

بلمـاضي يضبط برنامجا مكثفا
بعد إلغاء ودية غامبيا

"تورينو"
يرغب في ضم
"وناس" خليل
الميركاتو الشتوي
الحالي

بن
رحمة والحارس
زغبة يتنقلان
إلى الدوحة
لالتحاق بتربص
الخضر



غادر مقر تربص
المنتخب الوطني أمس

"بونجاح" ضمن قائمة
"السد" لمواجهة "السيولة"

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 3 جانفي 2022 الموافق لـ 30 جمادى الأولى 1443 هـ العدد: 372 الثمن: 30 دج



وهبي الخزري:
"الجزائر تملك رياض محرز
والمنتخب التونسي يعتمد
على روح المجموعة"

نصر حسين داي 2-0 نادي بارادو

الجولة 11 من الرابطة المحترفة الأولى

بطولة المهازل



نقطات هزلية
وغياب الروح الرياضية
في أغرب فوز بالدوري
الجزائري



الصحافة الألمانية تسلط الضوء على محرز وسليمانى قبل "الكان"

أولمبيك ليون، إلا أن المدرب جمال بلماضي يعرف أنه يستطيع الاعتماد على مهاجمه وهو الهدف التاريخي للمنتخب الجزائري برصيد 38 هدفا.

رياض محرز يحمل آمال الفخر في الدفاع عن اللقب

أما نجم مانشستر سيتي رياض محرز المدافع عن اللقب، يأمل أن يكون في صدارة مستواه خلال كأس الأمم الإفريقية، لقد قدم بعض العروض غير المقشعة في الأشهر القليلة الماضية لبلاده، لكن المشجعين الجزائريين يتوقعون منه الأفضل خلال المواعيد الريفية الكبرى.

حميد

جاء عبر الموقع الرسمي لقناة "دي دابيلو" الألمانية قائمة عشرة لاعبين ينشطون في مختلف المنتخبات، سيتم تسليط الضوء عليهم خلال نهائيات كأس أمم أفريقيا المزمع إجراؤها بالكاميرون. وورد في موقع قناة دابيلو: «لاعبون يجب متابعتهم خلال نهائيات أمم إفريقيا». وحسب المصدر فإن كل من إسلام سليمانى ورياض محرز، سيكونان ضمن العناصر التي ستسلط عليها الأضواء.

إسلام سليمانى في الواجهة

وسلط الموقع الضوء على الهدف التاريخي للخضر: "السوبر سليم إسلام سليمانى يشارك دائما مع حامل اللقب الجزائر، فالبرغم من أنه يلعب بديلا مع نادي



مخاوف من تكرار سيناريو ودية غامبيا الملفة

منتخب غانا ينتظر وصول لاعبيه قبل مواجهة الجزائر

يواصل منتخب غانا تحضيراته للمباراة الودية التي تجمعها الأربعاء المقبل بالمنتخب الجزائري، في إطار استعداداته لكأس أمم إفريقيا وعلى غرار العديد من المنتخبات الإفريقية، عانى المنتخب الغاني في الأسبوع الأول من تحضيراته الجارية في قطر من نقص التعداد وقال هنري أشانتي المتحدث باسم منتخب غانا في تصريحات إعلامية له: «نتنظر وصول عدد من اللاعبين قبل مباراة الجزائر يوم 5 جانفي وأوضح أشانتي: "في الأسبوع الأول من التدريب كان لدينا فقط 14 لاعبا منهم 3 حراس مرمى، وباقى اللاعبين غير جاهزين بدنيا ولديهم إصابات عضلية».

حميد



أبرزهم توغاي، شتي وبلقبلة

ارتفاع القيمة السوقية لثلاثي المنتخب الوطني

كشف موقع "ترانسفر ماركيت" المختص سوق انتقالات اللاعبين في عالم كرة القدم، عن ارتفاع القيمة المالية لثلاثي المنتخب الوطني لكرة القدم في سوق اللاعبين زيتعلق الأمر بكل من توغاي- إلياس شتي بالإضافة إلى هاريسش بلقبلة وبلغت القيمة السوقية للثلاثي شتي وتوغاي المتوجان بكأس العرب مؤخرا، والمتواجدان حاليا مع المنتخب الأول بالدوحة، 725 ألف يورو لكل منهما أما بلقبلة قائد نادي براست فوصلت قيمته 3 ملايين يورو وهو الأمر الذي سيعود بالفائدة على التشكيلة الوطنية المقبلة على تحدي من نوع خاص وهو الحفاظ على اللقب الأفريقي بنهائيات كان الكاميرون.

حميد

منتخب كوت ديفوار يخسر حارسه الأول في كأس أفريقيا قبل مواجهة الجزائر

يبدو أن المنتخب الجزائري بقيادة المدير الفني جمال بلماضي، سيواجه منتخب كوت ديفوار في بطولة كأس أمم أفريقيا المقبلة في الكاميرون بدون الحارس الأول للأفغان سيلفان جيوهو ويتواجد منتخب الجزائر في المجموعة الخامسة برفقة منتخبات كوت ديفوار وغينيا الاستوائية وسيراليون. وبحسب ما كشفت عنه شبكة "ايساسيان" العالمية فإن لجنة الانضباط بالفيفا أرسلت خطايا للاتحاد الأفريقي والإيفواري بفيد بإيقاف الحارس المخضرم سيلفان جيوهو بعد إيجابية العينة الخاصة بالمنشطات حيث جاءت عينته تحمل مادة تريمتازيدين المحظورة لدى الرياضيين. وعلى الرغم من انضمام جيوهو لقائمة منتخب كوت ديفوار في أمم أفريقيا إلا أنه لن يكون قادرا على المشاركة في المسابقة على الرغم من التقدم باستئناف على العقوبة من قبل الاتحاد الإفريقي وكان جيوهو أفضل لاعب في مباراة الجزائر مع كوت ديفوار في بطولة الأمم الإفريقية الماضية التي أقيمت في مصر وفاز بها محاربي الصحراء بقيادة المدير الفني جمال بلماضي.

حميد



مدرّب حراس منتخب مصر السابق أحمد ناجي: "ينبغي على المنتخب المصري تفاذي مواجهة الجزائر"

شدد أحمد ناجي، مدرب حراس مرمى منتخب مصر السابق وفريق سموحة الحالي، في تصريحات تلفزيونية عبر قناة "أون سبورت" على ضرورة تفاذي المنتخب الجزائري في نهائيات كأس أمم أفريقيا 2021 المزمع إجراؤها بالكاميرون. وقال ناجي إن المنتخب الجزائري هو المرشح الأبرز للتتويج بالدورة حيث يضم لاعبين مميزين والمواجهة معهم ستكون صعبة للغاية. وأضاف ناجي، أنه ينبغي على الشارع المصري أن تثق في كارلوس كيروش، فهو مدرب كبير، وتمكن من قيادة 5 منتخبات إلى المونديال، من بينها إيران مرتين على التوالي". وأردف مدرب الحراس السابق للمنتخب المصري: "منتخب مصر يحتاج بشدة إلى تحقيق الفوز، في ضربة البداية أمام نيجيريا، لتجنب ملاقة الجزائر في دور ال16، حيث تمتلك عناصر مميزة، والمواجهة ستكون صعبة للغاية". وتابع: "كنت أرى أن منتخب مصر يحتاج بعض النجوم في قائمته، مثل محمد مجدي وطارق حامد، إذ من الممكن أن تحدث إصابات أو غيابات خلال البطولة".



حميد

بلماضي يضبط برنامجا مكثفا بعد إلغاء ودية غامبيا

برمج أمس الاتحاد الجزائري لكرة القدم أن برنامج مكثف ومتنوع كان ينتظر العناصر الوطنية خلال معسكرها الإعدادي بالعاصمة القطرية الدوحة، وعمد الطاقم الفني للخضر إلى ضبط برنامج تحضيري جديد وذلك عقب إلغاء المواجهة التحضيرية التي كانت مقررة أمام غامبيا أول أمس السبت المصدر ذاته أكد أن الاستعدادات بالمركز الرياضي "العقلة" جرت بتعداد مكتمل عقب التحاق الثنائي توغاي وبن عيادة. وشهدت الحصة السادسة لـ الخضر غياب سفيان ففولي بسبب إصابة خفيفة، أبعدته مؤقتا عن الممران رفقة زملاءه. ومن المرتقب أن تلتحق كل العناصر الوطنية ابتداء من اليوم مع التحاق لاعب نادي فياريال الإسباني عيسى ماندلي.

حميد

زغبة يلتحق بمعسكر المنتخب الوطني في الدوحة

أعلن أمس الأحد، نادي ضمك السعودي عن انضمام حارسه الدولي الجزائري، مصطفى زغبة بالمعسكر الإعدادي للمنتخب الوطني بالماصمة القطرية الدوحة ولم يلتحق الحارس السابق لنادي الوحدة بالتحضيرات منذ البداية نظرا لالتزامه مع فريقه السعودي وتجدر فإن المدرب جمال بلماضي، استنجد بحارس نادي بارادو مجادل لتعويض غياب مبولحي وزغبة.

حميد

وهبي الخزري: "الجزائر تملك رياض محرز والمنتخب التونسي يعتمد على روح المجموعة"

قال التونسي وهبي الخزري، نجم سانت إيتيان الفرنسي، في تصريح له لوكالة الأنباء الفرنسية أنه يتمنى فوز منتخب بلاده بلقب كأس أمم إفريقيا التي تنطلق يوم 9 من الشهر الجاري بالكاميرون واستطرد الخزري كلامه قائلا: "وصلنا نصف النهائي بالبطولة الماضية في مصر، وأقصينا أمام السنغال، وكنا نستحق الفوز، لأننا كنا الأفضل، الدورة المقبلة هي الكاميرون، أعتقد أن الأمور ستكون أصعب لوجود منتخبات ممتازة وحول ما يميز بعض المنتخبات أردف: "الجزائر لديها رياض محرز، ومصر لديها محمد صلاح، لكننا نعتد على الروح الجماعية، وعلى ثلاثين لاعبا متميزين يقدمون كل ما بوسعهم فوق الميدان، قوتنا هي الروح الجماعية الجدير بالذكر فإن نسور قرطاج سيلعبون في مجموعة تضم موريتانيا، مالي وغامبيا.

حميد



استعرض أرقام وإسهامات محارب الصحراء مع السماوي هذا الموسم

"مانشستر سيتي"

يشيد بـ "محرز" قبل إلتحاقه بـ "ترينيداد والباراغواي"

أشاد نادي مانشستر سيتي بأرقام لاعبه الدولي الجزائري رياض محرز في الدوري الإنجليزي الممتاز وذلك قبل إلتحاق اللاعب بمعسكر المنتخب الوطني في العاصمة القطرية الدوحة تحسبا للمشاركة في كأس أمم أفريقيا 2021 المقرر إقامتها في الكاميرون خلال الفترة بين 9 جانفي الجاري و6 فيفري المقبل. كتب حساب نادي مانشستر سيتي بالعربي عبر موقع التواصل الاجتماعي "تويتير": "رياض محرز سيفادر للمشاركة في كأس الأمم الإفريقية، وهو الأكثر مساهمة في الأهداف مع مانشستر سيتي هذا الموسم بالدوري الإنجليزي الممتاز 10 أهداف. واستعرض المان سيتي حصيلة إسهامات رياض محرز في تسجيل الأهداف ببطولة الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم عبر إيضاح أكبر، مشيرا إلى إحراز قائد المنتخب الجزائري 6 أهداف وتقديمه 4 تمريرات حاسمة خلال 16 مباراة خاضها بالمسابقة المحلية. وسجل محرز هدفا من علامة الجزاء ليسهم بصورة مؤثرة في فوز مانشستر سيتي 1-2 على مضيفه أرسنال، في المباراة التي احتضنها ملعب "الإمارات" ضمن منافسات الجولة الـ 21 للدوري الإنجليزي الممتاز، يذكر أن المنتخب الجزائري سيخوض كأس الأمم الإفريقية 2021 بهدف الدفاع عن لقبه الذي تحقق عام 2019 في مصر.

وسيم

غادر
مقر
تربص المنتخب
الوطني أمس

"بونجاح"

ضمن قائمة "السد"

لمواجهة "السييلية"

أعلن نادي السد القطري عن قائمة اللاعبين المعنيين بمواجهة نادي السييلية التي تلعب اليوم الاثنين لحساب الجولة 12 من دوري نجوم قطر. وحملت القائمة التي استنداعها الإسباني خافي غارسيا اسم بغداد بونجاح في القائمة المعنية بمباراة فريقه مع نادي السييلية، فإن بونجاح سيفادر معسكر المنتخب الجزائري للالتحاق لنادي السد استعدادا للمباراة. ويعاني النخب الوطني جمال بلماضي من أزمة غياب بعض ركائزه الأساسية في مستهل تربص المنتخب الوطني الجزائري بالعاصمة القطرية الدوحة، يتقدمهم رياض محرز والعديد من رفاقه، في قائمة اللاعبين الأكثر تأخرا عن المعسكر، التي أضيف إليها إلى حد الآن اسم المهاجم بغداد بونجاح الذي سيكون معنيا بخوض مباراة السييلية.

وسيم



فيما
يشتد
نابولي مبلغ 15
مليون أورو مقابل
بيع اللاعب

"تورينو" يرغب في ضم "وناس" خلال الميركاتو الشتوي الحالي

عاد الدولي الجزائري آدم وناس لاعب فريق نابولي الإيطالي، ليسجل حضورا قويا في سوق الانتقالات الشتوية الحالية 2022، وذكرت جريدة توتو ميركاتو الإيطالية في تقرير لها إلى أن نادي تورينو يرغب بشدة في التعاقد مع اللاعب، بدءا من الميركاتو المقبل. وأشار ذات المصدر أن إدارة التورو إستقرت عن وضعيية اللاعب، وتضاجات بالمطالب الضخمة لتظيرتها في نابولي. وأكدت ذات الصحيفة السالفة الذكر، بأن الرئيس أوربيليو ديلاورنتيس

يشتد 15 مليون أورو، مقابل بيع الأشهر الست المتبقية من عقد محارب الصحراء. إضافة إلى تورينو يتواجد فريق بارما ضمن المهتمين بخدمات الدولي الجزائري، خلال فترة الانتقالات الشتوية الجارية هذا ودخل وناس في معسكر إعدادي مع المنتخب الوطني الجزائري في الدوحة تأهبا لخوض نهائيات كأس أمم إفريقيا، التي تنطلق بالكامبيرون يوم 9 جانفي الجاري. يذكر أن متوسط الميدين الهجوميين آدم وناس يرتبط مع نادي نابولي الإيطالي بعقد، تنقضي مدته في صيف 2023.

