



نادي قطر ينهي عقد الدولي
الجزائري جمال بن العمري

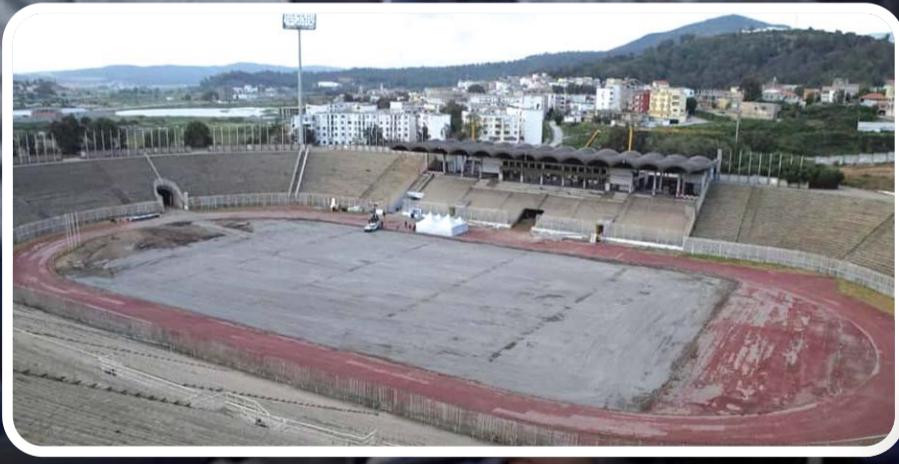
"قدمنا كل الأدلة وأتمنى أن تنصف الضيضا المنتخب الجزائري"

JJS
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 18 أفريل 2022 الموافق 17 رمضان 1443 هـ العدد: 446 دج

مذاق السباق



نحو استبعاد ملعب 19 ماي بعنابة
من احتضان مباريات "الشان"

"تورينو"
يجدد رغبته
في ضم
"وناس"
الصيف القادم



"فيغولي"
يغيب عن
مواجهة
"يوني
ملطية
سبور" ويفتح
باب الرحيل



رياض
بودبوز:
"دوبراز
لم يمنع
أي لاعب
مساهم في
الفريق من
أداء شيرة
الصيام"



تصنيف بلايلي
ضمن أسوء
اللاعبين خالد
لقاء "سانت
إيتيان"

المنتخب الوطني

إيتوا

يقترب من مغادرة الاتحاد الكاميروني

أكد موقع أكدت وفتوت أن محكمة التحكيم الرياضي ستعلن عن إلغاء انتخاب صامويل إيتوا رئيساً ل الهيئة الإتحاد الكاميروني لكرة القدم خلال الأيام القليلة القادمة. وأضاف ذات الموقع أن سبب إلغاء انتخاب صامويل إيتوا يعود للخلاف بين الجنة الأولى الكاميرونية واتحاد الكورة بسبب وجود خروقات غير قانونية حدثت خلال عقد الجمعية الانتخابية عند تنصيب إيتوا. كما أن الرئيس السابق للهيئة الكاميرونية بيومبي غويوارع دعوة لمحكمة التحكيم الرياضي من أجل إبطال هذه الانتخابات جدير بالذكر أن صامويل إيتوا تسلم مهمته على رأس الإتحاد الكاميروني لكرة القدم في 11 ديسمبر من العام الماضي.

إسلام



بعد خيبة الكان والمونديال

10 مواهب من أوروبا لإعادة المنتخب إلى الطريق الصحيح

سيعمل الناخب الوطني جمال بلماضي على وضع استراتيجية جديدة للمنتخب الوطني الجزائري واستدعاء أسماء جديدة قادرة على تقديم الإضافة للخضر خلال الفترة القادمة وستأتي هذه الخطوة من بلماضي بمت أن أغلب لاعبي المنتخب الوطني الجزائري يتتجرون سن الثلاثين واليكة 10 مواهب من أوروبا لإعادة المنتخب إلى الطريق الصحيح:

- 1- ياسين عدلی متوفط ميدان بوردو الفرنسي صاحب 23 عاما
- 2- حکیم زیدکة لاعب کلیرمون فوت صاحب ال 26 عاما
- 3- بلال براهيمي لاعب نیس الفرنسي صاحب 21 عاما
- 4- مهدی بوجمعة لاعب هاتاي سبور التركي صاحب ال 23 عاما
- 5- ریان ایت فوری مدافع المراہمبتون صاحب ال 22 عاما
- 6- یانیس هماش مدافع یوافیستا البرتفالي صاحب ال 24 عاما
- 7- مهدی مرغم لاعب نادی غانفون صاحب ال 24 عاما
- 8- آنطونی ماندریا حارس آنجیه صاحب ال 25 عاما
- 9- حیمام عبداللهی لاعب لوھافر صاحب ال 23 عاما
- 10- امین غویری مهاجم نیس الفرنسي صاحب ال 22 عاما .

إسلام

موقع سكاي نيوز:

أدلة جديدة تُنعش حلم الجزائريين في بلوغ المونديال

كشف موقع سكاي نيوز بالعربية أن رئيس الشاف السابق محمد دروازة هو من يقف وراء التدخل الأخير الذي قد ينعش حلم الجزائريين بالتأهل إلى نهائيات كأس العالم وأضاف ذات الموقع أن دروازة قدم أدلة جديدة تضمنت الأخطاء التي رفض فيها باكاري غاساما العودة إلى تقنية الفيديو. خلال مواجهة الكاميرون وأكد موقع سكاي نيوز أن الملف تضمن أيضا صور ومقاطع فيديو لاجتماعات وصفت بالمشبوهة بين الحكم غاساما وبعض الأصدقاء المقربين من صامويل إيتوا جدير بالذكر أن الفيفا ستفصل يوم 21 أفريل الحالي في قرار إعادة مباراة الجزائر والكاميرون من عدمها.

إسلام

الوزير سباق قدمنا كل الأدلة وأتمنى أن تنصف الفيفا المنتخب الجزائري"

قال وزير الشباب والرياضة عبد الرزاق سبقاق، أمس الأحد، أن المنتخب الوطني كان ضحية للتحكيم في المقابلة أمام الكاميرون وأشار الوزير سبقاق إلى أن اتحاد الجزائر لكرة القدم قدم كل الطعون اللازمة والأدلة للهيئة الدولية، متمنيا أن الأمر سيسبق متربوك للهيئة الدولية، متمنيا إنصاف الجزائرو أكد سبقاق أن الأدلة التي قدمت للهيئة تبين أن هناك إجحاف في حق الخضر حيث قال في هذا الشأن: "وضعنا كل الطعون اللازمة، بكل الأدلة اللازمة وبيقى لأن الأمر بيد الاتحاد الدولي الذي نتمنى أن ينصف الجزائرو تتابع: "من خلال الأدلة التي قدمت، الحقيقة أن هناك إجحاف في حق المنتخب الوطني".

حميد



منظمة مكافحة الفساد العالمية تتدخل في قضية مباراة الجزائر والكاميرون

نشرت منظمة مكافحة الفساد العالمية بياناً على موقعها الرسمي بخصوص مباراة الجزائر والكاميرون بعد الشكوى التي تقدمت بها الفيفا من أجل إعادة مباراة الجزائر والكاميرون وطالبت الأكاديمية الدولية لمكافحة الفساد هيئة "الفيفا"، بإيقاف المنتخب الجزائري، في مباراته التصفيوية المونديالية أمام الضيف الكاميروني ووقفت الأكاديمية الدولية لمكافحة الفساد مباراة العودة بين المنتخب الوطني الجزائري والجزائر الكاميروني، مباراة القبارى، وأهم ما جاء في البيان ما يلي:

أشبت تقرير "حكم الفيديو المساعد" للحكام الألمان بالصوت والصورة أن الحكم ياكاري جاساما رفض حداً الرد على تحذيراتهم بضرورة العودة إلى حكم التبديلو المساعد للتأكد والحكم على قراراته التحكيمية السيئة

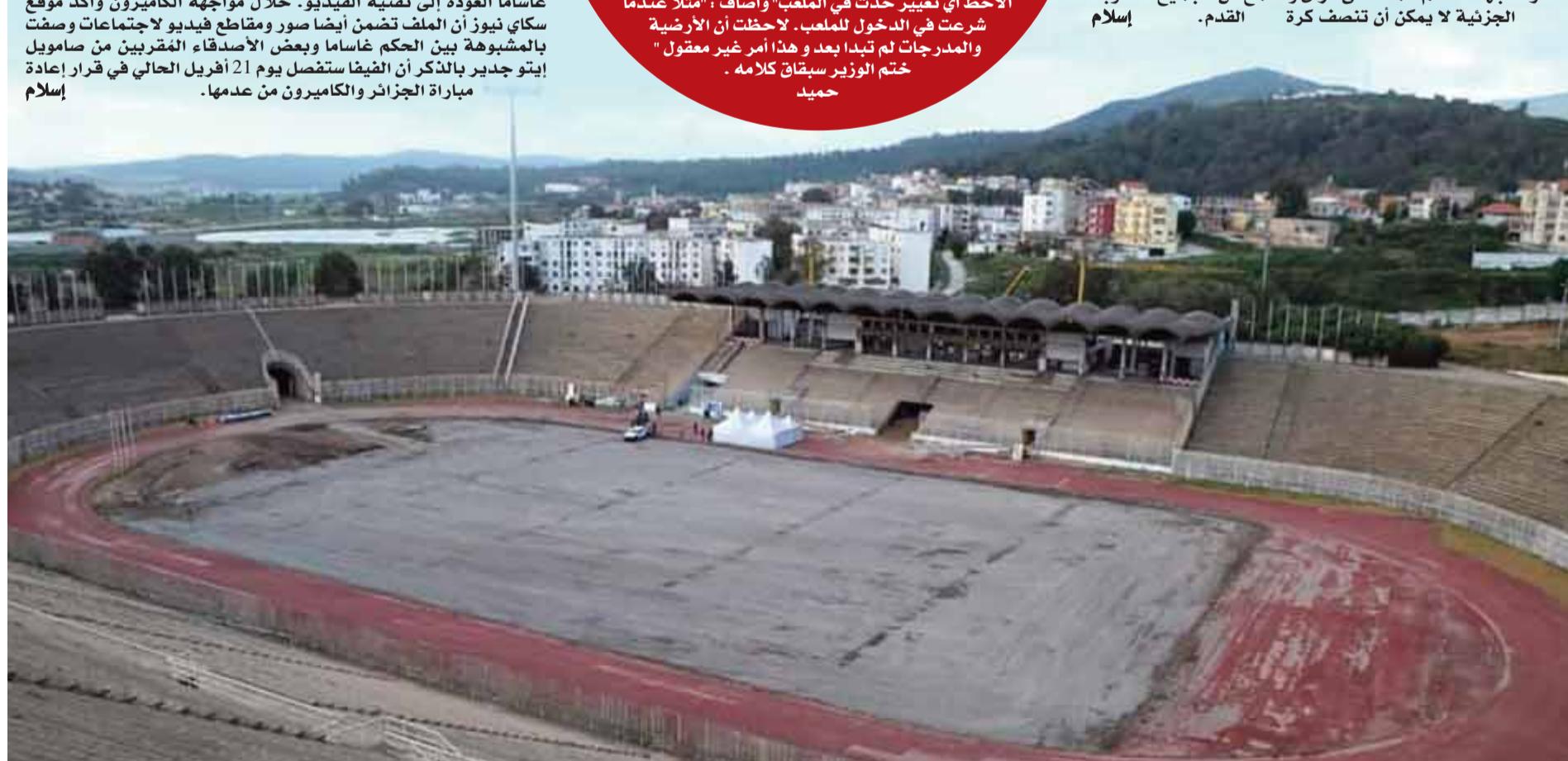
الفيفا تحت ضغط رهيب وتحاول الخروج من هذا المأزق باقل قدر من الضرر

تعمل الأطراف داخل المؤسسة على حل المشكلة بناء على أخطاء تحكمية فنية ، وبالتالي إنصاف المنتخب الجزائري بإعادة المباراة. وأطراف أخرى داخل المؤسسة وخارجها تستخدم ملف الفساد والرشوة الذي وصل إلى مراحل متقدمة من التحقيق كحربية ضغط على الأهداف الانتخابية ، الأمر الذي يهدد بشووية سمعة رئيس الفيفا وتشويه صورة المؤسسة في العالم وهكذا فإن طبيعة الانصاف للم منتخب الجزائري مرتبطة بنتائج التفاعلات داخل هيئة الفيفا بين مجموعة إنفانتينو ومجموعة إنفانتينو ومشيل بلاتيني ، أما باعتماد الأخطاء الفنية للتحكيم بإعادة المباراة. إما بتبني أثقل وأصعب ملف فساد ورشاوي وهو أمر غير مرجح وهو ما يعني تأهل المنتخب الجزائري وإقصاء منتخب الكاميرون بشكل تلقائي دون إعادة المباراة وبالنظر إلى العناصر المسجلة لدى خبرائنا من دائرة التحقيقات ، يبدو مؤكداً أن هناك فساداً لتحقيق النتيجة التي تعرفها لهذا الفرض ، ستفعل منظمتنا بقوة كل ما يمكن أن يؤدي إلى إعادة تأسيس حقيقة تقدم هذه المنافسة قبل وبعد سيعين على الفيفا تقديم الجزايرية في حالة عدم حوث ذلك ، سنتومن نحن "أوسماك" باستدعاء المحاكم القانونية المختصة.

مجرد عقوبة من الحكم من شأنها تقويض عدالة المنتخب الجزائري

يجب أن تؤدي العقوبات إلى التشكيك في جميع الأخطاء التي ارتكبها الحكم عمداً على مرأى وسمع من الجميع العقوبة الجزائية لا يمكن أن تتصف كرة القدم.

