گروه تخصصی مدیران طلایی
پل ارتباطی: ۰۵۱-۳۷۰۰۹۹۱۱
GOLDEN MANAGERS
بستری مناسب برای معرفی برندها و واحدهای ممتاز و طرح دیدگاه‌های کارآفرینان موفق و مدیران طلایی
مدیران طلایی
رپرتاژ آگهی
REPORTAGE

MOHSEN NAGHEDI **ENETAF SPORTIVE COMPLEX**

تلفیقی از دانش و ورزش
در مجموعه ورزشی تفریحی مدرن
انعطاف
گفتگویی از جنس ورزش با محسن ناقدی

اینجا طرقبه است، نگین گردشگری خراسان

طرقبه شهری است توریستی و دارای آب و هوا و طبیعتی کم نظیر در امتداد رشته کوههای بینالود و نزدیکی مشهد مقدس که در فصول مختلف کانون توجه و مقصد گردشگران پرشماری از اقصی نقاط ایران و جهان است. وجود روستاهایی با بافت‌های تاریخی، باغات و رودخانه‌ها و کوهها و آبشارها و همچنین رستوران‌ها، بازارهای بزرگ خرید و مجموعه‌های تفریحی و ورزشی متعدد این شهرستان را ممتاز و متمایز ساخته است. در دامان این منطقه ییلاقی در ماه‌های اخیر شاهد راه اندازی مجموعه ورزشی تفریحی ممتازی به نام «انعطاف» بودیم که نگاه‌ها را به خود معطوف و تحسین مردم منطقه، گردشگران، مسئولین استان و شهرستان و بخصوص علاقمندان به ورزش را برانگیخت. این مجموعه که در زیربنایی بیش از ۱۰۰۰ متر مربع و با رویکرد بدنسازی و آمادگی و جسمانی توسط محسن ناقدی‌نیا، یکی از فعالان موفق اقتصادی استان تاسیس شده است، بنایی بسیار زیبا با امکاناتی کامل و جامع می‌باشد، طراحی و معماری این مجموعه نقطه عطف آن محسوب گردد. هارمونی رنگ و چیدمان زیبای تجهیزات مدرن بدنسازی و آمادگی جسمانی، دفتر زیبای مدیریت، سالن بیلیارد، بوفه با امکانات کامل پذیرایی، استخر، سونا، جکوزی، حمام ترکی، دوچرخه درآب، امکانات ورزش‌های هوازی، پیلاتس، trx، یوگا، بدنسازی، آمادگی جسمانی و استفاده از مشاوره و تجارب ارزنده سامان سرابی، قهرمان ارزنده بدنسازی ایران و جهان و سایر مربیان تحصیلکرده و کاربلد و... همه و همه نوید بخش روزهای روشنی برای این مجموعه و ورزش شهرستان می‌باشد. محسن ناقدی‌نیا پای در میدانی گذاشته است که شاید و البته بدون تردید به لحاظ اقتصادی توجیهی ندارد اما در کمک به سلامت شهر و رشد و بالندگی آن و ایجاد جامعه‌ای پرنشاط و دارای انگیزه، گام بلندی برداشته است و برگی زرین به دفتر افتخارات شهر افزوده است. اهمیت این سرمایه گذاری از آن جهت مضاعف است که ایشان نه ورزشکار حرفه‌ای است و نه از گذشته تا امروز در حوزه ی بدنسازی تجربه، سابقه و فعالیتی داشته است. سامان سرابی در تعریف حرکت ارزشمند موسس مجموعه انعطاف می‌گوید: تنها واژه عشق است که حضور و سرمایه‌گذاری ارزشمند محسن ناقدی‌نیا را توجیه می‌کند و برای دوام و قوام این مجموعه فاخر بنده به عنوان یک مشاور در کنار ایشان خواهم بود و امیدوارم مسوولین محترم شهرستان و استان قدردان حضور چهره‌های شاخصی همچون جناب آقای محسن ناقدی‌نیا در عرصه ورزش بوده و از این عزیزان به هر طریقی حمایت نمایند.

