

بازگشت NBA با یک تصویر تاریخی



بسکتبال NBA در حالی پس از پنج ماه از سر گرفته شد که در هر دو دیدار همه بازیکنان، کادرفنی و داوران به نژادپرستی به شکل خاصی اعتراض کردند.

به گزارش ایسنا و به نقل از اس، بسکتبال NBA بامداد

دیروز (جمعه) با برگزاری دو دیدار از سر گرفته شد. اگر نکته ای فراتر از ویروس کرونا در این بازگشت برجسته بود آن مرگ جورج فلوید بود. او بیست و پنجم می در جریان دستگیری توسط پلیس کشته شد. مأمور آمریکایی زانویش را روی گردن فلوید گذاشت و این اتفاق با مرگ شهروند آمریکایی شد. این حادثه دوباره یکی از مشکلات اصلی این کشور یعنی نژاد پرستی را نمایان کرد. مردم آمریکا و کشورهای دیگر به این اتفاق اعتراض کردند و در جهان ورزش هم این موضوع مشاهده شد و سپس نوبت به بسکتبال رسید.

در دیدار نیو اورلئان پلیکانس و یوتا جاز که نخستین بازی رسمی پس از پنج ماه بود اتحاد کامل دیده شد. بازیکنان، به همراه کادرفنی و داوران در جریان پخش سرود ملی آمریکا زانو زدند. رسانه‌های جهان و شبکه‌های اجتماعی به این اتفاق پرداختند. کالین کارپنیک (بازیون فوتبال آمریکایی) نخستین ورزشکاری بود که اعتراض را به نژادپرستی با زانو زدن هنگام پخش سرود ملی نشان داد. او به مرگ اریک گارنر که در سال ۲۰۱۴ اتفاق افتاد اعتراض داشت. تصویر بازی پلیکانسز و یوتا جاز در دیدار لس آنجلس لیکرز و لس آنجلس کلیپرز هم دیده شد (لیکرز با نتیجه ۱۰۳ بر ۱۰۱ پیروز شد). NBA اعلام کرده است که هیچ بازیکنی به خاطر زانو زدن هنگام سرود ملی جریمه نخواهد شد.

انتقاد فوتبالبست سیاه پوست انگلیسی از سیاستگذاری توئیتر

ویلفرد زاها می‌گوید بازیکنان سیاه پوست از استفاده از شبکه‌های اجتماعی واهمه دارند.



به گزارش ایسنا به نقل از سناکرت، ویلفرد زاهاهافبک سیاه پوست تیم ملی فوتبال انگلیس و کریستال پالاس با انتقاد از سیاستگذاری توئیتر و اینستاگرام گفت: من قبل از در این شبکه‌های اجتماعی بودم ولی این‌ها را از گوشی خودم پاک کردم. وقتی در اینستاگرام یا توئیتر بودم می‌ترسیدم پیام‌ها را بخوانم و به هر نحوی مورد آزار نژادپرستی قرار می‌گرفتم. وقتی یک حساب را گزارش می‌دهید چه می‌شود؟ او بلافاصله یک حساب جدید می‌سازد و به همین خاطر است که نژادپرستی در شبکه‌های اجتماعی از بین نرفته است که هیچ، بلکه بیشتر هم شده است.

لینگ برتر انگلیس از جمله لیگ‌هایی است که برخورد قاطعی با توهین کنندگان در زمینه نژادپرستی دارد و در صورتی که هوادار یا هوادارانی توهین نژادپرستی کنند به طور مادام العمر از حضور در ورزشگاه‌ها محروم می‌شوند.

یاران آزمون به دنبال سومین قهرمانی فصل

دیدار سوپر جام فوتبال روسیه بیسن زینیت سن پترزبورگ و لوکوموتو مسکو برگزار می‌شود.



به گزارش ایسنا به نقل از خبرگزاری تاس، تیم فوتبال زینیت سن‌پترزبورگ موفق شد قهرمانی در لیگ روسیه و جام حذفی این کشور را به دست بیاورد تا سردار آزمون ضمن این موفقیت‌ها، عنوان آقای گلی لیگ روسیه را نیز به دست بیاورد و فصل خوب خود را تکمیل کند. فدراسیون فوتبال روسیه اعلام کرد دیدار سوپرجام این کشور برگزار خواهد شد و بر این اساس با توجه به اینکه زینیت سن‌پترزبورگ هر دو جام قهرمانی لیگ و جام حذفی را کسب کرده است، برای کسب عنوان سوپرجام با تیم دوم این کشور یعنی لوکوموتو مسکو دیدار خواهد داشت. این دیدار قرار است ۱۷ مرداد ماه برگزار شود و آزمون می‌تواند سومین جام خود را نیز به دست بیاورد. همچنین دو تیم می‌توانند هواداران محدودی در ورزشگاه داشته باشند.

