

یادداشت

توصیه‌کنندگان مرگ وشیفتگان اندام باری



● در دنیای امروز که به سرعت به سمت افزایش

رفاه حرکت می‌کند و پیشرفت‌های تکنولوژیک، آدمی را بیشتر به کم‌تحركی سوق می‌دهد، ورزش و فعالیت بدنی تنها راه‌حل برای حفظ سلامت و جلوگیری از ابتلا به بیماری‌های غیرواگیردار ناشی از کم‌تحركی است، اما مردم با توجه به گروه‌های سنی و جنسیت برای حضور در اماکن ورزشی، اهداف و رویکردهای مختلفی را برای خود لحاظ می‌کنند. بیشتر دختران و پسران جوان به‌دنبال کسب ظاهری زیبا، به ورزش روی می‌آورند. انتخاب بیشتر این جوانان، باشگاه‌های بدنسازی است. باشگاه‌هایی- پسران؛ پرورش اندام و دختران؛ باشگاه‌های بدنسازی- که انواع متنوع رشته‌های هوای (ایروبیک) را با استفاده از وسایل ورزشی همراه دارد، انتخاب می‌کنند. همان‌طور که ذکر شد در قرن حاضر یکی از چالشی‌ترین موضوعات سلامت در تمامی کشورها بدون درنظرگرفتن جهان اولی با دومی‌بودن آنها، کم‌تحركی است و اینکه این جوانان به سمت اماکن و باشگاه‌های ورزشی می‌روند موضوعی قابل تحسین است، اما نکته ظریف و بسیار حساسی که باید به آن توجه کرد، این است که آیا مدیر، مربی یا دست‌اندرکاران مکان ورزشی مورد توجه جوانان، صلاحیت لازم را برای توصیه‌های ورزشی و تناسب اندام دارند؟ چه شخص حقوقی مسئول نظارت بر عملکرد آنان است؟ آیا این مدیران اماکن ورزشی می‌توانند توصیه‌های دارویی و مکملی داشته باشند یا خیر؟ همه اینها سوالاتی است که در انتخاب اماکن ورزشی توسط والدین و ورزشکاران مطرح بوده و لازم است دقت کافی در این خصوص انجام شود. در سال‌های اخیر که «تب» اندام باری» در میان دختران نوجوان و جوانان ایرانی بسیار طرفدار داشته، باعث شده تعداد زیادی از این دختران که به باشگاه‌های بدنسازی مراجعه می‌کنند روش‌های غیرعلمی و گاه بسیار خطرناکی را برای کم‌کردن وزن و تناسب اندام برگزینند. استفاده از داروهای چربی‌سوز، داروهای کاهش وزن، کرم‌های لاغری و رژیم‌های بسیار سخت بدون مشورت پزشک یا کارشناس تغذیه‌ای از جمله روش‌هایی است که باعث به‌خطرافتادن سلامتی شیفتگان باری‌شدن می‌شود. در این میان هستند افراد سودجویی که با روش‌هایی خطرناک‌تر، سلامتی این آرزومندان اندام خوش‌فرم را به خطر می‌اندازند. در مصاحبه‌ای که