گروه مدیران طلایی

لطفا ضمن معرفی خود، اشاره‌ای به اهداف و انگیزه‌هایی که باعث سرمایه‌گذاری جنابعالی در ورزش گردید، داشته باشید:

محسن ناقدی‌نیا، متولد۲۵ خرداد ۱۳۴۶ هستم. اولین و مهم ترین هدف ما گسترش ورزش و سلامتی برای شهروندان عزیز می‌باشد و همچنین با توجه به اینکه در شهرستان طرقبه شهروندان از وجود یک باشگاه با امکانات و تجهیزات به روز و رشته‌هایی همچون کراس فیت، trx، اسپینینگ و... محروم بودند، انگیزه بنده را برای راه‌اندازی این مجموعه مضاعف نمود.

در سال‌های اخیر به چه فعالیت‌هایی مشغول بوده‌اید و مشوق اصلی شما در ورزش کیست؟

۲۵ سال سابقه فعالیت در ساخت و ساز دارم و بنای این باشگاه نیز بر اساس تجاربم در صنعت ساختمان پایه‌ریزی گردید. مشوق سرمایه گذاری من در ورزش خانواده و دوستانم بوده‌اند.

بزرگترین دغدغه در امر باشگاه‌داری چه می‌باشد؟

در پروسه احداث این مجموعه تمام دغدغه‌ام این بود که فضایی ایجاد نمایم تا گروههای سنی، از کودکان، نوجوانان، جوانان، میانسالان و کهنسالان اعم از مرد و زن بتوانند برای سلامتی و سپری نمودن اوقات فراغت خود، از آن نهایت بهره را ببرند.

چه توصیه‌ای به علاقمندان رشته بدنسازی و خانواده‌هایی که نگران گرایش فرزندانشان به این رشته هستند، دارید:

باید با مطالعه و تحقیق باشگاهها و مربیان مورد اعتماد را انتخاب و با خیالی آسوده این رشته ورزشی را دنبال نمایند.

این مجموعه دارای چه امکانات و امتیازاتی می‌باشد:

مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف یک مجموعه VIP بوده که در شش طبقه بصورت شکسته احداث شده و مجهز به سالن بیلیارد، استخر، سونا، جکوزی، حمام ترکی، اتاق ماساژ، کافی شاپ و اتاق کودک است. همچنین برای اولین بار شاهد یک سالن بدنسازی با کفپوش تارتان هستیم. بخشی از فضای باشگاه با چمن مصنوعی مفروش شده است. این باشگاه دارای کمپ مجهز کراس فیت و سالن مجهز به دستگاههای مدرن ایرانی و خارجی می‌باشد. وجود ۱۰ سرویس بهداشتی و حمام، ۴/۵ متر ارتفاع سقف سالن ورزشی، سیستم هوشمند تشخیص چهره و اثر انگشت برای ورود و خروج و استفاده از رختکن، سیستم صوتی ۳ بعدی و سیستم تهویه مطبوع از دیگر امکانات این مجموعه ورزشی تفریحی می‌باشد.

رمز موفقیت شما در عرصه‌های مختلف چیست؟

توکل بر خداوند باریتعالی و تلاش و پشتکار.

آیا افراد و گروههایی هستند که بخواهید در این مجال و از طریق این رسانه از آن‌ها تشکر نمایید:

لازم می‌دانم از اداره‌ی محترم ورزش و جوانان طرقبه، خاصه از جناب آقای دکتر سعیدی ریاست محترم و جناب آقای قاسمی معاونت محترم اداره ورزش و جوانان شهرستان و اداره محترم اماکن عمومی و پلیس راهور نیروی انتظامی، جناب آقای غلامی ریاست محترم شورای شهر، جناب آقای مهندس خادم پیر شهردار محترم طرقبه، جناب آقای مهندس جاهدطلب رییس محترم امور فرهنگی شهرداری، جناب آقای شادلو ریاست محترم بانک ملی شعبه طرقبه و سایر عزیزانی که ما را در این مسیر سخت همراهی نموده‌اند صمیمانه تقدیر و تشکر می‌نمایم.

