

# PRO CYCLING

آباریس آوا

آباریس آوا

فصلنامه شماره ۸۰

بهار ۱۳۹۵

سال  
نو  
مبارک





آدمی ساخته افکار توپش است، فردا همان خواهد شد که امروز می اندیشیده است.

موریس مترلینگ

**ABARISAVA**

گروه آپاریس آبی

دفتر مرکزی: بلوار میرداماد، مجتمع تجاری اندازی رز، طبقه ۱۰، واحد ۱۰۰۱ تلفن: ۵۵۳۹۶۶۵۰، ۵۵۳۹۶۷۱۲، ۵۵۳۹۶۷۰۸ فکس: ۵۵۳۹۶۵۹۷  
فروشگاه مرکزی: خیابان کارگر جنوبی، میدان قزوین، خیابان قلمستان، بعد از تقاطع مدرس، پلاک ۱۴۵، فروشگاه آپاریس

www.abarisava.com info@abarisava.com sales@abarisava.com



# به نام خدایی که جان آفرید

## نشریه داخلی آباریس آوا

شماره هشت، بهار ۱۳۹۵

- ۲ - نگاهی به تیم های آباریس آوا از ابتدا تا امروز
- ۴ - نگاهی به فعالیت های آباریس آوا در سال ۱۳۹۴
- ۶ - دومین نمایشگاه دوچرخه، موتور سیکلت و تجهیزات
- ۸ - میهمانان آباریس آوا در نمایشگاه ایران رایدکس
- ۱۰ - دوچرخه ای برای مسیرهای حرفه ای - Fuji
- ۱۲ - شروعی خوب برای سال ۲۰۱۶ - GT
- ۱۴ - تکنولوژی دیگری از کندال
- ۱۶ - GT
- ۱۸ - برندی از تایوان، ساندیل
- ۲۰ - مصاحبه
- ۲۲ - دانستنی های دوچرخه سواری
- ۲۴ - یک خرید آسان
- ۲۵ - محصولات جدید Topeak در راه است
- ۲۶ - تازه های Catlike
- ۲۷ - پنجه رکاب مدل crankbrothers- Double Shot
- ۲۸ - تازه ترین ها در فدراسیون دوچرخه سواری
- ۳۰ - دوچرخه سواری بهترین راه کاهش وزن
- ۳۱ - مکعب دوست داشتنی، Cube

امروزه همه انسان ها مزایای تحرک و فعالیت های بدنی را می دانند. بنا بر تجربیات، افراد فعال، سالم تر و شاداب تر از مردم عادی زندگی می کنند. همچنین در مقابل تنش های روانی و بسیاری از بیماری ها و مشکلات زندگی تحمل و مقاومت بیشتری دارند.

پیشرفت تکنولوژی و توسعه ماشین آلات، علیرغم تمامی مزایای خود، موجب کم تحرکی و ساکن تر شدن زندگی انسان ها شده است. این امر باعث سستی عضلات و ماهیچه ها می شود و در نتیجه عواقب نامطلوبی در بر خواهد داشت، در صورتی که جلوگیری از بروز این آسیب ها بسیار ساده است. خوشبختانه این روزها به دلیل تغییر نگرش و احساس نیاز به داشتن زندگی سالم تر، شاداب تر، همواره به شمار افرادی که به ورزش روی می آورند بیشتر می شود. نکته مهم این است که با توجه به تفاوت های اساسی افراد به لحاظ قدرت، استقامت و انعطاف پذیری بدنی، هر فرد ابتدا باید از وضعیت جسمانی خود آگاه شود و سپس ورزش مناسب با بدن خود را انتخاب نماید. یکی از ورزش های مفرح و پر طرفدار در میان همه اقشار جامعه دوچرخه سواری است. دوچرخه سواری علاوه بر سلامتی جسم، سلامتی روح و روان را نیز در پی دارد.

شرکت آباریس آوا مفتخر است که رسالت خود را برای هموطنان عزیزمان به انجام رسانیده و همواره کوشیده تا با ارائه دوچرخه هایی که از استاندارد جهانی برخوردار اند، به رشد این رشته ورزشی مهیج در کشور کمک کند.



# نگاهی به تیم های آباریس آوا از ابتدا تا امروز

تیم ترافیک تهران در سال ۱۳۹۱ با اسپانسی و پشتیبانی شرکت آباریس آوا فعالیت خود را در رشته کراس کانتري آغاز نمود. پرویز مردانی، مهدی عباس زاده و محسن رضانی از این تیم توانستند در مرحله نخست لیگ، تمامی سکوهای این رشته را از آن خود کنند. در مرحله دوم نیز پرویز مردانی جایگاه اول و فراز شکری جایگاه سوم را از آن خود کردند.



فراز شکری

بهمنوش بزرگر

تیم آقایان آباریس تهران نیز با حفظ هشتاد درصد ترکیب سال گذشته و جذب نفرات جدید، در همین سال توانست مقام اول در لیگ کشوری رشته کراس کانتري را به دست آورد.



پرویز مردانی



مهدی عباس زاده

شرکت آباریس در سال ۱۳۹۴ دو تیم آباریس الف و آباریس ب، متشکل از هشت رکابزن را تشکیل داد که این دو تیم به ترتیب مقام سوم و چهارم را در لیگ کسب نمودند. رکاب زانی که در این ۳ سال مورد حمایت شرکت آباریس آوا بوده اند، عبارتند از:

پرویز مردانی، مهدی عباس زاده، بهرام ایزد پرست، محمد پورشریف، ناصر پور هاشم، بابک علیزاده، شاهین همای اقدم، سید میلاد سید قالیچی، مرتضی حسنی، حمید حب علی و مصطفی اله یاری.



ناصر پور هاشم



سید میلاد قالیچی



بابک علیزاده





شرکت در دومین  
نمایشگاه دوچرخه  
و موتور سیکلت و  
لوازم جانبی تهران

برگزاری یک دوره مسابقات Open جام جی تی Bmx  
تهران



کسب مقام دومی تیم آباریس در رشته تریال در  
لیگ برتر همین رشته



کسب مقام دومی و سومی تیم های  
آباریس در رشته کراس کانتری در  
لیگ دوچرخه سواری



اسپانسی گروه دوچرخه سواری آوارس (سفر به ژاپن با شعار  
جهانی بدون سلاح هسته ای)



اسپانسی آقایان محمد دانشور و محمد رجبو



نگاهی به  
فعالیت های  
آباریس آوا  
در سال ۱۳۹۴

اسپانسی کتاب  
"تمرین و مسابقه با  
ضربان قلب" (نویسنده  
دکتر هادی با شفاعت)

تمرین و مسابقه با  
ضربان قلب



اسپانسی گروه  
دوچرخه سواری  
پرواز نجف آباد  
(سفر به مشهد)







The 2nd International Exhibition Of

**IRAN RIDEX**

**دومین نمایشگاه بین المللی دوچرخه، موتورسیکلت و قطعات**



هنگامی که مشتریان گرامی برای خرید محصولات گروه آباریس آوا به فروشگاه های سراسر کشور مراجعه می کنند، می دانند که این شرکت هیچ کالای تقلبی و بی کیفیتی را ارائه نمی کند و می توانند بهترین برندهای جهان را با قیمت مناسب و کیفیت بالا در این مجموعه تهیه نمایند. جا دارد از تمامی همکاران و نمایندگانی که همواره از وجود ارزشمندشان بهره برده ایم و همیشه حامی ما بوده اند و در نمایشگاه حضور به هم رسانیده اند، نیز تشکر ویژه داشته باشیم.

