

داربی های استقلال ، پرسپولیس از ابتدا تا کنون

محمدرضا پولادی

مدیر وقت استقلال کاظم اولیایی هم به دام پهن شده فدراسیون انداخت و برای اولین بار قهرمان دو دوره آسیا را به لیگ سه برده چرند که استقلال با



دیدار سی و هفتم

جام برتر تهران جهت معرفی چهار نماینده در لیگ سراسری

جمعه یازدهم دیماه ۱۳۷۱

ورزشگاه آزادی

استقلال صفر پرسپولیس صفر

داور:حسین خوشخوان با کمکهای منوچهر ایلدوم و محمد فناپی تماشاگر:۹۰۰ هزار نفر

استقلال: احمد رضا عابدزاده- مسعود غفورپاهی اصل - شاهین بیانی (کاپیتان) - مهدی پاشازاده- فرشاد فلاحت زاده- کورش پختیاری زاده(ایمان عالی) -حمود صالح آبادی-صادق ورمزباز- عباس سرخاب - عادل حردانی(میرشاد ماجدی) - امیرقلعه نوحی)وعبدالصمد مرفاوی

سرمری: دکتر بیژن ذالفقارنسب

پرسپولیس: نادر باقری-محمد خاکیور-محمد پنجعلی(کاپیتان) -

امیر موسوی نیا سعید نعیب آبادی(محمد کلهچر)حمیدروزبهبانی -

حمید استیلی - حسین عبدی-بهبزاد داداش زاده-ناصر محمدخانی و حسن شیرمحمدی

سرمری: علی پروین

شرح بازی: پس از پایان لیگ سراسری سال ۱۳۷۱ که در دو گروه برگزار شده بود و چهار تیم پاس، پرسپولیس، تراکتور سازی و کشاورز تهران به دور نیمه

نهایی صعود کرده بودند فدراسیون فوتبال ایران در یک اقدام بی خردانه

پران شد که لیگ سال بعد را سهمیه بندی کند در این سهمیه بندی فدراسیون

تهران دارای چهار سهمیه شده بود. فدراسیون با انجام یک دوره مسابقه بنام

سوپر جام که با شرکت هشت تیم (پاس -

پرسپولیس- استقلال - کشاورز- سایپا- بانک

تجارت- گسترش و پورا) برگزار نمود. در

هفته اول استقلال به دیدار پاس قهرمان لیگ

رفت که بازی با نتیجه مساوی تمام شد در هفته

دوم استقلال به دیدار حریف دیرینه خود

پرسپولیس رفت درست بعد از این بازی بود

که فدراسیون فوتبال ایران در یک اقدام

کاملاً بی خردانه اعلام کرد که دو تیم پاس

و پرسپولیس که در لیگ قهرمان نایب قهرمان

شده اند بدون احتساب مسابقات سوپر جام

مستقیماً در لیگ سال بعد حاضر خواهند بود

و شش تیم دیگر باید برای کسب دو سهمیه

باقی مانده تلاش کنند.

و این شد که دو تیم کشاورز و سایپا موفق به

صعود به لیگ شدند و استقلال سوم رقیبها

شد.

فدراسیون که اشتباهاتش اظهر من الشمس

شده بود به استقلال پیشنهاد لیگ دسته سوم با

شرکت در جام باشگاههای تهران را کرد که

کسب قهرمانی در لیگ سه به لیگ دسته اول صعود کرد ولیکن فدراسیون آن

زمان که اساس ویرانی فوتبال ایران را بی ریزی کرده بود قانون سال قبل

خود را مجدداً نقض کرده و استقلال را مجبور به شرکت در سوپر جام تهران

کرد. استقلال با مربیگری رضا نعلیچگر و با اقتدار کامل قهرمان سوپر لیگ

شد تا فدراسیون مجبور به امضای ورود استقلال به لیگ کند.

