



## خداحافظی حدادی فر به خاطر منت گذاشتن تارتارا!

قاسم حدادی فر کاپیتان باتجربه ذوب‌آهن که قراردادش را با این باشگاه تمدید کرده، روز گذشته کفش هایش را آویخت و از دنیای بازی خداحافظی کرد. چندی پیش تصویری از تمدید قرارداد این بازیکن در کنار مدیرعامل ذوب‌آهن منتشر شد. حدادی فر گويا در این مدت با مهدی تارتار سرمربی ذوب‌آهن به مشکل خورده و

❖ از همان برنامه‌های طبیعت‌گردی شروع

شد. همان‌جا قهمید دختر پیمودن دشت‌های هموار و زندگی در دنیای همیشه بهار نیست. دوست داشت خودش رابه چالش بکشد. چیزی شبیه حل کردن سخت‌ترین مساله‌های ریاضی دوران دبیرستان ودانشگاه. پایک مدرک کارشناسی ارشد معماری از دانشگاه علم و صنعت

خواسته بود دنبال دلش برود. این‌که صبح‌ها به شرکت برود، عصرها به خانه بازگردد و این‌که خاتم مهندس صدایش کنند، نهایت چیزی که کتابیون می‌خواست نبود و دلش می‌خواست از صخره‌های بلند عبور کند و از مسیرهای ناهموار بگذرد. از دیواره کوه بالا بکشد. برود بالا و بالاتر دنبال آرزوهایش. پاپیز ۶سال پیش خواسته بود کوه‌نوردی کندو زمستان همان سال به دماوند صعود کرده بود! این سطرها را از میان پیام‌های صوتی که فرستاده بود، بیرون کشیدم. باکتابیون محمودی فر که بعد از زهرانعمتی و پروانه کاظمی سومین زن ایرانی صعود کرده به قله ۸۱۶۳متری ماناسلو است، هم صحبت شدیم:

❖ **زنان زیادی از ایران موفق به صعودهای هشت هزارمتری نشده‌اند.**

بله. زنان زیادی موفق نشده‌اند و این دلایل مختلفی دارد. من از وقتی خود را شناختم ورزش می‌کردم. همین ورزش کردن مساله مهمی است. ایروبیک، بدن سازی، آمادگی جسمانی، یوگا، دوچرخه‌سواری، بعد هم کوهپیمایی و یخ و یخ ... اینها کمک کننده بود. در دوچرخه‌سواری تا قهرمانی استان هم پیش رفتم و هنوز هم دوچرخه‌سواری را دنبال می‌کنم. یک جورهایی ورزش مکمل کوه‌نوردی است. بعدتر دنبال مربیگری یوگا، بدن سازی و سنگ‌نوردی هم رفتم. کوه‌نوردی را هم با کوه‌های زادگاهم مشهد و استان خراسان شروع کردم. بعد به قله شهرهای مجاور و پس از آن در فصول مختلف به دماوند، علم‌کوه و سبلان صعود کردم.

❖ **به نظر می‌آید حمایت مالی و پشتیبانی خانواده از عوامل مهم در کوه‌نوردی و صعود به ویریه برای زنان باشد.**

در طول این سال‌ها یکی از خوشبختی‌هایم برخورداری از حمایت خانواده بود. هیچ‌وقت با مخالفت آنها روبه‌رو نشدم بجز اولین برنامه برون‌مرزی‌ام؛ صعود به کورژنفسکایا، سومین قله بلند کوه‌های پامیر در تاجیکستان. پدرم برای اولین و آخرین بار با این سفر مخالفت کرد. او از بجزوم در گروه مردانه و بیشتر از صعودم در کشوری بیگانه نگرانی‌هایی داشت. من در اوج آمادگی بودم، بلیت سفر و همه هزینه‌ها هم تأمین شده بود، به سختی او را متقاعد کردم. حتی سال بعد هم برای صعود به



آرزو قنبری

ورزش

## گفت‌وگو باکتابیون محمودی فر

## سومین زن ایرانی فاتح قله ماناسلو

# رؤیای ۸۰۰۰متری



۱۰م ماناسلو که توسط محمودی فر فتح شد. هشتمین قله بلند دنیا محسوب می‌شود.

