

یادداشت

ترسناک ترین هشدار برای ۹ سال آینده ایران

۳۰ اسادیوم آزادی کودک چاق

سیدحسین میر جیدری | گروه علمی Naslefarda446@gmail.com

همین یکی دوروز پیش بود که خبری ترسناک منتشر شدولی متأسفانه بازتاب بسیار کمی داشت تااین بار هم اخبار تندرستی –به عنوان حلقه مفقوده صفحات ورزشی –زیر خروارها خبر زرد ورزشی گم شود.

این هشدار را رئیس فدراسیون ورزش‌های همگانی داد، جایی در مراسم اختتامیه نخستین لیگ تندرستی ایران که باحضور مسئولین وزارت ورزش و جوانان، فدراسیون ورزش‌های همگانی و مقام آوران این رویداد نوین ورزشی برگزار شد. دکتر افشین ملایی گفت: تا سال ۲۰۳۰ به اندازه ۳۰استادیوم آزادی کودک چاقی خواهیم داشت، به همین دلیل در ادامه چند راهکار اجرایی را با هم مرور می‌کنیم. ماندن در خانه برای مدت طولانی تمایل کودکان و نوجوانان را به خوردن هله هوله و تنقلات کم ارزش و چاقی کننده بیشتر می‌کند. علاوه بر آن در بعضی از افرادی که در قرنطینه طولانی مدت به سر می‌برند ممکن است استرس بر شدت غذا خوردن بیافزاید. مراقبت در هنگام غذا خوردن کودکان و نوجوانان و کنترل آن به تعادل در مصرف غذا و دریافت متعادل انرژی کمک می‌کند. جهت پیشگیری از اضافه وزن و چاقی نکات مهم زیر پیشنهاد می‌شود:

۱. یک توصیه کلی کاهش مصرف قند،نمک و چربی است. کودکان و نوجوانان باید به مصرف غذاهای کم نمک، کم چرب و کم شیرین تشویق شوند.
۲. استفاده از شیر و لبنیات کم چرب (ماست کم چرب، پنیر کم چرب) در وعده‌های غذایی.
۳. محدود کردن مصرف پنیر خامه‌ای، انواع خامه و سرشیر، مربا، دسرهای صنعتی و بستنی.
۴. استفاده روزانه از صبحانه سالم با ارزش غذایی مناسب مانند نان و پنیر و گردو، خرما، خیار و گوجه فرنگی، شیر کم چرب.
۵. مصرف سبزی و سالاد در وعده‌های غذایی همراه با چاشنی‌های سالم مثل آبلیمو، آبغوره، آب نارنج، روغن زیتون و یاسس‌های کم چرب.
۶. مصرف غذاهایی که انواع حبوبات در آنها استفاده شده است مثل انواع آش‌ها، انواع خورش‌ها، انواع پلوها، انواع خوراک‌ها(عدس)، خوراک لوبیا و...
۷. استفاده از انواع میوه‌ها و سبزی‌هایی مثل خیار، هویج، کاهو، کرفس و گل کلم در میان وعده‌ها.
۸. اجتناب از مصرف نوشابه‌های گازدار، نوشابه‌های انرژی زا، نوشیدنی‌های شیرین مثل ماء‌الشعیر و دلتس، آبمیوه‌های صنعتی و شیرهای طعم دار در کنار غذاهای اصلی و میان وعده‌ها، باید توجه داشت که نوشابه‌های رژیمی هم می‌توانند چاقی کننده باشند. نوشابه‌های رژیمی به جای قند معمولی، دارای قندهای (شیرین کننده) مصنوعی هستند که فاقد کالری می‌باشند ولی افزودنی‌های موجود در این نوع نوشابه‌ها اشتها را افزایش می‌دهد و موجب چاقی می‌شود.
۹. محدود کردن مصرف تنقلات چرب و شور مثل چیپس، پراورده‌های غلات حجیم شده مثل بیکه، پیغلا، درت‌های حجیم شده، چیپلت و ...
۱۰. محدود کردن مصرف انواع بستنی‌های تر کیبی با شکلات و مغزا، و یخکم ها، باید توجه داشت که انواع بستنی حتی بستنی‌های ساده حاوی مقدار زیادی انرژی هستند و افراط در مصرف آن‌ها می‌تواند موجب چاقی بشود.
۱۱. محدود کسرن مصرف انواع فست فودها و غذاهای آماده چرب و شور و جایگزین نمودن غذاهای سنتی با ارزش تغذیه‌ای مناسب. غذاهای سنتی هم باید کم چرب و کم سرخ شده باشند که باعث چاقی نشوند.

