ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
چهارشنبه • ۲ آبان ۱۴۰۳
۱۹ ربیع الثانی ۱۴۴۶ • ۲۳ اکتبر ۲۰۲۴
شماره ۲۱۶۱۵
۲۸۳۴

در زندگی سلام امروز بخوانیم:

آیا سشوار برای سلامت مو مفید است؟ ۲
طلاق به‌خاطر دوران مجردی همسر ۳
به‌بهانه پرباز دید شدن درخواست جدایی یک زن که در بهزیستی بزرگ شده و حالا سرکوفت‌های شوهر و مادرشوهرش امانش را بریده، از اصول صحبت با همسر درباره دوران مجردی گفتیم
پتوهای سنگین و بهبود خلق‌وخو ۳
طنز | ۲۸ درصد جای خالی یک چیزی در تهران! ۴

طلسم ۵۱ ساله سوارکاری را شکستم

گفت‌وگو با «فائزه غروی» که قهرمانی‌اش به‌عنوان یک زن در مسابقات پرش با اسب قهرمانی کشور که برگزاری‌اش سابقه ۵۱ ساله دارد، برای نخستین بار در تاریخ رقم خورد

مجید حسین زاده | روزنامه‌نگار

پرونده

شگفتی بزرگ در مسابقات پرش با اسب قهرمانی کشور که بارها خانم‌ها تا یک قدمی کسب مدال طلا در آن رفته بودند اما محقق نشده بود، بالاخره امسال رقم خورد. چند روز پیش بود که فدراسیون سوارکاری اعلام کرد، مسابقات پرش با اسب قهرمانی کشور در رده سنی بزرگسالان در مجموعه سوارکاری آزمون در ورزشگاه آزادی برگزار و در پایان سوارکاران برتر مشخص شدند. در پایان این رقابت‌ها «فائزه غروی» به‌عنوان نفر برتر و قهرمان رقابت‌ها معرفی شد. اما قهرمانی یک بانوی سوارکار در بالاترین سطح رقابت‌های پرش با اسب، مهم‌ترین و جالب‌ترین اتفاق مسابقات امسال قهرمانی کشور بود چرا که برای نخستین بار در تاریخ رقم خورد. این مسابقات ۵۱ سال است که برگزار می‌شود و این نخستین بار است که یک خانم عنوان قهرمانی را کسب می‌کند. به همین بهانه و در پرونده امروز زندگی سلام به سراغ این خانم تاریخ‌ساز در رشته پرش با اسب رفتیم تا درباره سطح مسابقات، هزینه‌های این ورزش، اسب و چالش‌های اسب‌سواری و... برای ما بگوید.

موانع این مسابقه از لحاظ ارتفاع در بالاترین سطح است

به‌عنوان اولین سوال از زن تاریخ‌ساز سوارکاری کشورمان درباره سطح مسابقات اخیر قهرمانی کشور می‌پرسم که می‌گوید: «مسابقات قهرمانی کشور مهم‌ترین مسابقات پرش با اسب است که در سال یک بار برگزار می‌شود. این مسابقات از لحاظ ارتفاع، بالاترین سطحی است که ما در ایران با اسب از روی موانع آن می‌پریم که یک متر و ۵۰ سانتی‌متر است. این رقابت‌ها سخت‌ترین مسابقه هم محسوب می‌شود، از این نظر که ما باید در ۵ راند رقابت کنیم. مسابقه‌های دیگر معمولا یک راند یا دو راندی است. ما مسابقه قهرمانی استان تهران را داریم که سه راند و بعد قهرمانی کشور با ۵ راند است؛ بنابراین رقابت سخت و حساس می‌شود و شانس برنده شدن، پایین می‌آید چون باید ۵ راند، خودت و اسبت آماده بمانید و گرنه موفق نخواهید شد.»

این مسابقات در ۳ روز برگزار می‌شود

از «غروی» درباره چگونگی کسب مجوز برای شرکت در مسابقات قهرمانی کشور می‌پرسم که می‌گوید: «به ما در مسابقاتی که در طول سال شرکت می‌کنیم، امتیاز می‌دهند. پس سوارکارهای ما جدول امتیازبندی (رنکینگ) دارند. ۴۵ نفر برتر در ایران که در طول سال در مسابقات مختلف شرکت و امتیاز کافی را کسب کردند، حق شرکت در مسابقات قهرمانی کشوری را به دست می‌آورند. البته بعضی افراد هم ممکن است سهمیه شهرستان یا فدراسیون داشته باشند. بنابراین ۵۰ یا ۵۵ نفر وارد ۳ راند رقابتی می‌شوند. بعد از این ۳ راند، بر اساس خطاهایی که اتفاق افتاده، ۲۰ نفر اول به روز فینال راه پیدا می‌کنند. این مسابقات در ۳ روز برگزار می‌شود.»

