

تمنى عبر «الانباء» حصول أبطال الألعاب الفردية على الدعم المناسب

الحرز: تعرضت للظلم جراء استبعادني من تمثيل «الجمباز» في «آسياد إينشيون»

والرياضة الوقوف الى جانب اللاعبين المميزين في جميع الألعاب وزيادة دعمهم، وأشكر جميع من ساندني ووقف معي وأخص بالذكر والدي وشقيقي أحمد اللذين دائماً ما يكونان معي ويشجعاني قبل البطولات التي أشارك بها.

برعاية واهتمام من الدولة، كما أن رئيس الولايات المتحدة باراك اوباما يحرص على مشاهدة منافسات لعبة الجمباز في الدورات الأولمبية، وهذا الأمر يلخص اهتمام الدول العظمى بهذه اللعبة الجميلة والتي تنافس الدول من خلالها على 8 ميداليات ذهبية في الأولمبياد، وهذا الأمر غير موجود على سبيل المثال في لعبة كرة القدم التي يخصص لها ميدالية ذهبية واحدة فقط وتسجل باسم 23 لاعبا.

العمل وعدم قدرتهم على منحى التفرغ اللازم من أجل العيش في سويسرا.

كيف تقيم مستوى لعبة الجمباز في البلاد؟

● لا يرتقي للمطوح، وحالها لا توجد بطولات محلية والنشاط متوقف ونعاني من عدم وجود صالة لتدريبات المنتخب وصالة أخرى لإقامة المنافسات عليها واستضافة البطولات الدولية الكبيرة، والأجهزة الخاصة باللعبة موجودة ولكنها قد تتعرض للتلف في حال عدم إقامة المنافسات عليها لفترة طويلة، ولعبة الجمباز بحاجة لأبنائها الذين يعون تماماً ما هي اللعبة بعد ابتعاد البعض منهم لظروف متفرقة.

لماذا دول الصين واليابان وكوريا الجنوبية مكتسحة في الدورات الأولمبية؟

● لأن لاعبيهم يتدربون منذ الصغر ويحظون

النادي العربي وقمت بالدفع من جيبي الخاص لتلقي إبر علاجية لأتمكن من اللحاق بوفد المنتخب المغادر الى إينشيون، بيد أن كل هذه الظروف لم تقنع مسؤولي اتحاد الجمباز وقاموا باستبعادني رغم علمهم بإصابتي وشفائي منها قبيل المغادرة الى كوريا الجنوبية. ومن الأرقام التي تم تحقيقها في الآسياد فإنني أرى نفسي قادر على الوصول الى الدور النهائي والمنافسة على الميداليات بسبب تقارب الأرقام التي أحققها مع ما تم تحقيقه.

حدثنا عن عدم نجاح تجربتك الاحترافية في أحد الأندية السويسرية؟

● خلال عطلة رأس السنة لعام 2013 كنت أقضي عطلة خاصة في سويسرا وقام أحد نجوم اللعبة هناك بالاتصال بي وعرض التوقيع معي لأحد الأندية السويسرية، وبالفعل توجهت الى النادي وقاموا باستقبالي وعملوا لي الفوصات الطبية وتركوا الأمر لي للتوقيع، الا أنني بعد عودتي لم أتمكن من التوقيع معهم بسبب ظر و ف



جواد الحرز يشرح ظروف لعبة الجمباز للزميل يحيى حميدان (هاني الشمري)

يحيى حميدان

يعتبر لاعب النادي العربي ومنتخبنا الوطني للجمباز جواد الحرز من أبرز اللاعبين الكويتيين على صعيد الألعاب الفردية نظراً لما يحققه من انجازات وميداليات في البطولات الخليجية والعربية والآسيوية وحتى العالمية بعد تحقيقه ذهبية بطولة العالم في عام 2012 والتي أقيمت في المجر. ويؤكد الحرز (26 عاماً) أن لعبة الجمباز ينقصها الاهتمام والرعاية من قبل مسؤولي الحركة الرياضية والحكومة كما هو الحال مع بقية الألعاب الفردية الأخرى، مشيراً الى أن الدول العظمى تهتم بشكل أكبر بالألعاب الفردية لأنها تجلب ميداليات ذهبية فضية وبرونزية أكبر مما تجلبه الألعاب الجماعية مثل كرة القدم.