۱۲. بچای حجیم زیاد غذا در سه وعده اصلی، حجم کم غذا در دفعات بیشتر مثلاً ۵ تا ۶ بار در روز مصرف شود. خوردن حجم زیاد غذا در یک وعده مقدار زیادی انرژی تأمین می‌کند که مازاد بر نیاز بدن بوده و بصورت چربی در بدن ذخیره می‌شود.
۱۳. وقتی که کودک یا نوجوان بهانه گیر و ناراحت می‌شود، به منظور دلداری به او غذای یا نوشیدنی داده نشود در ساعات معین غذا یا میان وعده خورده شود و در بین این ساعات از ریزه خوری و هله هوله خوردن کودک و نوجوان جلوگیری شود.
۱۴. تماشای تلویزیون، استفاده از موبایل یا هر چیزی که باعث حواس پرتی در هنگام غذا خوردن می‌شود گنل گذشته شود.

۱۵. کودک یا نوجوان در برنامه ریزی وعده‌های غذایی خانواده شرکت کند. به کودک یا نوجوان اجازه داده شود تا در تهیه و پخت غذا به مادر کمک دهد، وی افزود: احترام زیاد و غیرقابل توصیفی برای آقای دکتر سستاره ریوونتوس بعد از شکستن رکورد اسطوره برزیلی به عنوان بهترین گلزن تاریخ فوتبال دل نوشته‌ای را منتشر کرد. کریستیانو رونالدو فوق ستاره پرتغالی یوونتوس با هت تریک مقابل کالیاری رکورد پله اسطوره برزیلی را به عنوان بهترین گلزن تاریخ فوتبال شکست. رونالدو با زدن ۳ گل در بازی مقابل کالیاری تعداد گل‌های خود را به عدد ۷۷۰ رساند تا رکورد اسطوره برزیلی با ۷۶۷ گل را بشکند. رونالدو بعد از این رکورد شکنی در صفحه اجتماعی‌اش نوشت: در چند هفته گذشته اخبار زیادی مبنی بر اینکه من بهترین گلزن تاریخ فوتبال شدم، مطرح شد. چون رسانه‌ها می‌نوشتند من از ۷۵۷ گل رسمی به ثمر رسیده پله عبور کردم، با این وجود صبر کردم تاآلن درباره سکوت‌م توضیح دهم، وی افزود: احترام زیاد و غیرقابل توصیفی برای آقای

۱۶. تاکید بر مصرف صبحانه. نوجوانانی که صبحانه نمی‌خورند در وعده ناهار به دلیل افت قندخون، اشتهای زیادی برای غذا خوردن
۱۷. تشویق به کاهش زمان تماشای تلویزیون، بازی‌های کامپیوتری، استفاده از تبلت و موبایل به روزی سی دقیقه
۱۸. تشویق به ایستادن و راه رفتن کودک یا نوجوان بعد از یک مدت نشستن و انجام حرکات کشش دست و پا، دراز نشست
۱۹. انجام حرکات ورزشی با استفاده از اپلیکیشن های ورزشی در صورت امکان در خانه
۲۰. تشویق به بازی کردن با توپ، طناب، لی لی، دوچرخه و... در خانه.

۲۱. تشویق برای شرکت در کارهای منزل مثل

جارو کردن، گردگیری خانه، انجام کارهای باغچه، آب دادن به گلدان‌ها، مرتب کردن وسایل شخصی، نظافت اتاق و موارد مشابه.