تقی خانی، سرپرست فدراسیون پزشکی ورزشی در این خصوص داشته، اعلام کرده در برخی باشگاه‌های ورزشی مواد مخدر تجویز می‌شود. ترویج مواد مخدر در باشگاه‌های ورزشی کمی موضوع را پیچیده‌تر و بغرنج‌تر می‌کند؛ زیرا باشگاه ورزشی محلی برای پرکردن اوقات فراغت جامعه با رویکرد سلامتی است که اگر قرار باشد در خانه سلامتی، استفاده از این مواد اشاعه داده شود باید زنگ خطر را برای ارگان‌های ذی‌ربط به صدا درآورد. استفاده از شیشه و انواع مخدر یکی از راه‌هایی است که توسط کارشناس‌ها و مربی‌نماها (توصیه‌کنندگان مرگ) به شیفتگان اندام باری و برای تناسب اندام در باشگاه‌ها، مراکز جاقی و لاغری و آرایشگاه‌های زنانه توصیه می‌شود. لازم به ذکر است توصیه‌کنندگان مرگ با حربه تأثیر سریع بر لاغری و تناسب اندام در کمین شیفتگان اندام باری هستند؛ چراکه بیشتر این افراد می‌خواهند خیلی سریع و بدون برنامه‌ریزی بلندمدت ورزشی به اندام ایده‌آل خود برسند. در آخر به نظر می‌رسد ضمن اینکه باید آگاهی لازم به نوجوانان و جوانان در این خصوص داده شود، باید والدین نظارت لازم را بر عملکرد آنان داشته باشند و از طرفی رسیدگی به این امر خطر؛ یعنی نظارت بر عملکرد اماکن ورزشی و سلامتی که دختران و پسران جوان ما مشتریان اصلی آن هستند، نیاز به یک عزم ملی در ارگان‌های ذی‌ربط همچون وزارتخانه‌های ورزش و جوانان، بهداشت و درمان، دادستانی کل کشور، نیروی انتظامی و دستگاه‌های اطلاعاتی دارد؛ چراکه نظارت بر این‌ا اماکن تنها توسط یک ارگان امکان‌پذیر نیست.

فوتبال

رئیس هیأت‌مدیره ملوان:

قرارداد قلعه‌نویی باید ثبت شود

● رئیس هیأت‌مدیره باشگاه ملوان ابرار امیدواری کرد امیر قلعه‌نویی امروز قراردادش را با ملوان ثبت کند. احمد دنیامالی در این‌باره به تسنیم گفت: «تمام تلاش خود را می‌کنیم تا قلعه‌نویی قراردادش را ثبت کرده و از هفته سوم روی نیمکت ملوان بنشیند. بعد از دو هفته که سرمربی نداشتیم، در هفته سوم جای توجیه ندارد که بدون سرمربی به مصاف استقلال اهواز برویم. به هر حال دو طرف باید از شرایط یکدیگر آگاهی کامل داشته و تلاش کنیم تا با هم تعامل داشته باشیم. باید ثبت قرارداد قلعه‌نویی را تا فردا نهایی کرده و این موضوع را به‌صورت رسمی اعلام کنیم.»

ایران موفق نشد جام قهرمانی والیبال آسیا را در خانه نگه دارد. پس از شکست تیم «ب» ایران در فینال رقابت‌های والیبال قهرمانی آسیا مقابل ژاپن، بحث‌های زیادی درباره این تیم صورت گرفت. عده‌ای از منتقدان از کادر فنی تیم انتقاد کردند. در سوی مقابل برخی از کارشناسان هم نایب‌قهرمانی را نتیجه‌ای مطلوب برای تیم «ب» ایران، تیمی که تنها چندروز از تشکیل آن گذشته بود، می‌دانند. بهروز عطایی، کارشناس شناخته‌شده والیبال ایران و مربی اسبق تیم ملی، از نتایج تیم «ب» دفاع می‌کند بااین‌حال معتقد است حضور این تیم در رقابت‌های آسیایی دستاوردی برای والیبال ایران نخواهد داشت.

کاپ قهرمانی تیم ملی «ب» والیبال ایران در مسابقات قهرمانی آسیا در تهران را چطور ارزیابی می‌کنید؟

