



روزنامه صبح غرب کشور

صاحب امتیاز: مسعود جوادنل | سردبیر: زهره پوروهای

چاپ: پیام رسانه | نشانی تحریریه: همدان، خیابان پاستور، کوچه شهید عزیزان، پلاک ۵۹

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۰ - ۰۸۱ | **امور مشترکین:** ۰۹۱۸۳۱۶۸۵۷۴

صاحب امتیاز روزنامه: ۰۹۱۸۸۱۳۱۵۴۱ | **آگهی‌ها:** ۰۲۸۵۴۰۴۰ - ۰۸۱

پيامک: ۰۳۰۰۱۸۱۸۶۰ | **ارتباط یا تحریریه:** ۰۲۸۲۷۲۹۳۹ - ۰۸۱ | **دورنما:** ۰۲۸۲۸۱۸۴۹ - ۰۸۱

| **گستره توزیع:** استان‌های ایلام – کرمانشاه – کردستان – مرکزی – همدان |

امام علی علیه‌السلام فرمودند: دانش، میثرائی است گرانبهای و آداب، زیورهایی نو به نو و اندیشه، آینه‌ای صافی است.

sepehrgharb.news | Email: sepehrgharb.news@gmail.com | www.sepehrgharb.ir

رنج رنجبر، قهرمانی که در دیار همدان مهجور مانده است

گُشتی فرنگی، فرزند ناتنی ورزش همدان

سپهرغرب، گروه ورزشی – ملیکا قانعۛی: در گفت‌وگو با محمدسروش رنجبر یکی از قهرمانان ملی گُشتی فرنگی، مشخص شد گویا گُشتی فرنگی، فرزند ناتنی ورزش همدان است و رنجبر این قهرمان همدانی، رنج مهجور بودن رشته خود را می‌کشد.

گُشتی فرنگی یکی از قدیمی‌ترین و اصیل‌ترین رشته‌های ورزشی است که ریشه در تمدن‌های باستانی دارد؛ تا جایی که در یونان و روم باستان، به‌عنوان بخشی از تمرینات نظامی بوده و مسابقات ورزشی آن نیز برگزار می‌شده است. در یونان گُشتی یکی از اصلی‌ترین ورزش‌های پنج‌گانه باستانی بوده و مهارت در آن نشان‌دهنده قدرت و مردانگی محسوب می‌شده است؛ پس از افول امپراتوری روم، این ورزش در اروپا، به‌ویژه در کشورهای اسکندناوی و شرق اروپا، حفظ شد و توسعه یافت. این سبک از گُشتی، برخلاف گُشتی آزاد، تنها اجازه استفاده از دست و بالاتنه را به گُشتی‌گیر می‌دهد و استفاده از پا برای گرفتن یا حمله، ممنوع است.

گُشتی فرنگی به‌عنوان یکی از رشته‌های اصلی المپیک شناخته می‌شود و تاریخچه‌ای غنی در جهان ورزش دارد.

ایران نیز با پیشینه کهن در ورزش گُشتی، همواره یکی از قدرت‌های جهانی در گُشتی فرنگی محسوب می‌شود. اگرچه گُشتی آزاد در ایران محبوبیت بیشتری دارد، اما گُشتی فرنگی نیز با کوشش قهرمانان و مربیان پُرتلاش، جایگاه قابل توجهی در عرصه بین‌المللی به‌دست آورده است. گُشتی فرنگی در ایران با قدمتی حدود یک قرن، نخستین‌بار در دهه ۱۳۰۰ خورشیدی به‌صورت رسمی معرفی شد؛ با تأسیس فدراسیون گُشتی ایران در سال ۱۳۱۸، این رشته به‌صورت سازمان‌یافته دنبال شد.

در ابتدا گُشتی فرنگی زیر سایه گُشتی آزاد قرار داشت، اما به‌تدریج با ظهور قهرمانان بزرگی همچون غلامرضا تختی، این رشته نیز مورد توجه قرار گرفت.

امروزه گُشتی فرنگی در ایران از حمایت خوبی برخوردار است و تیم ملی گُشتی فرنگی ایران همواره از مدعیان کسب نشان در مسابقات جهانی و المپیک است. باشگاه‌های فعال در سراسر کشور به تربیت نسل جدید گُشتی‌گiran می‌پردازند و لیگ برتر گُشتی فرنگی ایران نیز همساله با رقابت‌های فشرده برگزار می‌شود.

