



بنا مرخل

عنوان و نام پدیدآور: ۴۴۴۴: ۴ سال فعالیت هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان: ۴۰ دستاورد، ۴۰۰ برنامه، ۴۰۰۰ مطلب و تصویر/گردآوری هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان.
 مشخصات نشر: اصفهان: ریاح، ۱۳۹۸.
 مشخصات قلمری: ۲۰۴ ص.: مصور (رنگی)، جدول (رنگی)، نمودار (رنگی).
 ۲۹×۲۲ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۷۸۷-۴-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عناوین گسترده: چهار هزار و چهارصد و چهل و چهار: چهار سال فعالیت هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان: ۴۰ دستاورد، ۴۰۰ برنامه، ۴۰۰۰ مطلب و تصویر.
 موضوع: از زمان تریبیت بدنی جمهوری اسلامی ایران. اداره کل تریبیت بدنی استان اصفهان: هیات بدنسازی و پرورش اندام
 شتاسد نزوده: سازمان تریبیت بدنی جمهوری اسلامی ایران. اداره کل تریبیت بدنی استان اصفهان. هیات بدنسازی و پرورش اندام
 رده بندی کنگر: ۵/۳۴۳ G
 رده بندی دیویی: ۷۹۶/۰۹۵۵
 شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۱ ۲۴

۴۴۴۴

۴ سال فعالیت هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان

۴۰ دستاورد

۴۰۰ برنامه

۴۰۰۰ مطلب و تصویر

گردآوری: هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان

ناشر: انتشارات ریاح

به سفارش: هیات بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه، چاپ اول ۱۳۹۸

چاپ: میرنگار * محافی: سلام

قطع: رحلی تعداد صفحات: ۲۰۴

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۷۸۷-۴-۲

حق چاپ و نشر محفوظ است.



پیش گفتار

بعد از مدت ها تلاش توانستیم کتاب ۴۴۴ را تقدیم به شما خوبان نماییم . شاید این نام در ابتدا کمی عجیب باشد ولی این فقط یک عدد نیست بلکه حاصل ۴ سال ، یک تیم بسیار هماهنگ بوده است . عدد ۴ یعنی چهار سال فعالیت هیأت بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان که از تاریخ ۱۳۹۴/۳ لغایت ۱۳۹۸/۴/۲۰ می باشد . بعد بدینیم هیأت بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان در بین ۳۱ استان کشور بعنوان هیأت اول ایران انتخاب و معرفی گردید .

اما عدد ۴۰ به معنای چهل دستاورد مهم هیأت بدنسازی و پرورش اندام استان اصفهان در طول این چهار سال است (دستاوردهایی چون قهرمانی تیمی ، انفرادی ، بین المللی ، آسیایی ، جهانی ، سیستم های نرم افزاری و سخت افزاری ، برگزاری همایش ها و سمینارها ، کلاس های متعدد آموزشی ، برنامه های متعدد فرهنگی و مذهبی ، تجلیل از اهالی بدنسازی ، استعدادیابی و که بسیاری از این دستاوردها برای اولین بار صورت پذیرفته است .

همچنین عدد چهارمصد به معنای تعداد برنامه های بزرگ برگزار شده می باشد . در پایان نیز عدد چهارهزار به منزله حدود چهارهزار مطلب و تصویری است که در این کتاب بکار رفته است .

لازم به توضیح است ابتکار چاپ این کتاب برای اولین بار در بین هیأت های ورزشی بدنسازی و پرورش اندام سراسر کشور رخ داده و امید است توانسته باشیم در راستای ثبت تاریخ ورزش بدنسازی استان اصفهان نقش مهمی را ایفا کرده باشیم .



یگ مرد روحانی قوی و جسمانی
باشوید.
امام خمینی (ره)



جسم های نیرومند با روح ناتوان
بدرد نمی خورد.
مقام معظم رهبری



گزارش تصویری
هیات از سال
۱۳۹۴ - ۱۳۹۷

صفحات
۷۳ - ۱۶۷



گزارش فعالیت ها
از سال
۱۳۹۴ - ۱۳۹۷

صفحات
۱۵ - ۶۹



قهرمانان و پیشکسوتان
پرورش اندام
دهه های ۳۰ - ۹۰

صفحات
۱۷۱ - ۱۹۴



داوران آموزشی
دیده هیات
بدنسازی

صفحات
۷۱ - ۷۲



ضمائم

صفحات
۱۹۵ - ۲۰۱

گردآورنده : دکتر حسین یار محمدیان ؛ رئیس هیات بدنسازی و
پرورش اندام استان اصفهان
دبیر اجرایی : مجتبی محمدی
مشاور طرح : سید مصطفی ناجی
گرافیسیت : راضیه امیریان
پیشکسوتان : ناصر جلوانی
همکاران تحریریه : مجتبی سعادت مهر ، مسعود مهدوی ،
معمومه شاه نظری
عکس : میلاد تاجری ، کسری گیوه چی ، علیرضا فلاحیان
و با تشکر از همکاری ارکان هیات بدنسازی و پرورش اندام
استان اصفهان