روزنامه طلوع

تاریخ ۲۶ مهر ۱۳۹۵ دوشنبه

صفحه ٤ | شماره ۱۷۹۹ | سال بیست و دوم

علمی

ضرب المثل های جهانی

وقتی که دچار شک و تردید هستی به هیچ گونه اقدامی دست مزن.

●ضرب المثل لاتینی●

راه‌هایی برای اینکه در یک ساعت بیشترین کالری را بسوزانید

کالری سوزاندن یکی از راه‌های چاق نشدن است. معمولا هم کار سختی است. اما شاید راه‌هایی هم باشد که شما در عین حال از آنها لذت ببرید و طی مدت کوتاه یک‌ساعت کالری زیادی بسوزانید.

فکر می‌کنید بهترین راه برای اینکه بیشتری کالری را بسوزانید چیست؟ خوب برای این مسئله راه‌های بسیاری وجود دارد، مثل ورزش کردن که البته می‌تواند در قالب‌های متفاوت به کمک شما بیاید. اما شاید راه‌هایی هم باشد که شما در عین حال از آنها لذت ببرید و طی مدت کوتاه یک‌ساعت کالری زیادی بسوزانید. بخصوص اگر از آن دست آدم‌هایی هستید که همیشه کمبود وقت دارید بهتر است بدانید چه فعالیت‌های ورزشی در مدت زمان کوتاه یک‌ساعت، بیشترین کالری را در بدن شما می‌سوزانند. با این فعالیت‌ها بیشتر آشنا شوید تا برنامه ریزی بهتری برای از بین بردن چربی اضافه کنید:

•یک‌ساعت پیاده روی آهسته؛ ۲۵۵ کالری

برای یک‌ساعت گشت و گذار سلانه سلانه از خانه بیرون بروید و مسافتی دور- ۲ تا ۲/۵ کیلومتر- راه بروید تا ۲۲۵ کالری بسوزانید.

•یک‌ساعت بولینگ؛ ۲۷۳ کالری

ورزش بولینگ درست مانند تایچی می‌تواند در هر یک‌ساعت فعال خود ۲۷۳ کالری از بدن شما کم کند.

•یک‌ساعت تای‌چی؛ ۲۷۳ کالری

تای‌چی یک ورزش رزمی چینی است که اخیرا در ایران پرطرفدار شده. این ورزش اما با حرکت‌های آهسته برنامه‌ریزی شده همراه است که در هر یک‌ساعت ۲۷۳ کالری می‌سوزاند.

بنابراین بدون اینکه نفستان بند بیاید ۲۷۳ کالری می‌سوزانید.

•یک‌ساعت دوچرخه سواری آهسته؛ ۳۶۴ کالری

اگر دوچرخه را بردارید و برای یک‌ساعت به صورت تفریحی مسیری حدودا ۱۰ کیلومتری را با آن طی کنید چیزی معادل ۳۶۴ کالری می‌سوزانید.

•یک‌ساعت والیبال؛ ۳۶۴ کالری

حتی اگر در والیبال یک آماتور به معنای واقعی کلمه هم باشید باز هم یک‌ساعت بازی والیبال می‌تواند از شما ۳۶۴ کالری بسوزاند.

•یک‌ساعت یوگای قدرتی؛ ۳۶۴ کالری

شما در این یوگا، حرکت‌های قدرتی را تجربه می‌کنید که ورزش را برایتان کمی سنگین می‌کند، البته این یوگا مختص آنهایی است که در این ورزش به یک حرفه‌ای تبدیل شده‌اند.

•یک‌ساعت گلف؛ ۳۹۱ کالری

البته به شرط اینکه اول، حوصله‌تان از این ورزش سر نرود و دوم هم اینکه وسایل را خودتان حمل کنید بابت هر یک‌ساعت ۳۱۹ کالری می‌سوزانید.

•یک‌ساعت اسکی در سراشیبی؛ ۳۹۱ کالری

اسکی از جمله ورزش‌های کالری سوز است که می‌تواند حسابی لاغرتان کند. یک ساعت اسکی در سراشیبی ۳۹۱ کالری از شما کم می‌کند.

