

#راز
Secret

MBC PERSIA



اطلاعات خاصه

MBC Persia HD

HD

MBC PERSIA 1

LIVE No Information

15:58

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10762 H 30000 85%

خبرداز

SECRET

Live

PERSIA



اطلاعات خاصه

MBC Persia SD

SD



LIVE No Information

15:58

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47%

#راز

Live

MBC PERSIA



MBC Persia HD

HD 403 [signal icons]

MBC PERSIA 3

LIVE No Information

15:58

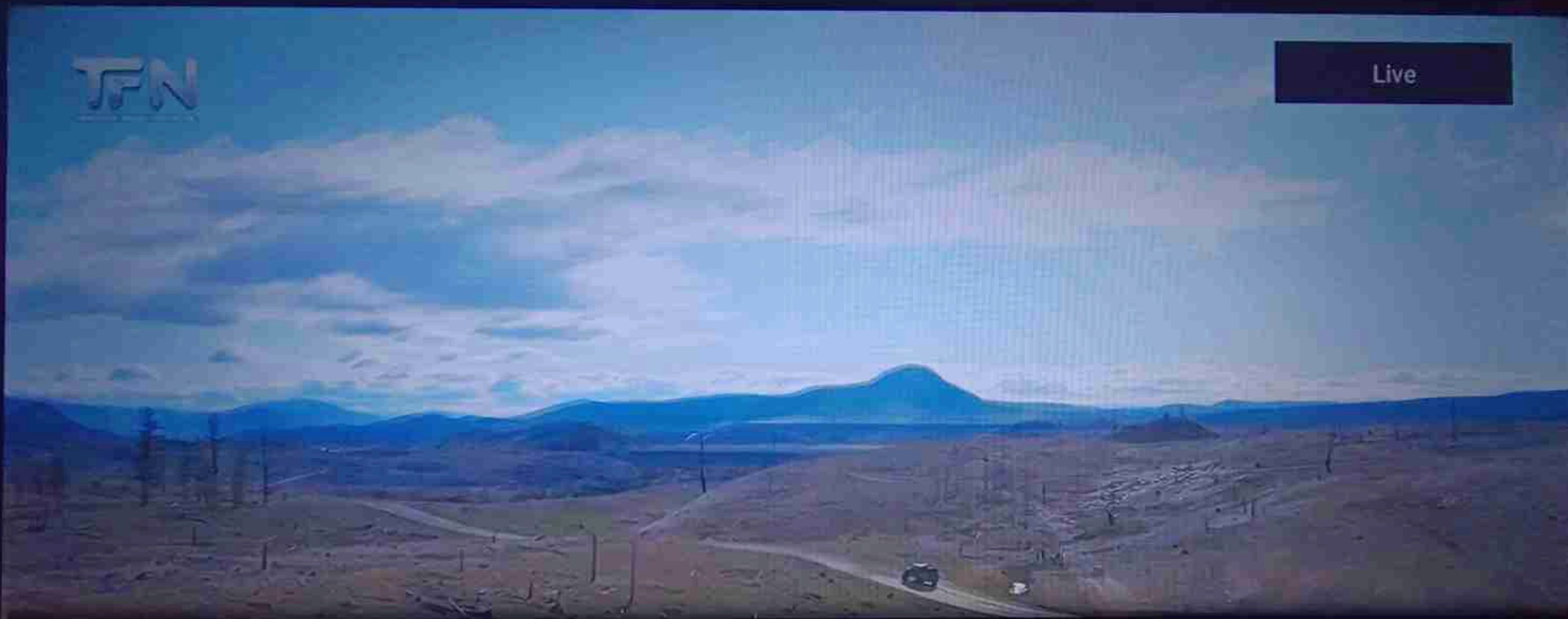
09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 49%

TFN

Live



TFN

HD AC3 DTS S Wi-Fi



4

LIVE

No Information

15:58

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 47%



Live

DXB1

HD AC3 [Icons]



5

LIVE

No Information

15:58

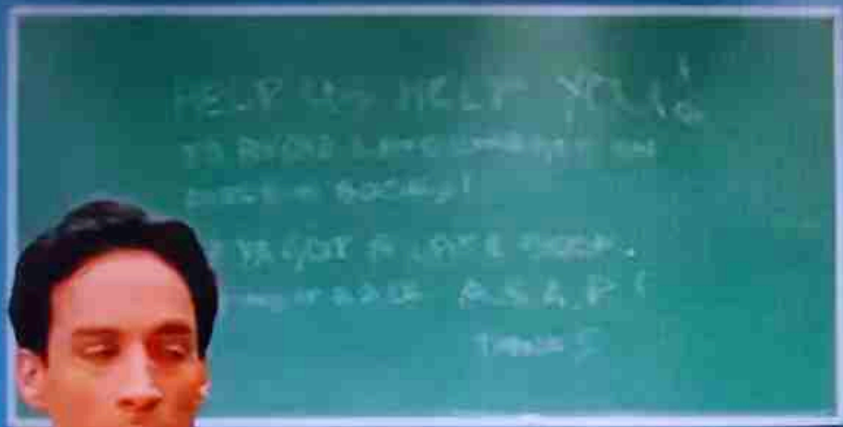
09/09/2023

37.0 °C [Icon]