## بانک دی یکی از شفاف‌ترین و سالم‌ترین نهادهای سازمانی کشور است

بانک دی یکی از شفاف‌ترین و سالم‌ترین نهادهای اقتصادی و اجرایی در کشور محسوب می‌شود. به گزارش روابط عمومی بانک دی، حمدا... محمدی، مدیرکل حراست بانک با اعلام این مطلب در جمع همکاران این اداره‌کل افزود: بانک دی در واقع متعلق به خانواده‌های معظم شهدا و ایثارگران کشور است و این هویت موجب شده تا این سازمان به یکی از شفاف‌ترین و سلامت‌ترین ساختارهای اداری کشور تبدیل شود.

وی ادامه داد: در همین حال، بخش قابل توجهی از همکاران بانک دی، خود عضوی از خانواده بزرگ معظم شهدا و ایثارگران کشور هستند و همین موضوع پاکدستی و صداقت در رفتار و عمل را به اصلی مهم در این سازمان تبدیل کرده است. محمدی گفت: همه ما اعتقاد داریم صیانت از سرمایه‌های خانواده‌های معظم شاهد و ایثارگر، برکات بسیاری به دنبال دارد و شکوفایی و رشد بانک دی و مسیر موفقیت طی شده، ناشی از همین برکت و دعای خیر این قشر معظم است. مدیرکل حراست بانک دی با اشاره به این‌که صیانت از سلامت سازمانی به معنای صیانت از سرمایه و آبروی ایثارگران است، تصریح کرد: حفظ کرامت انسانی و شیوه



## شرایط دریافت تسهیلات مکمل بانک مسکن برای متقاضیان

خود را دارد. وی توضیح داد، یک دسته افرادی هستند که در سال‌های قبل اقدام به خرید مسکن کرده‌اند و تسهیلات دریافت کرده و تسهیلات خود را بازپرداخت کرده‌اند و هم اکنون برای خرید واحد دیگری قصد استفاده از تسهیلات دارند. این افراد برای دریافت دوباره تسهیلات مسکن معنی نداشته و می‌توانند به همان روشی که گفته شد پس از انجام معامله برای دریافت تسهیلات مراجعه کنند. مرادی افزود: اما دسته دیگر متقاضیانی هستند که هم‌اکنون در مرحله بازپرداخت تسهیلات دریافت شده برای خرید واحد قبلی خود بوده اما قصد دارند واحد خود را تبدیل به احسن کنند و برای این منظور قصد دارند از سقف جدیدتسهیلات استفاده کنند. این افراد می‌توانند تسهیلات قبلی را به واحد جدید منتقل کنند و در صورت تمایل همچنین مابه التفاوت سقف‌های قبلی تسهیلات با سقف‌های جدید را نیز دریافت کنند. به عنوان مثال اگر فردی سه سال قبل با استفاده از تسهیلات ۶۰ میلیون تومانی اوراق اقدام به خرید مسکن کرده است و در حال حاضر ۴۰ میلیون تومان بدهی دارد هم اکنون در تهران می‌تواند این تسهیلات را تا ۲۰۰ میلیون تومان افزایش دهد. یعنی برای واحد جدید اقدام به دریافت ۱۶۰ میلیون تومان مابه التفاوت تسهیلات کند.



