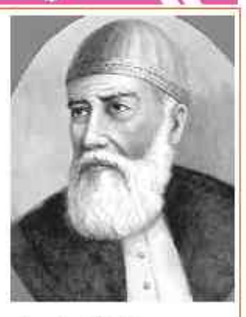
شعر



ملامحمد فضولی

غزل شماره ۹۶

سنگ بیداد بتان آیینه دل را شکست
هر تمنایی که در دل داشتم صورت نبست
وصل آن مه گر میسر نیست ما را دور نیست
متصدی داریم عالی، همتی داریم پست
ز آتش دل، بس که از هر زخم، سر زد شعله‌ای
سوخت چون تیرت دمی هر کس که پهلویم نشست
جوهر هستی متاع وصل جانان را بهاست
ما کجا و این هوس ما را که می‌گوید که هست
جای جز در دل مکن معشوق را گر عاشقی
سنگدل باید که باشد هر که شد آتش‌پرست
کام خواهی صبر کن پرویزوار ای کوهکن
کی توان بر خورد از شیرین لبان با زور دست
دل که در عشقت، امید وصل و بیم هجر داشت
سوخت، وز تشویش نیک و بد، فضولی باز رست

کوتاه

بهروزی راد به سهمیه پارالمپیک پاراکانو رسید

شهلا بهروزی‌راد با قرارگیری در رده سوم مسابقه نیمه‌نهایی راهی فینال A مسابقات قهرمانی جهان و انتخابی پارالمپیک پاراکانو در کلاس

KL۳ بانوان شد و به سهمیه پارالمپیک رسید.

به گزارش ایرنا، در ادامه مسابقات قهرمانی جهان و انتخابی پارالمپیک پاراکانو شهلا بهروزی‌راد در مسابقه نیمه‌نهایی کلاس KL۳ بانوان با حریفان رو به رو شد. بهروزی‌راد در این رقابت در خط ۳ مسابقه با نمایندگان هند، مجارستان، اسپانیا، ایتالیا، دو حریف از استرالیا و دو حریف از چین رو به رو شد و در پایان با زمان ۵۰.۹۶ ثانیه در پس از نمایندگان اسپانیا و ایتالیا در رده سوم قرار گرفت و راهی فینال A شد. شهلا بهروزی‌راد با قطعی کردن کسب سهمیه خود، عصر امروز از ساعت ۱۶:۴۷ در فینال A برای کسب مدال رقابت خواهد کرد. در ادامه مسابقات قهرمانی جهان و انتخابی پارالمپیک پاراکانو مسعود قیصری در مسابقه نیمه‌نهایی کلاس KL۳ مردان با حریفان رو به رو شد. قیصری در این رقابت در خط ۹ مسابقه با نمایندگان کره جنوبی، کانادا، لهستان، انگلیس، استرالیا، الجزایر و اوکراین رو به رو شد و در پایان با زمان ۴۴.۵۲ ثانیه هشتم شد و از دور رقابت‌ها کنار رفت.

رتبه هشتم فرزانه فصیحی در لیگ الماس

فرزانه فصیحی ستاره دو سرعت زنان ایران در جریان مسابقات دوومیدانی لیگ الماس در قطر در ماده صد متر در جایگاه هشتم قرار گرفت. به گزارش افرا ورزش، مسابقات دوومیدانی لیگ الماس به عنوان یکی از تورنمنت‌های بزرگ دوومیدانی جهان با حضور فرزانه فصیحی روی خط استارت دو صد متر همراه بود. دختر اصفهانی دوومیدانی ایران در دوحه قطر در رقابت با هفت دونده دیگر در جایگاه هشتم قرار گرفت و حد نصاب ۱۱.۷۱ ثانیه را ثبت کرد. درل نیتا دونده بریتانیایی با زمان ۱۰.۹۸ ثانیه اول شد و تامارای دیویس از آمریکا با زمان ۱۰.۹۹ ثانیه و سلرا بارنز از آمریکا با زمان ۱۱.۰۲ ثانیه دوم و سوم شدند. فصیحی در المپیک توکیو نماینده ایران بود و پیش‌بینی می‌شود به زودی سهمیه او در المپیک پاریس نیز به طور رسمی، قطعیت پیدا کند.

