

الوزير سبّاق

يستعرض بـ "نيجيريا" المواعيد
الرياضية القارية



الفاف
تجذر من
ترتيب المباريات
قبل انطلاق
البطولة



يومية رياضية جزائرية

الأربعاء 29 سبتمبر 2021 الموافق لـ 22 صفر 1443 هـ العدد: 306 الثمن: 30 دج

نجوم
الخط
ضر
يسيطرون
على صدارة
الكأشيو

تعرض
6 لاعبين
من
المنتخب
لإصابات
متفاوتة
الخطورة
مع
أنديةهم

ضربة موجعة

مرشح مجددا لنيل الكرة
الذهبية الأفريقية

رياض
مجزز



نجوم الخضر يحكمون قبضتهم على صدارة الكالتشيو

واصل نجوم الخضر بالدوري الإيطالي البروز والتألق مع أنديتهم ويتعلق الأمر بكل من آدم وناس الذي لعب بداية الأسبوع الضارط مواجهة كالغياري، حيث تمكن رفقة فريقه نابولي بلعب ست مباريات منذ بداية الموسم وفاز بها جميعا، في انتظار منح وناس مزيدا من وقت اللعب، أو على الأقل استغلال هذا القليل في تقديم الكثير، بالتسجيل أو التمير، حيث قدم الإثنين تمريرتين رائعتين ولكن زملاؤه لم يستغلوا.



نابولي "وناس" مرشحة للتتويج بالكالتشيو

ويتواجد الدولي الجزائري آدم وناس في أفضل رواق مع ناديه الإيطالي من أجل الظفر بلقب السكوديتو هذا الموسم رغم صعوبة المشوار والمنافسة الشرسة بين أندية إيطاليا رغم أن الضارق حاليا بينه وبين جوفنتوس قد بلغ عشر نقاط كاملة، بعد لعب ست مباريات فقط، كما أن تجاوز فريق ميلانو ليس مستحيلا، وسيكون رائعا أن يفوز نابولي باللقب وهو بنكهة جزائرية بأدم وناس الذي بالتاكيد سينال فرصته الكاملة، وربما حتى مع فوزي غلام الذي من المروض أن يعود قريبا ليناكس البرتغالي ماريوروي.



"بن ناصر" ينافس وناس وغولام على "السكوديتو"

ويحتل حاليا الميلان المركز الثاني لوحده بفارق نقطتين، أضاعهما في طورينو أمام جوفنتوس، وهو إلى الآن المنافس الأكبر لنابولي على اللقب، وإذا قلب عليه الطاولة فإن ذلك سيكون بنكهة جزائرية أيضا مع اسماعيل بن ناصر، الذي تنتظره مباراة مثيرة أمام أتليتيكو مدريد في رابطة أبطال أوروبا، بينما يلعب نابولي على أرضه يوم الخميس أمام سبارتاك موسكو في منافسة أوروبا ليغ. ولعب وناس منذ بداية الموسم 95 دقيقة فقط في ست جولات، ولعب زميله في الخضر بن ناصر 206 دقيقة، وهما يسيران ليلعبا أكثر وليناكس مع

فريقيهما على لقب الكالتشيو الذي لم يسبق لأي لاعب جزائري وأن فاز به ضمن واحدة من إنجازات الكرة الجزائرية الكبرى على الصعيد الأوروبي

حميد

برنامج صدى الملاعب

محرز مرشح لنيل جائزة الكرة الذهبية الأفريقية

كشفت أمس الثلاثاء، الصفحة الرسمية لبرنامج "صدي الملاعب" الذي يبث على شبكة قنوات الـ "أم بي سي" أن ثنائي عربي مرشح للتتويج بجائزة الكرة الذهبية الأفريقية وذلك حسب "أفريكا سبور" نض المصنر أكد أن قائد المنتخب الجزائري رياض محرز معني بالجائزة رفقة الدولي المصري محمد صلاح نجم ليفربول والسفالي إدوارد ميندي لاعب تشلسي الإنجليزي.

حميد

الفاف تحذر من التلاعب وترتيب المباريات قبل إنطلاق البطولة الوطنية

كشف أمس الثلاثاء، الاتحاد الجزائري لكرة القدم، بالإجراءات الواجب اتباعها قبل بداية الموسم الكروي المقرر شهر أكتوبر القادم وورد عبر الموقع الرسمي لـ "الفاف" عدة تعليمات من بينها ضرورة الالتزام باحترام نزاهة المنافسة وفق ما تقتضيه القواعد، كما أوجبت على كل من يلتزم بلوائح الاتحاد أو الرابطة الامتناع عن التصرفات التي قد تنطوي على خطورة على نزاهة المباريات والمسابقات وأكد المصدر إلزامية الإبلاغ عن أي محاولة أو أي حالة تلاعب في المباريات، كما منع متعاطا المرهنة على اللقاءات في أي مكان وأي زمان، من قبل أشخاص لهم مصلحة مباشرة أو غير مباشرة في شركات الرهان أو حتى بالنيابة، وهو ما ينطبق على مشاركة المعلومات الحساسة والمتعلقة بالسرية مع المرهنة كما أفاد بيان "الفاف" أن هذه المخالفات والتجاوزات، قد تؤدي إلى الإيقاف لمدة ثلاث سنوات عن جميع الأنشطة المتعلقة بكرة القدم، وقد يمتد الأمر إلى الإيقاف مدى الحياة عن ممارسة جميع الأنشطة المتعلقة بكرة القدم.

حميد



طرح تذاكر حضور مباريات كأس العرب لكرة القدم 2021

أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم عن طرح تذاكر حضور مباريات كأس العرب المقرر إقامتها في قطر خلال الفترة من 30 نوفمبر إلى 18 ديسمبر المقبلين على الجمهور اعتبارا من اليوم الثلاثاء عبر موقع فيفا تيكات. كوم وذكر الموقع الرسمي "للفيفا" أنه بعد الانتهاء من مرحلة مبيعات التذاكر الحصرية لتأمل بطاقات "فيفا"، التي جرى خلالها تخصيص التذاكر لمقدمي الطلبات عبر عملية سحب عشوائية، من المقرر تخصيص التذاكر في هذه المرحلة على أساس أسبقية التقدم لشراؤها ومباشرة بعد إتمام عملية الدفع وأضاف الموقع: تتوفر تذاكر جميع مباريات البطولة، بما في ذلك مبارياتين على ملاعب كأس العالم قطر 2022، وهما ملعب البيت الذي سيشهد افتتاح ونهاية البطولة، وملعب راس أبو عيود الذي سيعد أول ملعب يفكك بالكامل في تاريخ كأس العالم وتتصدر تلك الافتتاحيات المهمة الجولة الأولى المليئة بالإثارة، حيث يرحب ملعب البيت بالجمهور لأول مرة في المباراة الافتتاحية التي ستجمع بين قطر والبحرين، كما يستقبل ملعب راس أبو عيود المشجعين لأول مرة خلال مواجهة منتخب الإمارات وسوريا

منتخب "النيجر" في طريقه إلى الجزائر عبر طائرة خاصة

كشفت مصادر مقربة من الاتحاد الجزائري لكرة القدم أن وزارة الشباب والرياضة بالنيجر منحت رسميا موافقتها على طلب اتحاد الكرة بمنحها طائرة خاصة لتنتقل إلى الجزائر لإجراء مباراة الجولة الثالثة من تصفيات كأس العالم 2022 المقررة بملعب تشاكر بالبيدة يوم الثامن من أكتوبر القادم بداية من الساعة الثامنة ليلا ومن المتوقع



أن تصل بعثة منتخب النيجر ستصل إلى الجزائر يوم الثلاثاء الخامس من أكتوبر ليلا، على أن تقيم بعثة النيجر في أحد الفنادق القريبة من مطار هواري بومدين الدولي وستجري تشكيلة النيجر أول حصة تدريبية يوم السادس من أكتوبر قد تكون بنسبة كبيرة بملعب الروبية، بينما آخر حصة تدريبية لكتيبة المدرب جون ميشال كفالتي ستجري 24 ساعة قبل موعد المباراة بملعب تشاكر البيدة. من جهة أخرى عينت طاقم تحكيم غاني لإدارة مباراة الجولة الثالثة بالبيدة وهم السادة: دانييل لاريا، حكم الساحة ومساعديه بروبي كواسي أتشيونغ وأتيماكا بول كودزو، في حين يدير مباراة العودة ثلاثي تحكيم من السنغال وهم السادة سي عيسى حكم رئيسي، ويساعده في مهمته توري سيريني شيخ وبانفوروا نوه.

حميد



أسماء ثقيلة ستغيب عن ترينص "الخضر" المقبل

شبح الإصابات يخلط أوراق "بلماضي" قبل مباراتي "النيجر"

يستعد الناخب الوطني، جمال بلماضي، لإعداد قائمة اللاعبين المعنيين بالمشاركة في الترينص المقبل للخضر، استعدادا لمواجهة النيجر ذهابا وإيابا في التصفيات المؤهلة إلى كأس العالم 2022 بقطر، يوم 8 و12 أكتوبر، وسط العديد من المتاعب والمشاكل المتعلقة بجاهزية لاعبيه البدنية لهذا الموعد، حيث يتوقع غياب ما لا يقل عن خمسة لاعبين دفعة واحدة بداعي الإصابة. وتعرض العديد من لاعبي الخضر للإصابة خلال الأونة الأخيرة قبل أقل من 9 أيام عن موعد مباراة النيجر، ما يخلط أوراق المدرب الوطني، على اعتبار أنه سيفتقد لخدمات أسماء ثقيلة، في صورة إسلام سليمان وورشيد غزال وجمال بن العمري ورامي بن سبعيني وهشام بوداوي، ويرجح أن يغيب ثلاثة لاعبين على الأقل من هذه القائمة خلال المعسكر المقبل. فمشاركة إسلام سليمان في مباراتي النيجر بتصفيات مونديال قطر 2022، غير واردة على الإطلاق حاليا رغم عدم خروج إدارة أولمبيك ليون الفرنسي بأي

بيان رسمي لتوضيح وضعيته بعد تعرضه للإصابة خلال مواجهة لوريان في الدوري الفرنسي السبت الماضي. وأعلنت وسائل الإعلام الفرنسية، غياب سليمان عن مباراتي أولمبيك ليون أمام بروندي وبنين في الدوري الفرنسي السبت، وقالت إنه لن يكون جاهزا إلا بعد فترة التوقف الدولي، ما يعني خروجه من حسابات بلماضي وهو الذي بدأ أساسيا في المباراتين الماضيتين أمام جيبوتي وبوركينا فاسو، التي سجل خلالها 4 أهداف وصنع هدفا واحدا. جمال بن العمري، مدافع نادي قطر القطري، هو الآخر لم يسلم من شبح الإصابة، حيث، تعرض بدوره لإصابة قوية في العضلة الخلفية للفخذ، وهو مرشح للغياب لفترة طويلة نسبيا عن الملاعب، ما يعني خروجه من خيارات بلماضي اضطراريا خلال مباراة النيجر المزدوجة، وهو ما يشكل ضربة موجعة، على اعتبار أن بن العمري يعد خيارا أساسيا لا يمكن الاستغناء

عنه في دفاع "محاربي الصحراء". وسيد بلماضي صعوبة في توظيف البديل المناسب لبن العمري يملك نفس مواصفات الأخير من ناحية الخبرة الإهريقية، خاصة عند مواجهة منتخب النيجر يوم 12 أكتوبر في نيامي، والتي تحتاج خبرة ولياقة بدنية كبيرة جدا، لا يتوفر عليها البديل المحتمل له، أحمد توبية، نجم فالتيك الهولندي. من جهته، يعاني لاعب بشكتاش التركي من إصابة عضلية تعرض لها خلال مواجهة أضنة سبور يوم الثلاثاء الماضي، حرّمته من المشاركة أيضا في لقاء ألتاي سبور في الدوري التركي، وحتى من الحضور في قائمة الفريق المعني بمباراة دوري أبطال أوروبا أمام أياكس أمستردام الهولندي، أول أمس الثلاثاء، وهو يخضع حاليا للعلاج دون تحديد موعد عودته إلى الملاعب، ولن يكون صاحب الـ 29 عاما جاهزا للعودة بكامل إمكانياته، ونادي بشكتاش يفضل استكمال لبرنامج العلاجي بدل المغامرة به.

وسيم



كان قريب من التوقيع لصالح نادي "أونجي"

"بن طالب" يغري أندية "الليغ 1"

يوصل اللاعب الجزائري نبيل بن طالب البحث عن ناد جديد ينتقل له، بعد أن فشلت مفاوضاته مع العديد من الأندية في فترة الانتقالات الصيفية، إلا أن وجوده في وضعية لاعب حر يعطيه أفضلية الانتقال لأي فريق رغم انتهاء "الميركاتو". وكان اللاعب قد غادر شالكه الألماني الصيف الماضي بعد نهاية عقده شهر جوان 2021، وفشل في التعاقد مع أي فريق خلال فترة الانتقالات الصيفية، رغم أنه كان قريبا من الانضمام لنادي جنوى الإيطالي، الذي تفاوض مع مسؤوليه وأجرى الفحوص الطبية اللازمة، لكنه رفض في الأخير مقترح النادي بإمضاء عقد يمتد لعام واحد فقط. ويتواجد بن طالب محل أطماع أندية الدوري الفرنسي الليغ 1، حيث، تريد هذه الأخيرة الاستفادة من خدماته وخبراته مع الأندية التي لعب لها وكانت وسائل إعلام فرنسية عدة قد كشفت قبل أيام عن أن ترخيص إدارة نادي أونجييه الفرنسي لتبديل بن طالب بالتدريب مع النادي، هو تمهيد للاتحاق اللاعب السابق توتنهام، بالفريق، لكن موقع "فوت ميركاتو" الفرنسي، كشف أن مشاكل نادي أونجييه مع لجنة المراقبة المالية الفرنسية حالت دون تسهيل مهمة ضم بن طالب. لجنة المراقبة المالية الفرنسية تحظر على إدارة أونجييه ضم لاعبين جدد تتجاوز الحدود المالية الموضوعة لها، لتفادي التعرض لأي عقوبات، وهي الوضعية التي سندفع بن طالب إلى البحث عن جهة أخرى. وأكد موقع "فوت ميركاتو" الفرنسي على لسان رئيس تحريره أن مفاوضات بن طالب وأونجييه تعثرت، وكتب قائلا: "لا يوجد أي تقدم في مفاوضات انضمام بن طالب لنادي أونجييه"، وهو الخبر حرك أطماع عدة أندية من دوري الدرجة الأولى الفرنسي وأندية أوروبية استغرت عن وضعية بن طالب الذي سيكون له الخيار لإعادة بحث مشواره، وهو الخبر الذي من شأنه إنهاء متاعب نجم نادي توتنهام السابق.

وسيم

اللاعب الكرواتي يضغط على موييس لإشراكه أساسيا "فلاسيش" يهدد المكانة الأساسية لـ "بن رحمة" في "ويست هام"

يبدو أن المهاجم الدولي الجزائري سعيد بن رحمة أصبح مطالب أكثر من وقت مضى ببذل المزيد من الجهود للحفاظ على مكانته في التشكيلة الأساسية وإثبات وجوده خلال الفترة القادمة، وذلك لكي يفرض نفسه لاعبا مهما في خطط ديفيد موييس خاصة في ظل المنافسة في النادي اللندني. كشفت تقارير إعلامية إنجليزية أن سعيد بن رحمة محل تهديد حقيقي في حال تراجع مستواه، حيث، يتربص الدولي الكرواتي نيكولا فلاسيش، الفرصة المثالية للمشاركة في التشكيل الأساسي للنادي اللندني عقب انضمامه له خلال الساعات الأخيرة من الميركاتو الصيفي الماضي، برقم قياسي وصل حدود 35 مليون جنيه إسترليني، قادمًا من نادي سيسكا موسكو الروسي، ويعقد يمتد لمدة خمس سنوات كاملة. لم ينجح فلاسيش لحد الآن في الحصول على فرصة اللعب بانتظام مع كتيبة المدرب الاسكتلندي ديفيد موييس، بسبب تألق سعيد بن رحمة، الذي يعد اللاعب رقم واحد للنادي حاليا رفقة زميله الجمائكي، ميكائيل أونطونيو، ما حرم الدولي الكرواتي من فرصة اللعب بانتظام، علما بأن فلاسيش يلعب في نفس منصب نجم نادي برنتفورد السابق. وقال موقع "غيف مي سبور" البريطاني، في تقرير له عن الدولي الكرواتي، إن الأخير يسعى للضغط على مدرب وست هام من أجل اللعب بانتظام، موظفا الظروف التي جاء بها للفريق، بعد أن كلفه مبلغ 35 مليون جنيه إسترليني، الأمر الذي يستدعي إشراكه أساسيا لتبرير المبلغ الكبير الذي صرف من أجله، كما أن فلاسيش يخشى تأثر وضعيته في وست هام على مكانته مع منتخب كرواتيا المدجج بالنجوم. وأكد نفس المصدر، أن لاعب سيسكا موسكو الروسي السابق مطالب بانتظار فرصته، لأن سعيد بن رحمة يقدم مستويات كبيرة منذ بداية الموسم الجاري، بدليل تسجيله ثلاثة أهداف وصناعته لهدفين في الدوري الإنجليزي الممتاز، ولا يمكن إخراج من التشكيل الأساسي لأنه أكثر لاعبي النادي إبداعا وشعبية لدى جماهير وست هام، كما أن المدرب ديفيد موييس، معروف عنه توظيف اللاعبين الجدد تدريجيا، كما حدث بالضبط مع بن رحمة في موسمه الأول مع الفريق اللندني.