[52.0E Turkmenalem] 10803 H 27499 47% [Progress Bar]

Community S3 - E12

Live



DXB2

HD



6



No Information

15:58

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 47%





Persiana Sports HD

HD AC3 [Icons] [Icons] [Icons] [Icons]

SPORTS 7
persiana

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C [Weather Icon]

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 47% [Battery Icon]



Live
TIME

Your Time TV HD

HD AC3 S Wi-Fi

YOUR
TIME

8

LIVE

تور پیاده روی مایورکا، اسپانیا - تابستان 2023

15:18 ~ 16:54

96 Min

15:59

09/09/2023

پیاده روی کوه سامویی-بهترین جزیره جهان-تایلند 2023

16:54 ~ 18:30

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 46%

بهران



Live



AVA Family

HD AC3 [Icons]



LIVE

Racer (2023) +15

Margin Call (2011) +15

14:15 ~ 16:30

135 Min

16:30 ~ 18:30

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 47%

AVA
SERIES

Live



AVA Series

HD AC3

AVA
SERIES 10

LIVE

اتاق شلوغ/فصل 1/قسمت 9 +15

15:30 ~ 16:30

15:59

60 Min

09/09/2023

بادهای تاریک/فصل 2/قسمت 6 (قسمت آخر) +16

16:30 ~ 17:30

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 47%

Live



بىر نىيازىمىزدا درياقت انساپ

تەجربىلىرىمىزدا زودلىرىمىزدا موعدا

FX HD

HD AC3

LIVE No Information

FX HD 11

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 47%



"منارعه عشق و ایدئولوژی
در جنبش انقلابی
"زن، زندگی، آزادی"



دکتر
مصطفی

Live

Gord Afarid TV

HD AC3



12

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 47%



Live

Kanal Jadid

SD [Signal strength icons] [Wi-Fi icon]

KANAL
JADID 13

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C ●

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 0% [Progress bar]



KANAL JADID

KANAL JADID

SD

KANAL 14
JADID

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.5E YahSat] 11766 V 27500 98%

بازپخش



Iran-e-Farda TV

SD



15



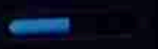
No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 46%



Live



زن زندگی آزادی



Pars TV

SD



Part 16

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 46%

Live



Simay Azadi SD

SD AC3

LIVE

No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C



17

مجلس شورای ملی ایران

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 47%



HOD HOD TV HD

HD AC3 [Icons]



18

LIVE

سینمایی - آرتور و عیدی ها

15:29 ~ 16:59

15:59

90 Min

09/09/2023

میان برنامه

16:59 ~ 17:09

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 47%

Live



HOD HOD TV

SD AC3



19

LIVE

میان برنامه

15:51 ~ 16:00

15:59

9 Min

09/09/2023

من و نقاشی

16:00 ~ 16:20

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47%



Live




Maah TV

HD AC3     

maah 20
tv

 No Information

15:59
09/09/2023
37.0 °C 

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47% 

Live

HD

اهمیت تنفس و راز شفابخشی از طریق دم و بازدم با سانه زارع



تنفس یکی از مهم‌ترین فرآیندهای طبیعی است که در تمام موجودات زنده وجود دارد. این فرآیند شامل ورود اکسیژن به بدن و خروج دی‌اکسید کربن است. تنفس صحیح می‌تواند به بهبود سلامت جسمی و ذهنی کمک کند. در این مقاله، سانه زارع به اهمیت تنفس و روش‌های صحیح آن می‌پردازد.

تنفس صحیح شامل چندین مرحله است: اول، استنشاق عمیق از طریق بینی که باعث گرم شدن و مرطوب شدن هوا می‌شود. دوم، نگه‌داشتن هوا در ریه‌ها برای چند ثانیه. و سوم، بازدم آرام از طریق دهان. این روش‌ها می‌تواند به کاهش استرس، بهبود خواب و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

سانه زارع در این مقاله به اهمیت تنفس و روش‌های صحیح آن می‌پردازد. او توضیح می‌دهد که تنفس صحیح می‌تواند به بهبود سلامت جسمی و ذهنی کمک کند. او همچنین به اهمیت تنفس عمیق و روش‌های صحیح آن می‌پردازد.