مسابقات قهرمانی آسیا، بالاترین سطح رقابت‌هایی است که در قاره برگزار می‌شود اما با توجه به اینکه سطح والیبال ایران فراتر از آسیا رفته، مسئولان فدراسیون تصمیم درستی گرفتند که از تیم ملی اصلی کشورمان در مسابقات تهران استفاده نکنند تا فرصت بیشتری برای آماده‌سازی در پیکارهای جام جهانی داشته باشند و تیم دوم یعنی تیم «ب» را جایگزین آن کنند. اما ما باید ببینیم تیمی که کواج به آقای اکبری، سرمربی تیم «ب» معرفی کرد می‌تواند در قالب تیم دوم، آینده والیبال ایران را بسازد؟ متأسفانه من با بازی‌هایی که از این تیم در این مسابقات دیدم باید بگویم که اصلا هیچ تطابقی با این موضوع نداشت. ما بازیکن‌هایی را در ترکیب این تیم دیدیم که اصلا مفید نبودند و نمی‌شود روی آنها به‌عنوان پشتوانه‌های بعدی این ورزش حساب کرد. اگر هدف فدراسیون نتیجه‌گرفتن و قهرمانی

در رقابت‌های مردان آسیا بود، باید با تیم اصلی به میدان می‌رفتیم اما اگر هدف قهرمانی نبود چه بهتر که به‌جای استفاده از این ترکیب ناقص، از تیم امید استفاده می‌کردیم تا حداقل یک بازی تدارکاتی برای آنها که رقابت‌های امیدهای جهان را پیش‌رو دارند، باشد.

یعنی با این توضیحات در کل نمره منفی به نایب‌قهرمانی تیم «ب» می‌دهید؟

نه، بحث این نیست. اتفاقاً عملکرد تیم قابل‌قبول بود. بحث اینجاست که این تیم خروجی والیبال ما این پتانسیل را دارد که با چند تیم بسازد؟ متأسفانه من با بازی‌هایی که از این تیم در این مسابقات دیدم باید بگویم که اصلا هیچ تطابقی با این موضوع نداشت. ما بازیکن‌هایی را در ترکیب این تیم دیدیم که اصلا مفید نبودند و نمی‌شود روی آنها به‌عنوان پشتوانه‌های بعدی این ورزش حساب کرد. اگر هدف فدراسیون نتیجه‌گرفتن و قهرمانی

ارزیابی بهروز عطایی، کارشناس والیبال، از نایب‌قهرمانی ایران

تیم «ب» پشتوانه تیم ملی نبود



عکس: احمد هبهین تیم ایران

کشا این انتقادات را به فدراسیون وارد می‌دانید؟

بله صدرصد. فدراسیون پیمان اکبری را در عمل انجام‌شده قرار داد و از او خواست ظرف مدت ۲۰ تا ۲۵ روز تیم را آماده مسابقات قهرمانی آسیا کند. این در حالی است که تیم ملی والیبال دانشجویان که به‌تازگی از مسابقات دانشجویان جهان آمده بود، هدایتش دست اکبری و همین کادر فنی بود. جالب اینجاست که آقای داورزنی، رئیس فدراسیون والیبال، در توجیه این نایب‌قهرمانی می‌گویند تیم دانشجویان به‌ما ربطی نداشته که برای آن برنامه‌ریزی کنیم. مگر می‌شود، آقای افشاردوست، دبیر فدراسیون، رئیس انجمن والیبال وزارت علوم است. مگر می‌شود که فدراسیون خبری از برنامه مسابقات دانشگاه‌ها نداشته باشد. والیبال ما نه یک مربی دارد و نه ۱۲ بازیکن. آخر در کجای دنیا در

یک پروسه دوماه پنج تیم را دست یک کادر فنی می‌دهند. کادر فنی‌ای که پیمان اکبری در رأس آن است در این مدت هدایت تیم‌های امیدهای جهان، امیدهای آسیا، باشگاه‌های آسیا، دانشجویان جهان و تیم «ب» مردان آسیا را برعهده داشت. فدراسیون به نظر من با این تصمیم نادرست و سهل‌انگاری‌ای که کرد، این کادر فنی خوب را که طی این مدت این‌همه تلاش کرده بود، تخریب کرد.

کاپی هم در این بازی نداشتیم و خیلی بد هم شروع کردیم.