وسيم



ساهم
بشكل
كبير في فوز وست
هام على كريستال بالاس

"بن رحمة"

يبلغ مباراته الـ 50 في "البريميرليغ"

بلغ الدولي الجزائري سعيد بن رحمة، مهاجم وست هام يونايتد، المباراة رقم 50 له في الدوري الإنجليزي الممتاز، بعدما قاد فريقه للفوز على كريستال بالاس. وصنع بن رحمة الهدف الأول للمطارق في الفوز على كريستال بالاس بنتيجة 3-2، خلال المباراة التي جمعت بينهما، أول أمس السبت، على ملعب سيلهرست بارك، في الجولة الـ 21 من منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز. وقدم سعيد بن رحمة تمريرة حاسمة في المباراة أمام كريستال بالاس، ليكون قد أسهم تهديفيا للمباراة الثانية على التوالي في الدوري الإنجليزي الممتاز، بعد تسجيله هدفا في المباراة الماضية أمام ساوثهامبتون، وجاءت أرقام اللاعب كالتالي في المسابقة. وبمشاركته ضد كريستال بالاس بشعره الأسود الطبيعي، فإن صانع ألعاب وست هام يونايتد سعيد بن رحمة قد أصبح سادس لاعب جزائري يصل إلى 50 مشاركة في الدوري الإنجليزي الممتاز. وعلى مدار 50 مباراة، أسهم بن رحمة في 16 هدفا مع الفريق اللندني، حيث نجح في تسجيل 6 أهداف، بينما قدم 10 تمريرات حاسمة، آخرها في مباراته رقم 50 ضد كريستال بالاس.

وسيم

جون كيستر مدرب سيراليون:

"مواجهة الجزائر ستكون مفيدة لنا وفرصة للاعبين لنا للاحتكاك باللاعبين كبار"

عبر جون كيستر مدرب منتخب سيراليون، عن سعادته الكبيرة بمواجهة الجزائر في مستهل مشوار منتخب بلاده أمام كأس أمم أفريقيا 2022. ويقع المنتخب ضمن المجموعة الخامسة للبطولة، التي تقام في الفترة بين 9 جانفي الحالي و6 فيفري مع كوت ديفوار وغينيا الاستوائية. وقال كيستر عن مباراة الجزائر "هي مواجهة مفيدة لنا بكل تأكيد، ستمنحنا فكرة عن كيفية التعامل مع أفضل منتخبات القارة". وأضاف "تلك المباراة أيضا ستساعد على تطوير مهارات لاعبي الفريق، وكذلك تمنحهم فرصة الاحتكاك مع نخبة من نجوم القارة وبالتالي ستؤثر على مسيراتهم المهنية. وواصل اللاعب الشاب الذي يتحدر والداه من أصول سيراليونية لروبيرتز في مقابلة قبل أسبوع من موعد البطولة "نحن نتطلع للتوجه لكأس أمم أفريقيا للمنافسة".



وسيم

وسبق لكيسر اللعب في إنجلترا لكنه عاد إلى البلاد لتتولى تدريب المنتخب السيراليوني، الذي فشل طوال ربع قرن في تحقيق أي إنجاز على المستوى القاري. واختتم بقوله "نحن نتوجه إلى كأس الأمم وهدفنا البناء حتى نتأهل بصورة مستمرة. سننافس بجدية في البطولة، وهذا أمر مؤكد". يذكر أن آخر مرة تأهل فيها منتخب سيراليون للبطولة كانت في 1996 بجنوب أفريقيا، وكان ذلك الظهور الثاني فقط للفريق في المسابقة، بينما يأمل المدرب كيستر الملود في مدينة مانشستر الإنجليزية، أن يشارك فريقه بصورة أكثر انتظاما مستقبلا.

أوكيدجة، وناس
وبراهيمي على خطى
بن العمري

"لاعببو" "الخضر" يستعدون لـ "الكان" بـ "الجمامة"

خضع عدد من لاعبي المنتخب الوطني لجلسات استشفاء بالحمامة خلال الساعات الماضية، استعدادا لبطولة كأس أمم أفريقيا 2021 المقرر إقامتها في الكاميرون خلال الفترة ما بين 9 جانفي وحتى 6 فيفري المقبل. ولجأ ثلاثي "الخضر" الحارس الكسندر أوكيدجة، واللاعبين آدم وناس وياسين بارهيمي إلى التداوي بالحمامة خلال وجودهم في معسكر المنتخب الجزائري، حيث تم نشر صور لهم وهم يستعيتون بالحمامة التي أثبتت كل الدراسات العلمية بأنها مفيدة للرياضيين، خاصة في حالات التخلص من الإرهاق الشديد الذي يعاني منه ياسين براهمي، والذي كان قبل أسبوعين فقط أحد مهندسي تنويع المنتخب الوطني للاعبين المحليين بكأس العرب وتداولت العديد من المواقع والصفحات عبر مواقع التواصل الاجتماعي صوراً حول استعدادات أشبال بلماضي لخوض منافسات البطولة بعدما نجحوا في الظفر بكأس العرب التي أقيمت بالدوحة، وظهرت الحمامة كأحد أبرز طرق استعدادات رفاق الأسمراني ياسين براهمي. و دائما ما يستعين لاعبي المنتخب الجزائري بالحمامة في مقدمتهم رياض محرز جناح مانشستر سيتي الإنجليزي، حيث، يستغل في كل مرة دخوله معسكرات "الخضر" للتداوي بالحمامة بإشراف الطاقم الطبي لـ محاربي الصحراء. ويتواجد المنتخب الجزائري في المجموعة الخامسة ببطولة كأس الأمم الإفريقية 2021 مع كل من سيراليون وساحل العاج وغينيا الاستوائية.

وسيم

البطولة المحلية

فيما نفي رغبته في الاستقالة من شبيبة القبائل

السويح

يطالب بتدعيم "الكناري" لتحقيق طموحاته قاريا

شدّد المدرب التونسي لشبيبة القبائل عمار السويح على ضرورة تدعيم الفريق خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، وذلك على أمل الذهاب بعيدا في منافسة كأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم. وأعترف التقني التونسي في تصريحاته خلال الندوة الصحفية التي عقدها مساء أول أمس، بمقر الفريق عن وجود بعض النقص في التشكيلة ما يتوجب على إدارة ياريشان تدعيم الفريق من أجل تحقيق طموحاتهم في المنافسة القارية. وتترقب إدارة شبيبة القبائل قرار الاتحادية الإفريقية بخصوص موعد إجراء إياب الدور التمهيدي الثاني من كأس "الكاف" أمام رويال ليوبارد الإسواتيني، والتي تم تأجيله على مناسبتين بسبب الإجراءات الصحية في الجزائر للتصدي لفيروس "كورونا" المتحور "أوميكرون" المنتشر بجنوب إفريقيا والدول المجاورة على غرار إسواتيني. وكانت قرعة دور المجموعات التي جرت الثلاثاء الماضي بالعاصمة المصرية القاهرة، قد وضعت شبيبة القبائل (في حال تأهلها) ضمن مجموعة تضم كل من شبيبة الساورة، اتحاد طرابلس الليبي وأورلاندو بيراتس الجنوب إفريقي. واعتبر مدرب شبيبة القبائل، أن حفظ الأندية الأربعة متساوية لتجاوز عقب دور المجموعات، مضيئا بأن تشكيلة "الكناري" بحاجة إلى بعض التعديلات في الميركاتو الشتوي من أجل تحقيق طموحات الأنصار في المنافسة القارية وأردف "لما تقترب المنافسة سندرس وضعية الفريق ومستواه، ومدى طموحات الإدارة في الذهاب بعيدا في كأس الكاف"، وأردف "لأمانة، يلزمنا تدعيم التشكيلة من أجل رفع حظوظنا في التأهل إلى الدور المقبل"، ورفض التقني التونسي، تحديد المناصب التي تحتاج إلى تدعيمات في فترة الانتقالات مؤكدا "لا نستطيع الحديث عن التفاوض لأن هذه الأمور سرية في الوقت الراهن سنجتمع مع الإدارة من أجل تحديد احتياجاتنا". إلى ذلك، نفى المدرب عمار السويح، كل الأخبار التي انتشرت في الفترة الماضية بخصوص رغبته في وضع حد لمغامرته مع فريق شبيبة القبائل، وكانت بعض الأطراف قد روجت إلى عدم تجسم التونسي في مواصلة مشوار مع الكناري، إلا أن السويح، أكد بأنه لم يفكر ولو للحظة في الرحيل، وأضاف، "هي مجرد إشاعة ولكنها هاجتني لأنني لم أفكر في ذلك ولم أتحدث عن ذلك ولو في الكواليس حتى".

رياض خ

الرابطة المحترفة تجري تعديلات على رزنامة الجولة الـ 13

أعلنت الرابطة المحترفة لكرة القدم، عن إجراء بعض التعديلات على تواريخ إجراء مباريات الجولة الـ 13 من البطولة الوطنية، وذلك بناء على طلب الأندية المحترفة. وكشفت هيئة الرئيس عبد الكريم مدوار، أمس، في بيان لها على موقعها الإلكتروني أنه تم تعديل توقيت 5 مباريات كاملة عن الجولة الثالثة عشر، بحيث تم برمجة يوم الأحد 16 جانفي الحالي، بدلا من يوم السبت 15 من نفس الشهر، مثلما كان مقررا سلفا، ويتعلق الأمر بكل من لقاءات، اتحاد بسكرة شباب قسنطينة، شبيبة القبائل نجم مقرة، شبيبة الساورة أتلتيك بارادو، أولمبي الشلف شباب بلوزداد إلى جانب الداربي العاصمي بين اتحاد العاصمة وغريمه التقليدي مولودية الجزائر.

الكشف عن تواريخ تسوية رزنامة الجولة السادسة

ومن جانب آخر، ضبطت الرابطة المحترفة موعد إجراء المباريات المتأخرة عن الجولة السادسة من البطولة الوطنية، حيث من المقرر أن يتم تسوية رزنامة هته الجولة بتاريخ 11 جانفي، بإجراء المباريات الثلاث بين كل من شبيبة القبائل اتحاد بسكرة، وأولمبي الشلف شبيبة الساورة، وكذا المواجهة المحلية بين مولودية الجزائر وأتلتيك بارادو - سفيان ع

بعد هزيمتها في الداربي أمام بارادو

"النصرية"

تواصل الغرق والآنصار يهاجمون الإدارة

واصل نادي نصر حسين داي سقوطه الحر في الرابطة المحترفة الأولى عقب هزيمته داخل قواعده أمام أتلتيك بارادو بثنائية دون رد، برسم الجولة الـ 11 من البطولة الوطنية، وتلقت "النصرية" خسارة جديدة على يد "البك" بثنائية دون مقابل، لمعلم 20 أوت بالعاصمة، ليفشل بذلك زملاء الحارس بوظافة في العودة إلى سكة الانتصارات مجددا ويواصلون نتائجهم السلبية في المباراة السادسة على التوالي، حيث يعود آخر انتصار للنادي العاصمي، بتاريخ 25 نوفمبر أمام مولودية وهران برسم الجولة الخامسة من البطولة، قبل أن تبدأ المشاكل داخل بين "النصرية" ويعجز الفريق عن تحقيق أي فوز إلى غاية الآن، واكتفى بجمع نقطة وحيدة من أصل 18 نقطة ممكنة، وهو ما جعل الأنصار يدقون ناقوس الخطر ويهاجون الإدارة محمليين إياها مسؤولية التراجع الهيب في النتائج رغم البداية الموفقة في الموسم الجاري. وبهذه الهزيمة تجمد رصيد "الملاح" عند النقطة 10، في المرتبة الحادية عشر في الترتيب العام مؤقتا.

سفيان ع

الجولة الـ 11 من البطولة الوطنية

الرأئد يسقط في فخ التعادل و"البك" يطيح بـ"النصرية" في مباراة مجنونة

تمكنت تشكيلة شباب قسنطينة من العودة بالزاد كاملا، مساء أمس، بعد الاطاحة بالأمل المحلي بهدف دون رد، لحساب الجولة 11 من المحترف الأول. وبهذا الانتصار، رفع زملاء الحارس رحمان رصيدهم إلى 20 نقطة، في ما تتعقد وضعية "الزرقا"، في المراتب الأخيرة لجدول الترتيب برصيد 8 نقاط. وفي لقاء آخر، عرف نهاية "دراماتيكية"، حقق نادي أتلتيك بارادو فوز ثمين وبثنائية نظيفة على حساب نصر حسين داي، في "داربي" مثير. وعرفت المواجهة نهاية غير متوقعة، بعدما احتجت عناصر "النصرية" على الهدف الأول لبارادو، في الدقيقة 90، ورفضوا مواصلة اللعب، مجتمعين أمام دائرة الملعب، ليلعبوا رمية البداية، ويعيدوا الكرة لحارس بارادو، الذي واصل اللعب مرسلا الكرة لأحد زملائه، الذي انطلق

صوب مرمرى النصرية، ممرا لزميله الذي وضع الكرة بسهولة في شبك الحارس بوظافة، كان ذلك في الدقيقة 5+90 في حادثة غير مسبوقة في تاريخ الكرة الجزائرية. لتنتهي المواجهة على وقع فوز "البك" بثنائية دون رد، وسط أجواء مشحونة، بعد احتجاجات عناصر "النصرية"، وفي مباراة أخرى، عاد شباب بلوزداد بنقطة التعادل من ميدان شلقوم العيد، على حساب الهلال المحلي، بعدما انتهت المواجهة على وقع التعادل السلبي. وأصبح رصيد بلوزداد 24 نقطة في الريادة، بينما ارتفع رصيد الهلال إلى 9 نقاط، في المركز الثالث عشر. وفي مباراة أخرى، حسم أولمبي الشلف

داربي الغرب لصالحه، بهدف

دون رد أمام سريع غليزان، ليحقق بذلك "الشفاوة" فوزا ثمينا هو الثاني من نوعه هذا الموسم، فيما واصل "الرايد" تدرجه في الترتيب العام إذ يحتل المركز الـ 14 بـ 9 نقاط فقط. كما أزم نادي شبيبة القبائل وضعية الضيف مولودية وهران أكثر عقب الانتصار الذي حققه أشبال المدرب التونسي عمار السويح بهدف دون رد، بوهذا رفعت الشبيبة رصيدها لـ 14 نقطة في المرتبة الثامنة، في حين تجدد رصيد "الحمراوة" عند النقطة الثامنة في المركز 15 في الترتيب. وعادت مولودية الجزائر بنقطة ثمينة من خرجتها إلى بشار لمواجهة شبيبة الساورة، ليؤكد بذلك العميد نتائجها الإيجابية ويفترب أكثر من البويوم، فيما تراجع نسور الجنوب إلى المركز الثالث بـ 20 نقطة، وبدوره فاز وفاق سطيف بثلاثية دون على حساب أولمبي المدينة، من تسجيل بن عياد وجابو ودباري.

