این زن در پارالیمپیک ۲۰۰۸ پکن قضاوت می کند

لیموچی: پشتکار رمز موفقیت است

ایران برای دومین بار در المپیک یک نماینده زن در بخش داوری دارد. نخستین بار در بازی های المپیک ۲۰۰۴ آتن، زهرا حق نژاد رحمتی، در رشته بدمینتون، بازی های این رشته را قضاوت کرد. حال دومین نماینده زن ایران در بازی های پارالیمپیک ۲۰۰۸ پکن در رشته تنیس روی میز قضاوت خواهد کرد. این نماینده کسی نیست جز «سیما لیموچی»، استاد دانشگاه، قهرمان سابق تنیس روی میز کشور، مربی (بخصوص مربی بانوان معلول که دو شاگرد او به پارالیمپیک ۲۰۰۸ پکن نیز راه یافته اند) مدرس (حتی در بعد برون مرزی)، عضو کمیته پارالیمپیک و ... او در خانواده ورزشی به دنیا آمده است و هدیه ای که از پدرشان گرفته اند تنیس روی میز بوده و همین هدیه باعث شده است تا او و خواهر و برادرانش به این رشته روی آورند. او بعد از بازی های المپیک به پکن می رود تا در رقابت های تنیس روی میز قضاوت کند. با وی گفت وگویی کرده ایم که می خوانید:

[سوسن صادقی]

■ چه مسیری را طی کردید تا توانستید برای چنین رویداد مهمی برای قضاوت انتخاب شوید؟

من از ۱۰ سال پیش تلاش می کردم تا زن مسلمان و با حجاب ایران بتواند در رقابت های مختلف برون مرزی قضاوت کند. از این رو هر فردی از فدراسیون جهانی تنیس روی میز به ایران سفر می کرد وقت می گرفتم و در این باره که زنان ایرانی می توانند در رقابت ها قضاوت کنند را مطرح می کردم. به آنها می گفتم که یک زن مسلمان می تواند با روسری و لباس آستین بلند به راحتی قضاوت کند و هیچ مشکلی ایجاد نخواهد کرد. آنها نیز می گفتند که این مسئله را بررسی خواهند کرد که که سرانجام موافقت کردند.

■ در چه سالی نخستین قضاوت برون مرزی خود را شروع کردید؟

از آنجایی که من مدعی قضاوت خوب زنان مسلمان بودم. این که آنها توانایی دارند فقط باید به آنها فرصت داد، از این رو خودم انتخاب شدم و تکلیف سختی بر گردن من بود چرا که اگر اشتباهی رخ می داد، همه چیز خراب می شد. هر روز خود را آماده می کردم تا کم نیاورم و توانایی های زنان مسلمان را به عنوان یک نمونه اثبات کنم. در سال ۲۰۰۲ از سوی فدراسیون جهانی برای قضاوت دعوت شدم تا در سال ۲۰۰۳ رقابت های جهانی جوانان را قضاوت کنم. چون از قبل برای اثبات، آماده بودم، موفق شدم و بلافاصله در کمتر از یک ماه به رقابت های جهانی نوجوانان دعوت شدم. با کار خوب خودم ثابت کردم که ما نیز می توانیم. آنها به قضاوت درست من، به ما اعتماد کردند.

■ بعد از جلب اعتماد در چه رقابت هایی حضور یافتید؟

در سال ۲۰۰۵ در کلاس بین المللی فدراسیون جهانی تنیس روی میز شرکت کردم و در آزمون این دوره که فقط به زبان انگلیسی بود، قبول شدم. از این به بعد بود که برای قضاوت در چندین رقابت از جمله رقابت های منطقه ای آفریقا ـ خاورمیانه در سال ۲۰۰۵ در مصر، رقابت های جهانی سوئیس در سال ۲۰۰۶ و رقابت های آسیایی مالزی در سال ۲۰۰۷ دعوت شدم. در سال ۲۰۰۶ ناظر فنی رقابت های آزاد صربستان بودم و به علت موفقیت در قضاوت این رقابت ها بود که برای داوری بازی های پارالیمپیک ۲۰۰۸ پکن نامزد شدم.

■ شما در بخش تنیس روی غیر معلولیت ها فعالیت داشتید، چه شد که برای رقابت های معلولان انتخاب شدید؟

من از سال ۱۳۵۹ با فدراسیون جانبازان و معلولین همکاری دارم. به علت قضاوت در رقابت های جهانی و موفق بودنم در قضاوت این مسابقه ها، از سوی کمیته ملی پارالیمپیک به کمیته بین المللی پارالیمپیک معرفی شدم و از آنجایی که این کمیته خواهان به کارگیری داوران زن و مرد به نسبت مساوی ۵۰، ۵۰ بود و از قضاوت های من در رقابت های برون مرزی مطلع بود، انتخاب کرد.

