

الرئيس
تبون:
"مليون ونصف
مليون مبروك يا
أبطال"

www.dzair-tube.dz



يومية رياضية جزائرية

الأحد 12 ديسمبر 2021 الموافق 8 جمادى الأولى 1443 هـ العدد: 356 الثمن: 30 دج

ربع نهائي كأس العرب 2021



الجزائر 2-2 المغرب



تأهل الجزائر بركلات الترجيح (3-5)

المنتخب
يطيح
بالمغرب
ويتحدى
قطر و العرب

محاربون مرعبون

بلايلي يقصف شباك المغرب بهدف فلكي



مبولحي رجل
المباراة أمام
المنتخب
المغربي

حسين عموتة
مدرب المغرب
"لم نتحمل
الضغط
الذهني خلال
المباراة، ولعبنا
بنصف
امكانياتنا"

نجوم
المنتخب
الأول يهنئون
المحليين

لاعبو
"الخنصر"
يجتفلون بعلم
فلسطين بعد
اللقاء

بلايلي:
"نهدي التأهل
للشعب الجزائري
وهدفنا التتويج
بالكأس"



ربع نهائي كأس العرب 2021

الجزائر 2 - المغرب 2 ركلات الترجيح (3-5)

الرئيس تبون:

"مليون ونصف مليون
مبروك يا أبطال"

هنا رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون المنتخب الوطني الجزائري عقب تأهله إلى الدور نصف النهائي، من بطولة كأس العرب، على حساب نظيره المغربي. وقاف "الخضر" على "أسود الأطلس" في مباراة بطولية إنتهت بالتعادل الإيجابي بثنائية لمثلها، قبل أن يحتكم الفريقان لضربات الترجيح التي ابتسمت للجزائر. ووجه الرئيس عبد المجيد تبون، تهنئة للاعبين المنتخب الجزائري حيث كتب على حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك": "مليون ونصف مليون مبروك يا أبطال".



الإصابة تبعد بونجاح عن مواجهة "أسود الأطلس"

استبعد الطاقم الفني للمنتخب المحلي بقيادة المدرب مجيد بوقرة، مهاجم "الخضر" بغداد بونجاح عن قائمة الـ 18 في مواجهة الأمل، أمام المغرب، برسم الدور ربع النهائي لكأس العرب، وذلك بسبب الإصابة، ورغم عودة مهاجم السد إلى أجواء التدريبات مع المنتخب الوطني يوم الخميس الماضي، عقب تلقيه الضوء الأخضر من الطاقم الطبي لـ "الخضر"، إلا أن المدرب مجيد بوقرة رفض المقامرة به، بعد الإصابة التي تعرض لها في مباراة مصر يوم الثلاثاء الماضي، إثر تدخل خشن من طرف الحارس الشناوي، ما استدعى خروجه بشكل اضطراري، وفضل المسؤول الأول على المنتخب المحلي، منح الفرصة لنجم ألتيك بارادو مروان زروقي في أول مشاركة له كأساسي في البطولة العربية. وصرح بوقرة، قبل انطلاق مباراة المغرب، "وضعنا بغداد بونجاح، خارج القائمة المعنية بمواجهة منتخب المغرب". كما أوضح مدرب المنتخب الوطني للمحليين، "غيابه عن هذه المباراة، جاء نزولا عند قرار الطبيب، الذي طالب بإخضاعه للراحة مدة ستة أيام حميد

نجوم المنتخب الأول ساندوا المحليين أمام المغرب

لم يتوان لاعبو المنتخب الوطني الأول، في إبداء دعمهم للمحليين في الداربي المغاربي، أمام المغرب يوم أمس، في المواجهة التي جمعتهم بملعب التمامة، بقطر في الدور ربع النهائي لكأس العرب. ونشر قائد "الخضر" ونجم مانشستر سيتي الإنجليزي، رياض محرز، صورة عبر صفحته الرسمية على "فيسبوك" يدعم من خلالها أشبال الناخب الوطني مجيد بوقرة، فيما نشر الدولي الجزائري الآخر ونجم نادي ليون الفرنسي إسلام سليمان، رسالة دعم لأشبال الناخب الوطني بوقرة قبل موقعة المغرب، في محاولة لرفع معنويات أشبال بوقرة وحثهم على التألق وكتب، "السوبر سليم" على صورة المنتخب الوطني المشارك في كأس العرب، "كلنا خلفكم" سفيان

جولة خفيفة للاعبين "الخضر" في الدوحة

قام لاعبو المنتخب الوطني بجولة خفيفة في حديقة الفندق الذي يقيمون فيه بالدوحة، كما قاموا بحصة تنشيط عضلي صبيحة المباراة المنتظرة أمام المغرب. وأجرى رفقاء ياسين براهيمي حصة التنشيط العضلي في حديقة الفندق، من خلال القيام بتمارين خفيفة تساعد على الاسترخاء والتواجد في أحسن حالة بدنية يوم المباراة. وبرمج الطاقم الفني بقيادة مجيد بوقرة، حصتين لمعاينة المنافس المغربي، الأولى في منتصف النهار، والثانية في حدود الساعة الخامسة ونصف بتوقيت الجزائر، دامت لـ 20 دقيقة حميد

حسين عموتة مدرب المغرب

"لم نتحمل الضغط الذهني خلال المباراة، ولعبنا بنصف إمكانياتنا"



قال مدرب المنتخب المغربي حسين عموتة أن أشباله لم يظهروا بالمستوى المطلوب في مباراة اليوم أمام المنتخب الجزائري وكشف عموتة بعد نهاية المباراة أن رفقاء نهيري لم يتحملوا ضغط المباراة من الناحية الذهنية وهو ما تسبب في هزيمة أسود الأطلس أمام المنتخب الجزائري. وقال عموتة في تصريح لقناة الكأس بعد نهاية المباراة "أكيد لم تكن في المستوى المطلوب، لأننا لم نكن مهيتين نفسيا، واللاعبين لم يتحملوا ضغط المباراة بالرغم من أنه كان يتوجب أن يبقوا مركزين على المباراة فقط" واستطرد ذات المتحدث كلامه بالقول: "الضربات الترجيحية هي التي منحت التأهل للمنتخب الجزائري هيننا لهم" اللاعبين ضيعوا تمريرات بسيطة لم يتمكنوا بالشكل المطلوب، لم نلعب بـ 50 بالمئة من الإمكانات التي لعبنا بها المباراة الأولى والثانية".

بلالي:

"نهدي هذا الفوز
لشعب الجزائري وهدفنا
التتويج بالكأس"

أعرب مهاجم المنتخب الوطني يوسف بلالي، عن سعادته الكبيرة بالفوز على منتخب المغرب، والتأهل للدور نصف النهائي من كأس العرب وتوجه بلالي، بالشكر الجزيل إلى طاقم المنتخب، وخاصة الجماهير الجزائرية التي ساندت المنتخب إلى آخر لحظة كما أضاف مهاجم الخضر، "أدينا مباراة جيد أمام منتخب مغربي يحسن جيدا لعب كرة القدم، وأهدي هدفي للشعب الجزائري" واستطرد بلالي كلامه بالقول أنه، سيستمع كثيرا بهذا التأهل، وفي الدور نصف النهائي أمام قطر، ستقدم أفضل ما لدينا للتتويج بالكأس اهدانها للجزائر على حد تعبيره". حميد

بلالي يتضامن مع بونجاح ويهديه هدفه العالمي

أهدى اللاعب الدولي الجزائري يوسف بلالي هدفه العالمي في مرمر المنتخب المغربي لزميله بغداد بونجاح الذي تعرض لإصابة أمام المنتخب المصري. واحتفل بلالي بعد تسجيله الهدف العالمي في مرمر المنتخب المغربي بصورة زميله بغداد بونجاح التي كانت مرسومة على واقى الساق، في إشارة إلى تضامنه معه عقب تلقيه إصابة حرمته من المشاركة في مباراة الأمل أمام المنتخب المغربي. حميد

لاعبو "الخضر" يحتفلون بعلم فلسطين

اقتطع المنتخب الوطني الجزائري، أمس تأشيرة التأهل إلى الدور نصف النهائي لبطولة كأس العرب، عقب تغلبهم على المنتخب المغربي بركلات الترجيح (3-5) بعد نهاية المباراة بالتعادل الإيجابي (2-2). وصنع لاعبو "الخضر" الحدث مجددا بعد احتفالهم بالعلم الفلسطيني وذلك في رسالة دعم إلى الشعب الفلسطيني، ورده مبطن على التطبيع المغربي مع الكيان الصهيوني.



بوقرة يجري تغييرات على التشكيلة الأساسية لـ "الخضر"

أجرى مدرب المنتخب الوطني، مجيد بوقرة، بعض التغييرات على التشكيلة الأساسية التي واجهت المنتخب المغربي، أمس، في الدور ربع النهائي للبطولة العربية مقارئة بتلك التي واجهت مصر في المباراة الأخيرة لدور المجموعات. وُج بوقرة في مباراة "أسود الأطلس" لاعب أساسي جديد، وهو المهاجم مروان زروقي. وذلك بسبب إصابة "لقناص" بغداد بونجاح في مباراة مصر. وسبق للاعب زروقي أن خاض 4 دقائق فقط في منافسة كأس العرب، لما دخل إلى أرضية الميدان بديلا، في الانقاس الأخيرة لمواجهة السودان. ويرتدي مروان زروقي (20 سنة) زِي نادي البارادو، وخاض في صفوفه 4 لقاءات برسم البطولة الوطنية للموسم الحالي، من أصل 5 مواجهات. وشارك في كل المقابلات أساسيا. وبالنسبة إلى باقي اللاعبين، فقد خاض كل واحد منهم مباراة على الأقل في هذه البطولة الكروية الإقليمية. مع استمرار متوسط الميدان براهيمي في حمل شارة القائد. وتشكلت قائمة لاعبي "محليي" الخضر" أمام المغرب، على النحو التالي:

حراسة المرمى: رايس وهاب مبولجي
خط الدفاع: حسين بن عيادة، إلياس شتي، عبد القادر بدران، محمد الأمين توغاي
خط الوسط: حسام الدين مريزيق، سفيان بن دبكة، ياسين براهيمي، يوسف بلالي
خط الهجوم: الطيب مزياني، مروان زروقي

سفيان

الدّولي الجزائري هاريس بلقبلة:

"أحلم بالتتويج بالكان والتأهل مع الأخضر إلى مونديال قطر"

كشف الدولي الجزائري هاريس بلقبلة، المحترف في صفوف فريق بريست الفرنسي، عن رغبته في التتويج بلقب أمم أفريقيا 2021 بالكاميرون المقررة في الفترة ما بين 9 جانفي إلى 6 فيفري 2022، مؤكدا في ذات الوقت عن طموحه في التأهل إلى كأس العالم 2022 بقطر. وأصبح بلقبلة في تصريح مصور لموقع "وست فرانس" الفرنسي، نشر أمس، عن طموحه واهدافه مع "الأخضر"، مؤكدا أنه يرغب في التتويج بكأس إفريقيا بالكاميرون، معترفا بذات الوقت بصعوبة المهمة التي تنتظر "الأخضر". وقال: "طموحنا كبير للتتويج بكان الكاميرون وهذا طبيعي لأننا حاملون للقب، المهمة ستكون صعبة مقارنة بدورة مصر لأن جميع المنتخبات تريد الإطاحة بنا والفوز علينا". وردا عن حظوظ المنتخب الوطني في التأهل إلى كأس العالم 2022 بقطر، واللقاء الفاصل الذي ينتظره شهر مارس المقبل، رفض بلقبلة المقاضلة بين المنتخبات المرشحة لمواجهة "الأخضر" وهي مصر والكاميرون وغانا والكونغو الديمقراطية ومالي، مؤكدا أن جميع المباريات ستكون صعبة وجميع المنتخبات تريد التأهل إلى المونديال، وأضاف في هذا الخصوص: "في مستوى مثل هذا وفي لقاء ذهابا وإيابا، الجميع يفعل كل ما بوسعه ويمتج كل ما لديه من أجل التأهل إلى كأس العالم، ما يجعل المهمة بمثابة حرب، لهذا ليس لدي أي خيار بين المنتخبات التي سنواجهها، كل المواجهات ستكون صعبة". وفي ختام اللقاء المقتضب مع ذات المصدر، سئل بلقبلة عن المقاضلة بين التأهل إلى المونديال أو التتويج بالكان، حيث أكد أن "الأخضر" يستهدفون التألق في الكاميرون والمحافظة على اللقب وكذا التأهل إلى المونديال، معتبرا أن الفوز بالكأس الإفريقية سيكون رافعا، وقال: "بين التأهل إلى كأس العالم والتتويج بالكان، إنه خيار صعب وأريد الحصول عليهما معا، لكن التتويج بالكان صراحة، عندما شاهدت الصور في 2019، كان شيئا فوق العادة وأمر استثنائي في الجزائر، لكن إذا حصلنا عليهما الاثنين سيكون أمرا رائعا".

وسيم



الدّوري الإنجليزي الممتاز "بن رحمة" يبحث عن نفسه في لقاء "وست هام" و"بيرنلي"

يحل الدولي فريقه وست هام ضيفا ثقيلًا على ملعب تيرف مور لمواجهة صاحب الأرض بيرنلي، اليوم الأحد، ضمن مباريات الأسبوع الـ 16 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وتسمى كتيبة المدرب ديفيد مويس لتحقيق الفوز أمام بيرنلي من أجل الحفاظ على تواجه في المربع الذهبي خلف الثلاثي مان سيتي ليفربول والبلور تشيلسي، في المقابل يأمل بيرنلي في تحقيق الانتصار على حساب وست هام يونايتد للهرب من المراكز المهددة بالهبوط، خصوصا وأن المباراة ستقام على أرضه ووسط جماهيره. ويتوقع أن يبدأ بن رحمة بشكل أساسي، خلال المباراة التي يخوضها وست هام يونايتد في ميدان بيرنلي، حيث، يمني مهاجم الأخضر النفس بأن يقود المطارق لمواصلة نتاجه المميزة هذا الموسم في البريميرليغ، والتي كان آخرها فوزه على تشيلسي بنتيجة 2-3 في الجولة الماضية.



وسيم

فيما إنهزم فريقه
موشنغلا دباخ برباعية
ضد لايبزيغ

"بن سبيغني" يفتح عداد أهدافه في "البوندسليغا"

افتتح الدولي الجزائري رامي بن سبيغني عداد التهديد في منافسة "البوندسليغا" للموسم الحالي خلال المواجهة التي جمعت فريقه موشنغلا دباخ أمام لايبزيغ، أمس السبت، ضمن الجولة الـ 15 من عمر دوري الدرجة الأولى الألماني. وسجل بن سبيغني، هدف فريقه الوحيد، ضد لايبزيغ المنتصر بنتيجة 1-4، بعد لقاء مثير، بما أن بوروسيا اقترب من قلب الطاولة على منافسه ولكنه عجز عن تحسين ترتيبه. وجاء هدف خريج مدرسة بارادو عبر تسديدة مقصية رائعة سكنت شباك لايبزيغ عند الدقيقة 88 من زمن المباراة التي انتهت بخسارة رفاقه مدافع الأخضر برباعية مقابل واحد، وقدم اللاعب أداء طيبا في هذه المباراة، وكان أحد أفضل لاعبي فريق بوروسيا موشنغلا دباخ فوق المستطيل الأخضر. ورفع ابن مدينة قسنطينة رصيده إلى ثلاثة أهداف باحتساب الثنائية التي سجلها في شباك بايرن ميونخ في مسابقة كأس ألمانيا هذا الموسم. وسيم



إدارة الروسونيري تعرض
عليه زيادة بـ 800 ألف
أورو في راتبه

"بن ناصر" يقترب من تمديد عقده مع "ميلان" لعامين إضافيين

أصبح الدولي الجزائري إسماعيل بن ناصر قريبا من تمديد عقده مع فريقه اسي ميلان الإيطالي لعامين إضافيين وهو الذي ينتهي عقده صائفة 2022 حسب ما تداولته مختلف المواقع الرياضية الإيطالية وذكر موقع "سيمي ميلان" أن المفاوضات بين إدارة الروسونيري ومتوسط ميدان "الأخضر" كالت بالنجاح مؤقتا في انتظار بعض التفاصيل المالية، حيث يمكن الإعلان عن قرار تمديد عقده بعد عودة مشاركة اللاعب رفقة المنتخب الوطني في النسخة النهائية لكأس أفريقيا. ويبدو الحديث عن أن الجانب المالي كان السبب الرئيسي في عدم الوصول إلى اتفاق رسمي إلى حد الآن، حيث تكون الإدارة الإيطالية قد عرضت زيادة بـ 800 ألف أورو في حين يبحث مناجير الفريق مليون أورو كزيادة، لكن يبدو أن هذه المطالب بن تكون العائق خاصة أن بن ناصر يرغب في الاستقرار أكثر. محارب الصحراء يتقاضى حاليا راتبا سنويا يقدر بـ 1.5 مليون يورو، وفي حال توصله لاتفاق مع مسؤولي ناديه فإنه سيحصل على راتب سنوي جديد يصل حدود 4.5 مليون يورو، في وقت لم يتم التوصل فيه لحد الآن إلى أي اتفاق بخصوص مسألة إلغاء الشرط الجزائي الموجود في عقد اللاعب الجزائري أو الرفع من قيمته، على اعتبار أن مالديني يرى أن مبلغ 50 مليون يورو مبلغ بسيط جدا ولن يكون عائقا أمام العديد من الأندية الأوروبية المعروفة في خطف بن ناصر، الذي يستحق حسب إدارة ميلان مبالغ أكبر إن تقرر بيعه. يرتبط بن ناصر بعقد مع نادي ميلان إلى غاية شهر جوان 2024، بعد أن ضمه صيف عام 2019 قادما من نادي إمبولي الإيطالي مقابل 16 مليون يورو، وتنوي إدارة ميلان الاحتفاظ ببن ناصر أحد أبرز نجوم الفريق وتمديد عقده لعامين إضافيين، لتحسينه من أطماع الأندية الكثيرة الراغبة في الحصول على خدماته، لا سيما أن الشرط الجزائي في عقده لا يتجاوز 50 مليون يورو، في حين أن راتبه السنوي الحالي لا يتجاوز 1.5 مليون يورو.

