

وزارة
الشباب
والرياضة

خالدي

يواصل عملية
انتقاء الإطارات
لتسخير مراكز
القطاع



جمال بلماضي:

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 14 جوان 2021 الموافق 3 ذو القعده 1442 هـ العدد: 234 الثمن: 30 دج

نحو
جبل

"لم أخطيء عندما استدعيت زروقي ومنحته الفرصة"

"الم منتخب مثل العائلة، لكن المنافسة فيه شرسة"

الم منتخب المحلي ينطلق في تربص تحضيري بسيدي موسى

بين ناصر:
"فخور كوني جزء من المنتخب الجزائري"



قال إنه راض عن أداء زروقي

وصف الناخب الوطني جمال بلماضي المنتخب الوطني الجزائري بالعائلة الواحدة . وقال بلماضي في آخر تصريح خص به التلفزيون الجزائريين إن عائلة المنتخب تميزها المنافسة الشرفية على المناصب بين اللاعبين وهو الأمر الذي أوصله إلى ذهن العناصر الوطنية منذ أول تربص على حد تعبيره . هذا وأكد المسؤول الأول عن العارضة الفنية للخضر بأن المجموعة الوطنية تحذوها رغبة جامحة في كسب الرهان ورفع التحدي في كل مباراة يخوضونها بدلليل سلسلة النتائج الإيجابية المحققة منذ 27 مباراة لم يتذوق فيها أشبال المدرب بلماضي طعم الهزيمة . وتطرق مهندس التتويج بكان أمام إفريقيا للحديث عن متوسط ميدان الخضر والواحد الجديد رامي زروق حيث أكد بأنه لاعب موهوب وأنه استبشر فيه خيراً منذ أول لقاء له مع الخضر في مواجهة بوتسوانا على حد قوله حيث قال في هذا الصدد : " راميزة لاعب مهم جداً وأنا لم أخطئ في حقه عندما قمت باستدعائه ، وبكل صراحة ، وبكل مستوى له يدهشني لأنني كنت أعرف ماذا يمكنه أن يفعل " وواصل بلماضي حديثه عن زروقى عندما قال بأنه راض تماماً رضا ماما يقادمه راميزة مع المنتخب وفي ظرف وجيز يحكم أن اللاعب تأقلم بسرعة مع أجواء المنتخب الوطني وهو الأمر الذي جعله يكتسب الثقة بسرعة ما يجعل مستوى يتتطور من مواجهة لأخرى هذا وأشار بلماضي بالاعتراض على راميزة زروقى وبالتالي تكوين القاعدى الذى تلقاه فى مدرسة أجاكس أمستردام وهو مانعكش على شخصيته فوق أرضية الميدان وأداه مع المنتخب حيث قال : " راميزة لاعب يستمع جيداً للنصائح فهو يطبق تعليمات الطاقم الفنى بحذافيرها " . رمزي

تونس والجزائر بالمستوى الضعف يصف حكم مواجهة بونجاح

غير الدولي الجزائري، بغداد بونجاح عن غضبه الشديد من الحكم المصري محمد معروف، الذي أدار المواجهة الودية بين المنتخب الوطني وتنظيره التونسي، والتي انتهت بفوز الخضر بهدفين دون رد. وأكد رأس الحمراء بأن الحكم أثر سلبا عليه وعلى زملائه بصفة خاصة خلال المرحلة الثانية من اللقاء وتحدث هدف السد القطري في هذا الشأن. الحكم لم يترك تأثيرا، خلال الشوط الثاني تغير علينا كثيرا، ولا يمكن لعب كرة القدم في ظروف كهذه، لقد كان خارج الإطار وضعيفا، مما أثر علينا سلبا ونفس الأمر ينطبق على منافسينا.

بن ناصر: خور بكوني جزء من المنتخب الحزائري



عبر النجم الجزائري
"اسمعايل بن ناصر"
عن سعادته وفخره
بكونه جزء من
المنتخب الوطني
وهذا الجيل المميز
الذي لم ينهزم طوال
27 مباراة متتالية محظوظاً الرقم القياسي
الأفريقي ويحمل بمواساته المشوار في
تصفيات المؤنديال المقبلة. ونشر بن ناصر
عبر حسابه الرسمي في التويتر: "يا له من
فخر كبير أن أكون جزءاً من هذا المنتخب،
هنيئنا للجميع بهذا الرقم القياسي في عدد
المباريات دون هزيمة... 27 مباراة دون
خسارة". يذكر أن الناخب الوطني كان قد
أمضى للاعب "مبابي" من تريبيص جوان بسبب
الإصابة، حيث خضع بن ناصر لعملية
جراحية على مستوى قدمه".



الخضر يؤكدون علو كعبهم في كل لقاء

كتيبة بلماضي تواصل تحطيم الأرقام

يواصل الخضر كتابة التاريخ، وأضحووا المنتخب الأكثر حفاظاً على سلسلة النتائج الإيجابية في إفريقيا برصيد 27 لقاء بدون خسارة، ليؤكدوا على علو كعبهم في القارة السمراء، وسيطرتهم على هذه الرياضة في الوقت الحالي، مغيرين الصورة التي كانت عليها الكرة الجزائرية في السابق، بكتيبة من اللاعبين أثبتوا أنهم عالميون وكان الخضر دخلوا في تربص تحضيري منذ بداية شهر جوان الحالي، تخلله ثلاثة لقاءات ودية؛ حيث تفوقوا على منتخب موريتانيا برباعية مقابل هدف في اللقاء الأول بميدان مصطفى تشاكر بالبليدة، ثم فازوا في اللقاء الثاني بذات الملعب، أمام مالي بهدف وحيد، ليختتموا تربصهم بانتصار بثنائية على منتخب تونس، واستغل الناخب الوطني هذا المعسكر الاعدادي للاطلاع على الحالة البدنية لعناصر النخبة الوطنية من جهة، ومنح الفرصة لكل العناصر التي قام باستدعاءها؛ سعيا منه لرسم معالم التشكيلة التي سخجض، بها غمام التصفيات المؤهلة لمونديال قطر القادم.

مدوني صمام الأمان وباعمرني قلب الأسد

وكالعادة، أكد الحارس رايس وهاب مبولحي أنه الحارس الأول في تشكيلة الخضر، وصمام الأمان الذي لا يمثيل له، وهذا بادئه المعهود وتصدياته الكبيرة. وبعد غيابه ضد موريتانيا شارك ضد مالي وتونس، محافظاً على عنذرية شباكه في كلا اللقاءين ومن جهةه، أظهر المدحّف المحوري جمال بلعمري مستوى كبيراً هو الآخر رغم معاناته من نقص المنافسة؛ إذ لم يشارك كثيراً رفقة نادي ليون الفرنسي في الموسم المنقضي، إلا أنه كان في الموعد، وأكد للجميع أنه قطعة أساسية، وأهم الركائز في دفاع المنتخب الوطني.

رامز زروقی یکسپ الرهان

كان الوافد الجديد على تشكيلة الخضر رامز زروقي لاعب تشنينتي الهولندي، اكتشاف هذا التربص، بعدما كسب الرهان وكان محل الثقة التي وضعها فيه الناخب الوطني جمال بلمامضي. زر كان شارك أساسيا مع الخضر ضد مالي أداء متواسطا على العموم رغم حبه بالتشكيلة الوطنية، ليؤكد على كعكه "داربي" شمال إفريقيا ضد تونس ١-٠ أيان عن مستوى الحقيقية، وقطع الكرات في وسط ميدان المنتخب التونسي بتنسيق وتفاهم كبيرين مع زملائه هاريس بلقلة وسفيان فغولي

سفيان فغولي صابط الایقاع

بات سفيان فغولي عنصرا لا يمكن الاستغناء عنه في كتبية الخضر؛ فقد أكد أن بإمكانه اللعب في جميع المناصب في خط الوسط، وأنه محرك المنتخب الوطني، وصابط قياسه فوق الميدان بتمريراته الدقيقة، وتحركاته كصانع ألعاب. وكان فغولي شارك ضد موريتانيا وسجل هدفين، قبل أن يعيشه "الكونتش" بلماضي من مباراة مالي ليمرأة قليلا؛ إذ كان في حاجة إليه ضد منتخب تونس.

خيارات كثيرة في الهجوم بـلماضي

رغم أن بداية تربص الخضر
شهدت مغادرة المهاجم أندري
ديلور بسبب الإصابة، إلا أن
القاطرة الأمامية للمنتخب
الوطني تتوفّر، حالياً، على
كثير من الأسماء التي تقدّم
أفضل ما لديها بمجرد الزج
بها في أي لقاء ويعتمد
الناخب الوطني كثيراً على
الثلاثي محرز، وبلايلي
وبونجاح لقيادة القاطرة
الأمامية، وهم يؤكدون،
دوماً، قوّتهم في كل لقاء، إلا
أن تشكيلة الخضر تتوفّر
على أسماء أبانت، هي
الأخرى، أنها تتمتع
بالمهارات العالية، وقدرة
على منح الإضافة الالزمة
لمنتخب الوطني، على غرار
آدم أوناس، وروشيد غزال،
وسعید بن رحمة والمختصر
إسلام سليماني، وهو ما يبعث
المنافسة دوماً، ويدفع بكل
عنصر إلى تقديم أفضل ما
لهذه بمجرد منحه الثقة من
جانب مدرب الخضر بلاماضي
من دون

■ الجولة الـ25 للرابطة المحترفة الأولى

"العميد" يطيح بالساورة.. مقرة تصمد في المدية وتامسان يؤزم وضعية سكينكة



مقدمة العربية 10-24 نقطة فيما يلي اصحاب
الاحداث رصيدهم الى 38 نقطة في المركز الثامن . وهي لقاء آخر، نجح وداد تلمسان في العودة بفوز ثمين من سكيكدة على حساب الشبيبة المحلي بهدفين مقابل هدف واحد. ليتازم بذلك وضعية أشبال المدرب شريف الوزاني أكثر في ذيل الترتيب رفقة أهلي برج بوعريريج . بـ 17 نقطة فقط، وبذلك تقترب بشكل كبير من السقوط الى الرابطة الثانية، فيما انعش الوداد حظوظه في البقاء بعد مارف رصيده الى 24 نقطة في المركز 15 .
سفيان ع

حقق نادي مولودية الجزائر فوزاً ماماً ضد ضيفه شبيبة الساورة بهدف دون رد، في ابْرَز لقاءات الجولة الـ 25 من الرابطة المحترفة الأولى، ويندِّي العميد” بالنقاط الثلاث لخسارة مسجل الهدف الثاني في اللقاء في 18. مانعًا النادي العاصمي من انتصاراً ثميناً رفع به رصيده إلى 39 نقطة في المركز السابع، كما قدم خدمة جليلة لوفاق سطيف، بعدهما أطاح بشبيبة الساورة التي تتجدد رصيدها عند النقطة 43 بفارق 10 نقاط كاملة عن المتصدر. فشل أولمبي الميدالية في تحقيق الفوز عند استقباله لنجم مقرة، واكتفى بنقطة يتيمة، بعد نهاية اللقاء على وقع التعادل السلبي. وباحت نجم مفترضة المرتبة 16 بـ 24 نقطة فيما فاز أصحاب الأرض رصيدهم إلى 38 نقطة في المركز الثامن، حساب الشبيبة المحلية بهدفين مقابل هدف وحيد، في الترتيب رفقة أهل برج بوعريج، بـ 17 نقطة، لأنعش الوداد حظوظه في البقاء بعدما فرغ رصيده

فيما تم تأجيل القمة بين إتحاد العاصمة وشبيبة القبائل

تحديد موعد وتاريخ الجولة الـ26 من البطولة

أعلنت أمس، الرابطة الوطنية المحترفة، عن البرنامج الكامل للجولة 26 من المحترف الأول، فيما حددت ذات الهيئة موعد اللقاء المتأخر بين شباب قسنطينة وشباب بلوزداد، تحساب الجولة 25. وكشفت الرابطة المحترفة في بيان نشرته على موقعها الرسمي على الانترنت، أنه بعد تأخير اللقاء الذي من المنتظر أن ينطلق الوطني المحلي من الأربعة 16 جوان إلى الخميس 17 جوان، أمام بببريا، تقرر تحديد موعد الجولة 26 من المحترف الأول، والتي ستجرى في السبت والجمعة 18 و19 جوان الحالي، وهي الجولة التي ستكون مبنية من القمة بين اتحاد الجزائر وشبيبة القبائل بسبب مشاركة "الكتاري" في كأس رابطة الأفارقة لكرة القدم، واللقاء الذي سيجمع الفريق يوم 20 من الشهر إمام كوتون سبور الكاميروني، لحساب ذهاب نصف النهائي. وفي سياق آخر، حدد الرئيس عبد الكريم مدوان، موعد مباراة الجولة 25 بين شباب قسنطينية بلوزداد، حيث ستجري يوم 23 جوان الحالي، وهو اللقاء الذي تم تأجيله بسبب مشاركة لاعبي بلوزداد في تربص منتخب المحلي المقابل قبل لقاء ودي أمام ليبيريا في إطار التحضير لمبارزة كاس العرب للمنتخبات المقرونة في قطر شهر ديسمبر المقبل.