•ایروبیک سبک؛ ۴۵۵ کالری

ایروبیک سبک یا همان ورزش‌های هوازی از نوع سبک می‌تواند در یک‌ساعت ۴۵۵ کالری از شما بگیرد که اتفاقا عدد قابل توجهی است.

•یک‌ساعت ورزش با دستگاه الیپتیکال؛ ۴۵۵ کالری

اگرچه همه آنهایی که با این دستگاه کار کرده‌اند معتقدند یکی از سخت‌ترین کارهاست اما شاید اگر این را بدانید که یک‌ساعت ورزش با این دستگاه ۴۵۵ کالری از شما میسوزاند بیشتر انگیزه بگیرید.

•ایروبیک در آب؛ ۵۰۱ کالری

خوب قطعا با ورزش سختی روبه رو هستید اما یکی از بهترین راه‌ها برای سوزاندن کالری هر چه بیشتر در یک‌ساعت، ایروبیک در آب است. در یک‌ساعت ۵۰۱ کالری می‌سوزانید.

•یک‌ساعت پیاده‌روی (هایکینگ)؛ ۵۴۶ کالری

پیاده روی حرفه‌ای، پارو زدن و اسکی روی آب هرکدام به مدت یک‌ساعت می‌توانند ۵۴۶ کالری از شما بسوزانند. پس برای یک پیاده روی پر فراز و نشیب آماده شوید.

•یک‌ساعت ایروبیک سنگین؛ ۶۶۴ کالری

اگر مدت‌هاست ایروبیک کار می‌کنید و حالا آنقدر حرفه‌ای شده‌اید که سراغ هوازی‌های سنگین بروید پس بدانید که در هر یک ساعت ۶۶۴ کالری را از بین می‌برید.

•یک‌ساعت اسکیت؛ ۶۸۳ کالری

وقتی ورزش اسکیت را جدی بگیرید و سخت کار کنید، می‌توانید در یک‌ساعت ۶۸۳ کالری بسوزانید.

•یک‌ساعت بسکتبال؛ ۷۲۸ کالری

اگر اهل یکی از این ورزش‌ها هستید، بسکتبال یا تنیس تک نفره پس باید بدانید که یک‌ساعت از هر کدام این ورزش‌ها عددی معادل ۷۲۸ کالری از شما می‌سوزاند.

•یک‌ساعت دویدن؛ ۷۵۵ کالری

اگر یک مسیر حدود ۵ تا ۶ کیلومتری را در یک‌ساعت بدوید می‌توانید ۷۵۵ کالری را بسوزانید و بابت شام سنگین شب قبل کمی خیالتان راحت شود.

•یک‌ساعت پله‌نوردی؛ ۸۱۹ کالری

اگر به دنبال سوزاندن هر چه بیشتر کالری‌ها هستید و البته زانوهایتان هم مشکلی ندارد این را بدانید که پله‌ها را به سمت بالا دویدن به مدت یک‌ساعت ۸۱۹ کالری از شما می‌سوزاند.

•یک‌ساعت شنای سخت؛ ۸۹۲ کالری

هر چقدر شنا کردن شدت بیشتری داشته باشد شما وزن بیشتری هم کم می‌کنید. یک‌ساعت شنای سخت باعث می‌شود ۸۹۲ کالری بسوزانید.

•یک‌ساعت تکواندو؛ ۹۳۷ کالری

یکی از بیشترین کالری سوزی‌ها بین ورزش‌ها به تکواندو مربوط می‌شود، یک‌ساعت تکواندو به شما کمک می‌کند که ۹۳۷ کالری بسوزانید.

•یک‌ساعت طناب بازی؛ ۱۰۴۷ کالری

شاید باورتان نشود اما روزی یک‌ساعت طناب بازی به شما کمک می‌کند تا روزانه ۱۰۴۷ کالری بسوزانید. با این تفاسیر شما می‌توانید با روزی یک‌ساعت طناب بازی هرگز چاق نشوید. هم مفرح است هم کالری سوز.

دمنوش قوی برای رفع استرس و اضطراب

زندگی پرهیجان روزمره، استرس و سردردهای مزمن را می‌توان با استفاده از این دمنوش خانگی پرخاصیت کاملاً برطرف کرد.

