

"الصحف
العالمية" تحتفي
بإنجاز "السوبر
سليم"

www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الأحد 10 أكتوبر 2021 الموافق لـ 4 ربيع الأول 1443 هـ العدد: 313 الثمن: 30 دج

إسلام ..

محطهم الأرقام

سليماناني؛

"قدمت الكثير
من التضحيات
وشكرا بلدي"



بلماضي؛
"سليماناني
لاعب مقاتل
ويسجل أينما
ذهب وارتحل"

لاعب "الخضر" متذمرون من أرضية "تشاكر" الكارثية

المنتخب الوطني (لأقل من 18 عاما)

0-6

هزيمة مهينة للشبان
أمام "فرنسا"



بقيمة 8 ملايين أورو "فرحات" يعتلي صدارة لألحمة أعلى لاعبي بطولة فرنسا "الليغ2"

إعتلى الدولي الجزائري زين الدين فرحات متوسط ميدان فريق نيم، صدارة لألحمة أعلى لاعبي بطولة فرنسا للتقسيم الثاني "الليغ2". ووصلت القيمة المالية لزين الدين فرحات 8 ملايين أورو، ويأتي في المركز الثاني مدافع فريق تولوز بافودي دياكيتي بمبلغ 5 ملايين أورو. استناداً إلى تقرير نشره الموقع العالمي المتخصص "ترانسفر ماركت". وقدم فرحات أداءً راقياً في بطولة فرنسا للتقسيم الأول الموسم الماضي، وكان أحد أفضل لاعبي خط الوسط. مثلما هو الشأن لمواطنه فريد بولجيتي الناشط في صفوف نادي ميتز الفرنسي. جدير بالذكر، يرتبط زين الدين فرحات بعقد مع نيم أولمبيك إلى غاية الصيف 2022.

جون ميشيل لاركي الدولي الفرنسي السابق: "لو كنت مكان ديلور لما فضلت نيس على المنتخب الجزائري"

انتقد جون ميشيل لاركي، الدولي الفرنسي السابق، القرار الذي اتخذته أندري ديلور مهاجم نادي نيس بخصوص الاعتقاد عن المنتخب الجزائري خلال الفترة القادمة. وقال لاركي في تصريح إذاعي "أر. أم. سي" الفرنسية، "أنا لا أفضل نيس على المنتخب الجزائري، أرى أنه يملك التضخ الكافي الذي يسمح له بالتركيز على كل التحديات التي أمامه". وتابع لاركي بقوله "لا أرى أي سبب لطرح هذه الفكرة من الأساس، ديلور كان محظوظاً لأن يطلب منه خوض تحديين مهمين في وقت قصير جداً". غير أن جيروم روثين جم موناكو وباريس سان جيرمان السابق وكذلك منتخب "الديبوك" تدخل قائلاً "حتى بلماضي لم يضع ذلك في الحسبان"، معتبراً أن المدرب الجزائري لم يظهر احتراماً كافياً لمهاجم موناكو السابق. وأشار إبعاد أندري ديلور من قائمة أبطال أفريقيا تحسباً لمباراة النيجر، استغراب الجماهير الجزائرية، قبل أن يكشف المدرب جمال بلماضي في مؤتمر صحافي عن الأسباب الكامنة لذلك ويتضح أن اللاعب هو من طلب إعفاء لمدة سنة بحجة رغبته في التركيز مع ناديه الفرنسي. وسيم

0-6 المنتخب الوطني (لأقل من 18 عاماً)

هزيمة مهينة لـ "الخضر" على يد "الديك" الفرنسي

إنقاد المنتخب الوطني لأقل من 18 عاماً، أمس السبت، لخسارة مهينة نظيره الفرنسي بنتيجة ستة أهداف دون رد في مواجهة الودية التي جمعتها على ملعب "بيار بيبارو" أحد ملاعب مركز "كليرفونتان". وانتهى الشوط الأول بخسارة أصغر "الخضر" بثلاثية نظيفة، مع تسجيل طرد الحكم للاعب الجزائري نوهام عبدلاوي قبل انتهاء هذه المرحلة. وهو ما استغله الفرنسيون في الشوط الثاني لمضاعفة الفة. ويستعد المنتخب الوطني لصنف أقل من 18 سنة، لتمثيل الجزائر في ألعاب البحر المتوسط، المقرر تنظيمها بوهران ما بين أواخر جوان ومطلع جويلية 2022. وسواجه أشبال سلاطني الفرنسيين، في مباراة ودية ثانية يوم الثلاثاء المقبل، ضمن تحضيراتهم الجارية بفرنسا.

مجيد بوقرة مدرب المنتخب الوطني للأعبين المحليين:

"لدي ثقة كبيرة في عمورة على تقديم الإضافة للمنتخب الوطني"

أعرب مجيد بوقرة مدرب المنتخب الوطني للأعبين المحليين عن سعادته الكبيرة لاستدعاء عمورة إلى المنتخب الأول ومشاركته في مباراة النيجر الأخيرة موضعاً أن اللاعب يعتبر هو وزميله آدم زرقان نموذجاً ناجحاً لكل لاعب جزائري. وقال مدرب المنتخب الوطني للمحليين مجيد بوقرة إن تواجد المهاجم عمورة ولاعب الوسط آدم زرقان مع المنتخب الوطني الأول يعد أحسن رسالة تحفيزية للاعبين المنتخب المحلي وقال في تصريح له قبل المباراة الودية التي خاضها المنتخب المحلي أمس السبت، أمام البنين، "استدعاء عمورة وزرقان ومشاركتهما مع المنتخب الوطني الأول، يعد حافزاً كبيراً للاعبين المنتخب المحلي من أجل تقديم الأفضل، وأضاف، "أنا سعيد جداً لاستدعاء عمورة إلى المنتخب الأول، لقد أتقن أمام ليبيريا مع المنتخب المحلي وكان من أحسن المهاجمين في البطولة خلال الموسم الماضي". وواصل حديثه: "لدي ثقة كبيرة في عمورة ووافق من قدرته على تقديم الإضافة للمنتخب الوطني، وتواجه في مجموعة بلماضي يؤكد على حقيقة المشروع الذي نعمل على تحقيقه". وسيم

30 مباراة دون خسارة

"المحاربون" بالقوة الضاربة يحافظون على سلسلة اللاهزيمة"

واصل المنتخب الجزائري لكرة القدم سلسلة اللاهزيمة، بعد أن حقق فوزاً كبيراً على ضيفه منتخب النيجر، بستة أهداف مقابل هدف، في مواجهة التي أقيمت على ملعب "مصطفى تشاكر"، ضمن منافسات الجولة الثالثة من المرحلة الثانية من التصفيات الأفريقية المؤهلة لكأس العالم 2022. وبهذا الفوز واصل الخضر سلسلة المباريات من دون هزيمة، حيث بلغوا اليوم رقماً قياسياً جديداً في القارة الإفريقية بتحقيق 30 مباراة من دون هزيمة. وهو الرقم الذي بحوزة المنتخب الفرنسي في عصر اللاعب زين الدين زيدان (1994/1996). وتعود آخر خسارة للمنتخب الجزائري إلى تاريخ 16 أكتوبر عام 2018 في كوتونو أمام منتخب بنين بهدف دون مقابل، لتبدأ بعد ذلك سلسلة من المباريات "اللاهزيمة" لمنتخب الجزائر وحملت معها كذلك التتويج بلقب أمم أفريقيا 2019 بمصر. وسيضرب الخضر موعداً مع تحطيم أرقام قياسية جديدة، بالتنقل إلى النيجر يوم الثلاثاء القادم لتحطيم الرقم القياسي الذي هو بحوزة فرنسا، ولما لا مواصلة الطموح لتحطيم الرقم القياسي للمنتخب الإيطالي الذي خسر يوم الأربعاء الماضي ضد اسبانيا بعد سلسلة دامت 37 مباراة من دون خسارة. وسيم

تساءلوا كيف لبلد بحجم "الجزائر" لا يملك ملعباً لائقاً

نجوم "الخضر"

ينتقدون بشدة أرضية "تشاكر" ويصفونها بالكارثية

عبر لاعبو المنتخب الجزائري لكرة القدم أرضية ملعب مصطفى ضمن تصفيات مونديال "قطر 2022"، وذلك بسبب أرضية ميدان ملعب "مصطفى تشاكر" التي كانت في أسوأ حالاتها ووجد رفاق الحارس مبولحي صعوبة كبيرة في تطبيق كرة جميلة أمام منتخب النيجر رغم الفوز العريض. الهدف التاريخي للمنتخب الوطني، إسلام سليمان، علق عقب مباراة الجزائر ضد النيجر، على أرضية ميدان ملعب مصطفى تشاكر، حيث صرح للتلفزيون العمومي قائلاً: "نحن نمثج الضرس أكثر للمنافسين، تأتي مرة في الشهر من أجل تمثيل الجزائر، من المؤسف أن نجد الميدان على هذه الحالة إنها كارثة. أما زميله رياض محرز فهو الآخر انتقد بشدة أرضية تشاكر خلال الندوة الصحفية التي نشطها رفقة المدرب جمال بلماضي، حيث أضاف قائلاً: "أظن أن أرضية الميدان هناك في النيجر ستكون أحسن من هنا، من محزن أن نقولها لكنها الحقيقة، عليهم ببذل مجهودات إضافية من أجل تحضير ميادين جيدة. وتابع: "لقد تابعنا بوركينافاسو الذي فاز برباعية دون مقابل، ولا شك أنهم سيفوزون بالمباراة القادمة، يجب أن نقول بأن الميدان كان سيء، وكانت فيه الرمال، لم يكن يصلح للعب، لا أفهم كيف لبلد بحجم الجزائر لا يتمتع بملعب جيد. بلعمري وبونجاح كانا قد نشرا صوراً لأرضية الملعب قبل بداية مباراة النيجر على حسابها الرسمي في منصة التواصل الاجتماعي "إنستغرام"، وعلقا عليها بسخرية واستخفاف بالفين، وكتبا: "أبهي حلة". وجاء انتقاد نجوم "الخضر" لأرضية ملعب مصطفى تشاكر السبئية منذ بداية التصفيات في مباراتي جيوتي والنيجر، اصطفاها إلى جانب مدرتهم، جمال بلماضي، الذي وجه انتقادات لاذعة لمسؤولي الملعب والرياضة الجزائرية خلال معسكر شهر سبتمبر الماضي، ما عرضه لموجة انتقادات لاذعة من طرف بعض الأطراف، وهو الأمر الذي لم يرق لزملاء جناح مانشستر سيتي.

نؤه بالأداء الذي قدمه اللاعب الواعد محمد الأمين عمورة

بلماضي: سليمان مثال لكل لاعبي جزائري ومباراة العودة في نيامي لن تكون سهلة"

أشاد الناخب الوطني، جمال بلماضي، بالمهاجم إسلام سليمان، بعد نجاحه في كسر الرقم القياسي لأفضل هداف في تاريخ الخضر برصيد 37 هدفاً، بتسجيله ثنائية في مرمر النيجر، من أصل الستة أهداف التي فاز بها "محاربو الصحراء". كما نوه بأداء لاعبيه وخص بالذكر سعيد بن رحمة، لاعب ويست هام، والساعد محمد الأمين عمورة، المنتقل حديثاً إلى نادي لوغانو السويسري وقال بلماضي في المؤتمر الصحفي، الذي عقده بعد مواجهة النيجر، تعليقاً على إنجاز سليمان، "سليمان يعرف ما أفكر فيه.. إنه مثال لي ولكل الأعبين الذين يلعبون في الدوري الجزائري". وأضاف، "إنه يتميز بالكثير من التضحية بالنفس والشجاعة"، قبل أن يتابع، "سنطلق على سليمان لقب "الرجل غير المفهوم"، فحتى أنا لا أفهم ذلك.. إنه لاعب سخى ومقاتل ويسجل أينما ذهب وارتحل". ولم يفت بلماضي الفرصة للإشارة إلى الانتقادات التي يتعرض لها سليمان رغم أرقامه المميزة مع "محاربي الصحراء"، سواء من الجماهير أو وسائل الإعلام، عندما قال: "إنه لاعب محترم ومقدر خارج الجزائر.. ربما سنكتشف ذلك هنا بعد فوات الأوان". وتوقع جمال بلماضي ألا تكون مباراة النيجر المقررة بين الفريقين يوم الثلاثاء المقبل، في نيامي سهلة؛ عطفاً على ما قدمه هذا المنتخب في الجزائر رغم الخسارة بسداسية، وصرح: "لم نتفاجئ بما قدمه هذا المنتخب في المرحلة الأولى من المباراة.. لقد حذرنا الآن قبل لقاء العودة"، وأضاف: "نحن نعرف أن الظروف المناخية ستكون معقدة.. أما عن أرضية الملعب فلن أتحدث عنها، هذا موضوع آخر"، وختتم: "سيكون هناك خصم يريد الانتقام، لا أعتقد أنهم سيتأهلون لكنهم سيلعبون من أجل رد الاعتبار". وسيم



حطّم رقما قياسيا دام لمدة 20 سنة

"سليماني" الهداف التاريخي لـ "الخضر"

قدمت الكثير من التضحيات طيلة مسيرتي الكروية، من أجل الوصول لهذا المستوى، وتسجيل 37 هدفا مع المنتخب بعد تشريفا لمسيرتي، ويؤكد أنني كنت في الطريق الصحيح" وأردف: "أتمنى أن أوصل تحطيم الأرقام القياسية، وأن أكون قدوة لكل لأبناء هذا الوطن، ومصدر الإلهام لهم.. أعتقد أنني لعبت رفقة الجيل المثالي والذهبي للمنتخب الجزائري، وهذا سمح لي بزيادة حصيلتي التهديفية.. ورغم أن مسيرتي كانت مستقرة مع المنتخب، إلا أنني أمر بأفضل فتراتي حاليا". وختتم المتحدث: "الآن حققت واحدة من رغباتي مع الخضر، لكن أحلامي وأهدافي الدولية لن تتوقف، فأنا هنا لمساعدة منتخب بلادي للوصول إلى نهائيات كأس العالم.. هذا حلمي وحلم كل المجموعة".

بلماضي: "إنه لاعب مقاتل ويسجل أينما ذهب وارتحل"

الناخب الوطني، جمال بلماضي، هو الآخر أشاد بلاعبه إسلام سليمان، بعد نجاحه في كسر الرقم القياسي لأفضل هداف في تاريخ الجزائر برصيد 37 هدفا، بتسجيله ثنائية في مرمى النيجر، من أصل الستة أهداف التي فاز بها "محاربو الصحراء" في لقاء الجولة الثالثة من منافسات المجموعة الأولى لتصفيات أفريقيا المؤهلة إلى نهائيات كأس العالم 2022. قال بلماضي في المؤتمر الصحفي، الذي عقده بعد مواجهة النيجر، تعليقا على إنجاز سليمان: "سليمان يعرف ما أفكر فيه.. إنه مثال لي ولكل اللاعبين الذين يلعبون في الدوري الجزائري". مضيفا: "إنه يتميز بالكثير من التضحية بالنفس والشجاعة"، قبل أن يتابع: "ستطلق على سليمان لقب 'الرجل غير المشهور'، فحتى أنا لا أفهم ذلك.. إنه لاعب مقاتل ويسجل أينما ذهب وارتحل".

أصبح اللاعب الدولي الجزائري إسلام سليمان، مهاجم نادي أولمبيك ليون الفرنسي، أفضل هداف في تاريخ المنتخب الجزائري لكرة القدم، بوصوله لهدفه الـ 37، وذلك خلال مباراة الجزائر والنيجر التي أقيمت أول أمس الجمعة في الجولة الثالثة من دور المجموعات لتصفيات أفريقيا المؤهلة إلى نهائيات كأس العالم 2022، عندما سجل هدفين رغم مشاركته بديلا في مباراة انتهت بفوز الخضر بستة أهداف لواحد، ليُدخل سليمان تاريخ الكرة الجزائرية من الباب الواسع. وكان الرقم القياسي السابق بحوزة المهاجم السابق عبد الحفيظ تاسفاوت بـ 36 هدفا، والذي صمد لحوالي 20 عاما، ونجح سليمان في التفرّد برقم قياسي تاريخي جديد، وهو الذي وضعه هدفا له منذ فترة وبمباركة من الناخب الوطني، جمال بلماضي، وحتى زملائه في المنتخب، الذين ساعدوه في المباريات الماضية في الحصول على فرص أكثر للتسجيل. وتصدّر تاسفاوت ترتيب أفضل هدافي المنتخب الجزائري عبر التاريخ لسنوات طويلة، بعد تسجيله 36 هدفا في 83 مباراة لعبها مع المنتخب في الفترة الممتدة من 17 ديسمبر 1990 إلى 28 جانفي 2002، أي على مدار 12 سنة كاملة، في حين أن سليمان سجل 38 هدفا في 77 مباراة دولية لعبها في الفترة الممتدة من 26 ماي 2012 إلى 8 أكتوبر 2021، أي خلال 9 سنوات فقط والسلسلة مستمرة.

