

ايضرتون
يعرض 3
ملايين لاستعارة
وناس

www.dzair-tube.dz

SPORT

العاب القوى / بطولة
العالم لأقل من 20 سنة

العداء قواند
يهدي
الجزائر
الميدالية
الفضية

مولودية الجزائر



أسامة
بركات

رابع
المستقدمين
في الميركاتو

شباب بلوزداد بطلا للجزائر في موسم ماراطوني

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 23 أوت 2021 الموافق لـ 14 محرم 1443 هـ العدد: 279 الثمن: 30 دج



سليمان
يهنيء الشباب
بمناسبة تتويجه
باللقب

CHAMPION

بوقرة

المنتخب
المحلي

يكشف عن قائمة 26 لاعبا
لمواجهة سوريا
وبورندي

ديـلور

هداف وممر حاسم
أمام لوريون



مدرّب كوت ديفوار، باتريس لوميل:

"معجب بما يقوم
به بلماضي ومنتخب الجزائر
الأقوى أفريقيًا"

معهد نايلي للعناية الجسدية

رجال ونساء

العلاج بالتدليك



0665979311 / 0665539820
0795213705 / 0796098965

المنتخب الوطني للمحليين

بوقرة

يكشف عن قائمة تضم 26 لاعبا لمواجهة سوريا وبوروندي

استدعى مدرب المنتخب الجزائري لكرة القدم للاعبين المحليين، مجيد بوقرة، 26 لاعبا، تحسبا للمقابلتين الوديعتين ضد المنتخبين الأوليين لسوريا وبوروندي، يومي الخميس 26 والأحد 29 أوت بالدوحة (قطر). وفق البيان الذي نشرته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم "الفاف" ومن بين العناصر المعنية لهاتين الخرجتين التحضيريتين، استدعى الناخب الوطني أربعة عناصر تنشط بالبطولة الدرجة الأولى التونسية: يوسف لعوافي، حسين بن عيادة، زين الدين بوتمان (النجم الساحلي) ونبيل لعامرة الذي انضم حديثا إلى النادي الإفريقي وتطير البعثة الجزائرية إلى الدوحة اليوم الاثنين، على متن رحلة جوية خاصة وعندما يلتحق "الخضر" بالدوحة يدخل زملاء المدافع كداد، في قفاعة صحية حيث ستقتصر تنقلاتهم بين مكان الإقامة، التدريبات والمباريات وخاض الفريق الوطني للمحليين تربيته الأولى بقيادة المدرب مجيد بوقرة، شهر يونيو الفارط حيث اختتمه بمباراة ودية بملعب وهران الجديد ضد ليبيا (1-5) للإشارة أن المعارضة الفنية لمنتخب المحليين تدعمت بالتحقق الدوليين الجزائريين السابقين، جمال مصباح و محمد بن حمو ويستعد المنتخب الجزائري للمحليين لعدة استحقاقات دولية منها كأس العربية للأمم المبرمجة نهاية السنة الجارية بالدوحة القطرية، و البطولة الإفريقية للاعبين المحليين المقررة عام 2023 بالجزائر.

وحيد



بسبب قرعة كأس أمم أفريقيا

مدرب كوت ديفوار يغازل بلماضي ومحرز

باتريس بوميل؛ "معجب بما يقوم به بلماضي، والمنتخب الجزائري هو الأفضل في أفريقيا"

غازل الفرنسي باتريس بوميل، مدرب منتخب كوت ديفوار، نظيره جمال بلماضي المدرب الوطني لمنتخب الجزائري، ونجمه رياض محرز قائد محاربي الصحراء. وجاءت تلك المغازلة قبل أشهر من المواجهة المرتقبة بين منتخب الجزائري ونظيره الإيفواري في دور المجموعات من نهائيات كأس أمم أفريقيا 2022، التي تنطلق بداية العام الجديد في الكاميرون، بعدما أوقعت قرعة البطولة التي أقيمت مؤخرا المنتخبين في مجموعة واحدة. وتحدث المدرب الفرنسي تلا داعة الجزائرية، بخصوص قرعة كأس أمم أفريقيا، قائلا: "سنلاقي خصما لا يحتاج إلى تعريف.. منتخب الجزائر هو حاليا بطل القارة دون منازع، وتحديه أمر رائع بالنسبة لنا، لكن ولحسن الحظ فإن اللقاء يأتي في الجولة الأخيرة، أي بعد أن تكون الأمور قد حسمت بنسبة كبيرة وواصل في سياق متصل: "أنا معجب كثيرا بالعمل الذي يقوم به بلماضي، يمكن اعتباره حاليا هو الأفضل في أفريقيا، لقد نجح في خلق شخصية قوية لمنتخب الجزائري، الذي أصبح بنفس شخصية مدربه، والتناطح تتحدث عن نفسها. وتطرق للرجال الأول في الطاقم الفني للأهالي أيضا للحديث عن رياض محرز نجم مانشستر سيتي الإنجليزي قائلا: "بطبيعة الحال نتخوف كثيرا منه، فهو رجل الحسم لدى الخضر، وقادر على صناعة الفارق بلقطة وحيدة في اللقاء، ولو كان بعيدا عن مستواه يذكر أن مجموعة الجزائر وكوت ديفوار في كأس أمم أفريقيا 2022 تضم أيضا كلا من سيراليون وغينيا الاستوائية.

تغييرات بالجملة في صفوف الخضر قبل تصفيات كأس العالم



الفرنسي، عن القائمة الجديدة لمنتخب الجزائر، وذلك بسبب معاناته من إصابة عضلية ومن المتوقع أن يضم خط هجوم "الخضر" اللاعبين يوسف بلابلي، زين الدين فرحات، آدم وناس، إسلام سليمان، بغداد بونجاح، أندي ديلور، رياض محرز، رشيد غزال، سعيد بن رحمة.



البلجيكي وينتظر أن تضم قائمة بلماضي في خط الوسط كلا من: مهدي عبيد، ومهدي زرقان، وسفيان فيغولي، ورامز زروقي، وهاريس بلقبلة، وأدم زرقان، وهشام بوداوي.



ماندي وعبدالقادر بدران وأحمد توبة وعبد الجليل مديوب.



تاهرات الذي لم يقم بتحضيرات للموسم الجديد بحكم انتهاء العقد الذي كان يربطه بأهبا السعودي.



بن عيادة رفقة المحليين، الذي يستعد من جهة أخرى، سيكون حسين بن عيادة، مدافع النجم الساحلي التونسي، خارج الحسابات بعد أن تمت دعوته لمنتخب المحليين، الذي يستعد للمشاركة في نهائيات كأس العرب للأمم وتبعاً لذلك، ينتظر أن تتكون قائمة المدافعين الذين سيستعين بهم جمال بلماضي مكونة من يوسف عطال ومهدي زفان ومحمد فارس ورامي بن سبعيني وجمال بلعمرى وعيسى



عبد اللاوي دون فريق و تاهرات بعيد عن المنافسة

كأس العرب للأمم (سيادات) المنتخب الجزائري يتنقل إلى القاهرة

تنقل المنتخب الجزائري النسوي لكرة القدم أمس الأحد، إلى القاهرة المصرية، للمشاركة في الطبعة الثالثة من كأس العرب للأمم التي ستلعب بين 24 أوت و 6 سبتمبر 2021، وفق البيان الذي نشرته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم "الفاف" وهي التي تشغل منصب عضو بالمكتب الفيدرالي وتترأس لجنة "الفرعنة"، وتتواجد الجزائر ضمن المجموعة الثانية، بمعية الأردن وفلسطين، بينما تتكون المجموعة الأولى من مصر (البلد المنظم)، لبنان، السودان وتونس ويتأهل صاحب المركز الأول والثاني عن كل مجموعة إلى الدور نصف النهائي. للتذكير، نظمت نسخة الأولى لكأس العرب للأمم عام 2006 بالإسكندرية (مصر) وكانت من نصيب المنتخب الجزائري على حساب المغرب، بينما احتضنت الدوحة (قطر) نسخة 2015، التي توج بها لبنان ضد جيبوتي.

أدم زرقان يكسب ثقة بلماضي

في المقابل، سيحدد آدم زرقان العهد مع "محاربي الصحراء"، في ظل المستويات القوية التي يقدمها مع ناديه الجديد، شارلروا

دوخة يسقط من الحسابات ومجادل لتعويضه

سيكون منتخب الجزائر محروما من خدمات المدافع الأيسر أيوب عبد اللاوي الذي لم يتعاقد هو الآخر مع ناد جديد، فضلا عن مدافع المحور مهدي

تصفيات كأس العالم الخضر يفقدون خدمات فريد بولاية أمام جيبوتي وبوركينا فاسو

يتجه الخضر، وبنسبة كبيرة لإفتقاد واحد من أبرز لاعبيهم أياما فقط قبل موعد إفتتاح التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022، والتي ستعرف إستقباله لجيبوتي في الثاني من سبتمبر القادم، وسفرهم إلى بوركينا فاسو في السابع من ذات الشهر. وتؤكد المعطيات بأن جمال بلماضي لن يكون قادرا على المئاتل الموسم الماضي فريد بولاية بسبب الإصابة وكشف مدرب نادي مازن، فريدريك أنتوني، بأن متوسط ميدانه غير قادر حاليا على الإستئناف مع زملائه بسبب معاناته من مشكل عضلي، وصرح قائلا في هذا الشأن: «فريد لن يكون قادرا على التمرن سوى بعد عشرة أيام ولن يكون محارب الصحراء، قادرا على الحاق بتربص محاربي الصحراء، بشكل رسمي لأن فترة نقاهته ستجعله غير قادر على إسترجاع لياقته في الوقت المناسب، وهو الذي لم يشارك في أي لقاء رسمي منذ بداية الموسم الجاري».

وحيد



نقلا عن موقع "لوبومبي دي فلاد" الإيطالي

"إيفرتون" الإنجليزي يعرض 3 ملايين يورو على "نابولي" لاستعارة "وناس"

كشف موقع "لوبومبي دي فلاد" الإيطالي، إن نادي إيفرتون الإنجليزي، يستعد لتقديم عرض لتخليه الإيطالي بقيمة 3 ملايين يورو من أجل استعارة الدولي الجزائري آدم وناس لفترة موسم وحيد، مع الزامية الشراء بشكل نهائي العام المقبل، نظير دفع 10 ملايين يورو، بجانب إضافات بقيمة مليوني يورو. ويسعى إيفرتون لمواصلة تقوية صفوفه بمهاجمين جدد، وذلك بهدف دعم حظوظه في احتلال أحد المراكز المتقدمة في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي، والتي تسمح له بالمشاركة في النسخة المقبلة من دوري أبطال أوروبا. ويعد عرض إيفرتون مغريا لونا ونابولي، ومع ذلك، يريد قادة البارتيونوبي إعارة اللاعب صاحب الـ 24 عاما مقابل 5 ملايين يورو مع بيع عقده نهاية الموسم الجاري مقابل 10 ملايين، ويُنْتَظَر أن تتواصل المفاوضات بين الطرفين خلال الساعات المقبلة لحسم الصفقة. ورفض آدم وناس العديد من العروض الرسمية التي وصلتته، مثل عروض أتلانتا الأمريكي وأولمبياكوس اليوناني ومونزا الإيطالي، يعود بالأساس لرغبته في الحصول على عرض من الدوري الإنجليزي الممتاز، الذي يعد هدفه الرئيسي حاليا، ولو أن اللاعب الجزائري مطالب بالحفاظ على مستواه ثابتا لفترة طويلة قبل التطلع للحاق بمواطنيه الآخرين في البريميرليغ، رياض محرز وسعيد بن رحمة. ولم يحسم نادي الجنوب الإيطالي موقفه بشكل نهائي بخصوص مستقبل لاعبه الجزائري مع الفريق، حيث ما زال مترددا ما بين تجديد عقده لفترة إضافية أو بيعه في حالة تلقيه عرضا مغريا بخصوصه عم تبقي ثمانية أيام فقط قبل غلق سوق الانتقالات الصيفية.

وسيم

سجل هدفا وصنع آخر ضد "لويون"

"ديفلور" يواصل التوهج في الملاعب الفرنسية

يوصل الدولي الجزائري أندي ديلور، مهاجم نادي مونبلييه الفرنسي، تالقه بشكل لافت، إذ سجل هدفا وصنع آخر في المباراة التي جمعت فريقه بلوريون التي انتهت بنتيجة ثلاثة مقابل واحد لصالح ناديه لحساب الجولة الثالثة من البطولة الفرنسية "الليغ 1". ديلور الذي شارك أساسيا في مواجهة لوريون كان وراء الهدف الثاني لفريقه في الدقيقة 58 من المباراة، عندما قدم تمريرة حاسمة بمقصية رائعة لزميله ستيفي مافيديدي، والذي سجل الهدف الثاني، قبل أن يعود الهدف الجزائري ويوقع بنفسه على الهدف الثالث في الدقيقة 83 برأسية محكمة، مؤكدا فوز فريقه الأول في الدوري الفرنسي هذا الموسم، بعد هزيمة وتعادل، ويعد هذا الهدف الثاني للدولي الجزائري في الموسم الجديد 2021-2022. وحصل ديلور على تقييم 8.6 من 10، بالنظر للمستوى الرائع الذي قدمه خلال اللقاء بحسب موقع "هوسكورد" العالمي.