دومین نمایشگاه دوچرخه و موتورسیکلت در تاریخ ۲۹ دی الی ۲ بهمن ماه ۱۳۹۴ در حالی برگزار شد که سال قبل آباریس آوا تنها شرکتی بود که در زمینه دوچرخه و لوازم جانبی آن در مصلی امام خمینی حضور داشت؛ خوشبختانه در سال جاری چند شرکت دیگر در این زمینه در نمایشگاه ایران رایدکس حضور داشتند که این حضور، دورنمای گسترش ورزش دوچرخه سواری می باشد. گروه آباریس آوا اولین حامی و مشوق این نمایشگاه در زمینه دوچرخه با همکاری شرکت آرانو و همکاران زحمتکش خود، حضور چشمگیری ارائه نمود.



موفق و پیروز باشید  
محمود دهنوی  
مدیر فروش مجموعه آباریس آوا

در حال حاضر شرکت آباریس آوا نمایندگی انحصاری بهترین برندهای به نام جهان را در اختیار دارد و رسالت خود را بر ارائه کالاهایی با استاندارد جهانی و قیمت مناسب و همچنین خدمت به دوچرخه سواران محترم بنا نهاده است و همواره سعی بر جلب رضایت هموطنان گرامی داشته است.





میهمانان آباریس  
در نمایشگاه  
ایران رایدکس

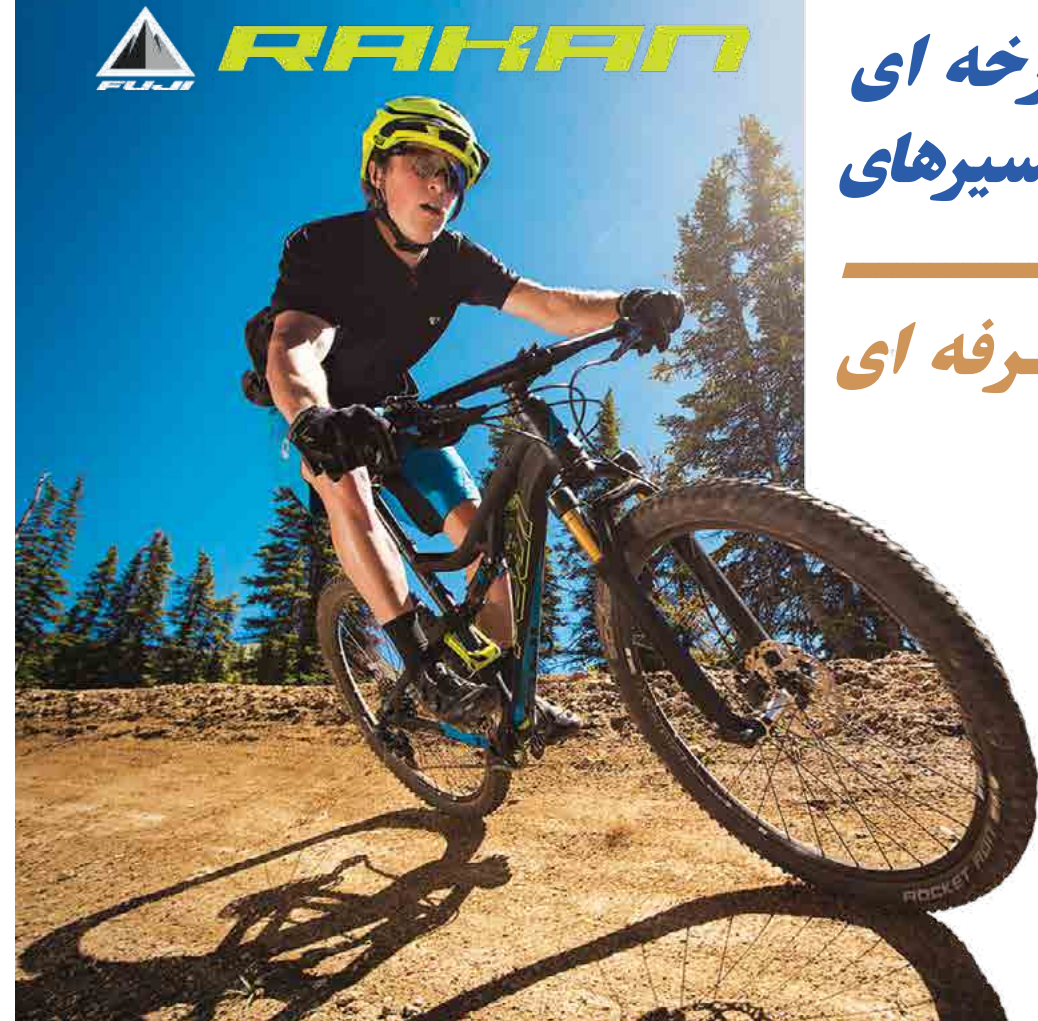


IRAN  
RIDEX





# دوچرخه ای برای مسیره های صعبه حرفه ای



## تکنولوژی های Rakan

### ۱. سیستم تعلیق MLink

اتصال کوتاه میان میله زنجیر و میله زین که شما را قادر خواهد ساخت چه در سربالائی ها و چه در سراسیبهی ها بیشترین میزان کنترل، کارایی و لذت یک دوچرخه کوهستان واقعی را درک نمایید.



### ۲. ۲۹ اینچ / ۱۲۰ میلیمتر

طوقه های ۲۹ اینچی به همراه کمک فنر جلو با بازی ۱۲۰ میلی متری Rakan پیمودن مسیره های سربالائی را تا رسیدن به نوک قله برای شما راحت تر خواهد کرد.



### ۳. توپی عقب ۱۴۸ / ۱۱۰ جلو

توپی عقب ۱۴۸ Rakan به همراه توپی ۱۱۰ جلو برای شما پکیجی از حس قدرت مانور طوقه های ۲۷.۵ اینچی و راحتی طوقه های ۲۹ اینچی، در مسیر های پر از چاله را برای شما فراهم کرده است.



### ۶. توپی تنه پرس فیتی ۳۰

این توپی تنه استاندارد قابلیت استفاده از طبق قامه دوکی شکل ۳۵ میلیمتری Oval را در مدل ۱.۱ Rakan، برای ما به ارمغان آورده است که طبقی عریض در یک سمت و طبقی کم عرض تر در سمت دیگر بوده تا بهترین میزان انتقال نیرو را برای دوچرخه سوار به همراه داشته باشد.



### ۴. فریم آلومینیوم با تراکم ۶۰۰۰

با تکنولوژی آلومینیوم هوشمند و هیدروفورم (بدون نیاز به جوش در اکثر نقاط) همانند کربن قادر خواهیم بود تا در مکان هایی که قرار است فشار زیادی را تحمل کنند ضخامت را بیشتر و در سایر نقاطی که فشاری بر روی آن ها نیست ضخامت آلومینیوم را کمتر کنیم. این کار بدنه ای محکم، قابل اعتماد و بسیار سبک را پیشکش خط تولید دوچرخه های جدید فوجی کرده است.



### ۵. پیشانی مخروطی

پیشانی دوچرخه Rakan که در بالا ۱.۵ اینچ و در پائین ۱-۱.۸ اینچ است، قسمت جلویی دوچرخه را که متحمل فشار های زیادی در سراسیبهی هاست مقاوم تر و قدرت کنترل شما را در این مسیر ها افزایش داده است.



### ۷. محور های بلبرینگ

بیشترین میزان مقاومت، همچنین نگهداری آسان را به شما هدیه کرده است.



### ۸. عبور کابل ها از داخل بدنه

شلنگ ترمز عقب، کابل یا شلنگ میله زین تنظیمی و تمامی سیم های مربوط به طبق عوض کن و شاترمان از داخل بدنه دوچرخه (مثلث جلویی) عبور می کند. این کار ظاهری مرتب و آراسته را به دوچرخه می بخشد. یک منفذ عبور یدکی نیز برای میله زین های تنظیمی که کابل ریموت کنترل آن ها از بیرون است پیش بینی شده است.