وسيم

"مانشستر سيتي" يحقق فوزا بشق الأنفس في غياب "محرز"

عزز مانشستر سيتي موقعه في ترتيب صدارة الدوري الإنجليزي الممتاز بفوزه أمس السبت أمام وولفرهامبتون بهدف نظيف، في ملعب "الاتحاد" لحساب الجولة 16 من الدوري الإنجليزي الممتاز. سجل هدف اللقاء الوحيد الجناح الدولي الإنجليزي رحيم ستيرلينغ في الدقيقة 66 من الشوط الثاني من علامة الجزاء، بينما تعرض لاعب وولفرهامبتون المهاجم المكسيكي راؤول خيمينيز إلى الطرد في أواخر الشوط الأول بعد جمعه بطاقتين صفراوين. واستغل السيتي النقص العددي للضيوف في الشوط الثاني بتكثيف هجماته، مما أدى لحصوله على ركلة جزاء، نفذ منها رحيم ستيرلينغ هدف التقدم لأصحاب الأرض في الدقيقة 66. ولم يشارك محرز بشكل أساسي مجددا مع مانشستر سيتي في الدوري الإنجليزي الممتاز، حيث بقي حبيس دكة البدلاء في فوز فريقه على وولفرهامبتون. من جانبه، رشح موقع "هوسكورد" الشهير لاعب مانشستر سيتي رياض محرز لجائزة هامة في دوري الأبطال، حيث سيكون في منافسة كبير لنيل جائزة أفضل لاعب في دوري المجموعات بعد عروضه المميزة في المسابقة، حيث، شارك في ست لقاءات كاملة كأساسي وسجل 5 أهداف ليتواجد ضمن كوكبة المقدمة لقائمة هدافي المنافسة هذا الموسم. جدير بالذكر، أن قائد الأخضر لا يشارك بصورة أساسية في أغلب مباريات السيتي بالبريميرليغ، رغم أن الدولي الجزائري هو من يتصدر ترتيب هدافي الفريق السماوي في كل المسابقات بواقع 9 أهداف.

وسيم



الرجولة السابعة للرابطة المحترفة الأولى

مقرة تفاجئ "النصرية" ووافق سطيف يطيح بتلمسان



تلقي نصر حسين داي هزيمة، مفاجأة على ملعبه أمام ضيفه نجم مقرة، بهدف يتيم، في أبرز لقاءات الجولة السابعة من الرابطة المحترفة الأولى، فيما عاد مولودية الجزائر بنقطة ثمينة من خرجتها إلى المدينة. وتكبدت تشكيلة "النصرية" ثاني هزيمة لها على التوالي، وهذه المرة داخل القواعد أمام نجم مقرة الذي حقّق انتزاعته من العاصمة، بهدف دون رد من تسجيل، أميري في الدقيقة 40، وهي النتيجة التي خيبت عشاق النادي العاصمي، الذي كانوا ينتظرون الانتفاضة بعد الهزيمة أمام الغريم التقليدي شباب بلوزداد، وحققت مقرة بهذه النتيجة أول فوز لها بعد 5 هزائم وتعادل وحيد. وفي مباراة أخرى، عاد نادي مولودية الجزائر بنقطة التعادل من خرجته لمواجهة الرائد أولمبي المدينة، بعد نهاية اللقاء بالتعادل السلبي، ليرفع العميد رصيده إلى النقطة التاسعة في المرتبة العاشرة، فيما تراجع "أبناء التيطري" للمركز الثاني، وبدوره، حقق نادي وفاق سطيف 3 نقاط ثمينة جدا على حساب واد تلمسان بفضل قندوسي الذي سجل الهدف الوحيد في اللقاء في 77د، وبهذا اقترب النادي السطايفي أكثر من صدارة الترتيب حيث يحتل المرتبة الرابعة بـ 13 نقطة يفارق نقطتين فقط عن اتحاد بسكرة المتصدر، من جهته، افترق فريق هلال شلفوم العيد وسريع غليزان، على نتيجة التعادل بهدف مقابل هدف.

سفيان ع

مؤكد أن الكرة الجزائرية لن تتطور بهذا المستوى

الحارس شويح: "أمل الأربعاء يتعرّض لمؤامرة"

حمل أحمد شويح، حارس مرمى نادي أمل الأربعاء، الرابطة الوطنية المحترفة، مسؤولية الوضع الصعبة التي يعيشها فريقه العائد هذا الموسم إلى الرابطة المحترفة الأولى، في أعقاب تعرضه وزملاءه لهزيمة جديدة وكانت على يد شباب بلوزداد ضمن الجولة السابعة، مؤكدا أن الأمل يتعرّض للظلم ولؤامرة حالت دون تألقه. وعبر الحارس أحمد شويح عن خيبة أمله بعد الهزيمة المرة التي تلقاها فريق أمل الأربعاء أول أمس أمام شباب بلوزداد على ملعب بوفاريك (1-2)، خاصة وأن الخسارة جاءت بهدف قاتل في الدقيقة 95 عن طريق خير الدين مرزوقي، "نقولها بكل صراحة. فريق أمل الأربعاء يعاني من الاضطهاد منذ بداية الموسم، وهو ما أثر على نتائجنا في بداية البطولة"، وتابع: "بداية الموسم وجدنا أنفسنا نلعب منقوصين من الكثير من لاعبيننا؛ بسبب حرماننا من الحصول على الإجازات، عكس بعض الأندية التي استخرجت إجازات لاعبيها بشكل عادي، رغم أنها لديها ديون مثلاً"، وأردف: "صحيح أننا حصلنا على الإجازات بعد مرور عدة جولات، وتفنّسنا الصعداء، وتفاءلنا بمستقبل الفريق، لكننا تفاجئنا بمشكلة الملعب، وحرماننا من الاستقبال على ملعبنا، لأسباب خاصة"، وختم شويح كلامه: "صراحة من يتخذ هذه القرارات يؤثر سلباً على مستوى كرة القدم الجزائرية ككل، وليس نادي أمل الأربعاء، وبهذه العشوائية في التسيير لن نذهب بعيداً".



سفيان ع

البطولة المحلية

باكيثا يشيد بالفوز أمام الأربعاء ويثني على لاعبيه

شباب بلوزداد يشدد الخناق على صدارة الترتيب

حقق نادي شباب بلوزداد فوزا مثيرا، أول أمس، بثنائية لهدف على حساب ضيفه أمل الأربعاء، لحساب الجولة السابعة من الرابطة المحترفة الأولى، وكانت المباراة تتجه للانتهاء بالتعادل الإيجابي بعد تضيق مرزوقي ضربة جزاء في الدقيقة 85، إلا أن نفس اللاعب عاد ليهدى فريقه انتصارا مهما بهدف في الدقيقة 90+2، ليرتفع رصيد "أبناء لعقبة" إلى النقطة 14 على مقربة من الصدارة، ولم يشغ هذا الانتصار للمدرب باكيثا لدى عشاق اللونين "الأحمر والأبيض"، بحيث أصبح رحيل التقتي البرازيلي مطلباً أساسياً بالنسبة لأنصار الفريق، الذين جدّوا رغبته في فسخ عقد باكيثا، بعد التراجع الرهيب الذي يشهده أداء الشباب بغض النظر عن الانتصارات المسجلة في الفترة الماضية، حيث شدد الأنصار، على شركة "مدار" مالكة أغلبية أسهم الفريق ضرورة التعاقد مع اسم كبير يقود الفريق في المرحلة القادمة، لاسيما وأن بلوزداد، مقبل على المشاركة في دور مجموعات رابطة أبطال إفريقيا للمرة الثانية على التوالي، من جانبه، ثمن ماركوس باكيثا، الفوز المحقق في مواجهة أمل الأربعاء، موضعا في تصريحات خص بها الصفحة الرسمية للشباب، بأن الفوز بثنائية مع تضيق ركلة جزاء يعتبر أمرا إيجابيا. وأثنى باكيثا، في المقابل، على مستوى التشكيلة مبرزا بأنه راض عن الجميع بعدما قدم اللاعبون كل شيء من أجل الفوز - حسب - وأكد التقتي البرازيلي، بأن فريقه ضيق فرص عديدة وركلة جزاء ولكنه حافظ على تركيزه وسجل هدف الفوز في الانقاس الأخيرة وختم: «ليس من السهل اللعب هنا خاصة وأن أرضية الميدان زلجة بالإضافة إلى الرياح... على العموم النقاط الثلاث مهمة ونحن أقرب من الصدارة وفي كل جولة نتحسن مرتبة».

سفيان ع

أمل الأربعاء

أنصار "الزرقا" يطالبون برحيل المدرب بوقفارة

واصل نادي أمل الأربعاء سلسلة نتائجته المخيبة في البطولة الوطنية، بعد سقوطه داخل قواعده مساء أول أمس، أمام شباب بلوزداد، بهدفين مقابل هدف وحيد، برسم الجولة السابعة من الرابطة المحترفة الأولى، فيما حمل الأنصار الطاقم الفني مسؤولية تدهور النتائج مطالبين برحيل المدرب بوقفارة. وفشل أمل الأربعاء، في تحقيق أول فوز له في البطولة المحترفة حتى الآن، حتى تلقى هزيمة جديدة بثنائية مقابل هدف وحيد، أمام "أبناء العقبة" عقدت مؤموريته أكثر في جدول الترتيب، حيث يحتل النادي المرتبة الـ 14 بـ 4 نقاط من أصل 21 نقطة ممكنة. ومن جانبه، رفض المدرب عبد الحكيم بوقفارة تحميل لاعبيه مسؤولية التعثر، مؤكدا أن أمل الأربعاء يعتبر أضعف فريق من الناحية المادية في الوقت الراهن، وقال في تصريحاته عقب نهاية اللقاء: "فريق الأربعاء أضعف فريق من الناحية المادية، نحن نلعب خارج قواعدنا، وليس لدينا حتى لاعب للتدرب، ورغم ذلك شكلنا فريق تنافسي هذه أول هزيمة"، محملا الإدارة مسؤولية هذه الوضعية وواصل "كما أننا لم نلعب المباراتين الأولتين في البطولة، كل واحد يتحمل مسؤوليته في الفريق"، ومن جانب آخر، ثار أنصار "الزرقاء" على الطاقم الفني بعد الهزيمة الجديدة محملين إياهم مسؤولية النتائج الكارثية وعجز الفريق عن تحقيق الانتفاضة المرجوة بعد 7 جولات كاملة من انطلاق البطولة، مطالبين المدرب بالرحيل.

رياض خ

بعد الإشاعات بخصوص عودته لأشانتني كوتوكو الغاني

أوبوكو ينفي رغبته في الرحيل عن "سوسطارة"

فند مهاجم اتحاد العاصمة، الغاني كوامي أوبوكو الأنباء التي روجت لرحيله عن "سوسطارة" خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، وعودته إلى ناديه السابق أشانتني كوتوكو الغاني. ووجد أوبوكو صعوبة كبيرة في التأقلم مع اتحاد العاصمة منذ قدومه شهر مارس الماضي وذلك بسبب الإصابات التي أثرت على مستواه كثيرا، وجعلته يغيب عن انطلاق الموسم الحالي، ما جعل الصحافة الغانية ترجح إمكانية عودته لأشانتني كوكو بعد موسم واحد فقط قضاه بصنوف اللونين "الأحمر والأسود". ونفى أوبوكو، في تصريحات نقلتها الصحافة الغانية أمس، تواجده في مفاوضات مع ناديه السابق، مضيفا "لم أسمع الأخبار، لكن كوتوكو ناد أحبه كثيرا لأتني لعبت له في غانا، في الوقت الحالي لم يخطر في بالي العودة، ولكن في كرة القدم لا تعرف ماذا سيحدث غدا"، وأبرز ذات المتحدث أنه لم يتخذ لا هو ولا وكيل أعماله أي خطوة رسمية في الوقت الراهن وتابع: «في الوقت الحالي، لا يوجد أي اتصال أو أي شيء من هذا القبيل بين إدارة كوتوكو ووكيل عمالي". من جانب آخر، برهن أنصار اتحاد العاصمة كثيرا على خدمات المهاجم الدولي الغاني كوامي أوبوكو، الذي لا يزال يبحث عن افتتاح عهده التهديفي في البطولة الوطنية، حيث يعمل جاهدا من أجل إقناع المدرب الفرنسي دينيس لافان بإمكانياته من أجل خطف مكانة أساسية تسمح له باستعادة إمكانياته وهو الذي غاب كثيرا بسبب سلسلة الإصابات التي أثرت عليها كثيرا.

سفيان ع

"الشلواوة" بدون فوز حتى الآن والأنصار في قمة الغضب.. زاوي،

"ملعب بسكرة سبب الهزيمة والموسم لا يزال طويلا"

عبر مدرب أولمبي الشلف سمير زاوي، عن حسرتة بعد الهزيمة التي تلقاها الفريق في بسكرة، أمام الاتحاد المحلي بثنائية دون رد، في المباراة التي احتضنها ملعب "العالية"، مساء أول أمس، ضمن فعاليات الجولة السابعة من الرابطة المحترفة الأولى. أولمبي الشلف وبعد هذه الهزيمة يكون قد حقق أسوأ بداية له منذ عدة مواسم، وهو ما أثار مخاوف الأنصار من تحقيق موسم كارثي ينتهي بسقوط النادي خاصة بعد اعتماد صيغة جديدة الموسم المقبل، تقضي بسقوط 4 أندية كاملة. وأبدى الطاقم الفني لـ "الشلواوة" حسرتة على الهزيمة، مؤكدا أن فريقه كان قادرا على العودة بنتيجة أفضل لولا أرضية الميدان التي أثرت على لاعبيه وكانت السبب في خسارة النقاط الثلاث، وأردف في تصريحاته: «أرضية الميدان هي سبب هزيمتنا اليوم، لم نستطع لعب كرة قدم جيدة، رغم أننا نمتلك لاعبين ممتازين بإمكانهم تقديم كرة جميلة»، مضيفا "في الشوط الثاني تكلمت مع اللاعبين وحذرتهم من الأرضية وخاصة المدافعين"، ليوصل "ليس اتحاد بسكرة من فاز علينا بل نحن من منحناهم الفوز بخططنا ضربة جزاء"، مشيرا في الوقت ذاته أن الأولمبي كان قادرا على العودة بنتيجة إيجابية لولا أرضية الجراء، واعتبر زاوي أن فريقه ينتحس تدريجيا وخاصة على مستوى خط الهجوم، غير أنه لا يزال يتقصه الضعف التي سيعمل عليها خلال المباريات المقبلة وأختتم حديثه "البطولة لا تزال طويلة، وستلعب حظوظنا إلى آخر جولة، أقول للأنصار أن يتفقا في اللاعبين ويدعمونهم إلى أرادوا أن يعود الفريق إلى النتائج الإيجابية".