ایران در طول تاریخ گُشتی فرنگی، قهرمانان بزرگی را به دنیا معرفی کرده است که در مسابقات جهانی و المپیک درخشیده‌اند؛ ازاین‌رو خبرنگار روزنامه سپهرغرب در گفت‌وگویی با یکی از قهرمانان ملی گُشتی فرنگی، به این ورزش پُرخطاب و افتخاراتی که این ورزشکار تاکنون داشته، پرداخته است که در ادامه می‌خوانید:

آقای رنجبر لطفاً خودتان را کامل معرفی کرده و درخصوص افتخاراتی که تا به حال کسب کرده‌اید، بفرمایید.

محمدسروش رنجبر، ۲۸ ساله و فارغ‌التحصیل مقطع کارشناسی ارشد در رشته مدیریت ورزشی هستم؛ مدت ۱۲ سال است که به‌صورت حرفه‌ای در رشته گُشتی فرنگی فعالیت می‌کنم و تاکنون موفق به کسب قهرمانی مسابقات بین‌المللی جام پاشایان ارمنستان طی سال گذشته در تیم ملی بزرگ‌سالان و کسب مقام اول مسابقات بین‌المللی جام تختی شده‌ام، همچنین سه دوره قهرمانی در مسابقات قهرمانی کشور را به‌دست آورده‌ام.

■ چه چالش‌ها و مشکلاتی در استان برای گُشتی فرنگی وجود دارد؟

متأسفانه رشته گُشتی فرنگی در همدان هنوز به جایگاه واقعی خود دست نیافته است

و من به‌نوعی در چندسال اخیر، به‌تهایی در این رشته فعالیت کرده‌ام. با وجود اینکه گُشتی آزاد و گُشتی فرنگی هر دو زیرشاخه‌های ورزش گُشتی محسوب می‌شوند، اما به نظر من این دو رشته باید به‌صورت مجزا و با سیستم اختصاصی خود اداره شوند.

یکی از مشکلات اساسی در این زمینه، کمبود مربیان حرفه‌ای در رشته گُشتی فرنگی در همدان است. به نظرم می‌بایست با همکاری هیئت‌های استان‌های دیگر، مربیان مجرب از سایر شهرها به همدان دعوت شوند تا این رشته بتواند جایگاه خود را در همدان پیدا کند.

علاوه‌بر کمبود مربی، متأسفانه رشته گُشتی فرنگی در همدان با مشکلاتی همچون رقابت نابرابر با گُشتی آزاد نیز مواجه است؛ به این معنی که با وجود ظرفیت زیاد این رشته، امکانات و حمایت‌های لازم برای توسعه آن فراهم نمی‌شود. متأسفانه با وجود تلاش‌های فراوان بنده و سایر علاقه‌مندان، هنوز نتوانسته‌ایم یک سانس تمرینی مجزا برای این رشته ایجاد کنیم تا جوانان علاقه‌مند بتوانند به‌صورت تخصصی در این رشته فعالیت کنند؛ بااین‌حال خوشبختانه پس از سال‌ها تلاش و پیگیری، یک سالن نونهالان گُشتی فرنگی در مجموعه هیئت گُشتی شهرستان همدان دایر شده است که امیدواریم بتواند گامی مؤثر در جهت توسعه این رشته در همدان باشد. متأسفانه کمبود امکانات و حمایت‌ها در رشته گُشتی فرنگی در همدان، بسیار مشهود بوده؛ درحالی‌که سالن هیئت در رشته گُشتی آزاد، ملو از ورزشکاران و مربیان است. در رشته گُشتی فرنگی حتی یک تشک تمرینی مناسب برای نونهالان نیز به‌سختی تهیه شده؛ ما نه‌تنها سانس تمرینی مجزا برای بزرگ‌سالان و جوانان نداریم، بلکه مجبوریم با آزادکاران تمرین کنیم که این موضوع باعث دلسردی علاقه‌مندان به این رشت می‌شود.

متأسفانه بنده برای پیشرفت در این رشته، مجبور به رفت‌وآمد به شهرهای مجاور مانند تهران و کردستان با هزینه شخصی بوده‌ام و از طرف هیئت استان هیچ‌گونه حمایتی دریافت نکرده‌ام. عده‌های حمایت مالی از سوی مسئولین نیز عملی نشد؛ پس از کسب نشان طلای جام تختی در رشته گُشتی فرنگی که افتخاری بی‌سابقه برای شهر همدان محسوب می‌شد، فکر می‌کردم که مسئولین بیشتر به گُشتی فرنگی بپردازند و چالش‌ها و مشکلات نبود سالن و امکانات را در استان حل کنند تا افراد بااستعداد و علاقه‌مند، به سمت این رشته ورزشی سوق پیدا کنند. اما متأسفانه هیچ حرکتی در جهت رفع موانع گُشتی فرنگی انجام نشد.