وسيم

دوري أبطال أوروبا

"ماندي"

في اختبار حقيقي مع "فياريال" ضد "مانشستر يونايتد"

يحل المدافع الدولي الجزائري عيسى ماندي رفقة فريقه فياريال ضيفا ثقيلًا على مانشستر يونايتد، سهرة اليوم الأربعاء، في ملعب أولد ترافورد، في إطار الجولة الثانية من دور مجموعات دوري أبطال أوروبا. فياريال تعادل مع أتلانتا بهدفين لمثلهما، فيما خسر مانشستر يونايتد في الجولة الأولى من يوتغ بويتز بهدفين لهدف، ليصبح الشياطين الحمر في مؤخرة المجموعة ويتساوى حامل لقب الدوري الأوروبي مع أبناء بيرغامو. ستكون المباراة ثأرية لليونايتد، فأخر مباريات الفريقين كانت في نهائي الدوري الأوروبي الموسم الماضي، ونجحت الفواصات الصفراء في حيازة اللقب بركلات الترجيح بعد انتهاء اللقاء بالتعادل. ولعب يونايتد وفياريال 5 مباريات على مدار تاريخهما انتهت كلها بالتعادل، منها 4 مرات بالتعادل السلبي 0-0 في دور المجموعات بدوري أبطال أوروبا، وجميعها كان بحضور النجم البرتغالي قبل الانتقال إلى ريال مدريد. من جهته، سيكون لاعب "الخضر" أمام اختبار حقيقي يملعب مسرح الأحلام كما يحلو لآنصار اليونايتد، ففي حال مشاركة عيسى ماندي أساسيا سيدفع نفسه أمام مهمة صعبة لغيتاف المد الهجومي للشياطين الحمر الذي يقوده صاروخ ماديرا كريستيانو رونالدو. وبخصوص التشكيلة الأساسية التي سيواجه بها نادي الفواصات الصفراء مضيئه مانشستر يونايتد، توقعت الصحافة الإسبانية أن يبدأ التقني الإسباني إيمري أوناي بالتشكيلة المعتادة حيث سيتواجد في حراسة المرمى جيرونيمو رولي، وفي دفاع الفريق سيأتي كلا من: خوان فويت، راؤول ألبول، عيسى ماندي، بيرفيس إستوبيثان، وفي خط الوسط سيكون كلا من: ألفونسو بيدرازا، يريمي بينو، داني باريوخو، مانو تريغيبوس، أما في هجوم الفريق سيكون كلا من: جيرارد مورينو، باو توريس، بولايا ديا

وسيم

إتحاد العاصمة

"سوسطارة" تختتم تربية مستغانم اليوم بمواجهة أولمبي الشلف

يختتم إتحاد العاصمة اليوم، تربيته التحضيرية بولاية مستغانم استعدادا لانطلاق لموسم الكروي المقبل، بمواجهة ودية أمام أولمبي الشلف بملعب محمد زيماموش حول مدى تجاوزهم مع العمل الذي يرمجه المدرب دينيس لافان. وبعد اللقاء الودي الأول أمام واداد مستغانم يوم الأحد الماضي، ستكون تشكيلة "سوسطارة" اليوم على موعد مع اللقاء الودي الثاني والأخير خلال الترتيب الذي أجراه الإتحاد بمستغانم على مدار 10 أيام كاملة، وستكون مواجهة الشلف فرصة كبيرة للتقني الفرنسي من أجل معاينة اللاعبين والعمل على تصحيح الأخطاء والنقاط التي تم تدوينها خلال المودية الأولى، وخاصة في ظل قوة المنافس الذي سيسمح للحاقم الفني بالوقوف على جاهزية التشكيلة تحسبا للموسم المقبل. وعلى صعيد متصل، ومثلما كان منتظرا، حل أمس اللاعب الدولي الغاني، كوامي أوبوكو بالجزائر من أجل الالتحاق بصوف إتحاد العاصمة، وذلك بعد غيابه عن انطلاق التحضيرات بسبب بعض المشاكل التي واجهته في القدم إلى الجزائر بعد نهاية التزاماته مع منتخب "البلاك ستارز"، ليضد بذلك الشائعات التي راجت بخصوص عودته إلى إتحاد العاصمة، هذا فيما ينتظر أن يخضع اللاعب الغاني لبرنامج تدريبي خاص، من أجل استعادته جاهزيته البدنية بسبب غيابه عن التحضيرات الأولية التي خاضها زملاء الحارس زيماموش خلال تربية مستغانم الأخير، على أن يندمج مع المجموعة في الأيام القليلة المقبلة.

سفيان ع.

بوزيان يتحصل على أوراق تسريجه من لجنة المنازعات

كريم زاوي مدربا جديدا لـ "النصرية"

أولمبي المدينة بشو يلتحق لموسم واحد على شكل إعاره

توصلت إدارة أولمبي المدينة لاتفاق مع نظيرتها في شباب بلوزداد من أجل استعارة لاعبه يوسف بشو لموسم واحد على شكل إعاره. وكشفت مصادر مقربة من بيت أولمبي المدينة أن الأخير أنهى مفاوضاته مع النادي العاصمي من أجل ضم متوسط الميدان بشو لصوف أبناء "التيطري" الموسم المقبل، مضيفة بأنه سيتم الإعلان عن الصفقة في غضون الساعات القليلة المقبلة. لإنضمام بشو لموسم واحد على شكل إعاره. وعلى صعيد آخر، تتجه إدارة الأولمبي لبرمجة الترتيب الثاني بالعاصمة بداية من الأسبوع المقبل، يأتي هذا في حين لا تزال قضية المدرب تراوح مكانها في انتظار الإعلان الرسمي عن الطاقم الفني الجديد، مع العلم أن المدرب التونسي رضا الجدي في أحسن رواق لتولي المنصب.

رياض خ.

عينت إدارة نصر

حسين بقيادة المدير العام

الجديد لشريف نصر حسين داي عبد الحكيم بوضرواية، التقني كريم زاوي مدربا جديدا للفريق خلفا للمدرب المستقبل من منصبه عبد القادر يعيش. وجاء تعيين كريم زاوي للإشراف على فريق "النصرية" لمعرفته الكبيرة للنادي بما أنه يعتبر لاعبا سابقا في الفريق ويبقى ابن مدينة حسين داي، ما يسهل عليه الشروع في عملية التحضيرات تحسبا للموسم الكروي الجديد خاصة وأن النادي يبقى متأخرا للغاية في عملية التحضير لبدء الموسم الجديد مقارنة ببقية الأندية، والذي ينطلق في الأسبوع الأخير من شهر أكتوبر القادم، وسيكون المدرب كريم زاوي مرهوقا في العارضة الفنية للفريق بمساعدة شريف عبد السلام الذي يعرف بدوره بين النصرية، حيث عمل في التشكيلة خلال المواسم الأخيرة. وسبق لزاوي العمل في الفئات السنوية الصغرى بنصر حسين داي حين أشرف على التدريب في 2000 لمدة 8 سنوات، كما عمل مدريا مساعدا في العديد من الأندية، قبل أن يشرع في العمل مدريا رئيسيا حين أشرف على أندية دفاع تاجنات، شبيبة الساورة ومولودية قسنطينة.

الإدارة تضبط قائمة المسرحين

ضبطت الإدارة قائمة أولية تمثل اللاعبين المعنيين بالتسريح من الفريق هذا الصيف. حيث بلغنا أبناء تسريح بتواجد 7 أسماء ميدانيا، وهم كل من زين العابدين سباح، أيمن بوشريجة، إبراهيم سي عمار، حسين العرفي، فوزي يايا، رضا بطروني وحمزة بانوح. وذلك في انتظار التفاوض الإدارة مع هذه الأسماء على الصيغة المناسبة لفسخ العقد، باعتبارهم

يدينون بروتات متفاوتة من عنصر لآخر أقلت ست أجور. من جانب آخر، تحصل متوسط ميدان نصر حسين داي محمد الأمين بوزيان على أوراق تسريجه من لجنة النزاعات، ليغادر الفريق بصفة رسمية وذلك بعد أن أنصفته ذات اللجنة لعدم تلقيه مستحقاته المالية العالقة منذ عدة أشهر.

سفيان ع.

بوزيدي يتولى تدريب إتحاد بسكرة خلفا لأيت جودي

عينت إدارة إتحاد بسكرة، المدرب يوسف بوزيدي للإشراف على العارضة الفنية للفريق الموسم المقبل. وأعلنت إدارة "أبناء الزيان" أمس، عن تولي التقني يوسف بوزيدي تدريب الفريق خلفا لعد الدين أيت جودي الذي انتقل إلى مولودية وهران خلال الأيام القليلة الماضية. ومن المرتقب أن يشرع بوزيدي اليوم على أول حصة تدريبية مع إتحاد بسكرة، الذي يجري تربيته التحضيرية بالعاصمة، منذ الاثنين الماضي، استعدادا للموسم الكروي المقبل المقرر انطلاقه في 22 أكتوبر الداخل.

رياض خ.



مشيدا بسير التحضيرات بعناية.. شريف الوزاني:

"نحتاج لبرمجة الكثير من المباريات الودية لتحقيق الانسجام"

أشاد مدرب أولمبيك بارادو سي الطاهر شريف الوزاني بسير التحضيرات التي يجريها أشباله خلال الترتيب الإعدادي بمركز سيرايدي بعناية، مثنيا على التجاوب الكبير للاعبين لبرنامج العمل الذي سطره رفقة طاقمه الفني المساعد. وأضاف مدرب "البلاك" في تصريحاته للصحافة الرسمية للفريق: "نتقلنا إلى مركب سيرايدي بعناية للقيام بتحضيراتنا للموسم الكروي الجديد وستنضم هنا لفترة تتراوح بين 12 أو 13 يوما، لقد وجدنا الإمكانات اللازمة للتحضير، لا يخفى على الجميع أن اللاعبين لم يتحصلوا على فترة راحة لا تقبل بعد الموسم الماراطوني الذي دام قرابة 11 شهرا من المنافسات، والعللة الصيفية لم تتجاوز 25 يوما فقط، وكان ذلك مرهقا نوعا ما بالنسبة لهم، ولكن هذا يعتبر نوعا من التضحية". وشدد شريف الوزاني على ضرورة العمل بجهد بما أن الموسم الجديد سيكون شاقا، "الحمد لله الأمور تسير في أفضل الظروف وجل اللاعبين يعملون بجهد حيث نحضر بعزيمة كبيرة لدخول بطولة المحترفين الأولى بقوة ونتمنى أن تكون السنة الجديدة فال خير علينا وعلى شأن الفريق أن يكون جاهزين من الناحية البدنية والذهنية للبطولة التي ستكون صعبة مع برمجة 36 مباراة بالإضافة إلى لقاءات الكأس". وأضاف مدرب نادي الأكاديمية الاتي، "نملك تشكيلة من اللاعبين الشباب في الفريق إضافة إلى بعض لاعبي الخبرة وهو ما يجبرنا على لعب أكثر عدد من المباريات الودية لنصل إلى الانسجام بين اللاعبين على أرضية الملعب، لا تزال في فترة التحضيرات اليومية صباحا ومساء، والمباراة الودية الأولى ستكون إلى غاية 4 أكتوبر". وواصل على اللاعبين أن يكونوا مستعدين للعمل بجدية وجاهزين بدنيا، الإدارة قامت بدورها على أكمل وجه لوضعنا في أحسن الظروف مثلها مثل باقي المسيرين والطاقم الفني وطاقم الفني المساعد أيضا يقوم بعمله على أكمل وجه وأتمنى أن يتواصل العمل الجاد طيلة فترة الترتيب وسيكون لنا تربية ثاني قصير بالجزائر العاصمة".

سفيان ع.

رفع وتيرة العمل بـ3 حصص يوميا

بن يحيى يخضع لاعبي "العميد" لتدريبات شاقة

رفع المدرب التونسي لمولودية الجزائر، خالد بن يحيى من وتيرة العمل، ببرمجة 3 حصص تدريبية يوميا، خلال الترتيب الذي يجريه الفريق في العاصمة استعدادا لانطلاق الموسم الكروي المقبل. وفاقا التقني التونسي جميع المتدربين ببرمجة حصة تدريبية بداية من الساعة السادسة صباحا، في سباحة صياحا، في سباحة هي الأولى من نوعها بالنسبة للأندية الجزائرية، فيما خاض زملاء حشود الحصة التدريبية الثانية في حدود الساعة 11:00 بقاعة تقوية العضلات، واستمرت تقريبا ساعة ونصف من الزمن، وبرمجة خالد بن يحيى الحصة الثالثة بداية من الساعة الخامسة مساء بملعب ملعب 5 جويلية الأولمبي "حجوط"، وركز خلالها المدرب بشكل كلي على الجانب الفني مع بعض التمارين الخاصة بالاسترجاع وتمارين أخرى بالكرة من أجل تخليص اللاعبين من الإرهاق. ويبحث الطاقم الفني لـ "العميد" عن فرض الانضباط بين لاعبي مولودية وشحنهم بدنيا في القريب العاجل من أجل التفرغ للجانب الفني، بعد الانتهاء من تربية العاصمة، والتوجه إلى تيكجدة لمواصلة العمل هناك، مثلما هو مبرمج بالتشاور مع الإدارة، وفي سياق متصل، يرتقب أن تلعب المولودية حسب مصادر مقربة من النادي مواجهتين وديتين في تربية العاصمة، ستكون الأولى غدا الخميس أو بعد غد الجمعة، في وقت لم تكشف ذات المصادر عن هوية منافس المولودية.

بوعصيدة يمتدح عن الالتحاق بالطاقم الفني

وبعدما كان مطلوبا في مولودية الجزائر ليكون المساعد الرئيسي للمدرب التونسي خالد بن يحيى، اعتذر اللاعب السابق لمولودية الجزائر كامل بوعصيدة عن الالتحاق بالعارضة الفنية للفريق العاصمي. وجاء هذا الرفض بسبب ارتباط هذا الأخير بتادي حمراء بعناية، كما أكد أنه يحمل في قلبه حبا كبيرا لمولودية ولانصار "الشناوة" كما يسميهم لهم كل التوفيق السنجاح هذا الموسم.

سفيان ع.

وفاق سطييف

التحضيرات متواصلة والطاقم الفني يرفع وتيرة العمل

يوصل زملاء المدافع زيتي محمد خير تحضيراتهم بكل جدية تحسبا للاستحقاقات القادمة سواء محليا أو قاريا، حيث أن الطاقم الفني للوفاق رفع في وتيرة العمل من أجل الوصول للجاهزية البدنية في أقرب وقت ممكن حيث أن اللاعبين يتدربون حاليا بمعدل حصتين في اليوم، كما يلتحق أول أمس كل من جابو، بلقروي، دغموم، بوحلفاية إضافة للمستخدمين الجديدين ونعني بالذكر كل من الحارس فراحي والمدافع براهمي، كما أن خضابرية وقراوي كان من المنتظر وصولهما سهرة أمس قادمين من فرنسا، و يبقى اللاعب الوحيد الذي يتأخر إلى غاية الجمعة هو المدافع دباري بسبب عدم حصوله على جواز سفره الجديد لغاية الآن.