از ۱۰ سالگی سوارکار حرفه‌ای شدم

«اولین و مهم‌ترین دلیل برای علاقه‌مندی‌ام به این ورزش، علاقه زیاد به اسب و به‌طور کلی حیوانات بود. من و خواهرم از دوران کودکی علاقه زیادی نسبت به حیوانات و اسب داشتیم تا اینکه پدر و مادرم به این نتیجه رسیدند که ما را برای حضور در ورزش اسب‌سواری همراهی و کمک کنند». «غروی» با این مقدمه ادامه می‌دهد: «۷ یا ۸ ساله بودم که خواهرم اسب‌سواری را شروع کرد. در آن موقع هنوز اسب کوچک نبود. مربی که خواهرم با او اسب‌سواری را شروع کرد، گفت سن من برای این ورزش خیلی زود است. بنابراین من همیشه با ناراحتی می‌رفتم و تمرینات خواهرم را تماشا می‌کردم. دوست داشتم هرچه زودتر اسب سواری را یاد بگیرم. الان در دنیا، بچه ۴ یا ۵ سال هم می‌تواند با اسب کوچک، اسب‌سواری را شروع کند اما آن موقع به من می‌گفتند زود است. البته الان اسب کوچک در ایران هم داریم و بچه‌های کوچک هم می‌توانند این ورزش را یاد بگیرند. به هر حال، من حدود ۱۰ سالگی اسب‌سواری حرفه‌ای را شروع کردم.»

خواهرم مقام نایب قهرمانی کشور دارد

بعد از ۵۱ سال، یک خانم در مسابقات پرش با اسب قهرمان کشور شد. از «غروی» درباره حس و حالش بعد از کسب این مدال طلای تاریخی می‌پرسم که می‌گوید: «بله، ۵۱ سال است که این مسابقات برگزار می‌شود و برای اولین بار، یک خانم قهرمان آن شد. طلسم ۵۱ ساله سوارکاری را شکستم. البته خواهر خودم «ملیکا غروی»، مقام نایب‌قهرمانی مسابقات کشوری را داشت. مقام سومی هم در سال‌های اخیر داشتیم. مقام پنجمی هم توسط خانم «نغمه خانجانی» داشتیم که افتخارات زیادی برای کشور ما کسب کرده است. جالب است بدانید که امسال قهرمان مسابقات استان تهران همین خانم «خانجانی» بود بنابراین هم قهرمان کشور و هم استان تهران، امسال خانم بودند. درباره قهرمانی استان تهران هم فکر می‌کنم برای اولین بار بود که یک خانم قهرمان شد. اما قهرمانی کشور خبرش بیشتر دیده شد. من خیلی خوشحالم بابت این اتفاق. این برایم خیلی دلنشین است که من موفق شدم به‌عنوان یک خانم، این مقام را کسب کنم. دلیلش هم این است که باعث دلگرمی و رویش امید در دختران و بانوان سرزمینم شد».

مطمئن بودم جزو ۵ نفر برتر خواهم بود

از او می‌پرسم آیا قبل از شروع مسابقات این دوره، به قهرمانی فکر کرده بود یا نه که می‌گوید: «درباره این که به قهرمانی قبل از شروع این دوره از مسابقات فکر کردم یا نه، واقعیتش این است که نمی‌توانم بگویم اصلا فکر نمی‌کردم. من در هر مسابقه‌ای که شرکت می‌کنم، به قهرمانی در آن فکر می‌کنم و همیشه یک دیدگاه مثبتی به این اتفاق دارم. این مسابقه هم همین‌طور بود. فکر می‌کردم حتما جزو ۵ نفر برتر خواهم بود. البته می‌دانستم که مسابقات قهرمانی کشور به دلیل حضور سوارکارهای برتر کشور، ۵ راندە بودن، ارتفاع بالا، استرس بالای ۲ راند آخر و قتی با نفرات برتر باید رقابت کنید و...، سخت است بنابراین فکر کردن به قهرمانی کشور، کار سختی است اما خودم را جزو نفرات برتر می‌دیدم. شرایط اسبم هم خیلی خوب بود، اسبم بسیار آماده بود و می‌دانستم اگر خودم بتوانم همکاری خوبی با او داشته باشم و تمرکزم را هم به خوبی حفظ کنم، می‌توانم نتیجه خیلی خوبی به دست بیاوریم.»