"الفيضا" و"الكاف" يشيدان بـ "السوبر سليم"

وأشادت هيئات كروية عالمية، بالإنجاز الذي حققه المهاجم إسلام سليمان، الذي أصبح الهداف التاريخي للمنتخب الجزائري، وذلك بتسجيله هدفين من سداسية "المحاربين" أمام النيجر ضمن الجولة الثالثة من تصفيات القارة الأفريقية المؤهلة إلى مونديال قطر 2022. ووصل إسلام سليمان إلى هدفه الـ 37، متجاوزا النجم السابق عبد الحفيظ تاسفاوت الذي سجل في مسيرته مع المنتخب الجزائري 36 هدفا، ليحظى بإشادة من الاتحاد الدولي لكرة القدم الفيضا، الذي نشر صورة مهاجم ليون الفرنسي مع تعليق: "سليمان هداف التاريخي للجزائر.. الأسطورة الجزائرية". بدوره أشاد موقع الاتحاد الأفريقي "الكاف" بالإنجاز الذي حققه إسلام سليمان، حيث عبر حسابيه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر"، كتب: "إسلام سليمان يكتب التاريخ، حيث أصبح أحسن هداف في تاريخ المنتخب الجزائري".

سليمان: "أقدمت الكثير من التضحيات للوصول لهذا المستوى"

عبر إسلام سليمان مهاجم المنتخب الوطني عن سعادته بعبارة لقب الهداف التاريخي للخضر. وسجل سليمان هدفين خلال الفوز الكاسح على النيجر بسداسية مقابل واحد، ضمن تصفيات كأس العالم 2022، ليتجاوز رقم الهداف التاريخي، عبد الحفيظ تاسفاوت، ويصعد على 37 هدفا مع المنتخب. وأوضح اللاعب خلال المؤتمر الصحفي بعد مباراة النيجر قائلا: "فخور جدا بتحطيم الرقم القياسي لأفضل هدافي المنتخب، وكتابة اسمي بأحرف من ذهب في تاريخ الخضر". وأضاف: "لقد

بعد أن أصبح أفضل هداف لـ "الخضر"

"الصحف العالمية" تحتفي بإنجاز "سليمان"

احتفت الصحف العالمية بإنجاز الدولي الجزائري إسلام سليمان بعد أن أصبح أفضل هداف في صفوف "الخضر". وكان سليمان سجل ثنائية خلال مواجهة النيجر، ضمن تصفيات كأس العالم، ليرفع رصيده لـ 37 هدفا، متقدما ببارق وحيد على اللاعب السابق عبد الحفيظ تاسفاوت، الهداف التاريخي الأسبق ونشرت صحيفة "الكيك" الفرنسية مقالا عبر موقعها الرسمي بعنوان: "إسلام سليمان يكتب تاريخ المنتخب الجزائري"، وجاء في المقال: "الثنائية التي سجلها سليمان أمام النيجر مكنت مهاجم أولمبيك ليون من أن يصبح الهداف التاريخي لمنتخب بلاده". في المقابل، أشادت مجلة "أونز مونديال" الفرنسية بالإنجاز أيضا، ونشرت مقالا جاء فيه: "المنتخب الجزائري يقوم بنهضة بفضل رياض محرز والقياسي سليمان". وقال ذات المصدر في هذا الصدد: "استعراض سليمان بدأ بتسجيل ثنائية سريعة مكنته من دخول تاريخ كرة القدم الجزائرية كأفضل هداف لمحاربي الصحراء". وحذا حذو الصحيفة موقع "فوت ميركاتو" الفرنسي الذي وصف إسلام سليمان بـ "اللاعب التاريخي" الذي نجح في كسر رقم تاسفاوت الخاص بأفضل هداف في تاريخ محاربي الصحراء. أما موقع قناة "يوروسبورت" الأوروبية فقال في تحليله للمباراة: "سليمان دخل التاريخ ليصبح أفضل هداف في المنتخب الوطني، متقدما على عدة أساطير على غرار عبد الحفيظ تاسفاوت ورايح ماجر ولخضر بلومي".

بخصوص عدم مشاركته بانتظام مع مانشستر سيتي

"محرز" يطمئن الجزائريين ويؤكد عودته بقوة

"مانشستر سيتي" يشيد بتألق "محرز" ضد "النيجر"

أشاد نادي مانشستر سيتي الإنجليزي بلاعبه الدولي الجزائري رياض محرز، بعدما تمكن من قيادة محاربي الصحراء إلى تحقيق الانتصار ثمين على حساب النيجر (6-1)، في الجولة الثالثة من التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس العالم قطر 2022 ونجح محرز في تسجيل هدفين خلال المواجهة، حيث افتتح التسجيل في الدقيقة 27، بتسديدة قوية من مخالفة بعيدة، قبل أن يضيف الهدف الثالث لبلاده في الدقيقة 59 من ركلة جزاء. وقال مانشستر سيتي، عبر حسابيه الرسمي على "فيسبوك": "رياض محرز يتوهج مجددا ويقود الجزائر لتجاوز سداسية على حساب النيجر في تصفيات كأس العالم 2022". وأضاف: "نجمنا سجل هدفين وسلسلة اللاهزيمة لمحاربي الصحراء تصل إلى 30 مباراة".



طمأن الدولي الجزائري رياض محرز، مهاجم مانشستر سيتي الإنجليزي، الجزائريين بخصوص وضعيته مع المان سيتي وعدم مشاركته بانتظام، مشيرا إلى أنه يحترم قرارات المدرب الإسباني بيبي غوارديولا، وأنه سيعود أكثر قوة مستقبلا، وفاز الخضر على النيجر بستة أهداف لهدف في لقاء أقيم لحساب الجولة الثالثة من دور المجموعات لتصفيات أفريقيا المؤهلة إلى نهائيات كأس العالم "قطر 2022"، وشهد تسجيل محرز هدفين، أحدهما من مخالفة مباشرة رائعة والثاني من ضربة جزاء، ليعادل بهدفه الأول رقم هلال العربي سوداني، قبل أن يتخطاه ويتوج في تسجيل هدفه الرابع والعشرين بقميص محاربي الصحراء. وصرح محرز خلال المؤتمر الصحفي ردا على سؤال متعلق بوضعيته في مانشستر سيتي قائلا: "لا أحب الحديث عن فريقتي عندما أكون في المنتخب الجزائري..". وأضاف: "أنا في فريق رائع مع لاعبين رائعين، صحيح أنني لا ألعب كثيرا لكن ذلك جزء من كرة القدم لأن المدرب هو من يتولى الاختيار". وتابع محرز: "سأعود بقوة إن شاء الله.. لا شيء يدعو للقلق"، في رسالة موجهة للجمهور الجزائري القلقة على نجمها الأول من معاملة الفيلسوف بيبي غوارديولا، قبل أن يتحول "ساحر العرب" للحديث عن لقاء النيجر بقوله: "في إفريقيا لا يمكنك مراوغة الجمع، أحاول تقديم ما بوسعني للفريق".

نشر صورة له عبر التوتير تحمل عدد أهدافه مع المنتخب

"سليمان" فخور بإنجازه الجديد مع "محاربي الصحراء"

أبدى الدولي الجزائري إسلام سليمان، لاعب نادي ليون الفرنسي، فخره بالإنجاز الذي حققه رفقة المنتخب الوطني خلال مواجهة النيجر ونشر إسلام سليمان، تغريدة عبر حسابه الرسمي على "تويتر"، عبر من خلالها عن فخره بالإنجاز الذي حققه بكلمة واحدة، أين كتب "فخور"، وأضاف عبر حسابيه الخاص على الفايسوك تعليق "شكرا وطني"، وأرفق مهاجم الخضر، هذه التغريدة، بصورة له بقميص المنتخب الوطني يتصدرها الرقم 37 والذي يشير لعدد الأهداف التي سجلها في مشواره مع "الأفانك".

جون ميشال كفالتي، مدير النيجر:

"صراحة لم أعرف فريقتي خلال الشوط الثاني"

أعرب جون ميشال كفالتي، مدرب منتخب النيجر، عن إمتعاضه من الهزيمة القاسية التي تعرض لها على يد الجزائر بنتيجة (6-1)، في المباراة التي لعبت أول أمس الجمعة برسم الجولة الثالثة من التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022. وقال كفالتي، خلال المؤتمر الصحفي بعد اللقاء: "حزين جدا بعد هذه الهزيمة القاسية، كنت أتمنى أن نعود بنتيجة إيجابية إلى النيجر، لكن للأسف لم نتمكن من تحقيق ذلك، أمام منتخب كانت إرادته أقوى منا". وأضاف: "أشعر بالمرارة بعدما تكبدنا خسارة كبيرة، لقد لعبنا بطريقة جيدة في الشوط الأول، ولكننا صوبنا للمنتخب الجزائري، لكننا لم نكن في المستوى خلال الشوط الثاني، وارتكبنا هفوات قاتلة.. صراحة لم أعرف فريقتي". وواصل: "علينا الآن أن نتطلع إلى الأمام، ونبدأ التحضير بجدية لمباراة الإياب.. سنعمل على تصحيح الأخطاء، وتحسين الأداء العام للمنتخب لتحقيق نتيجة إيجابية، تسمح لنا بالحفاظ على حظوظنا قائمة في تجاوز هذا الدور".

وسيم



التشكيلة تعادلت أمام بن عكنون في أولى الوديات

لعزازي مناجيرا عاما لـ "النصرية"



عينت إدارة نصر حسين داي، أمس اللاعب الدولي السابق سيد علي لعزازي في منصب مناجير عام للفريق، وذلك خلفا لشعبان مرزقان. وأعلنت الإدارة الجديدة لـ "النصرية" برئاسة المدير العام المؤقت سفيان بوضراوية عن تعيين لعزازي كمناجير عام، ضمن سياساتها لإجراء تغييرات شاملة على مستوى النادي العاصمي، على أمل إعادة نصر حسين داي إلى الواجهة مجدداً بداية من الموسم المقبل، وذلك بعد المشاكل التي عانى منها الفريق والنتائج الكارثية التي حققها زملاء بن شلف في السنوات الأخيرة. ويسعى المدير "التنويري" إلى شمل بيت "الملاححة" من خلال جلب قداماء اللاعبين إلى الفريق في صورة لعزازي وهو الأمر الذي

من شأنه يقدم الإضافة للنادي الذي عانى من سوء التسيير في المواسم الماضية. وعلى صعيد آخر، تعادلت تشكيلة نصر حسين داي مساء أول أمس، في أول مباراة ودية تحضيرية خلال الترتيب الذي يجريه الفريق بزراودة، وواجه أشبال المدرب كريم زاوي، نادي نجم بن عكنون في لقاء انتهى بالتعادل الإيجابي بهدف لمتله، حيث وقف الطاقم الفني على مستوى التشكيلة بمن فيهم اللاعبين القدامى والجدد، فيما كانت المواجهة فرصة لمعاينة عناصر بعد قرابة أسبوعين على انطلاق التحضيرات للموسم الكروي الجديد في 22 أكتوبر الجاري.

تحتسبا لمواجهة نادي أسيك ميموزا في رابطة أبطال إفريقيا

إدارة بلوزداد تبرمج سفريّة كوت ديفوار هذا الأربعاء

ضبطت إدارة نادي شباب بلوزداد، مخطط سفريّة كوت ديفوار لمواجهة نادي أسيك ميموزا المحلي يوم 16 أكتوبر الحالي، برسم ذهاب الدور التمهيدي الثاني لرابطة أبطال إفريقيا. وبرمجت إدارة "أبناء العقيبة" رحلة أشبال المدرب باكيثا، يوم الأربعاء المقبل نحو العاصمة أوجا على متن طائرة خاصة، وذلك قبل 3 أيام على موعد المباراة من أجل وضع اللاعبين في أحسن الظروف، ومنحهم الوقت الكافي للتأقلم مع الأجواء السائدة في كوت ديفوار على أمل العودة بنتيجة إيجابية من هناك تسهل أمورهم في لقاء الأياب بالجزائر أسبوعا بعد ذلك. وفي سياق متصل، عادت تشكيلة النادي العاصمي، أمس، إلى أجواء التحضيرات مجددا بملعب 20 أوت، وذلك بعدما استعاد اللاعبون من يومي راحة، عقب نهاية ترميم مستغانم يوم الخميس الماضي بمواجهة ودية أمام مولودية وهران انتهت بالتعادل السلبي، وسحمت للطاقم الفني الجديد بقيادة التقني البرازيلي ماركوس باكيثا بأخذ نظرة على مستوى لاعبيه وجاهزيتهم للعودة إلى المنافسة الرسمية. ويبحث المدرب الجديد عن التعرف على لاعبيه أكثر بعدما التحق متأخرا بتدريب الفريق بمستغانم، أين سيعمل في الحصص التدريبية القليلة قبل التنقل إلى كوت ديفوار لضبط التشكيلة الأساسية للفريق بالتشاور مع المدرب المساعد كريم يختي الذي يعرف المجموعة جيدا بما أنه يتواجد مع الفريق منذ الموسم الماضي وأشرف على تحضير النادي البلوزدادي منذ انطلاق الموسم خلفا للمدرب الصربي زوران مانوفيتش الذي غادر التشكيلة.

اللاعبون الدوليون منتظرون اليوم في التدريبات

وعلى صعيد آخر، من المنتظر أن يعود خماسي المنتخب الوطني المحلي اليوم إلى أجواء التدريبات رفقة تشكيلة النادي العاصمي، ويتعلق الأمر بكل من غايا، كداد، مريزق، دراوي وآيت عبد السلام، وذلك بعد نهاية التزامهم مع "الخضر" بمواجهة ودية أمام البنيين أمس، ضمن استعدادات المحليين للمشاركة في كأس البطولة العربية ديسمبر المقبل.



التونسي السليمي يباشر مهامه مع أولمبي المدينة

بأمر المدرب التونسي لطفي السليمي مهامه رسميا مع نادي أولمبي المدينة، رفقة مساعده خالد لموشية، بعدما التحق أول أمس بالمركز الوطني للرياضة والتسليّة بأعلى تيكجدة في ولاية البويرة، حيث شرعا في تحضير الفريق تحسبا للموسم الكروي الجديد بالرابطة المحترفة الأولى. وقبل الشروع في العمل اجتمع المدرب السليمي مع أشباله حيث كانت الفرصة مواتية للحديث معهم عن برنامج الترتيب وانتظاره منهم حيث كان واضح معهم وأصر على ضرورة العمل بجد في هذا الترتيب. من جانب آخر، خاض عشية أمس فريق أولمبي المدينة ثاني اختبار ودي للاعبين في الموسم الجديد بالنسبة لكتيبة الأولمبي، والأول تحت أنظار المدرب الجديد نبيل سليمي في مواجهة شباب جيغل التي لعبت بداية من الساعة الرابعة مساء على ملعب تيكجدة بعد التعادل أول لقاء ودي تحضيريا للموسم الجديد بتربص تيكجدة وذلك بنتيجة سلبية ضد أمل الأربعاء، حيث كان اللقاء فرصة للطاقم الفني لتجريب اللاعبين والتعرف عليهم عن كثب، وتقييم أداء الوافدين الجدد بعد فترتين من التحضيرات، الأولى بملعب الإمام الياس بالمدينة، والثانية خلال المعسكر التحضيري للنادي البرتغالي بتيكجدة، والذي يدوم إلى غاية الـ 13 أكتوبر الجاري.

