

#### سوزه

#### ارسلان کاظمی حق بازی برای ثامن را ندارد

در پی منتشر شدن برخی ابهامات و شایعات مبنی بر حضور ارسلان کاظمی در تیم ثامن مشهد از این هفته از رقابت‌های لیگ برتر، از سوی فدراسیون بسکتبال وضعیت ارسلان کاظمی اعلام شد. به گزارش ایسنا، فدراسیون بسکتبال اعلام کرد: «بر اساس اطلاعیه منتشر شده تا چهارشنبه (دپروز) از سوی بازیکن مذکور و با باشگاه ثامن هیچ مدرکی مبنی بر دانشجو بودن، کارت معافیت و یا مشخص بودن وضعیت خدمت مقدس سربازی وی به فدراسیون جهت صدور کارت بازی ارائه نشده و تا زمانی که این بازیکن مدارک قانونی خود را به کمیته مسابقات فدراسیون ارائه ندهد کارت بازی برای او صادر نشده و حق حضور در رقابت‌ها را ندارد.»

## اخبار

#### دومین باخت هندبال ایران در لهستان

هندبالیست‌های ایران که برای برگزاری اردوی تدارکاتی و شرکت در یک تورنمنت چهارجانبه به لهستان سفر کرده‌اند، سه‌شنبه شب در دومین مسابقه خود با نتیجه ۲۵–۲۱ مقابل اوکراین مغلوب شدند.شاگردان عرفان اسماعیل‌گنج پیش از این در مسابقه نخست نیز ۲۲–۲۸ نتیجه را به‌جمله‌ی چک واکسدار کرده بودند و به این ترتیب با ۲ شکست در رده چهارم این تورنمنت چهارجانبه ایستادند. تیم ملی هندبال ایران خود را برای شرکت در مسابقات قهرمانی آسیا و انتخابی قهرمانی جهان که ۲۵ دی تا ۸ بهمن در بحرین برگزار می‌شود، آماده می‌کند.

#### پیست اسکی شمشک افتتاح شد

پیست اسکی شمشک از سه‌شنبه هشتم دی‌ماه به صورت رسمی افتتاح شد و مورد استفاده علاقه‌مندان قرار گرفت. برای فصل جدید اسکی، تلمسبزو و تسکین‌ها مورد سرویس و بازسازی اساسی قرار گرفته و مسیرهای اسکی نیز با دستگاه‌های برف‌کوب مهیا شده است و با توجه به بارش‌های اخیر، مقدار برف موجود در پیست نیز مطلوب‌تر از حالتی است که سرسریی تیمم ملی (بدون در نظر گرفتن مالیات بر ارزش افزوده) برای روزهای تعطیل و روزهای دادی به عنوان ورودی این پیست تعیین شده است. تاکنون پیست‌های اسکی توجال، دیزین و دریندسر که در نزدیکی پایتخت هستند نیز بازگشایی شده‌اند.

#### کمیته ملی وضعیتمان را مشخص نکند اردوی تیم ملی وزنه‌برداری تشکیل نخواهد شد

## مرادی: کمیته ملی المپیک در ماه‌های گذشته بودجه‌ای به ما نداده است

#### وزارت ورزش تاکنون بیش از ۷۰ درصد از بودجه فدراسیون ها را پرداخت کرده است



تیم ملی در چهار محال بختیاری، مازندران و همدان پیش از رقابت‌های جهانی بدهی دارد و یک جنگ نابرابر در المپیک باید برابر تیم‌های صفا‌آرایی کند که چنین مشکلاتی ندارند.» رئیس فدراسیون وزنه‌برداری با بیان این‌که در این خصوص پیشنهاداتی را به کمیته ملی المپیک داده‌ام، گفت: «با این‌که مانند گذشته بودجه را به ما بدهند و برنامه‌ها را اجرا کنیم و آن‌ها نیز نظارت کنند و با این‌که خودشان اجرای برنامه‌های تیم ملی را تا بازی‌های المپیک برعهده بگیرند، در حالی که هنوز فدراسیون برای اردوهای