رياض خ

مولودية وهران

"الحمراوة" يواصلون الغرق ويشيرون أوف الأنصار

واصل فريق مولودية وهران عروضة الهزيلة في بطولة الرابطة المحترفة الأولى بعد مرور سبع جولات من عمر البطولة، حيث لم يفلح الفريق في تحقيق أي انتصار منذ الفوز الوحيد في الجولة الأولى، لتتواصل النتائج المتواضعة لنادي الغرب الجزائري. نادي الحمراوة ومثلما كان متوقعا عاد من تنقله إلى ملعب 20 أوت بيبشار بهزيمة جديدة بهدفين لصفر أمام شبيبة الساورة، حيث عقدت الخسارة من وضعية النادي أكثر في سلم الترتيب والذي بات يعاني في المراتب الأخيرة. ودخل فريق مولودية وهران في أزمة النتائج منذ الجولة الثانية، بعد أن كانت البداية موفقة للغاية خارج الديار حين فاز بهدف نظيف على شباب قسنطينة، لكن فرحة الجمهور الوهراني لاقاها اصطدام بالواقع المر، حيث أن الجولة الثانية شهدت خسارة مدوية بملعبه أمام أتلتيك بارادو ببرعاية لإثنين، وتوالى بعدها الخيبات بهزيمة جديدة بالمدينة أمام الأولمبي المحلي بهدف لصفر، وتعادل سلبي مخيب بملعب زابانا أمام وفاق سطيف، وبعدها هزيمة بالعاصمة أمام نصر حسين داي بهدفين لصفر، كما فشل رفقاء ملال في الفوز على أمل الأربعاء الذي فرض عليهم التعادل بهدف لثلاثة، قبل السقوط أخير بالساورة، والتي أبانت عن محدودية التشكيلة على كافة الخطوط. قدوم المدرب معز بوعكاز منذ قرابة ثلاثة أسابيع لم يغير كثيرا من وضعية أصحاب الزي الأحمر والأبيض، حيث حصد نقطة وحيدة في اللقاء بين اللذان أشرف عليهما، فلا المردود تحسن من الناحية الدفاعية أو الهجومية، ولا حتى ردة الفعل من قبل اللاعبين التي ظلت على حالها، وهو ما يؤكد على أقوال المدرب السابق آيت جودي الذي لم يقتنع بالتعداد الحالي وحتى اللقاءات التي تسبق انطلاق الموسم كانت كارثية. ويبقى بوعكاز وطاقمه الفني مطالبين بإعادة الأمور إلى نصابها وإيجاد التشكيلة الأمثل قبل تازم الوضعية، خاصة وأن بعض الفرق تمتلك مباريات متأخرة وقد تتجاوزها في سلم الترتيب، وبداية من اللقاء القادم أمام اتحاد بسكرة بملعب أحمد زابانا، قبل التنقل الصعب على ميدان اتحاد العاصمة.

رياض خ

التونسي أسعد معمّر مدربا جديدا نجم مقرة

كشفت مصادر من بيت فريق نجم مقرة أن المدرب التونسي أسعد معمّر قد أعطى موافقته النهائية لتولي زمام أمور العارضة الفنية للفريق، خلفا للمدرب عزيز عباس المستقيل، حيث استقرت إدارة النجم على اسم التقتي التونسي من بين عديد السير الذاتية التي وصلت مكتب الفريق خلال الساعات الماضية. ولم تستغرق جلسة المفاوضات بين الطرفين وقتا طويلا في فندق "أولمبيك" بالعاصمة، حيث اتفق بن ناصر مع مدربه الجديد على جميع شروط العمل وفق الأهداف المسطرة لهذا الموسم من ذلك إخراج النادي من منطقة الخطر والعب على ورقة البقاء، سيما وأن نجم مقرة يتبدل الترتيب العام برصيد نقطة وحيدة حققها أبناء "الحضنة" حتى الآن.

رياض خ

ندوة لممثلي الوفود المشاركة في الألعاب المتوسطية 2022 بوهرا

الوقوف على مدى تقدم التحضيرات للحدث الرياضي

العمومية على استكمال كافة المشاريع المعنية بالحدث المتوسطي في وقتها المحدد، حسبما شدد على ذلك الوزير الأول، وزير المالية أيمن عبد الرحمان، خلال زيارته لمدينة وهران في أكتوبر الماضي. وجسدت القطاعات الوزارية المعنية بهذه المشاريع والسلطات المحلية، التعليمات المسداة لها على أرض الواقع مع المؤسسات المنجزة

أول اجتماع تقني، وزيري يتفقد مركز الاتفاقيات

عقدت لجنة التنظيم الرياضي ولجنة المنشآت الرياضية ومتابعتها، صباح (الخميس) الماضي، اجتماعا تقنيا، هو الأول مع التقنيين الممثلين للجان الوطنية الرياضية الدولية، وأعضاء اللجنة الدولية لألعاب البحر الأبيض المتوسط، أعقبته في الفترة المسائية، زيارة ممثل اللجنة الدولية المتوسطية التونسي محمد زربي، مركز الاتفاقيات "أحمد بن محمد"، الذي أدرج في الألعاب لاحتضان 6 تخصصات رياضية. وهي: الملاكمة، ورفع الأثقال، والكاراتي-دو، والجيدو، وتنس الطاولة والمبارزة. وكذا المركز الإعلامي، في العرس المتوسطي.

س.ب

تخصصاتها الرياضية في الألعاب المتوسطية 2022 بوهرا، وكذا الأطباء تضمنت الندوة المبرمجة جلسات عامة واجتماعات تقنية؛ بهدف تبادل الخبرات، ووضع اللامسات الأخيرة على الجوانب التقنية، المتعلقة بإدارة المنافسات الخاصة بالطبعة لألعاب البحر الأبيض المتوسط بـ "الباهية" وهران، صائفة العام القادم. وفتحت الندوة، أمس، بحضور محمد عزيز درواز محافظ ألعاب البحر الأبيض المتوسط 2022 بوهرا، وبناراد أسلام النائب الثاني لرئيس اللجنة الدولية لألعاب البحر الأبيض المتوسط، وسعيد سعيود النائب الأول لرئيس اللجنة المنظمة للألعاب المتوسطية، ووالي وهران، وعبد الرحمان حماد النائب الثاني لرئيس ألعاب البحر الأبيض المتوسط 2022 بوهرا، ورئيس اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية، وسليم إيلاس المدير العام للألعاب المتوسطية، وأعضاء لجنة التنسيق للجنة الدولية المتوسطية، ورؤساء أعضاء اللجان المنبثقة عن اللجنة الوطنية المنظمة لألعاب البحر الأبيض المتوسط القادمة وبغية ضمان نجاح وفير لهذه الندوة والزيارة عموما، اهدت اللجنة المنظمة إلى إضافة تقنية التحاضر المرئي عن بعد، للسماح لممثلي الاتحادات المحلية والمتدربين التنفيذيين الذين تعذر عليهم القدوم إلى مدينة وهران بسبب الأزمة العالمية التي سببتها جائحة "كورونا"، للمشاركة، إلى جانب المقيمين بضندق "بأي". وسمحت هذه الندوة للمشاركين، بالتعرف، عن قرب، على تقدم التحضيرات الخاصة بالعرس المتوسطي؛ من خلال الاستماع إلى العروض التي سيقدمها رؤساء اللجان الفرعية 12 التابعة للجنة التنظيم الوطنية، فضلا عن زيارتهم المرافق الرياضية المبرمجة لاحتضان الطبعة 19 لألعاب البحر الأبيض المتوسط، في الصائفة المقبلة. وتحصر السلطات

حط، بمدينة وهران، وقد متوسطي يضم أعضاء لجنة التنسيق التابعة للجنة الدولية لألعاب البحر الأبيض المتوسط، في زيارة تفقدية تدوم يومين، وهي الزيارة التي تزامنت مع زيارة ممثلة لرؤساء وفود الدول المشاركة في التظاهرة الرياضية، المقررة من 25 جوان إلى 05 جويلية 2022. بالإضافة إلى الزيارات الميدانية للمنشآت الرياضية ولواحقها الموجهة لاحتضان العرس المتوسطي وعقد جلسات عمل مع اللجان 12 المنبثقة عن اللجنة الوطنية المنظمة والأطلاع على مخططات ومناهج التنظيم، استضاف نزل "بأي وهران"، أمس، ندوة لرؤساء اللجان الأولمبية الوطنية المتوسطية، وعددهم 29 ممثلا و19 مندوبا تقنيا من الاتحادات الرياضية الدولية، التي تم اختيار

البطولة الإفريقية للأندية البطلة في الجيدو

الجزائري تترشح لتنظيم الطبعة الأولى في 2022

أعلنت الاتحادية الجزائرية للجيدو أول أمس عن ترشحها لتنظيم الطبعة الأولى للبطولة الإفريقية 2022 للأندية البطلة مختلطة أكابر (رجال وسيدات) المقررة في شهر نوفمبر 2022 و كان الاتحاد الإفريقي للجيدو قد أعلن رسميا عن تنظيم البطولة الإفريقية للأندية البطلة أكابر، وفتحت باب الترشيحات من أجل تنظيم هذه التظاهرة القارية وبهذه المناسبة ناشد رئيس الاتحادية الجزائرية للجيدو ياسين سيليني نيابة عن أعضاء المكتب التنفيذي وكل الفاعلين في الاختصاص على الأندية العمل بجهد والتحضير من أجل تشريف الراية الوطنية وتمنى رئيس الاتحادية، «التوفيق والسداد» للأندية البطلة الراغبة في المشاركة في هذا الموعد القاري، لتشريف الراية الوطنية والجيدو الجزائري لهذه الفئة الهامة على الصعيد الإفريقي يذكر أن الجزائر ستنظم النسخة ال 43 من البطولة الإفريقية للأمم في الجيدو (رجال وسيدات) في شهر مايو المقبل بمدينة وهران.

واج

دورة القاهرة الدولية للتنس

تأهل الجزائري حمزة رقيق إلى الدور الثاني

تأهل لاعب التنس الجزائري سمير حمزة رقيق إلى الدور الثاني من الدورة الدولية " الجارية فعاليتها بالقاهرة بمصر، عقب فوزه مساء الخميس على اللاعب الصيني تسونغ هاي هوانغ بواقع مجموعتين لصفر وحسم اللاعب الجزائري المجموعة الأولى لصالحه 6-3 قبل أن يخطف المجموعة الثانية بذات النتيجة 6-3 وخلال الدور الثاني، يواجه حمزة رقيق نظيره الاسباني خوسي فكو فيدال أزورين، المصنف رقم 1 ومعلوم أن ممثل التنس الجزائري في دورة القاهرة الدولية كان قد خاض جدول التصفيات أين أطاح بالمصريين هشام غير (6-0)، وعمر المسلماني (6-0، 3-6) ولج

البطولة العربية لأندية كرة اليد

ترقب تسليم قاعة أرزيو شهر جانفي القادم



يرتقب تسلم القاعة متعددة الرياضات "24 فيفري" بمدينة أرزيو، في بداية شهر جانفي القادم، بعد خضوعها لأشغال إعادة تهيئة؛ تحسبا للبطولة لأندية كرة اليد الحاذرة على الكؤوس (رجال وسيدات) في مارس المقبل، وكذا الألعاب المتوسطية بوهرا في الصائفة المقبلة 2022، حسبما علم من منظمي المنافسة العربية. وفي هذا الشأن، أكد أمين بن موسى، رئيس ترقي أرزيو، النادي المنظم للموعد العربي، أكد أنه تم الشروع مؤخرا، في نزع بساط القاعة، الذي لا يستجيب للمعايير قبل الانطلاق في الأيام المقبلة، في عملية وضع البساط الجديد وتوقع المسؤول أن يتم الانتهاء من هذه العملية مطلع شهر جانفي المقبل؛ أي قبل شهرين على انطلاق المنافسة العربية التي تحتضنها مدينتا أرزيو وهران، والتي تعد محطة تجريبية تحسب لتنظيم عاصمة الغرب الجزائري للدورة 19 لألعاب البحر الأبيض المتوسط، المقررة من 25 جوان إلى 5 جويلية 2022. وتعد عملية تجديد بساط القاعة متعددة الرياضات بأرزيو الأخيرة، في برنامج أشغال إعادة تأهيل هذه المنشأة الرياضية، وهي الأشغال التي مست مختلف مرافق المنشأة، على غرار المدرجات، التي تتسع لـ 3.000 متفرج وغرف تبديل الملابس.

س.ب

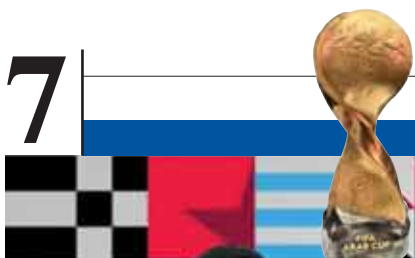
خنشلة

تتويج فريقي ولاية مستغانم بكأس الجمهورية للكرة الحديدية لصنف الأكابر

فاز أول أمس فريق ولاية مستغانم بكأس الجمهورية للكرة الحديدية صنف الأكابر والتي جرت فعاليات دورتها النهائية بملعب بلدية قايس بخنشلة وتوج فريق ولاية مستغانم بالكأس عقب فوز الثلاثي الذي يحمل ألوانه ممثلا في سفيان خديم وقدرور ياحي وموسى عبد القادر بالمواجهة النهائية التي جمعتها بفريقي ولاية بسكرة ممثلا بالثلاثي مازوز محمد عصام وصاوالي العفي وخليفة طارق بنتيجة 11 مقابل 10 في حين عادت المرتبة الثالثة لفريقي سعيدة وتبسة اللذين انهزما في مواجهتي نصف النهائي أمام فريقي بسكرة ومستغانم على التوالي. وسيتم إقامة حفل اختتام الدورة النهائية لكأس الجمهورية للكرة الحديدية صنف الأكابر يوم غد السبت أين سيتم تسليم الكأس للفريق الفائز وتكريم الفرق المشاركة في الدورة موازاة والاحتفالات الولائية المخدلة للذكرى ال 61 لمظاهرات 1 ديسمبر 1960 وأكد نائب رئيس الاتحادية الجزائرية للرياضات الكروية نور الدين شطي لـ"واج" أن كأس الجمهورية للكرة الحديدية التي احتضنتها مدينة قايس وتوج بها فريق ولاية مستغانم عرفت نجاحا باهرا بفضل التنظيم المحكم الذي جرت فيه بحضور أزيد من 120 مشاركا يمثلون اللاعبين ورؤساء الاتحاديات المشاركة وهنا ذات المتحدث فريق مستغانم الفائز بكأس الجمهورية مشيرا إلى أن هذه المنافسة تدخل في إطار برنامج التحضيرات لألعاب البحر المتوسط التي ستحتضنها ولاية وهران السنة المقبلة وكان مدير الشباب والرياضة لولاية خنشلة العربي طواهرية مرفوقا بنائب رئيس الاتحادية الجزائرية للرياضات الكروية نور الدين شطي قد أشرفا صبيحة اليوم بملعب "بولودروم" بقايس على إعطاء إشارة انطلاق الدورة النهائية لكأس الجمهورية للكرة الحديدية "صنف أكابر" تحت شعار "الرياضة تاريخ أجداد وإبداع شباب" والتي عرفت مشاركة 28 رابطة ولائية ممثلة بـ 29 فريقا بمجموع 87 لاعبا.

واج





مباراة للتاريخ..

العنابي يمطر شباك الإمارات بخماسية رائعة ويصعد للمربع الذهبي بكأس العرب

اللاعبين واجهوا تنظيمًا دفاعيًا رائعًا من "العنابي". وظهر اعتماد منتخب قطر على الإمساك بالكرة، وهجمات مرتدة سريعة، بقيادة المعز علي وأكرم عفيف، وعبد الله الأحرق، مع الانتباه إلى تنظيم الدفاع بشكل جيد، حتى يمنعوا مهاجمي الإمارات من امتلاك الكرة، بالإضافة إلى محاولة تسجيل الهدف السادس، الذي لم يأت، ليصل "الأدعم" إلى نصف نهائي كأس العرب 2021.