ناکامی رکابزنان کوهستان در قهرمانی آسیا

رکابزنان کوهستان ایران موفق به گرفتن مدال در مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۲۴ نشدند. به گزارش ایسنا، در آخرین روز مسابقات، رقابت کراس کانتری مردان برگزار شد و فرشید صالحیان سیزدهم شد و فراز شکری دیگر نماینده ایران به دلیل نقص فنی مسابقه را تمام نکرد. پیش از این در ماده کراس کانتری زنان فرانک پرتوآذر ششم و فاطمه عباسی در رده سنی زیر ۲۳ سال هفتم شدند.

ژیمناستیک و پرش از روی انتخابات

مجمع فدراسیون ژیمناستیک در شرایطی اواسط اردیبهشت ماه برگزار خواهد شد که برای خروج از سال‌ها بلاتکلیفی و بی‌ثباتی این فدراسیون نیاز است انتخاباتی قانونی و بدور از هر گونه حاشیه برگزار شود.

به گزارش مهر، انتخابات فدراسیون ژیمناستیک پس از کش و قوس فراوان قرار است روز ۲۴ اردیبهشت ماه برگزار شود تا تکلیف ریاست این فدراسیون برای چهار سال آینده مشخص شود. انتخابات فدراسیون ژیمناستیک با اساسنامه‌ای که در سال ۱۳۹۶ به تصویب فدراسیون جهانی رسیده برگزار خواهد شد که البته این اساسنامه تفاوت زیادی با اساسنامه‌های آماتور دارد. فدراسیون ژیمناستیک در سه سال گذشته اتفاقات زیادی را پشت سر گذاشت و حدود سه سال است که این فدراسیون با چالش‌های مدیریتی دست و پنجه نرم می‌کند.

انتخابات فدراسیون ژیمناستیک که حدود سه سال (۳۴ ماه) است که بدون رئیس اداره شده قرار است با همان کاندیداهای ثبت نام شده در دوره قبل برگزار شود. زهرا اینچه درگاهی، حبیب نوظهوری و عابد حقدادی کاندیداهای حاضر در این مجمع انتخاباتی خواهند بود.

دوره ریاست زهرا اینچه درگاهی در فدراسیون ژیمناستیک ۱۹ تیرماه سال ۱۴۰۰ به پایان رسید؛ او بعد از فراز و نشیب‌های زیاد و بعد از ۶ ماه صندلی ریاست این فدراسیون را به سرپرستی که از سوی وزارت ورزش و جوانان انتخاب شده بود واگذار کرد. در نهایت وزارت ورزش، حمید احمدی را به عنوان اولین سرپرست برای فدراسیون ژیمناستیک در تاریخ ۲۳ دی ماه ۱۴۰۰ معرفی کرد.

پس از پایان دوره ۶ ماهه سرپرستی احمدی، در تاریخ سوم مردادماه ۱۴۰۱ وزارت ورزش و جوانان ابتدا طاهر علوی را به عنوان سرپرست معرفی کرد که البته بعد از گذشت چند ساعت، زهره مرزوقی به عنوان سرپرست این فدراسیون انتخاب شد. هر چند که عمر سرپرستی او در فدراسیون ژیمناستیک چندان طولانی نبود و او تنها دو ماه سرپرستی این فدراسیون را به عهده داشت. بعد از او وزارت ورزش عابد حقدادی را به عنوان سرپرست این فدراسیون انتخاب کرد.

در اسفندماه سال ۱۴۰۱ انتخابات پرحاشیه فدراسیون ژیمناستیک برگزار شد؛ در آن مقطع زمانی زهرا اینچه درگاهی، عابد حقدادی، حبیب نوظهوری، علی خسروی و مقداد قلندرپور کاندیداهای حضور در این انتخابات بودند که پس آغاز مجمع تأیید صلاحیت سه نامزد قلندرپور، نوظهوری و حقدادی اعلام شد. همین موضوع با واکنش اینچه درگاهی همراه شد و او که تأیید صلاحیتش برای حضور در این مجمع انتخابی نیامده بود مجبور به ترک جلسه شد. عدم حضور اینچه درگاهی در مجمع انتخابات فدراسیون ژیمناستیک منجر به ترک ۲۱ نفر از اعضای مجمع شد. در حالی که همان زمان زمزمه‌های به حد نصاب نرسیدن مجمع عنوان شده بود اما انتخابات این فدراسیون با ریاست پولادگر برگزار و عابد حقدادی به عنوان رئیس این فدراسیون انتخاب شد.

