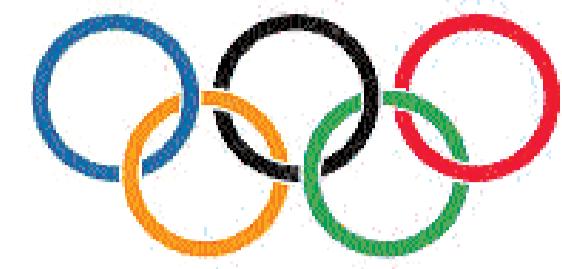


Novruz bayramınız mübarək!



Olimpiya dünyası

www.olimpnews.az
www.olimpiadunyasi.az



Azərbaycan Milli Olimpiya Komitəsinin qəzeti

Nº 12 (1357), 20 mart - 2 aprel 2018-ci il

Qəzet 2001-ci ildən çıxır.

Azərbaycan daha bir mötəbər yarışa ev sahibliyi etdi



**Gimnastımız
Marina Nekrasova
Dünya kuboku
yarışlarının gümüş
medalına sahib olub**

nastları sorbost hərəkərlər, paralel qollar, daşqıllı tullanma, həlfələr, müxtəlif hündürlükli qollar, gimnastika tiri, dəstoli at və turniklər tosnıfatlarında iştirak ediblər. Son iki günü iso idmançılar ayrı-ayrı alətlər üzrə finallarda medallar uğrunda mübarizə aparıblar. Yarışlarda kişiçilər arasında 6, qadınlar arasında iso 4 cüt medal öz sahibinə qoşmuşub.

Gimnastika hovoskarları bu yarışlarda Olimpiya çempionu, 2 qat dünya, 3 qat Avropa çempionu, yunanıstanlı Eleftherios Petrusiasın möhtəşəm çıxışlarını izləmək imkanı oldu ediblər. Bundan başqa, tamaşaçılardan qadın idman gimnastları arasında öz çıxışları ilə idmandan yaş stəreotipino qarşı çıxan, 28 illik peşəkar idman karənerasına malik olan özəkbəzstanlı Olimpiya çempionu, dəfələrlə dünya və qito yarışlarının mükafatçısı Oksana Čusovitinanın çıxışlarını da izleyiblər.

Martin 15-18-do Bakıda idman gimnastikası üzrə keçirilən Dünya kuboku yarışlarına yekun vurulub. Milli Gimnastika Arenası üçünən dofo idman gimnastikası üzrə dünya kuboku yarışlarına meydan olub.

Yarışlarda 24 ölkədən 100-dən çox gimnast qüvvəsi nümayib. Turnirin ilk iki günündə kişi və qadın gim-

(ardı 2-ci səhifədə)

Martin 18-do Pxençhan-2018 Qış Paralimpiya Oyunlarında yekun vurulub. Paralimpiyadanın sonuncu günündə 6 dəst medallın sahibləri müəyyənləşib. Paralimpiyaçılar dağ xızıkçılıyi, sorbost xızıkçılık və hokkey yarışlarında medallar uğrunda yarışıblar.

Atletlər dağ xızıkçılığının slalom növündə mübarizə aparıblar. Görəmə qabiliyyəti zoif qadınların yarışlarında Böyük Britaniya təmsilçisi Menna Fitzpatrick Paralimpiya çempionu olub. İlk üçlüyü Henrieta Farkasova (Slovakıya) və Milli Knayt (Böyük Britaniya) tamamlayıblar.



Pxençhan-2018 Qış Paralimpiya Oyunları başa çatıb

Qadınların ayaqüstü mübarizəsində Fransa təmsilçisi Marie Boçet qızıl, kanadlı Milli Jepsen gümüş, almaniyalı idmançı Andrea Rotfuss iso bürünc medalə layiq görürləblər.

Outraq voziyyətdə qadınların yarışında almaniyalı Anna-Lena Froster foxi kürsünün on yüksək pilləsinə qalxıb. Yaponiya idmançısı Momoka Muraoka yarışında ikinci, avstriyalı Heyke Eder üçüncü pillədə başa vurublər.

Sorbost xızıkçılık yarışlarında iso 2 dəst medal sahibini təpib. Beş kilometr məsafoyo mikst estafet yarışlarında Ukrayna komandası qızıl medala sahib olub. Kanada millisi ikinci, Almaniya yığması iso üçüncü yeri tutub.

Beş kilometr məsafoyo sorbost estafet yarışlarında Fransa xızıkçılıarı bütün roqiblərini qabaqlayıblar.

Norveç idmançıları gümüş, Kanada paralimpiyaçıları iso bürünc medal qazanıblar.

Paralimpiyadanın hokkey yarışlarında qızıl medal uğrunda görüşədə Kanadani möglüb edən ABŞ yığması Pxençhan-2018-in qalibi olub.

“Ağ Paralimpiada”nın yekunlarına görə, ABŞ millisi Pxençhan-2018 Qış Paralimpiya Oyunlarının medal sıralamasında birinci olub. Bu ölkənin hesabında 13 qızıl, 15 gümüş və 8 bürünc medal var. Ümumilikdə, 26 ölkədən idmançılar medalçılar arasında yer alıblar.

Rusiya (8-10-6) ikinci, Kanada (8-4-16) üçüncü, Fransa (7-8-5) dördüncü, Almaniya (7-8-4) iso beşinci pillədə qorlaşıb.

Pxençhan-2018-do 48 ölkədən 670-dən artıq paralimpiyaçı 80 dəst medal uğrunda mübarizə aparıb.

Təmsilçimiz Avropa kuboku yarışlarının gümüş medalını qazanıb

Azərbaycan triatlonçusu Rostislav Pevtsov İspanyanın Las-Palmas şəhərində keçirilən Avropa kuboku yarışlarında ikinci yeri tutub. Idmanımızı bu qoləbə ilə hom de aktivino reytinq balları yazdırıb.

R.Pevtsov yarışın 750 kilometrlik su mərhələsini 9 dəqiqə 56 saniyəyə başa vurub. O, 20 kilometr məsafoyo veloyürüsü 30 dəqiqə saat 2 saniyəyə qot edib. Yarışın sonuncu mərhələsi - 5 kilometr məsafoyo qaçış yarışlarında iso Rostislav Pevtsov 14 dəqiqə 32 saniyəlik noticə göstərib. Ümumi hesablamada R.Pevtsov 56 dəqiqə 12 saniyə vaxt göstəricisi ilə ikinci yero layıq görülüb.

Turnirdə 73 idmançı mübarizə aparıb. Yarışın qalibi britaniyalı Barklay Izzard olub.

Qadınların mübarizəsində iso komandamızın üzvü Kseniya Levkovskaya 1 saat 5 dəqiqə 54 saniyəlik noticə ilə 12-ci olub.