إسلام



بعد الاتهامات التي طالت مدرب سان إيتيان .. رياض بودبوز يكشف:

"دواراز لم يمنع أي لاعب مسلم في الفريق من أداء شعيرة الصيام"

نفي اللاعب الجزائري رياض بودبوز المحترف في صفوف نادي سان إيتيان الفرنسي كل الأخبار التي طالت مدربه باسكال دوباراز، خلال الأيام القليلة الماضية بخصوص منع لاعبي المسلمين من صيام شهر رمضان، وهدفهم بالابتعاد في حال لم يتصلوا بالأمر، لما يتضمنه من مباريات قوية تتطلب جهداً كبيراً من أجل ضمان البقاء وهي الأخبار التي خافت موجة استياء واسعة لدى المسلمين في فرنسا. وقال بودبوز في تصريحات لقناة "موتي كارلو الدولية": "بعد نهاية المباراة، رداً على كل ما أثير حول هذه القضية، وهذا الخبر لا أساس له من الصحة". وأضاف "لقد قال المدرب دواراز لي بعض اللاعبين إن كان يمكنهم القيام بذلك يوم المباراة حتى يكونوا في أحسن أحوالهم البدنية". وتابع، لكنه قال أيضاً إنه لن يقف ضد رغبة أي لاعب أراد الالتزام بشعيرة الصيام". وواصل اللاعب الجزائري دفاعه عن مدربه باقول: "لن تغضي بي شعيرة الصيام".

يوم المباراة، فجندما نصل إلى غرف الملابس، فإنه يترك لنا مكتبه من أجل أداء صلواتنا، سواء كان الأمر متعلقاً بالمسلمين أو المسيحيين". وختم: "لقد حرصت على الإذلاء بهذه التصريحات لوضع النقاط على الحروف وتوضيح الموقف". وبالإضافة إلى رياض بودبوز، يضم فريق سان إيتيان في صفوفه لاعبين مسلمين على غرار التونسي وهبي الخزري، إضافة للستغاليين فالبوكار والحادجي ديبي والمالي باكاري ساكو، وخرج سانت إيتيان، بشكل مؤقت من منطقة الهبوط، إثر فوزه الصعب على بريست، يوم السبت الماضي، في افتتاح الجولة الثانية والثلاثين من البطولة الفرنسية ويحتل سانت إيتيان المركز السادس عشر في جدول الترتيب برصيد 30 نقطة، بفارق نقطتين عن كليرمون فوت صاحب المركز الثامن عشر.

وسيم



نقلًا عن موقع "تورينو غراناتا"
إدارة "التورو" تجدد رغبتها في ضم "وناس" هذا الصيف

جدد نادي تورينو الإيطالي، رغبته في ضم الدولي الجزائري أدم وناس، إلى صفوف فريقه تحسباً للموسم المقبل، حيث وضعه على رأس قائمة اللاعبين الذين يرغب في التعاقد معهم خلال فترة الانتقالات الصيفية حسبما كشفت عنه تقارير إعلامية إيطالية. وكشف موقع "تورينو غراناتا" أن وناس لا يزال ضمن اهتمامات النادي الإيطالي تحسباً للموسم الشاركية بانتظام. وأكد المصدر الشمالي في تأكيده، ميشيل إيهان، أنه يتوجب على اللاعب تحديد بعد الساعة، ولا يزال اللاعب مهتماً باللعبصالح نادي تورينو، في إشارة إلى إمكانية تغيير وجهة الصيف المقبل للبحث عن فرصة المشاركة بانتظام. وأكد المصدر أن المسؤولي "التورو" يسعون جاهدين لاقناع المهاجم الجزائري باتخاذ القرار الصائب، إذ سيحصل على الفرصة والاهتمام الذي لم يمنحهما إياه المدرب نابولي، قبل أن يزيد كابوس الأصابات وضعيته تعقيداً، حيث، غاب مؤخراً لفترته شهر كامل بسبب إصابة ضلائية في الفخذ، ولم يتمكن من العودة إلى التدريبات الجماعية إلا قبل موسم أيام فقط، وحاص اللاعب الجزائري سو 20 مباراة فقط بمختلف المسابقات هذا الموسم، سجل خلالها هدفين فقط، ويرتبط وناس بعقد مع نابولي يمتد حتى عام 2022، إلا أن كل المؤشرات تؤكد عدم وجود رغبة في البقاء خلال الموسم المقبل رغم المستويات التي أبان عنها في المباريات التي شارك فيها مع البارثينوبي. وسيم

اللاعب الجزائري يواصل الابتعاد عن أجواء الملاعب "فيغولي" يغيب عن مواجهة غالاتا سراي و"يني ملطية سبور"

يواصل الدولي الجزائري سفيان فيغولي الغياب عن أجواء الملاعب، إذ أن يكون حاضراً مع فريقه غالاتا سراي خلال مواجهة يتي ملطية سبور المرتقبة، اليوم الاثنين، في إطار الجولة 33 من الدوري التركي الممتاز. وقالت صحيفة " ستار التركية" إن غياب متوجه ميدان "الحضر" يعود للإصابة التي يعاني منها، منذ عودته من المعسكر الأخير للمنتخب الوطني الجزائري، وبعدها من تعرق على مستوى عضلة الظهر اليسرى، إذ تبرأ إدارة فريقه في هذه الفترة سابقاً عن غيابها من خوضه لمواجهة الجزائري والكاميريون في الدور الفاصل من تصفيات مونديال 2022 بقطار الخاصة بمنطقة أفريقيا وهو مصاب، مما تسبب في تعرض اللاعب لانتكاسة جديدة أعادته عن حسابات نادي غالاتا سراي في هذه الفترة الحرجة من الموسم. وكانت إدارة "السيم يوم" قررت عدم تسديد راتب فيغولي لهذا الشهر والذي يقدر بـ385 ألف يورو، وطالبت المسؤولية ذلك، مع تعرق اللاعب خلال مواجهة "الحضر"، فضلاً عن تجاهله الطاقم الفني والطبي لتصافح الفريق الطبي لغالاتا سراي جدير بالذكر، أن عقد سفيان فيغولي مع غالاتا سراي ينتهي باتفاقه مع المدرب الحالي، ما يمنحك اللاعب امكانية الانطلاق مجاناً إلى أي ناد آخر خلال نهاية الانتقالات الصيفية المقبلة، علمًا أنه رفض عدة عروض من إدارة ناديه لتمديد العقد. وسيم



صنف اللاعب الأسوأ في فريقه "بريست" خلال لقاء "سان إيتيان"

الإنتماءات تضرب "بلايلي" مجدداً في فرنسا

تعزز الدولي الجزائري يوسف بلايلي مهاجم نادي بريست لانتقاداته اللاذعة من طرف وسائل الإعلام الفرنسية بسبب أدائه الباهت خلال الأونة الأخيرة، خاصة بعد العودة من مباراتي الدور الفاصل مع المنتخب الوطني. وانتقاد يوسف بلايلي ورقمه في بريست، للهزيمة بنتيجة هدفين مقابل هدف وحيد أمام نادي سان إيتيان، جمدت رصيدهم عند النقطة 39 في المركز 12 ضمن جدول الترتيب العام. ولم تتردد الصحافة الفرنسية في توجيهه إنتقادات لاذعة لجناح "الحضر" ، وصفته سميحة "ليكيب" الرياضية كأسوء لاعبي المباراة، في حين ينادي ويكرر للمرة السادسة من أصل 8 مباريات شارك فيها مع فريقه، الذي انتقل إليه في الميركاتو الشتوي الأخير، ومنحت ذات الصحيفة تقديرها 3 من 10، في نسختها الورقية الصادرة، أمس الأحد، ووصفته بأنه "فاقد للتركيز ولا يمتلك طريقة لعب واضحة". والتحقت صحيفه بrist، فرنس، بركتب المنشقين وبشدة الأخرى، اللاعب الأسوأ في صفوف فريقه بريست. وذهبت صحيفه "ويست فرنس" إلى أبعد من ذلك في تقادها، عندما اعتبرت أن المهاجم الدولي الجزائري يوسف بلايلي، ما زال يملك المستوى الذي يسمح له باللعب في منافسة الدوري الفرنسي لكرة القدم. من جانبها، يتوجه نادي بريست نحو عدم تفعيل بند شراء عقد لاعبه الدولي الجزائري، يوسف بلايلي، خلال الميركاتو الصيفي المقرب وفقاً لتقارير إعلامية وكان جناح "الحضر" قد التحق بصفوف النادي الفرنسي، خلال سوق التحويلات الشتوية الأخيرة، حيث خاض بعض المقامات القليلة، كما لم يشارك في العديد من اللقاءات لأسباب مختلفة، وهو ما جعل سؤولي النادي الفرنسي، يتذمرون بعد شراء عقد اللاعب. وسيم

بعدما أبعده عن لقاء "أوغسبورغ" بحجة عدم تمكنه من الذهاب إلى "الروح القتالية"

مدرب "هيرتا برلين" يلمح إلى عودة "بلفونسكي" للمشاركة في المباريات

أنهى فيليكس ماغات، مدرب هيرتا برلين، أزمة اللاعب الدولي الجزائري إسحاق بلفونسكي مع فريقه بعد غيابه عن الجولة الماضية أمام أوغسبورغ، مشيراً إلى إمكانية عودته للمشاركة في المباريات بشرط أن يبدى رغبة أكبر لمساعدة فريقه في المباريات المتبقية من عمر البوندسليغا. وكان ماغات قرر عدم استخدام مهاجم "الحضر" للمشاركة في مباراة أوغسبورغ بحجة عدم تمكنه، وبالتالي اللازمة للمشاركة في المباريات الخامسة، خصوصاً أن الفريق المتواجد بالترتيب قبل الأخير، يخوض معركة شرسة لتفادي الهبوط إلى الدرجة الثانية.



وقال فيليكس ماغات خلال المؤتمر الصحفي الذي أعقاب مواجهة هيرتا برلين وأوغسبورغ، "استبعده لأننا لم نتحقق الفوز في آخر مباراتين". وأضاف، "طريقة لعب بلفونسكي لا تستند إلى الروح القتالية وهو يفضل الحلول الفنية". وتتابع، "لهذا السبب قررت عدم استدعاء بلفونسكي لمباراة المواجهة أوغسبورغ". قبل أن يترك اللاعب بادئًا سعاده للاعب في المباريات المقبلة، وأن الأمر ليس متعلقاً بإجراء بجراء عقوبة، إذ صرّح: "هذا الإجراء مرتبطة فقط ب مباراة أوغسبورغ". وواصل، "خلال أسبوع من التدريبات يمكن لكل لاعب أن يحصل على فرصة المشاركة في المباراة المقبلة". ولو أن موقع "ليغا أنسابير" الألماني، الذي تطرق للتصريحات ماغات، أنس الأحد، استبعد مشاركة بلفونسكي في قمة شتوتغارت، على اعتبار أن المواجهة تستدعي قتالية كبيرة للفوز بمعنون البقاء، يشار، أن إسحاق بلفونسكي خاض 25 مباراة في مختلف المسابقات مع نادي هيرتا برلين منذ بداية الموسم، سجل خلالها 4 أهداف وقدم 3 تمريرات حاسمة.

وسيم



مشيراً أنَّ كثافة المباريات
أثرت على لاعبيه.. باكيتا:

فرصتنا في التأهل
لا تزال قائمة
في مباراة الإياب

عبر مدرب شباب بلوزداد، ماركوس باكيتا، عن أسفه الشديد بعد الهزيمة التي تلقاها فريقه أمام الوداد البيضاوي المغربي على ملعب ٥٥ جويلية الأولمبي، سهرة أول أمس، في لقاء يندرج ضمن ذهاب الدور ربع النهائي من رابطة أبطال إفريقيا، معتبرا في نفس الوقت أن أمل التأهل لا يزال قائما وأن تشكيلته قادرة على قلب ميزان القوافل خلال مباراة الألياب بالبيضاء. وبدي المدرب البرازيلي لي شباب بلوزداد كارلوس باكيتا متفائلا بقدرة فريقه على العودة ببطاقة التأهل من المغرب على حساب الوداد البيضاوي رغم المفاجأة في عقر الديار، مؤكدا أن الفريق لا يزال يمتلك فرصة في اللقاء الألياب، وأضاف في تصريحات صحافية بعد اللقاء: "نملك فرصة العودة إلى الطريق الصحيح. أؤكد أن الأمور لم تتحسن بعد وفرضتنا قائمة في مباراة الألياب، صحيح أخطأنا لكن هذه هي كرة القدم". وخصوصا مردود شبابه قال باكيتا: "لعبنا جيدا، وبهاراة شبيهة الساورة في البطولة أتعينا كثيرا. لهذا نتغلب على الجانب الذي كثیرا في لقاء الألياب". وختم بشأن حضور الأنصار: "أشكر الأنصار الذي حضروا بقوة إلى ملعب ٥٥ جويلية وقد سمحوا لي الفرصة للتعرف عليهم عن قرب".

