

گفت و گوی «فرهیختگان» با سرمربی تیم دوومیدانی بانوان دانشگاه آزاد اسلامی

# توکلی: آماده کسب ششمین قهرمانی متوالی برای دانشگاه هستیم

## وضعیت دوومیدانی تغییری نکند، احتمالاً از تیم ملی خداحافظی می‌کنم



### نسیم شیرازی

روزنامه‌نگار

برای تیم دوومیدانی بانوان دانشگاه آزاد اسلامی شاید سرمربی‌اش عامل اصلی قهرمانی ۵ ساله در لیگ باشگاه‌های کشور باشد. رکورددار چند ماده دوومیدانی بانوان در ایران برای تیم دانشگاه هم امتیازآور است و هم هدایت‌کننده‌ای که نتیجه‌اش قهرمانی در ۵ سال پیاپی بوده و شروعی خوب در سال سخت ۹۹ و لیگ ششم دوومیدانی باشگاه‌های کشور. او که مثل سال‌های گذشته در قامت سرمربی و ورزشکار تیم دوومیدانی هدایت ورزشکارانش را برعهده دارد، در مرحله اول لیگ به نایب‌قهرمانی اکتفا کرد تا برای دو مرحله بعد به سمت ششمین قهرمانی خیز بردارد. به بهانه آغاز رقابت‌های لیگ دوومیدانی باشگاه‌ها به سراغ ایسن ملی‌پوش سرشناس و سرمربی تیم بانوان دانشگاه آزاد اسلامی رفتیم که ۴ سال سخت را در این رشته گذراند تا امروز برای ماندن و نماندن در رقابت‌های حرفه‌ای هم منتظر تغییراتی در این رشته باشد و شاید اگر اتفاق جدیدی رخ ندهد دیگر او را در لباس تیم ملی نبینیم. گفت و گوی «فرهیختگان» با سپیده توکلی را می‌خوانید.

III

**امسال با تیم دانشگاه نایب‌قهرمان مرحله اول لیگ شدید، از نوع تمرینات تیم برای این مسابقات بگویید.**

در مرحله اول لیگ با ۲۹ امتیاز کمتر از تیم سپاهان در رده دوم ایستادیم و بعد از ما تیم خلیج فارس در جایگاه سوم جدول قرار گرفت. از آنجا که دوومیدانی رشته انفرادی است و فردی مربی شخصی خودش را دارد، تمرینات به صورت مجزا برگزار شد و در نهایت به صورت یک تیم کنار هم برای قهرمانی امتیاز جمع می‌کنیم.

**انتخاب اعضای تیم به چه شکل بود؟**

ششمین سالی است که تیم را جمع می‌کنم و روی همه بازیکنان شناخت دارم. با توجه به اینکه خودم هم سال‌هاست در این رشته عضو تیم ملی هستم، تقریباً ۷۵ درصد بدنه اصلی تیمم در این ۶ سال ثابت بودند و خیلی به ندرت بازیکن‌ها را جابه‌جا می‌کنیم. سعی می‌کنم معمولاً ورزشکارانی که جزء سه نفر اول کشورند، بهره بگیرم و هر سال هم بین ۴ تا ۵ ورزشکار جوان‌تر استفاده می‌کنم که بتوانند در آینده جای بزرگ‌ترهای تیم را بگیرند.

