

الصالح أعلن عن افتتاح «جيم فت» للنساء في عام 2017

# «جولدر جيم» للرياضيين: أنت الأفضل.. «غير جسمك غير حياتك»



(زين علام)

المشاركين المكرمون مع مدربيهم والمدير العام فواز الصالح

## السفير الإماراتي.. ضيف شرف



السفير الإماراتي رحمة الزعابي مع الصالح وبطل مسابقة «ديزرت فورس» أسامة الصعدي

حضر السفير الإماراتي لدى البلاد رحمة الزعابي ضيف شرف كبيراً في المناسبة وكان في استقباله الصالح ومسؤولون ومنظمو الحفل.

## الصعدي بطل «ديزرت فورس»



مدير عام «جولدر جيم» فواز الصالح مكرماً البطل أسامة الصعدي

البطولة. وأضاف: أشكر جولدر جيم وكل من ساندني، متمنياً التوفيق لكل المشاركين والمتسابقين والنادي. يذكر أن الصعدي هو مدرب «أكاديمية mbc» أكشن للموسم الرابع على التوالي ومدرب في المعهد الأفضل عالمياً.

قال لاعب منتخب مصر للمصارعة وبطل مسابقة ديزرت فورس «أم بي سي أكشن» لوزن 93 كلغ، وهي البطولة الأكبر في الشرق الأوسط «MMA»، أن المباراة الأخيرة كانت حاسمة مع نظيره من السعودية واستطاع الفوز بها بالضربة القاضية وحصل على درع

لتحسين الصحة العامة للمجتمع الكويتي ومحاربة السمعة وأخطارها الجسيمة. وقال أنه سيتم في العام المقبل افتتاح الفرع النسائي (جيم فيت) على أحدث طراز ومعدات ومدربين عالميين دارسين لتلبية احتياجات النساء الرياضية. وأختتم بقوله ان حصول جولدر جيم على هذه الجائزة يعكس تقدم وطننا الحبيب بين دول العالم وهذا شيء يفخر به كل كويتي.

من خلال اعطائهم الفرصة في تغيير حياتهم وأجسامهم. وأكد الصالح أننا سعداء وفخورون بما قدمناه خلال العامين الماضيين ورسالتنا «change your body change your life» «غير جسمك غير حياتك» فالإنجاز الحقيقي هو تغيير نمط الحياة «life style» للمدربين على يد مدربين أكفاء دارسين للوصول إلى مجتمع صحي. وأضاف الصالح: سنستمر في دعم النشاطات الرياضية

والخمس الأوائل فقط ولكن إدارة الجيم كرمت جميع المتسابقين لتشجيعهم على ما وصلوا إليه من تغيرات ولياقة بدنية استحقوا عليها هذا التكريم. وبهذه المناسبة شكر المدير العام فواز الصالح الأعضاء الفائزين بالمسابقة لعام 2016 «you are the best» بحصولهم على الجوائز التشجيعية واللياقة البدنية العالية والنتائج الرائعة، وعلى ثقتهم بجولدر جيم

## كرم المدربين المشاركين في مسابقة «أنت الأفضل»

عبد المحسن الأبوي

احتفل «جولدر جيم» بحصوله على لقب أفضل جيم عالمياً «best new gym international finalist» ضمن مجموعة «جولدر جيم العالمية» وكرم خلال فعاليات الاحتفال المدربين المشاركين بمسابقة «أنت الأفضل» وهم المدربون الذين حققوا أفضل لياقة بدنية خلال فترة تدريبهم ب«جولدر جيم» وكان من المفترض تكريم

## نصريات المشاركين والمدربين

خالد خاسكيه: أشكر بوصولي للشكر وموصول للكابتين احمد عبدالمحسن ود.عبدالرحمن مجدي، كنت اول شخص ادخل البطولة بفضل جميع العاملين وحصلت على المركز السابع، وعلى اي يهتم بالغذاء قبل كل شيء. محمد علي: لم اصدق شعور بعد السمعة الى الجسم المثالي، لم اصدق تغير جسمي وانزلت 40 كيلو خلال 4 شهور. محمد فرحان: المدرب محمد فرحان والذي اشرف عليه المدرب الورداني قال: كان وزني 128 والآن 84 وهذا بفضل الإصرار. عمر عادل: اشكر الجميع وتحديدا احمد عصمت وزني كان 142 والآن 71. جراح البشسر: شكرنا لمربي عبدالرحمن مجدي وكل العاملين بغولدر جيم، نتيجتي