«الانباء» استضافت الحرز فكان هذا الحوار:

كيف كانت بدايتك مع لعبة الجمباز؟

● بدأت بدخول اللعبة عن طريق اصرار الوالد ورغبته في جعلني لاعبا للجمباز، حيث سبق لوالدي محمود الحرز أن لعب هذه اللعبة وهو حالياً يشغل منصباً في الاتحاد، وفي البداية لم أكن راغباً في أن أكون لاعباً للجمباز وكنت أهرب للتدرب مع فريق كرة القدم بالنادي العربي، وعند وصولي الى سن الـ12 بدأت بالتركيز على لعبة الجمباز حتى حققت جميع هذه الانجازات والميداليات التي حققتها حالياً.

ما أبرز انجازاته؟

● حققت العديد من الميداليات الملونة ومنها 10 ذهبيات و12

عدم حصولي على تفرغ من عملي حرمني من خوض تجربة احترافية في أحد الأندية السويسرية

وما أبرز الصعوبات التي تواجهك؟

● افتقد للدعم المادي والمعنوي، بالإضافة الى التفرغ الرياضي من أجل التركيز على التدريبات اليومية، وفي ظل

أحلام وطموحات

تمنى جواد الحرز أن يحالفه التوفيق للمشاركة في أولمبياد ريو دي جانيرو 2016، معتبراً أن هذا الحلم صعب التحقيق ويحتاج للمنافسة بقوة في بطولة العالم التي ستقام العام المقبل والتي يشارك بها أكثر من 1000 لاعب ويتأهل منها في النهاية عدد قليل من اللاعبين، بالإضافة الى قيام الاتحاد الدولي للجمباز بترشيح لاعبين أو ثلاث وشاركهم في الأولمبياد عن طريق بطاقة دعوة.



«الخطوط البريطانية» تقدم فرصة للاعبين الغولف للتدريب على يد روز



منافسة بين جودي كيد وجيمي ريدنايت وجستن روز وغاري لينيكير وإيان رايت

في الجولة النهائية الكبرى لـ«بطولة موانتي» دبي العالمية للغولف»، والتي تنطلق في ملعب جميرا استبت للغولف خلال الفترة ما بين 20 و23 نوفمبر المقبل.

لينيكير وجيمي ريدنايت وإيان رايت وجودي كيد، فمن هو النجم الذي أصاب أولاً الهدف خلال حملة الخطوط الجوية البريطانية الخيرية لبطولة نجوم الغولف؟ بوسعكم مشاهدة الفيديو من خلال الرابط: <http://youtu.be/rgc5pNhgPvo>، وبالإضافة إلى استضافة الجلسة التدريبية على الغولف الخاصة بالخطوط الجوية البريطانية، يشارك جستن روز

تقدم الخطوط الجوية البريطانية فرصة متميزة لن تتكرر للاعبين الغولف حول العالم للحصول على تدريب من النجم الشهير جستن روز في أحد أندية تدريب هذه اللعبة في دبي.

ويستضيف جستن روز الذي حقق الفوز للفريق الأوروبي في كأس رايدر جلسات التدريب في نادي الإمارات للغولف في دبي يوم 18 نوفمبر المقبل، حيث سيشاطر معرفته مع اثنين من الفائزين المحظوظين وضيف لأحد الفائزين بالإضافة إلى ضيوف من كبار الشخصيات.

وستنيل كل فائز تذكرة سفر ذهاباً وإياباً على الدرجة السياحية إلى دبي عبر لندن، وإقامة لثلاث ليالٍ في فندق جي بليو ماريوت ماركيز دبي ودخولاً إلى تدريب الغولف وإلى حفلة مع أسطورة الغولف في نادي الإمارات للغولف الشهر. قم بزيارة الرابط www.britishairways.com/flights_and_holidays/partners/justin_rose_competition ويتاحم على الراغبين بالمشاركة والمنافسة الإجابة عن السؤال أدناه للدخول إلى السحب والفوز بالرحلة.



جستن روز يتمنى رؤية عشاق اللعبة في دبي

حضرها لاعبو جميع الألعاب والأجهزة الفنية والإدارية الخطيب يقدم نصائح عن الإصابات في القرين



أحمد العمار ويوسف القديري يتابعان المحاضرة



د.عبدالباسط الخطيب يلقي المحاضرة بجانب أمين السر أحمد الشريع ومدير النادي حامد العمران