**فصل الفارق بينه وبين الرائد
لـ ٦ نقاط**

انفرد نادي أتليتيك بارادو بالمركز الثاني للترتيب في الرابطة المحترفة الأولى، عقب الإطاحة بضيفه أولمبي المدينة بهدفين لواحد، فيما حقق وداد تلمسان هوزه الثالث في البطولة عقب الإطاحة بالضيف أول الأربعاء، خلال افتتاح الجولة السادسة والعشرين أول أمس. ولم يفوت نادي أكاديمية فرصة الاستقبال بملعبه لاضافة ثلاث نقاط ثمينة في رصيده تعزيز مكانته في اليدويوم، رغم الندية الكبيرة التي أبان عنها الفريق الضيف أولمبي المدينة الذي تمكن من إنهاء الشوط الأول متقدلاً بهدف لمثله، وظل صامداً طيلة أطوار شوط المباراة الثاني، لكن الدقائق الأخيرة أنصفت نادي بارادو الذي بعث عن تحقيق الفوز وكان له ذلك بفضل هدف عادل بولينينة القاتل والذي منح نقاطاً ثمينة لفريقه. وعلى إثر هذا الفوز انفرد نادي بارادو بالمرتبة الثانية مؤقتاً برصيد 46 نقطة، بفارق 6 نقاط عن المتصدر شباب بلوزداد، فيما تآزمت وضعية نادي التييرتي مجدداً بعدما يقي في مركزه الـ15 برصيد 25 نقطة ضمن دائرة الفرق

الأربعة المهددة بالسقوط
قسم الثاني. وفي اللقاء الثاني
قلب وداد تلمسان الطاولة وأسا
على عقب ضد ضيوفه أهل
الأربعاء في المواجهة التي
جمعتهم بملعب العقيد
لطفي والتي انتهت بهدفين
واحد. وتقدم محمد
سيف توبي لأجل
الأربعاء في الدقيقة
الـ 49، لكن رضوان
عاد بونوته
بالزيانين من بعيد
بتوقعه ثنائية في
ظرف خمس دقائق
الدققيتين الـ 65 والـ
70 والتي كانت
حاسمة لتحقيق
الفوز الثالث في
الموسم ليرفع رصيده
إلى 13 نقطة في المركز
الـ 18 والأخير، بينما
تجدد رصيد "الزرقا" عند
النقطة الـ 28 في المركز الـ 13.
سفارة عـ



**الرابطة الثانية
هـواة**
البيض
وخلالة
يقتربان
من الصـود

عرفت مقابلات الجولة الـ 26 من القسم الثاني
هواة محافظة اتحاد خنشلة على صدارة
مجموعة وسط-شرق بعد عودته بفوز ثمين
يوجة-1 من تنقله إلى عنابة لمواجة الاتحاد
الم المحلي، أما في مجموعة وسط-غرب انفرد
مولودية البيض بالريادة التي كان يتقاسماها مع
شباب تيموشنت، بعد ما هز عليه نتيجة 0-2
في قمة الجولة 26. ففي المجموعة الغربية،
جسم مولودية البيض قمة الجولة التي
جمعته بضيفه شباب عنان تومشنت وحقق فوزاً
ثميناً بهدفين لصفر. هذا الفوز سمح
لمولودية البيض بالانفراد بالصدارة برصيد
59 نقطة، فيما تراجع الشباب إلى المرتبة
الثانية بفارق 3 نقاط عن المتصدر. وبدوره
وأصل رائد القبة التشبث بعلم الصعود إلى
القسم الأول وعاد بانتصار كبير من تنقله
لملامقة متذليل الترتيب العام جيل عين
الدفل، حيث حسم رائد المقام بستة
أهداف لاثنين عجزاً مركزه الـ 3 برصيد
55 نقطة. وفي مباراة مصيرية، تمكن وداد
بوفاريك من الإطاحة بضيفه صناع الخميس
بهدف وحيد، في اللقاء الذي جمع الفريقين
بملعب الشهيد محمد رأى وهو الفوز الذي
سمح لأبناء متيبة بتجاوز خصمهم في رحلة
البحث عن البقاء، فيما تآزرت وضعية شباب
عين وسارة بهزيمته بملعب المحمدية أمام
اتحاد الحراش بثلاثية لصفر. وفي
المجموعة الشرقية، حسم المتصدر اتحاد
خنشلة "داربي" الشرق بفوزه على اتحاد
عنابة بثلاثية مقابل هدف، على ميدان هذا
الأخير. فوز سمح للاتحاد بالحفاظ على فارق
ال نقطتين على الوصيف شباب برج متليل.
الفائز هو الآخر على ضيوفه شبيبة بجاية.
وشهدت الجولة سقوطاً مدوياً لأهلي البرج في
كتة، برعاية مقابل هدف، ليقترب "الكابا" أكثر
ومن النزول، كونه يمتلك 22 نقطة فقط وعلى
الناجين. 7 نقاط عن أول
سفينان-ع

الخطابات لحسين آشيو المقاول

كشفت مصادر مصرية من بيت ادارة اتحاد العاصمة، أن هذه الاختير، قررت تعين سفيان بن خليفة مديرًا رياضيًّا مؤقتًا لخاله حسين اشيو. استنجدت ادارة عاشر جلوس بين خليفة مدير الفئات الشابة، لتولى منصب المدير الرياضي بصفة مؤقتة بعدما تم التخلُّ عن حسين اشيو، على خلاصية النتائج السلبية التي حققها الفريق منذ مرحلة الابيات من الرابطة المحترفة الأولى. يأتي هذا في وقت يرفض اشيو عودة عقده مع الفريق بالتراضي، حيث رفض العودة على وثيقة إنتهاء مهامه، مطالباً بالحصول على كامل مستحقاته التي يتضمن عليها العقد الميرم بين الطرفين، وهو ما دفع مسؤولي "سوسيطارة" لمنعه من دخول ملعب عمر حمادي ببولوخين مستقبلاً. سفيان اع.

البطولة المحلية

لائق هزيمة مفاجئة أمام الوداد المغربي برابطة أبطال إفريقيا

شبکہ بلا وزداد

رهن فريق شباب بلوزداد حظوظه في التأهل إلى نصف نهائي رابطة أبطال أفريقيا لكرة القدم، إثر هزيمته المفاجئة بملعب 5 جويلية الأولمبي مهرب أول أمس، أمام ضيفه الوداد البيضاوي المغربي الذي خطف الفوز بهدف لصفر، في ذهاب ربع نهائي المسابقة، ورغم عودة الجماهير العاصمية إلى المدرجات خصيصاً في مواجهات رابطة الأبطال بالتأهل بالنسبة لوفاق سطيف وشباب بلوزداد، إلا أن رفاقه شعيب كداد خبوا أمال جماهيرهم بقوتها في الملعب بعد أداء لم يرق إلى مستوى التطلعات، وكانت بداية اللقاء توحى بأداء مميز من النادي البليوزدادي الذي استهل المواجهة بمبادرة هجومية بعد مرور دققيتين فقط، بعد تسديدة إسلام بكيير القوية التي صدها الحارس وتسبّبها المهاجم عربيري برأسية لم تكن ضعيفة لم تكن لتخدع العارس رضا التكتاوي، وبعدها شهدت الدقيقة 7 حدثاً كان من شأنه أن يغير مجريات اللقاء لصالح أصحاب الأرض بعد طرد لاعب الوداد البيضاوي جلال الداودي، بالبطاقة الحمراء، بعد تدخله بخشونة كبيرة على لاعب بلوزداد بخیر عقب لجوء الحكم لتقنية الفيديو المساعدة "الفار" للفصل في خطورة المقطة. ومع النقص العددي تراجع لاعبو الوداد للخلف، ومنذ ذلك أفضليّة تسبّب لتنادى البليوزدادي لشن بعض الهجمات بغيضة التقدّم في النتيجة، على غرار تسديدة المدافع شعيب كداد في الدقيقة 44 التي علت العارضة ببعض سنتيمترات. الشوط الثاني، دخله الوداد بوجه مغاير، حيث نجح بعد مرور 30 ثانية فقط، من التقدّم في النتيجة، عبر المهاجم مبيتسزا، الذي تابع كرة دقّيقة من مؤيد اللافي، وافتتح باب التسجيل برأسية رائعة خادع بها الحارس موساوي، وبعدها كثف لاعبو شباب بلوزداد من محاولاتهم الهجومية، لكن أغلب الفرص افتقدت إلى الدقة والتراكيز من جهة واصطدم بجدار دفاعي قوي للنادي المغربي، بل شن الوداد بعض الهجمات الخطيرة التي كانت ان تعمق من نتيجة اللقاء وتقضى على أمان أبناء يلكور الذين كانوا أن يעדّلوا النتيجة في الدقيقة 2+90+ عبر رأسية مروزوفي التي ارتطمت بالقائم، وتنتهي المواجهة بفوز الوداد في الجزائر.

سپورت میلیون دلاری و میلیون سیکلیٹی (١٩٥٣) عرب راہیہ مروزوقی کی احتکام، وتنہیہ المواجهہ پیغماں داد دے دیں۔

بفروز الداد فی الجزائر.

بلوزداد لتقديم اداء أفضل

خلال مواجهہ الایاب التي

سيحيضنها ملعب محمد

الخامس بالدار البيضاء

المغاربية يوم السبت

المقبل تقلب المواريث

لصالحه، رغم معویة

الماموریۃ أمام صاحب

الارض الذي يحسن

التضاؤض على ملعبه

وأمام جمهوره۔

سفیان۔ ع

مَدْرَبُ الْوَدَادِ الْبَيْضاوِيِّ :

لَمْ نُحْسِمْ التَّأْهِلَ وَأَمَانَتَا مُوَاجِهَةُ صُعُوبَةٍ فِي الْإِيَابِ

عتبر ولدي الركراكي، مدرب الوداد البيضاوي المغربي، عن رضاه التام بالفوز الذي حققه فريقه سهرة أول أمس، على شباب بلوزداد، بملعب 05 جويلية الأوليبي، ضمن ذهاب الدور ربع النهائي من منافسة رابطة أبطال إفريقيا، مؤكداً أن التأهل لم يحصل بعد، مشدداً على ضرورة التركيز التام خلال لقاء العودة من أجل الظفر بتأشيرة المرربع الذهبي. ولم يخف مدرب الوداد البيضاوي المغربي سعادته الكبيرة عقب تحقيق الفوز على شباب بلوزداد بواقي هدف تخليف، مشيراً إلى أن فريقه استحق الانتصار بالنظر للمبارزة البيطولية التي قدمها أمام تشيكليبة بلوزداد القوية، وأضاف في تصريحات بعد اللقاء لقناة "بي إن سبورتس" القطرية: "قدمنا مباراة ممتازة، كنت أعرف أن الفريق البلوزدادي فريق كبير جداً. لم نقوم بأي جديد سوى أثنا هزنا"، وقال عن الفوز رغم النقص العددي "إن نفوز بـ 10 لاعبين وخارج الديار، نتيجة تؤكد أتنا قدمنا مباراة جيدة ورسالة خاصة للبعض على أن الوداد لا يزال قوي"، مبيناً أن هناك مباراة عودة لا تزال تنتظر، وأن التأهل لم يحصل بعد بالنظر لصعوبة المهمة وتتابع: "وجب علينا وضع الأرجل على الأرض ولا تزال تنتظرنَا مباراة العودة الصعبة".



الجولة الـ26 للرابطة المحترفة الأولى

"الذاري" يرتقي للوصافة والساورة
تواصل نزيف النهاد

التحق نادي شبيبة القبائل بوصافة ترتيب الرابطة المحترفة الاولى عقب فوزه العريض على سسبيغ غليزان (1-4) في حين تعثرت شبيبة الساورة مجدداً بعد تعادلها سلبياً أمام مقربة ضمن فعاليات الجولة الـ 26 من البطولة الوطنية. واكتسح زملاء الحارس دوحة مستضيفهم سريعاً غليزان برباعية كاملة من تسجيل كل من بن سعيد ثنائية (د 27 و 56) وأوقاسي في د 37 واختتم وقائدهم المهرجان التهديفي في د 61 فيما سجل المخلصون الهدف

الوحيد عند طريق بعلالية في د 78، وبهذه النتيجة ارتقى نادي شبيبة القبائل لوصافة الترتيب مناصفة مع أنتلنيك بارادوب 47 نقطة، في حين وصل الرابيد الغرق أكثر في المرتبة مقبل الأخيرة للتلاشى بذلك كل حظوظهم في ضمان البقاء. وفي مباراة أخرى تعادل نادي نجم مقربة أمام ضيفه شبيبة الساورة بدون أهداف، ليضيف بذلك نسور الجنوب نقطتين مهمتين في سياقه على صداره ترتيب الرابطة المحترفة الأولى، حيث رف أشبال جاليت رسيدهم لـ 44 نقطة في المركز الرابع في الترتيب العام بفارق 8 نقاط كاملة عن الرائد شباب بلوزداد، فيما عزز بالمقابل نجم مقرة حظوظه في البقاء ضمن حضرة الرابطة المحترفة الأولى وهو الذي يحتل المرتبة 11 برصيد 34 نقطة.





منتخب الملاكمة للرجال يحضر بالشاف تحسباً للألعاب المتوسطية

وقال المسؤول الأول عن اتحادية الملاكمة فرجات فزيل : " منتخب الرجال يحضر بالشاف للألعاب المتوسطية بوهران التي تقدّم المحطة الأبرز على المدى القريب من أجل الصعود لمنصة التتويج بما ان العدّس سيكون بارض الوطن ، خاصة بعد التحاق الخبرير الكوبي بورتوندو وبيرتو الذي سيشرف على العمل وسيوظف خبرته لكي يستفيد منها عناصر الفريق الوطني قبل الحدث القادم ، وفي نفس الوقت يدخل ذلك في إطار تكوين مجموعة قوية من أبرز الملاكمين الشباب استعداداً للألعاب الأولمبية بباريس 2024"

**منتخب الوطني للملاكمة سيدات يواصل التحضيرات
استعداداً لبطولة العالمية بتركيا**

من جهة أخرى تواصل سيدات الملاكمة البيضاء بالجزائرية تحضيراتهن المكثفة ، بمركز الحماية المدنية بالدار البيضاء بالجزائر العاصمة ، في تربص مغلق يمتد من 3 إلى 25 إبريل بمشاركة كل التعداد المعنى ببطولة العالم التي ستجرى بتركيا ، شهر ماي القادم ، مثماً كشفه رئيس الاتحادية فرجات فزيل الذي قال في هذا الصدد : "يجري العسكري في ظروف جيدة تتماشى مع الشهر الفضيل حيث سطر الطاقم الفني برنامج عمل خاص من أجل ضمان الخروج بنتيجة إيجابية . وفي نفس الوقت استكمالاً للتحضير الذي كان مؤخراً باسيانة ، أين شارك المنتخب الوطني في معسكر عالي المستوى ، استفادت منه الملاكمات إلى حد كبير ، وبالتالي تتوضع آخر الوظائف قبل شد الرحال نحو تركيا للمشاركة في بطولة العالم ، وسيكون ذلك يوم 25 إبريل ويفقىء التعداد إلى غاية نهاية المنافسة الرسمية ، بعدها سيكون تربص آخر من 25 يوماً إلى 5 جويلية بوهران يعول الفتيات على بعض الأسماء البارزة التي من شأنها أن تتحقق نتائج إيجابية بحسب فزيل الذي قال : "المنتخب الوطني سيدات يواصل التحضيرات في تربص مغلق بمركز الحماية المدنية ، بالدار البيضاء بالجزائر العاصمة منذ أسبوع ، وسيستمر إلى غاية 25 إبريل موعد التنقل إلى تركيا للدخول في معسكر جديد حتى موعد انطلاق بطولة العالم التي ستنتطلق ، يوم 4 ماي ، وقبلها ستكون الفرصة أمام فتياتنا الاحتكاك مع بطلات عالميات خلال فترة التحضير التي ستبقي المنافسة الرسمية من جهة أخرى ، المنتخب الوطني رجال هو الآخر دخل في تربص مغلق ، ي مركز تحضير الفرق الوطنية بالشاف من إلى 25 إبريل بمشاركة 12 ملاكمًا ، ويشرف على العمل الذي يدخل في إطار التحضيرات الخاصة بالألعاب المتوسطية بوهران 2022 الخبرير الكوبي بورتوندو وبيرتو الذي وصل للجزائر منذ أيام ، يدخل ذلك في إطار الشراكة التي تجمع بين الاتحادية الجزائرية ونظيرتها الكوبية من أجل الاستفادة من خبرة هذه الأخيرة ، لتحقيق نتائج إيجابية على المدى البعيد من خلال الشروع في تحضير مجموعة شابة لتمثيل الملاكمة الجزائرية في الألعاب الأولمبية بباريس 2024".

