گفت و گو با حسن تبریزی قهرمان مشهدی بادی کلاسیک جهان

تیم ملی پرورش اندام ایران، قوی ترین تیم آماتور دنیاست

عباس مشکوه رضوی

رشته بدنسازی این روزها به عنوان یک ورزش پایه در تمام رشته‌های ورزشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. امروزه این رشته ورزشی جزو جدانشدنی ورزش جهان محسوب می‌شود و به واقع ورزشکاران تمام رشته‌های ورزشی زمانی به موفقیت می‌رسند که در کنار تمریناتشان از بدنسازی سود جسته باشند. برادران تبریزی سالهاست که در رشته بدنسازی و پرورش اندام عناوین درخشان جهانی را کسب کرده اند و با سرمایه گذاری شخصی خدمت بزرگی به جوانان این خطه ارایه می کنند. اکنون در آستانه مسابقات جهانی W.F.F (فدراسیون فیتنس جهانی) در کره جنوبی قرار داریم و حسن تبریزی متولد سال ۱۳۴۷ مشهد به عنوان قهرمان جهان برای دفاع از مقام قهرمانی خود بار دیگر پا به رقابتهای جهانی می‌گذارد. او اکنون با ۴۶ سال سن واژه می‌توانم را به خوبی صرف کرده و به جوانان این مرز وبوم ثابت کرده که ورزش حتی در رده‌های قهرمانی ، حرفه ای و جهانی سن و سال نمی‌شناسد.

به همین مناسبت پای صحبتهای او نشستیم تا از جزئیات این مسابقات و مشکلات و موانع موجود در این رشته ورزشی آگاه شویم.

*** از سوابق ورزشیتان بگویید و اینکه تا کنون چه مقامهایی را در سطح کشور و جهان کسب کرده اید؟**

**از سال ۱۳۶۷ ورزش بدنسازی را شروع کردم. آن زمان به دلیل محدودیتهایی که وجود داشت به طور غیر رسمی تمرین می‌کردم. پس از آن در سال ۶۹ به صورت نیمه رسمی مسابقات این رشته در سطح کشور آغاز شد و جوانان علاقه‌مند به این ورزش را خوشحال کرد.

*** اولین دوره مسابقات رسمی بدنسازی چه زمانی در کشور آغاز شد و شما چه مقامی کسب کردید؟**

** اولین دوره مسابقات رسمی بدنسازی سال ۱۳۷۲ در سالن هیأت وزنه برداری خراسان برگزار شد که در آن مسابقات مقام اول را کسب کردم.

*** چه موقع به عضویت تیم ملی پرورش اندام در آمدید؟**

** از سال ۷۸ تا ۸۲ به دلیل مشغله و مشکلاتی که داشتم از تمرین فاصله گرفتم، اما همان سال برای شرکت در مسابقات آسیایی فدراسیون NABBA مسابقات انتخابی برگزار شد که به عضویت تیم ملی ایران درآمدم و در اولین حضور در مسابقات بین المللی مدال نقره آسیا در فیلیپین را به دست آوردم. در سال ۲۰۱۱ مسابقات جهانی بادی کلاسیک اتریش مدال نقره جهان را کسب کردم.

*** اکنون در آستانه اعزام به مسابقات جهانی هستید، در این خصوص بیشتر توضیح دهید.**

**در حال آماده سازی برای شرکت در مسابقات جهانی مستر یونیورس ۲۰۱۴ در کشور کره جنوبی هستم. این مسابقات از سطح بسیار بالایی برخوردار است که فدراسیون جهانی W.F.F آن را برگزار می‌کند.

*** آیا از کشورهای دیگر تقاضایی داشته اید؟**

**بله تقاضا داشته ام، در سالهای ۲۰۱۰ و ۲۰۱۱ مربی رسمی کشور تیم ملی قطر بودم و در چند مسابقه جهانی برادرم علی تبریزی را همراهی کرده ام.