"سوسطارة" لاستعادة نشوة الانتصارات وسكرة لتعميق جراح تلمسان

تستكمل اليوم، فعاليات الجولة الحادية عشر للرابطة المحترفة الأولى، بإجراء مباراتين متبقيتين، بين كل من اتحاد بسكرة وضيغه وداد تلمسان من جهة، واتحاد العاصمة بنجم مقرة من جهة أخرى، حيث ستكون المنافسة على أشدها بالنظر إلى وضعية الأندية المذكورة. ويستضيف اتحاد العاصمة، على ملعب عمر حمادي بيولوجين، مساء اليوم بداية من الساعة السادسة، ضيفه نجم مقرة، وعينه على إيقاف نزيف النقاط والعودة إلى سكة الانتصارات التي غابت عن الفريق في الجولات الماضية ما عجل برحيل المدرب الفرنسي دينيس لافان، ويسعى زملاء الحارس لمين زيماموش، لتحقيق أول فوز لهم منذ 4 لقاءات كاملة كان آخرها السقوط المخيب في الداربي أمام شباب بلوزداد، لذلك ستكون الفرصة مناسبة من أجل فتح صفحة جديدة ومصالحة الأنصار، ولكن الأمور لن تكون سهلة أمام منافس منتظر أن يشكل صعوبات كبيرة للاتحاد في حال قرر مدربه اللعب بطريقة دفاعية والتكتل في الخلف، خاصة وأن النجم حقق الديكلت في الجولة الفارطة بتحقيق انتصار على اتحاد بسكرة. وفي لقاء آخر، يستضيف ملعب 18 فبراير بمرمك العالية ببسكرة، اليوم بداية من الساعة 14:00، مباراة بأهداف متباينة بين الاتحاد المحلي والضيف وداد تلمسان، حيث يرغب أصحاب الديار في العودة إلى سكة النتائج الإيجابية بعد مرحلة فراغ رهيبه مروا بها في الآونة الأخيرة، أين جمع النادي نقطة وحيدة من أصل 9 ممكنة في آخر 3 جولات، وهو ما جعل أبناء الزيبان يتقهقرون في سلم الترتيب من الصدارة إلى وسط الترتيب العام بـ 16 نقطة مع مباراة متأخرة، وفي الجهة المقابلة، فإن الأمور ليست أفضل بالنسبة لوداد تلمسان، المتواجد في مؤخرة الترتيب العام برصيد 5 نقاط من أصل 30 ممكنة.

سفيان ع





البطولة الوطنية للمصارعة المشتركة

تألق رياضيي المنتخبين الأول والعسكري

تألق مصارعو المنتخبين الوطنيين العسكري والمدني في البطولة الوطنية للمصارعة المشتركة للأكابر والكبريات التي أقيمت يومي الجمعة والسبت بقصر الرياضات "حمو بوتليليس" بوهران وعرفت هذه المسابقة نجاحا باهرا، برأي المتتبعين، حيث زادها حماسا الحضور الجماهيري الكبير الذي "غزا" مدرجات قصر الرياضات، وهي المنشأة الرياضية التي استفادت من أشغال إعادة تهيئة شملت كامل مرافقها تحسبا لاحتضان وهران لألعاب البحر الأبيض المتوسط في صائفة 2022 وتنافس الرياضيون المشاركون، الذين قدر عددهم بأكثر من 400 مصارع ومصارعة ممثلين لـ 16 رابطة ولائية، على المراتب الأولى طوال اليومين الذين استغرقتهما البطولة، سعيا منهم أيضا لإقناع المدربين الوطنيين تحسبا لضمهم إلى التشكيلة الجزائرية التي ستدافع عن الألوان الوطنية خلال الموعد المتوسطي وشهدت البطولة برمجة تصفيات ونهائيات خمسة أوزان في ثلاثة اختصاصات هي: المصارعة الحرة والمصارعة الإغريقورومانية والمصارعة النسوية وعبر رئيس الاتحادية الجزائرية للمصارعة المشتركة، حمزة دغدغ، في تصريح لواج عن ارتياحه الكبير للظروف التي جرت فيها المنافسة، سواء من حيث المستوى الفني أو التنظيم أو إقامة الرياضيين وقال في هذا الشأن: "للمسابقة رغبة جامحة من طرف الرياضيين للعودة إلى أجواء المنافسة الرسمية بعد قرابة عامين من التوقف بسبب جائحة فيروس كورونا وهو ما يفسر المشاركة الواسعة التي تشهدها البطولة، والتي ساهم رياضيو المنتخبين الوطنيين العسكري والمدني في منحها مستوى لا بأس به". كما لم ينس ذات المسؤول التنويه بمساهمة اللجنة الوطنية لتنظيم الألعاب المتوسطية في إنجاح هذا الموعد من خلال تسخير شبابها المتطوع للمساعدة في السير الحسن للبطولة، سيما في ظل المشاركة الواسعة للرياضيين، علما وأن هذا الحدث يدخل أيضا في إطار المنافسات الترويجية للألعاب المتوسطية (25 جوان - 5 جويلية 2022). ذات الانطباع عبر عنه رئيس الرابطة الوهرانية للمصارعة المشتركة الذي تكفلت هيئته بتنظيم هذه المسابقة بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية المعنية وقال محمد مداح لواج بأنه لم يكن ينتظر شخصيا "أن ترقى البطولة إلى هذا المستوى المشرف، فضلا عن الظروف العامة التي جرت فيها المنازلات بفضل الأجواء الرائعة التي صنعها الجمهور الحاضر بقوة في المدرجات حتى أنه خيل إلينا أن الأمر يتعلق بمباراة في كرة اليد أو كرة السلة، وهو أمر يسعدنا بما أننا نسعى دائما للترويج للمصارعة المشتركة من أجل جلب أكبر عدد من الممارسين وفي تعليقه عن الجانب الفني للبطولة، نوه محمد مداح بالمجهودات الكبيرة التي بذلها الرياضيون المشاركون "الذين أبانوا عن مستوى عال رغم أنهم ابتعدوا عن المنافسة الرسمية لقرابة سنتين كاملتين وأضاف: "اعتقد أن رغبة كل مصارع ومصارعة في لفت أنظار المدربين الوطنيين لاختيارهم للمشاركة في الألعاب المتوسطية المقبلة بوهران كانت حافزا إضافيا لهم لإعطاء كل ما لديهم في هذه المنافسة وهو أمر رائع للغاية".

البطولة الوطنية للمواي طاي (ذكور)

تألق مصارعي بجاية عند الأواسط والجزائريين العاصميين لدى الأكابر

عرفت البطولة الوطنية للمواي طاي (ذكور)، التي جرت أيام الخميس والجمعة والسبت، بالقاعة متعددة الرياضات بمدينة تيبازة، تألق مصارعي ولاية بجاية في فئة الأواسط وعناصر ولاية الجزائر عند الأكابر (ذكور)، بحصدهم أكبر عدد من الألقاب وعند الأكابر، حصدت عناصر ولاية الجزائر على أربع ميداليات ذهبية، فضلا عن فضية واحدة وثلاث برونزيات، فيما جاءت ولاية تيبازة في المركز الثاني للترتيب العام للميداليات بذهبيتين وأربع فضيات وبرونزية واحدة، فيما حلت ولاية وهران في الصف الثالث بذهبيتين وأربع برونزيات أما لدى الأواسط، فقد تحصل مصارعو ولاية بجاية على أربع ذهبيتين وثلاث فضيات وواحدة من البرونز، ويأتي بعدهم ممثلو ولاية وهران بذهبيتين وفضية واحدة وبرونزيتين، في الوقت الذي حلت فيه عناصر ولايتي الجزائر وتيبازة معا في المرتبة الثالثة بذهبية واحدة وثلاث برونزيات وعرفت المنافسة مشاركة حوالي 250 مصارع، 120 مشارك من فئة الأواسط ونفس العدد لدى الأكابر، يمثلون 15 ولاية وطنية، حسب مديرية التنظيم الرياضي لدى الاتحادية الجزائرية للكيك بوكسينغ والمواي طاي والرياضات المشابهة وتخص البطولة 14 وزنا لكلا الفئتين، ويتعلق الأمر بكل من: أقل من 45 كغ، أقل من 48 كغ، أقل من 51 كغ، أقل من 54 كغ، أقل من 57 كغ، أقل من 60 كغ، أقل من 63.5 كغ، أقل من 67 كغ، أقل من 71 كغ، أقل من 75 كغ، أقل من 81 كغ، أقل من 86 كغ، أقل من 91 كغ، أكثر من 91 كغ وتعد هذه البطولة أول منافسة تنظمها الاتحادية الجزائرية للكيك بوكسينغ والمواي طاي والرياضات المشابهة، للموسم الرياضي 2021-2022. كما تهدف الفيدرالية من خلال هذه المنافسة إلى "انتقاء أحسن العناصر للمشاركة في البطولة العربية (رجال - سيدات) المقررة ما بين 26 و 30 جانفي بدبي الإماراتية وقبل عشرة أيام عن التوجه إلى دبي للمشاركة في الموعد العربي، تدخل العناصر الوطنية في تربع استعدادي، في انتظار تحديد مكان إجراء هذه التحضيرات

واج



الفروسية

تتويج بومهدي علاء الدين بلقب كأس الاتحادية للمسابقة الوطنية للقفز على الحواجز

حواجز يتراوح علوها ما بين 1 متر و10 سنتيمتر و 1 متر و15 سنتيمتر وفي ختام هذا الموعد الرياضي منح اللقب والميداليات للفائزين بحضور أعضاء من الاتحادية الجزائرية للفروسية وممثلي مديرية الشباب والرياضة لولاية وهران. للتذكير، فإن هذه المنافسة قد تأسست في 1998 تحت اسم "كأس الاتحادية" حيث تهدف إلى تشجيع مشاركة عدد كبير من الفرسان من الدرجتين الأولى والثانية وبرز المواهب الشابة.

واج

نادي الفارس الوهراني وشهدت المسابقة التي نظمتها على مدار يومين نادي "الفارس الوهراني" للفروسية بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية مشاركة 33 فارسا وفارسة لم يتمكنوا من الصعود على منصة التتويج خلال السنوات الثلاث الماضية في منافسات البطولة الوطنية وكأس الجمهورية ينتمون لعدة نوادي من الوطن والبالغين من العمر 15 سنة فما فوق ذوي الدرجة الأولى وقد نظم سباقين خلال هذه التظاهرة التي تأتي كختام للموسم الرياضي للقفز على الحواجز عبر مراحل على

توج الفارس بومهدي علاء الدين من نادي الفارس المستغانمي بلقب كأس الاتحادية للمسابقة الوطنية للقفز على الحواجز التي جرت فعالياتها بميدان الفروسية "الفارس الوهراني" لوهران وقطع الفارس علاء الدين مطاف هذه المسابقة ممتطيا الفرس "دو فوري" بدون خطأ على حواجز علوها 1 متر و 1.5 سم فيما عاد المركز الثاني والثالث في هذه التظاهرة التي اختتمت مساء أمس الجمعة لكل من للفارسة سارة بومرزاق من نادي "المغيت" لوهران ولينا فاطمة الزهراء كزي ثاني من



مهرجان العدو الريفي للأثار الرومانية بباتنة

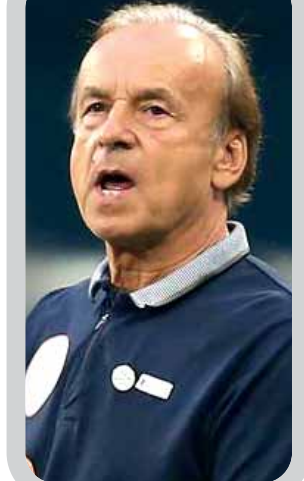
سيطر عناصر الفريق الوطني العسكري

سيطر عناصر الفريق الوطني العسكري في الطبعة الـ 15 من مهرجان العدو الريفي للأثار الرومانية التي جرت وقائعها اليوم السبت بمسلك حملة 2 بمدينة باتنة وشهدت منافسة السباق الطويل على مسافة 9 كلم صنف أكابر سيطرة كلية لعدائي الفريق بالنسبة للفردى باحتلالهم للمراتب الثلاثة الأولى فيما افتك الفريق المرتبة الأولى حسب الفرق وعرفت التظاهرة حسب ما أكده لواج مدير التنظيم بالرابطة الولائية لألعاب القوى حكيم لغويل مشاركة حوالي 600 عداء وعداءة من مختلف أنحاء الوطن وفي مختلف السباقات من البراعم إلى الأكابر من الجنسين وأبدى عديد العدائين استحسانهم لحسن المسلك والظروف المناخية المساعدة جدا إلى جانب التنظيم المحكم الذي ميز مجريات منافسات المهرجان.

النتائج التقنية:

- أكابر ذكور (سباق طويل 9 كلم)
- الترتيب حسب الفرق:
- الفريق الوطني العسكري
- 2- نادي حاسي مسعود (ورقلة)
- 3- أمل بلدية بركة بولاية باتنة
- الترتيب فردي:
- 1- محمد مريوحي الفريق الوطني العسكري
- 2- عصام زغدان الفريق الوطني العسكري
- 3- أيمن بولعينين الفريق الوطني العسكري
- كبريات إناث فردي (6 كلم)
- 1- ريهام سيناني الجزائر العاصمة
- 2- نوال عباس فريق الحماية المدنية
- 3- نوال زنداوي مواهب أثلتيك قسنطينة
- أواسط ذكور (7 كلم)
- 1- هيثم شاوش فريق أمل ألعاب القوى خنشلة
- 2- وليد ناموس فريق مواهب أثلتيك قسنطينة
- 3- وليد مكاحلي فريق وفاق مرست تبسة
- وسيطات إناث (5 كلم):
- 1- لينا طالب فريق النجم الرياضي سوق أهراس
- 2- أشواق تركي فريق مواهب أثلتيك قسنطينة
- 3- أميرة حمداني فريق أمل رأس الوادي برج بوعريج

واج



أوغوستين إيغافوين
مدرّب نيجيريا؛

"أوسيمين طلب استبعاده من أمم أفريقيا"

أكد أوغوستين إيغافوين المدير الفني لنيجيريا، أن فيكتور أوسيمين مهاجم نابولي والمنتخب النيجيري، طلب عدم المشاركة في بطولة كأس الأمم الأفريقية المقبلة. ويتواجد المنتخب النيجيري بالمجموعة الرابعة بكأس أمم أفريقية، رفقة مصر والسودان وغينيا بيساو. وتنطلق البطولة القارية في الكاميرون خلال الفترة من 9 جانفي الجاري إلى 6 فيفري المقبل. وقال إيغافوين في تصريحات نقلها موقع توتو ميركاتو ويب الإيطالي: "أوسيمين أخبرني أنه يجب أن أفهم أنه ليس بخير وأنه لا يريد المشاركة في البطولة لأنه لا يستطيع أن يقدم 100%". وأضاف "أمر مؤسف أنه لا يستطيع المشاركة، لقد توسل إلي وطالبني بعدم ضمه للقائمة وتمهتت أسبابه. عندما تحدثنا كان محبطا بشكل كبير". واختتم "منحته وضع ساعات للتفكير في الأمر لكن لم يتغير شيء. كان على أوسيمين إجراء تقييمات دقيقة لإصابته وفي النهاية قررنا استبعاده وتركه لفريقه".