دوره ریاست حقدادی هم با اتفاقات زیادی همراه بود؛ فدراسیون جهانی که نماینده‌اش در مجمع انتخاباتی حضور داشت و همان زمان اعلام کرد تمامی اتفاقات را گزارش خواهد داد؛ ریاست حقدادی در فدراسیون ژیمناستیک را قبول نکرد و همچنان اینچه درگاهی را به عنوان رئیس این فدراسیون می‌شناخت. عدم تمدید لایسنس‌های ورزشکاران ژیمناستیک در جریان بازی‌های پرتوریو باعث شد تا مسئولان وقت ورزش بیشتر از قبل به موضوع ژیمناستیک توجه کنند.

در آن زمان فدراسیون جهانی عابد حقدادی را به رسمیت نمی‌شناخت و او به عنوان رئیس فدراسیون نتوانست لایسنس ورزشکاران را تمدید کند و همین منجر به عدم حضور ورزشکاران در این مسابقات شد. با توجه به پیش رو بودن بازی‌های آسیایی و احتمال مشکلات این چنینی و مسائل دیگر، در نهایت حقدادی از ریاست فدراسیون ژیمناستیک کنار رفت و صندلی ریاست فدراسیون به صورت موقت به اینچه درگاهی سپرده شد. در دوره ریاست اینچه درگاهی ورزشکاران ژیمناستیک توانستند به مسابقات گزینشی المپیک راه پیدا کنند و در نهایت برای اولین بار در تاریخ ژیمناستیک ایران، مهدی الفتی صاحب سهمیه المپیک شد.

طبق برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته حالا قرار است انتخابات این فدراسیون در تاریخ ۲۴ اردیبهشت‌ماه برگزار شود. زهرا اینچه درگاهی، حبیب نوظهوری و عابد حقدادی کاندیداهای حاضر در این مجمع انتخاباتی خواهند بود. این مجمع انتخاباتی براساس اساسنامه فدراسیون جهانی برگزار خواهد شد.

حضور سرپرستان متعدد در فدراسیون ژیمناستیک، برگزاری مجمع پرحاشیه و ریاست حقدادی در فدراسیون که از سوی فدراسیون جهانی به رسمیت شناخته نشده بود و همچنین بلاتکلیفی جامعه ژیمناستیک گزیده‌ای از مشکلات این رشته مادر در سه سال اخیر بود. با وجود همه این مشکلات، ژیمناستیک ایران در دو مسابقه تاریخ ساز شد. در بازی‌های آسیایی هانگژو مهدی الفتی طلسم ۸۰ ساله را شکست و توانست به مدال نقره برسد. او همچنین در مسابقات گزینشی المپیک در جام جهانی آلمان توانست به مدال نقره برسد، اگرچه الفتی در آخرین مسابقه گزینشی عملکرد قابل قبولی نداشت اما با کسب امتیاز از مسابقات پیشین توانست از سوی فدراسیون جهانی صاحب سهمیه المپیک شود و به این ترتیب برای اولین بار ژیمناستیک ایران حضور در مهم‌ترین آوردگاه ورزش دنیا را تجربه می‌کند.

قطعاً در چنین شرایطی نیاز است که این بار مجمع فدراسیون ژیمناستیک به دور از حاشیه برگزار شود تا در فاصله کمتر از دو ماه مانده به المپیک این فدراسیون بالاخره به ساحل آرامش برسد. نیاز است که مسئولان وزارت ورزش و کمیته ملی المپیک اشتباهات دوره گذشته را مرتکب نشوند و این بار مجمع فدراسیون ژیمناستیک در مسیر قانونی برگزار شود تا دود تصمیمات اشتباه به چشم این رشته و ستاره‌های آن نرود. قطعاً ژیمناستیک با برگزاری یک انتخابات بی‌طرفانه و قانونی برای همیشه حل خواهد شد و امید است دیگر شاهد کج سلیقگی‌ها و اشتباهات در این رشته نباشیم.

بهبود پارگی رباط صلیبی بدون جراحی؟

مصطفی سراب‌زاده، افراورزش: رباط صلیبی قدامی (ACL) اغلب در ورزشکاران حرفه‌ای آسیب می‌بیند و جالب‌تر اینکه زنان تا هشت برابر بیشتر از مردان در معرض پارگی ACL قرار دارند.

عوامل بیومکانیکی و هورمونی دلیل این تفاوت‌ها است که هنوز به طور کامل بررسی نشده است. اما نکته امیدوارکننده اینجا است که بر اساس یافته‌های جدید آن تصور قدیمی رایج (آسیب ACL بدون جراحی نمی‌تواند التیام یابد) رد می‌شود و این می‌تواند برای نتایج بهتر بیمار و برگشت سریع‌تر به شرایط طبیعی، کلیدی باشد.

