رقابت‌ها رقم خورد. تصمیماتی که می‌تواند آسیب‌های زیادی را به این رقابت‌ها وارد کند. یکی از این تصمیمات مربوط به بخش ساعتی است که می‌تواند حنجل‌های مربوط به ساعتی را افزایش بدهد. در روز فینال به یکباره سازمان لیگ تصمیم گرفت که مسابقه درمبند برگزار نشود و تیم‌های مس کرمان و فرانیه نیز بدون انجام دیدار رده‌بندی به مقام سوم مشترک دست یافتند. همچنین در این رقابت‌ها هادی هادی هم حضور داشت؛ در حالی که او از سوی کمیته انضباطی فدراسیون توکاوندو یک سال محروم شده بود اما ظاهراً این محرومیت به یکباره به حالت تعلیق در آمده است. البته توضیح سازمان لیگ این بود که ساعتی در موعد مقرر به تصمیم کمیته انضباطی اعتراض کرده و حالا قرار است برای تجدید نظر دوباره مورد بررسی قرار بگیرد. در همین دلیل هم حکم قبلی فعلاً به حال تعلیق در آمده تا کمیته انضباطی و او کمیته استیناف دوباره این پرونده را بررسی کنند و بعد حکم صادر کنند. تصمیمات این گونه می‌تواند شبهه برانگیز باشد و شائبه حمایت احتمالی فدراسیون توکاوندو از برخی از تیم‌ها و افراد را به وجود بیاورد.

خبر و مصاحبه

فرصت طلایی برای درخشش ستاره‌های ۹۶ کیلویی ایران در توکیو «تیان تائو»ی چینی المپیک را از دست داد!

ایران ورزشی- تیان تائو فوق ستاره ۹۶ کیلویی وزنه‌برداری چین و رقیب سرسخت و جدی دو ملی‌پوش عنواندار کشورمان (کیانوش رستمی و سهراب مرادی) در مسیر کسب سهمیه و بازی‌های المپیک ۲۰۲۱ توکیو به خاطر آسیب دیدگی جدی از ناحیه آرنج دست در حین انجام تمرینات اردویی، کارش به تیغ جراحی رسید و به اجبار حضور در بازی‌های المپیک ۲۰۲۱ توکیو را از دست داد. قطعاً یکی از اوزانی که کاروان وزنه‌برداری ایران در بازی‌های المپیک ۲۰۲۱ توکیو در صورت برگزاری این رویداد روی مدال آوری و کسب افتخار در آن حساب کردند مدال دسته وزنی ۹۶ کیلوگرم است. وزن المپیکي که مادر آن ۲ ملی‌پوش شایسته و عنواندار المپیک و جهانی یعنی کیانوش رستمی و سهراب مرادی را در اختیار داریم. ۲ چهره شاخصی که اگرچه هنوز به خاطر تغییرات عجیب و غریبی که در سیستم امتیازی گزینشی المپیک توسط فدراسیون جهانی وقت صورت گرفت، تکلیف سهمیه‌شان مشخص نشده و به لاکتیکلی به سر می‌برند اما هر دو جزو مدعیان اسم و رسم‌دار جهانی در این دسته وزنی هستند. در سویی دیگر نیز در این دسته وزنی سواى کیانوش و سهراب، ۲ مدعی شناخته شده دیگر نیز که اتفاقاً در قاره آسیا هستند، رقبای جدی ستاره‌های وزنه‌برداری ایران برای کسب مدال طلای المپیک به شمار می‌روند اما شنیده‌ها حاکی از آن است که تیان تائو چینی نفر اول رتینگ المپیکي دسته ۹۶ کیلوگرم مدنی پیش در حین انجام تمرینات از ناحیه آرنج دست به شدت دچار آسیب دیدگی و مصدومیت شده است. ناخداى که کار این وزنه‌بردار مدعی به جراحی آرنج کشیده شده است، همین دلیل و با توجه به شرایط وخیمی که برای آرنج دست این وزنه‌بردار مدعی به وجود آمده است اینطور گفته می‌شود که او قطعاً المپیک توکیو را از دست داده است. بنابراین اگر تیان تائو با این حادثه غیر منتظره‌ای که برایش به وجود آمده است، المپیک توکیو را از دست بدهد، قطعاً این اتفاق فرصت طلایی را برای ستاره‌های ملی‌پوش کشورمان ایجاد می‌کند تا بتوانند راحتر از قبل ضمن کسب سهمیه المپیک شانس نخست سکوی قهرمانی المپیک در این دسته وزنی باشند. البته با شرایط ویژه‌ای که برای این وزنه‌بردار چینی ایجاد شده است، نباید از قارس قدرتی دیگر رقیب جدی سهراب و کیانوش، همینطور شیطنت‌های احتمالی قطری‌ها و نفوذ آنها به سیستم تصمیم‌ساز فدراسیون جهانی وزنه‌برداری برای رسیدن به مدال طلا و سکوی قهرمانی المپیک غافل باشیم و قطعاً باید برای دور زدن دزد شیطنت‌ها به سود خود تدبیر و تصمیمی در دست اتخاذ کنیم.