مخلوط آب لیمو ترش و عصاره اسطوخدوس یک معجزه برای درمان فوری سردرد و ایجاد آرامش در افرادی است که در معرض هیجان و دلهره قرار دارند یا کیفیت زندگیشان به دلیل ناتوانی در مهار استرس افت کرده است.

در پایان یک روز کاری پرفشار می توانید به روشی ساده استرس و سردرد را ازخود دور کنید. به منظور تهیه این دمنوش خانگی که می توان آن را قبل از خواب مصرف کرد، به یک قطره عصاره گل اسطوخودوس، یک فنجان عسل طبیعی، شش فنجان آب، سه عدد لیمو ترش تازه و مقداری برگ اسطوخودوس نیاز دارید.

تمامی این مواد را با هم مخلوط کرده و در یک تابه آن را حرارت ملایم دهید تا یک ترکیب یکدست درست شود. می توانید آن را حتی در یخچال هم نگهداری کنید.

اسطوخودوس دارای خواص درمانی فراوانی است و کارشناسان بیش از ۱۵۰ ترکیب فعال را در آن شناسایی کرده اند برای سلامت بدن بسیار مفید است.

خاصیت ضد افسردگی، ضد میکروبی، التیام بخش زخم و درد، سم زدایی از بدن، آرام بخشی گرفتگی عضلات بدن، خواص ضد باکتری، ضد قارچی و برطرف کنندگی التهاب بدن از جمله مهم ترین فواید استفاده از اسطوخودوس است.

حتی بو کردن اسطوخودوس می تواند باعث رفع استرس و اضطراب در افراد شود، کارشناسان با بررسی دانش آموزان قبل و بعد از بوییدن اسطوخودوس، دریافتند که میزان راندمان درسی دانش آموزان و نمرات درس ریاضی در آنها، پس از بو کردن رایحه اسطوخودوس بالاتر رفته است.

پزشکان حتی از عطر اسطوخودوس برای کاهش میزان استرس و نگرانی بیماران قبل از عمل جراحی استفاده می کنند، و یا بیمارانی که با روغن عصاره اسطوخودوس فیزیوتراپی شده اند نتایج درمانی بهتری کسب کرده اند.

اسطوخودوس هم به صورت عصاره و هم به صورت برگ های گل خشک شده در عطاری‌ها وجود دارد اما برای دستیابی به بهترین نتیجه بهتر است از گل خشک شده تازه اسطوخودوس استفاده شود.

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۹۵۶۰۳۲۴۰۰۱۰۰۰۷۲۷ مورخ ۹۵/۲/۱۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندر گناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای امرالله امیری فرزند سهراب صادره از گناوه را در ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۵۲۷۹۸/۷۷ مترمربع در قسمتی از پلاک ۹۱۷ واقع در امامزاده گناوه محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۷۰۰ / م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۱ **مجید امیری – رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۹۵۶۰۳۲۴۰۰۱۰۰۰۷۳۱ مورخ ۹۵/۲/۱۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندر گناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای ناصر امیری فرزند قایدمراد صادره از گناوه را در ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۱۹۲۷۲ مترمربع در قسمتی از پلاک ۹۱۷ واقع در امامزاده گناوه محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۷۰۱ / م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۲ **مجید امیری – رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۹۵۶۰۳۲۴۰۰۱۰۰۰۷۲۸ مورخ ۹۵/۲/۱۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندر گناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای امان الله امیری فرزند سهراب صادره از بهبهان را در ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۲۰۷۴۴ مترمربع در قسمتی از پلاک ۹۱۷ واقع در امامزاده گناوه محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۶۹۸ / م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۸ **مجید امیری – رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر رأی شماره ۱۳۹۴۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۲۲۵۴ مورخ ۱۳۹۴/۷/۱۲ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم نازیتا دانش فرزند علی اکبر به شماره شناسنامه ۲۳ صادره از آباده به شماره ملی ۲۴۱۱۴۵۱۳۴۲ در ششدانگ قسمتی از یک باب خانه به مساحت ۴۴/۷۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۵۸۶۲ واقع در اقلید بخش ۱۵ فارس مزرعه صغادالاسود سفلی خیابان هجرت که جهت آن پلاک ۵۸۶۲/۶ منظور گردیده خریداری از مالک رسمی آقای نوروز گرامی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست اخذ و به اداره ثبت تحویل نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۳۰۵/ م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۸/۱۰