یکی از دلایل ضعف تیم «ب» ایران در این رقابت‌ها این بود که در بازی‌های مهم برابر چین، کره و ژاپن خیلی بد بازی را شروع می‌کرد. این موضوع را قبول دارید؟

بله، تیم تمرکز لازم را نداشت. متأسفانه والیبال ما یک نمودار سینوسی دارد. تیم اصلی ما هم همین‌طور است. ما واقعا در بازی با چین و کره و ژاپن بد شروع کردیم و بعد اوج گرفتیم. این در حالی است که تیمی مثل ژاپن اصلا این‌طور نیست. سبک بازی‌اش از ابتدا تا آخر یک شکل است. تیم اصلی ما در لیگ جهانی بازی‌هایش با روسیه را در خانه حریف می‌برد اما در خانه خودش از این تیم شکست می‌خورد. به‌رحال ما ایرانی‌ها همیشه منتقد بعد از عمل هستیم. به عقیده من فدراسیون هنوز تعریف مشخصی از تیم «ب» ندارد.

مقایسه ترکیب ایران و ژاپن در مسابقات قهرمانی آسیا

سامورایی‌ها با ۳ ستاره‌شان قهرمان شدند

خود در لیگ جهانی را به تهران آورده بودند. در مقابل پیمان اکبری که در این بازی‌ها هدایت تیم ملی را بر عهده داشت شش بازیکن از فهرست اولیه والیبالیست‌های ایران در لیگ جهانی را در اختیار داشت که حمزه زرینی و پورا فیاضی از سرشناس‌ترین بازیکنان حاضر در تیم ملی بودند. اما تفاوت عمده دو تیم در بازیکنان اصلی آنها در بازی پایانی مشهود بود. ژاپنی‌ها با وجود اینکه سه بازیکن از فهرست ۱۲نفره خود در لیگ جهانی را به همراه داشتند اما این سه بازیکن در ترکیب ژاپن جزء نفرات اصلی در بازی پایانی مقابل ایران بودند. شیمیزو، کاپیتان تیم ملی ژاپن که عنوان ارزشمندترین بازیکن قهرمانی آسیا در تهران را به دست آورد در لیگ جهانی در بازی ژاپن مقابل فرانسه، قهرمان لیگ جهانی که در آن ژاپنی‌ها با نتیجه ۳ بر ۲ باختند بهترین والیبالیست ژاپن بود و بیشترین امتیاز را در

آن بازی به‌دست آورد. در مقابل در تیم ایران فقط حمزه زرینی و پورا فیاضی سابقه بازی در لیگ جهانی را در کارنامه‌شان داشتند. با وجود این دو والیبالیست در بازی‌های این فصل لیگ جهانی خیلی کم در ترکیب ایران قرار گرفتند و جزء بازیکنان اصلی کشور که لیگ جهانی نبودند. به طور کلی می‌توان گفت با وجود اینکه مربی ژاپن بعد از برد مقابل ایران به این نکته اشاره کرده که تنها سه بازیکن از ترکیب اصلی خود را در اختیار داشته اما این سه بازیکن که همراه آنها به تهران آمده بودند جزء نفرات اصلی سامورایی‌ها در لیگ جهانی بودند. شاید بتوان گفت یوکی ایشیکاوا، پدیده ژاپنی‌ها در لیگ جهانی تنها والیبالیست این کشور است که جای او در کنار دیگر والیبالیست‌های جوان آنها در تهران خالی بود و سرمربی این تیم او را به تهران نیاورده بود.

بر شنا باید به دو رشته دیگر از جمله شیرجه و واترپلو هم بپردازد؛ هرچند به‌نظر می‌رسد برنامه‌هایی که برای واترپلو درنظرگرفته شده، مدون‌تر است و می‌توان امید داشت این رشته در چندسال آینده بتواند در آسیا حرفی برای گفتن داشته باشد.

مکلن یک کنجشکا!

