

رئيس
الجمهورية
يجدد دعمه
للمنتخب
الوطني



إيتو:
"أقدم باعتذاري
للصحفيين
الجزائريين
عن حادث
الإعتداء"

يومية رياضية جزائرية

■ الثلاثاء 11 جانفي 2022 الموافق لـ 8 جمادى الثانية 1443 هـ ■ العدد: 378 ■ الثمن: 30 دج

كأس إفريقيا للأمم - 2021

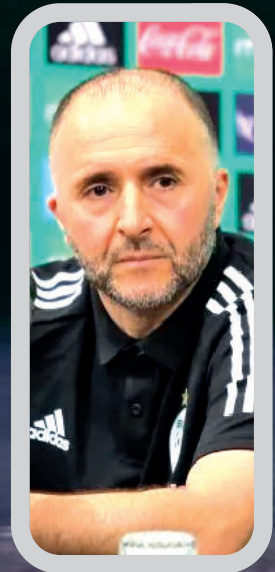
الجزائر - سيرا ليون
(اليوم على الساعة 14:00)

جاهزون يا سيرا ليون

قائد منتخب سيرا ليون
محمد كامارا:

"سنواجه أقوى
منتخب في
أفريقيا"

وناس
وزروقي
يتجهان لتضييع
المواجهة



بلماضي:
"علينا الحذر
من سيرا ليون،
ولا توجد منتخبات
صغيرة في
أفريقيا"





كأس إفريقيا للأمم - 2021

الجزائريين - سيراليون (اليوم على الساعة 14:00)

قادمون يا سيراليون



رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون يدعمه للمنتخب الوطني



جدد رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون، في اتصال هاتفي له اليوم الاثنين، مع رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (فاف) "دعمه وتشجيعه للمنتخب الوطني" في نهائيات كأس إفريقيا للأمم التي تستضيفها الكاميرون وصرح رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (فاف) السيد شرف الدين عمارة للتلفزيون الجزائري أنه تلقى صباح اليوم اتصالا هاتفيا من قبل رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، أعرب خلاله عن "دعمه وتشجيعه للمنتخب الوطني ولطاقم الفني في نهائيات الموعد القاري بالكاميرون كما أطمأن رئيس الجمهورية خلال هذه المكالمة على أعضاء الوفد الإعلامي المرافق للمنتخب الوطني والذين تم الاعتداء عليهم ليلة أمس بالقرب من الفندق الذي يقيمون به بمدينة دوالا الكاميرونية، يضيف نفس المسؤول الذي أشاد بهذه الالتفاتة من قبل رئيس الجمهورية

جمال بلماضي: "جئنا إلى الكاميرون للدفاع عن اللقب الأفريقي"

شدد المدرب الجزائري جمال بلماضي، المدير الفني لمنتخب الجزائر، عن دخوله في تحد جديد بضرورة الحفاظ على لقب كأس أمم إفريقيا والمتوج بها في النسخة الأخيرة 2019 في مصر ويستهل منتخب الجزائر حامل للقب مشوار الدفاع عن اللقب بمواجهة سيراليون اليوم، الثلاثاء، ضمن المجموعة الخامسة مع كوت ديفوار وغينيا الاستوائية وسيراليون وقال مدرب الجزائر خلال المؤتمر الصحفي التقديمي لمباراة سيراليون، "نحن في الكاميرون من أجل الحفاظ على لقبنا والتتويج بلقب جديد"، وأضاف بلماضي، "المهمة لن تكون سهلة بالنسبة لنا، لأن المنتخبين جميعها تريد التتويج، لكن لدينا طموحات كبيرة، تقنية، الفيديو ستسمح بوجود قرارات خاطئة أقل حتى وإن كانت الأمور لن تبدو مثالية، فاستخدامنا منذ الأدوار الأولى للمنافسة يبدو خيارا موفقا وأشار مدرب الجزائر إلى أنه "علينا توخي الحذر من منتخب سيراليون، فلا توجد منتخبات صغيرة في إفريقيا، هناك ثنائي مريض، وسرى حالته في الساعات القليلة المقبلة، لن أكشف عن أسمائهما وتابع مدرب الجزائر، "رامي بن سبيعتي لم يتدرب معنا لأنه يشعر بالمرض، لكنه لا يعاني من أعراض فيروس كورونا، لم أقرر حتى الآن إن كان رامي سيشارك أمام سيراليون أم لا، في حالة التراخي سندفع الثمن غالبا، يتوجب علينا عدم التقليل من أي من هذه المنتخبات". حميد



أبطال إفريقيا، الذين يحملون بالحفاظ على لقبهم وتسجيل اللقاء رقم 34 تاليا بدون انهماز
أفضلية تاريخية للخضر على سيراليون
أمام سيراليون، لم تلعب الجزائر سوى 5 مباريات كانت كلها رسمية ما بين 1980 و 1996 والتي عرفت فوز الجزائر بمباراتيتين، و تعادلين اثنين و هزيمة واحدة و بفارق إيجابي للأهداف (7-3) كانت من تسجيل بن صالوة (2)، مصابيح (2) و ماجر و فرقاني و مناد بهدف لكل لاعب بالإضافة إلى مباراة سيراليون (يوم الثلاثاء 11 جانفي/سا 14و00)، سيواجه أشبال

زروقي وأدم وناس مرشحان للغياب عن مواجهة سيراليون

شهد المران الجماعي الذي خاضه منتخب الجزائر، استعدادا لافتتاح مشواره في منافسات كأس الأمم الإفريقية 2021، غياب ثنائي محاربي الصحراء. وخاض منتخب الجزائر مرانه الختامي مساء أمس الاثنين، استعدادا لمباراة سيراليون في افتتاح مشواره ضمن منافسات كأس الأمم الإفريقية التي تقام مساء غد الثلاثاء وغاب الثنائي راميز زروقي وأدم وناس عن التدريبات الجماعية في ختام استعدادات منتخب الجزائر لخوض مباراة سيراليون وجاء غياب الثنائي راميز زروقي وأدم وناس عن مران محاربي الصحراء، على خلفية الإصابة التي تعرضا لها قبل المباراة المرتقبة ومن المقرر أن يحسم جمال بلماضي المدير الفني لمنتخب الجزائر موقف راميز زروقي وأدم وناس من مباراة اليوم أمام سيراليون ويتواجد المنتخب الجزائري على رأس منتخبات المجموعة الخامسة التي تضم كلا من سيراليون وكوت ديفوار إلى جانب غينيا الاستوائية والجديد بالذکر أن منتخب الجزائر هو حامل لقب كأس الأمم الإفريقية بعدما توج بلقب البطولة في نسختها الماضية لعام 2019 التي أقيمت في مصر بعد فوزه على السنغال في المباراة النهائية واختتم منتخب الجزائر، مبارياته الودية التي خاضها استعدادا لانطلاق بطولة كأس الأمم الإفريقية بالفوز على نظيره غانا بثلاثية مقابل لا شيء في اللقاء الذي أقيم في العاصمة القطرية الدوحة وكان منتخب الجزائر، نجح في التأهل إلى منافسات كأس الأمم الإفريقية بعدما تربع على عرش مجموعته في مرحلة التصفيات المؤهلة للكان برصيد 14 نقطة. حميد

إيتو: "الجزائر دعمتنا وملتزمون بالوقوف إلى جانبها"

قال إيتو، في تصريح حصري للتلفزيون العمومي الجزائري على خلفية حادثة الاعتداء على 3 صحفيين جزائريين: "فحور بصداقة شرف الدين عمارة، وأتقدم له وللشعب الجزائري بالشكر الجزيل على دعمهم لنا" وكشف رئيس الاتحاد الكاميروني لكرة القدم، العلاقة الوطيدة التي تربطهم بالفاف، مبيدا أملة في تطويرها أكثر مستقبلا كما أضاف: "الاتحاد الجزائري لكرة القدم كانت إلى جانبنا منذ البداية، والجزائر تحظى بمكانة كبيرة في عالم كرة القدم واستطرد إيتو كلامه قائلا: "من المهم أن تعمل اتحاداتنا على تطوير كرة القدم الإفريقية، وضمان حقوق المنتخبات والاتحادات الإفريقية وختم سامويل إيتو: "الاتحاد الكاميروني ملتزم دائما بالوقوف إلى جانب نظيره الجزائري، كون هذا الأخير أثبت مساندته الدائمة لنا".

إيتو: "أتقدم باعتذاري للصحفيين الجزائريين عن حادث الاعتداء"

وجه رئيس الاتحاد الكاميروني، سامويل إيتو، اعتذارا رسميا للصحفيين الجزائريين، بعد حادث الاعتداء الذي تعرضوا له بمدينة دوالا الكاميرونية وصرح إيتو، حصريا للتلفزيون العمومي الجزائري: "أتقدم باعتذار رسمي للصحفيين الجزائريين، بعد الاعتداء الذي تعرض له ثلاثة منهم يوم أمس بمدينة دوالا كما أضاف: "أقول لهؤلاء الصحفيين بأن مثل هذه الأحداث ممكن أن تحدث أحيانا، لكن أجدد ترحيبي بهم في الكاميرون وتابع سامويل إيتو: "سأتحدث مع وزيرنا، وكل الجهات المسؤولة من أجل ضمان الراحة التامة، والأمان لأخواننا الجزائريين". حميد



عمارة: "تلقيت اتصالا من رئيس الجمهورية لدعم المنتخب الوطني"

من جهته كشف رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم شرف الدين عمارة، أنه تلقى اتصالا هاتفيا من رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون قدم خلاله دعمه وتشجيعه للمنتخب الوطني في نهائيات كأس أمم إفريقيا بالكاميرون وقال عمارة إن رئيس الجمهورية أطمأن خلال اتصاله الهاتفي على الوفد الإعلامي المرافق للمنتخب الوطني وأبدى رئيس القاف سعادته البالغة بهذه الالتفاتة من قبل رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون. حميد

الفاف

يشدد اللهجة مع المتعاملين الإقتصاديين بسبب الاستغلال غير المرخص لعلامات المنتخب

شدد الاتحاد الجزائري لكرة القدم، اللهجة مع المتعاملين الإقتصاديين والمنظمات الوطنية والأجنبية محذرين إياهم من أي استغلال غير مرخص لشعارات وعلامات الاتحادية والمنتخب الوطني وقال الاتحاد الجزائري في بيان له على صفحته الرسمية، على "فايسبوك"، "الاتحادية تحذر من أي استغلال غير مرخص لشعارات والعلامات التجارية للاتحادية والمنتخب وحتى الصور الجماعية للاعبين وأضاف البيان، "كل هذه العناصر مملوكة حصريا للاتحاد الجزائري لكرة القدم، ولا يسمح باستغلالها إلا من طرف الشركات والمؤسسات الراعية المتعاقدة مع الاتحادية وهذا الاتحاد الجزائري كل من يستغل العناصر المذكورة دون ترخيص، بالمتابعة القضائية، مؤكدا في نفس الوقت استعداد لدراسة كل الطلبات في إطار منظم وقانوني، بما يكفل حقوق جميع الأطراف. حميد



قائد منتخب سيراليون محمد كامارا: "سنواجه أقوى منتخب في أفريقيا"

نشط قائد منتخب سيراليون ندوة صحفية صبيحة أمس الاثنين، للحديث عن مواجهة المنتخب الجزائري. في إطار الجولة الأولى من المجموعة الخامسة لبطولة كأس أمم إفريقيا المقامة في الكاميرون. في الفترة الممتدة بين 9 جانفي و6 فيفري المقبل وكشف قائد منتخب سيراليون محمد كامارا، أن منتخب بلاده سيشارك في كأس أمم إفريقيا الحالية، من أجل المنافسة الفعالة، وليس للمشاركة فقط كما أضاف قائلا: "أنا كلاعب أعرف جيدا مستوى اللاعبين الجزائريين، كلنا نؤمن أننا سنواجه فريقا قويا. نحن هنا اليوم من أجل المنافسة واللعب وليس من أجل المشاركة فقط". حميد



الدولي الإيفواري السابق "باكاري كونييه":

"كنت مرتاحاً جداً عندما تدربت تحت إشراف بلماضي وهذا سر نجاحه"



نوه الدولي الإيفواري السابق باكاري كوني بالنجاحات الكبيرة التي يحققها الناحب الوطني جمال بلماضي منذ تولى تدريب المنتخب الجزائري مؤكداً أنه كان يتوقع أنه سيتفوق في مسيرته التدريبية بكل إمتياز وخير دليل النتائج الإيجابية المسجلة إلى حد الآن على حد تعبيره. وأبرز كوني في تصريحاته خاص بها موقع "أونز مونديال" الفرنسي قائلاً: "لقد كان دقيقاً ومهتماً بجميع التفاصيل والجزئيات.. مسيرته لا تقاچني بالنظر لما كان يقوم به من عمل عندما كنت ألعب تحت إشرافه كنا ندرك نحن اللاعبين، أنه سيصبح مدرباً كبيراً". وأضاف: "كان مدرباً متطلباً جداً.. يريد الكثير من التوقيقات والقوة والنشاط في المباريات.. باختصار، كان يريد أن يلعب فريقه بطريقة جميلة"، وتابع: "لقد كان مرتاحاً جداً في مهمته التدريبية وفرض الاحترام بفضل شخصيته القوية.. إنه مدرب متحمس جداً ويستطيع فرض احترامه في غرف الملابس. وكشف كوني الذي سبق له وأن ارتدى ألوان أولمبيك مارسيليا المميزات التي يتمتع بها بلماضي، وقال: "بلماضي شخص طيب ويتمتع بالشغف.. إنه يقدم كل شيء، ولا يدخر أي جهد من أجل فريقه". وقاد بلماضي المنتخب الجزائري للفوز ببطولة كأس الأمم الأفريقية الأخيرة في مصر عام 2019 بعد تقديم سلسلة من العروض القوية. ويواجه المنتخب الجزائري نظيره سيراليوني في ملعب "جابوما" بمدينة دوالا الكاميرونية، اليوم الثلاثاء، حيث يهدف "الخضر" لتحقيق انطلاقة قوية في المجموعة الخامسة التي تضم كذلك منتخبات ساحل العاج وغينيا الاستوائية.

وسيم

حسب بيان لرئاسة الجمهورية أمس

الرئيس "تبون" يعزي في وفاة "كروم" عضو فريق جبهة التحرير الوطني

بعث رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، بتعازيه الخالصة لعائلة المجاهد المرحوم عبد الكريم كروم عضو فريق جبهة التحرير الوطني لكرة القدم. قال رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون في رسالة التعزية، حسب ما نقله بيان لرئاسة الجمهورية، أمس الاثنين: "شاء المولى عز وجل أن يرحل عن دنيانا هذه، المجاهد المرحوم عبد الكريم كروم، أحد الرياضيين الوطنيين من فريق كرة القدم لجبهة التحرير الوطني. وتابع: "برحيله تفقد الجزائر، والساحة الرياضية واحداً من أولئك الأبطال، الذين رفعوا راية الجزائر عالية تحت لواء جبهة التحرير الوطني، وأسهموا صوت قضيتنا العادلة، الذي تردد مدوياً وميشراً بالنصر والاستقلال واستعادة السيادة الوطنية". وواصل الرئيس تبون: "وأتنا ونحن نودعه معكم ببالح التآثر والأسى مؤمنين بقضاء الله وقدره، أتوجه إليكم، وإلى الأسرة الرياضية، بخالص التعازي وأصدق مشاعر المواساة، داعياً المولى عز وجل أن يتغمد فقيدنا برحمته الواسعة، ويسكنه فسيح جناته".