■ پس اگر فدراسیون جانبازان و معلولین شما را معرفی نمی کرد، شما در این رویداد حضور نداشتید؟

به طور قطع همینطور است. من مدیون حمایت فدراسیون جانبازان و معلولین و کمیته ملی پارالیمپیک هستم. محمود خسروی وفا و اشرفی از ابتدای تشکیل فدراسیون جانبازان و معلولین از بانوان حمایت می کردند و اکنون نیز این حمایت ها کماکان ادامه دارد.

■ موفقیت یک داور زن در عرصه بین المللی و جهانی به چه فاکتورهایی نیاز دارد؟

برای این که یک داور بتواند در رویدادهای مختلف بین المللی و جهانی قضاوت کند باید دانش تئوری و عملی رشته خود را خوب بداند و بر آن کاملاً مسلط باشد. بر زبان انگلیسی مسلط باشد تا از دانش روز آن عقب نماند. هر روز تحقیق کند و مهمتر پشتکار داشته باشد. تا پشتکار نباشد، هیچ چیز به دست نمی آید. در تنیس روی میز سرعت رقابت بسیار بالاست تا مسلط بر همه موارد رشته نباشی، قضاوت درستی نخواهی داشت. باید در لحظات حساس سریع تصمیم گیری کنی. بنابراین دائم باید آماده باشی و خود را به روز کنی که قضاوت صحیحی ارائه دهی. وقتی قضاوت صحیحی با کمترین اشتباه داشتی به رویدادهای بعدی و معتبر دعوت خواهی شد.

■ سابقه تدریس نیز دارید، در کدام کشور به عنوان مدرس تنیس روی میز حضور یافتید؟

در رقابت هایی که در صربستان و لهستان برگزار شد تمام افراد حاضر در کلاس مرد بودند و استاد آنها یک زن مسلمان! اگر داوری یا مربی بر تکنیک و تاکتیک رشته اش مسلط نباشد، آیا برای مدرسی چنین کلاسی دعوت می شود! بنابراین به همه بانوان توصیه می کنم به فاکتورهایی که گفتم توجه کنند. اعتماد به نفس داشته باشند. از طرف دیگر فدراسیون ها، از فدراسیون جانبازان و معلولین الگو بگیرند، مربیان و داوران خود را برای ارتقای دانش به کلاس های برون مرزی اعزام کنند. برترین ها را به فدراسیون های جهانی معرفی کنند. سازمان تربیت بدنی، کمیته ملی المپیک حتی مجلس شورای اسلامی زنان با دانش ایران را حمایت کنند چرا که افتخار موفقیت یک زن مسلمان نصیب همه ملت ایران خواهد شد که یک زن ایرانی مسلمان در عرصه جهانی موفق است. ما زنان ایران از لحاظ پرداختن به ورزش با لباس اسلامی الگو بوده ایم. الآن کشورهایی چون مصر از ایران الگوبرداری کرده است. بنابراین با حمایت از زنان موفق کشورمان در هر عرصه ای، الگو بودن خود را جهانی کنیم.

■ در صحبت های خود به پشتکار به عنوان رمز موفقیت و رسیدن به اهداف تأکید کردید؟

من برای رسیدن به هر آنچه دارم زحمت زیادی کشیده ام البته همسرم (احمد بزرگمهر مرادی، فوتبالیست معروف) و خانواده ام (مادر و خواهرم) بسیار مرا حمایت کرده اند. آنها حمایت کننده های روحی و مالی من بوده اند. رسیدن به اهداف بدون زحمت پایدار نیست. ورزشکاران، داوران و مربیان نباید در جامعه مردم سالاری به این که «این کار نشدنی است»، فکر کنند. حتی اجازه هم ندهند که دیگران به آنها بگویند «این کار نشدنی است»، زنان همت کنند. پشتکار جدی داشته باشند، خداوند تمام سختی ها را حل می کند.

■ علت این که کمیته ملی پارالیمپیک تساوی را در اعزام داوران زن و مرد به رویداد بزرگ پارالیمپیک رعایت کرده است، چیست؟

در سال ۱۹۹۴ در انگلستان بیانیه ای به نام «برایتون» صادر شد. این بیانیه می گوید باید تا سال ۲۰۰۹ ۴۰ درصد از پست های مدیریتی و تصمیم گیری در دست زنان باشد. این بیانیه می گوید؛ هدایت کردن امور ورزش بانوان در فدراسیون ها اعم از داوری، فنی، مربیگری، نظارت باید در دست بانوان باشد. کاری که ایران مدت هاست آن را شروع کرده است ولی بعد از ادغام انجمن با فدراسیون ها این موضوع کمرنگ شد چرا که زنان در سایه مردان و در سایه تصمیم گیری های آنان قرار گرفتند. ما باید به دنیا ثابت کنیم ما از آنها در این کار خیلی جلوتریم! نباید اجازه دهیم آنها فکر کنند که دین ما مانع از فعالیت زنان است. ما باید ثابت کنیم دین ما مخالف حضور زن در تمام عرصه ها به خصوص ورزش نیست. ما می توانیم به دنیا نشان دهیم. دین ما فعالیت زنان را با حجاب اسلامی، صحیح می داند.

