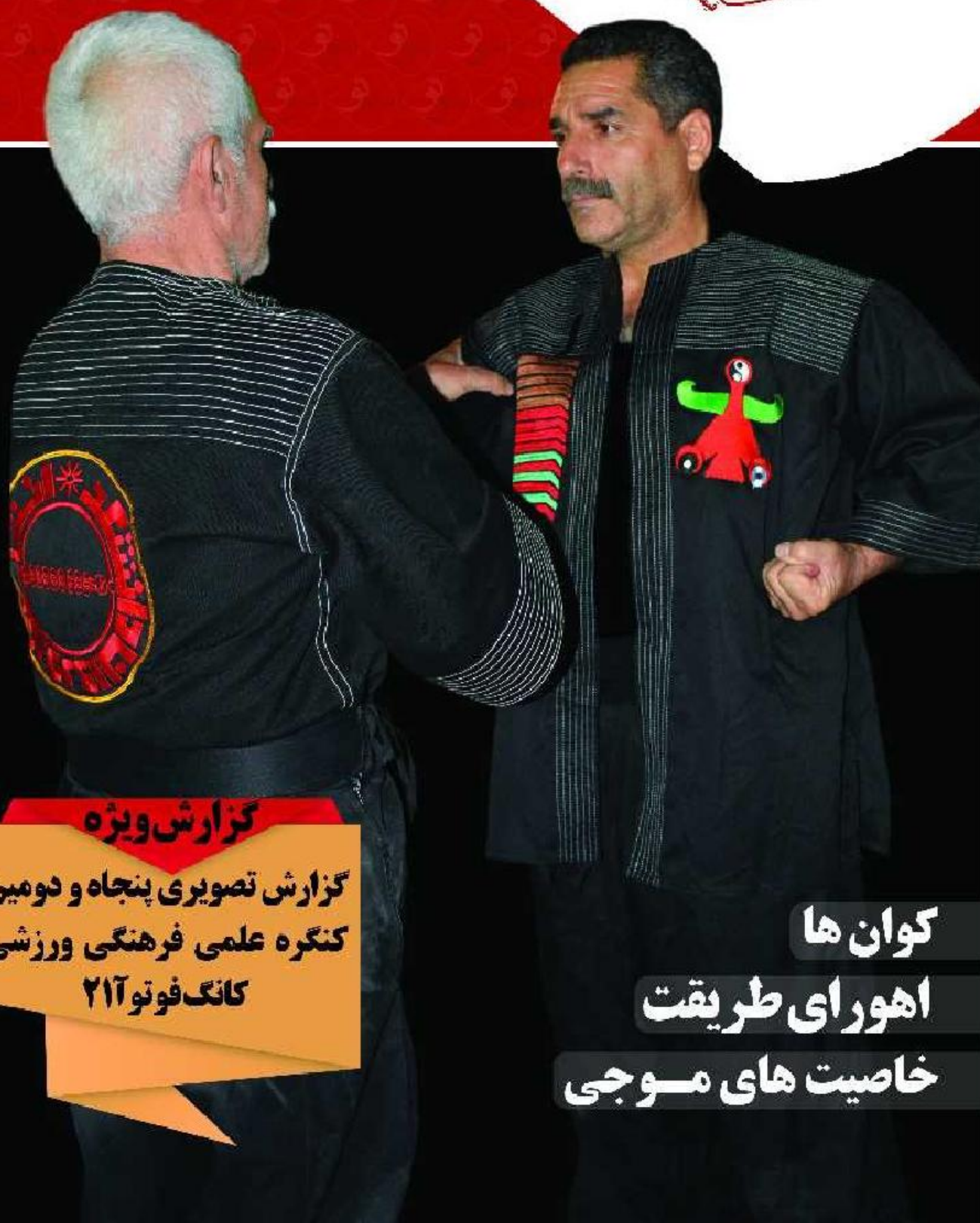


فدراسیون جهانی
کانگ فو تو آ ۲۱۱

آموزش دفاع شخصی



گزارش ویژه

گزارش تصویری پنجاه و دومین
کنگره علمی فرهنگی ورزشی
کانگ فو تو آ ۲۱۱

کوان ها

اهورای طریقت

خاصیت های موجی

در طریف‌دانی رنگ سرخ و فلسفه آن

جهانبیان
حمید
قهرمان زاده

رنگ سرخ در کانگ فوتوآ، دنیای رمزها و اسرار است. در جهان کانگ فوتوآ همه چیز قابل درک است و انسان به ارزش اندیشه مقام می‌یابد. کانگ فوتوآ دنیای حرکت است. حرکت برای دانایی و توانایی، حرکت به زیبایی و خوبی مطلق، حرکت به سلامت جامعه و حرکت به ذات اندیشه.

رنگ سرخ یعنی خون، پیکر هستی. خون عصاره جان و حد فاصل بین جهان نیمه جان تا کشف جان است. رنگ سرخ در کانگ فوتوآ دارای جایگاه ویژه‌ای است که می‌توان به: اوقایمی، لباس سرخ، شال سرخ، و به آرم‌ها و نشان‌های آن اشاره کرد که هر کدام از این موارد دارای فلسفه‌ای خاص می‌باشند. در تقسیم بندی رنگها، رنگ سرخ جزء رنگهای گرم محسوب می‌شود که نماد آتش و خون است که به وضوح قابل رویت و موجب جلب توجه است. رنگ سرخ علامت حرکت حیات و تحرک است. رنگ سرخ رنگ انرژی و مظهر زندگی است. رنگ سرخ رنگ حیات، استحکام، دوام، عشق، علاقه، گرمی، تحرک، تندی، شادابی، سرعت، حرارت و شوق و اشتیاق فراوان است. رنگ سرخ حالت دینامیک دارد و بیان کننده تحرک و نیروی فراوان است. رنگ سرخ مبین پیروزی، موفقیت، نفوذ و غلبه است. رنگ سرخ هیجان آور است و باعث ترشح آدرنالین شده و جریان گردش خون را سرعت می‌بخشد و نیروی حیات از بین رفته را باز می‌گرداند. قدرت عضلانی افراد در زیر نور سرخ، در مقایسه با نورهای آرام بخش تا پنجاه درصد افزایش می‌یابد. علاقه به رنگ سرخ، معروف انسانهای با اراده، پویا، متحرک، موثر و با نفوذ است و انسانهای پر قدرت و پر تحرک به رنگ سرخ علاقه فراوانی دارند.



سوتو فصلنامه علمی-فرهنگی-ورزشی سبک جهانی کانگ فوتو ۲۱آ - شماره مجوز ۹۲/۳۲۹۷۲

صاحب امتیاز: انجمن کانگ فوتو ۲۱آ (به شماره ثبت ۲۱۵۶۵)

مدیر مسئول: دکتر رسول آهنگری ملکی

سرمدیر: مهندس مهدی عبدلی ندیکی

گروه تحریریه: معاونت های فرهنگی مناطق و دانشکده های کانگ فوتو ۲۱آ

همکاران این شماره:

جهانبان رامین پناهی، جهانبان حسین قهرمان زاده، جهانبان علی نبی زاده، جهانبان محمد علی جنتی،

راهدار مجید لطفی، سیر راهدار پوریان نبی زاده، راهداران مجتبی اسمعیلی، راهداران مجتبی روستا، راهداران

حسن طاهری، سیر راهداران هادی ضیا قاسمی، سیر راهداران علی حیدریان، بایارومه جواد خراسانی

طراحی و صفحه آرایی: کانون آگهی و تبلیغات ققنوس

آدرس دفتر نشریه: تهران - یافت آباد - انتهای بلوار معلم - نبش سه راه جواد زنده - ساختمان بنفشه

پلاک ۱۰۶ - طبقه اول واحد ۲ - تلفکس: ۰۲۱۶۶۲۱۸۳۳۵

www.kungfutoa21.org - soto@kungfutoa21.org

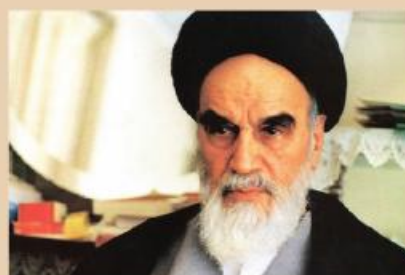
با همکاری گروه تربیت بدنی مرکز علمی - کاربردی شهرستان شهر بابک - تلفکس: ۰۳۴۳۴۱۳۳۰۲۰

«چاپ مطالب و مقالات اشخاص لزوماً بیان کننده دیدگاه این نشریه نیست»



فهرست

- | | |
|----|--|
| ۲ | سرمقاله |
| ۲ | معرفی اپلیکیشن سوتو |
| ۳ | فدراسیون جهانی |
| ۴ | اهورای طریقت |
| ۶ | معرفی کانون کانگ فوتو ۲۱آ شهرستان گله دار |
| ۸ | دفاع شخصی |
| ۱۳ | مصاحبه با معاون حقوقی سبک کانگ فوتو ۲۱آ |
| ۱۶ | صدور ورزش ملی |
| | به قیمت تضییع ارزش های ملی |
| ۱۷ | تشکر از استاد سعیدی |
| ۱۸ | کوان |
| ۲۰ | خاصیت های موجی بر مدارهای هندسی تن |
| ۲۳ | جادوی موسیقی در ورزش |
| ۲۶ | گزارش تصویری پنجاه و دومین کنگره علمی، فرهنگی و ورزشی سازمان مردم نهاد کانگ فوتو ۲۱آ |



اسلام ورزشی را تایید می کند که در خدمت مردم باشد.

من ورزش را برای سلامتی تن و روان لازم می دانم.

رهبر کبیر انقلاب: حضرت امام خمینی



ورزش دروازه صدور معنویت و ارزش های متعالی است.

باید ورزش هایی که از تاریخ ما و فرهنگ ما است و گنجینه فرهنگی تاریخی دارد حمایت شود و برای ترویج آن همت و مدیریت به کار گرفته شود.

رهبر معظم انقلاب،
حضرت آیت الله خامنه ای (مدظله العالی)

◆ نیست بر لوح دلم جز الف قامت یار



سرمقاله



دوستان و همراهان عزیز سلام، خداوند یکتا را شاکریم که بار دیگر به ما توفیق داد تا در شماره ای دیگر از تنها نشریه ی طریقت دانایی در کشور با شما سخن بگوییم. مدت زمان نسبتاً زیادی را نتوانستیم در خدمت خوانندگان گرامی باشیم که عمده علت آن به مشکلات مربوط به تحریریه برمی گردد، به لطف خداوند اکنون مشکلات تا حدود زیادی بر طرف شده است و با انتخاب مبارک راهبریت جدید سبک، جهانبان حسین قهرمانزاده یقیناً روح تازه ای در کالبد فصلنامه سوتو نیز دمیده می شود، بنده از همه همراهان و مریبان گرامی جهت مشارکت در تهیه مطالب نشریه بخصوص در بعد علمی، فرهنگی و اجتماعی تقاضای یاری دارم چرا که از ابتدا نیز بنا بر این بوده که این فصلنامه عصاره اندیشه همه ی مریبان و اساتید کانگ فو توآ ۲۱ باشد نه صرفاً عده ای معدود.

در اوایل سال ۹۵ گرچه خبر جانگداز فقدان راهدار اهورا فلاح، پسر برومند جهانبان جمهور فلاح، دلهایمان را ملامت از اندوه نمود، اما با حماسه ای دیگر در تاریخ طریقت دانایی همراه شد و آن برگزاری کنگره ای به یاد ماندنی و با شکوه به دست توانمند کلیه دوست داران هنر رزمی ایران زمین بود. کنگره ای اهورایی که لیبیک حقیقی به سند چشم انداز ایران در افق ۱۴۰۴ و نامگذاری سال ۱۳۹۵ با عنوان سال (اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل) از سوی مقام معظم رهبری بود، اقدامی که در جهت سیاست های دولت تدبیر و امید، یعنی استفاده حداکثری از پتانسیل های بومی و دانش و نوآوری جوانان و بخصوص دانشگاهیان در توسعه ی ملی با محوریت خلاقیت و کارآفرینی صورت گرفت و انجمن کانگ فو توآ ۲۱ با همکاری مرکز آموزش علمی کاربردی شهر بابک پنجاه و دومین کنگره علمی فرهنگی ورزشی کانگ فو توآ ۲۱ را با عنوان (ورزش و اقتصاد مقاومتی) در تاریخ ۹ الی ۱۱ شهریور ماه ۹۵ توام با دومین رویداد از ایده تا کسب و کار (استارت آپ) در شهرستان شهر بابک برگزار نمود.

در این شماره ضمن فراهم نمودن مطالب متنوع برای شما فرزندان، بیشتر سعی نموده ایم به اهداف و ضرورت برگزاری کنگره ۵۲ پردازیم، امید است همراهان، صاحب نظران و مسئولین محترم با نظرات و پیشنهادات خود ما را در برگزاری بهتر و مفید تر چنین همایش هایی در سال های آتی یاری نمایند.

بدرود تا درودی دیگر

معرفی اپلیکیشن سوتو

ارائه نرم افزار اندروید (فصلنامه سوتو) توسط یکی از مریبان کانگ فو توآ ۲۱

سیر راهدان علی حیدریان، از مریبان کانگ فو توآ ۲۱ استان اصفهان با سابقه ۱۰ سال فعالیت و فارغ التحصیل مهندسی برق قدرت و سازنده این نرم افزار در باره آن می نویسد:

((جهان هر لحظه در حال تغییر است انسان های موفق کسانی هستند که خود را با این تغییرات وفق داده و خود را به روز می کنند و به قولی فرزند زمان خویشتن می باشند. یکی از این حوزه ها که در حال تغییرات است، در زمینه الکترونیک و نرم افزار است که زیر شاخه ی آن شامل اندروید می باشد. ما موفق شدیم با تلاش فراوان و شبانه روزی این اپلیکیشن اندروید را وارد رشته کانگ فو توآ ۲۱ نماییم. در واقع اولین آزمون این همراه فصل نامه سوتو بوده که از نسخه ۱ الی ۵ آن را با نام کانگ فو توآ ۲۱ در کافه بازار اندروید قرار داده ایم و البته در پی هر چه بهتر نمودن و پیشرفته تر کردن این نرم افزار و الحاق بخش های متنوع و آموزشی دیگر به آن هستیم. توآ))
فصلنامه سوتو و هیات مدیره انجمن کانگ فو توآ ۲۱ از زحمات این عزیز و سایر مریبان استان اصفهان صمیمانه سپاسگزاری نموده و برایشان آرزوی موفقیت دارد. توآ



صدور مجوز فدراسیون جهانی کانگ فو تو آ ۲۱

سه شنبه ۷ اردیبهشت ۹۵ مصادف با ۲۶ آوریل ۲۰۱۶ روزی به یاد ماندنی برای کانگ فو تو آ ۲۱ خواهد بود.

در این تاریخ به همت و تلاش طلایه داران طریقت دانایی در خارج از کشور (سیر راهبان پیمان کیانفر و سیر راهبان قاسم بهشتی فر) مجوز فعالیت فدراسیون جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ صادر شد. این فدراسیون به شماره ثبت ۲۱۷۱۰۵ در کشور فنلاند با اساسنامه ای که به صراحت ایرانی بودن این ورزش و بنیانگذار آن را تاکید می نماید و ساختار سازمانی آن از اندیشکده تا کانون در آن ذکر شده است، به ثبت می رسد.



انجمن جهانی کانگ فوتو آ ۲۱ فنلاند پس از اخذ عضویت در سازمان ملل متحد به عنوان سازمان مردم نهاد بین المللی و همچنین عضویت در شورای بین المللی علوم ورزشی و تربیت بدنی که مرکزیت آن در کشور آلمان میباشد و گرفتن عضویت فدراسیون کارگری و اخذ مجوز ژورنال علمی بین المللی مورد تایید اتحادیه اروپا موفق به کسب این دستاورد بزرگ شده است. فصلنامه سوتو و همه اعضاء انجمن و سبک کانگ فو تو آ ۲۱ صمیمانه ترین سپاس های خود را نثار بانیان این کار بزرگ می دارند.



همچنین کسب مجوز ژورنال علمی پژوهشی با نام International Journal of Scientific Research of Scientific Research است تا با کمترین هزینه پژوهش های خود را به چاپ برسانند. این ژورنال کاملاً قانونی و رسمی بوده و با شماره شناسایی بین المللی (ISSN) به ثبت رسیده است و از طریق سایت www.ijsr21.com قابل مشاهده می باشد که تا کنون دو نسخه از آن با همکاری معاونت پژوهشی سبک در ایران (راهدان دکتر مجتبی اسماعیلی) و کمیته پژوهشی دانشگاه علمی کاربردی مرکز شهربابک به چاپ رسیده است.



اهورا ای طریقت



◆ یاد یار ...

به دریای فنا فی .. زد و با نثار جان خود، جان همراهش را نجات داد و خود به لقاء ... رسید، که لقاء .. جز با فنا فی .. میسر نباشد.

باشد که ما همراهان طریقت دانایی درس اهورایی را هدار اهورا فلاح را برای همیشه سرمشق را همان سازیم و در راه اهداف انسانی طریقت دانایی تا پای جان بکوشیم.

آنچه گذشت عرض ارادت بی بود به روح باشکوه زنده یاد راهدار اهورا فلاح که در تاریخ ۹۵/۳/۲۸ مصادف با یازدهم رمضان و در روز جمعه که متعلق به حضرت ولی عصر (عج) می باشد، در سن ۱۹ سالگی جان به جان آفرین تسلیم کرد و خانواده بزرگ کانگ فو تو آ ۲۱ را در سوگ نشاندد.

فصلنامه سوتو به نمایندگی از همه همراهان کانگ فو تو آ ۲۱ این ضایعه ی غم انگیز را به والدینش جهانیان جمهور فلاح و راهدار زلیخا تنها، تنها خواهرش راهدار جوانه فلاح و عموی بزرگوارش جهانیان جمشید فلاح و همچنین عموزادگان آن مرحوم سیر راهدار کاوه فلاح، راهدان مهران فلاح و راهدان آرش فلاح و سایر بستگان تسلیت عرض می نماید و ضمن طلب صبر از درگاه خداوند این چند بیت را به ایشان تقدیم می نماید:

طریق عشق جانان بی بلا نیست
زمانی بی بلا بودن روا نیست
اگر صد تیر بر جان تو آید
چو تیر از شست او باشد خطا نیست
بلاکش تا لقاء یار بینی
که مرد بی بلا مرد لقاء نیست
از آنجا هر چه آید راست آید
تو کز منگر که کز دیدن روا نیست

عطار

مهر در سیمایش هویدا بود، همیشه، و آنگاه که با لبان همیشه خندانش بر تو می نگرست، چشمان پر جذبه اش بارانی از احساس را ترنم می کرد. گویی ادب زاده سکنت اوست و سکوت از او معنا یافته است،

انگار نافش را با کانگ فو بریده بودند و کسی چه می داند شاید هم این چنین بوده است، شور طریقت دانایی وجود پر شعور او را سبک آرام و طوفنده ساخته بود. او کانگ فو را زندگی کرده بود و گویی به درک تفاوت زندگانی و زنده مانی واقف بود، آری او کانگ فو را زندگی کرده بود...