بن لبنة يسرح رسميا ونحو اعارة بياز لنجم مقرة

اتفق إدارة وفاق سطييف مع اللاعب بن لبنة وبحضور مناجيره الخاصة على تسريجه من الفريق بسبب عدم إقناع مدرب الفريق نبيل الكوكي وكذلك كثرة إصاباته منذ قدومه في الميركاتو الشتوي السابق، حيث أن المعنى سيتنازل على بعض من مستحقاته العالقة مقابل حصوله على ورقة التسريح، كما تدور أخبار في البيت السطايفي عن رغبة إدارة الفريق في اعارة المدافع بياز إلى نجم مقرة بدون مقابل ولمدة عام فقط على أن يعود الموسم القادم للفريق، كما علمنا أيضا أن بياز وفي حالة فشل عملية إعارته سيحصل على ورقة تسريجه من الفريق.

بن دريس يستقيل من تدريب الرديف

قدم مدرب رديف وفاق سطييف بن دريس استقالته بعد الأحداث التي عاشها خلال اليومين الماضيين، حيث اعتبر المعنى أن الأمور التي حصلت هي تدخل في صلاحياته وهو الأمر الذي لم يقبله المعنى، غير أن بن دريس ولغاية كتابة هذه الأسطر لم يقدم استقالته الكتابية لإدارة وفاق سطييف، ويذكر أن الطاقم الإداري طلب من المدرب إعادة عملية غريبة التعداد تحت أعينهم وطالبته بالاتصال لجميع اللاعبين دون استثناء وهو ما جعل بن دريس يقاطع عملية إعادة غريبة تعداد الرديف.

إسحاق طوكوك



وهـران

تنظيم البطولة الوطنية للسباحة بالزعانف في المياه الحرة يوم السبت

رئيس الهيئة الفدرالية بالتأكيد على ان البطولة الوطنية للسباحة بالزعانف في المياه الحرة التي سيساهم فيها أيضا نادي حبيباس بوهران، ستضمن بكل تأكيد الضجة للعائلات والمواطنين الراغبين في متابعة اطوارها، سيما وأن المتسابقين سيقطعون فيها مسافة 4 كلم عبر مسلك يتضمن شواهد عانمة يمرون عليها بالقرب من الشاطئ وليس بعيدا عنه للإشارة، سيكون عشاق الصيد تحت الماء على موعد يومي 15 و16 أكتوبر المقبل بالجزائر العاصمة، مع فعاليات البطولة الوطنية للاختصاص على مستوى المناطق البحرية عين طاية، تمتنفسوت ورايس حميدو.

حوالي 50 سباحا من فئتي الاواسط والاكابر في الحدث الرياضي وهو تعداد يراه سمير شاوش "قليل لحد الآن، مقارنة بعدد المشاركين في البطولات الوطنية التي كانت تقام في الاعوام الماضية"، قائلا: "اغلبية سباحي الاكابر (18 سنة فما فوق) توقفوا عن مزاوله هذه الرياضة بعد الظروف الصحية التي مرت بها بلادنا جراء وباء كوفيد-19 وتابع: "هناك ايضا العديد من الرباطات الولائية لم تتمكن من تحضير منخرطيه من السباحين، بعد توقف النشاطات الرياضية للسبب المذكور"، مشيرا الى ان الموعد الرياضي سيعرف مشاركة رباطات وهران، الجزائر، عنابة، سكيكدة والشلف وختم

بتنظيم البطولة الوطنية للسباحة بالزعانف في المياه الحرة (مسافة نصف طويلة تبلغ 4 كلم) بشاطئ كوراليف بوهران، من اجل تقييم المستوى الفني للسباحين وأضاف: "اعضاء اللجنة التقنية سيقيمون بدراسة الأرقام المحققة لكل سباح عند ختام البطولة وتمحيصها جيدا، لمعرفة مدى قدرة الرياضيين الجزائريين على مجاراة نظرائهم العرب والأوروبيين في الاستحقاقات الدولية المقبلة وكشف نفس المسؤول ان سياسة الاتحادية حاليا ستكون مبنية "على أحقية مشاركة اي رياضي في الاستحقاقات الدولية المقبلة من عدمه وليس المشاركة من أجل المشاركة وينتظر مشاركة

تقام البطولة الوطنية للسباحة بالزعانف في المياه الحرة (أواسط وأكابر عند الجنسين) يوم السبت المقبل بشاطئ كوراليف بالقرب من الأندلسيات (وهران)، من اجل "تقييم المستوى الفني للسباحين"، عقب السماح باستئناف النشاطات الرياضية المتوقفة بسبب تداعيات فيروس كورونا، حسب ما علم من الاتحادية الجزائرية للانقاذ والإسعاف ونشاطات الفوص البحري وأوضح رئيس الاتحادية، سمير كريم شاوش في تصريح لـ"واج"، قائلا: "في ظل اعتبار سنة 2020 سنة بيضاء من طرف المكتب الفدرالي السابق، اليوم ستعيد بعث نشاطاتنا الرياضية



الوزير سبفاق يستعرض بنيجيريا المواعيد الرياضية القارية

أجرى وزير الشباب والرياضة، عبد الرزاق سبفاق، بمقر السفارة الجزائرية بأبوجا (نيجيريا) أمس الثلاثاء بأبوجا بنيجيريا محادثات مع وزير الشباب والرياضة لكل من مصر ونيجيريا سمحت بالتطرق إلى المواعيد الرياضية القارية المستقبلية، حسب ما أفاد به بيان للوزارة. وأوضح البيان أن المحادثات التي تندرج في إطار الدبلوماسية الرياضية، أجريت بمقر السفارة الجزائرية بأبوجا وسمحت بالتطرق إلى المواعيد الرياضية القارية المقبلة والتحديات الرياضية الإفريقية وسبل تعزيز مكانة القارة الإفريقية على الصعيد الدولي. وأفاد ذات المصدر بأن السيد سبفاق أمس أيضا محادثات ثنائية مع نظرائه من نيجيريا وغانا ومصر وكينيا، مشيرا إلى أن هذه المحادثات تشكل "سانحة للتعاون وتوحيد الجهود والرؤى حول القضايا ذات الاهتمام المشترك للارتقاء بالشباب والرياضة في القارة الإفريقية وسيحضر الوزير اجتماع المكتب التنفيذي لجمعية اللجان الوطنية الأولمبية الذي يصادف الذكرى الـ 40 لتأسيس هذه الجمعية. وكان وزير الشباب والرياضة حل أمس الاثنين بنيجيريا مرفوقا برئيس اللجنة الأولمبية، عبد الرحمان حماد، وذلك في إطار "تفعيل الدبلوماسية الرياضية وتبوء الجزائر لمكانتها الحقيقية في الرياضة الإفريقية"، أين وجد في استقباله وزير الشباب والرياضة النيجيري، سانداي داري، ورئيس جمعية اللجان الوطنية الأولمبية في إفريقيا، مصطفى بيراف.

واج

بوقةال يستقيل ودمارجي رئيس جديد للفريق

أفضت الجمعية العامة الاستثنائية لنادي اولمبي المدينة التي انعقدت بمقر النادي إلى ترسيم استقالة محفوظ بوقةال رئيس الفريق وتعيين كمال دمارجي رئيسا جديدا له مع تجديد أعضاء مجلس الإدارة الذي يضم نابي محمد، بن علي مروان و اسكندر خالد كأعضاء جدد وفي تصريح إعلامي أكد بوقةال الرئيس المستقيل ان قرار استقالته اتخذه مع نهاية الموسم الماضي وان اجتماع أمس انعقد لتأكيد هذه الاستقالة دون ان يكشف اسباب ذلك مشيرا انه يبقى في خدمة الاولمبي الذي ترأسه منذ سنة 2013 وقاده الى تحقيق صعود تاريخي الى المحترف الاول مضيافا ان الاولمبي ورغم الازمة المالية التي عاشها في الموسمين الماضيين إلا انه نجح في انقاذه من شبح السقوط وضمان البقاء بآريحية، متمنيا التوفيق لخليفته دمارجي هذا الأخير الذي اعترف بتقل المسؤولية داعيا السلطات المحلية والأنصار بمساعدة الاولمبي، و أكد الرئيس الجديد للأولمبي انه سيكون رئيسا مؤقتا الى حين فتح رأس مال الشركة وفتح الباب لأعضاء و مساهمين جدد.



وزير الشباب والرياضة يحل بنيجيريا في زيارة عمل

حل وزير الشباب والرياضة، عبد الرزاق سبفاق، أول أمس الاثنين بنيجيريا في زيارة عمل، في إطار "تفعيل الدبلوماسية الرياضية" و"مساعي الجزائر لتبوء مكانتها الحقيقية في الرياضة الإفريقية"، حسب بيان للوزارة أمس الثلاثاء وكان الوزير سبفاق مرفوقا برئيس اللجنة الأولمبية والرياضة الجزائرية، عبد الرحمان حماد، حيث كان في استقباله وزير الشباب والرياضة النيجيري، سانداي داري، وسفير الجزائر بنيجيريا، حسين العتلي ورئيس جمعية اللجان الوطنية الأولمبية في إفريقيا، مصطفى بيراف واستهل عبد الرزاق سبفاق زيارته بتنظيم مأدبة عشاء على شرف وزير الشباب والرياضة لكل من جمهورية مصر العربية وجمهورية نيجيريا الاتحادية بمقر إقامة السفارة الجزائرية بأبوجا، سمحت بتناول أطراف الحديث حول المواعيد الرياضية القارية المستقبلية والتحديات الرياضية الإفريقية وسبل تعزيز مكانة القارة الإفريقية على الصعيد الدولي، حسب نفس المصدر وأجرى وزير الشباب والرياضة أمس الثلاثاء محادثات ثنائية مع نظرائه من أربع دول إفريقية وهي نيجيريا، غانا، مصر وكينيا، "وهي اللقاءات التي تشكل سانحة للتعاون وتوحيد الرؤى والجهود حول القضايا ذات الاهتمام المشترك للارتقاء بالشباب والرياضة في القارة الإفريقية"، يضيف بيان وزارة الشباب والرياضة وحضر عبد الرزاق سبفاق اجتماع المكتب التنفيذي لجمعية اللجان الوطنية الأولمبية في إفريقيا الذي يصادف الذكرى الـ 40 لتأسيس هذه الجمعية

واج

رئيس جوفنتوس يسعى لبعث مشروع دوري السوبر الأوروبي

ثلاث قيم أساسية مضمنة في لوائحه بهدف ضمان استقرار صناعة كرة القدم، تتمثل في "إيجاد إطار مشترك جديد للسيطرة على التكاليف والإسهام في ضمان القدرة التنافسية المتوازنة"، والالتزام الكبير بالتزامن والتبادلية" و"التركيز على أداء الأندية في المسابقات الأوروبية وكيفية إسهامها في تنمية المواهب". وأكد أنبيلي أن هذه القيم تهدف إلى "تقديم نموذج جديد قائم على الجدارة والعودة إلى أساسيات مراقبة التكاليف والشفافية"، وإنشاء برنامج مصمم "للمشجعين واللاعبين والمستثمرين"، قبل أن يختتم رسالته بقوله: "لا شيء يمكن أن يؤخذ بوصفه أمرا مسلما به، كل شيء يمكن تحسينه وإعادة تصميمه". وتأتي هذه الرسالة من رئيس نادي جوفنتوس في إطار الموقف المشترك الذي اتخذته النادي الإيطالي مع نادي ريال مدريد وبرشلونة الإسبانيين بمواصلة التمسك بمشروع دوري السوبر الأوروبي ومحاوله جمع مؤيديه من الأندية الأوروبية الكبرى والجماهير.



نشر الإيطالي أندريا أنبيلي، رئيس نادي جوفنتوس، رسالة وجهها للمساهمين في النادي، أكد فيها تمسكه بمشروع دوري السوبر الأوروبي "السوبر ليغ"، ودعا إلى إعادة النظر في هذا المشروع الذي أدانه الاتحاد الأوروبي لكرة القدم بشدة. واستهل رئيس السيدة العجوز رسالته، بقوله: "ليس لدي أدنى شك في أن النادي لديه الآن الخصائص المناسبة لمواجهة تحديات المستقبل"، وأضاف: "لكن عدم الاستقرار العالمي، ومن ثم ضعف صناعة كرة القدم لا ينبغي أن يعزى فقط إلى الوباء". وأشار إلى أن الجيل الحالي لم يعد يتابع كرة القدم بالشغف ذاته الذي كان لدى الجيل السابق، قائلا: "ينتمي عالم ما بعد كوفيد 19 إلى هذا الجيل الذي يضم أشخاصا تتراوح أعمارهم بين 12 و 21 عاما. يجب أن تستمر كرة القدم في لعب دور مركزي في أوقات فراغ هذا الجيل". كشف أنبيلي عن تصورات مشروع دوري السوبر الأوروبي مؤكدا أنه "يهدف إلى تقديم عالم كرة القدم بأفضل صورة ممكنة" وأن "له

فيرغسون يشبه عودة رونالدو إلى مانشستر يونايتد بدخول يوليوس قيصر روما

يبدو أن السير أليكس فيرغسون المدرب الأسطوري لمانشستر يونايتد مهوور بالعودة الناجحة للنجم البرتغالي كريستيانو رونالدو إلى "الشياطين الحمر"، إذ سجل 4 أهداف حتى الآن منذ عودته إلى "أولد ترافورد". وقال فيرغسون الذي ضم رونالدو من سبورتنغ عندما كان يبلغ من العمر 18 عاما، "كنت أتابعه وهو يسجل هدفاً في مرمى نيوكاسل قبل أسابيع، وكان مثل دخول يوليوس قيصر إلى روما بعد الانتصار". وتابع "بالنسبة لأي من مشجعي مان يونايتد، كان من الممكن أن يكون لدينا مليون شخص في الملعب، حيث كان هناك الكثير من الجماهير في الخارج.. عندما كان طفلاً (رونالدو) كان يتعلم بسرعة كبيرة جداً". وأضاف "الكثير من الناس قالوا إنه كان يعتمد السقوط داخل منطقة الجزاء ويمتل أن المنافسين يرتكبون الأخطاء عليه، ولكنه فاجأ الجميع بطريقة مرواغته للمدافعين وتخطيهم بسرعة ومهارة فانتقن.. كان يهاجم بسرعة لا تصدق". وأوضح "كان يريد النضوج كروياً بسرعة، وهو دائم الرغبة في تعلم المزيد عن اللعبة.. طفل ولد بحب المنافسة وعقلية الفوز". وعاد فيرغسون بالذاكرة إلى المواسم السابقة وبدأيات رونالدو مع مان يونايتد، قائلا "ضحى بنفسه ليكون الأفضل. أتذكر أننا كنا نلعب مع أرسنال يوم السبت وكان المطر يتساقط على كارينغتون. قلت له: أعلم أنك ستدرب لوحدك دائما بعد انتهاء التدريب الجماعي، لدينا مباراة غدا والجو بارد، وأرضية الملعب ليثة جدا". وواصل "ذهبت إلى مكتبتي، ونظرت من النافذة ورأيت أنه يذهب إلى ملعب أرضيته اصطناعية، ولم يسمح مني وتدريب مجددا". ومز رونالدو -الذي يواجه فريق فياريال الإسباني في دوري أبطال أوروبا الأربعاء المقبل- بمسيرة رائعة لمدة 6 سنوات مع يونايتد تحت قيادة فيرغسون. وحاز الدولي البرتغالي بعشرة ألقاب مع "المانيو" بينها كأس العالم للأندية ودوري أبطال أوروبا وكأس الاتحاد الإنجليزي. ويقول السير إن رغبة رونالدو في تحقيق انتقال حرم عام 2009 إلى ريال مدريد قادته إلى السماح للنجم البرتغالي بالمغادرة عندما قدم الملكي عرضه المغري وقتذاك والبالغ 105 ملايين يورو. وختم فيرغسون "لم أكن ضد ذلك، 6 سنوات كانت رائعة بالنسبة لصبي من ماديرا، جاء إلى هنا بعد أن احتفل بعيد ميلاده 18 مباشرة.. اعتقد أننا قمنا بعمل جيد بهذه الطريقة ومنحتني فرصة للحصول على بديل.. حصلنا على أنطونيو فانتسيا وكان رائعا، لذا كنا محظوظين جدا به".