وكالات

"فيفيرو" تدعم اللاعبين الأفارقة وتحذر الأندية قبل "الكان"

دافعت النقابة الدولية للاعبين كرة القدم المحترفين "فيفيرو" عن حقوق اللاعبين الأفارقة، بعد المشاكل والضغوطات التي سبقت موعد كأس أمم أفريقيا، لإصرار أندية على تأجيل المنافسة لموعد آخر، يبقى من الصعب تحديده، مع اقتراب كأس العالم 2022 أيضا. وطالبت "فيفيرو"، في بيان رسمي عبر فرعها في قارة أفريقيا، اليوم السبت، الجميع باحترام كرة القدم في أفريقيا، وتسهيل مهمة اللاعبين الدوليين في الالتحاق بمنتخبات بلدانهم، قبل الانطلاق في معترك المباريات التي ستجري بالكاميرون خلال الفترة من 9 جانفي الحالي، حتى 6 فيفري المقبل. وجاء في نص البيان: "نشعر بالأسف لاطلاعنا على بعض التصريحات عن كأس أفريقيا، وهو انعكاس لعدم الاحترام للعبة بهذه القارة، ونعلم مدى الضغوطات التي يعانيها اللاعبون، ويرفضون الكشف عنها خوفا من عقوبات أندية". واعدت الهيئة الدولية مجموعة مطالب هي حقوق للاعبين الأفارقة، من بينها تسهيل سفرهم وتشجيعهم على المشاركة مع بلدانهم، كذلك الأخذ بعين الاعتبار أن المشاركة في كأس أفريقيا هي فخر لهؤلاء النجوم، ومن غير المعقول منعهم من ذلك. وذكرت "فيفيرو" بأن الاتحاد الدولي لكرة القدم قد منح الحقوق للاعبين من أجل تلبية دعوات منتخباتهم في فترة التوقف الدولي وقبل المنافسة، معتبرة أن "معاملتهم بالسوء لا معنى لها، لأنه لا علاقة لهم بتنظيم "الكان" بهذه الفترة، ولا يحق لومهم على شيء لم يفعلوه". وأي تجاوز يتعرض له اللاعب الأفريقي ويكون بدليل ملموس، سيرض ناديه لعقوبات قاسية من "فيفيرو"، أمر تأمل الأندية في تفاديه، مع الأزمات المالية التي يعانيها وفرضها تفشي فيروس كورونا.

وكالات

نيجيريا تبدأ معسكر الكان بحضور 9 نجوم فقط



استهل منتخب نيجيريا معسكره التدريبي، استعدادا لخوض منافسات بطولة كأس الأمم الأفريقية المقررة بالكاميرون، بحضور 9 نجوم فقط من قائمته النهائية. وكشفت صحيفة (توداي) النيجيرية عن انطلاق معسكر التسور اليوم السبت، تمهيدا للسفر للكاميرون لخوض البطولة، التي تنطلق هناك يوم 9 جانفي الجاري وحتى 6 فيفري المقبل. وأشارت الصحيفة، إلى أنه اعتبارا من اليوم الإثنين، سيرتفع عدد اللاعبين المنضمين للمعسكر قبل السفر للكاميرون. وبدأ المعسكر بحضور 9 لاعبين، هم: هنري أونيكورو مهاجم أولمبياكوس اليوناني وبيتر أولانكا لاعب سلافيا براغ التشيكي وتشيدوزي أوازييم لاعب الانيا سبور التركي وتشيدرا إيجوك لاعب لاعب سسكا موسكو الروسي". وانضم أيضا كل من "دانيل أكبي حارس كايزر تشيفز الجنوب أفريقي وصادق عمر لاعب ألميريا الإسباني وأوليسا نداه لاعب أورلاندو بايرتس الجنوب أفريقي وتايو أونبي لاعب يونيون برلين الألماني وجون نويل لاعب إنييما النيجيري".

وكالات

السنگال تطلب مواجهة السودان وديا قبل أمم إفريقيا

تجددت الطلبات على منتخب السودان، من قبل المنتخبات المشاركة بكأس الأمم الأفريقية، المقرر انطلاقها بعد عدة أيام، للاستفادة من وجوده المبكر في الكاميرون "البلد المضيف". وكشف محسن سيد، المدرب العام لمنتخب السودان، في تصريحات خاصة لكوورة، أن المنتخب السنغالي تقدم لإدارة البعثة والجهاز الفني بطلب، من أجل خوض مباراة ودية، مؤكدا أن المدير الفني برهان تية وضع الطلب قيد الدراسة. وكان منتخب "صقور الجديان" قد خاض الخميس الماضي خلال معسكره بالعاصمة الكاميرونية ياوندي، ودية أمام نظيره الإثيوبي وخسرهما بنتيجة (2-3). وخض منتخب السودان أمس الأحد مباراته الودية الثالثة، وأكد سيد أن الجهاز الفني للصقور، استقر على خوض 3 مباريات فقط، قبل انطلاق النهائيات، ولديه طلب سابق من المنتخب الكاميرون. وأضاف محسن "الحالة البدنية في تحسن مستمر، أما الجوانب الفنية والتكتيكية ما تزال تحتاج لعمل مكثف، وسنحاول تحقيق الاستفادة القصوى من المباريات الودية لتحسينها".

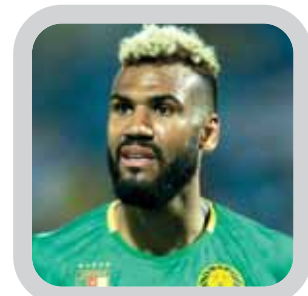
وكالات

كورونا يضفي غموضا على مشاركة غامبيا في أمم أفريقيا

يبدو أن فيروس كورونا سيؤيد أزمات بطولة كأس الأمم الأفريقية التي تستضيفها الكاميرون بين 9 جانفي الجاري و6 فيفري المقبل. وتعرض منتخب غامبيا المشاركة في البطولة القارية لاجتياح فيروس كورونا (كوفيد-19) قبل أيام من انطلاق البطولة. وكشف الاتحاد الغامبي لكرة القدم في بيان رسمي اليوم السبت عن إصابة 16 لاعبا بفيروس كورونا بجانب 5 مسؤولين خلال معسكر المنتخب في قطر. وألقى منتخب غامبيا مباراتين وديتين ضد الجزائر وسوريا في بيان سابق بسبب الإصابات بفيروس كورونا. وخاض باقي لاعبي غامبيا تدريباتهم بشكل طبيعي بينما تم عزل اللاعبين المصابين. وتشارك غامبيا في المجموعة السادسة بكأس الأمم الأفريقية حيث تتنافس مع منتخبات تونس ومالي وموريتانيا. ويغلف الغموض موقف المنتخب الغامبي من المشاركة في البطولة القارية، في ظل حاجة اللاعبين المصابين للعلاج فيما لا يقل عن أسبوعين. ووفقا لجدول كأس الأمم الأفريقية يستهل المنتخب الغامبي مبارياته في البطولة يوم 12 من الشهر الجاري، ضد موريتانيا.

وكالات

الاتحاد الكاميروني يعلم جاهزية المهاجم تشوبو موتينغ لأمم أفريقيا



تلقى المنتخب الكاميروني أخبارا سعيدة بشأن إصابة نجمه إريك ماكسيم تشوبو موتينغ مهاجم فريق بايرن ميونخ الألماني، قبل أيام قليلة من انطلاق بطولة كأس أمم أفريقيا التي ستقام في الفترة من 9 جانفي المقبل وحتى السادس من فيفري بمشاركة 24 منتخبا. وأعلن الاتحاد الكاميروني لكرة القدم اليوم، السبت، أن تشوبو موتينغ لا يعاني من أي إصابة عضلية بعد الفحوصات التي خضع لها اللاعب يوم الجمعة المنقضي. وكان مهاجم منتخب الأسود قد تعرض للإصابة في الركبة تسبب في حالة من الخوف الشديد حول مدى قدرته على المشاركة في منافسات بطولة كأس أمم أفريقيا. ويلعب منتخب الكاميرون في كأس الأمم الأفريقية ضمن منافسات المجموعة الأولى بجانب منتخبات بوركينا فاسو، إثيوبيا وكاب فيردي.

وكالات

تسيودالي يلحق بعثة المغرب قبل رحلة الكاميرون



وصل طارق تسيودالي، لاعب نادي جينت البلجيكي، إلى المغرب للانضمام إلى معسكر أسود الأطلس، داخل مجمع محمد السادس، حيث يجري المنتخب المغربي تحضيراته قبل السفرية أمس الأحد إلى الكاميرون لخوض نهائيات كأس الأمم الأفريقية 2022. وتستضيف الكاميرون، منافسات كأس الأمم الأفريقية خلال الفترة من 9 جانفي الجاري وتستمر حتى 6 فيفري المقبل. وأصبح تسيودالي آخر المنضمين لمعسكر المغرب، حيث وصل اليوم عبر طائرة خاصة، قبل أن يخضع لمسحة طبية من أجل الكشف عن وباء كورونا. وكان الثنائي فيصل فجر، لاعب سيفاس سبور التركي وسفيان راحيمي لاعب العين الإماراتي، قد انضما للتدريبات الجماعية اليوم، بعد ثبوت سلبية المسحة الطبي التي خضعوا لها فور وصولهما. ويلتحق 8 لاعبين آخرين، وتحديدًا المحترفين بالدوري الإنجليزي والليغا، رفقة بدر بانون لاعب الأهلي المصري، ببعثة المغرب مباشرة في الكاميرون بعد نهاية التزاماتهم.

وكالات

أساطير عربية خطف الأضواء في أمم أفريقيا

شهدت بطولة كأس الأمم الأفريقية تألق العديد من النجوم العرب على مدار تاريخها، إذ نجحوا في خطف الأضواء والمساهمة في تتويج منتخباتهم بالألقاب، فدخلوا سجلات البطولة القارية من الباب الكبير. وتنطلق كأس الأمم الأفريقية في الكاميرون بين 9 جانفي الجاري، و6 فيفري المقبل، بمشاركة 6 منتخبات عربية سترفع بعضها التحدي للذهاب بعيدا صوب المجد القاري، بينما يسعى آخرون لتحقيق أفضل النتائج الممكنة.

حسام حسن (مصر)

نجح حسام حسن في قيادة منتخب مصر للتتويج بلقب أمم أفريقيا للمرة الرابعة في تاريخ الفراعنة خلال النسخة التي أقيمت في بوركينا فاسو عام 1998، إذ أحرز 7 أهداف توج بها بلقب الهدف بالتساوي مع الجنوب أفريقي مكارشي. وإجمالا أسهم حسام حسن في فوز مصر بـ 3 ألقاب من أصل 7 حصدها الفراعنة في مشاركاتهم بالبطولة القارية. وشارك حسن في نسخة 1986 في القاهرة، ثم اختتم مسيرته الحافلة بالمشاركة في نسخة 2006 بالقاهرة أيضا حيث توجت كتيبة حسن شحاته حينها باللقب للمرة الخامسة. وسجل حسام حسن هدفا في ربع نهائي نسخة 2006 فأصبح أكبر لاعب يحرز هدفا خلال البطولة على مدار تاريخها، بعمر 39 عاما و5 أشهر و24 يوما، كما يعد اللاعب الوحيد

الذي حقق بطولتين في أمم أفريقيا بفارق زمني 20 عاما.

جمال مناد (الجزائر)

يعتبر جمال مناد من أبرز نجوم المنتخب الجزائري عبر تاريخه بجانب تألقه خلال بطولات أمم أفريقيا بعدما أسهم في تتويج محاربي الصحراء بأول ألقابهم القارية في نسخة 1990 التي استضافها الأخضر. كما أحرز مناد 4 أهداف خلال نسخة 1990، وكان ضمن الجيل الذهبي الذي شارك في كأس العالم بالمكسيك 1986. وخلال بطولة أمم أفريقيا بالجزائر 1990 نجح مناد في خطف الأضواء من جميع نجوم المنتخب الجزائري على رأسهم رابح ماجر ولخضر بلومي بعدما تألق وتصدر قائمة الهادفين.

حاتم الطرابلسي (تونس)

أسهم المدافع التونسي حاتم الطرابلسي في تتويج نسور قرطاج بلقبهم الأفريقي الوحيد بعد الفوز بالبطولة عام 2004 على حساب منتخب المغرب في المباراة النهائية. ويعتبر الطرابلسي من أبرز لاعبي تونس على صعيد التجارب الأوروبية، خاصة فترته في أياكس أمستردام الهولندي، ثم في مانستر سيتي الإنجليزي.

أحمد فراس (المغرب)

يعد أحمد فراس من أهم اللاعبين في تاريخ الكرة المغربية وأسطورة ذهبية نادرة، بالنظر لمستواه المميز الذي قدمه مع أسود الأطلس. وتوج فراس بتميزه بقميص الأسود من خلال المساهمة في تتويج المغرب باللقب القاري الوحيد في تاريخه، حيث كان أحد نجوم نسخة كأس الأمم الأفريقية 1976 التي نال لقبها المغرب. ويعد فراس الهدف التاريخي للمغرب في كأس أمم أفريقيا برصيد 6 أهداف.

وكالات

خطوة أخيرة تفصل مبابي عن ريال مدريد



يعلق كيليان مبابي، مهاجم باريس سان جيرمان، قراره النهائي بشأن تجديد التعاقد مع ناديه الفرنسي أو الرحيل الصيف المقبل. ونشرت شبكة RMC الفرنسية تقريراً عن مبابي، تشير فيه إلى أنه يحق له اعتباراً من 1 جانفي 2022 التفاوض والاتفاق مع النادي الذي يختاره سواء بي إس جي أو فريق آخر. وأشارت إلى أن ريال مدريد يعد الجهة الوحيدة التي ربما ينتقل إليها «كيليان» إذا قرر عدم تجديد عقده مع سان جيرمان، وحينها سيفوز النادي الإسباني بصفقة ثمينة دون مقابل مادي. وأضافت: «رئيس النادي الملكي فلورنتينو بيريز من المنتظر أن يبدأ جولة جديدة من المفاوضات مع مبابي، لإتمام الصفقة التي تعثرت في الصيف الماضي، بسبب رفض إدارة باريس بيعه».

واستدركت الشبكة الفرنسية في تقريرها: «لكن ليست كل الأبواب مفتوحة أمام متصدر الليغا، حيث يجب على مسؤولي الريال أولاً إبلاغ باريس سان جيرمان كتابة بالتفاوض مع اللاعب وفقاً لنص المادة 18 بند 1 من لوائح انتقالات اللاعبين». وأوضحت: «هذا البند لا يجعل الموقف مثالياً أمام ريال مدريد، خاصة أن الفريقين سوف يلتقيان يومي 15 فيفري و9 مارس المقبل في دوري أبطال أوروبا». ولفتت إلى أن موقف النادي الباريسي واضح، حيث أكد مسؤولوه مراراً وتكراراً أنهم يرغبون في تجديد عقد اللاعب، والمفاوضات مستمرة مع كيليان في هذا الإطار منذ أكتوبر الماضي، ولم تتوقف، وعرضت عليه الإدارة أعلى راتب في صفوف الفريق. ونوهت أيضاً إلى أن «المال» لن يحسم قرار مبابي، وفقاً لتأكيدات اللاعب نفسه، بل يعلق قراره الأخير على «الاستماع لرغبته ومشاعره»، مثلما فعل الصيف الماضي، فإذا شعر اللاعب أن مغامرته في باريس قد انتهت، فلن يجدد تعاقد، وسينتقل إلى ريال مدريد.