راهدار اهورا را می گویم، این سرو خوش قامت بوستان طریقت که به کوتاهی و روشنی صاعقه ای بر آسمان دانایی، همچون (ستاره ای بدرخشید و ماه مجلس شد)، هم او که در مکتب خانه (تو آ) در نزد (ابا اهورا) القبا ی انسانیت را مشق کرد. هم او که ساده زیستی و از خود گذشتگی پدر و مادر را در مسیر گسترش این هنر رزمی ایران زمین آموخت و از کودکی، (همراه) پدر و دیگر پیشکسوتان و اساتید تو آ شد و دانش سامانگر این هنر بزرگ را با گوشت و پوست و روح خود لمس کرد و آنگاه که با رویش در نیرو های فیزیکی تعالی یافت بر اساس تعالیم راهبر، که همواره زمزمه لبانش بود، آموزش کانگ فو تو آ ۲۱ را به خردسالان و نوجوانان بر اساس هفت مایگاه فرهنگستان انشاء تن و روان آغاز نمود و مسئولیت بازرسی و انضباطی دانشکده سیاهکل را پذیرفت و در این باب با دانش و پژوهش، دست به تالیف کتابی در همین زمینه زد تا تجلی واقعی (نبرد با جمود فکری جوانان) گردد.

و هم از این باب به جهت درک عمیقش از مسئولیت پذیری در جریان یکی از اردو های دانشکده هنگامی که یکی از همراهانش را در خطر غرق شدن دید بی درنگ دل

بی شک به جان خود غم عالم خریده اند آنان که تا همیشه جهان پهلووان شدند



استاد گرامی جناب آقای جهانگیر خوشبوی، یار و یاور
جهانبان جمهور فلاح در پایه گذاری طریقت دانایی در
خطه گیلان، شهرستان سیاهکل، بدینوسیله پرواز شاهین
وار فرزند پرومندان زنده یاد شاهین خوشبوی را، که در
جریان یک عملیات نجات غریق، آنگاه که برای نجات
جان یک هموطن به دریای کاسپین زد و بی صبرانه به
کوی سیمرغ رجعت نمود، به شما تسلیت عرض
می نمایم.

جامعه کانگ فو تو آ ۲۱ برای آن مرحوم علو درجات و
برای شما و خانواده محترم صبر جزیل مسئلت می نماید.



خانواده بزرگوار قسمتی، بدین وسیله ضایعه تاسف بار
از دست دادن فرزند گرامیتان، همراه حمید قسمتی، از
همراهان دانشکده کانگ فو تو آ ۲۱ شهرستان سیاهکل را
به شما و سایر بستگان تسلیت عرض می نمایم. روحش
شاد و یادش گرامی باشد.

از طرف انجمن کانگ فو تو آ ۲۱



خانواده بزرگوار تیمسار مقصودلو، درگذشت این
پیشکسوت بزرگ کانگ فو تو آ کشور را به شما و همه
دوستان این هنر رزمی ایرانی تسلیت عرض نموده و
از خداوند بزرگ خواهان علو درجات برای آن مرحوم
و صبر جزیل برای شما و سایر بستگان هستیم. روحشان
قرین رحمت الهی باد.

از طرف انجمن کانگ فو تو آ ۲۱

معرفی کانون کانگ فوتو آ ۲۱ شهرستان گله دار



پرورش یابند. انجمن مردم نهاد کانگ فوتو آ-۲۱ شهرستان مهر با پیگیری های مستمر حسن طاهری به عنوان نماینده انجمن و همکاری جناب آقای احمد امینی (معاون امور اجتماعی فرمانداری شهرستان) در بهمن ماه ۹۴ ثبت گردید. سپس طی جلسات مکرر چارت سازمانی تشکیل گردید که همراهان فرزاد شیبانی، عباس رحمانی، محمد قنبری، رضا ابراهیمی، عبدالقاسم شفیقی، حمید برکاتی، محمود عباسپور و مسعود طاهری مسولیت های مختلف را بر عهده گرفتند. فعالیت های این انجمن در بخش های مختلف جامعه دیده می شود که قسمتی از آن به گونه زیر می باشد.

◆ انجمن مردم نهاد (NGO) کانگ فوتو آ-۲۱ شهرستان مهر - گله دار، استان فارس

شهرستان مهر بخش گله دار جنوبی ترین منطقه ی استان فارس می باشد که با دو استان بوشهر و هرمزگان همجوار است. ورزش رزمی به صورت رسمی در این منطقه تقریباً ۲ دهه قدمت دارد که کانگ فوتو اولین هنرهای رزمی می باشد که مردم منطقه گله دار با آن آشنا شدند.

کانگ فوتو آ ۲۱ در شهرستان مهر بخش گله دار توسط راهندان حسن طاهری در بهمن ماه ۹۲ زیر نظر اداره ورزش جوانان شهرستان شروع به فعالیت نمود. ایشان دارنده حکم مربیگری کانگ فوتو آ ۲۱ از فدراسیون ایران، حکم مربیگری بین المللی انجمن کانگ فوتو آ ۲۱ فنلاند و ۱۴ سال سابقه رزمی در رشته کانگ فوتو می باشند.

کانگ فوتو آ ۲۱ در این شهرستان، بعد از ۲ سال فعالیت مداوم بیش از ۳۰۰ نفر هنر جو و علاقه مند در رده های سنی مختلف را به خود جذب کرده است و به همین دلیل کلاس تمرینی این رشته سریعاً گسترش یافت و به سه کلاس در منطقه گله دار تبدیل شد. در این کلاس ها علاوه بر هنر رزمی و تکنیک، نوجوانان و جوانان با فلسفه های اصیل طریقت دانایی آشنا می شوند تا در دو بعد تن و روان





* مراسم کوهپیمایی های ماهانه با حضور اولیای کانگ فو کاران

* اجرای طرح پاک سازی صحرای گله دار (مکان تفریحی)
* برگزاری امتحان فنی در هر فصل و ترفیع گرفتن همراهان (تا کنون ۳۵ نفر در خط آنا تو آ، آتادو و سوتو ترفیع گرفتند)

* برگزاری همایش علمی فرهنگی ورزشی با حضور ریاست محترم انجمن استان فارس و مسولین شهرستان مهر و بخش گله دار- شهریور ماه ۹۴

* توزیع فصلنامه علمی فرهنگی ورزشی «سوتو»
* اجرای حرکات نمایشی و تعادلی در مدارس و در افتتاحیه المپیاد ورزشی مدارس منطقه گله دار

* شرکت در پنجاه و دومین گنگره علمی فرهنگی ورزشی کانگ فو تو آ ۲۱ شهرستان شهر بابک- شهریور ۹۵
این انجمن تلاش می کند کلاس های ورزشی برای جوانان و بزرگسالان را در بخش های مهر، اسیر و وراوی و همچنین برای بانوان برای ارتقا سطح علمی و ورزشی مردم این منطقه برگزار نماید.

فعالیت های انجمن مردم نهاد و سبک کانگ فو تو آ ۲۱ شهرستان مهر- گله دار:

* کلاس تمرین روزهای فرد ساعت ۲۰ الی ۲۲ در صالحین گله دار
* کلاس تمرین روز های زوج ساعت ۲۰ الی ۲۲ در مدرسه راهنمایی عارف صدیقی دهنو
* کلاس تمرین ویژه بانوان روزهای فرد ساعت ۱۸ الی ۲۲ در سالن صالحین گله دار
* حضور و ارائه مقالات در گنگره های علمی فرهنگی ورزشی- مرداد ماه ۹۳، میاندوآب- بهمن ماه ۹۳، نجف آباد اصفهان- مرداد ماه ۹۴، تهران- بهمن ماه ۹۴، آباده استان فارس



◆ در ادامه آموزش تکنیک های کانگ فو تو آ ۲۱ در این شماره به قلم جهانبان رامین پناهی در مورد دفاع شخصی در این سبک مطالبی را به شما خوانندگان عزیز تقدیم می نماییم:

دفاع شخصی در حالت کلی در دو دسته و قالب پیگیری و اجرا می گردد.

- در دسته اول دفاع ها، هدف ما رها شدن از وضعیت موجود و دفع یک حمله است و هدف دیگری به غیر از آن در نظر نیست. در این دسته از دفاع ها ابتکار و آزادی عمل از حریف گرفته نمی شود و حریف می تواند با تلاش و تکنیکی دیگر به ما حمله نماید.

- در دسته دوم دفاع ها، ما ضمن رها کردن خود از وضعیت موجود و دفع حمله ی حریف، ابتکار عمل حریف در حمله مجدد را از او سلب کرده و به نوعی او را تحت اختیار گرفته و به او مسلط می شویم.



دفاع در مقابل گرفتن یقه

دفاع اول: حریف با دست راست یقه ی ما را گرفته است، ما ابتدا با برداشتن یک گام به سمت عقب دست و شانه حریف را کشیده و مفصل آرنج او را صاف می کنیم، بعد همزمان با این کار با کف دست راست خود در حالیکه تنه ی خود را به عقب متمایل کرده ایم ضربه ای به ناحیه مچ حریف وارد کرده و یقه ی خود را از دست حریف آزاد می کنیم.



۴



۳



۲



۱

دفاع دوم: در این حرکت برخلاف دفاع قبلی ما از حریف دور نمی شویم بلکه با نزدیک شدن به حریف ابتدا با دوران دست چپ از خارج به داخل از ناحیه ی آرنج و سمت داخل دست و بدن حریف با یک حرکت سریع دست چپ خود را به ناحیه کتف راست حریف رسانده و به کمک دست راست خود که به دست چپ قلاب می کنیم فشار مضاعفی را بر مفصل شانه ی راست حریف وارد ساخته و تنه ی او را بسمت پایین خم کرده و بر او مسلط می شویم.



۴



۳



۲



۱



۷



۶



۵



دفاع سوم: در این دفاع با توجه به اینکه حریف با دست راست محکم یقه ی ما را گرفته است با دست موافق حریف یعنی دست راست خود از بالا لبه ی داخلی و تحتانی کف دست راست حریف را گرفته و با عقب روی خود همزمان با کف دست چپ خود ضربه ای از ناحیه ی پایین به آرنج حریف وارد کرده و همزمان با این ضربه میج دستی را که یقه ی ما را گرفته است را بسمت داخل بدن او چرخانده و ضمن رها ساختن یقه ی خود از دست حریف میج او را جهت مهار ساختن وی به سمت ساعد و بدن او فشار داده و حریف را تحت کنترل خود در می آوریم.



۳



۲



۱



۶



۵



۴



دفاع چهارم: در این دفاع حریف با دست راست خود یقه ما را گرفته است ابتدا ما به طور همزمان با دست چپ خود از بالا ۴ انگشت خود را به لبه ی داخلی کف دستی که یقه ما را گرفته می رسانیم طوریکه انگشت شست عمود به پشت دست حریف باشد بعد از این اقدام همزمان با عقب روی و خم کردن بدن خود به میج حریف فشار وارد کرده و تعادل حریف را به سمت خارج بهم زده و با فشاری که به ناحیه میج او وارد می سازیم تحت کنترل نگه می داریم.



۳



۲



۱



۶



۵



۴



دفاع پنجم: در حالیکه حریف با دست راست یقه ی ما را گرفته است ابتدا دست راست خود را با یک دوران از داخل به خارج حرکت داده و میج و ساعد حریف را قفل میکنیم و با فشاری که از ساعد و بازوی خود به ناحیه ساعد وارد می کنیم شانه حریف تحت فشار قرار داده و او را وادار به قوس کمر می کنیم . در این حالت حریف در اختیار ما بوده و با کوچکترین اشاره دست راست او را نقش زمین می کنیم.



۳



۲



۱



۵



۴

مصاحبه با راهدار مجید لطفی در رابطه با مسائل حقوقی و قضایی سبک و انجمن کانگ فوتو ۲۱



فوتو ۲۱ خراسان رضوی هستیم که این موهبت را عنایت خداوند بزرگ، بزرگوار اساتید این سبک و همکاری خانواده کانگ فوتو ۲۱ می دانم که صمیمانه سپاسگزارم. البته بنده با راهنمایی گرفتن از اساتید خبره حقوق تلاش می کنم در حد توانم همراهان را راهنمایی کنم که در همینجا از همه این بزرگواران بویژه آقای دکتر سلامی مدیر ارشد انجمن و سبک که این موقعیت را در اختیارم گذاشتند نهایت تشکر را دارم. در رابطه با مسئولیتی که فرمودید باید عرض کنم بنده به همان اندازه مسئول هستم که دیگر اعضا هستند شرایطی مثل بی قانونی هایی که پیش آمده محکی است تا همه ما دانش خود را نسبت به چالشها افزایش داده و توانمندی خود را در هموار کردن مسیر بر مبنای قانون و وجدان انسانی پیگیری نمایم باشد که تاریخ و نسل آینده بهره ای از تلاش های امروز ما ببرد.

دلیل طرح شکایت مریان کانگ فوتو ۲۱ چیست؟

متأسفانه برخوردهای غیرقانونی و بی عدالتی موجب تنش و نهایتاً شکایت مریان این مجموعه ورزشی را در پی داشته اما قبل از اینکه وارد چرایی طرح شکایت مریان شویم لازم است اشاره ای به فلسفه شکل گیری و بنیانگذاری کانگ فوتو ۲۱ بکنیم که شاید همین پشتوانه و فلسفه شکل گیری است که مریان برای اعاده حیثیت و دفاع از حقوق خود تصمیم به شکایت گرفتند. با نگاهی عقل گرایانه به اساسنامه انجمن کانگ فوتو ۲۱ مصوبه هیئت وزیران و همچنین اساسنامه سبک که با تایید و مهر و امضا فدراسیون ورزشهای رزمی شکل گرفته می توان برداشت کرد بنیان این سبک ورزشی برابر اصل یکم و دوم اساسنامه سبک و ماده دوم اساسنامه انجمن که با تکیه بر قانون، علم، مذهب و عرفان شکل گرفته که دقیقاً مطابق و به

مصاحبه با راهدار مجید لطفی در رابطه با مسائل حقوقی و قضایی سبک و انجمن کانگ فوتو ۲۱- همانگونه که می دانید از زمانی که بحث حذف نام کانگ فو و اخذ تعهدات واهی از سبکهای زیرمجموعه فدراسیون (سال ۸۹) مطرح گردید و متعاقباً تعدادی از سبکها از این امر استنکاف نمودند پرونده های قضایی در محاکم مختلف و از جمله دیوان عدالت اداری مطرح گردید که برجسته ترین آنها صدور رای ۳۱ برگی دیوان عدالت اداری در ابطال بخشنامه حذف نام کانگ فو بود. در ادامه فدراسیون مربوطه و وزارت ورزش که تیرهای خود را به سنگ خورده دیدند به بهانه های غیرقانونی سعی کردند از فعالیت این سبک ها بخصوص سبک کانگ فوتو ۲۱ جلوگیری کنند که در نتیجه باعث نارضایتی جمع کثیری از مریان این سبک شده و آنها علیه فدراسیون و وزارت ورزش در محاکم قضایی طرح شکایت نمودند.

جهت اطلاع بیشتر از چرایی طرح این شکایت و وضعیت فعلی این ماجرا با راهدار مجید لطفی که در حال حاضر به عنوان معاونت حقوقی سبک و مرجع راهنمایی مریان در امور قضایی فعالیت می نماید، چند دقیقه ای به گفتگو بنشینیم که بخشی از این گفتگو را در ادامه می خوانید.

لطفا خودتان را معرفی کنید و کمی راجع به مسئولیتی که در حال حاضر بر عهده دارید شرح دهید؟

اینجانب مجید لطفی دانش آموخته دانشکده انشا تن و روان مسئول منطقه ۶ کشوری و نماینده انجمن و سبک کانگ



پیروی از اصل دوم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران که مهمترین سند حقوقی کشور است و منشأ صلاحیت و مشروعیت تمام نهادهاست اما فدراسیون کونگ فو که مرجع صدور احکام مربیگری است و بر اساس این احکام مربیگری مربیان مطابق بند ۱ و ۲ بخش الف ماده ۸ اساسنامه انجمن در امر گسترش این مجموعه ورزشی اقدام می کنند پیرو تفاهم نامه ای که مورخ ۸۹/۳/۱ ما بین انجمن و سبک کانگ فوتو ۲۱ و فدراسیون منعقد می شود فدراسیون مکلف به صدور احکام می شود اما متأسفانه فدراسیون مذکور با توجه به اینکه هزینه و کلیه مدارکی که صلاحیت مربیگری را تایید می کند دریافت نموده و از تحویل مدارک مربیگری به بهانه عدم صدور مجوز فعالیت سبک از سوی شورای ساماندهی وزارت ورزش و جوانان امتناع می کند و این امر عملاً جلو گسترش سبک و انجمن مذکور را گرفته در این رابطه همانگونه که در ابتدای گفتگو اشاره شد سبک و انجمن کانگ فوتو ۲۱ در دیوان عدالت اداری طرح شکایت می نماید که منجر به صدور رای ۳۱ برگی محکومیت وزارت ورزش و جوانان طی دادنامه ۴۴۰-۴۳۹ مورخ ۱۳۹۲/۰۷/۰۸، در جهت محکومیت اقدامات خلاف قانون مدیرکل اسبق نظارت و ارزیابی وزارت ورزش که پسوند و پیشوند کونگ فو را از نام سبک های فدراسیون کونگ فو حذف کرده بود بدون در نظر گرفتن بند ۳ ماده ۸ قانون سازمان تربیت بدنی که هر گونه دخالت در امور ورزش را از وظایف شورای ورزش (هیأت وزیران) می داند منجر شد، و تخلف فدراسیون با صدور دادنامه شماره ۴۳۶ مورخ ۹۴/۴/۱۵ هیأت عمومی دیوان عدالت اداری که کلیه احکام فنی صادره از طریق سبکها و فدراسیون را ابطال نموده بود منجر شد، ضمن آنکه دادنامه های متفاوتی از دادگاه های حقوقی به نفع انجمن و سبک صادر شده که همه اینها حکایت از حرکت کانگ فوتو ۲۱ در مسیر قانون و پایبندی به قانون است.

فدراسیون اعلام نموده که علت این مخالفت ها شورای ساماندهی سبکها می باشد آیا این ادعا درست است؟

مرجع قانونی و غیرقانونی اعلام نمودن هر تشکل و مجموعه ای در اختیار مراجع قضایی و هیئت وزیران به شرط محرز شدن تخلف می باشد، همانگونه که در بالا اشاره شد تخلف این شورا از سوی دیوان عدالت اداری مشخص



شد اما نکته قابل توجه این است که فدراسیون کونگ فو با حمایت وزارت ورزش از جمله شورای ساماندهی غیرقانونی با سوء استفاده از جایگاه شغلی از این حکم دیوان هم قصد سوء استفاده داشتند و با عنوان نمودن اینکه در رای دیوان واژه شورای مرقوم همان شورای ساماندهی است که پیرو این ادعا انجمن کانگ فوتو ۲۱ طی مکاتبه ای که با معاون پژوهش و آموزش دیوان عدالت اداری داشت جواب طی نامه شماره ۹۴/۵/۲۵ مورخه ۹۰۰۰/۲۳۰/۷۸۵۸/۲۰۰ فرموده هدف دادنامه ۴۴۰-۴۳۹-۹۲/۷/۸ هیأت عمومی دیوان عدالت اداری قانونی دانستن تصمیمات شورای ورزش در امور ورزش بوده است نه شورای ساماندهی در سازمان تربیت بدنی (وزارت ورزش و جوانان) ضمن آنکه پرونده ابطال شورای ساماندهی در دیوان عدالت اداری مفتوح است و در تاریخ ۱۶ آبان ۹۵ در اولین جلسه کمیته تخصصی دیوان عدالت اداری ۱۵ قاضی در رابطه با انحلال شورای ساماندهی و آیین نامه و تصمیمات غیرقانونی از اول تا کنون که ریشه مصادره تمامی سبک ها و غیرقانونی معرفی کردن سبک کانگ فوتو ۲۱ را رقم زده بو، رای مثبت داده و پرونده به هیأت عمومی با شرکت ۸۰ قاضی تقدیم شد. برابر بند (د) ماده ۴ قانون تأسیس سازمان تربیت بدنی صدور و لغو پروانه باشگاه ها و تعیین مشخصات فنی مراکز ورزشی و نظارت بر آنها را ملزوم به تنظیم آیین نامه و به تصویب رسیدن آن در شورای ورزش دانسته است و ماده ۶ همان قانون ضمن دادن اجازه بازرسی و نظارت به سازمان، هر گونه دخالت مستقیم را از سازمان تربیت بدنی (وزارت ورزش و جوانان) سلب و تصریح نموده نتیجه بازرسی و نظارت را در شورای سازمان مطرح نمایند، که ماده ۷ همان قانون شورای سازمان (هیأت وزیران) را تعیین نموده است، در این راستا از همه مهمتر برابر بند ۳ ماده ۸ قانون تأسیس سازمان تربیت بدنی هر گونه دخالت در امر ورزش از اختیارات شورای سازمان احصاء شده است که به این ماده قانون، در متن دو فقره آرای صادره از طریق هیأت عمومی دیوان عدالت اداری (دادنامه ۳۱ برگگی شماره ۴۴۰-۴۳۹ مورخ ۹۲/۷/۸ و دادنامه شماره ۴۳۶ مورخ ۹۴/۴/۱۵). در رابطه با ابطال اقدامات غیرقانونی وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون کونگ فو و هنرهای رزمی نیز اشاره شده است. پس آیین نامه شورایی به نام ساماندهی مصوبه شورای ورزش ندارد و فاقد وجهت قانونی است و تصمیمات آن نیز نقض صریح قانون می باشد. این موضوع با ملاحظه لیست اعضای این شورای غیرقانونی (مستخرج از درگاه الکترونیکی وزارت ورزش و جوانان) که مقابل عبارت مستند قانونی را خط تیره کشیده روشن می شود از طرفی با مشاهده لیست ۳۶ فقره آیین نامه های سازمان تربیت بدنی (وزارت ورزش و جوانان) که در سال های متمادی به تصویب شورای ورزش (هیأت وزیران) رسیده است مشخص است که آیین نامه ای تحت عنوان شورای ساماندهی جزو آنها نمی باشد نهایتا نتیجه ای که می توان گرفت این شورا که فدراسیون کونگ فو بدان استناد می کند هیچ گونه وجهت قانونی

ندارد و این گفته فدراسیون فرافکنی و فرار از قانون است.