هيريرا: من الظلم أن يكون سان جيرمان مطالباً بلقب "الأبطال"

قال الإسباني أندريه هيريرا، نجم فريق باريس سان جيرمان الفرنسي، إنه من "الظلم" أن يكون فريقه "مطالباً" بالفوز بلقب دوري أبطال أوروبا، الأمر الذي لا يحدث في أي ناد آخر في أوروبا، حسب تعبيره. وأوضح هيريرا في تصريحات خلال المؤتمر الصحفي قبل مواجهة فريق مانشستر سيتي الإنجليزي في ثاني جولات دور مجموعات دوري الأبطال: "لا يوجد أي فريق آخر مطالب بالفوز بلقب دوري الأبطال. الأمر في حالتنا يمثل ضغطا ظالما. ولكننا نتقبله كأمر طبيعي. إذا كان هناك هذا الضغط، فلأن الجميع ينتظر من فريقنا الأفضل. يعجبني هذا الأمر. ولكن الفوز بدوري الأبطال حلم، ولا يمكن أن يصبح أمرا إجباريا". كما أكد اللاعب الإسباني أن هناك عشرات الأندية التي "تحلم" بالفوز بـ"التشامبيونز ليغ"، ولكنه أشار إلى أن الفريق الباريسي يعد "حالة خاصة"، وأنه يواجه هذه المسؤولية "بسعادة كبيرة". ومنذ دخول الاستثمارات القطرية للنادي الفرنسي منذ 10 سنوات، يعتبر الفوز بالكأس "ذات الأذنين" الهاجس الأكبر للنادي، ولم يعد الفوز بالبطولات المحلية كافي". وأوضح صاحب 32 عاما أنه يحترم مان سيتي كثيرا، ولكنه أشار إلى أن هذا لن يكون الاختبار الأول لفريقه هذا الموسم. وقال في هذا الصدد: "إنها ليست مباراة مصيرية. السيتي منافس كبير، ونحترمه كثيرا مثل باقي الفرق. علينا أن نظهر رغبتنا في تحقيق الفوز".



ميسي ودي ماريا على رأس قائمة الأرجنتين لمواجهة باراغوي وأوروغواي وبيرو

أعلن ليونيل سكالوني، المدير الفني لمنتخب الأرجنتين، قائمة راقصي التانغو التي ستخوض مباريات تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم القادمة قطر 2022، وذلك خلال فترة التوقف الدولي القادمة في أكتوبر المقبل. وشهدت قائمة منتخب الأرجنتين استدعاء المدير الفني 30 لاعبا للقائمة، على رأسهم النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي لاعب باريس سان جيرمان، وأنخيل دي ماريا ولاتارو مارتينيز، بالإضافة إلى باولو ديبالا. ومن المقرر أن يخوض المنتخب الأرجنتيني 3 مواجهات في فترة التوقف الدولي المقبلة، حيث يسافر لمواجهة باراغواي يوم 7 أكتوبر المقبل، ثم يستضيف منتخب أوروغواي يوم 10 من الشهر ذاته، قبل أن يلتقي راقصي التانغو مع بيرو يوم 14 من الشهر نفسه. ويحتل منتخب الأرجنتين المركز الثاني في ترتيب تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لمونديال قطر 2022، برصيد 18 نقطة، خلف منتخب البرازيل المتصدر برصيد 24 نقطة.

أمراض عقلية وزهايمر..

هل حان وقت تمرد نجوم كرة القدم لإنقاذ حياتهم؟

تقنية الفيديو تثير غضب أندية الدوري الفرنسي

تصاعد غضب معظم أندية دوري الدرجة الأولى الفرنسي لكرة القدم بعد مرور ثمانية جولات من الموسم ضد استخدام تقنية حكم الفيديو المساعد. وقال جان ميشيل أولاس رئيس أولمبيك ليون في مؤتمر صحفي إن حكم الفيديو المساعد حرم فريقه من خمس نقاط، بينما يعتقد باسكال جاسيان مدرب كليرمو أن النادي الصاعد حديثا للأضواء كان يستحق الحصول على أربع نقاط إضافية. وألغت تقنية الفيديو فنحن 18 قرارا اتخذها حكم الملعب في مباريات الدوري الفرنسي حتى الآن هذا الموسم واستفاد ليون في مناسبتين من هذه المسألة لكن رغم ذلك استشاط رئيسه غضبا من قرار تحكيم في مباراة مطلع هذا الأسبوع. وقال رئيس ليون: قبل كل شيء هناك جوانب خفية في العلاقة بين حكم الساحة ومسؤولي تقنية حكم الفيديو المساعد وهو ما يثير هذا الإحباط، حكم الفيديو المساعد يظهر فعاليته في حالة واحدة فقط هي التسلسل أما بالنسبة للباقي فنحن في موقف يمكن أن تؤدي إلى أخطاء. وبالتالي تستحق تفسيرات مفصلة للغاية. على عكس الرغبي، ليس بوسعنا تغيير الحكام وهذا يولد إحباطا رهيبا عند ارتكاب أخطاء واضحة.

لتي يتعرض لها. ونوبي ستايلز توفي قبل أشهر متأثرا بمرض عقلي خطير تعرض له بسبب الضربات الرأسية، حسبما اعترف به نجله جون، الذي كان لاعبا هو الآخر، وتقمص ألوان نادي ليدز يونايتد الإنكليزي في حقيقته الذهبية بالقرن الماضي. وتسعى مؤسسات خيرية لتغيير لوائح كرة القدم، بما يحمي صحة اللاعبين الذين يعتبرون الهدف الأسهل للأمراض العقلية، إذ يقود جون ستايلز مبادرات لجمع تواقيع نجوم معروفين لتحقيق مشروعهم، وتلقى موافقة 60 منهم. وعاش 6 لاعبين لمنتخب "الأسود الثلاثة"، متوجين بكأس

العالم 1966، نهاية حياة صعبة مع تقدمهم في السن، حيث تعرضوا للأمراض العقلية، فيما تبين أن عددا آخر يتجه بلوغ حالات متقدمة من مرض الزهايمر.

وكتشفت الدراسات المتواصلة حول الموضوع، أن ضرب الكرة بالرأس، أو تلقي ضربات وإصابات، قد تسببت فعلا بالضرر للاعبين، وظهرت عليهم الآثار مع تقدمهم في السن، لأن المخ عضو حساس يتلف شيئا فشيئا من شدة الاهتزازات

وكالات

سواريز يقود سيلتا فيغو للفوز على غرناطة بالليغا

تغلب سيلتا فيغو على ضيفه غرناطة (1-0) ضمن منافسات المرحلة السابعة من الدوري الإسباني لكرة القدم. وسجل دانييل سواريز، هداف المباراة الوحيد لسيلتا فيغو في الدقيقة الرابعة من الوقت المحتسب بدلا من الضائع لشوط الثاني. وشهدت المباراة، إهدار إياجو أساسا لاعب سيلتا فيغو لضربة جزاء في الدقيقة (73). ورفع سيلتا فيغو، رصيده إلى 7 نقاط في المركز الـ13، فيما تجمد رصيد غرناطة عند 3 نقاط في المركز الـ18.

أنشيلوتي: أرفض المقارنة بزيدان.. ولن أعتري بأخطائي

أكد الإيطالي كارلو أنشيلوتي المدير الفني لريال مدريد، أنه لا يحب المقارنة مع المدرب السابق زين الدين زيدان. وعلق: "من الصعب قول أي شيء عن ذلك، لأن الفريق تغير، ولا أحب المقارنة مع فريق زيدان، فقد توج بدوري الأبطال 3 مرات متتالية، وأنا أود الفوز ببطولة أخرى". وحول مودريتش، أوضح: "أنا سعيد بما يقدمه، ضد فياريال تغيرت ديناميكيات اللعب، ولم أغبره بسبب الأداء، لكنني أردت حمايته من الإصابات في المستقبل". وتابع: "الحافز هو دائما نفسه، لكن دوري الأبطال دائما بطولة خاصة لريال مدريد، وهذا النادي اعتاد الفوز بها أكثر من منافسيه، وهذا يمنحنا ميزة". وأردف: "ميليتاو وألاريا يقدمان أداء جيدا، ونحن نتحسن في الدفاع الذي تقع مسؤوليته على الفريق بأكمله". وعن الانتقادات لطريقة لعبه، أجاب: "لم تتفاجئني الانتقادات... قد أخطئ، لكنني لن أعتري بذلك أبدا للاعلام". وواصل: "ثلاثية كروس ومودريتش وكاسيميرو؟ أعتقد أنه من المهم أن يضم خط الوسط العديد من اللاعبين المقيدين لأسلوبنا، والأصعب أن نفقد اللاعبين أصحاب الكفاءة العالية". واستكمل: "ليس لدي فريق (أ)، وفريق (ب)، بل أملك فريقا متكاملتا المناهضة بين عناصره قوية". وأتم بالحديث عن بتزيما يتدرب ويلعب، حيث لديه الكثير من الكفاءة والتواضع والالتزام".



برشلونة يتحرك لتحسين فاتي

أكد تقرير صحفي فرنسي، أن برشلونة بدأ محادثات تجديد عقد نجمه الإسباني الشاب أنسو فاتي، الذي ينتهي بنهاية الموسم الجاري، مع وجود بند بإمكانية التمديد لموسمين آخرين. ويحسب موقع "le10sport" الفرنسي، فهناك رغبة ملحّة من جانب إدارة برشلونة، في تمديد عقد فاتي، مشيرا إلى أن مسؤولي برشلونة، تواصلوا مع البرتغالي خورخي مينديز، وكيل اللاعب، من أجل بدء محادثات التجديد. ويضع برشلونة، أمالا كبيرة على فاتي لقيادة الفريق خلال السنوات المقبلة، خاصة بعد رحيل الأرجنتيني ليونيل ميسي، وانتقاله إلى باريس سان جيرمان. وعاد فاتي للمشاركة مع برشلونة لأول مرة بعد غياب 323 يوما، أمس الأحد، خلال مواجهة ليفانتي، حيث دخل بديلا في الشوط الثاني، ونجح في تسجيل الهدف الثالث للبرسا، بعد 10 دقائق فقط من مشاركته. وغاب فاتي، عن برشلونة منذ لقاء ريال بيتيس، في الجولة الخامسة من الموسم الماضي، حيث أجرى أكثر من جراحة تسببت في غيابه طوال تلك المدة.

صفقة الأبا تجبط بيريز

قال تقرير صحفي، إن صفقة دافيد ألابا مدافع ريال مدريد، أصابت رئيس النادي، فلورنتينو بيريز، بالإحباط، رغم المستوى الجيد الذي يقدمه اللاعب النمساوي. وكان الأبا (29 عاما) انضم إلى ريال مدريد في الصيف الماضي خلال صفقة مجانية، عقب انتهاء عقده مع بايرن ميونخ. وحسب شبكة "ديفيسا ستترال"، فإن بيريز محبط بأنه تأخر في حسم صفقة الأبا، ولم ينجح في ضمه إلى ريال مدريد قبل عدة مواسم. وأشارت الشبكة إلى أن بيريز معجب بأداء الأبا وسرعة اندماجه مع الفريق هذا الموسم، وتعويض رحيل سيرجيو راموس إلى باريس سان جيرمان. وأوضحت أن الأبا ظهر مع الميرنقي هذا الموسم، وكأنه يلعب في "سانتياجو برنابيو" طوال مسيرته. وذكرت أن بيريز يدرك جيدا أنه كان سيدخل في حالة من الفوضى، إذا لم يقدم بديل راموس أداء مقنعا مع الميرنقي في الموسم الحالي. وكشفت أن بيريز حاول بالفعل ضم ألابا عدة مرات في السنوات الماضية، لكن بايرن ميونخ كان يتمسك ببقاء اللاعب النمساوي حتى نهاية عقده.

رسميا.. كومان يغيب عن برشلونة أمام أتلتيكو مدريد

تأكد غياب الهولندي رونالد كومان المدير الفني لفريق برشلونة عن مقاعد بدلاء النادي الكتالوني في مواجهة أتلتيكو مدريد الجولة المقبلة من الدوري الإسباني. برشلونة يواجه أتلتيكو مدريد يوم السبت ضمن الجولة الثامنة من الدوري الإسباني على ملعب واندا ميتروبوليتانو بالعاصمة الإسبانية مدريد. كومان تلقى بطاقة حمراء في مواجهة قادش يوم الخميس الماضي، وأعلن الاتحاد الإسباني عقوبته بالإيقاف لمدة مباراتين، مما جعله يغيب عن مواجهة ليفانتي صحيفة "أس" الإسبانية، أكدت بأن برشلونة اتخذ قرارا رسميا، بعدم الاستئناف على عقوبة رونالد كومان، مما يجعله سيفيق عن لقاء أتلتيكو مدريد يوم السبت المقبل، وسيدير الفريق ألفريد شرودر مثلما حدث أمام ليفانتي. من ناحية أخرى، أعلن النادي أنه سيقدم استئنافا إلى لجنة الاستئناف بشأن الكارت الأصفر الذي تلقاه سيرجيو بوسكيتس في نفس المباراة ضد قادش يوم الخميس الماضي، لإبعاده كرة ثانية كانت على أرض الملعب. ويرى برشلونة بأنه لا داعي للاستئناف بشأن كومان، لأن عقوبته كانت الأدنى، لذلك لن يكون الاستئناف مقبولا من الاتحاد الإسباني ولجنة الانضباط.

نتيجة اجتماع برشلونة مع وكيل سيرجي روبرتو

كشفت تقارير صحفية إسبانية نتيجة اجتماع برشلونة مع وكيل أعمال سيرجي روبرتو من أجل تجديد العقد المبرم بين الطرفين في الفترة الحالية. ويسعى برشلونة لربط روبرتو، أحد قادة الفريق، بعقد جديد مع موافقته على تخفيض راتبه السنوي بنسبة أكثر من ربع راتبه الذي يتقاضاه بموجب العقد الحالي. وأوضح الإعلامي الإسباني فيكتور نافارو عبر إذاعة كاديتا كوبيه الإسبانية، مساء أول أمس، أن الاجتماع مع وكيل روبرتو انتهى دون وجود أي اتفاق بين الطرفين. وأشار نافارو إلى أن الاجتماع تم بين الطرفين في مكاتب الكامب نو، عقب ظهر الإثنين، لكن الأمر لم يكن مثمرا في نهاية المطاف. وسيحاول برشلونة إغلاق الاتفاق مع روبرتو هذا الأسبوع، مع العلم أن النادي وضع على طاولة اللاعب عرضا لتجديد عقد العقد لمدة موسمين إضافيين مع تخفيض الراتب السنوي بنسبة 30 في المئة. ويرتبط روبرتو بعقد مع برشلونة يصل لخط النهاية في جوان المقبل، علما بأن آخر مرة جدد فيها اللاعب عقده مع البارسا كانت في جانفي 2018.

ريال مدريد سبب أزمة مبابي ونيمار

أفاد تقرير صحفي فرنسي، أول أمس، أن الخلاف الذي وقع مؤخرا بين كيليان مبابي ونيمار دا سيلفا، نجمي باريس سان جيرمان، سببه ريال مدريد. وكانت الكاميرات قد التقطت مبابي يتحدث مع زميله إدريسا جايا، ويوجه نقدا شديدا لنيمار خلال مباراة باريس ضد مونتالييه، السبت الماضي، ضمن منافسات الجولة الثامنة من الدوري الفرنسي. ويجب صحيفة "ليكيب" الفرنسية، فإن السبب الأساسي وراء غضب مبابي، هو رغبته في الرحيل عن باريس سان جيرمان الصيف المقبل، في ظل اهتمام قوي من ريال مدريد. وحاول ريال مدريد ضم مبابي في الميركاتو الصيفي الأخير، حيث قدم عرضين لسان جيرمان، إلا أن النادي الفرنسي تمسك باستمرار مهاجمه، رغم انتهاء عقده في صيف 2022 وإمكانية رحيله مجانا. وأشارت الصحيفة، إلى أن نيمار لا يقضم سبب رغبة مبابي في الرحيل عن باريس سان جيرمان، خاصة وأنه كان متحمسا لتشكيل ثلاثية قوية تضم ليونيل ميسي ومبابي. وأضافت الصحيفة، أن مبابي يشعر بالجزلة في غرفة الملابس، في ظل تقارب اللاعبين اللاتينيين، وارتباطه بعلاقة صداقة مع الرباعي كيميبيتي وماركو فيراتي وماركينيوس وأشرف حكيمي فقط.