كرة
السلة

محمد حرات يلتحق بنادي الأهلي حلب

أعلن نادي الأهلي حلب السوري ، تعاقده رسميًا مع الجزائري محمد حرات ، لدعيم الفريق الأول في الدور النهائي الرباعي فايتنل فور بالدوري المحلي لكرة السلة ولعب حرات في الموسم الماضي مع الفتح السعودي ، وكان أفضل لاعب محترف لعامين متتالين معه ، وقللها توج بجازة أفضل لاعب أجنبي بالدوري القطري وكان الأهلي حلب أعلن تعاقده مع معدنلي المحترف بالصين ، ووائل جليلاتي المحترف بالسعودية ومن المتوقع أن تشهد مباريات الثنائي فور إثارة كبيرة ومناسبة شرسة وحضوراً جماهيرياً كبيراً.

س.ب

اتحاد خنشلة يحتفظ بصدارة مجموعة وسط شرق

شهدت مواجهات الجولة السادسة والعشرين من عمر الرابطة الثانية تشتت اتحاد خنشلة بصدارة ترتيب مجموعة وسط-شرق بعد عودته بفوز ثمين بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدف واحد من خلال تنقله إلى عنابة لمواجهة الاتحاد المحلي . أما في مجموعة وسط-غرب أفرد مولودية البيض بالريادة التي كان يتلقاها مع شباب تيموشنت ، بينما فاز عليه بنتيجة هدفين دون رد في قمة الجولة السادسة والعشرين .

س.ب



الوزير سباقاً في زيارة عمل وتفقد إلى عنابة

يتواجد وزير الشباب والرياضة عبد الرزاق سباق بولاية عنابة وذلك في زيارة عمل وتفقد وعابن سباق رفقة والي ولاية عنابة عدد من المنشآت والهيئات الرياضية . حيث استهل برنامج زيارته من ملعب 19 ماي 1965 وذلك للوقوف على مدى تقدم الأشغال به للذكير فإن الملعب ، معنى باحتضان مباريات كأس إفريقيا للمحليين 2023 المقترنة بالجزائر .

س.ب



ملتقى طوم جونس (400 م حواجز) مرتبة خامسة للجزائري عبد الملك لحولو

احتل العداء الجزائري عبد الملك لحولو ، المرتبة الخامسة ، في سباق 400 م حواجز للملتقى الدولي الجامعي «احياء ذكرى طوم جونس» ، الذي جرى بفلوريدا بالولايات المتحدة الأمريكية سجل العداء الجزائري - الذي يشارك في أول ملتقى له هذا الموسم - توقيتاً قدره 50.06 ج. م . بينما توج بالسباق الأميركي كانسي هال (48.55 ج. م) والنتيجة التي حققها لحولو (29 سنة) في الملتقى الدولي الجامعي ، سمحت له بتحقيق الحد الأدنى للمشاركة في البطولة الإفريقية (رجال - أكابر) ، المقترنة من 8 إلى 12 جويلية بسان بيار (جزر موريس) وألعاب البحر الأبيض المتوسط 2022 ببوهان (25 جوان - 5 جويلية) .

دوره "موريس ريفيلو" لكرة القدم

المنتخب الوطني لأقل من 20 عاماً ضمن المجموعة الثالثة

سيلعب المنتخب الوطني لكرة القدم (أقل من 20 عاماً) ، ضمن المجموعة الثالثة ، في النسخة 48 لدوره "موريس ريفيلو" بفرنسا ، المقررة من 28 ماي إلى 12 جوان ، حسب عملية القرعة التي أجريت مساء الخميس الماضي . بالإضافة للجزائر ، فإن المجموعة الثالثة تضم منتخبات كولومبيا وجزر القمر واليابان . فمنتخب الوطني ، الذي وتعود آخر مشاركته له في ذات الدورة قبل 38 سنة . سيتسهل الدور أمام اليابان يوم الثلاثاء 31 ماي ، قبل ملاقاة يوم الجمعة 3 جوان ، منتخب كولومبيا (المتوقع باللقب في ثلاثة مناسبات) ، والذي يعتبر من بين المرشحين للمجموعة ، وسيبني وسينهي "الخضر" الدور



حمد



أشرف حكيمي: أتحمل المسؤولية في باريس ولا أعاني من الضغوطات

ينتظر باريس سان جيرمان الحصول على مزيد من التألق لمدافعيه المغاربيين أشرف حكيمي، والذي عجز حتى اللحظة عن الظهور بمستواه المعهود بصحبة النادي الفرنسي منذ الانضمام إلى صفوفه الصيف الماضي، قادماً من إنتر ميلان الإيطالي مقابل 60 مليون يورو.

وعلى الرغم من نجاح باريس سان جيرمان الصيف الماضي في إبرام 4 صفقات مجانية، تمنت في ضم كل من حارس المرمى الإيطالي جانلوجي دوناروما والمدافع الأسياني سيرخيو راموس ومتوسط الميدان الهولندي جورجينيو فينالدوين والمهاجم الأرجنتيني ليونيل ميسي، فإن النادي الفرنسي لم يتتردد في إنفاق

الكثير من الأموال للتعاقد مع حكيمي أيضاً.

وعانى حكيمي في تقديم أفضل مستوياته مع باريس سان جيرمان بحسب آراء تحليلية، مما زاد من حدة الشائعات التي تتحدث عن

إمكانية مقادرة الدولي المغربي لقلعة "حدائق الأمراء" خلال وقت قريب.

ونفى حكيمي معاناته من ضغوطات كبار في باريس سان جيرمان تسببت

في تراجع مستواه، وقال في تصريحات أبرزتها منصة "فوت 01"

الفرنسية: "نحن نتحمل مسؤولية ارتداء قميص فريق كبير مثل باريس سان جيرمان، فاللاعب هنا يتطلب الكثير من الجهد، لكنني لا

أعاني من الضغوط بكل تأكيد".

وأضاف حكيمي: "يجب أن نتحلى بالشجاعة لارتداء

قميص باريس سان جيرمان، وأن تكون قادرین على تقديم

الأفضل لأنها وظيفتنا

وشفتنا، هذا هو شفقي، ولا

أعتقد أنتي أعاني من

ضغوط".

ولعب حكيمي (23 عاماً)

بصحبة باريس سان

جيরمان 25 مباراة في

الدوري الفرنسي هذا الموسم 2021-22، أحرز خلالها

أهداف مع تقديم 5 تمريرات

حاسمة، دون أن يسجل أو يصنف في 8

مبارات خاضها بصحبة الفريق في دوري أبطال

أوروبا، قبل الاقصاء من ثمن نهائي البطولة القارية

على يد ريال مدريد الإسباني.

وححقق باريس سان

جييرمان فوزاً بنتيجة 1-0 على ريال مدريد في دهاب

ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، قبل أن ينهزم إيايا

3-1، وقد دفعت الهزيمة جماهير الفريق لمهاجمة

شريحة من لاعبي الفريق، تضم الأرجنتيني ليونيل

ميسي والبرازيلي نيمار دا سيلفا، كما راجت

آراء عن إمكانية مقادرة بعض النجوم، على شكلة

حكيمي، للنادي الباريسي الصيف القادم.



لماذا يرفض زيدان قبول عروض الأندية؟

لم يوافق أسطورة منتخب فرنسا ومدرب نادي ريال مدريد الإسباني السابق، زين الدين زيدان، على جميع العروض التي حصل عليها في الموسم الحالي، من قبل كبار الأفرق الأوروبيية، رغم قيام وسائل الإعلام بربطه بباريس سان جيرمان كثيراً.

وكشف موقع "سبورتس" الفرنسي، أن زين الدين زيدان لم يوافق حتى الآن، على الانسلاك بالجهاز الفني لنادي باريس سان جيرمان، لأن الفريق ما زال يمتلك مدربه الأرجنتيني، ماوريسيو بوتشيتينو، الذي لديه عقد مع الفريق حتى صيف 2023.

وتابع أن زين الدين زيدان لا ي Bailey نهايـاـ، بما تقوم به وسائل الإعلام الإسبانية في الفترة الحالية، عبر نشر الأخبار التي تتحدث عن قرب استلامه الجهاز الفني لباريس

سان جيرمان، خلفاً للمدرب الأرجنتيني، أو موافقته على عرض مقدم من قبل أحد

الفرق الأوروبيـة.

واردف أن بروـدـ زـيدـانـ بـقبـلـ أيـ عـرـضـ يـعودـ، إـلـىـ آـنـهـ غـيرـ مـسـتعـجـلـ نـهـاـيـاـ، عـرـضـ بـشـكـلـ جـيـدـ، حـتـىـ يـتـخـذـ قـرـارـهـ النـهـاـيـاـ، حـولـ مـسـتـقـبـلـ كـمـ كـمـدـبـرـ فـنـيـ.

وأوضح أن زيدان تجاهل بشـكـلـ تـامـ كـلـ الـتـلـمـيـحـاتـ، الـتـيـ رـبـطـتـهـ مـعـ نـادـيـ بـارـيـسـ سـانـ جـيرـمانـ، الـذـيـ خـرـجـ مـنـ دـوـرـ (16)ـ فـيـ دـوـرـيـ أـبـطـالـ أـورـوبـاـ، عـلـىـ بـدـرـيـالـ مـدـرـبـ، لـأـنـهـ يـحـتـرـمـ الـأـرـجـنـتـيـنـيـ، مـاـوـرـيـسـيـوـ بوـتـشـيـتـيـنـوـ، الـذـيـ مـاـ زـالـ يـحـظـيـ بـدـعـمـ رـفـقـ مـيـسـيـ.

وأختـمـ أنـ مـاـوـرـيـسـيـوـ بوـتـشـيـتـيـنـوـ يـعـلـمـ صـعـوبـةـ الـمـهمـةـ، الـتـيـ تـنـتـرـظـهـ فـيـ نـهـاـيـةـ الـمـوـسـعـ الـحـالـيـ، لـكـنـ زـيدـانـ لـأـ يـرـيدـ الـحـصـولـ عـلـىـ وـظـيـفـتـهـ، حـتـىـ يـدـرـسـ كـلـ شـيـءـ بـنـانـ، وـيـعـدـهـ يـقـرـرـ مـاـ إـذـاـ كـانـ سـيـشـرـ عـلـىـ الـجـهاـزـ الـفـنـيـ لـبـارـيـسـ سـانـ جـيرـمانـ أوـيـ نـادـيـ آخرـ مـهـمـ بـهـ.

أنسو فاتي: أنا مسلم وأؤمن رد جميل غينيا بيساو

تحدث نجم نادي برشلونة الشاب أنسو فاتي عن بداياته مع النادي الكتالوني، وكشف عن جوانب من حياته الخاصة وطفولته في غينيا بيساو وعلاقته بوالده ودور الدين في حياته.

وظهر فاتي في برنامج "صنع في لاماسيا"، وهي سلسلة وثائقية بثتها تلفزيون نادي برشلونة مخصصة لاستضافة نجوم الفريق الذين مرروا على مركز التكوين في النادي.

وحادي اللاعب إلى سنواته الأولى، وقال إنه كان يفتقد كثيراً إسبانيا بحثاً عن عمل وترك عائلته في غينيا بيساو.

وأشار فاتي إلى أنه التحق بوالده حين كان يبلغ من العمر 7 سنوات قبل أن يبدأ مشواره في كرة القدم في أندية صغيرة في إسبانيا قبل الالتحاق بمركز التكوين.

وتحـدـثـ الـلـاعـبـ الـوـاعـدـ عـنـ عـلـاقـتـهـ بـأـسـرـتـهـ، وـقـالـ "ـنـحـنـ قـرـيـبـونـ جـداـ مـنـ بـعـضـنـاـ بـعـضـ، وـعـنـدـمـاـ يـعـانـيـ أـيـ فـردـ مـنـ قـائـمـ فـيـ جـمـيعـ يـعـاـنـيـ، إـنـهـ أـكـبـرـ دـعـمـ لـيـ، مـنـ دـونـهـمـ لـأـعـرـفـ مـاـذـاـ سـافـعـ، بـفـضـلـهـمـ وـصـلـتـ إـلـىـ مـاـذـاـ عـلـيـهـ الـيـوـمـ".

وقـالـ فـاتـيـ وـقـفـاـتـ عـلـىـ الـمـقـاطـعـ الـتـيـ نـشـرـتـهـ صـحـيقـةـ "ـسـبـورـتـ"ـ الـإـسـبـانـيـةـ "ـأـنـ غـيـنـيـاـ بـيـسـاوـ وـقـدـ أـتـيـتـ لـمـ أـسـتـطـعـ عـودـةـ، حـلـمـيـ هـوـ الـعـوـدـةـ إـلـىـ هـنـاكـ لـأـتـمـكـنـ مـنـ مـسـاعـدـةـ الـعـدـيدـ مـنـ الـأـطـفـالـ، لـأـسـمـاـ فـيـ مـجـالـ الـتـعـلـيمـ".