*** بارها در مطبوعات، رسانه ها و مصاحبه هایی که با علی تبریزی شده، از شما به عنوان مربی خودش نام برده در این باره توضیح دهید.**

**من در مسابقات زیادی برادرم را همراهی کرده ام و چه از نظر روحی- روانی و چه از نظر تمرینی همیشه حمایتش کرده ام.

*** از علی چه خبر، مدتها از میدان مسابقات دور بوده در مورد او بیشتر بگویید.**

علی تنها پرورش اندام کار ایرانی هست که تا کنون توانسته رکوردهای دست نیافتنی به نام خودش ثبت کند، از قبیل ۹ مدال طلای آسیا، ۴ مدال طلای جهانی و کسب قهرمانی در چندین تورنمنت کشورهای عربی و اروپایی و بالاترین آنها کسب عنوان سه بار قهرمان قهرمانان جهان بوده که این رکورد تنها به نام ایشان تاکنون ثبت شده و هیچ کس در دنیا نتوانسته سه بار متوالی این عنوان را از آن خود کند.

او چند سال از میدان مسابقه دور بود، ولی تمریناتش را آغاز کرده و در حال حاضر از آمادگی خوبی برخوردار است. او سرمربی تیم ملی پرورش اندام شده و در عین حال خودش نیز تمرین می‌کند.

*** با توجه به هزینه‌های بالای این ورزش چه مشکلاتی برای ورزشکاران حرفه ای وجود دارد؟**

**یک فرد برای تمرین و شرکت در مسابقات بین المللی باید هزینه‌های بالای تغذیه را بپردازد. روزی سه نوبت تمرین کند، در حالی که چندین ماه تحت رژیم غذایی سنگین است که تحملش برای هر شخصی ممکن نیست، بنابراین باید حمایت شوند.

*** احداث یک باشگاه بدنسازی در حد خوب چه مقدار سرمایه گذاری لازم دارد و آیا مسؤولان کمکی به گسترش این باشگاه‌ها می‌کنند؟**

**برای احداث یک باشگاه درجه یک حداقل باید ۶ میلیارد ریال سرمایه گذاری کرد که متاسفانه هیچ کمکی از سوی مسؤولان نمی شود. این مقدار سرمایه گذاری به علاوه هزینه‌های جاری از جمله اجاره سالن و هزینه‌های دیگر که حدود ۹۰ میلیون ریال در ماه می‌شود به هیچ عنوان برای بخش خصوصی مقرون به صرفه نیست. فقط عشق به این کار باعث می‌شود که بمانیم و کار کنیم.

*** در خصوص رشته بدنسازی یک دید منفی در بین مردم وجود دارد، در این خصوص چه توضیحی دارید؟**

** متأسفانه تا کنون تبلیغات منفی درباره این رشته ورزشی زیاد بوده و دید بخشی از جامعه را نسبت به آن منفی کرده است. همه فکر می‌کنند همه این رشته دوپینگ و استفاده از داروهای غیر مجاز است، در حالی که استفاده از مکملهای ورزشی تحت نظر مربی کار آزموده هیچ مشکلی برای فرد ایجاد نمی کند.

از سویی دو و میدانی به عنوان مادر ورزشها شناخته شده، اما در حال حاضر این رشته بدنسازی است که به عنوان مادر ورزشها معرفی می‌شود. اکثر رشته‌های ورزشی از بدنسازی به عنوان یک رشته زیربنایی استفاده می‌کنند و همه اذعان دارند که بدون بدنسازی نمی توان در هیچ رشته ورزشی به قهرمانی رسید.

*** بهترین سن برای شروع این رشته چه زمانی است؟**

**مناسب ترین سن برای آغاز بدنسازی بین ۱۴ تا ۱۵ سالگی است؛ در این سن اگر نقص هایی در بدن وجود داشته باشد به راحتی برطرف می‌شود. در حالی که والدین نمی دانند که نواقص اسکلتی به راحتی و با حرکات اصلاحی بدنسازی برطرف می‌شود، ولی در سالهای بعد چنین اثری ندارد.