فان باستن ينتقد دييالي؛ لاعب بشكل استعراضي وما يقدمه لا يناسب برشلونة

هاجم أسطورة كرة القدم الهولندية، ماركو فان باستن، لاعب برشلونة ممفيس دييالي، مشيرا إلى أن ما يقدمه ليس متناسبا للنادي الكتالوني. دييالي انتقل إلى برشلونة هذا الموسم في صفقة انتقال حر من ليون الفرنسي، وسجل 3 أهداف وصنع هدفا في 7 مباريات لعبها حتى الآن. وسجل اللاعب الهولندي هدفا في مباراة ليفانتي التي فاز بها برشلونة بعد الغياب عن الانتصارات لمدة شهر، منذ الفوز على خيتافي أوت الماضي. وقال فان باستن في تصريحات لبرنامج "إل روندو" الهولندي: "دييالي لاعب جيد للغاية، لكنه فردي واعتقد أنه يعمل كثيرا من أجل نفسه فقط". وأضاف: "في مثل هذا الفريق الكبير، يجب أن يكون دييالي جماعيا، عليه أن يهاجم مع زملائه ويدافع معهم، مع اقتناعي التام بموهبته، لكنه أنانيا". وواصل: "على دييالي أن يعرف كيف يلعب لبرشلونة، لأنه حتى الآن يلعب بشكل فردي واستعراضي وهذا لا يلائم أسلوبهم، وربما لم يكن كافيا ما يقدمه حتى الآن".



رئيس دورتموند؛ معاملة سانشو في يوناييتد تكاد تبكيني

قال هانز-يواخيم فاتسكه، الرئيس التنفيذي لبوروسيا دورتموند، إن قلة مشاركات جادون سانشو مع مانشستر يونايتد "تؤلمه". خاصة أنه كان وراء انتقال اللاعب إلى أولد ترافورد، مقابل 73 مليون جنيه إسترليني (100 مليون دولار). وشارك الدولي الإنجليزي، البالغ عمره 21 عاما، أساسيا مرتين فقط مع يونايتد في البريميرليج، هذا الموسم. وقال فاتسكه عن سانشو "بالطبع أتابعه جيدا.. يؤلمني كثيرا تجاهل اللاعب بهذه الطريقة، أحب جادون، عندما أشاهده أغلبا أدمع.. أعتقد أن مشكلته هي عدم استقراره في تشكيلة منتخب إنجلترا". وخاض سانشو مباراة واحدة كاملة فقط مع يونايتد، حيث يبدو أن المدرب أولي جونار سولسكاير يفضل الاستعانة بماسون جرينوود، في جهة اليمين. لكن بينما لم يترك سانشو بصمة سريعة توقعها البعض في أولد ترافورد، بعد أدائه السابق الرائع مع دورتموند، قال سولسكاير إن يونايتد تعاقده مع اللاعب من أجل المستقبل. وأوضح المدرب النرويجي "نعرف جميعا حجم موهبته، وتعاقدنا معه من أجل أن يملك النادي مهاجما على أعلى مستوى، للسنوات العشر أو 12 المقبلة". وأضاف "بدأ جادون يقف على قدميه.. غاب لفترة عن الإعداد للموسم الجديد، لكنه يعمل بكل قوة، وسيكون في حالة جيدة".

بايرن ميونخ يتزعم الأندية الأقوى تهديفيا في "بيغ 5"

تصدر بايرن ميونخ الألماني أعلى الأندية تهديفيا في الدوريات الأوروبية الخمسة الكبرى "بيغ 5"، خلال الموسم الحالي 2021 - 2022، برصيد 23 هدفا، وذلك بعد مرور 6 جولات من عمر الدوري الألماني، بمعدل 3.8 هدف في المباراة الواحدة. وجاء فريق باريس سان جيرمان الفرنسي في الوصافة برصيد 22 هدفا، ولكن بعد خوضه 8 جولات في الدوري الفرنسي، ثم جاء ريال مدريد في المرتبة الثالثة برصيد 21 هدفا، بعد مرور 7 جولات من الدوري الإسباني. وحل إنتر ميلان في المركز الرابع برصيد 20 هدفا، بعد خوضه 6 مباريات في الدوري الإيطالي، ثم جاء بوروسيا دورتموند برصيد 17 هدفا، بعد مرور 7 جولات من منافسات الدوري الألماني. وجاء في المركز السادس فريقا نابولي متصدر الدوري الإيطالي وباير ليفركوزن الألماني، برصيد 16 هدفا، بعد خوضهما 6 مباريات في دوريات بلادهم. وتساوى ليفربول الإنجليزي المحترف ضمن صفوفه النجم المصري محمد صلاح مع لاتسيو الإيطالي برصيد 15 هدفا، بعد مرور 6 جولات في دوريات بلادهم. جدير بالذكر أن الدوريات الأوروبية سوف تتوقف بعد نهاية جولة الأسبوع المقبل، من أجل فترة التوقف الدولية، لخوض المنتخبات التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022 في قطر.



إيقاف لاعب بايرن ميونخ مبارتين

أعلن الاتحاد الألماني لكرة القدم في فرانكفورت، أول أمس، إيقاف مدافع بايرن ميونخ، نينايمين بافارد، مبارتين في البوندسليغا. جاء ذلك بعد ارتكاب بافارد مخالفة جسيمة، خلال مباراة فريقه أمام جروتو فيورت، يوم الجمعة الماضي، حصل بموجبها على البطاقة الحمراء. وأقيمت هذه المباراة في إطار الجولة السادسة من الدوري الألماني، وفاز فيها النادي البافاري (3-1). وقد قبل اللاعب والنادي بقرار المحكمة، وهو ما يجعله نافذ المفعول.

لاعب ألمانيا الأسبق يعلن اعتزاله

أعلن سيدني سام لاعب المنتخب الألماني، إنهاء مسيرته الاحترافية، وكشف اليوم أنه استكمل دراسته لإدارة الرياضة في جامعة سانت جالن في سويسرا. وقال سام، 33 عاما، عبر وسائل التواصل الاجتماعي: "الآن تبدأ مرحلة جديدة في الحياة بالنسبة لي، يمكنني القول إنني استلعت التعرف على العديد من الأشخاص الرائعين خلال مسيرتي الكروية". وأضاف: "الآن حان وقت إنهاء مسيرتي الاحترافية، التي شهدت بالطبع نقاط صعود ونقاط هبوط". وخاض المهاجم سام 122 مباراة في الدوري الألماني (بوندسليغا) مع فرق هامبورج وباير ليفركوزن وشالكة ودارمشتاد. ولعب سام خمس مباريات مع المنتخب الألماني في عام 2013، من بينها اثنتان في تصفيات كأس العالم 2014، لكنه غاب عن قائمة المنتخب المتوج باللقب في البرازيل في 2014.

بايرن ميونخ يكشف حقيقة اهتمامه بروديغير نجم تشيلسي

أكد حسن صالح حمديتش، المدير الرياضي لنادي بايرن ميونخ، على أن الفريق ليس مهتما بضم أنطونيو روديجير لاعب تشيلسي. وكانت تقارير قد ربطت بين روديجير وخطة انتقال محتملة لبائرن ميونخ، وذلك بعد المستويات الرائعة للنجم الألماني الدولي مع البلوز ومع منتخب ألمانيا. وما زاد من وتيرة الحديث عن روديجير وصلته بالنادي البافاري إشادة مدرب البائرن يولييان ناغلسمان به وبقدراته. وقال حمديتش، في تصريحات نقلتها صحيفة ديلي ميل البريطانية: "ليس من الصحيح التحدث عن لاعبين في أندية أخرى"، وأضاف: "ناجلسمان تحدثت عنه في مؤتمر صحفي، ولكنه مدرب ويرى الكثير من اللاعبين، لذا لماذا لا يقوم بتقييم لاعب دولي ويتحدث عن نقاط قوته؟". وأشار المسؤول البارز في البائرن عن كثرة الخيارات لدى المدرب في مركز قلب الدفاع، وقال: "لقد عززنا فريقنا بطريقة جيدة جدا، وأحضرنا لاعب من مستوى القمة وهو أوباميكانو ولوكاس هيرنانديز هنا وأيضاً نيانزو، وبنجامين بافارد أيضا يمكنه اللعب في العمق". وكان روديجير قد لعب دورا مهما في تتويج تشيلسي بلقب دوري أبطال أوروبا الموسم الماضي على حساب مانشستر سيتي.



بعد جراحة القلب.. كومان يقترب من العودة للملاعب

اقترب كينجسلي كومان لاعب بايرن ميونخ، من العودة إلى الملاعب من جديد، وذلك بعد نحو أسبوعين من الخضوع لعملية جراحية بسيطة في القلب، حيث شارك بشكل جزئي في تدريبات الفريق أول أمس. وخضع الفرنسي كومان (25 عاما) لجراحة بسبب مشكلة بسيطة في ضربات القلب، عقب المباراة التي فاز فيها بايرن ميونخ على برشلونة الإسباني 3/ صفر في بداية مشواره بدوري أبطال أوروبا. ورغم عودة كومان إلى التدريبات، لن يكون ضمن قائمة الفريق في المباراة المقررة أمام دينامو كييف الأوكراني مساء اليوم في الجولة الثانية من مباريات دور المجموعات بدوري الأبطال.



سبب تهيمش دورتموند لرينير جيسوس

يواصل اللاعب البرازيلي الشاب رينير جيسوس، مواجهة التهيمش في فريق بوروسيا دورتموند الألماني، الذي يتواجد معه على سبيل الإعارة من ريال مدريد. اللاعب شارك في 14 دقيقة حتى الآن، مع الفريق الأصفر والأسود هذا الموسم، أي أن الأمور لم تتحسن أبدا، عما كان عليه الوضع في الموسم الماضي. ويتساءل كثيرون، عن سبب هذه الوضعية التي يعيشها رينير صاحب الـ 19 مع دورتموند، المعروف بأنه يعطي فرص كثيرة للاعبين الشباب لإظهار إمكاناتهم. وأجابت صحيفة (بيلد) الألمانية على هذا السؤال، بذكرها أن دورتموند كان يتوقع أن يكون اللاعب قادر على تقديم الإضافات للفريق، بسرعة كبيرة، عندما تم ضمه. ولكن هذا لم يحدث، واتضح أن اللاعب بحاجة إلى عمل كبير، لتحسين أمور كثيرة لديه، من أجل الاعتماد عليه، كعنصر مهم في تشكيلة الفريق. وهذا ما وجد دورتموند أنه شيء غير مجدي، لأن رينير سيعود إلى ريال مدريد، في الصيف المقبل، ولن يستفيد الفريق كثيرا، من مجهودات كبيرة قد يتم بذلها لتطوير اللاعب.



فيرتز لا ينوي ترك ليفركوزن

قال هانز يواخيم فيرتز، والد ومدير أعمال فلوريان فيرتز لاعب وسط باير ليفركوزن، إنه لا يجب على النادي أن يشعر بالقلق إزاء احتمالات رحيل اللاعب عن صفوفه في وقت قريب. وأضاف هانز في تصريحات لصحيفة بيلد "فلوريان يرغب بالتأكيد في تقديم دور جيد مع ليفركوزن خلال عامين المقبلين أو نحو ذلك. وما سيأتي بعد ذلك، ليس معروفا بعد". وخاض فيرتز (18 عاما) 41 مباراة في الدوري الألماني، ويستمر عقده مع ليفركوزن حتى عام 2026، وهو ما يوجه تركيزه بالكامل إلى ناديه إلى جانب المنتخب، حسب ما أكده والده. وقدم فيرتز عروضاً جيدة جذبت إليه اهتمام أندية كبرى، لكن رودي فولر مدير الكرة بنادي ليفركوزن، أوضح مؤخرا أن عقد اللاعب لا يتضمن بندا قد يجبر النادي على بيعه.

كلوب يعان ترتيب حاملي شارة القيادة في ليفربول

كشف بورغن كلوب المدير الفني الألماني لفريق ليفربول الإنجليزي، عن قادة الريدز وترتيبهم هذا الموسم، دون ذكر اسم الدولي المصري محمد صلاح بينهم. محمد صلاح انضم إلى ليفربول في صيف 2017 قادما من روما الإيطالي، ورغم ذلك لم يتواجد ضمن قادة الفريق هذا الموسم. كلوب أكد في تصريحاته بالمؤتمر الصحفي لمواجهة بورتو في دوري أبطال أوروبا: "كان لدينا 3 تحمل شارة قيادة الفريق، ولكن صوت اللاعبين لصالح 3 آخرين". وكشف كلوب: "القائد هو جوردان هندرسون بطبيعة الحال، ثم جيمس ميلنر وويليه فيرجيل فان دايك، وقمنا بإضافة تريتنت الكسندر أرنولد، ثم روبرتسون وأخيرًا أليسون بيكر". وأشار بورغن: "العام الماضي من وقت لآخر لم يكن لدينا أحد متاحا في أوقات كثيرة ليكون قائد الفريق، لذا قمنا بزيادة المجموعة بعد العودة للفريق وباختيار جميع اللاعبين". وكان محمد صلاح قد أعرب عن غضبه بسبب عدم ارتداء شارة القيادة في الموسم الماضي ضد فريق ميتلاند الدنماركي، عندما فضل بورغن كلوب إعطاء الشارة ل تريتنت الكسندر أرنولد. وارتدى محمد صلاح شارة قيادة ليفربول لأول مرة في مواجهة مانشستر يونايتد بالدوري الإنجليزي مايو الماضي، عندما خرج جورجينو فينالادوم اللاعب السابق للريدز، وفي ظل غياب هندرسون وميلنر وفان دايك.



مانشستر سيتي يتعاون مع إكسبو 2020 دبي

مباراة حيث تبذل فرقنا كل جهدها لتحقيق النجاح هذا الموسم". بدوره، قال شولتو دوجلاس هوم، الرئيس التنفيذي للمبيعات والتسويق والاتصال في إكسبو 2020 دبي "يأتي هذا الإعلان اليوم تأكيداً على علاقتنا الراسخة والعميقة مع مانشستر سيتي، كما أنه يعد نتيجة لتبادل الأفكار والفرص الجديدة التي شاركناها مع النادي منذ إطلاق الشراكة في جوان الماضي". وأضاف "من خلال مشاركة مانشستر سيتي الواسعة ضمن برامج الضعاليات التي تستمر طوال مدة معرض إكسبو 2020 دبي، يسعدنا أن نكون قادرين على إقامة حصص تدريب يومية مع ممثلي النادي، والتي ستكون جزءاً من جدول الأحداث العامة والمتنوعة التي ستقدمها". وبفضل الطبيعة العالمية لمعرض إكسبو 2020، والمشاركين فيه، بالإضافة إلى التنوع السكاني والثقافات المتعددة في الإمارات، سيصل صدى هذه الشراكة إلى جميع أنحاء العالم من خلال شبكة مجموعة سيتي لكرة القدم، والأنشطة المحلية المخطط لإقامتها في الأندية الشقيقة لسيتي، والتي تتضمن نادي مومباي سيتي، نيويورك سيتي، ملبورن سيتي ويوكوهاما مارينوس. وتجدر الإشارة إلى أن إكسبو 2020 أيضاً، الشريك الرسمي لنادي مومباي سيتي، بطل الدوري الهندي الممتاز للأبطال 2021. وتقدم مجموعة سيتي لكرة القدم حالياً خدمات استشارية لنادي مومباي سيتي لكرة القدم، ودخلت في اتفاقية للاستحواذ على حصة الأغلبية في النادي، فيما تنتظر عملية الشراء الموافقات النهائية.