وـعـادـ فـاتـيـ الـشـابـ إـلـىـ الـأـلـقـاتـ الـصـعـبـةـ الـتـيـ رـاـفـقـتـ بـدـاـيـاتـهـ مـعـ بـرـشـلـونـةـ، إـذـ حـرـمـتـهـ الـإـصـابـاتـ الـخـطـيرـةـ مـنـ الـظـهـورـ الـمـسـتـمـرـ مـنـ ظـهـورـهـ الـأـوـلـ مـعـ النـادـيـ الـكـتـالـونـيـ فـيـ 2019ـ.

وـأـكـدـ أـنـهـ مـتـدـيـنـ، لـأـنـ الـإـيمـانـ يـسـاعـدـنـيـ، لـقـدـ وـضـعـتـ فـيـ رـأـيـهـ أـنـتـيـ مـرـتـ بـأشـيـاءـ أـكـثـرـ صـعـوبـةـ مـنـ الـإـصـابـةـ وـقـيـ الـنـهـاـيـةـ هـذـهـ أـشـيـاءـ تـحـدـثـ.ـ كـانـ عـلـىـ وـالـدـيـ أـنـ يـعـملـ بـجـدـ مـنـ أـجـلـ أـنـكـونـ حـلـمـيـ وـأـنـ مـدـيـنـ بـكـلـ شـيـءـ أـبـيـ وـأـمـيـ".

وـأـضـافـ فـاتـيـ مـسـلـمةـ "ـأـسـرـتـيـ مـسـلـمةـ"ـ وـتـؤـمـنـ دـائـمـاـنـهـ بـالـعـملـ وـبـتـوـقـيقـ اللـهـ كـلـ شـيـءـ مـمـكـنـ.ـ خـلـالـ فـتـرـةـ إـصـابـاتـيـ صـلـيـتـ كـثـيرـاـ، كـنـتـ أـطـلـبـ الصـحـةـ لـأـسـرـتـيـ، وـأـخـرـ شـيـءـ كـنـتـ أـطـلـهـ هـوـ لـنـفـسـيـ".

وـأـكـدـ النـجـمـ الشـابـ أـنـهـ لـمـ يـتـغـيـرـ رـغـمـ نـجـومـيـتـهـ.ـ وـقـالـ "ـحـنـونـ مـعـ الـدـيـ، وـمـعـ كـلـ الـأـشـخـاصـ الـذـيـنـ يـحـيـطـونـ بـهـيـ.ـ يـجـبـ أـلـاـ يـتـغـيـرـ الشـخـصـ أـبـدـاـ بـعـضـ النـظـرـ عـمـاـ يـمـتـلـكـهـ أـلـاـ يـمـتـلـكـهـ، اـحـتـرـامـ الـجـمـيعـ قـيـمـةـ أـسـاسـيـةـ لـدـيـ، إـلـىـ جـانـبـ الـتـحـلـيـ بـالـتـواـصـعـ وـالـرـغـبـةـ فـيـ الـعـمـلـ وـالـتـحـسـينـ".

راك ستيفن . . من هو الأمريكي الذي ورط مان سيتي ضد ليفربول؟

أسهم زاك ستيفن، حارس مرمى مانشستر سيتي، في خروج فريقه من بطولة كأس الاتحاد الإنجليزي، بالخسارة أمام ليفربول في نصف النهائي. مانشستر سيتي خسر بنتيجة (3-2) أمام ليفربول، في نصف نهائي كأس الاتحاد الإنجليزي على ملعب " ويمبلي ". ستيفن ورط السيتي بخطأه في الأهداف الثلاثة، وخاصة في الهدف الثاني الذي سجله سادي ماني، بعدما فشل الحارس الأمريكي في السيطرة على الكرة. يبلغ زاك ستيفن من العمر 27 عاماً، وهو الحارس الثاني في مانشستر سيتي بعد البرازيلي إيدرسون.

لعب ستيفن مع عدة أندية أمريكية، وانتقل إلى أوروبا من بوابة هاربورج الألماني الذي انضم له مجاناً مطلع عام 2015. في صيف العام التالي عاد ستيفن إلى أمريكا من بوابة كولومبوس كرو في صفقة مجانية، ثم لعب معهاراً مع بيسبرو لمدة نصف موسم، وفي صيف 2019 انتقل زاك ستيفن إلى مانشستر سيتي مقابل 6.82 مليون يورو، وهو الانتقال الوحيد المدفوع في موسم 2019-2020 مع دوسلدورف الألماني على سبيل الإعارة ثم عاد إلى السيتي في الموسم التالي.

ومنذ بداية الموسم الحالي شارك ستيفن في 9 مباريات مع مانشستر سيتي بمختلف المسابقات، استقبل خلالها 10 أهداف وحافظ على نظافة شباكه في لقاء وحيد.

وإجمالاً شارك الحارس الأمريكي في 21 مباراة مع مانشستر سيتي واستقبل خلالها 16 هدفاً وحافظ على نظافة شباكه في 8 مباريات.



دورتموند يرد على صفة هالاند

ومانشستر سيتي

يقرب إيرلينغ هالاند من الإعلان عن خطوطه التالية، ورد سيباستيان كيل، الذي سيصبح المدير الرياضي التالي لبوروسيا دورتموند ليحل محل زورك، على متوجه مستقبل الترويجي مع أبناء توصله لاتفاق مع مانشستر سيتي. يريد الجميع أن يعرف أين سيلعب هالاند في الموسم المقبل، الترويجي لديه خياران واضحان للغاية، مانشستر سيتي أو ريال مدريد لاتخاذ القرار النهائي، على الرغم من أن الصحافة الألمانية أكدت في الساعات الأخيرة أن هالاند وافق على الانضمام للفريق الإنجليزي بقيادة بيب غوارديولا.

وتحذر سيباستيان كيل، في هذا الصدد في تصريحات لشبكة سكاي سبورتس ألمانيا، ونفي وجود اتفاق مغلق مع مانشستر سيتي أو أي فريق آخر. وردا على سؤال حول ما إذا كان مانشستر سيتي قد تواصل مع دورتموند لاتفاق على شراء هالاند، أوضح كيل: "لا". وأضاف: "هالاند لديه شرط جزائي معروف وهناك موعد نهائي له، تريد اتخاذ قرار في أقرب وقت ممكن". هالاند شارك في فوز بوروسيا دورتموند أمام فولفسبورغ بسداسية لهدف، وأحرز هدفين لفريقه ضمن منافسات الدوري الألماني.



ميлик: سأحاول إقناع ليغانيس وفسكي بالانضمام لهذا النادي

أكد أركاديوز ميليك، مهاجم أولمبيك مارسيليا، أنه سوف يتوجّط لإقناع روبرت ليغانيس وفسكي، مهاجم بايرن ميونخ بالانضمام لصفوف الفريق الفرنسي.

وقال ميليك (مازحا) لمجلة أونزي مونديال الفرنسية: "سأحاول إقناع ليغانيس وفسكي باللعب معه في مارسيليا". وأضاف المهاجم البولندي: "سيكون الأمر صعباً للغاية، لكن يتبعه عقد ليغانيس وفسكي مع بايرن لمدة موسم واحد". وختم: "سأحاول أن أطلب منه الانضمام إلينا، ربما يمكنني فعل شيء ما". ويعبّر البولندي أركاديوز ميليك (28 عاماً) بصفوف مارسيليا على سبيل الاعارة، قادماً من نابولي الإيطالي منذ جانفي 2021. أما مواطنه ليغانيس وفسكي، فإن هناك تقارير صحافية عديدة تكهن برحيله عن النادي البافاري، بسبب خلاف حول مفاوضات تجديد عقده الذي ينتهي في صيف 2023.

وذكرت هذه التقارير، أن إدارة بايرن تميّزت بتمديد عقد النجم البولندي لموسم واحد، بينما يرغب ليغانيس وفسكي في عقد مدته 3 مواسم.



واعد دورتموند يدخل التاريخ في ظهوره الأول

من ماركوروزه، مدرب بوروسيا دورتموند، الفرصة لأحد الوجوه الشابة، لتسجيل ظهوره الأول مع الفريق خلال موسمه الأول، الجاربة على ملعب سينغال إيدونا بارك، ضمن منافسات الجولة الـ 30 من الدوري الألماني. ودفع المدرب الألماني بمواطنه الشاب توم روthe، البالغ من العمر 17 عاماً، في التشكيلة الأساسية لأول مرة في مسيرته، لينجح في قص شريط أهداف المباراة بعد مرور 24 دقيقة على بدايتها.

ووفقاً لشبكة "أوبتا" للأحصائيات، فإن روthe أصبح أصغر لاعب يسجل هدفاً في ظهوره الأول على مدار تاريخ البوندسليغا، وذلك بعمر 17 عاماً و169 يوماً. بينما أفادت شبكة "سكوكاكا" بأن ماركوروزه وصل إلى 10 تمريرات حاسمة أو أكثر في موسم واحد بالبوندسليغا، لأول مرة منذ موسم 2013-2014.

هالاند يطالب دورتموند بأخفاء نقطة ضعفه

وجه الترويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند، طلبًا إلى إدارة النادي الألماني بشأن رحيله المرتقب، بحسب تقرير صحفي. ويرتبط هالاند بعقد مع بوروسيا دورتموند، حتى 30 يونيو 2024، لكنه يتضمن بندًا يسمح له بالرحيل مقابل 75 مليون يورو، الصيف القادم. ووفقاً لشبكة "ديفنسا سنترال" الإسبانية، فإن المهاجم الترويجي طلب من إدارة دورتموند، عدم نشر تقارير بشأن تفاصيل إصاباته ومدة غيابه عن المباريات. ويرى هالاند أن التقارير الخاصة بإصاباته، قد تحبط عملية رحيله إلى ناد آخر. وأوضحت الشبكة الإسبانية أن إدارة ريال مدريد، لا ترى إصابات هالاند أمراً خطيراً، ولا تحظره للانسحاب من المجموعة.

لكن المسؤول الميريغنى سيعملون على استغلال جزئية الإصابات، لتقليل صحفية "بيلد" الألمانية قد ذكرت، السبت، أن هالاند قرر بالفعل الانضمام لمانشستر سيتي، بعد نهاية الموسم الجاري.

وفاة أسطورة ألمانيا يواخيم سترريش

فارق اللاعب السابق يواخيم سترريش، صاحب الرقم القياسي في عدد المشاركات مع منتخب ألمانيا الشرقي، الحياة عن عمر ناهز 71 عاماً، بحسب ما قالت زوجته لوكالة الأنباء الألمانية (د.ب.أ.).

احتفل بعيد ميلاده الحادي والسبعين في 13 من إبريل الجاري. وقالت مارييتا سترريش زوجة المهاجم السابق الذي عانى من متلازمة خلل التنسج النخاعي، والتي في أسوأ ستاروهاتها قد تؤدي إلى سرطان الدم "كان لديناأمل حتى النهاية، كان مريضاً بشدة مرتين طولية". خضع سترريش للعلاج خلال الأسابيع الأخيرة بعد إصابته بضرر دم شديد، وأضطر إلى تأجيل زرع الخلايا الجذعية بسبب الالتهاب الرئوي.

وسجل سترريش 55 هدفاً خلال 102 مباراة مع منتخب ألمانيا الشرقية، كما يحمل الرقم القياسي لعدد المشاركات والأهداف مع منتخب بلاده. وقضى سترريش فترة احترافه تاجرة مع ماجدبورج بين عامي 1975 و1985 وفاز معه بلقب كأس ألمانيا الشرقية 3 مرات، وهي ثاني أهم بطولة على مستوى الأندية في ألمانيا الشرقية.

وكتب ماجدبورج المنافس بدورى الدرجة الثالثة الألماني عبر حسابه على شبكة "تويتر" للتواصل الاجتماعي "تشعر بالفجع والحزن لأن أسطورة النادي يواخيم سترريش توفي اليوم في سن الحادية والستين، بعد مرض قصير وخطير". وبسبب مكروه الشديد، كان دائمًا يتم مقارنة سترريش بالاستطورة الألماني جيرد مولر الفائز بـ بلاده.

دورتموند يكتسح فولفسبورغ ويتأهل لدوري الأبطال

حقق بوروسيا دورتموند فوزاً "كاسحاً" أمام ضيفه فولفسبورغ بسداسية في مقابل هدف، السبت، ضمن منافسات الجولة الـ 30 من الدوري الألماني لكرة القدم. ولم تشهد الدقائق الـ 20 الأولى أي هدف في الشوط الأول، إلا أن دورتموند سجل 5 أهداف في 18 دقيقة، بحيث افتتح التسجيل عبر توم كاستندر روشي (د. 24)، وأضاف الهدف الثاني عبر أرسن فيتسل (د. 26)، وسجل الثالث ماتوييل أكانتجي (د. 28)، وسجل إيمرى تشنان المدف الرابع (د. 34) واختتم إيرلينغ هالاند خمسية الشوط الأول (د. 38). في الشوط الثاني، سجل هالاند مجدداً محظوظاً هدفه الثاني الشخصي والسادس لفريقه في الدقيقة 54.

وجاء هدف فولفسبورغ الوحيد عبر ريدل باكوفي في الدقيقة 63. ورفع دورتموند، عبر هذا الفوز، رصيده إلى 63 نقطة بفارق 6 نقاط موقتاً عن بايرن ميونيخ المتتصدر، كما ضمن رسميًا تأهله لدورى أبطال أوروبا. وتجمد رصيد فولفسبورغ عند 34 نقطة، وحل في المركز 34.

كولن يقتنص فوزاً ثميناً من ملعب مونشنغلادباخ

فاز كولن على بوروسيا مونشنغلادباخ (1-3)، ضمن لقاءات الجولة الـ 30 من منافسات الدوري الألماني "بوندسليغا"، على ملعب "بوروسيا بارك". وتقدم الضيوف بهدف في الشوط الأول، حملت توقيع أنطوني موديست وفلاوريان كاينز وديجان ليوبويسيتش في الدقائق (5 و 34).

