

## الرياضة لغة عالمية يحبها الجميع

الرياضة بين الأجيال الناشئة وكبار السن، وتعرفهم بـ «تحدي 30x30» الذي يعد إحدى أهم ممارسات الدولة عموماً ودبي خصوصاً في تعزيز صحة المجتمع وحيويته ونشاطه، كما عمل الطلبة أيضاً على التنسيق مع سفارات الدولة في الخارج، وإدارات الجامعات التي يدرسون فيها، لتنظيم حصص رياضية منتظمة للطلبة والكادر التعليمي. دبي - البيان الرياضي

لفت المقدم الدكتور منصور حسن البلوشي، إلى أن الرياضة لغة عالمية يحبها الجميع على الرغم من اختلاف ثقافتهم وألوانهم، ولكن ممارستها ليست ضمن أولويات شريحة كبيرة من الجمهور، ولعل السبب في ذلك الانشغال الكبير في الدراسة أو العمل وتلبية متطلبات الحياة. وقال: مهمة طلبتنا المبتعثين إلى الخارج تحفيز الأفراد والعائلات في محيطهم على ممارسة الأنشطة البدنية، ونشر ثقافة



## مجموعات وسائل التواصل الاجتماعي تشارك في الحدث

عن التحديات التي تواجه الطلبة، قال المقدم الدكتور منصور حسن البلوشي: «حماسة الطلبة واندفاعهم نحو تكوين مجموعات وفرق عمل عبر وسائل التواصل الاجتماعي كان أمراً متوقفاً، ولكن اندفاعهم الكبير نحو نجاح المبادرة عبر تسجيل مقاطع فيديو ترويجية للحدث استغرق تصويرها أياماً، بحيث يُعلنون خلالها استعدادهم للضيوف التجربة وإصرارهم على كسب التحدي، إضافة وحاً لدولتهم». دبي - البيان الرياضي

يبدو أن شرطة دبي تتحدى الزمن أيضاً في مبادرة «دبي للياقة 30x30»، فرغم مرور أيام قليلة على انطلاق الحدث في الإمارة، إلا أن سفراءها من الطلبة المبتعثين في الخارج لبوا نداء الوطن ونجحوا بالترويج للحدث في أميركا وألمانيا وبريطانيا وفرنسا، ونشر التوعية بأهميته على نطاق عالمي أوسع، عبر فعاليات متنوعة كان لها أثر كبير في لفت أنظار المجتمع الدولي إلى طموح دبي الكبير في تحقيق الصدارة كأشط مدينة في العالم، وإبراز الوجه الحضاري والإيجابي للمجتمع الإماراتي لدى مختلف الشعوب والثقافات والمجتمعات الأوروبية، إلى جانب إبراز الوجه الحضاري والإيجابي للمجتمع الإماراتي، والذي يعد الهدف السامي الذي يسعى إليه الطلبة، وذلك من خلال تشكيل فرق عمل من مختلف الجنسيات لتعزيز التوعية بالحدث.

## «تحدي 30x30» إلى العالمية

# مبتعثو شرطة دبي سفراء الإيجابية والطموح

دبي - ريماء عبدالفتاح

يبدو أن شرطة دبي تتحدى الزمن أيضاً في مبادرة «دبي للياقة 30x30»، فرغم مرور أيام قليلة على انطلاق الحدث في الإمارة، إلا أن سفراءها من الطلبة المبتعثين في الخارج لبوا نداء الوطن ونجحوا بالترويج للحدث في أميركا وألمانيا وبريطانيا وفرنسا، ونشر التوعية بأهميته على نطاق عالمي أوسع، عبر فعاليات متنوعة كان لها أثر كبير في لفت أنظار المجتمع الدولي إلى طموح دبي الكبير في تحقيق الصدارة كأشط مدينة في العالم، وإبراز الوجه الحضاري والإيجابي للمجتمع الإماراتي لدى مختلف الشعوب والثقافات والمجتمعات الأوروبية، إلى جانب إبراز الوجه الحضاري والإيجابي للمجتمع الإماراتي، والذي يعد الهدف السامي الذي يسعى إليه الطلبة، وذلك من خلال تشكيل فرق عمل من مختلف الجنسيات لتعزيز التوعية بالحدث.