**قهرمانی در سال ششم هم ادامه دارد؟**

بعد از پنج سال پیاپی قهرمانی در باشگاه‌های کشور، امسال هم تیم را برای قهرمانی بستیم ولی یک مقدار امسال در مرحله اول با بدشانسی همراه بودیم. متأسفانه یکی دو نفر از بازیکنان اصلی مان قبل از لیگ آسیب دیدند. خانم نجفی در ماده پرتاب دیسک چند روز قبل از مسابقه زمین خورد و دستش شکست و فائزه نساپی دونه سرعت‌مان هم که آپاندیسش عود کرد و کارش به عمل کشید که به همین دلیل لحظه آخر مجبور شدم درحالی که همه تیم‌ها بسته شده بودند، دو بازیکن بگیرم؛ این اولین ضربه‌ای بود که به تیم خورد و دومی‌اش این بود که بعد از شروع مسابقه سمیرا زمانی، یکی دیگر از بازیکنان اصلی تیم در تمرین قبل از مسابقه آسیب دید و تصمیم بر این شد که در مرحله یک شرکت نکند تا بتواند سلامتی‌اش را کامل به دست بیاورد و برای مرحله دوم لیگ همراهی‌مان کند، به همین خاطر ما این لیگ را با یک بازیکن کمتر نسبت به سایر تیم‌ها شرکت کردیم که دلیل اصلی این کمبود امتیاز ما می‌تواند باشد. با

این وجود امیدوارم با آمدن دوباره سمیرا زمانی و همدل شدن تیمم بتوانیم این اختلاف ناچیز را جبران کنیم و برای قهرمانی برویم؛ هنوز دو سوم راه مانده و من قول می‌دهم بتوانیم این قهرمانی را به دست بیاوریم و جایگاه‌مان را حفظ کنیم.

**شما هم به عنوان ورزشکار و هم مربی در این مسابقات فعالیت می‌کنید، کارتان را سخت نمی‌کنند؟**

۶ سال هست که هم ورزشکار و هم سرمربی تیمم و این برایم سخت ولی در عین حال شیرین و جذاب است، این که من به عنوان یک ورزشکار کنار تیمم برای بهتر شدن نتیجه تلاش می‌کنم و داخل زمین از نزدیکی می‌توانم رقابت‌های ورزشکارانم را نگاه کنم، جالب است و سال گذشته خودم از بازیکن‌هایی بودم که جزء برامتیازترین ورزشکاران لیگ بودم و امسال هم توانستم در مرحله اول در پرتاب وزنه اول و در پرتاب نیزه سوم شوم و خوشحالم که می‌توانم خودم هم پا به پای ورزشکاران کمک کنم و تیم را با هم بالا بیاوریم. این باعث می‌شود خیلی

بیشتر نسبت به سایر تیم‌ها حس دوستی و نزدیکی بین مربی، کادرفنی و ورزشکاران باشد که این خودش به نظر من عامل پیروزی است.

**سطح لیگ را در مرحله نخست چطور دیدید؟ مشکلات تیم را شناسایی کردید؟**

سطح لیگ خدا را شکر خیلی خوب بود. نزدیک ۶ رکورد ملی و باشگاهی شکسته شد که یکی از رکوردهای باشگاهی را پرینسا عرب، بازیکن تیم دانشگاه آزاد در ماده ۵ هزار متر جابه‌جا کرده؛ او یکی از پرقدرت‌ترین ورزشکاران استقامتی ایران است. مشکل خاصی نداشتم. همیشه در مراحل اول یک سری مشکلات و ناهماهنگی‌هایی در تمام تیم‌هاست که ان‌شاءالله برطرف می‌شود و برای مرحله دو هفته لیگ پرقدرت‌تر از قبل ادامه می‌دهیم.

**حمایت مسئولان دانشگاه آزاد از تیم چطور است؟**

خدا را شکر در این چند سال دانشگاه آزاد به خوبی از دوومیدانی حمایت کرده و امسال هم با آمدن دکتر لشگری من حس ورزش دوستی را دوباره احساس کردم که به دانشگاه برگشته و خیلی مشوق ما هستند و خوشحالم مربی دانشگاه هستم. همین‌طور از آقای دکتر روحانی هم تشکر می‌کنم که تمام این ۶ سال هر طور که ما دوست داشتیم برای حفظ تیم و جایگاه قهرمانی‌اش کمک کردند.