بازی دو تیم به مانند گذشته با خشونت و جنگ روانی آغاز شد استقلال با

انگیزه و تعجیل بیشتر رو به یک بازی احساسی آورده بود و خطرات پراکنده

ای را بر روی دروازه حریف ایجاد کرد در نیمه دوم استقلال دو مهاجم جوان

را به ترکیب خود اضافه کرد تا بلکه بتواند

ناکامی در لیگ را با شکست حریف قدیمی

خود جبران کند ولی تجربه مدافعان

پرسپولیس و دوند گیهای استیلی جوان

و داداش زاده تکنیکی این اجازه را از آبی

پوشان گرفته بود در دقیقه ۸۰ استقلال امیر

قلعه نوعی را جایگزین ماجدی کرد

و سرخاب را از خط هافبک به جای اصلی

خود آورد قلعه نوعی در اولین ثانیه ورود خود

بعد از قریب دو سال مصدومیت با یک ضربه

کاشته تیر افقی پرسپولیس را لرزاند از این

دقیقه استقلال سر را حمله شده بود ولی با

سوت خوشخوان یک مساوی دیگر در

کارنامه دربی ها به ثبت رسید.

از نکات بارز این دیدار حضور دکتر ذالفقار

نسب از بزرگان پرسپولیس روی نیمکت

استقلال بود که این خود برای اولین بار بود

همچنین حضور پاشازاده، استیلی و خاکیور

برای اولین بار در دربی بود آخرین دربی

احمدرضا عابدزاده با پیراهن استقلال بود.

فوتبال ایرانی: حاشیه ایرانی

محمدرضا پولادی

حاج صفی سعی بر از کار انداختن موتورهای استقلال را داشت ولی از یک



نکنه سوپرپرایز شد و آنهم وجود یک فرهاد مجیدی پراکنجه از همان آغاز

بازی در ترکیب استقلال بود.

کرانچار زمانی که مجبوره تعویض اجباری و ده نفره شدن تیمش شد فاصله

خط حمله و خط هافبک با خط دفاعی را کم کرد و روبرو یک بازی

پرفشار آورد و چشم امید به ضد حمله خطرناک دو مهاجم تیز نو خود زد که

اتفاقاً در اینکار هم موفق شد دروازه رقیب را باز کند.

قلعه نوعی وقتی با مصدومیت بیگ زاده مواجه شد محمدرضایی را جانشین

او کرد ولی بعد از ورود این بازیکن و با اشتباه و حسناکی که کرد سوکای

جوهر زاینده رود در موقعیت تک به تک با منتظری قرارداد. بزمان که در

حال حاضر بهترین مدافع آخر فوتبال ایران است اشتباهی را مرتکب شد که

در دربی معروف تهران (۳-۲) بنفع پرسپولیس آنرا تکرار کرده بود.

منتظری با اعتمادبفلس که بعضی وقتا کار دستش میدهد سوکای را درمکنه

قرار نداد تا او به سادگی نوید کیا را صاحب توپ کند

در دقیق ۷۵ بازی مجیدی از زمین بیرون رفت و از این

دقیقه بود که دیگر خبری از حملات آبی پوشان به

گوش نرسید و آبیهای تهران فقط با احساساتشان دربی

کسب گل بودند و مدافعان سپاهان با خیال آسوده در

فکر دفع توپهای تکراری و سائترهای بی خطر حیدری

و حمودی و اگر اشتباه ایران نژاد که ستاره سپاهان تا

این لحظه از بازی نبود شاید استقلال بدترین باخت

خود را تجربه میکرد.

بازی با همه حرف و حدیث هایش با نتیجه مساوی تمام

شد و برنده واقعی آن هفتاد هزار نفری بودند که تا

آخرین ثانیه بازی تیم خود را تشویق و ترغیب به حمله

کرده بودند.

ترفند امیر جواب داد و او با بازی دادن به مجیدی یک

تنه همراهی تماشاگران وجو ورزشگاه را برای خود

خرید و ثابت کرد فوتبال ایران وحاشیه آنرا را بخوبی میشناسد.

دو هفته پایانی به مانند ادوار قبل پراز هیجان دلپرهه برای دو تیم سپاهان و

استقلال است و هر کدام که بتوانند آرامش خود را حفظ کنند بیشتر به جام

نزدیک می شوند.



خوش تغییر کند.

کرانچار که یکی از بهترین وفنی ترین مربیان خارجی شاغل در فوتبال ایران

است از شروع کار با سپردن جباری به امید ابراهیمی و خسرو حیدری به احسان

نزدیک می شوند.