مسؤولية الجهود الكبيرة التي يبذلها سفراء شرطة دبي من الطلبة المبتعثين في الخارج، لإنجاح «تحدي 30x30» نابعة من إحساسهم بالمسؤولية الوطنية، وجموحهم الكبير نحو الريادة العالمية، وفي هذا الإطار أكد المقدم الدكتور منصور حسن البلوشي، مدير إدارة البعثات والاستقطاب في القيادة العامة لشرطة دبي لـ «البيان»، أن أجندة شرطة دبي تزخر بالفعاليات التي تستهدف المجتمع المحلي للإمارة في «تحدي 30x30»، التي نجحت أيضاً باستقطاب عدد كبير من الموظفين والجمهور، وقال: كان التحدي الأكبر بالنسبة لنا يكمن في كيفية وضع بصمة خاصة تساهم بالارتقاء في الحدث إلى مستويات أعلى، لا سيما وأن من أبرز أهداف مبادرة سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس مجلس دبي الرياضي، جعل الرياضة منهج حياة، ودليل سعادة وإيجابية وتفاؤل لكل المجتمعات.



تحدي دبي للياقة وصل صدها إلى العالمية | البيان

## إبراز الوجه الحضاري والإيجابي للإمارات أبرز الأهداف

## تشكيل فرق عمل من مختلف الجنسيات لتعزيز التوعية بالحدث

## برامج للجري وركوب الدراجات للخليجيين والجاليات العربية

**خبرات**  
تنفيذاً لتوجيهات اللواء عبد الله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، بتفعيل دور كافة الفئات والإدارات العامة والوحدات التنظيمية والمتسبين لشرطة دبي من ضباط وأفراد وطلبة، داخل الدولة وخارجها، بما يساهم في إنجاح «تحدي 30x30»، أوضح مدير إدارة البعثات والاستقطاب في القيادة العامة لشرطة دبي، أنه تمت الاستفادة من خبرات ومهارات مبتعثي الشرطة لنشر التوعية بالحدث في 4 دول، وقال: ابتعثت شرطة دبي ما يقرب من 720 مبتعثاً داخل الدولة وخارجها، وقد سجلت

## عصف ذهني

وتابع: تواصلنا مع طلبتنا في الولايات المتحدة الأميركية وألمانيا والمملكة المتحدة وفرنسا، وعقدنا جلسات عصف ذهني عبر العالم الرقمي، تبادلنا خلالها الرؤى والأفكار، وحددنا طرق وآليات التنفيذ، وما ساعدنا في عملية الترويج للحدث بشكل أوسع، هو أن الطلبة والطالبات يدرسون في عدة جامعات مرموقة، وينتمون إلى تخصصات مختلفة، كما أنهم موزعون في عدة مدن، وتجمعهم علاقات جيدة ببيئاتهم في الخارج.



## أخطر الرياضات





## مشاركة كرة القدم الأميركية في الحدث

فتضم أنشطة مثل: «كرة قدم الفقاعة»، وتسلق الجدران، والترامبولين، ومجموعة من الألعاب المطاطية الهوائية، وبركة الكرات، إضافة إلى كرة القدم الأميركية الشاطئية، وكرة الطايرة الشاطئية، ومهارات الكريكيت، علاوة على «القرص الطائر»، وركوب الأمواج بالطائرة الورقية للأطفال برعاية مدرسة «دوكايت» الرياضية. ويتم إلهام الأطفال لتعزيز نشاطهم مع صفوف (Less Mills Born to Move).