وكالات

حقق منتخب قطر فوزاً مستحقاً على نظيره منتخب الإمارات، بخمسة أهداف مقابل لا شيء، في المواجهة التي جمعت بينهما على ملعب البيت في الدوحة، ضمن منافسات ربع نهائي كأس العرب 2021، ليصل رفاق المعز علي إلى نصف نهائي البطولة. دخل منتخب قطر المواجهة سريعاً، بعدما وقع علي حسن سالمين لاعب وسط الإمارات في الخطأ، وسجل هدفاً في مرماه بالدقيقة السادسة، ليواصل "العنابي" الضغط الكبير على مدافعي الفريق الخصم. وحصل منتخب قطر على ركلة جزاء، انبرى على تنفيذها المعز علي، الذي سجلها بنجاح في الدقيقة الـ(28)، لينال "العنابي" ركلة أخرى، حرص خورخي بوعلام على وضعها في شباك حارس منتخب الإمارات، بالدقيقة الـ(36). وانهارت دفاعات منتخب الإمارات، بعدما أرسل أكرم عفيف تمريرة متقنة، إلى زميله عبد العزيز حاتم، الذي وضعها في شباك الحارس علي خصيف، في الدقيقة الـ(44)، ثم عزز المعز علي النتيجة بهدف خامس في الدقيقة الـ(45). دخل منتخب الإمارات الشوط الثاني، وأمله في تذليل الفارق الكبير بالنتيجة، بعدما قام الجهاز الفني لـ"الأبيض"، بإجراء عدة تغييرات، من أجل إعادة الأمور إلى نصابها، لكن



مبخوت؛

نعتذر لجماهير الإمارات

تقدم علي مبخوت مهاجم المنتخب الإماراتي، بالاعتذار لجماهير بلاده، بعد الخسارة (0-5) أمام قطر، في مباراتهما برقع نهائي كأس العرب، والتي أقيمت على ملعب البيت، ليودع "الأبيض" البطولة، ويتأهل العنابي، إلى نصف النهائي. وقال مبخوت، والذي شارك بديلاً في الشوط الثاني، عقب المباراة: "المنتخب القطري كان أفضل وأكثر جاهزية، ويستحق الفوز بعدما استفاد من أخطائنا في الشوط الأول". وأضاف مبخوت، الهدف التاريخي للمنتخب الإماراتي: "اعتذر لجماهير الكرة الإماراتية على هذا المستوى الذي ظهرنا به اليوم، وعلينا مراجعة حساباتنا قبل الجولات المتبقية من تصفيات كأس العالم 2022؛ لأن هناك أخطاء حدثت بعمد وبدون عمد". يذكر أنّ مبخوت، غاب عن مباراة المنتخب الإماراتي أمام نظيره التونسي، في الجولة الثالثة (الأخيرة) من دور المجموعات؛ بسبب الإصابة.

وكالات

يوسف شيبو نجم الكرة المغربية السابق :

"نسخة كأس العرب 2021 ستظل علامة فارقة في تاريخ البطولة"

أكثر من رائعة وسط حضور جماهيري كبير في جميع المباريات، واللجنة المنظمة للبطولة وفرت المناخ للفرق من أجل تقديم الأفضل، واعتقد أن المستوى الفني للبطولة جيد، وشهد العديد من المباريات مستويات قوية، وهو ما يعكس طبيعة المواجهات العربية، وبالنسبة لمواجهات نصف النهائي، قال: إن العنابي فرصته قوية للمنافسة على اللقب، ولكن المهمة لن تكون سهلة، وعن مواجهة المغربي والجزائري غدا في نصف النهائي، قال: إنها ديربي شمال إفريقيا، ويصعب توقع النتيجة، ولكن المنتخب المغربي



أكد يوسف شيبو نجم الكرة المغربية ومحلل قنوات "بين.أن.سبورتس" القطرية أن النسخة الحالية من مونديال العرب لا يوجد لها مثيل في كل شيء، وقدم شيبو الشكر إلى دولة قطر واللجنة المنظمة للبطولة على هذه النسخة الاستثنائية التي وضعت الكأس العربية في مصاف البطولات العالمية. وأضاف: نسخة 2021 ستظل علامة فارقة في تاريخ البطولة، وتمتعت العودة إلى الملاعب من جديد والمشاركة مع المنتخب المغربي في هذه النسخة من البطولة، لأن الأجواء الموندالية التي تقام فيها

هذه النسخة تجعلنا نريد العودة للملاعب والمشاركة فيها، وأشار إلى أن الجيل المشارك من اللاعبين العرب في هذه النسخة من البطولة جيل محظوظ للغاية؛ لأنه عاش أجواء المونديال في الكأس العربية ولعب على ملاعب

صلاح اليحيائي نجم منتخب عمان :

"تونس استغلت أخطاءنا وتأهلت لنصف النهائي"

قال صلاح اليحيائي نجم المنتخب العماني، إن المنتخب التونسي، استغل أخطاء فريقه، وفاز (2-1)، في أولى مباريات ربع نهائي كأس العرب، المقامة في قطر، حتى 18 من الشهر الجاري. وبات منتخب تونس، أول المتأهلين إلى نصف النهائي، ليلقي الفائز من مواجهة مصر والأردن، فيما ودعت عمان، البطولة. وقال اليحيائي في تصريحات تلفزيونية بعد المباراة: "إننا كنا نأمل في التأهل إلى المونديال، لكننا لم نحقق ذلك، ونحن أيضاً قدمنا مباراة جيدة، واستطعنا أن نعود إلى الشوط الثاني"، وأضاف: "استقبلنا هدفاً آخر من كرة ثابتة، وهذه هي كرة القدم. هم استغلوا أخطاءنا وحققوا الفوز". وأتم: "بعد هدف التعادل، كنا نستطيع أن نسجل الهدف الثاني، لكن تونس سريعا سجلت الهدف الثاني، والحمد لله على كل حال". وقال زميله في المنتخب جمعة الحبسي: "مباراة كانت صعبة، لكن المنتخب التونسي استغل أخطاء تمرکز الدفاع. نقول لهم مبروك. منتخب تونس قوي ولكن تحضيرنا كان جيداً، ولم يحالفنا الحظ. نتمنى أن نتعلم من أخطائنا مستقبلاً".

وكالات

الجماهير العراقية تشيد بتنظيم قطر لبطولة كأس العرب 2021

أشادت الجماهير العراقية بتنظيم قطر لبطولة كأس العرب 2021، والتي تستضيفها الدوحة حتى 18 من شهر ديسمبر الجاري، بمشاركة 16 منتخباً. أنصار "أسود الراقدن" الذين زحفوا بقوة لمتابعة مباريات فريقهم في البطولة، عبروا عن إعجابهم بالتنظيم المميز الذي قدمته قطر بالبطولة العربية. انسيابية الدخول والحصول على بطاقات المشجعين. كانت من الأمور التي أشادت بها الجماهير العراقية، في الوقت الذي أكدوا فيه أن قطر تسير على الطريق الصحيح، لتنظيم مونديال استثنائي لكل العرب في العام المقبل. ورغم خيبة الأمل التي عاشتها الجماهير العراقية، بعد الدواع المبكر لـ"أسود الراقدن" لبطولة العربية من الدور الأول، لكن الأنصار عبروا عن سعادتهم بحضور مواجهات كأس العرب على ملاعب مميزة، معدة لكأس العالم 2022.

وكالات

اللجنة العليا للمشاريع والإرث تستضيف وفداً من قادة المشجعين خلال مونديال العرب

استضافت اللجنة العليا للمشاريع والإرث وفداً من شبكة قطر لقادة المشجعين من أنحاء العالم، في إطار زيارة تهدف إلى تعريف أعضاء الوفد على دولة قطر، ومعايشة الأجواء الاستثنائية خلال استضافة مونديال العرب 2021 بقطر وأسهمت الزيارة في إطلاع قادة المشجعين وعددهم 44 مشجعا من 28 دولة، على لمحة عما ينتظر جمهور كرة القدم خلال استضافة كأس العالم قطر 2022 بعد أقل من عام، وإطلاعهم على جوانب من الثقافة والتقاليد القطرية. وأعربت فاطمة النعيمي، المدير التنفيذي لإدارة الاتصال في اللجنة العليا للمشاريع والإرث عن ترحيبها بالوفد خلال استضافة قطر مونديال العرب، وقالت: «يسرنا اغتنام هذه البطولة الهامة لتعريف جماهير كرة القدم من أنحاء العالم على قطر عبر قادة المشجعين، وإطلاعهم على الاستادات والمرافق المتطورة وأهم المعالم السياحية التي تلبي تطلعاتهم عند قدومهم لحضور المونديال العام المقبل». وأشارت النعيمي إلى أن الزيارة قدمت لأعضاء الوفد صورة واضحة عن الكثير من الجوانب ذات الأهمية بالنسبة للمشجعين، ومن بينها معلومات عن السفر، وخيارات الإقامة، ووسائل النقل العام، وحجز تذاكر المباريات. والتقى وفد قادة المشجعين بعدد من أبرز نجوم كرة القدم، ومن بينهم كافو، وصامويل إيتو، وتيم كيل، وعلي الحبسي، وإبراهيم خلفان، ومحمد سعدون الكواري، وقد رافق الوفد الزائر عدد من المشجعين المقيمين في قطر، والذين ساهموا في تعريف المشجعين القادمين من خارج قطر بالمشهد الرياضي في البلاد وشفق المنطقة بكرة القدم. وتضمن برنامج الجولة أيضاً زيارة عدد من أهم المعالم السياحية مثل سوق واقف، ومتحف قطر الوطني، ورحلة سفاري في الصحراء ورحلة بحرية.

وكالات



بييل يحاول إقناع أنشيلوتي.. وفحص حاسم لبن زيمه

يسعى الويلزي جاريث بيل، مهاجم ريال مدريد، لإقناع مديره كارلو أنشيلوتي بأنه أصبح مستعدا لخوض الديربي، أمام أتلتيكو مدريد في الليغا اليوم، بعد تعافيه بشكل كامل من مشكلاته العضلية، وتحسن حالته البدنية في التدريبات. وفي الوقت نفسه، لا زال زميله الفرنسي كريم بن زيمه ينتظر الفحوصات، التي سيخضع لها، لتحديد مدى إمكانية مشاركته أمام الروخي بلانكوس، بعدما تدرب الجمعة بشكل منفرد. ويعد بن زيمه من اللاعبين الأساسيين في تشكيلة أنشيلوتي، خلافا لبيل الذي لم يشارك في أي مباراة مع الفريق، منذ 28 أوت الماضي. ووفقا لمصادر من داخل النادي الملكي، لا يريد المدرب الإيطالي المخاطرة بإشراك بن زيمه، إلا إذا كان في كامل جاهزيته البدنية، خاصة مع وضع ريال مدريد في جدول الليغا، حيث يتفرد بالصدارة بفارق مريح عن أقرب منافسيه. وتدرب باقي الفريق بشكل طبيعي، باستثناء داني سيبياسوس الذي يقترب من التعافي من إصابة بالتواء في الكاحل. تعرض لها أمام مصر في أولمبياد طوكيو. ويتفرد الريال بصدارة الليغا برصيد 39 نقطة، بفارق 8 نقاط عن إشبيلية صاحب الوصافة.

ريال مدريد يجهز ضربة استباقية لخطف نجم تشيلسي



قال تقرير صحفي بريطاني، إن نادي ريال مدريد متحمّز بقوة للتعاقد مع أحد نجوم تشيلسي الإنجليزي، خلال الفترة المقبلة. وبحسب صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، فإن ريال مدريد وضع عينه على التعاقد مع الألماني أنطونيو روديجر مدافع تشيلسي، لتدعيم الخط الدفاعي بالفريق بداية من الموسم الجديد. وأضافت "الملك" يرغب في الحصول على توقيع روديجر على عقد مسبق في شهر جانفي المقبل، من أجل ضمه في الانتقالات الصيفية المقبلة كلاعب حر، خصوصا أن عقده مع تشيلسي ينتهي بنهاية الموسم الجاري". وتابعت الصحيفة أن تشيلسي قدم عرضا لروديجر بقيمة 160 ألف يورو، كراتب أسبوعي، من أجل إقناعه بالتجديد والبقاء مع البلوز، مشيرة إلى أنه لم يتخذ قرارا نهائيا حتى الآن، ولا يزال يدرس العروض المقدمة له. جدير بالذكر أن روديجر بعد عنصرًا أساسيا في صفوف تشيلسي هذا الموسم، حيث شارك في 20 مباراة بجميع قضاة راحة". وأضاف شتروت في تصريحات أيرزتها صحيفة ماركا الإسبانية "لقد شرح لي بيريز سبب اعتباره توني كروس صفقة القرن، إذ قال لي إن قيمة اللاعب الألماني لا يمكن أن تقدر بمال". وأشار شتروت في سياق آخر إلى أن أي وكيل يحصل على 10 ألاف من الراتب السنوي للاعب كرة القدم نظير الالتزام ببندو الشراكة بينهما. ويقضي توني كروس (31 عاما) موسمه الثامن بمقيص الملكي، حيث انضم قادما من بايرن ميونخ الألماني في صيف 2014.



غريزمان جلوسي بديلا في برشلونة أتر علي

أشاد الفرنسي أنطوان غريزمان مهاجم أتلتيكو مدريد، بثنائي ريال مدريد كريم بن زيمه وفينيسيوس جونيور، قبل الديربي المرتقب بين الفريقين، كما تحدث عن شركائه في هجوم الروخي بلانكوس. غريزمان عاد إلى أتلتيكو مدريد على سبيل الإعارة، بعدما رحل عن الفريق في صيف 2019 إلى برشلونة. ويخوض أتلتيكو مدريد مباراة الديربي أمام ريال مدريد اليوم ضمن منافسات الدوري الإسباني "الليغا". وفي تصريحاته لـ "Vamos de Movistar"، قال غريزمان: "بالنسبة لنا، من الجيد دائما اللعب، لمشجعينا، لأنفسنا، للنادي، هذه هي الليالي التي تريد فيها تقديم كل ما لديك في الملعب". وأضاف بشأن المنافسة في الليغا: "الدوري الإسباني طويل للغاية، وما زلنا في ديسمبر، هناك العديد من المباريات التي يجب أن نلعبها ويمكن أن يحدث الكثير نحن نعرف طبيعة كرة القدم". وتابع: "لقد كلفنا الكثير في البداية لأن الكثيرين تأخروا في فترة ما قبل الموسم على المستوى البدني الذي تحصل عليه في المباريات، لم يكن المستوى المادي هو ما أردناه". وانتقل غريزمان للحديث عن الثنائي بن زيمه وفينيسيوس، قائلا: "فينيسيوس يلعب بشكل جيد للغاية هذا الموسم، إنه في مستوى غير عادي، كريم يؤدي بشكل جيد للغاية سواء في النادي أو في المنتخب، نريد الأفضل أن يكون في الميدان، إنه لأمر مخز إذا لم يلحق بن زيمه بالمباراة، مدريد يملك لاعبين على مقاعد البدلاء لوضع تشكيل مثالي". وأتم بشأن مواجهة الديربي: "إنها فرصة بالنسبة لنا لقد جئنا إلى المباراة بشكل جيد سنقدم كل شيء لأنفسنا، للجمهور وللنادي".



سواريز يعود لتدريبات أتلتيكو الجماعية

شارك المهاجم الأوروغواي لويس سواريز الجمعة في المران الجماعي لفريقه أتلتيكو مدريد. يأتي ذلك بعد يوم من خضوع سواريز لفحوصات كشفت عدم إصابته بتمزق عضلي بعد شعوره بألام خلال مواجهة دوري الأبطال الأخيرة أمام بورتو البرتغالي. وبهذا الشكل يواصل سواريز الاستعداد للمشاركة في مواجهة ديربي العاصمة المرتقب أمام الغريم ريال مدريد اليوم على ملعب سانتياغو برنابيو، حيث ستعتمد جاهزيته على مشاركته من عدمها كأساسي في اللقاء وحال استمرت حالة سواريز في التطور خلال مران الأحد، فمن المنتظر أن يعتمد عليه المدرب دييغو سيميوني في اللقاء المنتظر. وسيقرب عن المواجهة للاصابة كل من خوسيه ماريا خيمينيز، ستيفان سافيتش، شيمي فيرساليكو، إيفان سابونيتش وكذلك على الأرجح كيران تريبيير. ويحتل أتلتيكو المركز الرابع في جدول الليغا بعدما خسر الجولة الماضية أمام ريال مايوركا للمرة الثانية هذا الموسم، ليتبعد بـ 10 نقاط عن ريال مدريد صاحب الصدارة.

فينيسيوس: من الأفضل أن أبقى في الريال.. وبن زيمه عملاق

أكد البرازيلي فينيسيوس جونيور أن هدفه هو البقاء في ريال مدريد وبالتالي لا يهتم بسعره السوق. وقال في مقابلة مع قناة (موفيستار +) لدى سؤاله عن قيمته السوقية "من الأفضل ألا أضع رقما، من الأفضل أن أبقى في ريال مدريد". وأحرز فينيسيوس (21 عاما) 12 هدفا وصنع 7 أخرى هذا الموسم، وهو يعد من العناصر الرئيسية في ريال مدريد. وقال "أحيانا أكون متعبا من اللعب كثيرا، لكنني أريد اللعب دائما. أنا في أفضل حالتي فنيا وبدنيا وذهنيا، وسأستريح في عيد الميلاد. إذا كنت جيدا، فالتأكيد سننافس على أشياء كثيرة هذا الموسم". وعن زميله في الفريق كريم بن زيمه، قال "إنه لاعب عملاق، يفعل كل شيء. دائما ما يساعدني وعلى الاستمرار في مساعدته لكي يفوز بجائزة الأفضل (ذا بيست) ويكون هدفنا". واعتبر أنه ما زال لديه طريق طويل لكي يكون رمزا للفريق، وقال "علي الفوز ببطولات كثيرة. الرموز هم اللاعبون الذين بقوا هنا لفترة طويلة وفازوا بكل شيء". وعن مباراة الديربي أمام أتلتيكو مدريد، قال "ستكون مباراة صعبة. اللعب أمام أتلتيكو دائما صعب للغاية". وأضاف "إنه فريق يدافع جيدا للغاية. علينا التركيز خلال الديربي، مثما حدث في المباريات الأخيرة. التركيز على الدفاع بشكل جيد لأننا بالتأكيد سنكون رائعين في الأمام".