استرلینگ درگیری با گواردیولا را تکذیب کرد

ایسنا: رحیم استرلینگ هر گونه درگیری با پپ گواردیولا در منچستر سیتی را تکذیب کرد و این شایعات را بی اساس دانست. رحیم استرلینگ، مهاجم منچستر سیتی در مورد شایعات درگیری با پپ گواردیولا، سرمربی سسیتین ها اظهار نظر کرد. پیش از این، رسانه‌ها گزارش داده بودند که پس از بازی هفته بیست و هشتم لیگ برتر با فولام، استرلینگ با گواردیولا به مشاجره پرداخته است. رحیم استرلینگ گفت: برخی شایعات دیوانه وار در رسانه‌های اجتماعی وجود دارند. این یک دروغ مطلق است. من هم مثل بقیه تیم منتظر یک هفته مهم هستم. در این فصل، استرلینگ ۲۶ بازی برای من سیتی در تمام مسابقات انجام داده، ۱۳ گل به ثمر رسانده و ۱۰ پاس گل داده است. قرار داد این بازیکن ۲۶ ساله انگلیسی با «سیتی» تا تابستان ۲۰۲۳ اعتبار دارد.

سرنوشت

ورزش ایران سالهاست از نداشتن کرسی

بین المللی تاثیر گذار در همه رشته‌ها لطمه می خورد. البته این ضربه خوردن در فوتبال بیشتر از سایر رشته‌هاست. با این حال وجه اشتراک همه این است که مسئولان ورزش و حتی بالاتر از آن هیچ تدبیری برای حل این مشکل و برطرف کردن این ضعف بزرگ ندارند.

کنفدراسیون فوتبال آسیا که سالهاست تحت تأثیر کشورهای عربی و خصوصاً عربستانی‌ها قرار دارد، در تازه‌ترین تصمیم خود میزبانسی مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا در فصل آینده را به

ایران نداده و به دنبال آن بحرین را به عنوان میزبان مرحله گروهی مقدماتی جام جهانی برای تیم ملی ایران انتخاب کرد.

این در سست که میزبانی کردن از رویداد مهمی چون لیگ قهرمانان آسیا و مقدماتی جام جهانی نیازمند امکانات، تجهیزات و هماهنگی همه دستگاه‌ها و گردش آزاد مالی و سایر موارد است و ایران در حال حاضر بسیاری از این شرایط را ندارد، اما پرسش از مسئولان فدراسیون فوتبال و وزارت ورزش این است که تا چه زمانی قرار است بایستند و تماشاگر لابی‌ها و نفوذهای عربستانی‌ها و هم دست‌انسان در مهم‌ترین دستگاه‌های تصمیم گیر برای فوتبال باشند؟

مسئولان ورزش ایران که حالا یکی پس از دیگری مصاحبه می‌کنند و تاکید دارند با سال نامه و شکایت از حق ورزش و فوتبال ایران دفاع خواهند کرد، آیا نمی‌توانستند این نامه نگاری‌ها و لابی‌ها و هر کاری که از دستشان برمی آید – که

فوتبال و وزارت ورزش و سایر بخش‌ها نمی‌دانستند کنفدراسیون فوتبال آسیا

ظاهراً هیچ کاری از دستشان بر نمی آید

– را قبل از تصمیم کنفدراسیون فوتبال

آسیا بگیرند؟

تاکی قرار است مدرسه مسئولان ورزش ایران دیر شود و بعد از تصمیمات مهم وارد عمل شوند؟ مگر مسئولان فدراسیون فوتبال و وزارت ورزش و سایر بخش‌ها نمی‌توانستند این نامه نگاری‌ها و لابی‌ها و هر کاری که از دستشان برمی آید – که