اگر بخواهیم کمی ساده تر بیان کنیم، سیستم MLink کارآمدترین دوچرخه دو کمکی را به شما ارائه می کند که در سربالایی ها بسیار بهینه شده و شبیه به دوچرخه های تنه خشک عمل می کند، در حالی که به هیچ عنوان در سراسیبهی ها پشت شما را خالی نخواهد کرد. طوقه های ۲۹ اینچی Rakan که با سیستم تعلیق MLink با بازی کمک ۱۲۰ میلیمتری همراه شده برای شما دوچرخه ای را به ارمغان آورده که قادر خواهید بود سربالایی ها را به دور از خستگی طی نموده و از تمامی چاله ها، ریشه های بیرون زده از خاک، صخره های کوچک و پیچ های تند سراسیبهی با اطمینان کامل عبور نمایید. پیشانی مخروطی با زاویه ۶۹ درجه، توپی عقب ۱۴۸x۱۲۰ و ۱۱۰ جلو، میله زنجیر ۴۴۹ میلی متری با هم ترکیب شده اند تا دوچرخه ای با کنترلی دقیق و دلخواه به شما پیشکش شود و لذت سواری کوهستان را برای شما دوچندان نماید. با ۱۱۷ سال تجربه و نوآوری که در رگ های کمپانی فوجی جاری است، ما هرگز به حد وسط قانع نبوده ایم پس شما هم نباشید.

میله زنجیر، رام عقب و سیستم اتصال مثلث عقب و جلوی Rakan که از تکنولوژی و سیستم تعلیق TMMLink بهره می گیرد، انقلابی در طراحی بدنه های دو کمک فوجی به وجود آورده است. سیستم اتصال چهار وجهی، با اتصال کوتاه تر در قسمت رام عقب، این ترکیب موجب همگان سازی و بهبود سیستم تعلیق اتصالات کوتاه برای مهندسی بدنه هایی کشیده تر شده است که در سراسیبهی ها کارآمد هستند. سیستمی زیرک در انواع چاله ها و شکاف های مهار نشدنی به هنگام پائین آمدن از سراسیبهی ها. اتصالات کشیده تر سیستم MLink آهسته تر از بازوهای کوتاه این سیستم بازی می کنند، در نتیجه فشار کمتری را به محور و بلبرینگ های چرخ عقب وارد می کنند، و بر خلاف سیستم های اتصال کشیده، میله زین و میله زنجیر را به هم متصل کرده تا همزمان با بهره گیری از مزایای میله زنجیر کوتاه، هندسه و مثلث عقب به خوبی شکل بگیرد و تاب و نوسان یکنواخت و قرص و محکمی در قسمت عقب دوچرخه جریان داشته باشد.

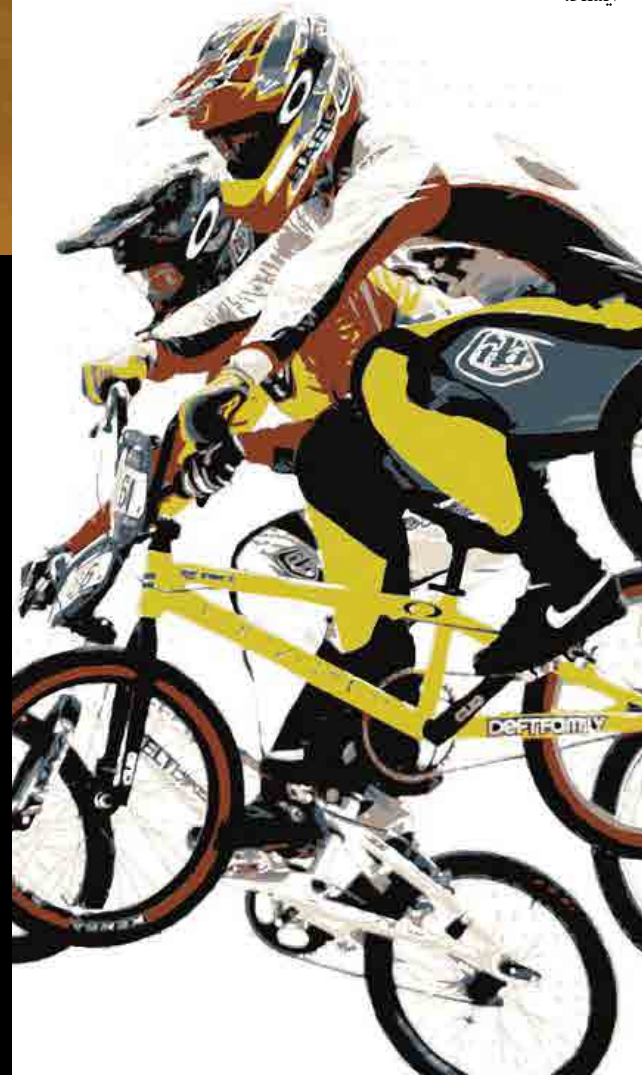




## آنک بیرتن (Anneke Beerten) سال جدید میلادی را با پیروزی آغاز کرد!

پیشرو تیم اندورو بانوان کمپانی جی تی، آنک بیرتن، سال ۲۰۱۶ را با گامی موفق آغاز کرد. او در مسابقات South ridge آمریکا که در شهر فونتانا از ایالت کالیفرنیا برگزار شد با دوچرخه Sanction خود توانست همچون دوچرخه سوار رشته دانهیل سرایشی های مسیر را با سرعت و مهارت بسیار بالا پشت سر بگذارد. او همچنین توانست در رنکینگ دانهیل سواران حرفه ای بانوان نیز موقعیت خود را در صدر جدول تثبیت نماید.

هم تیمی او، رونی رنر (Ronnie Renner) نیز از تیم مردان توانست در سری مسابقات حرفه ای دانهیل، با دوچرخه Sanction خود قدرتش را به نمایش بگذارد. قهرمان افسانه ای حرکات نمایشی با موتور کراس، به همه نشان داد که با مهارت خود در کنترل دوچرخه در آسمان و زمین، راهی هموار برای رسیدن به سکوی قهرمانی در پیش دارد. او در این سری از مسابقات در جایگاه ششم ایستاد.



# ST BICYCLES®

شروعی خوب  
برای سال  
۲۰۱۶

ABARISAVA



## اعضای تیم BMX کمپانی جی تی، در مسابقات بین المللی ۲۰۱۶ لاس وگاس آمریکا خوش درخشیدند!

هنوز اخبار پیروزی های پایان سال ۲۰۱۵ از یادها نرفته که دوباره در آغاز فصل جدید و در سری مسابقات بین المللی لاس وگاس آمریکا، تیم BMX جی تی خوش درخشید و با اندک نفرات خود چشم همگان را به خود خیره کرد. آیدن اوتن قصد داشت تا فصل جدید را با قدرت شروع کند که البته با توجه به سختی مسابقات وگاس به جایگاه هفتمی بسنده کرد. او در تمرینات بسیار قویتر ظاهر شده بود. دوگی باچر نوجوان که در فصل گذشته دچار مصدومیت شده بود توانست در رده سنی خود جایگاه سوم را کسب نماید. سوفیا فورستا نیز در این مسابقات بسیار خوش درخشید. بی دلیل نبود که شماره یک را به او اختصاص داده بودند چرا که پس از چند ماه تلاش بی وقفه توانست در هر دو روز از این سری مسابقات، مقام نخست را از آن خود کند و چیزی جز قهرمانی از خود به یادگار نگذارد. تیم جی تی با توجه به چند هفته فرصتی که پیش از مسابقات آینده این فصل در اختیار دارد تمام تلاش خود را می کند تا مثل همیشه روی سکو بدرخشد.





