NY TENY FIAINANA

Ny Baiboly Malagasy

Fa Andriamanitro hahatanteraka izay rehetra tokony ho anareo araka ny hareny amin'ny voninahitra no amin'i Kristy Jesosy.

Filipiana 4:19

JUDO SOKAJY MINIME/CADET/JUNIOR/SENIOR

Fantatra avokoa ireo tompondaka 2022

Nifarana tamin'ny alakamisy 29 desambra 2022 tao amin'ny kianja mitafon' Ankorondrano ny fifaninanana "Championnat de Madagascar 2022 de Judo" sokajy "Minimes", "Cadets", "Juniors" ary "Seniors", izay nandraisana mpikatroka nahatratra 250 avy amin'ny ligim-paritry ny judo miisa 7 anjara. Marihana fa tamin'ny talata 27 desambra lasa teo no nanomboka ity fifaninanam-pirenena eo amin' ny taranja Judo ity, ka nahitana ny hetsika "passage de grades" sy AGO an'ny FMJ sy ny fifaninanana tamin'ny ankapobeny. Ny fanolorana ny gradin'ireo afa-panadinana no natao teo anelanelan'ny fifaninana hoan'ny sokajy "Cadets" sy "Juniors" tamin'io fotona farany tamin'ny alakamisy 29 desambra io raha efa tontosa tamin'ny andron' ny alarobia kosa ny fifaninana hoan'ny sokajy "Minimes" sy "Séniors". Ny ekipan'ny St Michel Amparibe sy ny Esca Antanimena ary ny Judo Club CCS Tuléar no nitana ny laharana voalohany sy faharoa ary fahatelo tamin'ity fifaninanana ity izay samy nahazo avy (Volamena 9, Volafotsy 9, Alimo 6) hoan'ny ASM voalohany, (Volamena 9, Volafotsy 8, Alimo 6) hoan'ny ESC faharoa ary (Volamena 4, Volafotsy 2, Alimo 3) hoan'ny CCS faha-3. Ireto avy ireo tompondaka Minime/Cadet/Junior/Senior 2022 : -Tolotra Yvan (Asc), Heritovo (Jjt), Reno (Esc), Yakin (Red), Sanda (Asm), Lohan (Nja), Maharitra (Hak), Luciah (Csf), Anna (Jlp), Colline (Esc), Lindsey (Asc), Angelo (Cjc), Rina (Asm), Rayan (Esc), Fetra (Esc), Karamaly (Ccs), Lebrun (Ccs), André (Ccs), Emiliame (Fja), Fanjaniaina (Cjc), Narindra (Asm), Frédérica (Esc), Laura (Asm), Jocyah (Csf), Haingoniaina (Jci), Jules (Ccs), Stéphano (Asc), Emison (Fja), Mirado (Esc), Mandresy (Asm), Irintsoa (Asm), Manoa (Hak) Roumaica (Esc), Samantha (Asm), Angela (Jjt), Flavien (Red), Eduardo (Esc), Lova (Asm), Roberto (Esc), Michel (Usc), Emilame (Fja), Fanjaniaina (Cjc), Sarah (Jjt), Victoire (Fja), Laura (Asm), Jociah (Csf). Nahatratra 37 isa kosa ireo Judokas nahazo grady vaovao : 1er dan (13), 2è dan (7), 3è dan (14), 4è dana (1) ary 5 è dan (2).

"Championnat de Madagascar – decembre 2022".