با توجه به اینکه مشتاقان رشته گُشتی فرنگی در همدان و شهرهای هم‌جوار بسیار زیاد هستند؛ بسیاری از علاقه‌مندان با من به‌عنوان یک فعال در این رشته، تماس می‌گیرند و در مورد نحوه تمرین و فعالیت در این رشته سؤال می‌کنند. اما وقتی به آن‌ها می‌گویم که مجبورم در سالن گُشتی آزاد تمرین کنم، دلسرد می‌شوند. متأسفانه عدم وجود امکانات مناسب باعث شده تا بسیاری از علاقه‌مندان از این رشته رویگردان شوند.

بااین‌حال تلاش کرده‌ام با همراه کردن تعدادی از افراد در تمرینات گُشتی آزاد، به آن‌ها کمک کنم تا فعالیت خود را آغاز کنند. تفاوت اصلی گُشتی آزاد و فرنگی در این است که در گُشتی آزاد استفاده

از تمام بدن مجاز است، درحالی‌که در گُشتی فرنگی، فقط از کمر به بالا استفاده می‌شود.

مربیان گُشتی آزاد معمولاً به‌دلیل آمادگی من برای مسابقات حرفه‌ای، با انجام تمرینات گُشتی

فرنگی، با من همکاری می‌کنند. اما این همکاری برای افراد آماتور و تازه‌کار وجود ندارد و همین امر موجب دلسردی آنان شده است. با وجود اینکه در شهرهای اطراف سانس‌های گُشتی فرنگی راه‌اندازی شده است، اما در شهر همدان فقط یک سانس نونهالان یک‌ونیم ساعته وجود دارد که مسئولین باید به این موضوع رسیدگی کنند.

■ آقای رنجبر چه چیزی شما را به این رشته علاقه‌مند کرده است؟ آیا الگو یا فرد تأثیرگذاری

در زندگی خود داشتید؟

من در یک خانواده کاملاً ورزشی متولد شده‌ام. پدر، مادر و عموهایم همگی ورزشکار بودند و از کودکی در سان‌های ورزشی حضور داشتم. با وجود اینکه پدرم فوتبالیست بود و رشته گُشتی با رشته ورزشی او سنخیتی نداشت، اما من به‌دلیل علاقه شخصی و شرایط فیزیکی مناسب و همچنین علاقه به مبارزه و رشته‌های انفرادی، به گُشتی روی آوردم. گُشتی به نظرم رشته اول این مملکت است و این باعث شد که از کودکی دوست داشته باشم در این رشته فعالیت کنم. البته شروع فعالیت من در رشته گُشتی، با تأخیر همراه بود؛ شرایط تحصیلی‌ام در کودکی باعث شد که دیرتر به رشته گُشتی وارد شوم و درنتیجه، در رده‌های نوجوانان و جوانان گُشتی نگرفتم. به‌عبارتی فعالیت حرفه‌ای من در گُشتی از رده بزرگ‌سالان و از سن ۲۰ سالگی آغاز شد.

در مسیر قهرمانی، مربیان و الگوهای زیادی داشته‌ام که تأثیر زیادی روی من گذاشته‌اند. در ابتدای فعالیتیم در رشته گُشتی فرنگی، آقای دکتر فتحی که درحال حاضر فرماندار فامنین هستند، مربی‌ام بودند. ایشان نخستین مربی تخصصی من در گُشتی فرنگی به حساب می‌آیند، اما متأسفانه به دلایلی آن سانس تمرینی تعطیل شد و بسیاری از گُشتی‌گiran از این رشته رویگردان شدند. البته من با تلاش و پشتکار فراوان، به فعالیت خود ادامه دادم که در طی این مسیر مربی‌هایی همچون استاد ناصر نوربخش که مربی قدیمی تیم ملی بودند و آقای جمشید خیرآبادی که مربی کردستان و سرمربی تیم ملی آذربایجان هم هستند، همراه و راهنمای من بودند.