تشافي يستبعد مشاركة فاتي رغم الورطة الهجومية

قال تقرير صحفي إسباني، إن تشافي هيرنانديز المدير الفني لبرشلونة، لا يتعجل عودة المهاجم الشاب أنسو فاتي للمشاركة مع الفريق خلال المباريات المقبلة. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن تشافي لا يرغب في المخاطرة بأنسو فاتي، الذي يتعافى حاليا من تمزق عضلي في أوتار الركبة اليسرى، تعرض له خلال مواجهة سيلتا فيجو في شهر نوفمبر الماضي. وأضافت: "في ذلك الوقت، لم يتم الكشف عن مدة الغياب، لكنه تبين أنه لن يقدر على المشاركة حتى نهاية شهر ديسمبر الجاري، على الرغم من أن اللاعب نفسه مجنون بالعودة لمساعدة الفريق مرة أخرى". وأشار التقرير إلى أن تشافي لا ينوي الاعتماد على فاتي في المباريات المقبلة ولا يريد المخاطرة به، حيث سيراقب حالته وإذا لم يجده جاهزا بالشكل المطلوب فلن يستخدمه في المواجهات المقبلة. وأفادت "موندو ديبورتيفو" أن تشافي هيرنانديز يعاني من أزمة حقيقية بعد الإصابة العضلية التي تعرض لها ممفيس ديباي مؤخرا، حيث ستؤثر على الخط الهجومي للبرسا.

بيريز: هذا اللاعب هو صفقة القرن لريال مدريد

وصف فلورنتينو بيريز، رئيس نادي ريال مدريد الإسباني، أحد نجوم الميرنفي الحاليين بأنه صفقة القرن، وذلك في نقاش خاص بينه ووكيل أعمال اللاعب. وقال فولكر شتروت وكيل أعمال نجم وسط ريال مدريد، الألماني توني كروس "قبل جائحة كورونا بفترة قصيرة، دعاني فلورنتينو بيريز لوجبة غداء، إنه شخص لطيف للغاية، وقيادي، وله قصة كفاح رائعة". وأضاف شتروت في تصريحات أيرزتها صحيفة ماركا الإسبانية "لقد شرح لي بيريز سبب اعتباره توني كروس صفقة القرن، إذ قال لي إن قيمة اللاعب الألماني لا يمكن أن تقدر بمال". وأشار شتروت في سياق آخر إلى أن أي وكيل يحصل على 10 ألاف من الراتب السنوي للاعب كرة القدم نظير الالتزام ببندو الشراكة بينهما. ويقضي توني كروس (31 عاما) موسمه الثامن بمقيص الملكي، حيث انضم قادما من بايرن ميونخ الألماني في صيف 2014.



لينغليت يوجه رسالة لجماهير برشلونة بعد ضحكاته مع ليفاندوفسكي

رد كليمنت لينغليت، مدافع برشلونة، على الانتقادات اللاذعة التي وجهت له، في أعقاب انتشار صورته مع مهاجم بايرن ميونخ، روبرت ليفاندوفسكي، وهما يتبادلان الضحك. وذلك عقب خسارة الفريق الكتالوني، الأربعاء، أمام مضيفه البافاري بثلاثية نظيفة، في ختام دور المجموعات بدوري أبطال أوروبا. وقال لينغليت، عبر حسابه على "إنستغرام": "أرغب في توجيه رسالة لجماهير برشلونة.. أولا، أريد التأكيد على حزني الشديد من النتيجة، فهذا النادي يستحق الأفضل فقط، ولم يكن بمقدورنا تحقيق ذلك". وأضاف: "ثانيا، بالنظر إلى صورتي التي اُبتسمت فيها مع ليفاندوفسكي، كانت الابتسامة تتعلق بشيء حدث في تلك اللحظة.. كان رد فعل لا يعكس شعوري تجاه النتيجة". وتابع: "لا يمكن التشكيك في قيمتي، وأي أحد يعرفني، يعرف التزامي وحيي الشديدي لعملي وللبارسا، وخاصة للجماهير". وأردف: "لا يمكن أن يكون ذلك هو رد فعلي، عقب شيء مؤلم مثل الذي حدث.. اليوم كنا في غاية الحزن، لكن الآن أماننا مهمة، وهي إعادة برشلونة إلى المكان الذي يستحقه".



رايولا

يحسم مستقبل هالاند مع دورتموند

أعلن مينو رايولا، وكيل أعمال إيرلينغ هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند، أن اللاعب قد يرحل عن صفوف الفريق بنهاية الموسم الجاري، محمدا 4 وجهات محتملة للاعب النرويجي. وصرح رايولا عبر شبكة سيورث 1 الألمانية "هالاند يمكنه اتخاذ خطوة جديدة. بايرن ميونخ وريال مدريد وبرشلونة ومانشستر سيتي، هذه هي الأندية الكبيرة التي يمكن الذهاب إليها". وأضاف "لقد فاز السبتي بالدوري الإنجليزي 5 مرات في السنوات الأخيرة، أكثر بكثير من يونايتد". وأردف وكيل أعمال الشاب "عندما انتقل هالاند إلى دورتموند، كنا نعلم جميعا أن خطوة انتقاله لناد آخر ستأتي". وواصل مينو رايولا "ربما يرحل هالاند في الصيف المقبل أو الذي يليه". وأشار إلى أن الاحتمال الأكبر أن يرحل اللاعب "في الصيف المقبل"، وتابع "سنرى ما سيحدث، سننقل لإدارة دورتموند رأينا، وننتظر أيضا وجهة نظرهم". وأكد رايولا في الوقت نفسه أنهم لن يتخذوا أي قرار خلال الانتقالات الشتوية المقبلة. واستطرد "بالتأكيد، كان بيع هالاند في الصيف الماضي أفضل بالنسبة لدورتموند من الناحية المالية، لكن الإدارة فضلت مراعاة مصالح النادي والفريق واحترام رغبة الجماهير". واسترسل "صيف 2022 سيكون غريبا جدا، سنلعب كرة القدم لمدة شهر ونصف ثم نتوقف الدورات، من أجل إقامة كأس العالم شتاء في قطر". ورفض مينو رايولا، الكشف عن قيمة الشرط الجزائي في عقد إيرلينغ هالاند، مؤكدا أنه أمر خاص بينه واللاعب. وأتم تصريحاته قائلا "نحن ودورتموند نعرف بالضبط ما يجب أن يحدث، لقد قمنا بتنظيم الأمور بشكل واضح للغاية ولدينا دائما اتصال مفتوح مع مسؤولي النادي الألماني، ونعامل مع بعضنا البعض بأمانة، هذا أهم بكثير من أي شيء مكتوب".

فليك: سنواجه منتخبا أوروبا كبيرا قبل المونديال

قال هانز فليك المدير الفني لمنتخب ألمانيا إنهم سيواجهون فريقا كبيرا، خلال مباراة ودية، استعدادا للمشاركة في كأس العالم "قطر 2022". وقال فليك في مقابلة مع شبكة "زد. دي. إف" نشرت على موقعها الإلكتروني الجمعة: "كانت هناك استفسارات من إنجلترا وإسبانيا وهولندا". ومن المقرر أن يتم اتخاذ القرار النهائي بشأن الفريق الذي سيواجهه المنتخب الألماني عقب قرعة نسخة 2022-2023 لدوري أمم أوروبا التي تقام يوم 16 من الشهر الجاري. وقال فليك إنه يريد أن تكون أول مباراة في العام الجديد على ملعبه يوم 26 مارس أمام فريق غير أوروبي. وتشير التقارير إلى أن منتخب جنوب أفريقيا هو الفريق الذي يفضل فليك مواجهته. ومن الممكن أن تشهد المباراة الودية الثانية التي تقام بعدها بأيام، مواجهة بين منتخب ألمانيا وأحد الفرق الأوروبية الكبرى خارج أرضه. ومن المقرر أن تقام منافسات كأس العالم خلال الفترة من 21 نوفمبر إلى 18 ديسمبر من العام المقبل في قطر. وتقام قرعة دور المجموعات في الأول من أبريل المقبل. وتأهل المنتخب الألماني للبطولة دون مشاكل في مجموعة ضعيفة نسبيا، وحتى الآن لم يواجه فليك منافسا كبيرا منذ توليه مسؤولية تدريب الفريق في الصيف. وقال فليك، متطلعا لكأس العالم، "نريد أن نكون ناجحين قدر المستطاع. لا يمكننا ضمان النجاح لكننا سنكون جاهزين بقوة". وسيسافر فليك قريبا لقطر مع أوليفر بيرهوف، مدير المنتخب، لفحص خيارات إقامة البعثة أثناء المونديال.

غريتر فورت يفقد خدمات حارسه حتى نهاية الموسم

قال ستيفان ليتل، المدير الفني لفريق غريتر فورت الألماني لكرة القدم، إن من المرجح أن يغيب الحارس ماريوس فانك عن صفوف الفريق حتى نهاية الموسم، بعد أن تعرض لإصابة شديدة في الركبة أثناء المران. وقال ليتل إن التشخيص الدقيق للإصابة لم يتم حتى الآن، ولكنه يتوقع غياب فانك لمدة "سنة أشهر" بعد أن سقط على أرض الملعب، وأصيب ركبته. ولم يحقق فورت أي انتصار وحصد نقطة واحدة فقط من 14 مباراة بالدوري الألماني "بوندسليغا"، واستقبلت شباكه 17 هدفا في آخر ثلاث مباريات. وكان الفريق خسر آخر مبارياته 7-1 أمام باير ليفركوزن. وسيعود ساتشا بورتشيرت، الذي كان الحارس الأساسي لغريتر فورت في أول ست مباريات من الموسم، لحراسة مرمى الفريق بدلا من فانك في مباراة الفريق أمام يونيون برلين التي تقام اليوم.

لأول مرة.. لايبزيغ يكشف قيمة انتقال ناغلسمان لبايرن

أعلن لايبزيغ، قيمة المبلغ الذي حصل عليه نظير السماح لمديره السابق جوليان ناغلسمان، بالرحيل صوب بايرن ميونخ الصيف الماضي. وكانت تقارير صحفية قد أفادت بأن الباير دفع 20 مليون يورو من أجل إقناع لايبزيغ، بالسماح للمدرب الشاب بمغادرة ملعب ريد بول أرينا. من جانبه، تحدث أوليفر مينتزلاف، الرئيس التنفيذي للنادي الألماني، في تصريحات أبرزتها شبكة سكاي، عن كواليس المفاوضات التي دارت مع مسؤولي البايرن بشأن ناغلسمان لأول مرة. وقال مينتزلاف "عندما بدأنا المحادثات مع بايرن، قمنا برفع سقف مطالبنا من أجل وضع العراقيين أمامهم، لكنهم وضعوا 25 مليون يورو على الطاولة، وهو ما دفعنا للموافقة". ولم يسبق لأي من الطرفين، الإعلان بشكل رسمي عن القيمة المالية للصفقة، قبل أن يفصح لايبزيغ عنها في الساعات الماضية. يذكر أن ناغلسمان قاد بايرن ميونخ في موسمه الأول، لبلوغ ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، بعدما حصد العلامة الكاملة (18 نقطة) في دور المجموعات.

مخاطر بالجملة تواجه كيميشتش بعد رفض اللقاح

أكد نادي بايرن ميونخ متصدر الدوري الألماني، أن لاعب وسطه الدولي جوشوا كيميشتش (26 عاما) سيغيب حتى بداية العام المقبل، بعد أن تسببت مشكلة في رثته في استبعاده من المباريات الـ 3 الأخيرة من عام 2021 رغم تعافيه من فيروس كورونا المستجد. وتسبب كيميشتش في موجة من الجدل في ألمانيا بعد تصريحاته التي كشف فيها عدم تلقيه لقاح كورونا لأنه يرغب في الانتظار لمعرفة المزيد بشأن الآثار طويلة الأمد للقاح. وقضى نجم بايرن ميونخ نحو شهر في العزل الطبي، بعدما اختلط في البداية بأشخاص مصابين بعدوى كورونا قبل أن يصاب بالعدوى.

عواقب طويلة الأمد

الغالبية العظمى من المصابين بفيروس كورونا المستجد يتعافون تماما بعد أسبوعين، بيد أن البعض يعاني من آثار تمتد لفترة زمنية طويلة. موقع "t-online" الألماني تناول في تقرير له العواقب طويلة الأمد للمرض مشيرا إلى أن 31 دراسة علمية وجدت أن المضاعفات والعواقب طويلة الأمد الأكثر شيوعا قد تمتد حتى 3 أشهر أو أكثر وتشمل:

- التعب المستمر
- ضيق التنفس
- ضعف وظائف الرئة (مثل ارتشاح الرئة أو التليف الرئوي)
- التهاب عضلة القلب
- أعراض عصبية
- عواقب نفسية
- عدم اكتمال تعافي حاستي الشم والذوق وبناء على ما سبق يتبين تأخر عدد كبير من أجهزة الجسم بـ Covid-19 على المدى المتوسط والطويل، حتى بعد الشفاء من العدوى الحادة.

باحثون أمريكيون: "آثار طويلة المدى من قمة الرأس إلى أخمص القدمين"

كما فحصت دراسة أخرى أجراها علماء أمريكيون ونشرت في مارس الأضرار اللاحقة التي يمكن أن يسببها فيروس كورونا في الجسم. لهذا الغرض، تم تقييم البيانات من 47910 مرضى كورونا تتراوح أعمارهم بين 17 و 87 عاما. النتيجة: 80% من المرضى ظهرت عليهم أعراض طويلة الأمد على الأقل. في المجمل، وجد الباحثون 55 عاقبة طويلة الأمد.

الخمسة الأكثر شيوعا

التعب: (عانى منه 58% ممن يعانون من المضاعفات طويلة الأمد)
صداع: (عانى منه 44% ممن يعانون من المضاعفات طويلة الأمد)
اضطراب الانتباه: (عانى منه 27% ممن يعانون من المضاعفات طويلة الأمد)
تساقط الشعر: (عانى منه 25% ممن يعانون من المضاعفات طويلة الأمد)
صعوبة وضيق في التنفس: (عانى منه 24% ممن يعانون من المضاعفات طويلة الأمد)
ونصحت الدراسة بمتابعة المصاب بكورونا لحالته والحرص على إجراء الفحوصات لتجنب أي تلف كبير في أحد أعضاء أو وظائف الجسم.

الاتحاد الألماني يقدم مساعدات لزيادة الوعي بالاكْتئاب

يعتزم الاتحاد الألماني، تقديم دعم مالي إلى مؤسسات على صلة بكرة القدم، بالإضافة إلى مؤسسة المعونة الرياضية الألمانية، بإجمالي 4.7 مليون يورو. وذكر الاتحاد الألماني لكرة القدم، أن التمويل يأتي من أرباح العمليات التجارية. وسيذهب الجزء الأكبر من هذه الأموال، بإواقع 2.2 مليون يورو، لمؤسسة إيجيديوس براون التابعة للاتحاد الألماني، و1 مليون يورو لرابطة الدوري الألماني. وستخصص 100 ألف يورو لمؤسسة روبرت إنكه، التي تم تسميتها باسم حارس ألمانيا السابق، والتي تهدف لزيادة الوعي بالاكتئاب، وتساعد الأشخاص الذين يعانون من المرض.

