

www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الخميس 24 مارس 2022 الموافق 21 شعبان 1443 هـ العدد: 429 الثمن: 30 دج



موندبال-2022 / ذهاب الدور الفاصل

الكاميرون - الجزائر

(غدا الجمعة على الساعة 18:00)

وعقدنا العزم...

حسام غشة: "لا خوف على الأخضر أمام
الكاميرون وسترون أداء مشرقا للغاية"

رفاق
"مجرز" يكتفون
بحصة تدريبية
واحدة بـ
"جابوما"

"سونغ"
يشحن لاعبيه
برسالة قوية
قبل مواجهة
الأخضر



موندiales - 2022 / ذهاب الدور الفاصل



الكاميرون - رون - الجزائر

(غدا الجمعة على الساعة 18:00)

في الكاميرون نكون أولًا نكون



نغامالو وأنفيسا يفيان عن صفوف المنتخب الكاميروني

من جهته، سيكون المنتخب الكاميروني منقوصا من خدمات لاعبين أساسيين ينشطان في وسط الميدان، ويتعلق الأمر بجموي نغامالو (يونغ بوي/سويسرا) و أندري فرانك زامبو أنفيسا (نابولي/إيطاليا) اللذين يعانيان من إصابة في المقابل، سيستفيد رفاق المهاجم، هانسان أبوبكر، بقيادة المدرب الجديد ريقوبار سونغ من عاملي الميدان والجمهور، والذين يطمحون للفوز بفارق مريح قبل التنقل إلى ملعب مصطفى تشاكر لحساب مباراة الإياب يوم الثلاثاء 29 مارس (20:30). وبخصوص الإحصائيات، لم يسبق للجزائر أن تغلبت على الكاميرون في مباراة رسمية فهي سبع مقابلات، فازت الكاميرون أربع مرات بينما انتهت اللقاءات الأخرى بالتعادل وهي فرصة سانحة "للخضر" لمحو الشبح الأسود الكاميروني وخطو الخطوة الأولى نحو الموندiales القطري.

الحكم البوتسواني جوشوا لإدارة اللقاء

وسيدير هذا اللقاء، كل من حكم الساحة البوتسواني جوشوا بوندو، بمساعدة التشادي يحيى عيسى (مساعد أول) والموزبيقي أوسينو مارينغولا (مساعد ثاني)، فيما سيكون السيشيلي، بيرنارد كاميل (حكما رابعا). كما عين الاتحاد الإفريقي حكما تقنية الفيديو الإسبانيان إليخاندر هيرنانديز وخوسيه لويس مونتيرو.

■ موندiales 2022

المنتخب الجزائري يضع اللمسات الأخيرة على تحضيراته بمالابو

على ثلاثة مجموعات.

توجيهات مستمرة ومقابلة تطبيقية بين اللاعبين

وبعده، قام الناخب الوطني جمال بلماضي بتجميع اللاعبين في وسط الميدان من أجل إعطاء بعض التوجيهات وتقسيم المجموعة إلى فريقين للقيام بمقابلة تطبيقية استغرقت حوالي ساعة من الزمن وقام خلاله المدرب بأحداث بعض التغييرات في تموقع بعض اللاعبين واتسمت هذه الحصة التدريبية التي انتهت في حدود الساعة الـ 20:30، بتركيز كبير من جانب قبل عناصر المنتخب الوطني.

واج

كل شيء للذهاب إلى الموندiales. قال لاعبون لهم رغبة ملحة بتقديم أفضل ما لديهم «المنتخب الكاميروني يتوفر على لاعبين يتسمون بالخطورة، لكن لا أرى أهمية الخوض في تفاصيل هذا الفريق» وتحسبا لهذا اللقاء المزدوج أمام الكاميرون، وجه بلماضي الدعوة لـ 124 لاعبا، من بينهم مهاجم الكرة القطري محمد بن بطور والمدافع يوسف لعوافي (النجم الساحلي) اللذين استدعيا لأول مرة لصفوف الخضر، بينما، عرفت القائمة عودة بعض الأسماء التي غابت عن نهائيات كأس أم إفريقيا 2021، على غرار عدلان قديورة (بورتون البيون)، هشام بوداوي (نادي نيس).

الفوز على الشبح الأسود

وللتحضير في أجواء هادئة للمباراة الأولى الحاسمة، اختار "الخضر" عاصمة غينيا الاستوائية، مالابو لإجراء تريبس مغلق يدوم ثلاثة أيام، يسعى خلاله المدرب بلماضي إعداد خطة المناسبة التي ينوي اعتمادها أمام "الأسود غير المروضة".

تغييرات مرتقبة في التشكيلة الوطنية

وسيقوم الناخب الوطني بإجراء بعض التعديلات التكتيكية مقارنة بالمباريات الثلاثة الأخيرة لكان-2021، التي كشفت عن عدة نقاط، والتي تتطلب معالجتها بسرعة بهدف العودة من دوالا بنتيجة إيجابية.

يسعى المنتخب الجزائري لكرة القدم، إلى تحقيق الأسبقية في السباق نحو التأهل لكأس العالم-2022 في قطر، بمناسبة المباراة خارج القواعد أمام نظيره الكاميرون، يوم الجمعة بملعب جابوما (سا 18:00) بدوالا في مباراة السد (ذهابا) وتحذو العناصر الوطنية عزيمة فولاذية لبلوغ موندiales قطر 2022 بعد غيابهم المفاجئ عن المحفل العالمي الكبير في روسيا 2018 وهو ما يمر حتما بتسجيل نتيجة إيجابية بالأراضي الكاميرونية أمام منافس هو الآخر يطمح للمشاركة في نهائيات كأس العالم للمرة الثامنة في تاريخه بالإضافة إلى الهدف الأساسي المتمثل في التأهل لأكبر عرس للكرة العالمية، يسعى الفريق الوطني إلى محاولة التدارك بدوالا، المدينة التي شهدت سقوطا مدويا للخضر، قبل شهرين، حيث أقصى دون شرف منذ الدور الأول للنسخة الأخيرة لكأس إفريقيا للأمم-2021 (المؤجلة إلى 2022) التي جرت وقائعها بالكاميرون وبحصيلة هزيلة (هزيمتان وتعادل)، خرج اللاعبون الجزائريون من المنافسة، وهو السبب الذي يحثهم هذه المرة على رد الاعتبار في مواجهة الذهاب أمام الكاميرون صاحب المركز الثالث في كان-2021 و كان الناخب الوطني جمال بلماضي، قد أوضح خلال ندوة صحفية نشطها يوم الأحد بالمركز الفني الوطني بسيدي موسى قائلا: «للاعبين رغبة كبيرة في التأهل لكأس العالم، نشعر بأن الأمر يتعلق بحدث خاص يتطلب إجراءات خاصة. بالنسبة لبعض اللاعبين، فهي آخر فرصة لهم للمشاركة في نهائيات كأس العالم. علينا تقديم

كرة اليد / المنتخب الوطني
أقل من 21 سنة

تعيين حاج حمادي مدربا جديدا

تم تعيين عبد الرحمن حاج حمادي، مدربا جديدا للمنتخب الوطني لكرة اليد لأقل من 21 عاما، حسبما أعلنت عنه الاتحادية الجزائرية على صفحتها في فايسبوك وسيشرح حاج حمادي، الذي سبق له الإشراف على منتخب أقل من 17 سنة، في أول تريبس له من 26 إلى 31 مارس الجاري بمركز تحضيرات الفرق الوطنية بالسويدانية، يضيف نفس المصدر وخلال اجتماع عمل بين المدرب الجديد لفئة أقل من 21 عاما والمديرية الفنية، تم التطرق إلى برنامج التحضيرات للبطولة الإفريقية المقررة من 18 إلى 28 أوت برواندا حسبما أوضحته الاتحادية.

حميد

أصداء من معسكر غينيا الإستوائية

اختتم المنتخب الوطني الجزائري تحضيراته بمدينة مالابو بغينيا الإستوائية تحسبا لمواجهة الكاميرون هذا الجمعة ضمن إطار الدور الفاصل من تصفيات كأس العالم 2022 وأنهى رفقاء رياض محرز المرحلة الأولى من التحضيرات قبل التنقل إلى مدينة دوالا الكاميرونية

حصص تدريبية ومباريات تطبيقية في مالابو

وعمد الناخب الوطني جمال بلماضي على برمجة 4 حصص تدريبية بمدينة مالابو حيث ركز من خلال الكوتش على الجانب الفني والتكتيكي ورسم معالم التشكيلة التي سيعتمد عليها خلال موقعة دوالا.

جولة استرخائية بمقر الإقامة

قام صبيحة أمس الأربعاء لاعبو المنتخب الوطني، بجولة استرخائية بمقر إقامتهم بمالابو، أين يجرون تريبسا تحضيريا تحسبا لمواجهة الكاميرون كما كانت هذه الجولة يعد حصتين تدريبيتين وسط أجواء رائعة تحضيرا لمواجهة الذهاب أمام المنتخب الكاميروني.

حصة تقوية العضلات ومعالجة أشرطة الفيديو

هذا وقام لاعبو المنتخب الوطني الجزائري بقيادة الناخب الوطني جمال بلماضي ببرمجة حصة فيديو لمعالجة المنتخب الكاميروني أسبعية أمس الأربعاء كما كان الخضر قد أجروا حصة تنشيط العضلات صبيحة أمس في أرجاء فندق "سوفيتال سيويو" قبل تناول وجبة الإفطار وأخذ قيلولة.

رفقاء محرز يتنقلون اليوم إلى دوالا

من جهة أخرى سيتنقل اليوم لاعبو الخضر إلى مدينة دوالا الكاميرونية التي ستحتضن موقعة الدور الفاصل حيث من المرتقب أن يخوض رفقاء يوسف بلابلي أول وآخر حصة تدريبية بملعب جابوما مسرح المواجهة حيث سيعمد من خلال بلماضي على القيام ببعض التمارين التمهيدية إدراكا من الطاقم الفني بأن الحصة ستكون تحت الأنظار.

حميد

جوليس أونانا نجم منتخب الكاميرون سابقا "يجب أن نمنع وصول الكرة لمحرز"

شدد جوليس أونانا مدافع منتخب الكاميرون الأسبق، على ضرورة توخي الحذر من مهاجم المنتخب الوطني الجزائري رياض محرز، والعمل على منع الكرة من الوصول إليه، خلال مواجهة المنتخب بلاده والجزائر، في المرحلة النهائية من تصفيات كأس العالم قطر 2022 وقال مدافع الكاميرون في كأس العالم 1990، في تصريحات إعلامية: "من حسن الحظ أن المباراة الأولى ستكون في الكاميرون، اللقاء صعب جدا، وأتمنى أن تكون قائمة الكاميرون بالكامل جاهزة للمباراة وفي قمة تركيزها وأضاف: "توقيت تعيين ريفيوبير سونغ هو السؤال الأهم قبل الحديث عن القرار فهو اسم مطروح دوما لتدريب المنتخب الكاميروني، لكن مصلحة المنتخب هي الأهم حاليا ويجب دعم المدرب، ثم بعد خوض مواجهتي الجزائر نقاش هل هو يستحق أم لا واصل: "فقدنا أندري أنغويسا لاعب نابولي بسبب الإصابة وهذا الأمر يمثل لنا أزمة، في المقابل منتخب الجزائر بالكامل مرعب، ولكن بالتحديد رياض محرز هو أخطر اللاعبين ويجب منع الكرة من الوصول إليه ويلتقي المنتخبان الجزائري والكاميروني يوم الجمعة 25 مارس (18:00) بملعب جابوما لحساب ذهاب السد المؤهل لنهائيات كأس العالم (قطر-2022)، فيما يكون لقاء الإياب يوم 29 مارس بملعب مصطفى تشاكر بالبلدية (20:30).

رغم غيابه عن صفوف المنتخب وناس يدعم زملاءه قبل موقعة الدور الفاصل

شهدت قائمة المنتخب الجزائري لخوض اللقاء الفاصل أمام الكاميرون والمؤهلة لموندiales قطر 2022 غياب العديد من الأسماء المهمة، على غرار لاعب نابولي الإيطالي آدم وناس ورغم عدم وجوده بهذه القمة المرتقبة، إلا أن وناس لم ينس دعم زملائه قبل هذا الموعد الهام وتحقيق هدف التأهل لكأس العالم 2022، حيث نشر على حسابه الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي "إنستغرام"، صورة عن مباراة الكاميرون والجزائر، يظهر فيها حماسة، متمنيا لزملائه التائق في المباراتين الفاصلتين ودخلت عناصر المنتخب الجزائري، منذ الإثنين، معسكرا قصيرا في مالابو، عاصمة غينيا الاستوائية، تحضيرا لمباراة الذهاب أمام الكاميرون، حيث قرر المدرب جمال بلماضي التحضير في هذا البلد بغية التركيز والتأقلم مع الأجواء المشابهة لمدينة دوالا وإلى جانب وناس، كان المدرب بلماضي قد قرر الاستغناء عن أسماء ثقيلة أخرى تحسبا لمباراتي الكاميرون، على غرار هدف نادي السد بغداد بونجاح، وجناح وستهام الإنكليزي سعيد بن رحمة، وكذلك هاريس بلقيلة وياسين براهمي وآدم زرقان.

حميد

أبدى تفاؤله بقدرته أشبال بلماضي
على التأهل إلى كأس العالم 2022

حسام غشة : "لا خوف على الخضر أمام الكاميرون وسترون أداءً مشرفاً للغاية"

أبدى اللاعب الجزائري حسام غشة، المحترف في صفوف نادي أنطاليا سبور التركي، ثقته الكبيرة في إمكانية تجاوز المنتخب الوطني نظيره الكاميروني بنجاح في المواجهة المزدوجة التي تجمع المنتخبين عل مرتين غدا و الثلاثاء المقبل ضمن الدور الفاصل المؤهل لكأس العالم 2022 بقطر متوقعا أن يذهب الخضر لأبعد نقطة ممكنة في كأس العالم إذا سارت الأمور في الاتجاه الصحيح. وتحدث لاعب وفاق سطيف السابق عن الأسباب التي جعلت الأفيانك يظهر بوجه باهت خلال كأس أمم أفريقيا الأخيرة التي أقيمت بالكاميرون، قبل أن يؤكد أنه على الرغم من ذلك متفائل بقدرته الخضر على التأهل لكأس العالم 2022 وذلك لأن يكون إلا بإزاحة الأسود غير المروضة.

"تملك لاعبين من الطراز العالمي ومدرّب محنك"

وصرح غشة في آخر خرجة إعلامية له قائلا: "أكثر المتشائمين لم يتوقعوا مغادرة منتخب محاربي الصحراء البطل من الدور الأول لأمم أفريقيا، لكن هذه هي كرة القدم، حيث كانت هناك الكثير من الظروف المعقدة للغاية، كما أن اللعب في أذغال أفريقيا له حسابات خاصة"، وأضاف: "رغم ذلك فإنني متفائل بالعودة السريعة للخضر إلى المستوى المعتاد بسبب جودة لاعبي الفريق ولا شك أننا سنرى رد فعل كبيرا، فنحن نتحدث عن لاعبين من الطراز العالمي يتمتعون بالخبرة والجودة الكافيتين، بقيادة مدرب صارم وذو خبرة"، وواصل: "لدينا لاعبون من الطراز العالمي، معهم نأمل أن نذهب بعيدا في كأس العالم، ويجب على الجميع التركيز على المهمة وسنرى أداء مشرفا للغاية".