كما حظي مهاجم "الخضر" بتحيةة جماهيرية خاصة بعد استبداله في الدقيقة التسعين من المباراة، كما شوهد ديلور وهو يواجه تحية لرئيس النادي، لوران نيكولان، في تأكيد على قرب نهاية مغامرته مع فريق "الابايد"، خاصة وأنه تقدم مؤخرا بطلب رسمي لمنحه الضوء الأخضر للرحيل خلال الميركاتو الصيفي الحالي، بعد العروض المغرية التي وصلتته في الآونة الأخيرة، وعلى رأسها عرض نادي نيس الذي يضم الجزائريان يوسف عطال وهشام بوداوي. وسيم

قال إنه كان يتمنى الاحتراف في فرنسا بدل سويسرا

أمين عمورة: ينتظرنى عمل كبير للوصول إلى المنتخب الوطني وإقناع بلماضي

أكد محمد أمين عمورة مهاجم وفاق سطيف، أنه كان يتمنى الاحتراف في البطولة الفرنسية قبل إختياره خوض التجربة في الدوري السويسري من بوابة فريق لوغانو، موضحا إلى أنه بحاجة إلى عمل كبير من أجل الوصول إلى المنتخب الوطني الأول وإقناع المدرب جمال بلماضي. وأوضح عمورة في تصريح لإذاعة سطيف الجهوية قائلا: "سأظل أعمل كأي لاعب من أجل بلوغ مستوى أعلى، وأضاف: "كنت أتمنى الاحتراف في البطولة الفرنسية، لكن القدر قادني إلى سويسرا" وتابع: "أتمنى النجاح في مشواري بالبطولة السويسرية مع فريق لوغانو.. سأقدم كل ما لدي وأعمل على تطوير مستواي". وفيما يتعلق بالمنتخب الوطني قال المتحدث: "هدفي بلوغ المنتخب الوطني الأول قبل كل شيء وإقناع المدرب بلماضي بلماضي عمل كبير". وتطرق اللاعب الذي تألق هذا الموسم في البطولة الوطنية للحديث عن وفاق سطيف الفريق وقال: "وفاق سطيف سيبقى دوما في القلب، أتمنى له النجاح الموسم المقبل وللعود إلى منصة التتويج". وتابع: "أشكر زملائي في الفريق وأعضاء الطاقم الإداري والفني، وأشكر على وجه الخصوص أنصار النادي الذي وقفوا إلى جانبي وشجعوني في الكثير من الأحيان". ومن المرتقب أن ينتقل عمورة إلى سويسرا بجر هذا الأسبوع للالتحاق بفريقه لوغانو السويسري ويبدأ مرحلة جديدة مع الاحتراف في أوروبا.

وسيم



نشر تغريدة عبر حسابه الخاص على "تويتر"

سليمان يهنئ "شباب بلوزداد" بعد تتويجه بلقب البطولة

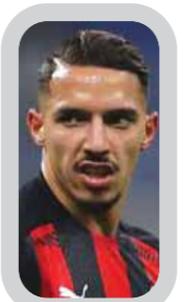
هنأ الدولي الجزائري إسلام سليمان مهاجم أولمبيك ليون الفرنسي، فريقه السابق شباب بلوزداد، بعد تتويجه بلقب البطولة الجزائرية للمرة الثانية على التوالي والثامنة في تاريخه. ونشر سليمان تغريدة عبر حسابه الخاص على تويتر، قال فيها: "هنينا للمعلق شباب بلوزداد، لقبه الثامن للبطولة الوطنية"، وأضاف مهاجم الخضر، إلى تغريدته، الشعار الحريق للنادي البلوزدادي "ألي شباب زوج"، وأرفقها بصورة للاعب الفريق "جدير بالذكر، سليمان سبق له حمل ألوان نادي شباب بلوزداد قبل أن يتوجه للتراف لخواض أول تجربة احترافية له مع فريق سيورتيغ لشبونة. وسيم



أسي ميلان

"بن ناصر" يسعى لبداية الكانتشيو بقوة أمام "سامبدوريا"

يبدأ الدولي الجزائري إسماعيل بن ناصر مع ناديه "أسي ميلان" رحلة جديدة لمحاولة البحث عن لقب الدوري الإيطالي، عندما يواجه اليوم الاثنين، سامبدوريا في ختام مباريات الجولة الأولى من الموسم الجديد 2021-2022. وكان نادي ميلان قد حقق المركز الثاني في الموسم الماضي من الدوري الإيطالي، وضمن المشاركة بشكل رسمي في دوري أبطال أوروبا، بعد غياب لسنوات طويلة. ويسعى بن ناصر رفقة فريقه ميلان لبداية الكانتشيو بقوة مستعينا بالقوة الهجومية بقيادة أوليفييه جيرو السوافد الجعيد وزلاتان إبراهيموفيتش، بينما يردك سامبدوريا صعوبة الموقعة التي تنتظره، حيث استعد لها بقوة من أجل الخروج منها بنتيجة إيجابية ترضي طموحاته في أول مباراة له في المسابقة، على أمل بأن يتجح في خطف النقاط الكاملة من أنياب الروسييري مستغلا عامل الأرض والجمهور كعامل مؤثر للفوز. وسيم



وست هام

"بن رحمة" يتطلع للتأكيد أمام "ليستر سيتي" اليوم

ينتظر الدولي الجزائري سعيد بن رحمة، مهاجم وست هام يونايتد، بشغف اللعب أمام جماهير المطارق على الملعب الأولمبي بلندن، اليوم الاثنين، بإطار الأسبوع الثاني من الموسم الجديد لبطولة الدوري الإنجليزي الممتاز، بعد أن دشّن المسابقة بمواجهة نيوكاسل خارج الديار، مع لعبه فترة طويلة جدا في غياب الجماهير، وأدى بن رحمة دورا محوريا في لقاء نيوكاسل، إذ أسهم في فوز وست هام، بهدفيين

الرابعة، من خلال تسجيله هدفا وصناعته آخر، ليتم اختياره أفضل لاعب في فريقه، كما حظي بإشادة إعلامية واسعة في إنجلترا من طرف وسائل الإعلام والمحللين وهو ما يرشحه ليبدأ أساسيا في مواجهة ليستر سيتي المرتقبة اليوم. ويمنى لاعب "الخضر" مواصلة وست هام لبدايته الجيدة في الدوري الإنجليزي الممتاز رغم صعوبة مباراة ليستر سيتي ويقوده لثاني الانتصارات ويؤكد على ادائه الرائع الذي إبان عنه في الجولة الأولى من البريميرليغ. وسيم



"حمرون" ينتظم في تدريبات فريقه الجديد "فاركو" المصري

انتظم المهاجم الجزائري رزقي حمرون، أمس الأحد، في تدريبات فريقه الجديد فاركو استعدادا لإطلاق الموسم الكروي الجديد، حيث وضع الطاقم الفني بقيادة مجدى عبد العاطي برنامج خاص لتجهيز اللاعب فنيا وبدنيا خلال المرحلة القادمة. ويعد حمرون هو أول صفقات نادي فاركو، بعد أن جاء على قائمة المطلوبين من قبل الطاقم الفني للفريق بقيادة مجدى عبد العاطي لتدعيم صفوف الفريق، ويأمل فاركو خلال ظهوره الأول بالدوري الممتاز، أن يقدم انطباع جيد، ويتنافس بقوة من أجل تحقيق مركز جيد. وسيم

مولودية الجزائر

أسامة بركات رابع المستقدمين في الميركاتو

واصلت إدارة مولودية الجزائر سلسلة تعاقداتها خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية، بضم اللاعب أسامة بركات قادما من نادي شباب باتنة. وأعلنت إدارة براهيمية أمس، عن التعاقد مع بركات بصفة رسمية، ليكون بذلك رابع المستقدمين خلال الميركاتو الحالي بعد كل من بورنان وصديقي وتوقي. وتعد إدارة النادي العاصمي خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية على سياسة جلب اللاعبين المغومرين من أندية الهواة وهو الأمر الذي لم يعجب أنصار "العديد" وجعلهم يطالبون مسؤولي النادي بصوررة التعاقد مع أسماء كبيرة على غرار بقية الأندية الأخرى من أجل المنافسة على الألقاب الموسم المقبل.



وسيم

المسابقة العسكرية "الصديق الوفي 2021"

الفريق شنقريحة يشرف على افتتاح المنافسة

الجيش الوطني الشعبي عن تمنياته للجميع بالنجاح والتوفيق في حصد العدد الأكبر من الميداليات وتحقيق نتائج مشرفة ومتميزة تتوافق وطموحات القوات المسلحة لبلداننا الهادفة دوماً إلى تحقيق أفضل النتائج وتخلل فعاليات حفل الافتتاح استعراضات للفرق الرياضية السيوتقنية التابعة للدرك الوطني والفرق الموسيقية والخيالة التابعة للحرس الجمهوري.

س.ب

الصديقة الحاضرة معنا اليوم، بقدر ما نعتبر الرياضة بمفهومها الشامل، جزء لا يتجزأ من برامج المنظومة التكوينية لدينا، فبقدر كل ذلك، فإننا نعتبر المنافسات الرياضية بشتى أنواعها بمثابة المدرسة الميدانية، التي بفضلها ومن خلالها يدرك الفرد العسكري قيمة الجهد وقيمة الاصرار على تحقيق النصر والنجاح. يقول الفريق شنقريحة في الافتتاحية "كما رئيس أركان

المرافقة لهم إقامة طيبة بالجزائر، متوجهاً بأزكى آيات الشكر للقيادة العسكرية الروسية، التي منحت للجيش الوطني الشعبي وللجزائر، فرصة تنظيم هذه المنافسة الرياضية العسكرية الدولية، إن الرياضة كما تعلمون جميعاً، تعد أحد أهم السبل لتوطيد العلاقات بين الشعوب، لما تتميز به من تنافس شريف وروح رياضية عالية بل يمكننا القول أن الرياضة هي اللغة الوحيدة المشتركة بين الشعوب بمختلف أجناسها وأسننها. وإننا في الجيش الوطني الشعبي، على غرار الجيوش

وزارة الدفاع الوطني وأركان الجيش الوطني الشعبي. وشارك في هذه المنافسة العسكرية الدولية عدد هام من الرياضيين، ذكورا وإناثا، يمثلون خمسة دول وهي الجزائر، روسيا، أوزبكستان، فيتنام وبيلاروسيا في أربع تخصصات سينوتقنية: البياتلون (سباق زائد رمي بالبنديقية)، تمرين الرماية بالمسدس الرشاش كلاشينكوف، سباق الحواجز، تمرين الحماية والامن وفي كلمة ألقاها خلال افتتاح التظاهرة العسكرية الدولية، رحب الفريق شنقريحة برياضي الدول الصديقة المشاركة متمنيا لهم ولوفودهم العسكرية

أشرف رئيس أركان الجيش الوطني الشعبي، الفريق السيد شنقريحة، أمس الأحد بمركز تجمع وتحضير الفرق الرياضية العسكرية "الشهيد مسعود بوجريو" بين عكنون (الجزائر العاصمة) على افتتاح فعاليات المسابقة العسكرية الدولية السينوتقنية "الصديق الوفي 2021" وحضر مراسم الافتتاح كل من الوزير الأول، وزير المالية، أيمن بن عبد الرحمن، وعدد من وزراء الحكومة إلى جانب ممثلي سفراء الدول المشاركة وأولية وعمداء من



ألعاب القوى / بطولة العالم لأقل من 20 سنة

قواند

يحقق الميدالية الفضية في سباق 800 متر

حقق العداء الجزائري قواند محمد علي، الميدالية الفضية في سباق 800 متر في بطولة العالم لألعاب القوى الـ 18 لتصنف أقل من 20 سنة، التي اختتمت أمس الأحد، بالعاصمة الكينية نيروبي وحل الجزائري ثانياً بتوقيت 1:44:45، خلف الكيني إيمانويل وانبونكي (1:43:76)، في الوقت الذي جاء فيه الكيني الآخر نواه كيبيت (1:44:44) في المرتبة الثالثة. وحسب الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى فإن توقيت قواند يعتبر رقماً وطنياً جديداً في سباق الـ 800 متر لتصنف أقل من 20 سنة. ومن جهته، اكتفى الجزائري الآخر عبد الرحمن داود بالمرتبة الـ 14 في سباق الـ 3.000 م/موانع، والذي جرى في وقت سابق من نهار اليوم بعد أن سجل توقيت 9:18، وسيطر على هذا السباق، الكيني أموس سيريم (8:30:72) متفوقاً على الأثيوبي تاديس تاكلي (8:33:15) والكيني سيمون كيبوروب (8:37:09). وشاركت الجزائر في هذا الموعد الكيني بـ 11 رياضياً (7 ذكور و4 إناث) ويتعلق الأمر بكل من يزيد دالة (3 آلاف متر موانع)، كريم بلمهدي (1500 متر)، هيثم شنيثف (800 متر)، سهيل علوي (10 آلاف متر / مشي)، محمد علي قواند (800 متر)، عبد النور عامر (10 آلاف متر / مشي) وعبد الرحمن داود (3 آلاف متر موانع) عند الذكور، وميليسا تولوم (10 آلاف متر / مشي)، غنية رزيق (1500 متر)، رقية مويسي (1500 متر) ورحيل هامل (100 متر حواجز) لدى الإناث.

واج

برالمبياد طوكيو-2020

الجيلو الجزائري يطمح لرفع التحدي بطوكيو

سيكون الجيلو الجزائري ممثلاً بثلاثة مصارعين في الألعاب البرالمبية طوكيو-2020، من بينهم صاحبة برونزية نسخة 2016، شيرين عبد اللاوي (-52 كغ)، التي تسعى لتحقيق نتيجة أفضل، عقب النتائج الطيبة التي أحرزتها خلال المنافسات الدولية الأخيرة وتسعى عبد اللاوي (22 عاماً)، للصعود إلى منصة التتويج البرالمي وكسب ميدالية ذات لون آخر، بالنظر إلى النتيجة الإيجابية التي أحرزتها مؤخراً في الجائزة الكبرى بباكو (أذربيجان) وأفادت شيرين عبد اللاوي صاحبة الصف الرابع في الترتيب العالمي لتصنف (-52 كغ)، في تصريح لـ "واج": "أشعر أنني جاهزة للصعود فوق منصة التتويج، ولبلوغ هذا الهدف، يجب المحافظة على تركيز عال أثناء المنافسات. لا أريد الحديث عن تحضيرات نوعية أو سيئة لأن الأهم حالياً أنني متواجدة في البرالمبياد ومن واجبي أن أقدم كل ما لدي لأشرف عائلتي وبلدي وتنتظر عبد اللاوي عملية سحب القرعة الخاصة بالمنافسة المقررة يوم الخميس المقبل للتعرف على منافستها، على غرار المصنفة الأولى عالمياً، الأوكرانية ايناسيش وبالإضافة إلى عبد اللاوي، سيمثل الجيلو الجزائري كل من إسحاق ولد قويدر (-60 كغ) و عبد الرحمان شتوان (-90 كغ)، اللذان سيخوضان أول مشاركة برالمبية ويطمح ولد قويدر، المصنف السادس عالمياً إلى تحقيق نتيجة إيجابية في ظل تنافس كبير، سيما بحضور البطل البرالمي، شيردور ناموفوز (أوزبكستان). نفس الوضعية بالنسبة لمواطنه شتوان (ضرير)، الذي من المتوقع أن يواجه المصنّف الأول عالمياً، الأوكراني أوليكسندر نازارينكو للتذكير أن الجيلو البرالمي الجزائري سيطر على المستوى القاري بعدد الميداليات خلال مختلف الألعاب البرالمبية برصيد ثلاث ذهبيات: نين مسعود، مولود نورة و سيد علي العمري و برونزية: زوييدة بوعزوق.