از روی اسب خیلی زمین خوردم

از قهرمان مسابقات پرش با اسب می‌پرسم که تلخ‌ترین خاطره‌اش از اسب‌سواری را هم برای ما بگوید که این‌طور توضیح می‌دهد: «من از اسب زیاد زمین خوردم، خیلی زیاد. مسلما هر سوارکاری که تصمیم به فعالیت حرفه‌ای در این ورزش می‌گیرد و زیاد سوارکاری می‌کند، بارها این اتفاق برایش می‌افتد. در مورد تلخ‌ترین خاطره‌ام، چند تا مسابقه بوده که شانس پیروزی در آن‌ها زیاد بوده و در لحظه آخر شکست خوردم. پریدن از مانع آخر پراسترس‌ترین لحظه سوارکاری است. در ۲ مسابقه، من در یک قدمی پیروزی و در زمان پریدن از روی مانع آخر زمین خوردم. یعنی اگر آن مانع را می‌پریدم، برنده می‌شدم. این اتفاقات برای من خیلی تلخ بود چون زحمت زیادی کشیده بودم. یکبار در همین مسابقات قهرمانی کشور بود، راند چهارم بودم، تا مانع یکی مانده به آخر بی‌خطا بودم و در رده‌بندی جایگاه خیلی خوبی داشتم اما متاسفانه زمین خوردم. این اتفاق از تلخ‌ترین خاطراتم بود. یکی دیگر از تلخ‌ترین خاطراتم، مطمئنا از دست دادن اسب‌هایم بوده است. خیلی سخت است مرگ این حیوانات. یکی دیگر هم شکستن پای یکی از اسب‌هایم بود که آن هم برایم خیلی سخت بود».

روزی ۳ ساعت اسب‌سواری می‌کنم

از اولین زن قهرمان در مسابقات قهرمانی پرش با اسب در کشور می‌پرسم که در حال حاضر، چند ساعت در روز تمرین می‌کنید که می‌گوید: «در حال حاضر بین ۲ تا ۳ ساعت در روز، تمرین اسب‌سواری دارم. البته برای اسب‌سوار خوب شدن باید تمرین‌های دیگری به جز اسب‌سواری داشته باشید تا بتوانید بدن‌تان را آماده نگه دارید. الان هفته‌ای دو بار یوگا کار می‌کنم و سعی می‌کنم حتما پیاده‌روی طولانی داشته باشم ولی جای خالی بدن‌سازی حرفه‌ای را در برنامه‌ام خیلی خالی می‌بینم. البته انجام می‌دهم اما نه به آن شکلی که دلم می‌خواهد. دوست دارم حتما در تمریناتم پررنگ‌تر بشود».

اسب که ترس ندارد

از او می‌پرسم که آیا هیچ‌وقت از اسب نترسیده که می‌گوید: «اگر ما رفتارشناسی اسب را بلد باشیم، حیوانی نیست که ترس داشته باشد اما باید بدانید که چه‌طور با او رفتار کنید. اگر قرار باشد از سمت اسب آسیبی به کسی برسد، دو واقع ما هستیم که آن حیوان را می‌ترسانیم و باعث می‌شویم که او حرکتی انجام بدهیم که آسیب ببینیم. برای همین من چون رفتارشناسی اسب را می‌دانم از اسب نمی‌ترسم. اسب واقعا حیوان نجیبی است چون آموزش‌پذیر است. اسب‌ها بین ۵۰۰ کیلو تا یک تن وزن دارند و مسلما قدرت زورگویی را خواهند داشت اما این کار را نمی‌کنند. همیشه با مالک و سوارکارشان دوست می‌شوند. من بارها دیدم که سوارکاری از روی اسب به زمین می‌خورد و این حیوان محتاط است تا مراقب سوارش باشد تا دست و پایش را روی سوارکار نگذارد تا او آسیب نبیند.».