"فيغولي سامدني على التأقلم في تركيا، وهو شخص محترف للغاية"

وأكد حسام غشة أنه نجح في التأقلم بسرعة مع الأجواء هناك في تركيا وما ساعده على ذلك تلقيه عدد من النصائح من قبل مواطنه سفيان فيغولي وقال في هذا الشأن: "سر النجاح والتكيف هو العمل الجاد والاجتهاد والصبر، لقد تعلمنا ذلك من اللاعبين الأكثر خبرة، وهذا هو سر التألق". وأضاف غشة الذي يسعى لتقديم أفضل ما لديه في بلاد الأناضول: "كل لاعبي المنتخب الجزائري نجوم وأريد أن أعب إلى جانبهم، لكنني لدي علاقة خاصة مع سفيان فيغولي زميلي هنا في الدوري التركي، حيث ساعدني على التكيف، وهو شخص محترف للغاية".

"إرتداء القميص الوطني حلم كل لاعب جزائري وسأبذل أقصى جهد حتى يتم إستدعائي"

وفي سؤال حول إمكانية استدعائه للمنتخب الجزائري مستقبلا قال المتحدث: "أتمنى ذلك حقا، وحلمي أن أمثل منتخب بلادي في البطولات الدولية، فهو حلم كل لاعب جزائري أن يحمل علم بلاده"، وأضاف: "سبق لي المشاركة مع المنتخب الوطني بقيادة مجيد بوقرة، وكانت تجربة رائعة، وسأعمل على بذل أقصى جهد حتى يتم استدعائي بإذن الله".

وسيم

قائد "الخضر" يتفوق على جميع مهاجمي
مانشستر سيتي لحد الآن

"سوفاسكور" يستعرض الأرقام المذهلة لـ "محرز" في "البريميرليغ" هذا الموسم

أبرز موقع "سوفاسكور" العالمي والمختص في الإحصائيات وتقييم اللاعبين، الأرقام المذهلة التي سجلها الدولي الجزائري رياض محرز جناح مانشستر سيتي في البطولة الإنجليزية، والتي أسهمت في تصدره قائمة أفضل هدافي النادي السماوي هذا الموسم. استعرض سوفاسكور في تغريدة على حسابه الرسمي في "تويتر"، أرقام محرز في المباريات الـ 22 التي شارك فيها في "البريميرليغ" هذا الموسم، وأبرزها تسديده 51 كرة نحو المرمى، منها 21 كرة بين الخشبات الثلاث، وصناعة 30 فرصة، وإرسال 17 عرضية ناجحة، وإكمال 20 مراوغة ناجحة، ليبلغ متوسط تقييمه من موقع "سوفاسكور" 7.34 من 10.

وسجل محرز يسجل أرقاما مذهلة هذا الموسم سمحت له بتجاوز أحسن حصيلة تهديفية له في جميع البطولات منذ بداية مشواره الكروي، بتسجيله 22 هدفا لحد الآن مع مانشستر سيتي في جميع البطولات هذا الموسم من أصل 27 مباراة ممكنة، منها 12 مباراة أساسيا و 10 مباريات بديلا، ونجح خلال مشاركاته في تسجيل 10 أهداف وصناعة 4 أهداف أخرى، بمعدل هدف كل 121 دقيقة. وعاد قائد "الخضر" للمشاركة في المباريات الماضية بانتظام بعد أن اقتنع المدرب الإسباني، بيب غوارديولا، بتفوق رياض محرز على جميع مهاجمي النادي السماوي بلغة الأرقام، وهو الذي يعد هداف النادي حاليا برصيد 22 هدفا في مختلف المسابقات. من جانبه، ينتظر أن تكون الأيام والأسابيع القليلة المقبلة حاسمة في مسألة تجديد عقد نجم ليستر سيتي السابق، ولأن بعض المصادر تحدثت عن وجود بعض التفاصيل الصغيرة بين الطرفين، تحتاج إلى تفاوض عميق بينهما قبل التوصل إلى الاتفاق النهائي.

طالبهم بضرورة تقديم أفضل ما لديهم
لتحقيق الهدف

"سونغ" يشحن لاعبيه برسالة قوية قبل مواجهة "الخضر"

طالب ريفور سونغ، مدرب منتخب الكاميرون، عناصره على ضرورة تقديم أفضل ما لديهم في مواجهتهم للمنتخب الجزائري غدا الجمعة، على ملعب "جابوما" وبذل كل ما في وسعهم لتحقيق نتيجة إيجابية تمهد لهم الطريق نحو مونديال قطر قبل لقاء العودة بملعب مصطفى تشاكر بالبلدية واصفا إياهم بـ"الرجال الأحرار". ونشر الاتحاد الكاميروني لكرة القدم فيديو يظهر المدرب الجديد سونغ، وهو يتحدث إلى لاعبيه بخصوص مواجهة الجزائر في اجتماع مغلق، قال فيه: "لا توجد كثير من الرسمية بيننا، نحن رجال أحرار"، في إشارة إلى طريقة تسييره للمنتخب الكاميروني، وأضاف: "يمكن أن نتوافق بشكل جيد

بيننا، ونكون في الوقت ذاته رجالا أحرارا". وتابع سونغ في رسالته التحفيزية للاعبيه: "الوقت ضيق للغاية في إشارة إلى موعد مباراة الجزائر الفاصلة، ولدينا هدف يجب تحقيقه"، وأضاف: "يبدو الأمر بسيطا، ولكنه ليس إلى هذه الدرجة أنتم من ستجعلون الأمر أسهل أو أكثر صعوبة وأردف: "دوري هو أن أقدم لكم توايل النجاح لتصلوا إلى المستوى المطلوب، لست الأفضل فأنا مدرب متواضع، لكنني فعال في ما أجيد عمله"، وختم بالقول: "كرة القدم هي المجموعة الهدف بسيط، إنه التأهل مباشرة لكأس العالم". وسيفتقد المنتخب الكاميروني بقيادة مدرب ريفور سونغ، لخدمات عدد من اللاعبين المهمين ولعل أبرزهم غياب الثاني؛ فرانك أنغيسا نجم نادي نابولي الإيطالي، ونيكولا نغمالو نجم نادي يونغ بويز السويسري كما يتجه سونغ لخسارة لاعب آخر في هذه المباراة، ويتعلق الأمر يمارس أجاكس أمستردام الهولندي، أندريه أونانا، تبعا لحادث المرور الذي تعرض له، الثلاثاء الماضي، وكاد يودي بحياته.

وسيم

بطلب من دافيد مويس

إدارة "وست هام" تخطط لبيع "بن رحمة" الصيف القادم

كشف موقع "هامرز نيوز" الإنجليزي المتخصص في أخبار وست هام إن الاسكتلندي ديفيد مويس، مدرب الفريق، ينوي بيع اللاعب الدولي الجزائري سعيد بن رحمة خلال الميركاتو الصيفي بعد نهاية هذا الموسم، رغم تألقه مع الفريق. وأكد هذا الخبر الصحفي الإنجليزي دين جونز في تصريحات لموقع "غيف مي سبورت" الإنجليزي، حيث قال: "أعتقد أن مويس يريد ضم جيسي لينغارد بدلا من بن رحمة، لأن لينغارد لاعب أفضل". الأمر نفسه أكد موقع "كلارت أند هو"، المتخصص في أخبار "الهامرز"، حيث قال إن بن رحمة سيتم بيعه في الميركاتو الصيفي بحسب مصادر من داخل النادي. وسجل بن رحمة 9 أهداف مع وست هام هذا الموسم، وصنع 6 أهداف أخرى في الدوري الإنجليزي. يجدر الذكر، أن مهاجم نادي وستهام خرج من حسابات جمال بلماضي، الذي قتر عدم استدعائه للمواجهة المزدوجة أمام منتخب الكاميرون في الدور الفاصل المؤهل إلى كأس العالم 2022 بقطر.

وسيم



طالب اللاعبين
بتحويل أنظارهم
نحو مواجهة مقرة
مدرب سطيف
يتعجب
بالإرهاق
بعد هزيمة
شلفوم العيد

تحسّر مدرب فريق وفاق سطيف رضا بن دريس على تضيق أشباله ثلاث نقاط ثمينة خلال المواجهة التي جمعتهم بهلال شلفوم العيد لحساب المباراة المتأخرة عن الجولة الـ 18 من الرابطة المحترفة الأولى، وانتهت بخسارة بهدف لصفر معتبرا أن السبب يعود أساسا إلى الإرهاق البدني للاعبين. وقال مدرب وفاق عقب نهاية اللقاء في تصريحات للصحافة الرسمية للفريق: "المباراة ضياعنا في الشوط الأول حيث كانت لدينا تقريبا خمسة فرص سانحة للتسجيل ولم نستغلها كما يجب ولم سجلت أحداها لشاهدنا مباراة أخرى، وفي الشوط الثاني المتأسف كان أحسن منا ولم يسرق الفوز".

كما عاد بن

دريس إلى أسباب الخسارة أمام هلال شلفوم العيد وصرّح: "الخسارة التي تعرضنا لها تعود إلى عاملين بالأساس، الأول يتعلق بنشوة التأهل لرابطة أبطال إفريقيا التي لا يزال يعيشها اللاعبون رغم أنني طالبتهم طوال الأسبوع بالتركيز على المباراة لكن ذلك لم يكن خلال أطوار المواجهة، أما السبب الثاني فيعود الجانب البدني الذي

كان له أثر على اللاعبين خاصة في الشوط الثاني، رغم أننا قمنا بسبع تغييرات على التشكيلة التي خاضت اللقاء الأخير بسبب التعب الذي نال منهم". وبخصوص اللقاء القادم علق مدرب نسور الصحراء كالآتي: "الآن علينا أن نطوي صفحة هذه المباراة والمشوار لا يزال طويلا في البطولة، وعلينا التركيز على مباراتنا القادمة ضد نجم مقرة وسنحاول رفع معنويات اللاعبين لتحقيق نتيجة إيجابية، حيث أن هذه المواجهة ستكون فرصة من أجل تحضير التشكيلة لمباراة الرجاء البيضاء المغربية في رابطة الأبطال".

سفيان ع.

تسوية رزنامة الجولة الـ 19
لرابطة المحترفة الأولى

ش. الساورة - إ. بسكرة

"نسور الجنوب"
لماذا جراحهم
على حساب بسكرة

يتطلع فريق شبيبة الساورة إلى العودة إلى سكة الانتصارات من بوابة اللقاء الذي يجمعه عشية اليوم بضيقه اتحاد بسكرة الساعى بدوره للخروج من أزمة النتائج السلبية، ضمن تسوية مباريات الجولة الـ 19 من الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، والتي يحتضنها ملعب 20 أوت ببشار بداية من الساعة الخامسة مساء. نسور الجنوب سيعودون إلى معقلهم بـ 20 أوت ببشار بعد غياب لأكثر من شهر ونصف عن مدينة بشار بسبب الارتباط بمباريات خارج الديار في البطولة أو كأس الكاف التي يستضيف فيها منافسيه بميدان خمسة جويلية الأولمبي بالجزائر العاصمة، الذي لم يجد فيه الفريق ضالته وفقد معالم اللعب وطريقته المعتادة، والتي تجلّت في اللقاء الأخير أمام أورلاندو بيرتراس الجنوب إفريقي بالخسارة بهدفين لصفر. وسبحت النادي البشاري لبسط سيطرته مجددا بملعبهم الذي لم يخسروا فيه منذ فترة طويلة للغاية، خاصة وأن الفريق يرغب في استعادة مركزه الثاني في سلم الترتيب بداية من مواجهة أبناء "الزيبان" حيث أن النقاط الثلاث تجعلهم يحتلون الصف الثالث رفقة أثلتيك بارادو وهو ما يدركه المدرب قيس يعقوبي شريطة تحسين بعض الأمور في التشكيلة من الجانب الدفاعي وأيضا على المستوى الهجومي خصوصا مع عودة بعض اللاعبين من الإصابات والعقوبة. وبدوره لن ينتقل النادي الرياضي البسكري إلى الجنوب الغربي للبلاد بغرض السياحة، بل سيبعث عن العودة بنتيجة إيجابية يعوّض بها الإخفاقات المتتالية التي تواصلت خلال ثلاث جولات، أين انقاد إلى تعادلين وهزيمة في اللقاء الأخير أمام هلال شلفوم العيد.

رياض ع.

النادي الهاوي يزيد
من متاعب المولودية

عمـراني يضرب بيد
من حديد لإعادة
الانضباط لـ "الحمراوة"

وضع رئيس النادي الهاوي لمولودية وهران شمس الدين بن سنوسي الفريق في ورطة جديدة، بسبب عدم عقد الجمعية العامة العادية، وهو ما يهدد بعدم دخول مختلف الإعانات من البلدية والولاية وزارة الشباب والرياضة إلى الفريق. ويأتي رفض بن سنوسي لتحديد موعد الجمعية العامة العادية بسبب قضية التفريرين المالي والأدبي التي يرافقها



نيس كبير، ورغم المراسلات العديدة من مديرية وزارة الشبيبة والرياضة "الديجيس" لتحديد موعد الجمعية العامة للفريق، وهو يجعل مولودية وهران مهددة بالحرمان من مختلف الإعانات التي ستمنحها الدولة للنادي سواء من البلدية أو الديجيس أو الولاية. ودخل المدرب عبد القادر عمراني في الأمور الجديدة داخل تشكيلة مولودية وهران، بعد عودة النتائج السلبية للظهور وحالة التسبب التي أديها بعض اللاعبين مؤخرا، حيث يرغب المسؤول الأول عن العارضة الفنية إعادة الأمور إلى نصابها والعودة لسكة الانتصارات من بوابة اللقاء القادم أمام أمل الأريعاء السبت المقبل بملعب إسماعيل مخلوف. وطالب عمراني الإدارة بإحالة المدافع وليد علّاتي نحو المجلس التأديبي بسبب سلوكه في المباراة الأخيرة أمام نصر حسين داي والتي تعادل فيها النادي سلبيا داخل قواعده، كما طالب الإدارة بالضرب بيد من حديد اتجاه أي لاعب يقوم بتصرف غير رياضي خلال المباريات أو التدريبات مستقبلا، ليكون بمثابة إنذار لكل اللاعبين خاصة البعض منهم الذي ظهر بوجهه شاحب وعدم الانضباط. ويبقى الحمراوة مطالبين بالعودة بنتيجة إيجابية من تنقلهم إلى الأريعاء رغم أن المأمورية تبقى صعبة للغاية أمام فريق عاد لسكة النتائج الإيجابية في الجولات الأخيرة.

سفيان ع.