## تکنولوژی دیگری از کاندال ...

### ۱. تکنولوژی Save Plus در مدل های Synapse Hi Mod و Synapse Carbon

این حالت از بالاترین تکنولوژی برخوردار می باشد به نحوی که در سه ناحیه (دوشاخ / لوله زین و میله زین / مثلثی عقب) به دوچرخه سوار کمک می کند تا علاوه بر دفع ارتعاشات و ضربات از دوچرخه سواری نرم و بی نقصی برخوردار شود.



### ۲. تکنولوژی Speed Save در مدل های SuperSix EVO و CAAD12

این حالت بیشتر برای بهبود سرعت و میزان کنترل دوچرخه سوار بر روی دوچرخه به کار می رود.



### ۳. تکنولوژی Aero Save در مدل های Slice RS و Slice

این تکنولوژی به دوچرخه سوار این امکان را می دهد تا مدت زمان بیشتری در حالت آیرودینامیکی خود باقی بماند.



### ۴. تکنولوژی Save در مدل های Trail، CAAD8 و Tango

این حالت از تکنولوژی Save در مدل های Trail و Tango استفاده شده است و با کاهش و حذف ضربه های منتقل شده از سمت مسیر (زمین های آسفالت، خاکی، چاله های شهری، ریشه های کوهستانی و ...) به تأثیر دوچرخه، لذت دوچرخه سواری را برای شما بیش از پیش خواهد نمود.



اندک که قابل رویت نیستند، از شدت شوک های وارد شده به بدنه کاسته و در عین حال با صلابت و استوار به نظر بیاید. ما از این تکنولوژی در لوله زین، میله زین، میله زنجیر و تیغه های داخل پوسته کمک فتر استفاده کرده ایم تا بیشتر از پیش لذت دوچرخه سواری و کنترل بیشتر بر روی دوچرخه تان را برای شما به ارمغان آوریم. این تکنولوژی به چهار حالت مختلف تقسیم می شود که هر کدام در مدل های مختلف دوچرخه های ما استفاده شده است.

تکنولوژی Save به نحوی طراحی شده است که به واسطه کاستن میزان انتقال لرزش و ضربه وارد شده به بدنه دوچرخه از سمت مسیر به دوچرخه سوار، سفتی و سختی های مسیر را کاهش، و قدرت کنترل و سواری را افزایش می دهد. با جفت کردن دقیق نقطه هایی از میله زنجیر در مثلثی عقب بدنه (چه در آلیاژهای مصنوعی و چه در بدنه های کربن و آلومینیوم) و لوله زین و میله زین، توانسته ایم قسمت هایی را در این بخش به وجود آوریم که به واسطه انحرافات



**GT**<sup>®</sup>  
**BICYCLES**





SUNDEAL<sup>®</sup>

آبارسی آوا، نماینده انحصاری sunddeal در ایران

# برندی از تایوان، ساندیل ...



سومین کارخانه بزرگ تولید دوچرخه در تایوان، Ideal، که سابقه تولید دوچرخه های رده بالا و با کیفیتی همچون Fuji آمریکا، SE، Mangos و چند برند دیگر را دارد، در سال ۲۰۱۴ تصمیم گرفت تا برند دیگری را به خط تولید خود اضافه نماید. دوچرخه هایی با کیفیت و البته قیمتی مناسب تر تا همگان را راضی نگه دارد.

دوچرخه های Sunddeal توسط مهندسانی تولید و طراحی شده است که با پشتوانه ای قوی در پیشینه درخشان تولید برندهای دیگر، تصمیم گرفتند کیفیت و قیمت مناسب را در کنار یکدیگر به عنوان هدف قرار داده و با در نظر گرفتن نیاز مصرف کننده، دوچرخه ای را برای او تولید نمایند که موجبات رضایت او را فراهم سازد. این کمپانی قصد دارد تا با اولین تولیدات خود همچون مدل M7-SL که به سیستم دنده SLX ده تایی و دوشاخ ریموت دار Rockshock مجهز است، راه را برای ورود و تولید دوچرخه هایی در سطح بالاتر و حرفه ای تر باز کند.





## گفت و گو با جناب مهندس هوشمند نماینده محترم استان قزوین

۱۱- آیا این موضوع که قزوین شهر دوچرخه است صحت دارد؟  
بله، خوشبختانه همین طور است. قزوین هم به لحاظ آماتوری و هم حرفه ای پتانسیل بالایی دارد. با وجود این که این استان جمعیتی کمتر از یک میلیون نفر دارد، مصرف دوچرخه در آن چند برابر استان های دیگر است.

۱۲- اگر یک مشتری حرفه ای برای خرید به فروشگاه شما مراجعه کند و خواستار یک دوچرخه کراس کانتی می باشد، شما کدام برند را پیشنهاد می کنید؟  
سیاست من در فروش همیشه مشاوره است نه پیشنهاد. سعی می کنم بهترین مشاور برای خریدار باشم.

۱۳- نظراتان در مورد برند کندال چیست؟  
کندال یکی از بهترین برندهای جهان با داشتن تکنولوژی های منحصر به فرد است. لازم می دانم از مدیران شرکت محترم آباریس آوا به خصوص آقای دهنوی بابت ورود این برند به بازار ایران تشکر نمایم.

خرید آن ها شود، ما اعتقاد داریم خدمات خوب باعث جلب رضایت مشتریان می گردد.

۶- آیا تنوع برندهای موجود در بازار ایران شما را در انتخاب محصولاتتان سردرگم نمی کند؟  
با توجه به رشد فروش دوچرخه های برند و تنوع سلیقه مصرف کنندگان به ناچار باید تا حد ممکن شرایط مطلوب را برای آن ها محیا کرد که دارا بودن برندهای مختلف لازمه آن می باشد. ولی به اعتقاد من اگر فروشنده مسلط به شرایط بازار باشد، وجود برندهای مختلف حتی می تواند به نفع مصرف کننده هم باشد که بالاترین حسن آن رقابتی شدن قیمت ها است.

۷- رسالت شما نسبت به همشهریان خود در خصوص ارائه برندهای معتبر چیست؟  
هدف ما همیشه ارائه بهترین کیفیت در کنار مناسب ترین قیمت بوده است؛ یعنی اگر بتوانیم با توضیحات دقیق و شفاف مصرف کننده را از خرید برند آگاه کنیم، یک مشتری وفادار برای فروشگاه خواهیم داشت.

۸- آینده حرفه دوچرخه و لوازم جانبی آن را چگونه ارزیابی می کنید؟  
هم اکنون دوچرخه بازار خوبی دارد ولی بازار لوازم جانبی قطعاً گسترش پیدا خواهد کرد.

۹- به کدام یک از برندهایی که در ایران وجود دارد و یا تاکنون وارد نشده است علاقه مند هستید؟  
شخصاً اسپشیا لایزد و کندال را بسیار دوست دارم ولی فکر می کنم همچنان جای Trek در بازار خالی است. مشتریان مشتاق آمدن برندهای خوب هستند.

۱۰- توصیه شما به مردم در ارتباط با دوچرخه سواری چیست؟  
امروزه مدل زندگی و تغذیه ما را وادار می سازد تا ورزش را در برنامه روزانه خود قرار دهیم و چه ورزشی بهتر از دوچرخه سواری!

۱- جناب آقای هوشمند لطفا درباره سابقه فروشگاهتان بفرمایید؟  
پدر بزرگوارم از سال ۱۳۴۰ در این حوزه فعالیت می کردند که سابقه ایشان یکی از با ارزش ترین داشته های من در کسب و کار است.

۲- آیا خودتان دوچرخه سواری می کنید؟ به کدام ورزش علاقه مند هستید؟  
به طور حرفه ای خیر، اما اغلب به صورت تفریحی دوچرخه سواری می کنم. در ورزش های گروهی به فوتبال و در ورزش های انفرادی به تنیس روی میز علاقمند هستم.

۳- مزایا و معایب حرفه خود را چه می دانید؟  
حرفه ی پر انرژی و هیجان انگیزی است و تنها عیب آن فصلی بودنش است.

