

تبریز میزبان سمینار آشنایی با مکمل های ورزشی

است و اگر قرار بر مصرف آنها باشد به چه مقدار و به چه اندازه باید مصرف شوند و اینکه آیا فرد مصرف کننده متاهل است یا مجرد و همچنین برای افزایش وزن می خواهد یا کاهش وزن، باید از مربیان حاذق و با علم و با درایت در این حوزه بهره برد. نوانی در پایان از خدمات ارزنده دکتر امیر ساسان به عنوان مربی با تجربه و با علم در حوزه تغذیه در ورزش تقدیر کرده و اظهار داشت: نقش دکتر امیر ساسان در قهرمانی تیم کشتی که با آنالیز و انجام آزمایشات مختلف توده های بدنی ورزشکاران این رشته و برنامه ریزی تغذیه موجب قهرمانی تیم کشتی شد بر کسی پوشیده نیست و امروز اگر فردی از خوزستان یا مشهد و اصفهان علاقمند به شرکت در کلاس های آموزشی آقای دکتر امیر ساسان باشد باید متحمل زحمت و رنج سفر و هزینه گردند ولی امروز این کارگاه بصورت رایگان در اختیار شما عزیزان قرار می گیرد.

مربی بوده و تمام انتظارات ما از قهرمانی یک تیم ارتباط مستقیم با مربی آن تیم ورزشی دارد. رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان تبریز عنوان داشت: مربیان ما باید دانش عالی و کافی در حوزه ورزش را داشته باشند چرا که یک مربی هرچقدر دانش عالی و کافی داشته باشد منجر به افزایش خواهان و طرفداران آن خواهد شد و تاثیر گذاری به مراتب بیشتری در ورزش های همگانی و قهرمانی خواهد داشت. نوانی با اشاره به اهمیت بحث تغذیه در ورزش اذعان کرد: تغذیه و ورزش مکمل یکدیگر هستند و در میدان رقابت، بهره وری ورزشکاران منوط به تغذیه مناسب است لذا امر تغذیه بسیار مهم و ضروری می باشد. وی یادآور شد: در کنار تغذیه سالم در ورزش، مکمل های ورزشی قرار دارند که جای بحث و بررسی دارند که آیا استفاده بکنیم یا خیر؟ بررسی این موضوع که مصرف مکمل های ورزشی چگونه



با همکاری باشگاه شهرداری تبریز و نظارت گروه آموزش اداره کل ورزش و جوانان آذربایجان شرقی در تالار دکتر مبین تبریز برگزار شد. مهدی نوانی ضمن عرض خیر مقدم خدمت اساتید و مربیان و ورزشکاران حاضر در سمینار به اهمیت مربی در حوزه ورزش اشاره کرده و افزود: قلب تپنده ورزش



عصر آزادی/سرویس ورزشی: سمینار آشنایی با مکمل های ورزشی توسط اداره ورزش و جوانان شهرستان تبریز برگزار شد. عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، سرمربی تیم ملی نوجوانان تبریز با مدرسی پروفسور رامین امیر ساسان توسط اداره ورزش و جوانان شهرستان تبریز

صعود به فینال و تاریخ سازی نوجوانان پینگ پنگ ایران

ایران در انتظار چین یا ژاپن

عصر آزادی/سرویس ورزشی:

تیم ملی نوجوانان تنیس روی میز کشورمان با پیروزی ۳ بر ۱ مقابل تیم قدرتمند کره جنوبی برای اولین بار نوجوانان و جوانان آسیا صعود کرد.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، در نیمه نهای مسابقات فینال قهرمانی نوجوانان و جوانان آسیا، تیم تنیس روی میز نوجوانان کشورمان به مصاف کره جنوبی رفت و با پیروزی ۳ بر ۱ مقابل این حریف سرسخت برای اولین بار فینالیست آسیا شد. نوجوانان کشورمان که به عنوان نخستین تیم راهی فینال شدند، در انتظار برنده دیدار چین و ژاپن خواهند بود تا حریف ملی پوشان در فینال مشخص شود.

تیم ملی نوجوانان ایران با ترکیب بنیامین فرجی، فراز شکیبیا، مبین امیری و یونس رحیمی با هدایت مهران احدی و رضا بهدردی به عنوان مربی بدنساز در این مسابقات حاضر است.