تسویه بدهی‌های سنگین فدراسیون وزنه‌برداری، علی مرادی رئیس فدراسیون را وادار به گزایه کرد تا بگوید: «فدراسیون وزنه‌برداری با بدهی سنگینی مواجه بود و در گذشته به مسائل کاری و زیربنایی توجهی نشده است به همین خاطر طی این مدت سعی شد بدهی‌های سنگین که بر دوش این فدراسیون گذاشته شده بود، تسویه شود.» او با اشاره به اعلام برنامه‌های فدراسیون به کمیته ملی المپیک به ایران‌ا گفت: «هتاسفانه توجهی به این برنامه‌ها نشد و بودجه‌ای که توسط دولت اختصاص داده شده بود را حدود ۴۰۰ میلیون تومان کسر کرده و بعد اعلام کردند که بودجه‌ها صددرصد افزایش یافته است. اگر بودجه افزایش یافته، انتظار داریم که درست اقدام شود در حالی که طی ۲ تا ۵ ماه گذشته یک ریال از کمیته ملی المپیک نگرفته‌ایم و با توجه به این‌که چند ماه دیگر به پایان سال باقی مانده، حتما بعد از آن هم اعلام خواهند کرد که بودجه به اتمام رسیده و این در شرایطی است که وزنه‌برداری در یک جنگ نابرابر در المپیک باید برابر تیم‌های صفا‌آرایی کند که چنین مشکلاتی ندارند.» رئیس فدراسیون وزنه‌برداری با بیان این‌که در این خصوص پیشنهاداتی را به کمیته ملی المپیک داده‌ام، گفت: «با این‌که مانند گذشته بودجه را به ما بدهند و برنامه‌ها را اجرا کنیم و آن‌ها نیز نظارت کنند و با این‌که خودشان اجرای برنامه‌های تیم ملی را تا بازی‌های المپیک برعهده بگیرند، در حالی که هنوز فدراسیون برای اردوهای

### غیبت ایرانی‌ها در انتخابات کمیسیون ورزشکاران IOC

اسامی ۲۴ نامزد برای انتخابات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک از طرف IOC اعلام شد که بین آن‌ها نام هیچ‌کدام از ورزشکاران کشورمان دیده نمی‌شود. به گزارش فارس، در ماده ۸۵ روند انتخابات کمیسیون ورزشکاران IOC آمده است: «کاندیداها باید قادر به برقراری ارتباط موثر به زبان انگلیسی یا فرانسه، ۲ زبان رسمی و کاری کمیته بین‌المللی المپیک و کمیسیون باشند.» بر این اساس مسئولان روابط بین‌الملل کمیته ملی المپیک مصاحبه‌هایی با چند ورزشکار که سابقه حضور در المپیک ۲۰۱۲ لندن را داشتند، انجام دادند. در دوره قبلی یعنی در المپیک لندن کمیته ملی المپیک یک ورزشکار را معرفی کرد اما با توجه به مسأله نبودن این نماینده کشورمان به زبان انگلیسی نامه اعتراضی به ایران ارسال شد مبنی بر این‌که که چرا شرایط برای معرفی نماینده ایران رعایت نشده است. با توجه به این‌که هیچ کدام از ورزشکاران مورد نظر کمیسیون ورزشکاران ایران قادر به صحبت کردن به زبان انگلیسی نبودند، کمیته ملی المپیک ایران برای رعایت شان این کمیته و همینطور برای جلوگیری از نامه اعتراضی IOC تصمیم گرفت ورزشکاری را برای ریو معرفی نکند. در المپیک لندن، هادی ساعی نماینده ایران بود که رای لازم را برای ورود به کمیسیون IOC کسب نکرد.