در یکی از مطالعات اخیر که در مجله British Journal of Sports Medicine منتشر شد، داده‌های کارآزمایی بالینی نشان داد که برخی از رباط‌های پاره شده پس از توان‌بخشی مبتنی بر ورزش بهبود یافتند و جالب‌تر اینکه این بهبودی با نتایج بهتر گزارش شده توسط بیمار در مقایسه با جراحی‌های بازسازی ACL همراه بود.

اخیرا یک ورزشکار کیک بوکسینگ به نام دانیله اندرسون بعد از اینکه دچار پارگی رباط صلیب قدامی شد از عمل سر باز زد درحالی‌که توسط جراحان ارتوپدی به‌شدت به عمل جراحی، ترغیب می‌شد. جراح ارتوپد به او گفته بود که التیام رباط صلیبی او بدون جراحی ممکن نیست؛ اما اندرسون که تمایلی به عمل نداشت و به توان‌بخشی ورزشی خوش‌بین بود، تصمیم گرفت روند بهبودی را با فیزیوتراپی شروع کند.

سه ماه بیشتر نگذشته بود که داده‌های MRI نشان داد که آسیب او از پارگی کامل درجه سه که در آن رباط به طور کامل از نیمه پاره شده بود، به پارگی درجه یک با شدت کمتر، جایی که برخی از الیاف پیوسته هستند، تبدیل شده است.

همچنین مطالعه‌ای که در دانشگاه ملبورن استرالیا انجام شد — دکتر استفانی فیلبای Dr Stephanie Filbay — در زمره اولین مطالعاتی بود که افراد مبتلا به پارگی رباط صلیبی را به‌صورت تصادفی برای دو نوع درمان توان‌بخشی ورزشی ACL یا به‌صورت جراحی انتخاب کرد. این مطالعه نشان داد که ۵۳ درصد از شرکت‌کنندگان در کارآزمایی که پارگی‌های رباط صلیبی زانوی آنها فقط با توان‌بخشی ورزشی مدیریت شده بود، دو سال پس از آسیب‌دیدگی بهبود یافته بودند. البته علائم اولیه بهبودی ACL سه ماه پس از آسیب در MRI مربوط به این گروه مشاهده شد. همچنین این گروه، عملکرد ورزشی و کیفیت زندگی بهتری را دو سال پس از آسیب، در مقایسه با گروه‌های جراحی بازسازی زودرس و جراحی بازسازی ACL با تاخیر گزارش کردند که این نتایج بسیار تحسین‌برانگیز بود.

دکتر فیلبای می‌گوید: بسیاری از افراد مبتلا به آسیب ACL فارغ از اینکه چه نوع درمانی را انتخاب می‌کنند دچار محدودیت‌های ورزشی، آسیب‌های اضافی زانو، درد مداوم، شروع زودرس آرتروز زانو و اختلال در کیفیت زندگی طولانی‌مدت می‌شوند. اما نکته حائز اهمیت این است که بدانیم چه افرادی قابلیت بهبودی کامل را بدون جراحی و چه افرادی نیاز به جراحی دارند و ما بتوانیم آن را پیش‌بینی کنیم.

هدف در حال حاضر همین است. اگر تحقیقات آینده از یافته‌های اخیر حمایت کند، اهداف درمان آسیب رباط صلیبی ممکن است گسترش یابد و به سمت درمان غیرجراحی رباط صلیبی برویم. اگر جراح به شما گفته است که اگر می‌خواهید دوباره ورزش حرفه‌ای کنید، نیاز به جراحی دارید، در این صورت واقعاً توانایی شما را برای تصمیم‌گیری آگاهانه از بین می‌برد. زیرا شما جراحی را انتخاب می‌کنید بدون اینکه شما را از مزایا و معایب و درصد شانس موفق جراحی صلیبی آگاه کرده باشند.

در پایان، باید اذعان داشت که این یافته‌ها به موضوعی داغ در محافل پزشکی تبدیل شده است و سؤالاتی را در مورد اینکه آیا تغییراتی در روش درمان آسیب‌های ACL موردنیاز است یا خیر ایجاد می‌کند.