دیدگاه جنابعالی نسبت به استفاده ورزشکاران از مکمل‌ها و پروتیین‌ها و... در ورزش چیست:

از نظر بنده استفاده از مکمل‌های مجاز زیر نظر پزشک و مربی بلامانع است. تا زمانی که می‌توان با تمرین و تغذیه و بطور معمول و طبیعی به تناسب اندام دست یافت دیگر چرا باید به سراغ استروید و هورمون‌ها رفت. بنده استفاده از این مواد را به هیچکس توصیه نمی‌کنم و به شدت با مصرف آن مخالفم.

ساعات کاری و رشته‌هایی فعال را بیان نمایید:

ساعات کاری مجموعه انعطاف برای شیفت بانوان از ۸ صبح تا ۱۳:۳۰ و برای استفاده آقایان از ساعت ۱۴ الی ۲۳ می‌باشد. در شیفت بانوان اکثر رشته‌های ورزشی اعم از کراس فیت، TRX، فیتنس، بدنسازی، اسپینینگ، پیلاتس، یوگا، ایروبیک، ایروبیک پیشرفته، ورزش‌های رزمی و غیره و در شیفت آقایان کراس فیت، بدنسازی، ورزش‌های رزمی فعال است. استخر مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف مجهز به دوچرخه و تردمیل درآب می‌باشد. علیرغم اینکه این مجموعه تازه تاسیس است بااستقبال خوب مردم روبرو شده است. استقبال مردم از رشته کراس فیت به این دلیل که برای اولین در شهرستان طرقبه فعال شده است، بیشتر بوده است.

طرقبه چه پتانسیل‌هایی در حوزه ورزش دارد و کدام چهره‌های معروف را مطرح نموده است؟

شهرستان طرقبه دارای استعداد و ظرفیت‌های بالایی درعرصه ورزش می‌باشد و باشگاهها و ورزشگاهها و زیرساخت‌های خوبی برای ورزش جوانان فراهم آورده است. ایمان فنایی، محمدرضا دهقان، محمدنعمتی (قهرمان اسکیت و عضو تیم ملی) و احمدرضا زحمتکش(بازیکن تیم ملی امید) از جمله چهره‌های مطرح و شاخص ورزشی شهرستان طرقبه شاندیز هستند.

سامان سرابی، قهرمان بدنسازی جهان و اسطوره بدنسازی کشور

جناب آقای محسن ناقدی‌نیا با تاسیس این مجموعه بزرگ ورزشی تفریحی خدمت بزرگی به شهرستان و جامعه بزرگ علاقمندان به ورزش کرده‌اند. باشگاهها در سراسر کشور باید تبدیل به مجموعه‌های ورزشی مانند انعطاف شوند تا امکان استفاده از چندشاخه ورزشی برای همگان در زمان تمرین فراهم گردد. به جناب ناقدی‌نیا پیشنهاد می‌شود در این فضا میزبانی برخی از مسابقات را درخواست نمایند.

امیرحسین اخوان، رییس هیات بدنسازی و پرورش اندام شهرستان طرقبه شاندیز

مجموعه انعطاف نقطه عطفی در ورزش شهرستان است. جناب آقای ناقدی‌نیا با تاسیس این فضای مدرن حرکت بسیار ارزشمندی انجام دادند. مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف باعث فخر و مباهات شهرستان و استان است. این اقدام یک بدعت تازه در سیستم نوین باشگاه‌داری است. این مجموعه از هر نظر به روز و به لحاظ استانداردهای فنی و ورزشی دارای بالاترین پارامترهاست.

علی طهماسبی، از مربیان مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف

در مجموعه انعطاف توجه به سلامتی و رعایت ارزش‌های انسانی اولین اصل و اولویت محسوب می‌گردد. برنامه‌های تمرینی مناسب و متناسب با شرایط جسمی، روحی و هدف‌ها و انگیزه‌های یک ورزشکار به خوبی تعریف و ترسیم می‌شود.