انتقدوا سياسة "سيربور"
في اتحاد العاصمة

أنصار "سوسطارة"
يطالبون بعودة
عليق

طالب أنصار فريق اتحاد العاصمة مسؤولي "مجمع سيربور" المالك لغالبية الأسهم في الشركة الرياضية للنادي، بضرورة تعيين مدير عام ومدير رياضي في أقرب الآجال لإنقاذ الفريق من الوضعية التي يعيشها بتوجيه نحو الخروج بموسم صيفي مع نهاية الموسم الكروي الحالي. ووجه مجموعة من أنصار نادي "سوسطارة" رسالة مطوّلة تمّ التطرق من خلالها إلى انشغالات الشارع الرياضي للنادي العاصمي، حيث أن نص البيان كان واضحا وموجها بالخصوص إلى مسؤولي الشركة المسيرة لاتحاد العاصمة، أين اعتبروا أن قدومها منذ عامين لم يساهم في عودة النادي إلى سابق عهده في لعب الأدوار الأولى في البطولة أو المشاركة في المنافسات القارية. رغم إنفاق مبالغ ضخمة من الميزانية المخصصة للنادي التي هي في الأساس تابعة للخزينة العمومية. وبالإضافة إلى ذلك عاد الأنصار للحديث عن سياسة انتداب المدير الرياضي السابق عنتر يحيى الذي قام بتعاقدات ضخمة وعشوائية من بينها بعض المدربين الذين لم يعمروا طويلا في النادي، وكلفت نتيجته بدورها تعويضات مالية ضخمة من خزينة، وتواصل الأمر مع المدير الرياضي الحالي حسين أشيو الذي زاد من تفاقم الوضع بسبب قراراته العشوائية حسبهم، حيث تمت إقالة أربعة مدربين، من بينهم ثلاثة أجانب. وأرجع الأنصار كل ما يحدث للرئيس المدير العام لسيربور عاشور جلّول الذي يشرف على تسيير شركة لإدارة الموانئ التجارية العشرة للجزائر و55 موانئ الصيد، وهو ما لا يخول له التركيز على عمله في قيادة اتحاد العاصمة خاصة وأنه لا يفقه كثيرا في كرة القدم. وفي ظل هذه الأمور الشائكة طالب الأنصار في رسالتهم بضرورة تعيين مدير عام جديد خلف الرئيس المدير العام، حيث اقترحوا عودة سعيد عليق لتولي المنصب باعتباره واحدا من أفضل المسيرين الذين مروا على الاتحاد ويملك الخبرة اللازمة لتولي زمام الأمور في الفترة الحالية بما أنه شغل المنصب سابقا وقاد النادي إلى أعلى مستويات النجاح، كما تم اقتراح اللاعب السابق محمد حمدود ليرافقه في مهمته في منصب مدير رياضي.

سفيان ع.

تسوية رزنامة الجولة الـ 18 للرابطة
المحترفة الأولى

ش. بلوزداد 1 - 0 م. الجزائر

شباب بلوزداد يسير بخطى
ثابتة نحو اللقب

قطع نادي شباب بلوزداد خطوة أخرى، نحو الدفاع عن لقب الرابطة المحترفة الأولى، بعد فوزه على مولودية الجزائر بهدف دون رد، في مباراة متأخرة عن الجولة الـ 18 للرابطة المحترفة الأولى. وحسم الرائد شباب بلوزداد الداربي العاصمي، الذي جرى على ملعب 20 أوت بالعاصمة لصالحه بهدف دون رد، ما سمح له بتعزيز الصدارة والابتعاد عن اقرب الملاحقين منافسه مولودية الجزائر. ويدين "أبناء العقيبة" بالفضل لكداد الذي سجل الهدف الوحيد في اللقاء في الدقيقة 86، مانحا فريقه 3 نقاط من ذهب، رفعت رصيد الشباب لـ 45 نقطة في صدارة الترتيب، حيث يبتعد بـ 5 نقاط كاملة عن الوصيف، وتنتقصه مباراتين متأخرتين، ما يتيح له فرصة تعميق الفارق لـ 11 نقطة كاملة في حال تمكن من الفوز في اللقاءين المتبقيين. وبهذا أكد أشبال المدرب البرازيلي ماركوس باكيّتا، نتائجهم الإيجابية على مستوى البطولة الوطنية ومنافسة رابطة الأبطال الإفريقية، حيث كان ممثل الكرة الجزائرية قد ضمن تأهلهم إلى الدور ربع النهائي من المنافسة القارية.

سفيان ع.

جمعية وهران
المدرّب بوعدة يفسخ
عقده بالتراضي

توصلت إدارة جمعية وهران أخيرا لاتفاق لفك الارتباط مع المدرب السابق عبد اللطيف بوعدة، والذي غادر العارضة الفنية للفريق منذ عدة أسابيع. وقام المدرب بوعدة بالتواصل مع مسيري نادي "المدينة الجديدة"، بهدف فسخ العقد بالتراضي وإيجاد حل ودي لطى الملف بعد أن أخذت القضية وقتا طويلا، حيث وجد بوعدة نفسه مضطرا للتنازل عن مستحقاته كاملة، وهي عبارة عن رواتب 4 أشهر كان يدين بها، حيث أنه لم يتلق سنتيما واحدا منها طيلة إشرافه على العارضة الفنية للفريق. وباتت إدارة "الازمو" مطالبة بالتحرّك سريعا لتأهيل المدرب الحالي شريف الوزاني مولاي، بما أن عقد المدرب بوعدة عبد اللطيف قد تم فسخه.

سفيان ع.



غرفة الصناعة التقليدية والحرف تعد برنامجها

ميثاق للمشاركة ودورة تكوينية للحرفيين في اللغة الإنجليزية

بأن الميثاق يحدد الضوابط والعوامل لمساعدة الحرفي على تحقيق هذا المسمى، من خلال المشاركة في التظاهرات المحلية والدولية، على أن يتم اختيار المرشحين من الحرفيين للمشاركة في التظاهرة، ممن تتوفر فيهم شروط حددها الميثاق، بأن يكون الحرفي مسجلا لدى غرف الصناعة والحرف وممارسة النشاط الحرفي قانونيا لمدة لا تقل عن سنة،



تعمل غرفة الصناعة التقليدية والحرف لولاية وهران، ضمن برنامجها للألعاب المتوسطية، شهر جوان المقبل، على الإعداد لخطة عمل خاصة لإنجاح ما تعلق بالمعارض والصالونات، المنتظر تنظيمها خلال ألعاب المتوسط، من خلال إدماج الحرفيين ومرافقتهم لبلوغ الاحترافية في المجال، والإعداد لانطلاقة دولية للحرف والصناعات

على أن تعطى الأولوية للمنخرطين في الغرفة، من المكرمين في إحدى مسابقات الحرف التقليدية، مع المشاركين في الصالونات الوطنية للحرف ومن يتكلمون أكثر من لغة، كما أكد الميثاق على ضرورة تقديم الجواز الصحي الخاص بتلقي لقاح "كوفيد 19" كما أكد الميثاق، على إعداد قائمة بالأسعار المرجعية، للمنتجات المشارك بها بالدينار والعملية الصعبة، والتقييد بالحضور خلال كل فترة التظاهرة، وعدم المغادرة إلا بعدد قاهر وبإذن مسبق من المؤطرين، والالتزام بإرسال الطلبات عن طريق الشحن واحترام مقاييس التغليف، كما يؤكد الميثاق على ارتداء لباس محترم، ويستحسن أن يكون لباسا تقليديا والتخلي بالسلوك الجيد، ووضع بطاقات تقنية تعريفية بالمنتجات، كما تعمل الغرف، بالتنسيق مع مديرية السياحة على فتح فضاءات عروض على مستوى الفنادق، التي ستحتضن ضيوف وهران ضمن اتفاقية، سيتم إبرامها مع المؤسسات الفندقية، ضمن نفس المساعي لإنجاح التظاهرة الدولية.

التقليدية الجزائرية. أطلقت غرفة الصناعة التقليدية والحرف لولاية وهران، دورات تكوينية في مجال تعلم اللغة الإنجليزية والتعامل التجاري، المخصص للحرفيين المزمع مشاركتهم في التظاهرة العالمية، وهي الدورة التي تعتمد على تكوين قصير المدى في التعاملات التجارية وطريق الرد وتسمية بعض الأشياء الخاصة بالمعارض، وتوسيع الغرفة من خلال الدورة، إلى تحضير حرفيين في المستوى، لتقديم صورة مشرفة عن الحرفي الجزائري، ومنه مواصلة التكوين مستقبلا، لإعداد حرفيين بإمكانهم المشاركة دوليا كما أطلقت الغرفة، ضمن نفس المساعي، وفي سبيل إنجاح التظاهرة من حيث الجانب الثقافي، "ميثاق المشاركة في التظاهرة الدولية لألعاب المتوسط"، ويهدف الميثاق إلى مشاركة الصناعات التقليدية في تظاهرة ألعاب البحر الأبيض المتوسط، والترويج للمنتجات الوطنية بأبعادها الاقتصادية والحضارية، والتحضير لأن يكون منتجا قابلا للتصدير إلى الأسواق العالمية، وتؤكد غرفة الصناعة التقليدية،



درجات / بطولة افريقيا (سباق ضد الساعة / التخبه)

الجزائر تحرز الميدالية البرونزية

فاز المنتخب الوطني الجزائري للدراجات، بالميدالية البرونزية (سباق ضد الساعة) (حسب الفرق)، الذي جرى أمس الأربعاء بمدينة شرم الشيخ المصرية، لحساب اليوم الأول من بطولة افريقيا على الطريق (من 22 إلى 26 مارس) وقطعت العناصر الوطنية، المشكلة من حمزة منصوري وعز الدين لعقاب، صالح الدين البعقوبي شرقي و اسلام منصوري مسافة السباق المقدره بـ 42 كلم في زمن قدره 52 د / 20 ث وعادت الميدالية الذهبية لمنتخب اريتيريا، الذي قطع مسافة السباق في زمن قدره 52 / 10 ث، متقدما على منتخب جنوب افريقيا الذي حل ثانيا بـ 52 / 6 ث محققا بذلك الميدالية الفضية ووفي وقت سابق من نهار اليوم، كانت تشكيلة المنتخب الوطني للأوساط ذكور، المشكلة من كل من محمد مجاح وعبد الرحمن كسبر قد توجت بالميدالية الفضية لسباق ضد الساعة الذي جرى على مسافة 21 كلم وعادت الميدالية الذهبية لمنتخب اريتيريا الذي دخل في المركز الاول في مدة زمنية قدرت بـ 26 د و 48 ث، بينما احتل منتخب مصر (الدولة المستضيفة للحدث الافريقي)، الصف الثالث بتوقيت 27 د و 56 ث وتشارك الجزائر في هذا الموعد التنافسي بـ 12 دراجا منهم ستة في فئة الأكبر، هم: عز الدين لعقاب وصالح الدين الايوبي شرقي و اسلام منصوري و حمزة عماري وايوب ساحيري و محمد أمين ميهاري، تحت إشراف المدرب حمزة حكيم وخمس من فئة الاوساط أسامة خلاف وقصير عبد الرحمن ورياض بختي ومحمد مجاجي وأكرم بلعسي وستنطلق اليوم الخميس منافسات سباق ضد الساعة فردي.

لوح

مدرب المنتخب الوطني للريفي

التربص كان مفيدا والفوز وديا على كوت ديفوار مهم

وصافة المجموعة الثالثة برصيد 5 نقاط، خلف منتخب أوغندا المتصدر (6 نقاط)، وقبل منتخب غانا (4 نقاط) المقص من بقية المشاور. بخصوص أهداف الفريق الوطني في العرس القاري، الذي سيقام على الأراضي الفرنسية، كان رئيس الاتحادية الجزائرية للريفي، سفيان بن حسان، قد جدد نواياه في تصريح سابق: "بإستهداف اللقب القاري"، المرادف لتأهل تاريخي إلى نهائيات كأس العالم، التي ستجري خلال الفترة الممتدة بين 8 سبتمبر و 29 أكتوبر 2023 بفرنسا.

س.ب

الجزائر في العرس القاري: "سندخل المنافسة باعتبارنا أصغر المنتخبات من حيث الخبرة والتجربة، حيث نحتل المركز 90 عالميا، بينما تتواجد ناميبيا، على سبيل المثال - في الصف 24، لهذا فالفرق شاسع بيننا، لكننا سنواصل العمل بجدية ومثابرة وفي صمت، من أجل التطور وبلوغ الجاهزية المطلوبة في شهر جويلية، بهدف لعب الأدوار الأولى، وقول كلمتنا في كأس إفريقيا". للإشارة، الفريق الوطني انتزع بطاقة التأهل إلى العرس القاري في جويلية الفارط، خلال دورة كامبالا (أوغندا) التأهيلية، بقيادة المدرب السابق بومدين علام، باحتلاله

العالم فرنسا-2023، نهائيات كأس إفريقيا-2022 من 1 إلى 10 جويلية، بمدينة مرسيليا وايس أونبروفونس (جنوب فرنسا)، بمشاركة أفضل ثمانية منتخبات إفريقية في الترتيب القاري وهي: الجزائر، بوركينا فاسو، كوت ديفوار، كينيا، ناميبيا، أوغندا، السنغال وزيمبابوي. حول برنامج "الخضر"، تحسبا للموعد القاري، كشف التقني السنغالي: "سوف نواصل مخططنا للتحضير الحسن، بتنظيم تربص إعدادي آخر في شهر جوان المقبل، قبل فترة قصيرة من موعد الكأس الإفريقية التي ستجري مطلع جويلية أوضح ماني بخصوص حضور

كوت ديفوار ضمن أحسن أربعة منتخبات إفريقية، خاصة أنها تغلبت في الصائفة الماضية على ناميبيا، التي تعد المرشح الأبرز للتتويج باللقب القاري والتأهل إلى المونديال وأضاف: "المقابلة كانت مفيدة من كل النواحي، حيث تمكننا من تجريب عدد معتبر من اللاعبين، فمن أصل 30 لاعبا، أشركنا 26 في هذه المواجهة الودية، لهذا أنا جد راض عن هذه النتيجة والعمل المنجز في التربص، الذي سمح لنا بانتزاع فوز جماعي ثمين فنيا ومعنويا، وأنا فخور بذلك". سينظم الاتحاد الإفريقي للريفي، بالتنسيق مع لجنة تنظيم كأس

أعرب مدرب المنتخب الجزائري للريفي بـ 15 لاعبا (أكابر)، عصمان ماني، عن رضاه بالعمل المنجز ضمن التربص التحضيري والفوز المحقق وديا على كوت ديفوار (38-13)، يوم السبت الماضي بمدينة تولوز (فرنسا)، في إطار التحضيرات للمشاركة في كأس إفريقيا-2022 المؤهلة لمونديال فرنسا-2023. صرح المدرب ماني قائلا: "حققنا فوزا جميلا على المنتخب الإيفواري في ختام خمسة أيام من التربص التحضيري المفيد (16-20 مارس)، أين اشتغلنا جيدا بالتعاون مع الطاقمين الفني والطبي، الفوز مهم لأن



ليس ميسي.. الكشف عن صاحب أعلى راتب في الدوري الفرنسي

كشفت تقارير صحفية عن اللاعب صاحب أعلى راتب في الدوري الفرنسي خلال الموسم الحالي، ولم يكن الأرجنتيني ليونيل ميسي نجم باريس سان جيرمان. ميسي انتقل إلى باريس سان جيرمان خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، قادما من برشلونة في صفقة انتقال حر، بعد الفضل في تسجيله بسبب لوائح الدوري الإسباني. ورغم أن العديد من التقارير تحدثت عن راتب خرافي للنجم الأرجنتيني في نادي العاصمة الفرنسية، إلا أن صحيفة "ليكيب" الفرنسية كشفت عن مفاجأة مدوية، حيث أكدت أنه ليس الأعلى في الدوري الفرنسي أو باريس سان جيرمان. وقالت صحيفة "ليكيب" الفرنسية في تقرير لها إن البرازيلي نيمار داسيلفا، نجم باريس سان جيرمان، هو الأعلى أجرا في الدوري الفرنسي، براتب شهري قيمته 4.083 مليون يورو. وبحسب الصحيفة، فإن ميسي يحل ثانيا في الدوري الفرنسي براتب 3.375 مليون يورو شهريا، ثم نجم منتخب فرنسا كيليان مبابي بـ 2.2 مليون يورو. وسيطر نجوم باريس على قائمة أعلى الرواتب، حيث حل المدافع البرازيلي ماركينوس في المركز الرابع بالتساوي مع لاعب الوسط الإيطالي ماركو فيراتي بـ 1.2 مليون يورو. واستمرت سيطرة باريس على قائمة أعلى الرواتب حتى المركز الـ 14، بينما جاء الفرنسي وسام بن يدر، لاعب موناكو، في المركز الـ 15 بـ 650 ألف يورو شهريا، بينما جاء زميله الإسباني سيسك فابريغاس في المركز الـ 18 بـ 600 ألف يورو شهريا. في المقابل، يعتبر المغربي سفيان بوفال هو الأعلى أجرا في فريقه أنجيه براتب 150 ألف يورو شهريا، أما التونسي وهبي الخرزوي فهو الأعلى أجرا في سانت إتيان بـ 290 ألف يورو.