حتماً همه موارد زیادی شنیده‌اید که در آن فردی با پارگی ACL در لیست انتظار برای عمل جراحی قرار می‌گیرد و توسط جراح باز می‌شود و سپس جراح می‌گوید «خب، ACL بهبود یافته است»، علم امروز می‌گوید شاید این بهبود، می‌توانست بسیار راحت‌تر از این باشد و نیازی به شنیدن این جمله امیدبخش از یک جراح نباشد.

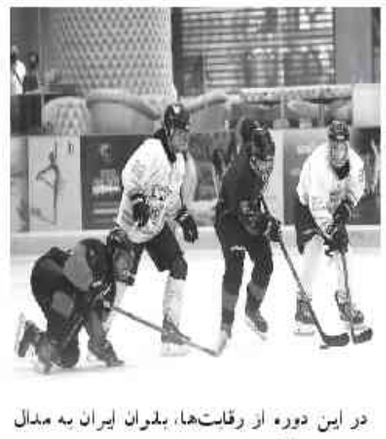
کوثر عنبری: تلاش می‌کنیم بهترین عملکرد را مقابل بلاروس داشته باشیم

مدافع تیم ملی فوتبال بانوان گفت: اتفاق خوبی است که اردوهای تدارکاتی تیم ملی زود شروع شده و ما هم تلاش خواهیم کرد تا بهترین عملکرد را مقابل بلاروس داشته باشیم.

به گزارش مهر، تیم ملی فوتبال بانوان ایران در پنجره بازی‌های ملی (فیفا دی) در خردادماه ۱۴۰۳ دو دیدار دوستانه با بلاروس برگزار می‌کند. به همین منظور تیم ملی فوتبال بانوان بلاروس برای انجام دو دیدار دوستانه با تیم ملی بانوان ایران هشتم خردادماه وارد تهران خواهد شد و در روزهای ۱۰ و ۱۳ خردادماه به مصاف تیم ملی فوتبال بانوان کشورمان می‌رود.

کوثر عنبری مدافع تیم ملی فوتبال بانوان در مورد میزان آمادگی خود و سایر هم تیمی‌هایش برای انجام این بازی دوستانه اظهار داشت: قطعا بازیهای سختی را خواهیم داشت اما امیدواریم که بتوانیم بازی خوبی را به نمایش بگذاریم و برنده این دو دیدار باشیم.

بازیکن تیم ملوان بندرانزلی در ادامه خاطر نشان کرد: با اینکه مسابقات لیگ برتر حدود یک ماه است که به پایان رسیده اما حضور در اردوهای تیم ملی آمادگی بازیکن‌ها را حفظ کرده است. اتفاق خوبی است که اردوهای تدارکاتی تیم ملی زود شروع شده و ما هم تلاش خواهیم کرد تا بهترین عملکرد را مقابل بلاروس داشته باشیم.



عنبری در پایان عنوان کرد: دوست دارم از ملیکا محمدی یاد کنیم که واقعا جای او در این اردوها خالی است. امیدوارم با تیم خوبی که ساخته شده است نتایج خوبی را هم در کنار یکدیگر به دست بیاوریم.

تیم ملی فوتبال بانوان (جمعه ۲۱ اردیبهشت) از ساعت ۱۷ در مرکز ملی فوتبال با حضور ۲۶ بازیکن آغاز شد تا شاگردان آزمون به مرور تاکتیک‌های مورد نظر کادر فنی بپردازند.

سرمربی آمریکایی به دنبال اولین مدال آسیایی با هاکی زنان ایران

تیم ملی هاکی بانوان ایران برای شرکت در رقابت های هاکی سالنی آسیا لتحابی جام جهانی عازم تایلند شد.