رياض خ

سفيان ع

التشكيلة واجهت نجم رادس في آخر لقاء ودي الوفاق يختمم تربص تونس ويعود اليوم لأرض الوطن

اختتمت الوفاق السطايفي تربصه التحضيري الذي أقيم بتونس العاصمة والذي دام لثلاثة أيام، حيث أن زملاء القائد عبد المومن جابو واجهوا يوم أمس فريق نجم رادس الناشط في الدرجة الثانية من البطولة التونسية، حيث أن الكوكي أشرك في بداية اللقاء العناصر الغير معنية بالمشاركة الإفريقية وفي الشوط الثاني قام بإقحام بعض اللاعبين المؤهلين إفريقيا. كما أن البعثة السطايفية ستشهد الرحال لأرض الوطن زوال اليوم عبر رحلة جوية من مطار قرطاج الدولي صوب مطار هواري بومدين بالجزائر العاصمة. أما عن الترتيب فقد أكد الكوكي أنه كان ناجحا بنسبة 90% بالتمتع بسبب عدم مشاركة اللاعب دباري في الترتيب وكذلك تأخر بعض العناصر في الالتحاق بسبب عدم حصولهم على ترخيص العبور في الوقت المناسب.

بوعود: "تربصا كان ناجحا لأبعد الحدود ونحن جاهزون لكل المنافسات"

تحدث المدير الرياضي للوفاق السطايفي هشام بوعود عن الترتيب حيث أكد أن الترتيب كان ناجحا لأبعد الحدود حيث أن اللاعبين بذلوا مجهودات كبيرة خلال فترة التحضيرات وسيكونون في الموعد في مختلف المنافسات الرسمية، كما نوه بوعود باحترافية الطاقم الطبي والفني على العمل الذي قاموا به خلال هذا الترتيب.

"نحن في مفاوضات مع العديد من الممولين داخل وخارج الوطن"

كما تحدث بوعود عن الضائقة المالية التي يعاني منها النادي حاليا حيث أكد المعني أن إدارة الوفاق تتحرك في كل الاتجاهات من أجل الظفر بعقود تمويلية وانها تتفاوض حاليا بعض الشركات في داخل الوطن وخارجه خصوصا وأن قميص الوفاق حاليا خالي من السبونسور.

"أقصة الأناصير ستكون في سطيف بعد 10 أيام"

بعد مطالبة أنصار الوفاق في العديد من المرات بضرورة طرح أقصة الفريق في السوق فقد أكد المدير الرياضي بوعود أن الأقصة الخاصة بأناصير الوفاق ستكون حاضرة بسطيف بعد عشرة أيام على أقصى تقدير حيث أن الإدارة وجدت طريقة من أجل جلبها من مصر وهي تعمل حاليا على نقلها بأقصى سرعة ممكنة.

إسحاق طوكوك

إتحاد العاصمة "سوسطرة" تصطدم بـ "الجمراوة" في أقوى اختبار ودي

تخوض تشكيلة إتحاد العاصمة عشية اليوم، بداية من الساعة الرابعة، مواجهة قوية أمام مولودية وهران، في خامس مباراة ودية له هذا الموسم، وذلك على أرضية ملعب بومزراق بالشلف. ضمن استعدادات الفريقين لانطلاق الموسم الكروي الجديد في بطولة الرابطة المحترفة الأولى. تشكيلة الإتحاد وبعد دخول المنعرج الأخير من التحضيرات التي تتواصل بملعب عمر حمادي ببولوجين، ترغب في الوصول إلى الجاهزية القصوى من كافة الجوانب، كما يرغب الطاقم الفني بقيادة المدرب الفرنسي دينيس لافان في خلق انسجام أكثر في التشكيلة والحسم في معالم التشكيلة التي سيبدأ بها الموسم في مواجهة نصر حسين خلال الجولة الافتتاحية من البطولة، إذ تتبدو مواجهة مولودية وهران ورغم طابعها الودي اختيارا جيدا لرفقاء عبد الرحمان مزيان. ولم يتمكن فريق إتحاد العاصمة من تحقيق الفوز لحد الآن، رغم خوضه ثلاثة لقاءات ودية ضمن الترتيبات الإعدادية التي يجريها قبل بداية الموسم، حيث تعادل في اللقاء الأول بالتعادل السلبي أمام وداد مستغانم، ثم تعادل مجددا أمام أولمبي الشلف بنتيجة هدفين لمتلهما، قبل أن ينهزم في آخر لقاء أمام شبيبة الساورة بثنائية نظيفة. ويبقى التقني الفرنسي دينيس لافان يبحث عن خلق الانسجام بين تشكيلة الفريق التي عرفت بعض التغييرات في التركيبة البشرية، تصحيح الأخطاء والتفانص التي دونها في المباريات الثلاثة، سواء في الشق الدفاعي الذي تلقى أربعة أهداف كاملة، أو على مستوى الهجوم الذي سجل هدفين وافتقر إلى إنهاء الكم الهائل من الفرص الضائعة إلى أهداف.

بيشاري يحدد موعد اعتماد تقنية "var" في الجزائر

كشف نائب رئيس لجنة التحكيم على مستوى الإتحاد الجزائري لكرة القدم، محمد بيشاري، أن انطلاق تقنية حكم الفيديو "VAR" ستدخل حيز التنفيذ بداية من الموسم المقبل للرابطة المحترفة. وفي تصريحات للإذاعة الوطنية، أكد بيشاري أن المشروع لن يطبق خلال مرحلة الذهاب من الموسم الكروي، لأن الأمر يتطلب تجهيزات تقنية، مع إمكانية أن تدخل حيز التنفيذ في مرحلة العودة قائلا "نحن نعمل على تطبيق تقنية الفيديو في البطولة، لكن انطلاقا من الجولة الأولى، يبقى مستبعدا من الناحية التقنية". مؤكدا في ذات السياق، عن الحاجة للتنسيق مع الشركة المكلفة بتسيير هذه التقنية ومع التلفزيون العمومي، من أجل توفيره في جميع الملاعب بداية من مرحلة العودة، مبرزا "ستقوم بعقد اتفاقات مع الشركة المكلفة، وكذلك مع التلفزيون العمومي المالك للحقوق، واعتقد أنه وفقا للبرنامج الذي سطرناه ستكون هذه التقنية متوافرة انطلاقا من مرحلة الأياب، وفي كل ملاعب أندية الدرجة الأولى". وكانت رابطة المحترفة لكرة القدم قد سحبت، الخميس، رزنامة الموسم الكروي الجديد الذي سيلعب في 34 أسبوعا، مع العلم أن الجولة الأولى اشتملت على لقاءات نارية يتقدمها "ديربي" عاصمي مثير بين شباب بلوزداد ومولودية الجزائر.

مؤكدة أن مرحلة التحضيرات تجري في ظروف جيدة

إدارة براهيمية تفند مغادرة اللاعبين تربص عين البنيان

المولودية تفوز وديا أمام ححوط

نفت إدارة مولودية الجزائر الأنباء التي تم تداولها بخصوص مغادرة بعض اللاعبين تربص الفريق دون إذن من الطاقم الفني ومسؤولي النادي العاصمي، مؤكدة أن التحضيرات التي يجريها الفريق يعين البنيان تسيير في ظروف جيدة عموما ما يشاع. وفندت إدارة براهيمية، في بيان لها عبر الصفحة الرسمية للفريق على "فايسبوك"، الشائعات التي ربطت بمغادرة بعض اللاعبين تربص الفريق دون إذن الإدارة مثلما سوتت له بعض الأطراف، مشيرة أن اللاعبين غادروا الفندق من أجل إجراء الكشوفات الصحية المطلوبة من الرابطة مثلما هو معمول به قبل بداية كل الموسم، وانتقلوا بعدها مباشرة لمقر النادي المجاور لمركز إجراء الكشوفات من أجل إجراء إدارة قبل العودة إلى الفندق لتناول الغداء. وعلى خلفية سير الأمور بصفة طبيعية أكدت إدارة المولودية أن رئيس مجلس الإدارة لم يفكر بتاتا في إحالة عدد من اللاعبين على مجلس التأديب أو اتخاذ أي إجراء آخر.

حقق فريق مولودية الجزائر أمس، فوز كبيرا في اللقاء الودي التحضيري استعدادا للموسم الكروي الجديد بالرابطة المحترفة الأولى، حين تجاوز إتحاد ححوط بنتيجة ثلاثة أهداف لصفر خلال المباراة التي احتضنها ملعب 5 جويلية. وسجل ثلاثية "العميد" كل من محمد إيمان، طاهر فتح الله، والدولي الغاني جوزيف إيسو. وتمكن المهاجم الغاني من خطف الأنظار خلال اللقاءين الوديين اللذين لعبهما فريق مولودية الجزائر في فترة التحضيرات الحالية، حيث استطاع المهاجم البالغ من العمر 24 سنة من تسجيل الهدف الوحيد في مباراة شباب تيجلابين، وواصل المهاجم الغاني التاق في الودية الثانية أمام إتحاد ححوط أين تحصل على ركلة جزاء وسجل هدفا آخر. ليبين على رغبته في خطف مكانة أساسية مع بداية الموسم الجديد في ظل المنافسة الكبيرة في الشق الهجومي. سفيان ع



البطولة الوطنية للكانوي كياك بميلة

سيطرة الجمعية الرياضية "خديم مصطفى" من وهران

سيطرت الجمعية الرياضية "خديم مصطفى" من ولاية وهران على منافسات البطولة الوطنية للكانوي كياك التي احتضنتها ولاية ميلة و اختتمت اليوم السبت ذلك بنيلها 15 ميدالية بمجموع 30 نقطة. وحسب ما تضمنته النتائج المعلن عنها في ختام هذه البطولة التي جرت منافساتها بسد بني هارون بمنطقة فرضوة التابعة لبلدية سيدي مروان (شمال ميلة) فقد توجت الجمعية الرياضية "خديم مصطفى" بلقب أحسن نادي رياضي مشارك في هذه البطولة بعد أن ظفرت بـ3 ميداليات ذهبية و7 فضية و5 برونزية وذلك في اختصاص الكانوي والكياك. وبذلك نالت هذه الجمعية لقب بطل الجزائر في هذه البطولة التي دامت 3 أيام متتالية بمشاركة 5 ولايات من الوطن هي الجزائر العاصمة الممثلة بأربعة أندية و وهران بثلاثة أندية وعناية بخمسة أندية وعين الدفلى بناد واحد إلى جانب ولاية ميلة المستضيفة للحدث والممثلة بنادياها الوحيد الناشط في اختصاص التجديف والكانوي كياك. وقد حل نادي "الشباب الجزائري للتجديف والكانوي كياك" من الجزائر العاصمة في المركز الثاني بعد أن نال مملووه في هذه المنافسات 12 ميدالية (6 ذهبيات و3 فضيات و3 برونزيات) بمجموع 27 نقطة، فيما عادت المرتبة الثالثة لنادي "سباق نوتيك الجزائر" الذي اهتم رياضيوه 11 ميدالية (4 ذهبيات و4 فضيات و3 ميداليات برونزية) بمجموع 24 نقطة. يذكر أن العدد الإجمالي للمشاركين في منافسات البطولة الوطنية للكانوي كياك التي نظمتها الاتحادية الجزائرية لجمعيات التجديف والكانوي كياك بالتنسيق مع مصالح مديرية الشباب والرياضة لولاية ميلة فاق الـ140 في مختلف الفئات العمرية، تنافسوا حسب الاصناف على مسافات 200 متر و500 متر و1000 متر وكذا سباق الماراطون. وأقادت الجهات المنظمة أن هذه التظاهرة الرياضية جرت في ظروف "جيدة"، ما يعد مؤشرا "إيجابيا" عن حسن سير وتنظيم البطولة الوطنية المقبلة للتجديف التي سيحتضنها سد بني هارون في الفترة من 28 إلى 30 أكتوبر.

حسب ما أفادت به الاتحادية الجزائرية للاختصاص

منتخب الملاكمة يستفيد من المنشآت الرياضية لوزارة الدفاع

قررت مصلحة الرياضة بوزارة الدفاع الوطني وضع مختلف المنشآت الرياضية العسكرية المنتشرة عبر كامل النواحي العسكرية، تحت تصرف الفريق الوطني للملاكمة، الذي يضم في صفوفه عدة ملاكمين منتسبين للمنتخب الجزائري العسكري، حسب ما أفادت به الاتحادية الجزائرية للاختصاص. واجتمع مدير مصلحة الرياضة بوزارة الدفاع الوطني، اللواء عمر قريرش برئيس الهيئة الفدرالية، فرحات فزيل، من أجل دراسة سبل تطوير الملاكمة الجزائرية، وكذا أهم التحديات التي تواجه الفن النبيل، للرفع من مستوى أداء القضاة الجزائري في المحافل الدولية والمنافسات القارية والمتوسطة المقبلية. وحسب الاتحادية الجزائرية للملاكمة، "سيكون للأطعم الفنية والطبية العسكرية دورا هاما وفعالا في تقديم العون لمختلف المنتخبات الوطنية"، وأضاف نفس المصدر مساء أمس الجمعة أن اللواء عمر قريرش "أسدى تعليمات من أجل توفير جميع الوسائل للمنتخبات الوطنية لرفع الرابطة الوطنية في مختلف الاستحقاقات القادمة لاسيما الألعاب المتوسطية المقررة بهران في الصائفة القادمة". هذا واعتبر رئيس الاتحادية الجزائرية للملاكمة أن هذه الاتفاقية "من شأنها إعطاء دفع للمنتخب الوطني للملاكمة ولكل المنتخبات".



البطولة الوطنية للدراجات الجبلية

تتويج منصور سي عبد الجليل في هبوط المنحدرات

توج كل من الدارج عبد الرحمان منصور من مولودية الجزائر في اختصاص اختراق الضاحية و سي عبد الجليل من نادي أرز أوراس باتنة في هبوط المنحدرات بلقب البطولة الوطنية للدراجات الجبلية التي جرت يومي الجمعة والسبت بغابة الصنوبر بتيارت. ففي سباق الأكاير في اختصاص اختراق الضاحية على مسافة 21 كلم، عادت المرتبة الأولى إلى عبد الرحمان منصور من مولودية الجزائر متبوعا بعبد الرؤوف بن قابو وأسامة شبلوي من الاتحادية الجزائرية للدراجات. وفي فئة الكبريات على مسافة 12ر6 كلم فقد عادت المرتبة الأولى لياسمين المداح من نادي دالي إبراهيم متبوعة بعزوز شهرة من نادي الرويبة وزيات شهرزاد من نادي قائمة ولدى الأواسط على مسافة 12ر6 كلم حل في المركز الأول رشاش عبد الرحيم من نادي الحجار متبوعا على التوالي بزيدي وليد من مولودية الجزائر و بلعربي عبد الكريم من نادي تلمسان. ولدى الأشبال ذكور على مسافة 8ر2 كلم في اختصاص اختراق الضاحية، حل في المركز الأول أنس رياحي من نادي تلمسان متبوعا على التوالي ببن حاجي سراج محمود من نفس النادي و حداد إسماعيل من مولودية الجزائر. وفي سباق الشبالات، فازت قيد سليمان سرور من تلمسان، متبوعة بكل من ميشاب ملاك و بوسع سهام من نادي الرويبة. أما سباق هبوط المنحدرات على مسافة 2ر1 كلم الذي أقيم أمس الجمعة، فقد عرف تتويج سي عبد الجليل من نادي أوراس باتنة بزمن قدره 3 دقائق و25 ثانية متقدما على كل من نور الإسلام رمضان من نفس النادي بـ3 دقائق و28 ثانية وتوفيق قوياش من نادي تيارت بـ3 دقائق و44 ثانية. ومن خلال هذه البطولة يتأهل أصحاب المراكز الأولى لتمثيل الجزائر في البطولة العربية للدراجات الهوائية الجبلية المقرر إجراؤها شهر نوفمبر المقبل بمصر. وعرفت هذه التظاهرة في رياضة "الملكة الصغيرة" التي نظمتها نادي الدراجات الجبلية لتيارت بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للدراجات مشاركة أزيد من 150 متسابق من فئات الأشبال والأواسط والنخبة والأكاير ذكور وإناث يمثلون 28 ناديا من الوطن. وفي ختام هذا المنافسة وزعت الجوائز والكؤوس على الدارجين المتأهلين بحضور أعضاء من الاتحادية الجزائرية للدراجات وممثلي مديرية الشباب والرياضة بالولاية وبعض الوجوه الرياضية.

