

خارج از گود

۲ ایرانی در ترکیب‌های منتخب آسیا

دو بازیکن ایرانی تیم‌های استقلال و تراکتور در ترکیب‌های منتخب مراحل حذفی لیگ نخبگان و سطح دو آسیا قرار گرفتند.
به گزارش ایمنه، دو تیم استقلال و تراکتور به‌عنوان نمایندگان کشورمان در آسیا حضور دارند و می‌توان گفت تا این لحظه نمایش خوبی را نیز از خود ارائه داده‌اند، شاگردان اسکوچچ در حال حاضر در مرحله یک‌چهارم نهایی لیگ سطح دو آسیا به مصاف التعاون می‌روند و استقلال نیز در مرحله یک‌هشتم نهایی لیگ نخبگان آسیا آماده رویارویی با النصر عربستان است.بیشتر فوتبال‌دوستان بر این باور هستند که سطح کیفی تراکتور فراتر از لیگ سطح دو آسیا است و به همین دلیل شانس قهرمانی تی‌تی‌ها در این تورنمنت را بالا می‌دانند، اما بدون تردید استقلال ایران در لیگ نخبگان آسیا به دلیل رقابت با رقیبی همچون الهلال و النصر کار دشواری پیش‌رو خواهد داشت و از همین‌رو چندان نمی‌توان به موفقیت آن‌ها در این تورنمنت امیدوار بود.اگرچه تیم‌های ایرانی در آسیا نسبت به رقبای عربی خود با هزینه کمتری یا به گردونه مسابقات گذاشته‌اند، اما به دلیل درخشش در بازی‌های خود نشان داده‌اند تا حدودی توانایی رقابت با تیم‌های متمول عربی را دارند؛ یکی از نکاتی که توجه فوتبال‌دوستان ایرانی در خصوص رقابت‌های آسیایی به خود جلب می‌کند حضور سیدحسین حسینی و امیرحسین حسین‌زاده در میان برترین‌های آسیا است.سیدحسین حسینی در جدال استقلال با النصر در چارچوب بازی رفت مرحله یک‌هشتم نهایی لیگ نخبگان آسیا که در تهران برگزار شد نمایش قابل‌توجهی از خود ارائه داد.این بازیکن بارها برابر حمله‌های زهرار بازیکان النصر ایستادی کرد و دروازه آبی‌پوشان را در مقابل موقعیت‌های قطعی گل شاگردان پیولی نجات داد، از همین‌رو نام سنسگربران آبی‌ها در ترکیب منتخب بازی‌های دور رفت لیگ نخبگان آسیا به چشم می‌خورد. امیرحسین حسین‌زاده نیز در رقابت‌های لیگ سطح دو آسیا یکی از مهره‌های تأثیرگذار تراکتور است و با زدن شش گل در هفت مسابقه یکی از بهترین گل‌زنان لیگ سطح دو آسیا به شمار می‌رود.این بازیکن تا پیش از تقابل تراکتور و التعاون در مرحله یک‌چهارم نهایی صدر جدول گل‌زنان لیگ سطح دو آسیا را در اختیار داشته، اما به‌دلیل تساوی بدون گل تی‌تی‌ها برابر نماینده عربستان و در سوی مقابل گل‌زنی سردار آزمون برابر شارجه امارات صدر جدول گل‌زنان در اختیار لیونر کشورمان قرار گرفت تا جنگ میان آقای گلی در لیگ سطح دو آسیا میان دو مهاجم ایرانی باشد.به‌طور کلی حضور سیدحسین حسینی و امیرحسین حسین‌زاده در ترکیب منتخب آسیا نشان می‌دهد نمایندگان ایران تا این لحظه در آسیا نمایش خوبی داشته‌اند.

راه‌یابی تکواندوکار کاشانی به تیم ملی کیوروکی نونهالان

رئیس اداره ورزش و جوانان کاشان گفت: سبنا جلالی، تکواندوکار کاشانی در پایان مرحله دوم رقابت‌های انتخابی تیم ملی نونهالان جواز حضور در اردوی تیم ملی را به همراه ۱۵ تکواندوکار دیگر دریافت کرد.
محموداد سلامیان زاده در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: رقابت‌های تکواندو قهرمانی نونهالان جهان در روزهای ۲۰ تا ۲۴ اردیبهشت سال آینده به میزبانی امارات شهر «فجیره» برگزار خواهد شد. او افزود: مرحله چهارم رقابت‌های انتخابی تیم ملی نونهالان در گروه پسران، با حضور ۲۰ تکواندوکار از خانه تکواندو برگزار و در نهایت ۱۶ تکواندوکار جواز حضور در اردوی آماده‌سازی را دریافت کردند. رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان کاشان بیان کرد: جلالی، تکواندوکار خوش‌تکنیک هیئت تکواندو کاشان در روز دلت با اختلاف ۱۲ حریف خود را شکست داد و توانست مثبت کادر فنی تیم ملی نونهالان را دریافت کند و به عضویت تیم ملی نونهالان تکواندو کشور نائل آید. سلامیان‌زاده گفت: هدایت جلالی در این دوره از مسابقات بر عهده عبدالله رضایی،مردم و محمدمهدی جلائی رایغ بود. او افزود: سید حسن میرجعفری، دومین تکواندوکار کاشانی، با شکست در مقابل حریف خود از البرز از راه‌یابی به تیم ملی با ماند.