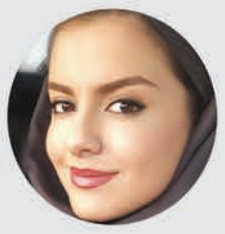
مهندس علیزاده، شهردار اسبق در مشهد و مشاور شورای شهر و شهردار طرقبه

من در مدت ساخت این پروژه شاهد زحمات شبانه روزی و تلاش بی‌وقفه جناب آقای ناقدی‌نیا که داماد بنده هستند بوده ام. در این ماهها ایشان سفر و استراحت را کنار گذاشتند و تمام اهتمام خود را با هدف ساخت بهترین و منحصربفردین مجموعه ورزشی تفریحی شهرستان و یکی از بهترین مجموعه‌های کشور متوجه این فضای ورزشی کردند. این پروژه به پیشنهاد دختر ایشان که دانش آموخته تربیت بدنی و خود از قهرمانان می‌باشد احداث گردید و امید است با استقبال مردم و مسئولین همراه باشد و سرمایه گذاری و زحمات جناب آقای ناقدی‌نیا به بار بنشیند.

بهنام شریفی، مدیریت داخلی مجموعه ورزشی فرهنگی انعطاف

هدف جناب آقای ناقدی‌نیا از راه‌اندازی این مجموعه مدرن تامین نیاز شهرستان به مجموعه ورزشی مناسب برای استفاده خانواده‌ها و علاقمندان به ورزش بوده است. مهمترین امتیاز این باشگاه عشق و علاقه وصف ناپذیر مدیریت مجموعه به این شهر و شهروندان خوب طرقبه است و برای رضایت این عزیزان بهترین امکاناتی را که از یک مجموعه ورزشی انتظار می‌رود را کنار هم جمع نموده‌اند.

محسن ناقدی‌نیا: مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف را به پیشنهاد دخترم که خود یک ورزشکار و علاقمند به رشته‌های مرتبط با آمادگی جسمانی است و با هدف کمک به ایجاد جامعه‌ای پویا و سلامت محور و رشد و توسعه ورزش شهرستان طرقبه، با رعایت تمامی اصول و استانداردهای ورزشی، مهندسی و پزشکی تاسیس و راه اندازی شده است. تلاش من استفاده از بهترین امکانات و تجهیزات بوده است و به این منظور تحقیق، رایزنی و مطالعات زیادی را دنبال نمودم و نتیجه آن مجموعه‌ای است که آمادگی میزبانی از علاقمندان به رشته‌های بدنسازی و آمادگی جسمانی را دارد و کلیه امکانات را برای پاسخگویی و تامین نیازهای ورزشی آن‌ها تجهیز نموده است.



از پیشنهاد به پدر تا تاسیس و راه اندازی مجموعه‌ای مدرن بنام انعطاف

گفتگو با فاطمه ناقدی‌نیا قهرمان رشته کراس فیت و مربی و مدیر بخش بانوان مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف

فاطمه ناقدی‌نیا، متولد ۱۹ خرداد ۱۳۷۷ و فارغ التحصیل رشته آشپزی بین المللی است که در حال حاضر در رشته کارشناسی تربیت بدنی مشغول به تحصیل می‌باشد. وی قهرمان رشته کراس فیت و مربی رشته‌های کراس فیت و رزمی است. به دلیل علاقه زیاد به ورزش و هدف‌هایی که برای آینده خود ترسیم نموده است و همچنین در جهت کمک به رشد ورزش شهرستان و سلامتی شهروندان قدرشناس این منطقه، پیشنهاد تاسیس این مجموعه را با پدر بزرگوارش جناب آقای محسن ناقدی مطرح می‌کند و پس از موافقت پدر، مطالعات کارشناسی و رایزنی‌ها برای تاسیس این بنای ارزشمند آغاز و سرانجام این مجموعه مدرن راه اندازی می‌شود. امروز و با تاسیس "انعطاف" آرزوی بزرگ فاطمه ناقدی رنگ واقعیت گرفته است و زمان آن است که او از تحصیلات و تجارب ارزنده ورزشی در جهت پیاده نمودن اهداف و برنامه‌های خود که رشد ورزش شهرستان نیز با آن پیوندی ناگسستنی دارد، استفاده نماید. مسیری که با وجود حمایت‌های پدر و مسیولین دلسوز شهرستان که تا امروز حامی تاسیس و فعالیت این مجموعه مجهز بوده‌اند، به نظر هموار است.