فيما صنعت عودة العايب الحدث لدى الأتصار

لفقي رئيسا جديدا لمجلس إدارة اتحاد الحراش

عين أعضاء الجمعية العامة لاتحاد الحراش، محمد لفيقي رئيسا جديدا لمجلس إدارة "الصفراء"، خلفا لعمير بوسليمان الذي قاد الفريق الموسم الماضي، وانعقدت أمس الجمعية العامة لـ"الصفراء" بتيزي وزو، والتي شهدت تنصيب لفيقي رئيسا لمجلس الإدارة وأيضا عودة الرئيس السابق محمد العايب التي صنعت الحدث في أوساط النادي العاصمي كمدير عام، فيما عين لفيقي مديرا تقنيا، وكما الحال متاجيرا عاما. هذا فيما أكدت مصادر مقربة من بيت الاتحاد أن الإدارة الجديدة تستهدف التعاقد مع المدرب عبد القادر عمراني لقيادة الفريق في الموسم الجديد من القسم الثاني هواة.

البطولة الإفريقية للسباحة بغانا

العناصر الوطنية تطمح لتحقيق نتائج إيجابية

يطمح عناصر الفريق الوطني للسباحة لتحقيق نتائج إيجابية ضمن المنافسة الرسمية التي تدخل في إطار البطولة الإفريقية التي ستجري بالعاصمة الغانية أكرا، من 11 إلى 17 أكتوبر بهدف تحقيق نتائج إيجابية خلال الموعد الإفريقي ضمن صنف الأكاير، بما أن الجزائر لن تشارك لدى الأواسط لأسباب مادية، وعدم جاهزية أغلب السباحين. تنتقل الوفد الجزائري، أمس، على متن رحلة قادتهم عبر الدوحة القطرية بتواجد كل من رئيس الاتحادية بوغادو، مدير المنتخبات الوطنية عبد الرحمان لمين، المدرب مولود بوشندوقة، طبيب الفريق، والسباحين عبد الله عرجون وأسامة سحنون المتواجد بالجزائر، بينما يلتحق كل من رمزي شوشار، جواد سيود وأمال مليح بمكان الحدث مباشرة من باريس للدخول في جو المنافسة القارية بعدما كانت نتائج الفحص بالبي سي آر سلبية، ما يعني أن السباحين وضعية صحية جيدة.

استئناف عملية صيانة أرضية ملعب تشاكر

استأنفت عملية تهيئة أرضية ملعب مصطفى تشاكر، أمس السبت، تاهبا للقاء المنتخب الوطني ونظيره البوركينابي، شهر نوفمبر المقبل، في إطار تصفيات كأس العالم 2022. وأكد مصدر من مكتب متعدد الرياضات بالبلدية أن المؤسسة التي تعمل حاليا على إعادة تهيئة أرضية ملعب مصطفى تشاكر، لم يجدد عقدها الذي انتهى قبل أشهر. وأضاف ذات المصدر، أنه من الطبيعي أن يبقى حال العشب الطبيعي على حاله ولن يعود كما كان عليه في وقت سابق، لأن البذرة التي كانت تزرع في الأرضية غير متوفرة حاليا. وفي سياق متصل، أكد أن عدم توفر البذور وغيابها عن السوق منذ فترة طويلة، بسبب فيروس كورونا من بين أسباب تلف أرضية ملعب تشاكر، وعملية الصيانة اليومية، لا تكفي لجعل العشب في حالة جيدة. ومن المنتظر أن تتدخل ولاية البلدية ووزارة الشباب والرياضة، لتوفير البذور المناسبة، وتحضير الأرضية لمواجهة بوركينافاسو، والمباراة المحتملة في الدور الفاصل من تصفيات كأس العالم 2022 بقطر.



ألمانيا تواصل التألق وانتصار هولندا في تصفيات أوروبا

وبانتصاره، رفع منتخب كرواتيا رصيده إلى النقطة الـ 16 محتلا صدارة مجموعته، بينما توقف رصيده منتخب قبرص عند 4 نقاط محتلا المركز الأخير في المجموعة. ودك منتخب سلوفينيا شبك منتخب مالطة بأربعة أهداف نظيفة ورفع منتخب سلوفينيا رصيده إلى النقطة الـ 10 محتلا المركز الـ 3، بينما توقف رصيده منتخب مالطة عند 4 نقاط في المركز الـ 5 وقبل الأخير. وانتصر منتخب روسيا على سلوفاكيا بهدف نظيف. ورفع منتخب روسيا رصيده إلى النقطة الـ 16 محتلا وصافة المجموعة بفارق الأهداف عن كرواتيا، بينما توقف رصيده سلوفاكيا عند 9 نقاط في المركز الـ 4. واستغل منتخب هولندا تعادل النرويج مع تركيا بهدف لمثله وانفرد بصدارة المجموعة السابعة في التصفيات المؤهلة لمونديال قطر 2022. واعتلى منتخب هولندا صدارة المجموعة برصيد 16 نقطة بعد تغلبه على لاتفيا بهدف دون رد، مستغلا تعادل النرويج أمام تركيا.

وكالات

واصل المنتخب الألماني بدايته القوية مع مدربه الجديد هانزي فليك، وذلك بتحقيقه فوزه الرابع تواليًا في منافسات المجموعة العاشرة من تصفيات أوروبا المؤهلة لمونديال 2022 بفوزه على ضيفه الروماني بصعوبة 2-1 الجمعة في هامبورغ بعد لقاء كان متخلفًا خلاله. واقترب بطل العالم أربع مرات خطوة إضافية من حجز بطاقة المجموعة المؤهلة مباشرة إلى نهائيات قطر 2022 بعدما رفع رصيده إلى 18 نقطة في الصدارة بفارق 6 نقاط عن وصيفه الجديدة مقدونيا الشمالية التي استفادت على أكمل وجه من تعادل أرمينيا مع مضيفتها أيسلندا 1-1 كي تزيحها وبفارق الأهداف عن المركز الثاني، وذلك بعدما تغلبت بدورها على مضيفتها ليشتنشتاين 4-0. وفرض المنتخب البولندي التعادل الإيجابي 2-2 على ضيفه التشيكي في المجموعة الخامسة بالتصفيات الأوروبية المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022 بقطر. وبهذه النتيجة يستمر المنتخب التشيكي في المركز الثاني في المجموعة خلف بلجيكا المتصدرة بـ 16 نقطة، وله ثمان نقاط، وهو نفس رصيده ويلز الثالثة في الترتيب. وفي نفس المجموعة، فاز منتخب أستونيا بهدفين نظيفين على أرضه أمام بيلاروسيا. وبهذه النتيجة، يحتل منتخب أستونيا المركز الرابع بربع نقاط في حين تراجعت بيلاروسيا للمؤخرة برصيد ثلاث نقاط. وانتصر منتخب كرواتيا على قبرص السابعة من التصفيات المؤهلة لمونديال قطر 2022.

على قبرص السابعة من التصفيات المؤهلة لمونديال قطر 2022.

بثلاثية نظيفة في الجولة السادسة من التصفيات المؤهلة لمونديال قطر 2022.



تصفيات المونديال الخاصة بأمريكا الجنوبية

انتفاضة برازيلية وتعادل أرجنتيني وقمة أوروغواي وكولومبيا سلبية

انتفضت البرازيل في آخر 30 دقيقة من مباراتها أمام فنزويلا في التصفيات الأمريكية الجنوبية المؤهلة لمونديال قطر 2022، بعدما تغلبت على أصحاب الأرض في كاراكاس ضمن المرحلة الـ 1 من التصفيات هناك. وتقدم إريك راميريز في الدقيقة الـ 1 لصالح فنزويلا بعدما تفوق على مدافعي البرازيل من خلال ضربة رأسية، ليتابع مع زملائه الضغط على مرمى بطل العالم 5 مرات سابقا، لكن دون النجاح في هز الشباك مرة ثانية. وانتظر البرازيليون حتى الدقيقة 71 للعودة في اللقاء بعدما افتتح ماركينوس باب التسجيل عند الدقيقة 71، ليحز غابريول الهدف الثاني من ركلة جزاء (84.د)، قبل أن يحتتم أنتوني اللقاء بهدف في الوقت المحتسب بدلًا من الضائع. وحافظت البرازيل على سلسلة انتصاراتها في التصفيات، محققة فوزها التاسع على التوالي في تسع مباريات، لتعزز صدارتها للترتيب بـ 27 نقطة متقدمة بثماني نقاط على الأرجنتين الوصيفة التي سقطت في فخ التعادل السلبي أمس أمام باراغواي، أما فنزويلا فتجمد رصيدها عن أربع نقاط وتواصل تذبذب الترتيب. في مباراة أخرى لم ينجح منتخب الأرجنتين بطل كوبا أميركا الأخيرة في الفوز على باراغواي في أسونسيون، مكتفيا بالتعادل ليخرج مدربه ليونيل سكالوني بعد المباراة للقول: "سيطرنا خلال الشوط الأول، في الثاني كانت الأمور متكافئة بعض الشيء". من جانبه، تابع منتخب تشيلي مستواه الهزيل وخسر أمام بيرو بهدفين دون مقابل، بعدما فشل في تحقيق انتصار واحد خلال الجولات السبع الأخيرة لتبقى برصيده سبع نقاط في المركز الثامن، وتتعهد أموره أكثر في إمكانية التأهل، بينما أحييت بيرو حظوظها في بلوغ وفي لقاء آخر قاد إنتر فالنسيا الكوادور لفوز مهم جدا بتسجيله هدفين من 3 ضد بوليفيا ليرتقي منتخب بلاده للمركز الثالث برصيد 16 نقطة، أما بوليفيا فتجمد رصيدها عند ست نقاط في المركز قبل الأخير. وشهدت قمة أوروغواي وكولومبيا تعادلا سلبيا بدون أهداف، ليحافظ المنتخبان على وجودهما ضمن المراكز المؤهلة للمونديال، باحتلال أوروغواي للمركز الرابع برصيد 16 نقطة وخلفها كولومبيا خامسة برصيد 14 نقطة، وهو المركز المؤهل للملحق الضيقا.

وكالات

الحكم الإنجليزي أنتوني تايلور يقود نهائي دوري الأمم الأوروبية

يدير الحكم الإنجليزي أنتوني تايلور نهائي دوري الأمم الأوروبية لكرة القدم بين إسبانيا وفرنسا، الأحد المقبل، في ملعب "سان سيرو" في ميلانو، وفقا لما أكدته الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (يويفا). وسيكون الإنجليزي أيضا ستوارت أتويل حكم تقنية الفار في اللقاء ذاته، وكانت المرة الأخيرة التي أدار فيها أنتوني تايلور مباراة لإسبانيا في الثاني من سبتمبر الماضي بتصفيات أوروبا المؤهلة لمونديال قطر 2022 عندما خسر "الماتادور" على يد السويد 2-1. والحكم تايلور معروف في ملاعب الكرة الأوروبية وسبق له أن أدار العديد من اللقاءات في دوري أبطال أوروبا وكذلك في الدوري الإنجليزي الممتاز ويعد من نخبة حكام الكرة في العالم.

وكالات

فرانس فووتبول تعلن عن الحراس المرشحين لجائزة ياشين

كشفت مجلة "فرانس فووتبول" المرشحين للحصول على جائزة ياشين، لأفضل حراس مرمى في عام 2021، ونشرت "فرانس فووتبول" أسماء المرشحين بشكل متسلسل 5 مرشحين في كل مرة - لإضافة عنصر التشويق. وتضم قائمة المرشحين 30 لاعبا جرى اختيارهم بناء على أصوات 180 صحفيا متخصصا في كرة القدم من جميع أنحاء العالم، قبل تقليصها للقائمة المختصرة النهائية التي ستضم 3 لاعبين لاختيار أحدهم للترشيح بالكرة الذهبية التي يعد الأرجنتيني ليونيل ميسي أكثر المتوجين بها برصيد 6 مرات، يليه البرتغالي كريستيانو رونالدو (5 مرات). وفيما يلي قائمة المرشحين للكرة الذهبية:

وكالات

ليون ميسي: لم أرتكب أي خطأ بانضمامي للباسيجي

لا يزال النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي يتلمس أولى خطواته في باريس سان جيرمان، وقد سجل أول أهدافه بقميص الفريق الباريسي في فوز الأخير على مانشستر سيتي بدوري أبطال أوروبا، ولكنه عانى الأسبوع الماضي في الخسارة أمام رين. وقال البرغوث الأرجنتيني في مقابلة حصرية مع صحيفة "فرانس فووتبول" الفرنسية المتخصصة - وهي المقابلة الأولى مع وسائل الإعلام منذ انضمامه لسان جيرمان - إنه "مقتنع بأن الخطوة كانت قرارا صحيحا". وتابع - في مقتطفات نشرتها الصحيفة من مقابلة كاملة ستشرها السبت المقبل - قائلا "لم أرتكب أي خطأ بانضمامي لسان جيرمان". وبعدها إلى أسباب رحيل ميسي عن البرسا، نجد أنها كانت عبارة عن مجموعة من الأزمات المترابطة، والتي تتجلى في نتائج الفريق هذا الموسم حتى أصبح مركز المدرب الهولندي رونالد كومان في خطر جدي. ويقول كومان عن ميسي إنه "كان يخفي كل شيء (الأزمات)، كان لاعبا ممتازا ويمتحننا الفوز في المباريات، لاعبون جيدون كانوا يحبطون به ولكنه كان يصنع الفارق، بفضلته كان الجميع يظهر بشكل أفضل، هذا ليس انتقادا بل ملاحظة". يذكر أن ميسي سجل هدفا واحدا في 5 مباريات شارك فيها يجمع المسابقات.

وكالات

ديديه ديشامب مدرب فرنسا:

"ما زلنا قوة لا يستهان بها"

قال ديديه ديشامب مدرب فرنسا إن فريقه أظهر أنه ما زال قوة لا يستهان بها بعد أن حقق فوزا رائعا 3-2 على بلجيكا في دوري الأمم الأوروبية بعد هزيمته الصادمة أمام سويسرا في ثمن نهائي يورو 2020. وكان المنتخب الفرنسي بطل العالم، الذي واجه صعوبات في تعادلين متتاليين أمام البوسنة وأوكرانيا قبل فوزه على فنلندا في تصفيات كأس العالم، في موقف صعب بالدور قبل النهائي أمام بلجيكا المصنفة الأولى عالميا عندما تأخر 0-2 بنهاية الشوط الأول. لكن رد فعل المنتخب الفرنسي كان رائعا وتوج بهدف تيو هرنانديز في الدقيقة الأخيرة ليحجز مكانا في نهائي الأحد القادم ضد إسبانيا. وهز كريم بنزيمة وكيليان مبابي وغيو هيرنانديز الشباك عقب تقدم بلجيكا بهدف في انيك كاراسكو وروميلو لوكاكو في الشوط الأول. وأبلغ ديشامب مؤتمرا صحفيا "خرجنا على يد سويسرا (في بطولة أوروبا 2020) لكن المنتخب الفرنسي ما زال موجودا". وأردف "أكدنا ما فعلناه ضد فنلندا ضد المنتخب البلجيكي الذي يعد أفضل فريق في أوروبا، وما زلنا من بين أفضل الفرق"، وأضاف ديشامب أن المباراة كانت من بين الأفضل في عهده كمدرّب لفرنسا، الذي بدأ في 2012. ومضى قائلا "إنها واحدة من أفضل مباريات الفريق بسبب مجرياتها وبسبب قوة المنافس". وأردف "على الرغم من الموقف الصعب الذي واجهناه كان لدينا الفخر والشخصية القوية لتغييره. إنها لحظة رائعة".