مژده به کیل ها !! برای لاغر شدن بخورید

می شود. بنابراین مراقب باشید که چه نوع سوپی می خورید.

لفل قرمز

محققان دریافته اند خوردن فلفل تند، متابولیسم بدن را بالا برده و اشتها را

تقلیل می هد و این به علت وجود ماده جادویی به نام کپسایسین در فلفل

است. کپسایسین موقتاً بدن را برای ترشح بیشتر هورمون های استرس زا

تحریک می کند که این عمل متابولیسم را بالا برده و باعث می شود که کالری

بیشتری بسوزانید. پژوهش روی ۱۳ زن که در زاین که صبحانه را با فلفل قرمز

می خوردند (مثل املت تند) نشان داده است که آنها ناهار را کمتر از حد معمول

می خوردند.

سیب و گلابی

سیب و گلابی از میوه های مناسب حال تپل ها است که هم سیر کننده است

و هم رفع تشنگی می کند. علاوه بر اینها دارای

مقدار زیادی ویتامین و مواد معدنی است. محاسبات

سازمان غذا و داروی آمریکا نشان داده یک گلابی

متوسط شش گرم فیبر دارد. در میوه ها سیب با سه

گرم فیبر در جایگاه دوم است. سیب و گلابی هر دو

فیبر پکتین دارند که سطح قند خون را کاهش

می دهند و باعث می شوند از میان وعده های پر

کالری بپرهیزید.

اسفنج

سبزیجاتی که برگ های سبز رنگ و پهن دارند بیش

از هر ماده غذایی دیگری تامین کننده مواد مغذی

هستند. اسفنج غنی از ویتامین C، بتاکاروتن و منیزیم

و یک منبع عالی فیبر است. اسفنج سرشار از آهن

است و آهنی را در اختیار بدن قرار می دهد که در

مقایسه با گوشت قرمز کالری بسیار کمتری دارد و

کاملاً فاقد چربی است. خیر خوب اینکه یک

فنجان اسفنج جوشانده فقط ۴۱ کالری انرژی دارد

و اگر دوست دارید یک وعده غذایی بسیار مقوی و کم کالری در برنامه

غذایی خود قرار دهید، توصیه می کنیم با اسفنج و ماست کم چرب یک

برای خوشمزه درست کنید. ماست کم چرب بسیار کم کالری و منبع غنی از

کلسیم است. طبق تحقیقات انجام گرفته محصولات لبنی که کاهش وزن کمک

زیادی می کند.

سالاد کاهو

اگر هنگام غذا خوردن تمایل به پر خوری دارید، عادت وارد کردن کالری زیاد

به بدن را با خوردن یک ظرف سالاد کاهو بزرگ که با خیار، هویج و گوجه

فراوان ترین شده است، مهار کنید. البته از سس های پر چرب روی آن

بپرهیزید. تحقیقات روی ۲۲ زن نشان داده آتهایی که غذا را با یک سالاد بزرگ

شروع می کنند، ۱۲ درصد کمتر غذا می خوردند حتی اگر خوشمزه ترین

غذاها در اختیارشان گذاشته شود.

توصیه می کنیم که این سالاد را با سرکه و روغن زیتون میل کنید چون سرکه

ماده محرک و شکم پر کنی است که اسید استیک آن عبور غذا را از معده به

روده کوچک آرام می کند. بنابراین شکم مدت طولانی تری پر

می ماند. امتیازات این رژیم غذایی این است که سطح ویتامین B، اسید فولیک

، لیکوپن و کارنوتوئید ها که همگی قاتل امراض هستند در بدن بسیار بالا می رود.

هر وقت صحبت از لاغری و رسیدن به اندامی زیبا و مناسب می شود، هر کس

اطلاعاتی را که از این سو و آن سو به میان می آورد و در آخر فقط به این

موضوع اشاره می شود که کم بخورید یا اصلاً نخورید.