آخرین محک ببرهای مازندران در سال جاری

اردوی تیم ملی کشتی بزرگسالان با حضور آزادکاران برجسته از جمله میلاد والی‌زاده، امیرحسین فیروزپور، سبنا خلیلی و ابوالفضل رحمانی با هدف آمادگی برای حضور در میادین بین‌المللی پیش رو با انجام تمرینات و آموزش همه‌جانبه زیر نظر مربیان و کادر فنی روزهای آینده در تهران در حال برگزاری است.
به گزارش ایرنا، در اردوی آمادگی تیم ملی کشتی آزاد بزرگسالان که از روز ۱۷ تا ۲۶ اسفند در تهران در حال پیگیری است، ۲۲ کشتی‌گیر حضور دارند که ۱۰ کشتی‌گیر مازندرانی هستند. میلاد والی‌زاده، امیرحسین فیروزپور، سبنا خلیلی و ابوالفضل رحمانی از چهره‌های شاخص مازندرانی حاضر در این اردو هستند. پس از برگزاری رقابت‌های کشتی آزاد بزرگسالان قهرمانی کشور و مرحله نخست انتخابی تیم ملی در گرگان، کادر فنی تیم ملی کشتی آزاد ادامه برنامه‌های خود را طبق چرخه انتخابی تیم ملی اعلام کرد.
باتوجه‌به چرخه انتخابی تیم ملی، نفراتی که شرایط سنی زیر ۲۳ سال داشته باشند و عنوان نخست رقابت‌های قهرمانی کشور را به دست آورند و در وزن آن‌ها کشتی‌گیران معاف شده نباشند، به‌صورت مستقیم راهی رقابت‌های قهرمانی آسیا در امین ارند خواهند شد و در غیر این صورت با نقرات معاف شده در یک رقابت بین‌المللی برای مشخص‌شدن ملی‌پوش آسیایی حضور خواهند یافت.

تلفن ارتباط خوانندگان: ۳۶۲۹۳۷۵۰

ورزش



هافبک هجومی سپاهان با سرمربی فرانسوی اوج گرفته است

رضا شکاری؛ تولدی دوباره با کارترون

خوزستان باشد. با مصدومیت وینگرهای سپاهان از جمله مهدی لیموجی شکاری موقعیتی کلیدی در تیمش پیدا خواهد کرد و تا پایان فصل باید این بار سنگین را به دوش بکشد. بهرحال او یکی از بازیکنان سپاهان است که با حضور پاتریس کارترون متحول شده و اعتماد ویژه‌ای از سوی این مربی و دستیارانش دریافت می‌کند. اما تصمیم شکاری برای جابایی از ثوب‌آهن خیلی زود اتفاق افتاد و انتقال به روبین کاران و سپس تراکتوربیشتر از اینکه زمینه‌رشد این استعفا جدید فوتبال ایران را فراهم کند، او را به دلیل اخبار مربوط به پرونده‌های حقوقی با این دو باشگاه به تیتیر یک رسانه‌ها بدل کرد. نتیجه این اتفاقات دورشدن کامل شکاری از فضای فوتبال و فرم ایده‌آلی بود که از او در تیم زیر ۱۷ و زیر ۲۰ سال ایران شاهد بودیم، در این شرایط امیر قلمه نوعی که در گل‌گهر به دنبال جذب بازیکنان شاخص بود تا سرمه‌ای پوشان را از نظر شخصیتی

نگاه به پاراوزهبرداری حرفه‌ای نیست؛

ر کوردها چنگی به دل نزد



به‌اندازه کافی هست در صورتی‌که اصلاً این‌طور نیست. ما چه وقتی داریم؟ برای ساختن خیلی بیشتر از این‌ها زمان نیاز داریم. باید چند نفر را بسازیم و در کنار تیم قرار بدهیم، نمی‌توان همیشه به برخی ورزشکاران تکیه کرد. توکلی در پاسخ به این سؤال که در مسابقات قهرمانی کشور رکوردهای ثبت شده به چه صورت بود، گفت: رکوردها زیاد چنگی به دل نزد. این موضوع دلایل مختلفی دارد؛ یکی اینکه این مسابقات حساس زیادی ندارد و چون جایزه ندارد عملاً ورزشکاران هیچ انگیزه‌ای برای حضور ندارند. این موضوع خیلی روی رونق گرفتن این مسابقات تأثیرگذار