وكالات

فرانس فووتبول

تعلن قائمة المرشحين للكرة الذهبية في 2021

كشفت مجلة "فرانس فووتبول" الفرنسية، عن قائمة المرشحين للفوز بالكرة الذهبية لأفضل لاعب كرة قدم في العالم لعام 2021. ونشرت "فرانس فووتبول" أسماء المرشحين بشكل متسلسل 5 مرشحين في كل مرة - لإضافة عنصر التشويق. وتضم قائمة المرشحين 30 لاعبا جرى اختيارهم بناء على أصوات 180 صحفيا متخصصا في كرة القدم من جميع أنحاء العالم، قبل تقليصها للقائمة المختصرة النهائية التي ستضم 3 لاعبين لاختيار أحدهم للترشيح بالكرة الذهبية التي يعد الأرجنتيني ليونيل ميسي أكثر المتوجين بها برصيد 6 مرات، يليه البرتغالي كريستيانو رونالدو (5 مرات). وفيما يلي قائمة المرشحين للكرة الذهبية:

- إيرلغ هالاند (بوروسيا دورتموند).
- ليونيل ميسي (باريس سان جيرمان).
- جيانلويجي دوناروما (باريس سان جيرمان).
- كيليان مبابي (باريس سان جيرمان).
- نيمار (باريس سان جيرمان).
- محمد صلاح (ليفربول).
- كريستيانو رونالدو (مانشستر يونايتد).
- برونو فرنانديز (مانشستر يونايتد).
- كريم بنزيمة (ريال مدريد).
- لوكا مودريتش (ريال مدريد).
- جيرارد مورينو (فيال ريال).
- لويس سواريز (أتلتيكو مدريد).
- بيدري (برشلونة).
- جورجينو تشلسي).
- روميلو لوكاكو (تشلسي).
- نغولو كانتي (تشلسي).
- ماسون ماونت (تشلسي).
- سيزار أزييليكويتا (تشلسي).
- ليوناردو بونوتشي (يوفنتوس).
- جورجيو كيليني (يوفنتوس).
- رياض محرز (مانشستر سيتي).
- فيل فودين (مانشستر سيتي).
- رحيم ستيير لينغ (مانشستر سيتي).
- كيفين دي بروين (مانشستر سيتي).
- روين دياز (مانشستر سيتي).
- روبرت ليفاندوفسكي (بايرن ميونخ).
- هاري كين (توتنهام).
- نيكولو باريللا (إنتر ميلان).
- لوتارو مارتينيز (إنتر ميلان).
- سيمون كيير (ميلان)

وكالات



برشلونة يتخلى عن كامب نو لمدة عام

أعلن الإسباني خوان لابورتا، رئيس نادي برشلونة، أن فريق كرة القدم سيضطر لخوض مبارياته خارج ملعب "كامب نو" لمدة قد تصل إلى 12 شهرا على الأكثر؛ وذلك بسبب أعمال التجديد التي ستبدأ في صيف 2022، مشيرا إلى أن إنجاز العمل سيستغرق من 3 إلى 4 سنوات. وأضاف رئيس النادي الكتالوني في تصريحاته التي نقلتها إذاعة "راك 1"، "نحن ندرس العديد من الخيارات، لكن المرشح الأقوى هو ملعب يوهان كرويف (ملعب فريق السيدات في النادي)". مؤكدا أن النادي ينوي زيادة سعته إلى 50 ألف متفرج. ويملك برشلونة أيضا خيار الانتقال إلى ملعب "مونتغويك" الذي استضاف حفل افتتاح دورة الألعاب الأولمبية 1992، واستضاف مباريات إسبانيول بضع سنوات. وعلى الرغم من أن برشلونة يملك أكبر ملعب كرة قدم في أوروبا "كامب نو"، بسعة 99 ألف متفرج، فإن الإدارة ترغب في زيادة سعته إلى 110 آلاف متفرج، فضلا عن تحسين المرافق الخاصة بالملعب والمناطق المحيطة به. قدرت تكلفة عملية تجديد ملعب كامب نو بمليار 500 مليون يورو (1.27 مليار جنيه إسترليني)، ويجري برشلونة، الذي يعاني من أزمة اقتصادية حادة، محادثات مع بنك "غولدمان ساكس" الاستثماري للحصول على قرض لتأمين المبلغ اللازم لتمويل العمل. ويرى لابورتا أن "كامب نو الجديد أمر ضروري لاستمرار النادي في المستقبل القريب، وحتى يتمكن من البقاء في المنافسة" مع كبار الأندية الأوروبية. مطمئنا جماهير البرسا بأن الفريق سيعود بعد العام الأول للعب في "كامب نو" بالتزامن مع استكمال العمل فيه، تمهيدا لعرض خطة التمويل على أعضاء النادي للتصويت عليها.

وكالات

رئيس نادي برشلونة الإسباني خوان لابورتا:

"كنت أتمنى أن يلعب ميسي مجانا مع برشلونة"

قال رئيس برشلونة جوان لابورتا إنه كان يتمنى أن يقرر النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي اللعب مجانا للنادي الكتالوني. وتحدث لابورتا -في حوار إذاعي اليوم الجمعة- عن عدد من القضايا المتعلقة ببرشلونة، ووجه رسائل مختلفة لمشجعي الفريق الذي واجه صعوبات كبيرة من الناحية الاقتصادية انعكست سلبا على الأداء والنتائج. وأشار -في الحوار الذي نقلته صحيفة "ماركا" الإسبانية- إلى أنه كان يتمنى أن يتخذ ميسي قرار اللعب مجانا للفريق بعد انهيار محادثات تجديد عقده بسبب المتاعب المالية للنادي، ولكنه أكد أنه لم يكن ليطلب ذلك من لاعب في مستوى النجم الأرجنتيني. ويرى لابورتا رفض برشلونة صفقة رابطة الليغا مع صندوق استثماري التي كانت ستوفر مداخيل إضافية تسمح ببقاء ميسي مع الفريق، وقال إن النادي ليس بحاجة لمزيد من الديون من صفقة لم تتم دراستها بشكل دقيق. وبخصوص علاقته مع رونالد كومان، قال لابورتا إن المدرب الهولندي يجب أن يحظى بهامش من الثقة لأنه من أبناء النادي ويعشق الفريق كأي مشجع آخر وتقبل تولى التدريب في ظروف جد معقدة، وأشار إلى أن كومان أكد له بأنه يتق في لعبه الفريقي الحاليين، وعبر عن أمه في العودة قريبا إلى سكة الانتصارات، خاصة مع استعادة المصابين تدريجيا الأسابيع المقبلة. ونقل صحيفة "موندو ديبورتيفو" عن لابورتا قوله إنه يعتبر من الطبيعي أن يدلي برأيه حول القضايا، الفنية مشيرا إلى أنه فعل ذلك مع المديرين السابقين فرانك ريكارد وبييب غوارديولا، وقال إنه ناقش كومان حول بعض القضايا ولكن المدرب الهولندي أقتعه بعد تقديم أدلة حول صحة قراراته. من جانب آخر، أشار لابورتا إلى أنه يتواصل دائما مع تشافي الذي رشحته تقارير إعلامية لخلافة كومان في تدريب برشلونة، وأوضح أنه يحرس على التواصل مع تشافي كما يفعل مع عدد من رموز النادي ومن بينهم غوارديولا. ووعد لابورتا مشجعي برشلونة بالإعلان قريبا عن تجديد عقود عدد من اللاعبين وفي مقدمتهم النجمين الصاعدين بيدري وأنسو فاتي.

وكالات

برشلونة يحتفي بترشح ميسي للكرة الذهبية

حرص نادي برشلونة الإسباني، على تهنئة ليونيل ميسي، نجم وأسطورة الفريق السابق ولاعب باريس سان جيرمان الحالي، بتواجده ضمن قائمة اللاعبين المرشحين لجائزة الأفضل لعام 2021. وكشفت مجلة "فرانس فوتبول" الفرنسية، عن أسماء المرشحين الـ30، والتي تعلنهم تباعا عبر حسابها الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر". وعقب إعلان المجلة الفرنسية عن تواجد اسم ميسي بين المرشحين للجائزة، تغنى الحساب الرسمي لنادي برشلونة بموقع "تويتر"، بتواجد أسطورة النادي السابق فيها. وكتب البارسا: "ليو ميسي من بين المرشحين لجائزة أفضل لاعب (البالون دور). حظا موقفا ليو". جدير بالذكر أن برشلونة يضم لاعبا ضمن المرشحين للجائزة، وهو الإسباني الشاب بيدري، والذي ينافس على جائزتي أفضل لاعب شاب وأفضل لاعب بعام 2021.



بنزيما يتحدث عن فرص اللعب حتى سن الـ40. وحلم الكرة الذهبية

يتطلع نجم فريق ريال مدريد كريم بنزيما إلى تحقيق جائزة الكرة الذهبية، كأفضل لاعب في العالم، خلال مسيرته الاحترافية. وكانت مجلة "فرانس فوتبول" الشهيرة قد أعلنت مساء أمس الجمعة عن قائمة المرشحين الثلاثين لنيل جائزة الكرة الذهبية لعام 2021. وتواجد الفرنسي كريم بنزيما في تلك القائمة الأولية، وهو أحد ثنائي ريال مدريد المرشحين لهذه الجائزة، إلى جانب الكرواتي لوكا مودريتش. وقال بنزيما في تصريحات نشرتها صحيفة "أس" الإسبانية، "منذ أن كنت طفلا، كان حلمي دائما الفوز بالكرة الذهبية، إنه حلم معظم اللاعبين". وأضاف: "صحيح أن كرة القدم هي لعبة جماعية ولكن عندما تساعد الفريق على الفوز، وعندما تلعب دورا أساسيا في الانتصارات، وعندما تسجل أهدافا فائزة، فمن الطبيعي أن يطمح أي لاعب للفوز بالكرة الذهبية".

وواصل: "بالطبع، سأعمل بجد قدر المستطاع للفوز بهذه الجائزة، وأمل أن أحقق يوما ما حلمي عندما كنت صبيا صغيرا". وعندما سُئل عما إذا يطمح في خوض مضمات التدريب حال اعتزاله لعبة كرة القدم، رد بنزيما: "لا أعرف حقا ما إذا كنت سأنتقل إلى التدريب ولكني مقتنع أنني أريد الاستمرار في المشاركة في اللعبة بشكل ما، أخطط وأعتزم البقاء على اتصال وثيق بعالم كرة القدم". ورذا عما إذا كان يستطيع اللعب حتى سن 40 عاما، أوضح بنزيما صاحب الـ33 عاما: "حسنا، أحب أن أخذ الأمور خطوة بخطوة، أنظر إلى الأشياء على أساس سنوي اعتمادا على ما أشعر به". واختتم: "لا أرغب في وضع حد للسن، لكن هدفي دائما هو أن أبتذل قصارى جهدي وأن أتحسن بمرور الوقت، أمل أن أبتذل قصارى جهدي في كل موسم وأن أحاول التحسين مقارنة بالموسم الماضي".

وكالات

إنريكي سيريزو رئيس أتلتيكو مدريد: "يجب دعم غريزمان.. وأتمنى تحسن برشلونة"

اعتبر إنريكي سيريزو، رئيس أتلتيكو مدريد، أن أنطوان غريزمان لاعب رائع ومدش، مشيرا إلى أنه يجب منحه الثقة حتى يتمكن من العودة ليكون اللاعب الذي كان عليه، لأنه يستطيع ذلك. وفي فعالية تضامنية في واندا ميتروبوليتانو، أكد سيريزو أن "غريزمان لاعب رائع ومدش وهذا هو سبب وجوده هنا"، وأضاف "لدينا تجربة رائعة معه في السنوات الأخيرة، لقد رحل وعاد أخرى، وما ينبغي القيام به هو منحه الثقة ليعود إلى سابق عهده". وبالإضافة إلى ذلك، أكد رئيس بطل الليغا أن المهاجم الفرنسي البالغ 30 عاما "لديه العمر المناسب ليكون لاعبا رائعا، وما يكفي من الوقت للاستعداد ولديه جمهور يجب أن يحبه، حتى أكثر مما يحبه بالفعل". كما دافع سيريزو عن جواو هيليكس، الذي قال عنه إن "كل شخص يحتاج وقت للتأقلم"، مؤكدا أنه "يتحسن كل يوم وسيكون أحد أهم اللاعبين في أتلتيكو مدريد هذا الموسم". وعندما سئل عن الوضع الحالي الذي يمر به برشلونة، أظهر سيريزو دعمه للنادي الكتالوني الذي يترأسه جوان لابورتا، الذي أقر بأنه صديق له. وقال رئيس أتلتيكو إن "برشلونة لا يمر بلحظة جيدة. لست أنا من أقول ذلك، بل هم. أمل أن يكونوا أقوياء بما يكفي للتعافي وأن يعودوا مع الوقت، ليكونوا الفريق الذي كانوا عليه دائما".

وكالات

البليجيكي "ديفوك أوريغي" يعرض خدماته على "برشلونة"

عرض وكيل أعمال ديفوك أوريغي لاعب ليفربول، خدماته موكله على إدارة نادي برشلونة في الأيام الماضية بحسب إفادة الخميس، من يومية "سبورت" الإسبانية والمقربة من دوائر النادي الكتالوني. وفقا للتقرير فإن أوريغي (26 عاما) متزوج من زوجته مع ليفربول بالموسم الحالي، بعد أن شارك في مباراة واحدة فقط من أصل 7 جولات في الدوري الإنجليزي الممتاز. وكانت أمام كريستال بالاس عندما نزل في آخر دقيقتين من اللقاء الذي أقيم ضمن الجولة الخامسة يوم 18 سبتمبر الماضي. ينقضي عقد اللاعب البليجيكي مع ليفربول بانتهاء الموسم الجاري 2021-2022 ولم يتوصل لاتفاق مع إدارة النادي على التجديد، والأقرب هو رحيله عن السكوتلنديين بعد 7 مواسم قضاها بين جدران النادي عندما وقد عام 2014 من ليل الفرنسي بمبلغ 12.5 مليون يورو. يخطط أوريغي لاغتنام الفرصة والضغط أكثر على إدارة ليفربول من أجل الموافقة على بيعه لبرشلونة في انتقالات الشتاء القادم بمبلغ مالي، عوضا عن خسارته بالمجان في نهاية الموسم بقوة قانون بوسمان.

وكالات

مورينيو يسبب أزمة لريال مدريد بسبب ما يورال

ابتعد المهاجم الإسباني بورخا مايورال عن المشاركة مع فريق روما، وذلك منذ وصول المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو لقيادة فريق النادي. أبل مايورال بلاءا حسنا في الموسم الماضي في وجود باولو فونسيكا والذي كان يعطيه دقائق ومباريات أكثر لإثبات قيمته، وسجل معه أرقاما جيدة. كان ريال مدريد يريد كسر السنة الثانية من إعارته مايورال إلى روما في نهاية السوق الصيفي، لكن مورينيو أراد التمسك باللاعب بسبب نقص الأفراد ورغبته في وجود مهاجم بديل، لكنه لم يشار حتى الآن سوى 41 دقيقة. وحسب صحيفة لا نازيون من فلورنسا فإن مايورال قد يجد فريقا جديدا للانتقال إليه في يناير وهو فريق فيورنتينا، الذي سيبحث عن بديل للمهاجم الصربي دوسان فلاهوفيتش المرشح للرحيل في جانفي. شارك مايورال في الموسم الماضي في وجود المدرب باولو فونسيكا في 2320 دقيقة وأحرز 17 هدفا بمعدل هدف كل 136 دقيقة، لكن روما وقع بعد ذلك مع أبراهام من تشيلسي والذي أصبح اللاعب الأساسي في تشيلسي فريق إنمدرج مورينيو.

وكالات



موقف بايرن ميونخ يثير قلق سولي

أعرب نيكلاس سولي، مدافع بايرن ميونخ، عن قلقه إزاء عدم حسم مستقبله حتى الآن داخل النادي الألماني، الذي ينتهي عقده معه بنهاية الموسم الحالي. ورغم قيام بايرن مؤخرا بتجديد عقود عدد من نجومه، إلا أن سولي لم ينضم بعد لهذه القائمة، رغم إمكانية توقيعها لأي نادٍ مجاناً، في جانفي المقبل للانضمام إليه الموسم القادم. وقال صاحب الـ26 عاماً لصحيفة "ساتيونغ": «بالطبع، أنا قلق بشأن مستقبلي، لكنني لا أستطيع الجزم حقاً بما سيحدث لاحقاً، وكل ما يمكنني قوله هو إنني سعيد رفقة بالحياة في ميونخ، حيث ولد ابني هنا»، وأضاف «شقيقي أيضاً يعيش هنا، لكنني أتحتم عليّ في الوقت ذاته اتخاذ القرار الأفضل بالنسبة لي». وأكد المدافع الدولي الألماني أنه مدين بالكثير للنادي البافاري، مضيفاً «في الوقت ذاته، أعلم أن مسؤولي بايرن راضون بشدة عن تعاقدهم معي». وأردف «إذا تمكننا من التوصل لاتفاق يتناسب مع استمرارنا معاً، فسأبذل قصارى جهدي من أجل البقاء هنا». وشدد سولي على أن الثقة هي العامل الحاسم في مثل هذه المواقف، حيث قال «مثل هذه القرارات تتخذ عندما تشعر بالثقة من النادي، والعكس صحيح».