*** ورزشکاران این رشته در حال حاضر با چه مشکلاتی مواجه هستند؟**

**ما معمولاً با بودجه خودمان به مسابقات برون مرزی اعزام می‌شویم و طی این سالها کوچکترین کمکی به ورزشکاران نشده است. هزینه‌های سنگین تمرین و تغذیه از سویی و هزینه بالای شرکت در مسابقات از سوی دیگر واقعاً برای ورزشکاران مشکل ساز است؛ البته فدراسیون پرورش اندام قول مساعد برای تامین هزینه‌های مسابقات برون مرزی داده اند که امیدوارم عملی شود.

از سویی این ورزش تبلیغات ندارد. چهره‌های بین المللی همیشه پشت پرده هستند و به دور از پوشش تلویزیونی در عزلت و تنهایی تمرینات و مسابقات برگزار می‌شود، در حالی که بیشترین طرفدار را در بین جوانان دارد. باید گفت تیم پرورش اندام ایران قوی ترین تیم آماتور جهان است.

*** ورزشکاران این رشته در حال حاضر با چه مشکلاتی مواجه هستند؟**

**یک فرد برای تمرین و شرکت در مسابقات بین المللی باید هزینه‌های بالای تغذیه را بپردازد. روزی سه نوبت تمرین کند، در حالی که چندین ماه تحت رژیم غذایی سنگین است که تحملش برای هر شخصی ممکن نیست، بنابراین باید حمایت شوند.

*** احداث یک باشگاه بدنسازی در حد خوب چه مقدار سرمایه گذاری لازم دارد و آیا مسؤولان کمکی به گسترش این باشگاه‌ها می‌کنند؟**

**برای احداث یک باشگاه درجه یک حداقل باید ۶ میلیارد ریال سرمایه گذاری کرد که متاسفانه هیچ کمکی از سوی مسؤولان نمی شود. این مقدار سرمایه گذاری به علاوه هزینه‌های جاری از جمله اجاره سالن و هزینه‌های دیگر که حدود ۹۰ میلیون ریال در ماه می‌شود به هیچ عنوان برای بخش خصوصی مقرون به صرفه نیست. فقط عشق به این کار باعث می‌شود که بمانیم و کار کنیم.

*** در خصوص رشته بدنسازی یک دید منفی در بین مردم وجود دارد، در این خصوص چه توضیحی دارید؟**

** متأسفانه تا کنون تبلیغات منفی درباره این رشته ورزشی زیاد بوده و دید بخشی از جامعه را نسبت به آن منفی کرده است. همه فکر می‌کنند همه این رشته دوپینگ و استفاده از داروهای غیر مجاز است، در حالی که استفاده از مکملهای ورزشی تحت نظر مربی کار آزموده هیچ مشکلی برای فرد ایجاد نمی کند.

از سویی دو و میدانی به عنوان مادر ورزشها شناخته شده، اما در حال حاضر این رشته بدنسازی است که به عنوان مادر ورزشها معرفی می‌شود. اکثر رشته‌های ورزشی از بدنسازی به عنوان یک رشته زیربنایی استفاده می‌کنند و همه اذعان دارند که بدون بدنسازی نمی توان در هیچ رشته ورزشی به قهرمانی رسید.

*** بهترین سن برای شروع این رشته چه زمانی است؟**

**مناسب ترین سن برای آغاز بدنسازی بین ۱۴ تا ۱۵ سالگی است؛ در این سن اگر نقص هایی در بدن وجود داشته باشد به راحتی برطرف می‌شود. در حالی که والدین نمی دانند که نواقص اسکلتی به راحتی و با حرکات اصلاحی بدنسازی برطرف می‌شود، ولی در سالهای بعد چنین اثری ندارد