فوتبال و وزارت ورزش و سایر بخش‌ها نمی‌دانستند کنفدراسیون فوتبال آسیا

ا ترانسفر

درخواست متفاوت دژاگه برای پیوستن به استقلال

۲۰۰ هزار تا ۲۵۰ هزار یورو

اشکان دژاگه، بازیکن تیم فوتبال تراکتور تبریز درخواست عجیبی برای پیوستن به تیم استقلال ارائه کرده که با مخالفت روبرو شده است. اشکان دژاگه، هافبک – مهاجم تیم فوتبال تراکتور تبریز در لیست استقلال برای پیوستن به این تیم قرار دارد. به همین دلیل، باشگاه استقلال با این بازیکن مذاکراتی را انجام داده، اما درخواست مالی ملی پوش پیشین تیم ملی فوتبال فعلاً باعث عقب‌نشینی مدیران این باشگاه شده است. دژاگه برای این فصل حضور در استقلال مبلغی در حدود ۲۰۰ هزار تا ۲۵۰ هزار یورو در خواست کرده که مسئولان استقلال با این درخواست مخالفت کرده‌اند. باشگاه استقلال به دژاگه اعلام کرده که تنها به صورت رهایی قرار داد امضا خواهد شد و مبلغ نیز باید پایین‌تر از رقم پیشنهادی او باشد، چرا که دژاگه سن و سال نسبتاً بالایی دارد و دلیل ندارد باشگاه در نقل و انتقالات هزینه زیادی بکند. دژاگه برای احیای خودش نیاز دارد در تیمی مثل استقلال خودی نشان دهد و با توجه به سن و سالش عجیب است که در خواست مالی زیادی به باشگاه خواهان خودی دهد. قرار است بار دیگر مذاکرات بین استقلال و دژاگه به زودی انجام شود و اگر این بازیکن خواسته‌های خود را کمتر کند، احتمال پیوستنش به استقلال زیاد خواهد بود، به خصوص اینکه باشگاه تراکتور با مشکلات مالی روبرو شده و به تازگی احسان حاج‌صفی کاپیتان تیم ملی با پرداخت پول رضایت‌نامه‌اش راهی سپاهان شد.

پیام احساسی رونالدو برای پله پس از رکورد شکنی تاریخی

بالا تر از پله ایستادن باعث افتخار م است

فوق ستاره پرتغالی یوونتوس بعد از شکستن رکورد اسطوره برزیلی به عنوان بهترین گلزن تاریخ فوتبال دل نوشته‌ای را منتشر کرد. کریستیانو رونالدو فوق ستاره پرتغالی یوونتوس با هت تریک مقابل کالیاری رکورد پله اسطوره برزیلی را به عنوان بهترین گلزن تاریخ فوتبال شکست. رونالدو با زدن ۳ گل در بازی مقابل کالیاری تعداد گل‌های خود را به عدد ۷۷۰ رساند تا رکورد اسطوره برزیلی با ۷۶۷ گل را بشکند. رونالدو بعد از این رکورد شکنی در صفحه اجتماعی‌اش نوشت: در چند هفته گذشته اخبار زیادی مبنی بر اینکه من بهترین گلزن تاریخ فوتبال شدم، مطرح شد. چون رسانه‌ها می‌نوشتند من از ۷۵۷ گل رسمی به ثمر رسیده پله عبور کردم، با این وجود صبر کردم تاآلن درباره سکوت‌م توضیح دهم، وی افزود: احترام زیاد و غیرقابل توصیفی برای آقای



آری بزرگ مهاجم تیم فوتبال پرسپولیس راهی فجر سپاسی شیراز شد.

منبع: خبر آنلاین

باز هم «مدرسه» مسئولان ورزش دیر شد

علاج واقعه «بعد» از وقوع، ناممکن!