Anons

İdmanda imzasıyla seçilən veteran futbolcumuz “İmza”nın qonağı olub

Samboçularımız dünya kubokunda yarışacaqlar

Soh. 2

“Novruz” yeni uğurların sorağı, yeni günün başlangıcıdır

Soh. 3

Bodibildinqçılərimiz Avropa çempionatına hazırlaşırlar

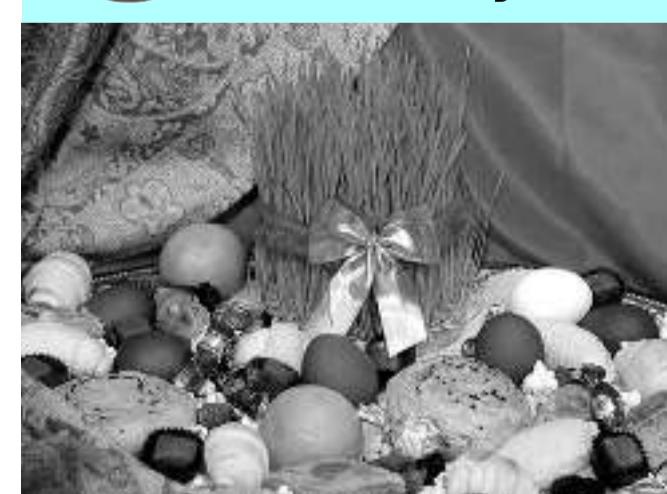
Soh. 4

Sağlam həyat tərzi gənc nəslin mənəviyyatının əsasını təşkil edir

Soh. 5



**Azərbaycan
Ağır Atletika
Federasiyası**



Xalqımızı Novruz bayramı münasibətilə təbrik edir, qədim adətlərimizin və milli dəyərlərimizin daşıyıcısı olan bu bayramın hər kəsə xoşbəxtlik, hər evə ruzi-bərəkət və xalqımıza əmən-amanlıq gətirməsini arzulayır!



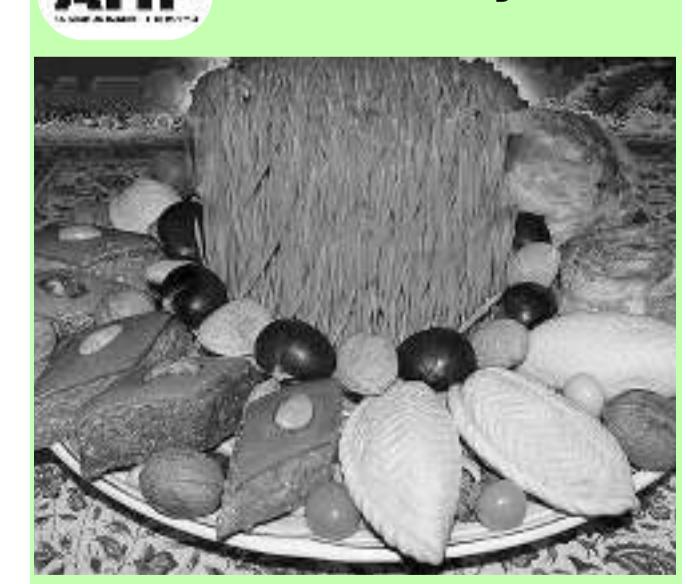
**Azərbaycan
Kikboksinq
Federasiyası**



Novruz bayramı münasibəti ilə xalqımızı, idmançılarımızı və onların məşqçilərini təbrik edir, şəxsi həyatlarında ugurlar arzulayır!



**Azərbaycan
Həndbol
Federasiyası**



Xalqımızı, idmançılarımızı və idmansevərləri Novruz bayramı münasibətilə təbrik edir, onlara qələbə sevinci və ugurlar diləyir!

Azərbaycan daha bir mötəbər yarışa ev sahibliyi etdi

Gimnastımız Marina Nekrasova Dünya kuboku yarışlarının gümüş medalına sahib olub

(əvvəli 1-ci sahifədə)

İdman hovşkarları hom do Çini tomsil edən dünya çempionları Fan Yiliin (qadınlar, müxtəlif hündürlüklü qollar), eləcə də, dünya çempionu You Haonun (kişilər, parallel qollar) çıxışlarına maraqla baxıblar.

Azərbaycan Dünya kuboku yarışalarında kişilər arasında Murad Ağarzayev, Timur Bayramov və Bense Talas,

arasında sağlam həyat torzinin töbüğünə özüne başlıca məqsəd seçmiş Azərbaycan Gimnastika Federasiyası bu şou programla bir daha yarış iştirakçılarına çağırış edib.

Mərasim bədi hissə ilə davam etdirilib. Martin 17-də Milli Gimnastika Arenasında keçirilən idman gimnastikası üzrə dünya kubokunun final mərhələsinin ilk gününe yekun vurulub. Final mərhələsinin birinci gündündə ki-

layıq görünlüb. İlk üçlüyü ukraynalı Yana Federova (13,033 xal) tamamlayıb.

Özbəkistanlı Oksana Čusovitina və Gürcüstan tomsilçisi Konstantin Kuzovkov Azərbaycan Gimnastika Federasiyasının kuboku (AGF TROPHY)

mükafatına layıq görünlüb.

Martin 18-də kişi gimnastalar arasındada dayaqlı tullanma, dəstoli at və turnikdə, qadın idmançılarında iso gimnastika tiri və sorbst horəkötöldə final yarışları keçirilib.

Kişilər arasında dayaqlı tullanma Belarus tomsilçisi Pavel Bulauski (14,283 xal) bütün röqiblərini üstələyərək qızıl medala sahib olub. Filipinli gimnast Yulo Carlos Edrial (14,183 xal) dünya kubokunun ikinci olub. İlk üçlüyü iso gürcüstanlı Konstantin Kuzovkov (14,133 xal) tamamlayıb.

Qadınların gimnastika tiri yarışında qızıl və gümüş medallar Çinin aktivino yazılib. Bu ölkənin tomsilçiləri Huan Luo 13,400 xal toplayaraq foxri kürsünün on yüksək piləssinə qalxıb. Onun həmyerisi Jiaqi Lyu (1,933 xal) gümüş medala layıq görünlüb. Üçüncü yero iso Özbəkistanlı Oksana Čusovitina (12,866 xal) çıxıb.

Qadınların mübarizəsində dayaqlı tullanma yarışında Marina Nekrasova (14,216 xal) gümüş medala sahib olub. Yarıda özbəkistanlı Oksana Čusovitina (14,300 xal) qızıl, sloveniyalı Tjasa Kisseljev bürüncə medal qazanıb. Digər tomsilçimiz Yuliya İnsina (13,466 xal) dördüncü pillədə qorarlaşıb.

Kişilər arasında sorbst horəkötöldə yarışa yaponiyalı Kazuma Kaya (14,233 xal) bütün röqiblərini üstələyərək foxri kürsünün on yüksək piləssinə qalxıb. İkinci yero ukraynalı Volodimir Hribuk (14,200 xal) layıq görünlüb. Sloveniyalı Rok Klavora (14,100 xal) iso üçüncü pillədə qorarlaşıb.

Yarışlarda kişilər arasında halqalarla horəkötöldə Yunanistan tomsilçisi Elefterios Petrounias çempion adını qazanıb. Olimpiya çempionu Bakıda keçirilən Dünya kuboku yarışlarında

Qadınlar arasında sorbst horəkötöldə Ana Derek 13,533 xalla foxri kürsünün on yüksək piləssinə qalxıb.

Dünya kubok yarışlarının gümüş medalları yunanıstanlı Ioanna Xoulogi (12,733 xal) sahib olub. Türküy gimnasti Demet Mutlu (12,566 xal) iso üçüncü yero çıxıb.

Qadınlar arasında sorbst horəkötöldə ölkəmizi tomsil edən Yuliya İnsina (14,233 xal) bütün röqiblərini üstələyərək foxri kürsünün on yüksək piləssinə qalxıb. İkinci yero ukraynalı Volodimir Hribuk (14,200 xal) layıq görünlüb. Bürüncə medalın sahibi iso xorvatiyalı Anton Kovačevic (14,166 xal) olub.