### اگر ریشه دوپینگ در بدنسازی بود باید اول از همه گریبان بدنسازان را می‌گرفت

## تبریزی: اسطوره‌های المپیکی ورزش ایران مخفیانه با من بدنسازی می‌کنند

## همیشه مثل فرهاد مجیدی تست دوپینگ می دادم

##### اسارا اصلائی

محرومیت مادام العمر ۳ ملی‌پوش فرنگی کار به دلیل استفاده از مواد نیروزا باعث شد برخی کارشناسان ورزشی مدعی شوند ریشه دوپینگ در بدنسازی است. این در حالی است که سرسریی تیمم ملی، کارشناس خبره و عضو هیئت رئیسه فدراسیون، پرورش‌اندام معتقد است اگر ریشه دوپینگ در بدنسازی است باید اول از همه تست بدنسازان ایران مثبت اعلام شود نه این که آمار دوپینگ کشتی‌گیران و وزنه‌برداران بالاتر از بدنسازان باشد. علی تبریزی قهرمان سنگین وزن بدنسازی در مصاحبه با خراسان تاکید کرد ورود غیرقانونی و تولید مکمل‌های غیرمجاز در داخل را عامل اصلی شیوع این پدیده شوم در بین ورزشکاران ایران می‌داند.

■ **تیم ملی پرورش اندام ایران در حال حاضر در چه شرایطی است و چه مسابقات مهمی را در پیش دارد؟**

تقویم مسابقات تیم ملی پرورش اندام ایران هر ساله در ابتدای سال میلادی تنظیم می‌شود. در حال حاضر مسابقات داخلی جام ۲۲ بهمن را در پیش داریم. بعد از آن مسابقات انتخابی تیم ملی در اردیبهشت ماه برگزار خواهد شد. سپس در تیر و مرداد مجددا انتخابی تیم ملی برگزار می‌شود. در مسابقات انتخابی اردیبهشت ماه اعضای تیم ملی برای حضور در مسابقات آسیایی انتخاب می‌شوند اما در انتخابی تیم ملی که در تیر و مرداد برگزار می‌شود ملی‌پوشانی که باید در مسابقات جهانی شرکت کنند انتخاب خواهند شد. برای سال آتی در حال برنامه‌ریزی برای موفقیت تیم ملی در رده جوانان در مسابقات آسیایی و جهانی هستیم.

■ **در حال حاضر تیم ملی پرورش اندام ایران در آسیا و جهان در چه رده‌ای قرار دارد؟**

بدنسازان ایران چندین سال است که رتبه اول آسیا را دارند و بهترین تیم آسیا هستیم. در سطح جهان ایران همواره جزو ۳ تیم برتر جهان است. تیم ملی سال گذشته دوم رسید. شد و اسامل هم با یک سکو ارتقا به رتبه اول جهان رسید. ناگفته نماند ما علاوه بر مسابقات آسیایی و جهانی چندین تورنمنت را هم در پیش داریم؛ از جمله تورنمنت مستر المپای آماتور و آرنولد کلاسیک. تورنمنت دیگری که ما داریم به نام جام خلیج فارس که اسامل اولین مسابقه آن به میزبانی کیش برگزار شد.

■ **اسما زینی که قرار بود جام خلیج فارس مهرماه به میزبانی کیش برگزار شود حاشیه‌هایی ایجاد شد از جمله این‌که گفته می‌شد نام این مسابقات منتسب به یک پیوهی حامی رژیم اشغالگر قدس است.**

بحث‌هایی به سر اسم این تورنمنت بوده به همین دلیل ما با فدراسیون جهان وارد مذاکره شدیم و قرار شد ما یک تورنمنت جایگانه‌ای برای کشور خودمان داشته

##### استقلال تپیشان پنهان کرده و

شرکت می‌کرد خیلی وقت‌ها قرعه به نام من نمی‌افتاد اما باز هم از من تست دوپینگ می‌گرفتند؛ مثل فرهاد مجیدی که به دلیل بدن آماده‌اش همیشه تست دوپینگ از او می‌گرفتند.

