

هر روز با

# فوتبال صفر میلاد

به وقت

محمدکیهانی



مانند برق و باد گذشت، ۶ شهریور ماه ۱۳۹۷ بود که در یکی از ویژه برنامه های بزرگ فوتبال به وقت اصفهان، روزنامه الکترونیکی فوتبال استان اصفهان دکتر نوروزی شهردار و بزرگان فوتبال شهرمان افتتاح شد. از آن روز با همه اهالی، دوستداران و هواداران فوتبال اصفهان عهد بستیم که برای دفاع از ذوب آهن و سپاهان همه تلاش مان را بکار بیندیم سبز و زرد را با هیچ رنگی عرض نکنیم و برای اینکه اصفهان از لحاظ اقتدار دوباره پایتخت فوتبال ایران شود دور جدیدی از مبارزه را شروع کنیم و حالیکسال از آن عهد و پیمان گذشتیاست.

در طول این یکسال در کنار انتشار هر روزه روزنامه ۳ صفحه ای فوتبال اصفهان، به همت کمیته طلایی دلان و سپاهانی های گروه فوتبال به وقت اصفهان، رسانه هواداری صدای سپاهان به عنوان ویژه نامه ای هر روزه دور جدید حیات خود را آغاز کرد و کمیته سبز دلان و ذوب آهنی های گروه هم اخیرا رسانه روزانه سبزبزم "رابه عنوان یک سورپرایز جدید روکردند.

رسانه فوتبال اصفهان بادو فرزند سبز و زردش توفنده و بالنده به جلو حرکت می کند. تصور میکنم در طول این یکسال توانسته باشیم رضایتمندی تان را تا حدودی جلب کرده باشیم و البته در اولین سالگرد افتتاح مان این قول را من دهیم که جانانه تراز قبل حامی فوتبال شهرمان و تیم های آن باشیم سپاهان و ذوب آهن پاره تن و عشق ما و همه اصفهانی ها هستند و ما و همه همکارانم از این عشق دست برخواهیم داشت.

گروه فوتبال به وقت اصفهان "با روزنامه فوتبال اصفهان و رسانه های هواداری سپاهان و ذوب آهن" هر روز مهمن ایرانی ها، طلایی دلان و سبز دلان است



صدای هر روز یاران سپاهانی



رسانه ای برای سبز دلان و هواداران باشگاه ذوب آهن

رسانه الکترونیکی فوتبال استان اصفهان

شماره دویست و هشتادم

چهارشنبه، ۶ شهریور ۱۳۹۸

footballisfahan



## نمی خواستیم گروکشی کنیم



سپریست تیم سپاهان گفت تمام تمرینات، برنامه ریزی های ورزشگاه، دعوت نامه ها، پلیت ها و حتی برنامه های ملن را بر اساس برگزاری بازی در روز جمعه برنامه ریزی کردیم.

رفاقت اخیری در خصوص اینکه گفته می شود ورزشگاه نقش جهان برای میزبانی از بازی روز پنجم شنبه سپاهان مقابل ملشین سازی آمدگی ندارد، گفت نقش جهان به همان لذاره که ورزشگاه های دیگر برای هفته اول آمده بودند، آمله است و ماهیج مشکی برای برگزاری بازی نداریم.

وی در مورد موضوع تعویق بازی مقابل ملشین سازی گفت: هفته گذشته سعید فتاحی از سازمان لیگ با ما تماس گرفت و عنوان کرد که ورزشگاه بوشهر مکملاتی دارد، بنابراین همکاری کنید تا بازی شما با شاهین یک روز به عقب بیفت، مانیز همانطور که پیش از این گفته بودم، به خاطر احترام به مردم بوشهر و برای اینکه این بازی به شهر دیگری منتقال نمی شود، می خواستیم بازی های سپاهان باز هم برندای نداشت تا قهرمانی دوم شهریور انجام شود.