الملحق الأوروبي.. رونالدو "المقاتل" يرفع راية التحدي مع منتخب البرتغال

رفع البرتغالي كريستيانو رونالدو راية التحدي فور انضمامه لمعسكر منتخب بلاده، استعدادا للملحق الأوروبي المؤهل لكأس العالم 2022. ومن المقرر أن يخوض منتخب البرتغال مباراة ضد تركيا، الخميس المقبل، في نصف نهائي الملحق الأوروبي، أملا في التأهل للنهائي لمباراة الفأز من مباراة إيطاليا ضد مقدونيا الشمالية. وبعد انضمامه لمعسكر منتخب البرتغال، وجه صاحب الـ 37 عاما رسالة للجماهير عبر حساباته بمواقع التواصل الاجتماعي، أرفق معها صورة له بمران الفريق. وكتب كريستيانو رونالدو: "تركيزنا منصب بشكل كامل على التأهل لكأس العالم 2022.. فخور كما هو الحال دائما بتمثيل منتخب البرتغال"، وأضاف: "نعلم أن الطريق لن يكون سهلا، ونحن نكن كل الاحترام للمنافسين الذين سنواجههم ولديهم ذات الأهداف التي نرغب في تحقيقها". واختتم الهدف التاريخي لكرة القدم رسالته بكلمات: "لكننا معا، سنقاتل من أجل وضع منتخب البرتغال في مكانه الصحيح.. دعونا نفعلا". وفشل منتخب البرتغال في حجز بطاقة التأهل المباشر لمونديال قطر من التصفيات بعدما تعرض للخسارة في الجولة الأخيرة على يد صربيا 2-1، ليتحول للملحق بعد احتلال المركز الثاني.

ويأمل كريستيانو رونالدو في عدم تقويت فرصة التواجد بالمونديال الشتوي نهاية العام الحالي، والمتوقع أن يكون الأخير له في ظل تقدمه في العمر.

تصفيات كأس العالم..

14 مقعدا تنتظر الجسم في توقف مارس

تشهد أجندة الموسم الكروي توقضا جديدا للاندية، لإقامة مباريات المنتخبات في الفترة بين 22 مارس الحالي وحتى نهاية الشهر. وستكون الأضواء مسلطة في فترة التوقف الدولي الحالية على مباريات تصفيات كأس العالم 2022، التي ستقام في عدة قارات. وبعد تأهل 15 منتخبا في المراحل السابقة من التصفيات، يُنتظر أن يتم حسم 14 مقعدا في مونديال 2022 خلال توقف مارس، ليكتمل عدد المتأهلين بشكل مباشر.

"الطاقة الشمسية" تدخل "غالاتا سراي" موسوعة "غينيس"

دخل نادي غالاتا سراي التركي الذي يلعب له المصري مصطفى محمد والجزائري سفيان فيغولي موسوعة جينيس، مستعينا بالطاقة الشمسية. وأقام نادي غالاتا سراي، مؤتمرا صحفيا في ملعبه "نيف" بمدينة إسطنبول، بحضور ممثلين من موسوعة جينيس للأرقام القياسية، وبراءك الماس رئيس النادي.

وتم الإعلان خلال المؤتمر عن دخول غالاتا سراي موسوعة جينيس للأرقام القياسية، لكونه أقوى ملعب في العالم يعمل بالطاقة الشمسية. وقال الماس في المؤتمر الصحفي: "نشر ألواح الطاقة الشمسية في سقف الملعب بدأ في عهد الرئيس السابق للنادي مصطفى جنكيز".

وأضاف: "الإدارة واصلت جهود سابقاتها وتم الانتهاء من المشروع ليصبح ملعب نيف هو الأقوى في العالم من ناحية العمل بالطاقة الشمسية". وأتم: "المشروع سيوفر على النادي الذي تأسس عام 1905 أعباء مالية كبيرة، وأشكر كل من ساهم في نجاح هذا المشروع من إداريين وعاملات وتقنيين".

من جانب آخر، قالت شيدا سوباشي، ممثلة موسوعة جينيس في تركيا، إن الرقم القياسي انتقل من البرازيل إلى تركيا. وأوضحت سوباشي أن ملعب "نيف" بات الأفضل من حيث الطاقة الشمسية، مشيرة أن المشروع مكون من 10 آلاف و404 لوحات قادرة على إنتاج 4.3 ميغا وات من الكهرباء.



هل سيفيب نادال عن ملاعبه المفضلة في التنس؟

تعرض النجم الإسباني المخضرم، رافاييل نادال، المصنف الثالث عالميا في رياضة كرة المضرب، للصدمة الكبيرة، بعدما كشف عن إصابته بكسر في أحد أضلاعه، عقب مشاركته الأخيرة في بطولة إنديانا ويلز، التي أقيمت في الولايات المتحدة الأمريكية.

وغرد رافاييل نادال تغريدة على حسابه في "تويتر"، الثلاثاء، جاء فيها: "سأغيب بين أربعة وستة أسابيع عن الملاعب. ليست أخبارا طيبة، ولم أتوقع ذلك، بعدما قمت بزيارة فريقي الطبي عقب عودتي إلى إسبانيا، وتبين وجود كسر بأحد أضلاعي".

ويعني إعلان رافاييل نادال، عدم حضوره في موسم الدورات الترابية، التي يتألق فيها بشكل رهيب، خاصة أنه قدم انطلاقة نارية في الموسم الحالي، بعدما حقق 20 فوزا، واستطاع حصد 3 ألقاب، وكان قريبا من نيل بطولة إنديانا ويلز، التي خسر فيها المواجهة النهائية.

وستفتقد الجماهير الرياضية رؤية نادال في بطولتي "مونتي كارلو"، وبرشلونة، خاصة أن إعلانه أثار الشكوك في قدرته على اللحاق ببطولة مدريد "الماسترز"، التي تقام بين الأول والثامن من شهر ماي القادم، بحسب ما كشفت شبكة "بي بي سي" البريطانية.

وخسر نادال، بطل أستراليا هذا الموسم، أمام الأمريكي تايلور فريتز الأحد الماضي في نهائي إنديانا ويلز للماسترز، لتتوقف سلسلته الرائعة عند 20 فوزا متتاليا هذا الموسم، لكنه فاجأ الجميع بعدما أعلن عدم ارتياحه في المباراة، وكان منزعجا للغاية، بسبب الأم حادة في صدره. وكان الإسباني رافاييل نادال قد توج هذا العام بدورات ملبورن، وأستراليا المفتوحة، حيث انفراد بالرقم القياسي لعدد الألقاب الكبرى في التاريخ (21) وأكابولو المكسيكية، محققا 20 انتصارا على التوالي في طريقه إلى النهائي في كاليفورنيا.

تصفيات كأس العالم - أفريقيا

من المقرر أن تتأهل 5 منتخبات أفريقية إلى نهائيات كأس العالم 2022، سيتم تحديدها بعد إقامة المرحلة الفاصلة في فترة التوقف الحالية. وتأهلت 10 منتخبات إلى المرحلة الحاسمة بتصفيات أفريقيا لمونديال 2022، وأسفرت القرعة عن 5 مواجهات بنظام الذهاب والإياب، بحيث يتأهل المنتخب الفائز من كل مواجهة، وذلك على النحو التالي: السنغال و مصر، الجزائر و الكاميرون، تونس و مالي، المغرب و الكونغو الديمقراطية

نيجيريا غانا ومن المقرر أن تقام مباريات الذهاب يوم الجمعة 25 مارس، فيما تلعب مباراة الإياب يوم 29 من الشهر نفسه.

تصفيات كأس العالم - أوروبا

أسفرت المرحلة الأولى من تصفيات أوروبا عن تأهل 10 منتخبات إلى كأس العالم 2022، فيما تبقّت 3 مقاعد سيتم حسمها عبر مرحلة الملحق التي يتنافس بها 12 منتخبا. وتم تقسيم الملحق الأوروبي إلى 3 مسارات يتنافس في كل منها 4 منتخبات بنظام نصف النهائي والنهائي. وفي مارس الحالي سيقام المسار الثاني الذي يشهد مواجهة السويد مع التشيك في نصف النهائي، على أن يتأهل الفائز لمواجهة بولندا في النهائي، بعد صعود الأخيرة بشكل تلقائي كنتيجة لاستبعاد روسيا من المنافسة، على خلفية الحرب على أوكرانيا. كذلك يقام المسار الثالث الذي يلتقي فيه منتخب البرتغال مع تركيا، وإيطاليا أمام مقدونيا الشمالية، فيما تم تأجيل المسار الأول إلى جوان المقبل بسبب الحرب في أوكرانيا، التي من المفترض أن يلعب منتخبها مع نظيره الاسكتلندي، فيما تلعب ويلز مع النمسا. ومن المقرر أن تقام مباريات نصف نهائي الملحق الأوروبي يوم 24 مارس الجاري، والإياب يوم 29 من الشهر نفسه.

تصفيات كأس العالم - آسيا

في آسيا، تأهلت لنهائيات كأس العالم منتخبات كوريا الجنوبية وإيران من المجموعة الأولى، فيما يُنتظر أن يتم حسم المتأهلين من المجموعة الثانية في التوقف الحالي. وتتنافس منتخبات السعودية واليابان وأستراليا على بطاقتي التأهل المباشر من المجموعة الثانية بالتصفيات الآسيوية، مع تبقي جولتين على نهاية مرحلة المجموعات، يومي 24 و29 مارس. وسيتأهل من الثلاثي المذكور منتخبان، فيما يلعب صاحب المركز الثالث مباراة فاصلة مع نظيره من المجموعة الأولى، على بطاقة الملحق أمام منتخب من أمريكا الجنوبية.

تصفيات كأس العالم - أمريكا الجنوبية

بعد تأهل كلا من البرازيل والأرجنتين، تتنافس 5 منتخبات على مقعدي التأهل المباشر من قارة أمريكا الجنوبية، وهي الاكوادور وأوروغواي وبيرو وتشيلي وكولومبيا، فيما لم يصبح بإمكان بوليفيا سوى التأهل من الملحق، بينما ودع كل من باراجواي وفنزويلا. ويشهد توقف مارس إقامة آخر جولتين في مرحلة المجموعات بين يومي 24 و29، وبعدها تتحدد هوية المنتخبين المتأهلين بشكل مباشر، بجانب المنتخب الذي يخوض مرحلة الملحق مع نظيره القادم من آسيا. يشهد الشهر الحالي ختام مرحلة المجموعات بتصفيات أمريكا الشمالية والوسطى، والتي تسفر عن تأهل 3 منتخبات بشكل مباشر. وتقام آخر 3 جولات في تلك المرحلة أيام 24 و27 و30 مارس، وحينها سيتم تحديد المتأهلين بشكل مباشر (3 مقاعد)، بجانب صاحب المركز الرابع الذي يلعب مباراة الملحق مع منتخب من قارة أوقيانوسيا.

3 مقاعد مؤجلة

بعد حسم 14 مقعدا في توقف مارس سيصبح عدد المتأهلين 29، وسيكتمل عقد المتأهلين للمونديال في التوقف الدولي المقبل في شهر جوان. ومن المنتظر أن تحجز 3 منتخبات مقاعدها في كأس العالم في جوان، وهي المنتخبات الفائزة في ملاحق المسار الأوروبي الأول، والفائز من ممثل أمريكا الجنوبية مع ممثل آسيا، وممثل أمريكا الشمالية مع أوقيانوسيا.



بن زيمة يسابق الزمن لنجدة ريال مدريد

واصل الفرنسي كريم بن زيمة مهاجم ريال مدريد، عمله للتعافي من الإصابة التي لحقت به مؤخرا، وحرمته من المشاركة في مواجهة الكلاسيكو ضد الغريم التقليدي برشلونة، والتي خسرها الميرنفي برعاية نظيفة. ونشر بن زيمة، مقطع فيديو وهو يعمل في صالة الألعاب الرياضية الخاصة بريال مدريد. وتعرض بن زيمة لإصابة عضلية، خلال مشاركته في الانتصار على ريال مايوركا بالليغا بثلاثية نظيفة، وحاول الفرنسي اللحاق بمباراة الكلاسيكو، لكن انتهى به الأمر بالتواجد في مدرجات ملعب "سانتياغو برنابيو" ليشاهد سقوط رفاقه. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإنه من المتوقع عودة بن زيمة بشكل مبني يوم 2 أبريل لمواجهة سيلتا فيغو، على الرغم من أن الهدف الرئيسي بالنسبة له اللحاق بمباراة تشيلسي يوم 6 من الشهر ذاته، ضمن منافسات ذهاب ربع نهائي دوري أبطال أوروبا.

رئيس أتلتيكو يثير الغموض حول دييالا

تحدث إريكي سيريزو رئيس أتلتيكو مدريد عن الشائعات التي تدور حول خطة حامل لقب الليغا للتعاقبات الصيفية المقبلة. وترددت أنباء قوية عن عزم النادي الإسباني التعاقد مع لاعب مارسيليا الفرنسي بوبكر كامارا والأرجنتيني باولو دييالا نجم جوفنتوس، بنهاية الموسم الجاري. وقال سيريزو "أنا لا أعرف حتى من هو كامارا! لدينا فريق تقني رائع وعظيم، يعرف جيدا ما يفعل وكيف يتعين عليه القيام بالأشياء". وأثار الغموض حول رغبة النادي في ضم دييالا إذ قال "هو لاعب رائع لكنه في جوفنتوس حاليا. قد يثير اهتمامك أو لا. سنرى من الآن حتى أوت". وفيما يتعلق بالفريق قال رئيس أتلتيكو مدريد "نحن جيدون للغاية، سنحاول تحقيق أهدافنا، وأن نكون من بين الثلاثة الأوائل". واستطرد "نحن نكافح من أجل ذلك. دعونا نرى ما إذا كنا محظوظون ونتأهل إلى نصف نهائي دوري أبطال أوروبا". وتابع "ساكون راضيا عن إنهاء الموسم في المراكز الثلاثة الأولى، والذهاب إلى أبعد نقطة ممكنة في دوري الأبطال. نحاول التخلص من المشكلة التي مررنا بها". وبلغ "الأتلتي" حتى الآن ربع نهائي دوري أبطال أوروبا فيما يحتل المركز الرابع في الليغا برصيد 54 نقطة بفارق الأهداف فقط عن برشلونة الثالث، علما بأن البارسا لعب مباراة أقل.

هل تهرب بيل من خوض الكلاسيكو؟

كشف تقرير صحفي إسباني، عن مفاجأة كبيرة تتعلق بالويلزي غاريث بيل، نجم ريال مدريد، الذي لم يشارك في الكلاسيكو الأخير. وكان بيل قد اشتكى من بعض الآلام في ظهره قبل لقاء الكلاسيكو، ورفض التواجد في قاعة المباراة، كما أنه لم يذهب لمدرجات البرنابيو لمتابعة اللقاء.

وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فإن بيل ظهر صباح الثلاثاء في تدريبات المنتخب الويلزي استعدادا لمواجهة النمسا، يوم الخميس المقبل، في تصفيات المونديال، وذلك بعد أيام قليلة من غيابه عن الكلاسيكو. وأضافت الصحيفة، أن بيل يحاول التهرب من المشاركة مع ريال مدريد تحت قيادة كارلو أنشيلوتي، حيث أبلغ المدرب بإصابته قبل الكلاسيكو، ومع ذلك شارك في مران منتخب بلاده بشكل طبيعي. وأكدت الصحيفة، أنها ليست المرة الأولى التي يتجنب فيها بيل المشاركة مع ريال مدريد، ومن ثم يشارك مع ويلز بصورة طبيعية. وينتهي عقد بيل مع ريال مدريد، بنهاية الموسم الجاري، ومن المستبعد تماما التفاوض معه حول توقيع عقد جديد. جدير بالذكر، أن ريال مدريد خسر أمام برشلونة في الكلاسيكو، برعاية نظيفة، مساء الأحد الماضي، ضمن مباريات الجولة 29 لليغا.

رسالة خفية من يوفيتش إلى أنشيلوتي

وجه الصربي لوكا يوفيتش، مهاجم ريال مدريد، رسالة خفية لمديره الإيطالي كارلو أنشيلوتي، بعد قرار عدم إشراكه في الكلاسيكو، رغم غياب الفرنسي كريم بن زيمة، وتدني مستوى هجوم الفريق. وتعرض ريال مدريد لهزيمة ثقيلة على أرضه أمام برشلونة، برعاية نظيفة، مساء الأحد الماضي، ضمن مباريات الجولة 29 لليغا. وقام حساب صحيفة "Buta sport" على "إنستغرام" بنشر صورة ليوفيتش من تدريبات ريال مدريد، وإلى جواره الثاني غاريث بيل وإدين هازارد، زميليه في الميرنفي، مع وضع "وجه يفكر" كرمز تعبيري للحيرة. ولم يشارك هذا الثلاثي في الكلاسيكو، رغم النقص العددي في الهجوم. وقام يوفيتش بوضع علامة إعجاب على الصورة، في إشارة إلى أنه غير راض عن وضعه في ريال مدريد. ولم يشارك يوفيتش في أي لقاء كلاسيكو منذ انتقاله لريال مدريد، في صيف 2019 قادما من آينتراخت فرانكفورت.

بيريز يحدد خياره المفضل بين 5 مدربين لخلافة أنشيلوتي

كشف تقرير صحفي إسباني، عن الاسم الذي يفضلته فلورنتينو بيريز، رئيس ريال مدريد، لقيادة الميرنفي في الموسم المقبل، حال الانفصال عن المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي. ويمتد عقد أنشيلوتي مع ريال مدريد لموسم مقبلين، إلا أن تذبذب أداء الفريق، والهزيمة الساحقة أمام برشلونة برعاية نظيفة، من الأمور التي أثارَت مخاوف مسؤولي الميرنفي. وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فإن ريال مدريد سيبقي على أنشيلوتي كمدير فني للفريق، حال فوزه بلقب الليغا، وتقدمه في دوري الأبطال. أما في حالة حدوث "كارثة" وخسارة لقب الليغا، رغم فارق التسع نقاط في الصدارة عن إشبيلية، فإن بيريز لن يفكر لحظة قبل طرد أنشيلوتي. وأضافت الصحيفة، أن هناك العديد من المدربين المرشحين لقيادة الميرنفي، حال إقالة أنشيلوتي، وهم الألماني توماس توخيل (تشيلسي)، والأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو (باريس سان جيرمان)، والألماني يورجن كلوب (ليفربول)، والإسباني راؤول غونزاليس (ريال مدريد كاستيا)، والإسباني تشابي ألونسو (ريال سوسيداد B). وأشارت الصحيفة، إلى أن توخيل يعتبر الاسم الأقرب لشغل منصب المدير الفني لريال مدريد، حال إقالة أنشيلوتي، في ظل الوضع الاقتصادي الذي يعيشه البلوز، بعد العقوبات التي فرضت على مالك النادي، الروسي رومان أبراموفيتش مؤخرا، الأمر الذي يعزز من إمكانية رحيل المدرب الألماني. كما يعتبر كلوب حلما قديما لبيريز، لكنه يرتبط بعقد مع ليفربول حتى صيف 2024، والتفريط فيه أمر مستبعد.

ريال مدريد يستخدم طريقة بيل للتخلص من هازارد

يُعمل نادي ريال مدريد الإسباني على التخلص من البلجيكي إدين هازارد، بعدما تأكد أنه لن يعود إلى مستواه الذي كان عليه مع فريقه السابق، تشيلسي الإنجليزي، في الوقت الذي يسعى فيه النادي لإفساح المجال لصفقات جديدة مع تخفيض فاتورة الأجور في النادي. ويسعى الريال للتعاقد مع الثاني كيليان مبابي وإيرلينج هالاند لذلك يعمل على تهديد الطريق للصفقتين من خلال التخلص من اللاعبين الزائدين عن الحاجة وعلى رأسهم هازارد. وأهدر هازارد كل فرصه في ريال مدريد لاستعادة مستواه، لذلك فقد النادي الأمل فيه وقرر التخلص منه في الصيف، وسيعمل النادي على إيجاد فريقا يريد ضم إدين وشراء بطاقته بشكل نهائي في نهاية الموسم. ويتجه الريال إلى تكرار طريقة بيل مع هازارد، حال عدم رغبة أي ناد في ضم اللاعب بشراء العقد نهائيا، من خلال الموافقة على رحيله بنظام الإعارة مع تحمل الفريق الجديد جزءا كبيرا من راتب اللاعب خلال فترة الإعارة، ما يمنح الميرنفي بعض الراحة من الراتب الضخم الذي يتقاضاه البلجيكي والذي يبلغ 15 مليون يورو. ويتوي النادي الأبيض التفاوض مع أندية مثل أرسنال ونيوكاسل على ضم هازارد بالإعارة مع تحمل 65 أو 75 في المئة من راتب اللاعب في فترة الإعارة خلال الموسم المقبل.



بايرن يمنح برشلونة الفرصة للاقتضاض على صفقة برازيلية



أسدى نادي بايرن ميونخ خدمة لتظهير الإسباني برشلونة، في سياق التعاقد مع أحد اللاعبين المتوهجين في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم. وربطت تقارير صحفية عديدة النادي البافاري في وقت سابق بالجناح البرازيلي رافينيل بيولي (رافينيا)، لاعب ليدز يونايتد، الذي يحظى باهتمام أيضا من البارسا. وبحسب ما ذكرته صحيفة "موندو ديبورتيفو" الكتالونية، فإن النادي الألماني صرف النظر عن التعاقد مع صاحب الـ 25 عاما في الميركاتو الصيفي. وبذلك، أفسح بايرن المجال للنادي الكتالوني من أجل التحرك باريحية نحو الدولي البرازيلي، الذي يرتبط بعقد مع ليدز حتى صيف 2024، لكنه يتضمن شرطا جزائيا تبلغ قيمته 75 مليون يورو. ويملك بايرن ميونخ وفرة من اللاعبين على الجناحين، إذ يمتلك الثنائي الألماني ليروي ساني وسيرجي غنابري، بالإضافة للفرنسي كينغسلي كومان. في الوقت ذاته، يطمح برشلونة لتعزيز هجوم الفريق بالجناح البرازيلي، بعدما أوشك الفرنسي عثمان ديمبلي على الرحيل فور انتهاء تعاقدته بنهاية الموسم.

قيمة عرض بايرن تعقد صفقة برشلونة ومزراوي

كشف تقرير صحفي إسباني، عن قيمة العرض الذي قدمه بايرن ميونخ للمغربي نصير مزراوي، ظهير أياكس أمستردام الهولندي. وارتبط اسم الدولي المغربي صاحب الـ 24 عاما، ببعض الأندية الأوروبية الكبرى في الفترة الأخيرة، على رأسها برشلونة وبايرن ميونخ. وقدم برشلونة عرضا لمزراوي يتضمن راتبا يبلغ 5 ملايين يورو سنويا للانتقال إلى "كامب نو"، لكن موقع "سبورت 10" الألماني، قال إن بايرن ميونخ قدم عرضا أفضل للتظهير المغربي. ووفقا لصحيفة "أس" الإسبانية، فإن عرض بايرن ميونخ لمزراوي يتخطى الـ 10 ملايين يورو سنويا للنجم المغربي. وشهدت الأيام الأخيرة سفر حسن صالح حميديش، المدير الرياضي للنادي الألماني، إلى أمستردام لمحاولة إقناع مزراوي بارتداء القميص البافاري. واجتمع الطرفان في اليوم التالي لخروج أياكس من ضمن نهائي دوري الأبطال على يد بنفيكا، لتأكيد اهتمام بايرن بالحصول على خدماته، فضلا عن إبلاغه بتفاصيل العقد الذي ينتظره.

خطوة تقرب ديفيز من مباريات بايرن ميونخ

أوشك الظهير الكندي ألفونسو ديفيز، على العودة للظهور مع بايرن ميونخ في المستقبل القريب، بعدما أقدم على خطوة جديدة. صاحب الـ 21 عاما لم يشارك في أي مباراة للفريق البافاري منذ مواجهة فولفسبورغ في ديسمبر الماضي، إذ أصيب بفيروس كورونا مع بداية العام الحالي قبل أن يعاني من مشكلة في عضلة القلب. وحسب موقع "سبورت 1"، فإن ديفيز عاد لتدريبات الفريق البافاري، مساء الثلاثاء إذ شارك باقي زملائه في بعض الأجزاء لمدة 45 دقيقة. وعلق الدولي الكندي على عودته للتدريبات الجماعية بعد نحو 3 أشهر، قائلا "سارت الأمور على ما يرام". ويمتني المدرب جوليان ناغلسمان نفسه، بالاعتماد على ديفيز عند مواجهة فياريال في ذهاب ربع نهائي دوري أبطال أوروبا يوم 12 أبريل المقبل.

مدافع بايرن ميونخ على رادار ريال مدريد

دخل مدافع بايرن ميونخ دائرة اهتمام نادي ريال مدريد، الذي يخطط لإبرام صفقة لتدعيم الخط الخلفي خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة. ووفقا لموقع "Sport10Le"، فإن النادي الملكي يراقب وضع المدافع الفرنسي دايوت أوباميكانو، أملا في جلبه إلى ملعب سانتياغو برنابيو بنهاية الموسم. واضطر المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي للاعتماد على الظهير النمساوي ديفيد ألبا في قلب الدفاع هذا الموسم، لتعويض الثغرة التي خلفها رحيل الإسباني سيرجيو راموس الصيف الماضي. وحال نجاح الريال في التعاقد مع صاحب الـ 23 عاما، فإن ذلك سيمتدح مدرب الريال فرصة الاعتماد على ألبا في مركزه الطبيعي كظهير أيسر. رغم ذلك، فإن النادي الألماني لا يخطط للتخلي عن لاعب لايبزيغ السابق، لا سيما بعد ضمه الصيف الماضي مقابل 41.5 مليون يورو. وعانى الدولي الفرنسي في الفترة الأخيرة من تهميش دوره مع الفريق، حيث جلس على مقاعد البدلاء في أغلب المباريات التي خاضها بايرن ميونخ في الأسابيع الأخيرة.

كومان يضع شرطا إعجازيا لمغادرة بايرن ميونخ

حدد كينغسلي كومان، نجم بايرن ميونخ، شرطا صعبا لرحيله عن ملعب أليانز أرينا، وذلك بعدما وقع على عقد جديد مؤخرا يربطه بالبافاري حتى صيف 2027. بايرن أغلق الباب أمام كافة التكهّنات والشائعات التي أحاطت بمستقبل الدولي الفرنسي في وقت سابق بنجاحه في تمديد عقده لفترة طويلة. وقال كومان لمحطة كانال بلاس التلفزيونية "عقدي الجديد لم يبدأ بعد، وعندما أوقع حتى 2027، فهذا يعني قناعتي بمشروع النادي، ورغبتي في أن أكون جزءا منه". رغم ذلك، أوضح الجناح الفرنسي "إذا نجحنا في الفوز بلقب دوري الأبطال 3 مرات متتالية، يمكنني حينها التفكير في خوض تجربة في مكان آخر". ولم يسبق لأي فريق سوى ريال مدريد تحقيق هذا الإنجاز على مدار تاريخ التشامبيونز ليغ، وذلك بنجاحه في قنص اللقب 3 مواسم متتالية بين 2016 و2018. وأعرب صاحب الـ 25 عاما عن سعادته بتواجده في بايرن، الذي قال عنه "إنه أحد أفضل الأندية في العالم، أعلم أنه لا يزال هناك الكثير من الفرص والأهداف التي نسعى لتحقيقها هنا، وهدفي الأكبر هو الفوز بدوري الأبطال مجددا".

ناغلسمان يمتدح مدافعه: يلعب بشراسة غير معقولة

نال تانجي نيانزو، مدافع بايرن ميونخ، إعجاب مدربه جوليان ناغلسمان بعد ظهوره بمستوى مميز خلال فوز فريقه على يونيون برلين (0-4) السبت الماضي، ضمن منافسات الدوري الألماني. المدرب الألماني دفع بالمدافع الفرنسي الشاب في التشكيلة الأساسية، لسد ثغرة الغيابات في الخط الخلفي بعد إصابة الثاني نيكلاس سولي وبينيامين بافارد. وأشار موقع "سبورت 1" إلى حصول صاحب الـ 19 عاما على فرصة البدء في التشكيلة الأساسية للفريق البافاري للمرة الثانية في الوندسليغا، وهو ما كلفه بتسجيله هدفا من ضربة رأسية. من جانبه، امتدح ناغلسمان قدرات نيانزو، قائلا عنه "إنه قوي بشكل مذهل في الألعاب الهوائية، وربما يكون أقوى مدافعيننا في هذا الجانب، حتى على الصعيد الهجومي". وأعرب مدرب بايرن عن رضاه التام عما قدمه اللاعب الفرنسي خلال المباراة، مشيرا إلى تمتعه بشخصية قوية، فضلا عن روحه القتالية وتفانيه من أجل الفريق. وأتم ناغلسمان تصريحاته، قائلا "إنه يلعب بشراسة غير معقولة، فضلا عن تحليله بعقلية انتصار استثنائية".

نوير لا يفكر في الاعتزال عقب كأس العالم

أكد الحارس الألماني المخضرم مانويل نوير، أنه سيشارك في مونديال قطر 2022، دون خطط ملموسة بشأن مستقبله في حراسة مرمى منتخب بلاده. ويكمل نوير عامه الـ 36 يوم الأحد المقبل، لكنه لا يفكر مطلقا في مسألة الاعتزال عقب كأس العالم في نهاية العام الجاري. وتستضيف ألمانيا بطولة يورو 2024 ولم يسبق لنوير خوض بطولة كبرى بشكل كامل على أرضه أو الفوز بلقب قاري. وقال نوير على هامش المباراتين الوديعتين أمام الكيان الصهيوني يوم السبت المقبل وهولندا بعدها بثلاثة أيام: "لا أضع نصب عيني المشاركة في يورو 2024 وما بعدها في حراسة مرمى المنتخب الألماني". وأضاف "كنت أقول دائما إنني أريد التواجد طالما بمقدوري المساعدة، أشعر بأنني في حالة جيدة وبحاجة إلى المرح". وإذا شارك نوير في المباراتين الوديعتين المقبلتين فإنه سيصل للمباراة الدولية رقم 110 مع الماكينات الألمانية. وأشار حارس بايرن ميونخ: "سيكون من الممتع حقا التواجد هنا مع المنتخب الوطني، هو بمثابة شرف كبير بالنسبة لي، رغم أنني أتواجد هنا منذ سنوات كثيرة وخضت الكثير من المباريات". وأوضح نوير: "سعيد بكوني جزءا من الفريق، طالما ظل الوضع على ما هو عليه، فأنا أريد الاستمرار في اللعب، مستوأي أيضا ينبغي أن يتوافق مع هذا". وأكد نوير أنه لا يوجد جديد في مسألة تجديد عقده مع بايرن ميونخ، والذي ينتهي في 2023، مكتفيا بالقول "لا توجد أنباء" بشأن العقد الجديد.