۴- مشتریان شما چه تیپ افرادی هستند؟  
در این فروشگاه همه مدل مصرف کننده داریم. جالب است بدانید، گاهی اوقات اشخاصی که خرید می کنند نسل سوم و افراد کوچکتر خانواده هستند که این بسیار لذت بخش است.

۵- ارتباط شما با مشتریان فروشگاه چگونه است و چرا مشتریان شما عمدتاً ثابت هستند؟  
هدف اولیه فروشگاه جلب رضایت مراجعه کنندگان است تا منجر به





تمرین و مسابقه با ضربان قلب

## دانشجوی هری دوچرخه سواری

چگونه دوچرخه سواری می تواند به شما کمک کند تا به اهداف شخصی خود در آمادگی جسمانی دست یابید!

دستیابی به هریک از این اهداف شخصی در آمادگی جسمانی، بستگی به موثر بودن برنامه دوچرخه سواری تان دارد. اتحادیه قلب آمریکا توصیه می کند که به منظور بهره مند شدن از مزایای یک فعالیت هوازی، سطح خاصی از فعالیت که با تناوب، طول مدت و شدت اندازه گیری می شود را بایستی در حین تمرین، حفظ کرد.

دوچرخه سواری یک تمرین هوازی عالی است و به شما اجازه می دهد با گروه بزرگی از عضله ها در یک حالت مداوم و مستمر، ضربان قلبتان را در چنان سطح بالایی نگه دارید که به تاثیر تمرین دست یابید.

دوچرخه سواری کارآمدترین شکل تحرک بدنی انسان می باشد، بهتر از شنا دویدن و حتی پیاده روی. دوچرخه سواری یکی از اندک ورزش هایی است که انسان و ماشین را، با هم تلفیق می کند. هرچه بدن به طور موثرتری با آن تعامل برقرار کند، میزان تفریح و آمادگی جسمانی که فرد می تواند به آن دست یابد بالاتر است.

### چرا نظارت بر قلب اینقدر مهم است؟

قدرت قلبتان مهم ترین دلیل برای حفظ آمادگی جسمانی است، خوشبختانه این یکی از راحت ترین اهداف آمادگی جسمانی است که می توان به آن دست یافت. قلب یک عضله است. قلب همیشه در حال فعالیت و عملکرد است و در نتیجه متاسفانه در بسیاری از افراد خود را در سطح نسبتاً پایینی نگه می دارد. اما، همانند هر عضله دیگر، هنگامی که در مدت زمان های تمرینی بطور مرتب مورد استفاده قرار گیرد، به تدریج قابلیت آن افزایش خواهد یافت. در نتیجه می تواند با فشارهای تمرینی جدید دست و پنجه نرم کند.

### استفاده از سطوح ضربان قلب هدف در تمرین:

تمرین کردن در ضربان هایی که درون هر یک از سطوح قرار می گیرند به شما کمک خواهد کرد تا به اهداف خاصی از سلامتی و آمادگی جسمانی برسید.

### آغاز تمرین، سلامتی همه جانبه:

محققین متعددی در زمینه علوم ورزشی و سلامت، کنترل و پیشگیری از بیماری توصیه می کنند که فعالیت بدنی با شدت متوسط حداقل سه مرتبه در هفته برای ۳۰ دقیقه یا بیشتر، سلامتتان را به طور کلی بالا خواهد برد. ناحیه «شدت ملایم» با ۶۰-۵۰ درصد از حداکثر ضربان قلبتان نشان داده می شود. افرادی که به تازگی یک برنامه تمرینی را شروع می کنند بایستی در این ناحیه تمرین کنند.

### کم کردن وزن یا حفظ تناسب اندام:

ناحیه دوم که ۶۰ الی ۷۰ درصد از حداکثر ضربان قلب است، اغلب به آن «شدت ملایم تا متوسط» گفته می شود، چرا که شدت به میزانی است که بدن را ملزم می کند تا از چربی ها به عنوان منبع اصلی سوخت برای تمرین استفاده کند. برای کم کردن وزن و حفظ ظاهر متناسب، ضربان قلبتان را در این ناحیه به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه نگه دارید و ۳ تا ۵ روز در هفته با این شدت تمرین کنید.

### ساخت یک قلب قوی:

ناحیه سوم، ۷۰ الی ۸۵ درصد، از حداکثر ضربان قلب، به عنوان «شدت متوسط» شناخته می شود. تمرین در این ناحیه به شما کمک می کند که استقامت هوازی ایجاد کنید و سلامتی قلبی-عروقی تان را بالا ببرید. این نوع تمرینات طاقت فرسا به منظور آمادگی در مسابقه فراهم می کند.

### افزایش عملکرد بیشینه برای مسابقات دوچرخه سواری:

در ۸۵ الی ۱۰۰ درصد از حداکثر ضربان قلب، این شدت از بالاترین سطح تمرین، می تواند به افزایش سرعت و آماده سازی شما برای مسابقه، کمک کند. این امر همچنین استقامت در برابر اسیدلاکتیک، که اصلی ترین محصول زائد یک متابولیسم غیر هوازی در عضلات است را افزایش می دهد.

### استفاده از تمرینات متنوع:

تمرین متنوع در تمامی این نواحی، آمادگی جسمانی را افزایش خواهد داد، عملکرد را ارتقاء خواهد داد و انرژی بیشتری را به زندگی تان می دهد. طبق گفته دکتر کرنی، فیزیولوژیست ارشد در مرکز تمرین المپیک آمریکا در کلورادواسپرینگز، «اغلب برنامه های تمرینی، تلفیقی از شدت های تمرینی برای بالا بردن ظرفیت عملکردی می باشد.»

\* برگرفته از کتاب تمرین و مسابقه با ضربان قلب- تالیف و ترجمه، دکتر هادی با شفاعت

### آنسوی آمادگی جسمانی، مدیریت استرس:

از آنجایی که استرس نیز بر روی ضربان قلبتان تاثیر می گذارد، ضربان قلبتان می تواند بازتابی ارزشمند برای سلامت روحی به شما ارائه دهد. با نظارت بر ضربان قلبتان، می توانید یاد بگیرید که موقعیت های استرس زا را شناسایی کنید و اثرات منفی را با تمرینات متنوع آرام بخش، مدیریت کنید.

### استفاده از مانیتور ضربان قلبتان:

مانیتور ضربان قلب، اندازه گیری شدت فعالیت را در طول تمرین های دوچرخه سواری آسان می سازد و به اندازه ثبت الکتریکی ضربان قلب دقیق است. بستن نوار سینه راحت است و دریافت کننده بی سیم را می توان همانند یک ساعت مچی بست یا بر روی فرمان دوچرخه نصب کرد. برای استفاده از مانیتور ضربان قلبتان، لازم است که ابتدا دو نکته را بدانید:

۱- ضربان قلبتان در حین استراحت

۲- حداکثر ضربان قلبتان، واقعی و پیش بینی شده

### تعیین ضربان قلبتان در حال استراحت:

ضربان قلبتان در حین استراحت، میزان آمادگی اولیه تان را به طور بسیار دقیقی نشان می دهد. هر چه بدنتان در شرایط بهتری باشد، قلبتان برای پمپاژ کردن خون به بدنتان، به تلاش کمتر و ضربان های کمتری در هر دقیقه نیاز دارد. برای تعیین کردن ضربان قلبتان در حالت استراحت، مانیتورتان را قبل از این که صبح از رختخواب بیرون آید، ۵ روز به طور پشت سرهم، ببندید و سپس میانگین نوشته ها را بگیرید.