Rainilita

BAREA CHAN

Tamin'ny alatsinainy alina hifoha talata no tonga any Tunisie

Nigadona any Tunisie tamin'ny alin'ny alatsinainy 2 janoary hifoha ny Talata 3 janoary 2022 ny delegasiôanan'ny baolina kitra Malagasy, ahitana olona 34 isa, misy an'ireo mpilalao mandrafitra ny BAREA CHAN miisa 23, hiatrika ny fifaninanana Chan Algérie 2023, ho tontosaina amin'ny zoma 13 janoary ka hatramin'ny sabotsy 4 febroary 2022 ho avy izao, ka amin'ny 15 janoary 2022 izy ireo no hikatroka amin'i Ghana, ny 19 janoary no hifampitana amin'i Maroc ary ny 23 janoary 2022 no hifanandrina amin'i Soudan. Ao amin'ny Hôtel LA CIGALE izy ireo no miantrano mandritra ny fivahinianan'izy ireo any Tunisie izao. " Stage bloqué " no ho tontosaina any Tunisie, ka amin'ny 6 janoary izao izy ireo no hifanandrina ara-pirahalahiana amin'ny ekipampirenen'i Congo Brazzaville ary amin'ny 9 janoary ho hifanandrina amin'ny ao Tabarka, Tunisie.

Delegasiôna Malagasy nigadona tany Tunisie.

Rainilita

Cristiano Ronaldo

Nifindra any amin'ny ekipan'i Al-Nassr any Arabia Saodita

Cristiano Ronaldo.

Rehefa nifarana tamin'ny novambra 2022 lasa teo ny fifanarahan'ny ekipan'i Manchester United, sy ilay kintan'ny baolina kitra paortigey, Cristiano Ronaldo dia nanapakevitra ny nanao fifanarahana mandritra ny 2 taona sy tapany ao amin'ny ekipa saoudiana, Al-Nassr, ny lehilahy, ka vola mitentina "200 millions d'euros" no azony avy amin'izany. Ny tanjonay, hoy Andriamatoa Garcia filohan'ny Al-Nassr dia ny hampandrosoana ny baolina kitra Saoudiana, ka ho faly izahay rehefa ho afaka hampifandrindra ny fahaiza-manao amin'ny Al-Nassr izy, ka hahita fafiny amin'izany ary koa afaka hanome fahafaham-po hoan'ny "supporters saoudiens". Tao amin'ny kianja «le Mrsool Park » ao Al-Nassr no naseho vahoaka voalohany tany Arabie Saoudite izy, ka mpitia baolina kitra naherin'ny 25000 isa no efa niandry azy tao.

Rainilita

Sakafo Ny Valosoa

Tao aorian'ny fihinanana sakafo matsiro tamin'ny fety, sakafo matsatsotsatso indray, no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. **Rona henomby sy anatsonga sy angivy**, no atolotra anao androany. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSOA sy Mahasoa

Ny soa azo avy amin'ny fanetsiketsehana ny vatana

Ny soa azo avy amin'ny fanetsiketsehana ny vatana, na fanatanjahantena indray, no Mahasoa eto amin'ny gazetinao androany. Zavatra anisan'ny mahafohy ny andro iainana ny tsy fampiasana vatana.

Tandremo ho an'ny miasa mipetraka maharitra tsy mampiasa vatana ireny , avy eo mbola mandeha fiara mody , zara fa mihetsika ny vatana .

Lasa malemy ny taolana , ny hozatra , tsy miasa tsara ny fo sy ny saina ary ny lalan-drà , mikorontana ny taova , lasa constipe na mitohana lava , marary aty na vavony vokatry ny stress sy ny tsy fahitana tory amin'ny alina .

Ny olona mampiasa vatana matetika dia salama , tsy dia misy stress , matory tsara amin'ny alina.

Maka fotoana ampiasana vatana in- 4 isak'herinandro, ohatra: manao marche na mandeha an-tongotra 60min in-4 isak'herinandro , tsara ho an'ny fo , ny saina , ary ny vatana rehetra izany.

NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'Antsiatsiaka distrikan'i Fenoarivo Atsinanana faritra Analanjirofo

Ny tanànan'Antsiatsiaka distrikan'i Fenoarivo Atsinanana faritra Analanjirofo indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Antsiatsiaka ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 11 mandrafitra ny distrikan'i Fenoarivo Atsinanana. Any afovoany atsimon'ny faritra Analanjirofo no misy azy. Tsy mbola azo lazaina ho tena avo toerana izy, satria 431 m ny haavony miohatra amin'ny ranomasina. Vokatra any ny jirofo, ny kafe, ny voankazo isankarazany toy ny letchi, ny manga.