



قرعه کشی لیگ دسته اول بسکتبال باشگاه های کشور

دو نماینده هرمزگان در رقابت های لیگ دسته اول بسکتبال باشگاه های کشور حریفان خود را شناختند. لیگ دسته اول بسکتبال باشگاه های کشور قرعه کشی شد و تیم های آدمیس میناب و پاس بندرلنگه حریفان خود را شناختند. در گروه نخست منطقه جنوب تیم پاس بندرلنگه با تیم های خانه بسکتبال بوشهر،مهرویان نوین ماهشهر، نفت امیدیه،خانه بسکتبال بهبهان و رعد پدافند هوایی فسا هم گروه شد. درگروه سوم منطقه جنوب تیم آدمیس میناب با تیم های نظم آوران سیرجان ، خانه بسکتبال جهرم ،پترو نوین ماهشهر و گاز خوزستان هم گروه شد. این رقابت های در دو گروه شمال و جنوب از ۱۶ تا ۱۸ آذر آغاز خواهد شد. ۲۳ تیم در گروه شمال و در چهار گروه و گروه جنوب با ۱۶ تیم در سه گروه برگزار خواهد شد.



توسط رئیس هیات ووشو هرمزگان آموزش داده می شود

« تای چی » هنری از شرق دور در جوار خلیج فارس

♦ صبح ساحل // محمود رئیسی :

ورزش تای چی نوعی ورزش چینی است که به درمان استرس و سلامت قلب و روح کمک شایانی می کند، البته ورزش تای چی از قوانین و فواید دیگری هم برخوردار است. سال هاست که فواید انجام ورزش تای چی میلیون ها نفر را علاقه مند به انجام آن ساخته است ، از سلامت قلب و روح تا رفع انواع مشکلات جسمی و از بین بردن کامل استرس بخشی از تأثیرات مثبت این ورزش چینی است.

ورزش تای چی از زمان چین باستان وجود داشته و انجام دوازده هفته متداول این ورزش بیش از هزار سال است که مورد تمرین قرار گرفته که شامل نفسی عمیق و حرکات تند و کند است و برای همه ی افراد با هر اندامی مناسب است. در این هنر رزمی، به جای عضلات، تاکید بر پرورش ذهن است، زیرا ذهن را می توان فراسوی محدودیت زمان و مکان، تابی نهایت گسترش داد.

در تحقیقات اخیر نشان داده شده که این ورزش می تواند به عنوان مکمل درمان ا فسردگی محسوب شود و به عنوان نوعی ورزش درمانی شناخته شود و محققان بر این باورند افرادی که از رفتن به روانپزشک اجتناب می کنند تاجی برای آن ها بسیار موثر



است.

این ورزش وسیله ای است، برای نگه داشتن وضع بدن در حالت طبیعی و جلوگیری و بهبود امراض. شامل تمرین های بدنی نرم و ساده که به طور معمول به هنگام صبح و به صورت گروهی انجام می شود. بر خلاف سایر رشته های رزمی که حرکاتی سخت و خشن دارند، تکنیک

ها در هنر رزمی تای چی نرم، ملایم و شناور اجرا می شوند و به اعمال نیرو، بیش از انجام



حرکات خشن و قدرتمندانه تاکید دارند.

اکنون مدت چهار هفته است که این ورزش

رئیس اداره ورزش و جوانان بندرخمیر

پیگیری امور جوانان ، تنها وظیفه ورزش و جوانان نیست

♦ صبح ساحل // محمود رئیسی :

سومین جلسه ستاد ساماندهی امور جوانان شهرستان بندر خمیر برگزار شد.

سومین جلسه ستاد ساماندهی امور جوانان این شهرستان باموضوع آسیب های اجتماعی به ریاست معاون سیاسی، اجتماعی فرماندار و با حضور سایر اعضا در محل سالن کنفرانس فرمانداری برگزار شد. معاون سیاسی ، اجتماعی و امنیتی فرمانداری بندرخمیر در این جلسه گفت: بحث جوانان یک موضوع فرا دستگاهی است و همه دستگاه ها موظفند در امور جوانان مشارکت داشته باشند چرا که یک دستگاه به تنهایی قادر نخواهد بود از عهده این مسئولیت بزرگ و حساس برآید.