■ به نظر شما مهم‌ترین مهارت فنی جهت کسب نتیجه مطلوب در این رشته ورزشی چیست؟

از نظر من دانش فنی که شامل اصول فنی، تکنیکی و تاکتیکی است و همچنین آمادگی جسمانی و شرایط بدنی مناسب، تأثیر بسیاری در

روند قهرمانی دارند. از این جهت که رشته گُشتی فرنگی با آسیب‌دیدگی‌های فراوانی همراه است، این مهارت‌ها کمک می‌کنند تا چالش‌های مسیر مثل کم کردن وزن را بهتر مدیریت کنیم.

■ کدام‌یک از عنوان‌هایی که کسب کرده‌اید برایتان ارزشمندتر است؟

حقیقت این است که همه مدال‌هایی که تا به حال کسب کرده‌ام، برایم ارزشمند هستند، به‌خصوص نخستین نشان کشوری که سال ۹۶ در مسابقات بزرگ‌سالان به‌دست آوردم.

روی دیوار اتاقم تمام نشان‌هایم را نصب کردم و همیشه به نگاه کردن به آن‌ها، حس می‌کنم که عمر و زندگی‌ام را به بطلات نگذرانده‌ام و در زندگی فردی خود مفید بوده‌ام؛ البته ناگفته نماند که این موفقیت را مدیون حمایت‌های خانواده‌ام هستم، چراکه در همه حال همراه و مشوق اصلی من در راه قهرمانی بوده‌اند.

با وجود تمام سختی‌ها و آسیب‌هایی که در این سال‌ها متحمل شده‌ام، اما گُشتی فرنگی برایم از اهمیت زیادی برخوردار است و جایگاه اجتماعی و ارزش‌های شخصی را برایم به ارمغان آورده است؛ بر این باورم که این رشته تقصیری در وجود موانع و چالش‌های فعلی ندارد و تنها به‌دلیل وجود مشکلات مدیریتی و عدم حمایت مسئولان بوده که این ورزش در استان همدان مهجور مانده است.

■ وضعیت گُشتی فرنگی ایران در سطح جهانی چطور است؟

می‌توان گفت که در بهترین حالت خود قرار دارد و حتی عملکرد مطلوب‌تری ازنظر کسب مدال‌های المپیک و جهانی نسبت به گُشتی آزاد در سال‌های اخیر داشته است.

با توجه به پیشرفت‌های چشمگیر گُشتی فرنگی ایران، می‌توان با بررسی جزئیات مثبت و منفی در جهت رفع موانع و ارتقای نقاط قوت برای کسب موفقیت‌های بیشتر، قدم برداشت.

بهبود شرایط فدراسیون و کمپ‌های تیم ملی، تأثیر مستقیمی بر عملکرد ورزشکاران دارد و یک گام رو به جلو محسوب می‌شود؛ همچنین توجه به کیفیت مسابقات و برگزاری آن‌ها، باعث افزایش جذب پشتیبان، نشان‌دهنده تلاش برای توسعه ورزش و ایجاد انگیزه در ورزشکاران جوان است.

با وجود موفقیت‌های اخیر، باید به توسعه استعدادهای جوان و حمایت از آن‌ها در مراحل اولیه توجه بیشتری شود؛ برای رسیدن به هدف‌های بلندمدت، هماهنگی و مدیریت

- سه‌شنبه ۶ خردادماه ۱۴۰۴**
- سال هفدهم** - **شماره ۳۱۳۲**

امام علی علیه‌السلام فرمودند: دانش، میثرائی است گرانبهای و آداب، زیورهایی نو به نو و اندیشه، آینه‌ای صافی است.

www.sepehrgharb.ir | Email: sepehrgharb.news@gmail.com

نماینده‌گی‌های سپهرغرب در استان‌ها

محمدسعید کناریوند (ایلام): ۰۹۱۲ ۹۲۵ ۹۴۷۸

فرزاد منتی (کرمانشاه): ۰۲۷۲۹ ۱۳۰ ۰۹۱۸

شیرین مرادی (کردستان): ۰۶۹۸۴ ۸۷۷ ۰۹۱۸

مینا یاحقی (مرکزی): ۰۴۹۰۹ ۱۷۹ ۰۹۹۰

با دیدن وضعیت نابه‌سامان، از گُشتی فرنگی روی‌گردان می‌شوند و همین امر این ورزش باستانی را بی‌جان می‌کند. کمبود مربیان متخصص و باتجربه در گُشتی فرنگی همدان، از دیگر چالش‌های اساسی این رشته ورزشی است. این کمبود نه‌تنها مانع از آموزش صحیح و به‌روز ورزشکاران می‌شود، بلکه سبب از دست رفتن استعدادهای بالقوه و کاهش کیفیت فنی و اجرایی آن‌ها نیز می‌شود.