واج

جيدو

أحمد موسى مدرباً جديداً لمنتخب الأكاير خلفاً لبن يخلف

أعلنت الاتحادية الجزائرية للجيدو، أمس الأحد، تعيين الدولي السابق أحمد موسى، مدرباً جديداً لمنتخب الوطني للأكاير، خلفاً لعمار بن يخلف، الذي انتخب مهمته عقب عودته مؤخراً من الألعاب الأولمبية بطوكيو (23 جويلية-5 أوت) واستهل أحمد موسى (70 سنة) مشواره كرياضي عام 1963 بنادي مولودية الجزائر، حيث توج ببطولة الجزائر 13 مرة بين 1970 و 1983، إضافة إلى مشواره الدولي مع المنتخب الجزائري بين 1968 و 1983 في صنف -60 كغ و -70 كغ واشتهر المدرب موسى بمساهمته في أول إنجاز تاريخي للجيدو الجزائري بالأولمبياد، حينما كان يدرّب عمار بن يخلف (39 سنة). أثناء تتويجه بالميدالية الفضية خلال نسخة بكين-2008 وإضافة إلى تعيين موسى كناخب وطني للأكاير، تخضع اجتماع المكتب التنفيذي للمنتخب يوم السبت برئاسة ياسين سيليني، عن العديد من القرارات المتعلقة بتقسيم المهام على مستوى المديرية الضنية وتم تعيين عبد المالك أيت موفق على رأس مديرية المنتخب الوطنية، وكذا عبد الكريم نبيل أمالو، في منصب مدير التطوير والتكوين وفي نفس السباق، عين كريم بن إيكاني في منصب مدير التنظيم الرياضي والمنافسات، بينما نصب نصر الدين بوسطوة كمناجر عام، في حين سيتولى محمد فالت، منصب مناجر المنتخب الوطني للأواسط.

س.ب

رئيس برشلونة الأسبق:

تيباس لا يحب البرسا ولا كتالونيا

قال جوان غاسبارت، رئيس نادي برشلونة الإسباني الأسبق، إن رئيس رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم، خابيير تيباس، لا يحب البلاوغرانا ولا إقليم كتالونيا الواقع شمال شرق إسبانيا. وفي مقابلة مع برنامج "تريبونا اركا" على إذاعة (ماركا)، أكد غاسبارت "كنت أحد مؤسسي لا ليغا، وأستطيع أن أقول إن هذه المسابقة تأسست من أجل شيء مختلف عما أصبحت عليه الآن. ليس لدي أي تعاطف مع السيد تيباس. هذا ليس أمرا وليد اليوم، بل هو شيء تاريخي. إنه لا يحب البرسا ولا كتالونيا". كما وجه رئيس برشلونة الأسبق انتقادات شديدة لطريقة تعامل لا ليغا مع



قضية ليونيل ميسي، لاعتباره أن هذه المؤسسة لم تفعل كل ما في وسعها للإبقاء على المهاجم الأرجنتيني بين صفوف البلاوغرانا. وقال "لا نحتاج إلى المزيد من الجناة، لكنني مقتنع تماما أنه إذا كان لا بورتا، بدلا من رفض العقد، قد وافق على رهن النادي لمدة 50 عاما، كان ميسي سيظل في برشلونة. كنت مؤيدا للقرار الذي اتخذته الرئيس لا بورتا". وأضاف أن "ما فعله السيد تيباس هو الالتزام بقوانين الليغا، لكنني متأكد من أنه كان سيكون أقل عدوانية في القيام بذلك في حالات أخرى". ولا يبدو غاسبارت قلقا أكثر من اللازم بشأن الوضع الاقتصادي الخطير الذي يعيشه النادي الكتالوني، وقال "خلال الثلاثين عاما التي أمضيتها كرئيس لبرشلونة، عشت مواقف مثل هذه بل وأسوأ منها. كل ما في الأمر هو أن الذاكرة في كرة القدم تمر بسرعة". وأكد أنه سيكون أكثر قلقا لو كان النادي في أيدي شركة كبيرة أو صندوق استثماري".

"فيما" يبادر لإنقاذ اللاعبين الأفغان من الاعتزال المبكر

أدت عودة حركة "طالبان" للحكم في أفغانستان إلى دق ناقوس الخطر في الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيما"، كذلك في نقابة اللاعبين المحترفين، حيث يعمل الطرفان على إنقاذ اللاعبين عبر إجلائهم في رحلات خاصة تسمح لهم بمواصلة ممارسة اللعبة الأكثر شعبية في العالم. ووفقا لوكالة "أسوشيتد برس" الأميركية، تواصل الاتحاد الدولي للعبة مع عدة دول نافذة في أوروبا وأمريكا، من أجل إجلاء عدد من اللاعبين المحترفين نحو بلدان ثانية، وضمان استمرار وجود المنتخب الأفغاني في المنافسات القارية. وجاء في نص بيان الاتحاد الدولي لكرة القدم، "ندعم اللاعبين الأفغان في هذا الظرف الصعب"، بينما لن تتأخر الهيئة في الإشراف على عملية الإجلاء فور تلقيها الضوء الأخضر من الدول القوية ماديا، والجاهزة لتقديم يد العون لتنفيذ هذا المخطط. ويحاول "فيما" إيجاد سبيل مناسب من أجل تنفيذ خطته، بالتنسيق مع الاتحاد الأفغاني لكرة القدم بصفته المسؤول الرسمي عن اللاعبين، حيث تتأسس الفكرة على ضمان حقوق الرياضيين في ممارسة نشاطهم. وأثارت حادثة اللاعب الدولي زكي أنور، الذي هوى من الطائرة الأميركية خلال تحليقها، الرأي الكروي، وحزرت الهيئات الرسمية، إذ جاءت مبادرة "فيما" ونقابة اللاعبين المحترفين بغاية إنقاذ اللاعبين من مصير قد يساوي الاعتزال. ويرى "فيما" أن الوضعية غير المستقرة التي يعانيها اللاعبون، ولاعبات كرة القدم على وجه الخصوص، بأفغانستان، تستدعي تدخلا عاجلا لإنقاذ ما يمكن إنقاذه، حيث يبقى في نظرها أن حركة "طالبان" ستحول دون تطوير هذه الرياضة في البلد، باعتبار تشدها ورفضها ممارسة تظاهرات من هذا النوع.

نقلا عن وكالة "أسوشيتد برس" الأميركية

"إياكس موريبا" يختار اللعب لمنتخب غينيا بدلا من إسبانيا

كشفت تقارير صحفية، أن إياكس موريبا لاعب فريق برشلونة الشاب، قرر اللعب لمنتخب غينيا في الفترة المقبلة. وعدم انتظار استدعائه لمنتخب إسبانيا في المستقبل. ذكرت صحيفة "أس" الإسبانية، أن موريبا لاعب برشلونة قرر تمثيل منتخب غينيا بدلا من اللعب للمنتخب الإسباني في المستقبل. وأشارت الصحيفة إلى أن تم اتخاذ القرار بعد اجتماع والد اللاعب مع مسؤولين من الاتحاد الغيني لكرة القدم، وبعد أيام من طلب الاتحاد الإسباني من اللاعب حسم موقفه. وولد موريبا في العاصمة الغينية كوناكري قبل الانتقال إلى إسبانيا وتمثيل منتخب الناشئين والشباب في البلد الأوروبي. جدير بالذكر أن منتخب غينيا يستعد لبدء مباريات تصفيات أفريقيا المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022، حيث يقع في المجموعة التاسعة، التي تضم منتخبات المغرب والسودان وغينيا بيساو. وسيراجه منتخب غينيا نظيره غينيا بيساو في الأول من سبتمبر في بداية التصفيات، ثم يستضيف نظيره المغربي في السادس من نفس الشهر.

مقلا عن صحيفة "أس" الإسبانية

ليل يواصل نزيف النقاط بالتعادل مع سانت إيتيان

واصل ليل، حامل اللقب، مسلسل نتاجه السيئة منذ بداية الموسم وللجولة الثالثة على التوالي في "الليغ 1" وهذه المرة بتعادله إيجابيا (1-1)، خارج قواعده أمام سانت إيتيان في اللقاء الذي جمعها اليوم السبت، ضمن ثالث جولات دوري الدرجة الأولى الفرنسي. وعلى ملعب (جيفري غيشار)، تقدم الفريق الضيف وبطل المسابقة في النتيجة منذ الدقيقة 38 بتوقيع نجمه وهدافه التركي بوراك يلماز. ظل الفريق الضيف متمسكا بتقدمه حتى قبل نهاية الوقت الأصلي بـ5 دقائق، عندما أدرك الغيني سايدو سو التعادل لسانت إيتيان. وبهذه النتيجة يفشل ليل في تحقيق أي انتصار منذ بداية الموسم بخسارة وتعادلين، ليكتفي بإضافة نقطة جعلت رصيده نقطتين في المركز الـ13 مؤقتا. أما سانت إيتيان فواصل سلسلة تعادلاته للجولة الثالثة تواليا، ليحصد نقطته الثالثة التي جعلته في المركز التاسع بشكل مؤقت، لحين نهاية جميع مباريات الجولة.

وكالات

بوكيتينو يحسم قراره بشأن انضمام ميسي لمنتخب الأرجنتين

يستعد النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي المنضم حديثا لباريس سان جيرمان الفرنسي، لقيادة منتخب بلاده الشهر المقبل في تصفيات كأس العالم 2022 بقطر. ولم يشارك ميسي الفائز بجائزة أفضل لاعب في العالم ست مرات من قبل، في أي مباراة بعد مع سان جيرمان منذ انتقاله المضاجئ من برشلونة الإسباني في صفقة انتقال حر في العاشر من أوت الجاري، حيث لم يستعد بعد كامل لياقته البدنية منذ تنويمه مع بلاده بلبق كوبا أمريكا. ولكن ميسي شارك في حصة تدريبية كاملة مع سان جيرمان وأكد الأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو المدير الفني للفريق الفرنسي عقب الفوز على بريست 2-4 أن ميسي من المقرر أن يشارك في المباراة المقبلة أمام ريمس الأسبوع المقبل. وستكون المواجهة أمام ريمس هي الأخيرة لسان جيرمان قبل عطلة المباريات الدولية، لكن المدرب لا يشعر بالقلق إزاء سفر ميسي إلى الأرجنتين حال اختياره من قبل المدير الفني لبلاده. وقال بوكيتينو لشبكة "اس بي ان"، "لم أتحدث بعد مع المسؤولين في المنتخب الأرجنتيني"، وأضاف "لكنهم يعرفون أنني أؤيد الأمر، وأنا لا تساعد فقط المنتخب الأرجنتيني ولكن جميع المنتخبات التي لديها لاعبين لدينا بالفريق".

وكالات

سبورتينغ لشبونة يقاسم بنفيكا صدارة الدوري البرتغالي

اقتسم فريقا سبورتينغ لشبونة وبنفيكا صدارة جدول ترتيب الدوري البرتغالي الممتاز لكرة القدم. وهما سبورتينغ على ضيفه بيلينينسيس (2-0)، كما فاز بنفيكا على مضيفه جل فيسنسي (2-0)، اليوم السبت في المرحلة الثالثة. وحقق سبورتينغ وبنفيكا الفوز الثالث على التوالي ليتصدرا جدول الترتيب برصيد تسع نقاط لكل منهما. وتوقف رصيد جل فيسنسي عند ست نقاط في المركز الخامس وبقي بيلينينسيس في المركز الأخير بدون نقاط. وعلى ملعب خوسيه الفالادي، تقدم جونكالو إيناسيو بهدف لسبورتينغ في الدقيقة السابعة ثم أضاف جواو بالينينا الهدف الثاني في الدقيقة 48، وأنهى بيلينينسيس المباراة بعشرة لاعبين لطرد الفونسو تايرا في الدقيقة 89. وعلى ملعب مدينة باركيلوس، حسم بنفيكا الفوز في الدقائق الأخيرة حيث تقدم لوكاس فيريسيو بهدف في الدقيقة 84، ثم أضاف أليخاندرو غريمالدو الهدف الثاني في الدقيقة 88، محققا بذلك الفوز الثالث على التوالي لبنفيكا. وكالات



الدوري الإيطالي.. الانطلاقة الصامتة أولى مشاكل "بطولة يوتيبوب"

انتقدت الجماهير العربية، بدايات تجربة نقل الدوري الإيطالي تلفزيونيا في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا على موقع "يوتيبوب". وكانت رابطة الدوري الإيطالي، أعلنت نيتها بث 5 مباريات مجانا من كل جولة للموسم الجديد من الدوري الإيطالي 2021-2022، عبر صفحتها الرسمية على موقع "يوتيبوب"، وذلك لمتابعي الكالتشيو في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. وأوضحت رابطة الدوري الإيطالي بأنها قامت بهذه الخطوة بعدما فشلت في بيع حقوق البث التلفزيوني لهذا الموسم في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. ولكن، يبدو أن التجربة الأولى والتي ارتبطت بمواجهة إنتر ميلان، حامل اللقب مع ضيفه جنوى في الجولة الأولى من الموسم الجديد للمسابقات، لم تكن جيدة. والسبب في ذلك، يعود إلى أن نقل المباراة عبر موقع "يوتيبوب" جاء دون أن يكون هناك أي تعليق عربي كما وعدت رابطة الكالتشيو. فضلا عن ذلك، فإن نقل المباراة، جاء بدون أي أصوات للجماهير، هذا إلى جانب التأخر في وقت البث لبعض ثوان، وهي أمور أغضبت جماهير الكالتشيو في الوطن العربي.