رانغنريك يرفض الحدييث عن صفقات اليونايث

تحدث رالف رانغنريك، مدرب مانشستر يونايتد، عن الأيام الأولى له مع الفريق، واستهل رانغنريك المؤتمر الصحفي بالحديث عن حالة المصايين، قائلا: "هناك بعض التساؤلات لدينا، أرون (وان بيساكا) تعرض لكدمة، وهناك حالة من الشك حول نيمانيا ماتيتش الذي يعاني من البرد، لكن نتيجته جاءت سلبية في تحليل كورونا". وتطرق إلى أول 7 أيام له مع مانشستر يونايتد، قائلا: "كان الأمر يتعلق أولا بالتعرف على اللاعبين، عرضنا العديد من مقاطع الفيديو لأخبارهم بأسلوب اللعب الذي نريد اتباعه، ولعبوا جيدا أمام كريستال بالاس، سيطرنا على اللقاء وكانت لنا الأفضلية، والآن الأمر يتعلق بالخطوة التالية". وبالنظر إلى مواجهة نورويتش سيتي، قال: "تحسنوا منذ تغيير المدرب، يلعبون بأسلوب مباشر بعض الشيء عما كان الوضع عليه مع دانييل فاركي (المدير السابق)، وبالتالي سيكون هناك تحد أماننا غذا، ونرغب بدورنا في التطور والبناء على المستوى الذي قدمناه أمام كريستال بالاس ومحاولة تحقيق الانتصار". وعلق رانغنريك على حراسة مرمى اليونايث: "نملك حارسا مميزا هو ديفيد دي خيا، في هذا المركز نملك 4 أو 5 حراسا مميزين، سيريد ربما بعضهم المغادرة في الشتاء، لكن يجب معرفة أننا نخوض 3 مسابقات في الشهور الستة المقبلة، ونحتاج لتواجد حراس". وأتم متحدثا عن صفقات اليونايث الشتوية، قائلا: "تعرفت على اللاعبين بصورة أفضل هذا الأسبوع، خضنا مباراتين وأجرين 4 أو 5 حصص تدريبية، ومن المبكر الحديث عن صفقات الشتاء، نملك قائمة كبيرة من اللاعبين".

اجتماع شخصي بين رانغنريك وبوغبا

عاد بول بوغبا إلى مانشستر يونايتد، يوم الجمعة قادما من دبي، لإجراء محادثات مع المدرب المؤقت الجديد رالف رانغنريك. ويتعافى بوغبا في دبي، من إصابة في الفخذ، تعرض لها أثناء تواجده في معسكر منتخب بلاده، لكنه سيعود إلى مانشستر، للتحديث مع رانغنريك. ولم يلعب بوغبا مع يونايتد، منذ التعادل مع أتلانتا في دوري الأبطال بداية الشهر الماضي. وغاب بوغبا عن آخر مباراتين لسوسكاير، 3 مباريات للمدير المؤقت السابق مايكل كاريك، إضافة إلى أول مباراتين للفريق مع رانغنريك. وقال رانغنريك في مؤتمر صحفي قبل مباراة الفريق أمام نورويتش "تحدثنا عبر الهاتف يوم الثلاثاء، وكان وقتها في دبي". وتابع "من المتوقع أن يعود اليوم، وبعد ذلك نتعرف على بعضنا البعض بشكل شخصي يوم الأحد". وأضاف "أجرين 4 أو 5 حصص هاتفيية وصلت إلى 15 دقيقة، إنه يتحسن ولكن من الواضح أنه لا يزال غير لائق". ونوه "يستغرق الأمر، فترة أسبوعين حتى يصبح لائقا للتدريب". وشدد "بالنظر إلى غيابة لفترة طويلة، فقد يستغرق الأمر، 14 يوما لخوض المواجهات". وزاد "من المهم أن يكون لائقا تماما حتى يتمكن من التدريب مع بقية المجموعة، ثم يتعين علينا تطويره بدنيا وتكتيكيا". وبدأ بوغبا، السنة الأخيرة من عقده مع المان يونايتد، دون وجود إشارة على إمكانية توقيعه على عقد جديد.

مارسيال يرفض البقاء في يونايث

يبحث مهاجم مانشستر يونايتد أنتوني مارسيال، عن طريقة لإنهاء رحلته في "أولد ترافورد"، وفقا لما ذكرته تقارير صحفية إنجليزية مساء الجمعة. وشارك اللاعب الفرنسي في مباراتين فقط كأساسي من 15 مباراة بالدوري الممتاز هذا الموسم، كما شارك كبديل في 5 مباريات. وخاض اللاعب البالغ من العمر 26 عاما، 67 دقيقة فقط في دوري أبطال أوروبا هذا الموسم، مما جعله يفكر في خيارات أخرى قبل افتتاح فترة الانتقالات الشتوية الشهر المقبل. وقال فيليب لامبولي وكيل مارسيال لشبكة سكاي سبورتس: "أنتوني يرغب في مغادرة النادي في جانفي، إنه يحتاج فقط للعب. لا يريد البقاء بحلول الانتقالات الشتوية وستتحدث إلى النادي قريباً". وكان برشلونة من المهتمين بخدمة مارسيال، لكنه لم يستطع التقدم بعرض لضمه بسبب الضائقة المالية التي يمر بها النادي الكتالوني. وأدرج جوفنتوس أيضا اسم مارسيال في قائمة مختصرة من 5 مهاجمين قد يسعى لضم أحدهم، في حال فشلت مساعيه في استقدام الصربي دوسان فلاهوفيتش من فيورنتينا. وكان مارسيال قد وقع عقدا جديدا مع يونايث في 2019، يتبقى منه 3 أعوام، ويشمل خيار تمديده لمدة عام إضافي.

أرتيتا

يوضح موقف آرسنال من التخلي عن أوباميانغ

رد مايكل أرتيتا مدرب فريق آرسنال على المطالبات بالاستغناء عن خدمات القائد بيير إيميريك أوباميانغ في موسم الانتقالات الشتوي المقبل، في ظل تراجع مستواه. بدأ اللاعب البالغ من العمر 32 عاما في طريقه لإعادة اكتشاف أفضل مستوى له في وقت سابق من هذا الموسم، وتلقى الإشادة من النجم السابق جاري نيفيل بعد فوز آرسنال 3-0 على أستون فيلا في أكتوبر. وخاض أوباميانغ ست مباريات بدون تسجيل هدف منذ

ذلك الانتصار وتواجد على مقاعد البدلاء يوم الإثنين حيث خسر آرسنال للمرة الثالثة في أربع مباريات ضد إيفرتون. وشارك أوباميانغ كبديل في تلك المباراة قبل النهاية بحوالي 6 دقائق، وأهدر فرصة تسجيل رائعة بعد وقت قصير من تسجيل ديماري هدف الفوز القاتل لإيفرتون. بعد المباراة، صرح نيفيل أن مستوى أوباميانغ سيمثل مصدر قلق متزايد لأرتيتا لكن الأسباني أصر على عدم وجود مشاكل بين الثنائي. وعندما سئل عما إذا كان هناك تخطيط للتخلي عن أوباميانغ، رد أرتيتا في تصريحات نشرتها صحيفة "مترو" الإنجليزية: "لم تناقش شيئا كهذا أبدا، عندما يكون اللاعبون في وضع صعب، يجب أن نقدم لهم دعمنا". وأضاف: "من الواضح عندما لا يسجل اللاعب، فإن ذلك يؤثر على ثقته بنفسه، إنه يؤثر على الحالة المزاجية وربما الإيمان، ولكن عليك التمرد على هذا الموقف، ولا تقبله وتشعر بالأسف على نفسك". واختتم: "كل لاعب لديه مثل تلك اللحظات، يتعلق الأمر بمحاولة تصحيح الموقف والمحافظة على اللحظات الجيدة والمستوى الجيد عندما يسجل فيها اللاعب، وتقليص الوقت السيء الآخر".

مانشستر سيتي يحسم مصير كانسيلو

حسم نادي مانشستر سيتي مصير المدافع البرتغالي جواو كانسيلو، الذي يعد واحد من أهم عناصر المدرب بيب غوارديولا هذا الموسم. ووفقا للمعلومات الواردة من الصحفي فابريزيو رومانو، فإن مانشستر سيتي يعمل على تجديد عقد كانسيلو، علما أن عقده ينتهي في 2025. وأضاف المصدر أن فكرة مانشستر سيتي هي الإعلان عن تجديد عقد كانسيلو، في أوائل عام 2022. يذكر أن كانسيلو صاحب الـ 27 عاما، خاض مع الفريق 98 مباراة وسجل 6 أهداف وصنع 12.

عداوة تاريخية تقرب ليفربول من صفقة مميزة

بدأ كالفين فيليبس، متوسط ميدان ليدز، التفكير في خطوته المقبلة، وسط اهتمام كبير من مانشستر يونايتد وليفربول، للحصول على خدماته. وبحسب صحيفة "ذا صن"، من المتوقع أن يساهم ولاء فيليبس لليفربول، في تحديد وجهته المقبلة. وأشارت الصحيفة إلى أن فيليبس يريد تجنب غضب جماهير ليدز، مما يدفعه لرفض مانشستر

يونايث، في ظل العداوة التاريخية بين النادييين. ويرى كالفين فيليبس، أن جماهير ليدز يونايث، ستقبل عملية انتقاله إلى صفوف ليفربول. ويقدم فيليبس، مستويات مميزة رفقة ليدز في السنوات الأخيرة، مما ساهم في حجز مكان أساسي له مع منتخب إنجلترا في يورو 2020. ومنذ انضمامه لليفربول في عام 2014، شارك فيليبس مع الفريق في 226 مباراة، وارتدى شارة القيادة للمرة الأولى، في الفوز على كرو ألكساندرا في كأس الرابطة هذا الموسم. ويعاني ليدز على مستوى النتائج هذا الموسم في البريميرليغ، حيث يحتل المركز الـ 15 برصيد 16 نقطة، مما يهدد لرحيل كالفين فيليبس.

نجم ليفربول لاعب الشهر في البريميرليغ

حصد نجوم فريق ليفربول جائزة أفضل لاعب في الدوري الإنجليزي الممتاز، لشهر الثاني على التوالي. وكان النجم المصري محمد صلاح قد نال الجائزة عن شهر أكتوبر الماضي، قبل أن يتوج بها زميله الإنجليزي ترينت ألكسندر أرنولد عن شهر نوفمبر الماضي، وفقا لما أعلنته رابطة البريميرليغ الجمعة. وسجل الظهير الأيمن لليفربول هدفا كما قدم 4 تمريرات حاسمة في 3 مباريات في البريميرليغ خلال الشهر الماضي. وتفوق أرنولد في السباق لتتبل هذه الجائزة على زميله ديوجو غوتا وثنائي مانشستر سيتي جواو كانسيلو وبيرناردو سيلفا ولاعب أستون فيلا جون ماكجين ولاعب واتفورد إيمانويل دينيس. وكانت آخر مرة فاز فيها ألكسندر أرنولد بجائزة لاعب الشهر في ديسمبر 2019. وبدأ

لاعب ليفربول الشهر بضرية حرة رائعة في الشباك وتميرة حاسمة أمام وست هام حيث هزم ليفربول 3-2، كما قدم تمريرتين حاسمتين في فوز ليفربول 4-0 على آرسنال، ثم صنع هدفا لفيرجيل فان ديك أمام ساوثهامبتون.



الدوري الإيطالي

ضربة حظ تعيد إحياء آمال جوفنتوس الأوروبية

يتربح عشاق نادي جوفنتوس الإيطالي، ما ستؤول إليه قرعة دور ال16 لدوري أبطال أوروبا، المقررة غدا الإثنين، بمقر الاتحاد الأوروبي لكرة القدم بمدينة نيون السويسرية. وتأهل 16 فريقا يتم تقسيمهم على 8 مباريات بنظام الذهاب والعودة، ويلتقي أصحاب المراكز الأولى بأصحاب المراكز

الثانية. ولن تشهد القرعة مواجهة فريقين من نفس البلد أو فريقين سبق لهم مواجهة بعضهما البعض في مرحلة المجموعات. اليوفي كان قد تمكن من التأهل لهذا الدور كمتصدر للمجموعة الثامنة برصيد 15 نقطة، بينما حل تشيلسي الإنجليزي في المركز الثاني برصيد 13 نقطة. لكن تصدر جوفنتوس جاء بضربة حظ نفذها ماغوميد أوزدوييف، لاعب زينيت سانت بطرسبرغ الروسي، ليمنح فريق السيدة العجوز بطاقة التأهل كمتصدر للمجموعة ويتفادى مواجهة الكبار. أوزدوييف استطاع في الدقيقة 90 أن يسجل هدف التعادل لفريقه في شباك تشيلسي، لتنتهي المباراة بالتعادل الإيجابي (3-3)، ويخسر البلوز صدارة المجموعة في الوقت القاتل. ومع تصدده للمجموعة، أصبح على يوفنتوس مواجهة أصحاب المراكز الثمانية ببقية المجموعات، وهم: "ريد بول سالزبورغ، فياريال، بنفيكا، سبورتنغ لشبونة، أتلتيكو مدريد، باريس سان جيرمان". وحال كان اليوفي قد حصل على وصافة المجموعة، لكان خروجه من دور ال16 مسألة وقت، لاسيما وأن أغلب الفرق المتصدرة لمجموعاتها تعيش حالة أفضل من اليوفي الذي يقدم مستويات ضعيفة منذ بداية الموسم، ويعاني الأمرين من أجل تسجيل الأهداف. وإذا كان جوفنتوس قد تأهل كوصيف، فكان عليه مواجهة فرق مثل "مانشستر سيتي، ليفربول، أياكس أمستردام، ريال مدريد، بايرن ميونخ، مانشستر يونايتد، ليل". ويبقى أن نرى مدى قدرة جوفنتوس على التأهل للدور التالي، ومحاولة الوصول للنهائي والنشور بالقلب، الذي يعصى على السيدة العجوز منذ عام 1996.

وكالات



باريلا

مهدد بالغياب عن مباراتي ثمن نهائي الأبطال

بات إنتر ميلان مهدداً بفقدان أحد نجومه، في مباراتي ذهاب وإياب دور ال16 من دوري أبطال أوروبا. فيحسب صحيفة "كورييري ديلو سبورت" الإيطالية، فإن نيكولو باريلا، لاعب وسط إنتر ميلان، قد يغيب عن مواجهتي الدور المقبل. وذلك بعد تلقيه البطاقة الحمراء المباشرة أمام ريال مدريد (2-0)، على ملعب سانتياغو بيرنابيو يوم الثلاثاء الماضي، لاعتدائه على مدافع الفريق الملكي، إيددير ميليتاو. وأضافت الصحيفة أنه سيتعين على النيرازوي، الانتظار إلى قرب نهاية الشهر المقبل، لمعرفة ما إذا كان سيسمح لباريلا بالمشاركة في لقاء إياب دور ال16 أم لا. وأشارت إلى أن القرار قد يصدر في 25 جانفي، خلال اجتماع لجنة الأخلاق والتأديب بالاتحاد الأوروبي لكرة القدم (يوييفا). وختمت "كورييري ديلو سبورت" بأن إنتر ميلان سيفرض غرامة على صاحب الـ24 عاماً، بموجب اللوائح الداخلية للنادي.

وكالات

الإحباط يسيطر على إبراهيموفيتش

أعرب السويدي زلاتان إبراهيموفيتش، مهاجم ميلان، عن خيبة أمل الفريق بعد توديع دوري أبطال أوروبا، متعهداً في الوقت ذاته بتقديم كل شيء للمنافسة على لقب الكالتشيو. وقال إبراهيموفيتش بحسب ما نقل موقع "فوتبول إيطاليا": "نشعر بالإحباط من الخروج من دوري أبطال أوروبا، نشعر بالأسف لذلك". وأضاف: "سنقاتل للفوز بلقب السكوديتو، سنقدم كل شيء للفوز به ولن نستسلم، دائماً ما يوجد النجاح في قلب الإخفاق، سنطور ونكتسب الخبرة". وفي سياق آخر، كشف إبراهيموفيتش عن كواليس فشل انضمامه إلى نابولي بعدما كان قريباً للغاية من ارتداء قميص الأزرق السماوي. وقال أسطورة السويد "الانضمام لنابولي؟ كنت في الولايات المتحدة، وطلب مني وكيل أعمالي ميتو رايولا العودة للعب في أوروبا وتحديداً في إيطاليا". وأردف زلاتان "في تلك اللحظة شاهدت فيلما وثائقيا لمارادونا والجمهور كانت لا تصدق". وواصل "لقد تحدثت مع مسؤولي نابولي وفي اليوم الذي كنت سأوقع فيه العقد الرسمي أقالوا المدير الفني كارلو أنشيلوتي". وأتم لنابولي، وأتممنا كل شيء حينها، وفي اليوم الذي غادر فيه شعرت بعدم الأمان، ثم وصل ميلان". ويحتل ميلان صدارة جدول ترتيب الدوري الإيطالي بعد مرور 16 جولة، وبفارق نقطة واحدة عن إنتر ونقطتين عن نابولي.