سومین دوپینگی در ووشوی ایران؟

با توجه به صحبت‌های رئیس فدراسیون ووشوی ایران، به نظر می‌رسد که تست دوپینگ یک ووشوکار دیگر تیم ملی مثبت است. به گزارش ایسنا، طی روزهای گذشته خبرهایی در مورد مثبت اعلام شدن تست دوپینگ دو ووشوکار سن‌کین‌وزن تیم ملی ایران (حمیدرضا قلی‌پور و سید معین تقوی) منتشر شد که جو آرام ووشوی ایران را بهم ریخت، اما آخرین صحبت‌های رئیس جوان فدراسیون نشان می‌دهد که گویا باید منتظر اعلام مثبت بودن تست سومین ووشوکار تیم ملی هم بود.

مهدی صدیقی رئیس فدراسیون ووشوی ایران، در مورد شایعه مثبت اعلام شدن تست دوپینگ یکی دیگر از ووششکاران تیم ملی، به وادیو ایران گفت: دوستان خبرهایی شنیده‌اند که چون دقیق از آن مطلع نیستند، سعی می‌کنند به نوع دیگری اخبار را منتشر کنند.

او افزود: در واقع یکی دیگر از ورزشکاران ما که در رقابت‌های جهانی ۲۰۱۹ حضور داشته است، تست دوپینگی گرفته شده و گویا در مرحله اول هم جواب تست مثبت بوده است، اما همچنان در حال بررسی دقیق بوده و هیچ چیز قطعی نیست. باید منتظر جواب نهایی فدراسیون جهانی بود.

لیته طبق شایعه‌های موجود، دوپینگ اعلام شده در مورد یکی دیگر از ووشوکاران پر افتخار تیم ملی است که فلا باید تا مشخص شدن این موضوع منتظر جواب نهایی فدراسیون جهانی بود.

ایستگاه ورزش

ارزان‌ترین ورزش‌ها برای دوران کرونا



در دوران شیوع ویروس کرونا می‌توان ورزش‌هایی را در خانه انجام داد که قیمت آن‌ها بسیار ارزان و حتی نزدیک به صفر است. به گزارش ایسنا، حمید ملکشاهی نیا متخصص فیزیولوژی ورزشی با تهیه

این مطلب که از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته است، در مورد نوع ورزش‌هایی که می‌توان در خانه انجام داد؟ گفت: در منزل و محیط‌های باز می‌توانیم ورزش‌های مختلفی مبتنی بر وزن بدن یا مبتنی بر وسایل ورزشی خانگی انجام دهیم.

ورزش‌های مبتنی بر وزن بدن

وی ادامه داد: از ورزش‌های مبتنی بر وزن بدن می‌توان به تمرینات با وزن بدن (مثل شنای سوندی، دراز نشست، لانگز و…)، تمرینات یوگا، تمرینات کششی، تمرینات ایزومتریک، تمرینات پیلاتس بدون وسیله و روی تشک (این نوع تمرینات هم بر بدن و هم بر ذهن افراد تاثیرات مفیدی دارد) اشاره کرد.

ورزش‌های مبتنی بر وسایل ورزشی خانگی

این متخصص فیزیولوژی ورزشی با بیان اینکه از ورزش‌های مبتنی بر وسایل ورزشی خانگی، می‌توان به دویدن روی تردمیل، دوچرخه سواری، تمرین با انواع کش‌های تمرینی مثل کش‌های تراباند اشاره کرد، گفت: پیلاتس و TRX، تمرین با انواع توپ‌ها مثل جیم بال و مدیسسن بال، طناب زدن و تمرینات با وزنه به طوری که شما می‌توانید با دویم (با استفاده از وسایل طناب به جای دمبل) انواع تمرین برای تقویت قسمت‌های مختلف بدن در خانه را انجام دهید.
ملکشاهی نیا ادامه داد: همچنین می‌توانید از سیستم‌های تمرینی فول بادی یا دایره ای استفاده کرده و برای انجام بهتر تمرینات از مری‌های آنلاین استفاده کنید، میزان خواب نیز باید حداقل هفت ساعت باشد تا بدن تان در شرایط هورمونی مناسب قرار گیرد و باعث تقویت سیستم ایمنی بدن شود.