وسيم

في تصريحات لوكالة "فرانس برس"

فيغولي: "محظوظون بوجود مدرب استثنائي مثل بلماضي"

تحدث الدولي الجزائري سفيان فيغولي المحترف في صفوف نادي غالاتا سراي عن مشاركة الخضر في كأس أمم أفريقيا 2021 بالكاميرون وقدرة الخضر على الاحتفاظ بالتاج الأفريقي إضافة إلى الدور الذي يلعبه الناحب الوطني جمال بلماضي واصفاً إياه بالاستثنائي على حد تعبيره. وقال فيغولي في تصريحات لوكالة "فرانس برس": "نحن الأوفر حظاً، لكننا لن نكون في مأمن من المفاجأة، علينا أن نأخذ المباريات واحدة تلو الأخرى، ونحللها، وبمجرد دخولنا أرض الملعب، يجب أن نقدم الأفضل". وأضاف: "لا نرغبنا، فنحن نريد هو المستوى الأعلى لسنوات، اليوم نحن للفريق الذي يتطلع الجميع الاستمرار على هذا المنوال، الهدف هو الفوز مرة أخرى في الكاميرون". وبخصوص الناحب الوطني جمال بلماضي قال فيغولي: "نحن محظوظون بوجود مدرب استثنائي في المنتخب مثل جمال بلماضي، فهو يعرف كيف ينافس، وكيف يعطي الجميع الفرص، لدينا مجموعة تريد المضي قدماً ولا تهدأ الدليل الأكبر هو سلسلة المباريات من دون هزيمة إنها لا تثبت فقط العمل والمهنية ولكن أيضاً مجهود هذا الفريق". ويستعد فيغولي للمشاركة في كأس الأمم الأفريقية 2021 بالكاميرون، مع المنتخب الوطني وكله أمل أن يقدم أفضل ما لديه ويقود الخضر لإنجاز آخر على المستوى القاري.

وسيم

غالاتا سراي

مدرب "فيغولي" يقال من منصبه بسبب سوء النتائج

قرر نادي غالاتا سراي التركي بشكل رسمي، أمس الاثنين، فسخ عقد مدربه فاتح تريم بسبب سوء النتائج خلال الآونة الأخيرة سواء على المستوى المحلي أو الأوروبي. ونشر غالاتا سراي التركي المحترف ضمن صفوفه الدولي الجزائري سفيان فيغولي، بياناً رسمياً عبر موقعه الرسمي وحسابه على تويتر أكد فيه فسخ عقد مدربه فاتح تريم بالتراضي بين الطرفين. وجاء في البيان: "نظراً لأننا اتفقنا بشكل متبادل مع فاتح تريم، الذي تولى المسؤولية معنا لنجاح استراتيجية كرة القدم التي نؤمن بها كإدارة لمستقبل نادينا، فلن يستمر في منصبه الحالي بصفتة المدير الفني لنادينا اعتباراً من اليوم. وأتمم البيان المذيل بتوقيع بوراك دايموند، رئيس نادي غالاتا سراي، نود أن نشكر معلمنا فاتح نيابة عن الفريق، وخاصة إدارتنا، على خدماته الرائعة من الماضي إلى الحاضر.

وسيم

بعد تعرض ثلاثة صحفيين جزائريين للإعتداء

"الكاف" تطالب السلطات الكاميرونية بفتح تحقيق في القضية

ندد الاتحاد الأفريقي لكرة القدم "الكاف"، بحادثة الاعتداء الذي تعرض له ثلاثة صحفيين جزائريين بدوالا الكاميرونية. وأدان الكاف في بيان له نشره، أمس الاثنين، بشدة هذه الحادثة، وأكدت تواصلها مع سلطات الحكومة المحلية لفهم تفاصيل الحادث، مؤكدة في ذات الوقت مطالباتها بفتح تحقيق في القضية. كما أكد الاتحاد الأفريقي لكرة القدم، أن سلامة كل فرد يحضر كأس الأمم الأفريقية أولوية بالنسبة للاتحاد الأفريقي لكرة القدم وكذلك والبلد المنظم. من جهته، تمكنت عناصر الأمن الكاميروني، أمس الاثنين، من توقيف أحد المتورطين في الاعتداء على الصحفيين الجزائريين، ليلة أمس الأحد، بمدينة دوالا. ونشرت قناة حنبعل التونسية فيديو يظهر أحد الأشخاص وهو مكبل اليدين، مشيرة إلى أن مبعوثها إلى الكاميرون شاكر الكنزاري هو من وثق لحظة إلقاء الأمن الكاميروني القبض على أحد المعتدين. وسارعت عناصر الأمن الكاميرونية بعد وقوع الحادثة إلى التنقل إلى عين المكان، كما فتحت تحقيقاً لمعرفة الفاعلين.

وسيم

بعد حادثة الاعتداء

"إيتو" يعتذر من الصحفيين الجزائريين

تقدم رئيس الاتحاد الكاميروني لكرة القدم، صامويل إيتو، باعتذار رسمي للوفد الإعلامي الجزائري المتواجد بالكاميرون عقب تعرض ثلاثة صحفيين جزائريين بأسلحة بيضاء مع سرقه.

أغراضهم. وأعرب إيتو في تصريح للتلزيون العمومي بعد لقائه مع رئيس القاف، شرف الدين عمارة، عن امتنانه الكبير لدعم الجزائر اللامحدود من أجل تنظيم الكاميرون للكان في هذه النسخة. وأثنى إيتو الذي سبق له وأن حمل ألوان العديد من الفرق الأوروبية الكبيرة كبرشلونة وإنتر ميلان بالعلاقة الجيدة التي تجمع الاتحادين الكاميروني والجزائري، معرباً عن تطلعه من أجل تعاون أكبر في المستقبل. ويستهل "محاربو الصحراء" حملة الدفاع عن لقبه كبطل لأفريقيا، اليوم الثلاثاء بمواجهة سيراليون في مدينة دوالا، ضمن المجموعة الخامسة التي تضم معها غينيا الاستوائية وساحل العاج.

وسيم

وصفت العمل المقترف بالغبان

"الفاف" تدين الاعتداء على الصحفيين الجزائريين في "دوالا"

عبر الاتحاد الجزائري لكرة القدم، عن استيائه الشديد، عقب تعرض عدد من أفراد البعثة الإعلامية الجزائرية، للاعتداء الجسدي، وسرقه أغراضهم بمقر إقامتهم بمدينة دوالا الكاميرونية. ونددت القاف في بيان عبر موقعها الرسمي، بالاعتداء الذي وصفه بالغبان، والذي وقع في اليوم الافتتاحي لنهايات كأس أمم أفريقيا، رغم إقامتها تحت شعار، الروح الرياضية والأخوية داخل الملعب. وأضاف "الصحفيون إسماعيل محمد أمقران، ومهدي ضحاك، ومحمد عيساني، المتواجدون بدوالا لتغطية فعاليات كأس الأمم، وبالضبط مباريات المنتخب الجزائري، تعرضوا ليلة الاثنين، للاعتداء بمحيط الفندق الذي يقيمون به، ما خلف إصابات جسدية طفيفة، مع سلبهم بعض الأغراض الشخصية، من بينها هواتفهم النقالة، وجواز سفر". وتابع "الاتحاد الجزائري تواصل مع مدير الأمن المعين للبعثة الجزائرية، وهذا الأخير اتصل بمسؤولي الأمن على مستوى مدينة دوالا، ما سرع من تنقلهم إلى الفندق للاستعلام عن وضعية الصحفيين الجزائريين، وفتح تحقيق حول الحادثة".

وسيم



البطولة المحلية

إدارة بلوزداد تنهي مهام بختي وبن قابلية

تعرض لها الفريق يوم الجمعة الماضي أمام شبيبة القبائل في الجولة الـ 12 للرابطة المحترفة الأولى، حيث استفسر المدرب البرازيلي عن تراجع النتائج في الجولتين الماضيتين، التي اكتفى فيها النادي بنقطة وحيدة فقط من تعادله أمام هلال شلفو العيد قبل أن يسقط بميدانه، وهو الأمر الذي أثار سخط الأنصار على اعتبار أن الشباب ينافس من أجل الحفاظ على لقبه للمرة الثالثة تواليا، وتضييع نقاط بهته السهلة قد يعصف بأحلامهم. وكان عشاق اللونين "الأبيض والأحمر" قد طالبوا إدارة الفريق بإقالة المدرب ماركوس باكييتا، محمليين إياهم مسؤولية المستوى الباهت الذي تقدمه التشكيلة بالرغم من النتائج الإيجابية المحققة في بداية الموسم، وحذر أنصار النادي البلوزدادي من بقاء التقني البرازيلي على العارضة الفنية، الذي سيقتود الفريق حسبهم نحو الهاوية بسبب عدم قدرته على التحكم في المجموعة.



أعلنت أمس، إدارة شباب بلوزداد عن إنهاء مهام مساعدي المدرب البرازيلي ماركوس باكييتا، كريم بختي وأحمد بن قابلية، وذلك على خلفية تراجع النتائج في الجولة الأخيرة. وكشفت إدارة النادي العاصمي في بيان لها، على صفحتها الرسمية أمس، عن طلاق بالتراضي بين المديرين المساعدين بختي وبن قابلية، وأضافت "تعلن إدارة شباب بلوزداد عن فسخ عقدي المديرين المساعدين السيد "أحمد بن قابلية" و السيد "كريم بختي" وذلك بعد اتفاق ودي بين الطرفين"، وبنشرت إدارة بلوزداد قرارها بـ "يأتي هذا القرار تماشيا مع طموحات الفريق الذي ينافس على ثلاث جهات، لذا توجب توفير الإمكانيات اللازمة لإعادة الفريق إلى السكة الصحيحة، وهذا سيكون بصفة آلية بواسطة التغييرات تغييرات أخرى ستقوم بها إدارة الفريق لاحقا". وكان رئيس مجلس إدارة "أبناء العقيبة" قد استدعى الطاقم الفني، لاجتماع طارئ بعد الهزيمة المخيبة التي

تأخر بلوزداد

استكمال الجولة السادسة من الرابطة المحترفة الأولى داربي ناري بين "العميد" و"الباك".. ومواجهتان واعدتان بتيزي وزو والشلف

الإشارة بين الطرفين. ويطمح نادي "الكناري" لمواصلة نتائجها الباهرة بعد الإطاحة بالمتصدر شباب بلوزداد في الجولة الماضية، ومواصلة عروضة القوية التي بات يقدمها منذ عدة جولات، وبالنسبة لم يتهزم في آخر خمس لقاءات على التوالي حقق فيها الفوز في أربع مباريات مع تعادل وحيد، وهو ما يرجح كفة الفريق القبائلي في هذه المواجهة لتواجهه في أحسن أحواله ولعبه اللقاء على ميدانه. وتبقى المواجهة مفتوحة على كافة الاحتمالات، حيث أن مستوى أصحاب الأرض يبقى متذبذبا من حيث النتائج داخل وخارج القواعد، لكنهم سيحاولون بشتى الطرق تحقيق الفوز في هذه المواجهة لتعويض هزيمة الجولة الماضية بوهران والابتعاد من مراكز الخطر بحكم وجودهم في الصف الـ 14، إلا أن المهمة تبدو في غاية الصعوبة أمام أبناء الجنوب الذين يمتلكون تشكيلة مميزة قادرة على تحقيق الفوز خارج ملعبهم، خاصة وأن الفريق يبقى مطالبا بالاستفاقة في هذه الجولة بعد الهزيمة في المباراة الأخيرة والتعادل المخيب للأمال في اللقاء الذي قبله، ما يجعل المدرب قيس اليعقوبي ممنوعا من الخطأ في ضيافة الشلفاوة.

مباريات اليوم: الجولة السادسة

مولودية الجزائر أتلتيك بارادو
شبيبة القبائل اتحاد يسكرة
أولمبي الشلف شبيبة الساورة

مساء. وستكون المواجهة بهدف تحقيق الاستفاقة بالنسبة للفريقين المتعثرين في الجولة الماضية، حيث تعادلت المولودية بميدانها أمام اتحاد يسكرة بهدف لمثله، فيما تلقى الأتلتيك خسارة غير متوقعة على ملعبه أمام أمل الأربعا بهدفين لمثله. وفي لقاء آخر بملعب الفاتح نوفمبر بتيزي وزو يتلقى شبيبة القبائل بضيضه اتحاد يسكرة بداية من الساعة السادسة مساء في مواجهة تحمل الكثير من



بعد تأجيله 5 هزائم متتالية

أولمبي المديسة يواصل الغرق وحمار في عيون الإعصار

دخل فريق أولمبي المديسة في دوامة من النتائج السلبية المتتالية في آخر ست جولات من عمر الرابطة المحترفة الأولى، والتي عصفت بالنادي من أحد الأندية التي تلعب على المراتب الأولى إلى وسط الترتيب ما يجعل الوضعية تدق ناقوس الخطر. النادي الملداني وبعد انطلاقه مميزة في البطولة حقق من خلالها نتائج في الطريق الصحيح، حيث تراجع الفريق بشكل رهيب في سلم الترتيب، حيث إنقاد الفريق إلى خمس هزائم متتالية، وقبلها تعادلا مخيبا للأمال بملعبه منذ الجولة السابعة. وتبدو التصريحات الأخيرة لرئيس مجلس الإدارة كمال دمارجي والمدرّب لطفي السليمي موجهة مباشرة صوب المدير الرياضي حسان حمار باعتباره المسؤول الأول عن عملية الاستقدمات في الميركاتو الصيفي الماضي والتي كانت أغلبها من رديف ناديه السابق وفاق سطيف، حيث أكد الطرفان وجود نقائص في التشكيلة على مستوى الخطوط الثلاث، وهو ما يضع حمار في ورطة حقيقية خصوصا مع الانصار الذين رفضوا منذ البداية قدومه، وكانت النتائج كافية لإظهار ذلك اتجاهه، رغم أن الواقع يقول أنه لا يتحمل كل ما يحدث من مشاكل في الفريق، والذي يبقى يعاني نتيجة سوء التعاقدات والتأخر في التغييرات على مستوى الإدارة ونقص التحضيرات للموسم الجديد. رياض خ

مولودية الجزائر

جاوشي أولوية "العميد" في الميركاتو الشتوي
بشرت إدارة مولودية الجزائر، استعداداتها لفترة الانتقالات الشتوية المقبلة المقرر انطلاقها بداية من 26 جانفي الحالي، وذلك لتعزيز صفوفها تحسبا لمرحلة الإياب من الموسم الكروي الحالي. وكشفت مصادر مقربة من بيت "العميد"، بأن أحد وكلاء اللاعبين، اقترح على مسؤولي النادي، التعاقد مع هدف القسم الثاني هواة، ولاعب نجم بن عكنون حميد جاوشي، الذي سبق له وأن احترف في البطولة التونسية، إلى جانب تألقه بألوان العديد من الأندية المحلية على غرار واد بوهاريك واتحاد الحراش وشبيبة سكيكدة وغيرها من الأندية، وذكرت نفس المصادر، بأن جاوشي سيكون بنسبة كبيرة أول الوافدين على تشكيلة العميد في الميركاتو الشتوي. هذا وخطف اللاعب السابق لكل من حمام الأنف والأفريقي التونسيين، حميد جاوشي، الأنظار في بطولة الموسم الجاري من القسم الثاني هواة - غرب - بفضل أهدافه التي يسجلها مع نجم بن عكنون، ويملك الأخير 14 هدفا في 10 جولات، سجل منها اللاعب جاوشي 10 كاملة، وهو ما يؤكد الحس التهديفي الكبير الذي يملكه المهاجم المستقبلي للمولودية. سفيان ع

شبيبة الساورة

بوبكر وخليفي جاهزان ويريحان اليعقوبي

عاد ثنائي شبيبة الساورة، بوبكر عماد الدين وخليفي عبد الرزاق، إلى أجواء التدريبات الجماعية مجددا بعد تماثلهم للشفاء من الإصابة التي كان يعانيان منها. وسيكون الثنائي المذكور، جاهزا للمواجهة المرتقبة مساء اليوم، بداية من الساعة السادسة أمام أولمبي الشلف، في لقاء متأخر عن الجولة السادسة للرابطة المحترفة الأولى. وعاد كل من بوبكر وخليفي، إلى أجواء التدريبات الجماعية مساء أول أمس، ليؤكدان بذلك جاهزتهما لمواجهة اليوم، التي تبقى مهمة جدا لـ "نسور الجنوب" من أجل العودة مجددا إلى البوديوم، وذلك بعد الهزيمة التي تلقاها الفريق في الجولة الماضية على يد شباب قسنطينة، الأمر الذي من شأنه أن يريح الطاقم الفني بقيادة التونسي قيس اليعقوبي، وهو الذي يراهن على جاهزية التشكيلة للعودة بالزاد كاملا من الشلف. إلى ذلك، سيغيب عن مواجهة اليوم كل من، عادل بوشية، وسليمان فاروق وداوود محمد بداعي الإصابة.