سال است یک صندلی آسیایی را به خود اختصاص داده‌ای؟ مگر نمی‌دانستند که مهدی تاج نایب رئیس آسیاست و در انتخابات کنفدراسیون قاره کهن هم به چه کسی رای داده است؟ پس چرا با او جلسه نگذاشتند و سؤال نکردند که برای این فوتبال و این کشور چه کرده‌ای که چند

سال است یک صندلی آسیایی را به خود اختصاص داده‌ای؟ مگر نمی‌دانستند که مهدی تاج نایب رئیس آسیاست و در انتخابات کنفدراسیون قاره کهن هم به چه کسی رای داده است؟ پس چرا با او جلسه نگذاشتند و سؤال نکردند که برای این فوتبال و این کشور چه کرده‌ای که چند

انتلیکومادرید، صدرنشین لالیگا از سال ۲۰۲۰

باشگاه خبرنگاران جوان: انتلیکومادرید در حالی یازده فینال را پیش رو دارد که از ۲۰۲۰ صدرنشین لالیگا بوده است. انتلیکومادرید یازده فینال پیش رو دارد تا فاتح لالیگا شود. تیم دیگو پابلو سیمونه از نوامبر ۲۰۲۰ صدرنشین این رقابت‌ها بوده است. پس از آن تاریخ هر گز از این جایگاه سقوط نکرد و حتی در بخش‌هایی از فصل اختلافش را با تیم دوم جدول به یازده امتیاز رساند. روحی بلانکو توانسته است از بازی‌های مهم نجات پیدا کند و همچنان به عنوان بخت نخست قهرمانی در فتح لالیگا مطرح شود. انتلیکسو نشان داده است در شرایط خیلی سخت می‌تواند واکنش نشان دهد و دوباره باید این کار را انجام دهد. با وجود دشواری این مرحله قرمز و سفیدپوشان نمی‌خواهند فرصت قهرمانی را از دست بدهند.

ورزش

Sport

NasleFarda.net

naslefardanews

naslfarda

واگذار کنند؟

وزارت ورزش که در تمام امور ورزش دخالت می‌کند – و البته حق دارد – چرا به موقع به این اتفاقات ورود نمی‌کند و مقابل کسانی که برای منافع خودشان بیشتر کار می‌کنند تا منافع ملی بر خورد نمی‌کند؟

الان مقصر این ظلمی که در حق تیم‌های باشگاهی و مهم‌تر از آن در حق تیم ملی فوتبال ایران شده چه کسی است؟ مهدی تاج است؟ مسعود سلطانی فر است؟ شهاب‌الدین عزیزی خادم است؟ و یا همه؟ چه کسی باید از حق این فوتبال دفاع کند. آن‌هم به موقع و درست. آن‌هم تاثیر گذار و قدر تمند.

ظاهراً بازی «کی بود کی بود من نبودم»

آقایان هنوز هم ادامه دارد و کسی نمی‌خواهد به این وضعیت متزلزل و بعضاً دلیل گونه پایان دهد! مسئولان ورزش یاد گرفته‌اند که علاج واقع را بعد از وقوع بکنند. البته که تا به حال همین تلاش برای علاج کردن وقایع هم به نتیجه مثبت نرسیده است و ورزش ایران در کمتر نمونه‌های اینچنینی توانسته حقش را بگیرد. اما تا کی قرار است این اتفاقات بلخ برای ورزش و فوتبال ایران ادامه داشته باشد؟ بزرگ ترین ورزش نداشتن کرسی‌های تاثیر گذار بین‌المللی بوده که هنوز هم ادامه دارد و هیچ مسئولی شهامت و جسارت اینکه بتواند از کرسی که در اختیار داشته استفاده کند و حق ورزش و فوتبال ایران را بگیرد در انداشته و بعد هم هست چنین مسئولی پیدا شود!