خانم‌ها از چه رشته‌های این مجموعه بیشتر استقبال می‌کنند:

خانم‌ها همیشه پیگیرموضوع چربی سوزی بوده‌اند. ما در این مجموعه تمامی رشته‌ها را جمع کرده‌ایم تا علاوه برآشنا نمودن خانم‌ها با این رشته‌ها، امکان استفاده آن‌ها از یک یا چند رشته را فراهم آوریم. باید یادآور شوم که ورزش کردن در چربی سوزی خلاصه نمی‌شود، بلکه آنچه اهمیت زیادی دارد در وهله اول توجه و اقدام عملی برای سلامتی و در مراحل بعد ساختن اندامی متناسب و عضله سازی است.

چه پیام خاصی برای تشویق بانوان محترم به ورزش دارید:

ورزش برابر است با سلامتی در تمامی سنین و برای تمام اقشار

بزرگترین موانع موجود برای پرداختن بانوان به ورزش چیست؟

بانوان متاهل دغدغه‌هایی همچون خانه داری، همسرداری و فرزندان خردسال را دارند. خانم‌های شاغل هم به طور معمول فرصت آنچنانی برای حضور در باشگاه ندارند، برخی از افکار غلط هم برای نپرداختن بانوان به ورزش مانند نظریه پوچ عضلانی شدن بیش از حد بانوان و موضوعاتی از این قبیل مزید برعلت شده‌اند تا خانم‌ها از ورزش و بخصوص بدنسازی دور شوند. با تمام این موانع و شعارها نباید هیچ بهانه‌ای مانع از ورزش بانوان گردد. باید زمان‌ها را مدیریت نموده و در فواصل آن، ساعاتی را به هر رشته ورزشی که علاقمند هستیم اختصاص دهیم.

چه امکانات ویژه‌ای در مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف برای استفاده بانوان وجود دارد؟

علاوه بر تجهیزات مدرن و کامل بدنسازی می‌توان به امکانات خاصی همچون سالن ماساژ و حمام ترکی اشاره نمود. بانوان ورزشکار می‌توانند بعد از تمرین از خدماتی همچون ماساژ لاغری مجموعه ورزشی تفریحی انعطاف استفاده نمایند.

چه عاملی باعث فعالیت جنابعالی در این مجموعه شده است؟

من از نوجوانی ورزش را دنبال نموده ام و به دلیل علاقه زیادی که به ورزش دارم دوره‌ها و کلاس‌های آموزشی رشته‌های مختلفی همچون شنا، تنیس، رزمی، کار با دستگاه و کراس فیت را گذرانده ام. همین علاقه وافر باعث شده است علاوه بر تحصیل در رشته تربیت بدنی، پیشنهاد تاسیس این باشگاه را به پدر بدهم و آینده شغلی خود را نیز به عنوان مدیر و مربی بخش بانوان درمجموعه تفریحی ورزشی انعطاف تعیین وتضمین نمایم.

پیشنهاد جنابعالی برای رژیم لاغری و تغذیه بانوان چیست؟

توصیه من به بانوان عزیزی که سراغ رژیم‌های لاغری می‌روند این است که در برنامه غذایی خود به اندازه کافی مصرف پروتیین و امگا ۳ و فیبر را در نظر داشته باشند. کلسیم را هرگز از یاد نبرید زیرا یک پایه اصلی برای حفظ سلامت پوست و مو محسوب می‌شود. در طول روز از میوه و سبزیجات استفاده کنید و مراقب قند خون خود باشید زیرا پایین آمدن قند خون عوارض جبران ناپذیری را برای قلب و مغز انسان بخصوص خانم‌های محترم به دنبال دارد. پیشنهاد می‌شود به جای مصرف شیرینی جات که دارای کالری بالایی هستند از قندهای طبیعی موجود در میوه‌های مختلف استفاده کنید.

۹۸۱۱۶۱۷۰/م

FLEX
SPORTIVE COMPLEX
انعطاف
مجموعه ورزشی تفریحی
خراسان رضوی، شهرستان طرقبه
بلوار امام خمینی، بین ۱۰ و ۱۲
۰۵۱ ۳۴۲ ۳۲ ۵۰۰
۰۹۱۵ ۳۱۱ ۹۹ ۸۶
موسس: محسن ناقدی نیا
https://t.me/enetafgym
EnetafGym