فتاحی در ادامه گفت در همان روز از مستولین سازمان لیگ این قول را گرفتیم که بازی روز پنجم شنبه مابا ملشین سازی یک روز به تعویق بیفتند و آن همانیز به ماقول شفاهی دادند که بازی مابا ملشین سازی جمهوری پرگزار شود، ماجیز زیادی نخواستیم که این مساله را تاین حد بزرگ کردند، روز یکشنبه هم که به اصفهان رسیدیم، در خواست خودمان را کتابراه سازمان لیگ را گرفتیم که بازی

سرپریست سپاهان در مورد اینکه آیا بهتر نبود این مساله را همان روز عنوان می کردند گفت مستولین سازمان لیگ به ماقول شفاهی دادند و مانیز نمی خواستیم گروکشی کنیم، مهم همکاری است و نیازی به نامه نگاری نیست، خوشبختانه افراد خوبی مانند سعید فتاحی و جناب بهاروند در سازمان لیگ کارمی کنند و احتیاجی نبود که بگوییم بازی به ماضیات کتبی بدھید آنها به ماقول دادند و انتظار داریم به قولشان عمل کنند که به نظر حتماً این کار را انجام می دهند، ماتمamt تمرینات، برنامه ریزی های ورزشگاه، دعوت نامه ها، پلیت ها و حتی برنامه های سایت را بر اساس برگزاری بازی در روز جمعه برنامه ریزی کردیم و در این یک هفته برای برگزاری بازی در این تاریخ برنامه ریزی کردیم.

فتاحی در پایان گفت همانطور که گفتم نقش جهان به همان لذاره که ورزشگاه های شهر های دیگر در هفته اول آمده بودند آمله است، ما مشکل خاصی نداریم، فقط باید گیت ها نصب شوند که از شالله تا روز قبل از بازی این اتفاق می افتد شماره گذاری صندلی ها هم در حال اتمام است، ایلکیشن بیلت فروشی هم آمده است و هیچ مشکلی برای برگزاری بازی نداریم.

## راه قلعه‌نویی برای قهرمانی

# خارجی هارا بیرون جام بگیر



### سایت روزنامه نصف جهان

## پیشگیری از آسیب های زانو

محسن مختاری



مفصل زانو یکی از مهمترین مفاصل تحت فشار در بدن است که در سنین مختلف و با اجرام کارهای سنگین و عدم مدیریت حرکتی و حتی با افزایش وزن در بعضی از افراد مورد آسیب های جدی قرار می گیرد. در رشته های ورزشی از جمله فوتبال مفصل زانو یکی از بیشترین آسیب های را حتی در ورزشکاران توجون دارد که طبق آمار جهانی حدود ۲/۷ میلیون صدمات ناشی از این مفصل در سال میباشد.

بینه شایان ذکر است که بسیاری از آسیب های زانو را نمیتوان مانع آن شد اما می توان با آموزش کامل و صحیح ورزشکاران و تمرینات بدنسازی اصولی جامع مانع از جلوگیری حداکثر این آسیب ها شد.

طبق آمارهای جهانی مبالغه ای در بین ورزشکاران در سنین ۱۵ الی ۲۵ سال داریم، متاسفانه یکی دیگر از آسیب های زانو در ورزشکاران آماتور حین شرکت در ورزش های تقریبی و بازیهای گروهی میباشد.

از جمله عوامل دیگر پیرامون آسیب های زانو در بین افراد عادی بالا و پایین پریند ها بالا و

پایین رفتن از پله و نردبان و زمین خودن های تالاهای را می توان اشاره کرد.

در اینجا به طور اختصار در مورد آناتومی زانو بحث را ادامه میدهیم.

زانو مفصل لولایی است که مسئولیت تحمل وزن بدن و حرکت را برعهده دارد این مفصل شامل استخوان ها، منیسک رباط ها و تاندون ها میباشد استخوان فمور (استخوان ران) درشت نی (استخوان پا) پاتلا (کشک) استخوان زانو را تشکیل می دهد منیسک گاهی لوقات به نام غضروف گفته میشود زانو دو منیسک میانی (دروني) و جانبی (خارجی) (ادراد این دیسک های هلالی شکل به عنوان ضربه گیر در بین دو استخوان عمل می کنند و بدون مالش به یکدیگر حرکت می کنند رباط های مانند طناب قوی برای اتصال استخوان به سایر استخوان ها عمل می کنند که زانو در ای ۴ رباط (رباط صلبی) قدامی ای سی ال (رباط صلبی خلفی) ها عمل می کنند که زانو در ای ۴ رباط (رباط جانبی خارجی) ای سی ال (رباط جانبی خارجی) های سی ال (رباط جانبی داخلی ای سی ال) (رباط جانبی خارجی ای سی ال) میباشد.

