



Arkadag şäheri – ösüşleriň buşlukçusu

Başlangıç 1-nji sahypsada.

Türkmenistanyň Prezidentiniň ńarynyndaky Arkadag şäheriniň gurlusgu boýunça döwlet komiteleriniň baslygy D.Orazow hem-de ýurdumuzyn wekiçilikulı toparşynyň aǵazalary Yewropanıň birmäne ýurtarynda, Türkije Respublikasynda we Hytaň Halk Respublikasında iş saparynda bolup, Arkadag şäherinde gurulmagy meýjileşdirilgän ńörmüşlik desgalarynyň, aýratyn-da, saglygy goraýys ulgamaňa deňgiş kärhanalaryň gurluşugy boýunça tejibe aşylşalar byl by ugruda bar bolan dünjäniň ösen tejibesini içgän öwrendiler. Ýurdumuzyn çagindıne bar bolan çığ mallaryň ekologiya we ğeramulyk derejesi, ýokary ekologiya talaplara laýyk geljän çeşme suwlatyrynyň ńörmüşlik madsaly bilen ulanmagyň mümkinçilikleri göz öndürde tutulgar. Şeýle áşigtı ulý işler halkara jemgejtülliginiň hem ýokary bahasyna mynasyp bolýar. Golađda Yewropa-da Howpsuzlyk we Hyzmatdaşlyk Guramasynyň Baş sekretary ýurdumuzda saparda bolup, Arkadag şäheri üçin möhüm gülwamam gowşurdy. Arkadag şäheri «Yewropa Howpsuzlyk we Hyzmatdaşlyk Guramasynyň» sebtindeñiñ durnukly, «Jasyl», howa Uňa oňaǵly we Innowasion çözgütlü şäherleri ösdürmek» taşlaşmasyna goşudy we bu ugurda deňgiş gülwamana gowşuryldy. Bu hem ýurdumuzda altınp baryljan giň gerimli özgertmeler makatsatmalarynyň halkara derejede ykrar ediljändiginiň gürkəzýär.

Arkadag şäherinde dünjäniň öndebärjüly gazananalarynyň hem-de döwrebap teknologiyalaryň, ulag düzümleriň gurluşuguna toplumlaýın چemeleşili, asyrtyrıñ dowamynda ýurttar we ýuklamlary baglanışdyryń ýollarý guran halkymuzyn milli tejibesiniň ulyanymagy Watanymuzyn durmuş-ykdysady taýdan dengiňiň ösüşiniň subutnamasynydyr. Gahrıman Arkadagymuzyn bellejşyi ýaly, Kötetdaghy ajaýyp tebliğ künjegindäki bu gönülmüşlik oýlanışyky we döwrebap derejede peýdalangaly magy taze şäheri mundan belkiňde ösdürmegiň esasy ýörelgesidir.

Gurbanýaz REJEPOW,
Türkmen döwlet binagärlük-gurluşyk
institutynyň talyby.

Raýat awiasiýasyныň rowaç menzilleri

Mälüm bolşy ýaly, häzirki zaman köpsahaly ulag-kommunikasiýa ulgamyň döremet Türkmenistanyň döwlet suýasatyňny ileyi tutuljan ugurlarynyň biri bolup durýar. Bu suýasat bolsa ýurdumuzyn durmuş-ykdysadyda taýdan okşunuň ösüşiniň üpjün etmäge hem-de ählumumy abadançyligyn bähbindire sibteleýin we halkara huzmatdaşlygynyň ýola goymaga gönükdirlendir. Biziň ýurdumuz Günögary we Günbatary, Demirgazygy we Günötür batlaşyndyrjan ýollarýň strategik çatrygynda amatlyk ýerleşmek bilen, áşigtı ulý ıstaşır kuwwata ejejdi.

Häzirki wagtda «Türkmenhowaýollary» agentliginiň awiaparkynyň üstü dünjäniň esasy ńörmüşleriniň uçarlarynyň hem-de dikuçarlarynyň hasabyna ýetiriljär. Soňky ýyllarda onruň üsti ýogylary Boeing uçaqlary we dünjäň beli beýleki tehnikalar bilen ýetirildi we ýetiriljär.

Uçaqlaryň täze görnüşleriniň satyn alynmagy ýurdumuzyn raýat awiasiýasyň kuwwatynyň artjandygyna şaýatluk edjär.

«Türkmenistanyň raýat awiasiýasyň ösdürmegiň 2012-2030-njy ýyllar üçin Milli makatsatnamasyň» ńüsteňlikli durmuşa geçirimegiň çäkerlerinde hormatly Prezidentiniň gol çeken resminamalaryna laýuklykda, Ministrler Kabinetiniň ńarynyň Ulag we

kommunikasiýalar agentliginiň «Türkmenhowaýollary» agentligine 4 sany «Boeing 737-8» we 2 sany «Boeing 777-367/ER» kysymly howa gámisini satyn almaga ygıtýar berildi.

Şeýle hem ýurdumuzyn howa flotunyň maddy-tehniki binýadyň giňeldilmegi ýurdumuzyn geografik taýdan amatlyk ýerleşmeginiň artykmaçlyklaryny doly peýdalanhaga gönükdirlendir. Munuň özü Diýarymuzyn ýklym derejeli iň ıstaşır ulag geçelgesi hökmünde orunyu pugtalandyryjär, halkara sówdyan dursürmek üçin ulý mümkinçiliklerini açýar. Sunuň bilen baglylykda, «Türkmenhowaýollary» Merkezi Aziýada ilkinji bolup, «Airbus A330-200P2F» kysymly uçarlar satyn alandugyň bellemek gerek. Sunuň ýaly häzirki zaman uçarlaryny satyn alynmagy milli raýat awiasiýasyň ńüsteňlikleriniň gïfetmäge, bu ugurday islegi kanatgalandyraga, howa ýülgatnawlyraq ýokary derejede amala aşyrmagy hem-de hýzmetdä döwletler bilen sówdya-ykdysadı gatnatşyklary ösdürmek üçin amatlyk şertleriniň döredilmegine ýardam berer.