اعتبرها مثالية للغاية، فوزني كان 110، والآن وخلال ست شهور اصبح 85 كيلو. عمر العلي: عبدالرحمن مجدي مدرب مثالي وحثني على الإصرار والتحدى. عثمان جبور: بشكل عام الشكر كبير للمدرب معتز عيد الذي شجعني كثيراً. فواز السالم: قطعت التدخين ونزل وزني وخطوة مثالية بحياتي غولدر جيم. عبدالله جيسر: أعزت بتجربتي مع غولدر جيم واهم شئى الإبتعاد عن الطعام الذي يحتوي على النشويات والإرادة هي الأساس. عبدالرحمن مجدي مدرب: حصل على جائزة افضل مدرب وأكثر واحد عذبي بالتمرين عبدالله حيدر والافضل كان خالد خاسكيه وأنا اتبع اسلوب التشجيع وحث التمرن على عدم اليأس وحب الرياضة.

## الورداني: هدف النادي يكمن في تغيير كل شخص نحو الأفضل

قال المدرب المكرم احمد الورداني ان هدف النادي الاسمي يكمن في تغيير كل شخص نحو الأفضل، فنحن كمدربين وناد نساعد اصحاب الاجسام التي تعاني السمعة على كيفية خفض أوزانهم من دون القيام بعمليات التكميم او قص المعدة او تناول العقاقير الضرة بالصحة. وأضاف الورداني: نحن في النادي نساعد الأشخاص على ان يعيشوا حياة طبيعية كما امر المولى عز وجل حتى يشعر الفرد بالثقة بالنفس. وتابع الورداني: هناك أشخاص خسروا 45 كيلو وعن كيفية ذلك النزول الكبير، قال: لدينا اجهزة خاصة لتحديد نسبة الدهون والماء بالجسم وبناء على ذلك نحدد على الفور ما

هو البرنامج المثالي للشخص حتى نستطيع مساعدته على التخلص من السمعة الزائدة وبناء عضلات له وذلك عن طريق متابعة التمرن مرتين بالشهر على نفس الجهاز الذي نكرته سلفاً. وبين ان نظام التمرين لدينا 20 دقيقة مشياً، وبعدها تمارين الأوزان لبناء العضلات وتقسيم الجسم، ومن ثم تمارين السويدي لمدة 30 دقيقة الى 45 دقيقة خلال اليوم الواحد، مبينا ان نظام التمرين يكون 3 ايام متواصلة ويوم راحة بعد ذلك. واختتم الورداني حديثه قائلاً: نسبة النجاح لدينا 100٪ شريطة ان يهتم الشخص بأسلوب غذائه.



المدرب احمد الورداني



قطع كيكة عيد ميلاد فواز الصالح وسط فرحة الحضور



«سيلفي» من خالد خاسكيه مع مدربه عبدالرحمن مجدي

**نادي الفتاة الرياضي**

**دعوة لاتحاد الجمعية العمومية غير العادية للنادي**

يسر رئيس وأعضاء مجلس إدارة نادي الفتاة الرياضي دعوة السيدات أعضاء الجمعية العمومية بالنادي لحضور اجتماع الجمعية العمومية غير العادية للنادي والمقر انعقادها في تمام الساعة (7) السابعة من مساء يوم الاربعاء الموافق 2017/01/11م بمقر نادي الفتاة الرياضي بمنطقة الخالدية وذلك لاعتماد النظام الأساسي النموذجي لنادي الفتاة الرياضي طبقاً للقرار رقم (953) لسنة 2016م.

ونود أن تلفت نظر السيدات العضوات بأن العضوات اللاتي يحق لهن حضور الاجتماع من العضوات اللاتي في النادي اللاتي مضت على عضويتهم سنة ميلادية فأكثر والمسددات لالتزاماتهن المالية (2016/2017) حتى نهاية شهر فبراير (2016) السابق.

مع مراعاة إحضار البطاقة المدنية الأصلية المسارية أو شهادة الجنسية حتى تتمكن العضوة من حضور الاجتماع المشار إليه أعلاه.

والله ولي التوفيق،،،

مجلس الإدارة