سیف الهلی قهرمان دوچرخه سواری استقامت جاده کشور



عصر آزادی/سرویس ورزشی: ملی پوش با سابقه دوچرخه سواری ایران به مقام قهرمانی مسابقات استقامت جاده کشور دست یافت.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، در روز نخست مسابقات دوچرخه سواری قهرمانی کشور جاده آقایان رده های سنی امید و بزرگسالان به میزبانی استان زنجان ۵۱ رکابزن از ۱۵ استان مسیر ۱۵۰ کیلومتری را رکاب زدند.

حامد شهیدی و قادر میزبانی قهرمان سابق دوچرخه سواری کشورمان به عنوان سرداور و نماینده فدراسیون حضور داشتند.

در پایان این رقابت سخت و نفسگیر مهدی آقاکاشی، رکابزن ملی پوش استان قزوین در رده سنی امیدها به مقام قهرمانی دست یافت. در رده سنی بزرگسالان نیز حسن سیفالهی از استان آذربایجان شرقی با ثبت زمان ۲:۲۵:۴۰ ساعت به مقام قهرمانی این مسابقه دست یافت و مرد شماره یک جاده کشور در سال ۱۴۰۳ شد. این مسابقات فردا در بخش تایم تریل انفرادی نیز ادامه خواهد داشت.

اسامی نفرات برتر به شرح زیر است:

نفرات برتر رده سنی امیدها: نفر اول: مهدی آقاکاشی از استان قزوین - نفر دوم: علی لیبی از آذربایجان شرقی - نفر سوم: رامیار قوامی از لرستان

نفرات برتر رده سنی بزرگسالان: نفر اول: حسن سیفالهی از استان آذربایجان شرقی - نفر دوم: حسن علیزاده از آذربایجان شرقی - نفر سوم: مهدی ناطقی از اصفهان

گفتنی است شش نفر از ۱۰ دوچرخه سوار برتر این رقابت ها از استان آذربایجان شرقی بود.

جوانترین ورزشکار المپیک پاریس چند سال سن دارد؟

عصر آزادی/سرویس ورزشی: برخی از ورزشکاران در حالی راهی المپیک پاریس می شوند که نام جوانترین را دارند.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، کمتر از ۳۰ روز دیگر تا المپیک پاریس زمان باقیمانده و ورزشکارانی در ترکیب برخی کشورها قرار دارند که نام جوانترین را با خود حمل می کنند زیرا محدودیت سنی خاصی برای شرکت در مسابقه وجود ندارد، تا زمانی که نشان دهید به اندازه کافی خوب هستید

و می توانید با بهترین های جهان رقابت کنید، مگر اینکه یک فدراسیون ورزشی خاص قفل خود را روی سن تعیین کند.

در زیر نگاهی به جوانترین ورزشکاران در المپیک پاریس می اندازیم:

اسکای براون، تیم اسکیت برد انگلیس: ۱۵ سال سن - هزلی ریورا تیم ژیمناستیک آمریکا: ۱۶ سال سن

کوئینسی ویلسون تیم دو و میدانی آمریکا: ۱۶ ساله

لولا تمپلینگ تیم اسکیت برد انگلیس: ۱۶ ساله - حومینیکا بانویچ تیم بریکینگ لیتوانی: ۱۷ ساله

اوبری کیم ورزشکار شنای پارالمپیک تیم آمریکا: ۱۷ ساله

مینا استس از تیم اسکیت برد آمریکا: ۱۷ ساله

الکس شاکل تیم شنای آمریکا: ۱۷ ساله

فیبی گیل از تیم دوومیدانی انگلیس: ۱۷ ساله

سامر مک اینتاش از تیم شنای کانادا: ۱۷ ساله

توماس هیلمن تیم شنای آمریکا: ۱۷ ساله

اوا اوربوف از تیم شنای انگلیس: ۱۷ ساله

بایلیست آدیس از تیم تیراندازی با کمان فرانسه: ۱۷ ساله



بازدید از ۳۶ باشگاه های ورزشی تبریز

باشگاه ها، بیمه های ورزشی و پروانه های باشگاه ها، به باشگاه های متخلف هشدار و از باشگاه های نمونه قدر دانی شد. گفتنی است بازدید از باشگاه ها در اولویت اداره کل ورزش و جوانان استان و شهرستان های استان بوده و این بازدید ادامه خواهد داشت.