على الترتيب، وفلاص أصحاب الأرض الفارق بهدف حمل توقيع بيريل إيمبولو في الدقيقة (85). ورفع كولن رصيده إلى 46 نقطة في المركز السادس بجدول الترتيب، بينما تجمد رصيد بوروسيا مونشنغلادباخ عند 37 نقطة في المركز 11. ويتصدر العملاق البافاري، بايرن ميونخ، الترتيب برصيد 69 نقطة، حصدتها من 29 مباراة، يليه دورتموند برصيد 63 نقطة من 30 مباراة.



ضرب ثلاثي مونشنغلادباخ

أبدى نادي بوروسيا مونشنغلادباخ الألماني، قلقه بشأن إمكانية غياب 3 من لاعبيه في المرحلة الأخيرة من الموسم الحالي، بسبب الإصابات.

وجاء ذلك عقب المباراة التي خسرها الفريق على ملعبه أمام كولن (3-1)، السبت، في المرحلة الـ 30 من الدوري الألماني (بوندسليغا). وتعرض مانو كوفيه لالتواء في الكاحل كما أصيب لاسيلو بيتنيس في الفخذ، وماطياس جيتر في القدم. وجاء ذلك طبقاً لما صرّ به أدي هيتر المدير الفني لمونشنغلادباخ عقب المباراة، وأضاف المدرب: "لا يمكنني الآن توقع الفترة التي سيغيبها اللاعبون".

كلوب: هزمتنا أقوى فريق في العالم

عبر يورغن كلوب، مدرب ليفربول، عن فخره بأداء فريقه في الفوز على مانشستر سيتي (2-3) مساء السبت، في نصف نهائي مسابقة كأس الاتحاد الإنجليزي. وأتمنى لليفربول الشوط الأول متقدماً بثلاثية نظيفة، ورغم تلقيه هدفين في الشوط الثاني، إلا أنه نجح في الحفاظ على تماسكه، ليبلغ ثاني مباراة نهائية له هذا الموسم، بعدما أحرز كأس الرابطة. وقال كلوب في تصريحات لهيئة الإذاعة البريطانية (بي. بي. سي): "فخور للغاية، لا يصدق، أعتقد أن الشوط الأول كان من أفضل ما لعبنا على الأطلاق. لقد فعلنا كل الأشياء الصحيحة، وسجلنا في اللحظات المناسبة، لعبنا مباراة رائعة في الشوط الأول، لقد أحببت حقاً كل ثانية فيه". وتابع كلوب: "هذا الأداء ليس رسالة، نحن صعباً ضدنا، هكذا كان الأمر بيننا معظم الوقت". وتحدث كلوب عن آمال ليفربول في الفوز برباعية من الألقاب هذا الموسم، قال: "لا أصدق الحديث عن الرباعية. هذا الفوز يعني أن لدينا مباراة أخرى ومن ثم علينا أن نلعب مع استون فيلا في منتصف الأسبوع، وعلينا التحرك مرة أخرى". وختم: "علمنا بالمشاكل، لكن التأهل لهذا النهائي يجعل الرباعية أكثر صعوبة. إنها الطريقة الوحيدة للقيام بذلك ولكنها تجعل الأمر أكثر صعوبة أيضاً، لذا في حالة غريبة، لكننا فوق القمر، هزمنا أقوى فريق كرة قدم في العالم وهذه لحظة خاصة جداً".

مانجي: سنقاتل من أجل الرباعية

علق ساديو ماني، مهاجم ليفربول، على تغلب فريقه على مانشستر سيتي (2-3)، مساء السبت، في المباراة التي أقيمت على ملعب ويمبلي في نصف نهائي كأس الاتحاد الإنجليزي، وسجل خلالها النجم السنغالي هدفين. وقال ماني في تصريحات عقب المباراة لشبكة "بي. بي. سي": "اليوم خاص، واجهنا ولكن مثل مباراة توتنهام كان حاسماً، لعبنا بصورة جيدة في بعض الأوقات، ولكن في بعض الأحيان أبيطنا المباراة ولم تستغل الأطراف، ودفعناهم أكشن سعيدها على الإطلاق". وأضاف: "افتتاح الفرق الأخرى كانت حية، ولكن لا يهم النظر إليها، علينا تطوير مستوانا". وبالنظر إلى مباراتي اليونايتد المقلوبتين أمام ليفربول وأرسنال، علق: "إذا أردنا الخروج بالنقاط من تلك المباريات، علينا تقديم أفضل ما لدينا ورفع المستوى".

وأضاف: "إننا المباراة بصورة جيدة للغاية، بالنسبة لهذه في الأول، ارتكب حارس المرمى خطأ ولكن أعتقد أنها دفعناه لارتكاب ذلك الخطأ، هنا هو أسلوبنا، وهذا ما صنع الفارق في النهاية". وعلق على إمكانية تتويج ليفربول بال رباعية التاريخية: "لدينا العديد من المباريات، وستحاول تقديم أفضل ما لدينا، هذا هو حلمنا وسنقاتل من أجله".

ليفربول يحقق سابقة تاريخية في الكرة الإنجليزية

يواصل ليفربول مسعاً للفوز برباعية من الألقاب هذا الموسم، بعد تأهله إلى المباراة النهائية لمسابقة كأس الاتحاد الإنجليزي، إذ فوزه مساء السبت على مانشستر سيتي 2-3 على ملعب ويمبلي، في الدور نصف النهائي. وأحرز ساديو ماني هدفين وسجل إبراهيم كوناتي هدفاً، لينتهي الشوط الأول بتقدم ليفربول 3-0، قبل أن يسجل مانشستر سيتي هدفين عن طريق جاك جريفيش وبيرناردوس سيلفا. ووفقاً لما ذكرته شبكة إيه سي بي، وصل ليفربول إلى المباراة النهائية لكل من كأس الاتحاد الإنجليزي وكأس الرابطة في الموسم ذاته للمرة الثالثة في تاريخه، بعد موسمي 2000-2001 و2011-2012. وأضافت الشبكة، أن هذه هي المرة الأولى التي يحقق فيها فريق إنجليزي هذا الأمر في 3 مواسم مختلفة. وسيلعب ليفربول في المباراة النهائية، أمام المانشافت من الموقعة الثانية في نصف النهائي والتي تجمع تشيلسي وكريستال بالاس، على الملعب ذاته.

لغنة يونايتد تصيب مانشستر سيتي في الكأس

تبخرت آمال مانشستر سيتي في إحراز الثلاثية هذا الموسم، بعدما خسر مباراته في نصف نهائي كأس الاتحاد الإنجليزي أمام منافسه ليفربول 2-3 مساء السبت، على ملعب ويمبلي. وتختلف سيتي مع نهاية الشوط الأول بثلاثية نظيفة، ولم يتمكن في الشوط الثاني من قلب النتيجة، إذ سجل هدفين عن طريق جاك جريفيش وبيرناردوس سيلفا. ووفقاً لما ذكرته شبكة إيه سي بي، بات مانشستر سيتي ثاني فريق فقط يخرج من الدور نصف النهائي في مسابقة كأس الاتحاد الإنجليزي، في 3 مناسبات متتالية. وكان مانشستر يونايتد أول فريق يسجل هذا الرقم السلبي بين موسمي 1964-1965 و1966-1967.

هاتريك رونالدو يدخل تاريخ البريميرليغ

دون الأسطورة البرتغالي كريستيانو رونالدو ثلاثة "هاتريك" قات مانشستر يونايتد للفوز على نوريتش سيتي (3-2)، السبت، ضمن منافسات الجولة 33 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وتকفل "الدون" بتسجيل كافة أهداف فريقه بالميباراة، ليضعه من جديد على بعد خطوة من اقرب المراكز المؤهلة لدوري أبطال أوروبا. ويحسب شيكواكا للاحصائيات، فإن رونالدو أصبح أول لاعب في تاريخ البريميرليغ يزيد عمره عن 36 عاماً، وينجح في تسجيل 15 هدفاً في موسم واحد بالمسابقات. كما أشارت في الوقت ذاته إلى وصول كريستيانو رونالدو صاحب 37 عاماً للهاتريك الـ50 له على مدار مسيرته مع الأندية. أما شبكة "أوبتا"، فقد أفادت بأن الهدف التاريخي لكرة القدم وصل إلى 60 هاتريك في مسيرته الاحتراافية مع الأندية ومنتخب البرتغال. ويعود هذا الهاتريك هو الثاني لل الدولي البرتغالي في الدوري الإنجليزي هذا الموسم بعد ثلاثيته في شباك توتنهام هوتسپر، التي سجلها في مارس الماضي.

رانغفنيك: يجب عدم الاعتماد على رونالدو فقط

تحدث رالف رانغفنيك، مدرب مانشستر يونايتد، عن الانصار الشاق الذي حققه فريقه على حساب ضيفه نوريتش سيتي بنتيجة (2-3)، مساء السبت، ضمن لقاءات الجولة رقم 33 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال رانغفنيك في تصريحات عقب المباراة نقلها موقع "بي. بي. سي": "بعد أن سجلنا الهدف الثاني، كان من المفترض أن نجعل الحياة أسهل على أنفسنا ولكن لم نقم بذلك، فتقى نظامنا ولم تتمتع بالقوة اللازمة الأمر يتعلق بالذكاء، فجأة أصبحت النتيجة (2-2) وأبقناه في المباراة، وبالتالي كان لزاماً علينا رفع المستوى".

وعلى الهاتريك الذي سجله كريستيانو رونالدو: "كان لا يجب أن نعتمد عليه فقط، ولكن مثل مباراة توتنهام كان حاسماً، لعبنا بصورة جيدة في بعض الأوقات، ولكن في بعض الأحيان أبيطنا المباراة ولم تستغل الأطراف، ودفعناهم أكشن سعيدها على الإطلاق". وأضاف: "افتتاح الفرق الأخرى كانت حية، ولكن لا يهم النظر إليها، علينا تطوير مستوانا". وبالنظر إلى مباراتي اليونايتد المقلوبتين أمام ليفربول وأرسنال، علق: "إذا أردنا الخروج بالنقاط من تلك المباريات، علينا تقديم أفضل ما لدينا ورفع المستوى".

فان دايك: صعبنا أمام السيتي على أنفسنا أمام المانجي

أكد الهولندي فيرجيل فان دايك، مدافع ليفربول، أن فريقه عانى أمام مانشستر سيتي في الشوط الثاني من مباراتهم السبت في نصف نهائي كأس إنجلترا. وتأهل ليفربول للنهائي بعد فوزه على مانشستر سيتي 2-3، على ملعب ويمبلي، وقال فان دايك في تصريحات لشبكة "بي. بي. سي": "عقب المباراة، فقد صعبنا الأمر على أنفسنا في نهاية اللقاء، لعد خلقنا فرصاً كثيرة لكننا لم نسجل". وأضاف: "عندما سجلوا هدفهم الأول مبكراً في الشوط الثاني، أعطاهم ذلك دفعه، لكننا بشكل عام سعداء بالتأهل للنهائي". وتابع "الأمر يتعلق بتسجيل الأهداف، وهذا ما فعلناه في الشوط الأول حيث قدمتنا أداء مثالياً، لكن الدفاع أمام السيتي بطل إنجلترا في الوقت الحالي، دائماً ما يكون صعباً". وأكمل "هناك لحظات تعانى خلالها، وعليك أن تظهر الكثير من القوة والعمل الجماعي، لعد كانت مباراة قوية مثل مواجهتنا السابقة، لكن يجب علينا إنهاء المباراة تماماً". وأردف: "النهائي الآن، لم نفز بأي شيء حتى هذه اللحظة، لكنها خطوة كبيرة للفريق. إنها الكأس الوحيدة التي لم نفز بها، لهذا ستحاول حصدتها". وعن شراكته مع إبراهيم كوناتي، قال "لقد أشر بشدة، إنه يعلم بجد يومياً، عليه أن يؤدي عندما راشفورد ينضم لقائمة ذهبية تاريخية

راشفورد ينضم لقائمة ذهبية تاريخية

تواجد الإنجليزي ماركوس راشفورد، نجم مانشستر يونايتد، في قائمة تاريخية مميزة، ضمن أسطوريتين من النادي الإنجليزي. وشارك راشفورد كبديل في الشوط الثاني أمام نوريتش سيتي، السبت، على ملعب أولد ترافورد، ضمن مباريات الجولة 33 للبريميرليغ. ويحسب شبكة "أوبتا" للاحصائيات، فإن هذه المباراة تحمل الرقم 300 لراشفورد خلال مسيرته في جميع المسابقات تقريباً من مانشستر يونايتد، وهو في عمر 24 عاماً و167 يوماً. وأضافت الشبكة، أنه لا يتفوق على راشفورد في خوض هذا العدد من المباريات خلال عمر أقل، سوى الثنائي جورج بيسلي (23 عاماً و149 يوماً)، وريان غيفرز (24 عاماً و22 يوماً). وتتفوق مانشستر يونايتد على ضيفه نوريتش، سيتي، بنتيجة 2-3، ليرفع رصيده إلى 54 نقطة في المراكز الخامس، مستغلة هزيمة أرسنال أمام ساوثهامبتون، فيما واصل نوريتش سيتي تذليل جدول الترتيب برصيد 21 نقطة.

بونوتشي: الضغط في جوفنتوس حاضر دائماً

أكد ليوناردو بونوتشي مدافع جوفنتوس، أن الضغط دائماً متواجد على لاعبي السيدات العجوز، سواء داخل أو خارج الملعب، وذلك بعد التعادل مع بولونيا (1-1)، بالجولة 33 من الدوري الإيطالي.

وقال بونوتشي في تصريحات لشبكة "دازن": حاولنا الضغط بقوه حتى بعد التعادل، كان بإمكاننا تسجيل أقل بعد حينما كان بولونيا يلعب بلا عيب أقل بعد الت平淡، إنه لأمر مؤسف لأن النقطة الثلاث كان يمكن أن تعنى لنا الكثير". وأضاف "ركلة الجزاء؟ على أرض الملعب بدا الأمر كما لو كان الخطأ من داخل المنطقة، لكن هناك تقنية الفيديو التي يمكنها تحديد المكان بالضبط، وبالتالي، لم يعد هناك شك". وأردف "عندما تلعب في جوفنتوس، يكون الضغط دائماً داخل وخارج الملعب، وهي بعض المواقف، يمكن للجماهير مساعدتك على تقديم شيء أكثر، وهو ما فعلته اليوم". واحتفل "حاولنا تحقيق الفوز هذا المساء، لكننا لم ننجح في ذلك، وهذا أمر مؤسف".