عضو هیات عامل و معاون طرح و برنامه بانک مسکن شرایط دریافت تسهیلات مکمل خرید مسکن برای متقاضیان را تشریح کرد. محمد حسن مرادی، عضو هیات عامل و معاون طرح و برنامه بانک مسکن در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری بانک مسکن، اعلام کرد: با افزایش سقف تسهیلات مسکن از محل اوراق نه تنها خانه‌اولی‌ها قادر به استفاده از این تسهیلات برای خرید مسکن خواهند بود بلکه متقاضیان تبدیل به احسن واحدهای مسکن و افرادی که پیش از این اقدام به دریافت تسهیلات برای خرید مسکن کرده بودند نیز می‌توانند از این تسهیلات استفاده کنند. وی در این باره توضیح داد: خانه‌اولی‌ها می‌توانند پس از قولنامه ملک مورد نظر خود به همراه فروشنده و تمام مدارک مالکیتی و هویتی طرفین (فروشنده و خریدار) به بانک مراجعه کرده و اقدام به ارائه درخواست برای دریافت تسهیلات مسکن کنند. مرادی افزود: علاوه بر این افرادی که پیش از این نیز با استفاده از تسهیلات خرید مسکن اقدام به خرید مسکن کرده‌اند نیز می‌توانند بار دیگر از این تسهیلات استفاده کنند. این افراد در دو گروه طبقه بندی می‌شوند که دریافت تسهیلات برای هر کدام از متقاضیان در این دو گروه شرایط خاص

نمی‌تواند به همکاری با او ادامه دهد. هفته گذشته و بعد از غیبت کاپیتان در تمرینات تیم، شایعاتی به وجود آمد. مدیرعامل ذوب‌آهن اوایل هفته در یک برنامه ورزشی در مرکز اصفهان اعلام کرد مشکلات حل شده و این بازیکن در تمرین حاضر می‌شود. در حالی که قرار بود او سه‌شنبه به محل تمرین تیمش برود اما نرفت و ۲۴ ساعت بعد

لنین در قرقیزستان نگران بوم همان ماجرا تکرار شود اما اصلا مخالفتی پیش نیامد. پس از موفقیت در آن اولین صعود، پدرم برای همیشه مشوق و حامی من شد.

❖ **برای ایرانی‌ها و به‌ویژه شما مشهدی‌ها، هشت عدد خاصی است. ماناسلو هم اولین گام هشت هزارمتری شما شد.**

بله دقیقاً. هشت برای ما خاص است و من اشتیاق ویژه‌ای برای اولین تجربه در آن سطح از ارتفاع داشتم.

❖ **از این صعود بیشتر بگویید.**

ماناسلو، هشتمین قله بلند دنیا در نیال است و صعود من به آن مستقل بود. هم‌نوردی که پیش از آن با او تمرین کنم نداشتم. هم‌هوایی، توقف در کمپ‌ها و انتظار برای باز شدن پنجره هوایی و صعود، در مجموع برای من یک ماه طول کشید. از کمپ اصلی به کمپ یک و دو رفتم. در کمپ سوم، دو شب‌مانی داشتم و کمپ چهار را حذف کردم و از کمپ سه مستقیم به سمت قله حرکت کردم. ششم مهرماه به قله رسیدم که حس خوش حالی غیر قابل وصفی داشت. باورم نمی‌شد رؤیایم در واقعیت تعبیر شده. فراز و نشیب‌های بسیاری را پشت سر گذاشته بودم تا به آن آرزوی هشت هزارتایی برسم. شرکت بلور نوری تازه هم در این مسیر پشتیبان مالی‌ام بود و کمک کرد به آنچه دوست دارم، دست پیدا کنم. از آن‌ها بسیار سپاسگزارم.

❖ **رؤیای شما دقیقاً چه بود؟**

ما کوه‌نوردان هر بار که صعودی به پایان می‌رسد به ارتفاع بلندتر بعدی فکر می‌کنیم. آرزوی هر کدام‌مان صعود به هشت هزاری‌هاست و در ورزش ما موضوع فنی بودن و ارتفاع اهمیت خاصی دارد. من هم مدت‌ها به دنبال چالش بزرگ‌تری با خودم بود. دلم می‌خواست هر چه در این سال‌ها متوخم‌ام را به یک صعود هشت هزار متری ببرم به یک برنامه دشوارتری برای کاری جذاب و زیباتر.