الإدارة تنتظر عرضا رسميا

قندوسي محل اهتمام عملاق اسكتلندا ويتجه لمغادرة الوفاق

يستعد عملاق الكرة الاسكتلندية غلاسكو رينجرز الاسكتلندي، لتقديم عرض مقري لنادي وفاق سطيف بخصوص متوسط الميدان الهجومي أحمد قندوسي تحسبا لضمه خلال فترة الانتقالات الشتوية القادمة. وذكرت مصادر إعلامية اسكتلندية عن وجود محادثات بين مسؤولي النادي الاسكتلندي والناخب الوطني للمحليين مجيد بوقرة بخصوص لاعب خط الوسط، حيث استفسروا لدى المدافع السابق لفريقهم عن وضعية اللاعب وإمكاناته بشكل مدقق، بالإضافة إلى إمكانية شراء عقده من فريقه الحالي، وذلك لأخذ فكرة أدق حول اللاعب، بما أنه سبق له التواجد في مختلف الترتيبات للمنتخب المحلي، قبل أن يتم استبعاده في كأس العرب الأخيرة بسبب استدعاء عدد كبير من لاعبي المنتخب الأول للمشاركة في البطولة التي توج بها المنتخب الوطني. وينتظر النسر رسميا من نادي رينجرز لبدء إجراءات انتقال لاعبه أحمد قندوسي، واستلام مبلغ مالي كبير نظير الصنقة للخروج من الضائقة المالية الخائفة التي يعاني منها الفريق منذ بداية الموسم الكروي الحالي. ورغم أن إدارة نادي الهضاب تبقى تنتظر بفرار الصبر بيع عقد صانع ألعاب الفريق لحل أزمة الأموال التي ضربت النادي، إلا أنها ستكون أمام عقبة كبيرة لإقناع المسؤول الأول عن العارضة الفنية نبيل الكوكي للتفريط في أحد أهم ركائز التشكيلة الأساسية التي يعتمد عليه كثيرا منذ بداية الموسم، خاصة وأنه وحذر في آخر ظهور إعلامي له من تكرار سيناريو الموسم الكروي الماضي، بعد بيع اللاعبين البارزين في التشكيلة حسام الدين غشة، ومحمد الأمين عمورة قبل نهاية الموسم وهو ما جعل لقب البطولة يضع منهم في آخر أنفاس البطولة.

لتولي تدريب الفريق إلى غاية نهاية مرحلة الذهاب

إدارة "النصرية" تضع ثقتها في المدرب شريف عبد السلام

أجلت إدارة نصر حسين داي الفصل في ملف المدرب الجديد للفريق خلفا لكريم زاوي الذي فسخ عقده مع الفريق الأسبوع الماضي، وذلك على خلفية المشاكل التي أثرت على "النصرية". وكشفت مصادر مقربة من بيت النادي العاصمي، أن الإدارة وضعت ثقتها في المدرب المؤقت شريف عبد السلام، للإشراف على العارضة الفنية للفريق لغاية نهاية مرحلة الذهاب، وذلك قبل اتخاذ أي خطوة بخصوص خليفة زاوي. ويأمل مسؤولو "النصرية" في تحقيق شريف عبد السلام الانتفاضة المرجوة، خاصة بعد الفترة الصعبة التي مر بها الفريق في الجولات الماضية، حيث اكتفى النادي بحصد نقطة وحيدة في 6 مباريات كاملة، قبل أن يعود بانتصار باهر من المديسة على حساب الأولمبي المحلي، وهو الفوز الذي سمح لالنصار بالتفوق الصداة ولو نسبيا في انتظار التأكيد في المواجهة القادمة أمام وفاق سطيف برسم الجولة 13 رابطة المحترفة الأولى. وجددير بالذكر، أن نصر حسين داي يحتل المرتب 11 - 13 نقطة.



كأس إفريقيا-2021

ثلاثة صحفيين جزائريين يتعرضون للاعتداء بدوالا

تعرض ثلاثة صحفيين جزائريين، منهم المبعوث الخاص لوكالة الأنباء الجزائرية (واج) والمتواجدين بالكاميرون لتغطية كأس إفريقيا للأمم، مساء أمس الاحد بمدينة دولا (الكاميرون) لاعتداء بالاسلح الأبيض ووقع هذا الحادث امام الفندق الذي يقيم فيه الصحفيون الثلاثة حيث تم تجريدهم من اغراضهم الشخصية لاسيما هواتفهم النقالة و عقب هذا الاعتداء، تم الاستماع للضحايا الثلاثة من طرف السلطات الامنية المحلية من اجل فتح تحقيق و قبل هذا، تم نقلهم الى مؤسسة استشفائية جوارية للوقوف على حالتهم الصحية و يتابع وزير الاتصال محمد بوسليمانى ووزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، رمضان لعامة، هذه القضية عن كثب، حسبما علم لدى الدائرتين الوزارييتين كما ادان رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (الفاف)، شرف الدين عمارة، "بشدة هذا الاعتداء الجبان" الذي تعرض له الصحفيون الثلاثة و هم محمد عيساني (وكالة الأنباء الجزائرية) و اسماعيل محمد امقران (جريدة كومبيتيسيون) و مهدي ضحاك (ديزاد فوت).

بلماضي يأسف للاعتداء على الصحفيين الجزائريين

وندد الاتحاد الجزائري لكرة القدم بالاعتداء على الصحفيين الثلاثة ووصفه بالتصرف الجبان، وأشار إلى أنه تواصل مع مدير الأمن المعين للبعثة الجزائرية لاطمئنان على حالة الصحفيين الثلاثة وضمن عدم تكرار الحادث بلماضي بدأ المؤتمر الصحفي ظهر اليوم بالتأكيد على أسفه لتلك الحادثة، وأضاف عرفنا صباح اليوم بخبر الاعتداء على الصحفيين الجزائريين مساء أمس، كانت مفاجأة سيئة بالنسبة لنا، نتمنى تحقيق العدالة.



معسكر وفاة لاعب فريق جبهة التحرير الوطني المجاهد عبد الكريم كروم

توفي أول أمس الاحد بمدينة المحمدية بولاية معسكر لاعب فريق جبهة التحرير الوطني المجاهد عبد الكريم كروم عن عمر يناهز 86 عاما حسبما علم لدى مصالح الولاية وقد ولد الفقيه يوم 25 مارس من سنة 1936 بولاية سعيدة و كان مولعا برياضة كرة القدم التي برع فيها ليلعب في بداية مشواره الرياضي لفريق مولودية سعيدة قبل أن ينتقل سنة 1959 إلى فرنسا حيث لعب لصالح عدة فرق فرنسية ليلتحق سنة 1961 بفريق جبهة التحرير الوطني لكرة القدم بطلب من جبهة التحرير الوطني لتمثيل الجزائر في المحافل الرياضية الدولية وبعد الاستقلال عاد المرحوم عبد الكريم كروم للعب بفريق مولودية سعيدة إلى غاية سنة 1968 حيث التحق بفريق سريع المحمدية كلاعب ثم كمدرّب إلى غاية سنة 1979 و سيتم تشييع جنازة الفقيه إلى مئواه الأخير عصر يوم الاثنين بمقبرة سيدي عبد القادر بمدينة المحمدية بولاية معسكر.

واج

الخضر ينالون جائزة أفضل منتخب عربي

استلم الاتحاد الجزائري لكرة القدم، الأحد، جائزة أفضل منتخب عربي لعام 2021، التي "افتكها" محاربو الصحراء وسلمت الجائزة مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للإبداع الرياضي الإماراتية وأوحد الاتحاد الجزائري لكرة القدم العضو بالمكتب التنفيذي حكيم مدان إلى مدينة دبي الإماراتية، لحضور الحفل واستلام الجائزة. على اعتبار أن الرئيس شرف الدين عمار و الناصر الوطني جمال بلماضي ولاعبيه موجودون بالكاميرون، تأهبا لخوض نهائيات كأس أمم إفريقيا وكان أشبال الناصر الوطني جمال بلماضي قد خاضوا 11 مباراة دولية في العام الماضي (رسمية وودية)، فحصلوا 8 انتصارات واكتسبوا 3 تعادلات، كما استمروا في سلسلة المقابلات بلا هزيمة، حيث بلغوا 33 مباراة في منتصف نوفمبر الماضي، وارتفع الرقم إلى 34 مواجهة في مطلع العام الحالي، وبالضبط بعد مواجهة غانا في الـ 5 من جانفي الجاري وقال حكيم مدان عند استلامه الجائزة: "يشرفني أن أمثل بلدي الجزائر في هذا الحفل الذي منح فريقنا الوطني امتياز أفضل منتخب عربي. إنه تقدير مستحق في ضوء العروض الفنية التي قدمها منتخبنا. هذه الجائزة هي أيضا مصدر فخر لكل الشعب الجزائري، وأعتنم هذه الفرصة لأشكر منظمي هذه المبادرة".

س.ب



الألعاب المتوسطية وهران-2022

نحو استلام المجمع المائي والقاعة متعددة الرياضات في فيفري المقبل

يرتقب استلام المجمع المائي والقاعة متعددة الرياضات للمركب الرياضي لبلقايد بوهران وحقل الرماية الرياضية في شهر فيفري القادم تحسبا للألعاب المتوسطية المقررة في الصائفة المقبلة بعاصمة غرب البلاد، حسبما أفاد به أول أمس والي وهران وفي كلمة خلال أشغال الدورة الاستثنائية للمجلس الشعبي الولائي، أبرز سعيد سعيود أن "كل المشاريع الخاصة بألعاب البحر الأبيض المتوسط انتهت باستثناء ثلاثة مشاريع ويتعلق الأمر بالمجمع المائي والقاعة متعددة الرياضات التي تتسع لـ 6 آلاف مقعد بالمركب الرياضي ببلقايد وحقل الرماية الرياضية ببر الجير التي بلغت نسبة تقدم الأشغال بهم 85 بالمائة على أن يتم استلامهم في غضون الأيام العشرة الأولى من شهر فبراير المقبل على أقصى تقدير وأضاف الوالي بأن الدولة خصصت ميزانية للتخصيص لهذه الألعاب التي ستحتضنها وهران من 25 جوان إلى 5 جويلية القادمين ومباشرة أشغال التهيئة والتحسين الحضري، مشيرا إلى أن جزء من ميزانية الولاية للسنة الجارية وجهت لهذه المشاريع والتي تخص بلديات عين الترك وبنر الجير والسانيا وهران ودعا السيد سعيود في ذات السياق المنتخبين المحليين للتجند من أجل إعطاء الوجه اللائق وإضفاء صبغة جمالية لمدينة وهران من جهة والتكفل بأنشطة المواطنين من جهة أخرى كما ذكر أن ولاية وهران ستحتضن بداية من شهر مارس القادم البطولة العربية لكرة اليد والبطولة الإفريقية للروسية، معتبرا هاتين المنافستين محطات تجريبية قبل موعد الطبعة الـ 19 لألعاب البحر الأبيض المتوسط للإشارة، فقد تم خلال أشغال الدورة الاستثنائية للمجلس الشعبي الولائي المصادقة على نواب الرئيس وتشكيل اللجان والنظام الداخلي للمجلس.



واج

البطولة الوطنية للمصارعة المشتركة أشبال

تألق فرق رابطة الجزائر العاصمة

شهدت البطولة الوطنية للمصارعة المشتركة أشبال ذكور صنف أقل من 17 سنة، التي اختتمت فعالياتها، بداية الأسبوع الحالي، بالقاعة متعددة الرياضات بملعب 20 أوت 1955 بولاية برج بوعريج، تألق الفرق التابعة لرابطة الجزائر العاصمة مع تسجيل حضور جماهيري لافت لعشاق هذا الاختصاص الرياضي. وقد تميزت المنافسات بتنافس شديد بين المصارعين الذين أبانوا عن إمكانيات كبيرة في منافستي المصارعة الحرة والإغريقو رومانية، حيث عادت المرتبة الأولى حسب الفرق في منافسة المصارعة الحرة لرابطة الجزائر العاصمة فيما عادت المرتبة الثانية لرابطة عنابة والثالثة لرابطة برج بوعريج، فيما كانت أيضا المرتبة الأولى في المصارعة الإغريقو رومانية لصالح رابطة الجزائر متبوعة برابطة برج بوعريج وعنابة في المرتبتين الثانية والثالثة على التوالي. وأوضح رئيس الاتحادية الجزائرية للمصارعة المشتركة حمزة دغديق لـ "واج" في هذا الصدد قائلا "لقد تفاجأنا حقا بالمستوى الكبير الذي ظهر به المتنافسون، الذين كانوا متعشرين لمثل هذه الأجواء، وهو أمر متوقع على اعتبار أن المنافسة كانت متوقفة منذ سنتين". وأضاف ذات المتحدث، أن الفرصة كانت مواتية لانتقاء بعض المواهب التي ستمثل المنتخب الوطني للأشبال في المنافسات المقبلة على غرار بطولة إفريقيا لذات الاختصاص المقررة بالمغرب شهر مارس المقبل، وكذا ألعاب البحر الأبيض المتوسط المقررة بالمغرب بهران للإشارة فقد شارك في هذه البطولة المنظمة من طرف الاتحادية الجزائرية للمصارعة المشتركة بالتنسيق مع رابطة برج بوعريج للمصارعة المشتركة على مدار يومين 615 مصارعا يمثلون 168 ناديا ينشط عبر الوطن، إلى جانب عناصر المنتخب الوطني للأشبال.

واج

آيت مولود رئيسا جديدا لشبيبة تيارت

أسفرت الجمعية العامة الانتخابية التي جرت بالمركب الرياضي قايد أحمد بتيارت التي أشرف عليها مدير الشباب والرياضة بحضور رئيس المجلس الشعبي البلدي لتيارت وأغلب أعضاء الجمعية العامة، أسفرت عن انتخاب اللاعب والمناجير السابق آيت مولود مراد، رئيسا جديدا للفريق بإجماع الأعضاء الحاضرين وانتخاب أعضاء المكتب، الذي يتكون من الأعضاء السابقين، يضاف إليهم اللاعب السابق حمو عبد الكريم، الذي عين مناجير عاما للفريق.



س.ب

كأس أمم أفريقيا 2021

معركة خارج التوقعات بين الفراعنة والنسور الخضراء

وتغلب الفراعنة بنتيجة 3-1.

منتخب مصر،
افتتاحيخوض
مهمة صعبة في
مشواره بمنافسات
كأس الأمم الأفريقية،
حين يواجه نيجيريا، غداًالثلاثاء، على ملعب رومدي أدجيا،
ضمن منافسات المجموعة
الرابعة بالبطولة. وستكون
مواجهة مصر ضد نيجيريا،
بمثابة صراع خارج التوقعات،
خاصة مع التاريخ العريض
الذي يملكه المنتخبان.
الفراعنة هم الأكثر تنويهاً
الكان برصيد 7 مرات
2010، كما أن النسور
اقتنصوا اللقب 3 مراتبلقب
آخرها عام
الخضر
آخرها عام

ندية

يشهد

التاريخ على 7 لقاءات بين المنتخبين في كأس
الأفريقية، وتبدو الندية حاضرة بين الفراعنة
والنسور، فالمنتخب المصري فاز مرتين ومثلهما
لنيجيريا، مقابل التعادل 3 مرات. وبدأت
لقاءات المنتخبين على صعيد البطولة القارية في
نسخة 1963، وتفوق الفراعنة بنتيجة 6-3، كما فاز النسور في
نصف نهائي نسخة 1984 بركلات الترجيح. وكان آخر لقاء بين
المنتخبين في نسخة 2010 بالبطولة الأولى في دور المجموعات،

تاريخية

الفراعنة.. ورحلة استعادة الكان

يخطط منتخب مصر لاستعادة لقب الكان القاب منذ 2010، بعد أن غابت شمس الفراعنة منذ نهاية مشوار الجيل الذهبي بقيادة المدرب السابق حسن شحاتة. واستعان منتخب مصر بخبرات المدرب البرتغالي كارلوس كيروش، والذي نجح في العبور بالفراعنة للمرحلة النهائية بتصفيات كأس العالم 2022، وحقق المركز الرابع في كأس العرب. وأشار كيروش، جديلاً واسعاً في بداية مهمته قبل 4 أشهر بسبب استبعاد عدة نجوم وتغيير طريقة اللعب. واستمر هذا الجدل مع خروج الثاني طارق حامد ومحمد مجدي أفشة من حسابات كيروش في البطولة القارية. لكن منتخب مصر يتسلح بقدرات نجمه محمد صلاح الذي يحمل شارة القيادة، ويسعى لتحقيق اللقب القاري لأول مرة في مسيرته الدولية. ويعاني منتخب مصر من غياب حارس مرماه محمد أبو جيل لإصابته بكورونا، كما تحيط الشكوك بجاهزية لاعب الوسط عمرو السولية، لكن تبدو تشكيلة الفراعنة شبه مكتملة في ظل اعتماد كيروش على طريقة 4-3-3 ويميل كيروش للاعتماد على رباعي دفاعي شبه ثابت بقيادة أحمد حجازي، بجواره محمود حمدي الوشش وأكرم توفيق وأحمد أبو الفتوح، كما أن محمد الشناوي يحافظ عن جدارة على مقعده كحارس أساسي في تشكيلة الفراعنة. ويعول كيروش على قدرات محمد النني لاعب أرسنال مع حمدي فتحي لخلق المناطق الدفاعية في خط الوسط، ودور عبد الله السعيد في نقل الهجمات بخبراته وتفاهمه مع صلاح وعمر مروش ومصطفى محمد مثلث القوة الهجومية الضاربة في تشكيلة الفراعنة.