تشافي الليغا مغشوشة وأشبه بمسرحية مجنونة

وصف تشافي هيرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، قرار عدم تأجيل مباراة فريقه أمام ريال مايوركا، في ظل لعنة كورونا التي ضربت الفريق الكتالوني، بـ«المسرحية المجنونة». وقال تشافي في المؤتمر الصحفي الذي يسبق المباراة: «نحن في وضع حرج للغاية، لدينا 17 أو 18 لاعبا غائبا، من بينهم 10 إصابات بكورونا». وأضاف: «العدد بالتحديد يعتمد على أومتيتي، الذي جاءت نتيجته سلبية اليوم، لكنه لم يتدرب لمدة أسبوع. هذا هو الوقت لتأجيل المباراة، ما دون ذلك، يجعل المنافسة مغشوشة، إنها مسرحية مجنونة». وتابع مدرب برشلونة: «التأجيل لا يخدم مصالح فريقنا فقط، فالمنافس أيضاً يتأثر باللعب في ظل هذه الظروف». وأكد: «مايوركا طلب التأجيل أيضاً، فقد تم تعليق مباريات أمريكا الجنوبية، يجب أن نلجأ إلى الفطرة السليمة، إنها ليست شكوى، إنها حقيقة». وأردف تشافي: «سنلعب إذا أجبرتنا رابطة الليغا على ذلك، نتدرب جيداً، لكن الوضع فوضوي، مهما كان الأمر فسوف نخرج للتنافس ومحاولة الفوز». وعن رأيه في صفقة فيران توريس، قال: «إنه توقيع مذهل،

صفقة توريس

اللاعب لديه طموح كبير، وأنا واثق من أنه سيعطينا الكثير». وأضاف: «تدرب تحت قيادة مدربين رائعين، ويمكنه اللعب في المراكز الثلاثة الهجومية». وأكد تشافي: «شخصيته رائعة، لديه التزام هائل، وهذا يظهر في عينيه، أتمنى أن نراه قريباً»، في إشارة إلى المرحلة الأخيرة من شفائه من كسر في قدمه اليمنى تعرض له في أكتوبر الماضي. وشدد تشافي: «يمكنه التكيف في أي من المراكز الهجومية، إنه نعمة لأي مدرب، وسوف يساعدنا كثيراً». وزاد: «سنرى كيف يمكن الهبوط بعد الرواتب، لأن الأزمة لا زالت قائمة، ويجب بيع بعض اللاعبين».

صفقة موراتا

وعن فرص التعاقد مع ألفارو موراتا، قال: «دعونا نتحدث عن اللاعبين الذين لدينا، أنتظر من فيران توريس وألفيس تيسين فريقنا، فهم جيّدون جداً لأسلوب لعبنا، والباقي فرضيات، ولا يهمني الحديث عنها حالياً». وبسؤاله عن مستقبل الثاني لوك دي بونج ويوسف ديمير، قال تشافي: «لديهم عقد، هم في الفريق ويمكن أن يكونوا جزءاً منه في أي وقت، يتعين علينا النزول بعد الرواتب، لكن كلاهما يمثل جزءاً من الفريق اليوم».

سيمبوني

يكشف موقفه من رحيل نجم أتلتيكو

تحدث الأرجنتيني دييجو سيمبوني، المدير الفني لأتلتيكو مدريد، عن الأنباء المتداولة بشأن عودة الظهير الأيمن كيران تريبيير للدوري الإنجليزي مجدداً، وتحديدًا لصوف نيوكاسل يونايتد. وقال سيمبوني خلال المؤتمر الصحفي عشية مواجهة رايو فايكانو ضمن الجولة 19: «ليجاً على ملعب (واندا ميتروبوليتانو): «الحديث دائماً عن رحيل بعض اللاعبين المهمين والكبار داخل صفوف الفريق. الأمور يعود فيما بعد لقرار اللاعب، ونحن نبحث عن الحلول في ضوء ما تقول إليه الأمور». وتابع: «أنتم (الصحفيون) تعلمون جيداً أننا كمديرين لا يمكننا فعل الكثير، بعد قرار اللاعب، ببساطة ندعوهم للحديث حول أهميتهم بالنسبة لنا، والأمر نفسه ينطبق على تريبيير. كما اعتدنا دائماً، سنبحث عن الحلول في ضوء ما ستنتهي إليه الأمور». وأشارت العديد من التقارير الإنجليزية إلى أن تريبيير، الذي ينتهي عقده مع «الروخيبلا نكوس» في 30 جوان 2023، يعد هدفاً لنيوكاسل يونايتد للحصول على خدماته في الميركاتو الشتوي. ويعد تريبيير أحد الأعمدة الأساسية في تشكيل «الريال» حيث أنه منذ انضمامه للفريق المدردي في صيف 2017 قادماً من توتنهام هوتسبير الإنجليزي، خاض اللاعب الدولي 85 مباراة رسمية في جميع المسابقات وشارك اللاعب الإنجليزي صاحب الـ 31 عاماً، في إعادة لقب الليغا لأتلتي في الموسم الماضي (2020-2021)، والذي كان غائباً منذ 2014.

برشلونة يسعى لمنافسة ريال مدريد على ضم بديل ألبا



يسعى نادي برشلونة الإسباني لتعزيز مركز الظهير الأيسر في صفوفه وضم بديلاً للاعبه جوردي ألبا، منافساً لريال مدريد وفقاً لتقارير صحفية. وبدأ السبت موسم الانتقالات الشتوي مع بداية شهر جانفي، وتداول الصحف العديد من الأنباء المتعلقة بالصفقات. بحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية نقلاً عن تقارير صحفية، يسعى برشلونة لضم خوسيه لويس جايا من فالنسيا، شارك البالغ 26 عاماً، في 275 مباراة وساهم في 8 أهداف و33 تمريرة حاسمة منذ ظهوره المفهوم أنه يماثل بشأن صفقة جديدة للبقاء في ميستايا، مع استعداد تشافي لضمه لبرشلونة. سجل اللاعب الدولي الإسباني هدفين وصنع ثلاثة أهداف في 13 مباراة حتى الآن هذا الموسم، وتم تحديده من قبل رؤساء كامب نو كخيار مثالي لمنافسة ألبا وليكون بديلاً له فيما بعد. قد يضطر فالنسيا إلى الاستفادة من قائد هذه الصفقة، بالنظر إلى أنه لم يتبق سوى 18 شهراً على عقده الحالي، مع توقف المحادثات بشأن عقد جديد. ووفقاً للتقرير، ينتظر فالنسيا عرضاً بقيمة 50 مليون يورو (42 مليون جنيه إسترليني)، لذلك سيتعين على برشلونة دفع المبلغ المذكور لضم جايا. ويتطلع تشافي لإحسم الصفقة بسعر أقل من المطلوب لتجنب الاضطرار إلى دفع 100 مليون يورو (84 مليون جنيه إسترليني) الشرط الجزائي في عقد جايا. يسعى الفريق الكتالوني للتعاقد مع الظهير الأيسر المتمرس نظراً لأن لديهم فقط الشاب أليخاندرو بالدي، 18 عاماً، الذي يلعب دوراً احتياطياً لألبا. جونيور فيرو انضم أيضاً إلى ليدز يونايتد الصفقة المضي، مما جعلهم يفتقرون إلى اللاعبين على الجانب الأيسر. سيتعين على تشافي التصرف بسرعة إذا أراد ضم جايا، حيث يحرس ريال مدريد أيضاً على ضم الظهير حيث يسعون لاستبدال مارسيلو. استهدف برشلونة سابقاً ظهير بنفكا الحالي أليخاندرو جريمالدو كبدل، لكن من المفهوم أن جايا هو

حقيقة رحيل ديباي عن برشلونة

كشف تقرير صحفي إسباني، عن حقيقة رحيل الهولندي مفييس ديباي، مهاجم برشلونة، عن «كامب نو»، خلال الميركاتو الشتوي الجاري. وزعمت تقارير في الأيام الأخيرة أن ديباي سيكون ضمن صفقة تبادل بين برشلونة وجوفنتوس، من أجل انتقال ألفارو موراتا إلى البارسا. وردت مصادر من برشلونة بأن هذه الأنباء غير صحيحة، واللاعب مستمر مع الفريق الكتالوني. ووفقاً لصحيفة «أس» الإسبانية، فإن ديباي لن يكون بالفعل ضمن صفقة موراتا، لكن برشلونة لن يتمسك باستمراره مع الفريق. وأشارت إلى أن كل تحركات برشلونة للتعاقد مع فيران توريس وموراتا تكشف عن عدم قناعة المدرب تشافي هيرنانديز بقدرات ديباي في مركز المهاجم الوهمي. وأوضحت الصحيفة الإسبانية أن ديباي يجيد أيضاً اللعب في مركز الجناح الأيسر، لكن تشافي يفضل عليه أنسو فاتي في هذا الدور. وذكرت أن برشلونة سيمتد ديباي فرصة أخيرة لإثبات قدراته حتى نهاية الموسم، لكن سيناريو بيعه في الصيف المقبل غير مستبعد تماماً.

عرض برازيلي للاعب برشلونة

أفاد تقرير صحفي برازيلي، بوجود اهتمام من جانب نادي فلامنغو البرازيلي، لضم أحد لاعبي برشلونة خلال الانتقالات الصيفية بنهاية الموسم الجاري. وبحسب صحيفة «موندو ديبورتيفو» الإسبانية، فإن فلامنغو يستهدف التعاقد مع حارس مرمى برشلونة نيتو مورارا، ويعدده الخيار الأول لدعم عربنه، لكن تفاصيل الصفقة لم يتم الانتهاء منها حتى الآن. ويلأزم نيتو (32 عاماً) مقاعد البدلاء في برشلونة، في ظل اعتماد الفريق الكتالوني على الألماني مارك أندريه تير شتيغن بشكل أساسي. وخاض نيتو مباراتين فقط مع برشلونة خلال الموسم الجاري، بعد إصابته تير شتيغن وغيباه عن أول جولتين في الليغا. وأضافت الصحيفة أن الحارس البرازيلي طلب بالفعل مغادرة كامب نو في جانفي الماضي، بعدما تلقى عرضاً من أرسنال، لكنه قوبل بالرفض من النادي الكتالوني الذي تمسك ببيعته في حين عرض النادي اللندني استعارته. وانضم نيتو إلى برشلونة في صيف 2019، قادماً من نادي فالنسيا، مقابل انتقال الهولندي غاسبر سيليسين إلى ملعب ميستايا.

فالنسيا يفعل بند شراء مامارداشفيلي

سيوقع الحارس الجورجي، جيورجي مامارداشفيلي، عقداً مع فالنسيا حتى 2024، مع خيار التمديد لموسم إضافي، بعدما فعل النادي الإسباني بند شراء اللاعب، حسبما أعلن «الخفافيش». وكان مامارداشفيلي قد وصل فالنسيا الصيف الماضي، معاراً من دينامو تبليسي الجورجي، مع خيار شراء يمكن تفعيله مع تخفيض قبل الأول من جانفي، كما حدث، أو في نهاية الموسم. ولعب الحارس الجورجي، صاحب الـ 21 عاماً والبالغ طوله 199 سنتيمتراً، في بداية الموسم، نظراً لأن الإصابات والغيابات التي تعرض لها الفريق الإسباني في مركزه، خلال فترة الاستعداد للموسم الجديد، جعلته يشارك أساسياً في انطلاق الليغا، ويخوض ست مباريات.

هالاند يكشف عن وجهته المقبلة

يبدو أن النرويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند، قد حسم وجهته المقبلة. ويحظى صاحب الـ21 عاما باهتمام عدة أندية أوروبية كبرى، مثل ريال مدريد، برشلونة، مانشستر سيتي، مانشستر يونايتد، باريس سان جيرمان. وكشفت صحيفة «أس» الإسبانية عن كلمات هالاند العظيمة التي قضاها مؤخرا بمدينة ماربيل الإسبانية. وقال سألته عن مستقبله: «سألعب هنا في بعقد مع النادي الألماني حتى صيف 2024، جزائيا يسمح له بالرحيل مقابل 75 الريال والبارسا في الحظر بتوقيع مستقبل، رغم الصراع العجوز.

يبدو أن النرويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند، قد حسم وجهته المقبلة. ويحظى صاحب الـ21 عاما باهتمام عدة أندية أوروبية كبرى، مثل ريال مدريد، برشلونة، مانشستر سيتي، مانشستر يونايتد، باريس سان جيرمان. وكشفت صحيفة «أس» الإسبانية عن كلمات هالاند العظيمة التي قضاها مؤخرا بمدينة ماربيل الإسبانية. وقال سألته عن مستقبله: «سألعب هنا في بعقد مع النادي الألماني حتى صيف 2024، جزائيا يسمح له بالرحيل مقابل 75 الريال والبارسا في الحظر بتوقيع مستقبل، رغم الصراع العجوز.

جوريتسكا؛

هناك ما هو أهم

من المال في كرة القدم

أعرب ثيون جوريتسكا، لاعب بايرن ميونخ، عن اعتقاده بأن المال لا يمثل المعيار الطاعني على كل شيء، في مفاوضات تمديد العقد مع أي ناد. وفي تصريحات لـ«جريدة» النادي «51»، قال الألماني الدولي: «بالتأكيد هناك أمور أكثر أهمية من المال. وعندما يقول أناس إن ما يهمهم في تجديد العقود هو الضغط لإخراج اليورو الأخير، فإنهم في الغالب يقدمون الصورة الخاطئة». يذكر أن جوريتسكا (26 عاما) جدد عقده عالي القيمة مع بايرن، خلال هذا الموسم، لمدة أربعة أعوام، لينتهي في 30 جوان 2026. وأكد أن المال، بالنسبة له شخصيا على الأقل، «ليس السبب الرئيسي للتمديد، فالتوافق مع النادي والفريق، على سبيل المثال، له قيمة كبيرة بالنسبة لي». وواصل «قد احتفلنا بهذه النجاحات في العامين الأخيرين، لأن شيئا ما نشأ هنا.. فالعجب بهذا المستوى من أجل الحصول على لقب، والقيام بذلك مع أصدقائك، وليس مع زملائك في الفريق فقط، هذا شيء لا يمكن أن تدفع ثمنه بأي مال في العالم». وأضاف أن نهائيات كأس العالم 2022 تمثل «التحدي الأكبر» بالنسبة لكبار اللاعبين.

وتابع «لقد تغيرت الرياضة وكلم المباريات على نحو هائل، خلال الأعوام الـ10 أو الـ15 الماضية، ووصلنا إلى أقصى حد للتحمل، إن لم تكن تجاوزناه.. ويكفي فقط النظر إلى إحصائيات الإصابات، فهذا شيء لم يحدث من قبيل المصادفة». ويرى جوريتسكا أن لاعبين مثل زيمبله، توماس مولر وروبرت ليفاندوفسكي، اللذين تمكنوا من تحمل عبء هذا العمل على مدار مثل هذه الفترة الزمنية الطويلة، والبقاء دون إصابات إلى حد ما، هم في نظري استثناءات مطلقة..

بايرن يعلن

إصابة 4 نجوم

بـ كورونا



كشف بايرن ميونخ، أول أمس، أن حارس مرمرى الفريق وقائده مانويل نوير من بين 4 لاعبين ثبتت إصابتهم بفيروس كورونا. كما أعلن أن الفريق أرجأ موعد عودته للتدريبات لإتاحة الوقت لإجراء الاختبارات الخاصة بفيروس كورونا. وذكر بايرن في بيان: «في الأساس كان من المقرر أن تبدأ تدريبات الفريق 2 جانفي، ولكن بعد تعديل مفهوم الاختبار والنظافة وموقف الجائحة الحالي، يجب على كل اللاعبين والمدربين والعاملين بالفريق أن يجروا اختبار (بي.سي.آر) يوم 3 من الشهر الجاري». وأكد بايرن أن 4 لاعبين سيغيبون عن بداية التدريبات عقب ثبوت إصابتهم بفيروس كورونا. وثبتت إصابة نوير بعد أن قضى فترة العطلة الشتوية في المالديف، ونفس الأمر حدث مع كينفسلي كومان (دبي)، وكورتين توليسو (فرنسا)، وعمر ريتشاردز. وذكر بايرن أن اللاعبين الأربعة بحالة جيدة، ونفس الأمر بالنسبة للمدرب المساعد دينو تومولر الذي أصيب بفيروس كورونا. ويتصدر بايرن ميونخ جدول ترتيب الدوري الألماني (بوندسليغا) بفارق 9 نقاط عن أقرب ملاحقيه، ويستأنف مباريات بالدوري يوم الجمعة المقبل بمواجهة بوروسيا مونشنغلادباخ. يذكر أن العديد من لاعبي بايرن، بالإضافة إلى جولييان ناغلسمان ثبتت إصابتهم بفيروس كورونا العام الماضي.