دروازه‌بان تیم ملی فوتبال ایران ضمن بیان شرایط سخت خود عنوان کرد محدودیتی در رویاپردازی‌های خود ندارد.

به گزارش ایسنا به نقل از سایت HLN، علی‌رضا بیرانوند دروازه بان تیم ملی فوتبال ایران و تیم آنتورپ که به تازگی خریداری شده است سرگذشت عجیب و به اصطلاح «هالیوودی» داشته است. بیرانوند دروازه بان ۱۹۴ سانتیمتری می‌گوید در ایسدان فیلم زندگی او در حال ساخت است.

او قرار بود پیشتر راهی بلژیک شود ولی به دلیل محدودیت‌های اعمال شده به خاطر شیوع کرونا نتوانست از کشور خود خارج شود تا اینکه در نهایت توانست بدون همسر و دو فرزند خود فعلا راهی بلژیک شود و بعد از دو هفته قرنطینه، تمرینات خود را در آنتورپ شروع کند.
علی‌رضا بیرانوند درباره شرایط خود گفت: برای اینکه یک دروازه بان شوم مجبور شدم مواعع بسیاری را بر طرف کنم. من از یک خانواده عشایری هستم که گوسفنداها را پرورش می‌دادند. پدر من می‌خواست که من راه او را دنبال کنم و فوتبال بازی کردن را اتلاف وقت می‌دانست. مسن این قدر شیفته فوتبال بودم که برای رسیدن به هدفم وقتی دوازده سال داشتم از خانه فرار کردم و ۶۰۰ کیلومتر از آن فاصله گرفتم. بنابراین به تهران رسیدم؛ جایی که می‌توانستم به یک باشگاه سطح خوب بپیوندم. با این حال اصلا شرایط آسان نبود. من به عنوان یک پسر کوچک ناگهان مجبور شدم زندگی خود را رها کنم.



علاوه بر فوتبال، من همه کارهایی که بشود فکر کرد را انجام دادم.

بیرانوند ادامه داد: در کارواش و پیتزا فروشی کار کردم و همانجا هم می‌خوابیدم چون جایی برای خواب نداشتمم و در کنارش فوتبال هم بازی می‌کردم. الان پدر من می‌گوید او باعث شده که من به این موفقیت برسم (باخنده). پدرم الان خیلی به من افتخار می‌کند و فهمید که با فوتبال نیز می‌توانم آینده درخشانی برای خود

بیرانوند:

مقایسه‌ام با «کورتوا» لذت بخش است



داشته باشم. او در ادامه و در راه موفقیت توانست راهی تیم بزرگ پرسپولیس شود و چهار بار قهرمانی در لیگ برتر ایران را تجربه کند.

اکنون کسی در ایران نیست که او را نشناسد و او توانسته از محبوبیت بالای بر خوردار شود.

او درباره درخشش در جام جهانی روسیه گفت: بعد از قرعه کشی جام جهانی و قرار گرفتن ایدان در گروهی دشوار خیلی شوخی علیه من ساخته شد و من هم قبل از

سرمری تیم ملی شنای نابینایان و کم بینایان مطرح کرد

تعطیلی استخرها و مشکل شناگران پارالمپیک برای انجام تمرینات آبی

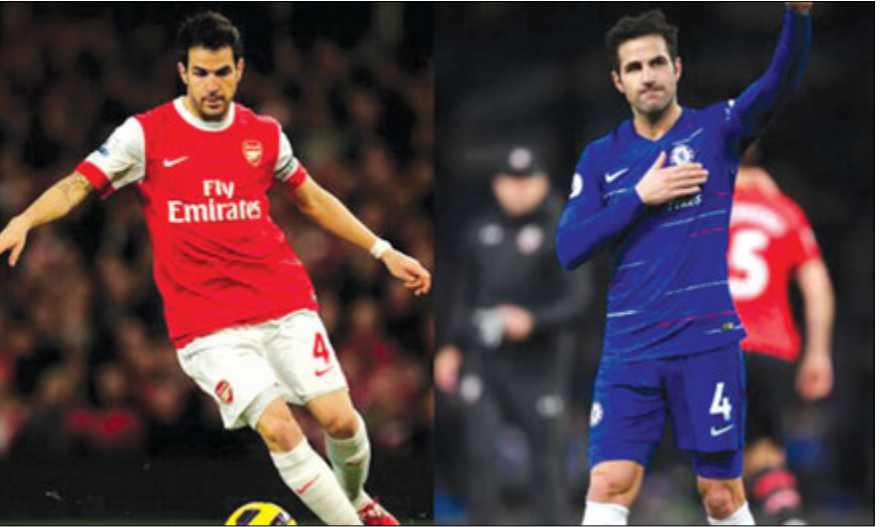
مسیر افق مشخص نیست شناگر نمی‌داند آیا در چنین شرایطی تمرینات حرفه ای خود را جدی بگیرد یا خیر؟
سرمری تیم ملی شنای نابینایان و کم بینایان در پاسخ به این پرسش که در صورت اعزام کریمی به توکیو چقدر شانس کسب مدال دارد، تصریح کرد: در شنا احتمال کسب مدال در توکیو وجود ندارد و در بهترین شرایط تنها بتواند فینالیست شود و در جمع ۸ شناگر برتر قرار بگیرد.
وی در پایان گفت: با توجه به این که بازیهای پارآسیایی جوانان را ۲۰۲۱ در بحرین داریم، هدف گذاری بر این است که جوانان مستعد را در استانها شناسایی کنیم و در صورتی که ستاد مقابله با کرونا مجوز برگزاری اردوها را بدهد، برنامه‌های خود را برای انتخاب تیم ملی جوانان و آماده سازی آنها برای پارآسیایی جوانان را آغاز کنیم.