۲۲۵۸۱ **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

۲۷۵/ م الف **آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن** ۲۲۵۰۱/۱۲۵۴۹

برابر رأی شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۱ مورخ ۹۵/۵/۳۱ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تصرفات مالکانه و بلامعارض آقای رضا فارسی فرزند کاکاخان به شماره شناسنامه ۳ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۷۸۳۸۰۵ در موازی ۸۹۰۰۰ مترمربع مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۰۵۱۲۱ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۳۰ واقع در اقلید بخش ۱۶ فارس سرحد چهاردانگه مزرعه اله آباد که جهت آن پلاک ۱۲۴ فرعی از ۳۰ منظور گردیده خریداری از مالک رسمی آقای فتح اله شهبازی احدی از وراث مرحومه خانم گلشاد غنی موضوع کل سهم الارث به مساحت ۸/۹ هکتار گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست اخذ و به اداره ثبت تحویل نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۷/۲۶ **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر آراء صادره هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد.

۱- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۵۰۵ مورخ ۱۳۹۵/۶/۱۳ آقای مهدی دهقان فرزند محمدخلیل به شماره شناسنامه ۲۴۷ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۶۰۷۷۳۱ در دو دانگ مشاع از ششدانگ یک درب باغ به مساحت ۶۱۳۸ مترمربع واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید مزرعه بزبند معروف به درب افشاء کل پلاک ۸۷۱۵ انتقال ملک از مالک رسمی آقای حاج غلامرضا دهقان

۲- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۵۰۴ مورخ ۱۳۹۵/۶/۱۳ آقای عباس دهقان فرزند محمدخلیل به شماره شناسنامه ۱۰۳۲۵ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۸۹۴۳۱۶۷ در دو دانگ مشاع از ششدانگ یک درب باغ به مساحت ۶۱۳۸ مترمربع واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید مزرعه بزبند معروف به درب افشاء کل پلاک ۸۷۱۵ انتقال ملک از مالک رسمی آقای حاج غلامرضا دهقان

۳- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۵۰۶ مورخ ۱۳۹۵/۶/۱۳ آقای کاظم دهقان فرزند محمدخلیل به شماره شناسنامه ۱۵۵۰۶ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۸۹۹۴۱۰۱ در دو دانگ مشاع از ششدانگ یک درب باغ به مساحت ۶۱۳۸ مترمربع واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید مزرعه بزبند معروف به درب افشاء کل پلاک ۸۷۱۵ انتقال ملک از مالک رسمی آقای حاج غلامرضا دهقان تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۳۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۳۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۹/۱۲۵۵۱ ۲۸۲/م الف **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر آراء صادره هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد. ۱- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۵ مورخ ۱۳۹۵/۵/۳۱ آقای عباسعلی قلندری فرزند قباد به شماره شناسنامه ۱۷۱۸۷ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۰۱۳۰۱۵ در سه دانگ مشاع از ششدانگ یک باب مغازه به مساحت ۴۹/۶۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۸۳۱۱ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید خیابان طالقانی نبش کوچه چشمه صفر که جهت آن پلاک ۲ فرعی از ۸۳۱۱ منظور گردیده انتقال ملک از مالک رسمی قهری آقای حاج غلامرضا دهقان و خانم فاطمه قلندری مالکین اظهارنامه ثبتی ۲- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۴ مورخ ۱۳۹۵/۵/۱۳ آقای رسول قلندری فرزند قباد به شماره شناسنامه ۱۹۲۴۲ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۰۳۳۵۵۵ در سه دانگ مشاع از ششدانگ یک باب مغازه به مساحت ۴۹/۶۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۸۳۱۱ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید خیابان طالقانی نبش کوچه چشمه صفر که جهت آن پلاک ۲ فرعی از ۸۳۱۱ منظور گردیده انتقال ملک از مالک رسمی قهری آقای قباد قلندری احدی از ورثه مرحوم ابراهیم قلندری و خانم فاطمه قلندری مالکین اظهارنامه ثبتی ۲۸۳/م الف