■ شما دو دختر ورزشکار دارید و مادر هستید. چه توصیه ای به مادران درباره پرداختن خود و فرزندانشان به ورزش دارید؟

ورزش یعنی سلامتی. ورزش باعث قوی شدن روح و جسم انسان می شود. توان استقامت روانی و جسمی افراد را بالا می برد. کار و مشغله زندگی روزمره نیاز به انرژی دارد. ورزش انرژی را به عضله های افراد می دهد و آنها را روی پا نگه می دارد. بنابراین توصیه می کنم برای سالم بودن خود و جامعه و از بین رفتن ناهنجاری ها ورزش را جدی بگیرند.

نگاهی به ادوار المپیک

هشتمین دوره (۱۹۲۸ آمستردام)

اردک ها در آرامش!

[وصال روحانی]

هشتمین دوره بازی های المپیک تابستانی از ۱۷ مه تا ۱۲ اوت ۱۹۲۸ در آمستردام هلند برپا شد. این مسابقات در فضایی صلح آمیز و آرام برگزار گشت اما این خصلت در تضاد با سال های ناآرامی بود که قاره اروپا به خاطر مقدمات جنگ جهانی دوم پیش رو داشت و به دشواری های شدید اقتصادی منجر می شد.

آرامش و دوری از تنش در مسابقات ۱۹۲۸، با ارائه یک مثال روشن تر می شود؛ در جریان رقابت های قایقرانی آن المپیک و در مرحله یک چهارم نهایی آن و در حالی که هنری پی یرس پاروزن استرالیایی در صدر حرکت می کرد، این روزشکار مجبور شد توقف پیشه کند، زیرا ناگهان یک دسته اردک در حال عبور از سطح آب مقابل او سبز شدند. پی یرس از حرکت بازایستاد تا به اردک ها لطمه ای وارد نشود و «سر فرصت» و فقط وقتی آنها از مقابل وی گذشتند، حرکت خود را از سر گرفت و با این وجود باز هم در آن مرحله اول شد و در فینال هم آن توفیق را تکرار کرد و طلا گرفت تا واقعه مذکور تفاوت مهمی را به حالش ایجاد نکند. در مراسم افتتاحیه، هیأت اعزامی یونان اولین کاروانی بود که رژه رفت و میزبان (هلند) نیز واپسین کاروانی را تشکیل داد که دست به این کار زد، اما این تنها دوره ای نبود که این رخداد شکل گرفت و از آن پس این روال همیشه تکرار شده و یونان به عنوان مهد المپیک های مدرن و کشوری که برگزارکننده اولین دوره این بازی ها در سال ۱۸۹۶ بوده، زودتر از بقیه رژه رفته و میزبان، به قصد احترام گذاری به سایرین دیرتر از بقیه پای در استادیوم نهاده است.

این بار نیز به رسم و سیاق المپیک های قبلی باز بر شمار شرکت کنندگان افزوده شد، بطوری که شمار کلی حاضران به ۲۸۸۳ تن رسید که ۲۷۷ نفر از آنها زن بودند. در مجموع ورزشکاران ۲۸ کشور از ۴۶ کشور شرکت کننده به مدال طلا رسیدند و این دستاوردی بود که تا ۴۰ سال بعد از آن تاریخ پابرجا ماند، اگر تعداد ورزشکاران زن حاضر در رقابت ها به بیش از دو برابر سابق رسید، یکی از دلایش این بود که برای اولین بار رشته های ژیمناستیک و دوومیدانی هم به رقابت های زنان افزوده شد. برای نخستین بار در المپیک ها، آسیایی ها هم طلا گرفتند. یکی از آنها میکیو اودا از ژاپن بود که در پرش سه گام بر سکوی اول ایستاد و دیگری همووطن وی یوشی یوکی سوروتا که در شنای ۲۰۰ متر قورباغه پیشتازی کرد. در همین حال تیم هاکی روی چمن هند مدال طلای زیبا از آن پس تا ۱۹۶۰ هر شش مدال طلای هاکی المپیک ها سهم هندی ها شد. یک نوار طلایی دیگر هم در این المپیک آغاز شد؛ مجارستان نخستین طلا از ۷ طلای متوالی اش در رشته شمشیربازی سابر تیمی مردان را در آمستردام صید کرد. جانی ویسمولر شناگر معروف امریکایی برای دومین بار متوالی شنای بسیار مورد توجه ۱۰۰ متر آزاد مردان را در المپیک ها فتح کرد و با تیم امدادی امریکا نیز به مدال زرین رسید، اما تعداد فتوحات و مدال های او با دستاوردهای ستارگان نسل های بعدی شامل اسپیتز در دهه ۱۹۷۰ و فلپس در دهه جاری غیرقابل قیاس بود، زیرا شمار مواد شنا در آن زمان به اندازه امروز نبود