ثنائي بايرن وهالاند على رأس

الراجلين المحتملين عن البوندسليغا

بدأت فترة الانتقالات الشتوية في الدوري الألماني، السبت 2022، وسط مجموعة من الشائعات والتكهنات حول مصائر عدد من اللاعبين. وستستج الفرصة لأندية البوندسليغا لإبرام الصفقات، حتى السادسة مساءً بتوقيت ألمانيا يوم 31 جانفي. وفي الساعات الأولى للميركاتو الشتوي، يستعرض «كوكورة» أبرز اللاعبين المحتملين رحيلهم عن أندية البوندسليغا، في غضون الأيام المقبلة:

ثنائي بايرن ميونخ

يأتي لاعب الوسط الفرنسي، مايكل كويسانسكي، على رأس قائمة الراجلين المحتملين عن النادي البافاري، في ظل عدم مشاركته بانتظام مع الفريق. وأفادت تقارير صحفية بوصول صاحب الـ22 عاما إلى إيطاليا، خلال الساعات الماضية، لخضوع للفحوصات الطبية بنادي فينيزيا، الذي أبدى رغبته في الحصول على خدماته مقابل 10 ملايين يورو. كما يتواجد المدافع الألماني نيكلاس زوله في هذه القائمة، في ظل امتناعه من عدم مشاركته أساسيا باستمرار، نظرا لتفضيل مديره يولييان ناغلسمان الثنائي دايت أوباميكانو ولوكاس هيرنانديز. وتشير التقارير إلى رغبة نيوكاسل يونايتد الإنجليزي، في تعزيز خط دفاعه بالدولي الألماني، الذي قد يتخلل بايرن عنه في الشتاء، بدلا من خسارته مجانا بنهاية عقده الصيف القادم.

ثنائي دورتموند

تحيط الكثير من الشائعات بمستقبل النرويجي إيرلينغ هالاند، الذي أصبح مؤهلا للرحيل مقابل 75 مليون يورو مع بداية عام 2022، حسبما ينص عقده مع دورتموند، وفقا لتقارير صحفية. ورغم أن احتمالية رحيل هالاند في منتصف الموسم تبدو بعيدة، إلا أن اللاعب أثار الجدل مؤخرا، بقوله عبر حسابه على إنستغرام «ستكون الـ6 أشهر القادمة هي الأفضل لي على الإطلاق». وربط البعض بين هذه الكلمات والشائعات المحيطة بالدولي النرويجي، الذي يحظى باهتمام بالغ من عدة أندية أوروبية كبرى، على رأسها ريال مدريد، وبرشلونة، ومانشستر سيتي، ومانشستر يونايتد. وتحدثت بعض التقارير أيضا عن إمكانية مغادرة لاعب الوسط البلجيكي، أكسيل فيتسل، خلال الميركاتو الشتوي، في ظل صعوبة مشاركته بانتظام تحت قيادة مديره ماركو روزه، الذي يفضل عليه الثنائي جودي بيلينجهام ومحمود داود.

ثنائي مونشنغلادباخ

أعلن بوروسيا مونشنغلادباخ، الأسبوع الماضي، عن عدم رغبة الثنائي ماتياس جينتر وديتيس زكريا في تجديد عقديهما، وهو ما يعني رحيلهما مجانا بنهاية الموسم الحالي. وقد يخطر مونشنغلادباخ للتخلي عن اللاعبين في الميركاتو الشتوي، للاستفادة من بيعهما، بدلا من مغادرتهم بلا مقابل في صيف 2022. ولا يعد هذا الاحتمال بعيدا عن الواقع، حيث يأمل دورتموند في ضم زكريا، بينما يحظى جينتر باهتمام برشلونة.



دورتموند يزاحم تشيلسي وأتلتيكو مدريد على جوهرة فرنسية

رصد نادي بوروسيا دورتموند الألماني موهبة جديدة في الملاعب الفرنسية، في ظل سعيه الدائم لجلب اللاعبين الشباب بتكاليف زهيدة للعب سيجنال إيدونا بارك. ووفقا لصحيفة «ليكيب» الفرنسية، فإن دورتموند أبدى اهتمامه بالمهاجم الشاب محمد علي شو، لاعب أنجييه، الذي يبلغ من العمر 17 عاما فقط. ويحظى المهاجم الواعد بفرصة اللعب مع الفريق الأول لأنجييه، حيث ظهر في الدوري الفرنسي هذا الموسم في 18 مباراة، سجل خلالها هدفين. وأفادت الصحيفة بأن مسؤولي دورتموند تواصلوا بالفعل مع شو، أملا في إقناعه بارتداء قميص أسود الفريستيفال مستقبلا. في الوقت ذاته، أظهر ناديا تشيلسي وأتلتيكو مدريد اهتمامهما بمهاجم أنجييه أيضا، الذي يرتبط بعقد مع ناديه حتى صيف 2023، بحسب الصحيفة.

جوريتسكا

يكشف سر انسجامه

مع كيميتش

كشف الألماني ثيون جوريتسكا، لاعب وسط بايرن ميونخ، أول أمس، سر الانسجام الواضح بينه ومواطنه جوشوا كيميتش، منذ انضمامه إلى الفريق البافاري. وأبرز موقع «سبورت 1» تصريحات الدولي الألماني، الذي قال: «يمكنني القول صراحة، إن التفاهم بيننا قائم دون أن ننظر إلى بعضنا، وهذا ما كنا عليه عندما لعبنا لأول مرة في منتخب ألمانيا تحت 21 عاما، حيث أننا نفكر بذات الطريقة.. وأكد لاعب شالكة السابق، أن علاقته مع كيميتش مبنية على الصراحة المطلقة دون الإساءة لبعضهما، وهذا ما يميز الصداقة، على حد قوله. ويلعب جوريتسكا بجوار كيميتش في النادي والمنتخب، منذ انضمامه إلى بايرن ميونخ عام 2018، قادما من شالكة في صفقة انتقال حر. وفي ختام تصريحاته، أعرب صاحب الـ26 عاما عن سعادته باستمرار بايرن في أفضل حقبة ناجحة على مدار تاريخه، رغم استيائه من إضاعة لقب كأس ألمانيا مبكرا.

غوارديولا؛ لم نضرب بالبريمير ليغ حتى الآن

علق بيب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، على موقف لاعبه جواو كانسيلو، وتقدم فريقه في سابق المنافسة على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال غوارديولا، في تصريحات لقناة «بي تي سبورت» قبل مباراة أرسنال، أول أمس، ضمن الجولة 21 من البريمير ليغ: «هل تحدثت مع كانسيلو قبل المباراة؟ نعم.. بالطبع تحدثنا معه، لقد كانت لحظة صعبة للغاية بالنسبة له، كما أن عائلته كلها كانت هناك». وكان اللاعب البرتغالي قد تعرض لسطو على منزله مؤخرا، كما أصيب في وجهه عند مقاومة اللصوص. وأضاف المدرب الإسباني: «كان الأمر مخيفًا حقًا، ولسوء الحظ حدث ذلك له، لكنه في حالة جيدة ومستعد للعب». وتابع: «السباق على اللقب؟ أعلم أن وسائل الإعلام يجب أن تتحدث، والنقاد أيضًا، لكنني لا أعرف ما الذي سيحدث.. لم ينته السباق على اللقب حتى الآن». وختم: «إذا كنت تريد أن تمنحني اللقب، ومن ثم نذهب إلى العطلة، سيكون هذا رائعًا! لكننا نخوض مباراة تلو الأخرى، ونستري ما سيحدث».

ساكا يحيى ذكريات أنيلكا في البريمير ليغ

أنهى أرسنال الشوط الأول من مباراته أمام مانشستر سيتي، متقدمًا بهدف دون رد، على ملعب الإمارات لحساب الجولة 21 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وسجل هدف أرسنال بوكايو ساكا في الدقيقة (31)، بتسديدة أرضية مميزة من داخل منطقة الجزاء، من صناعة كيران تيرني. وبحسب شبكة «أوبتا» للإحصائيات، بات ساكا بعمر 20 عامًا و118 يومًا ثاني أصغر لاعب من أرسنال، يسجل هدفًا أمام حامل لقب البريمير ليغ. وذلك بعد نيكولاس أنيلكا أمام مانشستر يونايتد، في نوفمبر تشرين ثان 1997، بعمر 18 عامًا و240 يومًا. وسجل أرسنال 33 هدفًا في البريمير ليغ هذا الموسم، 42٪ منها أحرزها إما ساكا (6 أهداف)، أو إميل سميث رو (8 أهداف)، وهما أفضل هدافين للمدفعجية في الدوري خلال الموسم الجاري.

تشيلسي يتخذ قراره بشأن لوكاكو

حسم تشيلسي، موقفه سريعًا بعد التصريحات المفاجئة التي أطلقها مهاجمه البلجيكي روميلو لوكاكو قبل أيام بشأن وضعيته داخل النادي اللندني، مؤكدًا رغبته في العودة لناديه السابق إنتر، يومًا ما. وانضم لوكاكو، إلى تشيلسي، الصيف الماضي، قادمًا من إنتر ميلان، مقابل 115 مليون يورو. وكشف فابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا، عن موقف تشيلسي من رحيل لوكاكو، بعد تصريحاته الأخيرة، إذ أكد أن لن يضطر في لوكاكو بأي شكل الأشكال، خاصة في هذه الموسم. وكان لوكاكو قد صرح «سكاي سبورتس» بأن حالته الفترة التي قضاه في إنتر بالتعاون مع خبراء التغذية هناك. وأشار إلى أنه ليس راضيًا عن وضعه الحالي في تشيلسي بعدما غير توخييل، بحسب اللاعب، طريقة لعب الفريق. وعن العودة لإنتر، كشف: «قلت دائمًا إن إنتر في قلبي، ويومًا ما أتمنى بصدق أن ألعب هناك مرة أخرى». وصمم لوكاكو بشدة على الرحيل إلى تشيلسي في الصيف الماضي، لإثبات جدارته بارتداء قميص البلوز، بعدما رحل من النادي في وقت سابق. وتسبب رحيل لوكاكو عن إنتر بعد التتويج بلقب الكالتشيو في غضب عارم لدى جماهير نير اتزوي، التي هاجمت اللاعب البلجيكي بشدة.

تشيلسي من الفترة «وسط» في حوار مع شبكة الجسدية والبدنية التي وصل لها الآن هي بفضل تلك الفترة التي قضاه في إنتر بالتعاون مع خبراء التغذية هناك. وأشار إلى أنه ليس راضيًا عن وضعه الحالي في تشيلسي بعدما غير توخييل، بحسب اللاعب، طريقة لعب الفريق. وعن العودة لإنتر، كشف: «قلت دائمًا إن إنتر في قلبي، ويومًا ما أتمنى بصدق أن ألعب هناك مرة أخرى». وصمم لوكاكو بشدة على الرحيل إلى تشيلسي في الصيف الماضي، لإثبات جدارته بارتداء قميص البلوز، بعدما رحل من النادي في وقت سابق. وتسبب رحيل لوكاكو عن إنتر بعد التتويج بلقب الكالتشيو في غضب عارم لدى جماهير نير اتزوي، التي هاجمت اللاعب البلجيكي بشدة.

أندية تتنافس على إعادة كوتينيو إلى الدوري الإنجليزي

يستعد توتنهام لخوض معركة مع منافسيه في الدوري الإنجليزي الممتاز أرسنال وإيفرتون في سباق على لاعب برشلونة فيليب كوتينيو. يحرص أنطونيو كوتني والمدير الرياضي فابيو باراتشي على إضافة إبداع إلى فريقهم، مع وجود لاعب خط وسط مهاجم على رأس اهتماماتهم في سوق الانتقالات. ووفقًا لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، نقلًا عن «El Nacional»، فإن البرازيلي يناسب معايير توتنهام تمامًا، وسيكون متاحًا في نافذة الانتقالات الشتوية في يناير الجاري. كما يزعم التقرير أن إيفرتون هو أحدث فريق ينضم إلى السباق لللاعب البالغ من العمر 29 عامًا جنبًا إلى جنب مع النادي في شمال لندن. انضم كوتينيو إلى برشلونة من ليفربول في يناير 2018 مقابل 146 مليون جنيه إسترليني، ولكن بعد أن عانى من كابوس في كاتالونيا، تمت إعارته إلى بايرن ميونخ لوسم 2019-20. قبل العودة إلى كامب نو من جديد. يحرص برشلونة على خفض فاتورة رواتبه مع حصول كوتينيو على راتب يعادل 370 ألف جنيه إسترليني في الأسبوع، وهم على استعداد للسماح للبرازيلي بالمغادرة مقابل 16 مليون جنيه إسترليني. تحدث ممثلوه إلى إيفرتون حول إمكانية انتقاله إلى جوديسون بارك، حيث حصل رافائيل بينيتيز مؤخرًا على توقيع السادس، حيث ضم فيتالي ميكوليتكو مقابل 18 مليون جنيه إسترليني من دينامو كييف. من جانبه أفاد أنطونيو كوتني المدير الفني لتوتنهام، أنه بحاجة لعقد اجتماع مع مسؤولي السبيرز للحدث عن سوق الانتقالات.

برينتفورد يجدد عقد نجمه



الدنماركي كريستيان نورغارد عقدًا جديدًا برينتفورد الإنجليزي، أول أمس، حيث الفريق لمدة ثلاثة أعوام ونصف العام. الأنباء البريطانية «بي.إيه.ميديا» أن الدنماركي الدولي، الذي انضم من فيورنتينا في 2018، وافق على مع الفريق الإنجليزي حتى نهاية مع خيار إضافة عام آخر. وشارك برينتفورد في 86 مباراة، بما في ذلك كل الممتاز هذا العام، باستثناء مواجهة يقدم برينتفورد عقدًا جديدًا أيضًا بونتوس جانسون، حيث تدرس أندية التعاقد مع اللاعب، البالغ عمره 30 عامًا.

وذكرت تقارير أن أندية ليستر سيتي ونيوكاسل وإيفرتون، تبدي اهتمامًا بالتعاقد مع جانسون خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية، لكن برينتفورد عازم على إبقاء قائد الفريق.

وقع مع سيبقي مع وكرت وكالة اللاعب

لبرينتفورد قادمًا اتفاق جديد ببقية موسم 2025/2024، نورغارد مع مباريات الدوري واحدة. ويمكن أن للمدافع السويدي، في الدوري الإنجليزي

ليفربول يعلن إصابة كلوب بكورونا



أعلن نادي ليفربول، أول أمس، إصابة مديره الألماني يورغن كلوب بفيروس كورونا المستجد. وقال ليفربول، في بيان رسمي: «جاءت نتيجة اختبارات يورجن كلوب إيجابية، اليوم، بعد أن أبلغ عن معاناته من أعراض خفيفة قبل المباراة، ويتواجد الآن بالعزل الصحي». وأضاف: «سيقود بيين ليندروز، المدرب المساعد، الفريق في مباراة تشيلسي الأحد على ملعب ستامفورد بريدج». وتابع: «كشفت اختبارات الفريق الأول، عن عدم وجود أي حالات إيجابية أخرى داخل الفريق، بعيدًا عن الحالات الثلاث التي أكدها كلوب الجمعة».

