ايران تحرز ٥ ميداليات ذهبية وواحدة فضية في بطولة كاس العالم لرفع الاثقال للمعاقين

احرز المنتخب الوطني الايراني لرفع الاثقال لذوي الاحتياجات الخاصة ٦ ميداليات، ٥ ذهبية و١ فضية في بطولة كاس العالم لهذه اللعبة التي جرت في تايلندا على مدى يومين.

وفي المنافسات التي جرت اليوم السبت وهو اليوم الاخير من البطولة تمكن الرباع الايراني منصور بورميرزائي من احراز الميدالية الذهبية في وزن +١٠٧ كغم برفعه ٢٤٩ كغم وجاء في المركزين الثاني والثالث رباعان من جورجيا وكازاخستان.

ورفع بورميرزائي في رفعته الاولى ٢٣٦ كغم وفي الثانية ٢٤٩ كغم لكنه فشل في رفع ٢٥٦ كغم في المحاولة الثالثة.

واحرز الميداليات الذهبية للمنتخب الوطني الايراني كل من:

-امير جعفري (وزن ٦٥ كغم): ١٩٧ كغم.

-روح اللّه رستمي (وزن ٨٠ كغم): ٢٤١ كغم وهو رقم قياسي جديد كسر به الرقم السابق المسجل باسم الرباع الايراني مجيد فرزين في باراولمبياد ريو ٢٠١٦ وكان ٢٤٠ كغم.

-حامد صلحي بور (وزن ٩٧ كغم): ٢٢٧ كغم.

-سامان رضي (وزن ١٠٧ كغم): ٢٣٧ كغم.

-منصور بورميرزائي (وزن +١٠٧ كغم): ٢٤٩ كغم.

فيما احرز الميدالية الفضية نادر مرادي في وزن ٧٢ كغم برفعه ٢٠٤ كغم.

يذكر ان بطولة كاس العالم لرفع الاثقال لذوي الاحتياجات الخاصة للعام ٢٠٢١ اقيمت في تايلندا بمشاركة ٦٠ رباعا من ٩ دول بفئتي الشباب والمتقدمين.

تطبيق ملاعب.. فرصة السائحين المثالية لممارسة كرة القدم

اذا كنت من محبي ممارسة كرة القدم، لكنك لا تجد ملعبًا مناسبًا، أو فريقًا تنضم إليه، فالأمر بات أسهل الآن، عليك فقط تحميل تطبيق ملاعب.

تطبيق ملاعب يُساعدك في إيجاد ملاعب كرة القدم وحجزها بسهولة تامة، بالإضافة إلى أنه يسمح لك بالانضمام لأي فريق يبحث عن لاعبين، إلى جانب تنظيم مباريات بكل سهولة.

هذا التطبيق يوفر خدماته في البحرين، والكويت، والمملكة العربية السعودية.

وكما أن تطبيق ملاعب يفيد مواطني البحرين، والكويت، والسعودية، فإنه كذلك يكون مهمًا للغاية للقادمين من خارج هذه البلاد، في أنه يوفر لهم وسيلة رائعة من أجل ممارسة كرة القدم دون عناء يذكر.

ويتيح لهم التطبيق، إيجاد ملاعب كثيرة بسهولة كبيرة في أي مدينة من البلاد الثلاث، فقد صار سهلاً على جميع الوافدين غير العالمين كثيرًا بأماكن اللعب، استخدام «تطبيق ملاعب»، والاستفادة من كل مميزاته، ومن بينها السماح لهم بالانضمام لأي فريق يبحث عن لاعبين، إلى جانب تنظيم مباريات بكل سهولة.

ويمكن لمستخدمي تطبيق ملاعب أيضًا الاستفادة من بعض المزايا المقدمة من أصحاب الملاعب مثل الخصومات أو الهدايا وغيرها.

يمكنك بكل سهولة أن تجد تطبيق ملاعب متوفرًا في متجري التطبيقات: أندرويد وiOS مجانًا.