در حال حاضر چند شکایت طرح شده و در چه مرحله ای هستند و آیا منجر به صدور رای هم شده؟

بیش از ۲۵۰ شکایت طرح شده که در این میان بیش از بیست حکم به نفع انجمن کانگ فوتو ۲۱ صادر شده از جمله دادگاه های مشهد، تهران، گیلان، مازندران، اصفهان و ... و بقیه هم در مرحله دادرسی و یا منتظر وقت دادرسی هستند که ان شاء. رای های موافق صادر خواهند شد، تعدادی هم دادخواست آنها رد شده که عدم پیگیری جدی آنها بوده که این همراهان همچنان فرصت دارند برای احقاق حق خود اقدام مجدد نمایند بعضی مناطق هم به دلایل نامعلوم اقدام نکردند که ترجیح می دهم نامی از آنها برده نشود در این میان می طلبد جهانباانان و مسئولین مناطق مدیریت جدی تری داشته باشند و با کارگاه های آموزشی در این زمینه که در سراسریی موقت است گام های موثرتری بردارند.

کم و بیش می شنویم که رشته های ورزشی دیگر هم از فدراسیونها بسیار گله مندهستند و اخیرا هم شاهد نامه شکایت آمیز رئیس یکی از سبکهای زیرمجموعه فدراسیون ورزش های رزمی به وزیر ورزش بودیم. شما فکر می کنید چه اقدامی لازم است که این مشکلات سر راه مربیان واقع نشود و ورزش کشور بتواند با آرامش بیشتری به راه خود ادامه دهد؟

متأسفانه ورزش کشور ما مسموم است و بیشترین قدم در اعتلای آرامش ورزش به دست مدیران و کسانی که برای ورزش مملکت ما تصمیم میگیرند هست بی شک سرمایه های عظیم و پشوانه عظیم هر کشور جوانان هستند که سرشار از انرژی و توانایی اند که شایسته است مدیران ورزشی با شایسته سالاری از این توانایی ها در راستای جامعه ای پاک و سالم بهره برد شما مکررا شنیدید که همواره بحث استیضاح وزیر ورزش در مجلس شورای اسلامی مطرح بوده است، یعنی ارشد ترین مدیر ورزش کشور ما نتوانسته آنچه که شایسته ورزش و ورزشکاران ماست برآورده نماید و بالاخره هم کار به استعفا کشید، نمونه اش در بحث احکام مربیگری ما ببینید چه اجحاف هایی صورت می گیرد با سوء استفاده از موقعیت های شغلی بعضی مسئول نماها با توجه به اینکه در کشور ۱۶ دستگاه نظارتی وجود دارد اما از سال ۸۹ ما درگیر شکایت از فدراسیون کونگ فو هستیم خوب این یعنی تحلیل انرژی جوانان این مرز و بوم، اثر این چالش ها در دراز مدت برای ده ها ورزشکار چیزی جز قانون گریزی و بد اخلاقی در جامعه نیست و من به عنوان یک ورزشکار تنها کاری که می توانم بکنم یا باید دانش حقوقی خود را بالا ببرم تا احقاق حق کنم و یا قربانی بی مدیریتی افرادی شویم که احساس مسئولیت ندارند.



صدور ورزش ملی به قیمت تضییع ارزش های ملی

میل و کباده زورخانه در دست دختران تاپ و شلوارک پوش غربی!

استاد معصولی و استاد گازرانی و بقیه، با زحمات فراوان مانع از این امر شدند و با رای ۳۱ برگی دیوان عدالت اداری نام کانگ فو جاودان ماند، اما با دیدن حال روز ورزش زورخانه ای که به اسم جهانی شدن ارزشهای انسانی و اخلاقی آن دچار تزلزل شده داغ ما نیز تازه می شود، ورزشی رزمی که می تواند چه به لحاظ فنی و چه به لحاظ فرهنگی و ارزشی نماینده ایران اسلامی باشد، به بهانه جهانی شدن تا سرحد چند مدال بی بها و یک مشت دلار پایین کشیده شده است و خبری از گنجینه نوامیس و آموزه های صلح جهانی و مروت و جوانمردی آن نیست، استاد سلامی عزیز چه فریادها که نزد و چه تمناها که نکرد که ای همراهان این تکنیک ها حرمت دارند و این فنون زیبا را بر سر و بدن یکدیگر نکویید، چقدر اساتید دیگر تذکر دادند که در کانگ فو تو آ ما هرگز مسابقه نداشتیم، و یاد آور شدند که جنگ دو انسان حاصل فساد اندیشه هاست و تکنیک ها و شالها فروشی نیستند و ... اما دریغ و صد دریغ که عده ای مغرض که منافع مادی شان در خطر است کمر به حذف این رشته ایرانی دارند و عده ای غافل نیز چشم خود بر حقایق بسته و دنباله رو مغرضان شده اند.

ولی همراهان و راهداندان واقعی کانگ فو بیدارند و هرگز نخواهند گذاشت که این گوهر ارزشمند دستمایه اربابان زر و زور و تزویر شود و به راه ورزش زورخانه ای برود. کانگ فو تو آ ۲۱ باندیشه حفظ ارزشهای این هنر رزمی ابداع شده است و مرییان آن مصمم اند که این ورزش را با تمامی ویژگی های فنی و ارزشهای اخلاقی به جهانیان معرفی نمایند، و لا غیر.



خبرگزاری تابناک در گزارشی خود در تاریخ ۹۵/۰۲/۱۴ به نقد عملکرد فدراسیون بین المللی ورزش زورخانه ای پرداخته و از اینکه ارزش های این ورزش باستانی به بهانه جهانی شدن زیر سوال رفته انتقاد نموده است. تابناک می نویسد: ((دیگر لنگ و شلوارک پهلوانی در کار نیست. به جای لنگ، لگ می پوشند و اصلاً جوری شده که هر کس با هر لباسی که باشد بیاید و زورخانه کار کند ولو تاپ و شلوارک راحتی! فقط همین را می دانیم که در ژاپن اجازه نمی دهند کسی با لباس غیر کاراته، حتی روی تاتامی حاضر شود چه رسد به اینکه کاتا بزند و اجرای فرم کند و ... حالا مهمترین قسمت ماجرا جایی است که خبری از نام زورخانه نیست و اسمش را هم گذاشته اند پرشین یوگا! استرس داریم نکند فردا در سردر باشگاه های خودمان هم بنویسند آموزش تضمینی پیلاتس ایرویک و پرشین یوگا با میل و کباده ساخت چین...))



این عبارات برای هر کس تازگی داشته باشد برای خانواده کانگ فو ایران ناآشنا نیست، همین چند سال پیش بود که به اسم جهانی کردن کانگ فو ایرانی، سازمان های عجیب و قریب و عریض و طویلی تشکیل دادند و چه پولها که به جیب فدراسیون ((کونگ فو)) سرازیر نشد، به نام جهانی شدن چه هزینه ها که صرف سفرهای خارجی و مسابقات به اصطلاح بین المللی نکردند و با پیشکسوتان و صاحبان سبک چه بی حرمتی ها که نشد، تا جایی که حتی تصمیم به حذف نام کانگ فو از این ورزش گرفتند تا این هنر رزمی ایرانی را به طور کامل مسخ نمایند. هرچند بیدارلانی همچون استاد مرحوم بهرامی نژاد، استاد سلامی،



بسمه تعالی

سیر کمال یک انقلاب و یک تحول درونی است، اقیانوس درون آرام نمی گیرد مگر آنگاه که به سوی ترقی و تعالی سوق یابد.



امروز عصر تنهایی است، انسان جدا از انسان هاست، گسسته از همه همبستگی ها و پیوندهاست، هراسان از همه آدم ها و جزیره ای شناور و طوفان زده در گرداب رویدادهاست، برای تنظیم روابط از هم گسسته و مسموم، فضای آلوده از نفرت و کین، که همه گرفتار خویشتن و تنها به در بردن گلیم خویش از امواج حوادث مشغول می باشند، یک قدم موثر، یک جهاد سترگ برای اعاده ی حیثیت یک قوم و یک ملت که زیر چکمه پوشالی فقر خود آگاهی، کوله بار دارایی خود را زمین نهاده و به دنبال سراب می دود، کشیدن کبریت و زدن یک جرقه دانایی در اندیشه ها کافی است. بدین ترتیب آرمانگرایی و کمال پذیری، مجاهدتی پیوسته، نوسازی مکرر و انقلابی مستمر و درونی، به سوی خورشید روشنایی است که نور امید را از اذهان تیره ترین ادوار تاریخ و پریشانی های این سرزمین درد مند برای تسلاي خاطر و التیام رنج ها و مرهم زخم ها، سوق می دهد.

غلام همت آنم که پایبند یکی است بجانبی متعلق شد و از هزار برست

کنون زمانه رستاخیز تن هاست، زمان زمانه روان شدن است و پیوستن به رودخانه حقیقت، که اکسیر فرهنگی ما (من و تو) شدن است

بدینسان از خیر ارجمند و دانشمند جناب آقای دکتر قربانعلی سعیدی که بیش از چهار هکتار از اراضی خود را در جهت رشد تنها دانشگاه نسل سوم کشور (دانشگاه علمی کاربردی) و مرکز علمی کاربردی شهرستان شهر بابک تقدیم نمود تا با همکاری سازمان مردم نهاد کانگ فو تو آ ۲۱ در جهت نیل به بند دوم اساسنامه این مرکز آموزش عالی که به صراحت اعلام می دارد (که این مرکز به منظور توسعه آموزش های عالی علمی - کاربردی و به قصد ارتقاء دانش و ایجاد مهارت های لازم و تحریک استعداد های نهفته در افراد و برای ایجاد توانایی های لازم برای کار بردی کردن علوم و تکنولوژی و انتقال آن به طیفی از مشاغل تاثیر دارد تاسیس شده است) و همچنین برابر ماده دوم اساس نامه سازمان مردم نهاد کانگ فو تو آ ۲۱ که اذعان می دارد (این سازمان مردم نهاد در کلیه فعالیت های علمی، فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، هنری و نیکو کاری و تحصیلی و بشر دوستانه با رعایت قوانین نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران در جهت بالا بردن سطح آگاهی و دانش اعضاء اقدام نماید) صرف و هزینه شود، تشکر و قدردانی نموده و از خداوند منان آرزوی سلامتی و سعادت این شخصیت فرهیخته را مسئلت می نمایم.

با سپاس فراوان از رئیس هیات موسس مرکز علمی کاربردی شهرستان شهر بابک دکتر حاج احمد سلامی و مسئول سازمان مردم نهاد کانگ فو تو آ ۲۱ استان کرمان جهانپان علی نبی زاده بابکی.

قدردان شما سرپرست مرکز آموزش علمی کاربردی شهرستان شهر بابک

مهدی عبدلی ندیکی

قالبا در طی تمرین جهت ایجاد انگیزه و دادن احساس شادکامی به همراهان و ایجاد سوال های فلسفی جهت ساختن همراهان اعتقادی در کلاسهای کانگ فو تو ۲۱ به نحوی جوهری کوان ها سروده می شوند. در این قسمت نمونه ای از کوان که توسط جهانبان علی نبی زاده بابکی مدیریت اتاق ستاد راهبردی سبک کانگ فو تو ۲۱ سروده شده را ملاحظه می فرمایید.

- عصر یک روز پاییزی بود کنار ساحل در حال اجرای تکنیک بودم بوی باران شب گذشته رایحه ای از عطر یک غروب دل انگیز پاییزی را در مشام نوازش می داد و باعث می شد لذت بیشتری ببرم و مهارت های تکنیکی ام را در سطح قابل قبول تری اجرا کنم.

عرق تمرین از سر و رویم فرو می ریخت و لباس مشکی من کاملاً خیس شده بود. در حالی که سخت در اعماق وجودم به تمرکز روی اجرای تکنیک ها بودم گاهی نم ساحل را با کف پایم لمس می کردم و سردی ملایمی تمام تار و پودم را لبریز از انرژی و انگیزه جهت تداوم تمرینم می کرد. در حالی که تن و روانم هماهنگ شده به ذن می نشینم: به ساحل و دریا خیره می شوم. یک نقطه مشکی کوچکی را در دور دستها می بینم نقطه بزرگ و بزرگتر می شود، آری قایقی است که به سمت ساحل می آید، درست که دقت می کنم، از نحوه پارو زدن و حرکت قایق مشخص می شود انسانی قوی و مصمم سوار بر قایق است که به ساحل نزدیک می شود، نمی دانم قوت قلب من چرا ناگهان لبریز از اعتماد به نفس و شور صد چندان می شود من که فکر می کردم در اوج خود باوری و خود آگاهی هستم. این نیروی مضاعف از چیست چند قدم مانده به ساحل، وای خدای من استاد است. ادای احترام می کنم و به سمت او می دوم. استاد مرا در آغوش می گیرد و من سرم را به سینه او می گذارم و می فشارم، می گویم استاد شما؟ اینجا؟ صحبت من را قطع کرد و با یک کلام آرام و متین گفت: آمده ام تو را به سفر تاریخ ببرم.

من در کنار او نشستم و استاد با پنجه های قوی خود پارو ها را گرفت و شروع به حرکت نمود. آرام آرام از ساحل دور شدیم آنقدر که دیگر ساحل مثل نواری سفید همچون شالیند سفید می نمود. آنقدر استاد به حرکت ادامه داد تا به یک جزیره رسیدیم.

استاد برگشت و به من گفت همراهم این موزه تاریخ بشریت است، من با شوق تمام پا به

جزیره گذاشتم.

جزیره حالت پلکانی داشت و هر سطح آن حدود هفت متری با سطح بعدی اختلاف داشت. وارد سطح اول که شدیم من میلیونها انسان را دیدم که در حال ساخت و ساز ساختمان بودند. همه و همه سخت در حال کار کردن. جالب این بود از اولین بناهای بشری کلبه و الاچیق گرفته تا به جدید ترین آسمان خراش های امروزی را دیدم. انگار این مخلوقات ماشین هایی هستند که طراحی شده اند برای این کار و به هیچ چیز دیگر توجهی ندارند.



به فلم جهانبان علی نبی زاده

داستانهای کوتاه ذن شماره ۱

کوان

بعد از طی مسافتی طولانی وارد سطح دوم شدیم. آه خدای من به اندازه وسعت هستی مزارعی را دیدم که زن و مرد کودک و جوان سخت در حال کشاورزی بودند. انواع سبزی ها گندم و... عطر خوش سبزی و مزارع همه جا را پر کرده بود. چهره محبت آمیز مردمان جقدر دل نشین بود، ما از میان راه های باریک که دو طرف آن سبزه بود مسیر خود را ادامه دادیم تا به سطح سوم رسیدیم.

اینجا بر خلاف سطح قبلی دود و آتش و خون بود میلیونها انسان را دیدم که یا در حال جنگ بودند و یا کشته شده بودند و چه انسان هایی که بر سر جنازه عزیز خود زاری می کردند. در اینجا از تیر و کمان، شمشیر و تبریز گرفته تا آخرین دست آوردهای جنگی و سلاح های کشتار جمعی وجود داشت. آهی از نهاد استاد بر آمد و در حالی که قطرات اشک روی گونه هایش می قلنید گفت: این شرم تاریخ است و راه خود را به سمت دیگری جهت ورود به سطح چهارم کج کرد.

آری ما وارد سطح چهارم شدیم و از دروازه ای به داخل رفتیم، امان از خیابان های سنگ فرش شده، خیابان هایی که باغات و قصر ها را به هم پیوند می زد مردمانی که در اینجا بودند همگی کلاه و تاج بر سر داشتند زن و مرد و حتی بچه ها لباس های فاخر و گران قیمتی بر تن داشتند و در خوشگذرانی و می گساری دمدام گوی سبقت را از هم می ربودند. در اینجا من بین سلطان های قدیمی و جدیدی ها که فقط از طرز لباس پوشیدنشان معلوم بود، فرقی ندیدم. فقط در چهره آنها می شد حسرت و شتاب زدگی را به وضوح دید. اینجا استاد آرام ام ابا حسی عجیب گفت: همراهم شرم تاریخ از عدم دانایی و جهالت این گروه است. پرسیدم اینان کی هستند؟ استاد برگشت و گفت: اینها اشراف زادگانند که در طول تاریخ انسان ها را به بردگی گرفته اند و هرگز اجازه ندادند انسان صاحب فکر خودش بشود و هر دوره به دوره فقط لباس عوض می کنند و اما تفکر همان تفکر برده داری است. هرگز وقت خود را به این گروه مگذار که اینان هرگز عوض شدنی نیستند. به استاد گفتم، پس بیا سریع تر از اینجا بگذریم که من را حالت تهوع گرفته از این همه بی مروتی که در ایشان نهاده شده.