Radio Javan HD

HD AC3 [Icons: TV, PC, Lock, Dollar, Wi-Fi, Signal]



21

LIVE No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C ●

RADIOJAVAN

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47% [Progress Bar]

Live



Radio Javan SD

SD 403 [signal icons]



22

LIVE

No Information

15:59

09/09/2023

37.0 °C ●

RADIOJAVAN

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47% [battery icon]

DJ LIVESET



Avang TV

HD 

AVANG 23
TV

LIVE No Information

15:59
09/09/2023

37.0 °C 

[52.0E Turkmenalem] 10762 V 27499 49% 

NAVAHANG

Live



TNX TO
Farshad Mahvar
Reza Akbari
Hamid Nourian
Royal Bmn
Amin Bourani

Navahang

HD AC3

NAVAHANG 24

LIVE

Dang Show - Khata Kardam

Alireza Ghorbani - Parizad

15:55 ~ 16:00

5 Min

16:00 ~ 16:04

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 46%

pmc

Live



PMC HD

HD AC3

LIVE No Information

pmc 25

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 0%

icc+

Live

BABAK HAMIDIAN

بابک حمیدیان

ICC HD

HD AC3     

icc 26
HD

 No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C 

[52.0E Turkmenalem] 10845 V 27499 47% 

TODAY
شبکه تودی

Live

سورسور



Today HD

HD AC3 [Icons: TV, Lock, Signal, Wi-Fi]

TODAY

27

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C ●

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 49% [Battery Icon]

Live



RTA HD

HD

28

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47%

Live

OMD

0-0

KHN

67:23



RTA SPORTS

HD AC3

مولى
SPORT

29

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47%



Payam Aramesh HD

HD 4K3 1080i S Wi-Fi



30

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10887 V 27500 47%



Live



Keshish Hamid

SD 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000



31



No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 49%

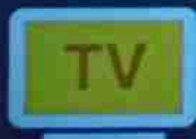


Live

خداوند خدای حدت داوود چنین می گوید
من دعای تو را شنیده ام و اسکهای تو را دیده ام
من تو را شفا خواهم داد
دوم پادشاهان ۵:۲۰

TBN Nejat

HD AC3



32

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 10803 H 27499 49%



Live



ITN HD

HD AC3 [signal icons]



33

LIVE

No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C [weather icon]

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 49% [battery icon]



Live



4U TV HD

HD AC3



LIVE No Information

16:00

09/09/2023

37.0 °C

[52.0E Turkmenalem] 11221 V 27499 49%

CHANNEL ONE

Live



Kanal Yek HD

HD [Signal strength icons]



35

LIVE

No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C [Weather icon]

[7.0E Eutelsat 7AB] 10721 H 22000 98% [Signal strength bar]

کانال یک

روحانی و رئیس «۱۵۷ استاد» از دانشگاهها اخراج شده اند نقش محمد بن سلمان بر فرش دستباف ایرانی در تهران رهبران بریکس با بیوستن گفتگو

CHANNEL ONE

Live



Kanal Yek SD

SD



36

LIVE

No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 10721 H 22000 98%

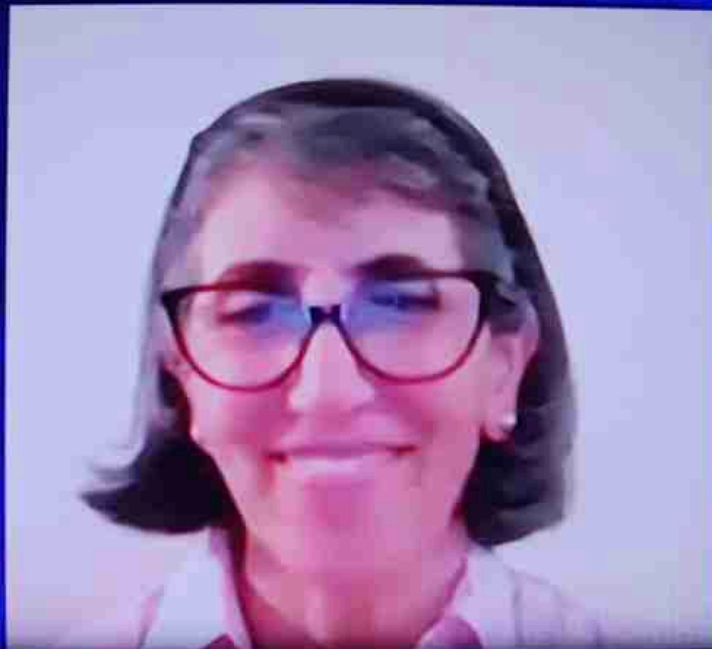
کانال یک

کانال یک در دستکدها احراج شدهاند نقش محمد بن سلمان بر فرش دستباف ایرانی در تهران رهبران در یکمن تا بیوسنتی ۶ کشور از جمله ایران