دورتموند يناور ريال مدريد بخطة ديمبلي في صفقة هالاند

كشف تقرير صحفي، امس السبت، عن تطور جديد بشأن مستقبل النرويجي إيرلينج هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند.

وحسب صحيفة «ماركا»، فإن دورتموند سيوافق فقط على بيع هالاند، بعرض يفوق التوقعات خلال الصيف المقبل، ويبلغ ٢٠٠ مليون يورو، لكن ريال مدريد لا ينوي دفع هذا الرقم.

وأكد دورتموند أنه لا ينوي بيع هالاند في الصيف المقبل، وسبق للنادي الألماني استخدام هذه الاستراتيجية في بيع عثمان ديمبلي إلى برشلونة عام ٢٠١٧.

وأشارت الصحيفة إلى أن دورتموند سيتمسك بموقفه الصارم في المفاوضات، لرفع قيمة العروض القادمة لهالاند.

وأوضحت أن دورتموند قام بنفس الأمر في صفقة ديمبلي، وحصل في النهاية على ١٤٥ مليون يورو، وهو رقم تجاوز التوقعات في الميركاتو.

وقالت «ماركا» إن دورتموند يستهدف من الصفقة، الحصول على ١٨٠ مليون يورو، بالإضافة إلى العمولات.

وهذا الرقم لا ينوي ريال مدريد، دفعه تحت أي ظرف، كما أن هناك قناعة لدى الأندية الكبرى، بأنه لا أحد سيقترب من هذا السعر في ظل أزمة كورونا.

وشددت الصحيفة على أن العلاقة بين هانز فاتسكه الرئيس التنفيذي لدورتموند، وفلورنتينو بيريز رئيس ريال مدريد، ظلت رائعة لسنوات، لكن هذا لا يعني أن الميرنجي سيحصل على سعر خاص في صفقة هالاند.

لكن ما يميز الملكي عن الأندية الأخرى في صفقة هالاند، أنه أول من سيعرف الأنباء الجديدة، إذا قرر دورتموند، تغيير موقفه في الميركاتو.

مورينيو يستعين بهدف قديم لقيادة هجوم روما

استقر البرتغالي جوزيه مورينيو، المدرب المقبل لروما، على اللاعب الذي سيتعاقد معه، من أجل قيادة خط هجوم الذئاب.

وأعلن روما منذ أيام أن مورينيو سيكون مدرب الفريق، بدءًا من الموسم المقبل، ولمدة ٣ مواسم.

ووفقًا لصحيفة «كوريري ديللو سبورت» الإيطالية، فإن مورينيو استقر على التعاقد مع أندريا بيلوتي، نجم تورينو، من أجل قيادة هجوم روما في الموسم المقبل.

وأشارت إلى أن مورينيو يرى أن بيلوتي مهاجم مثالي لروما، مع عدم الاستغناء عن إدين دجيكو المهاجم الأول للذئاب حاليًا.

وأوضحت أن بيلوتي يمثل حلمًا قديمًا لمورينيو، الذي حاول التعاقد معه عندما كان يعمل في توتنهام هوتسبير.

وقالت الصحيفة الإيطالية، إن رحيل بيلوتي عن تورينو لن يكون صعبًا، لأن عقد اللاعب ينتهي في صيف ٢٠٢٢، كما أنه لا ينوي التوقيع على عقد جديد.

لاعبة التجديف الايرانية تحرز حصة أولمبياد طوكيو

فازت لاعبة التجديف الايرانية عضو المنتخب الوطني الايراني للتجذيف نازنين ملائي من جيلان حصة الاولمبيك في طوكيو.

وقال المدير العامة لإدارة الشباب والرياضة في جيلان مرتضى ورزلدوست في مقابلة مع مراسل ارنا اليوم السبت ان لاعبة التجذيف الايرانية نازنين ملائي من جيلان فازت حصة الاولمبيك في طوكيو في اطار بطولة آسيا والمحيط الهادئ للتجذيف والتصفيات الأولمبية.