گارد آرس تیم ملی به پنجره سوم می‌رسد مشایخی: مصدومیت قدیمی شدت گرفته بود



با برطرف شدن مصدومیت سجاد مشایخی و به تعویق افتادن بازی‌های پنجره سوم انتخابی کاپ آسیا، او می‌تواند در ترکیب تیم بسکتبال برای حضور در این رقابت‌ها وارد بگردد. سجاد مشایخی در اواخر احتمال رسیدش به بازی‌های تیم ملی بسکتبال در پنجره سوم انتخابی کاپ آسیا گفت: «من یک مصدومیت قدیمی از ناحیه میچ پا دارم که در جریان بازی با ششیمیر شدیدتر شد چون مصدومیت خطرناکی است و ریسک خیلی زیادی بود که بخوابم به بازی کردن ادامه دهم». او ادامه داد: «حودا سه هفته‌ای بود که فقط فیزیوتراپی انجام می‌دادم تا شرایط بهتر شود و خدا را شکر بازی‌های پنجره سوم هم عقب‌تر افتاد و اکنون امکان این هست که به تیم ملی کمک کنم. اگر مسابقات در همان زمان قبلی برگزار می‌شد قطعاً من به بازی‌ها نمی‌رسیدم اما الان تمرینات را شروع کرده‌ام و سبک‌تر کار می‌کنم تا کم‌کم آماده‌تر شوم». گارد راس تیم ملی بسکتبال ایران، در پاسخ به این سؤال که آیا این تأخیر در برگزاری بازی‌ها به سود تیم ایران بود؟ گفت: «از نظر من فرقی نمی‌کند چون بچه‌ها هستند و می‌توانند به موقعیت تیم کمک کنند. ملی‌پوشان خیلی خوب در حال تمرین بودند و این عقب افتادن بازی‌ها قطعاً تأثیر گذار است. این به تعویق افتادن مسابقات شاید یک مقدار برنامه‌های داخلی مثل لیگ را هم به ریخته‌تر کند اما باید در مسابقات در چه تاریخی برگزار می‌شوند». مشایخی در مورد شرایط تیم در خه‌های این مرحله ملی‌ای لیگ نیز توضیح داد: «فعلاً باید رده‌بندی تیم‌ها در جدول مشخص شود چون فعلاً چند مسابقه باقی است. فعلاً ما هم منتظر هستیم تا رقبای خود در پلی‌آف را بشناسیم. با این وجود می‌دانیم که همه تیم‌ها در این مرحله جدی‌تر می‌کنند که به همین دلیل بازی‌های حساس‌تر و فشرده‌تری خواهیم دید».

او درباره احتمال برگزاری بازی‌های پلی‌آف نیز گفت: «امیدوارم بازی‌های مرحله پلی‌آف برخلاف فصل گذشته به خوبی برگزار شود. تیم‌ها این اندازه هزینه می‌کنند که در پلی‌آف نتیجه بگیرند. اتفاقی که در فصل گذشته رخ نداد. شخصاً امیدوارم بازی‌های خوبی در این مرحله شاهد باشیم».