النسور
الخضر.. وأزمات بالجملة

على النقيض، دخل منتخب نيجيريا في دوامة من الأزمات قبل انطلاق البطولة، بدأت بإقالة الألماني جيرنوت من قيادة النسور، وتعيين المدرب المؤقت أوغوستين إيفواوين، ثم تعيين البرتغالي جوزيه بيسيرو قبل أيام من البطولة، ليكون مديراً دائماً ولكن عقب الانتهاء من منافسات الكان. الأزمات لم تتوقف هذا الحد، فكتيبة المدرب إيجوافين تفتقد خدمات الثلاثي الهجومي فيكتور أوسيمين مهاجم نابولي وإيمانويل دينيس مهاجم واتفورد وأودوين إيفالو مهاجم الشباب تسك أنديتهم بهم وعدم إرسالهم للمشاركة بالكان. ورغم الغيابات تشكيلة النسور الخضراء تشهد الأسماء اللمعة خاصة في الجانب وعلى رأسهم كيلينشي إيهانيتشو نجم ليستر سيتي، والخضرم أحمد موسى وصامويل شيكويزي لاعب فياريال، وأليكس إيبوي نجم إيفرتون.



حارس الكاميرون يدافع عن قرارات الحكم غريبال.... "الفار" لا يمكنه أن يخطئ



احتج منتخب بوركينا فاسو على قرارات الحكم الجزائري مصطفى غريبال، الذي أدار المباراة الافتتاحية لنهائيات كأس أفريقيا ضد منتخب الكاميرون، مستضيف البطولة، بعدما أعلن عن ضربتي جزاء في الشوط الأول لمنتخب «الأسود التي لا تروض». وانتقد برتران تراوري، نجم بوركينا فاسو أداء الحكم، واعتبر في تصريحات في المنطقة المختلطة، أنه جامل الكاميرون بإعلانه عن ضربتي جزاء، ساعدنا رفاق المهاجم فينسنت أبو بكر على قلب الطاولة والحصول على نقاط الانتصار الأول بعد الفوز 2-1. ورّد الحارس أندرييه أوانا، على الانتقادات التي شككت في انتصار منتخب بلاده، واعتبر أن هذه الادعاء لا يستقيم منطقياً، بعد اعتماد تقنية الفيديو «الفار» في مختلف المباريات والتي يمكنها تأكيد قرارات الحكم أو تعديلها، ليدافع بالتالي عن الحكم مصطفى غريبال. وقال أوانا في تصريحات عقب اللقاء في المنطقة المختلطة، «قد يخطئ الحكم في بعض القرارات وهو أمر طبيعي وقد يتعرض له أي فريق، ولكن بوجود «الفار» لا يمكن الحديث عن خطأ بما أن تقنية الفيديو تقدم صورة دقيقة عن الخطأ، وبالتالي فإن القرارات كانت سليمة». وتتميز الحكم الجزائري بقوة شخصيته خلال المباراة الأولى، حيث كان صارماً وجلب الاحترام، رغم أن منتخب بوركينا فاسو كان غاضباً بسبب القرارات خاصة وأنه من الصعب قبول الإعلان عن ضربتي جزاء خلال فترة قصيرة.



توزغار: جاهز لتقديم الإضافة.. ومواجهة مالي اختبار حقيقي لتونس

عبر يوهان توزغار لاعب تروا الفرنسي، عن سعادته بالعودة لمنتخب تونس، والمشاركة معه في كأس الأمم الأفريقية 2021 بالكاميرون. وقال توزغار في تصريحه للبعثة الإعلامية التونسية المتواجدة في مدينة ليمبي الكاميرونية: «صحيح أنه تعذر علي في مناسبات سابقة تلبية دعوة منتخب تونس لأنني لم أكن جاهزاً، لكن هذه المرة كنت في الموعد خصوصاً أنني أشعر بأنني جاهز لتقديم الإضافة». وعن ظروف الإقامة السيئة في ليمبي قال توزغار: «صحيح أن الظروف صعبة جداً، لكن علينا أن نركز على اللعب ونضع كل اهتماماتنا على المواجهات التي نخوضها في ليمبي». وبشأن المواجهة الأولى أمام مالي أوضح: «سنواجه منتخباً من العيار الثقيل، يتمتع بإمكانيات فنية وبدنية هائلة، وهذا سيجعل اللقاء معقداً، أنا اعتبر مباراة مالي اختباراً حقيقياً لنا في بداية الكان.. يذكر أن يوهان توزغار يعود إلى نسور قرطاج بعد 4 سنوات كاملة من الغياب، علماً بأن آخر دعوة وجهت له كانت في عهد نبيل معلول، وتحديدًا في شهر نوفمبر عام 2017.



الكنزاري: لا ننتظر الكثير من حنبعل المجبري بالكان

أكد ماهر الكنزاري المدير الفني لمنتخب تونس الأولمبي، أن منتخب بلاده ذهب إلى الكاميرون، بطموح حصد لقب بطولة أمم أفريقيا 2021، التي انطلقت أول أمس الأحد. وقال الكنزاري في تصريحات إذاعية: «المدرب منذر الكبير و90% من لاعبي منتخب تونس، لديهم قناعة بأنهم يملكون الإمكانيات التي تجعلهم قادرين على اللعب من أجل اللقب وهذا طموح مشروع». وعن رأيه في حنبعل المجبري النجم الصاعد لمنتخب تونس ومانشستر يونايتد: «المجبري مشروع لاعب كبير لمنتخب تونس، لكنه الآن لا يمكنه أن يحمل المنتخب على كتفيه ولا يمكنه أن ينتقل به لأعلى المستويات، أو يقوده للإنجازات لأنه من المبكر جداً أن نطلب من لاعب شاب كل ذلك». وأضاف: «لا يمكن أن ننتظر من حنبعل المجبري في الكان الكثير، مثلما فعل في كأس العرب، فالبطولتان مختلفتان من ناحية الأجواء وقيمة المنافسين، لكن بعد عامين أو ثلاثة يمكن أن يكون المجبري قاطرة منتخب تونس». وتابع: «على حنبعل أولاً أن يبنل فرصته في مانشستر يونايتد، وبالتالي برونزه مع تونس سيساعده كثيراً في مسيرته مع ناديه، فربما نرى مشروع صلاح أو محرز جديد». وعن إمكانية تعويضه للمدرب المساعد عادل السليمي في الجهاز الفني لمنتخب تونس الأول قال: «لم يعرض أحد علي ذلك، لكن حتى وإن عرض علي لن أقبل لأنني لا أصلح لأن أكون مساعداً».



محو الصورة

الباهة يحفز السودان أمام غينيا بيساو

يستهل منتخب السودان، مشاركته في كأس الأمم الأفريقية، القامة حاليًا في الكاميرون، بمواجهة غينيا بيساو، غداً الثلاثاء، على ملعب رومدي أدجيا. وأوقعت قرعة الكان، منتخب صقور الجديان في المجموعة الرابعة بجانب مصر ونيجيريا وغينيا بيساو. ويعود المنتخب السوداني للمشاركة في الكان، بعد غياب طويل منذ آخر نسخة شارك فيها خلال 2012 والتي أقيمت في غينيا الإستوائية والجاون. وتأهل منتخب السودان لأمم أفريقيا، بعد حلوله وصيفاً للمجموعة الثالثة برصيد 12 نقطة، خلف غانا (13 نقطة) صاحبة المركز الأول. ويسعى السودان إلى محو الصورة الباهة التي ظهر عليها في بطولة كأس العرب، بعد الخسارة أمام الجزائر ومصر ولبنان في دور المجموعات. كما أن الفريق يحتاج إلى العودة لسكة الانتصارات التي غابت عنه في آخر 10 مباريات متتالية ما بين ودية ورسمية. ويعود آخر فوز رسمي للسودان إلى مارس الماضي، وكان على جنوب أفريقيا في تصفيات الكان، أما آخر فوز تنافسي كان ضد ليبيا في تصفيات كأس العرب في جوان الماضي. ويدخل السودان، أمم أفريقيا، بحسابات مرتبكة، بعدما قام بتغيير جلده برحيل المدرب الفرنسي هوبير فيلود وطاقيه المعاون، وتكليف برهان تية، الذي أطاح بـ14 لاعباً شاركوا في تأهل الفريق للكان.

أبو بكر نجم افتتاح أمم أفريقيا... ألهمه نادال وفضل الكرة على الدراسة

قاد المهاجم فينسنت أبو بكر (29 عاماً)، منتخب الكاميرون، إلى تجاوز عقبة منافسه بوركينا فاسو، في المباراة الافتتاحية لكأس أفريقيا التي تقيم في الكاميرون، بعد أن أحرز ثنائية من ضربتي جزاء في الشوط الأول، ليمنح منتخب بلاده ثلاث نقاط ثمينة، بعد أن بادر منافسه بالتسجيل. ورغم أن الكاميرون تملك عديداً من الأسماء البارزة في الهجوم، فإن أبو بكر، مهاجم النصر السعودي، حافظ على مكانه الأساسي، ليقود «الأسود التي لا تروض» خلال المباراة الأولى التي عادة ما تكون صعبة نظراً إلى الضغط الكبير الذي يسلط على اللاعبين. ولكن أبو بكر فرض نفسه نجم اللقاء الأول. لم تختلف بداية النجم الكاميروني مع عالم كرة القدم عن معظم اللاعبين في الكاميرون، فقد نشأ في ظروف صعبة في عائلة تضم 6 أبناء، وقد دفعه إخوته من أجل الاهتمام بالدراسة التي اعتبر في حوار لموقع هريك لوريون الفرنسي أنها ضرورية في مسيرة أي لاعب، ولكن سرعان ما ظهر ميله لكرة القدم وابتعد عن مقاعد الدراسة من أجل التركيز على مسيرته الرياضية. وقد أكد في حوار مع موقع «سوفوت»، الفرنسي أنه تعلم كثيراً من متابعة كرة السلة وكذلك التنس، وأن تحركات نادال ألهمته كثيراً من أجل تطوير قدراته والتحكم في جسده بشكل متواصل، وأن مشاهدة مباريات التنس والسلة كانت في غاية الأهمية بالنسبة إليه وساعدته كثيراً للتخلص من ضغط مباريات كرة القدم. وكانت كأس أفريقيا التي أقيمت عام 2017 في الغابون أهم الحطات في مسيرته الدولية، بعد أن قاد الكاميرون إلى الحصول على لقب لم يكن متوقعا.

السلسلة القصيرة تكشف نقطة ضعف برشلونة



أحبط هدف أنطونيو بويرتاس، في الدقيقة 89 لصالح غرناطة، الفوز الثالث على التوالي لبرشلونة، الذي لم ينجح حتى الآن في تحقيق 3 انتصارات متتالية هذا الموسم، ما يشير إلى تعثر الفريق الواضح سواء في أوروبا أو الدوري الإسباني.

وبعد فوزه على مايوركا (1-0) بالليغا في أول مباراة بالعام الجديد، أقصى برشلونة ليناريس من بطولة كأس الملك يوم الأربعاء بفوزه بنتيجة (2-1). وبفضل هدف لوك دي يونج في مباراة السبت أمام غرناطة، كان البرسا قريباً من تحقيق الفوز الثالث على التوالي، لكن الفريق الأندلسي أحبطه بهدف قاتل على ملعب نوييوس لوس كارمينيس. ويواصل برشلونة استقبال أهداف في اللحظات الأخيرة في مسلسل لتزيف النقاط، وحدث ذلك في ملعب بالاييدوس أمام سيلتا فيجو بهدف من أياجو أساسياس (3-3)، وتكرر الأمر في إل سادار أمام أوساسونا بهدف من إيزيكيل «شيمي» أيبلا بنتيجة (2-2) وحدث مرة أخرى ضد غرناطة مع أنطونيو بويرتاس. وينتظر الفريق الكتالوني مواجهة صعبة أمام غريمه التقليدي ريال مدريد الأربعاء المقبل، في نصف نهائي كأس السوبر الإسباني، المقرر إقامته بالرياض. ويأمل برشلونة في استعادة المصابين أنسو فاتي وبيدري، واحتمال مشاركة الوافد الجديد فيران توريس، حال استيفائه شروط القيد والتعافي من كورونا.

ريال مدريد يصبو أنظاره نحو صفقة مجانية

ريال مدريد أنظاره تجاه صفقة مجانية من الكالتشيو، لضمها المقبل، وفقاً لتقرير صحفي إسباني. وبحسب صحيفة «موندو الإسباني»، فإن ريال مدريد يستهدف التعاقد مع الإيفاري لاعب وسط ميلان، في الصيف المقبل. وينتهي عقد كيسي (25) بنهاية الموسم الجاري، ورفض بالفعل العرض المقدم من أجيل التجديد. وأضافت الصحيفة الإسبانية، أن اهتمام ريال مدريد بكيسي ذهب إلى أبعد من ذلك، حيث بدأ الميرنفي محادثات مع ممثلي اللاعب، لمعرفة رأيه في الانتقال للعب في سانتياغو برنابيو. وأشارت الصحيفة، إلى أن ريال مدريد يعتقد أن كيسي بإمكانه أن يكون بديلاً جيداً لكاسيميرو في وسط ملعب الفريق. وارتبط اسم كيسي بأكثر من فريق آخر، أبرزها باريس سان جيرمان وليفربول وتوتنهام.

وجه في الصيف دييورتفو فرانك كيسي، عاماً مع ميلان، الروسونيري من أجل التجديد. وأضافت الصحيفة الإسبانية، أن اهتمام ريال مدريد بكيسي ذهب إلى أبعد من ذلك، حيث بدأ الميرنفي محادثات مع ممثلي اللاعب، لمعرفة رأيه في الانتقال للعب في سانتياغو برنابيو. وأشارت الصحيفة، إلى أن ريال مدريد يعتقد أن كيسي بإمكانه أن يكون بديلاً جيداً لكاسيميرو في وسط ملعب الفريق. وارتبط اسم كيسي بأكثر من فريق آخر، أبرزها باريس سان جيرمان وليفربول وتوتنهام.

برشلونة يلجأ إلى حيلة جديدة لتسجيل توريس قبل الكلاسيكو

يسابق برشلونة الزمن، من أجل تسجيل لاعبه الإسباني الجديد فيران توريس، قبل مواجهة الكلاسيكو أمام ريال مدريد، يوم غد، في نصف نهائي كأس السوبر الإسباني. ولم يتمكن برشلونة من تسجيل توريس حتى الآن، بسبب تجاوز الحد الأقصى للرواتب، والذي وضعته رابطة الليغا. وذكر ماتيو أليمان، المدير الرياضي لبرشلونة، أن رحيل هيلبي كوتينييو إلى أستون فيلا، لم يكن كافياً لتسجيل توريس. «سبورت» الكتالونية، فإن البارسا سيلجأ لإحالة تسجيل النجم الوافد من أضافت، النادي يحاول التفاوض مع لتجديد عقده، الذي ينتهي بنهاية بشرط تخفيض راتبه، على أمل فتح توريس. ويسعى برشلونة لأغراء عقده لفترة طويلة، مقابل تخفيض الذي يسمح بتسجيل توريس. في الوقت برشلونة التخلص من الثاني يوسف أومتيتي، لفتح الباب أمام إحضار جديدة.