وتابع بانه احرزت ملائي في التجديف الفردي للوزن الثقيل سيدات، المركز الثاني بعد نظيرتها من اليابان بزمن قدره ٧:٥٠,٥٣ثانية.

كما لقد حصل علي أقا ميرزائي ، عضو المنتخب الوطني الايراني للتجذيف في فرع كاياك من اهالي جيلان على حصة طوكيو الأولمبية في مسابقة التأهل للأولمبياد التايلاندية .

يوفنتوس يعاني للتخلص من نجمه

أكد تقرير صحفي إيطالي، امس السبت، أن نادي يوفنتوس يعاني للتخلص من أحد لاعبيه البارزين خلال الموسم الحالي.

ووفقًا لصحيفة «كوريري ديلا سيرا»، فإن يوفنتوس يرغب في التخلص من حارسه البولندي فويتشيك تشيزني، من أجل التعاقد مجانًا مع جيانلويجي دوناروما حارس مرمى ميلان.

وأشارت إلى أن يوفنتوس يعاني للتخلص من تشيزني، حيث أنه فشل حتى الآن في إيجاد فريق واحد مستعد لدفع راتبه البالغ ٦,٥ مليون يورو سنويًا.

وأوضحت الصحيفة الإيطالية أن تشيزني لا يزال مرتبطًا بعقد مع يوفنتوس حتى صيف ٢٠٢٤.

يذكر أن العديد من التقارير، أكدت أن يوفنتوس لديه اتفاق مع دوناروما، للانتقال إلى صفوفه، والحصول على راتب سنوي يبلغ ١٠ ملايين يورو.

دي بروين: لا أهتم بالإحصائيات.. وبروفة تشيلسي غير مؤثرة

علق النجم البلجيكي كيفن دي بروين، متوسط ميدان مانشستر سيتي، على شعور فريقه بعد التأهل إلى نهائي دوري أبطال أوروبا للمرة الأولى في تاريخه، إلى جانب تسليط الضوء على تواجده في مراكز مختلفة تحت قيادة المدرب بيب جوارديولا.

وتحدث دي بروين عن شعوره بعد إطلاق الحكم صافرة نهاية مباراة إياب نصف النهائي أمام باريس سان جيرمان في حديثه لسكاي سبورتس: «شعور بالإثارة، ولكن بعد البطاقة الحمراء (طرد أنخيل دي ماريا)، كان لدي الشعور بأنه لدينا فرصة كبيرة لعدم خسارة تلك المواجهة، ومع الصافرة ازداد الشعور بالإثارة بعد معرفتك بأنك ستخوض المباراة النهائية، الكل كان سعيدًا للغاية ويتطلع لتلك المباراة".

ولا يرى دي بروين أن نتيجة مواجهة السبت أمام تشيلسي في البريميرليج ستمثل ضربة لأي من الطرفين، قبل مواجهتهما في نهائي الأبطال قائلًا: «بعض الأشخاص يرون المباراة بصورة مختلفة، ولكن لكل فريق أهداف مختلفة الآن".

وجدد دي بروين عقده لعامين إضافيين، بعدما اعتمد البلجيكي على شركة لجمع البيانات، لمعرفة اتجاه السيتي ومدى أهمية تواجده لنجاح الفريق.

وعن تلك الفكرة علق البلجيكي: «أردت أنا والأشخاص من حولي معرفة كيف ينظر الفريق إلى المستقبل، وبالتالي كان الأمر يشبه المقارنة بين السيتي وباقي الفرق بالنظر إلى العمر والعقود وكيفية مساعدتي للفريق للمضي قدمًا".

وأضاف: «لم يتعلق الأمر بالمقارنة بالأمور المادية، بل ببناء الفريق وما هو أفضل قرار لي، لم أكن بحاجة لمساعدة ولكن لتأكيد الأمور التي أعتقد فيها، كان تحليل جيد النظر إليه".