دورتموند يفقد مدافعيه لأسابيع

أعلن نادي بوروسيا دورتموند، أن معاناة الفريق من الإصابات مستمرة، حيث يفقد جهود المدافعين نيكو شولز وهيليكس باسلاك لأسابيع. وتعرض اللاعبان لإصابات عضلية، حيث أصيب شولز خلال عملية الإحماء قبل المباراة التي انتهت بالتعادل مع كولون 1 / 1 الأحد، كما أصيب باسلاك خلال المباراة نفسها. ويحتل بوروسيا دورتموند المركز الثاني في الدوري الألماني (بوندسليغا) بفارق ست نقاط خلف المتصدر بايرن ميونخ وذلك قبل فترة التوقف الدولي. وبعد انتهاء فترة التوقف يلتقي بوروسيا دورتموند على ملعبه، لايبزيغ في الثاني من أبريل.



بيان من الاتحاد الإنجليزي بشأن جمهور تشيلسي

كشف الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم، عن محاولاته السماح لمشجعي تشيلسي بحضور مباراة فريقهم في الدور نصف النهائي لكأس الاتحاد الإنجليزي أمام كريستال بالاس، على ملعب ويمبلي. وأصدر الاتحاد الإنجليزي بياناً رسمياً، أفصح فيه عن محادثاته مع الحكومة بشأن تعديلات على رخصة تشغيل تشيلسي، للسماح ببيع تذاكر لمباراة كريستال بالاس في ويمبلي. وتمنع عقوبات حكومة المملكة المتحدة التي فرضها رومان أبراموفيتش تشيلسي حالياً من بيع أي تذاكر جديدة. وقال المتحدث باسم الاتحاد الإنجليزي خلال البيان: "نأمل أن يكون لدينا عدد كبير من الجماهير في الدور قبل النهائي لكأس إنجلترا لكرة القدم على ستاد ويمبلي". وأضاف: "هذا يشمل تذاكر لمشجعي تشيلسي لمباراتهم ضد كريستال بالاس. ومن جهتنا نواصل التفاوض مع الحكومة على طريقة لتحقيق ذلك مع احترام العقوبات المفروضة حالياً على تشيلسي". وتم فرض عقوبات على المالك السابق لتشيلسي، رومان أبراموفيتش، مع ادعاء وجود صلة تجمعها بفلاديمير بوتين، رئيس روسيا.

علاق إنجليزي يفاوض ديالا

دخل أحد الأندية الكبرى في الدوري الإنجليزي الممتاز سباق التعاقد مع الأرجنتيني باولو ديالا، نجم جوفنتوس. وينتهي عقد ديالا مع جوفنتوس في الصيف المقبل، وأعلن مسؤولو السيدة العجوز، الاثنين، أن اللاعب لن يمتنع عرضاً جديداً من أجل التجديد. ووفقاً لصحيفة "لاغازيتا ديللو سبورت" الإيطالية، فإن أرسنال بات أحدث الأندية المهتمة بالتعاقد مع ديالا في الميركاتو الصيفي المقبل. وأشارت الصحيفة الإيطالية إلى أن الجانرز لم يكتف بمراقبة وضع النجم الأرجنتيني، لكنه أجرى محادثات أولية مع نجم جوفنتوس. وزعمت تقارير إيطالية مؤخراً أن ميلان وانتر يتنافسان بقوة للتعاقد مع ديالا في الصيف المقبل. وشارك النجم الأرجنتيني هذا الموسم في 29 مباراة مع جوفنتوس في مختلف البطولات وأحرز 13 هدفاً وقدم 6 تمريرات حاسمة.

لوكاكو يكشف موقفه من مغادرة تشيلسي

يسعى روميلو لوكاكو مهاجم فريق تشيلسي إلى العودة لصقوف إنتر ميلان مرة أخرى، خلال موسم الانتقالات الصيفي المقبل. وكان لوكاكو قد انضم إلى تشيلسي قادماً من إنتر ميلان، في الصيف الماضي. ولكن البلجيكي عانى مع بطل أوروبا منذ عودته إلى ستامفورد بريدج، حيث سجل 12 هدفاً فقط في جميع المسابقات، وشارك في 11 مباراة من مقاعد البدلاء. وسبق أن اعترف لوكاكو بأنه غير سعيد في تشيلسي، وأنه نادم على مغادرة إنتر ميلان في الصيف الماضي، ويتمنى العودة إلى سان سيرو يومًا ما. وذكرت صحيفة "آس" الإسبانية، نقلاً عن المراسل فابيو بيرجومي لـ "CMIT TV"، أن لوكاكو ينوي مغادرة تشيلسي بالفعل بمجرد انتهاء الموسم الجاري. وأوضح أن لوكاكو أبلغ أحد أصدقائه بأنه ودع زملائه في تشيلسي، حيث يعمل إنتر ميلان على العودة للصيفية للاعب صاحب الـ 28 عاماً. كما اختير لوكاكو أفضل لاعب في دوري الدرجة الأولى الإيطالي عن الموسم الماضي، متفوقاً على كريستيانو رونالدو في تلك الجائزة. ولعب لوكاكو دوراً حيوياً في فريق أنطونيو كونتي الفائز باللقب الموسم الماضي، حيث سجل 24 هدفاً في 36 مباراة. وقال لـ AIC عند قبوله جائزته: "إنتر ميلان دعمنا دائماً وكذلك فعل المشجعون الذين أريد أن أشكرهم".

أليسون: أحب الحياة في ليفربول بسبب كلوب

أكد أليسون بيكر حارس مرمى ليفربول الإنجليزي، أن ما يميز فريقه الحالي، هو الثقة التي يكتسبها الريز خلال الفترة الماضية واستمرار الفوز بمختلف البطولات. أليسون حافظ على نظافة شبابه المباريات الثلاث الماضية على التوالي مع ليفربول، وكان آخرها الفوز على نوتنغهام فورست في كأس الاتحاد الإنجليزي. وقال أليسون في تصريحات لموقع ليفربول الرسمي: "في حضور المشجعين، نحصل على دفعة جديدة حقاً، ونثق في أنفسنا، وبالنسبة لي الثقة هي أهم شيء في هذه الفترة". وأضاف: "عندما حصلنا على اللقب في 2020، كانوا في المنزل بسبب جائحة فيروس كورونا، لكننا شعرنا أنهم يحتفلون معنا في كل مكان. لكن الأمر هذا الموسم لن يكون سهلاً". لـ ليفربول يأتي في المركز الثاني خلف مانشستر سيتي في ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز، بفارق نقطة واحدة لصالح حامل اللقب مانشستر.

وواصل: "الدوري الإنجليزي صعب، هناك الكثير من الفرق الجيدة والفرق التي تتحسن كل يوم، ليس فقط في القمة، وإنما في مراكز التأهل الأوروبي وكذلك المنافسة على البقاء".

وعن علاقته مع كلوب، قال الحارس البرازيلي: "نعم، إنها علاقة جيدة حقاً. إنه مثل الأب بالنسبة لي، وعندما تحدثت معه لأول مرة في مكالمة فيديو أجاب مسرعاً وكان يبتسم، وأنا كذلك، ومنذ ذلك الحين كان لدينا اتصال كبير، ولدي العديد من المشاعر الجيدة تجاهه". واختتم: "تمجيني حقاً طريقة عمل كلوب، إنه يجعل الفريق يشعر بالراحة، يحاول دائماً أن يجعل الأمور سهلة على الفريق، لذلك أنا أحب الحياة هنا والعمل معه، أحب التواجد في ليفربول دائماً".

مانشستر سيتي يتحرك تحسباً لرحيل فيرناندينيو

يعمل مسؤولو مانشستر سيتي، على تدعيم الفريق بنجوم جدد في حالة رحيل لاعب الوسط البرازيلي فيرناندينيو، خلال الصيف المقبل. وينتهي عقد فيرناندينيو مع مانشستر سيتي الصيف المقبل، ولم يرد اللاعب البرازيلي حتى الآن على اقتراح التجديد. وكتب فابريزيو رومانو، خبير انتقالات اللاعبين والمدربين في أوروبا، عبر حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "يستكشف مسؤولو مانشستر سيتي سوق الانتقالات حالياً للتعاقد مع لاعب خط وسط جديد في الصيف المقبل". وأضاف: "سيتم اتخاذ قرار نهائي بشأن مستقبله في نهاية الموسم الحالي، فيما يريد المدرب بييب جوارديولا أن يجدد اللاعب البرازيلي لموسم آخر، واختتم رومانو: "مانشستر سيتي لا يضغط على فيرناندينيو، ويترك له حرية اتخاذ القرار النهائي".

مانشستر يونايتد يحدد بديل كافاني من الدوري الإنجليزي

أفادت تقارير من البرازيل بأن نادي مانشستر يونايتد يخطط لتتحرك لضم ريتشارد ليسيون مهاجم ونجم فريق إيفرتون، وأنه الاسم المناسب من وجهة نظر الشياطين الحمر ليكون بديلاً عن المهاجم الأوروغوياني إدينسون كافاني الذي سيرحل بمجرد انتهاء عقده في الصيف. ويقال بأن مانشستر يونايتد سيدخل السوق من أجل ضم مهاجم في فترة الانتقالات الصيفية وقد حدد اسم ريتشارد ليسيون الذي يتبقى على نهاية عقده مع إيفرتون عامين كأحد الأهداف المحتملة. وجذب اللاعب البرازيلي أنظار مانشستر يونايتد منذ مدة، وعلى الرغم من أرقامه الضعيفة حيث سجل 4 أهداف مع فريق التوفيز هذا الموسم، ولكن النادي الإنجليزي لا يزال مهتماً بالحصول على خدماته. وذكر التقرير بأن النجم الدولي البرازيلي يفكر في خيار الرحيل عن ملعب جوديسون بارك في الصيف وذلك مع تراجع نتائج فريق إيفرتون وتذبذب مستواه هذا الموسم في منافسات البريميرليغ. وكان اللاعب صاحب الـ 24 عاماً قد اعترف بنفسه مؤخراً أنه قد يقرر مغادرة إيفرتون في الصيف: "الحديث عن المغادرة هو أمر معقد للغاية، أنا مرتبط بإيفرتون وجماهيره ولكنك لا تعرف أبداً ما سيحدث غداً". وأضاف اللاعب في تصريحاته: "علينا أن نكون مدركين ومستعدين لكل شيء، وعلينا الآن أن ننهي هذا الموسم بأفضل شكل ممكن حتى تتمكن في الموسم التالي من رؤية ما سيحدث".

جوزيبي بيرغومي يُشكك في نجاح ديبالا بعد الرحيل عن جوفنتوس

قام جوزيبي بيرغومي قائد فريق الإنتر السابق وأسطورته بتحليل الأخبار المتداولة عن رحيل باولو ديبالا عن جوفنتوس، وذلك بعد تصريحات إدارة نادي جوفنتوس عن عدم التجديد له، وشكك بيرغومي في إمكانية نجاح ديبالا إذا وصل لفريق الإنتر في الموسم القادم.

ولم يصل نادي جوفنتوس لاتفاق مع ديبالا ووكيل أعماله فيما يتعلق بتجديد عقده لبعض الوقت، وذلك قبل أن يتحدث أريغابيني الرئيس التنفيذي لليوفي عن إبلاغ ديبالا أنه لم يعد ضمن مشروع النادي الأبيض والأسود.

وقال بيرغومي تعليقاً على هذه الأنباء: "مازلت أعتقد أن ديبالا ينتمي لفريق جوفنتوس وأجد صعوبة في رؤيته بقميص فريق إيطالي آخر".

استطرد: "في حالة وصوله للإنتر فانا لا أرى بأنه سيكون فعالاً للغاية، ففي الإنتر سيحتاج إلى شريك آخر في الهجوم مختلف عن إيدرين دجيكو، هو لاعب جيد تقنياً ولديه ساق يسرى ممتازة ولكنه يحتاج من يعطيه الكرة في العمق ولذلك أرى بأن ديبالا مع فريق الإنتر الحالي سيجد بعض المشاكل".

كما شكك النجم الدولي الإيطالي السابق في إمكانية انتقال ديبالا إلى برشلونة: "في برشلونة يضع تشافي 3 لاعبين وسط صلبين مثل بوسكيتس ودي يونج وبيدري ويمكن أن يتواجد ديبالا يميناً، لكن تشافي يفضل اللاعبين السريعين.. المكان المثالي؟ ربما يكون مع غوارديولا في مانشستر سيتي هو الخيار الوحيد الأمثل له، فهو المدرب الوحيد الذي يمكنه إشراك أكبر عدد من المهاجمين".

ساسولو يفتح باب انتقال راسبادوري إلى جوفنتوس

فتح جيوفاني كارنيغالي، الرئيس التنفيذي لساسولو، الباب أمام انتقال أحد اللاعبين البارزين في الفريق إلى صفوف جوفنتوس خلال الموسم المقبل. وقال كارنيغالي، في تصريحات أبرزها فابريزيو رومانو، خبير انتقالات اللاعبين والمدربين في أوروبا، عبر حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "لقد تلقينا عرضاً من أحد أندية الدوري الإنجليزي الممتاز لتتعاقد مع جياكومو راسبادوري". وأضاف: "النادي الإنجليزي يضغط لحسم الصفقة منذ الميركاتو الشتوي الماضي، لكن راسبادوري لاعب أساسي في حساباتنا هذا الموسم". واختتم: "انتقال راسبادوري إلى جوفنتوس؟ اليوفي قد يكون خياراً، ونحن سنكون سعداء في حالة فتح المفاوضات معهم مرة أخرى بعد أن عملنا معاً في صفقة لوكاتيلي". وينتهي عقد باولو ديبالا مع جوفنتوس في الصيف المقبل، وأعلن مسؤولو السيدة العجوز، يوم الاثنين الماضي، أن اللاعب لن يمتنع عرضاً جديداً من أجل التجديد، لذا يبحث اليوفي عن مهاجم بديل.

أبراهام يكشف تأثير مورينيو عليه في روما

شرح النجم الدولي الإنجليزي تامي أبراهام سبب رفضه الانتقال إلى روما من تشيلسي في البداية، وتأثير مورينيو الإيجابي عليه مع فريق العاصمة الإيطالية حالياً ومدى سعادهته بالأجواء في النادي. ونجح مهاجم تشيلسي السابق في خطف الأنظار له مجدداً في ديربي العاصمة أمام لاتسيو يوم الأحد الماضي حيث سجل ثنائية مهمة في مباراة الفوز على نسور العاصمة بثلاثية نظيفة. وقال المهاجم الإنجليزي قصة الانتقال إلى روما في حديثه لشبكة سي بي إس سبورتس: "في البداية عندما اتصلوا بي، قلت هذا ليس لي، ولكن بعد ذلك شرحوا لي طموحات النادي وظهر أنهم يثقون بي.. وفي هذا الوقت شعرت بقيمتي ووقعت في حب هذا المكان". ولا يزال المهاجم الإنجليزي صاحب الـ ٢٤ عاماً يحاول استيعاب الثقافة في مدينة روما وكذلك اللغة الإيطالية ولكنه يستمتع بتلك المغامرة وخصوصاً مع وجود المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو. قال أبراهام عن علاقته بجوزيه مورينيو: "مازلت أنظر له كمثال أعلى، ولم أخبره بهذا أبداً ولكنني أتأثر بجاذبيته الشخصية في كل مرة أراه بها كل يوم". وأصل نجم البلوز السابق: "عندما كان مورينيو في تشيلسي كنت هناك، ولكنني كنت صغيراً للغاية.. لقد تدربت معه عدة مرات حتى عرفت ما هو عليه قليلاً، ومنذ مجيئي إلى هنا في روما أطلقت عليه اسم عمي".