گفتگوی است که عضلات هستینگ و چهارسران ماهیجه هایی میتوانند که سیستم خارجی رقابت کند.

درباید یکی از بازی های سپاهان در دویل را بگیرد.

با این حال سپاهان پیش از بازی هفتی بیست و هفتم مقابل پرسپولیس هنوز شانس

قهرمانی داشته اصفهانی ها در ورزشگاه آزادی تلاش زیادی برای گرفتن سه امتیاز بازی داشتند، ولی دویمین دویل قلعه‌نویی با برانکو باز هم برندای نداشت تا قهرمانی

پرسپولیس تقریباً قطعی شود سپاهان در نیمهنهایی جام حذفی هم میزبان او از طرفی نمی خواهد در دویل با مریبان خارجی و گرانقیمت لیگ بازنده شود

پرسپولیس بود و اینکیه زیادی برای شکست این تیم داشتند ولی این بازی جنجالی با

برتری تیم برانکو به پایان رسید، این بازی تا دقیقه ۱۲۰ با تساوی بدون گل پیش می رفت که شوت نوراللهی با برخورد به پای سیاوش یزدانی به گل برتری پرسپولیس

تبديل شد

هر چند سپاهان قصل گذشته هر دو جام را بالاختلاف کمی از دست داده ای قلعه‌نویی

در اولین سال حضور دویاره اش در این تیم کارنامه خوبی داشت در لیگ نزد هم اما

گرفت بالاتر از پرسپولیس می توانت جام قهرمانی را بالای سر بربرد در لیگ

اکثر بازیکنان اصلی مانندند در هفته های گذشته هم توانته تیم را به خوبی تقویت کند

ولی این توانته بود تیم جان توشاک را دو بر یک شکست دهد ولی با شوت

سنگین اسامیاعلی فر بازی به تساوی رسید

در هفته دهم سپاهان در تهران میهمان استقلال بود که توانت با تک گل

او لین مصال سپاهان با تیمهای مدعی در هفته ششم مقابل پرسپولیس کالدرون در

تهران است آنها در هفته دهم میزبان تراکتور نیزی و در هفته دوازدهم میزبان

استقلال کالدرون هستند این یعنی سپاهان در هفته های پایانی فصل مجبور است در

تبریز و تهران مقابل این دو مدعی بازی کند عجیب تیست اگر یک بار دیگر سروش

قهرمانی را بازی های مستقیم تعبیین کند و قلعه‌نویی اگر می خواهد برای ششمين بار

قهرمان لیگ برتر شود باید این بار مقابل مدعیان نتایج بهتری بگیرد

این اولین دویل قلعه‌نویی با برانکو بود که دوبار دیگر تکرار شد

آخرین متد های روز دنیا و طراحی های وسیع و متنوع انجام دهد.

- تمرینات بدنسازی پایه خود را تحت نظر مریبان با تجربه و کارآزموده و اصولی و برابر با

آخرین متد های روز دنیا و طراحی های وسیع و متنوع انجام دهد.

## بەھر قیمتی نمی خواهیم بیریم

امیر قلعه‌نویی در حاشیه تمرین تیم سپاهان اظهار داشت: بازی سختی در هوای گر و شرجی بوشهر بسیار سخت بود، اما بازیکنان ما خیلی خوب و منطقی بازی کردند و ما یک بازیکن خیلی خوب داشتیم که آن سپاهان بود، این تیم خیلی خوب فوتبال بازی کرد.

سرمربی سپاهان بیان داشت: ما باید از موقعیت‌های خود به نحو مطلوب استفاده کنیم؛ شاهین بوشهر تیم خوبی است و به دنبال فوتbal پاک بود؛ آن‌ها می‌توانستند طور دیگر بازی کنند، اما تماساگر پسند بازی کردند وی درباره خریدهای این فصل سپاهان نیز گفت: مادریدها را بر اساس افکار تاکتیکی انجام دادیم و امیدوارم این بازیکن‌ها هفته به هفته بهتر شوند؛ توقع ما هم همین است.