■ **به نظر شما چرا در ورزش ایران مثبت شدن تست دوپینگ ورزشکاران حرفه‌ای روند رو به رشدی به خود گرفته؟**

متأسفانه این امر به دلیل نگاه خاص برخی مسئولان و دست‌اندرکاران ورزش کشور نسبت به رشته بدنسازی است. بدنسازی رشته مطلوبی است اما با موجی که برخی مسئولان به این رشته وارد می‌کنند باعث می‌شوند این رشته در بین سایر رشته‌ها به عنوان یک رشته منفی معرفی شود. این در حالی است که بچه‌های بدنساز اصلا نیاز به دوپینگ ندارند چون قرار نیست بدنسازان در حین انجام مسابقه رکوردی جابه‌جا کنند یا مقابل حریفی زورآزمایی کنند که بخوانند دوپینگ کنند. اما متأسفانه ورزشکاران سایر رشته‌ها یا یک چیزی می‌شوند یا بر مبنای اطلاعات سوءختای که دارند و یا بر اثر مراجعه به افرادی که علم روز را در خصوص مکمل‌های ورزشی ندارند، گرفتار معضل دوپینگ می‌شوند. معمولا در سایر رشته‌ها مربیان روی کارهای تخصصی رشته خودشان وقت صرف می‌کنند و از برنامه بدنسازی غافل می‌شوند. همین باعث شد خیلی از اسطوره‌های المپیکی ورزش ایران برای بدنسازی به من مراجعه کنند که البته آن‌ها آسومی نمی‌برم. اما این افراد به صورت مخفی پیش من آمدند و وقتی از آن‌ها می‌پرسم چرا مخفیانه به من مراجعه می‌کنید می‌گفتند الان دیگران فکر می‌کنند ما دوپینگ می‌کنیم. آخر این چه نگاه زشتی است؟ آن آقایی که پیش من آمد قهرمان المپیک لندن هم شد اما نگران نگاه منفی دیگران بود.

■ **برای کنترل دوپینگ چه باید کرد؟**

دوپینگ همیشه بوده اما آگاهی، اطلاع‌رسانی و ارائه خدمت و مطالب علمی از سوی مراجع ذی‌صلاح مثل وزارت ورزش، کمیته ملی المپیک و برگزاری سمینارهای علمی در خصوص دوپینگ باعث می‌شود ورزشکاران ما از این مسئله میرا شوند. ما نمی‌توانیم بگوییم که چون این دوپینگ است دور آن خط قرمز بکشیم تا کسی به سمت آن نرود چون بررسی‌های روان‌شناسانه نشان داده هر آنچه را که منع می‌کنیم کشش به سمت آن بیشتر می‌شود. بنابراین راه کنترل دوپینگ اطلاع‌رسانی و ایجاد آگاهی است. اگر قرار است ورزشکاران ما مکمل استفاده کنند باید بهترین آن‌ها همراه با کارگیری علم روز برای بچه‌ها تجویز شود. متأسفانه در اردوهای تیم‌های ملی در رشته‌های مختلف وقتی ورزشکاران دور هم جمع می‌شوند و دست ورزشکاری مکمل، آمینه‌اش می‌برم. کربتین یا گلوتامین می‌پینند همه به چشم بد به آن ورزشکار نگاه می‌کنند. این باعث می‌شود ورزشکاران مکمل مورد استفاده‌شان را