كشفت نادي مانشستر سيتي الإنجليزي، عن التعاون مع إكسبو 2020 دبي، ليكون الشريك الجديد للفريق، قبل الانطلاق المرتقب للجمعة المقبلة. وأعلن مانشستر سيتي، أول أمس، في بيان رسمي، أن شعار إكسبو 2020، سيظهر على الزي التدريبي للفريق الرجال والسيدات خلال موسم 2021-2022. كما يستضيف نادي مانشستر سيتي، مجموعة حصص تدريبية يومية في كرة القدم بموقع إكسبو، تحت إشراف طاقم تدريب من سيتي، حيث سيطلق أساليب التدريب التي تستخدمها الفرق في ملاعب التدريب في مانشستر. ويشارك ممثلو النادي، إلى جانب شبكة أوسع من مجموعة سيتي لكرة القدم، في فعاليات إكسبو خلال الأشهر المقبلة. وسيظهر شعار إكسبو 2020، بالإضافة إلى الزي التدريبي، أيضاً في مرافق التدريب في ستاد الاتحاد، وأكاديمية سيتي لكرة القدم، إلى جانب عرضه ضمن المحتوى الإعلامي الذي يقدمه مانشستر سيتي، وعبر منصاته الرقمية. وسيكون إكسبو 2020 أيضاً، الشريك الرسمي لفريق مانشستر سيتي للرياضات الإلكترونية، وسيظهر شعاره على الزي الخاص بفريق الرياضات الإلكترونية. وقال فيران سوريانو، الرئيس التنفيذي لمجموعة سيتي لكرة القدم "نحن سعداء بالكشف عن إكسبو 2020 دبي، باعتباره الشريك الجديد للفريق التدريبي الخاص بنادي مانشستر سيتي". وأضاف "يساهم هذا التعاون في دمج معرض إكسبو 2020، ليكون جزءاً أساسياً من كل حصة تدريبية، وفي كل يوم

صراع إنجليزي على لاعب جوفنتوس

يرغب إيفرتون في ضم لاعب جوفنتوس الحالي وأرسنال السابق، الويلزي آرون رامسي، بحسب تقرير صحفي إنجليزي. وأشارت صحيفة "ذا صن"، أول أمس، إلى أن رامسي ارتبط بالرحيل عن جوفنتوس، خصوصاً بعد التعاقد مع ماتويو لوكاتيلي، ورغبة البيانكونيري في استعادة البوسني ميراليم بيانيش. لاعب برشلونة المعار إلى بشتكاش. وأضافت أن النادي الإيطالي في طريقه للاستغناء عن رامسي، دون مقابل، في جانباً المقبل، للتخلص من راتبه الضخم. وكان رامسي قد انضم لجوفنتوس، خلال صيف 2019 في صفقة انتقال حر، بعد انتهاء عقده مع الغانرز. ولا يعتبر إيفرتون النادي الإنجليزي الوحيد الساعي لإعادة رامسي للبريميرليغ، فهناك رغبة أيضاً من وست هام في ضم الدولي الويلزي. لكن راتب رامسي سيصل مشكلة للأندية الراغبة في ضمه، حيث يتقاضى ما يقارب 9 ملايين يورو سنوياً.



كريستال بالاس يحرم برايتون من صدارة البريميرليغ

أهدر برايتون فرصة اعتلاء صدارة ترتيب الدوري الإنجليزي لكرة القدم، بعد تعادله في الدقائق الأخيرة مع مضيفه كريستال بالاس 1-1. أول أمس، ضمن منافسات المرحلة السادسة للمسابقة. وتوج برايتون في تضاد الهزيمة للمباراة الثالثة على التوالي، وذلك بعدما حقق الفوز في آخر مباراتين على حساب برينتفورد وليستر سيتي، ليرفع رصيده إلى 13 نقطة في المركز السادس، بفارق نقطة واحدة خلف ليفربول صاحب المركز الأول، وبفارق الأهداف خلف كل من مانشستر سيتي وتشيلسي ومانشستر يونايتد وإيفرتون على الترتيب. وعلى الجانب الآخر، حقق كريستال بالاس التعادل الثالث له هذا الموسم، حيث سبق له التعادل مع وست هام وبرينتفورد. كما فاز على توتنهام وتعزز للخسارة في مباراتين أمام كل من تشيلسي ليفربول، ليرفع رصيده إلى 6 نقاط في المركز الخامس عشر. وتقدم وفريد زاهل لكريستال بالاس في الدقيقة الثانية من الوقت المحتسب بدلا من الضائع للشوط الأول من ضربة جزاء، قبل أن يدرج نيل موباي التعادل لبرايتون في الدقيقة الخامسة من الوقت المحتسب بدلا من الضائع للشوط الثاني.

ريو فرديناند؛ محمد صلاح من أفضل مهاجمي العالم

أوضح قائد مانشستر يونايتد السابق، ريو فرديناند، سبب استحراق نجم فريق ليفربول محمد صلاح للبقاء في قمة أفضل اللاعبين في العالم. وكان محمد صلاح قد دخل تاريخ ليفربول مرة أخرى بعدما أصبح أسرع لاعبي الفريق تسجيلاً ل100 هدف في الدوري الإنجليزي، بعدما أحرز هدفاً أمام برينتفورد يوم السبت الماضي. وعندما سئل عما إذا كان محمد صلاح يحصل على التقدير الكافي، قال ريو فرديناند في تصريحات نشرتها شبكة "ليفربول إيكو" الإنجليزية: "نحتاج إلى عمل مقطع فيديو كامل عن صلاح، وأنه لا يحظى بالاهتمام والوقت والكلام والتركيز الذي يستحقه". وأضاف: "إنه خامس أسرع اللاعبين في تاريخ الدوري الإنجليزي الممتاز وصولاً إلى الهدف رقم 100، وأكبر حقيقة على الإطلاق إنه لاعب في مركز الجناح، هو ليس مهاجم صريح". وواصل ريو فرديناند: "هناك الآن الآن شيرر، هاري كين، سيرجيو أغويرو، تييرري هنري، ثم محمد صلاح". وأردف: "من الأشخاص الذين تحدثت إليهم والذين كانوا من حوله ولعبوا معه وعملا في النادي، إنه يركز، لديه تلك العقلية، ذلك الهوس بكرة القدم، الهوس بتسجيل الأهداف والوجود في قمة الاحصائيات". واستكمل: "كل مباراة تشاهده يحصل على فرصة أو اثنتين على الأقل أمام المرء، يصنعها بنفسه أو يحصل عليها من تمريرات الآخرين". وتابع: "إنه منهي الهجمات، لذلك عندما نتحدث عن أفضل المهاجمين في كرة القدم العالمية على مدار العامين الماضيين، يجب أن يكون صلاح هناك". واستمر: "أذهب وشاهد صلاح وماذا يفعل، إنه يهيم ويهدم اللاعبين ذوي المستوى الأعلى بشكل منتظم، إنه يجعل اللعبة تبدو سهلة، ويجعل كرة القدم تبدو سهلة". واختتم: "عندما يقوم اللاعب بذلك بالسرعة التي يلعب بها، فهذا يخبرك أنه على مستوى عال، الأرقام والجوائز لا تكذب، صلاح لديه كل شيء".

جيرو يكشف أسباب رحيله عن تشيلسي

صرح أوليفييه جيرو بأن قراره بالرحيل عن تشيلسي إلى ميلان كان اختياراً واضحاً، حيث اعترف المهاجم الفرنسي بأن الحياة في ستامفورد بريدج أصبحت "صعبة للغاية". وأنه اللاعب الفائز بكأس العالم فتره تسع سنوات في كرة القدم الإنجليزية خلال الصيف الماضي، حيث اختار نجم أرسنال وتشيلسي السابق خوض تحد جديد في إيطاليا. لقد خرج من تشيلسي بلبق كأس الاتحاد الإنجليزي، والدوري الأوروبي، ودوري أبطال أوروبا باسمه. ولكن المنافسة الشرسية على الأماكن في نادي غرب لندن أجبرته على قبول أن بداية جديدة يجب أن تتم في سن 34 عاماً. وأوضح لموقع تليفوت سبب اتخاذ قرار بمبادلة لندن بميلانو، قال جيرو: "لقد أحببت الدوري الإنجليزي الممتاز، لكن في مرحلة ما، كان علي اتخاذ قرار. وأضاف: "أخبرت توماس توخيل أن الأشهر الثلاثة الماضية كانت صعبة للغاية. تابع جيرو: "لقد كان اختياراً واضحاً لترك تشيلسي، لقد خرجت بعاطفة كبيرة لكل اللحظات التي عشناها. بعضها كان جيداً، والبعض الآخر ليس كثيراً، لكننا فزنا بثلاثة ألقاب مهمة". شهد الوقت الذي أمضاه جيرو في إنجلترا تسجيل 105 هدفاً لأرسنال و39 هدفاً لتشيلسي، مع أكثر من 370 مباراة في فترات مع اثنين من عمالقة العاصمة، جيرو بدأ بالفعل التسجيل في ميلانو، حيث سجل هدفاً في أربع مباريات.



جورجينيو؛ أزعجني ما قيل عني بسبب ساري

أكد الإيطالي جورجينيو، لاعب وسط تشيلسي، انزعاجه مما قيل عند انضمامه للبلوز، بأنه جاء بناء على توصية من المدرب السابق ماوريسيو ساري فقط، وأنه لا يستحق أن يكون لاعباً في ستامفورد بريدج. وانضم جورجينيو لصفوف تشيلسي، قادماً من نابولي في صيف 2018، بعد رحيل ساري عن البارتيونوبي وتولي قيادة البلوز. وساهم جورجينيو بقوة في تتويج الفريق اللندني بلقبه دوري أبطال أوروبا والدوري الأوروبي. وقال جورجينيو في تصريحات نقلها موقع "فوتبول إيطاليا": "أكثر ما أزعجني هو سماعي أنني وصلت إلى هنا بسبب ساري، وبدون أن أكون هنا أبداً". وأضاف: "قيل أيضاً أنني لم أكن أستحق أن أكون في هذا النادي لأنني لم أكن جيداً بما يكفي، هذا ليس صحيحاً، فلدي قيمتي". ولعب جورجينيو 149 مباراة بقميص تشيلسي، وسجل 17 هدفاً. وقاد جورجينيو منتخب بلاده لتحقيق لقب كأس الأمم الأوروبية هذا الصيف، بعد التغلب على إنجلترا في المباراة النهائية.



بسبب تعرضهما لإصابات عضلية في مباراة سامبدوريا

ديبالا وموراتا يغيبان عن صفوف جوفنتوس حتى منتصف أكتوبر

سيغيب مهاجما جوفنتوس، الأرجنتيني باولو ديبالا والإسباني ألفارو موراتا، حتى منتصف أكتوبر المقبل بسبب تعرضهما لإصابات عضلية في مباراة الدوري الإيطالي الأخيرة أمام سامبدوريا، حسبما أفاد الفريق الإيطالي في بيان رسمي. وخضع كل من ديبالا وموراتا لفحوصات طبية صباح الاثنين في المركز الطبي (جي ميديكال) لجوفنتوس، والتي أكدت غيابهما عن المباراتين المقبلتين أمام تشيلسي الإنجليزي في دوري أبطال أوروبا وتورينو في الدوري المحلي. وسيغيب موراتا، الذي سجل ثلاثة أهداف هذا الموسم مع جوفنتوس، أيضا عن مباراة المنتخب الإسباني مع نظيره الإيطالي في 6 أكتوبر في ميلانو، في نصف نهائي دوري الأمم الأوروبية، إذا ما تأكدت مدة غيابه. وذكر جوفنتوس أن موراتا يعاني من إصابة عضلية في العضلة ذات الرأسين في الضخذ الأيمن، بينما يعاني ديبالا من شد في الضخذ الأيسر. وتغلب جوفنتوس على سامبدوريا 2-3 في مباراة مثيرة، وبهذا الفوز حصد البيانكونيري ثلاث نقاط ليرفع رصيده إلى ثمانية نقاط في المركز الثامن، بينما تجمد رصيده سامبدوريا عند خمس نقاط في المركز الـ14، وذلك مؤقتا لحين استكمال باقي مباريات الأسبوع السادس للكالشيو.

لوكاتيلي "الهداف" ... الصيف الذي قدم نجم إيطاليا الجديد للجماهير

ضم فريق جوفنتوس الإيطالي، واحدة من أبرز الصفقات في سوق الانتقالات الصيفية الماضية، وهي لاعب خط الوسط المهاري مانويل لوكاتيلي، الذي بدأ يصنع القارق مع "البيانكونيري"، وسجل أول أهدافه في مرمى فريق سامبدوريا، ضمن منافسات الجولة السادسة من بطولة "الكالشيو". ونجح النجم لوكاتيلي في تسجيل أول أهدافه الرسمية مع فريقه الجديد جوفنتوس، إثر تمريرة عرضية من البديل السويدي كولوسيفسكي، لتتابعها في الشباك ثم يحتفل مع جمهور "البيانكونيري" بعد تسجيل أول بصمة ذهبية له في منافسات "الكالشيو". ولم يكن هذا الهدف الوحيد الذي يقدم لاعبا مثل مانويل لوكاتيلي أمام الجماهير، إذ أن لاعب خط الوسط سبق وأن قدم نفسه بقوة في بطولة "يورو 2020" مع المنتخب الإيطالي، بتسجيله أهدافا جميلة ولعبه دورا مؤثرا مع "الأزوري". وساهم بشكل مباشر في تحقيق اللقب مع المدرب روبيرتو مانشيني. وكان صيف عام 2021 بمثابة التقديم الرسمي لمانويل لوكاتيلي كواحد من نجوم كرة القدم الإيطالية الجديدة والتي سيكون لها مستقبل كبير، خصوصا بعد ما قدمته في البطولة الأوروبية الأخيرة، وها هو يبدأ فعلا في تقديم نفسه بقوة مع فريق جوفنتوس الإيطالي بتسجيله الهدف الأول رسميا في "الكالشيو". ويعتبر اللاعب مانويل لوكاتيلي، صاحب الـ23 سنة، من أفضل المواهب الإيطالية حاليا، والتي من المتوقع أن تصنع فارقا كبيرا في المواسم القادمة، كما أنه سيلعب دورا كبيرا مع فريق جوفنتوس من أجل مساعدته على تحطيط الظروف الصعبة التي يعيشها، بغية تحسين النتائج، خصوصا على الصعيد المحلي.

وكالات

جوفنتوس يسمح لرامزي بالرحيل في "الميركاتو" .. أين سيذهب الويلزي؟

قررت إدارة نادي جوفنتوس الإيطالي السماح، للنجم الويلزي آرون رامزي، بالرحيل عن صفوف "السيدة العجوز" في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة، بعدما أصبح لاعب الوسط خارج حسابات المدرب أليغري في الموسم الحالي 2021/2022. وكشفت صحيفة "ذا صن" البريطانية، أن إدارة جوفنتوس تريد التخلص، من الأعباء المالية الكبيرة، التي يتسبب بها بقاء النجم الويلزي، الذي يحصل على راتب كبير. لذلك طلبت منه الاستماع لجميع العروض المقدمة من فرق "البريميرليغ" المهتمة به. وتابعت أن أندية وستهام، وإيفرتون، ونيوكاسل يونايتد، مستعدة لتقديم عروضها للنجم الويلزي، آرون رامزي، لكنها تريد من وكيل أعماله ضرورة خفض مطالبه المالية، نظرا للحالة المادية الصعبة التي تعيشها الفرق في القارة الأوروبية، بسبب أزمة فيروس كورونا. وأوضحت أن إدارة جوفنتوس وافقت على العرض الذي تقدمه إيفرتون الإنجليزي الممتاز، بعدما تائق بقميص فريقه السابق أرسنال، وسجل معهم 65 هدفا، وأعطى 65 تمريرة حاسمة في 71 3 مباراة خاضها في جميع المسابقات. واختتمت أن آرون رامزي يعلم جيدا، بأنه أصبح خارج خطط المدرب أليغري في الموسم الحالي، وإدارة جوفنتوس سمحت له بالرحيل في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة، رغم أن عقده ينتهي في عام 2023، لكن إلى أين سيذهب النجم الويلزي؟

وكالات

تشيلسي يريد ضم كيزا من جوفنتوس

أكد موقع "كالشيو ميركاتو" اهتمام نادي تشيلسي الإنجليزي بالحصول على خدمات الإيطالي فيديريكو كيزا نجم منتخب إيطاليا الفائز بلقب كأس أمم أوروبا "يورو 2020"، ما سيجعل مهمة ناديه الحالي جوفنتوس صعبة في الاحتفاظ بلاعبه المعار من فيورنتينا، بشكل دائم. وذكر نفس المصدر أن الألماني توماس توخيل، مدرب تشيلسي، يرغب في التعاقد مع كيزا لزيادة فعالية فريقه الهجومية وإيجاد العمق لتشكيلة فريقه رغم تنوع الخيارات التي يملكها في الفريق حاليا، وأن إدارة ناديه ستكون مستعدة للدخول في منافسة شرسة مع السيدة العجوز للظفر بخدمات اللاعب الذي يبلغ من العمر 23 عاما. قالت صحيفة (السن) البريطانية إن جوفنتوس، الذي يملك بندا بالزامية شراء اللاعب من فيورنتينا، لا يرغب في التخلي عن كيزا وينظر إليه بوصفه أحد الأعمدة الأساسية في مشروع الفريق المستقبلي، رغم نية إدارة البلوز للتحرك في الميركاتو القادم لضمه، وفي حال تعذر ذلك في يناير المقبل فسيعيد المحاولة في الميركاتو الصيفي.