وكالات



ميلان يرغب في التعاقد مع الهولندي سفين بوتمان

كشفت صحيفة "كورييري ديلو سبورت" الإيطالية أن نادي ميلان يرغب في التعاقد مع الهولندي سفين بوتمان، مدافع فريق ليل، خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة. ويبحث ميلان عن تدعيم خط دفاعه بعد إصابة المدافع الدولي الدنماركي، سيمون كير، في الركبة، والتي ستعده عن الملاعب لمدة 6 أشهر على الأقل. وبحسب ما ورد، فإن سفين بوتمان من أبرز الخيارات على طاولة نادي ميلان ونيوكاسل، بعد مستوياته المميزة التي قدمها في الآونة الأخيرة، حيث جذب اهتمام العديد من الأندية الأوروبية. ويرتبط اللاعب صاحب الـ21 عاماً بعقد مع ليل حتى جوان 2025، ويُنْتَظَر أن يطلب الفريق الفرنسي مبلغ 25 مليون يورو على الأقل للموافقة على بيع مدافعه الشاب. ويعتبر سفين بوتمان من أهم اللاعبين الصاعدين في الكرة الهولندية، ويعتبره الكثيرون من أفضل المدافعين عالمياً، والوريث الشرعي لصخرة دفاع ليفربول والمُنتخب الهولندي فيرجيل فان دايك.

وكالات

عوائد

كبيرة لجوفنتوس من دوري أبطال أوروبا

كشف تقرير صحفي إيطالي، ما سيحصله جوفنتوس من أموال، بعد تأهله إلى ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا كمتصدر للمجموعة الثامنة، متفوقاً على تشيلسي الوصيف. وذكرت صحيفة "توتو سبورت" أن البياتكونيري سيحصل على 80 مليون يورو، متجاوزاً الـ68.5 مليون يورو التي نالها في الموسم الماضي. وأوضحت الصحيفة أن اليوفي حصل على 15.64 مليون يورو، كمكافأة على المشاركة في البطولة، بجانب 30.7 مليون على أساس الترتيب التاريخي والترانكي، الذي يأخذ بعين الاعتبار أداء الفريق في السنوات العشر الأخيرة. كما جنى النادي 14 مليوناً من الفوز في 5 من 6 مباريات بدور المجموعات، بجانب 9.6 مليون من الوصول لدور ال16، و4 ملايين لإنهائه الموسم الماضي في المركز الرابع بالكالتشيو، بالإضافة إلى 5.7 مليون من مباريات دور ال16. وأضافت الصحيفة أن الوصول للدور ربع النهائي، سيضمن لليوفي الحصول على 10.6 مليون يورو إضافية، في حين أن بلوغ النهائي والتتويج بالبطولة سيمنحه 122.7 مليون يورو كـمبلغ إجمالي.

وكالات

رامزي يقترب من مغادرة جوفنتوس.. وهذه هي وجهته الأقرب

اقترب الويلزي آرون رامزي، نجم جوفنتوس، من مغادرة الفريق خلال فترة الانتقالات الشتوية المقررة الشهر المقبل، في ظل صعوبة المشاركة في المباريات تحت قيادة ماسيميليانو أليغري، مدرب الفريق. وبحسب موقع "فوتبول إيطاليا"، فإن رامزي، يميل إلى مغادرة صفوف السيدة العجوز، لاسيما وأنه يجد صعوبة في اللعب تحت قيادة أليغري، مشيراً إلى أن وكيل أعمال اللاعب، التقى مسؤولي يوفنتوس في مدينة تورينو، ليلة أمس الخميس، من أجل التفاوض على رحيل موكله. وأضاف الموقع، أن هناك اهتماماً كبيراً من إيفرتون لضمه، بل إن التوفيز يعد الأقرب للتعاقد مع نجم أرسنال السابق، مضيفة بأن نيوكاسل يونايتد أيضاً دخل في سباق لضم اللاعب صاحب الـ30 عاماً. يذكر أن جوفنتوس يسعى للتخلص من رامزي في الشتاء للتخلص من راتبه، لاسيما وأنه يعد من بين اللاعبين الذين يحصلون على راتب كبير، حيث يحصل على 7 ملايين يورو.

وكالات



نابولي

يكشف عن حالة نجمه لوزانو بعد إصابته الخطيرة أمام ليستر سيتي

أعلن نادي نابولي الإيطالي عن حجم إصابة نجمه المكسيكي هيرفينغ لوزانو بعد إصابته الخطيرة في لقاء الفريق الجنوبي أمام ليستر سيتي الإنجليزي في مسابقة الدوري الأوروبي. وخطف نابولي انتصاراً ثميناً على حساب ليستر سيتي بثلاثة أهداف مقابل هدفين، ليتأهل كثنائي مجموعته بمسابقة الدوري الأوروبي. وخلال أحداث المباراة النارية، تعرض هيرفينغ لوزانو لإصابة خطيرة وسط مستوى الرأس، بعد تدخله العنيف مع النيجيري ويلفريد نديدي. واعتقد هيرفينغ لوزانو توازنه عندما كان يحاول الحصول على الكرة، لتصطدم رأسه في فخذ ويلفريد نديدي، ليسقط أرضاً وتوتر الجميع من حجم إصابته. ونقل هيرفينغ لوزانو مباشرة إلى المستشفى لإجراء فحوصات فورية للوقوف على حجم إصابته. وكان هناك مخاوف أولية من تعرض النجم المكسيكي هيرفينغ لوزانو لكسور في منطقة الرقبة والوجه، مما يعني غيابه لمدة طويلة عن الملاعب. ولكن أكد نابولي فيما بعد على سلامة اللاعب، وتجنب تعرضه لأصابة خطيرة في الرأس، ومن المقرر العودة إلى تدريبات الفريق في أسرع وقت بعد التعافي من إصابته المزعجة.

وكالات



مورينيو ينتقد أداء روما أمام سسكا صوفيا رغم الانتصار والصدارة

انتقد جوزيه مورينيو، المدير الفني لفريق روما، أداء فريقه أمام سسكا صوفيا في ختام دور المجموعات لمسابقة دور المؤتمر الأوروبي. ونجح روما في العودة من صوفيا بالفوز بثلاثة أهداف لهدفين بعد أن كان متقدماً بثلاثية نظيفة، وأنهى الجيالوروسي المجموعة في المركز الأول برصيد 13 نقطة، متفوقاً على بودو جليمت النرويجي الذي جاء ثانياً برصيد 12 نقطة بعد التعادل مع زوريا الأوكراني. وقال مورينيو، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا، "لا يمكننا مواصلة صناعة المشكلات لأنفسنا"، وتابع: "ليس من الممكن أن نكون متقدمين بهدفين دون رد لمدة 45 دقيقة، ونخسر بعد ذلك الكرات بشكل مستمر، الهدفين اللذين تلقيناها غير مقبولين". وأضاف مدرب الجيالوروسي حديثه بالقول: "أنا سعيد فقط لأننا فزنا وقام زوريا بمهمته، ولكن هذا هو الشئ الوحيد الذي يجعلني سعيداً الليلة". وأشاد مورينيو بلاعبه بورخا مايورال، وقال عنه: "لقد كان واحداً من بين الأمور الإيجابية اليوم، هدفه كان جميلاً، ولكنني أيضاً أحببت العمل الذي قام به، أنا لست متفاجئاً لأنه دائماً يعمل بكد".

وكالات



بيلييه

سأعود إليكم قبل عطلة أعياد الميلاد

بسبب تدهور حالته خلال الفترة الأخيرة ونقلت صحيفة الديلي ميل البريطانية، تصريحات مساعد الأسطورة البرازيلية، والتي أكد فيها خضوع النجم صاحب الـ 81 عام، لجلسات علاج كيميائي لعلاج الورم الذي تم اكتشافه خلال الفحوصات الطبية الروتينية في شهر أوت الماضي يأتي هذا بعد عدة أشهر من وضع بيليه في العناية المركزة لفترة وجيزة بعد الجراحة في القولون الأيمن، والتي خرج بعدها للتعافي في منزله بمدينة جواروجا في ساو باولو البرازيل وتوقع الفريق الطبي المعالج للأسطورة البرازيلية بيليه أن يغادر المستشفى خلال الأيام المقبلة بعد الوقوف على حالته واستقرارها بالشكل الأمثل . وفي سياق آخر أكدت كيلى ناسيمينتو، ابنة بيليه، أسطورة كرة القدم البرازيلي، أن والدها سيعود للمنزل قريبا، بعد نقله للمستشفى بسبب إصابته بمرض السرطان في القولون، وقالت كيلى إن والدها، سوف يعود إلى المنزل قبل عيد الميلاد لقضاء هذه المناسبة مع الأسرة وكشفت ابنة بيليه أنه سيعود إلى المنزل في غضون يومين أو ثلاثة للاستمتاع بعيد الميلاد مع الأسرة". واستمرت هذه الخطوة لم تكن مفاجأة بل كانت مقررة سلفا وهي تأتي في إطار استكمال العلاج". وفقا لوكالة سبوتنيك الروسية وخضع بيليه لعملية جراحية لإزالة ورم القولون في 4 سبتمبر الماضي، وقضى شهرا في المستشفى قبل أن يخرج لمواصلة العلاج الكيميائي من المنزل ويعتبر بيليه من مواليد 23 أكتوبر عام 1940 في مدينة تريس كاراكوس في البرازيل، وفي بلاده يعتبر بيليه بطلا قوميا، وقد لعب كمهاجم وكصانع ألعاب، وقد اشتهر بلعب للكرات الخلفية، وقال إنه نادم لأنه لم يسجل مثل هذه الكرة في كأس العالم.

الحساب الرسمي لبيليه

قام اللاعب البرازيلي السابق بيليه بطمأنة جمهوره ومحبيه حول العالم، على حالته الصحية وتطورات علاجه، بعد الوعكة الصحية التي أصابته مؤخرا، مؤكدا أنه سوف يقوم بأخر جلسة علاج كيماوي في عام 2021، لعلاج الورم الذي تم اكتشافه في القولون، خلال الفحوصات الطبية الروتينية في شهر أوت الماضي حيث نشر بيليه، صورة له على فراش المرض، من داخل المستشفى، عبر حسابه على انستغرام، قائلا: "أصدقائي، منذ 30 سبتمبر وعندما غادرت المستشفى، تعرفون أنني خضت جلسات علاج كيميائي صغيرة كجزء من علاجي، اليوم أنا في ألبرت أينشتاين أقوم بأخر جلسة في عام 2021. أردت أن أشارك معكم هذا الإنجاز، بعد كل شيء، كل انتصار صغير هو سبب للاحتفال، ألا تعتقدون ذلك؟ سأغتنم هذه الفرصة لإجراء مجموعة جديدة من الاختبارات، لذلك سأبقى هنا لبضعة أيام، لا تقلقوا.. أنا فقط أستعد لموسم عطلات نهاية العام" وكشف بيبييتو فورنس، مساعد الأسطورة البرازيلية بيليه، عن تطور الحالة الصحية للاعب الشهير الحائز على الكرة الذهبية ثلاثة مرات، بعد نقله للخضوع لبعض الفحوصات



منزل الدراج البريطاني كافنديش يتعرض للسطو

أكدت وكالة الأنباء البريطانية، أن منزل الدراج البريطاني الأولمبي مارك كافنديش، المشارك في طواف فرنسا للدراجات الهوائية، قد تعرض للسطو من طرف لصوص وهددوا زوجته بالسكين في حضور أطفاله الذين كانوا في المنزل أيضا. وذكرت وكالة الأنباء البريطانية أن أربعة لصوص متسللين دخلوا منزل كافنديش في إنجلترا، فيما وصفته الشرطة بحادث مستهدف، في الساعات الأولى من صباح يوم 27 نوفمبر الماضي. وقالت الشرطة إن اللصوص اعتدوا على كافنديش البالغ 36 عاما وهددوا زوجته بيتا بالسكين في حضور أطفالها. و عقب الحادثة، قال كافنديش في بيان نشره عبر منصة التواصل الاجتماعي إنستغرام: أربعة رجال مقتنعين ومسلحين اقتحموا منزلنا ونحن نائمون وهددوا زوجتي بالسكين وأطفالي وهاجموني بعنف. وتحت تهديد السلاح قاموا بنهب ممتلكاتنا". كما ذكرت الشرطة أن أحدا لم يصب بإصابات خطيرة، وغادر اللصوص المنزل بعد سرقة حقيبة من نوع "لويس فيتون" وساعتين شميتين. وفي الوقت الذي نشرت فيه الشرطة صوراً لأشخاص ترغب في الحديث معهم حول الواقعة، قال كافنديش في بيانه: "أنا متأكد من كونك تفهم أن ذلك الحادث ترك عائلتنا في حالة صعبة للغاية". وأضاف الدراج البريطاني في تصريحاته: "ليس أنا فقط وزوجتي بيتا، لكن أطفالي كذلك، الذين كانوا في حالة خوف على حياتهم وهم الآن يعانون من الآثار المترتبة على الحادث". وتابع كافنديش: "لا أتمنى لأحد أن يتعرض لتلك التجربة وهذا النوع من العنف الذي تعرضنا له، ناهيك عن حدوث ذلك في منزل عائلي وهو المكان الذي يجب أن نشعر فيه بالأمان، الأشياء التي تمت سرقتها هي مجرد أشياء مادية، لكن أولويتنا في تلك اللحظة هي التأكد من تعافي الجميع من آثار الحادث كعائلة، ونحن نعلم أن ذلك سيستغرق وقتا طويلا".

وكالة الأنباء البريطانية

وفاة الحارس الأسطوري لارس هوج بعد صراع طويل مع المرض

نظيفين. ولم يحصل على فرصة كاملة للمشاركة مع المنتخب الدنماركي بسبب وجود الحارس الشهير بيتر شمياكل، ولعب ثمانين مباريات دولية فقط، من بينها المباراة الشهيرة لمنتخب بلاده أمام المنتخب الإسباني في مونديال المكسيك 1986، والتي انتهت لصالح الإسبان بخمسة أهداف مقابل هدف واحد. وبعد اعتزاله، عمل مدربا لحراس المرمى في العديد من الأندية الدنماركية، وانضم إلى الجهاز الفني لمنتخب بلاده منذ عام 2007. ليدير كاسبر شمياكل، نجل زميله السابق، من بين آخرين. وأصيب لارس هوج في سنواته الأخيرة بسرطان البنكرياس، الذي تم اكتشافه في 2018، وأجبره على الغياب لفترات عديدة، رغم أنه كان متواجدا في بطولة أمم أوروبا الأخيرة، والتي وصلت فيها الدنمارك إلى نصف النهائي. وبعد إعلان وفاته، نشر الاتحاد الدنماركي لكرة القدم على حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي تويتر، رسالة يعني فيها وفاة الحارس الراحل،

وكالة الأنباء الإسبانية

فان دير فارت يسخر من فيرنر بسبب روبن فان بيرسي

قام متوسط الميدان الهولندي السابق رافائيل فان دير فارت بالتهديد باعتزال التحليل في التلفزيون الهولندي بعد أن قيل إن هدف تيمو فيرنر مهاجم تشيلسي ضد زينيت سان بطرسبرغ يحمل مقارنات مع مهاجم هولندا السابق روبن فان بيرسي وسجل فيرنر هدفين خلال تعادل فريقه حيث سجل بعد 83 ثانية فقط في تلك الليلة، قبل أن يضاعف رصيده في الدقيقة 85 بعد أن تخلص من اثنين من المدافعين قبل التسجيل وترك الهدف الثاني النقاد الهولنديين في استوديو زيفو سبور في حالة إعجاب، حيث شبه أحدهم رباطة جاش فيرنر وحركته داخل منطقة الجزاء بنجم أرسنال ومانشستر يونايتد السابق فان بيرسي لكن هذه المقارنة أثارت غضب لاعب وسط ريسال مدريد السابق فان دير فارت الذي قال، "إذا قارنت فيرنر بفان بيرسي مرة أخرى، فسأرحل الآن" ولم يكن فان دير فارت خائفا من إبداء آرائه حول لاعبي كرة القدم المعاصرين خلال مسيرته القصيرة في استوديو التحليلات حيث انتقد بانتظام قائد يونايتد هاري ماغواير، متسائلا عن سبب إنفاق يونايتد مبلغ 80 مليون جنيه إسترليني على لاعب ليستر سيتي السابق وقال بعد الخسارة ضد ليفربول: "عندما أذهب لرؤية ناد للهواة يوم الأحد، يمكنني أن أجد 3 لاعبين يمكنهم اللعب مثله، أنا اعني هذا. قد يكون من السخف قولها لكنه لن يسمعا على أي حال نحن نتحدث عن توقيع 90 مليون يورو هنا". وعلى الرغم من فوزه بلقب دوري واحد فقط، يُعتبر فان بيرسي أسطورة في الملاعب الإنجليزية، حيث جمع 190 هدفا خلال فتراته مع أرسنال والشياطين الحمر.