❖ **هزینه‌های صعود هشت هزار متری با سایر صعودها چقدر تفاوت دارد؟**

خیلی متفاوت است. صعود به قله هشت هزارمتری، بسیار پرهزینه‌تر است. جدا از هزینه اصلی خود صعود که مثلاً در مورد من با تحقیقی که شرکت برایم گرفت، حدود ۱۰ هزار و ۵۰۰ دلار شد، هزینه‌هایی مانند بیمه، بلیت هواپیما، هتل، غذا و گاهی پوشاک هم وجود دارد که بدون داشتن اسپانسر غیرممکن است.

❖ **قبل از این صعود چه تمریناتی داشتید؟**

من همیشه منتظر اجرای برنامه و آمادهم. در طول این شش سال تمرینات بدن سازی و آمادگی جسمانی را به طور منظم دنبال کرده‌ام. اجرای برنامه‌های مختلف هم‌هوایی که از ارتفاعات کمتر و بعد صعودهای سه هزارمتری شروع شد، به قله پنج هزار متری دماوند و

مازیار فیروزی

ورزش

❖ شروع یک کار جدید برای کاپیتان شمشیربازی

ایران اصا معنی این کار را این نیست که مجتبی عابدینی بخوهد از دنیای قهرمانی خداحافظی کند.

عابدینی در روزهای پس از المپیک و در روزهایی که فشار این اسپانسر کمتری دارد با تیم‌های پایه

شمشیربازی کار می‌کند. خیلی‌ها بر این عقیده هستند که مجتبی رخت مربیگری را بر تن کرده و قرار است از دنیای ورزشکاری خداحافظی کند اما خودش دلش تاب نمی‌آورد و می‌گوید: «حرفش را هم نزنید.» با این حال عابدینی وارد دنیای مربیگری نشده و می‌خواهد خیلی جدی به آن بپردازد. خودش در این باره می‌گوید: «البته این اتفاق جدیدی نیست. من قبلاً هم مربیگری می‌کردم اما تا به حال به این شکل و به این سبک مربیگری نکرده بودم. کار با تیم‌های پایه خیلی است و حال آدم را خوب می‌کند. فعلاً یک اردو برگزار کرده‌ام و از امروز دوباره بچه‌ها به اردو می‌بر می‌گردند.

این نسل از بچه‌ها شمشیربازان خوبی هستند.»

عابدینی با بیان این‌که حضور این نسل می‌تواند نگرانی‌پر کردن جای ستاره‌ها را کاهش دهد می‌گوید: «خیلی باید به این جوان‌ها امیدوار بود.

پشتوانه‌های خوبی برای آینده ایران داریم و

وضعیت در اسلحه سایر خیلی خوب است. هر

چند کار با آنها سخت است اما من این سختی

و کار کردن با نوجوانان را دوست دارم. دلم

می‌خواهد هر آنچه که در این سال‌ها تجربه

کسب کرده‌ام را در اختیار آنها قرار بدهم.»

عابدینی البته در طول همه این سال‌ها

شاگرد هم داشته و به این شکل نبوده که

از فضای مربیگری دور باشد. خودش بیشتر در این

باره توضیح می‌دهد و می‌گوید: «در کنار فعالیتم برای

## اولین صعود به ماناسلو

بیستم مهر ماه مصادف با چهل و پنجمین سالگرد اولین صعود ایرانیان به یک قله هشت هزار متری است. ۲۰ مهر ماه سال ۱۳۵۵ وقتی هنوز شرکت‌های متعدد نیایی و بسیاری از امکانات امروزی وجود نداشتند، تیمسار محمد خاکبیز به عنوان سرپرست یک تیم ایرانی متشکل از جلال رابوکی، محمد جعفر اسدی، مختار مهدی‌زاده، علی محمدپور، قاسم دادفرمای، محمد بهزادی و یوسف هندی را در صعود به ماناسلو هدایت کرد. این صعود با مشارکت یک تیم ژاپنی صورت گرفت و در نهایت تیم مشترک محمد جعفر اسدی، جان کاکه‌یاما و پسنگ شریا موفق به صعود ماناسلو شدند.