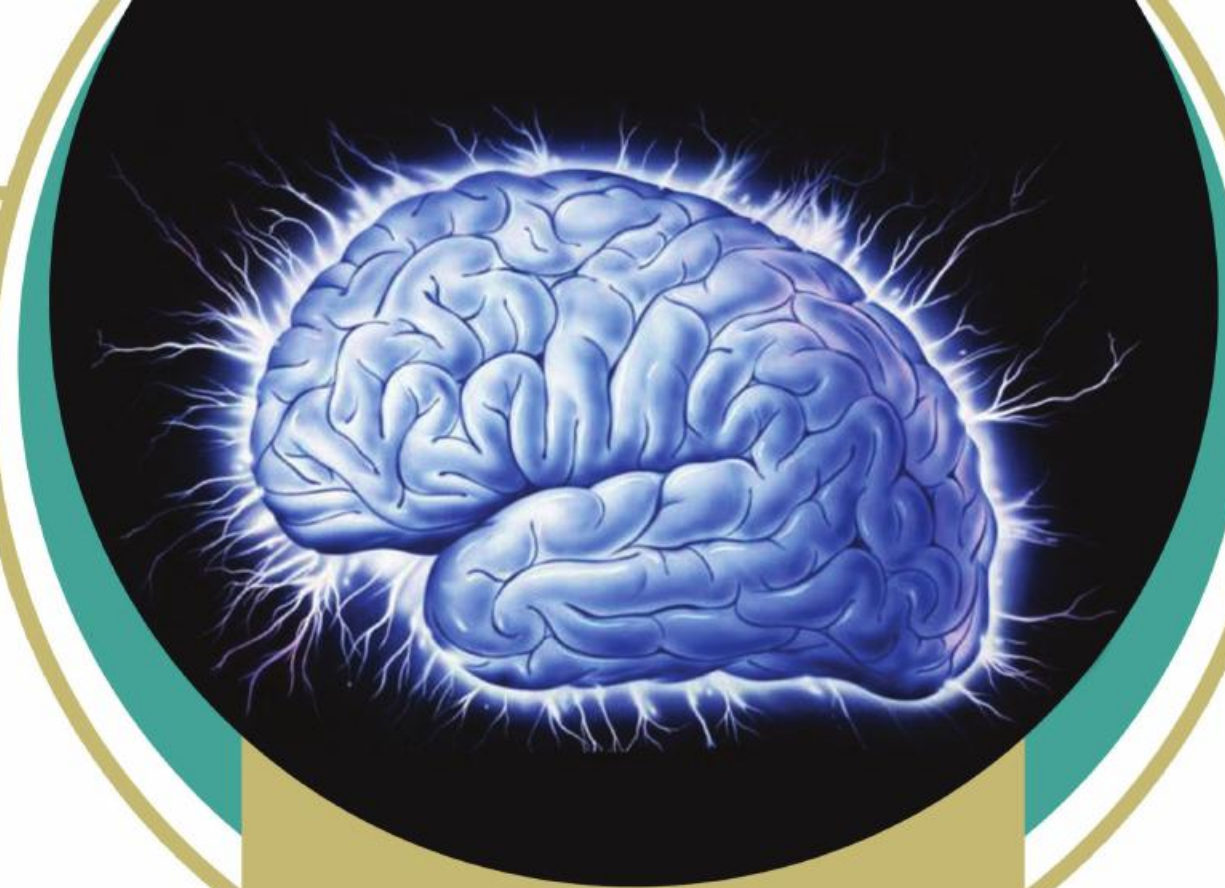
ما راه را ادامه دادیم از یک سر بالایی و پیچ و تاب های صخره ای گذشتیم و در حالی که انگار کوهی را دور می زدیم وارد سطح پنجم شدیم که درست پشت مسیری بود که وارد جزیره شده بودیم سر درب این جای یک کتاب بود و ما وارد شدیم تنها جایی که من دیدم استاد جین جای زد و خاک آن را بوسید و من هم به تبعیت از استاد این کار را انجام دادم. استاد بر تخته سنگی نشست که انگار از فسیل های کتاب درست شده بود و شروع به صحبت با من شد. گفت انسانهایی را که در اینجا می بینی کسانی هستند که شاید یک وعده غذای سیر نخورده باشند و یا زن و فرزندان خود را به اندازه کافی ندیده باشند. تمام داری هستی به خاطر بزرگی و گذشتی است که آنها در راه علم و ادب و معرفت تا به امروز داشته اند. اینها حتی اگر مادرشان در بستر بیماری و مرگ

بوده این فرصت را پیدا نکردند که حتی وظیفه فرزندی را انجام دهند، به واسطه مسئولیتی که نسبت به هموعان خود احساس می کردند. من گفتم استاد اگر چه اینها زندگی دنیوی را فدای سعادت مردمان کردند اما به واسطه اثری که از خود در میلیون ها کتابی که اینجا ست به جای گذاشته اند همیشه جاودانه خواهند بود و انسان ها یاد و خاطر آنها را گرامی خواهند داشت، اما استاد تکلیف بر ما چگونه است. آیا ما هم کتابی بنویسیم؟ و اگر بنویسیم با اینهمه نوشته ها آیا کسی می خواند؟ استاد گفت فرزندم ما باید کتاب عمل را بنویسیم. به قول خودت انسانهای شریف گذشته نوشته اند ما مسئول اجرا و عمل به آن هستیم. در همین حال استاد از جایش بلند شد و به راه ادامه داد، رفتم و رفتم انقدر که انگار سالیانی را در راه بودیم.

در مسیر حرکت به یک دروازه چوبی رسیدیم. استاد در را کوبید. باز هم کوبید و باز هم کوبید. اما درب باز نشد استاد لحظه ای مکث کرد و از ادامه کوبیدن درب منصرف شد. دیدم به ذن در آمد و حروفی را زمزمه می کند. درب باز شد هفت درب تو در تو بود، در وسط یک ایوان بسیار بزرگ یک جام بود که به نظر می رسید تمام سنگ های دنیا را برای ساختن آن استفاده کرده اند و در درون آن جام آب زلالی بود که به روشنایی و شفافیت آن هرگز ندیده بودم و انگار تمام آب اقیانوس ها در آن جای دارد و جمعی که تعداد آنها زیاد هم نبود به گرد آن جام نشسته بودند که روشنایی سیمای آنها اجازه نمی داد چهره مبارکشان را ببینم، فقط تنها چیزی که من دیدم این بود که هرگاه هر کدام از آنها انگشتی بر این آب می زند چنان موجی درست می شود که دهها متر ارتفاع دارد، من شیفته این گروه شدم و هزاران سوال از ذهنم می گذشت که استاد فرمود شرافت بشر و بزرگی او به واسطه این جمع اندک است دوستی با آنها مایع سعادت و همنشینی شان مایع مباهات است. من گفتم استاد مگر امکان هم نشینی و دوستی با آنها میسر است؟ بزرگی و شکوه آنها کجا و ما کجا؟ استاد فرمود: با انجام تکنیک ها بصورت مدام و تفکر بر خواص مایگاه ها امواجی که توسط این گروه ایجاد می شود را ما در خود ایجاد دوران می کنیم و به رازهایی که در جهان هستی هست پی میبریم، راه دوستی و همنشینی با آنها کار شبانه روزی و طاقت فرساست که شاید از توان هر کس خارج باشد. مگر کسانی که به اراده مسلط شوند و در نهان خانه وجود خود مصمم به طی طریق شوند. من نگاهی به آسمان کردم و آسمان و هستی را در وجود خود و خود را در آن دیدم و نجوایی را حس کردم که می گفت: این سطح هفتم جولانگاه سیمرغ است. آنجا فقط نور بود و نور و تابش نور و رنگ ها یی که مثل رنگین کمان در هم آمیخته میشد و کلماتی را خلق می کرد. تنها متنی که من خواندم این بود که:

((در ابتدا کله بود. کلمه نزد خدا بود و خدا کلمه))

با گذشت زمان شب شده بود و آب دریا بالا آمده بود، موجی به من کوبید و من را به زمان آورد، من از ذن برخاستم و مراسم پایانی تمرینم را ادا کردم.



خاصیت‌های موجی در مدارهای هندسی تن

ارتباط پیدا می‌کند. نوروفیدبک در هیچ کجا به اندازه دنیای ورزش در حال رشد نیست. امروزه تفاوت بسیار اندکی میان آنچه به موفقیت و یا شکست یک ورزشکار می‌انجامد وجود دارد. آنچه در کسری از ثانیه اتفاق می‌افتد، باعث پیروزی و یا شکست فرد می‌گردد. تصور کنید که راهی برای شناسایی نواحی مغزی مربوط به تصمیم‌گیری ورزشکار در کسری از ثانیه وجود داشته باشد، آموزش مغز برای واکنش مناسب به موقعیت‌ها می‌تواند به تمامی ورزشکاران در کسب نتیجه بهتر کمک کند.

در نوروفیدبک سنسورهایی که الکترود نامیده می‌شوند بر روی پوست سر ورزشکار قرار می‌گیرند. این سنسورها فعالیت الکتریکی مغز فرد را ثبت و در غالب امواج مغزی (در اغلب موارد به شکل شبیه‌سازی شده در قالب یک

در شماره قبل توضیحاتی را در خصوص چگونگی عملکرد مغز انسان و انواع امواج مغزی تقدیم شما خوانندگان گرامی کردیم، در این شماره ادامه این مقاله که توسط راهبان مجتبی اسمعیلی دانشجوی دکترای علوم ورزشی و معاون پژوهشی سبک کانگ فوتو ۲۱۱ به تحریریه سوتو ارسال شده است، تقدیم شما می‌نمایم.

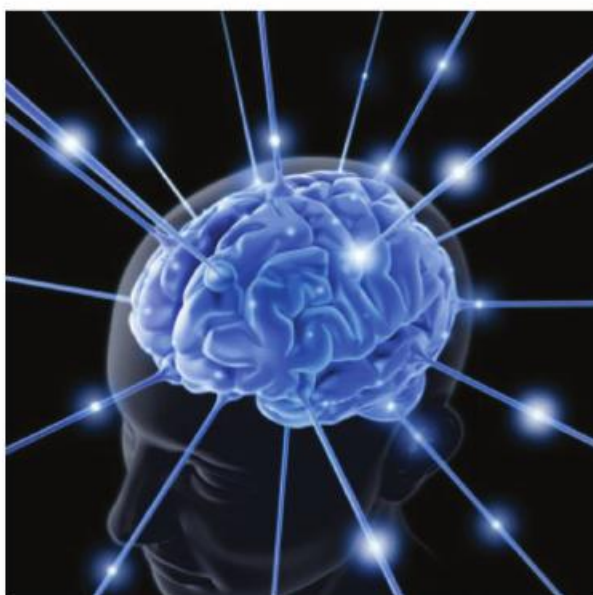
...

نوروفیدبک (Neurofeedback) چگونه کار می‌کند؟
نوروفیدبک در واقع یک فرایند آموزشی است که در آن مغز خود تنظیمی را فرا می‌گیرد. در طول آموزش، فعالیت مغز توسط اداره هشیار و ناهشیار توجه کنترل می‌شود. یادگیری هشیارانه زمانی اتفاق می‌افتد که فرد در می‌یابد که چطور سیگنال فیدبک به توجه و وضعیت ذهنی او

به صورت یک سری اعمال خود کار در می آید و هیچگاه فراموش نمی گردد، مهارت هایی نیز که مغز در طی آموزش نوروفیدبک فرا می گیرد ماندگار خواهند بود. بنابراین نوروفیدبک به مغز کمک می کند تا یاد بگیرد که چگونه خود را تنظیم و نواقص عملکردی خود را برطرف نماید. لذا هیچ گونه دستکاری یا مداخله ماده خارجی وجود ندارد که بخواهد عوارض جانبی داشته باشد یا وابستگی ایجاد کند. با نوروفیدبک ما تنها مهارت های جدیدی را فرا

بازی کامپیوتری یا فیلم ویدئویی) به او نشان می دهند. در این حالت پخش فیلم یا هدایت بازی کامپیوتری بدون استفاده از دست و تنها با امواج مغزی شخص انجام می شود.

به این شکل فرد با دیدن پیشرفت یا توقف بازی و گرفتن پاداش یا از دست دادن امتیاز و یا تغییراتی که در صدا یا پخش فیلم به وجود می آید، پی به شرایط مطلوب یا نامطلوب امواج مغزی خود برده و سعی می کند تا با هدایت



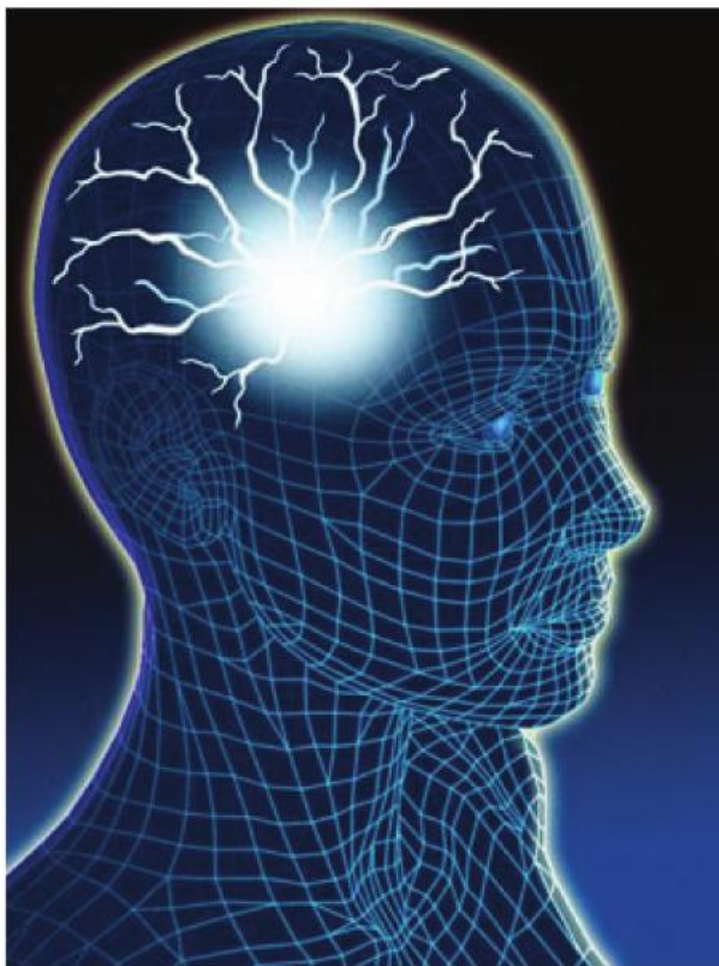
می گیریم، مهارت هایی که ما و مغزمان را بیش از پیش توانمند می سازد.

نوروفیدبک و نوروپلاستیستی:

از دید روانشناسی، چنین به نظر می رسد که آموزش و تمرین تمرکز، فرایندهای ارتباطی، رشد و بلوغ عصب شناختی در مغز را تحریک و افزایش می دهد. این وقتی اتفاق می افتد که نوروها طی آموزش به ایجاد ارتباطات سیناپسی (ارتباط بین نورونی) جدید وادار شده و باعث بهبود عملکرد مغز در مناطق خاص می شوند. همچنین شواهدی وجود دارد که بین فعالیت

بازی یا فیلم، وضعیت تولید امواج مغزی خود را اصلاح کند (مثلاً اگر قرار است فرد موج آلفای خود را کاهش دهد بازی در صورتی پیش می رود که موج آلفا از یک حد مشخص شده ای کمتر باشد. قسمت عمده یادگیری در سطح ناهشیار اتفاق می افتد، جاییکه مغز تدریجاً می تواند بصورت مستقیم و خود کار سیگنال فیدبک را کنترل کند. مهارت های جدید که بصورت آگاهانه و نا آگاهانه بدست آمده اند در طول آموزش درونی می شوند و بطور خود کار به فعالیت های روزانه فرد منتقل می شوند. این کار درست مانند یاد گرفتن رانندگی است. همانطور که رانندگی پس از یادگیری کامل

تأثیری منفی بر عملکرد وی دارند را حذف کند. چابکی و زمان بندی، تمرینات نوروفیدبک در ورزش هایی مانند گلف و تنیس که نیازمند زمان بندی دقیقی برای کسب موفقیت هستند، تأثیر بسزایی دارد. نقشه برداری از مغز ورزشکار اجازه می دهد تا ورزشکاران حرفه ای بر نواحی که حرکت چوب یا راکت را کنترل می کنند مسلط شوند و در نتیجه عملکرد ورزشکار بهینه گردد. این مهارت ها به ورزشکار اجازه می دهد تا بیشتر از استعداد خود در زمین بازی بهره ببرد.



موج آلفا و جریان خون مغز ارتباط مستقیمی وجود دارد. به عبارت دیگر وقتی فرد موفق می شود که برای مدتی وضعیت افزایش موج آلفا را حفظ کند، مغز وی خون بیشتر و در نتیجه اکسیژن و غذای بیشتری دریافت می کند. این مسئله سبب می شود که نورون های آسیب دیده به باز تولید و بهبود هدایت سیگنال های الکتریکی خود بپردازند.

توانایی سلول های عصبی به ایجاد ارتباطات سیناپسی و مسیرهای جدید در مغز، نوروپلاستیستی نام دارد. یک مثال برای این حالت وقتی است که منطقه جدیدی در مغز کارکردهای یک منطقه دیگر را به عهده می گیرد. به این ترتیب در طی آموزش نوروفیدبک، نوروپلاستیستی وارد عمل می شود.

نوروفیدبک چگونه به ورزشکاران کمک می کند؟

تمدد اعصاب، برنامه های آموزشی نوروفیدبک برای تعیین نواحی از مغز استفاده می شود که، آرامش و تمدد اعصاب را کنترل و کمک می کند تا ورزشکار با آرامش بیشتری، موقعیتهای پر فشار را پشت سر بگذارد. اگر این روش بطور صحیح اجرا گردد، کاملاً حالت قفل شدن ورزشکار را هنگام استرس و فشار روانی از بین می برد.

تمرکز، تمرینات نوروفیدبک به ورزشکار کمک می کند تا دچار حواس پرتی نگردد، و تنها قسمتهای مرتبط با آن عملکرد را در مغز، فعال کند. بوسیله استفاده از نوروفیدبک، ورزشکار قادر است تا همه چیز را درست و بموقع انجام دهد، و هرگونه عامل مخل از جمله صدای تماشاچیان، استرس و یا مشکلات شخصی را که موجب حواس پرتی می گردند و



جادوی در موسیقی ورزش

مربیان کانگ فو تو آ ۲۱ کم و بیش در حین تمرین کردن یا تمرین دادن از موسیقی استفاده می کنند. لذا لازم دانستیم که مقاله کوتاهی در این خصوص ارائه گردد. خوب است توجه شود که آنچه در این مقاله آورده شده است با رویکرد علمی-پژوهشی در عرصه عمومی ورزش عنوان شده است و نباید فراموش کرد که در کانگ فو تو آ ۲۱ (طریقت دانایی) صرفاً تربیت جسم در حین تمرین مد نظر نیست و بسیاری از اساتید کانگ فو معتقدند که باید موسیقی مورد استفاده قرار گیرد که تأثیرات فکری و روانی را نیز در بر داشته باشد. بنیان گذار کانگ فو تو آ ۲۱ راهبان دکتر احمد سلامی نیز در سخنان خود در این باره بر این نکته تأکید نموده است که بهترین موسیقی در کلاس های کانگ فو صدای مربی است که با مطالعه قبلی نسبت به ارائه تمرین و تشریح تکنیک و یا بیان مطالب فلسفی (ذن) موجب رشد خود و همراهانش می گردد و چنانچه قرار باشد موسیقی پخش شود بایستی کاملاً هدفمند بوده و از موسیقی که صرفاً ایجاد ریتم و هیجان می کند پرهیز شود.