را بدانیم تا زمانی که تکلیف ما مشخص نشود، اردوی تیم ملی نیز برگزار نخواهد شد.» مرادی با اشاره به این‌که تیم ملی ایران در رقابت‌های جهانی یکی از پاک‌ترین تیم‌های حاضر در آمریکا بود، یادآور شد: «۱۰ درصد از ۲۰۰ نمونه آزمایش دوپینگ در رقابت‌های جهانی مثبت بود و این در حالی است که تیم ملی ایران با وجود همه مشکلات توانست ۵ سهمیه المپیک بگیرد و تنها در حد حرف نباید از وزنه‌برداری نگاه ویژه داشته باشند، اکنون موقع آن است که آن نگاه ویژه باشد چراکه تنها ۷ ماه به بازی‌های المپیک ۲۰۱۶ ریو باقی‌مانده و سرپرست کاروان نیز مشخص نشده است.» رئیس فدراسیون وزنه‌برداری ادامه داد: «با توجه به فرصت باقی‌مانده تا المپیک، اکنون زمان آن است که وظایف افراد و ارگان‌ها به آنچه که وظیفه ملی و ذاتی گفته می‌شود، مشخص شود چراکه امروز فرصت تجدیدنظر وجود دارد

اما فردا برای این کار دیر خواهد بود.» مرادی تصریح کرد: «فدراسیون وزنه‌برداری پیش از این اعلام کرده بود که پس از برگزاری نشست کمیته فنی فدراسیون و تصویب برنامه‌های کادر فنی، ۱۲ وزنه‌بردار به اردوی تیم ملی بزرگسالان دعوت می‌شوند تا از اول دی ماه تمرینات خود را برای حضوری برقدردر در رقابت‌های المپیک ۲۰۱۶ آغاز کنند اما اجرا نشدن تعهدات کمیته ملی المپیک در تخصیص بودجه به فدراسیون وزنه‌برداری باعث شد برپایی این اردو، لغو و به روز نهم دی ماه موکول شود.»

### میهمانی مدعیان در هفته شانزدهم لیگ برتر بسکتبال

هفته شانزدهم لیگ برتر بسکتبال با تقابل ۲ تیم صدرنشین پتروشیمی و شهرداری اراک همراه است. شاگردان شاهین‌طبع که صدرنشین لیگ هستند در دور دوم لیگ خیلی خوب کار کرده‌اند و در این هفته میهمان شهرداری اراکی هستند که عملکرد فوق‌العاده‌ای داشته و همه تیم‌ها را در دور دوم برده و در رده دوم ایستاده است. رقابت این ۲ تیم در کنار تقابل بالا جدولی‌ها، رقابت شاهین‌طبع و کسپایی‌پور مربی ۲ تیم است که رابطه بسیار خوبی هم با یکدیگر دارند. نفت آبادان که به رده سوم رسیده در این هفته رقابت دشواری دارد و در خانه به مصاف شهرداری گرگان خواهد رفت. گرگانی‌ها بعد از مدتی که در بالای جدول قرار داشتند به جایگاه ششم سقوط کرده‌اند و در این دیدار خارج از خانه به دنبال کسب پیروزی هستند اما کار دشواری برابر تیم مدعی نفت خواهند داشت؛ نفتی که البته برابر نیروی زمینی منزلزل نشان داد. در دیگر دیدارهای هفته شانزدهم دانشگاه آزاد در اصفهان به مصاف تیم بهران‌زده آینده‌سازان می‌رود، شهرداری تبریز میزبان شیمیدر بود که به دلیل لغو پرواز بازیکنان شیمیدر به دلیل شرایط بد جوی این بازی انجام نمی‌شود. **برنامه:** شهرداری اراک- پتروشیمی، نفت آبادان- شهرداری گرگان، آینده‌سازان- دانشگاه آزاد، ثامن مشهد- نیروی زمینی.

#### زاویه نگاه شما

هر روز منتظر پیام‌های شما هستیم. پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹ \*\*\*

■ دوستانی که به حواشی بین ۲ تیم لیگ والیبال انتقاد کردین این اتفاقات تو ورزش عادیه و ربطی به غرور نداره. ما نباید حواشی که یک بازیکن خارجی تو لیگ ما ایجاد می‌کنه رو به گردن بازیکنان خودمون بندازیم. پس غیرت ایرانی کجا میره. لطفا متصفانه قضاوت کنید.