رژیم لاغری

البته فقط آن دسته از مواد غذایی را که به آن اشاره می کنیم. یکسری مواد

غذایی را که به آن اشاره می کنیم. یکسری مواد غذایی وجود دارند که به نام

«غذاهای با کالری منفی» معرف هستند. این مواد غذایی انرژی زیادی برای

هضم خود دارند و بدن را مجبور می کنند انرژی بیشتری بسوزاند و در عین

حال بدن نمی تواند کالری زیادی از آنها برای خود ذخیره کند. غذاهای غنی

از ویتامین A، ملاح و فیبر هستند. ویتامین ها بافت های بدن را تحریک می کنند

تا آنزیم تولید کنند و این آنزیم ها باعث تجزیه و مصرف انرژی موجود در

غذاهای می شوند.

آب

تحقیقات جدید نشان داده است نوشیدن آب، کاهش

وزن را تسریع می کند. محققان در کشور آلمان با

تحقیق روی افراد دریافته اند که متابولیسم بدن با

نوشیدن حداقل هشت لیوان آب در روز تا ۳۰ درصد

افزایش می یابد.

این نوشیدنی طبیعی اشتها را نیز کاهش می دهد و با

کمک به دفع سبم و سموم بدن، نفخ و بادشکم را نیز

از بین می برد. نوشیدن میزان کافی آب در روز باعث

می شود دیگر تشنگی را با گرسنگی اشتباه نگریسد!

گرمپ فروت

رژیم گرمپ فروت افسانه نیست! محققان دریافته اند

افرادی که بیش از هر وعده غذایی یک نصفه گرمپ

فروت مصرف کنند به طور متوسط طی دو هفته ۵/۱

کیلو وزن کم می کنند. فیتو کمیکال های موجود در

این میوه سطح انسولین را کاهش می دهند و این

فرآیند بدن را مجبور می کند به جای تبدیل کالری ها به چربی، آنها را به

انرژی تبدیل کند.

کلم بروکلی

تحقیقات بسیار زیادی رابطه بین کلسیم و کاهش وزن را به اثبات رسانده

است. کلم بروکلی نه تنها سرشار از کلسیم است بلکه حاوی مقدار زیادی

ویتامین است که جذب کلسیم را نیز بالا می برد. این سبزی مفید خاصیت

سیرکنندگی زیادی دارد و بسیار کم کالری است. برای اطلاعات بیشتر بد

نیست بدانید یک فنجان آن فقط ۲۰ کالری انرژی دارد. البته گل کلم، کلم

قرمز و کلم سفید نیز از این قاعده مستثنا نیستند.

سوپ

با خوردن یک کاسه سوپ به عنوان پیش غذا، هم کمتر غذا خواهید خورد و

هم سریع تر چربی می سوزانید. این غذا گرم به خاطر اینکه بیشتر چمشمش را

آب تشکیل می دهد کم کالری است و به همین خاطر تپل ها با خیال راحت

چند بار بشقابشان را پر از سوپ می کنند. اما باید حواستان به ترکیبات آن

باشد. مناسب ترین سوپ، سوپ سبزیجات است. یک کاسه از این سوپ تنها

۶۰ کالری انرژی دارد. اما با اضافه کردن شیر کالری اش دو برابر می شود. اگر

در دستور پخت سوپ خامه و کره هم باشد، کالری آن سه یا چهار برابر

۲/۱ آگهی ابلاغ اجرائیه
بموجب اجرائیه شماره ۹۷/۱۲۶۵ مورخ ۳ مورخ ۹۷/۱۲۶۵ صادره از شعبه سوم شورای حل اختلاف کازرون که طی دادنامه شماره ۴۰۷-۹۷/۱۲۶۵ شماره سوم شورای حل اختلاف کازرون قطعی یافته محکوم علیه اسکندر هاشم پور فرزند شیرمحمد محکوم است به پرداخت مبلغ ۲۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال و هزینه دادرسی و خسارت تأخیر تأدیه از تاریخ ۹۷/۳/۳۰ لغایت یوم الوصول در حق محکوم له محمد خزایی بدوینسوله ابلاغ می شود که ظرف هفت روز از تاریخ طرح آگهی نسبت به اجرای مفاد اجرائیه اقدام والا برابر مقررات قانونی حکم مزبور اجرا خواهد شد. رئیس شورای حل اختلاف ف شعبه سوم