فرزاد دهقانی گفت : کار کردن و برنامه ریزی برای جوانان طرافت خاص خودش را دارد و برنامه ریزی برای جوانان باید با دید علمی

و با نظر و همکاری همه دستگاهها انجام پذیرد.

وی عنوان کرد: جهت رصد و رفع مشکلات در بحث آسیب های اجتماعی همه دستگاه ها باید با هم تعامل داشته باشند و با هماهنگی یکدیگر با برگزاری نشست های علمی برای جوانان برنامه ریزی کنند تا شاهد کاهش آسیب های اجتماعی در جامعه باشیم.

رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان ودبیر ستاد ساماندهی امور جوانان بندرخمیر نیز گفت: احساس می کنم در این جلسه باید یک چیز را برای کلیه اعضا شفاف سازی کنم و آن هم این که همه باید بدانند که در امور جوانان تنها اداره ورزش و جوانان مسئول و پاسخگو نیست بلکه همه دستگاه های

اجرایی عضواین ستاد مسئول پیگیری و رفع مشکل جوانان هستند.

یونس برهم افزود: از بیان بعضی از عزیزان در این جلسه احساس می شود که شاید دوستان فکری می کنند چون اسم اداره متبوع اینجانب ورزش و جوانان است پس کلیه مسایل و مشکلات جوانان و ورزشکاران می بایست توسط اداره ورزش و جوانان شهرستان پیگیری و رفع شود در حالی که این نگاه و دیدگاه به هیچ وجه صحیح و منطقی نیست بلکه تمام دستگاه هایی که عضو ستاد ساماندهی امور جوانان هستند در قبال رفع مشکلات جوانان مسئول هستند و باید پاسخگوی نیاز این قشر از جامعه باشند.

مسئول آموزش اداره کل ورزش وجوانان هرمزگان خبر داد

برگزاری ۶۰ دوره کلاس آموزشی به صورت آنلاین

♦ صبح ساحل // حسین نارنجی نسب :

مسئول آموزش اداره کل ورزش وجوانان استان هرمزگان با اعلام برگزاری ۶۰ دوره آموزشی در سال جاری گفت: باتوجه به این که برگزاری دوره های آموزشی و کارگاه برعهده واحد آموزش اداره کل ورزش وجوانان استان است از ابتدای سال تاکنون ۶۰ دوره آموزشی با مشارکت و همکاری هیات های ورزشی استان وادارات ورزش شهرستان ها برگزار شده است.

وی افزود: با توجه به شیوع بیماری کرونا ، برگزاری این دوره ها به صورت آنلاین در دستور کار قرار گرفت و با برنامه ریزی انجام شده تاپایان سال این دوره ها به صورت آنلاین برگزار می شود. قانعی بیان کرد: طی سال های اخیر تحول خوبی در برگزاری دوره های آموزشی صورت گرفته و توانستیم دوره های منظم و پرباری برگزار نماییم و یکی از اتفاق های خوبی که در

لیگ آب های آرام کشور

هرمزگان در بخش بانوان شرکت می کند

♦ صبح ساحل // محمود رئیسی :

دوازده آذر آخرین مهلت برای حضور در لیگ آب های آرام کشور اعلام شد. فدراسیون قایقرانی دوازدهم آذر را آخرین مهلت برای حضور تیم ها در لیگ آب های آرام آقایان و بانوان کشور اعلام کرد.

فصل جدید مسابقات لیگ قایقرانی آب های آرام در رده سنی آزاد به صورت رفت و برگشت انجام می شود. باشگاه ها مجاز به شرکت شش ورزشکار در بخش کایاک و کانو در رده سنی بزرگسالان، زیر ۲۳ سال و جوانان هستند.