ا خبر ویژه

عجیب‌تر از باخت پاری سن ژرمن در برابر نات

سرقت مسلحانه از خانه ستاره آرژانتینی پاریس

بازیکن آرژانتینی پاری سن ژرمن با چشمانی اشک‌بار ورزشگاه پارک دو پرنس را ترک کرد چرا که منزلش در حالی که خانواده‌اش در خانه بودند، مورد حمله مسلحانه قرار گرفت. پاری سن ژرمن در هفته بیست و نهم رقابت‌های لیگ فرانسه به مصاف نانت رفت و نتیجه‌دور بر یک شکست خورد. دی ماریا در ترکیب اصلی پاری سن ژرمن قرار گرفت اما او در نیمه دوم به خاطر اتفاق بسیار بدی که برای خانواده او رخ داده مجبور به ترک ورزشگاه شد. گزارش‌ها حاکی از این است که منزل این ستاره آرژانتینی در حالی که همسر و فرزندانش در خانه بودند مورد حمله مسلحانه و خشونت آمیز قرار گرفت. دی ماریا با چشمان اشک بار ورزشگاه پارک دو پرنس را ترک کرد و به خانه بازگشت. هنوز جزئیات بیش‌تری درباره این حمله منتشر نشده است اما خبرها حاکی از این است که این سرقت خشونت بار بوده است. رادیو مونت کار لو نوشت که ناصر الخلیفی در بین دو نیمه از پوچیتینو خواست که دی ماریا را تعویض کند تا او به سرعت به خانه برگردد و این بازیکن با چهره‌ای اشک‌بار و بسیار ناراحت به خانه برگشت. دی ماریا نخستین بازیکن پاری سن ژرمن نیست که از خانه‌اش درزدی می‌شود و این اتفاق برای چند بازیکن بزرگ دیگر تیم هم رخ داده است.

رکورد او رسید پیام تبریکی برای او نوشت و بار دیگر از ابراز علاقه خود به این بازیکن خبر داد. به گزارش ایسنا و به نقل از اسکای اسپورت، کریستیانو رونالدو در دیدار برابر کالیاری ستاره میدان بوده توانست هت تریک کند تا یبوه پیروزی آسانی را به دست آورد.

رونالدو شمار گل ای خود را به عدد ۷۷۰ رساند تا رکورد گلرئی پله اسطوره فوتبال برزیل را پشت سر بگذارد. پله در پیامی برای رونالدو نوشت: کریستیانو، زندگی یک سفر است و هر کسی سفر مخصوص خود را دارد و توعجب سفر زیبایی داری. من علاقه زیادی به تو دارم. همواره دوست دارم که تو را در زمین ببینم و این بر کسی پوشیده نیست.

پله که ۸۰ سال سن دارد، ادامه داد: تو به خاطر این رکورد در بازی‌های رسمی تبریک می‌گویم. تنها تأسف من این است که نمی‌توانم تو را در آغوش بگیرم. این پیام را همچون نمادی برای حفظ دوستی بین من و تو که سال‌هاست وجود دارد می‌نویسم.



فرشاد فرجی مدافع تیم فوتبال پدیده با عقد قراردادی به پرسپولیس پیوست.

منبع: ایسنا

مستطیل سبز

تکرار رکورد منفی دوره مربیگری

جلسی توسط مورینیو

خبر آنلاین: آقای خاص رکورد منفی چند سال قبل خود را با باخت از آرسنال تکرار کرد. «وزوه مورینیو» روزگاری مربی بود که به خاطر کسب نتایج درخشان، رکوردهای مثبت قابل توجهی در تیم‌های چلسی، اینتر میلان، رئال مادرید و منچستر یونایتد کسب می‌کرد اما اکنون به نظر می‌رسد اوضاع برایش فرق کرده است. تاجایی که هر هفته صاحب رکورد منفی می‌شود. حتی معدود «رکوردهای منفی سابقش» را نیز تکرار می‌کند. اتفاقی که شب گذشته با باخت ۲ بر یک از آرسنال برای «آقای خاص» رخ داد زیرا این نهمین باخت وی در فصل جاری لیگ برتر بود. این مربی صاحب‌نام و پرسابقه پرتغالی رکورد منفی شخصی خود را در یک دوره قهرمانی لیگ را از گذشته تکرار کرد زیرا در فصل ۲۰۱۶-۲۰۱۵ نیز در لیگ برتر انگلیس اما در نقش سرمربی چلسی همین تعداد باخت را تجربه کرده بود.