برشلونة يعلن غياب نجمه 5 أسابيع

أعلن نادي برشلونة، غياب أحد لاعبيه البارزين في خط الدفاع عن الملاعب بسبب الإصابة. وتعرض المدافع الإسباني إريك غارسيا لإصابة، بعد مرور دقائق قليلة من الشوط الثاني لمباراة غرناطة، السبت، ما أجبر تشافي هيرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، على استبداله في الدقيقة 54، ليشارك مكانه الفرنسي كليمنت ليتغليه. وقال برشلونة، في بيان رسمي، «أظهرت الاختبارات التي أجريت صباح اليوم على إريك جارسيا، لاعب الفريق الأول، أنه يعاني من إصابة في العضلة ذات الرأسين في فخذه الأيمن، والوقت التقريبي لغيابه سيكون 5 أسابيع». يذكر أن مباراة برشلونة وغرناطة انتهت بالتعادل الإيجابي (1-1) ضمن منافسات الجولة 20 من الدوري الإسباني. وكان الفريق الكتالوني خسر مدافعه رونالد أراوخو، لإصابته بكسر في الأصبع، خلال مباراة ليناريس في كأس ملك إسبانيا. ويحتل فريق برشلونة المركز السادس في جدول ترتيب الدوري الإسباني برصيد 32 نقطة من 20 مباراة.

الابا: ريال مدريد في مكانة يستحقها

يرى النمساوي ديفيد ألبا لاعب ريال مدريد أن الميرنفي في المكانة التي يستحقها، عقب الفوز بنتيجة (4-1) خلال مواجهة فالنسيا، مساء السبت، ضمن منافسات الجولة 20 من الليغا. وقال ألبا، خلال تصريحات نقلتها صحيفة «موندو ديپورتيفو» الإسبانية: «أردنا الفوز بالمباراة وحصد النقاط الثلاث خاصة بعد الأسبوع الماضي». وأضاف: «نحن في المكان الذي نستحق التواجد فيه، وهدفنا هو الفوز بالليغا ولهذا نحاول الفوز في كل مباراة». وتابع: «الثاني بنزيم وفينيسيوس مهم جداً بالنسبة لنا، ليس في المباراة هذه فقط بل في الأشهر الأخيرة، حيث أثبتا أنهما مهمان للغاية، ومحترمان بشكل رائع». وأردف: «لقد رأيت كيف يعمل الثاني يوما تلو الآخر، وخاصة فينيسيوس الذي تحسن كثيراً، ويمكنكم رؤية ذلك على أرض الملعب». وأتم: «نعتقد أننا يجب علينا دائماً العمل كفريق ومحاولاً مساعدة فينيسيوس، لكننا نحاول اللعب كفريق واحد». وبالنسبة لريال مدريد موقعه في صدارة جدول ترتيب الليغا برصيد 49 نقطة.

سان جيرمان يتسبب في انهيار خطة تشافي

أكد تقرير صحفي إيطالي، انهيار فرص انتقال المهاجم الإسباني ألفارو موراتا، نجم يوفنتوس، لصفوف برشلونة، في جانفي الجاري. وحاول برشلونة الحصول على خدمات موراتا، خلال الفترة المتبقية في عقد أتلتيكو مدريد إلى يوفنتوس، بناءً على رغبة تشافي هيرنانديز المدير الفني، لكن الأمور قد توقفت موافقة إدارتي النادييين واللاعب.

وبحسب موقع «كالتشيو ميركاتو» الإيطالي، فإن ماكس أليجر، المدير الفني ليوفنتوس، اشترط الحصول على خدمات الأرجنتيني ماورو إيكاردي، مهاجم باريس سان جيرمان، من أجل السماح لموراتا بالرحيل.

لكن رغبة أليغري، سان جيرمان، التي لا لإيكاري خاصة اصطدمت بخطط تتضمن السماح بالرحيل بأي ثمن، بعد إصابة نيمار، وعدم التأكد من لحاقه بمواجهتي ريال مدريد في دوري الأبطال. وأشارت الصحيفة إلى أن المفاوضات بين يوفنتوس وسان جيرمان، لم تؤت ثمارها، لأن النادي الإيطالي أراد ضم إيكاردي على سبيل الإعارة، بينما صمم النادي الفرنسي على وضع بند بالزامية الشراء. ومع ذلك، يدرك باريس سان جيرمان، أنه يتعين عليهم التخلي عن أحد نجومهم لموازنة الحسابات، بينما يواصل برشلونة مراقبة الموقف، على أمل حدوث أي تغيير.

بيلغريني منتقداً ملعب فايكانو: قلة احترام للمتفرجين

أبدى التشيلي مانويل بيلغريني، المدير الفني لريال بيتيس، سعادته بروح الفريق التي ظهرت أمام رايو فايكانو في مباراتهما التي انتهت بالتعادل (1-1) الأحد ضمن الجولة 20 لليغا، في الوقت الذي انتقد فيه حالة أرضية ملعب (فاييكاس)، حيث وصفها بأنها «قلة احترام للمتفرجين».

وحصد الفريق الأندلسي نقطة من معقل منافسه المديري، رغم أنه بادر بالتقدم في النتيجة في الدقيقة 45 عن طريق نجمه وقائده سرجيو كاناليس، ثم أدرك فايكانو التعادل في الدقيقة 70 بتوقيع إيفان بايو. في تصريحات عقب المباراة «لقد شاهدت مباراتين في واحدة. سارت لصالحنا على ملعب صعب، ثم المباراة التي لعبناها منذ فريقنا، في إشارة إلى طرد أليكس مورينو في الدقيقة 32 بسبب إيسي بالازون لاعب فايكانو. وتابع: «أشعر ببعض المرارة بسبب اللحظة التي تسببت في تغيير مجرى المباراة. اتخذ قرار حاسم بهذا الشكل، على الحكم أن يذهب لمشاهدة اللعبة، وعليه أن يكون متيقناً تماماً من قراره. أعتقد أن لاعب فايكانو كان ينظر للأسفل وكذلك رأسه كانت في نفس الاتجاه».

وأردف: «كنت سعيداً بما قدمه قبل حالة الطرد، وحتى بعد الطرد لأن الفريق حافظ على التزامه وتركيزه. في النهاية هي أحداث تصنع الفارق، ولكنني سعيد بشكل عام بروح الفريق». وأبدى المدرب المخضرم استياءه من حالة أرضية ملعب (فاييكاس)، حيث يرى أنها لم تكن بحالة جيدة. وأوضح: «أعتقد أن امتلاك فريق في الدرجة الأولى لأرضية ملعب بهذه الحالة، يعد قلة احترام للمتفرجين. لا يمكن لرابطة (الليغا) السماح بملعب كهذه، لأنها تجعل مهمة اللعب عليها أصعب. في هذا المستوى من المنافسة التي تبت في جميع أنحاء العالم، يجب أن يكون هناك اشتراطات أساسية للملاعب التي تتوافق مع الدرجة الأولى».



الدوري الألماني

وكيل ديست يوضح حقيقة مغادرتة برشلونة إلى بايرن

كشف مايكل ريشكه، وكيل أعمال الأمريكي سيرجيو ديست، الظهير الأيمن لبرشلونة، حقيقة رغبة اللاعب في الرحيل عن صفوف البلوغرانا، خلال سوق الانتقالات الشتوية الحالية. وارتبط اسم ديست بالرحيل عن النادي الكتالوني، خاصة أنه فقد مكانه في التشكيلة الأساسية، مع تولي تشافي هيرنانديز القيادة الفنية للفريق. وأفادت تقارير صحفية مؤخرا، بأن بايرن ميونخ متصدر الدوري الألماني، ضمن الأندية المهتمة بضم ديست. وعن ذلك قال ريشكه، خلال تصريحات لصحيفة «بيلد» الألمانية: «ديست ليس لديه نية للرحيل.. على الأقل في المدى القصير». وأضاف ريشكه، الذي عمل من قبل كمدير رياضي للنادي البافاري: «ولدي شكوك كبيرة بشأن الانتقال المحتمل لديست إلى بايرن ميونخ، الصيف المقبل».

حكم لقاء دورتموند وبايرن يتبعد عن إدارة مباريات البوندسليغا

أكد لوتز ميشيل فرولنيتش رئيس لجنة الحكام بالاتحاد الألماني، أن الحكم فيليز تسفاير لا يقوم بإدارة أي مباراة حاليا في الدوري الألماني «بوندسليغا»، في أعقاب الضجة التي أحدثها خلال إدارته لمباراة بوروسيا دورتموند وبايرن ميونخ الشهر الماضي. وقال فرولنيتش: «تسفاير حصل على أجازة لنفسه بعد آخر مهمة دولية له قبل عيد الميلاد (الكريسماس)، ولا يقوم بإدارة المباريات حاليا، هذا قراره». وواجه الحكم الدولي تسفاير انتقادات كبيرة من لاعبي دورتموند عقب المباراة التي أقيمت مطلع الشهر الماضي، والتي فاز بها بايرن (3-2)، بهدف من ركلة جزاء، وذلك بعد أن طالب لاعبو دورتموند باحتساب ركلة جزاء لهم في وقت سابق من المباراة. واتهم جود بيلينغهام لاعب دورتموند، تسفاير بشكل غير مباشر بالفساد فيما يتعلق بتورط الحكم بالتلاعب في نتائج المباريات قبل 17 عاما. وكان الحكم فيليز تسفاير، متهما في قضية تتعلق بروبورت هويزر بشأن التلاعب بنتائج المباريات في 2005. كما جرى اتهام تسفاير أمام المحكمة بالحصول على أموال، لكنه نفى ارتكاب أي مخالفات في الوقت الذي أكدت فيه السلطات أنه ساعد على تفجير هذه القضية. وأكد رئيس لجنة الحكام بالاتحاد الألماني: «القصة المحيطة بروبورت هويزر ينبغي توضيحها في مرحلة ما».

تطعيم 90% من حكّام البوندسليغا ضد كورونا

أعلن الاتحاد الألماني لكرة القدم أن حوالي 90% من حكّام البوندسليغا، تلقوا لقاح كورونا. وأكد لوتز ميشيل فرولنيتش رئيس لجنة الحكام بالاتحاد الألماني لكرة القدم أن الحكام الذين رفضوا الحصول على اللقاح بإمكانهم الاستمرار في إدارة المباريات. وأوضح فرولنيتش، 64 عاما، لتلفزيون «بيلد» أن معدل التطعيمات بين الحكام مشابه للمعدل بين اللاعبين. وقال فرولنيتش الأحد: «معدل التطعيمات بين الحكام مرتفع، ولكن الحكم غير المتطعمين تم السماح لهم أيضا بإدارة المباريات، مثل السابق». وأشار: «تواجدت لدينا بالفعل حالات إيجابية، لكن حدث هذا في وقت لم يسبب مشكلة، الحكم دخلوا بعدها في العزل الطبي».

دورتموند يرفض رمي منديل هالاند

يرفض نادي بوروسيا دورتموند الألماني رمي منديل نجمه النرويجي، إيرلينغ هالاند، والاستسلام لفكرة رحيله عن الفريق بنهاية الموسم الجاري. وترتبط تقارير صحفية عديدة هالاند بالرحيل عن دورتموند في الصيف المقبل، حين يصبح في عقده بندا للشرط الجزائي يتيح لأندية أوروبا التعاقد معه نظير 75 مليون يورو فقط. وأكدت صحيفة موندو ديبورتيفو الإسبانية، مساء الأحد، أن دورتموند يسعى لإقناع هالاند بضرورة الاستمرار في صفوف الفريق بالموسم المقبل، وقطع الطريق على برشلونة وريال مدريد الإسباني اللذان يعتبران من أكثر المهتمين بالحصول على بطلانته. المدير الرياضي لدورتموند، سيباستيان كيل، قال عن هالاند في تصريحات صحفية: «فكرتنا أننا سنجلس على طاولة واحدة ونحدث، سنحاول الحصول على بعض التوضيحات». وأضاف كيل قائلا: «سنعمل على محاولة إقناع هالاند للاستمرار في دورتموند، واعتقد أن فرصنا لتحقيق ذلك ليست سيئة على الإطلاق، نحن مازلنا في الطريق المناسب، ومن الجيد للبوندسليغا استمرار اللاعب هنا، لكن القرار بيده في نهاية المطاف». ويرتبط هالاند بعقد مع أسود الفريستفاليا يصل لخط النهاية في يونيو 2024.

رسميا.. دورتموند يخطف موهبة إيطالية



أتم نادي بوروسيا دورتموند تعاقدته في الساعات الماضية مع إحدى المواهب الشابة في الملاعب الإيطالية. وأكد مايكل زورك، المدير الرياضي للنادي الألماني، في تصريحات لصحيفة «WAZ»، تعاقد دورتموند مع فيليبو ماني سامبدوريا. ويبلغ المدافع الإيطالي الشاب 16 عاما فقط، لكنه جذب أنظار كشافي أسود الفريستفاليا، ما دفع النادي للتحرك مبكرا لضمه. ويلعب ماني أيضا ضمن صفوف منتخب إيطاليا تحت 17 سنة، إذ يعد ركيزة أساسية في تشكيلة الفريق. واعتاد دورتموند في السنوات الأخيرة التنقيب عن المواهب الشابة في مختلف ملاعب العالم، للظفر بهم بأسعار زهيدة ومن ثم بيعهم مستقبلا بمبالغ كبيرة. واستفاد دورتموند مؤخرا من جلب اللاعبين المميزين في سن مبكرة، أمثال إيرلينغ هالاند وجادون سانشو، حيث باع الأخير في الصيف الماضي بحوالي 85 مليون يورو.

كولون يواصل صحوته ودورتموند يشعل الصراع على صدارة البوندسليغا



تميزت الجولة الثامنة عشر من الدوري الألماني لكرة القدم بتعثر المتصدر بايرن ميونخ وهز مطارده المباشر دورتموند ليشعل الصراع على لقب البوندسليغا. كما نجح فريق كولون في مواصلة صحوته وهاز خارج ميدانه على هيرتا برلين. واصل كولون صحوته في بطولة الدوري الألماني لكرة القدم «بوندسليغا»، بعدما حقق فوزا كبيرا 3/1 على مضيفه هيرتا برلين، مساء الأحد، في المرحلة الثامنة عشر للمنافسة. وارتفع رصيد كولون الذي حقق فوزه الثالث على التوالي في المباراة، إلى 28 نقطة في المركز السادس، بفارق نقطتين عن المركز الرابع بترتيب البطولة، الذي يصعد بصاحبه لبطولة دوري أبطال أوروبا في الموسم المقبل، في حين توقف رصيد هيرتا برلين عند 21 نقطة في

المركز الثاني عشر. وبادر أنطوني موديسيت بالتسجيل لكولون في الدقيقة 29، قبل أن يضيف أوندريغ دودا الهدف الثاني في الدقيقة 32، لكن فلاديمير داريدا أشعل المباراة من جديد، عقب تسجيله هدفا لهيرتا برلين في الدقيقة 57. وقضى جان تاليمان على آمال فريق العاصمة الألمانية تماما في إدراك التعادل، بعدما أضاف الهدف الثالث لكولون في الدقيقة الأولى من الوقت المحتسب بدلا من الضائع للشوط الثاني. وتميزت المرحلة الثامنة عشر من البوندسليغا بتعثر المتصدر بايرن ميونخ أمام مونشغلادباخ بهدف لهدفين وهز مطارديه المباشر بوروسيا دورتموند. واستطاع فريق بوروسيا دورتموند أن يشعل الصراع على لقب الدوري الألماني لكرة القدم بعدما تمكن من قلب تأخره بهدفين نظيفين أمام آينتراخت فرانكفورت إلى فوز 3/2 خلال المباراة التي جمعتهم السبت حيث قلص الفارق بينه وبين بايرن ميونخ، المتصدر، إلى ست نقاط، عقب خسارة الأخير 1/2 أمام بوروسيا مونشغلادباخ يوم الجمعة الماضي. وجاءت خسارة بايرن ميونخ في ظل وجود تسع حالات إصابة بغير روس كورونا في الفريق الأول وتواجد لاعبين اثنين في بطولة كأس أمم أفريقيا. وكان الفريق مرهقا لدرجة أن بول فانتز (16 عاما) أصبح أصغر لاعب في بايرن ميونخ يشارك في مباراة في تاريخ البوندسليغا. حتى أن بايرن ناقش محاولة تأجيل اللقاء. ولكن لمدة تسعة مواسم فشلت بضيعة الفرق المشاركة بالبوندسليغا في مجارة الفريق. وربما يجادل المنافسون أن سوء الحظ لبيرن ميونخ جاء متأخرا. ويعمل بايرن ضيفا على كولون السبت المقبل ورغم أن بعض الفانيين عادوا للتدريبات، إلا أن المدرب جوليان ناغلسمان لا يضع عليهم آمالا كبيرة. وفي المباراة المقبلة، يستضيف دورتموند فريق فرايبورغ، صاحب المركز الرابع، يوم الجمعة، حيث أن الفوز بهذه المباراة سيقطع الفارق بينه وبين بايرن إلى ثلاث نقاط، في انتظار ما ستسفر عنه مباراة بايرن الصعبة أمام كولون.