آموزش‌های پیشرفته و روش‌های نوین مربیگری در گُشتی فرنگی، در بسیاری از موارد در دسترس نیست و مانع از ارتقای سطح فنی ورزشکاران می‌شود. برای رفع این چالش‌ها، نیازمند برنامه‌ریزی و اقدامات هدفمند از سوی نهادهای مربوطه هستیم. این اقدامات شامل افزایش بودجه اختصاص داده‌شده به ورزش، ساخت و تجهیز سالن‌های ورزشی مدرن و مناسب، جذب و آموزش مربیان باتجربه و متخصص و ایجاد انگیزه و حمایت از ورزشکاران است.

پایه‌های ورزشی در استان‌های مختلف کشور، با توجه به اهمیت این رشته ورزشی، نیازمند برنامه‌ریزی و اقدامات هدفمند از سوی نهادهای مربوطه هستیم. این اقدامات شامل افزایش بودجه اختصاص داده‌شده به ورزش، ساخت و تجهیز سالن‌های ورزشی مدرن و مناسب، جذب و آموزش مربیان باتجربه و متخصص و ایجاد انگیزه و حمایت از ورزشکاران است.

پایه‌های ورزشی در استان‌های مختلف کشور، با توجه به اهمیت این رشته ورزشی، نیازمند برنامه‌ریزی و اقدامات هدفمند از سوی نهادهای مربوطه هستیم. این اقدامات شامل افزایش بودجه اختصاص داده‌شده به ورزش، ساخت و تجهیز سالن‌های ورزشی مدرن و مناسب، جذب و آموزش مربیان باتجربه و متخصص و ایجاد انگیزه و حمایت از ورزشکاران است.

■ به‌عنوان آخرین پرسش بفرمایید هدف بعدی شما در این رشته ورزشی چیست؟ هدف هر ورزشکار در مسیری که قرار دارد، رسیدن به بالاترین پله آن رشته است؛ ازاین‌رو هدفم در مسابقات پیش روی گُشتی، کسب عنوان‌های برتر بوده و معتقدم اگر ورزشکاری غیر از این هدف را داشته باشد، وقت خود را تلف کرده است. همه ما سخت زحمت می‌کشیم تا بهترین خود را ارائه بدهیم و همین برایم ارزشمند است.

همان‌طور که خواندید، گُشتی فرنگی در استان همدان، با چالش‌هایی روبه‌رو است که مانع از رشد و شکوفایی این رشته ورزشی در سطح ملی و بین‌المللی می‌شوند. این چالش‌ها که عموماً در سایر استان‌های کشور نیز وجود دارند، در همدان با شدت بیشتری نمایان می‌شوند و عمدتاً به عدم حمایت مالی کافی، کمبود سالن‌های ورزشی مجهز و امکانات مناسب و نبود مربیان باتجربه و متخصص، مربوط می‌شوند.

کمبود بودجه برای برگزاری مسابقات، اعزام ورزشکاران به اردوهای تمرینی، تجهیز سالن‌ها و خرید تجهیزات ورزشی، از مهم‌ترین موانع پیش روی گُشتی‌گiran همدانی است. این کمبود بودجه باعث می‌شود که ورزشکاران نتوانند از امکانات لازم برای تمرین و پیشرفت بهره‌مند شوند و در مسابقات ملی و بین‌المللی با چالش‌های جدی روبه‌رو باشند.

نبود حمایت مالی از سوی سازمان‌ها و نهادهای مرتبط، سبب خروج بسیاری از استعدادها از این رشته ورزشی شده و یا مانع از کشف و پرورش استعدادهای جدید می‌شود. متأسفانه این رشته ورزشی برای خود یک سالن اختصاصی ندارد و این یک فاجعه بزرگ برای استان محسوب می‌شود.

کمبود امکانات رفاهی، تجهیزات مدرن و فضای کافی برای تمرینات گروهی، مانع از تمرینات منظم و مؤثر ورزشکاران می‌شود؛ این مشکل به‌طور ویژه بر ورزشکاران جوان و درحال رشد، تأثیر منفی می‌گذارد و انگیزه آن‌ها برای ادامه فعالیت را کاهش می‌دهد. نبود امکانات مناسب و پیشرفته، ورزشکاران را در رقابت با سایر استان‌های پیشرو، به محدودیت‌های جدی مواجه می‌کند و از طرف دیگر علاقه‌مندان به این رشته