Soňky ýyllarda ýurdumuzyn raýat awiasiýasy ýokary depinlerde ösgär hem-de milli ýklym döredilmeginiň esasy pudaklaryny hatarýnda mynasyp orny ejelegär. «Türkmenistanyň raýat awiasiýasyň ösdürmegiň 2012 - 2030-njy ýyllar üçin Milli makatsatnamasynda» kesgitlenen wezipeleri ýerine getirmek bilen, ýurdumuzyn howa ulaglary pudaglynyň işgärleri ýolaggacy we ýük gatnawlary boýunça tabşyryklary ńüsteňlikli beraj edýärler. Maksatnamanyň durmuşa geçirimegi bar bolan ńörmüşlik kuwwatlyklarynyň giňeldilmegini, pudagly iň täze enjamlar, ýokary derejeli hämränerler bilen üpjün edilmegini, häzirki zaman uçarlaryny satyn alynmagy, ýolaggylara hördürilenýän ýuzzatmaların medeni ýetinetini we hiliniň, uchuşlarýn howpsuzlygynyň özkarlyndyrmagy göz öndürde tutúr.

Merjen AKMURADOWA,
Türkmen döwlet binagärlük-gurluşyk institutynyň talyby.

BILIM EDARALARYNA SANLY ULGAM ORNAŞDÝRYLÝAR

Berkarar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Hormatly Prezidentiniň ýlmynly, bilimli, beden taýdan sagdyn, ruhubetlen ışşalysty terbiýeläp ücitsizmekde berjän maslahatly, öndürjülyň başlangıçlary ýurdumuzda mynasyp nesilleri kemaleta getirmekde örän ulý ähmiyeté ejejdi. Üstünlükli amala aşyruljan toplumlaýın işler olaryň mazmun bulalygyny has-da artdyryar. Bu ugurda döwlet Baştaňumuzda şöhratly geçmişimize we röwşen gejigejimiz bolan beýsanjy kemaleta getirmekde edýän taşsyz tagallary, waťantçylıq sargylary mynasyp orun tutáradı.

Hormatly Prezidentiniň ýlmynly, bilimli, beden taýdan sagdyn, ruhubetlen ışşalysty terbiýeläp ücitsizmekde berjän maslahatly, öndürjülyň başlangıçlary ýurdumuzda mynasyp nesilleri kemaleta getirmekde örän ulý ähmiyeté ejejdi. Üstünlükli amala aşyruljan toplumlaýın işler olaryň mazmun bulalygyny has-da artdyryar. Bu ugurda döwlet Baştaňumuzda şöhratly geçmişimize we röwşen gejigejimiz bolan beýsanjy kemaleta getirmekde edýän taşsyz tagallary, waťantçylıq sargylary mynasyp orun tutáradı.

Hormatly Prezidentiniň ýlmynly, bilimli, beden taýdan sagdyn, ruhubetlen ışşalysty terbiýeläp ücitsizmekde berjän maslahatly, öndürjülyň başlangıçlary ýurdumuzda mynasyp nesilleri kemaleta getirmekde örän ulý ähmiyeté ejejdi. Üstünlükli amala aşyruljan toplumlaýın işler olaryň mazmun bulalygyny has-da artdyryar. Bu ugurda döwlet Baştaňumuzda şöhratly geçmişimize we röwşen gejigejimiz bolan beýsanjy kemaleta getirmekde edýän taşsyz tagallary, waťantçylıq sargylary mynasyp orun tutáradı.

Hormatly Prezidentiniň ýlmynly, bilimli, beden taýdan sagdyn, ruhubetlen ışşalysty terbiýeläp ücitsizmekde berjän maslahatly, öndürjülyň başlangıçlary ýurdumuzda mynasyp nesilleri kemaleta getirmekde örän ulý ähmiyeté ejejdi. Üstünlükli amala aşyruljan toplumlaýın işler olaryň mazmun bulalygyny has-da artdyryar. Bu ugurda döwlet Baştaňumuzda şöhratly geçmişimize we röwşen gejigejimiz bolan beýsanjy kemaleta getirmekde edýän taşsyz tagallary, waťantçylıq sargylary mynasyp orun tutáradı.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn iň täze gazaňalaryny we öndebärjüly teknologiyalary durmuşa ornaşdýrmak ugurda ägirt ulý işler alnyp barylýar.

Berdar döwletiň täze eýýamynyň Galakyňsy döwründé hormatly Prezidentiniň taşsyz tagallary bilen ata Watanymuzda dünjä ýlmynyn i

WOLEÝBOLMY ÁA-DA KARATE?!

Häzirki wagtda dünýäde sportuň 3 mündöwregi görnüşü ýärap, olaryň kabırı seyrek ýagdaýda geçirilýän ýarışlar hasaplanýar. Şeýle sport görnüşleriniň biri hem «sepak takraw» bolup, oýnuň oýnalysy tomaşçylaryň iñsuni ýüze çekýär. Woleýboldan ulham alnyp dörđeden bu sport görnüşinde oýncınlaryň diňe aýaklaryny, dylzalaryny, döşünü we kellesini ulanyp topy dolandyryp bilýär. Oýunda topy ettemek gadagan bolup, sepak takrawyň geçirilis düzgünü woleýbola meňzejär. Günorta-Gündogar Aziýanyň iň meşhur sport görnüşleriniň biri



bolan bu oýun kiçi rattan (örme top) áa-da sintetik top bilen oýnalçar. 1990-nji ýıldan başlap sepak takraw Aziýa oýunlarynyň şanawyna girýär. Badminton áa-da woleýbol mejdanchasyna meñzes korda geçirilýän bi oýna her topardan iki, üç, iň köp dört oýunçy gaňaşyp bilýär. Oýunçylar topy diňe aýagy, döşyi, duzy áa-da kellesi bilen dolandyryp, tordan pökgini geçirip mäge sunyňşyarlار. Haşsy topar topy ýere gaçysa, şol topar utuk tyitýär. Tordan geçirilen toparyň netijesi boýunça iň köp utuk gazanan topar ýeriji diýlip yylan edilýär.

Oýnuň gysgaça taryhy

Sepak takraw, takmynan, 500 ýyl ozal Malaýzijada dörápdir. XV asyrda köplenç köşklerde oýnalan bu oýun, XVI asyrda Indoneziya ýaýrajar hem-de oňa «sepak raga» diýlip at dakylyar. Öñ erkin ýagdaýda geçirilip, Günorta-Gündogar Aziýada meşhurluk gazanan bu oýna 1940-nji ýylla resmi taýdan düzgünler girizilýär. Ilkinji resmi sepak takraw ýarşy 1945-nji ýyllıň 16-nji maýunda Penangda (Malaýzija) geçirilýär.