لوكاكو يريد إلى إنتر ميلان

يسعى روميلو لوكاكو مهاجم فريق تشيلسي إلى العودة لصفوف إنتر ميلان مرة أخرى، خلال موسم الانتقالات الصيفي المقبل، وكان لوكاكو قد انضم إلى تشيلسي قادماً من إنتر ميلان، في الصيف الماضي.

ولكن البلجيكي عانى مع بطل أوروبا منذ عودته إلى ستامفورد بريدج، حيث سجل 12 هدفاً فقط في جميع المسابقات، وشارك في 11 مباراة من مقاعد البدلاء.

وسبق أن اعترف لوكاكو بأنه غير سعيد في تشيلسي، وأنه نادم على مغادرة إنتر ميلان في الصيف الماضي، ويتمنى العودة إلى سان سيرو يوماً ما وذكرت صحيفة "أس" الإسبانية، نقلاً عن المراسل فابيو بيرغومي لـ "سيم تي في"، أن لوكاكو ينوي مغادرة تشيلسي بالفعل بمجرد انتهاء الموسم الجاري، وأوضح أن لوكاكو أبلغ أحد أصدقائه بأنه ودع زملاءه في تشيلسي، حيث يعمل إنتر ميلان على العودة الصيفية للاعب صاحب الـ 28 عاماً.

كما اختير لوكاكو أفضل لاعب في دوري الدرجة الأولى الإيطالي عن الموسم الماضي، متفوقاً على كريستيانو رونالدو في تلك الجائزة.

طلاق ديبالا وجوفنتوس بعد 7 سنوات أبرز عناوين صحف إيطاليا

اهتمت الصحف الإيطالية الصادرة أول أمس الثلاثاء بملف رحيل الأرجنتيني باولو ديبالا عن صفوف جوفنتوس بعد نهاية عقده في جوان 2022.

وعقد نادي يوفنتوس اجتماعاً أمس الاثنين مع وكيل ديبالا توصل فيه الطرفان إلى اتفاق نهائي برحيل اللاعب الأرجنتيني عن صفوف اليوفي بنهاية الموسم الحالي، متنبهاً به سبع سنوات قضاها مع السيدة العجوز.

وقالت صحيفة "لا جازيتا ديلو سبورت"، في صدر غلافها "ديبالا، الدخان الأسود، الضوء الأزرق، الطلاق من يوفنتوس، إنتر جاهز، التوقف بعد 7 سنوات، أريغابيني المدير التنفيذي لليوفي: "لم يعد باولو في قلب مشروعنا".

فيما علقت صحيفة "كورييري ديلو سبورت" قائلة "وداعاً جويبا، بعد لقاء أمس بين النادي ووكيل اللاعب لحسم مستقبله، يأتي الطلاق في جوفنتوس"، وأضافت الصحيفة "يفكر باولو ديبالا الآن في الدوري الإنجليزي الممتاز وربما برشلونة، بينما جوفنتوس سيركز على المستقبل مع راسبادوري مع موراتسا وفلا هوفيتش".

يلعب النجم الأرجنتيني باولو ديبالا في صفوف جوفنتوس الإيطالي منذ عام 2015، قادماً من فريق باليرمو، حيث لعب 283 مباراة مع يوفنتوس حتي الآن بكافة المسابقات، وأحرز 113 هدفاً و48 تمريرة حاسمة، وتوج بـ 12 لقباً.

إبراهيموفيتش: فكرة الاعتزال تصيبني بالذعر

أكد زلاتان إبراهيموفيتش، مهاجم ميلان ومنتخب السويد، أن فكرة اعتزال لعب كرة القدم، تصيبه بالذعر، مشدداً على أنه سيحاول الاستمرار في الملاعب لأطول فترة ممكنة. ويتواجد زلاتان في قائمة منتخب السويد الذي سيواجه جمهورية التشيك اليوم الخميس، في نصف نهائي الملحق الأوروبي المؤهل لكأس العالم 2022، لكنه لن يشارك للإيقاف، بينما سيتواجد بالمباراة الحاسمة أمام بولندا حال تمكن منتخب بلاده من تخطي عقبة التشيك. وقال إبراهيموفيتش في تصريحات نقلها موقع "فوتبول إيطاليا": "أشعر بالذعر من فكرة الاعتزال، سأستمر باللعب لأطول فترة ممكنة، طالما يمكنني الحصول على النتائج ولا أعاني"، وأضاف: "أريد أن أنهي مسيرتي الكروية دون أن أشعر بأي ندم، لذلك يجب أن أعزز وقتي في كرة القدم لأقصى حد ممكن". وعما سيفعله بعد اعتزاله، علق زلاتان: "لا أعرف، سترى عندما يأتي ذلك اليوم، يمكنني أن أبداً مباشرة عندما اعتزل، أو أحصل على فترة راحة، أو سأختفي تماماً". وتابع: "أعلم أن الأديريالين الذي أشعر به في الوقت الحالي لن يكون كما كان في الماضي، تمت برمجتنا على الاستيقاظ والذهاب للتدريبات والعودة للمنزل والراحة، هذا يستمر من 20 إلى 25 عاماً، لكن في يوم من الأيام سأستيقظ وأنا لا أملك أي خطط وسيكون ذلك شعوراً غريباً". واختتم إبراهيم في تصريحاته: "أعتقد أن أكبر حزن سيكون حزنكم، حيث لن تتمكنوا من مشاهدتي وأنا ألعب بعدها، يجب أن تستمتعوا بي الآن، لأنكم لن تشاهدوا لاعباً مثلي مرة أخرى".



نيكو ويليامز : أندرو روبرتسون هو قدوتي في كرة القدم

أكد نيكو ويليامز لاعب نادي ليفربول المعار إلى صفوف نادي فولهام أن أندرو روبرتسون هو قدوته في كرة القدم خاصة وأنه علمه الكثير في الريدز وقال ويليامز في حديثه لشبكة سكاى سبورتنس: "لقد تعلمت الكثير من روبرتسون، كونه أحد أفضل لاعبي الظهير الأيسر في العالم، فانت تعلم الكثير من مجرد التدريب معه كل يوم، إنه شخصية رائعة مهما كان ما تحتاجه للمساعدة، فهو دائما موجود هناك يعطي إجابته الصادقة. لقد تعلمت منه كثيرا وخاصة ترينت لأنه يقف بجانبى وأمامى في الوقت الحالي" وأضاف ويليامز في حديثه: "أنا أستمتع بإعازتي مع فولهام حقا. كلاعب كرة قدم، أنت فقط تريد أن تلعب أكبر قدر ممكن من كرة القدم بالنسبة لي في ليفربول، سيكون وقت اللعب محدودا بسبب اللاعبين الذين أمامى واللاعبين العالميين الذين أعمل معهم لقد كان المجيء إلى ويلز حول محاولة الحفاظ على لياقتي البدنية ولكن بالنسبة لهذا المعسكر، لعب كرة القدم بانتظام، واستمتع بها، وأحرز الأهداف، وأساعدها، لذلك تسير الأمور على ما يرام وأشعر أنني في أفضل حالة ممكنة يمكنني أن أكون فيها كان تركيزي الأساسي هو اللعب بأكبر قدر ممكن والحصول على إيقاع المباراة واللياقة البدنية لا يمكنك فعل ذلك إلا من خلال لعب كرة القدم بشكل منتظم. هذا ما أفعله في هذه اللحظة وأنا أحبه. لقد سجلت بضعة أهداف، الحصول على تمريرات حاسمة، لذلك كل شيء يسير بسلاسة حتى الآن طالما أنني ألعب وأحتفظ بلياقة بدنية. يجب أن يسير كل شيء بسلاسة هذا هو الدور نصف النهائي بالنسبة لنا وكل التركيز ينصب على المباراة ضد النمسا. لقد كان هذا هو التركيز الرئيسي لنا جميعا، حيث نتدرب على لعب أكبر قدر ممكن من كرة القدم والحفاظ على لياقتك البدنية قدر الإمكان. ويلز بأكملها تتطلع إلى ذلك. إذا فزنا بذلك، فإننا نقترب خطوة واحدة من كأس العالم". وغادر ويليامز صفوف ليفربول خلال الميركاتو الشتوي الماضي وذلك على سبيل الإعارة إلى فولهام بحثا عن المشاركة بشكل منتظم.

داني ألفيس

يوجه رسالة مؤثرة لزميه السابق في برشلونة ليونيل ميسي

وجه الظهير الأيمن البرازيلي داني ألفيس رسالة مؤثرة لزميه السابق في برشلونة ليونيل ميسي أين طالبه بالرحيل عن نادي باريس سان جيرمان والعودة إلى النادي الكتالوني من جديد لأنه لا يستمتع بنفسه خاصة بسبب علاقتهما الكبيرة حيث يقر ألفيس بأن ميسي يمر بما مر به عندما غادر برشلونة، وذلك خلال مقابلة له مع قناة تلفزيونية وقال ألفيس: "بالنسبة لي، لا، ميسي لا يستمتع بنفسه في باريس سان جيرمان، لأن ليو يجعل هذه اللعبة مميزة، ويستمتع عندما يقضي وقتا ممتعا لأنه عندما يقضي وقتا ممتعا، يستمتع الآخرون به بالنسبة لي، ميسي ليس في مكانه، لأن ليو عاش في أفضل مكان في العالم لممارسة ما يحب" وتابع ألفيس مشيرا إلى حديث ميسي معه حين ترك البرازيلي برشلونة: "أخبرني ليو دائما أين ستكون أفضل من هنا؟ وقد تحققت من ذلك، لا يوجد مكان أفضل من هنا" البرازيلي الذي يلعب ولم شمل مع صديقه في برشلونة، أفاد: "حتى عندما تبين أنه سيفادر، أرسلت له نفس الرسالة التي قالها لي أيا كان السبب الذي جعل ميسي ليس هنا، أمل أن يتمكن من العودة، لا أعرف، لكن إذا جاء، دعه يأتي معي هنا، ليستمتع على الأقل أكثر من ذلك بقليل كل من يغادرون برشلونة يندمون، الجميع، سيقول البعض لا، لأنهم لا يحبون أن يخسروا، لكن كل من يتركون برشلونة يندمون عليه، لأنهم لن يكونوا في أي مكان أفضل من هنا كنت أقاتل بشدة لأتمكن من العودة إلى هذه المدينة، إلى هذا النادي، لأن الصلة التي شعرت بها هنا منذ المرة الأولى التي تطأ فيها قدمي في الملعب، أنني كنت أرتدي هذا القميص ... عندما أرتدي قميص برشلونة أشعر بالقوة، أشعر وكأنني بطل خارق يرتدي رداءه كيف كان حالي وأنا لست هنا، كيف غادرت، من أجل ماذا؟ في نهاية اليوم، يمر المرء بأشياء أخرى ويفهم أنه غادر ليكتشف مدى قيمة برشلونة لقد فعلت ذلك بشكل مختلف قليلا، لقد كان لدي اتصال رائع بالرئيس خوان لابورتا، عندما تولى المنصب قلت له أعتقد أنك بحاجة إلي، وإذا كنت بحاجة إلي سأعود، وقال لي نعم لتر، أريد التحدث إلى المدرب". وصل ألفيس إلى برشلونة وعاش أحد أفضل أوقات النادي، وحقق نجاحات كبيرة، لكنه ودعه بعد ثماني سنوات نجح فيها في أن يصبح لاعب كرة القدم الحاصل على أكبر عدد من الألقاب في التاريخ.

أونانا يتعرض لحادث مرور خطير

تعرض حارس المنتخب الكاميروني أندريه أونانا لحادث سيارة خطير في طريقه للعاصمة الكاميرونية ياوندي حسب ما ظهر في صور الحادث التي انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعي. و نقلت صحيفة "ديلي ميل"، الخبر و أكدت أن اللاعب لم يمسسه أي سوء بالرغم من صعوبة الحادث. وكان اللاعب يتجه إلى معسكر المنتخب الكاميروني الذي يقام في مدينة دوالا قبل أن يتعرض للحادث. ولحسن الحظ كانت أضراره مادية فقط في السيارةتين دون أي خسائر في الأرواح أو إصابات ملحوظة. ورغم الحادث وصعوبته من المنتظر أن يبدأ أونانا مباراة منتخب بلاده في تصفيات كأس العالم ضد الجزائر أساسيا. ويلعب منتخب الجزائر مباراة الذهاب من التصفيات المؤهلة لكأس العالم قطر 2022 في الكاميرون غدا الجمعة، على أن تقام مواجهة العودة مساء الثلاثاء القادم. جدير بالذكر أن عقد أونانا الحالي مع أياكس ينتهي بنهاية الموسم الجاري، ويستطيع الرحيل مجانا بحلول فترة الانتقالات الصيفية. وكان أونانا قد تعرض للإيقاف من قبل الاتحاد الدولي لكرة القدم لمدة عام في فيفري من العام الماضي بسبب ظهور نتائج إيجابية لتناوله للمنشطات. وكالات

دافيد ألابا يقدم وعدا لجماهير ريال مدريد

قدم دافيد ألابا وعدا لجماهير ناديه ريال مدريد بعد الخسارة الكبيرة والقاسية من برشلونة رباعية نظيفة على ملعبه ووسط جماهيره في "سانتياغو برنابيو"، يوم الأحد ضمن لقاءات الجولة التاسعة والعشرين من الدوري الإسباني وكتب ألابا عبر حسابه الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "كانت ليلة مؤلمة.. الخسارة جزء من كرة القدم ولكن هذه من الصعب تحملها" وأضاف النمساوي والذي كان سببا في هدفين: "كانت خيبة أمل كبيرة بالنسبة لنا وأنا أسف للغاية لجميع المشجعين نحن نشعر بخيبة أمل بسبب أداؤنا بالأمس وكل ما يمكننا فعله بعد فترة التوقف الدولي هو التحسن والعمل بجهد أكثر لتعويض ذلك والاستمرار في لعب الموسم بالطريقة التي كنا عليها، هلا مدريد"

شتوتغارت يعلن إصابة لاعبه فيليب فورستر بفيروس كورونا

أعلن نادي شتوتغارت الألماني في بيان رسمي نشره عبر موقعه الرسمي على شبكات التواصل الاجتماعي يوم الثلاثاء الماضي عن إصابة لاعب الوسط فيليب فورستر بفيروس كورونا المستجد. كما غاب هيروكي إيتو لاعب الفريق عن التدريبات بعد تبين إصابته بالعدوى قبل المباراة التي فاز فيها الفريق على أوجسبورج بثلاثة أهداف مقابل هدفين يوم السبت الماضي. كما يفتقد الفريق للحارسين فلوريان مولر وفلوريان شوك في الوقت الذي غاب فيه اتاكان كاراوور بسبب مشكلة في الظهر. ويحتل شتوتغارت المركز الرابع عشر بالبوندسليغا لكنه يتبعد بظارق الأهداف فقط عن المركز الثالث من القاع.