وكالات

مبابي ينتظر مبادرة ريال مدريد

لم يتوقف الجدل المثار حول كيليان مبابي مهاجم باريس سان جيرمان، وإمكانية انتقاله إلى صفوف ريال مدريد الإسباني. وأكد مراسل شبكة "RTL" الفرنسية إلى أن مبابي استقر على الانتقال إلى الفريق المدريدي، لكنه لن يندفع من تلقاء نفسه لاتمام الصفقة هذا الصيف. وأضاف أن علامة الاستفهام الوحيدة تبقى "متى سينتقل كيليان إلى إسبانيا؟". وأشار إلى أن المهاجم الفرنسي يتطلع إلى أن يكون محور مشروع العملاق المدريدي على المدى الطويل، وكذلك الرغبة في اكتشاف بيئة جديدة أساسية لاتخاذ قراره. واستطرد كبير مراسلي الشبكة الفرنسية "أي تحرك قبل نهاية فترة الانتقالات الحالية سيتطلب من ريال مدريد أخذ زمام المبادرة، بينما يريد مبابي أن يركز مع فريقه الباريسي وسط هذا الجدل الكبير". ولفت أيضا إلى أن مبابي سعيد في العاصمة الفرنسية، حتى لو كان يدرك أن الموسم القادم من المرجح أن يكون آخر موسم له بقميص بي إس جي.



ديبي يهدي التعادل لبرشلونة ضد بيلباو

منطقة الجزاء، لكن حكم المباراة أفغاه بسبب وجود حالة دفع من برايتوايت على مدافع بيلباو قبل أن تصل الكرة لأراوخو. وانتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي بدون أهداف. ومع بداية الشوط الثاني، كاد برينجور لاعب بيلباو أن يفتتح التسجيل لفريقه في الدقيقة 46، حيث استغل ارتداد الكرة من نيتو حارس برشلونة، وسدد كرة على المرمى الخالي لولا تدخل المدافع أراوخو الذي أنقذ الكرة من على خط المرمى. ونجح إينيجو مارتينيز في تسجيل هدف التقدم لآتلتيك بيلباو في الدقيقة 50، فمن ركلة ركنية نفذها مونيايين وصلت إلى مارتينيز الذي سدد كرة رأسية أسفل يمين نيتو حارس برشلونة. وانطلق سيرجينو دست لاعب برشلونة، داخل منطقة جزاء بيلباو في الدقيقة 53، وسدد كرة أرضية، تصدى لها بسهولة أجيريزابالا حارس بيلباو. وكاد فرينكي دي يونغ أن يسجل هدف التعادل لبرشلونة في الدقيقة 74، حيث سدد كرة داخل منطقة الجزاء، ارتطمت بالعارضة الأفقية. ونجح ممفيس ديباي في إدراك التعادل لبرشلونة في الدقيقة 75، حيث تلقى كرة من سيرجي روبرتو وانطلق داخل منطقة الجزاء، وسدد كرة يسارية قوية أسفل يسار حارس بيلباو. وحاول ديباي تكرار سيناريو هدفه الأول، مرة أخرى في الدقيقة 85، بالانطلاق على الطرف الأيسر لمنطقة جزاء بيلباو، لكن تسديده هذه المرة مرت بجانب القائم الأيسر. وأشهر حكم المباراة البطاقة الحمراء في وجه إريك جارسيا مدافع برشلونة، بسبب تدخله العنيف على نيكو ويليامز على حدود منطقة الجزاء، وفشل لاعبو بيلباو في خطف هدفا قاتلا في الثواني الأخيرة، قبل أن يطلق الحكم صافرة النهاية بالتعادل الإيجابي.

أنهى برشلونة مواجهة آتلتيك بيلباو، بالتعادل الإيجابي (1-1) مساء السبت، في إطار منافسات الجولة الثانية من الليغا، في معقل الأخير "سان ماميس". وافتتح إينيجو مارتينيز التسجيل لآتلتيك بيلباو في الدقيقة 50، بينما سجل ممفيس ديباي هدف التعادل لبرشلونة في الدقيقة 75. وبهذا التعادل يرفع برشلونة رصيده إلى 4 نقاط في صدارة ترتيب الليغا، بينما يرفع آتلتيك بيلباو رصيده إلى نقطتين في المركز التاسع. بدأت المباراة بتهديد ميكر من أصحاب الأرض، حيث انطلق إيناكي ويليامز وسدد كرة تصدى لها نيتو حارس برشلونة، وحولها إلى ركنية في الدقيقة 1. وأهدر مارتن برايتوايت مهاجم برشلونة، فرصة ثمينة لتسجيل هدف التقدم لفريقه في الدقيقة 7، حيث مرر له زميله ممفيس ديباي كرة عرضية داخل المنطقة، لكنه سدد أعلى مرمى بيلباو بغرابة شديدة. وواصل إيناكي ويليامز مهاجم بيلباو تهديد مرمى برشلونة، بتسديدة جديدة بعد مراوغة المدافع إريك جارسيا، لكن الحارس نيتو حول الكرة إلى الركنية في الدقيقة 9. وحرمت العارضة الأفقية لمرمي نيتو حارس برشلونة، سانيت مهاجم بيلباو من تسجيل هدف التقدم لفريقه في الدقيقة 11. ومرر نيتو كرة بالخطا وصلت لسانيت مهاجم بيلباو، الذي أرسل الكرة لزميله ويليامز والذي فشل بدوره في إسكان الكرة في الشباك، بعد مجهود دفاعي قوي من فرينكي دي يونغ لتشتيت الكرة في الدقيقة 18. وسدد ممفيس ديباي مهاجم برشلونة كرة في الدقيقة 21، لكن تصدى لها بسهولة أجيريزابالا حارس بيلباو. اشتكى بيكيه من آلام، وطالب بالخروج، واستقر الهولندي رونالد كومان المدير الفني لبرشلونة، على إشراك رونالدو أراوخو بدلا منه في الدقيقة 31. وسجل المدافع رونالدو أراوخو هدف التقدم لبرشلونة في الدقيقة 46، من ركلة مزدوجة داخل

ألبا يسير على نهج بيكيه

أفاد تقرير صحفي إسباني، بأن برشلونة توصل لاتفاق نهائي مع لاعبه جوردي ألبا، من أجل تخفيض راتبه للمساهمة في إيجاد حل



للأزمة المالية التي يعاني منها النادي. وسبق وأن توصل برشلونة لاتفاق سابق مع جيرارد بيكيه من أجل تخفيض راتبه، وهو ما ساهم في قيد الثاني ممفيس ديباي وإريك جارسيا. ويستهدف برشلونة تخفيض رواتب الثلاثي "ألبا وبوسكيتس وروبرتو" للهبوط بقاتورة الرواتب لتتماشى مع الحد الأقصى التي وضعتها رابطة الليغا. وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فإن ألبا وافق على طلب برشلونة بتخفيض راتبه نحو 50 ألف مثل بيكيه مع تمديد عقده لموسم إضافي. وأضافت الصحيفة، أن جوردي ألبا سوف يقوم بتوقيع موافقته على تخفيض راتبه بشكل رسمي الأسبوع المقبل بعد العودة من مدينة بيلباو.

برشلونة يتلقى عرضاً جديداً بشأن بيانيتش

يرتبط البيانيتش، لاعب برشلونة الإسباني، بالرحيل عن الفريق الكتالوني، مع تبقي أيام على نهاية انتقالات الصيف. بيانيتش كام محل اهتمام لناديه السابق جوفنتوس، الذي تعاقده مؤخرا مع مانويل لوكاتيلي من صفوف ساسولو. وتقيد تقارير أن بيانيتش قد لا يعود إلى جوفنتوس خاصة بعد تعاقده البيانكونيري مع لوكاتيلي لتعزيز مركز خط الوسط. في الوقت ذاته يريد برشلونة بيع عدد من لاعبيه ومن بينهم بيانيتش، بسبب الوضع المالي المعقد للنادي. ووفقا لصحيفة "لا غازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، يرغب نادي فيورنتينا في إعادة بيانيتش للدوري الإيطالي وضمه إلى صفوفه، وتواصل مع برشلونة للاستعلام عن إمكانية التعاقد. العائق أمام فيورنتينا يتمثل في راتب بيانيتش، على الرغم من أن برشلونة يمكن أن يعرض ذلك من خلال تغطية نصف أجره البالغ 8 ملايين يورو لكل موسم. انضم بيانيتش إلى برشلونة قادمًا من جوفنتوس في خطوة شهدت انتقال آرثر ميلو في الاتجاه الآخر في عام 2020. ومع ذلك، فقد كافح من أجل اللعب في كامب نو ويقال إنه حريص على مغادرة برشلونة، وجوفنتوس على رأس أولوياته. عودة بيانيتش إلى جوفنتوس مشكوك بها الآن، لأن البيانكونيري ليس في وضع يسمح له بالتعاقد مع لاعبين جدد ما لم يقوموا ببيع بعض اللاعبين. كما تمت مناقشة العودة إلى روما، حيث قضى بيانيتش خمسة مواسم مع الجيالوروسي بين عامي 2011 و2016. لقد كان بطلا محبوبا في العاصمة الإيطالية لكن رحيله المثير للجدل إلى جوفنتوس تسبب في توتر علاقته مع جماهير روما.



أنشيلوتي يكشف حقيقة عودة رونالدو إلى ريال مدريد

نفى الإيطالي كارلو أنشيلوتي المدير الفني لريال مدريد ما تردد في وسائل الإعلام حول رغبته في عودة كريستيانو رونالدو إلى صفوف الفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية. وادعت بعض المصادر الصحفية أن رونالدو يريد العودة إلى ريال مدريد، وهو الأمر الذي يريده كارلو أنشيلوتي أيضا، لكن الرئيس فلورنتينو بيريز يرفض هذه الصفقة بشكل قاطع. وأصدر رونالدو بياناً رسمياً ينفي فيه هذه الشائعات التي وصفتها بـ "التافهة". مشيراً إلى أن حقيقته في ريال مدريد انتهت بالفعل، وهو الأمر الذي أكد عليه كارلو أنشيلوتي في المؤتمر الصحفي الذي عقده السبت. وقال المدرب الإيطالي عندما تم سؤاله عن أشياء عودة كريستيانو رونالدو "الضحية انتهت، لأنه بعد أن قام بالرد على الشائعات أريد أن أقول أن فكرته عن المستقبل هي نفسها التي لدي". وتابع "نحن نتطلع إلى الأمام. الجميع في مدريد معرم بكريستيانو رونالدو، وأنا أكثرهم لأنه ساعدنا على الفوز باللقب. أتمنى له الأفضل".

موريبا يثير الجدل بعد كلمات كومان

أثار الإسباني الشاب إياكس موريبا، لاعب وسط برشلونة، الجدل مرة أخرى، بعد ساعات من المؤتمر الصحفي الذي عقده مدربه رونالد كومان. وابتدأ موريبا مع برشلونة بنهاية الموسم الجاري، ويرفض كل محاولات النادي الكتالوني للتوقيع على عقد جديد. وقال كومان في المؤتمر الصحفي الذي سبق مباراة بيلباو: "تحدثت معه منذ أسبوعين أو 3، بصفتي الشخصية أكثر من كوني مدربا لبرشلونة، وضعه فطرح فهو مستقبلي النادي، لكنه لا يلعب ولا يتدرب معنا". ولفت "النادي يريد عرضه للبيع، ونصيحتي له أن المال ليس أهم شيء، أشعر بخيبة أمل من موقفه، ففي سن 18 عاما لا يمكن أن يكون المال أهم شيء". من جانبه نشر موريبا رسالة عبر حسابه على "إنستغرام"، ولم يتضح بعد ما إذا كانت ردا على كومان أم لا. وشهد "ستوري إنستغرام" الخاص بموريبا، إعادة نشر لعبارة تقول: "الألاف من الشائعات ولا أحد يعرف الحقيقة". وارتبط اسم موريبا في الصيف الجاري بالانتقال إلى لايبزيغ وتشيلسي، فيما أشارت بعض التقارير إلى اهتمام مانشستر سيتي بضمه مجانا في الصيف المقبل.



بن زيمة يثير غضب راموس من ريال مدريد

كشف تقرير صحفي إسباني، عن سر غضب سيرجيو راموس، مدافع باريس سان جيرمان، من نأديه السابق ريال مدريد. ورحل راموس عن الميرنقي مجانا هذا الصيف، بعد فشل تجديد عقده مع النادي الملكي. ووفقا لشبكة "ديفنسا سترال"، فإن راموس كان يعلم في الموسم الماضي أن كريم بن زيمة على أعتاب توقيع عقد جديد مع الميرنقي حتى صيف 2023. وأشارت الشبكة الإسبانية إلى أن راموس طلب أيضا أن يكون عقده الجديد حتى 2023، لكن الملكي رفض هذا الأمر ومنحه عرضا حتى 2022 فقط. وأوضحت أن تجديد بن زيمة مع ريال مدريد حسم منذ ما في الماضي، ووصلت هذه الأنباء إلى راموس، واعتبر الأخير أن إدارة الميرنقي غير عادلة معه. وذكرت "ديفنسا سترال" أن ريال مدريد عرض على بن زيمة أيضا الاستمرار حتى 2024، لكن اللاعب الفرنسي رفض هذا الطلب. وخالف ريال مدريد بذلك، القاعدة التي يطبقها بعدم منح اللاعبين فوق سن الثلاثين عروضاً للتجديد لأكثر من موسم واحد.