الموافقة على حضور جماهير كولن بنسبة 100 بالمائة

أعلن نادي كولن الألماني لكرة القدم أنه طبقاً لقرار السلطات الصحية، يمكن للفريق اللعب وسط حضور جماهيري بكامل سعة المدرجات. ويطلق ذلك عندما يخوض كولن مباراة الديربي ضد ضيفه باير ليفركوزن في وقت لاحق من الشهر الجاري وسيسمح بالحضور الجماهيري في المباراة بنسبة 100 في المائة، وهو الأمر الذي كان مستحيلًا لفترة طويلة بسبب جائحة فيروس كورونا المستجد. وتقرر في بداية ظهور الوباء حوض أغلب الفرق مبارياتها من دون حضور جماهيري ثم جرى السماح بحضور الجماهير جزئياً في الملاعب من أجل منع التقارب الجسدي والتصدي لانتشار العدوى. وتتضمن شروط دخول الاستاد تقديم ما يثبت الحصول على اللقاح المضاد لفيروس كورونا المستجد أو ما يثبت التعافي من العدوى، حسب ما أوضحه النادي مساء أمس الخميس. ويستثنى من ذلك فقط الأطفال ممن لا تتجاوز أعمارهم 16 عاماً أو الأشخاص الحاملين لبيان طبي يؤكد أنهم لا يمكنهم تناول اللقاح. وطبقاً لقرار السلطات الصحية، يمكن لكولن حوض المباريات على ملعبه بحضور 50 ألف مشجع اعتباراً من 24 أكتوبر الجاري. وقال ألكسندر فيرله المدير الإداري لنادي كولن: «ننتي بشكل هائل على جميع مشجعينا الذين قدموا نموذجاً يحتذى به والتزموا بالقواعد خلال المباريات الماضية على ملعبنا، فقد أظهروا للناس أن مفهوم النظافة والتصدي للعدوى لدينا جرى تطبيقه بشكل رائع».

وكالات

آينتراخت فرانكفورت يعلن حجم خسائره

شهد نادي آينتراخت فرانكفورت الألماني لكرة القدم، انخفاضاً حاداً في إيراداته الموسم الماضي والذي انتهى بخسائر وصلت إلى 36 مليون يورو (41 مليون دولار) بعد خصم الضرائب. وذكر النادي الألماني، أن الإيرادات تراجعاً من 278 مليون يورو في موسم 2019 / 2020 إلى 160.4 مليون يورو، وهي الخسائر المتعلقة بالأثار الناجمة عن انتشار أزمة فيروس كورونا المستجد. وفي المجمل فقد تكبد فرانكفورت خسائر وصلت إلى 45 مليون يورو خلال الجائحة، مع خسارة وصلت لـ9 ملايين يورو في 2019 / 2020، مما تسبب في تحقيق أرباح أقل وصلت إلى 18.7 مليون يورو بعد خصم الضرائب. وحصل آينتراخت فرانكفورت على مبلغ 500 ألف يورو فقط من حضور الجماهير في الموسم الماضي والسبب في ذلك هو انخفاض أقيمت معظم مراحل بدون حضور الجماهير. وأشار النادي الألماني إلى أنه قام بتخفيض الكثير من النفقات بنحو 50 مليون يورو، من 242.5 مليون في 2019 / 2020 إلى 194.8 مليون يورو، وذلك بعد موافقة اللاعبين على تخفيض أجورهم. وأوضح بيان فرانكفورت أن النادي خرج من الأزمة «بسلام نسبياً»، وذلك مع تزايد أعداد المشجعين المسموح لهم بحضور المباريات في الموسم الحالي.

وكالات

فليك مدرب ألمانيا:

استحقاقنا الفوز بالمباراة واستقبال الأهداف يزعجني

أكد هانس فليك، المدير الفني لمنتخب ألمانيا، أحقية فريقه الفوز الـثمين الذي حققه على ضيفه الروماني بهدفين مقابل هدف، بعد مواجهة خصم يعرف أن يدافع بشكل جيد، في المباراة التي جمعتهم أول أمس الجمعة، على ملعب «فولكس بارك»، ضمن منافسات الجولة السابعة من المجموعة العاشرة والأخيرة من التصفيات الأوروبية المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2022 في قطر. وتحدث فليك عقب نهاية المباراة قائلاً: «استحقاقنا الفوز على فريق كان يدافع في الخلف، لكن الضيق قدم كل ما لديه كما أن المشجعين لهم دور في الفوز». وأضاف: «استقبال الأهداف يزعجني دائماً، كنا على وشك الحصول على ركلة جزاء ثم اهتزت شبانكا، ولم يكن من السهل علينا تحمل ذلك». وعن المواجهة المقبلة أمام مقدونيا الشمالية، قال مدرب الماكينات الألمانية: «لقد فازوا اليوم 0-4، إنه فريق يمكنه الدفاع جيداً، لكنه يعرف أيضاً مكان الهدف».

وكالات

هالستبرغ: الإصابة منعتني من الرحيل إلى دورتموند

كشف الألماني الدولي مارسيل هالستبرغ لاعب فريق لايبزغ الألماني لكرة القدم، أن الإصابة حالت دون انتقاله إلى بوروسيا دورتموند، وذلك مع دخوله في العام الأخير في عقده مع لايبزغ. وقال هالستبرغ في تصريحات لصحيفة «لايبزغر فولكس تسايتونج» نشرتها أول أمس الجمعة: «كانت هناك اتصالات لكن الأمر كله لم يحسم بسبب إصابتي». ولم يتوصل هالستبرغ إلى اتفاق بشأن تجديد العقد مع لايبزغ ويبدو بصدد الرحيل عن الفريق في صفقة انتقال حر مع نهاية عقده في 2022. وكان من المحتمل أن ينتقل هالستبرغ خلال سوق الانتقالات الصيفي لكن إصابة في الكاحل تعرض لها خلال كأس الأمم الأوروبية وتسببت في مشكلات في الركبة، حالت دون ذلك. ولم تتضح الصورة بعد بشأن موعد عودة هالستبرغ للمشاركة، لكن اللاعب لا يشعر بالقلق بشأن مسيرته الاحترافية. وقال هالستبرغ: «عمري 30 عاماً وليس 40 عاماً. لا يزال الطريق مفتوحاً أمامي. لم يحسم شيء لكنني سأشارك مجدداً مع لايبزغ».



عمر مرموش أفضل لاعب شاب في الدوري الألماني لشهر سبتمبر

أعلنت رابطة الدوري الألماني «بوندسليغا» حصول لاعبا المصري، عمر مرموش، المحترف في صفوف شتوتغارت، على جائزة أفضل لاعب شاب في المسابقة الألمانية عن شهر سبتمبر الماضي. مرموش يلعب على سبيل الإعارة مع شتوتغارت، حيث انضم إلى الفريق، في الصيف المنصرم قادماً فولفسبورغ. مرموش شارك في شهر سبتمبر خلال 4 مباريات أساسياً، وسجل هدفاً ضد انتراخت فرانكفورت وصنع آخر في لقاء هوفنهايم الأخير. وتلقى شتوتغارت هزيمة واحدة في 4 مباريات شارك بها النجم المصري أساسياً، وفاز في مباراة وتعادل مرتين في الدوري الألماني. وتضوق مرموش على جاسكو غافردويل صاحب الـ19 عاماً من فريق لايبزغ، وميتشيل باكر لاعب باير ليفركوزن المنضم من باريس سان جيرمان الصيف الماضي.

وكالات

حالة كورونا جديدة داخل شتوتغارت

كشفت الفحوصات عن حالة إصابة أربعة بعدوى كورونا في صفوف شتوتغارت الألماني. وأصيب روبرتو ماسيمو بالعدوى، ليتسحب اليوم الجمعة من المنتخب الألماني للشباب (تحت 21 عاماً) ويخضع لاعب خط الوسط ماسيمو للعزل حالياً، بعد مناقشات مع السلطات الصحية المحلية ومسؤولي نادي شتوتغارت. ويشهد منتخب الشباب الألماني، تطبيق معايير النظافة الصحية للتصدي لانتقال العدوى، ويمكن للفريق مواصلة تحضيراته للمباراة المقررة أمام المجر، بعد غد الأحد، ضمن تصفيات البطولة الأوروبية.



وكالات

هازارد يسابق الزمن للحاق بمواجهة ماينز

دخل ثورغان هازارد لاعب بوروسيا دورتموند، في سباق مع الزمن للحاق بمواجهة فريقه ضد ماينز بالدوري الألماني، المقرر لها يوم 16 أكتوبر الجاري، وذلك عقب خروجه من قائمة منتخب بلاده بسبب الإصابة. وأوضح دورتموند، اليوم الخميس، أنه من المتوقع خضوع هازارد للمزيد من الفحوصات، وذلك بعدما تردد عن تعرضه لإصابة في الكاحل بعد يوم واحد من إعلان المنتخب البلجيكي عدم سفره إلى إيطاليا لخوض مباراة فرنسا في نصف نهائي دوري الأمم الأوروبية. ولم تتضح حتى الآن مدة غياب هازارد، علماً بأنه غاب عدة مباريات في الموسم الحالي بسبب مشاكل في الكاحل. ويحتل بوروسيا دورتموند، المركز الثالث في ترتيب الدوري الألماني برصيد 15 نقطة.

وكالات



عقب تعرض الحارس لصافرات
استهجان في ملعب سان سيرو

رايولا: ما حدث لدوناروما غير مقبول

واصل مينو رايولا، وكيل أعمال جيانلويجي دوناروما، حارس مرمى باريس سان جيرمان دفاعه عن اللاعب الشاب. وانتقد رايولا تعرض استهجان في صافرات استهجان في ملعب سان سيرو خلال مباراة إيطاليا وإسبانيا في الدور قبل النهائي لدوري الأمم الأوروبية. وقال رايولا لصحيفة كوريري ديلو سبورت الإيطالية "ما حدث لدوناروما غير مقبول، ما الخطأ الذي أذنب بسببه؟ أشعر بالاشمئزاز لما حدث له". وتابع: "أتساءل لماذا تتدخل إدارة ميلان لإبعاد اللاعب عن هذا الصراع، والدفاع عنه ضد الافتات المسيئة التي انتشرت في ملعب سان سيرو". وأضاف "ميلان لم يكن يعرف أو يقدر على منع دوناروما من الرحيل، وأسألوا أي شخص كاب، بماذا كنت ستمنح ابنك، البقاء في ميلان أم الذهاب إلى باريس؟". وأردف "ما حدث في الملعب محزن للغاية وغريب، من العار أن يلاحق جزء من الجماهير شابا لم يخطئ، لقد مارس حرية الاختيار، لا يوجد سبب لإطلاق صافرات الاستهجان ضده". وأتم مينو رايولا تصريحاته "لقد ظل دوناروما مخلصا لميلان في أحلك اللحظات وأصعبها للنادي، وملتزمًا ومحترفا حتى آخر دقيقة، وساعد في إعادة الفريق إلى دوري أبطال أوروبا".



أرون رامسي يتهم طاقم جوفنتوس بالتسبب في إصابته

اعتبر أرون رامسي، لاعب جوفنتوس، فريقه يتحمل مسؤولية الإصابات العظيمة المتكررة التي تعرض لها خلال الفترة الأخيرة، وأبعده عن المشاركة المنتظمة. وكانت إحصائية مثيرة قد أشارت إلى أن رامسي لعب لمنتخب بلاده ويلز أكثر من فريقه جوفنتوس في الفترة ما بين مارس وحتى الآن، وهو الأمر الذي فتح الباب أمام الكثير من التساؤلات حول الموضوع. وقال رامسي، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا، "الفرسفة التدريبية والطرق مختلفة في النادي، وجاء تعليقه قبيل مشاركته مع ويلز في مباراة التصفيات المؤهلة ضد التشيك. وتابع: "هناك الكثير من الناس هنا دربون لعدد من السنوات، لذا هم يعلمون كيف يحصل على الأفضل مني، ويسمحون لي باللعب عدة مباريات في على التوالي كما أظهرت في بطولة أمم أوروبا". وأشار رامسي لما يراه بأنه يحتاج فترة أطول للاستشفاء بعد المباريات لتجنب الإرهاق والإصابات، "ربما أنا بحاجة لتقدير أكبر من الراحة والاستشفاء خلال الأسبوع، الاستشفاء جزء كبير من ذلك".

وكالات

أكد البرتغالي جوزيه مورينيو، مدرب فريق روما الإيطالي، أنه يريد جلب البطولات لفريقه خلال الفترة المقبلة بعدما قبل التحدي وتولى المسؤولية للجويلاروسي مطلع الموسم الحالي وذلك خلال حوار أجراه مع مجلة "اسكير" في نسختها الإيطالية وقال مورينيو: "لقد زرت روما كسائح، لكنني الآن أقضي كل يوم وسط المعالم التاريخية وهو أمر مميز حقا كانت تجربة ميلان مختلفة، لأن منزلي وملعب تدريب إنتر كانا خارج المدينة، لذلك ذهب أطفالنا إلى المدرسة في لوغانو، وأضاف مورينيو: "إذا اضطررت إلى اختيار مكان في ميلان فيلا شك سيكون سان سيرو، لأن هذا هو المكان الذي صنعت فيه التاريخ وكان لدي تواصل حقيقي مع جماهير إنتر. وهذا يساعدي على إدراك مدى خصوصية النادي لهذه المدينة" ويسأل مورينيو كيف تحسن على مدى السنوات العشر الماضية، منذ فوزه بالثلاثية مع إنتر؟ أجاب قائلا: "يكل الطرق إذا لم يتحسن المدرب، فذلك لأنه فقد الشغف أو العقليّة لمواصلة التعلم كل يوم، العمر أو اللياقة البدنية لا علاقة لهما بهذه المهنة، لا يمكنك التحسن إلا بالخبرة". وشدد مورينيو: "سيكون لدي الوقت لتنظر في الجوائز الخاصة بي عندما أتقاعد، لكن الآن أريد فقط التفكير في المباراة القادمة، أشعر أنني مدرب الآن أكثر مما كنت أشعر به قبل 10 أو حتى 20 عاما". ولم يضر روما بأي ألقاب منذ لقب كأس إيطاليا في موسم 2007-2008، وهو أمر يدركه مورينيو. وقال مورينيو: "سامنج روما الألقاب، لأن النادي يعيش بالألقاب وهي تغذي شغف الجماهير، أدركت على الفور أن حب الفريق هنا يتجاوز الجوائز، إنه شغف أجنبي، إنه في الدم وعائلي، ومع ذلك، فإن ما ينقصنا هو النصر ونحن نبتني مشروعا للوصول إلى هناك، إذا وصل معي المسؤولون، فسيكون رائعا، والأفسيكون من الرائع معرفة أنني ساهمت في بناء هذا المستقبل، وهو حلم الجميع". وشدد مورينيو: "لم أتفاجأ من الشغف، لأنني عشت وعملت في إيطاليا لمدة عامين، ولعبت ضد روما عدة مرات، لذا فإن الأجواء لا يمكن إنكارها".

وكالات

"جئت إلى روما لتحقيق الألقاب وشغف الجماهير لا يُقارن بعدد البطولات"

أسي
ميلان

أوليفيه جيجرو
جاهز للمشاركة
بداية من لقاء فيرونو



تلقى ستيفانو بيولي، المدير الفني لميلان، أنباء سارة خلال فترة التوقف الدولي الحالي، وقبل المواجهات المنتظرة لفريقه بالدوري الإيطالي ودوري أبطال أوروبا. ميلان بعد التوقف الدولي، سيكون عليه مواجهة هيلاس فيرونو بالدوري الإيطالي، ثم بورتو البرتغالي في دوري أبطال أوروبا، في لقاء قد يكون حاسما للفريق في مشواره بالبطولة الأوروبية. وذكر موقع "توتو ميركاتو" الإيطالي، أن هناك بعض الأنباء السارة لميلان، حيث سيكون الفرنسي أوليفيه جيجرو، مهاجم الفريق، جاهزا للمشاركة بشكل طبيعي مع الفريق بداية من لقاء فيرونو، وأضاف أن المهاجم الفرنسي تعافى من الإصابة التي تعرض لها في الأسابيع الماضية وغاب على إثرها عن المباريات الأخيرة للفريق، مشيرة إلى أنه سيعود للمشاركة في التدريبات الجماعية غدا الجمعة أو السبت. من جهة أخرى، قال الموقع إن زلاتان إبراهيموفيتش، مهاجم ميلان، يتعافى بشكل جيد ومستمر، لكنه يعمل بشكل فردي، موضحة أنه يعمل بجد من أجل أن يكون جاهزا للمشاركة في المباريات بمجرد استئناف البطولة.