çətinləşdirilmiş programını nümayiş etdirib. O, halqalarda horəkötöldə yarışa həkimlərdən on yüksək -15,400 xal alıb. Türküy gimnast İbrahim Çolak (15,100 xal) gümüş, çinli Xingyu Lan (14,866 xal) bürüncə medala sahib olub.

Kişilər arasında paralel qollarda horəkötöldə iso yaponiyalı Kenta Çiba (14,966 xal) qızıl medal qazanıb. Belarus tomsilçisi Andrey Lixovitski (14,666 xal) ikinci, Türküy Fərhad Arican (14,366 xal) iso üçüncü yeri tutublar.

Qadınlar arasında müxtəlif hündürlüklü qollar yarışında qızıl və gümüş medallar Çinin aktivino yazılib. Bu ölkənin tomsilçisi Ciaqi Lyu 14,833 xal toplayaraq foxri kürsünün on yüksək piləssinə qalxıb. Onun həmyerisi Huan Luo (14,433 xal) gümüş medala

sənətini qazanıb. Beləliklə, ölkəmizdən dörd gün orzında və sahibləyi etdiyi idman gimnastikası üzrə Dünya kubok yarışlarına yekun vurulub.

Məlumat üçün bildirək ki, aprel ayında Azərbaycan gimnastika üzrə 3 mətbətə idman todbirinə ev sahibliyi edəcək. Aprelin 12-də ölkəmizdə batut gimnastikası, tambiling və ikili mini-batut üzrə 26-ci Avropa çempionatı, aprelin 23-də bədii gimnastika üzrə beynolxalq AGF Junior Trophy turniri və aprelin 27-də bədii gimnastika üzrə FIG Dünya kubok AGF Trophy yarışları keçiriləcək.

Səadət Həkayeva

Elə insanlar var ki, onlarla eyni dövrdə yaşadığımız üçün özümüzü xoşbəxt sayı bilərik. Onları hamı sevir, həyatları isə hər bimiz üçün örnəkdir. Belə insanlar cəmiyyətin hər bir sahəsində liderlik keyfiyyətini bürüzə verirlər. Canlı əfsanələrlə birləşdə yaşamaq özü bir xoşbəxtlikdir.

Hələ Sovetlər dövründə Azərbaycan futbolunun kifayət qodur tanınmış, sevilən futbolcular olub. Onlardan biri da Kazbek Tuayevdir. Bu ad azarkeşlərə çox şey deyir: Azərbaycan futbolunun yaşayış olsanlığı, "Neftçi" klubunun 1966-ci tarixi "bürünə"ün memarı, milli komandamıza beynəlxalq rosmi oyunlarda ilk qolobunu qazandıran baş məşqçi və daha nələr, nələr... Bozı uğurlarını görmək üçün yaşımız imkanı vermosa do, böyükələrin futbol səhbatöründən eşidib, öyrənmış.

Ötən həftə "CBC Sport" televizionda efiro gedən "İmza" verilişində Kazbek Tuayevdən dəvət edilmişəsə dəyiş. Böyükələrin bizi dənişmədiyi futbol səhbatörünü, keçmişdə baş verənləri qonağı özündən eşidik.

Həmin veriliş efiro gedəndən sonra Kazbek Tuayev "İmza"da səsləndirdiyi maraqlı məqamları müzakirə etdi. Həmsəhəbitmə bildirdi ki, verilişdən sonra onu onluqlar apardı. "Bu vaxta qodur bir səra verlislərdə qonaq olmuşum. Lakin "CBC Sport" kanalında hazırlanmış "İmza" verilişini çox boyandı. Toxmonin bir saatdan artı davam edən verilişdə bir səra hadisələri və insanların yenidən yada saldıq. Hiss olunurdu ki, yaradıcı heyət çox peşəkardır. Layihənin rəhbəri Azor Cavad, redaktor Rasim Mövsümzadə və aparıcı Əmino Kazimova ilə çökəliş meydanında böyük səmimiyyət hiss etdi. Əmino xanımın üvənləndişi sualları çalışdı ki, dolğun və otralı cavablandırıb. Fikrimə, bu məndə alındı. Veriliş efiro getdiğindən sonra mona çoxlu zonglər goldı. Çoxları bildirdilər ki, Kazbek müəllimləm bizi o günlər qayıtdınız, həmin anları sizinlə birləşdə yaşadıq", - deyə Kazbek Tuayev bildirdi.

Azərbaycan futbolunda özünəməxsus imzası olan veteran futbolçumuz onu da qeyd etdi ki, "Neftçi"nin tarixi uğuru sonrakı illərdə də Azərbaycan futbolunun inkişafına müsbət təsir etdi. "Bizim şəraitimiz və imkanlarımız yüksəlmişdi. Bürüncə mükafata görə bizi "Qaz-21" hədiyyə etmişdilər. Tez-tez görüşlərə gedirdik. Hami bizə sevirdi. Bununla da Azərbaycanda yeni-yeni futbolçular yetişməyə başladı. Yeni komandalar yarandı. Həmin futbolçular bu gün də bizim aramızdadırlar. Qeyd edim ki, "Neftçi" ilə Azərbaycan futbolunda yenİ era başlıdı. Bu barədə çox dərinləşdirdim. Futbol monim həyatımdır. Futboldan sonra gözəl bir ailə qurmuşam. Çox xoşbəxtim. Mən heç vaxt Azərbaycanı tərk etmərom. Hərə getsəm, Bakı üçün çox darıxıram", - deyə veteran futbolçu bildirdi.

İdmanda imzasiyla seçilən veteran futbolçumuz "İmza"nın qonağı olub

lider Heydər Əliyev həmin dövrdə Dövlət Təhlükəsizlik Komitəsinə rəhbərlik etdi. O, dahi bir şəxsiyyət idi. Həmişə bizi böyük dostok verirdi. Bir neçə dəfə "Neftçi"nin coşalardırılmasının qarşısını almışdı. Sonralar o bizimlə görüşüb, biza mükafatlar da vermişdi. Bax, bù cür diqqətin sayosunda "Neftçi" seviliyir, azarkeşlərin roğbetini qazanırdı", - deyə Kazbek Tuayev bildirdi.

Azərbaycan futbolunda özünəməxsus imzası olan veteran futbolçumuz onu da qeyd etdi ki, "Neftçi"nin tarixi uğuru sonrakı illərdə də Azərbaycan futbolunun inkişafına müsbət təsir etdi. "Bizim şəraitimiz və imkanlarımız yüksəlmişdi. Bürüncə mükafata görə bizi "Qaz-21" hədiyyə etmişdilər. Tez-tez görüşlərə gedirdik. Hami bizə sevirdi. Bununla da Azərbaycanda yeni-yeni futbolçular yetişməyə başladı. Yeni komandalar yarandı. Həmin futbolçular bu gün də bizim aramızdadırlar. Qeyd edim ki, "Neftçi" ilə Azərbaycan futbolunda yenİ era başlıdı. Bu barədə çox dərinləşdirdim. Futbol monim həyatımdır. Futboldan sonra gözəl bir ailə qurmuşam. Çox xoşbəxtim. Mən heç vaxt Azərbaycanı tərk etmərom. Hərə getsəm, Bakı üçün çox darıxıram", - deyə veteran futbolçu bildirdi.

Anar Əhmədov

Ağırıqaldıranlar Azərbaycan çempionatında qüvvələrini sınayacaqlar

Martin 24-25-də Şüvəlandakı Ağır Atletika Akademiyasının yarı zalında kişilər, qadınlar və ustalar arasında ağırıqaldırma üzrə Azərbaycan çempionatı keçiriləcək. Gonclor və idman nazirliyi və Azərbaycan Ağır Atletika



Federasiyassının birgə təşkil etdiyi yarışda ölkənin bütün bölgələrindən 100-ə yaxın atlet qüvvəsini sırayaçaq.