Şol ýyllarda bu sport görnüşü sepak raga diýip atlandyrylan hem bolsa, 1965-nji ýylla Aziýa Sepak takraw federasiýasy (ASTAF) dörediliip, oýnuň ady «sepak takraw» ady bilen çalsyrylılar. Sepak takraw «topy urmak» diýen manyunu aňladıýär. 1988-nji ýylla Halkara Sepak takraw federasiýasy (OASTF) oýnuň dolandyryş guramasы hökmünde dörediliýär.

Sepak takraw Aziýa ýurtlarynda dörđen sport görnüşi bolsa-da, meşhuryly Yewropa we Amerika ýurtlarynda ýaýraýar. Häzirki wagtda Kanadada, ABŞ-da, Koreýada, Malaýzijada, Tailandda, Hindistanda, Bruneýde sepak takraw ýarşyalar geçirilýär. Çeýeligi, çaltlygy we böküşleri talap edýän bu oýun bilen gyzylklanganlyryň sany ýyl-ýldan artýär.



ANANASYŇ 7 PEÝDASY

Tomus paslynyň iň meşhur miweleriniň biri bolan ananas süýji şireli tagamy bilen tanalýar. Tropik miwaniň bu görnüşünde adam saglygy üçin möhüm bolan witaminer we mikroelementler saklanýar. Dürümimde az mukdarda ýag we belok saklaýan ananas uglewoda hemde süýume bay miwe hasaplanýar. Az kaloriýaly bu miwe adam bedenini ýeterlik derejede C witamini, marganes, magniý we folat bilen üpjün edýär. Bilermenler ananasynyň peýdasy barada şeýle belleyärler:

İmít siňdiriše peýdaly. Ananas iýmit siňdirişi ýeňileşdiriyän miwe hasaplanýar. Ananasynyň miwesinde we baldayda saklanýan bromelain atly ferten aşgasan-icege ulgamyňny işi üçin peýdaly bolup, kabul edilen iýmitlerdiň şeýeri siňdirilmegini gjikkidirýär. Bu bolsa gandaky şeýeriň kadaly saklanmagyna we iýimden alynyan enerjiga derejesiňini durnukly bolmagyna kömek edýär.

Artritiň bejergisine kömék edýär. Bilermenler boğulardaky agryny we çisleri bejermekde ananasynyň peýdasyňň bardygyny ynjahlyszlygy we agryny azaltma bromelain bogundaryla ynjahlyszlygy we agryny azaltma yáradam edýär. Geçirilen barlgalarda ananas iýmek arkaly 6 hepdeden soň artritden ejir çekýänlerde agrynyň aýrylandygы ýüze çykaryldy.

C witaminiň çeşmesi. Köp adam bedeninde C witamini ýeterlik derejede bolmagy üçin apelsin ýa-da narınç miweleri iýýär. Emma ananas bu miwelerde görä C witamine has

baý bolup, bedeni ýeterlik derejede antioksidantlar bilen üpjün edýär. Bir käse ananas şiresinde 69 milligram C witamini saklanýar.



Immuniteti güýçlendirýär. Ananasynyň düzümindäki witaminerlerde ýokumly maddalar bedeniň sowuklama ýada beýleki kesellere garşy göreşmegine kömék edýär. Bu miwe üsgülewiği bejermekde hem peýdaly hasaplanýar. Ananasda witaminerler we mineralardan bilen bir hatarda suwuň köp mukdarada saklanmagy aña köp iýmegiň öňüni alyar. Bu bolsa immuniteti sadgyn saklamaga ýardam edýär. Bir käse ananasda bary-yogy 82 kaloriýa, 1 gramdan az ýag, 2 gram suýüm we 16 gram fruktoza bar.

Antioksidantlardan doly. Ananas bromelain, marganes we C witaminden başşa-da, flavonoidlere (tebigrı)

madda) baýdyr. Ananasdağı antioksidant çișmä, wiruslara we strese garşy göreşyän madda bolup, beýleki gök öňümlerdäki antioksidantlardan has uzak waglat saklanýandygy bilen tapawutlanýar.

Marganesă baý iýmit. Marganesă sűňke peýdaly, gandaky şeýeri kadalasdymraga we keselleriň öňüni almaga kömék edýän mikroelementdir. Bir käse ananasda 1,5 milligram marganesiň bardygyny gör öňünde tutmak bilen bu miwâni iýmek arkaly marganes yétemezçiligini dolup bolýar. Marganes kesel töwekgeliçkilerini azaltma kömék edýän güýçli antioksidant hasaplanýar. Marganesiň maslahat berilýän gündelik mukdary 2,3 milligrama deňdir.

B witaminerler toplumy. Ananas tiamin, niasin, B6 we folat ýaly B witaminiň degisi bîrnâce maddalary özünde jemleyär. Bu ýokumly maddalar kabul edilen iýimdet gaydatdan enerjya işleýmäge kömék edýär. Şeýle hem içki beden agzalaryna we dokumalara kislorod iberýän gyzyl öýüklery emele getirmekde möhüm orny eýeleýär.

Kosta-Rika, Filipinler, Niderland, ABŞ, Belçika we Ekwador da miwâni eksport ediji esasy ýurtalar bolup, dünýäde her ýyl 30 million tonna ananas öndüriýär. Ananas daşy teřeň şekilli gabagy arassalanandan soň, halka görnüşli diiliimle ráda-böleklerde bölibüp iýilýär. Bu miwe terlige, gaplanan hem-de dilimlenip doñdurulan görnüşinde hem müsderilere hödürlenýär.

TÄSİN INŽENERÇILIK DESGASY

PEKIN MILLI STADIONY

«Guşuşň höwürtesi»

diýip atlandyrylýan



Pekin milli stadiony häzirki döwrüň täsin inženerçilik desgalarynyň biri hasaplanýar. Stadion Pekin şähérinde 2008-nji ýulyň tomsunda geçirilen Olimpiýa oýuntary mynasbybetli açýlyar. Daşky gabagy polat bilen örtülen, çylşyrymlı gurluşa eýe bolan bu stadion dünjäniň meşhur Olimpiýa stadionlarynyň birine öwrülýär. «Gözenekli stadion» diýip hem atlandyrylýan Pekin milli stadiony gurmak bilen inženerler häzirki zaman stadionyň döretmegi hem-de hytaý medeniýetinéne degeliš köbir nusgalary suratlandyrmagy maksat edinipdirler.