موسیقی چگونه به فعالیتهای ورزشی کمک می کند؟

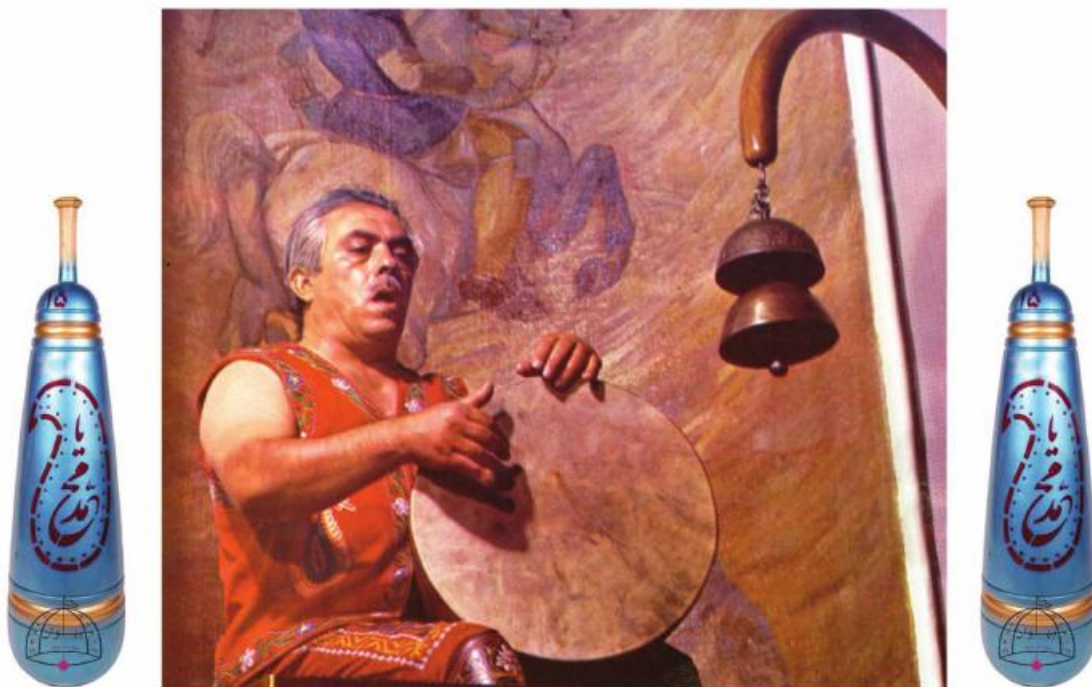
فهم مکانیسم هایی که به واسطه آنها بدن به موسیقی واکنش نشان می دهد، می تواند کاربرد مؤثر موسیقی در ورزش را نشان دهد. مطالعه جامع مقالاتی که در این زمینه نگاشته شده اند، نشان می دهد که موسیقی به چهار طریق بر ورزش و فعالیتهای بدنی اثر می گذارد.



انگیز) همراه با توصیه های شفاهی جهت روحیه دادن به ورزشکار است. به همین طریق می توان موسیقی آرامبخش را برای کمک به انجام تکنیک های Relaxation بکار برد. گاهی اوقات نیز موسیقی را همراه با روش های هیپنوتیزم به کار می برند تا به وسیله آن بخش ویژه ای از موسیقی را در ذهن ورزشکار حک نمایند.

۳- موسیقی از طریق هماهنگی و شباهت هایی که بین ضرباهنگ آن و حرکات ورزشکار وجود دارد، به انجام ورزش کمک می کند. بررسی ها نشان می دهند که همزمان کردن حرکات ورزشی با موسیقی سطح Output

۱- در ورزشهایی مثل دو و دوچرخه سواری که به صورت تکرار شونده (Repetitive) هستند و با شدت Sub maximal انجام می شوند، موسیقی می تواند توجه ورزشکار را افزایش دهد و توجه وی را تا حدی از خستگی منحرف نماید. این وضعیت باعث کاهش میزان تلاش اضافی ورزشکار می شود و تکنیکی است که بسیاری از ورزشکاران به آن اعتراف دارند و تحت عنوان Dissociation نامیده می شود. Dissociation عبارت است از متمرکز شدن بر روی تحریکاتی خارج از فعالیت ورزشی.



ورزشکار را افزایش می دهد و این یکی از دلایل محبوبیت کلاسهای ورزشی همراه با موسیقی است. ۴- مانند روش قبل کیفیت موزون (ریتمیک) موسیقی، الگوی مهارت های فیزیکی را بهبود می بخشد و بنابراین محیط بهتری برای یادگیری فراهم می کند. تجربیاتی در این زمینه در ژیمناستیک و شنا وجود دارد. انتخاب موسیقی درست

تحقیقات اخیر نشان می دهند که چهارعامل کلیدی در عمل تحریک کنندگی (ایجاد انگیزش) موسیقی مؤثر هستند. اول، آمادگی و تمایل افراد جهت واکنش به تحریکات ریتمیک است و در این زمینه توانایی پاسخ موزون به

برخی از ورزشکاران دوست دارند مثلاً به مناظر اطراف نگاه کنند و یا ذهن خود را به افکار دیگری مشغول نمایند، ولی موسیقی یکی از لذت بخش ترین و مؤثرترین روشهای Dissociation را فراهم می کند. Dissociation می تواند با دور کردن افکار ورزشکار از خستگی، وضعیت ذهنی وی را به صورت مثبتی تغییر دهد.

۲- موسیقی می تواند وضعیت روانی و فیزیولوژیکی نامطلوب را تغییر دهد و بنابراین به شکل نوعی تحریک قبل از مسابقه و یا به شکل آرامبخش برای ورزشکاران مضطرب به کار رود. یکی از روش هایی که اغلب مورد استفاده قرار می گیرد، استفاده از موسیقی های تحریک کننده (هیجان



قلب او تقریباً ۱۰۰ می باشد و اگر متناسب با ضرباهنگ ۱۲۰ تمرین کند، ضربان قلب وی تقریباً همین حدود خواهد بود. موسیقی و وضعیت روحی (Flow)

تحقیقات جدید نشان می دهند که رابطه جالبی بین استفاده از موسیقی و تأثیر آن بر روی وضعیت روحی (Flow) فرد وجود دارد. Flow یا وضعیت روحی (مثبت) یعنی تغییر آگاهی فرد در حین انجام حرکات ورزشی، به طوری که جسم و روح به صورت یک خلیان اتوماتیک عمل کنند و تلاش آگاهانه به حداقل برسد. برخی مربیان ترجیح می دهند که این ضایعات را در محدوده In the zone بنامند که تقریباً حالتی شبیه خلصه یا هیپنوتیزم است. این وضعیت مثبت روحی با شرایط خوب روانی همراه شده و امکان انجام دقیق و لذتبخش حرکات فیزیکی را فراهم می کند. در سال ۱۹۹۹، تعداد ۱۲۳۱ نفر از ورزشکاران ورزش های موازی در کلاس هایی که در آنها حین ورزش موسیقی پخش می شد، مورد بررسی قرار گرفتند و در پایان کار از آنها خواسته شد تا یک پرسشنامه ۳۶ قسمتی را پر کنند. نتایج نشان دادند که بین ضرباهنگ موسیقی (Music rate) و Flow rate هماهنگی و ارتباط وجود دارد و اینطور نتیجه گیری شد که موسیقی می تواند به نحو مؤثری باعث لذت بردن از ورزش شود و شاید در این میان عامل کلیدی انتخاب موسیقی صحیح باشد.

در تحقیق دیگری سه گروه حضور داشتند که گروه های اول و دوم در حین ورزش به موسیقی گوش می دادند؛ گروه اول به موسیقی تند (BMRI بالا) و گروه دوم به موسیقی آرام (BMRI پایین) گوش می دادند و گروه سوم گروه کنترل بود. نتایج نشان دادند که انتخاب موسیقی صحیح می تواند به انجام حرکات ورزشی کمک بسیاری کند. در واقع موسیقی به ورزشکار کمک می کند تا انرژی خود را رها سازد.

نتیجه:

موسیقی برای ورزشکار به صورت منبعی از انگیزه و انرژی است و گاهی اوقات گوش دادن به یک موسیقی خوب اثری جادویی دارد. نکته بسیار مهم این است که انتخاب نوع موسیقی تقریباً به طور کامل به علاقه خود شخص بستگی دارد و به همین دلیل توصیه نمی شود که چه ورزشکاری به چه نوع موسیقی گوش دهد، هر چند عواملی وجود دارند که می توانند نوع موسیقی مفید و مؤثر را مشخص نمایند که اکنون شما از آنها آگاهی دارید.

منبع: www.tebyan.net

(باتشکر از معاونت فرهنگی منطقه رفسنجان بابت ارسال مقاله)

موسیقی عامل برجسته ای است. دوم، ویژگی ملودیک و هارمونیک موسیقی است که می تواند وضعیت ذهنی شنونده را تحت تأثیر قرار دهد که ما ترجیحاً آنرا موزیکالیتی (Musicality) می نامیم. سوم، فرهنگ بومی و اجتماعی ورزشکار و به تبع آن نوع موسیقی است که می تواند واکنش و شکار را به موسیقی تحت تأثیر قرار دهد.

چهارم، عامل همراهی (Association) است یعنی با همراه کردن سایر تحریرات مثل تصویر، فعالیت فیزیکی بهبود می یابد.

از چهار عامل Rhythmic Response، Musicality، Association، دو مورد اول عوامل داخلی و دو مورد بعدی عوامل خارجی نامیده می شوند. عوامل خارجی بیشتر مربوط به برداشت فرد از موسیقی هستند. بررسی ها نشان می دهند که عوامل داخلی در تغییر نوع واکنش فرد به موسیقی مؤثرتر از عوامل خارجی هستند.

برای اینکه موسیقی بتواند در یاری رساندن به ورزشکار مؤثر باشد، باید دارای کیفیت موزون بسیار قوی و مناسبی باشد تا با ریتم فعالیت ورزش هماهنگ شود و نیز باید ضرباهنگ آن با ضربان قلب ورزشکار متناسب باشد. ملودی و هارمونی موسیقی باید وضعیت روحی و ذهنی مثبتی را ایجاد کند، یعنی اینکه به شنونده انرژی و روحیه بدهد. موسیقی باید از زمینه فرهنگی و اجتماعی ورزشکار منشأ گرفته باشد و مزیت های اجتماعی او را گوشزد نماید. سه عامل مهم دیگر در انتخاب موسیقی مناسب دخیل هستند.

۱. تنوع در موسیقی که می تواند ورزشکار را علاقمند و مصمم نگه دارد.

۲. صدای موسیقی باید به اندازه کافی رسا باشد تا توسط سرو صدای محیط مخدوش نگردد.

۳. در صورتی که موسیقی و حرکت همزمان هستند، ضرباهنگ موسیقی باید با سرعت و شدت حرکت متناسب باشد. به طور مثال اگر شخص در حال تمرین دوچرخه سواری با سرعت ۹۰ دور در دقیقه است، موسیقی همراه وی باید دارای ضرباهنگ (bpm) ۹۰ باشد یا مثلاً وقتی فردی در حال دوچرخه سواری با سرعت ۶۰ دور در دقیقه است می تواند با ضرباهنگ (bpm) ۱۲۰ به صورت نصف دور در هر ضربه و یا یک دور در هر دو ضربه هماهنگ شود. توصیه می شود که ضرباهنگ موسیقی حدود دو برابر سرعت ورزش باشد، زیرا اغلب ترجیح داده می شود که ضرباهنگ موسیقی نزدیکی به تعداد ضربان قلب ورزشکار باشد. اگر ورزشکاری با سرعت ۶۰ دور در دقیقه رکاب بزند، ضربان



گزارش تصویری پنجاه و دومین
کنگره علمی، فرهنگی، ورزشی
سازمان مردم نهاد کانگ فو تو آ ۲۱
و دومین استارت آپ
مرکز آموزش علمی کاربردی شهربابک

بارویکرد ورزش و اقتصاد مقاومتی



مقدمات برگزاری کنگره:

پس از تصویب طرح برگزاری کنگره در اندیشکده کانگ فو تو آ ۲۱ مجوزهای مربوطه از مراجع ذی صلاح اخذ و چارت سازمانی کمیته های برگزار کننده ارائه گردید:

بسمه تعالی

شماره: ۵۲۰ ت ۱۱۶

تاریخ: ۹۵/۰۳/۰۹

پوست: یک برگ

انجمن کانگ فو تو آ-۲۱ به شماره ثبت ۲۱۵۶۵

"سال اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل"

جناب آقای دکتر بهمن مشکینی

مشاور وزیر و معاون محترم سازمانهای مردم نهاد وزارت کشور

با اهدای سلام

ضمن تشکر و قدردانی از زحمات حضرتعالی، و همکاران کوشا در آن نهاد محترم و پیرو هماهنگی های حضوری، انجمن کانگ فو تو آ-۲۱ به شماره ثبت ۲۱۵۶۵ در نظر دارد، برابر تقویم سالانه و اساسنامه خود، پنجاه و دومین کنگره علمی، ورزشی و فرهنگی خود را هماهنگ با سیاست های وزارت علوم تحقیقات و فناوری، ابلاغی از طریق دانشگاه جامع علمی کاربردی تحت عنوان "رویداد ایده تاب" که طی تفاهم نامه فیما بین این انجمن و مرکز علمی کاربردی شهر بایک منعقد گردیده، بصورت سراسری با شرکت حدود ۷۰۰ نفر از اعضای خود در روزهای ۹ لغایت ۱۱ شهریورماه سال ۱۳۹۵ در شهرستان شهر بایک استان کرمان برگزار نماید.

بدینوسیله یک نسخه از پوستر مربوطه حاوی عناوین مقالات و مشخصات کنگره تقدیم حضور می گردد.

خواهشمند است در صورت امکان با ارسال پوستر فوق الذکر به سازمانهای مردم نهاد استانداری های سراسر کشور و از آن طریق به فرمانداران محترم که با تشکیل نمایندگی این انجمن در حوزه خود همیشه حمایت های داهیانه را به عمل آورده اند این بار نیز مثل همیشه در اعزام تیمهای استانی و شهرستانی همکاری های لازمه را مبذول فرمایند. اجرکم عندا...

میکائیل لریمانی
مدیر عامل انجمن کانگ فو تو آ-۲۱

آدرس دفتر انجمن و سبک جهانی کانگ فو تو آ-۲۱: تهران- پل آید- بلوار معلم- سه راه جواد زندیه- ساختمان بنفشه پلاک ۱۰۶ - طبقه اول واحد ۲ - کد پستی ۱۳۷۶۶۵۶۳۳ - تلفنکس ۶۶۲۱۸۳۳۵ - همراه ۰۹۱۴۱۴۱۶۵۲۲

وزارت کشور
دفتر خزانة دستگاه
تاریخ: ۹۵/۴/۲
شماره: ۲۸۹۵۱

تاریخ: ۱۳۹۵/۰۵/۰۲
شماره: ۵۲۷۸

جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور

بسمتعالی

مدیران گل محترم داتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداریهای سراسر کشور

سلام علیکم

با احترام به پیوست نامه شماره ۳۸۹۵۱ مورخ ۹۵/۴/۲۴ **انجمن کالج فوتوآ-۴۱** دارای پروانه فعالیت از این وزارتخانه به شماره ثبت ۲۱۵۶۵، مبنی بر درخواست همکاری جهت برگزاری کنگره علمی، ورزشی و فرهنگی در تاریخ ۹ لغایت ۱۱ شهریور ماه سال جاری در شهرستان شهریارک استان کرمان ارسال می گردد. شایسته است دستور فرمایید هرگونه همکاری و اقدام لازم صورت پذیرد.

یمن شکست
معاون وزیر و معاون
امور سازمانهای مردم نهاد
مرکز اجتماعی و فرهنگی

بسمه تعالی

شماره: ۹۵/۵۷۴۲/ک م
تاریخ: ۱۳۹۵/۰۵/۲۰
پیوست: ندارد

جمهوری اسلامی ایران
دانشگاه جامع علمی کاربردی
واحد استان کرمان

جناب آقای مهندس عبدلی
سرپرست محترم مرکز آموزش علمی کاربردی شهریارک

با سلام و صلوات بر محمد و آل محمد (ص)

احتراماً بازگشت به نامه شماره ۹۵/۴۸۲۹/ک م مورخ ۱۳۹۵/۰۴/۲۸ در خصوص برگزاری کارگاه از ایده تا کسب و کار (استارت آپ) با موضوع فیروزه، سنگ های قیمتی و ایده های آزاد در تاریخ ۹ لغایت ۱۱ شهریور ماه، خواهشمند است با رعایت و حفظ تمامی شئون و در چهارچوب قوانین و مقررات دانشگاه اقدام فرمایید.

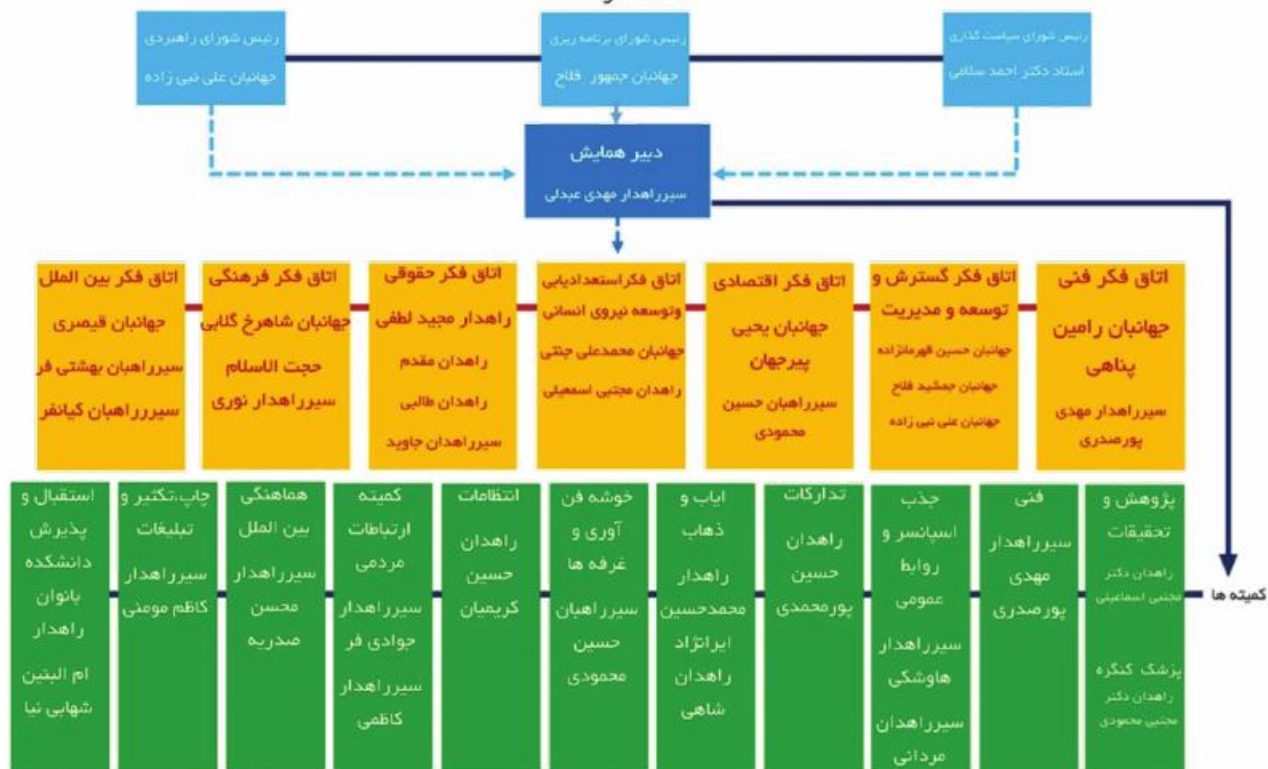
با نرزدی توفیق الهی

سیدخلیلت اله معالی
رئیس دانشگاه جامع علمی کاربردی
واحد استان کرمان

رونوشت: معاون محترم مالی، اداری و مدیریت منابع جناب آقای دکتر بدری جهت استحضار
رونوشت: معاون محترم پژوهش و فناوری جهت استحضار

نشانی:
کرمان-بلوار جمهوری اسلامی-
بلوار هوشنگ مرادی کرمانی-
خیابان هاشم آصفهانی-سمت
چپ، ساختمان شماره ۳
تلفن: ۰۳۴۱-۲۱۳۳۸۲۲-۲۴
موبایل: ۰۳۴۱-۲۱۳۳۸۲۰
کد پستی: ۷۶۱۸۸۴۱۶۸۱
Website: <http://ke.must.ac.ir>
Email: kerman@must.ac.ir