جوفنتوس سيتخلي عن موهبته "كولوسيفسكي" لأجل جوهرة فيورنتينا

حدد نادي جوفنتوس هدفه الكبير في سوق الانتقالات لأجل دعم خط هجومه في المستقبل، وهو المهاجم الصربي دوسان فلاهوفيتش والمطلوب كذلك في أتلتيكو مدريد وليفسربول. رفض اللاعب الصربي الدولي تمديد عقده مع الفريق البنفسجي بقيمة 4 ملايين يورو في الموسم الواحد، ويرجع ذلك إلى حد كبير إلى أن وكيله أراد عمولة ضخمة وحقوق حصريّة للتفاوض على انتقال في المستقبل. ولهذا السبب ومع انتهاء عقده الحالي في جوان 2023، فقد أصبح فيورنتينا مستعدا لبيع فلاهوفيتش في فترة الانتقالات في جانفي للحصول على أكبر ربح ممكن. أفادت كالتشيو ميركاتو أن السعر المطلوب هو 75 مليون يورو، وهو نفس المبلغ الذي كان سيتم وضعه في الشرط الجزائي، ولكن يقال أن الفيولا قد يقبل ببيعه مقابل 60 مليون يورو بما في ذلك المكافآت المتعلقة بالأداء. أندية توتنهام وليفسربول وأتلتيكو مدريد توضع اللاعب عن كتيب بعد فشل التعاقد معه في الصيف. بينما يحاول يوفنتوس أن يقوم ببيع ديان كولوسيفسكي من أجل من شراء النجم الصربي وإحراز تقدم قبل الآخرين، وقد يتم بيع كولوسيفسكي بالتحديد إلى توتنهام حيث طلبه بالفعل فابيو باراتيتشي مدير البياتكونيري السابق.

وكالات

إبراهيموفيتش يستهدف العودة أمام بورتو في دوري أبطال أوروبا



يستهدف النجم السويدي السمخضرم زلاتان إبراهيموفيتش، العودة إلى صفوف فريقه ميلان في أسرع وقت، حيث غاب عن صفوف الروسونيري خلال الفترة الأخيرة وذلك بسبب الإصابة التي عانى منها خلال مباراة لاتسيو بالدوري الإيطالي. وذكرت صحيفة "توتوسبورت" أن إبراهيموفيتش يحاول العودة إلى أرض الملعب في أقرب وقت ممكن خصوصا وأنه بعد التوقف الدولي سيلعب ناديه العديد من المباريات الهامة في الدوري ودوري الأبطال. وأشارت الصحيفة الإيطالية أنه من المحتمل أن يكون هدف إبراهيموفيتش هو التواجد أمام بورتو يوم 19 أكتوبر في الجولة الثالثة من دوري أبطال أوروبا في البرتغال. ولقبت الصحيفة، إلى أن رغبة زلاتان في اللعب كبيرة، وكذلك يأمل المدرب ستيفانو بيولي في استعادته، لكن لا أحد في ميلانو يريد المجازفة بالمهاجم، وبالتالي فإن مهاجم ميلان سيعود فقط عندما يتعافى بنسبة 100%. ويستهدف إبراهيموفيتش الوصول لـ 100 هدف بقميص النادي اللومباردي، حيث يمتلك المهاجم حاليا نحو 85 هدفا بعد تسجيله هذا الموسم في شبك لاتسيو. إبراهيموفيتش الذي أتم عامه الأربعون الأحد الماضي، هو الهدف التاريخي لمنتخب السويد الذي لعب معه نسختي كأس عالم وأربع نسخ في كأس أوروبا، والآن يسعى للفوز مع ميلان بالدوري الإيطالي الذي سبق وتوج به مع الفريق في موسم 2010-2011. يحتل ميلان المركز الثاني بجدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 19 نقطة ويضارب نقطتين عن المتصدر نابولي.

وكالات

لاوتارو يثير قلق إنتر ميلان

أكدت تقارير صحفية أن لاوتارو مارتينيز مهاجم إنتر ميلان، سيغيب عن مباراة منتخب الأرجنتين أمام باراغواي، في تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم 2022. وذكرت قناة "تي. إن. تي" الأرجنتينية، أن ليونيل سكالوني المدير الفني للأرجنتين، قرر استبعاد لاوتارو من موقعة باراغواي، بسبب الإصابة وأضافت أن لاوتارو تعرض لإصابة عضلية طفيفة، سيغيب على إثرها عن المباراة، وذلك بعدما فضل المدرب استبعاده لتضادي تفاقم الإصابة. ونوهت أن سكالوني لجأ إلى خواكين كوربا، زميل لاوتارو وإنتر ميلان، ليتواجد بدلا منه في قائمة راقصي التانجو للمباراة. وأشارت القناة إلى أن الطاقم الطبي لإنتر ينتظر المزيد من المعلومات حول موقف لاوتارو من الإصابة، لا سيما وأن الفريق يستعد لمواجهة لاتسيو، عقب العودة من فترة التوقف الدولي.



راشفور يتحصل على شهادة الدكتوراه الفخرية

محوريا في مسيرتي حتى اليوم، أنا هنا لتسلم شهادة الدكتوراه الفخرية لعملي في مكافحة الفقر لقد فقدت ملايين الأسر في المملكة المتحدة مصدر دخلها الرئيسي مؤخرا، وهذا يعني ارتفاع نسبة الفقر إلى 1 بين كل ثلاثة أطفال، ولذلك فأنا سعيد وحزين في نفس الوقت اليوم، حان الوقت لمساعدة هؤلاء الأطفال ولتمس المعاناة الحقيقية التي يعيشونها لم يعد مقبولا اتخاذ ولاء كورونا كعذر". وفي ذات السياق قالت رئيسة جامعة مانشستر نانسي روثويل، "ماركوس شاب استثنائي يستمر في عمله الدؤوب تجاه المجتمع وهو في ذلك سابق لعمره، جامعتنا تولي أهمية كبرى للمسؤولية المجتمعية، ونحن فخورون بالعمل الذي يقوم به ماركوس وبمبادئه التي تتشارك معه فيها. يشرفني أن أقوم بتسليمه شهادة الدكتوراه الفخرية بالنيابة عن الجميع في الجامعة، عمله الخيري المتواصل وحملاته الكبيرة تساعد الملايين من الأشخاص في المملكة المتحدة وتشكل مصدر الهام لأناس كثيرين ليصنعوا الفارق بدورهم" كما قال كوليت روش الرئيس التنفيذي للعمليات في مانشستر يوناييتد، "ماركوس لاعب وشخص استثنائي إنه متواضع ولديه شغف كبير ودائما ما يسعى لتحقيق النجاح، ويجسد كل ما يؤمن به النادي، نحن فخورون بماركوس، وسعداء بتواجده معنا ومع عائلته الليلة لنشهد تكريمه على عمله وإنجازاته طيلة جائحة كورونا".

قام النجم الإنجليزي ماركوس راشفور ل لاعب نادي مانشستر يونايتد بالحصول على شهادة الدكتوراه الفخرية من جامعة مانشستر في حفل خاص أقيم في أولد ترافورد حيث كانت الجامعة قد أعلنت عن منح الشهادة لراشفور في جويلية الماضي، ولكن نظروف الوباء لم يقام الحفل الخاص وجاءت هذه الخطوة تقديرا لعمله الخيري المتواصل وجهوده لمكافحة الفقر خلال الجائحة كما تعد الدكتوراه الفخرية أعلى وسام تقدمه جامعة مانشستر، ويعمر الثالثة والعشرين، يعتبر راشفور أصغر شخص يحصل على درجة فخرية في تاريخ الجامعة. وفي نفس السياق انضم راشفور إلى قائمة المكرمين من الجامعة، والتي تضم السير جوبي تشارلتون والسير أليكس فيرغسون والأخير كان من بين من انضموا لأصدقاء وأفراد عائلة راشفور في حضور مراسم تسلمه الشهادة اليوم من رئيسة جامعة مانشستر نانسي روثويل وقال ماركوس راشفور: "إنه لشيء رائع أن أكون هنا بحضور السير أليكس كبير ممن لعبوا دورا



الشرطة البريطانية تعتقل السنغالي إيف بيسوما

كشفت صحيفة التيلغراف أن الشرطة البريطانية قامت باعتقال السنغالي "إيف بيسوما" لاعب نادي برايتون بعد اتهامه بالاعتداء الجنسي وهو الذي يعد أحد أفضل اللاعبين في فريقه هذا الموسم وتم اعتقال بيسوما في ملهى ليلى، في الساعات الأولى من صباح الخميس وقد انتشرت بعض الصور له عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وهو مكبل بالأصاف وحاولت "سكاي سبورتنس" عدم الكشف عن هوية اللاعب، إلا أن بعض الصحف البريطانية، ومن بينها التيلغراف أوضحت أن الأمر يتعلق بالبالغ من العمر خمسة وعشرين عاما، الذي تم اعتقاله إضافة إلى شخص آخر في الأربعينيات من عمره وأشارت سكاي إلى أن سبب اعتقال بيسوما يعود إلى "اعتداء جنسي"، دون الكشف عن تفاصيل إضافية وفي تعليقه على الواقعة، قال نادي برايتون في بيان رسمي له: "يدرك نادي برايتون أن أحد لاعبيه يساعد الشرطة في التحقيق في جريمة مزعومة الأمر يخضع لإجراءات قانونية، وبالتالي فإن النادي غير قادر على الإدلاء بمزيد من التعليقات في الوقت الحالي".

صحيفة التيلغراف

السلطات القضائية في الأرجنتين تستدعي شقيقات مارادونا للتحقيق

استدعت السلطات القضائية الأرجنتينية، شقيقات أسطورة كرة القدم الأرجنتينية الراحل دييغو أرماندو مارادونا، من أجل مواصلة التحقيق في وفاته. واستعدت السلطات القضائية كل من كلاوديا نورا وأنا إستيلا وريتا مايل، للإدلاء بأقوالهن كشهادات في القضية التي تحقق في وفاة أسطورة كرة القدم، حسبما أفادت مصادر قضائية. ويحقق القضاء الأرجنتيني مع 7 أشخاص في قضية القتل المزعوم لمارادونا، وهي جريمة تتراوح مدة عقوبتها من 8 إلى 25 سنة من السجن. وهؤلاء السبعة هم جراح الأعصاب ليوبولدو لوكي، والطبيبة النفسية أوجستينا كوستاشوف، والطبيب النفسي كارلوس دياز، والطبيبة التي كانت تنسق الرعاية المنزلية نانسي فورليني، ومنسق الممرضين ماريانو بيروني، والممرضان ريكاردو عمر الميرون ودايانا خيسيليا مدريد. وأدلى المذكورون جميعا بشهاداتهم أمام القضاء الأرجنتيني، الذي يحقق ويستمع للشهود منذ شهر. وستدلي شقيقات مارادونا بأقوالهن الأربعاء المقبل في سان إيسيدرو بمدينة بوينس آيرس، بينما سيدلي المعد البدني، الذي رافق مارادونا قبل شهر من وفاته بأقواله الثلاثاء. جدير بالذكر أن مارادونا رحل عن عالمنا في 25 نوفمبر الماضي، عن عمر ناهز 60 عاما بعد أيام فقط من إجرائه عملية جراحية على مستوى الرأس.

وكالة الأنباء الإسبانية

نجمة كرة قدم سويدية تجمع التبرعات لمساعدة الفقراء

صنعت السويدية هادفيغ ليندهال، لاعبة نادي أتلتيكو مدريد الإسباني لكرة القدم، الحدث عبر وسائل التواصل الاجتماعي، عندما تجمعت دور البطولة، عبر خطوة إنسانية مثيرة، اتجاه المتضررين والفقراء في أفغانستان. حيث قادت اللاعبة السويدية حملة جمع تبرعات شاركت فيها عدة شخصيات، منهم عدة لاعبات كرة قدم في العالم. وكشفت صحيفة "سوندو ديبورتيفو" الإسبانية، أن ليندهال تحلت بروح مسؤولة فيقتدها كثيرون، لاسيما نجوم كرة القدم الذين ينالون قريبا ماليا كبيرة، تتمثل في رواتب سنوية تعد بعشرات الملايين. وأطلقت نجمة حراسة نادي أتلتيكو مدريد الإسباني حملة جمع تبرعات، تتمثل في مساعدات مالية وغيرها، توجهها إلى الفقراء الذين يعانون لإيجاد لقمة العيش بأفغانستان، وخاصة النساء والأطفال وحتى الرجال الذين هم في حاجة. واعتبرت ليندهال، أن الأحداث الأخيرة قد تسببت في تدهور الأحوال المعيشية للمواطنين الأفغان، وجعلت العديد منهم تحت الخط الأحمر للفقر، بينما كانوا يحملون بالتطور الاقتصادي الذي يساعدهم في تحقيق عيش كريم. وقالت اللاعبة السويدية في تصريحات للصحيفة ذاتها: "لا يمكننا تغيير ما يحدث الآن، جميع الأجانغ غادروا، إنها وضعية سيئة ومن المهم ألا ننسى الناس الذين يعيشون هناك، إنها قضية حياة أو موت". وأضافت "على الجميع أن يساعدونا عبر منصة جمع التبرعات. كان يوسفي الحديث عن اليمن أو سورية اللذين يعاني شعباهما، لكني اخترت أفغانستان، بالنظر لما حدث مؤخرا، فالحياة تغيرت لدى المواطنين، خاصة النساء". وأكدت ذات الصحيفة، أن ليندهال ستعرض مقتنيات وأقمصة عليها موقعة لبيعها في مزاد علني، من أجل توفير حاجيات الفقراء بأفغانستان، وتحمل حملتها اسم "عيد أفغانستان".



صحيفة موندو ديبورتيفو

إدموندو يروي الإضرابات والمعاناة التي عاشها رونالدو في نهائي كأس العالم

عاد لاعب المنتخب البرازيلي السابق إدموندو لليلة الحزينة التي عاشها رونالدو بالإضرابات والمعاناة قبل نهائي كأس العالم عام ألف وتسعمئة وثمانية وتسعين حيث قال إدموندو في تصريحات لبودكاست إن تيليفانسيا لدى حديثه عن الأجواء التي عاشها منتخب بلاده يوم نهائي مونديال ثمانية وتسعين، "لقد كان يوما عاديا، ذهبت أنا ودوريسا إلى غرف النوم، فشاهدت رونالدو وهو يعاني من بعض الإضرابات. غادرت الغرفة لتحذير الجميع بما يحدث له. لسان رونالدو كان معوجا، وعيناه في حالة غريبة، قمت أنا وسيزار سامبايو بتقديم المساعدات اللازمة. كانت الساعة بين الواحدة والثانية وفي هذه اللحظة، الجميع علم أن رونالدو يعاني من بعض الإضرابات دخل إلى الحمام، وأخذ بعض الأدوية لتهدئته ثم نام بعدها خرج دون أن يتحدث معنا، ثم قال لنا ليوناردو إنه لا يجب أن يلعب ولا سيموت في الملعب كان في حالة غريب بعدها جاء زغالو مدرب البرازيل حيثها وأخبرتني بأنني أنا من سلب في النهائي كنت هادنا، وزملائي قاموا بتشجيعي ومساندتي وصلنا إلى ملعب المباراة قبل ساعتين من موعد المباراة بعدها بلحظات، دخل علينا رونالدو ومعه أحد أطباء المنتخب وطالب الحصول على حدائه وأغراضه الجميع شعر بالسعادة لأنه أصبح في حالة جيدة عقد جلسة مع المدرب والطاقم الطبي تقريبا عشرة زغالو وقال لي إدموندو عليك أن تبقى هادنا، رونالدو هو من رونالدو كان الأفضل في العالم، وفاز بالكرة الذهبية قبلها بعام الجلوس". وحسرت البرازيل في المباراة النهائية، ضد فرنسا سجل منها زين الدين زيدان ثنائية وأضاف إيمانويل بيتي بودكاست إن تيليفانسيا



شوتغارت يعلن عن إصابة نجمه بفيروس كورونا

أعلن نادي شوتغارت الألماني، في بيان نشره عبر موقعه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي، عن إصابة نجمه روبرتو ماسيمو بفيروس كورونا. وقال النادي الألماني في البيان أن الفحوصات كشفت عن حالة الإصابة الراهبة بعدوى كورونا في صفوف شوتغارت الألماني. و بعدما أصيب روبرتو ماسيمو بالعدوى، انسحب يوم الجمعة الماضي من المنتخب الألماني للشباب (تحت 21 عاما). ويخضع لاعب خط الوسط ماسيمو للعزل حاليا، بعد مناقشات مع السلطات الصحية المحلية ومسؤولي نادي شوتغارت. ويشهد منتخب الشباب الألماني، تطبيق معايير النظافة الصحية للتصدي للانتقال العدوى، ويمكن للفريق مواصلة تحضيراته للمباراة المقررة أمام المجر، اليوم الأحد، ضمن تصفيات البطولة الأوروبية.