شب‌مانی در آن رسید و تا قله‌های هفت هزارمتری هم ادامه پیدا کرد. تفریح من، ورزش و کوه‌پیمایی است، وقتی برای مهمانی و دورهمی ندارم. تمریناتم همیشه فشرده است و همه اینها من را در طول زمان برای ماناسلو آماده کرد.

❖ **در این مسیر چه افراد تأثیرگذاری دیده‌ای؟**

همه کوه‌نوردانی که تا به حال صعود موفق داشته‌اند و شاگردانی چه بسا بهتر از خودشان تربیت کرده‌اند، الگوی من هستند. اما یکی از افراد بسیار تأثیرگذار استادم، رضا خوشدل بود که مرا با دوره‌های مربیگری هم آشنا کرد.

به عنوان یک زن، پروانه کاظمی را تحسین می‌کنم. زن بسیار توانمندی است. او چند سال پیش از این‌هم قدم به عرصه هشت هزار متری‌ها گذاشته و تا امروز زن ایران زنی نداشته‌ایم که به اندازه پروانه کاظمی صعود کرده باشد.

❖ **از صعودها و فراز و نشیب‌های رسیدن به رؤیای بگو.**

ما خطر می‌کنیم. اما هیچ حمایت مالی نمی‌شویم؛ نه از سوی فدراسیون و نه وزارت ورزش و جوانان. گاهی یک ماه در شرایط دشوار به سر می‌بریم. حتی در چادر و زمان استراحت هم وضعیت عادی نداریم. ورزشی را دنبال می‌کنیم که مستقیماً ریسک جانی دارد. بحث تغذیه، پوششش و تجهیزات با کیفیت در ارتفاعات کشورهای بیگانه، موضوع بسیار مهمی است. من برای هر صعود به جز جست‌وجو برای اسپانسر، دنبال فروش وسایلی هستم که به نظرم دیگر استفاده‌ای ندارد، البته خیلی وقت‌ها هم وسایل لازم را فروخته‌ام. همه ما این‌طوریم، یکی موتور می‌فروشد، دیگری ماشین و آن یکی طلا. هر چیز که ما را به هدف نزدیک‌تر کند، دل می‌کنیم تا بخشی از هزینه صعودمان تأمین شود. ❖

### مجتبی عابدینی: خداحافظی نکردم، فعلاً در خدمت دوستان هستم

# ورود کاپیتان به دنیای مربیگری

مسابقات مختلف چند شاگرد هم داشته‌ام. البته در دو سه سال اخیر و به دلیل این‌که می‌خواستم تمرکز من روی المپیک بیشتر باشد از این فضا فاصله گرفتم اما حالا تاریخ دارد تکرار می‌شود و می‌خواهم این فضا را دوباره تجربه کنم.»

آیا این اتفاق به منزله خداحافظی از دنیای ورزشکاری است؟ مجتبی می‌گوید: «نه اصلاً. فعلاً که همزمان هر دو کار را انجام می‌دهم. پیش می‌رویم تا ببینیم خدا چه می‌خواهد. کار را شروع کرده‌ام و تمام تلاشم این است تا هر روز به اطلاعات خودم اضافه کنم. فیلم‌های زیادی درباره شمشیربازی می‌بینم و سعی می‌کنم خودم را به روز نگه دارم.»

در هفته‌های گذشته خبر رسیده بود که شاید مجتبی عابدینی دستیار امین قربانی در دره پایه‌ها شود. اتفاقی که خودش از آن استقبال می‌کند و می‌گوید: «وقتی قرار است یک کار را شروع کنی باید این اتفاق از یک جایی رقم بخورد. اگر از من بپوخواند چرا که نه. حتماً این کار را انجام خواهم داد.

برای آینده باید از حالا تلاش کرد.»