### آزمایش واقعی:

دقیق ترین راه برای تعیین کردن حداکثر ضربان قلب شخصی تان، آزمایش کردن آن در بیمارستان (معمولاً بوسیله تردمیل) توسط متخصصین قلب و عروق یا یک تکنسین مجرب است یا می توانید با انجام آزمون تایم تریل بر روی دوچرخه که توسط یک مربی با تجربه یا یک فیزیولوژیست ورزشی نظارت می شود، انجام دهید. اگر سستان بیشتر از ۳۵ سال است، دارای اضافه وزن هستید، برای چندین سال بی تحرک بوده اید، یا سابقه بیماری قلبی در خانواده تان دارید، انجام تست ورزشی در بیمارستان توصیه می شود.

### حداکثر ضربان قلب پیش بینی شده:

راحت ترین گزینه، برآورد کردن حداکثر ضربان قلبتان بر مبنای فرمولی است که موثق بودن آن کاملاً ثابت شده است: عدد ۲۲۰ را در نظر بگیرید و سستان را از آن کم کنید. مثلاً اگر ۴۵ سال دارید، ۲۲۰ منهای ۴۵ می شود ۱۷۵ که این عدد همان حداکثر ضربان قلب پیش بینی شده است.





متخصصیات چلوپد تاپیک  
در راه است...

### BabySeat™ II & Disc Mount Rack

صندلی کودک به همراه ترکبند مخصوص ترمزهای دیسکی

این صندلی که با ترکبند همراه بوده، از لحاظ ایمنی بسیار مطمئن می باشد. کمربند ایمنی، دستگیره نگه دارنده جلو و جاپایی هایی با قابلیت فیکس شدن همه حکایت از همین موضوع دارند. پس وقت آن رسیده که دیگر دغدغه سپردن کودکان به اقوام را از ذهن خود پاک نمائید و با فرزند دلبندتان با آسودگی خاطر از دوچرخه سواری خود لذت ببرید.



### SoundLite USB

With wireless sound controller

چراغ جلو به همراه بوق + کنترل از راه دور بوق (وایرلس)

۳ عدد لامپ Super Bright ال ای دی ۰.۲ وات، باتری ۳.۷ ولتی ۶۰۰ میلی آمپری که از طریق USB شارژ می گردد، قدرت ۷۰ لومنی و بوقی که بر روی بدنه خود چراغ تعبیه شده است همه در این مدل ۵۸ گرمی کنار هم قرار داده شده اند تا شما مشکلی برای دیدن، دیده شدن و آگاه کردن دیگران از نزدیک شدن به آن ها نداشته باشید. در ضمن دکمه کنترل بوق تان هم به صورت وایرلس است که مکان نصب آن شما را به دردمر نیاندازد.

### WhiteLite™ HP Mega 10W

چراغ جلو پی مگا

یک ال ای دی ۱۰ واتی ضامن روشن کردن فضای ۳۰ متری پیش روی شما خواهد بود!! باتری ۱۰۴۰۰ آمپری لیتیوم این چراغ که از آن به عنوان Power Pack نیز می توانید استفاده کنید شما را قادر خواهد ساخت تا ۴ ساعت کامل با بیشترین میزان روشنایی این چراغ یعنی خروجی ۱۰ وات با توان ۹۰۰ لومن از سواری در مسیرهای تاریک لذت ببرید. نگران نصب آن بر روی کلاه ایمنی خود نیز نباشید، چرا که Topeak به آن هم فکر کرده و در کیف حمل آن تمامی بست های مربوط به نصب این چراغ در جاهای مختلف و یک رشته سیم بلند برای نصب بر روی کلاه ایمنی را قرار داده است. دکمه این چراغ که در پشت آن قرار دارد با تغییر رنگ وضعیت در لحظه آن را برای شما مشخص خواهد نمود.



# 2B ACE

یک خرید آسان

تا چندی پیش، برای خرید تجهیزات و لوازم مورد نیازمان مستلزم صرف هزینه و زمان زیاد و مراجعه به بازارهای خاص آن محصول بودیم. اما امروزه با پیشرفت تکنولوژی، خریداران و مصرف کنندگان به خرید بی واسطه تمایل پیدا کرده اند. آن ها با استفاده از تکنولوژی روز دنیا و در اختیار داشتن تنوع محصولات، در همه ی زمینه ها از جمله لوازم ورزشی که انتخابی سخت و حساس است، از راه دور خرید می کنند. با گذشت زمان و نیاز سنجی بازار و مشتریان، اکنون فروشگاه اینترنتی لوازم ورزشی 2bAce با راه اندازی فضای مجازی مجهز و کامل، تمامی محصولات خاص و پیشرفته ورزشی را مستقیماً از تولید کننده تامین، و در اختیار مشتریان خود در سراسر ایران پهناور قرار داده است، و با برطرف نمودن مشکلات خرید حضوری، شرایطی بسیار عالی برای مشتریان خود فراهم نموده است.

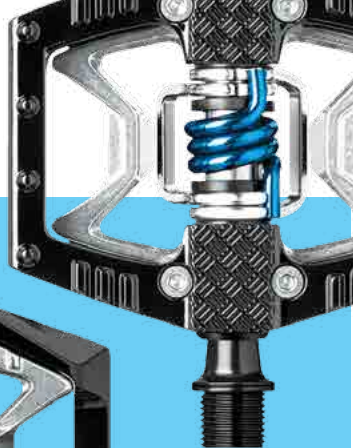
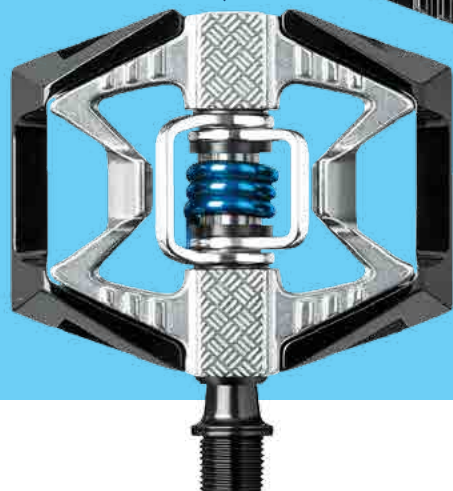
ما به عنوان هم تیمی به مشتریانمان می نگریم و خود را در کنار شما برترین می دانیم. آسمانمان آبی خواهد بود اگر بخواهیم...

WWW.2BACE.COM



# پنجه رکاب مدل Double Shot

انقلابی در افزایش بازدهی و استقامت



1 enduro cartridge bearing

premium outboard bearing



2 igus LL-glide bearing

premium inboard bearing



3 double seal system

double-lip internal seal  
new external seal



پنجه رکابی متفاوت که اجزای متمایز کننده آن با بالاترین کیفیت تولید شده اند.

برای تولید این پنجه رکاب ما از بزرگترین تولید کنندگان بلبرینگ در جهان یعنی کارخانه های IguS و Endure کمک گرفته ایم. بلبرینگ بیرونی از کارخانه Endure بوده که مختص رکاب زدن طراحی و تولید شده است، سرعت کم با عملکردی بالا که در تمامی مدل های ۲۰۱۶ از همین بلبرینگ استفاده شده است. همچنین با بهره گیری از تکنولوژی DSS (Double Seal System) از نفوذ هرگونه گرد و خاک و آب به داخل پنجه رکاب جلوگیری کرده ایم. برای بلبرینگ داخلی نیز از مدل LL کمپانی IguS که با سر خوردن در محل خود باعث روان تر شدن عملکرد پنجه رکاب می گردد استفاده کرده ایم که باز هم در تمامی مدل های ۲۰۱۶ بکار رفته است. اطلاعات تخصصی مربوط به این پنجه رکاب را می توانید در زیر مشاهده فرمائید:

spindle material	forged scm 435 chromoly steel
body material	A380 aluminum
wing material	17-4PH stainless
spring material	300 series stainless steel
release angle	15° / 20°
q-factor	52mm
inner bearing type	igus LL-glide bearing
outer bearing type	enduro cartridge bearing
cleat	premium brass cleats with shims included
weight	395g per pair