برنامنج مباریات الجولة الـ 26:

الجمعة 18 جوان:

جمعية عين مليلة-شباب قسنطينة
أولمبي الشلف-نصر حسين داي

السبت 19 جوان:

مولودية وهران - مولودية الجزائر
وداد تلمسان - أولمبي المدية
نجم مقرة - اتحاد بليبياس
اتحاد بسكرة - سريع غليزان
الا. الجزائر - شبيبة القبائل (موقع)
شباب بلوداد - نادي بارادو
شبيبة الساورة - شبيبة سككدة
وفاق سطيف - أهلي برج بوعريريج
جميعة عين مليلة - شباب قسنطينة

الأنصار يعلقون آمالهم
على شرافي لإنقاذ الفريق

ولد زمیرلی



اشترط رئيس نصر حسين داي ولد زميرلي، 10 ملايير سنتيم من أجل التنازل عن أسمه الفريقي للمستثمر الجديد يوسف شراقي، وذلك خلال جلسة المفاوضات التي جمعت بينهما أمس. وكشفت مصادر مقربة من بيت النادي العاصمي، أن اجتماعاً جمع أمس بين رئيس مجلس الإدارة حموفوظ ولد زميرلي ورجل الأعمال يوسف شراقي، لمواصلة المفاوضات بخصوص شراء أسمه "النصرية". مشيرة إلى الأول طالب بـ 10 ملايير سنتيم من أجل التنازل على جميع أسميه. قبل تسليم جميع الوثائق، وهو الأمر الذي أثار حفيظة شراقي، الذي طالب بيوره بالحصول على جميع الأوراق الإدارية من أجل التأكد من الوضعية المالية للنادي، قبل ترسم الأمور. وشراء أسمه نصر حسين داي، في انتظار تحديد موعد جديد لاجتماع آخر من أجل وضع النقاط على الحروف. و يأتي هذا في وقت يعقد عشاق "الملاحة" آمال كبيرة على المستثمر الجديد، من أجل إنقاذ الفريق من الأزمة التي يعيشها تحت قيادة الإخوة ولد زميرلي. إلى ذلك، يعيش فريق نصر حسين داي وضعيّة صعبة للغاية منذ بداية الموسم الكروي الحالي، حيث غابت النتائج عن الفريق الذي يتواجد ضمن الفرق المهددة بالسقوط إلى القسم الثاني هواة، زيادة على المشاكل المالية. ولم يكن مشارو نصر حسين في بطولة الرابطة المحترفة الأولى موفقاً مثلما كان ينتظر عشاق الفريق الذين تفاجئوا برواية فريقهم يحلل المركز الـ 16 في سلم الترتيب رقة كل من وداد تامسنان وأتحاد بلعباس كواحد من الأندية التي تصارع من أجل البقاء في المحترف الأول، وبعد مرور 25 جولة من مقاءات البطولة لم يحصد النادي العاصمي سوى 21 نقطة فقط أياً كانت على الصعيد الكبير للنادي على كافة المستويات.

سفيان ع.

الادارة تكتفي بمعاقبة بن شاعة وزواري مالياً

يتقريره ماليا دون إصدار عقوبة ثانية في حقه. وكما معلوم أن علاقة بن شاعة "أولاد البهجة" كانت مكربة منذ مدة بسبب تراجع مستوى ونقص فعاليته المهمومية. وكثرة ظهوره على موقع التواصل الاجتماعي التي أثارت حفيظة الأنصار. وبخصوص الجنح الأربعين عبد الكريم زواري فجاء مثوله أمام المجلس التأديبي علىخلفية احتجاجه على قرارات المدرب متبر رزفود و عدم تقبل بقاءه على مقاعد البدلاء وهو ما اعتبره الطاقم الفني تقليلا من الاحترام لهم وزلاته في التشكيلة. في الوقت الذي ترفض فيه إدارة النادي العاصمي أي شكل من أشكال التسيب في الفريق وعدم احترام القانون الداخلي، وبعد مثال اللاعب أمام المجلس التأديبي أقر زواري بخطئه واعتذر عن السلوك الذي يدر منه في لحظة غضب وتسرع، وهو ما جعل مجلس الإدارة يكتفي بمعاقبته ماليا دون الجلوء لعقوبة أخرى. سفيان ع



فيما استجابت الادارة لطلب الكوكي

وفاق سطيف يتقدم بطعن لـ"الناس"

تقدمت ادارة وفاق سطيف، أمس رسمياً، بطلب لدى محكمة التحكيم الرياضي الجزائرية، بخصوص قضية سريع غليزان. وكشفت ادارة "النسر الاسود" في بيان لها أمس "ودعت صبيحة الابو (أمس) ادارة وفاق سطيف الطعن الخاص بانتقاد سريع غليزان لدى المحكمة الرياضية الجزائرية "الناس" وهذا بعد الرد السلبي الذي تلقاه فريقنا من طرف لجنة الاخلاقيات الفدرالية بتأييد قرار لجنة الانضباط القاضي بخصوص نقطه من رصيدها وعدم احقيه الاحترازات المقدمة ضد لاعب سريع غليزان وكوالخير الذي شارك وهو تحت طايل العقوبة". وكانت لجنة الانضباط قد أعلنت وفاق سطيف متهمة بثنائية دون رد، على خلفيه الاحترازات التي قدمتها ادارة غليزان بسبب بخصوص "بي سي ار" القديمه. من جانب اخر، قامت ادارة عبد الحكيم سرار، مساء أمس، بتسوية المنازع العالقة والمتصلة بمعاريات، نجم مقرة، شبيبة سكيكدة ونادي بارادو، حيث ثمنت كل من التعادل أمام حكم مقرة

خلال اجتماع المكتب الفدرالي، نــ "الضاف" اليوم

مصير البطولة على طاولة عمارة

تشد الانظار صيحة اليوم، إلى مبني الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، بدالي براهيم أين سيتم عقد اجتماع المكتب الفدرالي لـ "الكاف" من أجل مناقشة العديد من القضايا وأبرزها مدير البطولة الوطنية المحترفة، في ظل الآباء المتداولة بخصوص إمكانية إيقاف الموسم الحالي. ومن المنتظر أن يعقد المكتب الفيدرالي للاتحاد الجزائري، برئاسة شرف الدين عماره اليوم الجمعة 10:00 (صباحا) بمقره الفاف بدالي براهيم (الجزائر)، وذلك للدراسة العديد من الملفات، على غرار المصادقة على محضر اجتماع 31 ماي 2021، تنصيب اللجان، خطة عمل اللجان، وكذا سير العمل أعمال تطوير واصلاح المركز الفني الوطني بسيدي موسى، حسبما كشف عنه الموقع الرسمي لـ "الكاف" في وقت سابق. وفي السياق ذاته، من المنتظر أن يتطرق خليفة طشي، لمدير البطولة الوطنية بعد ان تم تقديم العديد من الاقتراحات في الاجتماع المكتب الفدرالي الأخير في 31 ماي الماضي، من بينها إيقاف الموسم الكروي الحالي في ظل المعوقات الكبيرة التي تواجهه مسؤولي الرابطة المحترفة في إنهاء الموسم في زمن قياسي، وهو الأمر الذي فجر خلافا بين رئيس "الكاف" ورئيس الرابطة عبد الكريم مدوار الذي استبعد اللجوء إلى سيناريو الموسم الماضي، بعدما تام إيقاف البطولة قبل نهايتها بسبب فيروس "كورونا". ويصر على إنهاء الموسم إلى آخر جولة، وذلك بالرغم قرار الاتحادية الإفريقية لكرة القدم بتسليم قوائم الأندية المشاركة قاريا قبل تاريخ 30 جوان الجاري، في انتظار ردّها النهائي على طلب الجزائري بتضييد الأجال القانوني لتحديد هوية ممثلي الكرة الجزائرية في منافستي دوري أبطال وكأس الكونفедерالية الأفريقية. رياض خ



الوزير خالد يهنىء المصارع فتحي نورين بمناسبة تأهله للأولمبياد

هذا وزير الشباب والرياضة سيد علي خالدي مصارع الجيدو فتحي نورين بمناسبة افتتاحه لتأشيرة التأهل إلى أولمبياد طوكيو 2021 وكتب الوزير عبر صفحته الرسمية على الفايسبوك مالي، هنئنا للمصارع فتحي نورين على افتتاحه لتأشيرة التأهل إلى أولمبياد طوكيو 2021 وأنضم إليه إلى قيادة الرياضيين الجزائريين المتأهلين لهذا الاستحقاق الدولي الهايم وبهذا تتوج الجهد المضني للبطل نورين ومدربيه عمار بن يخلف وكل المساهمين في هذا الانجاز المتميز، الذين أجدده لهم التهاني على هذا التأهل ودعمنا المطلق للتغلق في استحقاق طوكيو وتشريف الرأية الوطنية.

س.ب



وزارة الشباب والرياضة تطلق دعوة لتمويل مشاريع الجمعيات الشبابية

أطلقت وزارة الشباب والرياضة، دعوة لتمويل مشاريع الجمعيات الشبابية، بعنوان سنة 2021، بحسب ما كشفته الصفحة الرسمية للوزارة على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك، وتدخل العمل ضمن المخطط الوطني للشباب 2020/2024، ونصر الوزارة على الرفع من مستوى الممارسة الشبابية الهدافة ومشاركة فعالة للشباب خلال السنوات المقبلة، حتى تكون للجزائر قاعدة شبابية تقدوها نحو غد أفضل على جميع الأصعدة.

هذه هي المعايير المعنية بالتمويل

وكشفت الوزارة، وفق البيان الذي نشرته، المعايير الأساسية المعنية بالتمويل، أولها محور المواطنة والمشاركة في الحياة العامة، فالدولة تصر على الدفع بالشباب نحو مشاركة إيجابية في الحياة العامة، كما تتضمن المعايير الشفف والمقاولاتية والإتكار، وبيندرج في هذا المحور كل ما يتعلق بالأنظمة المحموماتية التي تقدم لمؤسسات الدولة والمجتمع فائدة وقيمة متغيرة، وأيضاً طرق تستحدث بها مناصب الشغل للشباب، كما ذكر موقع الوزارة، مهورين معندين بالتدريس بما الثقة والإبداع وحركيّة الشباب وكذا صحة الشباب، وعلى الجمعيات الشبابية المهمة بهذه الدعوة تسجيل مشاركتها عبر الموقع الرسمي لوزارة الشباب والرياضة، وقد انطلقت التسجيلات يوم 10 يونيو الجاري وستستمر إلى غاية 10 جويلية 2021. س.ب

استعداداً للدورات الـ 15 ل لكرة اليد

الأندية تجري فحوصات الكشف عن كورونا

أجرت الأندية الجزائرية لكرة اليد المعنية بلعب دورة القب الـ 15 التي ستجرى فعالياتها على ثلاث دورات الفحص الطبي والتي سي أدى من أجل المعاودة للمنافسة بعد توقيتها لمدة 15 شهراً كاملاً بسبب تداعيات الجائحة الصحية وغلق كل القاعات الرياضية جاء هذا القرار بعد طول انتظار من اللاعبين والمسؤولين على الأندية الجزائرية الذين سئموا من وضعية الابتعاد عن الميدان، والتدريب من دون هدف واضح بما أن الأمور كانت تسير نحو المجهول بالرغم من السماح لهم بالعودة للتدريبات متى ملائمة، إلا أن المشاكل المالية التي تعاني منها الفرق بما فيها المجمع الرياضي البترولي الذي يعتبر من أكبر الأندية وأكثرهم تنويعاً، وكذلك الشباب الرياضي برج بوعريج الذي هدد مؤخراً بمقاطعة الدورة قبل أن يتراجع في آخر لحظة، كل هذه الأمور سينكون لها تأثير مباشر على الجانب، بالإضافة، فإن دورة اللقب ستتجري على ثلاث مراحل الأولى ذهاباً وإياباً بالقاعة البيضاوية يومي 15 و 16 يونيو 2021، والثانية يومي 4 و 5 جويلية، وستجمع اللقاءات بين كل من النادي الرياضي النفطي وعين توتة، وأولمبي اوزيyo مع الشباب الرياضي برج بوعريج، شبيبة الساورة مع شبيبة سكيكدة، مولودية باتنة مع الشباب الرياضي بلدية ميلة س.ب

المنتخب الوطني يواصل تحضيراته بفرنسا استعداداً للبطولة الأفريقية

بواسطه المنتخب الوطني للريفي تربصه التحضيري بفرنسا تحضيرياً للبطولة الأفريقية التي ستجرى فعالياتها بأوغندا من 10-18 جويلية 2021 (مرحلة تأهيلية لكأس العالم للريفي فرنسا 2023). وتضم قائمة المنتخب الوطني التي ستشارك في البطولة الأفريقية 25 لاعب برنامج المنتخب الوطني في البطولة الأفريقية:-
المباراة الأولى: الجزائر - غانا يوم 14 جويلية 18 جويلية
المباراة الثانية: الجزائر - أوغندا يوم 18 جويلية س.ب

كوثر وعلاء: عدم التأهل للأولمبياد لا يقلقني لأنهم لم يستغلوا قدراتي كبطلة

قامت بطولة الجزائر، كوثر وعلاء بأول ردة فعل بعد خروجهما المبكر في بطولة العالم المقامة في عاصمة المجر بودابست، وهزيمتها بـ 1-0 على يد الهولندية ستينهوفيس غوسجي، وجاء أول تعليق من إبنة بولوغين من على حسابها الرسمي في موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام وبررت بطولة إفريقيا في وزن أقل من 78 كيلو، فشلها في البطولة العالمية، وعدم تحصلها على الدعم اللازم، والتي تجاوزتها بكل سهولة، لتوصل المشاركون هذه الأخيرة المشوار وتنهي الدورة في المرتبة الخامسة، وقالت كوشر «لا نمتلك الوسائل ولم نستفد من التدريب المخروطي، عدم التأهل للأولمبياد لا يقلقني، لأنهم لم يستغلوا قدراتي كبطلة يذكر بان كوثر وعلاء، تبقى ومنذ بداية مشوارها عاجزة عن السير على خطى صورها حداد برونزية في الأولمبياد وسيمة سواكري 3 مرات خامسة في الأولمبياد، بإعتبارها لم تتأهل ولا مرة لألعاب الأولمبية».