هزینه نگهداری اسب تا ماهانه ۲۰ میلیون تومان است

اسب‌سواری یکی از رشته‌های ورزشی پرهزینه به حساب می‌آید. نظر خانم «غروی» را در این باره می‌پرسم و می‌خواهم از هزینه‌های نگهداری اسب و فعالیت در این رشته هم برای‌مان بگوید که این‌طور توضیح می‌دهد: «بله، نکته شما درست است و اسب سواری تقریبا جزو یکی از رشته‌های ورزشی پرهزینه است. یکی از دلایل گران بودن این رشته، خود وجود اسب است که وسیله اصلی سوارکاری است. الان در حال حاضر، هزینه نگهداری اسب خیلی متغیر است و بستگی به امکانات باشگاه‌ها و فاکتورهای دیگر دارد اما تقریبا از ماهی ۱۰ یا ۱۲ میلیون تا ۲۰ میلیون تومان می‌تواند متغییر باشد. اما برای من که در سطح حرفه‌ای کار می‌کنم، باید هزینه‌های بیشتری برای اسبم داشته باشم. نگهداری اسب سخت است چون بسیار حیوان حساسی است و ممکن است با یک دل درد ساده تلف بشود. تمام این‌ها استرس‌زاست. در رشته سوارکاری، ما در واقع دو ورزشکار هستیم که داریم با هم کار می‌کنیم. در واقع یک تمایز ورزش سوارکاری با بقیه رشته‌های ورزشی این است که ما باید اسب را هم مانند یک ورزشکار آماده کنیم از نظر بدنی و ذهنی و همه جوره. بنابراین یک اسب ممکن است مثل یک ورزشکار مصدوم شود و مصدومیت‌های طولانی مدت احتیاج به استراحت داشته باشد. از آن طرف استراحت، آمادگی بدنی اسب را کاهش می‌دهد. آمادگی بدنی اسب نیاز به آمادگی ذهنی خوب دارد. دقیقا همه دغدغه‌های یک ورزشکار را یک اسب هم باید داشته باشد. در عین زیبا بودن این رشته ورزشی، بسیار هم رشته سختی است چون همه چیز دو برابر می‌شود و یکی شدن این دو موجود با هم و اعتماد به یکدیگر هم مسئله دیگری است که اگر اتفاق نیفتد، سوارکار هیچ‌گاه موفق نخواهد شد.»

هدفم شرکت در المپیک است اما...

از «غروی» درباره آینده‌اش در این رشته می‌پرسم و این که دوست دارد به چه موفقیت‌های دیگری دست یابد که می‌گوید: «خیلی سوال سختی است چون من سختی‌های این رشته را می‌دانم. الان به‌طور مثال اگر بگویم من دوست دارم یک روز در المپیک شرکت کنم، دقیقا می‌دانم چه راهی را باید بروم، چه مشکلاتی پیش و رو خواهم داشت و.... هر ورزشکار حرفه‌ای دوست دارد که یک روز در المپیک رقابت کند اما این رشته بسیار متفاوت است. من برنامه‌ریزی‌ام برای خودم این است که پله به پله جلو بروم و هر روز بهتر از دیروز خودم باشم. پیشرفت‌های کوچک داشته باشم و امیدوارم روزی به بالاترین سطح برسم. تمام تلاشم این است و در حال حاضر می‌خواهم در مسابقات بین‌المللی که در کشور امارات برگزار می‌شود، شرکت کنم که از یک ماه آینده شروع می‌شود و تقریبا ۳ ماه طول می‌کشد».

سوارکاری یک رشته انفرادی نیست

بانوی تاریخ‌ساز در رشته سوارکاری به عنوان نکته پایانی می‌گوید: «در رشته سوارکاری در عین حالی که من به عنوان یک ورزشکار انفرادی در نظر گرفته می‌شوم و بعد از قهرمانی فقط اسم من است که پررنگ می‌شود، واقعا یک کار تیمی است. یک اسب و سوارکار نیاز به یک تیم قوی دارند تا به سطح قهرمانی برسند. این تیم ۲ یا ۳ نفر نیست و تقریبا ۱۰ نفر است. از مربی، راید اسب، مراقب اسب، نعل‌بند اسب، دام‌پزشک اسب و... همه کمک می‌کنند تا یک سوارکار قهرمان شود و هر کسی جای خودش را دارد و نقشش بسیار مهم است. من جا دارد از تیم خیلی خوبم تشکر کنم که قوی در کنارم بودم. از خانواده‌ام و مربی‌ام و همه آن‌هایی که بدون حضورشان، این افتخار را کسب نمی‌کردم.»