## ابزاری جدید برای رویارویی با رقبا در فصل جدید

فصل جدید رقابت ها در سال جدید میلادی با سری مسابقات سن لوئیس رسمیت یافت. رقابتی تنگاتنگ که در آن تیم Movistar توانست با نمایشی قدرتمند همچون همیشه، فاتح آن باشد. فصل جدید و اتفاقات جدید که شرایط زیر در آن رقم خواهد خورد:

- حضور در فصل جدید با تیم حرفه ای Movistar
- پشتیبانی از دو قهرمان بزرگ به نام های نایرو کوئینتانا و آلیخاندرو ولورد
- حضور در سه رقابت معتبر: تور Giro ایتالیا، رقابت های تور فرانسه (Tour de France) و تور Vuelta اسپانیا
- چهار مدل کلاه جدید با تکنولوژی های جدید



## دایر کوئینتانا از تیم Movistar فاتح رقابت های سن لوئیس گردید

دایر، برادر کوچکتر خانواده کوئینتانا بار دیگر توانست ارزش های خود را به اثبات برساند و در مسابقات تور سن لوئیس، بزرگترین و مهمترین تور دوچرخه سواری حرفه ای در آمریکای جنوبی مقام نخست را از آن خود کند. برادر بزرگتر او نایرو نیز پس از یک هفته تلاش در این مسابقات بر سکوی سوم ایستاد. تیم Movistar مدافع عنوان بهترین تیم این سری از مسابقات (همچون سایر مسابقات بزرگ بین المللی) بار دیگر گام محکمی در شروع فصل جدید برداشت و قصد دارد همچون فصل پیش تمامی سکوهای مسابقات بین المللی را یکی پس از دیگری فتح نماید.



# تازه ترین ها در



## تجلیل از محمد دانشور، مرد طلایی دوچرخه سواری

به گزارش روابط عمومی استان خراسان رضوی، محمد دانشور دوچرخه سوار طلایی و ملی پوش ارزشمند استان خراسان رضوی، با حضور جمع کثیری از علاقمندان و ورزشکاران مورد تقدیر و تجلیل قرار گرفت. در این مراسم که در یکی از تالارهای شاندیز با برنامه های متنوع و شاد برگزار گردید ضمن گرامی داشت دهه مبارک فجر از دوچرخه سوار مدال آور کشورمان که با دارا بودن ۱۰ مدال آسیایی در سن ۲۳ سالگی به نوعی اسطوره دوچرخه سواری استان می باشد تقدیر شایسته ای گردید. در این مراسم کوروش صبوریان مدیر کل اداره ورزش و جوانان خراسان رضوی، هوشنگ ولی پور معاون توسعه ورزشی اداره کل، مجید پوررضایی رییس اداره ورزش و جوانان مشهد، در کنار جمعی از پیشکسوتان دوچرخه سواری، خانواده محمد دانشور، دوچرخه سواران استان و اصحاب رسانه ورزشی حضور داشتند. در پایان توسط کوروش صبوریان و مهدی روزبهان لوح تقدیری به پاس قدردانی از تلاش این رکابزن نام آور خراسانی در میادین بین المللی به وی اهدا گردید.

## سراجی: ۱۲۰ ایستگاه دوچرخه هوشمند راه اندازی می شود

رئیس هیات دوچرخه سواری استان تهران گفت: تا پایان امسال ۱۲۰ رک (خانه دوچرخه هوشمند) در پایتخت ایجاد می شود. این ایستگاه های هوشمند دوچرخه، مجاور خطوط اتوبوس و مترو مناطق ۶، ۷، ۱۱ و ۱۲ تهران استقرار می یابند. به گزارش روابط عمومی فدراسیون دوچرخه سواری، امید سراجی افزود: در حال حاضر ۵۰ ایستگاه هوشمند دوچرخه در نواحی قدیمی و توریستی تهران ایجاد شده است. وی گفت: ایستگاه های دوچرخه هوشمند، در حد فاصل ۱۵۰ متری از یکدیگر قرار می گیرد تا مردم به راحتی بتوانند در سطح شهر تردد کنند. وی ادامه داد: در بودجه مصوب امسال شورای اسلامی شهر تهران ۲۰۰ میلیارد ریال برای به روز رسانی، راه اندازی و خرید دوچرخه های هوشمند در نظر گرفته شد که در سال آینده این اعتبار دو برابر می شود. رییس هیات دوچرخه سواری استان تهران به ورود چهار هزار دوچرخه مجهز به امکانات روز دنیا خبر داد و گفت: قرار داد خرید این دوچرخه ها با معاونت حمل و نقل شهرداری به امضا رسیده است. سراجی خاطر نشان کرد: در حال حاضر هفت هزار دوچرخه بدون دنده در ۱۵۰ خانه دوچرخه مناطق ۱، ۲، ۳، ۴، ۶، ۷، ۸، ۱۸ و ۱۹ وجود دارند. وی همچنین از تشکیل اردوی تیم ملی دوچرخه سواری در تهران خبر داد و گفت: در این اردو ۲۵ دوچرخه سوار مرد و زن در رده سنی جوان و بزرگسال در رشته های کراس کانتری و دانهیل شرکت می کنند. سراجی گفت: اردوی تیم ملی، ۲۶ دی ماه به مدت دو هفته در مجموعه ورزشی دوچرخه سواری آزادی آغاز می شود که تهران در این اردو ۲ نماینده مرد و زن دارد. وی همچنین از برگزاری مسابقات جهانی دوچرخه سواری برای همه و مسابقات جام کوهستان به میزبانی این هیات خبر داد و گفت: "مسابقه دوچرخه سواری برای همه" ۱۶ بهمن امسال از دانشگاه تهران تا ورزشگاه شیرودی و همچنین مسابقات جام کوهستان ۳۰ و ۳۱ تیر ماه سال آینده در دیزین تهران برگزار می شود.

