

# رکورد ۱۰ ساعت حلقه زنی یک زن ایرانی



**گروه شوک - حسین خانی:** تنها آنها بی‌قادر به ثبت نام خود در کتاب رکوردهای گینس هستند که تلاش زیادی می‌کنند کسانی که با تحمل سختی‌های بسیار نام‌ماندگار از خود بر جای می‌گذارند. شاید رؤیای قرار گرفتن در کنار بزرگان، آرزوی بی‌بعد برای خیلی‌ها باشد اما هستند جوانانی از دیار ایران زمین که توانسته‌اند نام خود را بر بلندای برترین‌های جهان به ثبت برسانند.

بر خوردار بودم به همین دلیل شرایط لازم برای کار را داشتم. وقتی تصمیم گرفتم رکورد بزمن اوایل ماه مبارک رمضان بود. خیلی‌ها می‌گفتند روزه نگیر اما من اعتقاد داشتم روزه صبر و استقامت مرا بالا می‌برد. همه ماه روزه داشتم و تمرینات خودم را از ساعت ۱۲ تا ۳ بامداد انجام می‌دادم. در این ساعات همسر و بچه‌ام خواب بودند.

## ■ ورزش با بچه‌داری جور در نمی‌آید؟

بله، شاید اگر بچه نبود راحت‌تر کار می‌کردم اما با برنامهریزی درست هم می‌توان به بچه و زندگی رسید و هم ورزش کرد.

## ■ چند سال است از دواج کرده‌ای؟

۸ سال قبل عقد کردیم اما ۴ سالگی می‌شود که زندگی مشترکمان را شروع کرده‌ایم و الان یک پسر ۳ ساله داریم.

## ■ وضعیت درسی‌ات چطور بود؟

من فوق لیسانس تربیت بدنی دارم. برای دکتری هم مصاحبه داده‌ام ولی هنوز جواش اعلام نشده است.

## ■ از چه سالی ورزش را شروع کردی؟

از ۸ سالگی، تقریباً. همه اعضای خانواده‌ام ورزشکار هستند.

## ■ چه رشته‌ای کار می‌کردی؟

اول آمادگی جسمانی بعد بدمیتون، هندبال، کاراته، شنای ژیمناستیک، والیبال، بسکتبال، کبده و... کار می‌کردم نه این که در این رشته‌ها به صورت تفننی فعالیت کنم در اغلب رشته‌ها قهرمانی به دست آوردم.

## ■ مثلاً در کدام رشته قهرمانی کشوری داشتی؟

در رشته‌های بدمیتون و هندبال در سطح کشور قهرمان و نایب قهرمان شدم اما در بقیه رشته‌ها در سطح استان و شهرستان رتبه آوردم.

## ■ در مجموع چند حکم قهرمانی داری؟

از ابتدا در دست یادم نیست اما الان مدارک مربوط به ۲۰ بار قهرمانی را دارم.

## ■ چطور شد با این همه رشته‌های مختلف ورزشی

## سرانجام به حلقه زدن روی آوردی؟

بعد از دواج دیگر فرصت برای ورزش‌های حرفه‌ای فراهم نشد. من ابتدا برای روی فرم نگه داشتن بدنم حلقه زدم. چند وقت پیش

این زن جوان مازندرانی با وجود محدودیت‌ها در راه رسیدن به آرزوی خود قدم‌های بلندی برداشته است. حالا او افتخاری برای کشور و استان مازندران است. نام او در حال حاضر در کنار رکوردداران ملی و بین‌المللی ثبت شده و قرار است بزودی کتاب گینس نیز این اسم را در کنار رکوردداران جهانی ثبت کند.

صحبت از زنی ۲۹ ساله است از شهر قائمشهر او «سمیه محمودی» نام دارد.

## ■ چرا رکورد زدی؟

تلاش زیادی کردم، زحمت کشیدم و از فرصت‌ها به بهترین نحوه بهره بردم.

## ■ در چه رشته‌ای کار می‌کنی؟

رکورد من در رشته ورزشی حلقه زدن دور کمر است اما از دوران کودکی با ورزش انس داشتم.

## ■ الان رکورد شما چند ساعت است؟

تا قبل از این که من برای رکوردگیری اقدام کنم، رکورد این رشته در اختیار یک دختر ۹ ساله بود اما رکوردی که من زدم فاصله زیادی با رکورد ثبت شده دارد. شاید حدود سه برابر او رکورد زدم.

## ■ یعنی چند ساعت؟

۱۰ ساعت و ۱۰ ثانیه.

## ■ این مدت طولانی حلقه زدن شما را خسته نکرد؟

خیلی تمرین کرده بودم. حتی قادر بودم بیشتر هم حلقه بزدم، اما صدای سوت شنیدم و فکر کردم باید توقف کنم.

## ■ رکوردگیری در چه شرایطی بر گزار شد؟

رئیس هیأت ورزش‌های همگانی شهر قائمشهر هماهنگ کرده بود و دو داور از تهران و استان آمده بودند.

## ■ در مدت رکوردگیری چیزی هم خوردی یا استراحتی هم داشتی؟

رکوردگیری در این ورزش به دو صورت انجام می‌شود. یک روش ورزشکار در بین انجام حرکت می‌تواند استراحت هم داشته باشد اما در رکوردگیری من، هیچ استراحتی در کار نبود و به صورت مداوم بیش از ۱۰ ساعت حلقه زدم.

## ■ روزی چند ساعت تمرین می‌کردی؟

من چون از بچگی ورزش می‌کردم از آمادگی بدنی خوبی

وقتی داشتم درباره این ورزش در اینترنت دنبال مطلب می‌گشتم متوجه رکورد گینس در این رشته شدم. فکر می‌کنم یک ساعت و ۴۸ دقیقه بود. من با رئیس هیأت ورزش‌های همگانی شهر تماس گرفته و اعلام کردم قادرم این رکورد را بزنم. او هم مقدمات کار را فراهم کرد. من خودم در روز یک ساعت حلقه می‌زدم به همین دلیل تصمیم گرفتم توان خودم را در این باره آزمایش کنم.

## ■ الان جایی شاغل هستی؟

بله در آموزش و پرورش به عنوان دبیر تربیت بدنی مشغول هستم.

## ■ کار علمی در ارتباط با ورزش هم انجام دادی؟

بله. تاکنون ۱۵ مقاله در ارتباط با ورزش علمی نوشته‌ام که ۱۴ بار در سطح ملی و یک نوبت هم در سطح بین‌المللی به چاپ رسیده است.

## ■ وقتی برای این کار داوطلب شدی نگران نبودی که از پس کار بر نیایی؟

نه چون در خانه این اواخر بیش از ۲ و نیم ساعت حلقه می‌زدم.

## ■ الان رکورد شما در کجا به ثبت رسیده است؟

کمیته ثبت رکورد در مراسم رکوردگیری که در سالن هیأت تکواندو شهر و در برابر دوربین‌های فیلمبرداری انجام شد، حضور داشتند. حالا قرار است علاوه بر ثبت ملی در کتاب گینس هم به ثبت برسد.

## ■ چه زمانی این کار انجام می‌شود؟

یک ماه دیگر مراسم رونمایی از کتاب ثبت رکورد ملی ایران صورت می‌گیرد. در آن مراسم من هم دعوت شده‌ام اما از سوی همین کمیته برای ثبت در کتاب گینس هم اقداماتی انجام شده و منتظر هستم تا زمان را به ما اعلام کنند.