■ روزنامه خراسان با انتقاد از کی‌روش فقط خواندنگات رو از دست میدی. ما روزنامه مغرض نمی‌خواهیم.

■ واقعا برای آقای فردوسی‌پور متأسفیم اینجوری می‌خواد با طر‌ف‌داری استقلال لج بازی کنه. ما رو تا ساعت ۲ نصف شب بیدار نگه داشته بعد معذرت‌خواهی می‌کنه. واقعا فقط برای بازی استقلال وقت نبود. آقای فردوسی‌پور از شما که همیشه دم از عدالت می‌زیند بعید بود.

■ مسی طرفدار زیاد داره این دلیل بر بهتر بودن نیست چون سال‌ها رونالدو آقای گل میشه. مثل پرسپولیس که رده هفتم جدول‌ه ولی از همه بیشتر طرفدار داره.

■ کاش کی‌روش برای همیشه از کشور ما می‌رفت. بودن این به اصطلاح مربی هزینه سنگینی روی دوش مردم که مالیات میدن تا دولت دستمزد این آقا رو بده می‌داره.

■ من یک پرسپولیسم‌ام ولی حق ویسی بود بهترین مربی باشه.

■ پیروزی‌های اخیر استقلال با توجه به این‌که داور‌ها کلاما علیه این تیم بوده ثابت کرد اگه تیمی خوب بازی کنه اشتباهات دآوری هم جلودارش نیست. قابل توجه اونایی که ششم جدولند و هر وقت نمی‌برن می‌نذارن گردن داور.

■ جناب فردوسی‌پور پرسپولیسی، خیلی قشنگ داری برای قرار دادن ۹ پرسپولیسی و ۲ استقلالی در تیم منتخب تاریخ ایران برنامه‌ریزی می‌کنی-فوتبال ایران رو به نابودی کشیدی-با بی‌حرمتی‌ها و حاشیه‌سازی‌ها و توهین‌ها، اگر رسالت شما شفاف‌سازی است چرا یک برنامه از عدم پرداخت حق پخش بازی‌ها توسط صدا وسیم‌ها به باشگاه‌ها نمی‌سازی

### خبر

#### احتمال لغو پینگ‌پنگ جام فجر به بهانه بدهی ۲۰۰ میلیون!

بیست‌وپه‌چهارمین دوره مسابقات بین‌المللی پینگ‌پنگ جام فجر که قرار بود به میزبانی کیش برگزار شود شاید به دلیل مسائل مالی لغو شود. احمد سعادت‌مند، سرپرست فدراسیون در مصاحبه با مهر در این خصوص عنوان کرد: «فدراسیون از دوره پیش از این رقابت‌ها هنوز ۲۰۰ میلیون بدهی دارد و به همین دلیل دوره جدید این تورنمنت نباید بدهی نژاد‌ی برای فدراسیون ایجاد کند.» او در حالی این مسائل را مطرح می‌کند که به گزارش تسنیم گفته می‌شود زارغ‌پور، رئیس پیشین فدراسیون در زمان جدایی، این فدراسیون را با نزدیک به ۴۰۰ میلیون تومان بدهی و البته نزدیک به ۸۰۰ میلیون تومان مطالبات از شرکت‌ها و بخش‌های دیگر ترک کرده است. از بین بدهی‌ها ۲۰۰ میلیون تومان مربوط به برگزاری دوره پیشین جام فجر و نزدیک به ۲۰۰ میلیون نیز مربوط به بدهی به یک ژاناس هواپیمایی می‌شود. فدراسیون در زمان تغییر مدیریت نزدیک به ۸۰۰ میلیون تومان نیز مطالبه داشته که مشخص نیست چقدر از این مبالغ در دوره سرپرستی دریافت شده است.