Live



روز زندگی آزادی



PARS TV

SD

PARS TV 37

No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 10721 H 22000 98%

بازپخش

Live

IRANEFARDA TV

گزارشگر ایران فردا

۰۰۴۴۷۳۸۸۲۰۰۴۴۹

ایران فردا همواره نزدیکتر با شما

IRANEFARDA

SD



38



No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 10721 H 22000 98%

PUPPY LOVE 2023

Live
DAMAC TV HD



Damac TV HD

HD 408 [Icons: Signal, Wi-Fi, etc.]

LIVE No Information

DAMAC 39
[Arabic text]

16:01
09/09/2023
37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 11304 H 29700 95% [Progress bar]

Live



نام اسرا پناهی خانقاه

سن ۱۵

تاریخ و محل جان باختن ۲۱ مهر، اردبیل

Radio Javan HD

HD



16:01

09/09/2023

37.0 °C

LIVE No Information

40



RADIOJAVAN

[7.0E Eutelsat 7AB] 11304 H 29700 95%

TODAY
شبکه تودی

Live
رررر



Today HD

HD

TODAY

41

LIVE

No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 11304 H 29700 96%

TFN

Live

TFN

HD AC3



42

LIVE

No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 11304 H 29700 96%

#راز

Live

PERSIA

MBC Persia HD

HD AC3 [Icons]

(LIVE) No Information

16:01

09/09/2023

37.0 °C [Icon]

MBC PERSIA 43

[7.0E Eutelsat 7AB] 11387 H 27500 98% [Progress Bar]

NAVAHANG

Live



Navahang SD

SD AC3      


 No Information

NAVAHANG 44

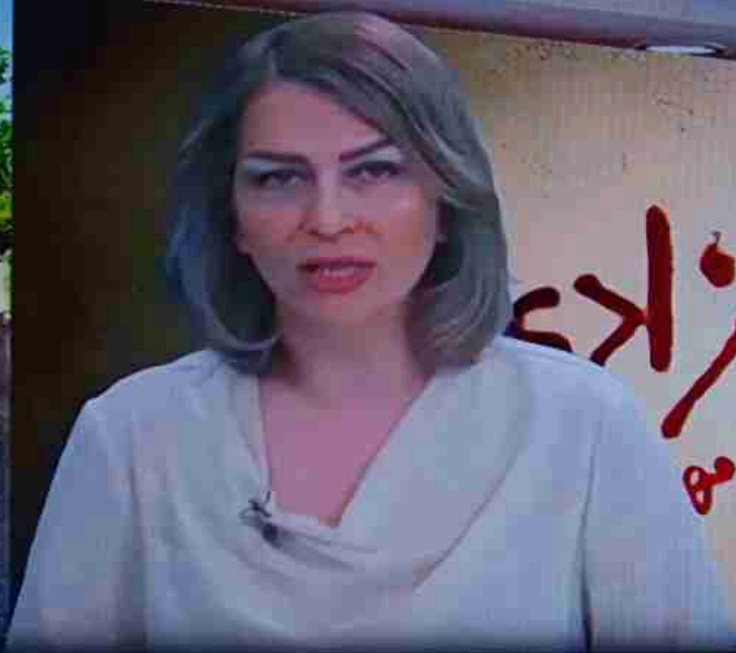
16:02

09/09/2023

37.0 °C 

[7.0E Eutelsat 7AB] 11345 H 27500 98% 

Live



Kanal Jadid HD

HD



No Information

KANAL
JADID

45

16:02

09/09/2023

37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 11387 H 27500 98%

icc+

Live

با منهنده

مهراں مود

MEHRAN MOD

ICC HD

HD AC3     

icc 46
HD

 No Information

16:02

09/09/2023

37.0 °C 

[7.0E Eutelsat 7AB] 11387 H 27500 98% 

bravo
فارسی

از ما بهترون-۱۳۸۷



WNS.TEL

SD AC3

TV

47

LIVE

No Information

16:02

09/09/2023

37.0 °C

[13.0E Hotbird 13] 11137 H 27500 77%

Elemental | 2023

Cine Film HD

HD AC3



48

LIVE

No Information

16:02

09/09/2023

37.0 °C

FILM

[7.0E Eutelsat 7AB] 11324 V 29700 95%



AVANG TV

Live



Avang TV HD

HD

No Information

AVANG TV 49

16:02
09/09/2023
37.0 °C

[7.0E Eutelsat 7AB] 11324 V 29700 95%