وكالات



التعادل يحسم مواجهة تورينو وفينيسيا

خيم التعادل الإيجابي بهدف لمثله على اللقاء الذي حل فيه تورينو ضيفا على المساعد حديثا فينيسيا في ختام الجولة السادسة بدوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم "السيرى أ"، وعلى ملعب (بييرلويجي بينزو)، جاء هذا المباراة في شوطها الثاني، حيث تقدم الضيوف أولا في الدقيقة 56 بتوقيع المهاجم الكرواتي الشاب جوسيب بريكالو. وفي الدقيقة 76 لعب تورينو منقوصا من لاعب بعد طرد المدافع الإيفوريي دجيدجي. وبعدها بثلاث دقائق تمكن أصحاب الأرض من إدراك التعادل من ركلة جزاء سجلها ماتيا أرامو. وأصبح رصيده "التورو" 8 نقاط يحتل بها المركز الثامن، وهو التعادل الثاني على التوالي بعد مباراة لاتسيو الأسبوع الماضي (1-1). من جانبه، فشل فينيسيا في تحقيق الفوز للجولة الثالثة تواليها بعد خسارتين متتاليتين، ليرفع رصيده إلى 4 نقاط (هوز وتعادل) يحتل بها المركز الـ18، بضارب الأهداف خلف سبيزيا.

وكالات

إبراهيم دياز مهاجم ميلان؛

"وجود إبراهيموفيتش في ميلان" ميزة إضافية

أثنى الإسباني إبراهيم دياز، مهاجم ميلان، على زميله السويدي زلاتان إبراهيموفيتش، واصفا إياه بـ"الأخ الأكبر". وعاد دياز، إلى ميلان على سبيل الإعارة لمدة عامين من ريال مدريد هذا الصيف، ويقدم مردودا مميذا مع الروسونيري. وقال دياز، في تصريحات نقلها موقع "فوتبول إيطاليا" أول أمس الإثنين، "إنه مثل الأخ الأكبر، يطلب منا دائما الحد الأقصى في المباريات، ولكنه بعد ذلك يقدم لك نصيحة رائعة". وأضاف، "يظهر عاطفة كبيرة لي، وهذا يمنحني الثقة. دائما ما يصنع القارق سواء لعب أم لا. وجوده في الفريق ميزة إضافية". وتابع، "لا يزال قويا للغاية، ويظهر ذلك في كل جلسة تدريبية". وأستبعد إبراهيموفيتش من مواجهة أتلتيكو مدريد، التي لعبت أمس الثلاثاء، بدوري أبطال أوروبا؛ حيث لا زال يعاني من إصابة في وتر العرقوب.

وكالات

بعد الجولة السادسة من الدوري الإيطالي

صدارة إيموبيلي في خطر

رغم أن تشيرو إيموبيلي، مهاجم لاتسيو، لم يسجل في الجولة السادسة من الدوري الإيطالي، لكنه لا يزال في صدارة الهدافين. ورغم فوز لاتسيو على روما 2-3 مساء الأحد، في الجولة السادسة من الدوري الإيطالي، فإن إيموبيلي لم يسجل أي هدف، لكنه صنع أكثر من فرصة لزملائه. إيموبيلي كانت أمامه فرصة الابتعاد بصدارة جدول ترتيب هدافي الدوري الإيطالي، في أكثر من مناسبة، وتحديدا في الدقيقة 63 حينما كان منفردا بمرمي الحارس البرتغالي روي باتريسيو، لكنه فضل تمرير الكرة لفيليببي أندرسون ليُسجل الهدف الثالث لتسور العاصمة. لقطه إيموبيلي وتفضيله للروح الجماعية على الفردية هي التي سمحت للاتسيو في النهاية بالانتصار في الديربي، علما بأنه لا يزال في صدارة الهدافين بـ6 أهداف. وسجل لاوتارو مارتينيز هدفا جديدا مع إنتر ميلان في التعادل مع أتالانتا 2-2، كما سجل إيدين دجيكو هدفا آخر، ليكون في وصافة ترتيب هدافي الدوري الإيطالي برصيد 5 أهداف، وخلفه لاوتارو بأربعة أهداف. أما نابولي، متصدر جدول ترتيب الدوري الإيطالي، فدخل لاعبه فيكتور أوسيمين في سباق الهدافين، وأصبح رصيده 4 أهداف، بعدما سجل في مرمى كالياري هذه الجولة، ليتساوى مع لاوتارو وجواو بيدرو، لاعب كالياري، وماتيا ديسترو، لاعب جنوى، وجوردان فيرتو، لاعب روما، ودوسان فالهوفيتش لاعب فيورنتينا.

وكالات





كلافان يروي سبب الشجار بين كلوب و ميلنر

قام المدافع الأستوني راغنار كلافان لاعب نادي ليفربول السابق بسرد الشجار الذي دار بين يورغن كلوب و ميلنر وأكد أنه كان سيحدث بينهما عراك بالأيدي عام ألفين وثمانية عشر حيث أكد أنه خلال فترة بوكسينغ داي، بعد تعادل ليفربول مع سندرلاند بنتيجة 2-2 في الدوري الإنجليزي الممتاز، حيث كاد أن يشتبك الثاني قبل أن يتراجع ميلنر في النهاية وقال كلافان في تصريحات نقلتها شبكة "غول" العالمية في نسختها الإنجليزية: "كان هناك ضغط كبير خلال فترة أعياد الميلاد وبداية شهر يناير، في إحدى المرات، كانت هناك مباراة ضد سندرلاند خارج ملعبنا، وكاد أن يكون شجار بالأيدي بين كلوب وجيمس ميلنر، كان ذلك في فترة بوكسينغ داي، وكان يبدو أن سيكون هناك قتال فيما بينهما لكن في النهاية تراجع ميلنر لقد رأيت في عين كلوب أنه كان سيقطع كل شيء من أجل فقط إثبات وجهة نظره، وهذا الوقت كان أكثر الأوقات إرهافا بالنسبة له أيضا، لقد كان تحت ضغط كبير، لقد كانت سنتي الأولى والثانية لكلوب، ماذا سيفعل؟ من المفترض أن يكون مدربا جيدا، أنت يورجن كلوب الذي ستجعل نجوما مميزين بين اللاعبين، لكن كان هناك ضغط كبير عليه، كلوب كان مختلفا عن المدربين الآخرين الذين عملت معهم، في الاجتماعات مع الفريق لم يكرر نفسه أبدا، لقد كان يتحدث دائما من زاوية مختلفة، لقد كان دائما يشعر باللاعب وبالفريق جيدا، كان يعرف متى يقول ماذا إذا رأى أن هناك مشكلة ما في الفريق، يمكنه حل الأمر بمزحة بسيطة، لقد كان يستطيع قراءة الفريق بشكل جيد للغاية".

النهاية تراجع ميلنر لقد رأيت في عين كلوب أنه كان سيقطع كل شيء من أجل فقط إثبات وجهة نظره، وهذا الوقت كان أكثر الأوقات إرهافا بالنسبة له أيضا، لقد كان تحت ضغط كبير، لقد كانت سنتي الأولى والثانية لكلوب، ماذا سيفعل؟ من المفترض أن يكون مدربا جيدا، أنت يورجن كلوب الذي ستجعل نجوما مميزين بين اللاعبين، لكن كان هناك ضغط كبير عليه، كلوب كان مختلفا عن المدربين الآخرين الذين عملت معهم، في الاجتماعات مع الفريق لم يكرر نفسه أبدا، لقد كان يتحدث دائما من زاوية مختلفة، لقد كان دائما يشعر باللاعب وبالفريق جيدا، كان يعرف متى يقول ماذا إذا رأى أن هناك مشكلة ما في الفريق، يمكنه حل الأمر بمزحة بسيطة، لقد كان يستطيع قراءة الفريق بشكل جيد للغاية".

أسطورة السومو هاكوهو يقرر اعتزال المصارعة اليابانية

أكدت وكالة كيودو اليابانية، أن أسطورة المصارعة اليابانية اليوكوزونا، هاكوهو، الحاصل على أكبر عدد من البطولات في تاريخ السومو "القتال الياباني التقليدي"، إعلان اعتزاله بسبب معاناته من إصابة في الركبة. وكان الرياضي المتغولي الأصل، البالغ من العمر 36 عاما، يفكر في هذا القرار منذ فترة إزاء مشكلات في مرحلة التعافي من إصابة في ركبته اليمنى منته في الأونة الأخيرة من المشاركة في العديد من البطولات. وبعد أن غاب عن بعض البطولات السابقة بسبب الإصابة، عاد هاكوهو للظهور في بطولة ناجويا الصيفية وحصل على الكاس بـ 15 فوزا ولم يخسر مباراة واحدة، لكن هاكوهو قرر اتخاذ هذا القرار بعد غيابيه أيضا عن آخر بطولة، وهي بطولة الخريف في طوكيو، بسبب تفشي فيروس كورونا المستجد في أكاديمية التدريب الخاصة به، الأمر الذي منعه من المشاركة. ويحمل هاكوهو العديد من الأرقام القياسية، بما في ذلك الفوز بأكثر عدد من البطولات الكبرى (45) بطولة، بعد تجاوز الرقم المسجل باسم تايهو (1940-2013) في عام 2015، الذي كان يتصدر الترتيب حتى ذلك الحين برصيد 32 بطولة. ولد هاكوهو في أولان باتور عام 1985، وظهر للمرة الأولى كمصارع تحت اسم هاكوهو شو في عام 2001 وانضم إلى الفئة الأولى (ماكوتشي) في عام 2004. وحصل على لقب يوكوزونا (البطل الكبير) في عام 2007، في سن 22 عاما، مما جعله رابع مصارع غير ياباني يصل إلى هذه الفئة. جدير بالذكر أن هاكوهو تحصل على الجنسية اليابانية في عام 2019، مما أتاح له افتتاح أكاديمية تدريب مصارعين صغار.

وكالة الأنباء الإسبانية



نجوم فولهام يقومون بلفتة إنسانية تجاه مشجع مصاب بالشلل

قام لاعبو نادي فولهام الإنجليزي بلفتة إنسانية رائعة تجاه مشجع مصاب بالشلل الدماغى بالاحتفال معه بهدف في التعادل بنتيجة هدف مقابل هدف ضد بريستول سيتي حيث اجتمع نجوم الفريق حوله بعد أن وضعهم الكسندر ميتروفيتش في المقدمة، واحتضن نيسكينز كيبانو المشجع الشاب وهذا بعدما مر أسبوع كامل للشباب البالغ من العمر ثلاثة عشر عاما والذي تعرض لإصابة مروعة من قبل بعض المتفرجين بعد نشر مقاطع فيديو له أثناء اللعب على أرض الملعب حيث يلعب ريس كحارس مرمى ويتباهى بسلسلة من تصدياته عبر الإنترنت كما منحته النادي مكانا فخريا في الفريق، حيث سجله إلى جانب حراس الفريق الأول ياولو غازانيفا وماريك روداك وفابريزيو راميريز في فريقهم عبر الإنترنت كما نشر النادي بيانا قال فيه: "الجميع في فولهام متعاطف تماما مع ريس أردنا أن نظهر له مدى إعجابنا بكل من موقفه في مواجهة الشدائد والتزامه بمساعدة الآخرين". ويعد هذا قام المدافع تيم ريام بإجراء مقابلة على قناة بي بي سي بريكناست أين فاجأ ظهور ريام ريس تماما مما أثار رد فعل عاطفي من الشاب حيث قال: "لم تكن النتيجة التي طلبها ريس بوتر ولكن لحظة رائعة أخرى شاركها وعاشها، ما يفعله هو مصدر إلهام أكثر من أي شيء يمكن أن يفعله أي منا على الإطلاق". ثم شارك ريس في التدريبات لتحسين المهارات التي أظهرها في مقاطع الفيديو الخاصة به كما تحسنت حالة بوتر بعد أن تمت دعوته إلى ملعب ويمبلي للتدريب مع الفريق الإنجليزي للمصابين بالشلل.



رونالدو يضيف طبق جديد إلى قائمة طعامه

أكدت صحيفة التيلغراف أن النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو لاعب نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي قام بإقناع طهاة النادي بإضافة وجبته المفضلة إلى قائمة الطعام بالنادي خاصة وأنه صارم للغاية عندما يتعلق الأمر بنظامه الغذائي، والذي يسمح له بتناول ست مرات في اليوم، وكان على رأس القائمة حساء برتغالي تقليدي مصنوع من ملح القد والبيض، والذي لم يسبب الكثير من الضجة بين زملائه في الفريق حيث طلب رونالدو إضافة بعض الخيارات الأخرى. كما قال أحد المطلعين في يونايتد الذي أكد: "إنه يحب الأخطبوط أيضا، لكن معظم اللاعبين لا يفضلوا ذلك، كريستيانو مهتم جدا بالبروتينات، أشياء مثل شرائح اللحم والبيض والأفوكادو، ويحاول الطهاة مساعدته في تذوق القليل من المنزل". وبعد النظام الغذائي المقدس وأنظمة اللياقة البدنية التي اتبعها على مدى عقدين من الزمن من العوامل التي أبقته في حالة جيدة لدرجة أنه واثق من اللعب حتى الأربعينيات من عمره كما أن رونالدو لا يتعاطى الكحول أبدا وقد تم الكشف أخيرا أن زملائه في الفريق لم يمسوا حلوى البودينغ التقليدية الخاصة بهم منذ عودته إلى يونايتد بعد تأخره به وبطبيعة نظامه الغذائي.

مدرب كانساس سيتي يتعرض لوعكة صحية في الملعب

أكد نادي كانساس سيتي تشيفس لكرة القدم الأمريكية، في بيان رسمي نشره عبر موقعه على مواقع التواصل الاجتماعي، أن أندي ريد مدرب الفريق بات في حالة مستقرة ويتحسن، وذلك بعد أن نقل إلى المستشفى بسيارة إسعاف مع نهاية مباراة فريقه التي خسرها أمام لوس أنجلوس تشارجرز، يوم الأحد الماضي. واستمرت هزائمه تشيفس، حيث خسر أمام ضيفه تشارجرز 24-30 على ملعب أروهيد، وبعدها سقط المدرب ريد (63 عاما) ونقل من الاستاد بسيارة إسعاف. وذكر كانساس سيتي تشيفس في البيان "المدير الفني أندي ريد تعرض لوعكة مع نهاية المباراة"، وذلك وسط تقارير ذكرت أن المدرب المخضرم عولج من الجفاف. وأضاف النادي "جرى تقييم حالته من جانب الجهاز الطبي لدينا في غرفة تغيير الملابس، وكإجراء احترازي، نقل إلى مستشفى جامعة كانساس للمزيد من التقييم لحالته. المدرب بحال جيدة ويحصل على راحة الآن وحالته مستقرة".