**این روزها مشغول چه کاری هستید و برای چه مسابقاتی آماده می‌شوید؟**

در حال حاضر به خاطر کرونا هنوز وضعیت مسابقات روشن نیست و ما بعد از ۶ ماه تعلیق مسابقات جام باشگاهی را شروع کردیم و بعد از فدراسیون فوتبال فدراسیون دوومیدانی تنها فدراسیونی است که مسابقات خود را با پروتکل‌های بهداشتی و

انجام تست‌های PCR و ارائه برگه سلامت آغاز کرده است و با اینکه بچه‌ها از تمرینات دور بودند و یک مقدار در بعضی رشته‌ها افت رکورد هست، ولی یک سری ورزشکاران هم هستند که توانستند آمادگی بدن خود را حفظ کنند و رکوردهای خیلی خوبی بزنند.

**موضوع خداحافظی شما از تیم ملی و دنیای حرفه‌ای ورزش چقدر جدی است؟**

در مورد خداحافظی هنوز تصمیم جدی نگرفته‌ام فعلاً در حدی است که به آن فکر می‌کنم. اجرایی شدن یا نشدن این فکر، بستگی به شرایط کشور و فدراسیون دارد. ما ۴ سال سخت را پشت سر گذاشتیم و تقریباً تمام انگیزه دوومیدانی کارها از بین رفت و الان مدتی است که فدراسیون با سرپرست اداره می‌شود. امیدواریم با آمدن رئیس جدید و مساعدتر شدن شرایط بشود تصمیم بهتری گرفت. ۱۳ سال سابقه حضورم در ورزش حرفه‌ای و دوومیدانی باعث شده روزهای خوب و بد را ببینم و تفاوتش را با تمام وجود می‌توانم حس کنم. یک سری

**۴ سال سخت را پشت سر گذاشتیم و تقریباً تمام انگیزه دوومیدانی کارها از بین رفت و الان مدتی است که فدراسیون با سرپرست اداره می‌شود. امیدواریم با آمدن رئیس جدید و مساعدتر شدن شرایط بشود تصمیم بهتری گرفت.**

**۱۳ سال سابقه حضورم در ورزش حرفه‌ای و دوومیدانی باعث شده روزهای خوب و بد را ببینم و تفاوتش را با تمام وجود می‌توانم حس کنم**

مشکلات سر راه‌مان است که مهم‌ترینش نبود مربی، امکانات، اردوها و حمایت نشدن از نظر مالی است. اگر شرایط مساعد شود من این توانایی را در خود می‌بینم که حتی تا ۱۰ سال دیگر هم بتوانم ورزش کنم ولی اگر قرار باشد از نظر امکانات هیچی نداشته باشم و از نظر روحی هم مدام با اعصاب و روان مان بازی شود، خداحافظی را ترجیح می‌دهم.

**بیشتر چه چیزی باعث اذیت شما شد؟**

در این ۴ سال چیزی که بیشتر من را اذیت کرد، از بین رفتن احترام در دوومیدانی بود یعنی برای جایگاه و موقعیت ورزشکار هیچ ارزشی قائل نبودند و تقریباً از ۲۶ سالگی به من می‌گفتند پیر شدی و باید کنار بگذاری، در صورتی که من در ۲۹ سالگی دو مدال آسیایی گرفتم و ۴ بار رکورد ملی کشور را جابه‌جا کردم که در اصل اوج ورزش من به آن دوره خورد و وقتی مقایسه می‌کنم با افرادی که جایگاه‌شان با من یکی بود و شرایط برای‌شان بهتر بود، واقعا دل‌سرد می‌شوم و چقدر که در این دوران از همه جهت اذیت شدیم؛ بی‌احترامی، نبود امکانات، نبود مربی، قطع شدن حقوق ورزشکاران و هزاران هزار دلیل دیگر.