Şweýsariýanyň «Herzog & De Meuron Architekten» binagärlük kompaniyası bilen Hytaýň «ArupSportChina» arhitektura dizayn we görzleg topary tarapdandy taslamasy işlenip taýýarlanan Pekin milli stadionyň ini 220 metre, uzylygy 330 metre we beýikligi 69,2 metre deň. Geometriýa bilen binagärlük sungatyny birleşdirýän bu desgany gurmak üçin 5 ýul gerek bolup, 42 mündöw beton polat (26 kilometr örtümedik polat), 110 mündöw tonna beton ulanylýpdir. Inženerler gurluşygy döwmeyde polat materialaryň ýüllugyň täsir etmegi netijesinde sozulmagy we gysylmagy, 42 mündöw polat poladıň öz agramyny saklap bilmegi hem-de 8 bal ýerlitirmə garşy duruyluğy ýataly ýagdaşlary gör öňünde tutmaly bolýarlar. Stadionyň gümmezini emele getirýän polat çarçuwalar örme sekilinde bolup, hersiniň agramy mündöw tonnalı 24 san polat sütüne berkildiýär. Sütüneriň ýukylmazlygy üçin elliptik görnüşünde kiçi şöheler bilen kebşirlenýär. Stadionyň gurluşygy üçin gerek bolan sütüneriň agrylygy bölekler, bölekler bölp, ýugnamak arkaly dikeldiýär. Stadionyň içki gurluşygynda oturgucular berkitemek üçin 14 mündöw 700 beton plitlalar birleşdirilýär. Stadionyň gurluşygynda içindäki howany sazlamak üçin hereketli üçek ulgamy we ýugus suwuny gaştadan işlemek arkaly tóweredkädi baglary we stadionyň otunu suwarmaklyk, ýangyn üçin äti-äçlyk suw toplumu hem göz öňünde tutulydpdir.

Olimpiýa oýuntary üçin niyettenen 3 million kubmetr görwürlü Pekin milli stadion dünjädkäi sport ýarşyalarynyň geçirilýän iň uly ýapık meýdançasy hasaplanýar. 91 mündöw orunlyk gyzyl oturgyly stadiuma geçirilýän ýarşyalar görä wagtalaýan uly ekranolary hem oturdylyar. Dünjädkäi iň işeň seýsmiki zołaktaryň birinde gurlan Pekin milli stadiony Üertitremä çýdamly edilip gurlupdir. Sport desgasyný çağında muzeý, duşuşyk zaly, sergiler zaly, dükkanlar, restoranlar we beýleki otaglar bar.



CAGALAR

✓ Tailandyň endemik suw jandary hasaplanýan «aýna balykları», esasan, Tailand aýlagynda we Kardom daglaryndaky derýa basseýnlerinde duş gelýär.

IÇI GÖRÜNÝÄN «AÝNA BALYK»



Dünýä ummanlarynda balyklaryň ululu-kiçili 35 mündöwregi görnüşi ýaşap, olaryň daşky görnüşi beýlekilerde meñzemejän we ýasaýýş şerti bilen tapawutlanýan birnâcasi bar. Şolaryň biri hem «aýna balyk» ady bilen tanalýan «Kryptopterus vitreolus» bolup, içi görünjän beden gurluşy bilen beýlekilerden tapawutlanýar. İlkibaşa balyklaryň bu görnüşiniň «Kryptopterus bicirrhos» maşgalsynasyna degisi çaklançandıryga garamazdan, 2013-nji ýylla «aýna balyklaryň» «Kryptopterus vitreolus» diýen başga bir görnüşügi ýüze çykarylýar. Tailandyň endemik suw jandary hasaplanýan «aýna balykları», esasan, Tailand aýlagynda we Kardom daglaryndaky derýa basseýnlerinde duş gelýär. Süjji sunda ýaşayan bu balyklaryň 7-8 ýyl ömrü bolup, inçe hem uzyn bedeni 12-15 santimetر tóweredjili. Agramynyň aşa ýeňil botanagy sebäpli bu balygyny kellesinde deňägramlylyq sazlaşan barbell bar. «Aýna balyklaryň» içki beden aǵzalary kellesinde ýerlesip, içi görnüp duran bedenini oňurga sűňki we gulyçklary emele getirýär. Daşyndan sereñende balygyny aýryşsyny görünmeginiň esasy sebäbi bedeninde pigmentleriniň ýoklugydu. Yaşny bu balygyny bedeninde reňkleri emele getirýän öýjükler ýok. Şol sebäpli ol ak görnüş. Erkinliği söýjän «aýna balyklar» ýüzgücüsl (torç) bolup, olara hereket etmäge guýrugy ýardam edýär. Pes akymlı söýjii suwda topar bolup ýaşşyap bu balyklary şadýyan we utanjaň häsüjette eýedir. Esasy iýümi cybyn, líçinka, kicikj guruklar bolup, kâté krewetka we ownuk balyklary bilen hem iýümlenjärler. Akwaristleriň ünsüni ýüze çekýän bu suw jandary akvariumlaryň iň meşhur balyklarynyň biridir.

ABŞ-nyň «Wilds» haýwanat bagy

Haýwanat baglary adamalaryň adaňta görüp bilmek tebigrı täsinliklerini synlamaga mümkünlik berýän goralyan gurşaw bolup, duri görnişli janly-jandalarly özünde jemleyär. Süýrenijilerden başlap, iri süýdemdirilgelleşenlerde çenli ýüzerde görnişli haýwanat baglary çagralar üçin has-a gyzykly we tásrıgi ýümenje merkezi hasaplanýar. Yer ýüzdünde 10 mündöden gowrak haýwanat bagy bolup, ABŞ-nyň Ogaýo ştatynıň Kumberland şähérindäki «Wilds» haýwanat bagy haýwanat bagy dünjäsiňin köpdürlüligi bilen tapawutlanýar. Dünjäniň iň uly haýwanat bagy hasaplanýan bu ýerde 500-den gowrak görnişli janly-jandalar - ak kerler, zebralar, bizonlar, zıraflar, sugular, maýmynar, piller, ýyrtyjylar we balyklar ýaşayär. 1994-nji ýylla köpçük üçin açylan haýwanat bagyныň «Audubon» gus meýdançasy, kebekle mekany, öri meýdanläry, 150 tóweredj köl, welesoped hem-de gezelgen yoldary bar. «Wilds»-de ýitip gitmek howpy abanýan jandalar 30-30 gowrak görnişti - Amur alajagapları, Sunda gaplary, şahly begemot, dag gorillası, tanapulu orangutan, gara kerk, Afrika tokay pili, Baktriya düssesi we Baktriya sugunu ýaşayär.