جدول مدال های هشتمین دوره المپیک (۱۹۲۸ آمستردام)

کشور	طلا	نقره	برنز
۱- امریکا	۲۲	۱۸	۱۶
۲- آلمان	۱۰	۷	۱۴
۳- فنلاند	۸	۸	۹
۴- سوئد	۷	۶	۱۲
۵- ایتالیا	۷	۵	۷
۶- سوئیس	۷	۴	۴
۷- فرانسه	۶	۱۰	۵
۸- هلند	۶	۹	۴
۹- مجارستان	۴	۵	-
۱۰- کانادا	۴	۴	۷

جدول سودوکو ۶۴

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون ها و مربع های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

آسان

۵	۳			۲		۷		
		۲	۸			۹		۳
۹			۱		۵			۲
۲				۸	۳	۶		
	۵	۳				۴	۹	
		۶	۷	۵				۱
۶			۳		۲			۴
۸		۱			۷	۳		
		۴		۱			۲	۷

۸	۱	۵	۷	۱	۶	۳	۶	۱
۶	۶	۱	۸	۳	۵	۱	۱	۷
۳	۷	۱	۱	۶	۱	۵	۸	۶
۱	۱	۱	۶	۵	۸	۶	۷	۳
۷	۶	۳	۱	۶	۱	۱	۵	۸
۵	۸	۶	۱	۷	۳	۶	۱	۱
۱	۳	۷	۵	۱	۱	۸	۶	۶
۱	۵	۶	۶	۸	۷	۱	۳	۱
۶	۱	۸	۳	۱	۱	۷	۱	۵

متوسط

۷			۲			۸	۵	
			۳			۷		
		۸					۴	
	۸	۶			۳			
۱								۶
			۴			۹	۸	
	۷					۵		
		۹			۱			
	۶	۱			۴			۳

۱	۶	۱	۳	۷	۸	۱	۶	۵
۷	۸	۶	۱	۱	۵	۶	۳	۱
۳	۱	۵	۱	۶	۶	۱	۸	۷
۸	۷	۶	۶	۱	۳	۱	۵	۱
۶	۱	۳	۵	۱	۷	۸	۶	۱
۵	۱	۱	۱	۸	۶	۶	۷	۳
۶	۳	۱	۸	۵	۱	۷	۱	۶
۱	۶	۸	۷	۳	۱	۵	۱	۶
۱	۵	۷	۶	۶	۱	۳	۸	۸

سخت

				۱			۲	۳
			۵			۸	۶	
					۳	۷		۹
	۷	۲			۸		۳	
								۵
	۵		۶			۲	۷	
۳		۷	۱					
	۶	۵			۷			
۴	۲			۹				

۸	۱	۶	۵	۶	۴	۷	۴	۳
۴	۶	۴	۸	۳	۷	۵	۶	۱
۷	۵	۳	۴	۶	۱	۸	۶	۴
۳	۸	۴	۶	۴	۶	۱	۵	۷
۵	۷	۶	۱	۴	۸	۴	۳	۶
۶	۴	۱	۷	۵	۳	۴	۸	۶
۶	۳	۸	۴	۷	۴	۶	۱	۵
۱	۶	۷	۳	۸	۵	۶	۴	۱
۴	۴	۵	۶	۱	۱	۶	۳	۷

با ما به رویاهایتان سفر کنید

کوش آداسی
ازمیر - مارماریس - بدروم
unique
intel.tour operator
سواحل ترکیه
استانبول - آنکارا (وقت سفارت)
IRAN AIR
سواحل خلیج فارس
Mahan Air
تایلند
بلیط و ویزا با پرواز ایران ایر
فقط ۴۳۵/۰۰۰ تومان
سنگاپور
مالزی
تونس
چین
تعطیلات ۱۰ تا ۱۶
تماس تا ۸ شب
آسمان پرستاره ۲۲۸۸۷۱۰۰ | فراز آموت ۷۷۵۲۳۲۳۸ | یکتا سفر ۸۸۵۲۰۵۸۰
بیت کسب اطلاعات بیشتر و سفارش چاپ آگهی با قیمت های استثنایی و بسیار ویژه با تلفن های ۸۸۵۰۳۲۳۹-۴۱ و ۸۸۵۰۶۵۲۶-۹ یا ۰۹۱۲۱۰۸۵۱۵۲ تماس حاصل فرمایید

ادامه در صفحات ۲۱، ۲۲