متشکل از مدیرکل، معاونین و مسئولین اداره کل ورزش و جوانان استان و شهرستان تبریز به صورت سرزده از ۳۶ باشگاه ورزشی مناطق مختلف سطح تبریز بازدید کردند.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، در این بازدید ضمن بررسی وضعیت

عصر آزادی/سرویس ورزشی: مدیرکل و مسئولان اداره کل ورزش و جوانان استان آذربایجان شرقی از ۳۶ باشگاه های ورزشی تبریز بازدید سرزده کردند.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، دو اکیب اداره کل ورزش و جوانان استان



مراسم استقبال از قهرمان حرفه ای رقابتهای پرورش اندام ایتالیا برگزار شد

عصر آزادی/سرویس ورزشی: آتین

استقبال از بهروز تابانی قهرمان ارزننده مسابقات حرفه ای پرورش اندام ایتالیا با حضور مسئولین ورزش استان آذربایجان شرقی در فرودگاه شهید مدنی تبریز برگزار شد.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، در این آتین، حبیب ستوده نژاد مدیرکل اداره ورزش و جوانان آذربایجان شرقی، سرهنگ عظیمی

رئیس سازمان بسیج ورزشکاران، دهقان رئیس گروه قهرمانی، مهدی نوانی رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان تبریز و جامعه ورزش پرورش اندام حضور داشتند. گفتنی است؛ مسابقات فلکس و یکند قهرمانی رقابت های سنگین وزن حرفه ای در رشته پرورش اندام روز یکشنبه سوم تیرماه در کشور ایتالیا برگزار شد و در این رقابت ها بهروز تابانی قهرمان اهل سراب که پیشتر نیز در مسابقات مختلف عناوین خوش رنگ همچون قهرمانی جهان، قهرمانی اورال جهان و غیره بدست آورده بود، توانست با درخشش فوق العاده ای که داشت به عنوان قهرمانی رقابت ها دست پیدا کند و جواز حضور در مستر المپیا اسمال را بدست آورد.



برگزاری دوره کار آموزی مقدماتی یخ و برف توسط باشگاه کوهنوردی قارتال شهرستان مراغه؛

عصر آزادی/سرویس ورزشی: این دوره در مورخه ۶ و ۷ تیرماه ۱۴۰۳ در منطقه قله کمال تبریز با شرکت ۴ نفر کارآموز و با حضور مدرسین رسمی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ایران آقایان فرهاد برادران باقری و علی اصغر ابراهیمی، توسط باشگاه کوهنوردی قارتال شهرستان مراغه برگزار گردید.

فرصت ۳ روزه بیرانوند و ترابی برای بازگشت به پرسپولیس!



مدیرعامل باشگاه پرسپولیس می گوید این باشگاه تا آخر هفته به مهدی ترابی و علیرضا بیرانوند فرصت داده که درباره بازگشت به پرسپولیس تصمیم بگیرند. به گزارش ایسنا، رضا درویش درباره آخرین وضعیت کارلوس گاردیو اظهار کرد: شورای برون مرزی مجوز او را صادر کرده اما گفتند یکسری از مدارکش کامل نبوده و نیازمند بوده مدارک را ارائه کند و ما این کار را انجام دادیم تا طی چند روز آینده مجوز صادر شود.

او درباره وضعیت مهدی ترابی و بیرانوند هم گفت: نامه ای به این دو بازیکن دادیم و خواستیم تا آخر هفته به ما پاسخ بدهند که آیا به پرسپولیس می آیند یا خیر.

درخواست مهدی تاج برای برگزاری بازی های لیگ برتر در آخر هفته

بر اساس درخواست رئیس فدراسیون فوتبال، قرار است بیشتر بازی های لیگ برتر در فصل آینده در روزهای پنجشنبه و جمعه برگزار شود.