هرمزگان نیز همانند سال های گذشته در بخش بانوان صاحب نماینده است. تاریخ قرعه کشی و برگزاری این رقابت ها متعاقبا اعلام خواهد شد.

به صورت آنلاین برگزار شد

سومین جلسه تخصصی

نائب روسای هیات های ورزشی هرمزگان

♦ صبح ساحل // محمود رئیسی :

سومین جلسه تخصصی نائب روسای هیات های ورزشی استان هرمزگان به صورت آنلاین برگزار شد.

فاطمه مرادی سرپرست معاونت توسعه ورزش بانوان استان ضمن تشکر از عملکرد هفته تربیت بدنی و ورزش هیات های ورزشی استان و شهرستان ها ، که با حمایت های امیاری مدیرکل ورزش و جوانان استان در این هفته حدود ۱۷۰ برنامه فرهنگی و ورزشی ویژه بانوان در سراسر استان برگزار شد هدف از برگزاری این جلسه را ارائه گزارش عملکرد شس ماهه، عملکرد هفته تربیت بدنی و برنامه های پیش روی هیات های ورزشی استان دانست.

وی با بیان این که با توجه به شیوع بیماری کرونا تنه ورزش استان بلکه ورزش کل جهان، تحت الشعاع قرار گرفته است و همچنین اماکن و فضاهای ورزشی اداره کل ورزش و جوانان به خاطر این بیماری در دست خدمات درمان قرار دارد از این رو باید با یک برنامه ریزی مدون و خلاقیت و روش های نوین برای توسعه رشته های ورزشی تلاش کرد و یکی از این راهکارها رویکرد همگانی کردن تمام رشته های مختلف ورزشی در استان می باشد که خوشبختانه بیشتر هیات های ورزشی استان توسعه همگانی نمودن رشته های ورزشی خود را مد نظر قرار داده اند و فعالیت های خود را دنبال می کنند و از این رو تمام هیات های ورزشی استان برای همگانی کردن رشته های زیر مجموعه خود برنامه ریزی داشته باشند.

خانم مرادی اظهارداشت : متأسفانه همه دنیا متاثر از این ویروس هستند و بسیاری از مسابقات و ورزش های پر پر خord که ممنوع می باشد با خلاقیتی که در سراسر جهان به وجود آمده ، ورزش مجازی را از طریق رقابت های مجازی دنبال می کنند و استان ما در این ورزش مجازی حضور پررنگ داشته اند و در مسابقات جهانی و بین المللی مقام های رنگارنگی را کسب نموده اند.

معاونت توسعه ورزش بانوان خاطر نشان کرد: یکی از بهترین فرصت های آموزش از طریق فضای مجازی ، برگزاری وبینار ها و کار گاه ها می باشد و از طرف دیگر یک طرح ملی از سوی وزارت ورزش به نام طرح طبیعت گردی ورزشی خانواده که به تمام استان ها ابلاغ شده است و هیات های ورزشی می توانند با برنامه ریزی مستمر این طرح را اجرا نمایند. در پایان این جلسه آنلاین هریک از نائب روسا نقطه نظرات خود را بیان نمودند.

معاون ورزشی سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری بندرعباس:

پویش بندر پویا

در بندرعباس راه اندازی شد



♦ صبح ساحل // محمود رئیسی :

معاون ورزشی سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری بندرعباس از راه اندازی پویش بندر پویا با همکاری اداره ورزش و جوانان شهرستان بندرعباس خبرداد.

روزیه زابلی پور در این خصوص اظهار داشت : پویش بندرپویا توسط این سازمان مختص تمامی سنین تا پایان سال راه اندازی شده است.

وی افزود: در مرحله اول شهروندان عزیز می توانند از مهارت های ورزشی خود عکس و فیلم به صورت افقی تهیه کرده و آن را ارسال نمایند. زابلی پور ادامه داد: مهلت ارسال مهارت ها تا نهم آذرماه ۹۹ می باشد. معاون ورزشی این سازمان خاطر نشان کرد: تا پایان سال فعالیت های ورزشی در قالب این پویش به صورت مجازی انجام می شود.