س.ب

س



■ موريمنج
ويزلز
التعادل مع
سويسرا

وهز المهاجم كيفر مور الشباق بضربيه رأس من فرصة نادرة، ليمنج ويزل التعادل ١ / ١ مع سويسرا في المجموعة الأولى من البطولة بالاستاذ الاعلمي في باكو أيضاً. وفوج مور، الذي انتقد الحارس يان سومر فرصة منه في الشوط الأول، ركلة ركنية من جو موديل بضربيه رأس داخل المرمى في الدقيقة ٧٤. وكان برييل إمبولو تقدم سويسرا عندما أظهر قوته البدنية ليتفوق على المدافع كونور وفيرنس ويعضع الكرة بضربيه رأس من ركلة ركنية في المرمى بعد الاستراحة. وأنهى حكم الفيديو المساعد هدفاً ثانياً لسويسرا عبر مارييو جافرانوفيتش بداعي التسلل. تتصدر إيطاليا المجموعة بعد انتصارها الكبير ٣ / صفر على تركيا في افتتاح البطولة أمس الجمعة. وسيستضيف سويسرا في روما يوم الأربعاء بينما ستقي ويلز في أولى مواجهة تركيا الأربعاء المقبل.

مدرب الدنمارك: تعرضنا للاستنزاف جسديا وعاطفيا



فنلدا تهزم
الدز مارك
بمبارة جبس
إريكسن فيها
الأذ فاس

فاز منتخب الفنلندي على مضيفه الدنماركي ١-٠ صفر مساء أول أمس في أول ظهور للفريق الفنلندي في كأس الأمم الأوروبيّة لكرة القدم. وحسم منتخب فنلندا الفوز على الدنمارك بالهدف الذي سجله جوويل بوهابلو في الدقيقة ٥٩ من المباراة التي جمعت بينهما في كوبنهاغن ضمن الجولة الأولى من المجموعة الثانية ببروكسل ٢٠٢٠. وكانت الفرصة سانحة أمام المنتخب الدنماركي لمحصد نقطة التعادل لكن بيير امييل هوبيرغ أهدر ضربة الجزاء التي حصل عليها الفريق في الدقيقة ٧٤، بينما حصد منتخب فنلندا أول ثلاث نقاط له في أول مشاركة له في البطولةقارية. وقدرت الاتصالات الأوروبيّة بـ(بيوفانا) في وقت سابق استئناف المباراة بعد توقفها قبل دقيقةتين من نهاية الشوط الأول نتيجة تعرض النجم الدنماركي كريستيان إريكسن للانهيار وسقوطه مغشيًا عليه.



مدرب فنادق ما حدث اليوم سيجي في الذاكرة

قال مارك كاترفا مدرب فنلندا، إن الفوز (1-0) على الدنمارك في أولى مبارياتها هي بطولة أوروبا لكرة القدم سببي في الذاكرة لعدة أسباب إذ أنني التدخل الطبي المطاري في أرض الملعب لعلاج كريستيان إريكسن بظالله على المواجهة. وهي ظهورها الأول على الإطلاق في بطولة كبيرة انتزعت فنلندا فيها ماجنا بضررية رأس من المعالم جوبي بوهيانبالو عند مرور ساعة من اللعب، فيما أندى زميله الحارس لوکاس هراديسكي ركلة جزاء في الدقيقة 73، علمًا بأن فنلندا سددت كرة واحدة على المرمى مقابل 22 للدنمارك. وقال كاترفا: كانتليلة مؤثرة وعاطفية لنا. مشاركتنا الأولى في بطولة كبيرة والهدف الأول ضد الدنمارك في أرضها. عندما سمعنا النشيد الوطني تأثرنا عاطفياً. وزاد: ثم حدث ما حدث مع كريستيان إريكسن، وهي لحظة مؤثرة وحزينة. وفي النهاية حققنا نتيجة جيدة، وبالتأكيد أنا سعيد بذلك. هذا لا يصدق وسيبقى في ذاكرتنا لفترة طويلة لعدة أسباب». واحتاج إريكسن إلى إعاشة قلبية على أرض الملعب وعلاج طاري بعدما سقط مغشيًا عليه مما أدى إلى توقف الميارة لمدة ساعة و45 دقيقة قبل استكمالها، وتقليل اللاعب البالغ عمره 29 عاماً إلى المستشفى حيث استقرت حاليته. ووضح تاجر الدنمارك بما حدث لاريكسن وبeki بعض اللاعبين قبل استئناف المباراة فيما رفض بوهيانبالو الاحتفاظ بيده. وقال كاترفا: «بلغت اللاعبين أمني أتفهم مشاعرهم وكيف سيشعرون بعد ما حدث لكريستيان، وقلت لهم حاولوا التركيز على الميارة بمقدور المستطاع. وقلت لهم أعلم أنه من الصعب فعل ذلك، لكنهم تأملا بشكل رائع».



١٢ إصابة بكورونا في منتخب فنزويلا قبل يوم من انطلاق كوبا أمريكا

أبلغ منتخب فنزويلا لكرة القدم عن وجود 12 حالة مصابة بفيروس كورونا بين اللاعبين والجهاز الفني قبل يوم من خوض المباراة الافتتاحية أمام المنتخب البرازيلي في افتتاح بطولة كوبا أمريكا. ووفقاً لبيان في من قبل وزارة الصحة في برازيليا، التي من المقرر أن تستضيف المباراة الافتتاحية، فإن لاعبين وأعضاء من الجهاز الفتى أصيبوا بالفريق ولكن دون أي أعراض ويغزلون أنفسهم حالياً. وذكرت الوزارة أيضاً أن اتحاد كونميبول تم إبلاغه بال موقف. وذكرت فنزويلا الجمعة إن قائد الفريق توماس رينكون، لم يسفر للبرازيل لأنّه تعاني من أعراض إنفلونزا. في نفس اليوم، قرر اتحاد كونميبول تغيير قواعد كوبا أمريكا وافتتح الحد الأقصى للتبديلات وهو خمسة حالياً في القائمة النهائية للفريق بسبب الجائحة. وتم منح البرازيل استضافة كوبا أمريكا بعدما سُبعدت كولومبيا، بسبب الاضطرابات السياسية. وتُبعِدَت الأرجنتين أيضاً بسبب ارتفاع معدل الإصابة بفيروس كورونا. وتنظيم البطولة في البرازيل وجه انتقادات كبيرة من السكان. وسجلت البرازيل، 2215 حالة وفاة بسبب فيروس كورونا مع وجود 484 ألف حالة وفاة منذ بدء انتشار الجائحة.



ضربة قوية لمنتخب تشيلي قبل انطلاق كوبا أمريكا

تلقى منتخب تشيلي لضربية قوية قبل ساعات من انطلاق منافسات بطولة كوبا أمريكا 2021 بعدما تعرّض نجمه الأول أليكسيس سانشيز للإصابة. وأعلن منتخب التشيلي، عن تعرّض مهاجم نادي إنتر ميلان لإصابة عضلية خلال تدريبات الفريق، أمس، غادر على إثرها الماران، إذ يتقدّم بذلك غيابه عن مباريات الدور الأول من مسابقة كوبا أمريكا 2021. ويفيّب بذلك سانشيز عن منتخب بلاده في مباراته الأولى أمام الأرجنتين، والمقرر انطلاقها اليوم، كما لن يلعب كذلك أمام كل من بوليفيا، يوم 18 جوان، والأوروغواي، يوم 21 جوان، كذلك من المتوقّع غيابه عن مواجهة الباراغواي، يوم 24 جوان. ورغم ذلك، سيستمر للاعب النيراتزوري مع منتخب تشيلي لاستكمال علاجه مع الفريق الطبي للمنتخب، على أمل العودة في الوقت المناسب للمساهمة مع الفريق في الأدوار المتقدمة في كوبا أمريكا حال تأهله. يذكر أن سانشيز، صاحب الـ 32 عاماً، قد خاض 137 مباراة بقميص منتخب تشيلي، فيما شارك في 30 مباراة في الدوري الإيطالي خلال الموسم المنقضي بقميص إنتر ميلان لمساهمته في فوز فريقه باللقب لأول مرة منذ 11 عاماً.

هazard

نفي الانتقام الموسم المقبل .. والانتقامات ضريبة اللعب لريال مدريد

نجم برشلونة يكشف تفاصيل مغايته بعد مباراة بايرن ميونيخ

استرجاع نجم دفاع نادي برشلونة الإسباني كليمو لينغليه تفاصيل مغايته عقب خسارة البلاعغرانا في ربع نهائي دوري أبطال أوروبا الموسم قبل الماضي أمام بايرن ميونخ الألماني 8-2 في لقاء تارىخي. وعاش لينغليه أيام عصيبة عقب الهزيمة المعلنة لفريقه أثربت على ثقته في نفسه خلال الموسم الأخير 2020-2021، كما أوضح في حوار مع صحيفة "ليكيب" الفرنسية. وقال لينغليه: "غادرت تلك المباراة بغضب وعار، أن تخسر 8-2 هي مباراة بهذه الأهمية هو أمر جرحي بشدة. لقد كنت متعبا، شعرت أني هارج لبعض أ أيام، لقد كان من الصعب للغاية حضها، لقد المتنبي بشدة، كانت أول مرة أخسر مباراة بهذا المعدل إلى أن تلك المباراة أثرت على انتقامته في الموسم التالي 2021-2020، موضحا، "ربما أثرت المباراة على موسمي، الذي لم يكن جيدا على جميع الأصداء، ولكن ليس ذلك فقط، لقد بدأت بمشكلة بدنية لأنني كنت مرضا، احتجت شهرين أو ثلاثة لاستعادة أحاسيسِي".

وشدد لينغليه على أنه خشي على موقعه في منتخب فرنسا، وتحدث مع المدير الفني للديوك ديدييه ديشان، "طلب مني أن أكون صبورا، وقال لي إنه ليس هناك ما يقلق بشأنه، هي مشاكل عادية تحدث وحدثت له من قبل".

دافع أيدين هازارد نجم ريال مدريد عن نفسه بشان الانتقامات التي تعرض لها خلال الفترة الماضية، بسبب ابتعاده عن التسجيل. هازارد انتقل إلى ريال مدريد في 2019 ولم يقدم المستوى المنظر منه خلال الموسمين الماضيين مع النادي الملكي. وقال هازارد في تصريحات صحيفة "Het Nieuwsblad": إن تكون لاعبا في ريال مدريد، فالانتقامات جزء من عملك". وأضاف: "أنا أعيش في حي مغلق، لا يمكن التعامل معهم، واتقبل الانتقامات الجميع، لأنني شخص من لفافة". وأكمل: "عندما تعاقد ريال مدريد معي، كنت أمني أن ألعب في سانتياغو بيرنابيو وهو ممتن بالجماهير، كنت أتشرف بذلك، لذلك أتمنى أن ينتهي بناء الملعب، وتعود الجماهير إلى المدرجات". ريال مدريد يبتعد عن

ريال مدريد وبرشلونة يد عمان إريكسن

أظهر نادي ريال مدريد وبرشلونة دعمهما لنجم المنتخب الدنماركي كريستيان إريكسن، بعد سقوطه المروع خلال مواجهة فنلندا، مساء أول أمس، ضمن مباريات المجموعة الثانية بالدور الأول من بطولة كأس أوروبا لكرة القدم "يورو 2020". وسقط إريكسن قبل نهاية الشوط الأول على أرض الملعب خلال محاولته استلام الكرة، لتتوقف المباراة لعلاجه، وبعدها أثارت حالة شديدة من التألق ووسط انتشار جميع من في لعب المباراة، وأصدر ريال مدريد وبرشلونة بياناً اقتضياً عبر حسابهما على "تويتر"، يساندان فيه اللاعب خلال محنته. وقال ريال مدريد في بيانه، "كل قوتنا ودعمنا لاريكسن"، بينما كتب برشلونة: "ابق قويا، إريكسن". كما نشر حساب منتخب ألمانيا عبر "فيسبوك" صورة للاعب المنشاشت ومن خلفهم صورة إريكسن، وكتب عليهما: "اقلوينا عنك، كريستيان إريكسن .. نتمتى لك الشفاء العاجل". يشار إلى أن الحساب الرسمي للاتحاد الأوروبي لكرة القدم "يويقا"، أعلن أن اللاعب بصحة جيدة، وقد أجرى بالفعل بعض الفحوصات والتحاليل.