آتش‌بیاری معرکه یا تزریق آرامش



نقش هوادار بازی می‌کنند و به جنگ‌های هواداری دامن می‌زنند. صفحات شخصی یا «میکسزون» محل تاخت‌وتاز این افراد است و واژه‌هایی چون «تیم خاص» و «سوگلی» ورد زبانشان. مختلف مطرح شود و «سوگلی» هواداران باشند. مخاطب تا دلس بخواد، می‌تواند دست‌اندر کاران تیم‌های مختلف را برشمارد که در

دوشنبه ۲۰ اسفند ۱۴۰۳ ■ سال بیست و یکم ■ شماره ۵۱۳۳

صفت امروز

منهای فوتبال

آینده کشتی حسن یزدانی چه می‌شود؟

کشتی‌گیر پرافتخار ایران پس از مصدومیت و نامعلوم بودن آینده‌اش روی تشک، همچنان یکی از چهره‌های برجسته کشتی جهان است و انگیزه زیادی برای ادامه افتخارآفرینی در میادین جهانی و المپیک دارد. به گزارش ایمنه، حسن یزدانی، کشتی‌گیر پرافتخار ایرانی در وزن ۸۶ کیلوگرم فعالیت داشته و افتخارات بسیاری در این دسته کسب کرده که موجب شده است القاب گوناگونی را کسب کند. یزدانی به دلیل سبک مبارزه تهاجمی و تکنیک‌های بی‌نظیرش به‌لقب‌هایی همچون بولپوزر، شیرشاه و پادشاه دست‌یافته است. او سال ۲۰۱۷ از سوی اتحادیه جهانی کشتی به‌عنوان بهترین کشتی‌گیر سال جهان انتخاب شد. حسن یزدانی از نظر کسب افتخارات بالاتر از غلامرضا تختی قرار دارد. یزدانی در فینال المپیک پاریس از ناحیه کتف مصدوم شد و با درد و جراحت کشتی گرفت. یزدانی باوجود مصدومیت، موفق به کسب مدال نقره در المپیک پاریس شد و همچنان به‌عنوان یکی از برترین کشتی‌گیران جهان شناخته می‌شود. او پس از المپیک در فرانسه، به‌سرعت کتف خود را به تیغ جراحان سپرد. این جراحی که در سه ناحیه‌ا کتف او انجام شد، حدود هفت ساعت به طول انجامید. حسن یزدانی، قهرمان کشتی ایران، پس از جراحی کتف در فرانسه، به‌تدریج به تمرینات بازگشته است. او پس از این جراحی، تمرینات هوآزی و فیزیوتراپی خود را آغاز کرده و اکنون به‌طور رسمی تمرینات کشتی را ازسر گرفته است. جراحی کتف وی نیازمند زمان و تمرینات فیزیوتراپی است تا او به آمادگی جسمانی کامل برسد. بازگشت به میادین پس از مصدومیت می‌تواند از نظر روانی چالش‌برانگیز باشد، به‌ویژه برای یک قهرمان که همیشه در اوج بوده است. در صورت تغییر وزن به دسته‌های بالاتر، او با کشتی‌گیران قدرتمند و متفاوتی روبرو خواهد شد که نیازمند استراتژی‌های جدید است. مردم و جامعه‌ا یزدانی به‌عنوان یکی از پرافتخارترین کشتی‌گیران ایران، انتظارات بالایی دارند که می‌تواند فشار روانی زیادی روی این کشتی‌گیر ایجاد کند. طبق صحبت‌ها یزدانی به وزن‌های بالاتر همچون ۹۲ و ۹۷ کیلوگرم تغییر وزن می‌دهد، البته این تصمیم به وضعیت جسمانی و تمرینات او بستگی دارد. طبق صحبت‌های انجمن‌شده یزدانی برنامه دارد در مسابقات جهانی ۲۰۲۶، در وزن ۹۲ کیلوگرم شرکت کند و برای بازی‌های آسیایی و المپیک ۲۰۲۸ لسل آنجلس به وزن ۹۷ کیلوگرم برود. این تغییر وزن به دلیل افزایش طبیعی وزن بدن در مصدومیت و نیاز به استراحت و طی دوره نقاهت برای بهبودی کامل و طبیعی کتف و کاهش فشار ناشی از کاهش وزن زیاد است. مربیان وی معتقدند که بدن یزدانی در وزن‌های جدید نیز توانایی رقابت در سطح بالا را دارد و این تغییر می‌تواند به موفقیت‌های بیشتری منجر شود. افزایش وزن در کشتی، به‌ویژه برای ورزشکارانی همچون حسن یزدانی که در اوج حرفه خود هستند، نیازمند برنامه‌ریزی دقیق و تمرینات هدفمند است. افزایش وزن نه تنها چالش‌هایی دارد، بلکه فرصتی است تا ورزشکارانی همچون یزدانی، مهارت‌ها و توانایی‌های خود را در دسته وزنی بالاتر اثبات کنند. سلبه درخشان حسن یزدانی نشان داده است که او به‌خوبی از عهده این تغییرات بر خواهد آمد.