Cəmpionatın təşkilində möqsəd idmançılarını ustalık səviyyəsinin artırılması və tokmilləşdirilməsi, texniki cəhətdən hazırlıqlı və dəroçə normalalarını yerinə yetirən idmançıların seçiliməsi, kişilərdən və qadınlarından ibarət milli yığma komandaların tərkibinin müyyənəşdirilməsi, qarşıdağı beynolxalq yarışlara hazırlanılmasıdır.

Martin 30-dan aprelin 1-dək Tbilisidə qadın şahmatçılar arasında blits üzrə Avropa çempionatı keçiriləcək.

Cəmpionatda Azərbaycan da daxil olmaqla 15 ölkədən 80 idmançı iştirak edəcək.

Gürcüstan Şahmat Federasiyasının prezidenti Gio Gorgadze deyib ki, Tbilisi şəhər

Zəka sahiblərimiz Avropa çempionatında

meriyasının baş sponsorluğu ilə təşkil olunacaq çempionatda on güclü zəka sahibləri, o cümlədən dünya və Avropa çempionatları mübarizə aparacaqlar. Favoritlər arasında blits üzrə həsrəti Avropa çempionu Nana Dzaniqidze de var.

G. Gorgadze Gürcüstəndə şahmatın inkişafında SOCAR-in Gürcüstan nümayəndələrinin rolunu yüksək qiymətləndirib. Federasiyanın prezidenti bu köməyə görə SOCAR rəhbərliyinə minnətdarlıq edib.

Sofiyada güləş üzrə beynolxalq turnir təşkil ediləcək

Martin 22-25-də Bolqarıyanın paytaxtı Sofiyada güləş üzrə 56-ci "Dan Kolov - Nikola Petrov" beynolxalq turniri keçiriləcək. Yunan-Roma və qadın güləş üzrə yığma komandalarımızın üzvləri turnirdə iştirak edəcəklər.

Yunan-Roma güləş üzrə yığmamızın məşqçisi Nuroddin Rocəbovun rəhbərliyi altında turniro Elman Muxtarov (67 kq) və Rəsul Çunayev (72 kq) yollanacaqlar.

Qadın güləşçilərinin mübarizəsində iso Mariya Stadnik (50 kq) və Elis Manolova (68 kq) qüvvələrini sırayaçaqlar.

Görüşlərin idarə edilməsində ölkəmizi beynolxalq dərəcəli hakim Əbdü Nuriyev təmsil edəcək.



Samboçularımız dünya kubokunda yarışacaqlar



Martin 23-24-də Moskvadə Anatoli Xarlampiyevin xatirəsinə həsr olunmuş sambo üzrə dünya kubok yarışları keçiriləcək.

Xarlampiyev Memorialı Beynolxalq Sambo Federasiyasının toqvimində mühüm tədbirlərdən sayılır. Belə ki, bu turnir ilk dəfə Moskvadə 1980-ci ildə təşkil olunan Yay Olimpiya Oyunları orfosunda keçiriləcək.

Dünya kubok yarışlarında 28 ölkədən 300-dən artıq samboçuların mübarizə aparacaqlar. Turnirdə Azərbaycan ilə yanaşı, Almaniya, Yunanistan, Rusiya, Venesuela və digər ölkələri təmsil edən idmançılar iştirak edəcəklər.

Dünya kubok çörçivəsində döyüş sambosu üzrə yarışlar da təşkil olunacaqlar.

Müsahibə

İdmançıların əksəriyyəti bu sahəyə sağlamlıqla bağlı müəyyən problemləri olduğunu görlər. Bunu faktlar və həyat təcrübəsi da sübut edir. Bu insanlar həkimlərin məsləhəti ilə orqanızmında, mövcud problemləri aradan qaldırmak üçün cəhd edirlər, bərər də məlum olur ki, idman onları həyata tərziñə çevrilib. Azarkeşlərin sevimlisi olan Messinin özü də futbola məzhib belə gəlib. Idmanın gedən yolda səbablılarından biri də dəcəlilik amilidir. Övladlarının nadincliyindən, dəcəlliyyindən "boğaza yüksələn" uzaqgrən valideynlər çıxış yolunu idmanda görürler. Nəticə isə həm uşaqlar, həm də valideyn üçün ürəkəçən olur.

Kişi idman gimnastikası üzrə idman ustası, IV İslam Həmrəyliyi Oyunlarının şəhər şəhər Murad Ağarzayev də idmana sahətə və dəcəlliyyi səbabından gəlib. Bu gün ayagda dura bildiyinə və bu sahədə uşurlar əldə etdiyinə görə özünü idmana borclu sayır.

"Həyəcan çox, məsuliyyət böyük idi"

- Murad, idmanda müəyyən uşurların olسا da, çoxları səni IV İslam Həmrəyliyi Oyunlarından sonra tanıdı.

- Ölkəmizin 2017-ci ildə ev sahibliyi etdiyi IV İslam Həmrəyliyi Oyunlarına çox ciddi hazırlamışdım. Yorulmaq nə olduğunu bilmir, gecə-gündüz çalışırdım. Çünkü qarşımı möqsəd qoymuşdum: bu yarışda qızıl medal qazanmamalı. Həyəcan çox, məsuliyyət böyük idi. Şükür ki, oziyyotim hədr getmədi və Bakıda keçirilən İslamiadada qızıl medal qazandım. Fəxri kürsünün on yüksək piləsində dayanaraq Azərbaycanın himnini soslöndirdiyim üçün qürur duyurdum. Həmin an məndən xoşbəxt insan yox idi. Çokdiyin oziyyotin bəhəsini görəmək insana gözəl hissələr yaşadır.

- Bir qədər özündən danışdırın.

- Ailede 5 uşaq - dörd bacı, bir qardaş. Bacılarım ailəlidirlər. 1998-ci il oktyabrın 16-də Sumqayıtda anadan olmuşam. 6 yaşından gimnastika ilə möşələlərə. Düzüñ desəm, idmanə golmoyımdə həkimlərin məsləhəti böyük rol oynayır. Mən omolyiyat olunmuşdum. Həkimlər valideynlərim gimnastika ilə möşələlərə. Mən, həm də uşaqlıqda çox dəcəl idim. Hasara dırmaşır, tullanır, həyətədən uşaqlarla dava-dalaş salırdım. Həkimlərin idmanla bağlı tövsiyəsi at-aanımlı lap ürəyinə oldu.

- Orta məktəbdə necə oxunusun?

- İdmanla borabor döşlərimi də oxyzururdum. Yorğun olsam da, çalışırdım ki, döşlərimi buraxmayım.

- Necə oldu ki, peşəkar idmanla möşələlərə qərarına gəldin?



- 8 yaşım olanda möşəqim Elşən Əliyev monimlə olovə möşələlərə başladı. 9-cu sinifdə oxuyanda idman gimnastikası ilə daha peşəkar şəkildə möşələlərə üçün Bakıya gəldim. Təhsiliyi Respublika Olimpiya İdman Liseyində (ROİL) davam etdirdim. Bakıxanov qəsəbəsində Nizami Abbasovun rəhbərliyi altında möşəqlərə başladım.

- Bir müddət cədo ilə möşələlərə başladın?