رودريغو: أظهرنا شخصية البطل أمام أرسنال

أعرب رودريغو، لاعب مانشستر سيتي، عن سعادته بالانتصار الشاق الذي حققه فريقه على حساب أرسنال بنتيجة (2-1)، أول أمس، ضمن لقاءات الجولة 21 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال رودريغو في تصريحات عقب المباراة لشبكة «بي تي سبورت»: «دائمًا ما نخوض مباراتين أو 3 مثل تلك خلال الموسم، (أرسنال) أظهرنا لماذا يتواجدون في هذا المركز، فالطريقة التي تطوروا بها تحت قيادة ميكيل (أرتيتا) هائلة». وأضاف: «نعرف بأنهم حظوا بفترة راحة أكبر منا، حيث كان أمامهم 6 أيام للتخضير، بينما خضنا 3 مباريات في أسبوع واحد وسافرنا، ويكون الأمر صعبًا في بعض الأحيان». وتابع رودريغو: «عائنا في الشوط الأول ولكن سيطرنا في الثاني بصورة أكبر وفرضنا أسلوب لعبنا، قدموا مباراة كبيرة، لكننا أظهرنا شخصية البطل». وأردف: «تعلمنا من الأعوام الماضية أنه يتوجب علينا مواصلة التقدم وعدم التفریط في النقاط، حصدنا بالفعل 3 نقاط حيوية، ليس لدي شك في صحة ركلة الجزء التي تحصلنا عليها، التفاصيل الصغيرة تصنع الفارق». واستمر رودريغو: «ارتكبو خطأ كبيرًا (أرسنال) في طرد غابرييل، تحليلنا بدورنا بالذكاء، لم نتحصل على الكثير من الفرص، لكن تمتعنا بالفاعلية».



"الكالتشيو" يبكي الراحل "تازري" قائد ثورة "بارما" في أوروبا

سيعتزل الحارس الإيطالي جانلويجي بوفون من دون التتويج بدوري أبطال أوروبا، رغم انتقاله إلى يوفنتوس قادماً من بارما، إلا أنه لم يعرف النجاح أوروبياً، وهو أمر رافقه خلال تجربته مع باريس سان جيرمان الفرنسي، عندما فشل في حصد دوري الأبطال. ورغم مرارة الفشل في حصد أهم لقب أوروبي، فإن بوفون سبق له التتويج بكأس الاتحاد الأوروبي، عندما لعب لنادي بارما في بداية مسيرته، والفضل لرئيس النادي كاليستو تانزي، الذي كوّن فريقاً لا يقهر برز في "الكالتشيو" وتآلق في أوروبا وأحدث ثورة حقيقية، قبل أن يرحل عن الحياة، أول أمس السبت، عن عمر يناهز (83) عاماً. ولعب كاليستو تانزي (1939/2022) دوراً مهماً في إحداث نمط جديد في تسيير الأندية، بفضل الميزانية الكبيرة التي رصدها للتعاقبات، فنجح في إحداث أكبر المفاجآت، وقاد بارما من الدرجة الإيطالية الثانية إلى السيطرة أوروبياً بجعل من اللاعبين المميزين في بداية سنوات التسعين، حيث قاد بارما من 1990 إلى 2003.



ثورة تانزي "الكالتشيو"

يملك تانزي شركات عملاقة، تستثمر في عديد من المجالات وخاصة في المواد الغذائية، وعلامات شركاته كانت حاضرة في عديد من الدوريات الكبرى، لا سيما في أميركا الجنوبية، من خلال عقود الرعاية مع الأندية الكبرى. وقد استثمر جانبا من ثروته لتحويل بارما من نادٍ دون طموح كبير إلى واحد من الأفضل في "الكالتشيو"، إذ تمكن منذ الموسم الأول له في منافسات الدوري الإيطالي من الحصول على كأس إيطاليا الذي سمح له لاحقاً بالمشاركة في المسابقات الأوروبية.

صناعات قوية

تحول بارما إلى نادٍ ينافس كل الأندية الإيطالية القوية، فنجح في خطف لاعبين من أندية معروفة، وخاصة دينو باجيو الذي انتدبه من يوفنتوس أو جان فرانكو زولا، وإليان تورام الفرنسي وهيرمان كريسيو الأرجنتيني ومواطنه خوان فيرون والسويدي توماس برونين والبرازيلي سانتوس والعديد من الأسماء الأخرى التي استقدمها الرجل الثري، وهذه السياسة أحدثت ثورة في كل أوروبا حيث كانت الأندية تعتمد سابقاً على طرق التمويل الكلاسيكية، فقد نجح لانتسيو في تقليد بارما لينجح بدوره في أن يصبح قطباً في "الكالتشيو" معتمداً هذه السياسة في تجميع النجوم بقيادة رئيسه السابق سيرجيو كارنيوتي.

8 ألقاب في سنوات قليلة

وجود أسماء بارزة في مختلف المراكز، حول بارما إلى نادٍ قوي وهو ما تجسد من خلال الألقاب التي حصدتها النادي في ظرف زمني قصير، حيث نجح في الحصول على كأس إيطاليا في 3 مناسبات (1992 و1993 و2002) وكأس السوبر الإيطالي (1999) في مناسبة وكأس الكؤوس الأوروبية في مناسبة (1993) وكأس الاتحاد الأوروبي في مناسبتين (1995 و1999) وكأس السوبر الأوروبية في مناسبة (1993). وكان قريباً مرتين من التتويج بالدوري الإيطالي بعد منافسة قوية مع يوفنتوس، وضاعت عنه ألقاب أوروبية أخرى بعد أن خسر النهائي في سنة 1994 كما تميز بقوته خارج ملعبه.

مشاكل مع القضاء

نجاح بارما كان مرتبطاً أساساً برئيسه القوي، الذي حول ناديه إلى قطب جديد في "الكالتشيو"، ولكن سرعان ما انقلبت الأوضاع بعد المشاكل القضائية التي عرفها مالك النادي مع السلطات في إيطاليا بسبب تهمة التهرب الضريبي وغيرها من الأزمات التي هزت النادي، خاصة بعد إيقاف تانزي ودخوله في صراع مع مختلف الجهات التي أدانته، لينتقل بارما بعد سنوات مميزة حول خلالها النادي إلى منافس شرس على الألقاب أوروبياً. وقد اهتم الإعلام الإيطالي خلال الساعات الأخيرة، بخبر وفاة تانزي في أول أيام 2022، ذلك أنه كان قريباً من جعل بارما أفضل نادٍ في أوروبا ولكن الصعوبات التي واجهها دفعته إلى الرحيل عن النادي الذي فقد بريقه وخسر مكانه في "الكالتشيو"، وهو يصارع خلال هذا الموسم من أجل العودة إلى دوري الأضواء بقيادة حارسه بوفون الذي عاد ليرد الدين لناديه الأول.

وكالات

بوفون يعود لتوضيح سبب مشاكل جوفنتوس مع كريستيانو رونالدو

عاد حارس المرمى الإيطالي الشهير جيانلويجي بوفون للتعليق على فترة كريستيانو رونالدو مع جوفنتوس، وذلك بعد أن فشل اللاعب البرتغالي في تحقيق هدف البيانكونيري معه وهو الفوز بلقب دوري أبطال أوروبا. أمضى اللاعب الفائز بالكرة الذهبية 5 مرات 3 سنوات مع اليوفي من 2018 وحتى عام 2021، وسجل 101 هدفاً في ذلك الوقت، لكنه رحل دون تحقيق الهدف الأكبر وحلم الفريق الأبيض والأسود وهو لقب دوري الأبطال. قال بوفون في حديثه مع صحيفة كورييري ديلا سيريا: "قلت أن اليوفي فقد الحمض النووي معه لأنني أعتقد ذلك، وبتأمل أعرق يمكنني القول بأنه ليس خطأ كريستيانو، ولكن بعض اللاعبين لم يكونوا مستعدين لوصوله. استطرد: "عليك أن تفهم ما إذا كان الآخرين مستعدين وفي رأيي لم يكن العديد من اللاعبين مستعدين لمشاركة نوع معين من الخبرة، سواء أعجبك ذلك أم لا، فجميعهم يشعرون بأنه كريستيانو رونالدو وأن هذا لا يحدث أبداً، وخاصة في نادٍ مثل يوفنتوس، وعندما توقع مع لاعب في هذا المستوى يجب أن يكون نفس اللاعبين بنفس مستوى خبرته". واعترف بوفون بأن غياب ديبالا عن تشكيلة يوفنتوس بسبب الإصابة في بعض الفترات تسبب في مشاكل أكبر: "بالتأكيد لأن ديبالا أفضل لاعب في يوفنتوس ونضج كثيراً في السنوات الأخيرة، ولكن غيابه للإصابة منعه من لعب دور القائد كما كان يجب".

وكالات



استمرار سالييرنيتانا في الدوري الإيطالي

نجا نادي سالييرنيتانا الإيطالي لكرة القدم من الإقصاء من الدرجة الأولى عقب موافقة أمناء الفريق على عرض الاستحواذ المقدم من المالك الجديد دانييلي إيرفولينو قبل انتهاء المهلة المحددة من الاتحاد الإيطالي، بحسب ما أفادت صحيفة "غازيتا ديلو سبورت". وجاء قبول العرض قبل الموعد النهائي في منتصف ليلة الجمعة والذي كان من شأنه أن يقضي النادي الموجود في سالييرنو، جنوب نابولي من الدرجة الأولى في حال عدم قبول أي عرض. وأكد إيرفولينو مؤسس جامعة بيغاسوس أونلاين الإيطالية في بيان نشر في الصحيفة المحلية أنه سيبدل قصارى جهده لابقاء سالييرنيتانا في دوري الدرجة الأولى الإيطالي. وقال، أعلن بعاظفة كبيرة عن الاستحواذ على سالييرنيتانا 1919. تستحق سالييرنو وجماهير النادي فريقاً تنافسياً، اعتقد أن مشروع الفريق الذي نعهده سيضمن التوازن والاستقرار للنادي. وأدى قبول العرض إلى التمديد لفترة 45 يوماً من الوقت المتاح لتأمين صفقة نهائية، مما يضمن استمرار سالييرنيتانا في اللعب في الدرجة الأولى حتى منتصف فبراير المقبل. وبعد صعوده إلى "الكالتشيو" هذا الموسم، ارتكب سالييرنيتانا مخالفة لقواعد الاتحاد المحلي للعبة كون النادي مملوكاً بالمشاركة من قبل رئيس نادي لاتسيو كلاوديو لوتيتو. وبحسب قواعد الاتحاد المحلي، لا يمكن أن يلعب ناديان تحت نفس الملكية في الدرجة ذاتها لذا منح سالييرنيتانا مهلة ستة أشهر للامتثال إلى اللوائح، وتم تعيين أمناء في يونيو لتنظيم بيع النادي بحلول 31 ديسمبر، لكنهم طالبوا الشهر الماضي بموعد نهائي جديد على خلفية عدم حصولهم على عروض جيدة. غير أن رئيس الاتحاد الإيطالي غابرييلي غرافينا حذر في حينه بأنه "سيتم استبعادهم من دوري الدرجة الأولى الإيطالي" في حال لم يتمكن النادي من تلبية هذا الشرط في نهاية 2021. وكالات

نابولي مهدد بغياب مالكوكيت وبيتانيا عن مواجهة جوفنتوس

أعلن نادي نابولي الإيطالي، دخول اثنين من لاعبي الفريق في عزل ذاتي بمنزلهم في عزلة ذاتي بمنزلهم لاختلاطهم بأشخاص ثبت إصابتهم بفيروس كورونا المستجد. ويستعد نابولي، لمواجهة جوفنتوس، على ملعب أليانز ستادיום بتورينو، مساء الخميس ضمن منافسات الجولة العشرين من الدوري الإيطالي. وقال نابولي، في بيان عبر حساب النادي الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر"، "الثلاثي مالكوكيت مدافع الفريق، والمهاجم بيتانيا، دخلا في عزل ذاتي بالمنزل بعد عودتهم من فترة أعياد الميلاد، حيث إنهم كانوا على اتصال بأشخاص ثبت إصابتهم بفيروس كورونا". يذكر أن نابولي يحتل المركز الثالث بجدول ترتيب مسابقة الدوري الإيطالي برصيد 39 نقطة.

جوفنتوس يعلن إصابة "كيليني" بفيروس كورونا

أعلن نادي جوفنتوس الإيطالي، إصابة أحد نجوم الفريق بفيروس كورونا المستجد. وذكر جوفنتوس في بيان عبر موقعه الرسمي، أن جورجيو كيليني مدافع وقائد الفريق، أصيب بفيروس كورونا، بعدما جاءت نتيجة تحاليله إيجابية. وقال البيان، "يعلن يوفنتوس أنه خلال الاختبارات التي أجريت للفريق، ثبت إصابة كيليني بفيروس كورونا، اللاعب في حالة عزل انفرادي وملتزم بإجراءات وبروتوكول الصحة المعمول بها". وبهذا يرتفع عدد المصابين بالفيروس في صفوف يوفنتوس إلى 3، بعد الإعلان عن إصابة الثنائي آرثر ميلو وكارلو بينسوليو في وقت سابق. جدير بالذكر أن كيليني كان قد اشتبه في إصابته بكورونا في الأيام الماضية، قبل أن يعود للمشاركة في جزء من التدريبات الانفرادية، ووثبت إصابته بالفيروس. ويستعد جوفنتوس لمواجهة نابولي، يوم الخميس القادم على ملعب أليانز ستادיום بتورينو، في إطار منافسات الجولة 20 من مسابقة الدوري الإيطالي. ويحتل اليوفي المركز الخامس بجدول ترتيب مسابقة الكالتشيو برصيد 34 نقطة، فيما يقع نابولي بالمركز الثالث برصيد 39 نقطة.

وكالات



نجوم كرة القدم يحتفلون بالعام الجديد

ديفيد بيكهام: سنة جديدة سعيدة

احتفل لاعب المنتخب الإنجليزي السابق ديفيد بيكهام بالعام الجديد على طريقته الخاصة حيث نشر بعض الصور من لحظات العام الماضي عبر حسابه الشخصي بموقع إنستغرام، والتي جاءت غالبيتها مع عائلته وأطفاله وعدد من الأصدقاء، وبعض الحيوانات التي يقوم بتربيتها في مزرعته، ليوجه رسالة قائلا "سنة جديدة سعيدة، لحظات خاصة من النسا أنا ممتن للغاية" كما حرص بيكهام على الاحتفال بعيد ميلاد أسطورة مانشستر يونايتد الإنجليزي السير أليكس فيرغسون الذي احتفل بعيد ميلاد الـ 80 ونشر صورة تجمعها عبر حسابه الشخصي بموقع إنستغرام، يظهر خلالها بيكهام في مرحلة انطلاقه مع النادي الإنجليزي ويقف بجوار السير أليكس لحظة إدارته للنادي وكتب بيكهام على الصورة التي نشرها، "عيد ميلاد سعيد ثمانين يا قائد، رجل يعني الكثير بالنسبة لي منذ أن كنت طفلا صغيرا وأعطاني أيضا فرصة اللعب للنادي الذي طالما حلمت باللعب من أجله شكرا لك، أتمنى لك أفضل يوم مع كاتي والعائلة".