او در پایان با اشاره به کتف آسیب دیده‌اش که هنوز هم خوب نشده می‌گوید: «من قبلاً دو وز ZPR زیر نظر دکتر اصلانی پزشک بهداد اصلانی تزریق کرده بودم و حالا پرتوی اولین پزشکی که در ساری من را معاینه کرد هم برایم تزریق یک دوز دیگر را تجویز کرده که شاید بعد از اردوی دوم انجام دهم. البته هفته پیش از کتف MRI گرفتم که نشان می‌دهد ۶۰ درصد عضله کتفم پارگی دارد. وقتی در اردوی نوجوانان و جوانان هستم برای این‌که آمادگی بدن‌ام حفظ شود، کنار بچه‌ها تمرین بدنسازی می‌کنم. فعلاً تا اواخر دی ماه مسابقه‌ای نداریم و بیشتر کارهای بدنسازی را انجام می‌دهم.» ❖



## آقای هت‌تریک

درست چند روز بعد از آن‌که نیمار ۲۹ساله اعلام کرد شاید جام جهانی سال آینده در قطر آخرین حضور او در جام‌های جهانی باشد، کریستیانو رونالدو در ۳۶ سالگی به یک رکورد منحصربه‌فرد دیگر در دوران فوتبالی‌اش رسید. تیم ملی پرتغال سه‌شنبه شب و در بازی‌های مقدماتی جام جهانی توانست تیم لوکزامبورگ را با نتیجه ۵ بر صفر شکست دهد.

رونالدو در این بازی هت‌تریک کرد تا تعداد هت‌تریک‌های خود در لباس تیم ملی پرتغال را به عدد ۱۰ برساند. او حالا تنها بازیکنی است که بیشترین هت‌تریک را در رده‌های ملی در اختیار دارد.

ترتیب این ۱۰ هت‌تریک در لباس تیم ملی پرتغال به این ترتیب است: ۱- مقابل ایرلند شمالی در سال

۲۰۱۳-۲- مقابل سوئد در سال

۲۰۱۳-۳- مقابل ارمنستان در

سال ۲۰۱۵-۴- مقابل آندورا در

سال ۲۰۱۶-۵- مقابل جزایر فارو

در سال ۲۰۱۷-۶- مقابل اسپانیا در سال ۲۰۱۸:

۷- مقابل سوئیس در سال ۲۰۱۹: ۹- مقابل

لیتوانی در سال ۲۰۱۹ و ۱۰- مقابل لوکزامبورگ در

سال ۲۰۲۱.

از طرف دیگر، تعداد هت‌تریک‌های کریس در

دوران فوتبالی‌اش به عدد ۵۸ رسیده که به این

ترتیب است: ۱۰ هت‌تریک برای تیم ملی پرتغال،

۳ هت‌تریک برای یوونتوس؛ ۴۴ هت‌تریک برای

رنال مادرید و یک هت‌تریک برای منچستر یونایتد.



وزارت امور ورزشی  
اداره کل راه و شهرسازی استان کردستان

## آگهی فراخوان مناقصه عمومی (نوبت دوم)

**اداره کل راه و شهرسازی استان کردستان در نظر دارد، مناقصه عمومی پروژه زیر را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.**

**۱) تابلو گذاری و نصب نیوجرسی مفصلی قطعه ۲ بزرگراه میاندوآب- کرمانشاه (۴۰۰ متر پیس از پل آدینان تا پلیس راه سقر) با مبلغ برآورد ۹۱/۴۵۴/۱۰۲ ریال و فهرست تجمیع شده راه و باند فرودگاه و زیرسازی راه‌آهن سال ۱۴۰۰**

**۲) تهیه و نصب تابلو و علایم ایمنی راه‌های شریانی استان کردستان با مبلغ برآورد ۷۰۲/۴۰۴/۰۷/۱۶۷ ریال و فهرست راهداری سال ۱۴۰۰**

کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس **www.setadiran.ir** انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت‌نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند

**● نشانی دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت‌ها:**

**آدرس:** کردستان، سنندج، بلوار آزادگان، اداره کل راه و شهرسازی استان کردستان

**● هزینه چاپ کلیه آگهی‌ها به‌عهده برنده مناقصه می‌باشد.**