نجم ريال مدريد يقترب من البريميرليغ

أفاد تقرير صحفي إنجليزي، أول أمس، بوجود اهتمام من جانب بعض أندية البريميرليغ، بالحصول على خدمات البرازيلي مارسيلو، ظهير أيسلندي ريال مدريد، خلال الميركاتو الصيفي موسم واحد، يجذب أنه لم يجد أساساً في تشكيل الميرنجي منذ انضمام الفرنسي فيرلاند ميندي. وبحسب صحيفة "ميرور" البريطانية، فإن نادي ليزدز بولندي وإيفرتون يتصارعان على ضم مارسيلو، بعد علمهم برغبة ريال مدريد في التخلص منه، وأضافت أن مارسيلو لن يكون في خطط المدير الفني الإيطالي الجديد كارلو أشليتوني، وبالتالي سيتمنى الناخبون منه هذا الصيف، من أجل الحصول على مقابل مادي من رداء بيجه. وأشارت الصحيفة، إلى أن مارسيلو يفضل الانتقال إلى إنجلترا أو إيطاليا، حيث بعد إيفerton المترشح الأول لضمها. وأوضحت أن مارسيلو شرط التوقيع مع إيفرتون لمدة موسمين، مع حصوله على راتب سنوي قدره 5 ملايين جنيه إسترليني.

ميسي يمنح الأمل لريال مدريد

تجددت آمال ريال مدريد في التعاقد مع الفرنسي كيليان مبابي، نجم باريس سان جيرمان، عقب تصريحاته الأخيرة، وذلك بحسب تقرير صحفي إسباني. ويعتبر ريال مدريد من أشد المهتمين بملف مبابي، حيث يرغب الميرنجي في حضاره إلى سانتياغو برنابيو، لقيادة مشروع الفريق مستقبلاً. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن بعض كلمات نجم باريس سان جيرمان التي أدى بها أول أمس، بدت مثل الموسقي في ريال مدريد. وقال مبابي في تصريحات لمجلة "فرانس فوتوبول": "يجب أن أتخذ القرار الصحيح وهو أمر صعب، وأن من نفسي كل فرصة لاتخاذ قرار جيد من أجل أنا في مكان أحبه وأشعر فيه بالراحة. لكن هل هذا هو أفضل مكان للتواجد فيه؟ لا أعرف إلا جاهة". وأضافت الصحيفة، أن ريال مدريد يتفق في أن مبابي سوف ينضم في تأجيل محادثات تجديد عقده مع سان جيرمان، وأنه سيقصد أيام ضغط قادة النادي الفرنسي. وأشارت إلى أن مبابي لن ينضم لريال مدريد هذا الصيف، وسيذهب إلى بطولة كأس العالم التي ستقام في قطر الصيف المقبل، وهو لاعب في سان جيرمان. وأوضحت أن ريال مدريد لا يريد ربط اسمه بأخطوة سيقوم بها مبابي مع ناديه، من أجل الحفاظ على العلاقة التي تجمع رئيس الناديين فلورنتينو بيريز وناصر الخليفي. وصرح ناصر الخليفي رئيس سان جيرمان، قبل عدة أيام، بأن مبابي لن يرحل عن صفوف الفريق هذا الصيف، ولن يتركه يرحل مجاناً الصيف المقبل.

مؤشر جديد على اقتراب ديباي من برشلونه

ظهرت علامات جديدة، أول أمس، تشير بقرب انتقال المهاجم البوهولندي ممفيس ديباي، مهاجم ليون، إلى برشلونة، هذا الصيف. وبينتني عقد ديباي مع ليون بنهائية الشهر الجاري، وقد أعلن بالفعل أنه سيخوض تجربة جديدة بدءاً من الموسم المقبل، دون تحديد هويتها. تؤكد توصل برشلونة لاتفاق مع ديباي على ضمه، بدءاً من الموسم المقبل. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن برشلونة بدأ يعرض قميص ممفيس ديباي، عبر متجر النادي على الإنترنت، رغم أنه لم يوقع بعد على عقود انضمامه للنادي الكتالوني. وأضافت الصحيفة، أنه يمكن شراء قميص ديباي من متجر برشلونة الرسمي على الإنترنت، وتكلفته 160 يورو. ومن المقرر، أن يعلن برشلونة عن قميص الفريق الجديد الذي سيرتدية في الموسم المقبل، يوم الثلاثاء، على أرضية ملعب كامب نو. ويتوارد ديباي حالياً مع منتخب بلاده وذلك من أجل المشاركة في يورو 2020.

لاعب إسبانيا: كورونا دمر أعصاب

أكد ديفيد بورينتي، مدافع ليزدز بولندي الإنكليزي والمتنبئ بالمنتخب الإسباني، أنه من أوقات عصبية، بعد إيجابية نتيجة مسحة فيروس كورونا الخاصة به. وهو الأمر الذي تسبب في استبعاده من معسكر منتخب بلاده، وفقه في عربة إسعاف إلى المستشفى لإجراء المزيد من الفحوصات، قبل أن تتحول مسحته سلبية. وأكد المدحاف أن الأمر كان صعباً قليلاً، وأنه شعر بأن عقله قد توقف من التفكير، ولم يستطع النوم بشكل جيد، خاصة أنه كان سيفيبي من منافسات كأس الأمم الأوروبية (يورو 2020)، وسيتسبب في المزيد من المشاكل لمنتخب إسبانيا. وأوضاع اللاعب، في تصريحات صحفية، "غيرتني أحواله داخل المنتخب، ولم أكن على هناك إجراءات احترازية سارمة داخل الملعب، لكن تواصل مباشر مع بوسيكتيس.. لم أجده تقضيراً لاصبتي".

لكن في النهاية، يدعم من عائلتي وكل المقربين مني، نجحت في اجتياز هذا الوقت العصبي. الساعات الأولى كانت مدمورة للأعصاب، فأشعرت بالذهاب إلى خارج البطولة بسبب شيء ليس لك يد فيه يصيبك بالإحباط.. وحسنحظ تستعين به، لكن عقلاته قد توقف من التفكير، ولم يستطع النوم بشكل جيد، خاصة أنه كان سيفيبي من منافسات كأس الأمم الأوروبية (يورو 2020)، وسيتسبب في المزيد من المشاكل لمنتخب إسبانيا. وأوضاع اللاعب، في تصريحات صحفية، "غيرتني أحواله داخل الملعب، لكن تواصل مباشر مع بوسيكتيس.. لم أجده تقضيراً لاصبتي".

كشفت وسائل الإعلام الإسبانية بعض الأخبار المثيرة التي تخص مستقبل المدافع الفرنسي دافا فاران مع نادي ريال مدريد. وأفادت صحيفة آس الإسبانية أن عقد رافق فاران مع ريال مدريد ينتهي صيف عام 2022 وإذا لم يجدد سوف يقرر النادي الملكي بيعه بشكل نهائي خلال سوق الانتقالات الحالية. وكشفت آس أن ريال مدريد يمكنه الحصول على مبلغ 70 مليون يورو أو أكثر في حالة بيع رافا

فاران الأمر الذي سيُدعم

النادي الملكي باديا خلال

صيف القادم. وقد فاران

مباراتيات ضعيفة خلال

الموسم الماضي حيث

ظهر عليه عدم

التركيز تجاهياً

في مباريات

دورى أبطال

أوروبا. ويتواجد

رافا فاران حالياً

رفقة منتخب

بلاده فرنسا

خلال معسكر

بطولة كأس

آسيا وأوروبا

ومن المتوقع أن يكون

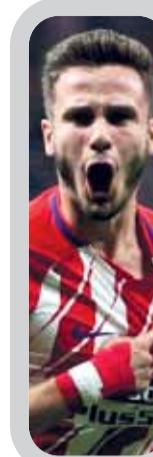
آسيا في تشيكية

ديشبامب.



الدوري الألماني

بالأرقام .. هل يستحق ساني راتباً أعلى من كومان؟



**هونيس؛
بايرن ميونخ لن
يضم ساؤول**

انسحب بايرن ميونخ من سباق التعاقد مع ساؤول نيجويز، نجم أتلتيكو مدريد، في الميركاتو الصيفي الحالي، ويمتلك ساؤول عقداً مع أتلتيكو مدريد حتى 2026، ويوجّه به شرط جزائي بقيمة 150 مليون يورو، إلا أن تقارير صحافية إسبانية تفيد بأن الروخي بلانكوس منفتح على بيعه هذا الصيف، ومع ذلك، فإن أولى هونيس، عضو مجلس إدارة بايرن ميونخ أكد أن ناديه لن يقوم ب أي تعاملات كبيرة خلال الميركاتو الجاري.

وقال هونيس، في تصريحات نقلتها صحيفة "موندو ديبورتيفو" الكاتلانية، "لن تكون هناك صفقة ضخمة، صفقة ساؤول لن تتحقق.. ناقشنا الأمر في مجلس الإدارة ومجلس الرقابة، في الاجتماع الأخير". وجاء ذلك بعد أيام قليلة من تصريحات هربرت هاينز، رئيس النادي البافاري، الذي استبعد أيضاً إمكانية تقديم صفقات مكلفة هذا الصيف، بسبب أزمة فيروس كورونا.

3 أندية ألمانية تخشى مكتب مكافحة الاحتكار

منتخب المانيا يستagi لاعبه رغم الإصابة

قال ماركوس سورج، مساعد مدرب المنتخب الألماني لكرة القدم، أول أمس، إن يوهانس هوفمان، لاعب وسط الماشافت، سيظل مع الفريق المشاركون في بطولة أمم أوروبا "يورو 2020" على الأقل من شأنه الذي خاض 5 مباريات أكثر. وتتفق الدولى الألماني على زميله من الناحية التهديفية بأحرار 10 أهداف، بفارق هدفين أكثر عن الجناح الفرنسي، الذي تقدم عليه في جانب مساعدة الأهداف، بواقع 15 تعريمة حاسمة، أكثر من ساني (12). ولا يظهر في الأرقام فوارق كبيرة بين الثنائي، حيث إن كومان يتفوق بفارق بسيط على زميله في جانب الالتحامات بنسبة تجاه بلف 48 مقابل 42 للألماني. وعلى مستوى العرضيات الناجحة، بلغت قيمة كومان 29 ثالث مقابل 12 ثالث لساني، فيما يقترب الثنائي من بعضهما في جانب السرعة، حيث يبلغ سرعة الفرنسي القصوى (35.7) كم/ ساعة، مقابل (35.2) للألماني.

طبيب الماشافت يحذر من مخاطر كورونا في اليورو

دعا تيم ماير، طبيب المنتخب الألماني، إلى أن يتصرف التراكيز على مخاطر فيروس كورونا، بعدما ظهرت حالات إصابة بين الفريق المشاركة في بطولة أمم أوروبا. وقال ماير في مقابلة نشرت على موقع الاتحاد الألماني "هذه الحالات للتذكير بأن فيروس كورونا لم ينته بعد، رغم التطورات الإيجابية هنا في ألمانيا، إنها تذكر بمواصلة الالتزام بجميع الإجراءات التي لا تزال ضرورية". وأضاف "لا يزال من الممكن حدوث عدو، حتى لو كانوضع فيما يتعلق بشكلي لخطورة مقارنة ببداية العام". وثبتت إصابة سيرجييو بوسكيتس نجم منتخب أسبانيا بكورونا في وقت سابق، وسعيّب عن مباراة منتخب بلاده أمام السويد بعد غد الإثنين، بينما استبعد أندريه موسنوفيتش لاعب المنتخب الروسي من البطولة بسبب إصابته. واستبعد ماير مرة أخرى، تعليم شامل للفريق الألماني، بينما أعلنت أسبانيا أمس الجمعة بعد ظهور حالات في صفوف منتخبها. وأوضح ماير قراره أن تم اتخاذ بعد دراسة مكثفة لمخاطر الآثار الجانبية، والتي لا يمكن إغفالها والتي، حتى إلى حد ضئيل، يمكن أن تكون "أكثر إشكالية لرياضيين الكبار مقارنة ببعض آخر". ومع ذلك، فإن قراره لا يعني أنه ضد التعليم باللقالح، حيث قال "أريد صراحة للتقطيمات للمواطنين، وأعتبر أن حصولهم على التطعيم هو الخطوة الحاسمة للخروج من الجائحة".