وتابع: «أرى أن الإحصائيات الخاصة بأداء اللاعبين في المباريات كثيرة للغاية، وخاصة لاعبي وسط الملعب، ومع ذلك يمكنك القيام بالعديد من الأمور الجيدة التي لا تعكسها الاحصائيات".

وواصل: «أعرف الكثير من الأشخاص الذين يجرون المقارنات وفقًا للإحصائيات، ولكني لا أهتم بذلك، أنظر إلى الإحصائيات فقط لمعرفة هيكل الفريق ونظرته للمستقبل، هذا جزء من الحياة الآن، والأمر يختلف عما كان الوضع عليه منذ ١٠ أو ١٥ عامًا، عندما كان كل شيء تتم رؤيته بالعين، ويحكم البعض ما إذا كان اللاعب يقدم مستوى جيد أم لا".

وعن المركز الذي يشارك فيه مع السيتي: «فقط أقوم بما يطلب مني مهما كان ذلك الدور، أعتقد أنني في مسيرتي لعبت في كل المراكز عدا قلب الدفاع، وبالتالي يمكنني اللعب في أي مركز، مؤخرًا تم تغيير مركزي لسبب ما، لا أعرف ما هو قرار بيب (جوارديولا)، ولكني سعيد للغاية».

برشلونة يحول أنظاره بعيدا عن هدف كومان

تراجع برشلونة عن اهتمامه بالتعاقد مع أحد اللاعبين المطلوبين من قبل المدرب رونالد كومان، خلال الميركاتو الصيفي المقبل.

وارتبط جورجينو فينالدوم، لاعب وسط ليفربول، بالانتقال إلى برشلونة منذ الصيف الماضي.

ووفقًا لصحيفة «موندو ديبورتيفو» الإسبانية، فإن اهتمام برشلونة بضم فينالدوم تراجع في الأيام الأخيرة، بسبب التواجد المستمر لأليكس موريبا مع الفريق الأول للبارسا.

وأشارت إلى أن كومان سعيد بمستوى موريبا، لذا بات يفضل توجيه أولوية برشلونة في الميركاتو إلى دعم مراكز أخرى، بالنظر إلى الوضع المالي الصعب للبارسا.

يذكر أن عقد فينالدوم مع ليفربول ينتهي الصيف المقبل، لذا يستطيع اللاعب الهولندي التوقيع مجانًا مع أي نادٍ.

الى ماذا تشير برودة اليدين عند البعض؟

قال طبيب الأعصاب الروسي المعروف بافيل خوروشيف، في حديث تلفزيوني، إن اليدين الباردتين إشارة دائما إلى تشنج الأوعية الدموية في الجسم.

وأضاف الخبير: «وليس هناك من سبب آخر. لكن سبب هذا التشنج قد يكون متنوعا للغاية. فقد يكون رد فعل الجسم على برودة الوسط المحيط، كواحد من الأسباب وهو مرض رينود».

ووفقا له، يمكن أن تعني هذه الظاهرة أيضا رد فعل الجسم على انخفاض ضغط الدم، أو على الأدوية.

وتابع الطبيب: «إذا انخفض ضغط الدم لسبب ما، يعتقد جسم المريض أنه يفقد الدم في مكان ما بشكل جدي. وبعد ذلك يظهر تشنج في أوعية الأطراف للحد من تدفق الدم إليها، أي تجري التضحية بها مؤقتا. ويظهر التشنج قويا بشكل كاف لتصبح اليدين باردة».

مرض مجهول في كندا يصيب المخ ويؤدي إلى الوفاة

تسيطر حالة من الحيرة والقلق على القطاع الطبي في كندا، في أعقاب ظهور مرض نادر وخطير، يصيب المخ، ويؤدي إلى الوفاة.