نجم روما زانيولو يوجه إشارة مسيئة لجماهير لاتسيو

وجه نجم نادي روما الإيطالي، نيكولو زانيولو، إشارة مسيئة اتجاه جماهير لاتسيو، خلال تدريبي العاصمة، يوم الأحد الماضي، ضمن منافسات الجولة السادسة من الدوري الإيطالي السيري أ. وتمكن تسور العاصمة من الفوز على ذئاب روما، بنتيجة (3-2). في مباراة شهدت قيام زانيولو بتوجيه إشارات مسيئة إلى جماهير لاتسيو، أثناء خروجه من ملعب المباراة. وبحسب موقع "كالتشيو ميركاتو"، فإن حالة من التوتر سادت في ملعب الأومبليكو، وقامت مجموعة من مشجعي لاتسيو بإهانة زانيولو، الذي رد بتوجيه إشارات خارجة للجماهير الحاضرة. وأضاف أن مفتشي المدعي الفيدرالي الذين حضروا المباراة، أبلغوا عن واقعة زانيولو، مشيرة إلى أن لاعب الوسط سيواجه عقوبة على تصرفاته. وتابع الموقع أن المدعي العام بالاتحاد الإيطالي، سيقدر ما إذا كان سيتخذ إجراء ضد زانيولو، موضحا أن اللاعب صاحب الـ 22 عاما، قد يتم تفريمه أو إيقافه لمباراة واحدة أو أكثر. يشار إلى أن زانيولو شارك في 7 مباريات بجميع المسابقات مع روما، وسجل هدفا وصنع آخر

راشفور يطمئن جمهور مانشستر يونايتد على حالته الصحية عبر تويتر

طمأن نجم نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي ماركوس راشفور، مشجعي الشياطين الحمر برسالة عبر حسابه الشخصي على موقع التواصل الاجتماعي تويتر بشأن تعافيه من الإصابة. وخضع راشفور لجراحة في الكتف بالصف المضي، بعدما تسببت الإصابة في تقليص دوره مع منتخب إنجلترا خلال بطولة يورو 2020. وكتب راشفور، على حسابه الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "يوم إثنين سعيد، سارى الطبيب يوم الجمعة للتشاور. كل شيء يسير على ما يرام، سأحصل على الضوء الأخضر للانضمام إلى التدريبات الجماعية مرة أخرى". ويستعد مانشستر يونايتد لمواجهة فياريال، اليوم الأربعاء، في الجولة الثانية من دور المجموعات بدوري أبطال أوروبا. ويحتل الشياطين الحمر المركز الرابع في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز برصيد 13 نقطة، ويفارق نقطة واحدة عن ليفربول صاحب الصدارة. وعرف نادي مانشستر يونايتد انطلاقا جيدة هذا الموسم في الدوري الإنجليزي الممتاز البريميرليغ، خصوصا مع قدوم النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو إلى الفريق. وتعتبر للشياطين الحمر في الجولة السابقة من الدوري بهدف مقابل صفر على أرضية ميدانه أولد ترافورد أمام نادي أستون فيلا، بعدما ضيع برونو فرنانديز ركلة جزاء في الوقت بدل الضائع. ويأمل جمهور النادي عودة راشفور من أجل تقديم الإضافة للفريق.

حساب راشفور على تويتر



تمارين الإطالة وأنواعها



ممارسة رياضة الجري السريع وأهميتها

يعرف الجري السريع بأنه العدو إلى مسافات محددة بوقت معين وذلك بسرعة عالية، وبعد الجري السريع أحد أهم الرياضات التي تعمل على تحريك عضلات الجسم، والجري السريع هو نوع من الرياضة الفردية التي تعتمد على سرعة العداء، وتناسق حركاته، واستطاعته التحمل لإتمام السباق بنفس الوتيرة، وقد أثبتت الدراسات أهمية الرياضة في حياة الإنسان حيث تحسن من عمل الدورة الدموية، وتقلل من فرص الإصابة بالسرطان، كما تقلل من نسب الإصابة بمرض السكري وغيرها من الفوائد وهي مجموعة من القواعد التي تؤطر سباقات السرعة وتضمن العدل بين العدائين، للجري السريع قواعد وقانون شامل يوظفه كباقي الرياضات الأخرى لضمان سير السباق في جو محايد. ويتطلب الوضع المحدد للعدائين وضع كلتا القدمين في مكعبات جهاز الإنطلاق واعتماد وضع مناسب مع وزن الجسم على أيديهم وراء خط الإنطلاق. وعند الضخ على زناد مسدس بدء التشغيل، ينطلق جميع المتسابقين نحو السباق. تعريف الجري السريع له العديد من المصطلحات الهامة والكثيرة ويريد معرفتها جميع الأشخاص، وهو عبارة عن الجري إلى مسافات طويلة بسرعة كبيرة، ويكون بالعداء من الخطوات القليلة التي تكون بقطع مسافات كبيرة. وهو من أهم أنواع الرياضات التنافسية ويحاول فيها الكثير من الرياضيين الركض بسرعة كبيرة إلى مسافات قصيرة، حيث أنها تبدأ بـ 50 مترا وتصل إلى 100 متر، وذلك لأنها من الرياضات المضيفة للجسم. ويتم تحديد عرض الممر بواسطة قواعد الاتحاد الدولي لألعاب القوى أو الهيئة الإدارية لحدث سباق 100 متر أو غيره من سباقات السرعة. يتوجب على العداء الجري في مكان مخصص ومناسب له وفي مسابقته يترك حازته أو يعيق مسار عداء آخر سيتم استبعاده تلقائياً من السباق. ويعتبر المشي على الخطوط البيضاء أو الانحراف عن المسار السباق شيئاً مخالف نوعاً ما إذا كان يؤثر على سير السباق. في هذه الظروف يجوز للحكم أن يأمر بإعادة السباق إذا رأى ذلك ضرورياً. في السباقات ذات البدايات المتراكمة، يمكن للرياضيين الدخول إلى الداخل. في سباق 800 متر، يبدأون من وضعيات متداخلة ويمكن أن يقتحموا الداخل بعد المنعطف الأول. في سباق الركض الطويل التي تبلغ طولها 1500 متر وأكثر، يمكن للرياضيين اقتحام الداخل بعد البداية. مرحلة النهاية هي المرحلة المحددة للسباق وهي لحظة مثيرة للغاية عندما يكون العدائون قريبين من بعضهم. تنص قواعد الاتحاد الدولي لألعاب القوى على تسجيل وقت العداء لحظة عبور جذع الجسم خط النهاية. في أحداث الهواة، يتم تحديد الفائز من قبل حكم السباق المتواجد عند خط النهاية. أما في المنافسات الدولية، تتطلب قواعد الاتحاد الدولي لألعاب القوى تركيب جهاز التكنولوجيا الدقيق لتسجيل أوقات الانتهاء. يتم تسجيل الأوقات وتقريرها إلى بدقة تصل إلى 0.01 ثانية. يتم الإعلان عن من طرف الحكم عندما تترك أقدام العداء جهاز الإنطلاق قبل بداية مسدس البدء. في أحداث الهواة، يتم الإعلان عن بداية خاتمة من قبل الحكم. أما في المسابقات الدولية، تستخدم تكنولوجيا قياس البدايات الزائفة. يوضح موقع IAAF أن الحكم يعلن البداية الخاطئة عندما يكون وقت رد فعل العداء أقل من 0.12 ثانية بعد حدث إطلاق المسدس. يقاس وقت رد الفعل بالضغ على الزناد، 0.12 ثانية هو الوقت الطبيعي الذي من المفترض أن تستغرقه المعلومات للانتقال من الدماغ إلى العضلات. للجري السريع قواعد كأي نوع من أنواع الرياضات الأخرى التي تؤطره، رياضة الجري السريع إنطلقت منذ القدم وشهدت تطوراً لافتاً في السنوات الأخيرة من حيث تقنيات الإعداد البدني وظهور أبطال أمثال يوسن بولت. علاوة على قوانين الجري السريع وقواعده، ينطوي هذا النشاط البدني على مجموعة من الفوائد الصحية للجسم.

فعاليتها. حيث أنها تستخدم الحركات الثابتة ومقاومة العضلات لبناء قوة عضلاتك. وهذه الإطالات دورات تمتد لمدة 30 ثانية تتضمن مقاومة العضلة ومن ثم إراحتها وذلك لزيادة مرونة العضلات. إن الإطالة الثابتة هي الإطالة العادية كما نعرفها، تقوم فيها بإطالة العضلة إلى الحد الأقصى، ثم الثبات على ذلك الوضع. ومع الوقت، فإن هذه الإطالات المتكررة تزيد من مرونة العضلات. فوائد تمارين الإطالة للأطفال هي نفس فوائدها للكبار، ومن الضروري حصول الأطفال على هذه الفوائد في فترة نموهم. ويمكن للأطفال أن يمارسوها قبل وبعد الأنشطة البدنية الأخرى، مثل الجري ولعب كرة القدم وما إلى ذلك، وقبل تكون كجزء من عملية الإحماء ديناميكية (متحركة) وليس ثابتاً كنشاط دوائر ذراع متكررة أو تقلبات في الساق أو تقلبات الجذع. وبعد ممارسة الرياضة تكون بروتين بارد يتضمن بعض التمددات الثابتة التي تركز على مجموعات العضلات التي استخدمها في التمرينات الرياضية مثل: أوتار الركبة، والرابعة بعد الركض، كما يمكنهم القيام بنشاط يشتمل على الإطالة مثل اليوجا، وبشكل عام يجب عليهم القيام ببعض التمدد ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع. ولكن إذا كان طفلك يعاني من أي إصابات، فاستشر الطبيب أو المعالج البدني أو المدرب الرياضي حول أكثر التمرينات أماناً وأكثرها فاعلية، وهو ما يجب أن تفعله أنت أيضاً. الجري يعطي من يمارسه الثقة بنفسه وجسده ويساعده في التخلص من الإرهاق وجميع صعبات الحياة اليومية والروتينية، ويعمل أيضاً على تحسين لياقة الجسم والحصول على جسم ذو لياقة عالية ومتكاملة، وفوائده الأخرى أنه يعمل على تقوية وبناء جميع عضلات الجسم وزيادة الكتلة العضلية فيه، يزيد من قوة العظام ويجعلها أكثر كفاءة، يساعد كثيراً في تقليل احتمالات الإصابة ببعض الأمراض مثل الشرايين والقلب، يعمل على تقوية وبناء الجسم والدورة الدموية، يحمي كثيراً من جميع الأمراض التي تأتي بسبب الشيخوخة. يساعد في تقوية وتنمية الدماغ وهو يساعد في زيادة المادة الرمادية في الدماغ، وهي التي تساعد في زيادة القدرات العقلية، وتعمل على زيادة الكثير من الخلايا التي تحافظ كثيراً على ذاكرة جميع الأشخاص، تعمل على تحسين الحالة النفسية لأنه يعطي الإحساس بالسعادة والراحة لأنه يفرض الكثير من الهرمونات المميزة بالجسم، كما يقوي العضلات والمفاصل لدى جميع الشباب والكبار. وختاماً، تعريف الجري السريع له الكثير من التعريفات المختلفة وذلك لأنها من الرياضات المميزة، والكثير من الأشخاص الرياضيين يحبون ممارستها لأنها مفيدة جداً للجسم، وتساعد في إعطائه الكثير من الفوائد التي تظهر أيضاً على المدى البعيد وبشكل مميز ورائع.

تمارين الإطالة أو تمارين التمدد كما تسمى أيضاً، تقدم للصحة والجسم العديد من الفوائد عند ممارستها بانتظام، ستتعرفون عليها كلها في مقالنا اليوم، كما ستتعرفون على فوائد ممارستها قبل النوم وفوائد ممارستها للأطفال وكيفية البدء بممارستها، لتضعيها في روتينك اليومي لصحة أفضل لك ونشاط أكثر حيوية لجسمك. إن تمارين إطالة العضلات لها دور مهم وفعال في العناية بالعضلات، المفاصل، الأربطة و الأوتار. وبالنظر إلى أهمية إطالة العضلات، فإن من المفاجئ معرفة أن الكثير من الأشخاص المشاركين في برامج رياضية منتظمة لا يقضون الوقت الكافي لتضمين إطالة العضلات في أنظمة التمارين التي يتبعونها. هناك الكثير من التأثيرات الإيجابية المهمة لإطالة العضلات كما أسلفنا، ومنها منع الإصابات، وتحضير العضلات لممارسة الرياضة، تحسين الأداء الرياضي ونوعية الحياة بشكل عام، منع الإصابات لقد أثبتت إطالة العضلات قدرتها على منع وتخفيف آلام وإصابات العضلات. تكون المفاصل والعضلات حول الكتف والركبة معرضة بشكل أكبر للإصابة، وقد أثبت اتباع برنامج منتظم لإطالة العضلات قدرته على تقليل الانتفاخ، الألم والانزعاج في المناطق المصابة. كما تعمل إطالة العضلات أيضاً على تطويل عضلاتك، مقللة بذلك من احتمالية تعرضها للإصابة أثناء أداء الأنشطة الرياضية. من الشائع رؤية ممارسي الرياضة يبدؤون تمارينهم بالإحماء والإطالة. وبينما تظهر الدراسات معلومات متضاربة عن فائدة إطالة العضلات قبل ممارسة الرياضة، إلا أن الخبرة العملية تشير إلى كونها ممارسة مفيدة. فإطالة العضلات يقوم حرفياً "بإحماء" عضلاتك، حيث يقوم الانقباض اللطيف للعضلة بزيادة تدفق الدم إليها، ويزود الدم بدوره العضلة بكمية نقيية من الأوكسجين. وحين يدخل الدم حاملاً الأوكسجين إلى ألياف العضلات، تصبح أكثر مرونة واستعداداً للتمارين الأكثر حدة. مما يساعد بدوره على تقليل خطر الإصابات الناتجة عن الإفراط في التمرين. هي تمارين تساعد على تحسين مرونة الجسم، وتعرف دائماً على أنها نطاق الحركة أو مقدار الحركة حول مفصل أو مجموعة معينة من المفاصل في الجسم، وبشكل أوضح هي التمارين التي توضح إلى أي مدى يمكننا الوصول إلى الانحناء أو الدوران. ومنها تمارين تستخدم قبل التمارين الرياضية وأخرى بعده وأخرى تمارين منفصلة بذاتها ومن خلالها يشعر الشخص بزيادة مرونته وسيطرته على عضلات جسمه. الإطالة تبقى كل من العضلات، المفاصل والأربطة مرنة، مما يحسن من أدائك في الأنشطة الرياضية والمهام اليومية أيضاً. كلما تقدم بنا العمر، تميل عضلاتنا وأربطتنا إلى فقدان ليونتها وتصبح بذلك أقل مرونة. لذا فإطالة العضلات لروتين منتظم يتضمن تمارين إطالة العضلات يبقى عضلاتك مرنة ولينة، مما يؤدي إلى أداء أفضل عند ممارسة مختلف الأنشطة بدءاً بالمشي ووصولاً إلى المنافسات الرياضية. نظراً لوجود أنواع مختلفة من طرق الإطالة، فمن المهم جداً قبل البدء بأي روتين يتضمن إطالة العضلات، الاضطلاع على الأنواع التالية من الإطالة: تتضمن الإطالة الباليستية "القفز" لتحريك العضلة أو مجموعة العضلات إلى حد أبعد من مدى الحركة الحالي (تخيل القفز باستمرار محاولاً لمس أصابع قدميك). على الرغم من أنها مازالت تستخدم من قبل العديد من الناس، إلا أن الأبحاث أظهرت بأن الإطالة الباليستية تؤدي إلى نتائج عكسية، وقد تقود إلى خطر متزايد في إصابة العضلات. إن الإطالة المتحركة هي عكس الإطالة الباليستية. فبينما تستخدم الإطالة الباليستية القوة للإطالة، فإن الإطالة المتحركة تستخدم سلسلة من الحركات البيئية والمنظمة التي تقوم بدفع العضلة بلطف أبعد قليلاً من مدى الحركة العادي. ومن أمثلة الإطالة المتحركة تمارين تدوير الذراعين، المشي في وضعية القرفصاء ولف الجذع. من المحتمل أن تكون الإطالة الأيزومترية أكثر أنواع الإطالات



الرئيس التحرير: **كمال بوزار**

المدير العام: **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

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

الطابع: 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

يومية رياضية جزائرية



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

Lozaty[®]
لوزتي

وداعاً لاحتقان
الحلق والأنف

- 1 شعور فوري ورائع بالبرودة في الحلق
- 2 تخفيف احتقان الحلق والأنف
- 3 تسكين فوري لآلام الحلق، خصوصا المرافق للبلع والتكلم
- 4 ترطيب الحلق بشكل فوري

Throat Lozenges
أقراص منعشة للحلق

30 Seconds
تأثير سريع
Instant Action



تجدون هذا المنتج الصحي في الصيدليات



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