يضم المهرجان عدداً من الرياضات في منطقة اختبار الأنشطة الرياضية «Come & Try Fitness Zone» مثل كرة القدم الأميركية الشاطئية، وكرة الطايرة الشاطئية، والكريكيت الشاطئي، والفريسيكوبول، والتجديف على الألواح وقوفاً، وركوب قوارب الكاياك، وركوب الأمواج بالطائرة الورقية، وركوب المظلات: أما منطقة اللياقة والمرح الخاصة بالأطفال

تعد مبادرة تحدي دبي للياقة، فرصة فريدة للجميع لجعل اللياقة البدنية خياراً ونمط حياة، ليس فقط لأنفسهم ولكن أيضاً لأسرهم وأصدقائهم. والدعوة مفتوحة للجميع للمشاركة في الفعاليات التي ستقام في 27 و28 أكتوبر الجاري، ليتمكنوا من إحداث تغيير حقيقي في نمط حياتهم. يشار إلى أن المبادرة تم إطلاقها لتحفيز المقيمين في إمارة دبي وزوارها على

تعزيز نشاطهم البدني والالتزام بممارسة النشاطات الرياضية لمدة 30 دقيقة كل يوم على مدار 30 يوماً. ويمتد التحدي من 20 أكتوبر حتى 18 نوفمبر المقبل، فيما يضم مختلف الأنشطة البدنية الرياضية، مثل الكريكيت على الشاطئ، وركوب الدراجات الهوائية، وكرة القدم، والتجديف على الألواح وقوفاً، والرياضات الجماعية، والمشي، وتمارين اليوغا.

## «تحدي دبي للياقة» يواصل فعالياته

# «كايت بيتش» جاهز لاستضافة المهرجان



تس الطاولة حاضرة في قلب الحدث | تصوير - عبد الله المطروشي

### دبي - البيان الرياضي

عقب انطلاق «تحدي دبي للياقة» بأول مهرجاناته يوم الجمعة الماضي بحديقة الصفا في دبي، يواصل التحدي فعالياته الرياضية مع تنظيم ثاني مهرجاناته للياقة البدنية خلال عطلة نهاية الأسبوع على شاطئ كاي بيتش، ليستمع المشاركون في فعالية مختلفة بالكامل عن سابقتها تجري على مدار يومين، وتزخر بأكثر من 40 نوعاً من النشاطات الرياضية التي تقام على رمال الشاطئ وفي مياه البحر، علاوة على فصول تدريبات رياضية بمشاركة شخصيات رياضية شهيرة، ورياضات فردية وجماعية، وعروض رياضية على المسرح، تجعل جميع أفراد العائلة مستمتعين بوقتهم، وبانتظار المزيد.

### هدف

ويبرز ثاني مهرجانات اللياقة البدنية لعطلة نهاية الأسبوع زخم المنافسة خلال شهر التحدي، ويندرج ضمن مبادرة مبتكرة للياقة البدنية تثرى المدينة بالأنشطة الرياضية لتحقيق هدف طموح يجعل دبي أكثر المدن نشاطاً وممارسة للرياضة في العالم، وذلك عبر تشجيع سكانها وزوارها للالتزام بممارسة 30 دقيقة من النشاط اليومي على مدار 30 يوماً. ويبدأ من الساعة 1:00 ظهراً يوم الجمعة 27 أكتوبر، سيحفل شاطئ «كايت بيتش» بطيف من الفعاليات والنشاطات الرياضية التي تلهم المشاركين لمواصلة تقدمهم وتحقيق أهدافهم، وهو ما سيؤثر بشكل إيجابي على المؤشر العام لنشاط مدينة دبي.

### مشاركة

ويقدم المهرجان مجموعة من الأنشطة والألعاب الرياضية المميزة بما فيها: التجديف على الألواح وقوفاً، وركوب الأمواج بالطائرة الورقية، وركوب قوارب الكاياك، ولعبة الكريكيت الشاطئية، والقرص الطائر (Ultimate Frisbee)، وبرنامج التدريبات الشاطئية المكثفة (Beach Bootcamp). فيما يكشف المهرجان كذلك عن أبرز النشاطات والفعاليات الرياضية التي تحتضنها شواطئ دبي الخلاب.