قلعه‌نوبی در مورد لنجام بازی سپاهان در روز شنبه نیز بیان داشت: زمانی که از خواستند به جای جمیع، شنبه بازی کنیم، با این دید که ما همه چیز را در امتیاز خلاصه نمی‌کنیم؛ می‌توانستیم در یک شهر دیگر بازی کنیم، ولی به احترام هواداران شاهین بوشهر صحبت سازمان لیگ را پذیرفتیم.

سرمردی سپاهان افزود: این موضوع برای ما لز حفاظ هزینه‌ای مشکلاتی را به وجود آورد، در روز مانده به بازی، ولی به احترام فوتبال پاک صحبتی نگردیم.

## دعوت منصوریان به اجلاس مرپیان نخبه جهان



علیرضا منصوریان سرمربی تیم فوتبال ذوب‌آهن به اجلاس مریبان نخیه آسیا و جهان دعوت شد.  
دو سال قبل علیرضا منصوریان و برانکو ایوانکو و پیچ به کنفرانس مریبان نخیه آسیا  
جهان در چین دعوت شدند که امسال هم این اتفاق مهم برای سرمربی ذوب‌آهن رن  
داده است.

منصوریان در سال ۱۷ بدون همراهی برانکو ایوانکوویچ، سرمربی وقت پرسپولیس راهی چین شد و در اجلالیه مربیان تخته آسیا و جهان که با حضور افراد سرشناسی مثل فابیو کاپللو و فلیکس ماقات انجام گرفت، شرکت کرد و لیمال نیز قرار است داین کنفرانس شرکت کند.

علیرضا منصوریان دو سال قبل در قامش سرمربی استقلال به این کنفرانس دعوت شد و امسال هم بعد از عملکرد خوبی که در ذوب آهن ارائه کرده و ذوب را به جمع ۶ تیم برتر لیگ قهرمانان رسانده قرار است در کنفرانس مربیان نخبه آسیا و جهان دچین حضور داشته باشد.

طلب ۸۱۰ میلیونی قلعه نویی

نورشرق، ریس کمیته تعیین وضعیت در کنفرانس خبری رقم طلب امیر قلعه نویی از استقلال را فاش کردا  
یکی از خبرنگاران از ریس کمیته تعیین وضعیت پرسید چرا در اعلام رای امیر قلعه نویی به مقدار طلب او باشگاه استقلال اشاره نکردید در حالی که در همه رای های مبلغ طلب  
شماکی اشاره می کنید؟ ریس کمیته تعیین وضعیت در پاسخ به این سوال گفت واقعیت این است در برخی از پرونده ها از ما خواسته می شود که به رای نهایی در سایت رسمی  
فدراسیون فوتبال و رسانه ها اشاره نکنیم، همین چند وقت پیش بود که یکی از مردمیان از من خواسته بود رای پرونده هر چه هست مسکوت بماند من هم از او یک دستخط گرفتم  
و از همکاران خواستم که رای این پرونده اعلام رسمی نشود البته ما متشن صدور رای نیستیم و به پرونده ها رسیدگی می کنیم، دلیل بر این نیست هر کسی مبلغی که مطالبه  
می کند رای نیز همان باشد در پرونده قلعه نویی ایشان مبلغ ۱۶ میلیون و ۲۰۰ هزار تومان برای رسیدگی به پرونده به حساب فدراسیون فوتبال واریز کرده بود اما مبلغی که او از  
باشگاه استقلال طلب دارد ۱۱ مبلغی نیست، تبعاً است.

رسانه الکترونیک فوتبال دیار نصف جهان. کاری از گروه رسانه‌ای "فوتبال به وقت اصفهان" / قیمت شرکت سازمان تکنولوژی اسلامی ایران: ۷۰ هزار تومان

دستور سرویس فتله: آزاده، خضر / دو اینستیگت عمومی: محسن، کدخدای  
موسس و سردبیر: مرتضی رمضانی راد / دبیر تحولیه: بهاره حیاتی  
مشاور فرهنگی: محمد مصلحایانی