رکورد عجیب و غریب دانشگر در استقلال

ایلنا: مدافع استقلال رکوردی زد که در تاریخ ماندگار می‌شود. محمد دانشگری شک یکی از پر حاشیه ترین بازیکنان لیگ برتر است. او امروز در لیست مازاد فرهاد مجیدی قرار گرفت و باید این باشگاه را ترک کند. دانشگر با اخراج اخیر خود در تاریخ باشگاه استقلال و همینطور تاریخ لیگ برتر رکورد زد. او یک بار از سوی آندره استراماچونی و ۴ بار هم از سوی فرهاد مجیدی اخراج شد. بی شک این یک رکورد برای خود فرهاد هم به حساب می‌آید!

مدیر باشگاه تراکتور اخراج شد

ایسنا: علی رضا رحیمی مدیر باشگاه تراکتور با تصمیم هیئت مدیره سرخ پوشان فوتبال تبریز از این تیم اخراج شد. هیأت مدیره باشگاه فرهنگی، ورزشی و اقتصادی تراکتور، علیرضا رحیمی معاون ورزشی و مدیر این باشگاه را بر کنار کرد. دلیل این اخراج دخالت رحیمی در امور مدیریتی و فنی اعلام شده است. گفتنی است رحیمی ۲۵ روز پیش با تصمیم محمد رضا نوزی مالک تراکتور به عنوان معاون ورزشی و مدیر تراکتور منصوب شده بود.

نیمکت نشین میلیاردر

ایسنا: باشگاه پرسپولیس موافقت کرده در ازای پرداخت ۴۲ درصد از قرارداد آمان رضائی، قرارداد دو طرفه فسخ شود. آمان رضائی که به در خواست یحیی گل محمدی از آسیابا به پرسپولیس آمد، پس از عملکرد ضعیف در نیم فصل گذشته، از جمع سرخ پوشان جدا شد و پیراهن استقلال را بر تن کرد اما باشگاه پرسپولیس عملاً بابت جدایی و رضایت‌نامه این بازیکن پولی دریافت نکرد. رضائی با پرسپولیس قراردادی دو ساله منعقد کرده بود که برای سال اول رقم پایه چهارده میلیارد (نمهای آیشن‌ها) ۲ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان بود و برای سال دوم هم ۳ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان دستمزد در یافت می‌کرد. در واقع مبلغ پایه قرارداد او برای دو سال، ۷۰ میلیارد تومان بود.

حضور سرزده افسران نادو در مسابقات فوتبال

مهر: پایگاه خبری تحلیلی پزشکی ورزشی ایران نوشت قائم مقام دبیر کل ستاد ملی مبارزه با دوپینگ گفت: تعداد نمونه‌های اخذ شده از فوتبال از جمله بیشترین نمونه‌های انجام شده در هر سال است و کلیه تیم‌های باشگاهی در مسابقات دور و نزدیک مورد نمونه گیری قرار می‌گیرند. دکتر فرادشار کی اظهار داشت: ایران نادو در راستای وظیفه ذاتی خود مبنی بر حمایت از ورزش پاک، افسران کنترل دوپینگ را به طور سرزده و بدون اطلاع قبلی به مسابقات فوتبال مخصوص لیگ برتر و دسته یک اعزام می‌کند و مطابق استانداردهای فیفا از دو تیم شرکت کننده نمونه گیری انجام می‌شود.

حضور ۳ بازیکن از بارسا و رئال در تیم ملی اسپانیا

فارس: لوئیس انریکه برای دیدارهای مقدماتی راه یابی به جام جهانی قطر، اسامی ملی پوشان تیم ملی اسپانیا را اعلام کرد. لوئیس انریکه اسامی بازیکنان تیم ملی اسپانیا برای بازی‌های مقدماتی جام جهانی قطر را منتشر کرد. تیم ملی اسپانیا در روز ۲۵ مارس (۵ فروردین) میزبان یونان خواهد بود و پس از آن در تفلیس در ۲۸ مارس (۸ فروردین) مهمان گرجستان خواهد بود. لاووخا در پایان روزهای فیکادی در ۳۱ مارس میزبان کوزوو خواهند بود.