كولن يلامس مراكز دوري الأبطال بانتصار جديد



شتوتغارت يفاوض عدة لاعبين للرحيل في الشتاء

أعلن شتوتغارت الألماني، أنه من غير المستبعد رحيل من ثلاثة إلى أربعة لاعبين عن النادي خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية.

وقال المدير الرياضي للنادي سغن ميسليننتات: «من المؤكد أن هناك 3 أو 4 لاعبين تجري معهم محادثات». وأضاف ميسليننتات: «قد يحدث رحيل لاعب أو آخر على أساس إعارة أو بشكل دائم، وسنرى ما إذا كان هذا الأمر سيتم الانتهاء منه أم لا».

في المقابل، استبعد ميسليننتات رحيل الثلاثي لي إيجلوف وناوريو أحمادا وإنزو ميلوت وقال «هؤلاء هم الشباب الذين سيبقون بالتأكيد».

وكشف ميسليننتات أن ناديه لا ينوي شراء لاعبين آخرين نظرا للقيود الاقتصادية.

يذكر أن شتوتغارت يحتل المركز 15 في ترتيب جدول الدوري وذلك بعد تعادله السلبي أمام متذيل الجدول جرويتر فورت.

واصل كولن صحوته في الدوري الألماني لكرة القدم (بوندسليغا)، بعدما حقق فوزا كبيرا 3/1 على مضيفه هيرتا برلين، مساء الأحد، ضمن المرحلة 18 للمنافسة.

وارتفع رصيد كولن، الذي حقق فوزه الثالث على التوالي في المباراة، إلى 28 نقطة في المركز السادس، بفارق نقطتين فقط عن المركز الرابع، الذي يصعد بصاحبه لدوري أبطال أوروبا.

وتوقف رصيد هيرتا برلين عند 21 نقطة، في المركز الثاني عشر. وبادر أنطوني موديسيت بالتسجيل لكولن في الدقيقة 29، قبل أن يضيف أوندريغ دودا الهدف الثاني، في الدقيقة 32.

لكن فلاديمير داريدا أشعل المباراة من جديد، عقب تسجيله هدفا لهيرتا برلين في الدقيقة 57. وقضى جان تاليمان على آمال فريق العاصمة الألمانية تماما في إدراك التعادل، بعدما أضاف الهدف الثالث لكولن، في الدقيقة 91.

قرعة كأس إنجلترا؛

سهلة للكبار وصعبة لتوتنهام وأرسنال

أقيمت قرعة الدور الرابع من كأس الاتحاد الإنجليزي، لموسم 2021/2022، مساء الأحد، قبل مباراتي أرسنال وتوتنهام هورست، ومانشستر يونايتد وأستون فيلا. وصعد ليفربول وتوتنهام إلى الدور الرابع، بعد فوز الأول على شروسبري تاون، وفوز الثاني على موركامب.

وجاءت قرعة الدور الرابع كالتالي:

- ليفربول ضد كارديف سيتي.
- مانشستر سيتي ضد فولهم.
- تشيلسي ضد بلايموث.
- الفائز من مانشستر يونايتد وأستون فيلا ضد ميدلزبره.
- الفائز من أرسنال وتوتنهام هورست ضد لستر سيتي.
- توتنهام ضد برايتون.
- إيفرتون ضد بريتنغورد.
- وست هام يونايتد ضد كيدرمنستر.
- وولفرهامبتون ضد نورويتش سيتي.
- ساوثهامبتون ضد كوفتري سيتي.
- ستوك سيتي ضد ويجان أثلتيك.
- كريستال بالاس ضد هارتليبول.
- هيدرسفيلد ضد بارنسلي.
- كوينز بارك رينجرز ضد بيتربورو.
- كامبريدج ضد لوتون يونايتد.
- بورنموث ضد بورهام وود.

جيرارد: مانشستر يونايتد يستحق الاحترام.. ورائعنيك بحاجة للوقت

يرى ستيفن جيرارد، مدرب أستون فيلا، أن رالف رانغنيك، مدرب مانشستر يونايتد، بحاجة إلى الوقت لترك بصمته مع الشياطين الأحمر، مشيراً في الوقت ذاته إلى أن فريقه لا يقلل من حجم المهمة التي تنتظره في أولد ترافورد. وقال جيرارد بحسب ما نقلت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية: «أعتقد أن الكل لا يزال يحترم حقيقة أن مانشستر يونايتد فريق جيد على ملعب أولد ترافورد». وأضاف: «مانشستر يونايتد قادر على هزيمة أي فريق في أولد ترافورد في حال حظي بأهمية جيدة، بالطبع لن نقلل احترامنا تجاه الذي نواجهه». وتابع:

«عندما يتولى مدرب جديد المهمة الفنية، فإنه يكون بحاجة للوقت لوضع شخصيته وفلسفته، وإذا حللتم نتائجهم، فهم ليسوا بهذا السوء الذي يصوره البعض». وواصل: «الكل يعرف أن مانشستر يونايتد يستحق الاحترام، بالنظر إلى المستوى الذي يعمل به».

وتطرق جيرارد إلى كأس الاتحاد، تلك البطولة التي توج بلقبها عامي 2001 و2006 رفقة ليفربول: «من الجانب التاريخي، فهذه البطولة تعني لي الكثير، حيث حققت مستويات جيدة من النجاحات بها، وهناك بعض من أبرز اللقطات في مسيرتي بها». واستكمل: «هذه بطولة تقليدية وخاصة لكل الإنجليزي والبريطانيين أيضاً، حتى عندما نتحدث مع الأجانب الذين يأتون إلى هنا، فدائماً ما يتم ذكر كأس الاتحاد، فهي بطولة تملك اسماً في العالم، وأتطلع للتنافس بها كمدرّب».

الكشف عن حوار سري بين رانغنيك وبوغبا

كشف تقرير صحفي بريطاني، عن تفاصيل حوار سري بين رالف رانغنيك، المدير الفني المؤقت لمانشستر يونايتد، ولاعبه الفرنسي بول بوغبا. وينتهي عقد بوغبا مع الشياطين الأحمر في الصيف المقبل، وبالتالي يستطيع التوقيع مع أي نادٍ مجاناً. ويغيب اللاعب الفرنسي عن مباريات مانشستر يونايتد منذ شهر نوفمبر الماضي، بسبب إصابة في الفخذ. ووفقاً لصحيفة «ميرور» البريطانية، فإن رانغنيك عقد جلسة مع بوغبا وأبلغه أنه لن يتسرع في الدفع به في المباريات، وسيسمح له بالحصول على كامل وقته للتعافي من الإصابة. وأشارت إلى أن رانغنيك ألح إلى أن بوغبا لديه المساحة للتحدث مع الأندية الأخرى التي يخطط للانتقال إلى أحدها في الموسم المقبل. ورد بوغبا بأنه ليست أي نية لاحتجاج أو الاعتراض على قرارات رانغنيك، وأنه ملتزم تماماً بالعمل من أجل إعادة مانشستر يونايتد إلى المراكز الأربعة الأولى في الدوري الإنجليزي الممتاز. وذكرت «ميرور» أن بوغبا لن يتخذ قراراً بشأن مستقبله حتى الصيف المقبل، حيث سيظل وكيله مينو رايولا يعمل لإيجاد أفضل عقد له.



كلوب يوضح حقيقة غياب ألكانتارا حتى نهاية الموسم

تحدث مدرب فريق ليفربول يورغن كلوب عن مدة غياب تياغو ألكانتارا المتوقعة بعدما انتشرت تكهنات سيئة بشأنه في اليومين الماضيين. ولم يشارك تياغو ألكانتارا في أي مباراة رفقة ليفربول منذ ظهوره أمام نيوكاسل يونايتد يوم 16 ديسمبر الماضي. وعانى لاعب الوسط الإسباني من فيروس كورونا قبل تعافيه، ثم تعرض لإصابة غير محددة في الفخذ. وظهرت تكهنات أمس أن تياغو ألكانتارا قد يغيب عن ليفربول حتى شهر مارس القادم، وربما حتى نهاية الموسم الحالي. وظهر يورغن كلوب في مؤتمر صحفي بعد فوز ليفربول على شروفسبري في دور الـ 64 من كأس الاتحاد الإنجليزي، بأربعة أهداف مقابل هدف. وشغل عن تياغو ألكانتارا، حيث قال في تصريحات نشرها الموقع الرسمي للنادي: «لا، لم يخطر ببالي شهر مارس ولا نهاية الموسم». وأضاف: «إنه شيء حول الورك، هذا هو الوضع ويحتاج إلى وقت الآن، لم يتدرب هذا الأسبوع ولكننا نتوقع عودته للقيام بأمور إعادة التأهيل اعتباراً من الغد، وبعد ذلك ستري». وواصل: «لا، ليس الأمر أنه سيغيب حتى نهاية الموسم، على الإطلاق».



تفاصيل مثيرة بشأن إمكانية رحيل رونالدو عن مانشستر يونايتد

وفقاً للتقارير، وصل وكيل كريستيانو رونالدو، خورخي مينديز، إلى المملكة المتحدة لإجراء محادثات مع نجم مانشستر يونايتد بشأن مستقبله في أولد ترافورد. أحرز رونالدو (36 عاماً) 14 هدفاً في 21 مباراة منذ عودته لفترة ثانية إلى مانشستر يونايتد في الصيف. ومع ذلك، فإن مستواه الرائع أمام المرمى لم يدفع الشياطين الأحمر نحو تحدي لقب الدوري الإنجليزي الممتاز. وبدلاً من ذلك، يجلسون خلف مانشستر سيتي المتصدر بفارق 22 نقطة، بعد أن خسروا ست مباريات في النصف الأول من الموسم واستبدلوا أولي جونار سولشاير بالمدرّب المؤقت رالف رانغنيك. ووفقاً لصحيفة ذا صن، يخشى رونالدو أن ينتهي حلمه بالعودة إلى أولد ترافورد بكارثة. ويعتقد أن مينديز، وكيل اللاعب منذ فترة طويلة، قد طار مؤخراً للجلوس مع موكله ومناقشة مخاوفه بشأن حالة يونايتد المضطربة. من المفهوم أن لاعب ريال مدريد ويوفنتوس السابق محبط من أداء الفريق الأخير في حين أنه أصيب بخيبة أمل من أسلوب رانغنيك في اللعب.

كورونا

يضع أندية البريميرليغ في أزمة جديدة

ستدخل أندية الدوري الإنجليزي الممتاز، في أزمة خلال الفترة المقبلة، بسبب البروتوكول الجديد لفيروس كورونا الذي تعده الحكومة البريطانية.

ووفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، فإن لاعبي البريميرليغ غير الملحقين سيُجبرون على دخول العزل الصحي لمدة 10 أيام عند عودتهم من خوض مباراة بدوري أبطال أوروبا أو المباريات الدولية مع المنتخبات.

وأشارت إلى أن التشديد المنتظر في البروتوكول، يعود إلى وجود أقلية من نجوم الرياضة يرفضون حتى الآن تلقي لقاح فيروس كورونا. وأوضحت أن ريتشارد ماسترز، الرئيس التنفيذي لرابطة البريميرليغ، أبلغ الأندية خلال الأسبوع الماضي، بأن الرابطة ستطبق تدابير إضافية تتعلق باللاعبين الذين لم يتلقوا التطعيم حتى الآن.

وذكرت أن فور تطبيق البروتوكول الجديد، ستكون الأندية مجبرة على عدم اختيار اللاعبين غير الملحقين في المباريات الخارجية، والأمر كذلك لغاريث ساوثغيت، مدرب المنتخب الإنجليزي. وأكدت: «إذا تم اختيار اللاعبين غير الملحقين لخوض تلك المباريات، فإنهم لن يخوضوا أي مباراة أو حتى يتدربوا لمدة 10 أيام، وهذا الأمر سيكون حافزاً كبيراً للأندية بأن تشجع اللاعبين للحصول على اللقاح». وتظهر أحدث الأرقام أن 16% من لاعبي الدوري الإنجليزي الممتاز، و25% من لاعبي الدرجة الأولى لم يتلقوا أي لقاح بعد.

إنزاغي : كيف أحفل أمام لاتسيو؟ والفوز أفضل استعداد ليوفنتوس

أكد سيموني إنزاغي، المدير الفني لانتير ميلان، أن فريقه حقق فوزًا مستحقًا على حساب ضيفه لاتسيو، بنتيجة (1-2) مساء الأحد، ضمن الجولة 21 من الدوري الإيطالي. وقال إنزاغي في تصريحات بعد المباراة: «بطبيعة الحال، أردنا أن نبدأ عام 2022 بانتصار، الأمر لم يكن سهلاً أمام فريق يتمتع بجودة عالية ومنظم جداً». وأضاف: «إذا نظرنا للإحصاءات، فإن فوز الانتير مستحق وأنا سعيد بذلك، لدينا مباراة كبيرة يوم الأربعاء في ملعبنا (يوفنتوس في السوبر) وكانت هذه أفضل طريقة للاستعداد». وتابع: «محمول لأن لدي لاعبين رائعين، يجب أن نستمر على هذا النحو، فجميع خصومنا هازوا اليوم، لذلك ليس هناك وقت للتوقف والتفكير، علينا أن نستمر في الفوز». وأردف: «كانت هذه أول مباراة لنا في العام الجديد، وبعد استراحة طويلة وكان هناك خطر ألا نكون لائقين، لكنني هأت اللاعبين على أذانهم.. وعن الضغط الذي يمارسه أليجيري وبيولي مدربا يوفنتوس وميلان على الانتير، علق إنزاغي: «عندما كنا بعيدين بفاقر 7 نقاط عن القمة في 22 أكتوبر لم يكن أحد يقول ذلك، الآن بعد 8 انتصارات متتالية من الطبيعي أن يتحدثوا، لا يمكننا استخدام ذلك إلا كحافز لمواصلة التحسن». وختم: «عدم احتفالي بالفوز؟ الكل يعرف ما يعنيه لاتسيو بالنسبة لي، لقد أمضيت معظم حياتي هناك، لذلك لا يمكن أن تكون هذه مباراة عادية، بعد قولي هذا، أنا في انتير الآن وهذا الفوز أردته بكل قوتي». ومن المقرر أن يواجه انتير نظيره يوفنتوس، يوم غد، على ملعب سان سيرو، في مباراة كأس السوبر الإيطالي.