کنگر 52 CONGRESS



گزارش تصویری پنجاه و دومین
کنگره علمی، فرهنگی، ورزشی
سازمان مردم نهاد کانگ فو توآ ۲۱

کمیته های برگزار کننده کنگره از سه ماه مانده به کنگره فعالیت خود را آغاز نمودند ، پستر
کنگره در سطح کشور توزیع و امکانات ثبت نام اینترنتی از طریق سایت کنگره فراهم گردید:

**پنجاه و دومین
کنگره علمی
فرهنگی، ورزشی
کانگ فو توآ ۲۱**
شهریابک | ۹ الی ۱۱ شهریور ۱۳۹۵

محور های کنگره:
توسعه فناوری اطلاعات و تجهیزات ورزشی
نقش ورزش در اقتصاد مقاومتی
تولید ملی در عرصه های ورزشی
توسعه آموزش و مدیریت ورزشی
توسعه فرهنگی و اجتماعی ورزش
ایده پردازی در مسوولیت ورزش
سازمان و توسعه ورزشی
ورزش و کسب درآمدی

همراه با برگزاری چهار کارگاه استراتژیک در حوزه کار آفرینی

تاریخچه کانگ فو توآ ۲۱
۱۳۹۵ شهریور ۲۰ مرداد ۱۳۹۵
۱ شهریور ۱۳۹۵
۱۱ شهریور ۱۳۹۵
۱۳ شهریور ۱۳۹۵
۱۴ شهریور ۱۳۹۵
۱۵ شهریور ۱۳۹۵

مکان: مرکز آموزش علمی کاربردی شهریابک
تلفن تماس: ۰۳۴۳۴۱۳۲۹۲۰
سایت: shbuast.ac.ir

دومین استارت آپ شهریابک
با شرکت قریب به ۵۰۰ نفر از:
دانشگاهیان، ایده پردازان و کارآفرینان از سراسر کشور

ایده پردازی در حوزه های:
فیروزه و سنگ های قیمتی
ورزش و مربیگری
ایده های آزاد

همراه با برگزاری کارگاه های:
کارآفرینی
ایده پردازی
تبدیل ایده به محصول
جذب سرمایه گذار

زمان: ۹ الی ۱۱ شهریور ۱۳۹۵
مکان: مرکز آموزش علمی کاربردی شهریابک
ثبت نام و اطلاعات بیشتر در سایت shbuast.ac.ir
تلفن تماس: ۰۳۴۳۴۱۳۲۹۲۰

ایجاد وب سایت جهت ثبت نام در کنگره به صورت اینترنتی:

ثبت نام در کنگره
۳ تیر ۱۳۹۵

خلاصه مطلب:
قابل توجه اعضاء کانگ فو توآ ۲۱ در این کنگره صرفا همراهان گی قرمز به بالا می توانند ثبت نام نمایند. جهت ثبت نام
پس از انتخاب بلیط و تعداد مورد نظر بر روی (خرید) کلیک کنید تا وارد فرم ثبت نام شوید. پس از تکمیل فرم و
پرداخت وجه مربوطه (به صورت آنلاین)، تاییدیه ثبت نام به صورت پیامک و ...

قابل توجه اعضاء کانگ فو توآ ۲۱ در این کنگره صرفا همراهان گی قرمز به بالا می توانند ثبت نام
نمایند.

جهت ثبت نام پس از انتخاب بلیط و تعداد مورد نظر بر روی (خرید) کلیک کنید تا وارد فرم ثبت نام شوید. پس از
تکمیل فرم و پرداخت وجه مربوطه (به صورت آنلاین)، تاییدیه ثبت نام به صورت پیامک و ایمیل به شما ارسال خواهد شد.

(پس از تایید ثبت نام شما می توانید بلیط خود را دانلود و چاپ نمایید)

تعداد

قیمت (تومان)

مهلت ثبت نام

مجموع بلیط



தமிழர்

தமிழர் = தமிழ் = தமிழர்
தமிழர் = தமிழர்
தமிழர் = தமிழர்
தமிழர் = தமிழர்



نام نویسی ۳۱۷ نفر در سایت رویداد و ارسال ده ها نمونه معرفی نامه تیم های شرکت کننده در دومین استارت آپ شهر بابک و پنجاه و دومین کنگره کانگ فو تو آ ۲۱ از سوی استانداری ها و فرمانداری های سراسر کشور از نکات بارز این رویداد محسوب می شود.

شماره: ۲۲/۱۶۶۶۱
تاریخ: ۱۳۹۵/۵/۳۱
بست:

جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور
استادری خراسان رضوی

سرستان
استادری خراسان رضوی

مرکز آموزش و پرورش
دریگ شهر بابک و پنجاه و دومین استادری کنگره

با سلام و احترام

به استناد نامه شماره ۲۷۶۸ مورخ ۹۵/۵/۲۳ جناب آقای دکتر مشکینی مشاور محترم وزیر و معاون امور سازمانهای مردم نهاد مرکز اجتماعی و فرهنگی وزارت کشور مبنی بر برگزاری کنگره علمی، ورزشی و فرهنگی در شهر بابک استان کرمان که قرار است توسط سازمان مردم نهاد ملی کانگ فو تو آ - ۲۱ دارای مجوز از وزارت محترم کشور برگزار گردد.

بدینوسیله نامه شماره ۹۵۸ الف ۹۵ مورخ ۹۵/۵/۳۰ آقای مجید لطفی نمایندگی استانی این انجمن منظم به لیست اسامی اعضای فعال در خراسان رضوی جهت عزیمت به آن استان به پیوست ارسال می گردد.

خواهشمند است دستور فرمایید ضمن همکاری در خصوص معرفی و هماهنگی با دانشگاه جامع علمی کاربردی استان با میزبانی مرکز علمی کاربردی شهر بابک اقدام لازم معمول فرمایند.

سید محمد حسینی
مدیر کل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری کرمان

شماره: ۱۳۹۵/۵/۲۲
تاریخ: ۱۳۹۵/۵/۲۲
بست:

جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور
استادری کرمان

سرستان
استادری کرمان

مرکز آموزش و پرورش
دریگ شهر بابک و پنجاه و دومین استادری کنگره

با سلام و احترام

پرونده نامه شماره ۵۲۲۶۸ مورخ ۹۵/۵/۲۳ جناب آقای دکتر مشکینی مشاور محترم امور سازمان های مردم نهاد وزارت کشور با موضوع همکاری در برگزاری کنگره علمی، ورزشی و فرهنگی انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ در شهرستان شهر بابک، بدین وسیله اسامی افراد اعزامی شونده توسط دفتر نمایندگی انجمن مذکور در استان قزوین به شرح زیر جهت استحضار به حضور ارسال می شود:

۱. مهرداد فلاحتی ۲. سید محمد حسینی ۳. سید صفر علی حسینی ۴. سید ناصر حسینی ۵. سید مصطفی حسینی ۶. سید محمد رضا حسینی ۷. سید حسین حسینی ۸. سید سعید حسینی ۹. نورج مرادی ۱۰. اسماعیل دوستداری ۱۱. عاطفه السادات جواهری ۱۲. زینب ابراهیم پور ۱۳. روح اله معتمدی ۱۴. سید محمد حسینی.

سید محمد حسینی
مدیر کل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی

شماره: ۱۳۹۵/۶/۲۲
تاریخ: ۱۳۹۵/۶/۲۲
بست:

جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور
استادری کرمان

سرستان
استادری کرمان

مرکز آموزش و پرورش
دریگ شهر بابک و پنجاه و دومین استادری کنگره

جناب آقای مهندس شریفی
فرماندار محترم شهر بابک

با سلام

احتراماً پیوست تصویر نامه شماره ۹۵/۲۷۰۸ مورخ ۹۵/۶/۲۳ مسئول انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ سیرجان، مبنی بر برگزاری کنگره علمی ورزشی انجمن مذکور از مورخ ۹۵/۶/۲۹ لغایت ۹۵/۶/۲۱ در شهر بابک، با عنایت به اعزام تیم این شهرستان به سرپرستی آقای محمد حسین ایران نژاد، لافاً دستور فرمایید که مساعدت و همکاری لازم را بعمل آورند.

محمود عینی آبادی
معاون استاندار و فرماندار ویژه شهرستان سیرجان

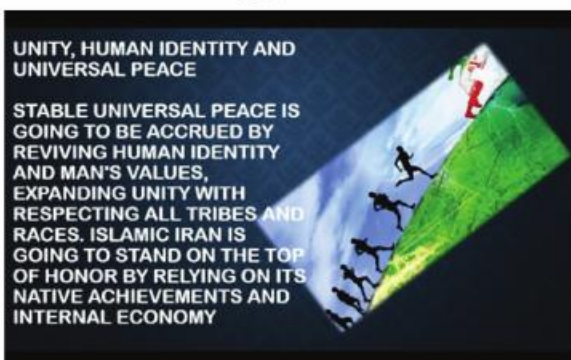


صبح روز سه شنبه ۹ شهریور ۹۵ ساعت ۹ صبح ظنین
دلنشین کلام الهی با صوت زیبای بایارومه ارغوانی از
همراهان دانشکده زنجان آغاز گر برنامه های پنجاه و
دومین کنگره کانگ فو تو آ ۲۱ شد و پس از آن کلیه
حضار رد رسالن به احترام سرود مقدس جمهوری
اسلامی ایران به پا خاستند و یک صدا شکوه ایران
را زمزمه نمودند.

کلیپ کوتاهی از بیانات مقام معظم رهبری در خصوص اقتصاد دانش بنیان بهنمایش در آمد و بعد از آن پیام
پنجاه و دومین کنگره سراسری کانگ فو تو آ ۲۱ به چهار زبان زنده دنیا پخش گردید.



انگلیسی



روسی



پس از آن دبیر کنگره (مهندس مهدی عبدلی) ضمن خیر مقدم به حضار و میهمانانی که از ۱۷ استان کشور به این کنگره تشریف فرما شده بودند، برنامه های کنگره را تشریح نمود.



در ادامه مسئولین و چهره های علمی و ورزشی حاضر در سالن به ایراد سخنرانی پرداختند:

دکتر بخشوده (ریاست محترم اداره آموزش و پرورش شهرستان شهر بابک):
ایشان ضمن خیر مقدم و خوش آمد گویی به میهمانان این همایش از سراسر کشور در خصوص اقتصاد مقاومتی و راه هکارهای تقویت استقلال اقتصادی در نهادهای مختلف سخنانی را ایراد داشتند. ایشان یاد آور شدند که اقتصاد مقاومتی بایستی از کوچکترین



نهادهای اجرایی کشور و از مردم و خانواده ها آغاز شود، اقتصاد مقاومتی صرفاً صرفه جویی نیست و بهینه مصرف کردن بسیار مهم تر است. ایشان با اشاره به برخی طرح های اجرا شده در ستاد اقتصاد مقاومتی آموزش و پرورش که حاصل ایده ها و طرح های دانش آموزان است از همه خواستند که در انجام کارها بحث هزینه فایده را بخصوص در ادارات و نهادهای مد نظر قرار دهیم.

دکتر منتظری (دکتری نانو تکنولوژی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران):



دکتر منتظری نیز پس از خوش آمدگویی به شرکت کنندگان در کنگره با اشاره به سیر تاریخی بشریت و افراد تاثیرگذار در دنیا با معرفی کتاب موج سوم نوشته ادوین تافلر روند تغییر و تکامل روابط اجتماعی و علم و دانش را مرور نمودند و نمونه های از پیشرفت های تکنولوژی را در عصر حاضر بیان نمودند. ایشان یادآور شدند که در طول تاریخ تاثیر گذاران در علم و تکنولوژی اکثرا کسانی بودند که مورد بی مهری واقع شدند اما از آنجا که به هدف خود ایمان و اعتقاد داشتند از تلاش و کوشش خود باز نایستادند تا به هدف خود دست یافتند و به همین ترتیب ما نیز برای ساختن ایران عزیز بایستی بی وقفه تلاش کنیم و نسل و جامعه

را تربیت کنیم که پویا باشد و روحیه چالشی داشته باشد و نگاه کارآفرینانه و حرکت های نوین را دنبال کند. و این کار از باید از بانویی که در نقطه کور مرزی نشسته تا مدیری که بر کرسی مدیریت نشسته و اساتید و دانشگاهیان و مربیان همه باید به این امر بها دهیم و بخصوص در این راه باید از پتانسیل جوانان کشور استفاده شود که جهش بزرگی را رقم خواهد زد و اگر نشود به عقیده برخی کارشناسان دیگر چنین فرصتی برای ایران پیش نخواهد آمد.

دکتر معافی، (رئیس دانشگاه علمی کاربردی واحد استان کرمان):



سکандار ۳۷ مرکز علمی کاربردی در استان کرمان، با اشاره به واژه استارت آپ به معنای شروع کارهایی که اهداف قیمتی و ارزشی دارند که برخی سرمایه ای و برخی معنوی و سلامتی است، این همایش را دارای هر دو بعد سرمایه ای و اجتماعی دانستند. ایشان با تشکر از برگزار کنندگان این رویداد خاطر نشان کردند که این رویداد در سطح استان کار کم نظیری است و از مهندس عبدلی رئیس مرکز علمی کاربردی شهر بابک و دکتر سلامی رئیس هیات مؤسس این مرکز تشکر نمودند و فرمودند که این عزیزان واقعا در دانشگاه علمی کاربردی هنرنمایی کرده اند و مرکز علمی کاربردی شهر بابک جزو مراکز خوب

استان می باشد. ایشان از مردم و مسئولین خواستند که اینگونه حرکت ها را که ثمره آن به جامعه برمی گردد حمایت شوند و اجازه بدهند که انرژی که گذاشته می شود صرف رسیدن به هدف شود. سپس با اشاره به روندی که دشمنان با تاثیر فرهنگی و اجتماعی بر ما داشته اند تا ما را وابسته و دنباله رو به بار آورند و نسبت به توانایی های خودمان غافل سازند و الگوهای خودشان را به ما تلقین نمایند، فرمودند حتی در رده های بالای دانشگاهی این تاثیر پذیری از غرب در الگوهای اجتماعی و یا اقتصادی دیده می شود در حالی که ما توانایی های بسیاری داریم مثل توانایی شکار پهباد هایی که هیچ کس فکرش را نمی کرد و یا حوزه های پزشکی و هسته ای و غیره که نشان می دهد ما قدرتمند هستیم و می توانیم. شما فرزندان همین ملت هستید و نباید خود را دست کم بگیرید.

جهانبان علیرضا قیصری (مدرس دانشگاه و نماینده فدراسیون جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ از کشور ترکیه):



استاد قیصری با اشاره به پیام ویدیویی مدیرکل فدراسیون جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ که قبل از حضور ایشان پخش شد، اشاره کردند که در حیطه بین المللی ملتها می توانند در چهار فاز عمل کنند. اول اینکه از محصولات بیگانه استفاده شود، دوم اینکه از ابزار بیگانه برای ساخت یک محصول داخلی استفاده شود سوم اینکه از ایده های بیگانه ولی با ابزارهای داخلی محصولات داخلی تولید شود و چهارم اینکه از این هم گذر کنیم و حتی ایده ها را خودمان تولید کنیم. در انجمن جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ نیز ما همین مسیر را دنبال می کنیم که به نقطه تولید ایده برسیم و این پتانسیل را کانگ فو تو آ ۲۱ دارد و می تواند در عرصه جهانی به عنوان یک ایده، ابزار و محصول ایرانی ارائه شود.

دکتر راهبان احمد سلامی (رئیس هیات مؤسس مرکز علمی کاربردی شهربابک و بنیان گذار سبک کانگ فو تو آ ۲۱):



دکتر سلامی با اشاره به تاریخچه ورزش کانگ فو تو آ ۲۱ که در ایران باستان این ورزش انجام می شده از همه خواستند که این داشته ارزشمند را قدر بدانیم و از آن برای پیشگیری از آسیب های اجتماعی و به صفر رساندن ناهنجاری های جامعه کمک بگیریم. ایشان یادآور شدند که انسان در آسایش رشد نمی کند و رمز رشد و پرچم داری ایران اسلامی در جهان کنونی در همین مخالفت ها و دشمنی هایی است که با آن دارند. باید علی رغم همه مشکلات و فشارها دست از تلاش برنداریم چرا که فشارها ما را می سازد. ایشان با اشاره به خبری مبنی بر هزینه نیم میلیاردی برای نگهداری روزانه معتادین در تهران، به همت مربیان کانگ فو تو آ ۲۱ بخصوص در استان کرمان که در

بسیاری از شهرها و روستاها حتی مخروبه ها را به کلاس ورزشی تبدیل کرده اند و بدون اعمال هزینه به دولت برای پیشرفت کشور تلاش می کنید درود فرستادند. ایشان فرمودند ما با داشتن بهترین کشور و بهترین رهبر فقط اکثرا در حال انتقاد و نق زدن هستیم و خودمان کار نمی کنیم و خواب هستیم، در حالی که روحانی اگر بیدار شود امام خمینی می شود و دانشگاهی اگر بیدار شود پرفسور حسابی می شود و آن وقت کشور ساخته می شود. ما کاری را می کنیم که دقیقا فرمایش مقام معظم رهبری است، الان در این کنگره وزارت ورزش، وزارت کشور و وزارت علوم دخیل هستند، ۱۴ استان و ۳۲ شهرستان در اینجا جمع شده، هزینه ایاب و ذهاب اینها صدها میلیون میشود اما نه وزارت ورزش نه وزارت علوم و نه وزارت کشور دیناری هزینه نکرده، کار مردمی و اقتصاد مقاومتی یعنی همین، ما هم هیچ توقعی نداریم فقط می خواهیم مثل ریاست محترم دانشگاه جامع علمی کاربردی استان کرمان بیایند اینجا بنشینند و روحیه بدهید. ایشان با اشاره به پتانسیل های شهرستان شهربابک عنوان داشتند که شهربابک می تواند الگوی اقتصاد کشور شود و ما با استفاده از مرکز رشد خوشه فناوری که وزارت علوم مجوز آن را داده است تا سه سال آینده بیکاری را در این شهر ریشه کن خواهیم کرد.

جهانبان علی نبی زاده (عضو هیات مؤسس مرکز علمی کاربردی شهر بابک و بنیانگذار کنگ فو تو آ ۲۱ استان کرمان):



ایشان ضمن خیر مقدم به میهمانان حاضر در رویداد، حضور گرم و پر شور اعضا انجمن کنگ فو تو آ ۲۱ که از سراسر کشور در استان کرمان، پهناور ترین استان ایران با مردمی خون گرم و مهمان نواز و بالاترین سطح زیر کشت کشاورزی کشور و بهشت معادن ایران گرمی داشتند و شهرستان شهر بابک را شهرستانی معرفی کردند که کمترین جرم و جرایم و ناهنجاری های اجتماعی را در ایران دارد و یکی از دلایل این دستاورد ارزشمند را علاوه بر قلب رئوف و مهربان و فرهنگ بالای مردم این دیار، عملکرد علمی، فرهنگی و ورزشی انجمن کنگ فو تو آ ۲۱ سالهای متمادی در این استان و شهرستان دانستند که ظرف ۲۲ سال توانسته به حدود ۱۶۰۰۰ نفر آموزه های پرورش تن و روان را ارائه نماید.