**فدراسیون شما هم مثل برخی دیگر از فدراسیون‌ها با سرپرست اداره می‌شود و رئیس ندارد!**

خدا را شکر الان کمی اوضاع دوومیدانی با آمدن آقای مبینی بهتر شده، چون خود او از بدنه دوومیدانی و از اهالی قدیمی این رشته است و ورزشکاران را درک می‌کند. من هم تعامل خیلی خوبی با او دارم و اینکه در دسترس ورزشکاران هستم، خیلی دلگرم‌کننده است ولی خیلی زود بهتر است که به یک ثبات برسیم تا اینکه هنوز تکلیف‌مان را ندانیم. همین که مسابقات برگزار شد و توانستند باشگاه‌ها را جمع کنند، اوضاع تیم‌داری هم امسال خیلی بهتر و قراردادها بالا رفته است که در این شرایط یکی از دلگرم‌کننده‌ترین موارد برای ورزشکاران، بالا رفتن قرارداد‌هایشان است. تمام این سال‌ها دستم‌زدها برای باشگاه‌ها خیلی پایین بود، الان هم نمی‌گویم خیلی بالاست ولی نسبت به قبل خیلی بهتر شده است. البته این موضوع برای دانشگاه هم اتفاق افتاده که قراردادها و بودجه امسال مان نسبت به پارسال دو برابر شده است.

**رویای سپیده توکلی چیست؟**

رویا که نمی‌شود گفت ولی می‌خواهم هر چه زودتر اوضاع دوومیدانی سروسامان پیدا کند و کسانی که تلاش می‌کنند به چیزی که استحقاقش را دارند، برسند و از همه مهم‌تر کرونا از دنیا برود و به زندگی عادی‌مان برگردیم.

**از این به بعد بیشتر شما را در لباس سرمربیگری می‌بینیم؟**

این که بیشتر به عنوان سرمربی باشم، غیرقابل پیش‌بینی است چون من دوست دارم با توجه به احساسی که آن لحظه دارم، تصمیم بگیرم و در حال حاضر دوست دارم هم مسابقه و هم مربیگری‌ام را انجام بدهم، چون از بچگی طوری بزرگ شدم که با درس خواندن و ورزش کردن به طور همزمان یاد گرفتم کارها را به بهترین نحو مدیریت کرده و انجام دهم و به نظر خودم در زندگی شخصی‌ام پیشرفت داشته‌ام.

**حرف آخر؟**

امیدوارم هر فردی در هر جایگاهی از جایی که هست، راضی باشد و برای بهتر شدنش تلاش کند. امیدوارم همه در کنار ورزش کردن، درس هم بخوانند و هر روز برای بهتر شدن تلاش کنند و ناامید نشوند. در آخر هم از دکتر لشگری و آقای روحانی ممنونم و می‌رویم که برای ششمین قهرمانی دانشگاه آزاد آماده شویم.

## آگهی مناقصه عمومی شماره ۹۹/۶۳

شرکت آب و فاضلاب استان ایلام در نظر دارد لوله و اتصالات UPVC مورد نیاز خود را به شرح ذیل از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید کلیه تولیدکنندگان و تامین‌کنندگان واجد شرایط می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از تاریخ ۹۹/۶/۱۹ لغایت ۹۹/۶/۲۷ به سامانه تدارکات الکترونیک دولت به آدرس [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) مراجعه نمایند. ضمناً کلیه مراحل مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهادات و بازگشایی پاکت‌ها و عقد قرارداد از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران پیشنهادات خود را شامل پاکت‌های الف-ب و ج علاوه بر ارسال از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت به صورت فیزیکی نیز به دفتر حراست و امور محرمانه شرکت نیز ارسال نمایند.