فيورنتينا يهزم فينيزيا ٠٠ ويضيق الخناق على روما

تغلب فريق فيورنتينا على فينيزيا، بهدف نظيف، في اللقاء الذي احتضنه، ملعب "ارتيميرو فرانكي"، ضمن مباريات الجولة 33 من منافسات الدوري الإيطالي لكرة القدم.

وجاء هدف "الضيولا" والمباراة الوحيدة عن طريق لوكا سورديرا في الدقيقة (30).

وشهدت المباراة ندية وخشونة بين الفريقين، حيث أشهر حكم الساحة 8 بطاقات صفراء، لكل فريق.

وبانتصاره ضيق فيورنتينا الخناق على فريق المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو، روما، وأصبح القارق بينهما نقطة واحدة، فالاول لديه 56 نقطة في المركز السادس، والثاني لديه 57 نقطة في المركز الخامس، وتجمد رصيد فريق فينيزيا عند 22 نقطة في المركز الـ 18.

تصدر ميلان الترتيب برصيد 71 نقطة.

وبفارق نقطتين عن

حامل اللقب، إنتر ميلان،

و5 نقاط عن صاحب

المركز الثالث، نابولي،

اللذان لديهما مباراة أقل.

مورينيو عقبة جديدة أمام حلم إنتر ميلان

يشتعل الصراع على لقب الدوري الإيطالي الممتاز لكرة القدم، في الجولات الأخيرة من عمر المسابقة بين الغرميين ميلان وإنتر، ومن خلفهما نابولي، وبينما حسم اللقب سيكون في الأمتار الأخيرة. ويحتل ميلان صدارة الكالتشيو برصيد 71 نقطة، بينما يأتي الجار إنتر في المركز الثاني برصيد 69 نقطة، ونابولي ثالث برصيد 66 نقطة، بينما يان إنتر ميلان ونابولي لعباً 32 مباراة، بينما ميلان خاض 33 مباراة. وبغضطه إنتر ميلان بفارق روما في الجولة الرابعة والثلاثين من عمر المسابقة، حيث يتضمن الأفلاعي ذات مدربيهم المخضرم السابق جوزيه مورينيو، على ملعب جوزيبي مياتزا، في مواجهة فارقة في الصراع على اللقب، ويتنظر ميلان هدية من مورينيو، بتعطيل إنتر عن اللحاق به في صدارة الكالتشيو، وهو ما يمكن أن يتحقق في ظل التنازع الجيدة التي يقدمها روما في الفترة الأخيرة. ويميل روما فرصة ضئيلة للحاق بالمرربع الذهي المؤهل للدورى أبطال أوروبا، حيث يتاخر بفارق 5 نقاط عن جوفنتوس صاحب المركز الرابع، ولكن مورينيو لا يعتقد بأن فريقه قادر على هذا التحدي، وصرح من قبل بأن جوفنتوس أقوى كثيراً من أن يقدر أو يفرط في هذا المركز، وبينما أنه هذه المرة، سيكون مورينيو ضيقاً لا يلقى الترحيب لدى جماهير إنتر ميلان، حيث لا ترغب الجماهير في أي تعثر خلال تلك المرحلة العرجاء من الصراع على اللقب.



فلاهوفيتش "التاريخي" يطارد صدارة إيمobili بالرقم 50

يرفض الصربي دوشان فلاهوفيتش مهاجم جوفنتوس الاستسلام في صراعه على جائزة هداف الدوري الإيطالي. وسجل فلاهوفيتش هدفاً قاتلاً أفقده به جوفنتوس من فتح الخسارة أمام ضيفه بولونيا في المباراة التي لعبت، أول أمس السبت، وانتهت بالتعادل ١-١. وبذلك، أصبح فلاهوفيتش ثالث لاعب في تاريخ الدوري الإيطالي يرصيد 50 هدفاً ب عمر 22 عاماً و 89 يوماً أقل بعد البرازيلى ألكسندر باتو، حينما وصل لهذا الرقم مع ميلان عن عمر 21 عاماً و 220 يوماً. فضلاً عن ذلك، فإن فلاهوفيتش بات يحتل وصافة ترتيب هدافي الدوري الإيطالي برصيد 23 هدفاً بفارق هدفين عن شيرلو إيمobili مهاجم لاتسيو ومتصدر القائمة، والذي سجل أيضاً هدف تعادل فريقه ضد جنوبي. وفي المركز الثالث، يأتي الأرجنتيني جيوفاني سيميوني، مهاجم هيلاس فيرونا، برصيد 16 هدفاً، يليه الإنجليزي تامي إبراهام، لاعب روما، الذي سجل 15 هدفاً ويشترك معه في الترتيب، الأرجنتيني لاوتارو مارتينيز مهاجم إنتر ميلان. ومنذ بداية الموسم، يتواصل بقاء صراع ترتيب هدافي الدوري الإيطالي بين شيرلو إيمobili ودوشان فلاهوفيتش المنتقل في جانفي الماضي إلى جوفنتوس من فيورنتينا.

عودة "ديل بيرو" إلى "جوفنتوس" في ليلة التعثر المؤلم

عاشت جماهير جوفنتوس أمسية متناقضة المشاعر في الأسبوع 33 من مسابقة الدوري الإيطالي لكرة القدم، بعدما شهدت فرحة في نهاية اللقاء أمام بولونيا. وشهد اللقاء عودة أسطورة النادي أليساندرو ديل بيرو إلى ملعب يوفنتوس، بعدما تركه قبل 10 سنوات، ليعرف هذه المرة يديه كما فعل حين ترك النادي الذي قدم له الكثير وساهم في حصد العديد من الألقاب معه، وأهمها آخر تتويج بدوري أبطال أوروبا لليوفي موسم 1995-1996. وبعد ديل بيرو واحداً من أشهر الشخصيات واللاعبين في تاريخ البيانكونيري، بعدما بقي معه في موسم قضيحة الكالتشيو بولي، حين أسقط النادي إلى الدرجة الثانية، لكنه شاهد مع مجموعة أخرى من النجوم في عودته إلى مسافر الكباش، على غرار مواطنه الحارس جيانلويجي بوفون والإيطالي الآخر ماريو كامورانزي والتشركي بافل نيدفيد والفرنسي ديفيد تريزيغيه. فرحة جماهير جوفنتوس بحضور ديل بيرو الذي رفع الرقم 10 الشهير، لم تكتمل بعدما توقيعه بهدف لمثله دوشان فلاهوفيتش في الدقيقة 52 عبر ماروكوانا وتوفيفيتش قبل أن ين啼ه دوشان نقطة في المركز الرابع، لتختطلع حظوظه في المنافسة على لقب السكوديتو، إذ يتصدر المسابقة ميلان برصيد 71 نقطة.



أودينيزي يفترس إمبولي ٠٠ وساليرنيانا يحقق انتصاره الرابع

حقق أودينيزي انتصاره الثالث على التوالي في الدوري الإيطالي لكرة القدم وتغلب على إمبولي ٤-١ في المرحلة 32 من المسابقة، التي شهدت أيضاً فوز ساليرنيانا على سامبدوريا ٢-١. وسجل أودينيزي الأهداف الأربع لأودينيزي، أدريان إسمالي لاعب إمبولي بالخطأ في مرمى فريقه في الدقيقة السادسة، وجيرارد دلوهيو وإيتاسيو بوسينتو ولازار ساماروزيش في الدقائق 52 و 79، بينما سجل أندريا بيتامونتي الهدف الوحيد لإمبولي، وجاء من ضربة جزاء في الدقيقة 71. ورفع أودينيزي رصيده بذلك إلى 39 نقطة في المركز الثاني عشر بينما تقدم رصيده إمبولي عند 34 نقطة في المركز الرابع عشر. وحقق ساليرنيانا انتصاره الرابع في المركز الرابع، ويفعله مقابل 20 هزيمة وسبعة تعادلات، إذ تغلب على مضيفه سامبدوريا ٢-١. ورفع ساليرنيانا رصيده بذلك إلى 19 نقطة في المركز العشرين الأخير بينما تجمد رصيده سامبدوريا عند 29 نقطة في المركز السادس عشر.

إيمobili يقتنص نقطة لاتسيو من تورينو

اقتنيص المهاجم المتميّز تشيرلو إيمobili نقطة لفريق لاتسيو من تورينو، خلال اللقاء الذي احتضنه اليوم السبت، ملعب "الأوليمبيكو"، بالجولة 33 من منافسات الدوري الإيطالي، والذي انتهى بالتعادل الإيجابي ١-١.

وأحرز هدف الفريق الزائر بيترو بيلجردي في الدقيقة (56)، وأنهى إيمobili فريقه من هزيمة محققة بهدف في الدقيقة (2+90).

وكانت مباراة هادئة نسبياً بين الفريقين، وبرز تورينو كالطرف الأفضل فيها على كافة المستويات. ورفع لاتسيو رصيده إلى 56 نقطة في المركز السادس، السابع بجدول الترتيب، بينما رفع تورينو رصيده إلى 40 نقطة في المركز الـ 11.

مالديني: إبراهيموفيتش يمثل مشكلة لميلان

تحدث باولو مالديني، المدير التقني لميلان، عن وضع الروسونيري في المنافسة على الدوري الإيطالي هذا الموسم. وقال مالديني، في تصريحات أبرزها موقع "كالتشيو بيركاتو" الإيطالي، "لم نخطط لدعم الهجوم في الميركاتو الشتوي. شعرنا بأن الفريق قوي، حيث بدأنا العام بشكل جيد وحققنا نتائج جيدة للغاية". وأضاف، "أما بالنسبة لخط الدفاع، فإن كاتولو تجاوز كل التوقعات، لكن يظل خيال إبراهيموفيتش لمنطقة طولية يمثل مشكلة بالنسبة لنا". وتتابع، "التعادل مع أوريغى معبقاء 6 جولات، سافر فقط الآن في الموسم الحالي". وواصل، "معاهدة ميلان في الجولات الأخيرة؟ تحدثنا أيضاً عن ذلك مع بيلجي، لا نعرف السبب الحقيقي، ربما هناك القليل من التوتر الذي لم يعتد عليه اللاعبون.. إن القليل منهم فقط سبق له المنافسة بقوة على البطولات". وختم، "أثناء بيع ميلان؟ أعرف القليل جداً.. من الطبيعي أن تكون هناك عملية بيع في مستقبل ميلان.. لا أعرف متى ستكون هذه اللحظة، إلا أنه معبقاء جولات قليلة، أعتقد أن من مصلحة الجميع محاولة الفوز بالدوري، كما أنتا ستخوض نصف نهائي كأس إيطالية". وزعم تقارير، أن صندوق "إنفست كورب" الاستثماري، الذي يتخد من البحرين مقراً له، يجري محادثات لشراء نادي ميلان.

صحيفة ديلي ميل البريطانية تكشف سبب الاعتداء العنيف لسافيت على لاعبي السيتي

كشفت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية تفاصيل قصة الحقد والغيرة التي يحملها لاعب اتلتيكو مدريد الإسباني، ستيفان سافيت على مانشستر سيتي الإنجليزي، بعدما أثار سافيت، الجدل بتصرفاته العادمة خلال إياب ربع نهائي دوري أبطال أوروبا، إثر اعتدائه على مجموعة من لاعبي مانشستر سيتي بالضرب طيلة المباراة، واستمر طشه بعدها خارج الملعب و في غرف تبديل الملابس. وأكدت صحيفة ديلي ميل أن وراء كل هذه قصة ثار عمرها 10 سنوات.

وقالت الصحيفة البريطانية أن الحقد والغيرة التي يحملها سافيت في قلبه تجاه "سيتي" سببها أنه سبق له وأن ارتدى قميصه في موسم 2011-2012، وتوج معه بطلاً للدوري الإنجليزي الممتاز، غير أن اللاعب الذي حمل ألوان الفريق في عهد الإيطالي، روبيerto مانشيني، لم يتجرأ فقط، لأنه لم يكن يمتلك مقومات مدافع بقيمة التشكيلة التي كان ضحية إهمال غير مسبوق، رغم أدائه المثالى في 4 مباريات عوض خلالها البلجيكي، فينسنت كومباني، بسبب معاناته من الإصابة، وكانت تلك المدة كافية للمدرب الإيطالي للحكم عليه واتخاذ قرار إنهاء عقده مع انتقامته من البداية بعد أن انتهى على قيل هؤدين بضررية متعمدة على الرأس، وبعدها رحيم ستيرلينج بطريقة مماثلة، وكان الهدف رعاها تشتيت تركيزهما على التسجيل، ثم جاك دور غريليش الذي يقع على دكة البدلاء، لكن المدافع توجه إليه وشده من شعره بقوة، وواصل ستيفان سافيت تصرفاته الصبيانية، وركض بعد المباراة في النفق المؤدى إلى غرف تغيير الملابس، وحاول الاعتداء على غريليش مجدداً، قبل أن يحوّل المراقبون وأمن الملعب دون ذلك. يجدر بالذكر أنه من المرتقب أن يتلقى سافيت عقوبات من الاتحاد الأوروبي لكرة القدم، بعد أن رصدت الكاميرات تصرفاته واحداً تلو الآخر، كذلك تقرير حكم المباراة الذي دون التجاوزات على ورقة اللقاء.