رايولا يدافع عن دوناروما وينتقد جماهير الميلا

دافع وكيل أعمال جيانلويجي دوناروما، حارس مرمى نادي باريس سان جيرمان دفاعه عن اللاعب الشاب، بعدما تعرض الأخير لصافرات استهجان من طرف جماهير فريقه السابق ميلان في ملعب سان سيرو. وانتقد رايولا تعرض دوناروما لصافرات الاستهجان خلال مباراة إيطاليا وإسبانيا في الدور قبل النهائي لدوري الأمم الأوروبية. وقال رايولا لصحيفة كوريري ديلو سبورت الإيطالية "ما حدث لدوناروما غير مقبول، ما الخطأ الذي أذنب بسببه؟ أشعر بالاشمئزاز لما حدث له". وتابع، "أتساءل لماذا تتدخل إدارة ميلان لإبعاد اللاعب عن هذا الصراع، والدفاع عنه ضد اللاتفات المسيئة التي انتشرت في ملعب سان سيرو، ميلان لم يكن يعرف أو يقدر على منع دوناروما من الرحيل، وأسألوا أي شخص كاب، بماذا كنت ستصبح ابنك، البقاء في ميلان أم الذهاب إلى باريس؟". وأضاف رايولا منتقدا الجماهير: "ما حدث في الملعب محزن للغاية وغريب. من العار أن يلاحق جزء من الجماهير شابا لم يخطئ، لقد مارس حرية الاختيار، لا يوجد سبب لإطلاق صافرات الاستهجان ضده، لقد ظل دوناروما مخلصا لميلان في أحلك اللحظات وأصعبها للنادي، وملتزما ومحترفا حتى آخر دقيقة، وساعد في إعادة الفريق إلى دوري أبطال أوروبا صحيفة كوريري ديلو سبورت

التغذية الرياضية وعلاقتها بالسنة

بالدهون التي تبطن من عملية الهضم وتزيد من الشعور بالخمول، وغنية بالصوديوم الذي يزيد من الإحساس بالعطش، بالإضافة إلى أنها تفتقر للعناصر الغذائية التي يحتاجها الرياضي. يجب شرب كمية كافية من الماء قبل التمرين، فهو ضروري للقيام بوظائف الجسم مما يحسن من الأداء الرياضي، وذلك بمعدل 2 - 2.5 كوب قبل التمرين بساعة إلى ساعتين، وحوالي 1 كوب قبل التمرين بربع ساعة. وخلال التمرين، ينصح بشرب الماء فقط، وذلك لأن امتصاصه يكون أسرع من السوائل الأخرى. حيث ينصح بشرب الماء بمعدل 1 - 1.5 كوب كل 15-20 دقيقة من التمرين. أما بعد التمرين فيجب شرب كمية كافية من الماء، كما يمكن تناول المشروبات الرياضية أو العصائر الطبيعية خلال الخمسة عشرة دقيقة بعد التمرين لتعويض فقدان السوائل والأملاح المعدنية. ينصح بتناول وجبة تحتوي على البروتين والكربوهيدرات، وذلك بعد ساعة من التمرين (في حالة الرغبة في نزول الوزن)، وذلك من أجل تعويض مخزون الغليكوجين وإعادة بناء العضلات التي أجهدت أثناء القيام بالتمرين. ومن أهم الأطعمة الصحية الضرورية للرياضيين، السمك، حيث يعد مصدر غني بالبروتينات ذات الجودة العالية، ويحتوي على أوميغا 3 التي تساعد على حرق الدهون. كما أن أفضل أنواع الأسماك هو السلمون والمكزيك، واللحوم التي تعد مصدر غنية بالبروتينات والأحماض الأمينية التي تساعد في بناء العضلات، ولكن يفضل أن يكون اللحم قليل الدهن، وزيت الزيتون فهو غني بالدهون المفيدة للجسم. أما البيض حيث يعد من الأغذية الغنية بالبروتين الضروري لبناء العضلات، كما يفضل تناوله مسلوفاً بدلاً من قليه، ويمكن تناول بيض البيض بدلاً من الصفار، والدجاج يعد مصدر غني بالبروتين وضروري لبناء العضلات وزيادة حجمها، كما يفضل تناول صدر الدجاج؛ كونه لا يحتوي على الكثير من الدهون مع مراعاة إزالة الجلد منه لتقليل من الدهون الموجودة فيه. والخضروات أيضاً فهي تعد مصدر جيد للألياف الغذائية وتساعد على الهضم وتنشيط عمليات الأيض، الحليب فهو مصدر غني بالبروتين والكالسيوم الضروريان لتقوية العظام، كما يفضل تناول الحليب الخالي الدسم أو القليل من الدسم، وكذلك الشوفان يعد مصدر غني بالألياف والكربوهيدرات المفيدة الضرورية لإنتاج الطاقة، والتفاح الذي يعد غنياً بالألياف والكربوهيدرات، والفيتامينات، ومضادات الأكسدة المفيدة. ويعتبر التوت غنياً بالفيتامينات ومضادات الأكسدة، كما يساعد في الحفاظ على قوة العضلات مع التقدم في العمر، والبقوليات خاصة الفول، والعدس، والبالزلاء، حيث تعتبر مصادر نباتية للبروتين وهي غنية بالكربوهيدرات المعقدة، كما أنها مفيدة للرياضيين النباتيين الذين لا يتناولون اللحوم الحمراء، أما الموز فهو غني بالفيتامينات والعناصر المعدنية، وخاصة البوتاسيوم، التي يحتاجها الجسم لتنظيم السوائل ومنع تقلصات العضلات والتشنجات.

يختلف النظام الغذائي للرياضيين باختلاف العمر، والجنس، ونوع الرياضة التي يمارسها الشخص، فعلى سبيل المثال، عند القيام بالتمارين الرياضية رغبة في تخفيف الوزن يجب أن يقلل الشخص من تناول السعرات الحرارية اليومية مع ضرورة الالتزام بتناول الطعام من كافة المجموعات الغذائية وبكميات محسوبة، في حين عند القيام بالرياضة رغبة في بناء العضلات عندها قد يحتاج الرياضي إلى عدد كبير من السعرات الحرارية لبناء الأنسجة وتزويد الجسم بالطاقة اللازمة للقيام بالتمارين الرياضية الشاقة. يجب ألا يقلل الرياضي في طعامه بغرض إنقاص الوزن؛ كون البرنامج الرياضي المجهد يصاحبه دائماً ازدياد في معدلات التمثيل الغذائي والذي بالتالي يتطلب زيادة في معدل استهلاك السعرات الحرارية من الفرد. يفضل التقليل من استعمال المكملات الغذائية، ومكملات الكربوهيدرات، وبدائل الوجبات من السوائل التي من المفترض أنها تساعد في بناء العضلات؛ كون المصادر الغذائية الطبيعية أفضل بكثير من المكملات الغذائية. ضرورة الاعتدال في استخدام مادة الكافيين التي تساعد الرياضيين على رفع الأداء الرياضي، وزيادة الطاقة، وتأخير الإحساس بالتعب، وزيادة الانتباه واليقظة، وتحفيز الجهاز العصبي، ولكن إذا استعملت بكميات كبيرة قد تؤدي إلى الغثيان، والصداع، وزيادة في ضربات القلب، وارتجاف العضلات، بالإضافة إلى أنها تزيد من فقدان السوائل مما يؤدي إلى الجفاف إضافة إلى التقليل من تناول الأغذية المالحة والمدخنة التي تسبب العطش، وضرورة الإكثار من شرب الماء قبل التمرين الرياضي الشاق وكذلك أثناءه وبعد الانتهاء منه لتعويض الفاقد من السوائل. لا ينصح أبداً بتناول مشروبات الطاقة للرياضيين، فبالرغم من أنه قد يشعر الرياضي بعد تناولها باليقظة والنشاط ولكن سرعان ما يشعر بالخمول والأرهاق بعد فترة من تناولها مما قد يؤثر على أداء الرياضي، بالإضافة إلى أضرارها البالغة على الجسم وخاصة على القلب. يفضل تناول الوجبات الكبيرة قبل التمرين بـ 3-4 ساعات، وذلك لإعطاء الجسم فرصة كافية لهضم الطعام حيث أن تناول الطعام قبل التمرين مباشرة قد يؤدي إلى عسر الهضم والغثيان مما قد يؤثر على الأداء الرياضي بصورة سلبية. كما يفضل أن تحتوي هذه الوجبة الكبيرة على نسبة عالية من الكربوهيدرات المعقدة (كربوهيدرات بطيئة الأمتصاص) لأنها تزود الجسم بالطاقة طوال مدة التمرين وتؤخر من الشعور بالتعب، ويفضل اختيار النشويات غير معالجة لاحتوائها على الألياف التي تبطن أكثر من عملية الامتصاص وبالتالي تزود الجسم بطاقة لمدة أطول وتوجد في البوب الكاملة مثل حب القمح الكامل، والشعير، أو الخضار النشوية مثل البطاطا، والذرة، والبقوليات، كما يفضل أن تحتوي على نسبة متوسطة من البروتين لتخفيف من ألم العضلات وإعادة بناء النسيج العضلي، بالإضافة إلى نسبة قليلة من الدهون. يفضل تناول وجبة خفيفة عند اقتراب التمرين، أي قبل التمرين بنصف ساعة، مع مراعاة أن تكون الوجبة تحتوي على الكربوهيدرات البسيطة (كربوهيدرات سريعة الامتصاص) مثل العسل، والتمر، والعصير، وذلك لإمداد الجسم بالطاقة. تعد الوجبات السريعة من أسوأ الخيارات لوجبة ما قبل التمرين، لأنها غنية



مرضى السكري وممارستهم للرياضة الصحية

الرياضة والصحة وجهان لعملة واحدة بالنسبة للجميع ولمرضى السكري، فبالإضافة إلى الفوائد المعروفة لممارسة الرياضة، مثل بناء وتقوية العضلات، حماية القلب والأوعية الدموية، الرفع من مستوى تحمل القلب والبروتين، تخفيض مستوى الكوليسترول في الدم والحفاظ على الوزن السليم، تحسن ممارسة الرياضة أيضاً من عمل الإنسولين لدى مرضى السكري ومن الممكن أن تحد من الحاجة إلى تناول الأدوية. كذلك، تخفف ممارسة الرياضة من التوتر، الضغوطات والقلق، تحسن من مستوى التركيز وتخفف من الشعور بالجوع، فتقليل السعرات الحرارية لدى مرضى السكري يجب ألا يقتصر فقط على تخفيف الوجبات أو استبدال السكر الأبيض بالسكر اللوز وتناول الأغذية خفيفة الدسم فحسب، بل يجب إدراج الرياضة جنباً إلى جنب طبعا بعد موافقة الطبيب. بالإضافة إلى ذلك، يمكن لممارسة الرياضة والتمارين الإيروبية أن تمنع حصول مضاعفات مرض السكري وأن تحد من احتمال الإصابة بأمراض القلب، إضافة إلى أنها تساعد في حرق الدهون الزائدة في الجسم والتحكم بمستوى الجلوكوز، ولكن من المهم التذكير أن على مرضى السكري، بشكل خاص، الانتباه والمحافظة على قوانين الحذر والسلامة، كي لا يسببوا لأنفسهم الضرر بسبب مرضهم. في البداية، من الضروري الحصول على موافقة الطبيب المعالج قبل البدء بممارسة رياضة جديدة، عندما تخرجون لممارسة الرياضة في الصالة الرياضية أو المشي أو أية رياضة أخرى خارج المنزل، عليكم أن تأخذوا معكم 15 غراماً على الأقل من السكريات، وقيل ممارسة ونصف الكوب من عصير الفواكه، أو 5 حبات من الحلوى أو مكعبات الجلوكوز، وذلك تحسباً لحالة انخفاض مستوى السكر في الدم وأنتم بعيدون عن البيت. يجب ملاءمة الحذاء لنوع الرياضة التي تمارسونها، لمنع الإصابات والجروح في القدمين. كذلك، ينصح بارتداء جوارب خاصة للرياضة مصنوعة من البوليستر لمنع الاحتكاك الزائد الذي يمكن أن يسبب الإصابات بالجروح، وقيل ممارسة الرياضة وانتعال الحذاء، تفحصوا جيداً للتأكد من عدم وجود جروح أو تقرحات على الرجلين. عندما تخرجون إلى ممارسة الرياضة عليكم التزود ببطاقة هويتكم معكم، تحسباً لحالة الإصابة بالإغماء أو تحسباً لنشوء حاجة إلى التوجه لتلقي المساعدة الطبية، كذلك، يفضل أن تحملوا معكم دائماً جهازاً لفحص مستوى السكر في الدم. يجب فحص مستوى السكر في الدم قبل ممارسة الرياضة وبعدها، ينصح باستشارة الطبيب بالنسبة لمستوى السكر الملائم في الدم قبل ممارسة الرياضة، هذا مهم بشكل خاص للأشخاص الذين يستعملون الإنسولين. إذا شعرت بالرعشة، القلق، التعرق الزائد أو أي تغيير غير عادي في نظم القلب توقفوا عن ممارسة الرياضة وافحصوا مستوى السكر في الدم، إذا كان منخفضاً فتناولوا حالا أحد المأكولات التي أحضرتموها معكم من البيت. ينصح ببدء كل تمرين بتمارين لتدفئة العضلات لمدة 5-10 دقائق، لكي يكون الجسم مستعداً للرياضة ولا يتم مفاجئته بتمارين صعبة ومكثفة. ينصح بممارسة الرياضة لمدة 30 دقيقة في اليوم، ليس بالضرورة بشكل متواصل، بل من الممكن تقسيمها خلال النهار 10 دقائق في الصباح، 10 دقائق عند الظهر و10 دقائق في المساء. أنواع الرياضة التي ينصح بها لمرضى السكري هي التمارين الإيروبية مثل المشي، الهرولة، العدو الخفيف، الزلاجات، كرة المضرب، التجديف، قفز الحبل، السباحة، ركوب الدراجة، كرة السلة، دراجة التمارين وآلة المشي، هالوك، كرة القدم وتتطلب عمل مجموعة العضلات الكبيرة. هنالك بعض أنواع الرياضة التي لا تعتبر تمارين إيروبية، ولذلك فهي أقل فائدة لمرضى السكري مثل ركوب الخيل، كرة القدم، الكرة الطائرة. ينصح بممارسة أنواع الرياضة التي تشمل أكثر من مشارك واحد، وبهذه الطريقة يمكن تطوير علاقات اجتماعية والتعرف على أشخاص جدد. السباحة تساعد جداً على الاسترخاء، وينصح بممارستها لمن يعاني من التهاب المفاصل، لأنها لا تمارس الضغط على المفاصل ويمكن من الاسترخاء والراحة في الماء. إذا كنتم تمارسون الركض أو المشي، حاولوا تغيير مسار المشي في كل مرة كي لا تصابوا بالملل، وتعتبر أعمال البيت نشاطات رياضية صحية وينصح بممارستها لمرضى السكري. استعملوا الدرج بدلاً من المصعد الكهربائي، دائماً إذا كان الطابق المطلوب من الطوابق العليا في البناية، حاولوا صعود نصف المسافة على الأقل بواسطة الدرج، إذا كنتم تعملون في مكتب كبير وتريدون التحدث مع زميل لكم في المكتب، لا تكلموه في الهاتف وإنما توجهوا إليه بشكل شخصي.



رئيس 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

SPORT
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