ردیف	شرح ارقام	تعداد	واحد
۱	لوله UPVC چسبی فاضلابی به قطر ۱۶۰ میلی‌متر SN۴	۶۲۰۰	متر
۲	لوله UPVC چسبی فاضلابی به قطر ۱۱۰ میلی‌متر SN۴	۱۱۰۰	متر
۳	زانو UPVC چسبی ۹۰×۱۱۰ میلی‌متر SN۴	۵۰۰	عدد
۴	زانو UPVC چسبی ۹۰×۹۰ میلی‌متر SN۴	۱۵۰	عدد
۵	زانو UPVC چسبی ۹۰×۱۲۵ میلی‌متر SN۴	۵۰	عدد
۶	زانو UPVC چسبی ۱۲۵×۴۵ میلی‌متر SN۴	۵۰	عدد
۷	تبدیل UPVC چسبی ۱۱۰×۱۶۰ میلی‌متر SN۴	۲۰۰	عدد
۸	تبدیل UPVC چسبی ۹۰×۱۱۰ میلی‌متر SN۴	۱۵۰	عدد
۹	تبدیل UPVC چسبی ۶۳×۱۱۰ میلی‌متر SN۴	۱۵۰	عدد

مبلغ سپرده شرکت در فرایند ارجاع کار ۳۸۳،۴۳۰،۰۰۰ ریال می‌باشد. آخرین مهلت تحویل پیشنهادات ۹۹/۷/۶. تاریخ بازگشایی پاکت ساعت ۱۰ روز دوشنبه مورخ ۹۹/۷/۷. هزینه درج آگهی برعهده برنده مناقصه می‌باشد.

روابط عمومی شرکت آب و فاضلاب استان ایلام

رجایی شهر، تقاطع بلوار شهید مودن و استقلال، مجتمع دانشگاهی امیرالمومنین ارسال نماید.

◆◆

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب رضا بهاروند فرزند حسین به شماره شناسنامه ۰۶ ۷۳۲۲۵۰۴۰ صادره از خرم‌آباد در مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته رشته مهندسی کامپیوتر - نرم افزار صادره از واحد دانشگاهی دورود با شماره ۳۲۲۶۱۳۰ مفقود گردیده و فاقد اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضای اصل مدرک را به دانشگاه آزاد دورود میدان حضرت ابوالفضل ارسال نماید.

◆◆

گواهینامه موقت اینجانب مهدی درویشی فرزند فرشید به شماره شناسنامه ۱۷۰۰ صادره از اهواز در مقطع کارشناسی ارشد رشته مدیریت دولتی صادره از واحد دانشگاهی شوشتر مفقود گردیده است و فاقد هرگونه اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضای اصل مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر به نشانی خوزستان - رامهرمز روستای دشت دنا ارسال نماید.

◆◆

گواهینامه موقت اینجانب مهدی درویشی فرزند فرشید به شماره شناسنامه ۱۷۰۰ صادره از اهواز در مقطع کارشناسی ارشد رشته مدیریت دولتی صادره از واحد دانشگاهی شوشتر مفقود گردیده است و فاقد اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضای اصل مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر کد و صندوق پستی ۱۱۱۷ ۶۴۵۱۷۴ ارسال نماید.

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب فاطمه فتحی آنجه کندی فرزند حبیب‌اله به شماره شناسنامه ۴۱۹۲ صادره از تهران در مقطع کارشناسی پیوسته رشته علوم سیاسی صادره از واحد دانشگاهی کرج با شماره ۰۲۶۴ ۱۵۰۱۶۸۴۱۱۵۰ مفقود گردیده است و فاقد اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضای اصل مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج به نشانی کرج،

◆◆

گواهی موقت پایان تحصیلات اینجانب امین رحیمی پورسیرجانی فرزند محمود به شماره شناسنامه ۹۴۴ در مقطع کاردانی رشته ساختمان و کارهای عمومی ساختمان صادره از دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

◆◆

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب فاطمه فتحی آنجه کندی فرزند حبیب‌اله به شماره شناسنامه ۴۱۹۲ صادره از تهران در مقطع کارشناسی پیوسته رشته علوم سیاسی صادره از واحد دانشگاهی کرج با شماره ۰۲۶۴ ۱۵۰۱۶۸۴۱۱۵۰ مفقود گردیده است و فاقد اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضای اصل مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج به نشانی کرج،