ایشان در بخش دیگری از سخنان خود اضافه نمودند: وقتی از ورزش

رزمی ملی ایران کنگ فو تو آ ۲۱ یاد می کنیم و می گوئیم (انشاء تن و روان) آن را بدین گونه می توان تشریح کرد، مطابق این فرمایش مقام معظم رهبری (من شما جوانان را به سه چیز توصیه می کنم، تحصیل، تهذیب و ورزش)، انشاء تن و روان از دو بعد تشکیل شده است، مثل یک سیستم کامپیوتر. سخت افزار (تن) و نرم افزار (روان) تمرینات جسمانی و یا سخت افزاری کنگ فو تو آ ۲۱ بدن و دستگاه های قلبی و عروقی، گوارش، اسکلتی و عضلانی و غدد درون ریز را تقویت نموده و باعث رشد جسمانی و عملکرد بهتر آن می شود و در واقع سلامتی جسمی را به همراه دارد، شما شاهد هستید که آخرین یافته های علمی حاکی از آن است که یکی فقر حرکتی یکی از بزرگترین معضلات در جوامع امروزی است که فقر اقتصادی و اجتماعی و مشکلات فراوان دیگری را به همراه دارد و نهایی هزینه های هنگفتی را بر دوش خانواده ها و دولت تحمیل می کند. در بُعد سخت افزاری سازمان مردم نهاد کنگ فو تو آ ۲۱ بیشترین نقش را در سلامتی مردم استان کرمان ایفا نموده است، زیرا برای رده های سنی مختلف، و همچنین جنسیت افراد، تمرینات متناسب با آن گروه سنی را ارائه نموده است (کودکان، جوانان، بزرگسالان و سالمندان) و امروز نیز شما شاهد حضور آنها در این گردهمایی هستید.

در بعد روان و یا (نرم افزاری) مثل اینکه شما یک برنامه را روی گوشی خود نصب می کنید مریبان ما در حین آموزش های سخت افزاری در ابعاد روانشناسی با هدف تاثیر گذاری بر رفتار انسان یعنی کار کرد های ذهن، تفکر، انگیزش، توجه، شخصیت، منش، خصوصیات ورزش های پهلوانی، حرمت به والدین، رشد ادراک و پردازش اطلاعات در سیستم عصبی عضلانی را همراه با درک انسان از دانش و فناوری با دستاورد های علوم پایه ریاضیات، فیزیک و شیمی در جهت بالندگی ابعاد انسانی با آموزه های اخلاقی و اسلامی که شالوده خانواده های ایرانی است را آموزش می دهند. در واقع اینگونه است که بستری مناسب برای درک بهتر اخلاق و منطق حکمت و هویت اسلامی ایرانی در ذهن ایجاد می شود و معنویت جای مسائل مادی را می گیرد. در این صورت خانواده جایگاه واقعی خود در جامعه را پیدامی کنند. پدر و مادر نقش واقعی خود را برای فرزندان خود بازی می کنند. در دنیای کنونی با تحولات لحظه ای لزوم بصیرت مندی و تعاملات اجتماعی و بین المللی و ملی ما را باید برای یک برنامه هدف مند در راستای سند چشم انداز ۱۴۰۴ آماده کند، عملکرد سازمان مردم نهاد کنگ فو تو آ ۲۱ در استان کرمان طی این ۲۲ سال باعث شده است به عنوان نمونه از ۳۰۰ مورد ازدواجی که در افراد با سابقه حداقل ۵ سال فعالیت در این مجموعه شکل گرفته، هیچ کدام منجر به طلاق نشده است و یا نیازی به مراجعه به مراکز مشاوره هم نداشته اند و یاده ها مورد از این قبیل تاثیرات مثبتی که خود شما که درگیر این فعالیت هستید بهتر از من می دانید. من تقدیر و تشکر می کنم از تمام بانیانی که تلاش کردند این گردهمایی شکل بگیرد تا توانمندی ها و پتانسیل سازمان های مردم نهاد برای مسئولین روشن شود. اقتصاد مقاومتی زمانی به اهداف خود ناائل می شود که جامعه همسوی برنامه دولت حرکت کند. این اتفاق یعنی همسو بودن جامعه سازمان مردم نهاد کنگ فو تو آ ۲۱ با وزارت کشور، اداره کل امور اجتماعی استان، فرماندار ساعی شهرستان شهر بابک از یک طرف و نهادهای دانشگاهی همچون دانشگاه جامع علمی کاربردی از طرف دیگر منجر به یک رویدادی شد که باعث عزت همه و بخصوص نظام مردم سالار جمهوری اسلام شد، مشارکت مردم، مشارکت دولت و دانشگاه در این پدیده نشان داد این زیبا ترین الگویی است که می شود ارائه داد، بنده معتقدم تمامی ارگان ها باید از این رویداد بهره وری لازم را داشته باشند.

کارگاه انگیزشی کارآفرینی و استارت آپ برگزار شد

قسمت دوم روز اول رویداد، به برگزاری سه کارگاه در حوزه کارآفرینی و کسب و کارهای نو اختصاص داشت. این کارگاه ها به مدت شش ساعت با عنوان انقلاب در ثروت آفرینی توسط مهندس ضیایی از نخبگان شهرستان شهربابک و فارغ التحصیل کارشناسی ارشد کارآفرینی از دانشگاه تهران برگزار شد. مهندس ضیایی خود از جمله کارآفرینان جوان کشور محسوب می شود و از بنیان گذاران شرکت مشاوره کارآفرینی ستکامی باشند.



در پایان کارگاه های آموزشی، کارگاه هیجان انگیز (چالش ایده) به اجرا گذاشته شد که در این بین ایده ها زیر به عنوان ایده های برگزیده معرفی و توسط مدرس دوره به نقد و بررسی اجمالی آنها در کارگاه پرداخته شد.



۱- ایده ساخت دستگاه تولید برق رایگان، ارائه شده توسط آقای محمد حسن جنتی و سید میلاد موسوی از شهرستان اباده استان فارس، نمونه آزمایشگاهی این ایده ساخته شده و در غرفه مربوطه نیز به نمایش در آمد.



۲- ایده ساخت دستگاه CNC جهت تراش فیروزه، ارائه شده توسط آقای مهران شفیعی از مرکز علمی کاربردی شهر بابک، نمونه صنعتی این دستگاه ساخته شده و در غرفه مربوطه نیز به نمایش در آمد، این دستگاه قابلیت تراش با دقت ۰.۰۱ میکرون را دارد.



۳- ایده صدور گواهی نامه ازدواج، ارائه شده توسط آقای مسعود نوری از شهرستان زنجان، این ایده در واقع تکامل یافته مشاوره های قبل از ازدواج و خانواده می باشد که به عنوان یک ایده در عرصه خدمات اجتماعی مورد پذیرش واقع گردید.



۴- ایده تولید داروی گیاهی (یاشیل مرهم)، ارائه شده توسط آقای عباس کاظم لویی از شهرستان میاندو آب استان آذربایجان غربی، این ایده در واقع تولید نوعی مرهم است با ترکیبی خاص که برای درمان سریعتر زخم ها بسیار مؤثر می باشد.



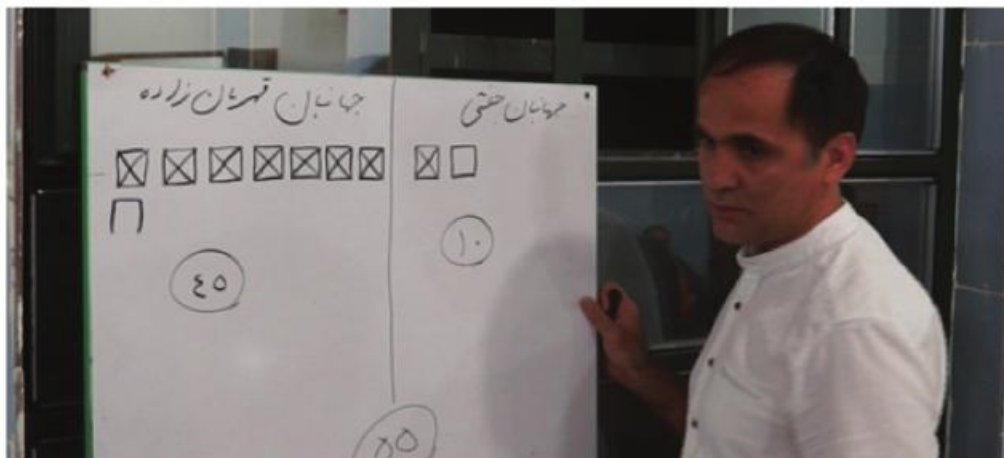
۵- ایده تشخیص ناهنجاری های ستون فقرات با استفاده از پردازش تصویر، ارائه دهنده حسین محمودی از مرکز آموزش علمی کاربردی شهر بابک، این ایده با توجه به اینکه تشخیص و اندازه گیری ناهنجاری های ستون فقرات غالباً به صورت دستی یا از روی عکس رادیولوژی (به روش تهاجمی) انجام می شود ارئه گردید که بر پایه پایان نامه کارشناسی ارشد ایشان روش پردازش تصویر (غیر تهاجمی) پیشنهاد گردیده که قابل ساخت و استفاده در مراکز ورزشی و تشخیصی می باشد.



۶- ایده ساخت خودرو بدون سوخت، ارائه دهنده سجاد وکیل زاده از شهرستان ملکان استان آذربایجان غربی، این ایده بر اساس تخصص تجربی ایشان در حوزه مکانیک خودرو ارائه شد و ۲۰ درصد از مراحل طراحی آن به انجام رسیده است.

شورای عالی سبک کانگ فو تو آ ۲۱ برگزار شد

ساعت ۲۲ سه شنبه ۹ شهریور ماه ۹۵ جلسه شورای عالی سبک کانگ فو تو آ ۲۱ با حضور اعضای اندیشکده، مسئولین مناطق و برخی از راهدانان تشکیل شد، در این جلسه جهانیان علینب یزاده به ارائه گزارش دوره راهبری خود پرداخت و سپس چهارمین دوره انتخابات راهبری برگزار گردید که در نتیجه جهانیان حسین قهرمان زاده با اخذ ۴۵ رای از ۵۵ رای به عنوان چهارمین مسئول اتاق ستاد راهبردی به مدت دو سال انتخاب شدند. جهانیان قهرمان زاده از پیشکسوتان سبک و از جمله اولین همراهان راهبان احمد سلامی می باشند که قریب به ۲۵ سال در طریقت دانایی فعالیت مستمر داشته و توانسته اند تاثیر بسزایی در پیشبرد این هنر رزمی ایرانی، بخصوص در خطه آذربایجان بجا بگذارند که از جمله مهمترین آنها احداث دانشکده انشا تن و روان سیمرغ میاندوآب با یاری همراهان صدیق شان است.



روز دوم رویداد



با ارائه مقالات پژوهشی که توسط دبیر علمی همایش جناب آقای اسمعیلی (دانشجوی دکتری علوم ورزشی - رفتار حرکتی دانشگاه فردوسی مشهد) آغاز گردید، از حدود ۵۰ مقاله رسیده به دبیرخانه ۱۸ مقاله مورد پذیرش واقع گردید که در ۶ مقاله در قالب سخنرانی و ۱۲ مقاله در قالب پوستر ارائه گردید.

ردیف	عنوان	نویسنده(گان)	ارائه	استان
۱	بررسی رابطه بین یادگیری مشارکتی و مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی	رضا محمدامینی	سخنرانی	اصفهان
۲	بررسی کارکردهای یادگیری مشاهده ای در کنگ فو کاران مبتدی و پیشرفته، ارتباط با سن، جنس و طول مدت فعالیت	ام البنین شهبلی نیا	سخنرانی	بائوان
۳	اقتصاد مقاومتی و نقش کنگ فو تو ا ۲۱ در توسعه فرهنگی و اجتماعی	حجت الاسلام مسعود توری	سخنرانی	زنجان
۴	بررسی میزان هوش هیجانی در افراد کنگ فو کار مبتدی، غیر مبتدی در جنوب شرق	ابراهیم محمودی	سخنرانی	رقسنجان
۵	تشخیص کیفیت با استفاده از پردازش تصویر در کنگ فو کاران	حسین محمودی	سخنرانی	رقسنجان
۶	روان سنجی نسخه فارسی پرسش نامه تصویرسازی حرکتی-۳ در ورزشکاران	مجتبی اسمعیلی	سخنرانی	ستاد راهبردی
۷	مقایسه تاثیر تصویرسازی خاص شناختی و خود گویی انگیزشی بر زمان واکنش ورزشکاران کنگ فو	مهرزاد خارستانی لهرزاد خارستانی	سخنرانی	شیراز
۸	هوش هیجانی، رهیافتی نوین در پژوهش های اتی	محمدصادق اسماعیلی	پوستر	شهریابک
۹	سایکوسپورتیک، علم کنترل ذهن	احسان شجاعی	پوستر	نجف آباد
۱۰	تدوین فلسفه و بعد روانشناسی مربیگری	مصطفی حسینی	پوستر	همدان
۱۱	بررسی رابطه سطح طبقاتی، اجتماعی خانواده ها و گرایش های تحصیلی دانش آموزان در جامعه شهری شهرستان شهریابک	معظمه مومنی	پوستر	بائوان
۱۲	مقایسه میزان اضطراب زنان و مردان کنگ فو کار پیشرفته	پوریا نبی زاده	پوستر	شهریابک
۱۳	مقایسه سلامت عمومی پسران ورزشکار و غیر ورزشکار ۱۸ تا ۲۵ ساله شهریابی	ایرج قیاسی	پوستر	شهریابک
۱۴	تاثیر حرکات بیومکانیکی بر میزان استحکام و ثبات ستون فقرات و افزایش نیروهای ایزومتریک تنه ورزشکاران حرفه ای	احمد سلامی	پوستر	اندیشکده
۱۵	تاثیر وزن بدن، دستکاری اطلاعات بینایی و تکلیف دوگانه بر کنترل قامت مردان	مهرزاد خارستانی اعلی نبی زاده	پوستر	اندیشکده
۱۶	بررسی تاثیر یادگیری مشارکتی بر مهارت های تفکر انتقادی و حل مسأله اجتماعی دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی	مهدی عبدلی	پوستر	ستاد راهبردی
۱۷	بررسی کیفیت زندگی در میان ورزشکاران کنگ فو تو ا ۲۱	ایمان ابراهیمی	پوستر	شهریابک
۱۸	فناوری نانو و کاربرد آن در علوم مختلف	مهدی هادیان	پوستر	اصفهان

برگزاری اتاق های فکر کنگره پس از ارائه مقالات پژوهشی



در جهت استفاده از نظر متخصصین و تجارب ارزشمند اساتید برای توسعه همه جانبه علمی، فرهنگی، اجتماعی و ورزشی انجمن کنگ فو تو آ ۲۱، اتاق های فکری متشکل از اعضاء عادی انجمن به عنوان شرکت کننده و اساتید و پیشکسوتان این ورزش به عنوان مدرس تشکیل گردید تا زمینه استفاده از دلسوزانی که سال های متمادی از عمر خود را در کلاس های ورزشی طی نموده اند فراهم شده و در این راه با تلفیق دانش و تجربه گامی مؤثر برداشته شود.

ردیف	عنوان اتاق فکر	منتور (مدرس)	تحصیلات	سابقه تجربی	مدت زمان برگزاری
۱	فنی (ورزشی تخصصی)	رامین پناهی	فوق لیسانس تربیت بدنی	۳۰ سال	۸ ساعت
۲	گسترش و مدیریت	حسین قهرمانزاده	فوق لیسانس مدیریت	۳۰ سال	۸ ساعت
۳	اقتصادی	یحیی پیرجهان	لیسانس مدیریت	۳۰ سال	۸ ساعت
۴	استعداد یابی و توسعه نیروی انسانی	محمد علی جنتی	لیسانس تربیت بدنی	۳۰ سال	۸ ساعت
۵	حقوقی	مجید لطفی	دیپلم (مسئول امور حقوقی انجمن)	۲۲ سال	۸ ساعت
۶	فرهنگی	مسعود نوری	روحانی و دانشجوی دکترای فلسفه	۱۵ سال	۸ ساعت
۷	بین الملل	علیرضا قیصری	فوق لیسانس هنر	۳۰ سال	۸ ساعت

اتاق فکر اقتصادی



اتاق فکر استعداد یابی و توسعه نیروی انسانی



اتاق فکر فرهنگی



اتاق فکر حقوقی



اتاق فکر گسترش و مدیریت



اتاق فکر بین الملل



اتاق فکر فنی



عصر روز دوم رویداد، همایش رزمی پنجاه و دومین کنگره سراسری کانگ فو تو آ ۲۱ با حضور ۱۳۲۵ نفر از ورزشکاران این رشته و شرکت قریب به ۱۰۰۰ نفر از مردم و جمعی از مسئولین شهرستان شهربابک برگزار گردید.



بخش ابتدایی همایش رزمی اختصاص مراسم سالبندان وترفیع همراهان داشت

وقتی سخن از ورزش رزمی ملی هست یعنی ورزشی که قابلیت همه گیر شدن و خانوادگی شدن را داشته باشد تا به عنوان فصل مشترک یک خانواده در تحکیم بنیان آن نقش مفید و مؤثری داشته باشد. کانگ فو تو آ ۲۱ در حال حاضر تمامی این فاکتورها را دارد، کما اینکه در انجام ترفیعات در این همایش شاهد اهداء ترفیع توسط اعضاء خانواده به یکدیگر بودیم که تأثیری شگرف بر بهبود روابط عاطفی آنان خواهد داشت.



ترفیع به درجه گی قرمز
دختر، به دست پدر

ترفیع به درجه شالبند سبز
خواهر، توسط برادر



ترفیع به درجه شالبند سبز
سبز مادر، توسط فرزند



ترفیع به درجه گی قرمز
خانم به دست همسر



پس از انجام ترفیعات مربیان و همراهان به اجرای حرکات نمایشی رزمی و ارائه تکنیک های زیبای کانگ فو تو آ ۲۱ پرداختند. ترک، فارس، عرب، لر، کرد، مازنی و گیلکی در کنار یکدیگر توانمندی های یکدیگر را به نظاره نشستند و بر غنای فنی و تکنیکی خود افزودند و در تبادل تجربه و فرهنگ خود کوشیدند، هیچ کس به رقابت یا حذف دیگری نمی اندیشید، آنجا مهر حکمفرما بود... در خلال همایش گروه های موسیقی سنتی و فلکلوریک به اجرای حرکات شاد و زیبایی از فرهنگ چندین هزار ساله ایران زمین پرداختند.