ويستقبل الأطباء في كندا مؤخرا حالات لمرضى تظهر عليهم أعراض مرضية مشابهة لأعراض مرض «كروتزفيلد جاكوب»، وهو مرض نادر وخطير يصيب المخ، لكن بعد فحصهم الدقيق للحالات، تزداد حيرة الأطباء. بحسب تقرير لـ» بي بي سي».

وكانت أولى حالات المرض التي اكتشفت، حين انهار روجر إليس فجأة وأصابته حالة تشنج، ما استدعى نقله إلى المستشفى.

ويقول ابنه، إن روجر «تأتيه هلاوس وخيالات، ويفقد وزنه، وتصيبه حالات من العدوانية ويكرر الكلام كثيرا».

ورجح الأطباء في البداية أن يكون روجر أصابه مرض « كر و تز فيلد جاكوب»، وهو من الأمراض ا لمر تبطة بالبريون، وهي جزئيات بروتينة تسبب في العدوى بمثل هذه الأمراض التي تصيب الجهاز العصبي في الغالب؛ وتسبب خللا نادر وخطيرا في المخ، من بين أعراضه فقدان الذاكرة وتغير في السلوك وصعوبات في التواصل.

لكن الاختبارات أكدت عدم إصابة إليس بمرض كروتزفيلد جاكوب، وكذلك الاختبارات الأخرى التي أجراها الأطباء لمعرفة سبب مرضه.

ويضيف ابنه، إن الفريق الطبي بذل كل ما في وسعه للتغلب على الأعراض التي ألمّت بوالده، لكن أمر ما تسبب في تدهور صحة إليس ظل أشبه باللغز.

ويعد روجر إليس الآن واحدا من أشد المصابين بالمرض المجهول، وهو تحت رعاية طبيب المخ والأعصاب الدكتور ألير ماريرو.

ويعمل ماريرو في مستشفى الدكتور جورج إل ديمون الجامعي في مدينة مونكتون، ويقول إن أول حالة رصدها الأطباء لهذا المرض كانت في عام ٢٠١٥، وإنها كانت حالة واحدة «شاذة وغير معتادة».

وتتزايد الحالات منذ ذلك الحين، بشكل مكّن الأطباء من رصد مجموعة من الحالات كمرض مختلف «لم يروه من قبل».

تعرف على فاكهة تساعد على النوم وتحارب الأرق

كشف موقع «elconsolto» الطبي، عن تقرير بشأن معاناة بعض الأشخاص من الشعور بالأرق وعدم القدرة على النوم الأمر الذي يدفعهم لاستخدام الحبوب المنومة أو أنواع مختلفة من المهدئات.

وبعيدا عن هذه الأنواع من الحبوب، يمكن الاعتماد على عدد من العناصر الغذائية التي تحارب الأرق وتحل محل ا لمنو ما ت المختلفة. ويأتي في مقدمة هذه الأغذية اللوز، الذي يحتوي على الألياف و مضا د ا ت ا لأ كسد ة إضافة للدهون الأحادية المشبعة الأمر الذي يساعد على إفراز هرمون الميلاتونين المنظم للنوم.

وأيضا الكيوي الذي فضلا عن قيمته الغذائية العالية والفوائد المختلفة التي يقدمها، فهو يساعد على تنظيم دورة النوم لاحتوائه على مادة السيروتونين المسؤولة عن ذلك، بالإضافة للأسماك الدهنية التي تساعد في إفراز هذا الهرمون أيضا.

وكذلك الموز، فهو مصدر غني بالمغنيزيوم إضافة إلى الكثير من العناصر الغذائية الأخرى، ويحتوي على حمض التربتوفان الذي يساعد على النوم.

يضاف لهذه الأغذية البابونج، الذي يحتوي على مضادات للأكسدة ترتبط بمستقبلات معينة موجودة في الدماغ تساعد على التقليل من الشعور بالأرق والمساعدة على النوم.