9 mündöw 154 hektar meýdan tutýan haýwanat bagynda aw-



SÖZİ MANYSY BILEN ÖWRENELİŇ!

«Tamdyra gyzanda ýap!»



Gyzky purşat

Bu nakylda her zadyň amatly wagtynda, oňaýly pursadynda edilmeliđi ýa-da tobusly 2 sagatlyk gezelençler amala aşyrylýar. Bu ýere gelýän syýahatçyla tebigrı we haýwanlary synlamak bilen bilelikde, at mümek, balyk tutmak, ýabany tebigratda pyýada gezelenç eltemi ýaly dync alyş çäreleri hödürlynen. Haýwanat bagy maý-oltýabır aýlary aralygynda syýahatçalar üçin açyl bolup, beýleki aýlarda ideg işleri geçirilýär. Ýabany tebigratda dync almak işleýänler üçin haýwanat bagyňäcäinde 5-6 orunlyk myňmanhanalar bolup, syýahatçalar maşgala aǵzalary bilen zırafdrý kerlerde ýakyndan synlap bilýärler. «Wilds» tajirçilik maksady bolmadık safari (yerüsti ulgly gezelgen) seýilgäne we tebigrat gorayys merkezidir. Häzirki wagtda janly-jandalarlyň goralyan merkezi olan «Wilds» haýwanat bagynda ýalm, bilin we tejibeş gyzalary arkaly tebigrat gorap saklamak boyunça işler alnp balyrlýar.

«Tamdyra gyzanda ýap!»

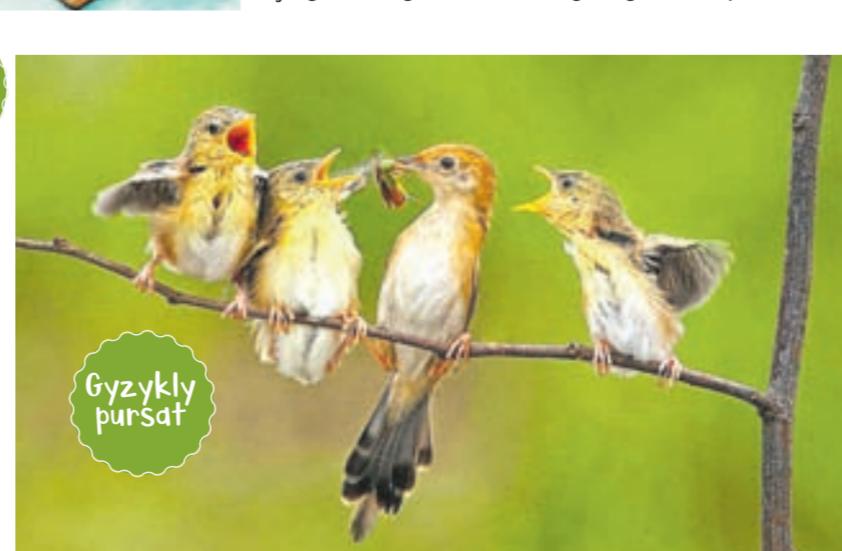
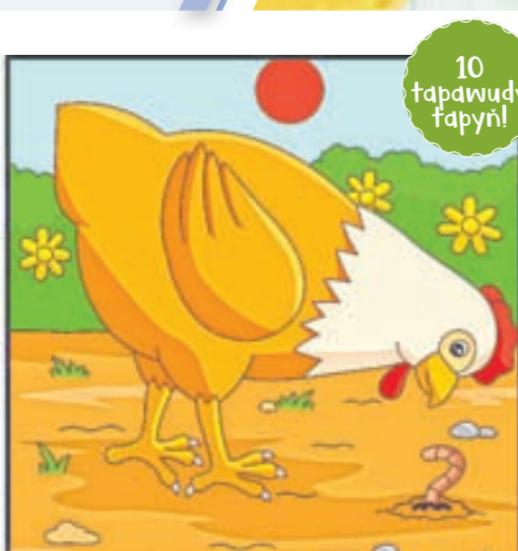
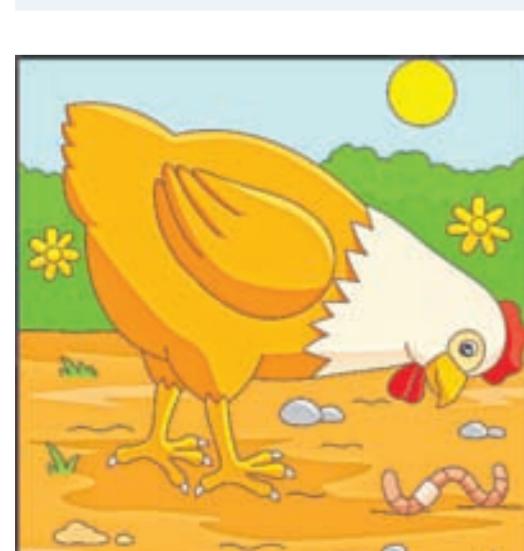
Labyrinth



Sanlıy birleşdirin!



Sekili reňklän!





ÝEWROPA ÝURTTLARYNYŇ ÇEMPIONLARY

Ýewropada futbol möwsumı tamamlandı. Döwmədən ýürülərda çempionat tomsuda geçirilir. Ya-da gysda geçirilmənligələr bolup, ola-ry töze möwsumı golaýda başladı.

UEFA-nyň düzümlündəki 55 ýurduñ çempionatı serenemizde, Käbir çempionatınlardır. Käbirlerinde de şol bir heń, şol bir owaç diýilişti, gaýtaların çempionlaryklar bu möwsumde de hasaba alyndı.