ذكر تقرير صحفي، أول أمس، أن 3 أندية ألمانية تخشى مكتب الاحتكار (بوندسليغا)، وهو بايرن ليفركوزن وفولفسبورغ وهوفنهايم، انتقدوا المكتب الاتحادي الألماني لمكافحة الاحتكار، خوفاً من إلزامهم بمقاعدة 50+1. وذكرت صحيفة "هاندسبلات" أن الأندية الثلاثة، أرسلت خطاباً مشتركاً لرابطة الدوري الألماني، اشتكت فيه "من عواقب غير مقبولة بشكل مفهوم بالنسبة لنا". ولم ترد الرابطة على هذا التقرير عند التوابل منها. وفي تقييم قانوني أولى بنهائية ماي، أصرّ رسمياً المكتب الاتحادي الألماني لمكافحة الاحتكار، بشأن إعفاء ليفركوزن وفولفسبورغ وهوفنهايم، والأندية الثلاثة ليست ملزمة بمقاعدة 50+1، والتي تعني دائماً أنه لا يمكن لأي مساهم أن يفوق الآخرين، ويهدف إلى الحد من تأثير كبار الداعمين الماليين. يذكر أن نادي ليفركوزن، مدعم من قبل مجموعة باير للأدوية، فيما يدعم فريق فولفسبورغ شركة فوكسفاغن، ويدعم هوفنهايم ديتمار هوب، المؤسس المشارك لشركة "ساب" للبراميل. وفي الخطاب الذي أطلعت عليه "هاندسبلات"، تطالب الأندية الثلاثة بتنضيم الرابطة معها. وذكرت أنه من أجل "نزاهة الدوري الألماني"، يجب أن يكونون الآن "في مصلحتنا كلتنا أن نتعامل مع هذا الموقف الصعب، بطريقة مستدفة وديبلوماسية". وستنطلق رابطة الدوري مستقبلاً قاعدة 50+1 في اجتماع غير عادي للجمعية العمومية في جويلي.

وهناك العديد من الجماهير في جميع أنحاء ألمانيا، بدءاً من القاعدة ويشملون أنها تمنع الأندية الألمانية من جذب الأغنياء، من أمريكا والصين وروسيا والعرب، مثلما حدث في دوريات أوروبية أخرى. لكن بايرن ميونخ ذكر كثيراً أنه يعيّن في بعض الأحيان عن سوق الانتقالات، بسبب هذه القاعدة.

ميونخ متطرفة لليورو قبل موعد المانيا وفرنسا

3 أسباب تدفع كومان للرحيل عن بايرن ميونخ

واصل الفرنسي كينغсли كومان، نجم بايرن ميونخ، اثارة الجدل في الأيام الأخيرة، خاصة بعد تعاوذه مع الوكيل الشهير بيبي زاهافي، الذي يمثل أيضاً زميله البولندي روبرت ليفاندوفسكي. وكشفت شبكة "سكاي سبورت ألمانيا" عن رغبة الدولي الفرنسي في مقادرة ملعب أليانز أرينا، رغم كونه أحد ركائز البافاري الرئيسية في الموسم المنقضي. ويعود صاحب الـ 24 عاماً أحد أنجح اللاعبين في تاريخ النادي البافاري، رغم صغر سنه، وذلك بعد توجيهه بلقب البوندسليغا 6 مرات، بالإضافة إلى حصوله على لقب دوري أبطال أوروبا العام الماضي، فضلاً عن الفوز بكأس المانيا 3 مرات. وتحاول إدارة النادي الألماني تمديد عقد كومان منذ فترة طويلة، لكن اللاعب رفض كافة العروض المقدمة له مؤخراً، حيث يرغب في زيادة راتبه إلى حوالي 12 مليون يورو، مما تسبب في خيبة أمله من المفاوضات. وعبر اللاعب الشاب عن خيبة أمله من العرض المقدم له من النادي البافاري، نظراً لتقاضي نظيره الألماني ليروي ساني راتباً أعلى منه، رغم نجاحه في إجلال الأخير على مقاعد البدلاء طيلة الموسم. كما أن هناك سبباً آخر دفع كومان للتفكير في مغادرة النادي، وهو عدم تقديره بالشكل الكافي، لا سيما بعد تجاهله عند رحيل المولندي أريين روبن قبل عامين، ومن القميص رقم 10 للبرازيلي فيليب كوتينيو، ومن بعده ليروي ساني. بالإضافة لذلك، فإن لاعب جوفنتوس السابق، الذي ينتهي عقده في صيف 2023، لديه حلم باللعب يوماً ما في الدوري الإنجليزي الممتاز، وهو سبب آخر يجعل برحيله عن بطل البوندسليغا، لا سيما في ظل انتفاء اهتمام مانشستر يونايتد به.



رسماً . . باراٽيتسی مدیرا ریاضیا لتونهام

على توتنهام هوتسپير رسمياً، مساء أول أمس، تعيني الإيطالي فابيو باراتيتيسي، مدرباً رياضياً جديداً للفريق، بدءاً من 1 جولية المقبل. ورحل باراتيتيسي عن منصبه في يوفنتوس، بنهاية الموسم الجاري. بعد موسم سيئ للفريق، انتهى بفقدان لقب الكالتشيو احتلال المركز الرابع. أصدر توتنهام بياناً رسمياً، أوضح من خلاله، أن باراتيتيسي سيكون سفولاً عن إدارة وتطوير العمليات الرياضية للنادي والمرافق والبنية التحتية لكرة القدم. وقال دانييل ليفي، رئيس توتنهام: "أنا أعرف فابيو منذ عدة سنوات، في أي مكان يجلب معه خبرة كبيرة في الكشافة والشباب وعمليات كرة القدم، لديه سجل حافل مع الفرق الكبرى". وأضاف: "كما نعلم جميعاً، كان يوفنتوس فريقاً ناجحاً للغاية، وكان باراتيتيسي جزءاً كبيراً من ذلك، سيكون إضافة رائعة لهيكل الإدارة. أنا سعيد لأنه سيقود فريق كرة القدم بالنادي، ونحن نتطلع إلى الموسم المقبل". أما باراتيتيسي، فقال: "أنا سعيد بهذه الفرصة الرائعة، وأشكر النادي ورئيس مجلس الإدارة على ثقتهما بي، توتنهام أحد الأندية في المملكة المتحدة وأوروبا مع حظة طموحة طويلة الأجل". وتابع: "أضمن كامل تركيزي في هذا المشروع الجديد. واتطلع إلى العمل مع فريق الإدارة لكتابية فصل جديد، وأأمل أن يكون ناجحاً في تاريخ النادي". و ACM باراتيتيسي، "أنا سعيد جداً، تمنى التجارب الجديدة دائماً الطاقة والقوة والتحفيز، أمل أن أمنحك توتنهام شفهي وعملي وووقي، وأن أبني شيئاً أفضل".



سيكون قادرًا على تعويض فينالدوم، لكن المشكلة تكمن أن ليفربول ليس النادي الوحيد الذي يريد اللاعب، لأن هناك اهتمام من طرف ريال مدريد، بايرن مونخ، ومانشستر سيتي. لكن صحيفة "آس" الإسبانية أكدت أن ليفربول هو الأقرب للفوز بالصفقة، التي تتطلب الملايين الإنجليزي مبلغ قدره 40 مليون يورو. يتميز نيمار بأوسمة البالغ من العمر 24 عاماً بموهبيته الفنية ومرورته داخل الملعب عندما يتعلق ببناء الهجمات، وهي إمكانيات جذبت له الانضمام إلى الأندية الراغبة في التعاقد معه، وعلى داسهيم ليفربول.

55.5 55.5 55.5 55.5 55.5 55.5 55.5

أَفَلَا يَرَوْنَ

يرغب في الرحيل عن مانشستر سيتي

أفادت تقارير صحفية بريطانية، أن الدولي البرتغالي برناردو سيلفا يرغب في الرحيل عن مانشستر سيتي خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. سيلفا انضم إلى مانشستر سيتي في صيف 2017 قادماً من موناكو الفرنسي، وتوج مع الفريق الإنجليزي بالدوري 3 مرات في آخر 4 مواسم. دونكان كاستليس، الصحفي الإنجليزي، أكد عبر برنامجه بموقع "يوتيوب"، أن برناردو سيلفا أبلغ إدارة مانشستر سيتي برغبته في الرحيل. وأشار دونكان، إلى أن رحيل سيلفا سيكون متوجه الدوري الإسباني، وسط صراع بين برشلونة وأتلتيكو مدريد لضمه. أتلتيكو مدريد يريد ضم اللاعب فيصفقة تبادلية مع ساؤول نيجويز لاعب وسط الفريق، بينما يرشلونة الذي يهتم بضم كاسيلو أيضاً، يعرض ديمبلي وسيرجي روبيرو. اللاعب البرتغالي ينتظر نهاية بطولة يورو 2020 الجارية الآن، ومن ثم يتخذ قراره النهائي بشأن مستقبله مع مانشستر سيتي. ويتبقى في عقد البرتغالي صاحب 26 عاماً 4 سنوات، بعدما جدد تعاقده في 2019 مع الفريق الإنجليزي.

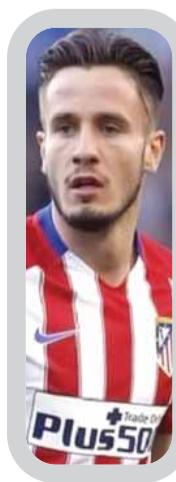
أَفَلَا يَرَى

أفادت تقارير صحفية بريطانية، أن الدولي البرتغالي برناردو سيلفا يرغب في الرحيل عن مانشستر سيتي خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. سيلفا انضم إلى مانشستر سيتي في صيف 2017 قادماً من موナكو الفرنسي، وتوج مع الفريق الإنجليزي بالدوري 3 مرات في آخر 4 مواسم. دونكان كاستيليسن، الصحفي الإنجليزي، أكد عبر برنامجه بموقع يوتوب، أن برناردو سيلفا أبلغ إدارة مانشستر سيتي برغبته في الرحيل، وأشار دونكان، إلى أن رحيل سيلفا سيكون باتجاه الدوري الإسباني، وسط صراع بين برشلونة وأتلتيكو مدريد لضمّه. أتلتيكو مدريد يريدضمّ اللاعب في صفقة تبادلية مع ساؤول نيجويز لاعب وسط الفريق، بينما يرسلونه الذي يهتم بانسليو أيضاً، يعرض ديميلى وسيرجي روبيرتو. اللاعب البرتغالي في نهاية بطولة يورو 2020 الجارية الآن، ومن ثم يتخد قراره النهائي مستقبلاً مع مانشستر سيتي. ويتبقى في عقد البرتغالي صاحب 26 سنوات، بعدما جدد تعاقده في 2019 مع الفريق الإنجليزي.



تشيلسي ينضم لسباق التعاقد مع نجم أتلتيكو

خل نادي تشيلسي بقوة في مفاوضات لضم أحد نجوم ألتليكو مدريد، الفائز مؤخراً بلقب الدوري الإسباني. وذكرت صحيفة "موندو ديبورتيفو"، أن تشيلسي اضم سباق التعاقد مع نجم ألتليكو ساؤول نيجيز، الذي يعتبر من الأعمدة الرئيسية في تشكيلاً المدرب الأرجنتيني دييغو سيميوني. وأضافت الصحيفة، أن ألتليكو مدريد خفض السعر الذي يطالبه للتخلي عن ساؤول، ليصل إلى 68 مليون إسترليني، علمًا بأن أندية مانشستر يونايتد وباريس سان جيرمان ويويفنتوس وبايرن ميونخ، مهتمة بضم الدولي الإسباني. ويمتلك ساؤول شرطاً جزائيًا في عقد تبلغ قيمة 130 مليون إسترليني، لكن ألتليكو يدرك أهمية تخفيض هذه القيمة إذا ما أراد استقبال العروض المقدمة لبيع اللاعب، من أجل مواجهة التحديات الاقتصادية التي فرضتها جائحة كوفيد-19. ويبحث تشيلسي الفائز مؤخرًا بدورى أبطال أوروبا، عن لاعب وسط جديد، يمكنه اللعب إلى جانب الفرنسي نغولو كانți، وهو مهم أيضًا بضم لاعب وست هام يونايتد والمنتخب الإنجليزي ديكلان رايس.



راشف ورد

تحدث مارкос راشفورد، عن مستقبليه مع مانشستر يونايتد واحتمالية انتقاله لفريق جديد هنا الصيف. وصعد الدولي الانجليزي من خلال صفوف أكاديمية الشياطين الحمر قبل أن ينطلق إلى الساحة عندما كان مراهقاً. وبعد أن أنهى موسمه السادس في كرة القدم مع يونايتد، أصبح راشفورد الآن أحد أكثر المواهب شهرة في الدوري الانجليزي الممتاز. وكان مع النادي منذ أن كان في السابعة من عمره، وأصبح المهاجم المفضل لدى جماهير يونايتد. لذلك عندما سئل عما إذا كان يريد مقادرة النادي، على الرغم من أنه لم يستطع استبعاد احتمال الخروج، ويبدو أنه ليس لديه خطط لمقاطعة أولد ترافورد في المستقبل القريب، بل إنه يريد الاعتزاز كأحد أسطار يونايتد. وقال خلال سؤال وجواب على موقع يونايتد الرسمي على الانترنت: "أعتقد بالطبع أني أرغب في ذلك. لكنني أعتقد أن الأمور تحدث بشكل غير متوقعة في كرة القدم هذه الأيام". وتابع، "لا يمكنك أبداً أن تكون متاكداً بنسبة 100% في المائة... أولاً، سيتبدل الحال وقد يرغب النادي في التوقيع مع شخص آخر، أو ربما لم يعد الأسلوب يناسبك بعد الآن. وأضاف، "ربما تغير أسلوب كرة القدم بذلك هناك العديد من الأشياء التي يمكن أن تتغير طوال فترة 10-15 سنة. وواصل، "بالنسبة لي، أمل أن أتمكن من اللعب في هذا النادي لأطول فترة ممكنة وأنتقاعد من حيث بدأت". وفي الشهر الماضي، قال راشفورد إنه لا يمكنه استبعاد الخروج من أولد ترافورد، واعترف بأنه يود أن يلعب يوماً ما مع العملاقين الإسبانيين ريال مدريد أو برشلونة بسبب شعبيتهم الهائلة. وقال راشفورد لصحيفةuardian: "لن أقول لا أبداً.. ماشتير يونايتد أولاً؟ ثم أنا من أشد المعجبين بريال مدريد وبرشلونة، لأنهم دائماً ما كان لديهم لاعبين رائعين ولعبوا كرة قدم جذابة، الجميع يشاهد ريال مدريد وبرشلونةونة". وخلال الاستلة والأجوبة، سئل راشفورد أيضاً عما إذا كان يشعر بأي ضغط إضافي في ارتداء القميص رقم 10 الأيقوني. أجاب، "أشعر بالضغط لارتداء هذا القميص الذي أرتداه العديد من اللاعبين الكبار في تاريخ يونايتد. كما تعلمون، بالنسبة لي، لا أشعر بالضغط. وشدد، "الأمر يتعلق فقط بمواصلة السير على خطى الناس ورحلاتهم حتى. لكنني لاعب بدني. أفعل الأشياء على طريقتي. وأكمل، "سأعمل على تحسين طريقتي الخاصة، والتي تختلف اختلافاً طفيفاً عن اللاعبين الآخرين". وأختتم تصريحاته قائلاً، "في جميعهم يتمتعون بصفات مختلفة ووصلوا إلى ارتحادات مختلفة في حياتهم المهنية، أمل أن تكون هنا لفترة كافية للقيام بذلك بدني بدني أيها".