۲/۲ آگهی
مرجع رسیدگی شورای حل اختلاف ف حوزه: عنایر عمله به نشانی: فیروزآباد - مجتمع شوراها حل اختلاف
خواهان: علی محمد منفرد محل اقامت: فیروزآباد روستای خویدجان
خواندگان: مهران پور بهرام - حسین حاجی زاده محل اقامت: مجبول المکان
موضوع: انتقال سند موتورسیکلت

رای شورا
به تاریخ فوق در وقت مقرر جلسه ی رسیدگی به تصدی امضا کننده ی زیر تشکیل شده است. با عنایت به محتویات پرونده، ختم رسیدگی را اعلام و به شرح زیر مبادرت به صدور رای می نماید.

برای خصوص خوانده علی محمد منفرد به طریقت خواندگان مهران پور بهرام فرزند اکبر و حسین حاجی زاده فرزند احمد به خواسته انتقال سند یک دستگاه موتورسیکلت شهاب به شماره ۱۸۲۲ فیروزآباد ۱۱ به شماره موتور ۷۳۴۵ و شماره بدنه ۸۱۹۵۹۴۲ به شرح منمکسر در دادخواست تقدیمی و اظهارات خوانده در جلسه رسیدگی و با توجه به پاسخ اعلام از پلیس ۱۰+ که به موجب آن سند موتورسیکلت به نام حسین حاجی زاده می باشد و با عنایت به شهادت شهود که حکایت از صحت انجام معامله بین خوانده و آقای مهران پور بهرام دارد و خواندگان با وصف ابلاغ قانونی اوراق قضایی در جلسه ی شورا حاضر نشده و نسبت به دعوی خوانده دفاعی به عمل نیاورده اند و با توجه به نظریه ی مشورتی اعضای شورا و با احراز وقوع عقد بیع، دعوی خوانده را وارد تشخیص و مستنداً به ماده ۱ قانون شوراها حل اختلاف مواد ۱۰ و ۱۱ و ۱۲ و ۱۳ و بند ۱ ماده ۳۲ قانون مدنی و ماده ۱۸۹ ق. آ. د مدنی حکم به الزام خواندگان که به حضور در یکی از دفاتر استاندارد رسمی و تنظیم سند انتقال رسمی خودرو موتورسیکلت با مشخصات فوق را صادر و اعلام می دارد برای صادره غیابی بوده و بیست روز پس از ابلاغ قبالت خواهی در شورا و بیست روز پس از آن قابل تجدید نظر در محاکم عمومی دادگستری شهرستان فیروزآباد می باشد.

قاضی شعبه عمله شورای ۱۵۰ اختلاف ف فیروزآباد - صمد چوپینه ۲۸۹۹/۱۲۶۹۰

آگهی فروش و مزایده نوبت اول
به موجب پرونده اجرائی ۹۱۰۱۱۷ صادره از شعبه دوم حقوقی فیروزآباد محکوم علیه اسماعیل ناریچ فرزند غلامحسن محکوم گردیده به پرداخت دین لیا پس از توقیف زمین کشاورزی معرفی شده معروف به زمین میرزا بزگی از اراضی گرگان پلاک ۱۸۸/۲ به میزان حدوداً ۵۴۴ متر مربع مشاع از ۷/۵ هکتار زمین کشاورزی که پس از انجام تشریفات قانونی به قیمت ۳۶۳۵۰۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده که از طرفین به قیمت ارزیابی شده اعتراض نشده است و صیح روز پنج شنبه ۱۳۹۷/۲/۲۶ ساعت ۹ صبح جهت فروش و مزایده در شعبه دوم حقوقی فوق در محل اجرای احکام حقوقی دادگستری فیروزآباد تعیین گردیده و مزایده از قیمت کارشناسی شده شروع و شخص یا اشخاصی برنده مزایده محسوب که بالا ترین قیمت را پیشنهاد و ۲۰٪ کل قیمت را فی المجلس و مابقی را ظرف یکماه پرداخت نمایند و کسانی که تمایل به خرید دارند می تواننند ظرف یک هفته قبل از مزایده به اجرای احکام مراجعه تا ترتیب بازدید از زمین کشاورزی فوق داده شود که مزایده های نقل و انتقال به عهده خریدار می باشد. ۲۹