«BAWARIÝANYŇ» «BUNDESLIGASY»

● Yewropanyň öndebaryj 5 çempionatına serenemizde, şolaryň 2-sinde çempion tazelənilip, galan 3-sinde geçen ýylıň, hətta ondan öñki ýylıň çempionlarykları yeliň gazandy. Çempion tazelənen ligalaryň bir İtalyançy çempionaty «Serie A» bolup, «Napoli» topary 33 ýyldan soñ 3-nji «Skudettosyn» gazandy. İspaniyanyň çempionaty «La Liga» «Barselona» topary Madridli klubalarynyň 3 ýylık çempionlaryndan soñ, 26-nji gezek yeliňi boldy. Fransiyanyň çempionatında PSZ bassyry 2-nji, soñky 11 möwsumdağı 9-nji çempionlaryny gazandy. Yılsayýny «Bawariýanyň» ligasyna örülüp barýan «Bundesliga» soñky 11 ýylıda bolşy ýaly, çempionyň adı üýtgemedi. Elbet, «Bawariýanyň» yzly-yzyna 11-nji çempionlaryny gazanmagynda «Borusiya Dortmundyň» paýy uly. Agzaburna gelen çempionlary soñky oýunda deňime-deň oýnap aldyrmak, aslynda alyka sýymajak zai Netjede, «Bawariýa» yzly-yzyna 11-nji çempionlaryny gazanmak bilen Yewropanyň öndebaryj 5 çempionatına özüne degişli bolan rekordy tazelədi. Olar bu ugurda yene-de 4 çempionlaryk gazaňa, ýklymyň rekordyny hem täzelər. Yklymyň rekordyny 2 klub paylaşır. Gibraltarýy çempionatı «Linkoln Red Imps» (2003 – 2016) bilen Latviyanýny «Skonto» (1991 – 2004) topary yzly-yzyna 14 gezek çempion boldular. «Bawariýa» «Bundesliga» Gibraltarýy hem-de Latviyanýň çempionatlarınyň derejesine düşür yár dísek hem ote gedigdimiz bolmaž.

Angliyanýň «Premier Ligasynda»da «Arsenal» 247 günläri sanawyň 1-nji basqançagynda galbyarb, soñluby bilen çempionlaryg «Manchester Siti» toparyna aldyrdy. «Manchester Siti» bassyry 3-nji, umumulykda da 9-nji çempionlaryk kubogyny asmana gortıldı.

Portugaliya «Benfika» soñky tapgyrynda da öndelini saklap, «Portodon» I utuk soñy saýlandy. 3 ýyldan soñ 38-nji çempionlaryny baýram etdi. Niderlandlaryň çempionatında da «Aýaksýy» yzly-yzyna

3 ýyllyk çempionlaryny «Feýenoord» soňlandyrды. 5 ýyldan soñ çempion bolan «Feýenoord» 16-nji gezek çempion diýen ady eýledi.

«RB SALSBUR» HEM «BAWARIÝA» EÝERÝÄR

● Avstriyanýň «Bundesliga» hem Germanianýň «Bundesligasyn»da görəlde alyan ýaly bolup, «Red Bull Salzburg» topary bassyry 10-nji çempionlaryny gazandy. Geçen ýylri wise-çempiony «Sturm Grasa» bu ýyl hem salzburglaryň tagtygı owsarlamalı başartmadı. «RB Salzburg» umumulykda 17-nji çempionlaryny gazandy. Glazgo şaherinin 2 wekkiliň arasyndaky çempionat haşaplanyan Şottlandiyanýň «Premiership»-inde «Seltik» bassyry 2-nji gezek çempion boldy. Soñky 12 ýylда diře 1 gezek çempionlaryg köne bäsdezi «Reýnjersye» aldyran «Seltik» 53-nji ýyleniň bayram etdi. Yone olar şonda da «Reýnjersden» 2 çempionlaryk yzda barýr. Russiyanýň çempionatında da «Zenit» topary yene-de moskvalyalar-dan öne saýlanyp, bassyry 5-nji, umumulykda da 9-nji çempionlaryny gazandy.

Serbianýň «SuperLigasynda» 2000-nji ýyllaryň başlarynda «Partizan» hem-de «Srvena Zwezdanyň» klubary kezlekşen çempion bolardı. 2008-2013-nji ýyllarda «Partizanýň» yzly-yzyna 6 çempionlaryndan soñ, gysga waglyk kezlekşemek däbi ýene başlapdy. Yone 2018-nji ýıldan soñ «Srvena Zwezda» çempionlaryň yeke-täk hoýaýny bolup gelýär. Serbiýada garasylmadyk waka 2-nji ýeri eyelän topar bolup, 2019/20 möwsumından bari ýokary ligada cykys edip gelýän TSS kluby taryhynda ilkinji gezek kümüs medal gazandy. Başka-Topol şaherisiniň wekkili töze möwsumda UEFA Çempionlary Ligasynyň 3-nji sılamaya tapgyryna gatnaşar. Ukraynanyň çempionatyda da «Şahtyör Donesk» toparynyň çempionlaryg bilen tamamlandı. Kiýewiň «Dinamosyna» 8 ýıldan soñ ilkinji 3-lige düşmek başartmadı. «Dnepr-İ» topary Çempionlar Ligasynyň saýlama tapgyryna gatnaşar. Belki-de Yewropada soñky yllaryň iň dramatik ýağdayda tamamlanan çempionaty Belgijanyň ligasy boldy. Soñky tapgyra çempionlaryk 3 toparyny arasynda úytáp durdy we arhynda «Royal Antwerp» topary 66 ýıldan soñ 5-nji çempionlaryny gazandy. Sweýsariýada 1 ýyllyk arakesmeden soñ yene-de «Yang Boý» 16-nji gezek «Swiss Super Liganyň» ýeñişi boldy. Çempionatda geçen ýyl «Sürh» çempionlaryg gazandy.

Çempionlarynyň sany az bolan ýurtlaryň biri Türkýaniň «Süber Ligi» bolup, dargynly we çekelerlikli geçen «Telekeçiler mekdebii» jemgyyetçilik birleşiginiň kärhanasy Balkan, Daşoguz, Lebap we Mary welaýat bölmelerinde «Sanly marketing we sanly mahabat» meýilnamasy boýunça taze okuwy guraýar. Bu okuwyň diňleýjileri ösen tehnologiyalaryň üstü bilen netijeli işewürligi ösdürmek we taze müşderileri çekmek üçün bilim alarlar.

Okuw halkara derejeli, ýokary hünär taýýarlykly mugallymlar tarapyndan alnyp barlar.

Okuwy üstünlikli tamamlan diňleýjilere şahadatnamalar berler.

İşde üstünlik gazaňmak üçün «Telekeçiler mekdebii» jemgyyetçilik birleşiginiň kärhanasynda başlanýan «Sanly marketing we sanly mahabat» okuwyňa gatnaşmaga çağyrýars.