الإصابة تضرب بيكيه أمام بيلباو

عانى جيرارد بيكيه مدافع برشلونة، من إصابة خلال مواجهة آتلتيك بيلباو مساء أول أمس، في إطار منافسات الجولة الثانية من الليغا، واشتكى بيكيه من آلام، وطالب بالخروج، واستقر الهولندي رونالد كومان المدير الفني لبرشلونة، على إشراك رونالدو أراوخو بدلا منه في الدقيقة (31). وشار إلى أن التعادل السلبي دون أهداف حسم نتيجة الشوط الأول بين برشلونة وآتلتيك بيلباو. وكان برشلونة فاز على ريال سوسيداد بنتيجة 2-4 في الجولة الأولى من منافسات الليغا. وتعاقد برشلونة هذا الصيف مع الإسباني إريك غارسيا، لتعزيز دفاعاته، رغم امتلاكه أسماء عديدة مثل: "بيكيه، سامويل أومتيتي، كليمنت لينجليت، رونالد أراوخو وأوسكار مينجويرا".





فرايبورغ يصعق دورتموند في البوندسليغا

فاجأ فرايبورغ ضيفه بروسيا دورتموند، أول أمس، وهز عليه بهدفين مقابل واحد في منافسات الجولة الثانية من الدوري الألماني لكرة القدم، والتي شهدت أيضا تحقيق بوخوم فولفسبورغ لانتصارين أمام ماينز وهيرتا برلين على الترتيب. وتكبد دورتموند خسارته الأولى هذا الموسم، بعدما سقط خارج الديار بهدفين أحرزهما المهاجمان الإيطالي فينتشينزو جريفو (6) والمجري رونالد سالي (53)، بينما جاء هدف الضيوف الوحيد عن طريق المدافع الألماني الشاب يانيك كيتيل بالخطأ في مرماه (59). وهز فولفسبورغ خارج ملعبه بهدفين مقابل واحد على هيرتا برلين، الذي تقدم في الشوط الثاني عن بركلة جزاء أسكنها المهاجم الشاب دودي لوكياكيو الشباك (60)، قبل أن يعود الضيوف بقوة في آخر ربع

بايرن ميونخ يخطط لشوارة في آخر أيام الميركاتو

لم يتبق الكثير على انتهاء فترة الانتقالات الصيفية الجارية، لكن بايرن ميونخ يبدو في طريقه لتكثيف نشاطه في الأيام الأخيرة بعد فترة طويلة من الركود. واكتفى النادي البافاري حتى الآن بشراء المدافع الفرنسي دايوت أوياميكانو من لايبزيغ مقابل 42.5 مليون يورو، فيما ضم الظهير الأيسر عمر ريتشاردز والحارس الألماني سفين أولريتش مجاناً. وكشفت شبكة "سكاى سبورت ألمانيا" عن عزم بطل البوندسليغا التحرك في الأيام الأخيرة للميركاتو من أجل إبرام صفقات يحتاجها الفريق هذا الموسم. وطالب المدرب الألماني جوليان ناغلسمان جلب لاعب وسط جديد، بالإضافة إلى ظهير أيمن وجناح إضافي، وهو ما يعمل النادي على تلبيته قبل غلق باب الميركاتو الصيفي. ويبقى مارسيل سابيتزر، نجم لايبزيغ، الهدف الرئيسي لناغلسمان لتعزيز قوة خط الوسط إلى جانب الجناح الشاب أمين عدلي من تولوز الفرنسي. وكانت تقارير صحفية قد أفادت مؤخراً برغبة البايرن في تعزيز الجبهة اليمنى بجلب البرازيلي دانييلو من يوفنتوس، لكن مطالبه ناديه المرتفعة تحول دون إبرام الصفقة. في الوقت ذاته، يستهدف البايرن التخلص من 3 لاعبين دفعة واحدة هذا الصيف، سواء ببيعهم نهائياً أو بإخراجهم على سبيل الإعارة، وهم الثنائي الفرنسي كورينتين توليسو وبونسا سار، بالإضافة للاسباني مارك روكا، لتوفير الأموال اللازمة لصفقاته المحتملة.

ليفركوزن ليكرم ضيافة مونشنغلاذباخ برباعية

أكرم باير ليفركوزن ضيافة بوروسيا مونشنغلاذباخ بعد أن شكاه بأربعة أهداف نظيفة، ليحقق الانتصار الأول له في الموسم الجديد بالبوندسليغا، وذلك في اللقاء الذي أقيم أول أمس ضمن الجولة الثانية بالدوري الألماني لكرة القدم. وعلى ملعب (باي أرينا)، أنهى أصحاب الأرض 45 دقيقة الأولى بهدفين عن طريق الحارس يان سومر، بالخطأ في مرماه، والمهاجم التشيكي الدولي باتريك تشيك في الدقيقتين 3 و8 على الترتيب. وكان بإمكان بوروسيا مونشنغلاذباخ العودة في اللقاء بهدف تقليص الفارق مباشرة قبل نهاية الشوط الأول، إلا أن لارس شتيندل أهدر الفرصة بأضاعة وكلة جزاء. وفي الشوط الثاني، استمر تفوق لاعبي ليفركوزن الذين أضافوا هدفا ثالثا في الدقيقة 55 عن طريق الفرنسي موسى دياي، قبل أن يختتم الألماني، من أصل أفغاني، نديم أميري، الرباعية قبل 3 دقائق من نهاية الوقت الأصلي. وبهذا الفوز العريض، يستفيد ليفركوزن من صدمة التعادل المخيب في بداية مشواره في البطولة بهدف أمام يونيو برلين، ليرفع رصيده إلى 4 نقاط يقفز بها مؤقتاً للوصافة بظارق نقطتين خلف فولفسبورغ، صاحب العلامة الكاملة بانتصارين. على الجانب الآخر لم ينجح مونشنغلاذباخ في تحقيق الانتصار للمرة الثانية تواليها بعد أن تعادل بهدف في الجولة الماضية أمام حامل اللقب، بايرن ميونخ، ليكتفي بهذه النقطة التي تجعله في منطقة الهبوط (المركز 16).



لايبزيغ يدك شبك شتوتجارت في البوندسليغا

حقق فريق لايبزيغ فوزا سهلا على ضيفه شتوتجارت برباعية نظيفة، في افتتاح منافسات الجولة الثانية من الدوري الألماني، لي سجل فوزه الأول هذا الموسم محليا. أنهى أصحاب الأرض الشوط الأول بالتقدم بهدف نظيف أحرزه لاعب الوسط المجري الشاب دومينيك سزوبوسلاي في الدقيقة 38، قبل أن يحكم فريقه السيطرة على أحداث الشوط الثاني. وفي الشوط الثاني أضاف لاعبو لايبزيغ 3 أهداف عن طريق لاعب الوسط إيميل فورسيبرج (46) وسزوبوسلاي الذي أحرز الهدف الثاني له والثالث لفريقه في الدقيقة 52، بينما جاء الهدف الثالث عن طريق المهاجم البرتغالي أندري سيلفا من ركلة جزاء (65). وهذت المباراة في الربع ساعة الأخيرة، واكتفى أصحاب الأرض بالرباعية، بينما حاول الضيوف التماسك لتجنب تلقي المزيد من الأهداف، لينتهي اللقاء بفوز مستحق للايبزيغ، الذي يحقق الفوز الأول له في الدوري، بعد الخسارة في الجولة الأولى أمام ماينز بهدف وحيد. وبهذا الفوز يصعد لايبزيغ إلى المركز الثالث برصيد 3 نقاط ويتراجع شتوتجارت للمركز السابع بنقص الرصيد، في انتظار استكمال مباريات الجولة التي ستواصل على مدار اليومين القادمين.

هيرتا برلين يعرض لاعبه للبيع



قال فريدي بوبيتش، المدير الرياضي لهيرتا برلين، إن ماتيس كونها، الذي فاز بالميدالية الذهبية مع المنتخب البرازيلي في أولمبياد طوكيو، تم استبعاده من الفريق، أول أمس، ويمكن بيعه الآن. وأضاف بوبيتش: "هيرتا برلين على تواصل مع أندية أخرى لبيع المهاجم". وأوضح أنه تم استبعاده من قائمة الفريق التي ستواجه فولفسبورغ بالدوري الألماني، لأن المدرب بال داراي، غير سعيد بأداء اللاعب. وقال بوبيتش لشبكة سكاى "السعر واضح للغاية، والأطراف المعنية تعلم هذا. في النهاية، لن أبيعها إذا كانت العروض أقل من قيمته السوقية". ولفت إلى أن المحادثات لبيع كونها (22 عاما) صعبة للغاية.

فليك يكشف عن تلقيه عرضا مشيرا لقيادة ناد عملاق



كشف المدير الفني للمنتخب الألماني، هانزي فليك، أنه تلقى عرضا أخرى بعد رحيله عن بايرن ميونخ، إلى جانب عرض تدريب المانشافت. وفي تصريحات لصحيفة "زود دويتشه تسايتونج" الألمانية لعدد العطلة الأسبوعية، قال فليك إنه تلقى عرضا من أندية ومنتخبات لكنه لم يذكر أسماء. وأضاف فليك (56 عاما): "أجريت مكالماتين عبر برنامج زووم مع أحد الأندية الكبرى جدا، حيث تحدثت مباشرة مع رئيس النادي، وكان هذا شيئا مثيرا للغاية، واتسم تعاملنا مع بعضنا البعض بالاحترام التام، ووصف رئيس النادي قدراتي الرياضية بأنها ممتازة". وأكد فليك أنه لم يكن يسعى أبدا إلى الرحيل عن بايرن، من أجل أن يصبح مدربا للمنتخب. وتابع: "عندما قررت الرحيل عن بايرن، لم يكن قد تحدد بعد أن يواخيم لوف سيتوقف عن تدريب المنتخب في الصيف، كما أنني لم أكن سعيدا عندما أعلن لوف رحيله عن المنتخب. وكنت أتمنى له ختاما جيدا في مونديال قطر". وتجدر الإشارة إلى أن فليك كان مساعدا للوف، عندما فاز المنتخب الألماني ببطولة كأس العالم في مونديال البرازيل عام 2014. وتحدث فليك عن الفرصة الفريدة لكي يصبح مدربا للمنتخب الألماني: "بطبيعة الحال كان مدير المنتخب أوليفر بيرهوف يعرف بأمر العروض الأخرى، وقد مارس بعض الضغط، ويجب أن أقول إن القرار (بتولي تدريب المانشافت) يبدو حقا جيدا وصحيا".

بايرن يتحرك لإبرام صفقة تبادلية مع توتنهام

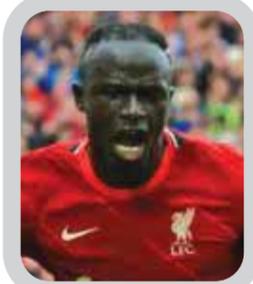
يستهدف نادي بايرن ميونخ، التعاقد مع لاعب وسط جديد قبل إغلاق باب الانتقالات الصيفية الجارية، رغم ارتباطه مؤخرا بالنمساوي مارسيل سابيتزر، نجم لايبزيغ الألماني. وكشفت شبكة "سكاى سبورت ألمانيا" عن رغبة النادي البافاري في التعاقد مع الفرنسي تانجي ندومبيلي، لاعب توتنهام هوتسبير، الذي طلب الرحيل عن السبيرز مؤخرا. وأشارت إلى إمكانية إبرام بايرن صفقة تبادلية مع السبيرز، تتضمن انتقال الفرنسي كورينتين توليسو إلى النادي اللندني، مقابل الحصول على خدمات ندومبيلي. وبعد المفاوضات المبدئية، رفض توتنهام، عرض البايرن البالغ 20 مليون يورو، بالإضافة إلى توليسو، مقابل ضم ندومبيلي. وأمضى صاحب الـ 24 عاما، موسمين فقط مع توتنهام، وذلك منذ انضمامه للفريق قادما من ليون الفرنسي مقابل 60 مليون يورو، لكنه يبدو خارج حسابات مدربه الجديد فونو سانتو هذا الموسم.

هندرسون؛

نجم ليفربول
صاحب لمسة

ساحرة

أكد قائد ليفربول جوردان هندرسون، أن عودة الجماهير إلى ملعب "أنفيلد" بكامل طاقتها الملعب الاستيعابية، لعبت دورا مهما في فوز الفريق على ضيفه بيرنلي 2-0 مساء السبت، في افتتاح الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز. وسجل ليفربول هدفين عن طريق ديوجو جوتا وساديو ماني، في المباراة الأولى التي شهدت حضورا كاملا للجماهير في "أنفيلد" منذ مارس من العام الماضي. وقال هندرسون في تصريحات لشبكة "بي تي سبورتس": "كانت النتيجة التي أردناها، العرض كان جيدا في فترات، هناك مواقع يمكننا التحسن فيها بالطبع، لكن في المحصلة نحن راضون، المشجعون عادوا، نحن مسرورون لوجودهم وكان مهما أن نحصل على هذه النتيجة". وأضاف: "المشجعون يساعدون على مواصلة اللعب أحيانا، بيرنلي فريق جيد، وكنا نعرف ذلك قبل المباراة، جعلوا الأمور صعبة من خلال الكرات الثابتة، لكنني أعتقد أننا تعاملنا معها بشكل جيد وسجلنا هدفين جيدين". وتطرق هندرسون إلى أهمية الهدف الثاني الذي أحرزه ماني قائلا: "أعتقد أن الهدف الثاني مهم، إذا كانت النتيجة 0-1 في الدقائق العشر الأخيرة فإن المنافس سيحصل مطولا ويجعل الأمر صعبا، الهدف الثاني كان مهما بالنسبة إلينا من أجل قتل المباراة". وأضاف هندرسون بزميله البرتغالي غوتا قائلا: "لديه لمسة ساحرة، إنه حيوي حول منطقة الجزاء، كان رائعا منذ أن جاء إلى هنا ونأمل أن يواصل على هذا النحو".