فابريغاس: هذا اللاعب سبب رحيلي عن تشيلاسي



وست هام یجدد عقد مویس حتی 2024

أعلن نادي وست هام يونايتد المانهافن في بطولة الدوري الإنجليزي الممتاز، تجديد عقد المدير الفني للفريق الأول لكرة القدم ديفيد موسيس. ووقع موسيس على عقد جديد مع وست هام لمدة 3 سنوات، ليستمر في الإشراف على تدريب الفريق الإنجليزي حتى جوان 2024. بعد تجاهله في الموسم الماضي، واستطاع الأسكنلندي أن

ينهي الموسم الماضي في المركز السادس المؤهل إلى بطولة الدوري الأوروبي، وحقق رقمًا قياسيًا في عدد النقاط ببطولة الدوري الإنجليزي، برصيد 65 نقطة بتاريخ النادي. وحصل مويس على مهمة تدريب وست هام في ديسمبر 2019، وكان له تأثيرًا كبيرًا للغاية على أداء الفريق الإنجليزي رغم الصعوبات مع جائحة فيروس كورونا المستجد. وعلق مويس على تلك الخطوة، وقال في تصريحات لموقع ناديه الرسمي: «يسعدني أن أستمر مع وست هام، لأن هذا هو المكان الذي أريد أن أكون فيه، وتحمّس للعمل هنا خلال السنوات المقبلة».



جيـنـيـونـ بـوـفـونـ يـدـفعـهـ صـوبـ الـدـرـجـةـ الثـانـيـةـ

أكد تقرير صحفي إيطالي، أول أمس، أن أسطورة حراسة المرمى جيانلويجي بوفون، سيخذل قراراً بشأن مستقبله الأسبوع المقبل، واعلن بوفون قبل عدة أسابيع رحيله عن يوفنتوس بنهاية الموسم الجاري، دون أن يحدد ما إذا كان سيلعب ثانية آخر أم سيغتزل، إلا أن عدة تقديرات أفادت بأنه سستمر في الملاعب، وبحسب موقع "كالتشيو ميركاتو" الإيطالي، فإن بوفون قد يعلن عن وجهته الجديدة في وقت مبكر من الأسبوع المقبل. وأضاف الكتالوني بأنه لن ينتقل إلى إسبانيا، وأوضحت التقديرات، أن بوفون يريد أن ينهي مسيرته وهو لا يزال أساساً، طالما سمح له جسده بذلك، وقد حاول جنوى بشكلاش ضمه في الأسابيع الأخيرة. ومع ذلك، فإن بوفون سيكون أكثر افتتاحاً على المودة لنادي الذي بدأ فيه، وهو بارما، الذي عاد إلى دوري الدرجة الثانية. وبدأ بوفون مسيرته مع كرة القدم في بارما، وانتقل إلى يوفنتوس في جويلية 2001.



ميـلـانـ يـسـتـقـرـ عـلـىـ شـرـيكـ إـبـراهـيـمـيـشـ

استقر ستيفانو بيولي مدرب ميلان، على لاعب جديد ليكون شراكة مثالية مع السويدي زلاتان إبراهيموفيتش، في هجوم الروسوييري للموسم الجديد. وبحسب صحيفة "كوريري ديلو ديلو سبورت" الإيطالية، فإن ميلان يفكر في ضم الصربي لوكا يوفيتش، مما جم رياض مدريدي هذا الصيف، لمساندة إبراهيموفيتش في هجوم الروسوييري، خاصة بعد حيل الكرواتي

ماريوساندرو كيشيش، ولعب بوفونش معاراً خلال الموسم الماضي، لناديه السابق أينتراخت فرانكفورت، لكنه لم يظهر بالشكل الذي يدفع النادي لضميه بشكل ثابت، عودته إلى مدريد. وأضافت "كوريري ديلو سبورت"، أن ميلان سيحاول ضم يوفيتش صاحب 23 عاماً على سبيل الإعارة، مع وضع بند بخيار الشراء، لتفقيه حال تألقه في سان سiro، ويعتمد عقد يوفيتش مع ريال مدريد حتى صيف 2025، وبالتالي لن يعارض الميرنجي خروجه على سبيل الإعارة، خاصة وأن تجربته الأخيرة مع فرانكفورت لم تكن جيدة.



مانـشـيـنيـ ؛ـ الطـرـيقـ لـويـمـبـليـ ماـ زـالـ طـوـيـلاـ

قال روبرتو مانشيني، المدير الفني للمنتخب الإيطالي، إن فريقه تعـبـ مـيـلـانـ جـيـدةـ أـمـ تـرـكـياـ، خلال الفوز (0-3) في افتتاح يورو 2020. وأضاف مانشيني، في تصريحات بعد المباراة لقناة "رـايـ سـبورـتـ الإـيطـالـيـةـ": "لم نتمكن من تسجيل هـدـفـ فيـ الشـوـطـ الـأـوـلـ، حيث لم يكن الأمر سهلاً، إذ أن تـرـكـياـ فـرـيقـ جـيـدـ لـلـقـاـيـةـ". وأردـفـ، "ـفـيـ هـذـهـ الـمـبـارـاتـ أـنـتـ تـرـيدـ كـلـ شـيـءـ، حـصـلـنـاـ عـلـىـ مـسـاعـدـةـ الـجـمـاهـيرـ، وـتـحـنـ سـعـدـاءـ، وـعـنـ حـدـدـ أـدـاءـ مـمـيـزاـ لـلـقـاـيـةـ". وتـابـعـ، "ـكـانـ الـأـمـرـ حـاسـمـاـ عـنـدـمـ حـرـكـنـاـ الـكـرـةـ بـسـرـعةـ، وـمـكـنـاـ مـنـ تـحـرـيرـ الـلـاـعـبـينـ لـاـسـتـانـ التـمـرـيـراتـ". كان من المهم أن تـبـداـ بـشـكـلـ جـيدـ، وـكـانـ ذـلـكـ مـرـضـيـاـ لـنـاـ وـلـلـجـاهـيرـ وـلـجـمـيعـ الـإـيطـالـيـيـنـ". وـأـتـمـ دـرـبـ الـأـزـوـرـيـ، "ـلـقـدـ كـانـ أـمـسـيـةـ رـائـعـةـ، وـأـمـلـ أـنـ يـكـونـ هـنـاكـ الـمـزـيـدـ.. هـنـاكـ طـرـيقـ طـوـيـلـ لـوـيـمـبـليـ (ـمـلـعـبـ نـهـاـيـةـ الـبـطـلـوـةـ)، حيث لاـ تـرـازـ أـمـاـنـاـ 6ـ مـبـارـاتـ".



إـيـطـالـيـاـ تـخـسـرـ نـجـمـاـ جـدـيدـاـ أـمـامـ سـوـيـسـراـ

خـسـرـ مـنـتـخـبـ إـيـطـالـيـاـ لـاعـبـاـ جـدـيدـاـ قـبـلـ بـيـتـيـةـ سـوـيـسـراـ، الـأـربعـاءـ الـمـقـبـلـ، فيـ الجـوـلـةـ الثـانـيـةـ مـنـ دـورـ الـجـمـوعـاتـ بـكـانـ الـأـمـمـ الـأـفـرـوـيـةـ. وـكـانـ الـأـزـوـرـيـ خـسـرـ خـدـمـاتـ لـوـرـيـنـزوـ بـيـلـيـغـرـيـنيـ وـسـتـيـفـانـوـ سـيـنـيـ. قـبـلـ بـيـانـةـ إـيـطـالـيـاـ، وـفـقـاـ لـشـبـكـةـ "ـسـكـاـيـ سـبورـتـ إـيـطـالـيـاـ". فـانـ أـلـيـانـدـروـ فـلـورـيـنـزـيـ، الـفـلـهـيـرـ الـأـيـمـيـنـ لـلـأـزـوـرـيـ، تـعـرـضـ لـلـاصـابـةـ فـيـ رـيـلـةـ السـاقـ خـلـالـ الفـوزـ عـلـىـ تـرـكـياـ بـيـتـيـةـ 0-0ـ.ـ الـجـمـعـةـ. وـشارـكـ هـلـورـيـنـزـيـ لـمـدـدـةـ 45ـ دقـيقـةـ، قـبـلـ أـنـ يـسـتـبـدـلـهـ المـدـرـبـ رـوبـرـتوـ مـانـشـيـنيـ بـيـنـ الشـوـطـيـنـ وـيـدـعـ فـرـيقـ لـلـاـعـبـينـ قـبـلـ دـيـلوـ رـيـالـ، دـيـليـوـ فـلـورـيـنـزـيـ دـيـلوـ رـيـالـ، ظـهـيرـ نـاـبـوليـ. وـأـشـارـتـ الشـبـكـةـ الـإـيطـالـيـةـ إـلـىـ أـنـ بـيـهـيـوـهـانـيـ دـيـلوـ رـيـالـ، دـيـليـوـ فـلـورـيـنـزـيـ خـصـصـ لـهـ خـصـوصـاتـ طـبـيـةـ، وـتـاـكـدـ غـيـابـهـ عـنـ الـمـبـارـاتـ الـمـقـبـلـةـ لـلـأـزـوـرـيـ ضدـ سـوـيـسـراـ، رـغـمـ أـنـ الـاصـابـةـ لـيـسـ خـطـيـةـ. وـأـوـضـحـ أـنـ حـالـةـ فـلـورـيـنـزـيـ الـبـلـدـيـةـ سـتـخـضـ لـلـتـقـيـمـ بـوـمـاـ بـعـدـ يـوـمـ عـقـبـ لـقـاءـ سـوـيـسـراـ. وـذـكـرـ "ـسـكـاـيـ سـبورـتـ إـيـطـالـيـاـ" أـنـ مـارـكـوـ فـيـرـاتـيـ، لـاعـبـ وـسـطـ الـأـزـوـرـيـ، لـيـزـالـ يـتـعـافـيـ مـنـ إـصـابـةـ عـضـلـيـةـ، وـتـواـجـهـ أـمـامـ سـوـيـسـراـ لـيـزـالـ غـيرـ مـؤـكـدـ".