۴ **حسن یزدانی همچون روشن‌کردن یک دینامیت‌غیر قابل پیش‌بینی است**
بهرزوباری، پیشکسوت کشتی آزاد درباره احتمال افزایش وزن کشتی‌حسن یزدانی می‌گوید:صحت‌کردن در مورد حسن یزدانی همچون روشن کردن یک دینامیت است که هر لحظه امکان دارد منفجر شود. صرف‌نظر از اخلاق که حسن یزدانی هم‌تراز غلامرضا تختی است، در بسیاری از موارد همچون تعداد مثال‌هایی که گرفته است و حتی یک سال دوری از میادین به او شباهت دارد. یزدانی از سال ۲۰۱۵ تا امروز در اردو بوده و در مسابقات شرکت کرده است. او می‌افزاید: حضور ۱۰ساله یزدانی موجب شده است ۱۰ مثال به توبه‌ه مدالی ایران ریخته شود. تختی در مسابقات المپیک ۶۴ کشتی گرفت. اما سال ۶۵ حضور داشت و در پایان راه قهرمانی خود در سال ۶۶ مدالی کسب نکرد.

۴ **یزدانی برای کشتی در ۹۷ کیلوگرم باید از چنگ رقیا بیرون بیاید**
کارشناس کشتی می‌گوید: حسن یزدانی باتوجه‌به ازدواج‌کردن و نیاز فیزیولوژیکی برای بهبوددشتن مجبور است بهتر غذا بخورد و شدت تمریناتش کاهش پیدا کند، در نتیجه‌با کاهش شدت تمرینات افزایش وزن خواهد داشت. وزن طبیعی یزدانی در اردوهای بین ۹۱ و ۹۲ کیلوگرم بوده است. تمرینات کپ‌فشار در طول سال ۲۰۲۵، به‌طورقطع موجب افزایش وزن وی می‌شود و او مجبور است در وزن ۹۷ و ۹۸ کیلوگرم کشتی بگیرد. اگر یزدانی تمایلی برای افزایش رکورد و تعداد مدال خود داشته باشد، در سال ۲۰۲۶ و ۲۰۲۷ در وزن ۹۲ کیلوگرم و در ۲۰۲۸ در وزن ۹۷ شانس خود را امتحان می‌کند. البته در شرایطی که از چنگ رقبای ۹۷ کیلوگرم ایران بیرون بیاید.

۴ **حسن یزدانی یک کشتی‌گیر استثنایی است**

یاری تصریح می‌کند:حسن یزدانی کشتی‌گیری استثنایی از بعد روانی و فیزیکی است و برای وی هیچ‌چیز دور از انتظار نیست. امیلورم یزدانی انگیزه خود را از دست نهد و رکورد تاریخی چهار المپیک چهار مدال را برای ایران به ارمان بیاورد. افزایش سن، میان‌سالی و کاهش توان جسمانی برای همه رخ می‌دهد. اما یزدانی نشان داده که استنانتس، البته این ویژگی نمی‌تواند قدرتی بی‌انتها به وی دهد. امیلورم یزدانی برخلاف کشتی‌گیرانی که با باخت از تشک خلافاختی کردند، با پیروزی با کشتی خاحافظی کند. مصطفی میرعامدیان، پیشکسوت کشتی آزاد درباره احتمال افزایش وزن کشتی حسن یزدانی می‌گوید: شرایط حسن یزدانی بسیار ویژه است. یزدانی یک‌مرتبه کتف خود را عمل کرد و با دوری هفت‌ماهه از میادین استراحت لازم را داشت و خود را برای المپیک آماده کرد، اما آسیب کتف وی این متفاوت است. یزدانی بهتر از هر فرد دیگری از شرایط خود خبر دارد و می‌تواند برای آینده خود تصمیم بگیرد تا چه زمانی به تشک برگردد و می‌تواند: پزشکان اعلام کرده‌اند که وی در هیچ شرایطی نباید وزن کم کند تا در بدن‌سازی و ریکاوری بتواند عضلاتی که از دست‌داده است را بازسازی کند.