وضعیت شنا در ایران چندان بسامان نیست؛ این رشته تقریبا در زمره رشته‌های گران‌قیمت قرار دارد و استقبال خانواده‌ها از آن به‌همین‌خاطر چندان زیاد نیست. این در شرایطی است که اگر قرار باشد کسی فرزندی را به‌صورت حرفه‌ای در این ماده پرورش دهد باید هزینه هنگفتی بپردازد. رضوانی با تأیید این‌موضوع می‌گوید: «ما بارها طرح و پیشنهادمان را برای ارزان‌شدن شنا ارائه داده‌ایم و به‌عنوان یک ورزش همگانی توقع داریم به این موضوع رسیدگی شود تا بچه‌ها بیایند و به این رشته بپردازند. قطعا اگر قرار باشد در طول هشت سال دیگر به عناوین مهمی در این رشته برسیم، باید سازوکاری در نظر گرفته شود که بچه‌های‌مان از کلاس چهارم و پنجم دبستان فرصت تمرین‌کردن به‌صورت حرفه‌ای و آن هم در دو شیفت صبح و عصر را داشته باشند». رئیس فدراسیون شنا، شیرجه و واترپلو در ادامه با اشاره به این موضوع که همین دو شناگری را هم که به رقابت‌های جهانی فرستاده، با چنگ و دندان نگه داشته است، می‌گوید: «من به همین دو نفر ماهی ۵۰۰، ۶۰۰ هزار تومان پول توجیهی می‌دهم و ماهی نزدیک به یک میلیون تومان هم برایشان خرج می‌کنم تا هزینه مکمل‌ها، رفت‌وآمد آنها و مسائلی از این قبیل حل‌وفصل شود. واقعا مثل یک کنجشک کوچک حواس‌مان به آنهاست تا همین بچه‌ها را هم از دست ندهیم.»

رضوانی در پاسخ به این انتقاد که شاید برنامه‌ریزی‌های فدراسیون به‌گونه‌ای است که شش تا هشت سال زمان نمی‌شود کم پدیده که به برنامه مدونی هم نیاز است. اولین و مهم‌ترین موضوعی که باید به آن به‌طور جدی رسیدگی کرد این است که با کمک وزارت ورزش و آموزش‌وپرورش خیلی جدی به فکر تأسیس و گسترش مدارس شنا باشیم.» البته شنا هم درد مشترکی با سایر فدراسیون‌ها دارد و آن هم بی‌پولی است؛ این فدراسیون علاوه در شنا معجزه رخ نمی‌دهد».

ورزش

نگاه

مانند عرب‌ها به‌دنبال تغییر هستیم



● پرسپولیس در پیش‌فصل زمان زیادی را به‌خاطر نبودن برانکو اذدست داد. مدت‌ها این تیم با شش بازیکن تمرین کرد و بعد از مدت‌ها بالاخره برانکو به ایران آمد و تمرینات خیلی دیر جدی شد و بازیکنان جدید هم برای هماهنگی زمان کمی داشتند. دیر آغازشدن تمرینات باعث شد کادر فنی کروات قرمزها با کمبود زمان مواجه شود و برای اینکه تیم را زود آماده مسابقات کند، مجبور بود بیشتر روی کارهای بدن‌سازی تمرکز کند و از کارهای تاکتیکی دور شود. هر چند پرسپولیس در اردوی ترکیه سعی کرد این نقیصه را برطرف کند، اما کمبود زمان باعث شد این تیم نتواند به‌خوبی آماده لیگ برتر شود.

پرسپولیس در دو بازی آغازین خود در لیگ‌برتر نتایج خوبی کسب نکرد. آنها در بازی اول مقابل پدیده مشهد غافل‌گیر شدند و بعد از دریافت دو گل به سختی به بازی برگشتند. پرسپولیس در این بازی به‌خوبی نبودن محمد نسوری را درک کرد. به‌نظرم پرسپولیس در بازی اول به‌مراتب بهتر از بازی دوم بازی کرد. در بازی دوم در مقابل استقلال خوزستان این‌تیم به هیچ عنوان خوب بازی نکرد. آنها بعد از ۱۰ نفرشدن کمی به بازی مسلط شدند و توانستند گل بزنند.