إـنـسـيـيـ نـيـ يـوـضـحـ سـرـ قـوـةـ مـنـشـيـنـيـ

أكد توريزو إنسيني، نجم منتخب إيطاليا، أن روبرتو مانشيني المدير الفني للأزوري، حذر لاعبي الفريق من فقدان تركيزهم بعد قرار الحكم برفض احتساب ركلة جزاء في الشوط الأول من مباراة أمم إيطاليا في تحقيق فوز كبير على تركيا بنتيجة (3-0) في المباراة الافتتاحية ببيورو 2020، لكن المبارزة شهدت العديد من الحالات التحكيمية الجدلية. وقال إنسيني في تصريحات لشبكة "ـرـايـ سـبورـتـ الإـيطـالـيـةـ": "ـكـانـ الـأـمـرـ مـيـزـاـ لـقـدـ لـعـبـنـاـ نـجـحـنـاـ فـيـ التـعـافـيـ وـتـسـجـيلـ 3ـ أـهـدافـ فـيـ الشـوـطـ الثـانـيـ". وأضاف: "ـكـانـ لـيـلـةـ خـاصـةـ، كـانـ نـاعـبـ خـلـفـ الـأـلـبـاـبـ، دـعـونـاـ نـأـمـلـ أـنـ تكونـ هـذـهـ نـقـطةـ اـنـطـلـاقـ لـكـثـيرـ مـنـ النـاسـ، دـعـونـاـ نـأـمـلـ أـنـ يـاتـيـ المـزـيدـ مـنـ الـمـعـلـقـةـ". وـقـبـلـ نـهاـيـةـ الشـوـطـ الـأـوـلـ، لـمـسـ الـكـرـةـ يـدـ مـدـافـعـ تـرـكـياـ دـاخـلـ مـنـطـقـةـ الـجـزاـءـ، وـعـادـ الـحـكـمـ لـتـقـيـبـةـ الـفـيـدـيـوـ لـكـنـهـ رـضـيـ اـنـتـصـارـ رـكـلةـ الـجـزاـءـ، وـعـنـ هـذـهـ صـرـحـ إـنـسـيـنـيـ: "ـمـاـنـشـيـنـيـ أـخـبـرـنـاـ أـنـ نـقـىـ هـادـئـنـ، وـأـنـ مـاـ فـلـعـنـاـ وـحـقـقـنـاـ هـذـهـنـاـ". وـزـادـ: "ـقـوـتـنـاـ جـمـاعـيـتـنـاـ، لـقـدـ أـنـشـأـنـاـ مـجـمـوعـةـ رـاغـعـةـ يـحـثـ لـأـيـوجـدـ لـأـعـبـيـنـ مـيـتـدـيـنـ وـكـلـ وـاحـدـ مـنـاـ فـيـ خـدـمـةـ الـفـرـيقـ، أـحـاـولـ دـائـمـاـ أـنـ أـكـوـنـ مـتـاحـاـ لـلـفـرـيقـ وـأـقـوـمـ بـصـنـاعـةـ فـرـصـ خـطـيـةـ، وـمـعـ ذـلـكـ، فـانـ الـفـوزـ هـوـ أـهـمـ شـيـءـ إـذـ سـجـلـ هـذـهـ أـفـضلـ".

مورـيـنـيـوـ عـلـىـ كـرـيـسـتـيـانـوـ رـوـنـالـدـوـ مـغـادـرـةـ إـيـطـالـيـاـ وـتـرـكـيـ فيـ سـلامـ

قال مدرب روما الجديد جوزي مورينيو، إنه يريد من نجم يوفنتوس كريستيانو رونالدو، مغادرة إيطاليا لأن ويتركه بسلام. الثنائي البرتغالي سيلتقي مرة أخرى في الدوري الإيطالي هذا الموسم، على افتراض بقاء كريستيانو رونالدو مع يوفنتوس ومورينيو ليس جاهزاً لذلك. رونالدو لعب تحت قيادة مورينيو في صفوف ريال مدريد، ويعود المدرب البرتغالي الآن كخصم، حيث يتولى مهمة تدريب روما. وقال مورينيو مازحاً في تصريحاته لـ talk SPORT: "ـيـجبـ أـنـ يـقـادـ رـوـنـالـدـوـ إـيـطـالـيـاـ الـآنـ وـيـرـكـيـ فـيـ سـلامـ". وأضاف: "ـالـجـمـيعـ يـقـولـ، وـأـنـ أـقـولـ الشـيـءـ فـسـهـ، لـمـ بـعـدـ عـمـرـ 25ـ عـامـ، بـيـلـغـ مـنـ الـعـمـرـ 36ـ، إـذـ لـمـ سـجـلـ 50ـ هـدـفـ، لـكـنـ كـمـ عـدـدـ الـأـهـدـافـ الـتـيـ سـجـلـهـ 35ـ، السـجـلـ لـاـ يـصـدـقـ الـأـرـقـامـ". تـتـحـدـثـ مـنـ تـلـقـاءـ نـفـسـهـ". سـجـلـ رـوـنـالـدـوـ بـالـفـعـلـ 101ـ هـدـفـ بـقـمـيـصـ يـوـفـنـتـوـسـ، فـيـ 133ـ مـبـارـاتـ تـاـنـاتـيـفـةـ رـوـنـالـدـوـ بـالـدـوـرـيـ الـإـيـطـالـيـ. وـهـوـ فـيـ سنـ 36ـ، مـاـ الـذـيـ لـيـزـالـ يـعـزـفـهـ؟ـ أـجـابـ مـورـيـنـيـ: "ـأـعـتـقـدـ الـأـرـقـامـ الـقـيـاسـيـ هـيـ مـحـفـزـ رـوـنـالـدـوـ، أـنـهـ أـسـطـوـرـةـ، أـحـدـ الـأـسـمـاءـ الـكـبـيـرـةـ الـتـيـ بـقـيـتـ إـلـىـ الـآـبـدـ فـيـ تـارـيـخـ كـرـةـ الـقـدـمـ، لـكـنـ الـرـجـلـ يـعـزـفـ نـفـسـهـ بـالـأـرـقـامـ وـالـأـشـيـاءـ الـجـدـيـدـةـ". وـتـابـعـ: "ـإـنـهـ يـرـيدـ الـفـوزـ بـالـكـرـةـ الـذـهـبـيـ بـعـدـ لـأـلـهـيـ الـقـيـاسـيـ كـاـكـثـرـ لـأـهـدـافـ مـعـ الـمـنـتـخـبـ (ـالـتـفـابـ عـلـىـ الـرـقـمـ الـقـيـاسـيـ هـيـ مـحـفـزـ رـوـنـالـدـوـ، أـنـهـ لـيـرـيدـ فـقـطـ الـلـعـبـ فـيـ بـطـوـلـةـ أـورـوـپـاـ هـذـهـ". وـفـيـ كـأسـ الـعـالـمـ، وـأـرـدـفـ: "ـأـعـتـقـدـ أـنـ النـقـادـ يـقـدـمـونـهـ فـيـ هـذـهـ نـفـسـهـ، أـعـتـقـدـ أـنـ هـيـ يـسـعـرـ إـذـ اـنـتـقـدـنـيـ النـاسـ، فـهـذـاـ بـسـبـبـ هـوـيـيـ، لـقـدـ فـعـلـتـ مـاـ فـعـلـهـ". وـأـتـمـ: "ـلـاـ يـزـالـ دـيـدـهـ هـذـهـ الدـافـعـ الـإـضافـيـ، بـصـفـتـكـ خـصـمـاـ، يـعـبـ أـنـ تـكـوـنـ هـادـئـاـ وـلـأـتـقـلـ كـلـمـةـ خـاطـئـةـ عـنـهـ لـأـنـهـ سـيـكـونـ دـائـمـاـ دـافـعـاـ لـهـ، عـقـلـياـ هـوـ قـوـيـ جـداـ".

نـجـمـ بـرـشـلـوـنـةـ مـرـشـحـ لـخـلـافـةـ رـوـنـالـدـوـ فـيـ يـوـفـنـتـوـسـ

كـشـفـ تـقـرـيرـ صـحـفـيـ إـيـطـالـيـ، أـلـأـمـسـ، عـنـ مـفـاجـأـةـ يـحـضـرـ لـهـاـ يـوـفـنـتـوـسـ، حـالـ عـدـمـ اـسـتـمـارـ الـنـجـمـ الـبـرـتـغـالـيـ كـرـيـسـتـيـانـوـ رـوـنـالـدـوـ فـيـ صـفـوـفـ الـبـيـانـوـنـيـيـرـيـ الـمـوـسـمـ الـمـقـبـلـ. وـتـرـدـدـتـ أـنـبـاءـ قـوـيـةـ حـوـلـ إـمـكـانـيـةـ رـحـيلـ رـوـنـالـدـوـ عـنـ يـوـفـنـتـوـسـ قـبـلـ مـوـسـمـ وـاحـدـ مـنـ اـنـتـهـاءـ عـقـدـهـ، حـيثـ يـتـقـاضـيـ رـاتـبـاـ خـصـصـاـ، فـيـ وـقـتـ يـعـانـيـ فـيـهـ النـادـيـ مـنـ اـزـمـةـ مـالـيـةـ. وـبـحـسـبـ مـوـقـعـ "ـكـالـشـيـوـ مـيرـكـاتـوـ"ـ الـإـيـطـالـيـ، فـانـ الـفـرـنـسـيـ أـنـطـوـنـوـ غـرـيـزـمانـ، نـجـمـ بـرـشـلـوـنـةـ، مـنـ ضـمـنـ الـأـسـمـاءـ الـمـرـشـحـةـ لـخـلـافـةـ رـوـنـالـدـوـ وـيـوـفـنـتـوـسـ، وـأـضـافـ الـتـقـرـيرـ، أـنـ غـرـيـزـمانـ لـمـ يـفـكـرـ فـيـ مـغـادـرـةـ بـرـشـلـوـنـةـ هـذـهـ الـصـيـفـ، لـكـنـ الـنـادـيـ الـكـيـتـالـوـنـيـ خـطـلـ خـرـوـجـهـ عـلـىـ سـبـيلـ الـإـعـارـةـ، لـتـقـلـيـلـ كـتـلـةـ الـرـوـاتـبـ. وـأـوـضـحـ الـتـقـرـيرـ، أـنـ يـوـفـنـتـوـسـ مـهـمـهـ فـيـ مـوـقـعـ جـيـزـيـمانـ، لـكـنـهـ لـيـسـ أـلـوـلـيـهـ لـلـبـيـانـوـنـيـيـرـيـ، حـيثـ يـرـيدـ مـاسـيـلـيـانـوـ أـلـيـجـرـيـ، الـمـدـيـرـ الـفـيـضـيـ، إـعادـةـ هـيـكـلـةـ مـيـرـكـاتـوـ الـبـلـدـيـيـ. بـيـانـيـشـ مـنـ بـرـشـلـوـنـةـ، إـلـيـ جـانـبـ اـسـتـمـارـ الـمـاهـاجـ طـارـوـنـاـ".

إنـترـ مـيـلـانـ يـقـرـبـ مـعـ مـدـافـعـ لـأـتـسيـوـ

أـضـحـتـ تـقـرـيرـ صـحـفـيـ إـيـطـالـيـ، أـنـ نـادـيـ إنـترـ مـيـلـانـ الـإـيـطـالـيـ، اـقـتـرـبـ مـعـ الـرـوـمـانـيـ سـتـيـفـانـ رـادـوـ، مـدـافـعـ فـيـ لـاـنـسـيـيـوـنـ، وـيـنـتـيـقـيـ مـعـ لـأـتـسيـوـ فـيـ يـوـنـيـوـ الـجـارـيـ، وـعـدـلـ مـنـ قـبـلـ مـعـ سـيمـونـيـ إـنـزـاجـيـ. الـمـدـ

بعد سقوطه المميت . . . إيركسن يتلقى دعماً كبيراً عبر مواقع التواصل الاجتماعي

2020، المقاومة حالياً وتستمر حتى 11 يونيو المقبل بمشاركة 24 منتخبًا وتستضيفها مدينة مختلطة بعدما تعرض إيركسن لفقدان الوعي وسقط على الأرض وسط حالة من الصدمة بين زملائه في الفريق، حيث لم يتصفح بعد الحالة الصحية للألاعب الدولي الدنماركي ونجم انتربيلان المتوج مؤخراً بلقب الدوري الإيطالي وقال الحساب الرسمي للاتحاد الكروati عبر موقع "تويتر": "يصلني فريق كرواتيا لكرة القدم بأكمله، وأنصار الاتحاد الكرواتي لكرة القدم وكرواتيا من أجل إيركسن".

الاتحاد الأوروبي يمني كريستيان إيركسن جائزة أفضل لاعب في المباراة

من اتحاد الأوروبي لكرة القدم "يويفا" التحريم كريستيان إيركسن جائزة أفضل لاعب في فوز منتخب فنلندا على نظيره الدنماركي، بهدف دون مقابل، في المواجهة التي أقيمت بينهما، وجاء اختيار إيركسن بعد تعرّضه لإغماء خلال أحد أحداث الشوط الأول لتوقف المباراة نحو أكثر من ساعة ونصف، حتى الأطمنان على حالته الصحية وقال الكسندر تشيفرين رئيس الاتحاد الأوروبي على موقع "يويفا": "كرة القدم لعبة جميلة وكريستيان يعلوها بشكل جميل، نجم المباراة الليلة هو كريستيان إيركسن، أتمنى لك الشفاء العاجل يا كريستيان".



معلومات في الوقت المناسب . . .

الاتحاد الكرواتي يدعم إيركسن

تضامن الاتحاد الكرواتي مع إصابة الدولي الدنماركي كريستيان إيركسن الذي أصيب في مباراة منتخب بلاده ضد فنلندا المقامة على ملعب "بارن ستاديون" بمدينة كوبنهاغن، ضمن منافسات الجولة الأولى للمجموعة الثانية في بطولة كأس الأمم الأوروبية "يورو"

شهدت مباراة الدنمارك وفنلندا في منافسات يورو 2020 حذفاً مفعلاً بسقوط كريستيان إيركسن على أرض الملعب دون تدخل أو التحام في المقدمة 42 من عمر المباراة أثناء ركضه على أرض الملعب سقط إيركسن دون سابق إنذار ليسرع اللاعبون وحكم المباراة تجاهه حيث أشار حكم المباراة مسرعاً إلى الطاقم الطبي ليتدخل وتوقفت أحداث المباراة في محاولة لإنعاش إيركسن المغشي عليه.