- Gimnastikada boxtim gotirmirdi. Yarışlarda mükaafatalayiq yerlər tutmirdim. Həmin yarışda gimnastika deyondı, qohum-qonşu bənövüş ancaq bədii gimnastikadan ibarət olduğunu və qızlar üçün nozorda tutulduğunu düşünürdü. Düzü, bu, moni bir az utandırdı. Atam bir gün dedi ki, gol, soni kişi idman növüne yazdırıq (gülür). Bir il yarımdə ilə möşələlərə başladım.

- Bir müddət cədo ilə möşələlərə başladın?

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- Bir müddət cədo ilə möşələlərə başladın?

- Gimnastikada boxtim gotirmirdi. Yarışlarda mükaafatalayiq yerlər tutmirdim. Həmin yarışda gimnastika deyondı, qohum-qonşu bənövüş ancaq bədii gimnastikadan ibarət olduğunu və qızlar üçün nozorda tutulduğunu düşünürdü. Düzü, bu, moni bir az utandırdı. Atam bir gün dedi ki, gol, soni kişi idman növüne yazdırıq (gülür). Bir il yarımdə ilə möşələlərə başladım.



- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmən şəhərənəmən. Həmin yarışda gimnastika atı və paralel qollarla 3-cü yeri tutdum. 2015-ci ildə yənə də Rusiyada Novosibirsk şəhərində keçilən beynəlxalq turnirdə də bürünc medal (dəstəli at, paralel qollar) qazandı. Həmin il həm də Azərbaycan şəhər şəhərənəmən adını layiq görüldüm.

- İlk dəfə özümü beynəlxalq yarışda 2014-ci ildə Novosibirsk şəhərində keçirilən turnirdə sinamışam. Bu turnir hər il ononovu olaraq Olimpiya şəhər şəhərənəmən. Vəcəgeni Podgoricin şəhərənəmə

F U T B O L

Mütəxəssis rəyi

Azərbaycan futbolunda mətbuatla davranış mədəniyyəti hələ tam formalaşmayıb

Futbolda ictimaiyyotla əlaqə, ünsiyət çox mühüm rol oynayır. Tosadüfi deyil, klubların strukturunda media və ictimaiyyotla bağlı departament, səbə, on pis halda motbuat xidmətinin olması vacibdir. Lisenziyalasdırma qaydaları da bunu təlob edir...

FİFA və UEFA bu sahəyə böyük önəm verir, şorayit yaradır, tələblərlə irolı sürür, yeniliklərin davamlı tətbiqində çalışır. Məlumatı olmayanlar da bilməlidir ki, Avropanın səviyyəsi yarışlarda nümayəndə heyətinin tərkibində media strukturunun olması şərtlidir. Prezident, vitse-prezident və digər vəzifəli şəxslər olmaya bilər. Hətta komanda baş məşqçisiz oyun keçirə bilər. Media ilə əlaqələndiricinin olması isə mütləqdir.

Stadionlarda naziro, deputata xüsusi yerlər ayrılmır. VIP loja, müxtəlif sektorlar var. Biletlerin qiymətinə uyğun istonilon şəxs istonilon yero sahib ola bilər. Media sektorlu iso xüsusidir, tələbdir. Orada no nazir, no klub prezidenti, no tehniki zənada olmayan baş məşqçi, futbolçu yer ala bilməz. FİFA və UEFA-nın mediaya münasibəti budur...

Tam omlıklı bildirirəm ki, müvafiq tələblər olmasaydı, klublarımızın 90 faizində KİV-lə bağlı növbəti departament, səbə, heç siravi əlaqələndirici də olmayıacaqdır. Hazırda daxili çempionat oyunlarında, xarici təlim-məşq toplantılarında onları "artıq yüksək" sayan klub rohborları az deyil...

Məşqçilərin inkişafında, yüksək kateqoriyaların alınmasına mətbuatla əlaqələrinə, ünsiyət davranışlarına xüsusi diqqət verilir, müvafiq döşələr keçirilir. Müxtəlif beynəlxalq seminarlarda federasiya, klub rosmilərinə də mətbuat və ictimaiyyotla əlaqələrin necə qurulması ilə bağlı tövsiyələr verilir...

Azərbaycan futbolunda mətbuatla davranış modəniyyəti hələ tam formalaşmayıb. Təbii ki, bunlar qarşılıqlı olmalıdır. Müasir futbolda inkişaf yolunun bir qolu da budur. Mətbuat hansısa məsələni, problemi qabardan sonra məcburiyyət qarşısında "songor"dan çıxıb fikir bildirməyin adı yoxdur. Vaxtında etmək olmazmı?! Həqiqətən, vaxtında hər öz vəziyyət bərcənə yerinə yetirə mətbuatda "alim"liyən no cəhiyə var ki?!

Federasiya rosmiləri, klub, məşqçi, futbolçuların həqiqi mənada alımlı idarəciliyə, yaşılı meydanda özünü göstərməlidir. İşlərlə bağlı lazımi məlumatlar davamlı olaraq KİV-in gündəmində olmalıdır.

Hər kos dərk etməlidir, futbol azarkeşlər üçün oynanılır. Futbol kabinetlərdə gizlətmək mümkün deyil. Federasiya, klub, idarəci, məşqçi və futbolçuların oyundan övvel və sonra azarkeşlərlə əlaqəsi mətbuat vasitəsi ilə olur. Azarkeş, ictimaiyyəti iso "ac" saxlamaq olmaz.

Cox vaxt futbolda olanlar mətbuatdan şikayətçi olurlar. Tək bizado deyil, bütün dünyada belədir. Bir məqama xüsusi diqqət yetirir. Sıra vətəndaşın xəyalında görmədiyi pulları futbolçu, məşqçi bir ayda, ildə qazanır. Formalaşmış futbol psixologiyasına uyğun, hətta tolosırlar da. İdmənçi, futbolçu ömrü qıсадır, "5-10 ildə no qazandıq, qazandıq" folosofisidir. Adı azarkeş iso son pulunu da biletə verib stadiona gedir...

Təbii ki, pullar oziyyətsiz qazanılmır. Zədələr, tozyıqlar, sarsıntılar hesabına başa golur. Tohqır, şaiyə və digər neqativ halların olmaması şartlı ictimai tozyığın baş verəsi təbii qarşılıqlıdır. Qazanılan pulların qarşılığını vermək lazımdır. Hər bir məşqçi, futbolcu psixoloji olaraq buna hazır olmalıdır...

Zinodin Zidan son illərdə "Real"a neço-neço titul qazandırib, dünən yox yaxşı məşqçisi adına layiq görüldü. La Liqada bir qədər bündən kimi mətbuatın, ictimaiyyətin tozyığı ilə üzəldi, istəfəsi tələb olundu. Tab əgəri və doğru yol seçə biləməsdi UEFA Çempionlar Liqasında da möglüb olardı, yoluunu davam etdirə bilərdi. "Liverpul"un ofsanələrindən olan Karrager İngiltərə televiziyasındaki şorhılılıqdan kənarlaşdırılıb. Sobob, "Mənchester Yunayted" azarkeşlərini tohqır etdiyinə görə...

Azərbaycanda ahl yaşında milyonlar qazanmış Berti Foqst Almaniya mediasına açıqlamasında bildirib ki, vaxtında mətbuatla ünsiyəti düz qurmayıb. İndiki Azərbaycan futbolunda olan tosadüflər, illərdər futbolda olanlara, məşqçi, futbolçu, funksionerlər Berti Foqstun fikirlərindən nöticə çıxmaları daha faydalı olar. Əksi olarsa, əmin olunular, zorba özlərinə, futbolu dəyərcək. Futbol təfəkkürünə, mədəniyyətinə artırımdan istədiyimiz futbolu görməyimiz nəqşələr...