ساديو ماني يحقق رقما ميمرا

تمكن ساديو ماني نجم فريق ليفربول من تحقيق رقم مميز بعد تسجيله هدفا في مباراة اليوم ضد بيرنلي، في بطولة الدوري الإنجليزي الممتاز. واستضاف ملعب الأنفيلد مباراة الفريقين في إطار منافسات الجولة الثانية. وحقق ليفربول فوزا بثلاثية نظيفة، ليصبح انتصاره الثاني على التوالي بعد تحطيمه نورويتش سيتي بثلاثة أهداف دون رد. وحسب شبكة "أوبتا" العالمية، أصبح ساديو ماني خامس لاعب في تاريخ ليفربول يسجل 50 هدفا أو أكثر في ملعب الأنفيلد، في بطولة الدوري الإنجليزي. وأوضحت أن ماني يأتي بعد كل من روبي فاوولر، ستيفين جيرارد، مايكل أوين ومحمد صلاح.

مارتينيز يناطح إيدرسون وميندي

نجح الأرجنتيني إيميليانو مارتنيز، حارس مرمى أستون فيلا، في وضع اسمه بين الكبار خلال وقت قصير. وقاد مارتنيز فريقه أستون فيلا، للفوز على ضيفه نيوكاسل، بهدفين دون رد، أول أمس، ضمن مباريات الجولة الثانية للبريميرليغ. وبحسب شبكة "سكواكا" للإحصائيات، فقد نجح مارتنيز في الوصول إلى 16 مباراة، بدون أن تهتز شبابه منذ بداية الموسم الماضي. وأضافت الشبكة، أن هناك حارسين فقط يتفوقان على مارتنيز خلال تلك المدة، الأول هو البرازيلي إيدرسون (مانشستر سيتي) برصيد 20 مباراة، والثاني هو إدوارد ميندي (تشيلسي) برصيد 17 مباراة. جدير بالذكر أن مارتنيز انتقل إلى أستون فيلا، مطلع الموسم الماضي، قادما من أرسنال، لعدم حصوله على فرصة للمشاركة.



نورويتش يهدي السيتي رقما غير مسبوق في البريميرليغ

نجح مانشستر سيتي في التقدم مبكرا بمباراته الجارية حاليا أمام نورويتش سيتي، على ملعب الاتحاد، ضمن الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز. واقتتح السيتي التسجيل في الدقيقة السابعة، بعدما أرسل رودريغو كرة بينية داخل منطقة الجزاء، استقبالها جيسوس وسدد كرة مباشرة، حاول المدافع جرانت هانلي إبعادها، إلا أنها اصطدمت بالحارس تيم كروول وسكنت الشباك. وهذا هو الهدف الأول لمانشستر سيتي في الدوري في الموسم الجديد (2021-2022)، بعد خسارته المباراة الأولى أمام توتنهام هوتسبير بهدف دون رد. وبحسب أرقام "أوبتا"، هذه هي المرة الأولى في المواسم الـ 25 التي شارك بها مانشستر سيتي في البريميرليغ، التي يسجل خلالها الفريق هدفه الأول في الموسم من خلال هدف عكسي. ومن جانبها أفادت "سكواكا"، بأن نورويتش سجل 4 أهداف عكسية في آخر موسمين له في البريميرليغ، من بينهم هدفان عن طريق كروول.



كلوب؛

كل أحلامي تحققت أمام بيرنلي

قال يورغن كلوب، مدرب ليفربول، إن كل أحلامه تحققت بعودة الجماهير إلى ملعب أنفيلد، الذي امتلأ بالمشجعين لأول مرة منذ 17 شهرا، أول أمس، وشهد انتصار فريق المدرب الألماني (2-0) على بيرنلي في الدوري الإنجليزي الممتاز. وحقق ليفربول فوزه الثاني على التوالي وحصل على العلامة الكاملة في أول جولتين. وأقيمت المباراة أمام جماهير غفيرة في ملعب أنفيلد لأول مرة منذ مارس العام الماضي، حين خسر ليفربول أمام أتلتيكو مدريد في دوري أبطال أوروبا. وقال كلوب بالطبع كنا جميعا نتطلع لهذه الأجواء. خرج الجميع من الملعب سعداء اليوم. تحققت أحلامنا بهذه الأجواء الرائعة. كانت أفضل انطلاقة لمباراة تقام الثانية عشر ظهرا خاضها فريقنا على الإطلاق. كانت لحظة رائعة حقا. وأضاف "سارت المباراة بشكل رائع أيضا حيث تسبب لنا بيرنلي في مشاكل. لعبنا مباراة جيدة وسجلنا هدفين وكان بوسعنا تسجيل المزيد". وسجل ديوجو جوتا وساديو ماني هدفي ليفربول ليحافظ الفريق على نظافة شبابه للمباراة الثانية تواليها هذا الموسم مع عودة فيرجيل فان دايك وجو جوميز. ومع وجود قلمي الدفاع وجاهزية جويل ماتيب بات كلوب يشعر بالرضا عن دفاع فريقه هذا الموسم.

غوارديولا

ملك الانتصارات الكاسحة

في البريميرليغ

حقق مانشستر سيتي انتصارا كبيرا على ضيفه نورويتش سيتي بخماسية نظيفة، مساء أول أمس، في المباراة التي احتضنها ملعب الاتحاد ضمن لقاءات الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز. وسجل خماسية

مانشستر سيتي كل من تيم كروول بالخطأ في مرماه في الدقيقة (7) وجاك غريليش في الدقيقة (22) وإيميريك لابورت في الدقيقة (64) ورحيم ستريينغ في الدقيقة (71) ورياض محرز في الدقيقة (84). وبحسب أرقام شبكة "أوبتا" للإحصائيات فإنه منذ أن تولى بيبي غوارديولا تدريب مانشستر سيتي في موسم (2016-2017)، شهدت 49 مباراة في البريميرليغ تحقيق فريق لانتصار على حساب آخر بفارق 5 أهداف على الأقل، من بينهم 23 مباراة لفريق غوارديولا بنسبة 47%. يذكر أن مانشستر سيتي تمكن من تحقيق الانتصار الأول له هذا الموسم، وذلك بعد سقوطه في الجولة الأولى على ميدان توتنهام هوتسبير بهدف دون رد.



غريليش

يفتح أهدافه مع مانشستر سيتي

سجل الإنجليزي جاك غريليش، أول أهدافه بقميص مانشستر سيتي، وذلك في مباراة فريقه الجارية حاليا على ملعب الاتحاد، ضمن لقاءات الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز. وتقدم السيتي مبكرا في الدقيقة السابعة بهدف عكسي، وأضاف غريليش الهدف الثاني في الدقيقة 22، بعد انطلاقة مميزة من جانب جيسوس في الجانب الأيمن، مرسلا بعدها عرضية أرضية أمام المرمى، اصطدمت بالوفاة الجديد وسكنت الشباك. وهذا هو أول هدف يسجله غريليش مع مانشستر سيتي، بعد انتقاله إليه هذا الصيف قادما من صفوف أستون فيلا مقابل 100 مليون جنيه إسترليني. وأتى الهدف في ثالث مباراة رسمية يلعب بها، بعدما شارك في خسارة الدرع الخيرية أمام ليستر سيتي (1-0)، وشارك أيضا في الخسارة بالجولة الأولى أمام توتنهام هوتسبير بنفس النتيجة. وبحسب أرقام "أوبتا"، أصبح غريليش أول لاعب إنجليزي يسجل في مباراته الأولى بملعبه في البريميرليغ بقميص مانشستر سيتي، منذ أن حقق فرانك لامبارد نفس الأمر أمام تشيلسي في شهر سبتمبر من عام 2014.

شرط وحيد من مانشستر سيتي لرحيل لابورت

بات مانشستر سيتي، مستعدا للسماح برحيل مدافعه إيميريك لابورت، ولكن في حال حصوله على عرض لا تقل قيمته عن 60 مليون جنيه إسترليني. وتقلصت فرص لابورت في المشاركة أساسيا مع مانشستر سيتي، وذلك بعد التعاقد مع روبن دياز الصيف الماضي، إلى جانب تائق جون ستونز مؤخرا. وبحسب صحيفة "ديلي ميل"، فإن مانشستر سيتي لا يمانع رحيل لابورت، ولكن بشرط حصوله على 60 مليون إسترليني. وكان مانشستر سيتي قد ضم لابورت في 2018 من صفوف أتلتيك بيلباو مقابل 57 مليون إسترليني. وأوضحت الصحيفة أن ريال مدريد وجوفنتوس، من بين أبرز الأندية المهتمة بضم اللاعب، الذي شارك في كل مباريات المنتخب الإسباني في البيورو هذا الصيف، قبل الخسارة أمام إيطاليا في نصف النهائي. وشارك لابورت في 16 مباراة بالدوري الإنجليزي الموسم الماضي، مع تفضيل غوارديولا لثلاثية دياز وستونز، وخاصة الأخير الذي جدد تعاقد له لخمس سنوات إضافية مقابل الحصول على 250 ألف جنيه إسترليني أسبوعيا.



جيسوس يفتتح باكساح السيتي نورويتش

أعرب جابريل جيسوس، مهاجم مانشستر سيتي، عن سعادته بالانتصار الكبير الذي حققه فريقه على حساب ضيفه نورويتش سيتي بخماسية نظيفة، مساء أول أمس، ضمن الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال جيسوس في تصريحات عقب المباراة: "الفريق ككل لعب بصورة جيدة اليوم، نستعيد التناغم، كنا بحاجة للحصول على الأجازة بعد الموسم الماضي الصعب للغاية، ولكن لعبنا اليوم بصورة جيدة وحققتنا الانتصار، وهذا هو الأمر الأهم". واستكمل: "بعد النتيجة التي عاينها منها الأسبوع الماضي، الكل كان يعرف بأنه يتوجب علينا التحسن، وحاولنا اليوم أمام نورويتش الذي يحاول لعب الكرة، وهو أمر جيد بالنسبة لنا". وأضاف: "كنا نعرف بأن الأمور ستكون صعبة، حاول اللاعبون العودة مبكرا من الأجازة، وقدما أسلوب لعبنا، من خلال اللعب السريع والركض من الخلف ومحاولة التسجيل. وعن الهدف الأول الذي سجله مانشستر سيتي بهدف عكسي، "حاولت إرسال عرضية، في كل مرة أجد فيها كبحا حاول إرسال عرضيات للمهاجم، وبدوري كنت أحاول إرسال الكرة إلى فيران (توريس) أو جاك (غريليش)، ولكن المدافع لمس الكرة وذهبت في الشباك". وأتم: "مع البرازيل لعب بصورة أكبر كجناح أيمن، وبشكل عام أحب اللعب طوال الوقت، وفي أي مكان يريدني المدرب، سأحاول تقديم أفضل ما لدي، وهنا نملك الكثير من المهاجمين الجيدين. وشاهدتم رياض (محرز) ورحيم (ستريينغ) دخلا وسجلا، نحن فريق جيد للغاية".



ميسي و نيمار

يقضيان عطلة نهاية الأسبوع في برشلونة



أكدت صحيفة سبورت الإسبانية، أن نجمي نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، الوافد الجديد ليونيل ميسي والبرازيلي نيمار دا سيلفا، قضيا إجازة نهاية الأسبوع في إسبانيا، في إقليم كاتالونيا. وكان ميسي قد وصل برشلونة يوم الخميس الماضي، من أجل قضاء الإجازة في المدينة الكتالونية بعد استبعاده من قائمة فريقه الجديد باريس سان جيرمان لمباراة بريس في الجولة الثالثة من الدوري الفرنسي. حيث رأى مدرب سان جيرمان ماوريسيو بوكيتينو، أن ميسي ونيمار ليسا جاهزين بشكل كامل لخوض المباراة. وقام نيمار بتقليد ميسي في وجهته، حيث ذهب إلى برشلونة الخميس، أين شوهد في مطار إل برات.

نقلا عن صحيفة سبورت الإسبانية

سولسكاير

يواصل أعماله الخيرية في إنجلترا



دعم مدرب نادي مانشستر يونايتد أولي جونار سولسكاير مهاجم الفريق السابق ومنتخب اسكتلندا لكرة القدم، الأسطورة دينيس لو، بعد إصابته بمرض الزهايمر، مؤكدا أن النادي سيعمل على الاعتناء به تماما مثل أسرته. وجاءت تصريحات سولسكاير بعد ثبوت إصابة لو صاحب الـ 81 عاما بمرض الزهايمر الخطير وخرف الشيخوخة. وكشف لو في بيان الخميس الماضي عن تطورات حالته الصحية، قائلا إن المرض يشكل تحديا هائلا بالنسبة له، وأكد أنه شهد تعرض الكثير من أصدقائه للإصابة به من قبل. وكان لو توج بجائزة الكرة الذهبية في 1964 وهو ثالث أفضل هدافي مانشستر يونايتد على مر العصور برصيد 237 هدفا في 404 مباريات خلف بوبي تشارلتون ووين روني. وقال سولسكاير الذي تحدث إلى لو في ملعب

أولد ترافورد خلال فوز يونايتد على ليدز يونايتد في الجولة الأولى من الدوري الإنجليزي الممتاز الأسبوع الماضي: "فوجئت بالإعلان والموقف محزن بالطبع، لكننا نعرف أن أسرته ستعتني به، ونحن أسرته أيضا وسيواصل حضور المباريات". وأضاف المدرب النرويجي في تصريحاته: "أعرف أن أبحاث أجريت عن هذا المرض اللعين، ونأمل ألا تثرى الكثير من هذه المواقف خلال السنوات المقبلة". وفي شهر نوفمبر من العام الماضي أعلن عن إصابة تشارلتون بنفس المرض أيضا. وفي سياق آخر قام أولي سولشاير بتوجيه دعوة لمشجع للشياطين الحمر بعد النبأ المفجع لبول الذي عزم على أن يستمتع بما تبقى من حياته مع أسرته وأصدقائه وتمنى أن يتمكن من زيارة أولد ترافورد مرة أخيرة أين أرسل أولي سولشاير رسالة إلى بول يدعوه فيها لزيارة أولد ترافورد يوم الحادي عشر من سبتمبر لمباراة الفريق ضد نيوكاسل والتي سيحظى فيها بول بمعاملة كبار الزوار وسيتمكن من مقابلة المدرب واللاعبين حيث قال: «مرحبا بول، لقد علمت أنك تمر بأوقات عصيبة في الوقت الراهن وبالنيابة عن كل شخص في مانشستر يونايتد، نرسل لك دعما، شكرا على مساندتك للنادي طوال حياتك، نحن نقدر ذلك كثيرا ويشرفنا أن ندعوك إلى مسرح الاحلام لتخطف بتجربة كبار الزوار الحصرية ليوم المباراة، نحن جميعا في النادي نتطلع للترحيب بك في أولد ترافورد وللمساعدة على تحقيق هدف من أهداف حياتك حافظ على ابتسامتك، واصل التعامل بإيجابية واستمتع بالمباراة. جدير بالذكر أن بول ووكر صاحب 37 عاما مشجع للنادي تلقى الشهر الماضي خبزا صادما بأن 5 أشهر فقط هي كل ما تبقى في حياته بعد إصابته بسرطان المعدة.