## مراسم اختتامیه داوری و رونمایی از ۱۷ کتاب تشکیل «نهضت آموزشی» در فدراسیون دوچرخه سواری

به گزارش روابط عمومی فدراسیون دوچرخه سواری، همزمان با مراسم اختتامیه دوره داوری بین المللی پیست و جاده از ۱۷ کتاب آموزشی، علمی، اخلاقی رشته دوچرخه سواری رونمایی شد. در این مراسم آقایان افشین ملایی مدیرکل برنامه ریزی و آموزش وزارت ورزش، دکتر محمد رضا اسد مدیرکل دفتر توسعه ورزش همگانی وزارت ورزش و دکتر مسعود امینی مدیرکل دفتر امور فرهنگی وزارت ورزش حضور داشتند و از تلاش های بی وقفه خسرو قمری رییس فدراسیون دوچرخه سواری تقدیر و تشکر کردند. در ابتدای مراسم مریم خسروشاهی مسوول کمیته آموزش فدراسیون ضمن تشریح برنامه های این کمیته در طول سه سال گذشته، تالیف و ترجمه این تعداد کتاب را دستاوردی نوو بی نظیر در یک فدراسیون ورزشی عنوان کرد. خسروشاهی افزود: این دوره داوری در آسیا برای اولین بار برگزار می شود و فدراسیون بین المللی فضا را برای بالا بردن سطح علمی داوران یک کشور فراهم می سازد. همچنین از پوماریو، مدرس کانادایی که سرداور دو دوره المپیک و ۷ رقابت جهانی بوده، دعوت شد تا دقایقی صحبت کند که با خوش آمدگویی به زبان فارسی حاضرین در مراسم را متعجب کرد. پوماریو در ابتدا سطح این دوره داوری را بی نظیر عنوان کرد و سطح علمی و فنی داوران ایرانی حاضر در این کلاس را قابل تحسین دانست. وی گفت: «بسیار خوشحالم که به ایران آمدم و از مهمان نوازی شما بسیار تشکر می کنم. امیدوارم باز هم بتوانیم در ایران چنین دوره های پیشرفته ای برگزار کنیم.» خسرو قمری رییس فدراسیون حضور مسوولان، پیشکسوتان و علاقه مندان به رشته دوچرخه سواری را در این مراسم قوت قلبی ستودنی عنوان کرد. قمری گفت: ابتدا سالروز پیروزی انقلاب اسلامی را تبریک می گویم. فدراسیون دوچرخه سواری با بضاعتی که داشته است توانسته چه به لحاظ نتیجه گیری و چه ساختار سازی به بهترین نتایج لازم دست پیدا کند و این ۱۷ کتابی که امروز رونمایی می شود حاصل تلاش سه سال اخیر مجموعه آموزشی فدراسیون می باشد که از تلاش های بی وقفه کارکنان فدراسیون و کمیته های مختلف نیز تشکر می کنم. ما در سالی که گذشت توانستیم ضمن کسب ۳ سهمیه المپیک، بهترین امتیازها را در بخش های مختلف کسب نماییم. کسب سهمیه المپیک برای فدراسیون دوچرخه سواری مرهون زحمات ورزشکاران، مربیان و مسوولان است. مسلماً حمایت های وزارت ورزش و جوانان در این موفقیت ها بی تاثیر نبوده که از وزیر محترم ورزش نیز تشکر می کنم. فدراسیون دوچرخه سواری در طول این چند سال یک «نهضت آموزشی» تشکیل داده و در راستای رهنمودهای رهبر معظم انقلاب اسلامی در عرصه های مختلف گام های استواری برداشته است که ما نیز این را شعار کاری خود قرار داده ایم. در تلاش هستیم این نهضت را حفظ کنیم و این مهم تنها با تلاش و برنامه ریزی حاصل می شود. رییس فدراسیون دوچرخه سواری افزود: این دوره داوری مبلغی حدود ۱۰ میلیون برای فدراسیون هزینه داشته است که اگر قرار بود چنین دوره ای در خارج از کشور برگزار شود باید برای هر نفر حدود ۱۵ میلیون تومان پرداخت می شد. حضور بانوان در این دوره داوری دریچه جدیدی را برای بخش بانوان رشته دوچرخه سواری گشوده است و امیدواریم از این به بعد شاهد حضور داوران کشورمان در رقابت های بین المللی باشیم. همچنین افشین ملایی مدیر کل دفتر برنامه ریزی آموزشی وزارت ورزش در بخش دیگری از مراسم از تشکیل «نهضت آموزشی» در فدراسیون دوچرخه سواری تقدیر کردند و ابراز امیدواری داشتند تا این حرکت فرهنگی در همه عرصه ها دیده شود. وی در بخشی از اظهاراتش به نقش مهم مقوله فرهنگی و آموزشی در سطوح جامعه پرداختند و رهنمودهای رهبر معظم انقلاب اسلامی را سرلوحه امور عنوان نمودند. در پایان با دعوت از مسوولان فدراسیون، از مدرس کانادایی، مجید ناصری مدرس توانای ایرانی و شرکت کنندگان در این دوره داوری تقدیر به عمل آمد. همچنین ادگار شمعوینیان، سعید میرزایی، مصطفی چاپچی، محسن سلگی، مریم خسروشاهی، احمد رضایی، به عنوان مترجمان و مولفان کتاب های رونمایی شده هدایا و لوح تقدیر دریافت کردند.







# مکعب دوست دانشی CUBE

زمانی دور در تاریخ، پلاروید با به کارگیری تکنولوژی چاپ حرارتی و امکان چاپ همزمان با عکاسی در واقع همین فرهنگ به اشتراک گذاری خاطرات را بنا می نهاد که به جزئی از زندگی جامعه مدرن مبدل گردید ...  
این مکعب کوچک هم پاسخی است به همان نیاز گذشته اما به روز ...

## امکانات

وضوح تصویر: 6MP

سنسور: CMOS

لنز: 124wide angel – lend F2.0 = 3.4 mm

قابلیت ضبط ویدئو 720HD/1080Full HD

مقاوم در برابر ضربه

پشتیبانی از حافظه خارجی تا حجم ۶۴ گیگابایت (Micro SD)

باتری دوبل لیتیومی با ۹۰ دقیقه زمان استفاده مفید

دارای پورت USB و شارژ

میکروفون و چراغ LED

دارای مگنت قوی با چسبندگی بالا روی سطوح فلزی

## گارانتی و بیمه

خطرات تحت پوشش:

- ۱- ضربه و شکست فیزیکی مورد ناشی از یک حادثه مشخص
  - ۲- نوسانات الکتریکی
  - ۳- آتش سوزی، صاعقه، انفجار، سیل، زلزله، طوفان
  - ۴- آبدیدگی و نم زدگی
- تسویه خسارت:

- ۱- پرداخت ۱۵ درصد مبلغ هر خسارت به عهده خریدار می باشد و به ازای هر ماه کارکرد دستگاه ۵/۱ درصد فرانشیز بابت فرسودگی کسر می گردد.
- ۲- در صورتیکه خسارت وارده بیش از ۷۰ درصد ارزش مورد بیمه باشد، خسارت کلی تلقی شده و دوربین با توجه به نظر کارشناس فنی تعویض می گردد.



# شوگ گیر جدید FOX Float X2



مدل از X2 از سیستم RVS بهره می گیرد (Rod Valve System) که در آن قلم از یک پیستون میله ای یکپارچه هوشمند همراه با درجه های هوشمند استفاده شده است، که به نوبت اجزاء می دهند تا قلم از یک سمت روغن درون محفظه از آن ها عبور نماید.

X2 از یک محفظه اصلی، لوله های کناری رفت و برگشت روغن، تک پیستون مجهز به درجه فشار هوا و دو مخزن رفت و برگشت روغن که مجهز به RVS هستند تشکیل شده است. هنگامی که به پیستون فشار وارد می شود روغن از طریق مخزن RVS رفت عبور کرده و به واسطه لوله های کناری به پشت پیستون اصلی آمده و در کمپرس شدن کمک می کنند در مسیر برگشت نیز برعکس همین عمل اتصالی می افتد، با این تفاوت که روغن از طریق مخزن RVS برگشت به مخزن اصلی بر می گردد. در هر دو مخزن RVS دو نوع تنظیم وجود دارد، یکی از طریق پیچ هایی که ۳ میلی متر جابجا شده و میزان عبور روغن را کنترل می کنند و دیگری با سر پیچش که ۶ میلی متر بالا پایین می شود و میزان فشار روغن عبوری را کنترل می کند. با چرخش هر کدام از این اجزاء در جهت عقربه های ساعت میزان فشار بیشتر و میزان روغن عبوری کمتر، و برعکس آن با چرخش اجزاء در جهت عکس عقربه های ساعت میزان فشار کمتر و حجم روغن عبوری بیشتر می شود. این فرایند در مخزن RVS رفت منجر به تند و یا کند شدن کمپرس و در مخزن RVS برگشت موجبات گیر و یا زیاد شدن سرعت Rebound می گردد. تک پیستون مرکزی نیز که مجهز به درجه فشار هوا می باشد در کل این فرایند ها نقش کمکی را ایفا می کند.

مشخصات کامل این مدل را می توانید ملاحظه فرمایید :

Sizes	7.875 x 27.875 x 2.25
	8.5 x 2.5
	8.75 x 2.75
	9.5 x 3
	10.5 x 3.5
Adjustments	Low-speed compression
	High-speed compression
	Low-speed rebound
	High-speed rebound
	Air spring pressure
EVOL	All sizes
Coating	Kashima Coating





[www.abarisava.com](http://www.abarisava.com)