Futbolun inkişafını isteyirsinizsə, on azindan FİFA və UEFA-nın mətbuat və ictimaiyyotla əlaqə tələb və tövsiyələri - yenidən nozor yetirin. Bu, işlərinizə və ümumilikdə futbolumuza ancaq xeyir vero bilər...

Tahir Süleymanov,
futbol mətəxəssisi



Qurban Qurbanov yeni futbolçulara da dəvət göndərib

Azərbaycan milli komandası mərtəbənin 15-24-də Bakıda, 25-28-də isə Türkiyənin Antalya şəhərində təlim-məşq toplantısında olacaq. Komandamızın mərtəbənin 23-də Bakı Olimpiya Stadionunda Belarus, 29-də isə Antalyadakı "Mardan" stadionunda Makedoniya yığması ilə yoldaşlıq oyunu keçirəcək. Bununla əlaqədər olaraq millimizin heyəti açıqlanıb. Yığmamızın baş məşqçisi Qurban Qurbanov heyəti 24 futbolçu təbliğ edib.

Təcrübəli mətəxəssis ilk oyununa müqayisədə, heyətdə xeyli dəyişiklik edib. Belə ki, Salahat Ağayev, Namiq Ələsgərov, Ürfan Abbasov, Araz Abdullayev, Amil Yunanov uzun fasılodon sonra mələlə yenidən forma geyinmək şansı oldu ediblər. Tural Axundov, Rəşad Eyyubov, Rahil Məmmədov, Şöhrəyər Rəhimov ("Kəpəz"), Pavel Paşayev ("Aleksandriya", Ukrayna);

Yarım müdafiəçilər: Qara Qarayev, Coşgun Diniyev, Rıçard Almeyda (hamisi "Qarabağ"), Namiq Ələsgərov, Rəhmən Hacıyev, Emin Mahmudov (hamisi "Neftçi"), Asif Məmmədov ("Qəbələ"), Cavid İmamverdiyev, Rəşad Eyyubov (hor ikisi "Sumqayıt"), Araz Abdullayev ("Anortosis", Kipr), Dimitri Nazarov ("Auc", Almaniya);

Hücumçular: Amil Yunanov ("Sumqayıt"), Ruslan Qurbanov ("Qəbələ").

Çempionlar Liqası: İngiltərə təmsilçiləri üz-üzə

Ötən həftə UEFA Çempionlar Liqasının 1/4 final mərhələsinin püşkü atılıb. Avropanın on nüfuzlu klub turnirində mübarizəni davam etdirən 8 komanda 4 cütlük təşkil edib.

İsveçlərin Nyon şəhərində keçirilən tədbirdə klubların rəqibləri "kor püşk"lə müoyyənləşib. Püşk İngiltərə klubları "Liverpul"la "Mənchester Siti"ni üz-üzə qoyub.

Mərholo İspaniya - İtaliya qarşılıqlarla ilə oləmətdər olacaq. "Barselona" "Roma"nın, "Real" isə "Juventus" klubunu sınaya çoxəcək. Digər cütdə isə "Bavariya" "Sevilya" klubu ilə qarşılıqlaşacaq.

Qeyd edək ki, 1/4 finalın ilk oyunları aprelin 3-4-də, cavab matçları iso bir həftə sonra keçiriləcək.



Topaz Premyer Liqasında XX tura yekun vurulub. Milli komandaların oyunları ilə əlaqədər yaranacaq fasilo onçısı liderlər xal itkisi ilə üzləşiblər.

Turun ilk oyun günü yalnız bir matç keçirilib. "Keşlə" doğma azarkeşlər öndə "Qəbələ" klubu ilə qarşılıqlaşır. Bu oyunla bağlı əsas diqqətçəkən məqən ukraynalı mətəxəssislərin qarşılıqlasmasının olması idi. Belə ki, qışda paytaxt klubunun baş məşqçisi olan Yuri Maksimov Azərbaycan karyerasında ilk dofa həmyerli Roman Qriqorçukla üz-üzə golirdi. Hər iki komandanın son turlar məhsuldarlıq nümayişi etdiyimiz oyunu maraqlı dərəcədə artrırdı. Matçda hesablı qonaqlar açıblar. "Qəbələ" ilk hissədə hesabda öncə keçərək, üstünlüğünü sona qədər qoruya biləməyib. Matçın 59-cu dəqiqəsində Vojislav Stankoviçin avtoqololu "qırmızı-qaralar"ın xal itkisinə səbəb olub - 1:1.

Son oyun günü digər 3 matç təşkil olunub. "Ziro" evdə "Səbail" klubu ilə üz-üzə golib. Son iki turda xal üzünlərə hosrot qalan komandalara mövqeyini qorumaq üçün qolebo vacib idi. "Səbail" 7-ci pilloyo düşmək, "Ziro" iso "üçlü" dəki yerini itirmək töhfəkəsi ilə üz-üzə qaldığından, meydana qołobo üçün çıxmışdır. Lakin paytaxt derbisində qołobo qazanan olmayıb. "Ziro" ilk hissədə hesabda öncə keçərək, fasilədən sonra qonaqlar hesabı boraborloşdırıblar. Nöticədə, toroflər meydani 1 xalla tərk ediblər.

Turun mərkəzi matçında ozlu rəqiblər "Neftçi" ilə "Qarabağ" klubları münasibələrinə aydınlıq gotürüb. Son iki görüşdə xal itirmeyən Torlan Əhmədovun yetirmələri lideri də bürdənəkən özündə, 11 turdən uduzmayan ağdamlılar iso uğurlu scriyanı davam etdirək mətbuatla qazandılar. Tərəflərin cohdalarınə xal itkisi baxmaq aradı.

Liderlər xal itkisi ilə üzləşiblər

"Sumqayıt" isə qələbə sayəsində 3-cü pilləyə yüksəlib



Fasilo öncəsi son matç Sumqayıtda keçirilib. 3-cü pilloyo yüksəlmək üçün çalışır "Sumqayıt" çempionatın autsayderi "Kəpəz"i qəbul edib. 7 turdu uduzmayan Samir Abasovun yetirmələri yenə uğurlu nöticə ilə azarkeşləri sevindiriblər. İlk qol qonaqlar vurasa, "Sumqayıt" vəzifəyini doğuyaşdırıb. 2:1. Bununla da, Sumqayıt tomsilçisi turñın codvəlində 3-cü pilloyo yüksəlib, "Ziro"ni qabaqlayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.
14 mart
"Sumqayıt" - "Kəpəz" - 2:1
"Sumqayıt" qol olmayıb.

Topaz Premyer Liqası

XX tur
13 mart
"Keşlə" - "Qəbələ" - 1:1
Qollar: Vojislav Stankoviç, 59 (öz qapısına) - Baqali Dabo, 32.
Bakı. "Inter Arena" stadiunu.



DÜNYA



"Real" Levandovski ilə razılığa gəlib

"Bavariya"nın hücumusu Robert Lewandowski "Real"la ilk razılığa gəlib. Bu barədə İspanyanın məşhur "Mundo Deportivo" nəşri xəbor yayıb. İddiaya görə, "kral klubu"nda oynaması qəbul edən polşalı forward Madriddə "Bavariya"dakı illik gol-

rindən (16 milyon) daha çox qazanacaq. Amma bunun üçün Münhen təmsilcisinin keçidə razılıq verəməsi lazımdır. Cünki Levandovskinin "Bavariya" ilə 2021-ci ilə qədər müqaviləsi var. Təroflor tozminat məsolosunda ortaq məxərəcə gələbil-

lər, təcrübəli futbolçu ilə 2+1 illik anlaşma imzalanacaq.