Habarlaşmak üçin telefon belgilerimiz:

Balkanabat şaherinde: +993222 20723, +99363 460907;
Daşoguz şaherinde: +993322 25072, +99364 779388;
Türkmenabat şaherinde: +993422 47850, +99365 216541;
Mary şaherinde: +993522 73676, +99365 309030.



möwsumiň ahyrynda «Galatasaray» 4 ýyllyk arakesmeden soñ 23-nji çempionlaryny baýram etdi. Edil Türkiye ýaly az sanly klubuň arasynda geçirýän çempionlaryny gazandy. Soñky başşa bir çempionat - Çehiyanýň Yokyary ligasynada paýtagt Praganyň «Sparta» ya-da «Slawiýa» klubalaryň ýeliň gazanýar. Soñky ýyllarda «Viktoriya Plzen» hem-de «Slawiýa Liberec» klublary-da paýtagtlyaryn arasynda goşuldy. Çempionatı su möwsumı «Viktoriya Plzen» hem-de «Slawiýa Praganyň» gezekleşip gazanan 8 çempionlaryndan soñ «Sparta» 13-nji, umumulykda 34-nji çempionlaryny baýram etdi. Olar soñky gezek 2013/14 möwsumünde çempionlaryk gazanypdylar.

SOÑKY 17 ÝYLDAN 1 GEZEK ÇEMPION BOLMADY

● Yklymyň ýas döwleterlerden Horvatýada hem çempion bolan klublaryň sany barmak basyp sanardan geçenok. 1992-nji ýyldan bari geçirilýän çempionatı öňbaşçysy Zagrebii «Dinamo» toparynyň gaýtalanmaňak rekordy goýymagy mümkindi. 2006-nji ýyldan bari çempionlaryg diře 1 gezek aldyran «Dinamo Zagreb» yzly-yzyna 17 çempionlaryny gazanyp biledi. 2016/17 möwsumünde «Riýekanyň» garaşylmadyk çempionlaryg olary bi taryhy statistikasyny arasyndan bozdy. Ozalký Yugoslaviya döwrüniň esasy klubaryndan «Haýdak Split» toparynyň çempion bolmanyna 18 ýyl doldy. Horwatýada su möwsumu «Dinamo Zagreb» bassyry 6-nji, umumulykda 24-nji çempionlaryny gazandy.

«Olimpiakosyň» ligasyna öwürlü Gresiýany «Super Ligasynda» adaty möwsumu «Panatinalikosyň» liderligi bilen tamamlandı. Yone çempion bolmak pleý-off tagyrynda AEK toparyna müssessy etdi. Afını şaheriniň wekkili 5 ýyldan soñ 13-nji çempionlaryny gazandy. Soñky gezek 2010-nji ýylda çempion bolan «Panatinalikos» topary çempionlaryk üçin ayndan yene bir ýyl garasmaly bolar.

Yewropada çempiony iň soñky bolup belli bolan Bolgariýada Razgrad şaheriniň «Ludogores» toparyda yklymyň rekordyna yntylýär. Eýyam 14 ýıldan bari çempionlaryk paýtagt Soñky şaherine baranok. Çempionlaryk su möwsumda tazeden paýtagta dolanmaga goýalyan hem bolsa, Soñky SSKA toparyndan 1 utut aratapawudy bilen öne saýlanan «Ludogores Razgrad» bassyry 12-nji çempionlaryny gazandy. Ilkinji gezek 2012-nji ýylda çempion bolan «Ludogores» toparyna şol ýyldan bari tâpylanok. Wengrida yúrduruň iň uly kluby «Ferenswaros» topary çempionlarykzýs geçen ýyllaryň (2004-2016) öwenezini dolýar.

Klub Stanislaw Çerçesowyň tälimciligidéne bassyr 2-nji (şol sanda yzly-yzyna 5-nji), umumulykda 34-nji gezek çempion bolmagy başardı. Ysraýylyň çempionatında da soñky 2 ýylde bolşy ýaly «Makkabi Haýfa» çempionatıny altın medalyyna mynasyp boly. Bu olary 15-nji çempionlarydy.

ILKINIJI ÇEMPIONLARYKLAR

● Rumınyada meşhur futbolçy George Hajniň eýelegiligindäki «Farul Konstanca» kluby ilkinijji çempionlaryny gazandy. Aslynda bu klub 2021-nji ýylda Hajniň öñiki topary «Witorul Konstanca» bilen birleşdirildi. 2009-nji ýylda esaslandryylan «Witorul» topary da 2016/17 möwsumünde çempionlaryk gazanypdy.

Polsanyaň çempionaty «Ekstraklassa»-da hem täze çempion peýda boldy. Çestnohov şaheriniň kluby «Rakuv» 102 ýyllyk taryhynda ilkinijji gezek çempionlaryk bolmagy başardı. Edil sonuň ýaly Kipriň çempionatında da futbol jankóyeleri täze çempion bilen taýsydy. Limassol şaheriniň klublaryndan «Aris» 89 ýyllyk taryhynda Kipriň 1-nji Divizionynda ilkinijji çempionlaryny gazandy. Çempionatda geçen ýylan Limassol şaheriniň wekkili, başşa bir kluby «Apollon» çempion bolupdy. Şol sanda 2008-nji ýylda esaslandryylan Demirgazyk İrländiyanýň çempionatında da täze çempion yüze çykyp, «Larne» kluby möwsumı çempionlaryk bilen taýsydy.

113 ýyllyk taryhy bulan Lüksemburgyň Milli Divizionynda çempion uitýgedi. 2000-nji ýyldan bari 16 gezek çempionlaryk gazanın «91 Dudelange» geçen ýyl ýeñişi bolupdy. Şu möwsumda bolla «Swift Hesperanza» topary 103 ýyllyk taryhynda ilkinijji çempionlaryny baýram etdi. Makedoniýada 2015-nji ýylda esaslandryylan «Struga» kluby ilkinijji gezek çempion diýen derejä ýetdi.

Latviýada «Zalgiris» bassyry 3-nji, umumulykda 10-nji, Estoniyada yúrduruň iň esasy kluby «Flora» 14-nji, Azerbayjanda «Garabag» yzly-yzyna 2-nji, umumulykda 10-nji, Slovéniyada «Slowan Bratislava» bassyry 5-nji, umumulykda 13-nji, Gruziýada «Dinamo Tbilisi» 1 ýyllyk arakesmeden soñ 19-nji, Kosowoda «Ballkani» kluby yzly-yzyna 2-nji, Ermenistanda soñky tapgyra çenli dowam eden ýiti góreşden soñ «Urartu» topary 2-nji (1-nji gezek 2014-nji ýylda bolup), Bosniya we Gersegowinada «Zrinjski Mostar» bassyry 2-nji, umumulykda 8-nji, Uelsde «Nýu Seynt» topary yzly-yzyna 2-nji, umumulykda 15-nji gezek çempion bolmagy başardı.