على سرعة شفاء الإصابة. وفي ختام محاضرته شكر الخطيب مجلس إدارة نادي القرين للترقى مشيراً على إقامة الندوة التوعوية وتنقيف اللاعبين صحياً لتلافي الإصابات مستقبلاً متمنياً التوفيق للجميع. وبعد المحاضرة تم فتح باب الاستئذة للحاضرين وكان التفاعل كبيراً واللاعبين والأجهزة الفنية بطرح عدة أسئلة أجاب عليها الدكتور ما أكد من استفادة الحضور لما طرحة الخطيب. وعقب الندوة شكر الشحومي د.عبدالباسط الخطيب على تلبية الدعوة واللقاء المحاضرة على أبنائه اللاعبين، مؤكداً أنه شخصياً استفاد من المعلومات التي أسردها خلال المحاضرة مطالباً اللاعبين والأجهزة الفنية الأخذ بالنصائح القيمة وتطبيقها حتى تقل الإصابات. وتمنى الشحومي من الخطيب أن يلقي محاضرة ثانية مستقبلاً لإبنائه اللاعبين حول المنشطات وضررها إلى جانب التغذية السليمة حتى يغير اللاعبين الأفكار الخاطئة السائدة حالياً بأخذ المنشطات لضافة الجهود بالملاعب.

اللاعبين بعدم التعرض للهواء البارد بعد التدريب والجلوس كثيراً في التكييف أثناء عملية التعرق مشيراً الى ان الهواء البارد يدخل في العظام ويعرض اللاعب لإصابة الدسك في الظهر أو التهاب المفاصل والأعصاب مشدداً على ان اللاعبين الذين يتدربون بالملاعب المكشوفة هم الأكثر تعرضاً لهذه الإصابات وخاصة في فصل الشتاء لعدم اهتمامهم باللبس الصحيح والوقاي من تسرب الهواء البارد إلى الجسم كما نصح اللاعبين بالابتعاد عن المكملات الغذائية من خلال الأدوية والتركيز على الغذاء الطبيعي حتى يستصح الجسم. وأبدى الخطيب استغرابه من بعض العبادات الطبية وطرق العلاج غير الصحيحة ما يؤخر في تجهيز اللاعبين أو عودة الإصابات لعدم إعطائها حقها من العلاج ناصحاً اللاعبين أن يستخدموا كمادات الثلج فور حدوث الإصابة ولدة أقصاها ثلاثة أيام على ألا يتجاوز وضع الكمادة الباردة على مكان الإصابة اثنتي عشرة دقيقة مؤكداً ان هذه العملية البسيطة تساعد

للملعب مع عدم وجود أي فروقات أو تباينات ما بين منطقة وأخرى في الملعب فيما يعتبر العامل الثاني للتعرض للإصابة عدم الإحماء بالشكل المناسب مطالباً الأجهزة الفنية للفريق واللاعبين بأخذ مدة تتراوح ما بين عشرين إلى خمسة وعشرين دقيقة للإحماء قبل المباريات حتى تتم تهيئة العضلات لاستقبال الجهود الكبير الذي سيدخله اللاعبون خلال المنافسات.

وأعتبر الخطيب العامل النفسي للاعب مهما جدا قبل المباراة، مشيراً الى ان التركيز على المنافسات والتهيئة النفسية تجعل جل اهتمام اللاعب في الحدث التنافسي ويعطي التوافق العضلي العصبي حقه وهذا ما يعتبر حماية للجسم من الإصابات، مشدداً على ان الجسم يعتبر جوهره أهداهما الخالق للمخوق ويجب المحافظة عليها من خلال تجنب أي عائق يسبب التلف في الجسم ومن أهم ما يهيب الجسم للإصابة هو التدخين باعتباره السبب الرئيسي في ضعف العظام وهذا ما يؤخر العلاج والتأثم الكسور. ونصح الخطيب

طالب اللاعبين بضرورة الوقاية من الإصابات قبل حدوثها

حامد العمران

نظم أمس الأول نادي القرين بمقره في العبدان ندوة توعوية بعنوان «الإصابات الرياضية وطرق الوقاية منها» وألقاها د.عبدالباسط الخطيب رئيس قسم العبادات والخدمات الطبية بمركز الطب الرياضي وبحضور رئيس نادي القرين أحمد الشحومي ونائب الرئيس أحمد العمار وأمين السر العام م.أحمد الشريع وأمين الصندوق عبدالله نصار وأمين الصندوق المساعد يوسف القديري إلى جانب لاعبي فرق النادي والأجهزة الإدارية والفنية لجميع الألعاب في النادي. وفي بداية الندوة رحب أمين السر أحمد الشريع بالخطيب وشكره على سرعة تلبيةه للدعوة، متمنياً أن يتم التواصل ما بين النادي والخطيب لزيادة الجانب التقني عند اللاعبين.

وأرجع الخطيب في بداية حديثه الإصابات إلى ثلاثة عوامل مهمة أولها اللباس المناسب وخاصة الحذاء الذي يحفظ توازن اللاعب إلى جانب الأرضية المناسبة



جانب من الحضور الكبير من اللاعبين والأجهزة الفنية والإدارية



د.عبدالباسط الخطيب يشرح للحضور