نقلا عن ذا صن.

بابو غوميز يوجه رسالة لجماهير أتلانتا



كشف غوميز متوسط ميدان نادي إشبيلية الإسباني عن تفاصيل ما حدث بالضبط بينه وبين مديره السابق غاسبريني في أتلانتا في ديسمبر الماضي و كانت سبب في رحيل البابو قائد الفريق وانتقاله لإشبيلية أين وجه رسالة لجماهير بيرغامو عبر فيها عن حزنه الشديد من إدارة أتلانتا. أين قال في تصريحات لصحيفة لاغازيتا ديلو سبورت: «غاسبريني حاول ضربني هذا سبب رحيلي، لقد رحلت عن أتلانتا بسبب عدم قيام غاسبريني بالإعتذار لي ما حدثني رفضت تنفيذ أمر تكتيكي طلبه مني أثناء مباراة ميدتلاند الدنماركي في الشوط الأول، غاسبريني طلب مني اللعب على الجانب الأيمن ولكني رفضت لأنني كنت أعب جيدا للغاية على الجانب الأيسر، كنت مخطئا لأنني لم أنفذ تعليمات المدرب بالضبط وكنت أعلم أنه سيستبدلني بالضبط بين الشوطين، انتهى الشوط الأول ودخلنا غرف الملابس وفوجئت به يهاجمني جسديا ويتقدم لضربي لم أكن أتصور هذا مهما كان درجة الخلاف والتقاش لا يمكن أبدا أن يصل للاعتداء الجسدي بعد هذا الموقف طلبت اجتماع عاجل مع رئيس النادي وقتها لم أكن أريد الرحيل أنا أعلم أنني أخطأت بردة فعلي بعدم قبولي لتعليمات المدرب وهي تصرفات لا يمكن أن تصدر من قائد الفريق، لقد كانت هضوة بالضبط ولكن ما فعله غاسبريني أيضا غير مقبول وكنت أحتاج إلى أن يعتذر لي طلبت من الرئيس ذلك وفي اليوم التالي تقدمت بإعتذار للمدرب أمام كل أعضاء الفريق، ولكنه رفض الإعتذار لي، الرئيس كان يعلم أن غاسبريني أخطأ ولكني أخطأت واعتذرت وهو لم يفعل نفس الأمر ومن هنا قررت الرحيل بعدها أيام ابُلغت قرارى الرسمى للرئيس بأننى أريد الرحيل ولن تعامل مع المدرب مرة أخرى الرئيس رفض رحيلي وقال لي لن أسمح بذلك بدائنا في مرحلة الشد والجذب وكنت أنا الخاسر الوحيد بدائنا في عزلة كاملة بالتدرب منفردا أو مع البدلاء». وأضاف: «بعد سبعة سنوات قدمت فيها كل شيء للنادي والجمهور وبعد كل ما فعلت تعاملوا معي بمنتهى القسوة وبشكل قبيح جدا خاصة رئيس النادي الذي لم يمتلك الشجاعة الكافية ليطالب من غاسبريني الإعتذار لي بعدها رفضوا رحيلي إلى أحد كبار إيطاليا وقالوا لي لن نقوم بتقوية المنافسين ولن تلعب لأي نادي في إيطاليا ضعفوا علينا للقبول بعروض عربية ومن أمريكا ولكني رفضتها جميعا، كنت أمر بمستوي فني متميز وكنت أحد أفضل اللاعبين في الدوري، كنت أريد اللعب لأحد الأندية الكبرى في المستوى العالي لكي أستمر في اللعب للمنتخب الأرجنتيني أيضا لي أن أتى إشبيلية وكنت مهووس بالانتقال لهم وحمدت الله علي وصول عرض من نادي تنافسي كبير مازالت مصدوم من طريقة تعامل الرئيس معي، الخلافات الضئيلة تحدث دائما ولكن بعد كل سنوات الصداقة والثقة بيني وبين الرئيس انطونيو بيركاسي حتى أطفالي يذهبون نفس المدرسة وأصدقاء لأفضاله هم تم رمي في الشارع بطريقة جرححتي وهي أكثر ما يؤلمني مما حدث» وواصل حديثه: «اعتقد أنهم تعاملوا معي بتلك الطريقة بسبب مالي بحت فهم يدركون أهمية غاسبريني وأنه أحد أفضل المدربين ويتوافق مع مشروعهم بتطوير وبيع اللاعبين والحصول على عوائد مادية كبيرة، لذا قرروا تفضيله والاستمرار معه، لكن يزعمون أن غاسبريني كانت نيته بأن يكون اللوم بأكمله علي وبسببه يجسبي الجمهور لا أريد البقاء، لقد توقفت الصحفيين عن السؤال عني للمدرب واللاعبين منذ فترة وأصبحت وكأنني لم أتواجد بأتلانتا والبعض يعتقد أنني خرجت من أجل المال ولكن هذا عار عن الصحة وغير صحيح علي الإطلاق، اليوم هو يوم الحقيقة وللجمهور والجميع الحق بمعرفة ما حدث وسبب رحيلي عن الفريق، لقد حان وقت ذلك». لصحيفة لاغازيتا ديلو سبورت

تشيلسي يعلن إصابة لاعبه بوليسيتش بفيروس كورونا



أعلن نادي تشيلسي الإنجليزي، من خلال مؤتمر صحفي للنادي، عن إصابة لاعبه الأمريكي كريستيان بوليسيتش، نجم الفريق، بفيروس كورونا المستجد. وكان مدرب تشيلسي توماس توكيل، أعلن إصابة كريستيان بوليسيتش بكورونا، صباح يوم السبت الماضي، خلال مؤتمر صحفي للنادي.. وكتب بوليسيتش، على حسابه الشخصي على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام: «للأسف، جاءت نتيجة اختبارات فيروس كورونا الخاصة بي إيجابية في وقت سابق من هذا الأسبوع، لحسن الحظ، أنني تلقيت التطعيم بالكامل وليس لسدي أي أعراض للفيروس حتى الآن. لا أطيع الانتظار للعودة إلى العمل لشكرا لدعمكم». ومن المنتظر أن يغيب اللاعب الأمريكي عن عدة مباريات خلال الجولات القادمة من الدوري الإنجليزي الممتاز البريميرليغ.

لقاح كورونا يتسبب في مضاعفات خطيرة للاعبه ايطالية

أكدت لاعبة كرة طائرة بفريق بيرغامو، فرانشيسكا ماركون أنها أصيبت بالتهاب غشاء محيط بالقلب بعد أن تلقت اللقاح ضد فيروس كورونا المستجد، الأمر الذي منعها من بدء التدريب مع باقي زميلاتها في الفريق. وكتبت اللاعبة عبر حسابها على إنستغرام: «إنني أتساءل هل هناك أي تعويض لمن يعانون من أضرار صحية بعد خضوعهم للقاح؟ أنا لست ضد اللقاحات ولكن لا أعرف ما إذا كان الأمر قد يؤثر اهتمامكم، لكنني عانيت وما زلت أعاني من التهاب غشاء التامور بعد التطعيم». جدير بالذكر أن هذه المشكلة الصحية قد تم تأكيدها شهر جويلية الماضي من قبل وكالة الأدوية الأوروبية ضمن الأعراض المحتملة للقاحات فيروس كورونا المستجد.

وكالة الأنباء الإسبانية

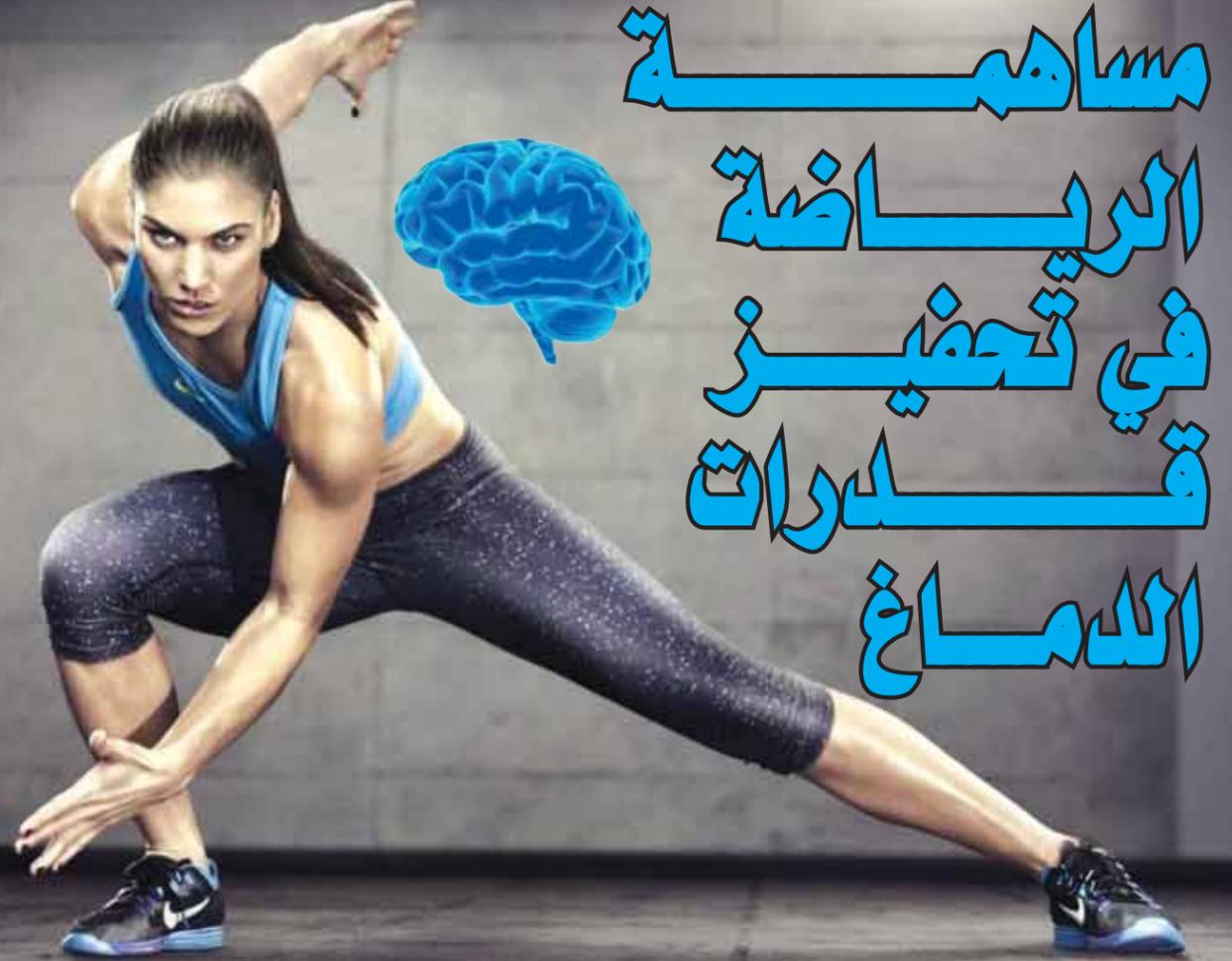
عودة العداءة ريتشاردسون للمنافسة بعد إيقافها لمدة شهر بسبب المنشطات

أكدت العداءة الأمريكية شاكيري ريتشاردسون أنها سعيدة جدا للعودة للسباقات بعد إيقافها لمدة شهر، بسبب مخالفة لوائح العقاقير، وهو ما حرّمها من الظهور في أولمبياد طوكيو الصيفي الذي أجري الصيف الماضي. وأكدت العداءة الأمريكية أنها سعيدة لأن الإيقاف الذي خضعت له، سلط الضوء على هذه الرياضة. وكان من المتوقع أن تكون ريتشاردسون واحدة من أبرز المرشحات للتألق في طوكيو لكن أحلامها تحطمت بعد ثبوت تعاطيها القنب من خلال الفحوص التي خضعت لها خلال التصفيات الأولمبية الأمريكية في شهر جويلية الماضي، بعد فوزها بسباق 100 متر وتأهلها للالعاب الصيفية. وقالت ريتشاردسون على هامش لقاء الدوري الماسي في بورتلاند بولاية أوريجون الأمريكية: «أنا سعيدة بسبب الاهتمام الذي تمكنت من توجيهه إلى الرياضة سواء كان سلبيا أم إيجابيا بالنظر للحقيقة البسيطة وهي أن الناس يشاهدون (الرياضة) الآن». وأضافت: «أعرف أن الكثير من الرياضيين ألعاب القوى يتمنون المزيد من الاهتمام بالرياضة. نتمنى أن يهتم الجمهور أكثر». نقلا عن الحساب الرسمي لريتشاردسون.