كما تشارك المدرسة الرياضية كاسي هو الحائزة على الجوائز ورائدة الأعمال

من فعاليات الجولة الأولى | البيان



### مغامرات

وستكون إحدى أبرز فعاليات مهرجان اللياقة البدنية لعطلة نهاية الأسبوع الثاني «سباق دبي للسباحة»، الذي سيبدأ الساعة 8:00 صباحاً يوم 28 أكتوبر، وهو فعالية تناسب جميع السباحين سواء أكانوا مبتدئين أو محترفين، ليستمع المشاركون بمغامرات السباحة وفق أعلى مستويات السلامة والأمان، إضافة إلى مشاركة خبراء في ركوب قوارب الكاياك لتعليم المشاركين. ويشجع «تحدي دبي للياقة» الراغبين بالمشاركة على ارتداء ملابس السباحة والانضمام لهذه الفعالية المذهلة، أما الأشخاص غير الراغبين بالسباحة، فيمكنهم الاستمتاع بمشاهدة الفعاليات والتحديات.

والشخصية الشهيرة عبر صفحات الانترنت، التي تأتي من مدينة لوس أنجلوس الأميركية خصيصاً للانضمام للمشاركين في المهرجان في دبي. وقد أنشأت كاسي الموقع الإلكتروني الشهير «بلوغيلاتس» (Blogilates)، كما تمتلك عدداً من قنوات اللياقة البدنية للسيدات على موقع يوتيوب، والتي يبلغ عدد المشتركين فيها حوالي 3,9 ملايين شخص، ووصل عدد مشاهدات مقاطع الفيديو فيها إلى 500 مليون مشاهدة. وتقود كاسي الاحتفالات بتنظيم دروسها الرياضي التدريبي «بوب بيلاتس» (POP @Pilates) الذي تم إطلاقه عبر موقع يوتيوب، وأصبح جزءاً من دروس اللياقة البدنية في النوادي الرياضية بكافة أنحاء العالم.

## بلدية دبي تشارك في المبادرة

### دبي - فائز بجبوج

عززت بلدية دبي تفعيل دورها الإيجابي والمشاركة الفعلية في تحدي دبي للياقة البدنية 30x30 والتي تمثل الخطوة والمبادرة الرائدة والأولى من نوعها بمنطقتنا الخليجية والعربية، والتي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي رئيس مجلس دبي الرياضي، وتهدف إلى جعل دبي إحدى أكثر المدن نشاطاً وممارسة للرياضة على مستوى العالم. حيث حرص حسين ناصر لوتاه مدير عام بلدية دبي، ومع كوكبة من قيادات ومديري مديريات وأقسام والعديد من موظفي بلدية دبي وحتى أبناء البعض منهم على المشاركة الرياضية التي أقيمت في ممشى الخوانيج والحديقة بتلك المنطقة أول من أمس.

### قدوة

من جانبه، أكد خالد محمد بدري مدير إدارة التسويق المؤسسي والعلاقات في بلدية دبي، أن المشاركة في فعاليات ممشى الخوانيج، جاءت تحقياً للأمر السامي من ولي عهد دبي سمو الشيخ حمدان بن محمد آل مكتوم، وليؤكد

حسين لوتاه وقيادات بلدية دبي في ممشى الخوانيج | البيان



وممارسة رياضة المشي، ورياضة كرة الطايرة الشاطئية وسباق الترايثلون للسيدات. كما طالت المبادرة العاملين في البلدية بجميع مواقعهم ومنهم العمال وفي أنشطة رياضية محببة لهم وتحقق الهدف من المبادرة مثل: الكريكيت والطائرة والقدم وبعض المسابقات الأخرى، حيث وضعت ضمن البرنامج الخاص بتحدي دبي في سكن العمال في ورسان وفي المحيصة وكذلك لعبة الكريكيت.

شملت المبادرة التي أقيمت بممشى الخوانيج وحديقتهما على العديد من الألعاب الرياضية والترفيهية والهادفة جميعها وتستهدف نجاح الأهداف التي أقيمت من أجلها، ومنها كرة القدم وكرة السلة وكرة السلة المائية ولعبة الرجل الحديدي، علاوة على تدريبات خاصة في اللياقة البدنية وتعليم رياضة الجيوجيتسو لأصحاب الهمم، وللموظفين الآخرين وسباق القدرة للفروسية ورياضة التنس الأرضي