الحساب الرسمي لبيكهام

ليونيل ميسي: أمل أن يجلب 2022 الكثير من الصحة لجميع الأشخاص

قام النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي بالاحتفال ببداية العام الميلادي الجديد على طريقته الخاصة أين نشر فيديو عبر حسابه على موقع "إنستغرام" يسترجع فيه أبرز اللحظات التي مر بها خلال العام الماضي وعلق ليونيل ميسي على الفيديو الذي نشره عبر حسابه على إنستغرام: "لا يسعني إلا الشكر على كل ما عشته في عام 2021، الكثير من الناس يمرون بوقت سيئ حقا بسبب الفيروس القامض الذي لا ينتهي أبدا، أمل أن يجلب 2022 الكثير من الصحة، وهو ما أتمناه لكم جميعا للعام الجديد عناق الجميع" وشهد عام 2021 العديد من المفاجآت الكروية المثيرة، أبرزها رحيل النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي عن صفوف برشلونة الإسباني نحو باريس سان جيرمان، في صفقة مفاجئة.

الحساب الرسمي لميسي



رونالدو

دعونا

نجعل عشيّة

رأس السنة الجديدة نقطة تحول

احتفل اللاعب البرتغالي كريستيانو رونالدو نجم نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي ببداية العام الجديد 2022 حيث نشر صورة رفقة زوجته جورجينا وأطفاله، عبر حسابه على الشخصي على موقع "إنستغرام"، وعلق رونالدو على الصورة في وداع العام الماضي واستقبال آخر، "2021 لم يكن عاما سهلا، على الرغم من أهدافي البالغ عددها 47 التي سجلتها في جميع المسابقات، فريقان مختلفان وخمسة مدربين مختلفين، لعبت مرحلة واحدة من نهائيات كأس الأمم الأوروبية مع فريقتي الوطني وبقيت تصفيات كأس العالم واحدة معلقة حتى عام 2022 في يوفنتوس، كنت فخورا بالفوز بكأس إيطاليا وكأس السوبر الإيطالي، وأصبحت هداف سيري أ، بالنسبة للبرتغال، كان حصول البرتغال على لقب هداف بطولة أوروبا أيضا نقطة عالية هذا العام.. وبالطبع، ستكون عودتي إلى أولد ترافورد دائما واحدة من أكثر اللحظات شهرة في مسيرتي المهنية نحن نعلم أنه يتعين علينا العمل بجديّة أكبر واللعب بشكل أفضل وتقديم أكثر مما نقدمه الآن، دعونا نجعل عشيّة رأس السنة الجديدة نقطة تحول في الموسم.. دعونا نحتضن 2022 بروح أعلى وعقلية أقوى، لنأخذنا إلى أبعد الحدود، فلنصل إلى النجوم ونضع هذا النادي في مكانه الصحيح! انضم إلينا، فنحن نعتد بكم جميعا".

ليفربول يعلن عن إصابة مدربه يورغن كلوب بفيروس كورونا



أعلن نادي ليفربول الإنجليزي يوم السبت الماضي في بيان رسمي نشره عبر موقعه الرسمي على شبكات التواصل الاجتماعي، عن إصابة مدربه الألماني يورغن كلوب بفيروس كورونا المستجد. وقال ليفربول، في بيانه الرسمي، "جاءت نتيجة اختبارات يورجن كلوب إيجابية، اليوم، بعد أن أبلغ عن معاناته من أعراض خفيفة قبل المباراة، ويتواجد الآن بالعزل الصحي". وأضاف ليفربول في بيانه: "كشفت اختبارات الفريق الأول، عن عدم وجود أي حالات إيجابية أخرى داخل الفريق، بعيدا عن الحالات الثلاث التي أكدها كلوب يوم الجمعة الماضي".

الحساب الرسمي لليفربول

مسعود أوزيل يودع عام 2021 برسالة عربية

قام متوسط الميدان الألماني مسعود أوزيل نجم نادي فنربخشة التركي بتوديع عام 2021 واستقبال العام الجديد على طريقته الخاصة حيث نشر صورة كاريكاتير يظهر فيها وهو يرتدي قميص فريقه التركي، وفي الخلفية قمصان الأندية التي لعب لها ومنها ريال مدريد الإسباني وأرسنال الإنجليزي، ونادي فنربخشة وقال أوزيل على الصورة التي نشرها عبر حسابه الشخصي بموقع إنستغرام رسالة يعدد من اللغات، منها العربية، "شكرا للجميع على دعمكم الكبير في عام 2021". وكشفت تقارير صحفية تركية أن النجم الألماني مسعود أوزيل، يفكر في الرحيل عن صفوف فنربخشة؛ بسبب خلاف مع المدرب فيتور بيريرا، في غضون ذلك، أبدى نادي السد القطري اهتمامه بالحصول على خدماته، حيث يرغب النادي في التعاقد معه على طريقة تشافي هيرنانديز أسطورة برشلونة السابق، الذي رحل مؤخرا لتدريب الفريق الكتلوني.

الحساب الرسمي لأوزيل

وفاة وكيل أعمال اللاعبين المخضرم خوان فيغير بعد إصابته بسكتة قلبية

أكدت عديد التقارير الصحفية في الأوروغواي، التي انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعي، يوم السبت الماضي، وفاة وكيل أعمال عديد أساطير كرة القدم في العالم السابقين، المخضرم الأوروغواياني خوان فيغير، الجمعة الماضي، بعد إصابته بسكتة قلبية. و ساهم وكيل الأعمال المخضرم في إتمام صفقات باهظة للاعبين كرة القدم من أميركا الجنوبية سابقا، مثل صفقة أسطورة كرة القدم الأرجنتينية الراحل دييغو أرماندو مارادونا إلى إيطاليا. وكتبت ستيفاني فيغير وهي وكيلة رياضية عبر موقع التواصل الاجتماعي "إنستغرام"، "يقلب يعترضه الألم أشارككم نبأ انتهاء العام 2021 دون جدي خان". وذكرت مجموعة فيغير عبر "إنستغرام"، "يكل حزن ويعد صراع توفي اليوم عقب أزمة قلبية". وقالت وسائل إعلام في البرازيل، حيث عاش هناك العديد من السنوات، إنه فارق الحياة عن عمر 87 عاما. ولعب فيغير دورا في انتقال أسطورة الأرجنتين دييغو مارادونا إلى نادي نابولي الإيطالي العام 1986 والبرازيلي روماريو من نادي آيندهوفن الهولندي إلى نادي برشلونة الإسباني، كما ساهم في انتقال دينيلسون من نادي ساو باولو البرازيلي إلى ريال بيتيس الإسباني العام 1998 في صفقة قياسية عالمية آنذاك. ومن بين اللاعبين الذين تفاوض من أجل انتقالاتهم نجوم البرازيل سقراطيس ودونغا وروبنينو ومدافع نادي ريال مدريد السابق روبرتو كارلوس.

وكالات

نيمار: سنة جديدة سعيدة للجميع

احتفل النجم البرازيلي نيمار داسيلفا لاعب نادي باريس سان جيرمان الفرنسي بالعاكز خلال احتفالاته بمناسبة رأس السنة الميلادية الجديدة حيث نشر نيمار صورته عبر حسابه على "إنستغرام" وظهر بقدمه داخل الجبس، بينما يستند على عكازين وصحبها بتعليق: "سنة جديدة سعيدة للجميع" كما ظهر نيمار وهو يرقص على أغنية إحدى الفرق الغنائية في الحفل الذي أقيم الليلة الماضية احتفالا بحلول العام الميلادي الجديد 2022.

الحساب الرسمي لنيمار

مورينيو يقوم بلفتة إنسانية رائعة بأحد المراكز الخيرية في روما

صنع مدرب نادي روما الإيطالي، جوزيه مورينيو الحدث في أحد المراكز الخيرية في روما، بعد أن قام بلفتة إنسانية رائعة بمناسبة السنة الميلادية الجديدة. و تحول المدرب البرتغالي إلى ظاهرة جديدة في مدينة روما منذ أن أصبح مدربا لفريق "الذئاب"، بسبب تصرفاته التي جعلته مقربا من الجماهير، التي انبهرت بانسجامه السريع مع الحياة في العاصمة الإيطالية، رغم أن نتائج في الدوري الإيطالي لم تكن جيدة. وفي وقت فضل فيه نجوم كرة القدم في العالم، من لاعبين ومدربين، الاحتفال بقدوم سنة 2022 بين عائلاتهم أو السفر في رحلات سياحية، اختار مورينيو أن يكون إلى جانب الفقراء والمحتاجين، ليصنع الحدث ويكون بطل حركة إنسانية بطولية تضاف إلى رصيد المدرب البرتغالي، الذي كان كثيرا ما يصنع الحدث مع كل الفرق التي دربها. وظهر "السيبشال وان"، الجمعة الماضي في أحد المراكز الخيرية في العاصمة الإيطالية التي تهتم بالأشخاص الذين يقتصدون مداخلهم مالية و مأوى، وهو بصدد تقديم الهدايا إلى الموجودين في المركز، كما جلب معه مجموعة من المأكولات و الأطباق في تصرف صنع الحدث بإيطاليا، خاصة أن مورينيو لم يمض على قدومه إلى روما أكثر من أشهر قليلة. وقال المدرب البرتغالي، خلال زيارته المركز، إنه من الضروري تذكر الأشخاص الذين يحتاجون المساعدة، ولا يجب أن ننسى الالتزامات اليومية ما يحتاجه البعض من دعم ومساندة، وفق ما نقله موقع قناة "سكاى سبورتس" الإيطالية الجمعة الماضي. ورغم أن صورة مورينيو ارتبطت دائما بالمشاكل مع الحكام أو منافسيه، فإن تصرفه في العاصمة الإيطالية جلب له الاحترام، ومن شأنه أن يدعم علاقته بجماهير نادي روما الذي يشرف عليه حاليا. ولا تعتبر هذه المبادرة الأولى من نوعها للمدرب البرتغالي، حيث سبق له وأن قام بعدد الأعمال والمبادرات الخيرية كان آخرها مع لاعبيه الشباب، الذي أهدى له حذاء ثمين بعد أن وعده بذلك.

وكالات





تأثير الرياضة على تقوية الذاكرة

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

تساعد ممارسة الرياضة الذاكرة والتفكير بشكل مباشر عن طريق تقليل مقاومة الأنسولين وتقليل الالتهابات العامة بالجسم وتحفيز إطلاق عوامل النمو، وبشكل غير مباشر، عن طريق تحسين الحالة المزاجية والنوم وتقليل التوتر والقلق، فغالبا ما تسبب المشكلات في هذه المناطق ضعفا إدراكيا بالدماغ أو تساهم فيه، ولا أقل من القول إن الرياضة هي مصنع الذاكرة للدماغ البشري، مع كل ما يرافقها من قدرات معرفية وإدراكية وشعورية، عند مطالعة الدراسة التي أنجزها أخيرا فريق من العلماء المختصين بالدماغ في جامعة كاليفورنيا. "تساعد ممارسة التمارين الرياضية بشكل عام الشخص على الشعور بالراحة وعدم القلق، إضافة إلى أنها تساعد في الوقاية من العديد من الأمراض؛ كما تنشط عمل الدماغ، وأثبتت دراسات ولست سنوات أن الرياضة تؤثر بشكل إيجابي على تنمية القدرات المعرفية. وهذه الدراسة للقول إن عشر دقائق من الرياضة يوميا تكفي لتحفيز قدرات الدماغ، والوقاية من تدهورها مع التقدم في العمر. خصوصا الذاكرة والقدرة على الاحتفاظ بالسلسلة الزمني للمعلومات والحوادث فيها. وشملت الدراسة، أنواعا خفيفة من الرياضة نسبيا كالمشي البطيء، وتدريبات اليوغا واليات تشي الصينية، وباللغة العملية، يقصد بالرياضة الخفيفة تلك التدريبات التي تزيد دخول الأوكسجين إلى الجسم بزيادة 30% من أقصى كمية منه تدخل الجسم في حال الراحة وعدم الحركة، وهناك شيء آخر لا يقل أهمية وإداهاشا في شأن العلاقة بين الرياضة وذاكرة الكائن الإنساني. وتبين أيضا أن الرياضة تستطيع درء ذلك التآكل المبكر في قدرات الذاكرة، وجاء ذلك في دراسة أجريت في "جامعة توبنجن" بألمانيا، وقاد البروفسور كريستوف لاسكه الفريق الذي أنجزها، إذ درس نوعا من مرض "الزهايمر" يتميز بأنه يظهر في عمر مبكر نسبيا، أي في أربعينيات العمر، وتبين أن ممارسة الرياضة كالمشي والركض والسباحة، بانتظام بما مجموعه 150 دقيقة، ساعتان ونصف ساعة أسبوعيا، يكفي لإبعاد الضربة المبكرة لذلك المرض المقلق. وتوجد تمارين رياضية تقوي القدرات المعرفية والإدراكية، على غرار الجري لمسافات طويلة أو متوسطة بقوي قدراتك المعرفية. وقد أظهرت دراسة للعلماء وجود علاقة بين ظهور خلايا عصبية جديدة والجري. فإذا كنت مقبلا على إجراء أي امتحان فما عليك إلا ممارسة رياضة الجري لتقوية قدراتك المعرفية. وتعتبر رياضة الجري كغيرها من الرياضات التي تعمل على مقاومة الأمراض، وتقوية مناعة الجسم لمقاومة الأمراض بشكل عام، وهذا ما يجعل الجسم قويا وصحيا، وتساعد رياضة نط الحبل على فقدان الوزن مع اتباع نظام غذائي صحي كما تؤثر هذه الرياضة بشكل إيجابي على عمل الدماغ. كما يمكنك ممارسة هذه الرياضة عن طريق التخيل والتصوير، أي أن تتخيل خصمك أمامك في معركة حقيقية، وتعلمك هذه الرياضة كيف تركز، كما تقوم بتنشيط الدماغ على أكمل وجه، وإذا كنت تريد أن تزيد من عمل دماغك وتكسيه رد فعل قويا فما عليك إلا القيام بحركات رياضية مختلفة في فترات متقطعة. وعندما تشعر أنك أقوى جسديا، عادة ما تشعر أيضا بأنك أقوى عقليا، فرفع الأثقال هو المهارة في المثابرة. والقدرة على التغلب على المشقة وتحدي الذات، وتساهم هذه الرياضة في تنشيط الدماغ كما تكسيه المزيد من التركيز على مختلف المهمات، ولا ينصح القيام بهذه

نصائح هامة قبل ممارسة رياضة الجري

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

رئيس التحرير: **كمال بوزار**المدير العام: **مجدوب بن صالح**الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمر قاني**

■ الطبعة: SAMPRAL
TD DIFFUSION
COMMUNICATION
TD
DIFFUSION

■ 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

SPORT
يومية رياضية جزائرية



مرجعك للحفاظ على نمط صحي تام
بالقرب منك دوماً

rossmax

التصميم والدقة السويسرية



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