Qeyd edək ki, Levandovskinin "Real"la anlaşmasında bu yaxınlarda müqavilə bağladığı məşhur mənecər Pini Zahavinin həllədici rol oynadığı bildirilir.



20 yaşlı futbolçuya yüksək qiymət

"Borussia" heyətini yeni hücumçı ilə gücləndirmək istəyir. Dortmund təmsilçisi Argentinanın "Racing" klubunun futbolçusu Lautaro Martínez isə yaxınlardan maraqlanır. Hətta almanların 20 yaşlı forvard üçün qarşı torofo 32,5 milyon avro toklı etdiyi bildirilib. "Borussia" rosmiləri möbləğin 26,8 milyonunu nəğd, yerdə qalan hissəsini isə bonuslar şəklində ödəməyo hazırlıdır. Qeyd edək ki, Martínez "İnter" do maraq göstərir.

İdmanla sağlam olaq!

Velosiped süməyin faydaları

İstər evdo, istər idman salonunda velosiped sümək kələri yandırmaq və formaya düşmək üçün çox yaxşı vasitədir.

Uşaqlıqda velosipedi olmayan insan çotin tapırlar. Bir sözə, iki tokorlu və faydalı noqlıyyat vasitosino aludoçulik hor birimizin həyatında olub. İdmanı çox sevən və bu sahədə işləyən bir insan kimi velosipedim olmasına çox istəyir. Amma küçədə deyil, həyətdə və ya Dənizkənarı parkda sümək şərti ilə. Velosiped sümək, həm de ucuza başa golon moşqdır. Evinizə tövüb bir trenerdən dosti almaq sizə başa gələ bilər, noinki bir velosiped. Nizamlı edilən bütün fiziki foaliyyətlər kimi velosipedə minmək do ozołolorını nizamlı işlədir, düzgün nöfəs alımıñı təşkil edir və bədənimizə elastiklik qazandırır. Bu idman növü cəni zamanda, həddindən artıq kilo almaq, xolesterin, şokor xostolisi və yüksək tozyiq kimi narahathılıqların qarşısını alır.

Hor zaman sohifələrində idman və sağlam həyat torzının toplığında geniş yer verən "Olimpiya dünəsi" qəzeti bu dəfə səhər velosipeddən istifadənin faydaları haqqında danışacaq.

Velosipedde arıqlanın!

Velosipedə minmək kalori yandıraraq çokinizi azaltmaq üçün çox faydalıdır. Böyük ozołolor işlədiyi üçün 65 kq çökəsi olan insan bir saat orzindo orta sürətli velosipedə toxminən 500 kalori yandırmış olur. Həm de velosipedə minmək oynaşların həddindən artıq yüksək qaldırmadığı üçün hor yaşda olan insanlar üçün ideal bir moşqdır.

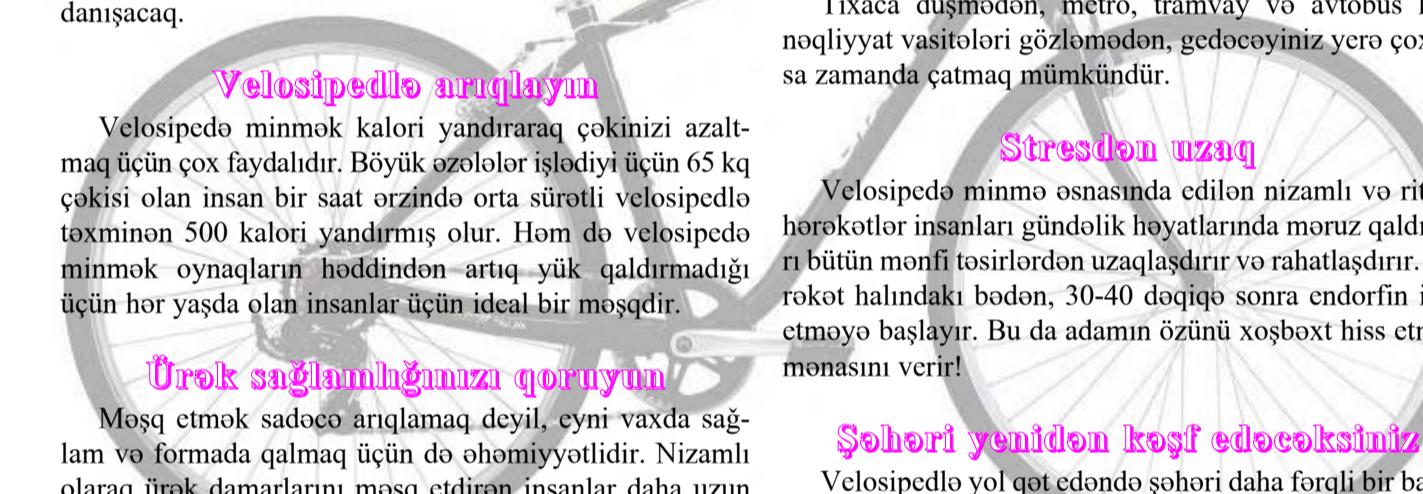
Ürək sağlamlığınızı qoruyun!

Moşk etmək sadəcə arıqlamaq deyil, cəni vaxda sağlam və formada qalmaq üçün də ohamiyətliidir. Nizamlı olaraq ürək damarlarını moşq etdikən insanlar daha uzun ömür yaşayırlar. Sağlamlıqçılarla sahələşmək astma kimi tonüs xostoliklərinə qarşı mübarizədə müqavimət deməkdir. Orta və ya yüksək sürətli velosipedə minmək ürək döyüntüsünün sürətini artırır və formada qalmaga kömək edir.

Ozołolorınızı inkişaf etdirin

Velosipedə minmək horokotlu və ya sabit bir velosiped üzərindən edilən müqaviməti idman növüdür. Ayaqlarınızla pedalları çevirərkən ozołolorınızı inkişaf etdirirsiniz. Diz ozołolorınız kimi böyük ozołolorınızı inkişaf etdirir, maddələr mübadiləsi sürətini artırır. Ozołolor horokot edə bilmək üçün kaloriyo cəhətiçək dəyur və buna görə də qədər çox ozołonuz varsa, o qədər çox kalori yandırırsınız. Velosipedə minmək cəni vaxtda diz və ayaq biləyi ozołolorını da gücləndirir.

Revmatizm və oynaq ağrılardan şikayət edirsinizsə, on yaxşı vəsiqə velosiped süməkdir. Müyyəyən müddədən sonra siz kürok və oynaq ağrılardan azaldığınız şahidi olacaqsınız.



Daha çox oksigen

Məsim yerinə velosipedə yol qət etdiyimiz hər kilometrə karbonmonoksit, karbondioksit, azot və benzin kimmi qazları daha az məruz qalırıq. Təbii noqlıyyat vasitosu olan velosipeddən istifadədə belə zohorlu qazlardan qurtulmuş olur. Velosipedi osas, ana yollarda deyil, daha az noqlıyyat vasitosunun keçdiyi yaşlı yollarda sürəniz, yaxşı olar.

Bələliklə, velosiped sayosunda daha çox moşq edəcək, daha çox oksigen alacaqsınız. Üstəlik tixaclarda vaxt itirmədiyiniz üçün əsərləriniz pozulmayıcaq.