زيفو سبور



لاعب تشيلسي تضرب مشجعا إقتحم أرضية الميدان

ضربت لاعبة نادي تشيلسي الإنجليزي للسيدات لكرة القدم، الأسترالية سام كير، مشجعا شابا إقتحم أرضية الملعب أثناء المباراة أمام يوفنتوس الإيطالي، يوم الأربعاء الماضي، في الجولة الخامسة من مسابقة دوري أبطال أوروبا لكرة القدم للسيدات. ووجهت لاعبة تشيلسي سام كير ضربة قوية بكتفها للمشجع الشاب الذي إقتحم أرضية ملعب "كينغفس ميداو" بالعاصمة لندن، لالتقاط صور "سلفي" سقط على إثرها على الأرض قبل أن يتدخل أفراد من حفظ الأمن، وحصلت نجمة نادي تشيلسي ومنتخب أستراليا على بطاقة صفراء بعد ضربها للمشجع. وطالبت إيمما هايز، مدربة فريق تشيلسي بالمزيد من الحماية للاعبات، على خلفية هذه الواقعة، بقولها: "لا أعرف لماذا لم ينتظر حتى النهاية. كان بإمكانه التقاط صورة إذا كان يريد هذا، بغض النظر عن المزاح، يجب التفكير بشأن سلامة اللاعبات.. أعتقد أن هذا يجب أن يكون بمثابة تنذير لمسؤولي الملاعب والمراقبين بأن علينا أن نجعل الأولوية لسلامة اللاعبات". جدير بالذكر أن فريق تشيلسي للسيدات توج بلقب كأس الاتحاد الإنجليزي للسيدات على حساب نادي أرسنال، في اللقاء الذي جمعهما الأسبوع الماضي، على الملعب الإنجليزي الشهير "ويمبلي".

وكالات



نشرت وسائل إعلام دنماركية، عبر مواقع التواصل الاجتماعي، يوم الخميس الماضي، أخبارا تؤكد وفاة أسطورة حراسة المرمى الدنماركي لارس هوج، مدرب حراس منتخب الدنمارك السابق عن عمر يناهز 62 عاما بعد صراع طويل مع المرض. و يعتبر الحارس الراحل لارس هوج أحد أبطال الانتصار التاريخي لفريق أودنيس بولدكلوب على نادي ريال مدريد الإسباني في ملعب سانتياغو برنابيو في كأس الاتحاد الأوروبي عام 1994. وكان هوج أحد أكثر الشخصيات التي تحظى بكاريزما في كرة القدم الدنماركية في العقود الأخيرة، بسبب مسيرته مع أودنيس بولدكلوب وعلاقاته بالمنتخب الوطني الدنماركي، فضلا عن طبيعته اللطيفة. وكلاعب محترف، دافع هوج فقط عن ألوان الفريق الرئيسي لمسقط رأسه لمدة 23 عاما من 1977 إلى 2000، شارك خلالها في 871 مباراة، وهو رقم قياسي للنادي. وأحرز معه ثلاث بطولات دوري دنماركي 1977 و 1982 و 1989. وكانت أشهر مبارياته تلك التي يُطلق عليها معجزة مدريد، وهو الاسم الذي تُعرف به في الدنمارك، عندما عوض فريقه خسارته على أرضه (2-3) في مباراة الذهاب في دور الـ 16 في بطولة كأس الاتحاد الأوروبي لكرة القدم عام 1994، وحقق فوزا غير متوقع في مباراة الإياب على ملعب البرنابيو بهدفين

توافق التمارين الرياضية مع نمو العضلات

تعد بعض القوانين أو العادات الرياضية، بمثابة القوانين التي يمارس بها الأفراد التمارين على أساسها، حيث من الممكن أن لا يتأكد البعض من تلاؤم القوانين الرياضية مع طبيعة أجسادهم وعضلاتهم أم لا، وفي هذا المقال سنتحدث عن أهم القواعد الرياضية التي من الممكن أن يظنّها العديد من الأفراد صحيحة، لكنها ليست كذلك على الإطلاق؛ حيث أنها من الممكن أن تمنع النمو العضلي، كما تمنع حرق الدهون المتركمة بداخل جسم الفرد. كيفية ممارسة تمارين الإحماء قبل الجزء الرئيسي من التمارين الرياضية؛ حيث أن قيام الفرد بممارسة تمارين الإحماء أمر يجب أن يقوم به الجميع؛ وذلك من أجل تهيئة العضلات وتسخينها قبل ممارستها للتمارين الرياضية الرئيسية، لكن ما يجب أن يحرص عليه الفرد الفترة الزمنية لهذه التمارين الرياضية. وعلى سبيل المثال بالنسبة للأعبي رفع الأحمال، أو كمال الأجسام من أصحاب الخبرة لا يجب أن تقل فترة تمارين الإحماء لديهم عن ثلاثة دقائق، ومن المهم أن لا تزيد عن خمسة دقائق؛ وذلك لأن المدة الزمنية غير الكافية بالتأكد من الممكن أن تعرض عضلات الفرد للأضرار، أما المدة الزمنية التي يبلغ فيها الفرد عند ممارسة تمارين التسخين، فمن الممكن أن تستنزف مستويات الطاقة التي يجب أن يدخرها الفرد لممارسة التمارين الرياضية الأساسية. قيام الفرد بممارسة التمارين الرياضية باستخدام الأجهزة الرياضية فقط؛ حيث أن قيام الفرد باستعمال الأجهزة الرياضية أمر مهم وليس مضر؛ لأنه يساهم في التركيز على العضلة بصورة ملحوظة التي لا يقدر الفرد أن يقوم باستهدافها بصورة جيدة أو صحيحة، عن طريق التمرين التقليدي الذي يتطلب حمل أثقال حديدية، لكن لا بد من التنويه على أن اعتماد الفرد بصورة كلية على ممارسة التمارين الرياضية باستعمال الأجهزة الرياضية قد لا يكفي؛ وذلك لأن جودتها مهما كانت كفاءة الأجهزة لا تقارن بقيام الفرد بممارسة الرياضة عن طريق حمل الأوزان بالطريقة الحرة. والطريقة التقليدية تتيح للفرد في حالة قيام الفرد بممارستها بالصورة الصحيحة، تركيز أكبر على العضلة الرئيسية، والتأثير أيضا بصورة ثانوية على العضلات التي تحيط بالعضلة الرئيسية، وهذا يؤدي إلى النمو العضلي والتحسن من حجم الكتلة العضلية. قيام الفرد بممارسة تمارين الكارديو بصورة مبالغ بها؛ حيث لا يجب أن يمتنع الفرد عن ممارسة تمارين الجري، أو استعمال العجلة الثابتة داخل النادي الرياضي أو غير ذلك من تمارين اللياقة البدنية والكروس فيت الأخرى، لكن لا بد من الإشارة على أن قيام الفرد بمراجعة الفترة الزمنية لممارسة تلك التمارين تعتبر من أهم الأمور في التحسين من حجم العضلات، وقوة وصحة مفاصل الجسم؛ وذلك من أجل ممارسة تمارين حمل الأوزان بصورة صحيحة وسليمة. وبالنسبة للأفراد داخل النادي الرياضي الذي يقومون باستهداف زيادة حجم العضلات، تعد ممارسة التمارين الهوائية المرتفعة الشدة لأكثر من 5 دقائق بصورة متواصلة من الأمور غير الجيدة لهم؛ حيث أنها ستحول بينهم وبين تحقيق هدفهم في التحسين من حجم الكتلة العضلية. السرعة المطلوبة عند ممارسة التمارين الرياضية؛ حيث لا بد من التنويه على أن هناك اعتقاد منتشر بين الأفراد داخل النادي الرياضي أن رفع الأثقال الحديدية بصورة بطيئة يعتبر من الأمور الجيدة لزيادة الضغط على العضلة؛ مما يزيد من فوائد التمرين، لكن بالطبع بطء الفرد في حمل الأثقال من الممكن أن يؤدي إلى التسبب بأذى للمفاصل، وتعرض العضلة للإصابات؛ مما أنه يجعل الفرد يمارس التمارين الرياضية بصورة غير صحيحة، وبالتالي قد يؤثر الأمر بصورة مؤكدة على تضخيم العضلة بصورة ملحوظة. عدم المحافظة على الانحناء؛ حيث أن الحركة الكاملة عند قيام الفرد بممارسة التمرين الرياضي المحتوي على الأحمال يعد من الأمور التي يعتقد بأنها مهمة للعضلات، لكنها من الأمور التي قد تضر بالمفاصل، ومن الممكن أن تعرض الفرد لإصابات خطيرة، كما أنها لا تقدم للعضلات منافع كما يعتقد العديد منهم؛ لذلك عند قيام الفرد بممارسة التمارين الرياضية من المهم أن يتجنب الفرد أن يقوم بفرد، أو جعل يديه أو قدميه باستقامة وانسباط بنسبة 100 في المئة، بل من المهم المحافظة على وجود انحناء بسيط جداً، لكي يحافظ الفرد على صحة مفاصله المختلفة مثل الكاحل والمرفق والركبتين.

تأثير الشاي الأخضر على صحة الرياضي

أظهرت الدراسة الجديدة التي اختبرت تأثير تعاطي جرعة منتظمة من خلاصة الشاي الأخضر، أن 0.5 في المائة من مكملات هذه الخلاصة حسنت الأداء الرياضي وزادت قوة التحمل بنسبة 24 في المائة، وبنحو 8 في المائة بجرعة 0.2 في المائة لوحدة الوزن تتم إضافتها إلى الغذاء، وفي محاولة للكشف عن سر التفوق بين الرياضيين اليابانيين، كشف الباحثون في المجلة الأمريكية للفسيولوجيا وعلم الأعضاء، عن أن جرعة يومية منتظمة من خلاصة الشاي الأخضر تزيد قدرة التحمل الرياضية بنسبة 8 - 24 في المائة. وقال الباحثون أن هذه النتائج تدعم الفرضية بأن تنشيط استخدام الأحماض الدهنية في الجسم يمثل استراتيجية واعدة لتحسين القدرات الرياضية وقوة التحمل، مشيرين إلى أن الرياضي الذي يزن 75 كيلوغراما (165 باوندا) لا بد أن يشرب أربعة أكواب على الأقل من الشاي الأخضر أو ما يعادل (0.8 لتر) يوميا للحصول على الفوائد المذكورة. هذا ومن جانب آخر، وبالنسبة إلى الفوائد الأخرى للشاي الأخضر حيث أنه يخفض مستوى الكوليسترول عموما ويعمل على خفض ضغط الدم المرتفع ويحافظ على سيولة الدم ويقاوم حدوث الجلطات. من فوائد الشاي الأخضر كذلك أنه يقلل من فرصة حدوث الأزمات القلبية ويقلل من فرصة حدوث جلطة في المخ ويقلل من القابلية للإصابة بالسرطان ويزيد من كفاءة الجهاز المناعي ويساعد على الهضم ويقاوم حدوث تسوس الأسنان والتهابات الجيوب واللثة. من المهم جدا تناول الفرد الشاي الأخضر لفترات طويلة لأنه يوقف عملية نمو الأوعية الدموية المغذية للأورام مشيرة إلى أنه بإمكان أن يشربه الفرد العادي من أربع إلى خمس مرات في اليوم. هذا وأكد العلماء في كلية هارفارد الطبية أيضا، أن تناول الفواكه والشاي الأخضر ضمن الوجبات الغذائية اليومية يعزز وسائل الدفاع في الجسم، وخصوصا في الجهاز الهضمي، ويمثل قوة فتاكة ضد السرطان. وأوضح الخبراء في الدراسة التي نشرتها مجلة نيوساينتست العلمية مؤخرا، أن المركبات الفينولية الطبيعية الموجودة في الشاي الأخضر وتعرف اختصارا باسم (EGCG)، تتمتع بخصائص وقائية مضادة للأورام السرطانية التي تؤثر على عدد من أعضاء الجهاز الهضمي. هذا وحول الشاي الأخضر، فقد استخدم الصينيون الشاي الأخضر قبل عدة آلاف من السنين واعتبروه مفيدا من الناحية الصحية، بما في ذلك معالجة الصداع، الفتيان والإسهال. وفي أيامنا هذه يتناول الناس خلاصة الشاي الأخضر كمكمل غذائي اعتقادا منهم أنه يمكن أن يساعدهم على الوقاية من السرطان وأمراض القلب. ولكن!! هناك بعض المحاذير الخاصة بتناول الشاي الأخضر كمكمل غذائي بسبب احتوائه على 2-4 بالمائة من الكافيين أي أقل مما يحتويه كوب من القهوة بقليل. ومن الأعراض الجانبية للشاي الأخضر، الهياج، الأرق، تسارع نبضات القلب، وذلك بسبب احتوائه على الكافيين. أما في الأطفال فقد يؤدي الشاي الأخضر إلى خلل في أيض الحديد. كذلك ينبغي على الحوامل التقليل من تناول هذا النوع من الشاي لأن جرعات الكافيين التي يحتويها يمكن أن تؤدي الجنين الأخذ بالنمو. وبالإضافة إلى ذلك فإن تناول كميات كبيرة من الشاي الأخضر يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات في المعدة. وبخصوص الأبحاث المتعلقة بالشاي الأخضر وفعاليتها كمكمل غذائي فإنها لا تزال قليلة ولكن الدراسات التمهيدية تشير إلى أن تناول الشاي الأخضر على شكل مشروب يمكن أن يساعد على الوقاية من أنواع عديدة من السرطان بما في ذلك سرطان الثدي، الرئة، المعدة والقولون. واستمر الباحثون بدراسة آثار الشاي الأخضر على سرطان البروستات والأشكال الأخرى منه وأظهرت دراساتهم أنه يمكن أن يساعد في خفض معدل الإصابة بمرض القلب والجلطة الدماغية وتخفيف الوزن ومنع تسوس الأسنان. ومن الجدير بالذكر ما كشفه الباحثون في سويسرا عن إمكانية تخفيف الوزن بشكل فعال باستخدام الشاي الأخضر الذي يحتوي على مكونات طبيعية تساعد في زيادة حرق الدهون والسرعات الحرارية في الجسم. وأوضح الباحثون في جامعة فرايبورج بسويسرا أن بعض المكونات النباتية الموجودة في الشاي الأخضر تساعد الرياضي في تعديل النظام الكظري الودي في الجسم الذي ينظم السرعات الحرارية وعمليات حرق الدهون ومواد كيميائية عصبية معينة عبر الجهاز العصبي الودي (السيمبثاوي) والغدد الكظرية فوق الكلوية، مشيرين إلى أن الإشارات العصبية الكظرية الودية تغير معدل حرق الدهون لذلك فإن المركبات التي تؤثر على هذا النظام قد تغير بنية الجسم بشكل ملحوظ. وهدف البحث السويسري هو التعرف على خصائص حرق الدهون التي يتمتع بها الشاي الأخضر من خلال اختبار آثاره على استهلاك الطاقة في 24 ساعة وأكسدة الدهون لدى الرياضيين. وبحث ما إذا كانت آثاره الأيضية أكبر من تلك التي تحدثها نفس الكمية من الكافيين الذي يعتبر عاملا حاريا خفيفا. وأشار الباحثون إلى عملية توليد السرعات الحرارية أو حرق السرعات الزائدة تنتج حرارة أكبر في علميات الأيض أثناء فترة الراحة لذلك فإن تناول مادة مولدة للحرارة يزيد استهلاك الجسم للطاقة الناتجة عن حرق الدهون، واستند الباحثون في دراستهم على متابعة عشرة رياضيين تلقوا ثلاث جرعات يومية إما من دواء عادي أو 50 ملليجراما من الكافيين أو خلاصة الشاي الأخضر التي تحتوي على 50 ملليجراما كافيين و 90 ملليجراما من مادة "إيبيجاللوكاتيشين جاليت" أحد أهم مركبات الكاتيشين الموجودة في الشاي. ولا حظ هؤلاء في الدراسة التي نشرتها المجلة الأميركية للتغذية السريرية أن تناول خلاصة الشاي الأخضر سبب زيادة كبيرة في استهلاك طاقة الـ 24 ونسبة السرعات الدهنية المحروقة بصورة أكبر مما أحدثه الكافيين النقي والدواء العادي. وخلص الباحثون إلى أن خلاصة الشاي الأخضر قد تلعب دورا في السيطرة على بنية الجسم من خلال التنشيط السيمبثاوي للتوليد الحراري أو عملية أكسدة الدهون أم كليهما معا.

رئيس التحرير: **كمال بوزار**المدير العام: **مجدوب بن صالح**الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**الطبع: SAMPRAL
TD DIFFUSION
COMMUNICATION

رقم الحساب البنكي:

al salam bank algeria

03801603323071300789

الفاكس:

023-78-57-70

الهاتف:

0541-76-26-27

العنوان:

مستشفى القبة - زاهون - قاريدي عمارة ب رقم 05 - الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com





مرجعك للحفاظ على نمط صحي تام
بالقرب منك دوماً

rossmax

التصميم والدقة السويسرية



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