نتایج دو بازی اخیر پرسپولیس به هیچ عنوان قابل‌دفاع نیست، اما حمله‌کردن به کادر فنی و بازیکنان هم درست نیست. باید به آنها وقت داد تا بتوانند نتایج ضعیف خود را جبران کنند. متأسفانه بعضی از پیش‌کسوتان از هم‌اکنون خواستار برکناری برانکو ایوانکوویچ هستند، متأسفانه چند سالی است که قرمزها درگیر این مسئله هستند و معلوم نیست که چه زمانی به پایان برسد، این خواسته پیش‌کسوتان می‌تواند به جامعه هم تسری پیدا کند و آن وقت دیگر نمی‌توان اعتراض تماشاگران را خاموش کرد و این مسئله می‌تواند مشکلات زیادی را برای مدیریت این باشگاه ایجاد کند.

پرسپولیس در سه هفته پیش‌رو سه بازی سخت با سپاهان، ذوب‌آهن اصفهان و تراکتورسازی در پیش دارد که هرکدام می‌تواند باعث تغییر و تحولی در این تیم شود، اما مدیریت پرسپولیس باید صبر کند، زیرا ما مانند عرب‌ها نباید خیلی زود تصمیم به جابه‌جایی در تیم‌های خود بگیریم. گذر از این سه بازی به‌طور قطع کار آسانی نخواهد بود، اما هر اتفاقی در این سه بازی بیفتد، برانکو همچنان باید سرمربی باقی بماند.

متأسفانه مدیریت پرسپولیس هم با کمبودهایی روبه‌رو است. این تیم بعد از گذشت دو بازی از لیگ و آغازشدن هفته سوم هنوز موفق به گرفتن اسپانسر نشده است و همچنان به‌دنبال آن است که اسپانسر پیدا کند. در بخش فنی پرسپولیس با دو مشکل بزرگ روبه‌رو است؛ این تیم در خط دفاع احتیاج به یک مدافع چپ رونده دارد. در خط هافبک به یک هافبک طراح احتیاج است؛ اگر محمد نسوری در پرسپولیس باقی مانده بود به‌طور قطع این مشکل نیز حل می‌شد، به نظرم درحال‌حاضر باید با بازیکنان دیگر این نقیصه جبران شود. به‌نظرم پیش‌کسوتان درحالی‌که تیم وضعیتی خوبی ندارد باید از آن حمایت کنند؛ زمانی که تیم خوب نتیجه می‌گیرد حمایت لازم ندارد.

خبر

اولتیماتوم به برانکو تکذیب شد

● حسین عبدی، سخنگوی هیأت‌مدیره پرسپولیس در گفت‌وگو با ایسنا، دادن اولتیماتوم به برانکو ایوانکوویچ را تکذیب کرد، او در این‌باره گفت: «از آنجا که من هیچ‌وقت صحبت‌های تنش‌زا عنوان نمی‌کنم نمی‌دانم چرا برخی از دوستان صحبت‌هایی به نقل از رسانه‌ها منتشر شده را تکذیب کنم. من هیچ‌گونه مصاحبه تنش‌زایی انجام نداده‌ام، البته این را هم باید بگویم به هیچ‌عنوان در مسائل فنی دخالت نمی‌کنم چون جایگاه من دخالت در مسائل فنی نیست. من به‌عنوان سخنگو و عضو هیأت‌مدیره فقط درباره مسائل کلی باشگاه و همین‌طور مسائلی که به من مربوط می‌شود صحبت می‌کنم.»

پربنده اخبار

- کیکاووس سعیدی بار دیگر به‌عنوان رئیس فدراسیون گلف انتخاب شد.**
- سجاد شهزاده، مهاجم استقلال به دلیل آسیب‌دیدگی یک ماه از میادین دور خواهد ماند.**
- مارچلو بلسا از سرمربیگری ماسی استعفا داد.**
- فرداشب دیدار سورپراج اروپا بین سه‌ویا و بارسلونا برگزار می‌شود.**