اما اگر فردی که از طریق ورزش ۱۵۰۰، ۱۸۰۰ و بعضا ۲۰۰۰ کالری (برای افراد مبتدی) می‌سوزاند نمی‌تواند نیازهای بدنش را از طریق مواد غذایی که به طور روزمره دریافت می‌کند تامین کند و بعد از مدتی دچار ورزش‌زدگی می‌شود. اگر تجویز مکمل برای افراد به صورت صحیح و کنترل شده انجام گیرد کسی دچار معضل نمی‌شود.

■ **پس ورزشکاران مبتدی هم به صورت کنترل شده می‌توانند مکمل مصرف کنند اما ترجیحا از داروخانه‌ها نخرند.**

من ششخا این مکمل‌ها را از داروخانه‌ها نمی‌خرم چون تجربه این می‌تابت کرده که اکثرا چینی و تقلبی هستند.

■ **باشگاه‌ها هم که مجاز به فروش مکمل‌ها نیستند.** بحث ما هم همین است، باشگاهی که از طریق امکان، نیروی انظمایی وو... تایید صلاحیت می‌شود نشان می‌دهد که این باشگاه از فیلترهای قانونی گذشته؛ پس چه اشکالی دارد که مجوز فروش مکمل‌هایی را داشته باشد که از مجاری قانونی کشور ترخیص شده و دارای مجوز وزارت بهداشت هستند؛ یعنی همانطور که باشگاه‌ها آمبویه به ورزشکاران می‌توانند؟ البته هرچند مکمل مجاز هم بدهند چون اگر دای نکرده فردا روزی اتفاقی برای ورزشکار افتاد همان باشگاه پاسخگو باشد. در غیر این‌صورت باید برگردند و بقه آن فردی

که در ناصرخسرو مکمل غیرمجاز می‌فروش را بگیرند. آیا می‌توانند؟ البته هرچند مکمل مجاز هم بدهند چون اگر دای این افراد بعد از مدتی دوباره قوی‌تر از گذشته برمی‌گردند چون می‌فهمند که چطور و از طریق چه کسانی باید لایبی کنند که دستگیر نشوند. متأسفانه این اتفاق است که در حال حاضر در کشور ما می‌افتد.

چون نتیجه خوبی نمی‌دهد. اکثر این مکمل‌ها در چین تولید می‌شود اما با پرسب آمریکایی وارد ایران می‌شوند. مربیانی که به صورت تخصصی و تجربی کار استفاده از مکمل را انجام می‌دهند، می‌دانند که این مکمل‌ها بازدهی آنچنانی ندارند و به همین خاطر آن را به شاگردانشان ورزشکاران ما تعالیم به خرید آن از طریق داروخانه ندارند چون مورد تایید مربیانست نیست.

■ **چرا؟**

چون نتیجه خوبی نمی‌دهد. اکثر این مکمل‌ها در چین تولید می‌شود اما با پرسب آمریکایی وارد ایران می‌شوند. مربیانی که به صورت تخصصی و تجربی کار استفاده از مکمل را انجام می‌دهند، می‌دانند که این مکمل‌ها بازدهی آنچنانی ندارند و به همین خاطر آن را به شاگردانشان ورزشکاران ما تعالیم به خرید آن از طریق داروخانه ندارند چون مورد تایید مربیانست نیست.

■ **به نظر شما صرف‌نظر از ورزشکاران حرفه‌ای آیا افراد معمولی که اقدام به ورزش می‌کنند اساسا نیازمند استفاده از مکمل‌های مجاز هستند؟**

۳ وده غذای روزانه برای فعالیت معمولی بدن کافی است

سند کمپانی، برگ سبز خودرو آژرا مدل ۲۰۰۹ به نام امیررضا حسینیان به شماره پلاک ۳۷۶س۱۲۱۳ایران ۱۲ به شماره موتور ۴۳۷۶G۶DBA۸۶۴۳۷ و شماره شاسی ۴۳۷۶Y۵۸۶۴۳۷KMHF۴۰۱D۹۳۴۷ مقفود و فاقد اعتبار است.
۴/۹۴۴۱۷-۲۵