به گزارش ایسنا، مهدی تاج، رئیس فدراسیون فوتبال در حاشیه جلسه چهارم ستاد آماده سازی ورزشگاه ها برای لیگ بیست و چهارم در رابطه با زمان بازی ها با مسئولان سازمان لیگ صحبت کرد. او در رابطه با این موضوع به کشوری فرد، سرپرست کمیته مسابقات سازمان لیگ تاکید کرد که اولویت برگزاری بازی های لیگ برتر روزهای پنجشنبه و جمعه باشد. کشوری فرد هم در پاسخ به درخواست رئیس فدراسیون فوتبال اعلام کرد که سازمان لیگ تلاش می کند تا به این شکل برنامه ریزی داشته باشد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۴/۱۳



آگهی فراخوان عمومی (مرحله دوم)

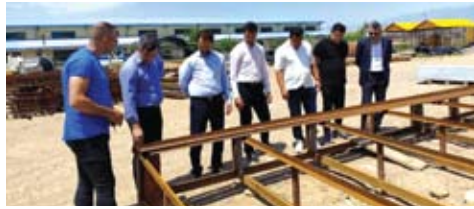
انتخاب حسابرس سال ۱۴۰۲ شهرداری تبریز (شورای شهر - مرکز و مناطق - سازمان ها - شرکت ها و موسسات وابسته)

شورای اسلامی کلانشهر تبریز در نظر دارد به استناد ماده ۱۱ دستورالعمل اصلاحی نظارت برچگونگی انجام حسابرسی شهرداری ها و سازمان های همیاری شهرداری ها (ابلاغیه شماره ۹۴۱۵۱ مورخه ۱۴۰۲/۰۴/۰۶ اداره کل دفتر امور شهری و شوراهای استانداری) نسبت به انتخاب حسابرس جهت حسابرسی صورت های مالی منتهی به ۲۹ اسفند سال ۱۴۰۲ شورای اسلامی کلانشهر تبریز، شهرداری تبریز (مرکز و مناطق ده گانه)، سازمان ها، شرکت ها و موسسات وابسته از بین موسسات حسابرسی عضو جامعه حسابداران رسمی ایران و دارای رتبه یک وزارت کشور که دفتر اصلی آنها در تبریز بوده یا دارای شریک مقیم در تبریز باشند، اقدام نماید.

بدین وسیله از موسسات حسابرسی حائز شرایط علاقمند به همکاری دعوت می شود رزومه کاری و اسامی همکاران موسسه و سایر مدارک مورد لزوم را **حداکثر تا دو هفته از تاریخ انتشار این آگهی** به دبیرخانه شورای اسلامی کلانشهر تبریز واقع در بلوار دوکمال، ساختمان جدید شورا، طبقه همکف تسلیم و رسید دریافت نمایند.

شورای اسلامی کلانشهر تبریز

سومین سکوی تخصصی ووشو آذربایجان شرقی افتتاح خواهد شد



عصر آزادی/سرویس ورزشی: رئیس هیئت ووشو آذربایجان شرقی گفت: سومین سکوی تخصصی ووشو استان در منطقه آزاد ارس افتتاح خواهد شد.

عصر آزادی/ فرهادفرهادپور، عبدالعلی ابراهیمی در حاشیه بازدید از تمرینات تیم ساندا استان در منطقه آزاد ارس، افزود: در حال حاضر ۲ سکوی تخصصی ووشو ساندا در استان فعال می باشد و سومین سکوی تخصصی ووشو به همت منطقه آزاد ارس و اداره ورزش و جوانان شهرستان جلفا بزودی افتتاح خواهد شد. رئیس هیئت ووشو آذربایجان شرقی عنوان داشت: سکوی تخصصی ووشو ساندا منطقه آزاد ارس با مبلغی بالغ بر پنج میلیارد ریال برای توسعه ورزش ووشو در سطح استان افتتاح خواهد شد. ابراهیمی اضافه کرد: سکوی تخصصی ووشو ساندا در حال حاضر در شهرستان تبریز و مرند فعال می باشد که بعد از افتتاح سکوی منطقه آزاد ارس امیدواریم شاهد درخشش ووشوکاران استان باشیم. وی اذعان داشت: سعی خواهیم کرد مسابقات ووشو قهرمانی کشور را در این منطقه برگزار کنیم تا از ظرفیت های بالقوه منطقه آزاد ارس بهره ببریم. گفتنی است، در این دیدار حسن قویدل دبیر هیئت ووشو استان، صفر زاده رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان جلفا، فیض نژاد مسئول بازرسی منطقه آزاد ارس و رئیس هیئت ووشو منطقه آزاد ارس، خان مرادی مسئول ورزش منطقه آزاد ارس، رضا پور رئیس هیئت ووشو شهرستان جلفا عبدالعلی ابراهیمی را همراهی کردند.