روميو لوكاوكو يهدى هدفه لإيركسن

قدم روميو لوكاوكو دعمه لزميله كريستيان بلجيكي وروسيا حيث سجل لوكاوكو هدف التقدم للمنتخب البلجيكي في الدقيقة الـ 19 من عمر المباراة التي تقام ضمن منافسات الجولة الأولى لدور المجموعات، وتوجه للكاميرا قائلاً: "كريستيان أنا أحبك" حيث سقط إيركسن خلال مباراة منتخب بلاده الدنمارك أمام فنلندا، في منافسات اليورو، في الدقيقة 42 مثيرة حالة من الرعب، حيث إن السقوط جاء دون تدخل أو التحام من جانب لاعب آخر.

غاريث ساوثغيت يدعم إيركسن

وقال ساوثجيست في تصريحات نشرها الحساب الرسمي لمنتخب إنجلترا عبر "تويتر": "بالنهاية عن ألاعيبنا وموظفيتنا، نرسل أطيب تمنياتنا لإيركسن والمقربين منه، نحن نحيي أولئك الذين ذهبوا المساعدة بهذه العناية من أجل تقديم الدعم الذي حصل عليه، تتضل دعواتنا مع إيركسن وعائلته الليلة".

ماوريسيو بوتشيتينو وجه رسالة لإيركسن

حرص المدرب الأرجنتيني ماوريسيو بوتشيتينو المدير الفني السابق لنادي توتنهام توجيه رسالة للاعبه السابق كريستيان إيركسن، عقب إصابته في مباراة الدنمارك وفنلندا بكأس أمم أوروبا بعدما شهدت المباراة لحظة مريرة لإيركسن. بعد سقوطه بشكل من خلاله عن وضع حالة لاعبه كريستيان إيركسن بعد مغادرته في مباراته فنلندا وأفاد البيان: "كريستيان خرج من حالة الخطأ، هو قادر على التحدث في الوقت الحالي" كما أصدر الحساب الرسمي للاتحاد الدنماركي لكرة القدم عبر حسابه الرسمي على "تويتر": "بيانوسما كشف من خلاله عن وضع حالة لاعبه كريستيان إيركسن بعد مغادرته في مباراته فنلندا وأفاد البيان: "كريستيان إيركسن مستيقظ وخضع لمزيد من الفحوصات في المستشفى، المباراة مؤقتاً وسيتم إصدار

رسالة دعم لكريستيان إيركسن، بعد سقوطه بعث النجم البرتغالي كريستيان رونالدو

كورونا يضرب منتخب فنزويلا

نشر منتخب فنزويلا الأول لكرة القدم بياناً رسمياً عبر موقعه الرسمي يبلغ فيه عن وجود 12 حالة مصابة بفيروس كورونا بين اللاعبين والجهاز الفني قبل افتتاح بطولة كوبا أمريكا. ووفقاً لنفس البيان الذي صدر يوم السبت الماضي، فإن لاعبي وأعضاء من الجهاز الفني أصيبوا بالفيروس لم تظهر عليهم أية أعراض غير أنهم يعززون أنفسهم حالياً وفقاً للبروتوكول الصحي. جدير بالذكر أنه تم منح البرازيل استضافة كوبا أمريكا بعدما استبعدت كولومبيا بسبب الأضطرابات السياسية، واستبعدت الأرجنتين أيضاً بسبب ارتفاع معدل الإصابة بفيروس كورونا، وواجه تنظيم البطولة في البرازيل انتقادات كبيرة من السكان بسبب انتشار الوباء، حيث سجلت البرازيل يوم الجمعة الماضية 2215 حالة وفاة بفيروس كورونا.

نشوب شجار بين مبابي وجيرو في معسكر المنتخب الفرنساوي

أكد إذاعة "مونت كارلو" الفرنسية، أن شجاراً نشب بين نجمي المنتخب الفرنسي كيليان مبابي وأوليسي جيرو، بسبب تصريحات مبابي تجاه مبابي تشيلي جيرو خلال اللقاء مع الصحافة قال فيها أن زملاءه لا يقدمن له المساعدة و الدعم الكافي، وأنهم لم يمرروا إليه الكرة كثيرة خلال المباراة ودية مع منتخب بلغاريا، وهذا ما دفع كيليان مبابي للانفجار غاضباً في وجه زميله. وكشفت تقارير صحافية فرنسية أن مدرب المنتخب ديدье ديشامب قد تدخل لمنع نشوب شجار حاد بين اللاعبين، حيث وصل الأمر إلى أن نجم باريس سان جيرمان أراد الظهور في مؤتمر صحفي للرد على زميله، غير أن ديشامب منع مبابي من ذلك في محاولة لتهيئة الأمور داخل المنتخب. جدير بالذكر أن جيرو ذهب للاعتذار إلى مبابي في ملعب التدريب، إلا أن الأخير رفض قبول اعتذار لاعب تشيلي.



الانتظام الرياضي

لا يمارسون الرياضة ، وخمس سنوات ليست قليلة على الأطلاق ، وهذا معدل متوسط يعني أنه يمكن أن يكون أكثر . بخلاف ذلك ، تجعلك الرياضة جميلة ومقبولة لل المجتمع . دائماً ما يتمتع الشخص الجميل بحضوره دون المثالي تماماً ، لكنك لن تكون قد وصلت إلى الجسم هنا ستوفر لك المعرفة والتخطيم لشونك التي قد تفديك إذا كان لديك الدافع ، غالباً ما يحتاج الجسم في البداية إلى مزيد من الوقت في حالة الألعاب الرياضية ، مما يعني أن التدريبات ستأخذك في التوقيت ، إذا كنت تفكير في الرياضة المتقطعة كمساحة لك وليس وزناً ، فهذا سيجعلك أنت تزيد هذه الساعات في الأسبوع ، خاصة وأن الموسيقى تزيد من بنية الجسم المثلثية وهذا مطبوع على شخصياتهم لذلك هم شخصيات قادة أقىاء وسبق الناس بسولة قيادتهم لأن أجسامهم مثالية نعم هذه حقيقة . وهناك دراسة قاموا بتطبيقاتها على المديرين مع هيئة منسقة وعلى المديرين المتظفين ، وبنسبة كبيرة جداً ، جاءت النتائج التي قام بها الموظفون لا تختلف في قرارات الهيئة المنسقة ، لكن المدير متلهٍ أو رفيع المظهر ، وعداء ما تكون قراراته غير مرغوبه الجهد . رياضياً ، لديك دافع أو دافع ، لذلك على سبيل المثال ، تجد شخصاً مغمض بالرياضة يضعون تحتاج إلى الوقت الكبير الذي تعتقد أنك بعاجة إليه بل بالأخر أن تتحدى أن تتحدى في حياتك وتواجه نفسك جسمك له الحق ويجب أن يكون لديك جسم رياضي وأنت سغير . سبورتك لك هذا الكبير خلال رحلة حياتك ، خاصة في بناء علاقات شخصية ناجحة ، حيث أن معدل قبولاً للاشخاص سيكون أكثر من 95٪ لذلك لا تتوقف ولا تكون كسلًا بشأن هذا القرار ، واعتقد أن ست ساعات في الأسبوع ليست كثيرة ، ولكن يمكنك توفيرها من وقت فراغك في الأسبوع بكل بساطة .

وأصبح أصحابه أكثر توافقاً مع عضلاته التي تتراكم الدهون . ولكن خلال نهاية الشهر الثالث ، ستكون مختلفاً تماماً عن اليوم الأول الذي قررت فيه المشاركة في الرياضة . ليس لديك الوقت لممارسة الرياضة . ولكن هنا ستوفر لك المعرفة والتخطيم لشونك التي قد تفديك إذا كان لديك الدافع ، غالباً ما يحتاج الجسم في البداية إلى مزيد من الوقت في حالة الألعاب الرياضية التي يواجهها جميع الأشخاص في كثير من الأحيان في موضوع الانتظام الرياضي ، حيث يحتاج الجسم إلى عمل مكثف لفترة طويلة للوصول إلى هذا الجسم العالم ، وسوء الحظ يختلف كل جسد عن الآخر ، على سبيل المثال هناك الجسم النحيف ، الذي له أسبابه التي ستحدث عنها وتجد أن هذا الشخص يريد أن يكون أكبر في عضلاته وجسمه ، وهناك الدهون التي لا تحب أن تكون متلهلة ولا تمدد استمراراً ملحوظاً ، سواء المشي أو الجري وغالباً ما تعاني في كل شيء ، سواء المشي أو الجري وتسلق السلم أو بذل أي جهد ، وكل ذلك مع وجود روابط على الكبد والعضلات وزيادة نسبة الكوليستروл في الدم مما يؤدي إلى تصلب الشرايين وزيادة خطر تجلط الدم . الموضوع ضار حقاً ، حتى لو لم تدرك أنه خلال سنوات شبابك ، ولكن غالباً ما بعد الثلاثين ستبأ في تحديد ما إذا كنت تحب أم سمين ، وكلها غير صحي بالنسبة لك . لذلك ، فإن الانتظام الرياضي واجب في مثل هذه الحالات حتى تتمكن من التحكم في جسمك . وساعداً على أن أخبرك بخبر جيد . وهو أنه في بداية الانتظام الرياضي فقط ، ستحتاج بدن تمرين حتى تأخذ العضلات الراحة وتنمو في يوم الراحة . وستجد البشائر في النصف الثاني من الشهر الثاني ، مما يعني أنه بعد شهر ونصف ، إذا كنت شيئاً حقاً . واجعل وقت التمرين يوماً للتمرين ويوماً لليوم . وستجد أن مستوى عضلاتك أصبح أكبر وأن قوتك العصبية أصبحت أكثر شدة ، بينما سيدرك أن السمين أنه فقد الكثير من الوزن



مساهمة الرياضة في إنقاص الوزن

السكريات ونصائح جميع المؤسسات الرياضية ونواتها يحظر منتجات تحتوي على السكر كي يكونوا على الأقل قدوة لعامة الناس .

أو البروتين أقل بكثير من هذه النسبة . ووصل الأطباء إلى قناعة أن السعرات الحرارية المستمدة من السكر هو السبب الرئيسي في انتشار السمنة والبدانة ونادراً الحكومات بالدعایات التي تروج المشروبات الغازية والوجبات السريعة . وصرح البروفيسور مارك بيكر من المعهد الوطني الصحة والرعاية في ألمانيا أمام هيئة الأذاعة البريطانية أن للرياضة دور كبير في تخفيف الوزن لكن فوائده تظهر إن تم التقليل من تناول

الوزن . تناول بكميات أقل هو الذي يساعد بشكل المباشر في تخفيض الوزن . ويرى الأطباء أن المشكلة الأساسية هي كمية السعرات الحرارية من السكر . بزيادة كمية السعرات الحرارية يزداد خطراً الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني . أظهر الأطباء أن تناول 150 سعرة حرارية على شكل سكر يومياً يزيد من احتمال الإصابة بمرض السكري تسعة أضعاف . لكن نفس الكمية من السعرات الحرارية لكن في نفس الوقت إزدادت أيضاً السمنة والبدانة . النساء السيء أضر من التدخين والكحول ، فالسبب الذي يجعل الكثير منا يزداد وزناً هو ليس بالضبط قلة الحركة بل هو نوعية وكمية السعرات الحرارية الزائدة التي تتناولها .

يقول الأطباء أن اتباع نظام غذائي غير صحي يسبب المزيد من الأمراض بالمقارنة مع شرب الكحول والتدخين وقلة الحركة . كما قام الأطباء في الدراسة بانتقاد الشركات الغذائية بشكل حاد . على سبيل المثال شركة كوكاكولا التي تبين للجمهور أنه لا مشكلة من شرب منتجاتها في حال ممارسة الرياضة . وهذا غير صحيح على الأطلاق كما صرخ به الخبراء في الدراسة . حيث يعلق طبيب يقول أن الشخص الذي يعاني من السمنة ليس في حاجة فقط لممارسة الرياضة لتخفيف وزنه ، لكن عليه فقط تناول مثل هذه الأغذية أو بشكل عام تناول بكميات أقل مما كان نوع الفداء وهذه هي الحقيقة والسر في تخفيف



الرئيس المدير العام مسؤول النشر: محمد قانى | المدير العام: مجذوب بن صالح | رئيس التحرير: كمال بوزار

● ملاحظة: كل الوثائق والصور التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

SAMPRAL ● الطبع: رقم الحساب البنكي: 03801603323071300789

● العنوان: مستشفى القبة - زاهون - قاريدي عمارة بـ رقم 05 - الجزائر -
● الفاكس: 023-78-57-70
● الهاتف: 0541-76-26-27


يومية رياضية جزائرية



DISTRIBUTION DE MATERIEL ET CONSUMMABLE MEDICO-CHIRURGICAL

Help to relieve sore throat & nasal congestion
يساعد على تخفيف إحتقان الحلق و الأنف

Lozaty®
لوزتي

وداعاً لاحتقان الحلق والأنف

- ١ شعور فوري ورائع بالبرودة في الحلق
- ٢ تخفيف احتقان الحلق والأنف
- ٣ تسكين فوري لآلام الحلق، خصوصاً المرافق للبلع والتكلم
- ٤ ترتيب الحلق بشكل فوري

Throat Lozenges
أقراص منعشة للحلق

30 Seconds
تأثير سريع
Instant Action



تجدون هذا المتوج الصحي في الصيدليات



الموزع الحصري لمنتج Lozaty بالجزائر
Eurl DMCM Import-Export
facebook: Eurl DMCM