نيمار يعاني من مشاكل نفسية بعد الإقصاء من دوري الأبطال

أكدت صحيفة موندو ديبورتيفو وآس الإسبانيتين في تقارير صحفية نشرتها، أن نجم نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، الدولي البرازيلي نيمار دا سيلفا، يمر بلحظات سيئة مع الفريق الفرنسي و يعاني من مشاكل نفسية، وأنه لم يعد يتدرب تقريبا.

وقال الفرنسي دانيال ريو، صحفي في إذاعة مونت كارلو، خلال تصريحات: "اللاعب البالغ من العمر 30 عاما، أصبح يمثل مشكلة بالنسبة للجميع، يصل التدريبات في حالة يرثى لها، ويكاد أن يكون مخمورا، ولم يعد يتدرب تقريبا، هذا ما يحدث.

نيمار بات يحمل روحا انتقامية تجاه الفريق الفرنسي، ودخل في قطيعة كاملة مع مسؤولي النادي وغرفة الملابس". وطالب الصحفي، المسؤولين في نادي العاصمة الفرنسية باتخاذ قرار في هذا الصدد، وقال: "مشجعو باريس ليس لديهم أدنى اهتمام بأفعال نيمار الغريبة. دعوه يذهب، إنه يدمر النادي". واختتم: "مشجعو سان جيرمان لا يهتمون بأفعال نيمار الغريبة أو فيلمه الوثائقي، لكنهم يريدون السماح له بالرحيل، لأنه يلحق الكثير من الضرر بالنادي".

ويواجه الدولي البرازيلي الكثير من الانتقادات بعد مواجهة ريال مدريد في إياب دور ال16 من دوري أبطال أوروبا، والتي انتهت بإقصاء الفريق الباريسي، حيث أنه لم يقدم أداء مقنعا ولا في ذلك اليوم ولا في مباراة موناكو الأخيرة التي سقط فيها نادي العاصمة الفرنسية بثلاثية نظيفة في اللخ 1-3. صحيفة الموندو ديبورتيفو

تعرف على أعلى اللاعبين دخلا في باريس سان جيرمان

كشفت صحيفة ليكيب الفرنسية وإذاعة مونت كارلو عن قائمة أعلى اللاعبين راتبا في نادي باريس سان جيرمان الفرنسي. وجاء في المركز الأول النجم البرازيلي نيمار جونيور، حيث يعتبر هو اللاعب الأعلى دخلا في نادي باريس سان جيرمان ويتقاضى حوالي 4.1 مليون يورو شهريا. أما في المركز الثاني خلف نيمار يأتي أسطورة كرة القدم الأرجنتينية ليونيل ميسي بـ3.375 مليون يورو شهريا. أما في المركز الثالث، فيأتي نجم الكرة الفرنسية كيليان مبابي بـ2.220 مليون يورو. وخلف ثلاثي الهجوم، يتوالى كل من ماركينوس و فيراتي بـ1.2 مليون يورو شهريا لكل منهما، ثم المغربي أشرف حكيمي بـ1.08 مليون يورو، و الحارس كيلور نافاس بمليون يورو، و الأرجنتيني أنخل دي ماريا بـ950 ألف يورو. و بالتالي يصل متوسط رواتب لاعبي فريق العاصمة الفرنسية إلى 990 ألف يورو شهريا خاصة الضرائب. ويبرز باريس سان جيرمان في قائمة الفرق التي تمنح لاعبيها أكبر رواتب على مستوى كرة القدم الفرنسية. صحيفة ليكيب الفرنسية



فوائد ممارسة كبار السن للرياضة

كلنا نعلم أنه كلما تقدم الإنسان بالعمر كلما قلت حركته وأحس بصعوبة في القيام بأعماله اليومية وذلك لأن مرحلة الشيخوخة تصاحبها العديد من التغيرات مثل العوامل الوراثية، الحالة النفسية، نمط الحياة، الأمراض المزمنة ونوعية النظام الغذائي. إن التقدم في العمر يؤدي إلى تراجع تدريجي بالقدرات الأساسية للجسم مثل كتلة وقوة العضلات لدى الرجال والنساء على حد سواء في بداية من العقد الرابع من العمر يفقد الإنسان من 3% إلى 5% من حجم العضلات كل عقد ويصل هذا الانخفاض إلى 10% كل عام من بعد سن 50 سنة، وجدير بالذكر أن العضلات تحافظ علينا أقوىاء وتحافظ على وزن الإنسان وتساعد على دعم العظام وجعلها قوية، ولذا فعند فقد العضلات يفقد الإنسان قوته وحركته ويصبح غير قادر على أداء وظائف حياته الأساسية. وقد وجدت العديد من الدراسات أن القيام بممارسة تمارين رياضية لكبار السن أمر مفيد جدا، كما أن القيام بتمارين اللياقة البدنية بشكل منتظم يساعد على منع أو تأخير الأمراض والصعوبات في الأداء اليومي. كما أظهرت العديد من الدراسات أن تدريبات القوة تشجع وتسهم في زيادة كتلة العضلات لدى المتدربين من فئة كبار السن وهذا يعني أنه إذا كان الشاب يستطيع في غضون عدة أشهر أن يحسن من قوة وكتلة العضلات لديه بنسبة كبيرة فإن المتدرب المسن يلاحظ تحسنا يتناسب ومتشابهة. وأظهرت العديد من الدراسات بوضوح أن هناك علاقة بين النشاط البدني والمتغيرات النفسية لدى كبار السن. النشاط البدني يؤدي إلى زيادة تدفق الدم في الجسم، وبالتالي يزيد النبض وينشط الهرمونات التي تعمل على تحسين المزاج. كما أن تدريب المقاومة يؤثر على عمل الأنسولين ويساعد في زيادة كثافة العظام ويزيد معدل الأيض. مع التقدم في السن يصبح من الأهمية بمكان أن يصبح الشخص نشيطا إذا ما كان يرغب في البقاء بصحة جيدة مع الحفاظ على استقلاله فإذا توقف الإنسان عن الحركة تصبح الأشياء التي كان يستمتع بأدائها دائما ويستسهل القيام بها صعبة قليلا ويبدأ في الشعور بأوجاع وآلام لم تكن موجودة من قبل، كما يصبح الشخص أكثر عرضة للسقوط. من المهم لدى المسن وقبل ممارسة الرياضة التوجه إلى الطبيب المختص لعمل كشف طبي على قدراته الجسدية، ونحن ننتصح أن تكون الرياضة لدى كبار السن موصوفة (بوصفة طبية) حتى لا تتسبب في حدوث تمزقات في الأربطة وآلام في المفاصل. ينصح بالرياضة لكبار السن أن تكون بمعدل 150 دقيقة أسبوعيا مقسمة على 10 دقائق في كل مرة، ومتنوعة بين الرياضات الهوائية ورياضات المقاومة والسباحة والمشي. ومن فوائد وإيجابيات التمارين الرياضية للمسنين خفض ضغط الدم، خفض نسبة الدهون في الدم، تقليل خطر الإصابة بسبب السقوط، تحسين التوازن والمشي، والحد من الانخفاض الطبيعي في كثافة العظام. إن من أسوأ الأشياء التي قد يفعلها المسن هو قلة الحركة وقضاء وقت طويل أمام التلفزيون أو الكمبيوتر إذ إن هذا الأمر يسرع مضاعفات الشيخوخة ويصبح من الصعب التمتع باستقلالية الشخص. إن ممارسة التمارين الرياضية هو أحد الأمور الأكثر صحة والتي يمكن أن يمارسها كبار السن من أجل أنفسهم. ويتلائم تناول الطعام مع ممارسة الرياضة، فإن وقت تناول الطعام وما تتناول قد يكون له تأثير مهم على ما تشعر به عند ممارسة الرياضة، سواء كان مجهودا عرضيا أو تدريبا لمسابقة. وإذا كنت تمارس الرياضة بالصباح، فاستيقظ مبكرا بما يكفي لإنهاء إفطارك قبل التمرين بساعة على الأقل. حيث إنه بحلول الصباح يكون تم استنفاد معظم الطاقة التي حصلت عليها من وجبة العشاء الليلة السابقة، وقد يكون مستوى السكر في الدم لديك منخفضا. إذا لم تتناول الطعام، فقد تشعر بالخمول أو الدوار عند ممارسة الرياضة. إذا كنت تخطط لممارسة الرياضة في غضون ساعة بعد الإفطار، فتناول إفطارا خفيفا أو اشرب أحد المشروبات التي ترفع مستوى السكر في الدم مثل المشروبات الرياضية. ركز على الكربوهيدرات للحصول على أقصى طاقة. تتضمن الخيارات الجيدة للوجبات الخفيفة أو الأكل، الوجبات الصغيرة تناول تلك الوجبات قبل ساعات على الأقل قبل ممارسة الرياضة. أما الوجبات الخفيفة الصغيرة، فوجب تناولها قبل ممارسة الرياضة بساعة، وقد يشعرك تناول الكثير من الطعام قبل ممارسة الرياضة بالخمول. وتناول القليل جدا من الطعام قد لا يمنحك الطاقة التي تساعدك على الشعور بالقوة خلال التمرين. يستطيع معظم الناس تناول وجبات خفيفة صغيرة مباشرة قبل ممارسة الرياضة وأثناء ممارستها، يمكن الأمر فيما تشعر به قد لا تمنحك الوجبات الخفيفة التي تتناولها قبل ممارسة الرياضة الطاقة اللازمة، ولكن قد تساعد في الحفاظ على مستوى السكر بالدم ومنع نوبات الجوع التي تسبب التعب. تتضمن الخيارات الجيدة للوجبات الخفيفة في أصابع الطاقة، الموز أو آية فاكهة طازجة أخرى، الزبادي، عصير الفواكه، الكعك كامل الحبوب أو البسكويت، قطع الجرانولا قليلة الدهون، شطائر زبدة فول السوداني لمساعدة العضلات على التعافي وتعويض مخزونها من الجليكوجين، تناول وجبة تحتوي على البروتين والكربوهيدرات خلال ساعتين من انتهاء جلسة ممارسة الرياضة إن أمكن. لا تنس شرب السوائل، فأنت تحتاج إلى كمية كافية من السوائل قبل وأثناء وبعد ممارسة الرياضة للمساعدة على الوقاية من الجفاف، ولتناول الماء بانتظام من أجل ممارسة الرياضة، توصي الكلية الأميركية للطب الرياضي بتناول نحو 2 إلى 3 أكواب (473 إلى 710 مليلترات) من الماء خلال ساعتين إلى ثلاث ساعات قبل التمرين. وتناول نحو 2 إلى 3 أكواب (237 إلى 568 مليلترات) من الماء كل 15 إلى 20 دقيقة أثناء التمرين. عدل الكمية حسب حجم الجسم والطقس، وكذا تناول نحو كوبين إلى 3 أكواب (473 إلى 710 مليلترات) من الماء بعد التمرين مقابل كل رطل (0.5 كيلو جرام) من الوزن تفقده أثناء التمرين. يعد الماء بشكل عام أفضل طريقة لتعويض السوائل المفقودة، لكن إذا كنت تمارس الرياضة لأكثر من 60 دقيقة، فتناول مشروبا رياضيا. فالمشروبات الرياضية قد تضفي في الحفاظ على توازن الشوارد الكهربائية بجسمك وتمنحك المزيد من الطاقة نظرا لاحتوائها على الكربوهيدرات.

هل يجوز لمرضى القلب ممارسة الرياضة؟

أمراض القلب والشرابين والأوعية الدموية من أشهر وأعلى المسببات لنسب الوفيات عالميا، ويتخذ المريض كل احتياطاته من نظام غذائي وأسلوب حياة عام يسير تبعا له، كما تعزز الرياضة وتدعم أسلوب الحياة الصحي للجميع، مما يطرح التساؤل هل الرياضة تضر مرضى القلب والشرابين أم يمكن أن تكون غير مفيدة لهم بأي شكل كان؟ القلب عبارة عن نسيج عضلي، وهو كبقية العضلات التي تصبح أقوى وأكثر صحة في حال المحافظة على نمط حياة مليء بالنشاط، ويمكن للمشي السريع بمقدار 30 دقيقة يوميا أن يحدث فرقا كبيرا، حيث إن الأشخاص الذين لا يمارسون التمرينات الرياضية أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب بمقدار الضعف تقريبا مقارنة بالأشخاص النشطين، ووجد أن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تساعد على حرق المزيد من السعرات الحرارية، وخفض ضغط الدم المرتفع، وخفض الكوليسترول الضار LDL، وزيادة الكوليسترول الجيد HDL. الرياضة المناسبة لمرضى القلب هناك حاجة إلى أنواع مختلفة من التمارين لتوفير اللياقة الكاملة للجسم، وعلى الرغم من أن المرونة البدنية لا تساهم بشكل مباشر في صحة القلب، إلا أنها توفر أساسا جيدا لأداء التمارين الأخرى بشكل أكثر فعالية. وأهم أنواع الرياضة المناسبة لمرضى القلب تمارين الأيروبيك، حيث تعمل هذه التمارين على تحسين الدورة الدموية مؤدية لانخفاض ضغط الدم ومعدل ضربات القلب، وتساعد أيضا على دفع القلب لاستعمال طاقته القصوى، وهي أيضا تساهم في ضبط مستوى سكر الدم عند المرضى المصابين بالداء السكري من النمط الثاني، ويجب أن تمارس هذه التمارين لمدة 30 دقيقة على الأقل في اليوم لخمس أيام في الأسبوع، وتعد رياضات مثل المشي السريع، الجري، السباحة، ركوب الدراجة، والقفز على الحبل. وتدريب المقاومة العضلية أو رفع الأثقال، وهذا التدريب يمكن أن يساعد على تقليل الدهون وتكوين بنية عضلية أفضل حيث تظهر الأبحاث أن الجمع بين تمارين الأيروبيك، وتمرينات المقاومة العضلية، وقد يساعد في رفع الكوليسترول الحميد HDL وخفض الكوليسترول الضار LDL، ويجب التدريب على الأقل يومين متتاليين في الأسبوع، ومن الأمثلة على هذه التمارين رفع الأوزان اليدوية أو تمارين الضغط. وأيضا التمدد والمرونة والتوازن، لا تساهم تمرينات المرونة والتمدد بشكل مباشر في صحة القلب، وإنما يستفاد منها لتعزيز صحة العضلات والعظام التي تمكن من أداء التمرينات الرياضية مع نسبة أقل من آلام المفاصل وحالات التشنج العضلي، حيث إنه عند وجود أساس عضلي هيكلي جيد يمكن القيام بالتمارين التي تساعد في الحفاظ على صحة القلب، وينصح البدء بها كل يوم قبل وبعد ممارسة الرياضات الأخرى. ومن الاحتياطات عند ممارسة الرياضة فمن الطبيعي أن تصبح العضلات مؤلمة بشكل معتدل لمدة يوم أو يومين بعد التمرين عند البدء بالرياضة بشكل حديث، وعادة ما يزول هذا الألم عندما يعتاد الجسم على ذلك. ولكن عندما يحدث التمرين ضغطا كبيرا على القلب فقد تحدث أعراض مثل الدوخة، ألم في الصدر، عدم انتظام ضربات القلب، ضيق في التنفس، والغثيان، وحيث إن هذه علامات تحذيرية يجب التوقف عن ممارسة الرياضة عند حدوثها وأخذ جرعة من النتروغليسرين، وإذا كانت هذه الأعراض سيئة للغاية أو لم تختفي عند إيقاف النشاط يجب إخبار الطبيب فورا بذلك.



رئيس التحرير: كمال بوزار

المدير العام: مجذوب بن صالح

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: معمقاني

الطبع: 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