شناگران همچنان در انتظار بازگشایی استخرها

همچنین اعضای تیم ملی شنا، شیرجه و واترپلو که برای کسب سهمیه المپیک ۲۰۲۰ باید تمرین کنند همچنان منتظر بازگشایی استخرها هستند.

به گزارش ایسنا، از اسفند ۹۸ با شیوع کرونا استخرها تعطیل شد و اعضای تیم ملی شنا، شیرجه و واترپلو از شنا کردن در استخر محروم شدند. این تعطیلی ۵ ماهه برای تیم ملی واترپلو در حالی است که اثر ۵ ماه مسابقات قهرمانی آسیا و میزبانی فیلیپین برگزار خواهد شد و بازیکنان روز به روز زمان را از دست می‌دهند. این مسابقات برای واترپلوی ایران اهمیت زیادی دارد چون ممکن است کفدراسیون آسیا آن را حکم انتخابی المپیک باند.

شرایط برای تیم ملی شنا و شیرجه نیز مشابه است. البته ستاد مقابله با کرونا اولین تیر مجوز بازگشایی استخر آزادی را صادر کرد و اعضای تیم ملی شنا حدود دو هفته در استخر



که جام نیاوردند و قلعلم بیش از چلسی به آن نیاز دارند. من فکر کنم بازی امشب بازی نزدیک و جذابی خواهد بود

زی روبرتو:

رونالدو در دوران بازی‌اش همیشه به مهمانی می‌رفت

کرد و به بازیکنانی همچون رونالدو نازاریو، رونالدینیو، فرناندو رددوندو و کریستیانو رونالدو اشاره کرد.
زی روبرتو خود را از لحاظ فیزیکی با کریستیانو مقایسه کرد و گفت: امروز من می‌توانم بگویم که فیزیک بهتری دارم چون تا ۴۲ سالگی در بالاترین سطح بازی کردم. اگر رونالدو نتوانست این کار را انجام دهد، آن زمان می‌گویم او بهتر است.

بازیکن بزنشسته برزیلی در مورد امضای قرارداد با رئال مادرید اظهار کرد: یک شوک بود.
به بازیکنان انگاه می‌کردم. همه با کت و شلوار بودند. باید به corte ingles می‌رفتم و لباس می‌خریدم تا خجالت زده شوم. زمانی که به مادرید رفتم ردوندو مانند یک مدل بود. او یکی از بهترین بازیکنانی بود که هم بازی شدم. مدافع سابق بابرمن منیخ در مورد الگوهایش گفت: پله الگوی کودکی من بود همچنین دیگو مارادونا و زیکو. من چپ یا هستم و از بازی‌های مارادونا لذت می‌بردم. بهترین هم بازی در زمین برای زی روبرتو «پدیده»

ورمزبار:

تیم‌های قلعه‌نویی همیشه می‌درخشد

مشکل دارند. در مقابل سپاهانی‌ها یکی از بهترین تیم‌هاست و در وسط زمین مهدی کیانی و امید نورافکن را دارد و در خط حمله استللی کی روش و محمد محبی و در سمت راست محمدرضا حسینی و چپ سعید آقایی از بازیکنان با کیفیت این تیم هستند. پیشکسوت باشگاه استقلال تهران اضافه کرد: قلعلم خوبی هم چند سال است در اصفهان کار می‌کند و هر کجا