Velosipedde vaxtla və pula qənaət

Velosipeddən noqlıyyat vasitosu kimi istifadə etəniz, benzin yerinə kalori itirəcəksiniz. Bu da benzin və parket-mo xorekənin azalması deməkdir. Bundan başqa, avtomobil sümək ovozunu velosipeddən istifadə edərək pulunu da qonaq etmiş olursunuz.

Tixaca düşməndən, metro, tramvay və avtobus kimi noqlıyyat vasitələri gözləməndən, gedəcəyiniz yero çox qisa zamanda çatmaq mümkündür.

Stresdən uzaq

Velosipedə minmək oşnasında edilən nizamlı və ritmik horokotlar insanları gündəlik həyatlarında məruz qaldıqları bütün monfi tosirlərdən uzaqlaşdırır və rahatlaşdırır. Horokot halimdən bədən, 30-40 dəqiqə sonra endorfin ifraz etməyə başlayır. Bu da adamın özünü xoşbəxt hiss etməsini verir!

Şəhəri yenidən koşf edəcəksiniz

Velosipedə yol qət edən şəhəri də forqlı bərəxşədən, koşf etmək mümkündür. Dar küçələrə gərəkən hər yeri dənə yaxından arasdırıcı biler, avtomobil istifadə edərək diqqət etmədiyiniz bir çox detalı forq edə bilərsiniz.

Daha tehlükəsiz

Velosipedə avtomobilərin arasından asanlıqla keçərək yolda digər noqlıyyat vasitələrini görə də tehlükəsiz horokot edəcəksiniz. Bu noqlıyyat vasitosunun maşınlara görə 8 qat daha etibarlı olduğu bilinir. Buna görə velosipeddən istifadə edənlərin sayının artması yol qozalarını nisbotini də azaldır.

Ətraf mühiti qorunun

Velosipedə minmək enerji məhsəldərini baxımından on yaxşı noqlıyyat vasitosıdır.

Motorlu noqlıyyat vasitələri istixana qazlarının yayılması onun fundamental sobobını meydana getirir. Bir adamın bir il boyunca qısa məsafələ yollarda velosipeddən istifadə etməsi, 500 kq-dan 1 tona qədər bir miqdarda karbon qazının yayılması qarşısını alır.

Bələliklə, velosipeddən istifadə etmək sağlamlıqlımıza faydalı olduğunu kimi, cəni zamanda təbiəti də qoruyur. Velosiped dənədən bir çox insanın da on sevdidən noqlıyyat növüdür.

Səadət Hacıyeva

Qəzet Azərbaycan Respublikası Ədliyyə Nazirliyinin Hüquqi Şəxslərin Dövlət Qeydiyyatı üzrə Bakı Bülgə Şöbəsində qeydiyyatdan keçib. Qeydiyyat N R-168
AZƏRBAYCAN BEYNƏLXALQ BANKI
H/H AZ79IBAZ3809001944933849204
M/H 0137010002944
KOD 805250
VÖEN 1500306421

Qəzet Azərbaycan Respublikası Ədliyyə Nazirliyinin Hüquqi Şəxslərin Dövlət Qeydiyyatı üzrə Bakı Bülgə Şöbəsində qeydiyyatdan keçib. Qeydiyyat N R-168
AZƏRBAYCAN BEYNƏLXALQ BANKI
H/H AZ79IBAZ3809001944933849204
M/H 0137010002944
KOD 805250
VÖEN 1500306421

Döyüş maraqlı və gərgin keçəcək



Rusiyalı döyüşçi Habib Nurmagomedov ABŞ idmançı Toni Ferqüssənə qarşı döyüşü çox mühüm adlandırbır. Bokşuların dünya çempionu uğrunda döyüşocukları yarı aprel ayında UFC turniri çərçivəsində ABŞ-in Nyu-York şəhərində baş tutacaq.

Habib Nurmagomedov bu döyüşün azarkeşlər torofindən böyük maraqla qarşılanacağını iddia edir. Bokşçu qarşılaşmanın gərgin keçəcəyini deyib.

Mayk Qarsia dünya çempionu oldu

ABŞ bokşusu Mayk Qarsia rusiyalı Sergey Lipinetsə qalib gəlib. Texas ştatının San-Antonio şəhərində toşkil edilən döyüşdə hakimlərin yekdil qorarına osason, qoləbo Meksika osilli Mayk Qarsiyaya verilib. Bələliklə, qalib bokşçu İBF versiyasında (63,5 kq-a qədər) dünya çempionun tituluna sahib olub. Rusiyalı idmançı öz titulunu qoruyub saxlaya bilməyib.

Ölkə prezidentinə kobudluq edən klubun rəsmiləri həbs edildi

Afrika ölkəsi Burundi'də keçirilən bir futbol matçında dünya tarixindən düşəcək hadiso baş verib.

Ölkənin prezidenti olan və cəni zamanda "Halclu"ya" klubunda oynayan Pyer Nkuruniza komandası ilə meydana çıxdığı oyunda ona qarşı kobudluq edən "Kiremba" klubunun iki rosmisini həbs etdirib.

İddialara görə, "Kiremba"da çıxış edən könqolə qaçqın futbolçular ölkə prezidentinin rəqib komanda-də oynadığını bilmirmiş və buna görə də ona qarşı sort oynayıblar.

"Neftçi idman Klubu" İctimai Birliyi idarəetmə aparatının rəhbəri, Azərbaycan Cüdo Federasiyasının vitse-prezidenti Sadiq Sadıqov "Neftçi"nin keçmiş baş məşqçisi, AFFA Məşqçilər Komitəsinin üzvü

Böyükə Hacıyevin
vəfatından kodərləndiyini bildirir və mərhumun ailə üzvlərinə dörən hüznələşmiş qoruyub.

"Olimpiya dünəsi" qozetinin kollektivi iş yoldaşları Əliyev İlyasovaya, babaşı

I

D

M

A

N

I

Bu səbəbdən də "Kiremba"nın rosmilərindən Kiryakue Nkezabahizi və Misel Mutama prezidento qarşı toxribat ittihamı ilə həbs ediliblər.

Matçı izləmək istəyən iranlı qadınlar həbs olunub

İranın paytaxtı Tehranda keçirilən "İstiqlal" - "Persepolis" matçını izləmək üçün stadiiona girməyə çalışan 35 qadın azarkeş həbs olunub.

Həmin matçı izləməyə gələnlər arasında FIFA-nın prezidenti Canni Infantino da olub.

İranlı qadınlar 1979-cu ildən bəri futbol matçlarını izləmək imkanından möhrum olunduqlarına və buna diqqət çəkən hərəkət üçün həmin addımı atıblar.

E-mail:
olimpia_dunysi@mail.ru

Ünvan:
Bakı şəhəri,
2-ci sülh döngüsü, 2a.

Tel.: 564-90-49; 564-90-54;
564-74-19

vəfatından kodərləndiklərini bildirir və dorin həzirlaşlığı verirler. Allah rohmət closin!

E-mail:
olimpia_dunysi@mail.ru

Ünvan:

Bakı şəhəri,

2-ci sülh döngüsü, 2a.

Tel.: 564-90-49; 564-90-54;

564-74-19

vəfatından kodərləndiklərini bildirir və dorin həzirlaşlığı verirler. Allah rohmət closin!

DİQQƏT!
Qozetinizin materiallarından istifadə edərək "Olimpiya dünəsi"na istinad etmək zoruridir.