مورينيو يهاجم لاعبي روما عقب الهزيمة من يوفنتوس

أرجع البرتغالي جوزيه مورينيو، المدير الفني لروما، خسارة فريقه المثيرة أمام يوفنتوس، بنتيجة 3-4، مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة 21 للكاليتشيو، إلى الانهيار النفسي. ورغم تقدم الجيالوروسي بنتيجة 1-3، إلا أن يوفنتوس رد بثلاثة أهداف متتالية، قبل أن ينقذ حارسه فيوتشيك تشيزني ركلة جزاء للذئاب كانت كفيلة بالخروج بنقطة التعادل. وقال مورينيو في تصريحات لشبكة «DAZN» الإيطالية: «سيطرنا على المباراة لمدة 70 دقيقة كاملة». وأضاف: «الفريق لعب بشكل جيد، وسيطر على معظم فترات المباراة، وتحكم في الإيقاع، وأخذ زمام المبادرة». وتابع: «كنا جيدين لمدة 70 دقيقة، ثم بدأ الانهيار النفسي». وأكمل: «عندما سمعنا لفريق مثل يوفنتوس يتمتع بعقلية قوية وشخصية كبيرة بتقليص الفارق إلى 2-3، بدأ الخوف يتسلل للاعبين، إنها مشكلة بالنسبة لفريقي». وزاد: «نمتلك في غرفة تبديل الملابس لاعبين لطفاء جدًا لكنهم ضعفاء جدًا». وأردف: «لقد أخبرت اللاعبين بالفعل، إذا كانت المباراة قد انتهت في الدقيقة 70، فسيكون الأداء غير عادي، لكن لسوء الحظ، لم تنته في ذلك الوقت». واستطرد: «أريد أن أعمل هنا كل يوم خلال السنوات الثلاث في عقدي، وليس أقل بيوم واحد فقط، أحتاج إلى مساعدة من النادي تتناسب حقًا مع إمكانياتنا». وأوضح: «الآن نوقع مع لاعبين على سبيل الإعارة لمساعدة الفريق، أحدهما كان ميتلاند نايلز ولاعب آخر اعتقد أنه سيصل الأسبوع المقبل، لاعب قوي من الناحية البدنية والشخصية، ومناسب لتحمل بعض المسؤولية». وختم: «نحن بحاجة للتخلص من هذه العقلية، بعد مباراة ميلان، أخبرت اللاعبين بضرورة التعلم مني، لست أنا من يجب أن أصبح مشابهاً لهم.. لا أريد ذلك».

ضربة موجعة ليوفنتوس أمام روما

تعرض يوفنتوس لضربة قاصمة في مباراته الجارية أمام مضيفه روما، على ملعب الأولمبيكو، ضمن الجولة 21 من الدوري الإيطالي. وتقدم روما أولاً برأسية من تامي إبراهيم في الدقيقة (11)، وعادل باولو ديبالا النتيجة لليوفي في الدقيقة (18) بتسديدة من على حدود منطقة الجزاء. وسقط فيديريكو كييزا على أرض الملعب، ويبدو أنه عانى من تجدد الإصابة في الركبة اليسرى. ولم يستطع إكمال اللقاء، ليخادر أرض الملعب في الدقيقة (32) ويحل مكانه ديان كولوسيفسكي. ويحتل يوفنتوس المركز الخامس برصيد 35 نقطة، بينما يتواجد روما في المركز السابع برصيد 32 نقطة. واستعاد يوفنتوس خدمات كييزا منذ أيام، وتم الدفع به أساسياً أمام نابولي يوم الخميس الماضي. في المباراة التي انتهت بالتعادل الإيجابي (1-1). يذكر أن كييزا توج بجائزة أفضل لاعب إيطالي لعام 2021، بعد مساهمته في تتويج منتخب بلاده بلقب اليورو.

رباعية روما تعيد يوفنتوس لذكرى سعيدة عمرها 4 سنوات

حقق يوفنتوس فوزًا مثيرًا على حساب مضيفه روما، بأربعة أهداف مقابل ثلاثة، مساء أول أمس، على ملعب الأولمبيكو، ضمن الجولة 21 للكاليتشيو. ورغم تقدم روما بنتيجة 1-3، إلا أن يوفنتوس عاد للمباراة بقوة، وفاز بنتيجة 3-4. وبحسب شبكة «أوبتا» للإحصاءات، فإن هذا الفوز كان المرة الأولى منذ 4 سنوات، التي يكون فيها يوفنتوس متأخرًا وكانت المرة الأولى منذ 2017، دون رد.



يوفنتوس يخسر كوادرادو في السوبر الإيطالي

تأكد غياب الكولومبي خوان كوادرادو، نجم يوفنتوس، عن مواجهة فريقه مع انتير ميلان، يوم غد، في السوبر الإيطالي المقرر على ملعب جوزيبي مياتزا. وبحسب موقع «فوتبول إيطاليا»، سيخسر البيانكونيري كوادرادو بسبب الإيقاف. وحصل كوادرادو (33 عامًا) على البطاقة الصفراء الخامسة له، هذا الموسم، خلال الدقائق الأخيرة من الشوط الأول لمباراة روما، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة 21 للكاليتشيو، وهو ما سيغيبه عن المباراة المقبلة لفريقه. ويمنع لاعبو الدوري الإيطالي من اللعب لمباراة واحدة، بعد كل 5 بطاقات صفراء متركمة، وينطبق هذا الأمر على لقاء السوبر، الذي يأتي في وسط الموسم. وخاض كوادرادو، الذي ينتهي عقده مع يوفنتوس بنهاية الموسم الجاري، 24 مباراة حتى الآن هذا الموسم،

دي ليخت يوجه صفة قوية ليوفنتوس قبل السوبر الإيطالي

تلقى الهولندي ماتياس دي ليخت مدافع يوفنتوس، البطاقة الحمراء خلال مباراة فريقه أمام روما، في اللقاء الذي جمع الفريقين مساء أول أمس، بملعب الأولمبيكو، بالجولة 21 من الدوري الإيطالي. ونال دي ليخت البطاقة الصفراء الأولى في الدقيقة 52، بينما تلقى البطاقة الثانية بالدقيقة 82 بعدما لمس الكرة بيده داخل منطقة جزاء فريقه ليحتسب الحكم ركلة جزاء لروما بجانب إشهار البطاقة الحمراء في وجهه. ومع طرده، سيفقد يوفنتوس دي ليخت في مباراة كأس السوبر الإيطالي أمام انتير ميلان، المقررة يوم الأربعاء القادم بملعب سان سيرو. وأصبح أمام ماسيميليانو أليجيري المدير الفني ليوفنتوس، خيارات محدودة في السوبر الإيطالي، في ظل غياب دي ليخت وإصابة ليوناردو بونوتشي، حيث بات من المتوقع أن يدفع بالثنائي روجاني وكيليني من بداية اللقاء. وتمكن اليوفي من تحقيق انتصار صعب وثمانين على حساب روما، بملعب الأولمبيكو، بنتيجة (3-4)، بعدما حول يوفنتوس تأخره من نتيجة (1-3)، ليسجل 3 أهداف خلال 7 دقائق.

إنتر يتوج إنزاغي بجائزة الأفضل في الكاليتشيو

حصل سيموني إنزاغي المدير الفني لانتير ميلان، على جائزة أفضل مدرب بالدوري الإيطالي خلال شهر ديسمبر الماضي. وذكر الحساب الرسمي للدوري الإيطالي، عبر «تويتر»، أن إنزاغي فاز بالجائزة بعد قيادته المميزة لانتير على مدار الشهر. وخلال ديسمبر، لعب انتير 5 مباريات في الكاليتشيو، استطاع أن يحقق الفوز في جميعها، ليحصد 15 نقطة ممكنة. وبدأ النير اتزوري الشهر بمواجهة سبيزيا وفاز (0-2)، قبل أن يفوز في معقل روما (0-3)، ثم الفوز في سان سيرو على كالياري (0-4)، والفوز على ساليرينيتانا (0-5)، وأخيرًا الفوز على تورينو (0-1). جدير بالذكر أن انتير يتصدر جدول ترتيب مسابقة الدوري الإيطالي برصيد 49 نقطة من 20 مباراة، بفارق نقطة عن أقرب ملاحقيه ميلان (48 نقطة)، والذي خاض مباراة أكثر (21).

مخاوف من إصابة كييزا بالرباط الصليبي

كشفت تقارير صحفية، عن سوء حالة فيديريكو كييزا، نجم يوفنتوس، بعد الإصابة التي تعرض لها خلال مباراة فريقه أمام روما، مساء الأحد، ضمن الجولة 21 من الدوري الإيطالي. كييزا كان قد غادر المباراة بعد مرور 30 دقيقة متأثرًا بإصابة في الركبة، خلال المباراة التي انتهت بفوز اليوفي بنتيجة (3-4). وبحسب شبكة «سكاي سبورت إيطاليا»، فإن الخوف ينتاب يوفنتوس من أن الإصابة ستبعد كييزا عن الملاعب لفترة طويلة. ومن ناحية أخرى، قالت شبكة «DAZN»، أن كييزا غادر ملعب الأولمبيكو وهو غير قادر على المشي، مشيرة إلى أن هناك مخاوف من تعرضه لإصابة في الرباط الصليبي بالركبة اليسرى. جدير بالذكر أن كييزا غاب عن الملاعب لمدة تخطت الشهر، قبل أن يعود ويشارك في مباراتي نابولي ثم روما ويتعرض للإصابة مجددًا أمام الجيالوروسي.

سكرينياري يتفوق على نفسه مع انتير ميلان

تمكن السلواكي ميلان سكرينياري مدافع انتير ميلان، من تسجيل هدف لفريقه في شباك لاتسيو، خلال لقاء الفريقين على ملعب سان سيرو، ضمن لقاءات الجولة 21 من الدوري الإيطالي. وسجل سكرينياري هدف فوز النير اتزوري (1-2)، برأسية ممتازة بعد عرضية متقنة من زميله أليساندرو باستوني من جهة اليسار، ارتقى لها المدافع وقابلها برأسية في شباك الحارس ستراكوشا. وبحسب شبكة «أوبتا» للإحصائيات، فإن سكرينياري خلال 18 مباراة لعبها هذا الموسم مع الانتير، تمكن من تسجيل 3 أهداف، حيث جاءت جميعها من رأسيات. وأضافت أن المدافع السلواكي سجل في 18 مباراة مثلما سجل في 32 مباراة لعبها بالموسم الماضي. يذكر أن انتير بهذا الفوز رفع رصيده إلى 49 نقطة ليستعيد صدارة جدول ترتيب الكاليتشيو من جاره ميلان (48 نقطة).

كلوب يكشف أن فيروس كورونا كان السبب في غلق مركز التدريبات



إصابة لاعب ليفربول ألكسندر أرنولد بفيروس كورونا

أعلن المدرب الألماني يورغن كلوب المدير الفني لليفربول الإنجليزي عن إصابة لاعبه ألكسندر أرنولد بفيروس كورونا. أرنولد كان من ضمن منافسات الدور الثالث من بطولة كأس الاتحاد الإنجليزي وشهد التشكيل غياب ألكسندر أرنولد مدافع نادي ليفربول بعد إصابته بفيروس كورونا. وتم استبعاد اللاعب من مباراة فريقه بكأس الاتحاد الإنجليزي ضد شروزبري وخضع للعزل لتنتهي المباراة بنتيجة أربعة أهداف مقابل هدف لصالح الريدز.

وتواجد الألماني يورغن كلوب المدير الفني للفريق، على مقاعد البدلاء لقيادة الريدز ضد شروزبري ببطولة كأس الاتحاد الإنجليزي وهو الذي افتقده في مباراة تشيلسي الأسبوع الماضي بالدوري الإنجليزي الممتاز. بعد إصابته قبل المباراة بفيرو كورونا. وكان كلوب قد صرح قبل بداية المباراة أنه لا يعرف موقفه من قيادة الفريق ضد شروزبري على ملعب أنفيلد ضمن الدور الثالث من بطولة كأس الاتحاد الإنجليزي، وأن الأمر يتوقف على المسحة التي سيجريها ليعن النادي بعدها بشكل رسمي، أن يورغن كلوب تعافى من فيروس كورونا. وقاد الريدز من على مقاعد البدلاء لتنتهي المباراة بتفوق الريدز برعاية مقابل هدف. ومان كلوب قد غاب عن مباراة تشيلسي فقط. وتاجلت مواجهة لليفربول وأرسنال الخميس الماضي، بسبب عدد الإصابات في الريدز وأبرزهم مساعد المدرب الألماني، بيبي ليندرز وعلق يورغن كلوب على حالته. بعد أن أصيب بفيرو كورونا الأسبوع الماضي وقال كلوب في تصريحات لـ «جول» لليفربول: «مساء الخير هذا واحد من أغرب أعمدة البرامج التي كتبتها على الإطلاق، كما تعلمون كنت مصاب بفيرو كورونا في التحضير لمباراة تشيلسي وكنت في عزلة منذ ذلك الحين، مما يعني أنني لم أتمكن من الاتصال المباشر باللاعبين أو أي شخص آخر منذ ذلك الحين حتى بداية المباراة ما يمكنني قوله، هو أنني على ما يرام، أطلع إلى العودة للعمل، وأشكر الله على أنني حصلت على اللقاح، لأنني شعرت بتوقعك أثناء هذا ولكن لجس الحظ فقط مرض خفيف كان الانفصال عن الفريق والموظفين تجربة غريبة، لم يحدث ذلك كثير في حياتي المهنية ولم يحدث أبدا لفترة طويلة مثل أسبوع كامل بيبي ليندرز وبيتر كراوتيس، وفيتور ماتوس، والجميع من مدربي اللياقة البدنية إلى الفريق الطبي وفريق الطب الفيزيائي والمجولين وما إلى ذلك قاموا بعمل رائع في الحفاظ على بيئة عملنا إلى مستوى لا تنخفض فيه المعايير أبدا» وعن مواجهة تشيلسي، قال: «شاهدت المباراة من غرفة معيشتي وكنت فخورا بتأدينا، وأخير بيبي الجميع بأننا سنقاتل بالفعل عانينا في غياب بعض اللاعبين أيضا، ولكن هذا ليس عذرا إنها حقيقة أنت تجهز فريقا مثل هذه المباريات المهمة ثم يتغير شيء كل يوم مما يعني أنه يجب عليك التغيير بسرعة، وعن مباراة أرسنال التي تم تأجيلها: «بالنسبة للمباراة التي كانت ستقام يوم الخميس الماضي، كان الأمر مستحيلا، طلبنا نقل المباراة لأنه لم يكن لدينا خيار آخر، هذه هي المرة الأولى التي قدمنا فيها مثل هذا الاستئناف وقد فعلنا ذلك لأننا لم نمتلك فريقا لخوض اللقاء يوم الثلاثاء، ثم تسجيل عدد كبير آخر من الإصابات داخل المجموعة، إضافة إلى تلك التي لدينا بالفعل، بالإضافة إلى الإصابات العضلية، وهو ما جعلنا، نقوم بإلغاء التدريب، وفي النهاية إغلاق ملعب التدريب نفسه ترحلنا إلى الخبراء الطبيين المحليين وكانت هذه نصيحتهم، رغم أننا حصلنا بالكامل على اللقاح وما زلنا نحصل عليه». جدير بالذكر أن فيروس كورونا عاد ليضرب الرياضة وسط النقض السريع لتحور أوميكرون، حيث ضرب ملاعب الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم المتمسك ببرنامجه التقليدي المزدحم خلال فترة عيدي



عثمان كوليبالي في حالة صحية مستقرة بعد تعرضه لأزمة قلبية

أكد مسؤول إعلامي في نادي الوكرة القطري، أن الحالة الصحية للاعب عثمان كوليبالي مستقرة حاليا، بعد تعرضه لأزمة قلبية خلال مباراة فريقه و سقوطه على أرضية الميدان مغشيا عليه، وهو متواجد في مستشفى في العاصمة القطرية الدوحة. وقال المسؤول في تصريحات صحفية حول صحة كوليبالي: «اللاعب مازال يتلقى العلاج في المستشفى وهو تحت المراقبة وعانى من صعوبات في التنفس بعد تعرضه لأزمة قلبية، وننتظر أن يجري اللاعب كامل الفحوصات الطبية وصور الأشعة لتحديد حالته الصحية».

كما أكد المسؤول الإعلامي لنادي الوكرة في تصريحاته أن حالة اللاعب مستقرة، بانتظار ما ستسفر عنه الفحوصات الطبية التي ستجرى له في أقرب وقت. وأشار كوليبالي رعب الجميع، حينما سقط مغشيا عليه وفاقدا للوعي، ليقرر حكم اللقاء إيقاف اللعب على الفور، وطلب دخول الطاقم الطبي قبل أن يتم إنهاء المباراة مباشرة على أن تستكمل لاحقا، بعدما طالب لاعبو وإداريو الفريقين تأجيلها إلى وقت لاحق بسبب إصابة اللاعب.