أخطاء شائعة لمبتدئي رياضة الجري

تعد رياضة الجري أحد أسهل وأمتع الطرق لاستعادة النشاط والحفاظ على الصحة. وهي الرياضة التي بوسع الجميع تقريباً ممارستها، فهي لا تحتاج إلى أي مهارات خاصة أو أدوات محددة أو تدريبات مسبقة، فكل ما عليك هو أن تجد مكاناً مناسباً وترتدي الملابس الرياضية الأساسية وتبدأ الجري، فليست هنالك حاجة للذهاب إلى ناد رياضي ولن ترهق نفسك بأية تكاليف، ولن تشعر بالملل حتى لو كنت تركض وحدك. لكن ربما بسبب هذه السهولة، قد يندفع البعض إلى هذه الرياضة دون أن يعرفوا الكيفية السليمة لبناء روتين تدريجي يساعدهم على الاستمرار في هذا النشاط، وعدم التعرض للإصابات أو الإحباط من البداية. مثل أشياء كثيرة، تحتاج رياضة الركض إلى الوقت والتكرار كي يصبح الإنسان متمرساً فيها. إذاً، لا تستعجل تحقيق أشياء كثيرة في وقت قصير، لا تتعجل الزيادة في المسافة التي تتركها أو الوقت الذي تقضيه في الجري، أو السرعة التي تركض فيها. يجب أن يمر وقت مناسب قبل أن إدخال زيادة على تلك الأشياء. غالباً ما يعتقد المستجدون على الركض أنه يتوجب عليهم الجري كل يوم أو تقريباً، خصوصاً كي يحققوا أهدافاً كتخفيض الوزن. تذكر أن الركض رياضة مجهدة للجسد، وليست سهلة عليه. يقتضي الأمر مرور وقت قبل أن تتلاءم العضلات والقلب والعظام مع رياضة الركض. إذاً، لا بد من أيام للراحة بين أيام ممارسة الجري. إذاً، ركض كثيراً، وارتح أكثر وليس مهماً إرتداء بذلة رياضة فاخرة، ولا حتى حذاء "تنس" يكون آخر موضة. الأكثر أهمية أن يكون الحذاء الذي ترتديه أثناء الركض، ملائماً لقياس قدمك. تذكر القول المأثور: "ماذا يفيدني اتساع العالم إذا كان حذاءي ضيقاً؟" المسألة منطقية وسهلة. إذا كررت التمرين نفسه، تكرر استعمال العضلات نفسها. ماذا عن العضلات الأخرى؟ إذا، ليكن الجري اليومي ممزوجاً مع تمارين متنوعة، يشمل بعضها الظهر والأخر الرقبة والثالث الكتفين والذراعين وغيرها. ولكن، إياك أن تركض وأنت تشعر بالملل في جسمك. معروف أن الألم إشارة بيولوجية من الجسم تقول إن هناك خللاً ما، إذاً، توقف وافهم سبب الألام أو لا. لا تقارن نفسك بأخرين، فكل شخص هو تكوين بيولوجي ونفسي وإدراكي، فريد من نوعه، ومختلف عن الآخرين. إذا، سر وراء جسمك واستجب لإشارته ونداءاته. كن نفسك. ركض من دون أن "تقهر" جسمك، ولا تجبره على تقليد الآخرين لأنهم ليسوا أنت، من الصعب حين تبدأ أول التمارين في رياضة الجري، ألا تقارن نفسك بالآخرين من حولك. قد تظن أن أولئك الذين يركضون في الحديقة أو الملعب الذي تذهب إليه أفضل منك بكثير، بسرعتهم وقدرتهم على التحمل.



مساهمة الرياضة في تحفيز قدرات الدماغ

لا أقل من القول إن الرياضة هي مصنع الذاكرة للدماغ البشري. مع كل ما يرافقتها من قدرات معرفية وإدراكية وشعورية، عند مطالعة الدراسة التي أنجزها أخيراً فريق من العلماء المختصين بالدماغ في "جامعة كاليفورنيا". تساعد ممارسة الرياضة الذاكرة والتفكير بشكل مباشر عن طريق تقليل مقاومة الأنسولين وتقليل الالتهابات العامة بالجسم وتحفيز إطلاق عوامل النمو، وبشكل غير مباشر، عن طريق تحسين الحالة المزاجية والنوم وتقليل التوتر والقلق، فغالباً ما تسبب المشكلات في هذه المناطق ضعفاً إدراكياً بالدماغ أو تساهم فيه. وذهبت الدراسة للقول إن عشر دقائق من الرياضة يومياً تكفي لتحفيز قدرات الدماغ، والوقاية من تدهورها مع التقدم في العمر، خصوصاً الذاكرة والقدرة على الاحتفاظ بالتسلسل الزمني للمعلومات والحوادث فيها. وشملت الدراسة، أنواعاً خفيفة من الرياضة نسبياً كالمشي البطيء، وتدريبات اليوغا والرناي تشي "الصينية". وباللغة العملية، يقصد بالرياضة الخفيفة تلك التدريبات التي تزيد دخول الأوكسجين إلى الجسم بزيادة 30% من أقصى كمية منه تدخل الجسم في حال الراحة وعدم الحركة، وهناك شيء آخر لا يقل أهمية وإدهاشاً في شأن العلاقة بين الرياضة وذاكرة الكائن الإنساني. وتبين أيضاً أن الرياضة تستطيع درء ذلك التآكل المبكر في قدرات الذاكرة. وجاء ذلك في دراسة أجريت في "جامعة توبنجن" بألمانيا، وقاد البروفسور كريستوف لاسكه الفريق الذي أنجزها. إذ درس نوعاً من مرض "الزهايمر" يتميز بأنه يظهر في عمر مبكر نسبياً، أي في أربعينات العمر. وتبين أن ممارسة الرياضة كالمشي والركض والسباحة، بانتظام بما مجموعه 150 دقيقة، ساعتان ونصف ساعة أسبوعياً، يكفي لإبعاد الضربة المبكرة لذلك المرض المقلق. تساعد ممارسة التمارين الرياضية بشكل عام الشخص على الشعور بالراحة وعدم القلق، إضافة إلى أنها تساعد في الوقاية من العديد من الأمراض؛ كما تنشيط عمل الدماغ، وأثبتت دراسات ولسنوت أن الرياضة تؤثر بشكل إيجابي على تنمية القدرات المعرفية. وتوجد تمارين رياضية تقوي القدرات المعرفية والإدراكية، على غرار الجري لمسافات طويلة أو متوسطة يقوي قدراتك المعرفية. وقد أظهرت دراسة للعلماء وجود علاقة بين ظهور خلايا عصبية جديدة والجري. فإذا كنت مقبل على إجراء أي امتحان فما عليك إلا ممارسة رياضة الجري لتقوية قدراتك المعرفية. وتعتبر رياضة الجري كغيرها من الرياضات التي تعمل على مقاومة الأمراض، وتقوية مناعة الجسم لمقاومة الأمراض بشكل عام، وهذا ما يجعل الجسم قوياً وصحياً، وتساعد رياضة نط الحبل على فقدان الوزن مع اتباع نظام غذائي صحي كما تؤثر هذه الرياضة بشكل إيجابي على عمل الدماغ. كما يمكنك ممارسة هذه الرياضة عن طريق التخييل والتصوير، أي أن تتخيل خصمك أمامك في معركة حقيقية، وتعلمك هذه الرياضة كيف تركز، كما تقوم بتنشيط الدماغ على أكمل وجه، وإذا كنت تريد أن تزيد من عمل دماغك وتكسبه رد فعل قويا فما عليك إلا القيام بركات رياضية مختلفة في فترات متقطعة. وعندما تشعر أنك أقوى جسدياً، عادة ما تشعر أيضاً بأنك أقوى عقلياً، فرفع الأثقال هو المهارة في المثابرة، والقدرة على التغلب على المشقة وتحدي الذات، وتساهم هذه الرياضة في تنشيط الدماغ كما تكسبه المزيد من التركيز على مختلف المهمات، ولا ينصح القيام بهذه التمارين أكثر من مرة واحدة في الأسبوع لأنها قد تولد الضغط. كما تساعد ممارسة التمارين الرياضية الهوائية، منها المشي والهرولة والبستنة، على تعزيز نمو منطقة تحت المهاد في الدماغ، وهي جزء من الدماغ يرتبط بالذاكرة والتعلم. كما أن الرياضة تساعد على إبطاء عملية انكماش تحت المهاد التي تؤدي إلى فقدان الذاكرة مع تقدم السن. وتشير بعض الدراسات إلى أن نمو تحت المهاد يكون أقوى إن كنت تحب الرياضة التي تقوم بها. وتساعد الرياضات الهوائية على التخفيف من أعراض

الاكتئاب والقلق بشكل جيد، فالطبيب أو المعالج النفسي قد يصعبه كجزء من الخطة العلاجية لهاتين الحالتين. وقد يعود ذلك لكون الرياضة تبطن من تلف الخلايا الدماغية. وبما أن نتائج ممارسة الرياضة تحتاج لمدة من الوقت حتى تظهر بشكل كامل، فينصح بالبدء بالانتظام بها منذ الآن لكي تعطي مفعولها في الوقت المناسب. وتعرف مرونة الدماغ بأنها قدرته على التغيير عن تجربة أو تعلم شيء جديد. وتعد الأدمغة صغيرة السن أفضل من تلك الكبيرة بالسن بشكل عام في ما يتعلق بالمرونة، غير أن من هم في السن نفسها قد يختلفون في مرونتهم. ويرى العلماء أن كلا من التمارين الرياضية الهوائية وتمارين الوزن تساعدان على جعل الدماغ أكثر مرونة. يعد الأشخاص الذين لا يمارسون الرياضة أكثر عرضة بشكل كبير للإصابة بمرض الزهايمر وغيره من أشكال الخرف. وذلك يعود جزئياً إلى كون الرياضة تساعد على الوقاية من العديد من العوامل التي تزيد من احتمالية الإصابة به، منها السمنة ومرض السكري وارتفاع ضغط الدم والاكتئاب. وتساعد الرياضة الهوائية الدم على الوصول إلى الدماغ. وذلك يعود جزئياً إلى كون الرياضة تجعل القلب والأوعية الدموية أقوى، بداية من الأوعية الدموية الكبيرة التي تنقل الدم إلى الرأس، وحتى الأوعية الدموية الدقيقة المتواجدة في الدماغ. وقد وجد أن تحسن تدفق الدم وقوة الأوعية الدموية يساعدان على إيقاف حدوث الخرف، كما ويرى العلماء أن قوة تدفق الدم تساعد على تغذية الدماغ في طريقة تبطن من تراجع القدرات المعرفية. مع زيادة معدل ضربات القلب أثناء التمرين، يزداد تدفق الدم إلى الدماغ، وعند زيادة تدفق الدم له يتلقى دماغك مزيد من الأكسجين والمواد المغذية التي تزيد من نشاطه، وقد ثبت علمياً أن كلا من التمارين الهوائية وتمارين المقاومة تؤدي إلى زيادة عوامل النمو التي لها تأثير إيجابي على الدماغ أثناء النمو في البالغين وعليها فإنها تبقى من تعرضك للإصابة من الأمراض الدماغية مثل الألزهايمر أو الخرف. مرونة الدماغ هي قدرة الدماغ على التكيف مع الظروف المحيطة باستمرار وتحسنها يأتي نتيجة قدرة الخلايا العصبية على تعديل وتكوين اتصالات بين بعضها البعض استجابة للمؤثرات والحوافز الخارجية أو الداخلية. يمكن أن تؤثر ممارسة الرياضة على تحسن مرونة الدماغ لدى الشباب وكبار السن عموماً ويعد الأمراض العصبية مثل مرض الشلل الرعاش، أو بعد تلف الدماغ وأثبتت التجارب أن ممارسة الرياضة والتمرين البدني ينتج عنها معدل جيني قوي يؤدي إلى تغييرات وظيفية وهيكلية في المخ من أجل تحسين الوظيفة الإدراكية والمزاج العام للشخص. كما نعلم بأن ممارسة الرياضة تساعد على تثبيت المزاج والاسترخاء عند حلول موعد النوم وإنشاء دورة صحية من النوم واليقظة. وعلى الرغم من أن التأثيرات المحددة ليست معروفة تماماً، فالأشخاص الذين يمارسون الرياضة يحصلون على المزيد مما يعرف بنوم الموجة البطيئة، وهو النوم العميق الذي يساعد على تنشيط الدماغ والجسم. أشارت دراسات أجريت منذ الثمانينيات على البشر إلى وجود علاقة بين التمارين الرياضية وتحسن الأداء المعرفي، ففهم هذه العلاقة له أهمية خاصة للمرضى الذين يعانون من الأمراض العصبية، إذ عالجت عالمة الأعصاب في جامعة جنوب كاليفورنيا جيزيل بتزينغر مرضى داء باركنسون لعقود، ولاحظت أن أولئك الذين يمارسون الرياضة يمكنهم تحسين توازنهم ومشيتهم، ويمثل هذه الملاحظة تشير إلى أن الدماغ يحتفظ ببعض المرونة بعد ظهور أعراض المرض، وبوجود تكوين لاتصالات عصبية جديدة تدعم المهارات الحركية المتحسنة.

رئيس التحرير: **كمال بوزيان**المدير العام: **مجدوب بن صالح**الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **عممرقاني**

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

الطبيب: SAMPRAL
رقم الحساب البنكي: al salam bank algeria
03801603323071300789

الفاكس: 023-78-57-70
الهاتف: 0541-76-26-27

العنوان:
مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة ب رقم 05-الجزائر-
البريد الإلكتروني:
Dzairtube13@gmail.com

SPORT
يومية رياضية جزائرية



مرجعك للحفاظ على نمط صحي تام
بالقرب منك دوماً

rossmax

التصميم والدقة السويسرية



الموزع الحصري لمنتجات Rossmax بالجزائر
Eurl DMCM Import-Export
facebook: Eurl DMCM