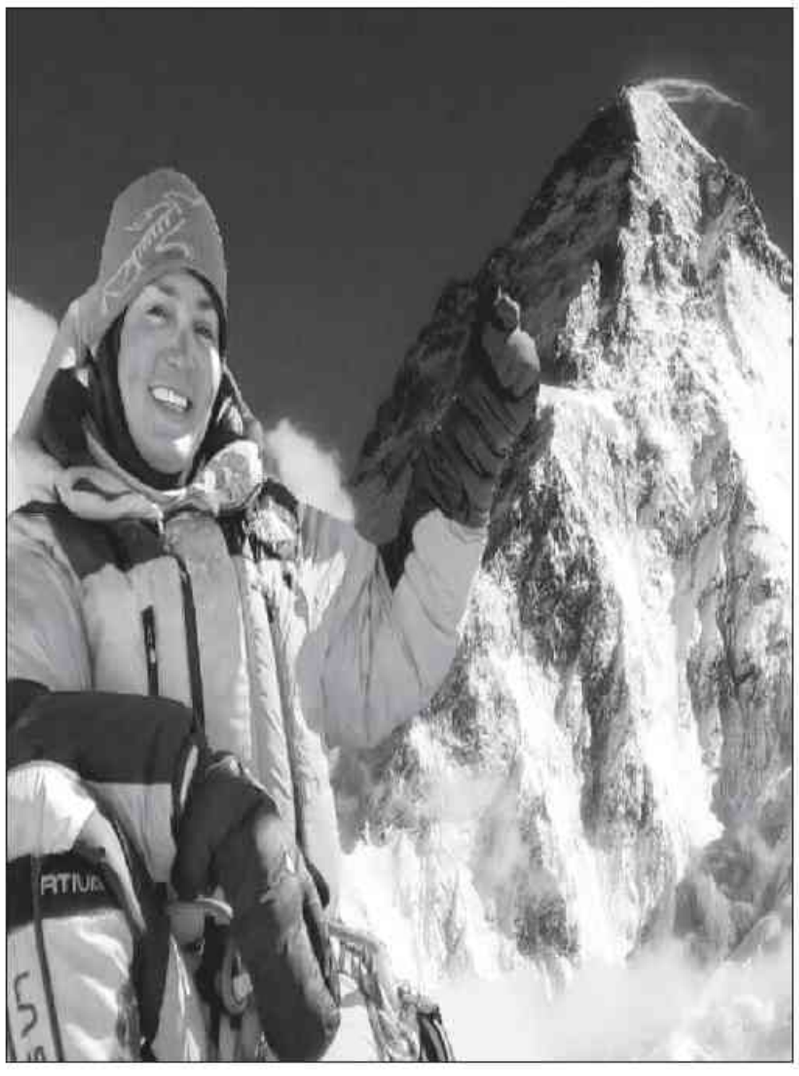
جون کنت ول مربی چینی - آمریکایی هاکی بانوان ایران در گفت و گو با ایسنا در ارزیابی از آخرین وضعیت تیم اعزامی به مسابقات هاکی سالنی آسیا در تایلند اظهار کرد: تیم ملی زنان ایران متشکل از ۱۳ بازیکن در این دوره از رقابت ها با تیم های قزاقستان، مالزی، نپال و عمان همگروه است و در گروه دوم تیم های تایلند ، اندونزی ، سنگاپور کامبوج و ویتنام حضور دارند. این مسابقات از روز دوشنبه ۲۴ اردیبهشت آغاز می شود و تا ۲۷ اردیبهشت ادامه خواهد داشت. تیم بانوان ایران از نظر فنی و به ویژه تکنیکی، تاکتیکی و روانی در شرایط بسیار خوبی قرار دارد و آماده شرکت در این مسابقات هستند.

وی در پاسخ به این پرسش که آیا تصور کسب سکو برای بانوان ایران دارید یا خیر؟ افزود: از نظر کسب سکو باید بگویم با توجه به تمرینات خوبی که بلوان هاکی ایران طی چند ماه اخیر داشتند امید زیادی به آن ها دارم تا با کسب سکو تاریخ سازی کنند. البته در این مسابقات تنها تیم قهرمان مجوز حضور در جام جهانی را کسب می کند.

وی اصلی ترین حریفان ایران در این دوره از مسابقات را، تایلند قهرمان دوره قبل، اندونزی، قزاقستان و مالزی عنوان کرد و گفت: امیدوارم

در این دوره از رقابت‌ها، بلوان ایران به مدال دست پیدا کنند.

مربی چینی - آمریکایی هاکی بلوان ایران در پایان همچنین درباره جایگاه ایران در آسیا اظهار کرد: تیم هاکی سالنی بانوان در گذشته هیچ جایگاهی در آسیا نداشته اما اکنون این اطمینان را می دهم که سطح هاکی ایران در این دوره از رقابت ها ارتقاء پیدا خواهد کرد و به عنوان یک تیم قدرتمند در آسیا نام برده می‌شود و همانند تیم مردان در هاکی سالنی جزو رنکینگ اول قرار خواهد گرفت.

پنجمین بام جهان زیر پای بانوی ایرانی

افسانه حسامی فرد بانوی کوهنورد ایرانی که صعود به قله اورست را در کارنامه درخشان خود دارد بار دیگر با صعود به قله هشت هزار و ۴۸۱ متری «ماناکالو» در نپال نام خود را در تاریخ ورزش سنجاق کرد.