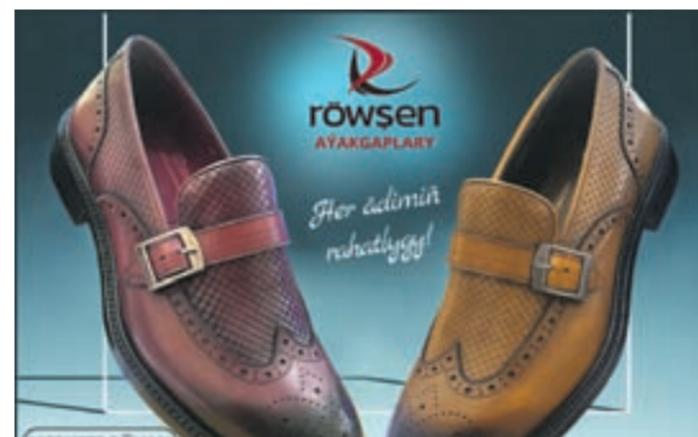
Moldowada 2000-nji ýyldan bari 23 möwsumiň 21-sinde çempion bolan «Şerif» (Tiraspol) bassyry 8-nji gezek çempionlaryk gazandy. Tiraspol şaheriniň wekkili diňe 2011-nji we 2015-nji ýyllarda çempionlaryk gazanyp bilmedi. Belarusda «Şahtyor Soligorsk» topary bassyr 3-nji çempionlaryny gazandy. Yone olaryň çempionlaryk, şol sanda 2-nji ýeri ýelän «Energetik-BGU Minsk» topary gazanypdylar. Moldovaň kumyşygalıya ýol berendikleri üçin ýatyryldy. 3-nji ýeri ýelän BATE Çempionat Ligasyna gatnaşar.

ÇEMPIONATSYZ YEKE-TAKÝ ÜRT

● Milli ligalary juda pes ýurtlary hasaplanýan Malta da «Hamrun Spartans» 1 ýyldan soñ 9-nji, Garadagý çempionatında «Budoçnost Podgorica» topary 1 ýyllyk çempionatda soñ 6-nji gezek çempionlaryk birinjili bilen tamamlandı. Yklymyň iň kiçi ýurtlarynyň biri olan Andorrada «Atletik Klub d'Eskaldes» topary 21 ýyllyk çempionatda ilkinijji gezek çempionlaryk gazandy. 16 klublary çempionatda futbol jankóyeleri täze çempion bilen taýsydy. Limassol şaheriniň klublaryndan «Aris» 89 ýyllyk taryhynda Kipriň 1-nji Divizionynda ilkinijji çempionlaryny gazandy. Çempionatda geçen ýylan Limassol şaheriniň wekkili, başşa bir kluby «Kopengagen» bassyry 2-nji, umumulykda 15-nji, Norvegiýanyň çempionaty «Eliteserien»-de «Molde» 3 ýyldan soñ 5-nji, Şwesiýada «BK Hekken» 82 ýyllyk taryhynda 1-nji, Finlýandıyanýň çempionaty «Veikkausliiga»-nyň 92-nji möwsumında yúrduruň meşhur kluby «HJK Helsinki» bassyry 3-nji, umumulykda 32-nji, Latviýada «Walmiera» topary garassyzlykdan soñky ilkinijji çempionlaryny gazandy. İsländiýada «Breyðablik» klubu 13 ýyldan soñ 2-nji gezek çempion boldy. Tomusda geçirilýän çempionatlarıny biri olan Gazagystanyň «Premyer Ligasynda» hem «Astana» topary 7-nji çempionlaryny gazanypdy. Kalendar senenamasý boýunça geçirilýän İrländiyanýň çempionatında da «Şamrok Rovers» yzly-yzyna 3-nji, umumulykda 8-nji ýeñişi gazandy.

TOMUDA GEÇİRİLÝÄN ÇEMPIONATLAR

● Yewropada howa şertteri sebäpli tomsuda geçirilýän çempionatlar şol aprel aýýarında başlap, noýaba aýýarında da tamamlayar. Şol sebäpli bu ýurtlaryň geçen ýylky çempionlary UEFA-nyň ýaryşlaryna wekiliklik edýärler. Tomusda geçirilýän çempionatlarý arasynda iň esasy Danıýanya çempionatı bolup, «Köpengegen» bassyry 2-nji, umumulykda 15-nji, Norvegiýanyň çempionaty «Eliteserien»-de «Molde» 3 ýyldan soñ 5-nji, Şwesiýada «BK Hekken» 82 ýyllyk taryhynda 1-nji gezek 2014-nji ýylda bolup), Bosniya we Gersegowinada «Zrinjski Mostar» bassyry 2-nji, umumulykda 8-nji, Uelsde «Nýu Seynt» topary yzly-yzyna 2-nji, umumulykda 15-nji gezek çempion bolmagy başardı.



DURMUŞ TEHNİKASY ÜÇIN ATIÝÄÇLYK ŞAYLARY DÜKANY
Magazin zapçastey dla bytovoy tekniki
РЕАЛИЗУЕМ:

.freon dla avtomobilnykh kondisionerov;
.freon dla xopodilnikov i kondisionerov vsekh mark;
.motorkompressory dla split sistem i okonnykh kondisionerov vsekh mark;
.motorkompressory i elektrovdvigatelyi dla bytovых, vitrinnych i promyšlennych xopodilnikov;
.elektrovdvigatelyi dla pylessosov;
.zapasnaya chasti dla stiralnykh maschin.



Abuna-2023

**TÄZELIKLERİ
TÄZELIGINE
OKAÑ!**

**GADYRLY
OKYJYLAR!**

«Zaman-Türkmenistan» gazetine 2023-nji ýylyň II ýarymy üçin abuna ýazylyşygy dowam edýär. Gazetimize ýazylmak üçin «Türkmenpoçtanyň» islen-dik şahamcasyna ýüz tutup bilersiňiz. Şeýle-de günde-lik täzelikleri zamanturkmenistan.com.tm internet sahypasyndan okap bilersiňiz.



ULKE ENERGY

Специализированное предприятие ИП «ULKE» предлагает Вам квалифицированные услуги по монтажу, наладке и ремонту электрооборудования напряжением 0,4