مؤسسة دوري نجوم قطر تصدر بيانا حول كوليبالي

وفي نفس السياق، أصدرت مؤسسة دوري نجوم قطر بيانا رسميا حول الحادثة، ذكرت فيه أن «اللاعب عثمان كوليبالي تعرض لأزمة قلبية أثناء المباراة استدعت تدخل الطواقم الطبية ورجال الإسعاف المتواجدين في المباراة، حيث تم التعامل مع حالة اللاعب واتخاذ الإجراءات الطبية اللازمة ونقله إلى المستشفى بعد استقرار حالته، علما أن اللاعب حاليا يلقي الرعاية والعناية الطبية اللازمة». وأضاف البيان، «تتمنى مؤسسة دوري نجوم قطر الشفاء العاجل للاعب، كما نود توجيه الشكر للطواقم الطبية في الفريقين ورجال الإسعاف والأطباء على جهودهم الكبير خلال هذه الأحداث. وفيما يتعلق بوضع المباراة بين الفريقين، فإنه قد تم الاتفاق على إنهاؤها واستكمال الوقت المتبقي في وقت لاحق».



احتجاج عائلة جوكوفيتش أمام مبنى البرلمان الصربي بسبب حجزه في أستراليا

احتجت عائلة نجم رياضة التنس و المصنف الأول عالميا، الصربي نوفاك جوكوفيتش، أمام مبنى البرلمان الصربي، في العاصمة بلغراد، على احتجاز نوفاك من قبل السلطات الأسترالية بسبب عدم تلقيه لقاح فيروس كورونا المستجد. وكشفت عائلة نوفاك، عن معاناته في مقر إقامته، حيث احتجزته السلطات الأسترالية في فندق مخصص للاجئين. وقال جورج، شقيق نوفاك، أمام مئات المتظاهرين: خرج مئات من محبي نوفاك في مليون من أجل إظهار حبهم ودعمه له، نتمنى النصر له والعودة إلى ملاعب التنس قريبا. و من جهتها، قالت ديانا، والدة نوفاك، إنه كان يعمل كسجين. وقالت: «نوفاك عومل كسجين، لم يكونوا يقدمون له وجبة الإفطار، فقط الغداء والعشاء، هذا ما أخبرني به». وأضافت: «كان يتلقى معاملة غير بشرية، دائما ينظر إلى الحائط، حيث لا توجد مساحة في الغرفة، الشيء الوحيد الذي يقوم به هو الاستلقاء ومتابعة دعمنا له».

السلطات الأسترالية ترد على قرار حجز جوكوفيتش

و من جهتها، أكدت وزيرة الداخلية الأسترالية كارين أندروز بأن الصربي نوفاك جوكوفيتش حر في مغادرة الفندق الذي يقيم به في مدينة ملبورن منذ وصوله للبلاد بعد إلغاء تأشيرته، للعودة وقتما يريد إلى بلده الأصلي. وقيم ديوكوفيتش مع إعفاء طبي يسمح له بالدفاع عن لقبه في بطولة أستراليا المفتوحة دون تلقي تطعيم ضد كوفيد، في فندق تديره سلطات الهجرة. وقالت أندروز في مقابلة مع قناة «إعلامية إن» السيد جوكوفيتش ليس محتجزا في

أستراليا وأنه حر في المغادرة في أي وقت يقرر القيام بذلك، وستقوم قوات الحدود والأمن بتسهيل ذلك له. ويأتي هذا التعليق بعدما قدمت وزارة الخارجية الصربية يوم الخميس الماضي احتجاجا رسميا للسفير الأسترالي في صربيا، دانيال إيمري، على «المعاملة غير اللائقة» التي تلقاها اللاعب في ملبورن.



تأثير تناول الرياضيين للسكريات

يمكن للرياضيين تناول الحلويات إذا قاموا باختيارها بحكمة. وفي هذا المقال بعض من أنواع الحلويات التي يمكن أن في استعادة العضلات وتقليل الالتهاب وزيادة القدرة على التحمل وتقوية جهاز المناعة لدى الرياضي. ويمكن للرياضيين تناول بعض الحلويات على غرار الشوكولاته الداكنة، والتي تعد هذه الحلوى الدائمة المفضلة لدى الرياضيين وغير الرياضيين لأنها ذات فوائد صحية كبيرة، ووجدت دراسة أجريت عام 2006، على سبيل المثال أن تناول الشوكولاته الداكنة لها فوائد للقلب والأوعية الدموية، ويوصي بعض الخبراء بالقيام بتناول الحلوى بعد أدائك للتمارين. حيث أن الجسم يحتاج إلى السكر للتعافي من الأنشطة المكثفة وبالتالي يمكن أن يتعامل مع الحلويات بشكل أفضل، والأطعمة التي تجمع وتحتوي بين السكريات البسيطة والبروتين، مثل أكواب زبدة الفول السوداني، التي تساعد على عملية شفاء الجسم. وقد أثبتت دراسات أخرى أن مركبات الفلافانول الموجودة في الشوكولاته الداكنة (وهي مركبات موجودة في النباتات) لها أيضا خصائص مضادة للأكسدة ومضادة للالتهابات وحتى تقوي الذاكرة، وعلى الأخص بالنسبة للرياضيين، تزيد الشوكولاته الداكنة من توافر أكسيد النيتريك في الدم؛ مما يحسن تدفق الدم ويقلل من ضغط الدم، ويعني تحسين تدفق الدم أن العضلات ستحصل على الوقود والأكسجين بشكل أكثر كفاءة؛ مما يزيد من القدرة على التحمل ويقلل من وقت التعافي. ووجدت دراسة أخرى أن أكسيد النيتريك، جنبا إلى جنب مع التمارين الرياضية، أدى إلى زيادة كبيرة في العضلات. وإذا كان الشخص يرغب في استخدام الشوكولاته الداكنة لتعزيز القدرة على التحمل أثناء التمرين الطويل، فحاول تناول 100 جرام منها قبل ساعتين من التمرين، ووجد الباحثون أن الرجال الذين فعلوا ذلك لديهم تركيز أعلى من الأنسولين والجلوكوز في البلازما خلال ركوب الدراجة لمدة ساعتين ونصف؛ مما يمنحهم المزيد من الطاقة وإصلاح العضلات بشكل أسرع. أما عصير توت الأزرق، ففي دراسة شربت بعض النساء العصائر المصنوعة من 200 جرام من التوت الأزرق النيوزيلندي المجفف وممزوج بحوالي كوب من عصير التفاح، بينما شربت أخريات عصيرا وهميا بدون توت أزرق لقد شربوا جميعا عصيرا في الصباح قبل التمرين وواحدًا بعد الظهر في وقت الغداء والآخر بعد التمرين الأخير في المساء. وبينما لم يكن هناك فرق كبير في قوة أي من المجموعتين أثناء التمرين، لاحظ الباحثون أن النساء اللائي شربن عصير التوت الأزرق عانوا من التعافي بشكل أسرع من تمارين القوة مقارنة بالنساء اللائي لم يشربن. لطالما تم الترويج للخصائص المضادة للأكسدة والمضادة للالتهابات وصحة القلب، التي قد تساعد الأطعمة المضادة للالتهابات في تحسين لياقتك البدنية، ولكن ربما تكون إحدى أفضل مزايا الفاكهة للرياضي هي قدرتها على تعزيز جهاز المناعة. وفي حين أظهرت العديد من الدراسات أن التمارين المعتدلة تعمل على تحسين وظيفة المناعة، فقد أثبتت دراسات أخرى أن تدريب التحمل عالي الكثافة يمكن أن يضعها، وهذا يترك الرياضيين المتفانين أكثر عرضة للإصابة بالمرض، وأهم طريقة لتقوية جهاز المناعة، شرب عصير الرمان. ووجدت إحدى الدراسات أن شرب حوالي 3.5 أوقية من العصير ثلاث مرات في الأسبوع يقوي مناعة الجسم. وللحصول على حلى لذيذة ومعززة للمناعة، جرب صنع مصاصات الرمان، وذلك من خلال صب عصير الرمان في قوالب المصاصة ووضعها في الفريزر ثم الاستمتاع، أو إذا كان الشخص يرغب في أن يكون مبدعا، يمكن جمع عصير الرمان مع الحلوى الزبادي للحصول على علاج منعش. 4 مثل عصير الرمان، يمكن لبكتيريا البروبيوتيك الموجودة في الزبادي أن تساعد في الأداء الرياضي من خلال تحسين وظيفة المناعة في الجسم، وثبت أيضا أن البروبيوتيك يعزز التعافي من التعب ويحافظ على صحة الجهاز الهضمي، ويحتوي الزبادي اليوناني على قوام كريمي سميك، وقد يفيد هذا الملف الغذائي الرياضيين الذين يتطلعون إلى الحفاظ على الوزن أو إنقاصه، حيث ثبت أن البروتين يثبط الجوع بشكل أفضل الذي يأتي من الكربوهيدرات. أيضا، ستقل احتمالية الوصول إلى المزيد من الطعام بعد تناول الزبادي، لأن تناول الأطعمة الغنية بالبروتين يحد من تناول الطاقة لمدة تصل إلى ثلاث ساعات، حيث يوصي بعض الخبراء بالقيام بتناول الحلوى بعد أدائك للتمارين، حيث أن الجسم يحتاج إلى السكر للتعافي من الأنشطة المكثفة وبالتالي يمكن أن يتعامل مع الحلويات بشكل أفضل، أما الأطعمة التي تجمع وتحتوي بين السكريات البسيطة والبروتين، مثل أكواب زبدة الفول السوداني، التي تساعد على عملية شفاء الجسم. وأكدت مقالة أصدرت عام 2012 أن الأشخاص الذين يعانون من السمنة والذين قاموا باتباع خطة حمية التي تتضمن أنواع حلويات مثل الشوكولا، بسكويت أو الدوناتس مع وجبة الإفطار قاموا بوقت لاحق باختبار معاناة لجوع أقل بالنسبة للأشخاص الذين قاموا بتناول سعرات حرارية أقل، كربوهيدرات أقل في وجبتهم الصباحية. وأشار مؤلفوا هذه الدراسة أن توقفت تناول الحلوى هذا قد يساعد في فقدان الوزن وعملية إدارة الجسم بمرور الوقت، حيث إن الانغماس المعتدل في تناول الحلوى قد يساعد الأشخاص لتجنب الانجذاب لتناول السكر. فقد أظهر البحث أن الحرمان يمكن أن يثير الرغبة الشديدة للجوع، مما يقوم بدفع الكثير من الأشخاص بتناول المزيد من الأطعمة التي كانوا يحاولون تجنبها في نهاية المطاف. لذا إذا كنت تحاول تخفيض كمية السكر التي تتناولها، فقد يساعدك تناول القليل من الحلوى على الالتزام بهذا الهدف، على الأقل في البداية، حيث يوافق الأخصائيون على أن الحلوى ينبغي لها أن تكون على قائمة الطعام أحيانا، حتى بالنسبة للأشخاص الذين يقومون بمراقبة ما ياكلون. لكنها متحفظة تجاه التفكير بها كغذاء صحي أو أداة لفقدان الوزن.



ممارسة رياضة الجري في الفترة الصباحية

يعتبر الجري السريع من أحد أشهر التمارين الرياضية الصباحية، التي يمارسها عدد كبير جداً من الأشخاص حول العالم، وذلك كونها تحقق العديد من الأهداف في آن واحد ونظراً لسهولة ممارستها، وينصح الأطباء والمختصون في الصحة البدنية بممارسة هذا التمرين وغيره بصورة يومية أو بمعدل نصف ساعة يوميا، ويجب زيادة هذه الفترة تدريجيا؛ وذلك للحصول على فائدة أكبر، ويريد الجميع ممارسة الرياضة دون أن يشعر بالمل أو إجهاد، ولأن لرياضة الجري العديد من الفوائد مثل حرق الدهون المتراكمة في الجسم وتقوية العظام، وتنشيط الدورة الدموية في الجسم، فكلنا نريد تعلم طريقة الجري الصحيحة للاستفادة منها في تحسين المزاج، والقدرة على القيام بالأعمال المختلفة رغم تقدم العمر. وكبار السن القادرين على ممارسة الرياضة دون الشعور بالمل، نسبتهم أعلى من نسبة الشباب الذين يشكون من أو جاع الظهر عند القيام بالأعمال المختلفة، لهذا نشجعك على ممارسة التمارين الرياضية المختلفة ومنها رياضة الجري، وفي هذا المقال بإمكانك تعلم أكثر عن طريقة الجري الصحيحة وكيف تمارسها. ولممارسة رياضة الجري بطريقة صحيحة عليك بإبقاء الرأس متجها نحو الأمام، وينبغي النظر إلى الأمام مباشرة، لمسافة 30 أو 40 مترا، وتجنب النظر إلى الأسفل؛ فالتنظر إلى الأسفل يؤثر في الرقبة والكتفين، كما يجب إبقاء الفك والعنق مسترخيين. كما ينبغي أن يكون الكتفان بوضعية خلفية ومسترخيين نحو الأسفل، مع تجنب إحداث أي توتر فيهما، وكذا تجنب وضعية الانثناء عند الجري، لأن ذلك يحد من القدرة على التنفس، وبذلك يعيق وصول الأكسجين إلى العضلات. ويجب أن تبقى الأيدي مسترخية، ولكن من دون أن تتدلى؛ حيث يمكن أن تسبب الأيدي المشدودة توترا على طول المسافة حتى الظهر والكتفين، وينبغي أن تبقى الذراعان متباعدتين بزاوية 90 درجة، وأن يجري تحريكهما باتجاه الأمام والخلف، وليس بشكل يتقاطع مع الجسم؛ حيث تساعد حركة الذراعين على دفع الجسم نحو الأمام، ولذلك فإن تحريكهما باتجاه جانبي الجسم مضية للجهد. وينبغي عدم ثني الجسم إلى الأمام أو الخلف من الخصر، لأن ذلك يركز الضغط على الوركين، وينصح بعض الخبراء بالجري بوضعية قائمة، في حين أن بعضهم الآخر ينصح باستخدام وزن الجسم لإماتته قليلا نحو الأمام في أثناء الجري، مما يقلل من قوة ارتطام كعب القدم بالأرض، ويساعد على النزول على منتصف القدم. يجب أن يبقى الوركان ثابتين ومتجهين نحو الأمام، وينبغي عدم رفع المؤخرة أو هز الوركين من جهة إلى أخرى؛ فالحفاظ على هذه الوضعية للورقين يساعد على الحد من آلام أسفل الظهر والورك. وينبغي أن تخطأ القدم الأرض مع ثني بسيط في الركبة، ويساعد هذا على الحد من الآثار السلبية للجري على الأسطح الصلبة، ويجب عدم رفع الركبة عاليا جدا وتجنب الوثب صعودا وهبوطا، كما ينبغي أن تتجه الركبتان في أثناء الجري نحو الأمام أكثر من اتجاههما نحو الأعلى. يُعد الهبوط على منتصف القدم الطريقة الأسلم لمعظم العدائين، حيث ينبغي تجنب ضرب الأرض بكعب القدم أو أصابع القدم أولاً. كما يجب أن تخطأ القدم المساحة الواقعة تحت الوركين، وليس أمام الجسم. ينبغي أن تكون الخطوات خفيفة وقصيرة؛ فالجري الجيد هو الخفيف والهادئ. وأيا كان وزن من يجري، فيجب ألا ترتطم قدمه بالأرض بقوة مصدرة صوتا عاليا؛ فالخطوات الخفيفة أكثر كفاءة وأقل إجهادا للجسم. ينبغي أن يكون التنفس عميقا ومنظما (يتكرر وفق وتيرة ثابتة)، ولا يهم إن كان يجري عن طريق الأنف أو الفم، كما ينبغي تجنب التنفس السطحي والسريع، ويمكن للراكن أن يأخذ تنفسا واحدا كل خطوتين، ولا مشكلة في أخذ نفس واحد كل بضعة خطوات. ومن أهم النصائح للجري هي عدم ارتداء حذاء رياضي قديم أو حذاء غير رياضي لأن الأحذية غير الملائمة هي سبب شائع للإصابات أثناء الجري. فالحذاء الرياضي يمتص الصدمة من الأرض ويمنع وصولها للركبة أو الظهر أو الكاحل وبالتالي يمنع إصابتهم، لذا تأكد من اختيار حذاء مناسب. فمثلا يجب أن يتحني حذاء الجري بسهولة عند حركتك ويشعرك بالراحة ويكون على مقاسك، ويحتوي على مادة ممتصة للصدمات في الكعب. ونصيحة عند شراءك لحذاء جديد، ارتد الجوارب التي سترتديها أثناء الجري ليكون الحذاء ملائم لك.

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

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