روز سوم رویداد



به جمع بندی و نتیجه گیری اتاق های فکر اختصاص داشت که پس از پایان جلسات در اختتامیه کنگره توسط مسئولین مربوطه ارائه گردید، بخشی از این نتایج به شرح ذیل است:

۱- اتاق فکر فرهنگی:



- ۱- ساخت کلیپ، انیمیشن، فیلم کوتاه، فیلمنامه، سریال با موضوع سبک زندگی ایرانی اسلامی و مرتبط با تائثر ورزش رزمی ملی ایران
- ۲- آگاهی بخشی در حوزه فضای مجازی، تلویزیون و اینترنت با تشکیل کارگروه های تخصصی در دانشگاه و نیز باشگاه های ورزشی
- ۳- تعامل با سازمان هایی مثل آموزش و پرورش دانشگاه ها مهد کودک ها و... توجه و اهمیت به امر آموزش و نهادینه کردن آنها در خانواده ها
- ۴- برقراری ارتباطات و تعاملات با روحانیون ائمه جماعات و مدیران دستگاه های اجرایی از طریق باشگاه های ورزشی
- ۵- استخراج وضعیت فعلی فرهنگی و اجتماعی خانواده کانگ فو تو آ ۲۱ کشور و بیان آمارها بر اساس یک پژوهش علمی و تخصصی
- ۶- طراحی و تدوین بسته جامع و تخصصی فرهنگی برای ورزشکاران نونهال و خردسال سبک کانگ فو تو آ ۲۱
- ۷- استفاده از ظرفیت های نشریه ملی سوتو و نشریه بین المللی سبک کانگ فو تو آ ۲۱ با ساز و کار اجرایی علمی به صورت تقسیم وظایف بین مراکز کانگ فو تو آ ۲۱ کشور

۲- اتاق فکر اقتصادی:

- ۱- ایجاد سامانه فروش اینترنتی مجازی به صورت کالا به کالا در سطح ملی با استفاده از پتانسیل مجموعه بزرگ کانگ فو تو آ ۲۱ و نیز دانشجویان مراکز علمی کاربردی کشور



- ۲- معرفی شرکت های کوچک و نوپا به مرکز رشد دانشگاه علمی کاربردی شهربابک جهت انجام خدمات مشاوره کارآفرینی و حقوقی بخصوص در حوزه دانش بنیان
- ۳- تشکیل یک شرکت تعاونی مجازی از شرکت کنندگان در اتاق فکر در راستای معرفی و ارسال محصولات تولیدی به صورت متقابل

۳- اتاق فکر فنی:

- ۱- تهیه کتب، جزوات و فیلم های آموزشی بر اساس اصول علمی مربیگری در ورزش منطبق با ورزش رزمی ملی ایران در سطح ملی و فرا ملی در مرحله اول شامل موارد (۱- گرم کردن عمومی، ۲- گرم کردن اختصاصی، ۳- اصل برگشت پذیری، ۴- اصل انطباق و ۵- اصل سرد کردن)
- ۲- تهیه طرح یکسان سازی آزمون خطوط فنی کانگ فو تو آ ۲۱ در سراسر کشور و تهیه الگوی جهانی آن



۴- اتاق فکر مدیریت و گسترش:

- ۱- طرح استفاده از ورزش کانگ فو تو آ ۲۱ در کلاس ورزش دانش آموزان و دانشجویان
- ۲- طرح استفاده از ورزش کانگ فو تو آ ۲۱ در کارخانجات و مراکز صنعتی برای پیشگیری از ناهنجاری بدنی و ایجاد نشاط کاری
- ۳- طرح توسعه ابزار های تبلیغاتی در سطح ملی و فرا ملی



- ۴- طرح استفاده از فضای طبیعی و ایجاد کلاس های آموزشی در محیط باز در حضور خانواده ها
- ۵- طرح دعوت از مسئولین و نخبگان شهر در اتاق های فکر باشگاه های ورزشی برای بهره گیری از خرد جمعی
- ۶- طرح تشکیل کلاس ها مخصوص بزرگسالان، معلولین و معتادینی که ترک اعتیاد کرده اند و سایر گروه ها و طبقات اجتماعی زیر نظر متخصصین و مشاورین
- ۷- طرح ایجاد صندوق قرض الحسنه در دانشکده ها

۵- اتاق فکر بین المللی:



این اتاق فکر با توجه به اهمیت موضوع گسترش هنر رزمی ملی ایرانی کانگ فو تو آ ۲۱ در طول دوره اقدام به تشکیل ستادی جهت پیگیری برنامه ریزی های بلند مدت و میان مدت فدراسیون جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ نمود که اهم موارد آن به شرح ذیل است:

۱. تشکیل تیم اجرایی و تهیه مستندات تصویری و صدا و سیما
۲. تشکیل تیم سایبری و استفاده از موتورهای جستجوگر و تگ های پرسرچ □ شبکه های اجتماعی- نرم افزار و پیامک بین المللی،
۳. عضویت در سازمانهای بین المللی و افزایش مخاطب
۴. تشکیل تیم طراحی و به روزرسانی سایت انگلیسی
۵. تشکیل تیم جمع آوری مطالب و مقالات ژورنال بین المللی

۶- اتاق فکر استعدادیابی و توسعه مربیگری:



در نشست دو روزه این اتاق فکر با افراد صاحب نظر برای انتخاب مربیان کارآمد ورزشی به جمع بندی های زیر رسیده و مقرر شد پرسش نامه ای جامع و کامل با رعایت استانداردهای آماری (دارای روایی و پایایی در تمامی نقاط کشور بر اساس تفاوت های فردی) تدوین و در اختیار مسئولین ورزشی قرار گیرد.

۱- مهارت فنی: احاطه و تسلط مربی به تکنیک و تاکتیک ها و فنون کانگ فو تو آ ۲۱ است.

۲- مهارت مدیریتی: فرآیندی است که از آن مربی، برای جهت دادن به برنامه های کلاس خود، به سوی هدف های تعیین شده از جانب اندیشکده و مسئولین مناطق، استفاده می شود. این فرآیند شامل توانایی برنامه ریزی، سازماندهی، رهبری، نظارت، تصمیم گیری، ارزشیابی و .. است.

۳- ویژگی شخصیتی: مجموعه ویژگی های رفتاری و روانی یک مربی کانگ فو تو آ ۲۱ است و شامل مولفه های نظیر احترام، مسئولیت پذیری، صداقت و انصاف در مربیگری است

۴- مهارت روانشناختی: آشنایی و توانایی درک آن چیزهایی که در ذهن ورزشکار وجود دارد، جهت افزایش عملکرد فردی، کنترل بحران و...، عناصر ذهنی شامل باور ها، احساسات، اضطراب، انگیزه، تمرکز، اعتماد به نفس و .. می باشد.

۴- مهارت روانشناختی: آشنایی و توانایی درک آن چیزهایی که در ذهن ورزشکار وجود دارد، جهت افزایش عملکرد فردی، کنترل بحران و...، عناصر ذهنی شامل باور ها، احساسات، اضطراب، انگیزه، تمرکز، اعتماد به نفس و .. می باشد.

۵- مهارت ارتباطی و اجتماعی: استفاده از کلام، زبان بدن، حرکات دست، و... که موجب انتقال بهتر پیام و مقصود شما در تعامل های میان فردی در جامعه و در حین مربیگری در کلاس های کانگ فو تو آ ۲۱ است

۶- دیدگاه مربیگری: مجموع باورها، دانش و فلسفه مربیگری، و ... که موجب درک بهتر از کانگ فو تو آ ۲۱ می شود و موجب تغییر زوایه دید نسبت به کانگ فو تو آ ۲۱ می شود، و عاملی مهم در اخذ تصمیمات چند جانبه و حیاتی است.



اتاق فکر حقوقی:

در این اتاق فکر مباحث مربوط به حقوق ورزشی و به خصوص مسایل مربوط به حیطه فدراسیون کونگ فو و هنرهای رزمی و سبک کانگ فو تو آ ۲۱ مورد بحث و بررسی قرار گرفت که اهم آن به شرح ذیل می باشد:

- ۱- آسیب شناسی علل قانون گریزی در ورزش کشور و راه کار مقابله با آن
- ۲- ورزش و جایگاه آن در قانون اساسی
- ۳- بررسی و تحلیل پرونده های حقوقی سبک در سالیان اخیر

بازتاب خبری:

علاوه بر خبرگزاری های محلی که به طور وسیعی این رویداد ملی را منعکس نمودند، گزارش این رویداد که با مصاحبه آقای دکتر معافی رئیس دانشگاه علمی کاربردی استان کرمان همراه بود از طریق صدا و سیما مرکز کرمان پوشش داده شد و در بخش خبری شبکه استانی کرمان به نمایش در آمد، همچنین در روز افتتاحیه آقای دکتر سلامی مصاحبه ای را با رادیو ورزش به انجام رساندند که به صورت زنده از این شبکه پخش گردید.



دراستحیه این رویداد به سخنرانان و مسئولین شرکت کننده
لوح و تندیس یادبود دومین استارت آپ شهرباک و پنجاه و دومین
کنگره کانگ فو تو آ ۲۱ اهداء گردید.



اهداء تندیس و لوح یادبود فرماندار محترم
شهرباک به نماینده ایشان سرکار خانم
ریاحی مسئول امور سازمان های مردم نهاد
شهرستان شهرباک، که توسط مدیر عامل
انجمن کانگ فو تو آ ۲۱، سیر راهبان مهندس
نریمانی تقدیم گردید.

اهداء تندیس و لوح یادبود به شهردار محترم
و اعضاء شورای شهر شهرستان شهرباک



اهداء تندیس و لوح یادبود به رئیس محترم
اداره ورزش و جوانان شهرستان شهرباک



اهداء تندیس و لوح یادبود به رئیس محترم
اداره آموزش و پرورش شهرستان شهرباک

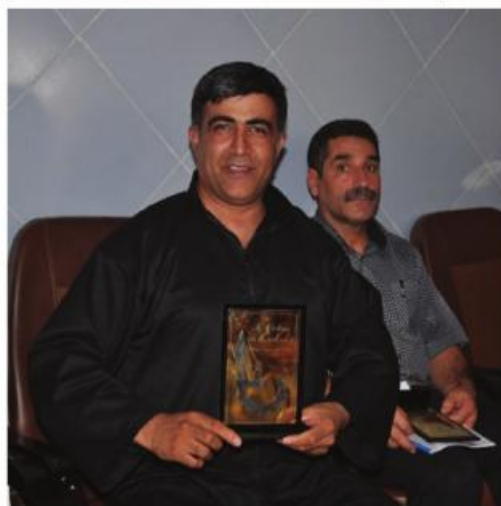


اهداء تندیس و لوح یادبود به
آقای مهندس ضیائی
مدرس کارگاه های استارت آپ



اهداء تندیس و لوح یادبود به
آقای دکتر منتظری
سخنران افتتاحیه

تقدیم تندیس دومین استارت آب شهربابک و پنجاه و دومین کنگره
کانگ فو تو آ ۲۱ به نمایندگان استانی انجمن و نماینده فدراسیون
جهانی حاضر در کنگره



در حاشیه این رویداد



غرفه های متنوعی شامل: چندین دستگاه ابتکاری ساخته شده توسط مرکز رشد خوشه فناوری شهرابک و دستگاه تولید برق رایگان ساخته شده توسط یکی از اعضای انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ استان فارس، محصولات فرهنگی انجمن زنجان، محصولات فرهنگی و ابتکارات انجمن استان کرمان، صنایع دستی استان اصفهان و غرفه شهداء ورزشکار شهرستان شهرابک، دایر گردیده بود.



غرفه انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ استان فارس
با ارائه نمونه دستگاه تولید برق رایگان



غرفه انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ استان اصفهان
با ارائه نمونه صنایع دستی اعضا انجمن



غرفه مرکز رشد خوشه های فناوری
مرکز علمی کاربردی شهرابک
و رونمایی دستگاه های ساخته شده
در حوزه صنعت فیروزه

در جهت عمل به فرمایشات مقام معظم رهبری در سال اقتصاد مقاومتی، همچون سنوات گذشته این رویداد سه روزه با حداقل هزینه و به ساده ترین شکل ممکن با وعده های غذایی شامل نان و پنیر، عدسی و میوه برگزار گردید و کلیه امکانات از جمله خوابگاه و ... با کمترین تکلف ممکن و رضایت کامل شرکت کنندگان برگزار گردید که تجلی واقعی مشارکت مردمی می باشد.



در آیین اختتامیه، از مسئولین کمیته های برگزار کننده کنگره (پیشکسوتان کاتک فو تو آ ۲۱ در جنوب شرق) قدردانی به عمل آمد.



خردسال ترین همراه شرکت کننده در کنگره (پارسا لطفی) در آغوش مسن ترین همراه شرکت کننده (راهبان دکتر احمد سلامی) معرفی و مورد تشویق واقع شدند.



نتایج فرم نظر سنجی دومین استارت آپ شهربابک و پنجاه و دومین کنگره علمی فرهنگی
ورزشی کانگ فو تو آ ۲۱

ردیف	عنوان	عالی %	خوب %	متوسط %	ضعیف %
۱	نحوه اطلاع رسانی و ثبت نام در کنگره	۴۹	۴۴	۲	۵
۲	کمیت و کیفیت تبلیغات مربوط به کنگره	۳۰	۵۱	۱۶	۴
۳	تاریخ برگزاری کنگره	۴۵	۲۸	۲۲	۴
۴	مکان برگزاری برنامه ها	۵۶	۳۴	۸	۲
۵	زمان بندی اجرای برنامه ها	۲۲	۳۰	۳۷	۱۰
۶	نحوه برخورد مسئولین کنگره	۵۳	۳۹	۷	۱
۷	میزان رعایت نظم و هماهنگی	۲۴	۴۴	۲۸	۴
۸	نحوه برگزاری پانل ها و کارگاه های آموزشی	۴۳	۳۵	۲۰	۲
۹	سطح علمی کنگره	۴۷	۴۳	۱۰	۰
۱۰	کیفیت غرفه های کنگره	۱۳	۳۳	۴۵	۹
۱۱	کیفیت و نحوه پذیرایی	۲۹	۳۶	۱۵	۲۰
۱۲	وضعیت محل اسکان	۴۰	۳۸	۱۹	۲
۱۳	اثر بخشی کنگره در ارتقاء سطح اطلاعات مربیان و همراهان	۴۰	۴۸	۸	۳
۱۴	ارزیابی کلی شما از کنگره	۳۹	۵۳	۸	۰

عنوان	بلی %	خیر %
آیا برگزاری این کنگره توانسته در رسیدن به اهداف اصلی موفق باشد	۸۴	۱۶
آیا برگزاری کنگره های بعدی را در این زمینه لازم می دانید؟	۸۶	۱۴
آیا سخنرانی ها و مقالات در حیطه اهداف و محورهای کنگره بوده اند؟	۷۸	۲۲

به مصداق آیه شریفه (من لم یشکر المخلوق، لم یشکر الخالق) از تمامی مسئولینی که در رده ها و نهادهای مختلف به هر نحو از مشاوره تا تخصیص امکانات انجمن کانگ فو تو آ ۲۱ را در برگزاری این رویداد تاریخی یاری نمودند صمیمانه قدر دانی نماییم.

و با سپاس فراوان از:

جناب آقای دکتر مشکینی، مشاور محترم وزیر و معاون امور سازمان های مردم نهاد وزارت کشور
جناب آقای دکتر رضا زاده، مدیر کل محترم سیاسی وزارت کشور
جناب آقای ملک زاده، مسئول محترم امور سازمان های مردم نهاد وزارت کشور
جناب آقای مهندس رزم حسینی، استاندار محترم و ساعی استان کرمان
جناب آقای مهندس نریمانی، مدیرعامل محترم انجمن کانگ فو تو آ ۲۱
جناب آقای دکتر معافی، رئیس محترم دانشگاه جامع علمی کاربردی استان کرمان
سرکار خانم دکتر موسی پور، مدیر کل محترم فرهنگی - اجتماعی استانداری کرمان
جناب آقای کورکی نژاد، مسئول محترم امور سازمان های مردم نهاد استانداری کرمان
سرکار خانم ملایری، کارشناس محترم امور سازمان های مردم نهاد استانداری کرمان
جناب آقای شریفی، فرماندار محترم و ساعی شهرستان شهربابک
حجت الاسلام والمسلمین منتظری، امام جمعه معزز شهرستان شهربابک
جناب آقای استاد اسدی، نماینده محترم مردم شریف شهربابک در مجلس شورای اسلامی
جناب آقای پاریزی، رئیس محترم اداره ورزش و جوانان شهرستان شهربابک
جناب آقای دکتر بخشوده، رئیس محترم اداره آموزش و پرورش شهرستان شهربابک
جناب آقای احمدیان، شهردار محترم شهربابک
اعضاء محترم شورای شهر شهربابک
و اعضاء محترم شورای تامین شهرستان شهربابک.

لیست نمایندگان استانی کانگ فوتو ۲۱

ردیف	نام استان	نام و نام خانوادگی	شماره تماس	ردیف	نام استان	نام و نام خانوادگی	شماره تماس
۱	اردبیل	حامد هاشم وند	۹۱۴۸۱۰۹۱۷۹	۱۲	قزوین	مهران فلاح بنکی	۹۱۹۲۸۶۴۹۷۶
۲	اصفهان	ابراهیم سلطان زاده	۹۱۳۲۰۹۷۸۴۵	۱۳	قم	مجتبی دولت‌مند	۹۱۲۴۵۱۸۱۵۹
۳	البرز	علی صفایی	۹۳۹۶۳۶۰۰۹۵	۱۴	کرمان	حسین محمودی	۹۱۳۲۹۳۳۵۶۷
۴	آذربایجان شرقی	محمد رضا ولیپور	۹۱۴۳۱۷۰۰۶۱	۱۵	کرمانشاه	اکبر حیدریان	۹۱۸۸۵۷۵۱۶۷
۵	آذربایجان غربی	حسین قهرمان زاده	۹۱۴۳۸۱۸۳۳۰	۱۶	گلستان	یوسف علیزاده	۹۱۱۷۰۱۵۳۳۱
۶	تهران	سینا اسدی	۹۱۳۲۹۱۹۱۷۹	۱۷	گیلان	جمشید فلاح	۹۳۷۱۲۹۰۷۶۸
۷	چهارمحال بختیاری	محمد رضا طالبی	۹۱۳۹۷۷۴۱۲۱	۱۸	مازندران	عبداله طهماسبی	۹۱۱۳۰۰۰۳۵۰
۸	خراسان رضوی	مجید نطفی	۹۱۵۷۰۴۲۱۳۳	۱۹	مرکزی	لیلی علیزاده	۹۱۸۵۲۴۵۷۸۶
۹	خوزستان	محمود چارلنگ	۹۱۶۶۰۱۶۶۷۱	۲۰	هرمزگان	مهدی دهقانی	۹۱۷۹۷۵۸۲۵۹
۱۰	زنجان	سعود نوری	۹۱۹۹۵۵۱۴۸۸	۲۱	همدان	مهدی محمدرضائی	۹۱۲۶۳۴۴۰۵۸
۱۱	فارس	محمد حسن جنتی	۹۱۷۱۵۰۳۹۲۳	۲۲	یزد	کافیم مومنی	۹۱۳۲۵۷۶۹۰۲

انجمن کانگ فوتو ۲۱ از افراد واجد شرایط جهت احراز نمایندگی در استان هایی که در لیست فوق نمی باشند عضو فعال می پذیرد
جهت هماهنگی با مدیر عامل انجمن ، سیر راهبان میکانیل نریمانی تماس حاصل فرمایید
شماره تماس : ۰۹۱۴۱۸۱۱۰۸۹

فرم اشتراک فصلنامه سوتو

فصلنامه علمی فرهنگی ورزشی سبک و انجمن کانگ فوتو ۲۱



نام و نام خانوادگی:

تاریخ تولد:

ورزشی که در آن فعالیت میکنید:

نام خانوادگی:

نشانی دقیق ارسال فصلنامه:

تلفن:

موبایل:

تعداد نسخه درخواستی از هر شماره:

هزینه اشتراک یکساله به ازای هر نسخه: ۱۲۰,۰۰۰ ریال

لطفا در این قسمت چیزی ننویسید

شماره قبض واریزی:

تاریخ پرداخت:

شماره اشتراک:

شروع اشتراک:

پایان اشتراک:

۱. فرم اشتراک را کامل و خوانا پر نمایید.

۲. کپی قبض واریزی را تا زمان دریافت اولین شماره نرد خود نگهدارید.

۳. در صورت تغییر نشانی ، امور مشترکین را از نشانی جدید مطلع فرمایید.

۴. هزینه اشتراک را به کارت شماره ۷۷۶۹-۱۸۶۲-۳۳۷۹-۶۱۰۴ نزد بانک ملت به نام آقای مهدی حبلی واریز نمایید.

۵. اصل قبض واریزی و فرم پر شده اشتراک را به آدرس: کرمان شهر بانک - ابتدای بلوار خلیج فارس - خیابان قائم - میدان قائم - خیابان دانشگاه - مرکز

آموزش علمی کاپویری شهر بانک ارسال نماید.

دانشگاه علمی کاربردی
دانشگاه نسل سوم

مرکز آموزش علمی کاربردی
شهر بابک

ساخته شده توسط انجمن کنگ فوتوا ۲۱

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دانشگاه جامع علمی - کاربردی
مرکز آموزش علمی - کاربردی شهرستان شهر بابک
دانشگاه پان کی کاربردی
۱۳۸۷