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۳۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۳۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۷/۱۲۵۵۴ **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر رأی شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۳۲۶ مورخ ۹۵/۵/۲۰ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تصرفات مالکانه و بلامعارض آقای داود خسروی فرزند الیاس به شماره شناسنامه ۶۰۸ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۳۳۰۱۰۱ در ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۰۰۰۰۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۹۴ واقع در شهرستان اقلید بخش ۱۶ فارس سرحد چهاردانگه مزرعه آزادجان حیاتی که جهت آن پلاک ۶۶ فرعی از ۹۴ منظور گردیده خریداری از مالک رسمی آقای الیاس خسروی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست اخذ و به اداره ثبت تحویل نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۲۷۲/ م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۵/۷/۲۶

۲۲۵۰۰/۱۲۵۵۰ **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر آراء صادره هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد. ۱- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۱ مورخ ۹۵/۵/۳۱ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد. ۲- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۴ مورخ ۱۳۹۵/۵/۱۳ آقای عباسعلی قلندری فرزند قباد به شماره شناسنامه ۱۷۱۸۷ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۰۱۳۰۱۵ در سه دانگ مشاع از ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۲۸/۵ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۸۳۱۱ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید خیابان طالقانی نبش کوچه چشمه صفر که جهت آن پلاک یک فرعی از ۸۳۱۱ منظور گردیده انتقال ملک از مالک رسمی قهری آقای قباد قلندری احدی از ورثه مرحوم ابراهیم قلندری و خانم فاطمه قلندری مالکین اظهارنامه ثبتی ۲- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۴۰۸ مورخ ۱۳۹۵/۵/۱۳ آقای رسول قلندری فرزند قباد به شماره شناسنامه ۱۹۲۴۲ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۰۳۳۵۵۵ در سه دانگ مشاع از ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۲۸/۵ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۸۳۱۱ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان اقلید خیابان طالقانی نبش کوچه چشمه صفر که جهت آن پلاک یک فرعی از ۸۳۱۱ منظور گردیده انتقال ملک از مالک رسمی قهری آقای قباد قلندری احدی از ورثه مرحوم ابراهیم قلندری و خانم فاطمه قلندری مالکین اظهارنامه ثبتی ۲۸۴/م الف

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۳۹۵/۷/۱۱ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۳۹۵/۷/۲۶

۲۲۴۹۶/۱۲۵۵۷ **رضا رحیمی – رییس ثبت اسناد و املاک اقلید**

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی آن

برابر آراء صادره هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره ثبت اسناد و املاک اقلید تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد. ۱- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۳۷۲ مورخ ۹۵/۵/۲۵ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید آقای حمیدرضا خسروی فرزند کیامرث به شماره شناسنامه کدملی صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۰۰۴۹۵۳۱ در موازی دو دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۴۰۵۳۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۹۴ واقع در بخش ۱۶ فارس شهرستان اقلید سرحد چهاردانگه مزرعه آزادجان حیاتی که جهت آن پلاک ۶۷ فرعی از ۹۴ منظور گردیده خریداری از آقای کیامرث خسروی مالکانه موضوع صلح نامه رسمی شماره ۲۱۶۹ مورخ ۱۳۳۸/۱/۲ دفتر ۳۶ اقلید انتقالی از فرامرز خسروی محرز گردیده است. ۲- رای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۱۳۵۹ مورخ ۹۵/۵/۲۳ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلید آقای رضا خسروی فرزند فلامرز به شماره شناسنامه کدملی صادره از اصفهان به شماره ملی ۱۲۷۰۵۲۹۲۷۷ در موازی دو دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۴۰۵۳۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۹۴ واقع در بخش ۱۶ فارس شهرستان اقلید سرحد چهاردانگه مزرعه آزادجان حیاتی که جهت آن پلاک ۶۷ فرعی از ۹۴ منظور گردیده موضوع مالکیت رسمی مشاعی متقاضی موضوع سند رسمی شماره ۵۵۹ مورخ ۸۴/۱۲/۲۲ انتقالی از آقای فلامرز خسروی فرزند کاکااله مالک موضوع سند صلح شماره ۲۱۶۹ مورخ ۱۳۳۸/۱/۲ دفتر ۳۶ اقلید انتقالی از فرامرز خسروی محرز گردیده