NY TENY FIAINANA

Ary aza mba ketraka amin'ny fanaovan-tsoa isika; fa amin'ny fotoan'andro no hijinjantsika, raha tsy reraka isika.

Galatiana 6:9

27è Championnat de volley-ball des Clubs de la Cavb Zône 7

Nanomboka any Maurice tamin'ny sabotsy teo

Nanomboka tamin'ny sabotsy 25 febrary 2023 teo, any Maorisy, ka tsy hifarana raha tsy amin'ny saboty 04 martsa 2023 ho avy izao, ny fifaninanana « 27è Championnat de volley-ball des Clubs de la Cavb Zône 7 ». Ireto avy ireo ekipa sokajy vehivavy mandray anjara amin'ny fifaninanan : Rodrigues Oranges Club Sportif , Quatre Bornes Vbc, Anse Royale Vbc, Tranquebar Black Rangers Vbc, City Ladies, Moineau Volley Pei, Curpipe Starlight Sc, Vbc Kanibe, Tampon Gecko Vcs, St Denis Olympique Vb, Cascades Vbu, ny ekipa vehivavy Malagasin'ny Stef'Auto Vbc sy ny Gnvb ny Malagasy. Eo amin'ny sokajy lehilahy kosa dia ao ny ekipan'ny Nioumachoi Vb, St Denis Vbc, Tampo Geko, Vc Kanibe, Montagnes Goyaves, Camp Ithier, Mitsangadoua, Port Louis Fire Star, St Denis Olympique Vb. Asim, Zamfi Club de Mtezamboro, Beau Vallon Vbc, Port Louis Fire Star, M'Tsapere, Neo Boys, Faucon Flacq Camp-Ithier Vbc, Mtsangadqua Association Volley, Volley Clus de Mtsapera, Gnvb Madagasikara, Quatre-Bornes Vbc, Nioumachoi Vb. Tampon Gecko Vbcs, Rodrigues Olympique Montagne Goyaves, Gnvb sy Bi'As Malagasy. Voka-dalao andro voalohany : Bov – Bvm seta 3-0 (25-17, 25-21, 25-28), Tgv – Asi seta 3-0 (25-09, 25-17, 25-23), Omg – Zcm seta 3-0 (25-18,25-19,25-19), Ctl – Mnp seta 0-3 (21-25, 23-25-21, 21-25), Osa – Vck seta 3-0 (25-08, 25-09, 25-11).

Lalao andro voalohan'ny fifaninanana.

Rainilita

Rugby andro voalohan'ny « XXL Energy Top 20, 2023

Montsan'ny Cosfa Miaramila 118 – 17 ny Jsta Ambondrona

Montsan'ny Cosfa Miaramila tamin'ny isa 118 noho 17 ny Jsta Ambondrona, tamin'ny andro voalohan'ny fifaninanana rugby« XXL Energy Top 20 2023 », notontosaina tamin'ny alahady 26 febrary 2023 teo teny amin'ny kianja Makis Andohatapenaka. Ny Ftm Manjakaray kosa tetsy an-kilany mbola nananontsana ny Ftat Anosibe tamin'ny 93 noho 23. Teo amin'ny lalao voalohany tamin'ity andro voalohany ity kosa dia lavon'ny TAM Anosibe (31)-(17) ny FBM Bemasoandro. Lalao niady dia niady kosa ny fifananandrinan'ny US IKOPA Andohatapenaka sy ny FTB Andohatapenaka, ka nibatan'ity farany ny fandresena (25)-(27).

Rainilita

Cosfa sy Jsta teny Andohatapenaka.

Orange Pro-League Malagasy 2022-2023

Mbola mitarika ny Fosa Juniors na dia resy 3-0 aza

Mpialalaon'ny Fosa Juniors Fc teny Vontovorona.

Mbola mitarika an'isa vonjimaika hatrany eo amin'ny fifaninanana baolina kitra "Orange Pro-League Malagasy 2022-2023", ao amin'ny vondrona "Conférence Nord", ny ekipan'ny Fosa Juniors Fc manana isa 18, na dia resin'ny Cosfa (isa 14) aza teny Vontovorona teo amin'ny andro faha-7 notontosaina tamin'ny alahady 26 febrary 2023 lasa teo. Ity ekipan'ny Cosfa ity no mitana ny laharana faha-2 ao amin'ity vondrona ity, arahan'ny Uscafoot (isa 12). Ao amin'ny vondrona "Conférence Sud" kosa, taorian'io andro faha-7 io dia mitarika vonjimaika ny ekipan'ny Mama Fc manana isa 12, arahan'ny Zanakala Fc (isa 11) ary ny Disciple Fc (isa 10). Any amin'ny laharana faha-4 sy faha-5 kosa no misy ny ekipan'ny Cffa sy Elgeco Plus ankehitriny. Voka-dalao andro faha-7 "Conférence Nord" : Ajesaia 3 – 1 Asa Diana, Tffc 0 – 2 As Fanalamanga, Uscafoot 2 – 0 Tia Kitra Fc, Fosa Juniors Fc 1 – 3 Cosfa. "Conférence Sud" : Mama Fc 1 – 0 Dato Fc, Zanakala Fc 2 – 0 Jet Kintana, Cffa 0 – 0 Elgeco Plus, 3Fb Toliara - Disciples Fc (à reporter).

Rainilita

Sakafo Ny Valosoa

Saosisy sy sôsety indray, no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Atao ketsaketsa izany na atao ridritra. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSOA sy Mahasoa

Ireo soa azo avy amin'ny sôsety

Ireo soa azo avy amin'ny sôsety indray, no Mahasoa eto amin'ny gazetinao androany. Ireto avy ny Singa hita ao aminy:

-Protéine
- vitamine C, B6, B9, K.
- Fibre.
-Zinc.
- potassium.
- magnésium
- Varahina na cuivre.
- acide folique

Ireto ny tombontsoa amin'ny fihinanana azy:

- Manala tavy, mampihena vatana.
- Mampidina tosi-drà.
- Manatsara ny fikorinan'ny rà.
- Tsara ho an'ny vehivavy mitondra Vohoka.
- Tsara ho an'ny aty sy ny fiasany.
- Manampy amin'ny fandevonan-kanina.
- Tsara ho an'ny fo.
- Miaro amin'ny fahanteran'ny sela.
- Tsara ho an'ny diabetika.
- Miaro ny volo tsy hihintsana.
- Mampihena ny stress na ny rarintsaina.
- Manala loto ao amin'ny vatana.

Atao laoka na lasary mety daholo.

NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'i Vanono distrikan'i Mananara Avaratra faritra Analanjirofo

Ny tanànan'i Vanono distrikan'i Mananara Avaratra faritra Analanjirofo indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Vanono ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 16 mandrafitra ny distrikan'I Mananara Avaratra. Any afovoan'ny faritra Analanjirofo no misy azy. Efa azo lazaina ho avo toerana izy, satria 345 m ny haavony miohatra amin'ny ranomasina. Vokatra any ny vary, ny jirofo, ny lavanila, ny kafe. Ny voankazo: akondro.