يستعين بخبير غذائي خاص في شهر رمضان

يعتبر نجم نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي، بول بوغبا أحد أشهر اللاعبين المسلمين البارزين في الأندية الإنجليزية، إلى جانب العديد من النجوم، وأكد منوسط الميدان الفرنسي أنه يستعين بخبير غذائي خاص من أجل الحفاظ على لياقته البدنية خلال شهر رمضان الفضيل، وقال في تصريحات في وقت سابق "أود أن أقول أنتي اعتمدت على ذلك، أنا أقوم بذلك منذ سنوات، لدى اختصاصي تغذية يساعدني فيما يجب أن أتناوله، ويقدم لي نصائح بشأن التعامل مع التدريبات، ويقدم لي بعض الأغذية الخاصة التي تساعدي، أنا محظوظ، الجو ليس حارا، لذا يمكنني التعامل معه. ليس الأمر بهذه الصعوبة، تقوم بهذا الأمر تبيب وجهه، لذا فالامر جيد". وأكد بوغبا في أكثر من مناسبة أنه متسلك بتعاليم الدين لأنه يجعله شخصاً أفضل. وأحد اللاعب الفرنسي أنه كان يسأل نفسه حول الكثير من الأشياء قبل أن يتحول إلى الإسلام ويصبح أكثر هدوءاً من داخله، وإن مروره بفترة حصيبة من حياته جعله يقرر الاطلاع على الدين ومتتابعة عدم من أصدقائه واللجوء إلى الإيمان.

زيتشينكو يهاجم لاعب كرة القدم الروسي

أكدت صحيفة لوغارديان أن أوليكساندر زينتشينكو نجم فريق مانشستر سيتي قد أبدى رفضه التام لأن يكون له أصدقاء من روسيا حتى من الفرق الرياضية التي سبق له اللعب لها. وجاء هذا في تصريحات صحفية أدلى بها اللاعب لصحيفة حيث أكد خلالها أنه تلقى مكالمات من مجموعة من نجوم فريق أوفا الروسي الذي سبق له اللعب في صفوفه. وقال زينتشينكو، "كان لدى بعض الأصدقاء هناك، دائرة صغيرة منهم في الواقع، الآن قمت بتقليص العدد إلى صفر تقريباً". وأضاف، "انا محبط للغاية، هؤلاء الأشخاص الذين أعرفهم اتصالوا بي بمجرد حدوث الفزو، وقالوا إنهم متأسفون ولا يستطيعون تغيير الواقع". وأردف، " بكل تأكيد لديهم القدرة على ذلك، طالما يقتنى على صمتك فهذا يعني أنكم تدعونه بالخوف، لأننا نشاهد بعض الصور على مواقع التواصل الاجتماعي لأشخاص من روسيا يتم جسدهم للأعراض والتظاهر".

مانشستر يونايتد يحتفل بلاعبة رونالدو بعد تسجيله هاتريك

احتفل الحساب الرسمي لنادي مانشستر يونايتد على تويتر بلاعبة رونالدو بعد تسجيله هاتريك في مباراة ذروة تشتيت سيفيتي حيث سجل الهدف الأول لفريقه في الدقيقة 7 من بداية المباراة قبل أن يعزز التقدم للشياطين الحمر بتسجيله الهدف الثاني في الدقيقة 32، وعاد ليسجل ثالث أهدافه الشخصية "هاتريك" والثالث لليونايتد في الدقيقة 76 من اللقاء. وفي الشوط الثاني نجح الضيوف في إدراك هدف التعادل في الدقيقة 52 عن طريق المهاجم الفتى بوكى ووقفاً للحساب الرسمي لمانشستر يونايتد على تويتر فإن رونالدو وصل للهـدـفـ الـ20ـ لهـ معـ المـفـرـيقـ هـذـاـ المـوـسـمـ فيـ جـمـيعـ المـاـسـبـقاـنـ وـذـكـرـتـ صـحـيـفةـ "أـوبـيـتاـ"ـ الـمـتـخـصـصـ فـيـ رـصـدـ الـإـحـصـائـيـاتـ أنـ رـونـالـدوـ وـصـلـ لـلـهـدـفـ الـ20ـ لـهـ مـعـ مـسـيرـتـهـ الـكـروـيـةـ،ـ مـنـهـ 50ـ مـعـ الـأـنـدـيـةـ وـ10ـ مـعـ الـمـنـتـخـبـ الـبـرـتـغـالـيـ وـرـفـعـ مـانـشـسـتـرـ يـونـايـتـدـ رـصـيدـهـ لـلـنـقـطـةـ 54ـ فـيـ الـمـرـكـزـ الـخـامـسـ بـالـتـساـوىـ مـعـ أـرـسـنـالـ صـاحـبـ الـمـرـكـزـ السـادـسـ،ـ فـيـماـ توـقـفـ رـصـيدـ ذـرـوـريـتـشـ سـيـتـيـ عـنـ 21ـ نـقـطـةـ فـيـ الـمـرـكـزـ الـآخـيـرـ كـمـاـ اـحـتـلـ النـجـمـ الـبـرـتـغـالـيـ كـرـيـسـتـيانـوـ رـونـالـدوـ،ـ لـاعـبـ مـانـشـسـتـرـ يـونـايـتـدـ الـأـنـجـلـيـزـيـ،ـ بـالـفـوزـ عـلـىـ فـرـيقـ ذـرـوـريـتـشـ سـيـتـيـ وـتـحـقـيقـهـ لـ"ـهـاتـرـيكـ"ـ رقمـ 60ـ،ـ حـيـثـ دـشـرـ عـبـرـ انـسـقـرامـ صـورـتـهـ وـعـلـقـ عـلـيـهـ،ـ "ـسـعـيـدـ جـذـاـهـذـاـ الـفـوزـ وـلـأـعـادـنـاـ إـلـىـ الـمـسـارـ الصـحـيـحـ فـيـ الدـوـرـيـ الـأـنـجـلـيـزـيـ الـمـمـتـازـ،ـ كـمـاـ قـلـتـ مـنـ قـبـلـ،ـ فـيـ الـأـنـجـازـاتـ الـفـرـديـةـ تـسـتـحـقـ الـعـنـاءـ فـقـطـ عـنـدـمـاـ تـسـاعـدـنـاـ فـيـ الـوـصـولـ إـلـىـ الـنـقـاطـ الـثـلـاثـ..ـ أـحـسـنـتـ يـاـ شـابـ،ـ جـهـدـ هـاشـلـ مـنـ الـجـمـيعـ.ـ نـحنـ لـأـنـسـتـسـلـ،ـ تـحـنـ

نقـاطـ حـتـىـ النـهاـيـةـ"



المحافظة على الجسم الرياضي

يعد الحفاظ على جسم صحي أفضل وسيلة للحصول على حياة مليئة بالنشاط، ويطلب ذلك مزيجاً بين نظام غذائي متوازن وتنظيم ممارسة الرياضة والنوم الجيد وإدارة الجهد، وغالباً ما تدفع الصحة البدنية ثمن عدم الموازنة بين هذه الأجزاء، إن اتباع نظام غذائي صحي يحتوي على الفيتامينات والمعادن والألياف الغذائية والبروتينات والكريوبهيدرات والدهون الصحية يوفر للجسم الطاقة لقيامه بأشد تحدياته. وتساعد ممارسة الرياضة على تقوية العضلات والعضام والرئتين والقلب والأوعية الدموية، ويسمح النوم من سبع إلى ثمان ساعات للجسم بتجديد الخلايا وترميم أجزاءه المختلفة، ويسبب التعرض للأجهاد الانحراف في سلوكيات غير صحية مثل شرب الكحول أو التدخين أو اتباع نظام غذائي غير صحي. الالتزام بالنظام الرياضي يعتبر من أهم الأمور للوصول إلى الهدف، سواء بالحصول على عضلات أضخم أو لتنشيف العضلات ونحتها وتدمير الدهون، لكن هذا لا يعني على الإطلاق بأن يتعامل الفرد مع نظامه الرياضي على أنه نظام غير قابل للتتعديل أو التغيير، خاصة عند عدم ملاحظته وجود أي تطور على الصعيد البدني. من أخطر الأمور التي تصيب الكثير من الأفراد داخلاً الأندية الرياضية هو المل، ومهمها بلف درجة احترافهم، حيث أنه عن الإحساس بأن الذهاب إلى النادي الرياضي أصبح أمراً شديداً مصووباً بسبب الروتين القاتل وتكرار نفس التمارين، والأمور التي يقوم بها المكان 5 أو 6 مرات أسبوعياً أمر يخبره بأن موعد التغيير قد حان. إن المكاب والنمو الذي كان الفرد يحققه في السابق على مستوى التحسن من عمل العضلات لا تتغير وثابتة، بل في بعض الأحيان تتجه الأمور الأسوأ، والحقيقة أن السبب في ثبات التطور العضلي لفترات طويلة وتحقيق أي مكاسب أو تغييرات إيجابية جديدة يعود إلى أن العضلات بالملل والضجر أيضاً لأنها لا تتعرض لضغوطات وتحديات متعددة من الممكن أن يجعل العضلات متكيفة على نفس الأحمال ونفس المجه التدريبي. إن الأحمال التي كان الفرد يجدها في السابق تقبلة، وأن يُعد من أحد أهدافه الرياضية في المستقبل تحولت لتصبح أحمالاً لا يستطيعه حملها لممارسة تدريبات الإحماء ما قبل التمارين الودي وبالطبع مع ملاحظة الفرد ارتفاع قدراته البدنية على التحمل وزع عضلاته على رفع الأثقال بسهولة فإن مرحلة الانتقال إلى أحمل أثقل يبدأ من حدوثها، حتى لا تعاني عضلات الفرد من ثبات القدرة والقدرة وغير المنطقي أن يظل الفرد متمسكاً باتباع نظام أو روتين رياضي يتدرّيات لا يستطيع القيام بها وتعرضه إلى الإصابات الأمور لا تجري بهذه الطريقة في عالم الرياضيات

أمام الفرد خياران من المهم اتباعهما

التدريبات الرياضية بصورة صحيحة بدءاً

حجم الانتقال، أو تغيير أنواع التدريبات

بنفس التأثيرات على المجموع



جميع المكملات الغذائية المخصصة لرياضيين يتم الموافقة عليها من قبل مؤسسة الغذاء والدواء لكن بطريقة مختلفة عن التنشيطات الأخرى. تقوم الشركة المصممة بتوسيع مكونات المنتج ومدى فاعليته وأثبتت أنه أمن لاستهلاكه مع وضع التحذيرات الضرورية والآدبية. ويعدها تفاوت متطلبات الغذاء والدواء عليه، من الأفضل استهلاك المنتج الذي يقوم فحصه من قبل منظمات أخرى للتأكد من حقيقة ما يدعيه. حذر عدد من المختصين من تنافز البعض لـ المكملات الغذائية، تماشياً مع التدريبات الرياضية بالأندية، أو من أجل العضلات، مؤكدين أن بعض تناول هذه المنتجات يكون كارثياً، مشددين على أن بعضها يتخطى على إدمان بعض الرياضيين، والبعض الآخر يضر بجسم الإنسان، ونصحوا بالابتعاد عن الكثير من المكملات الغذائية، هؤلء تأكيدهم، ونادراً ما يتخطى منها أحد، وهناك بذل مجهود في التنفس الرياضي النزيه، وعلى الشخص أن يتبع نظاماً غذائياً صحياً، وأن يحتوي على المكونات الغذائية من دهون وبروتينات ونشويات حسب استهلاكه الجسم، وشددوا على أن الدراسات كشفت أن الكثير من المكملات الغذائية الم المصر بها والمتدوالة تحتوي على مواد ابتعاد عن تناولها أفضل بكثير من الجوجو، التي تتسبب في القابل بضرر لجسم الإنسان، قال اخصاصيون إن المكملات الغذائية المتداولة محظوظة عن طريق المختصات، وهي مجموعة واسعة، أشهرها الكوكايين، وهي مواد تعمل على تشتيت انتباه مهنية بالأساس، والأجهزة القلبية، والغاية في النهاية هي تقوية المكملات الغذائية، هي المجموعة التي تبني العضلات بشكل خاص، أبرزها ما يسمى بالأدوبيك ستروب، وهو الكثير من المشكلات المؤثرة على الجسم، أما المجموعة الثانية فهي مجموعة من المواد الدافئ منها انتصاف الورن قبل المسابقات، وتعمل على تسكين الألم المائي والتمارين التي يمارسها الشخص، ومتضايئ هذه المواد يدخل في دائرة الإدمان وما يتبعه من مشكلات كبيرة، المجموعة الثالثة كالإثيريوبيوتين وهرمون النمو وهي مواد ينتجهما الجسم بشكل طبيعي ويستخدمها الرياضيون بهدف زيادة الكفاءة، واستخدامها يؤدي إلى مشكلات صحية واستخدامها محظوظ، وأكد أن بعض المكملات الغذائية غير محفوظة وهي متداولة في المجال المختلفة، كالكرياتين، وهي مادة يصنعها الجسم، ومتداولة في التنشيطات، تباع بشكل تجاري، وتستخدم في بناء العضلات، تباع بشكل تجاري، وتستخدم من قبل كلية العضلات، والمحظوظ الأمريكية أبرزها، وتباع في الكثير من المحال، وأشار إلى أن هذه المكملات طبيعية، ومفترض أنها طبيعية وجدت منظمة الغذاء والدواء الأمريكية أن بعض المكملات الغذائية التي تسوق على أنها مكملات طبيعية وجدت تحتوي ومسكتات وهي إحدى الوسائل التي تستخدمها بعض الشركات في خداع الناس من أجل الإيحاء بسلامة وفعالية منتجاتها، وتصفت عن الكثير المكملات الغذائية، وأوصي بتناولها بكافرية، ونادراً ما يتخطى منها أحد، مشيرة إلى أن البديل الصحي من أجل الرياضيين النزيه، أن يتبع الرياضي نظاماً غذائياً صحياً، وأن يحتوي على المكونات الغذائية من دهون وبروتينات ونشويات ححسب استهلاك الجسم، فمن يواد بناء عضلات على بيبيل المثال، يجب أن يزيد من البروتينات التي تتناولها، ككميات، وشدة، وإن أهمية التنشيطات تسبّب في حدوث اضطرابات، عند الإنسان، بعد تناوله للغذاء، طبيعية بعد انتشاره، ككميات، وشدة، وإن أهمية

اختبار الرياضيات والأغذية التي يتناولها الشخص، فبناء العضلات له رواضة خاصة، والجزي يؤدي إلى تناوله هو المدرب المختص، وعلى الرياضي أن ينام بصورة كافية، خاصة في فترات الليل، ولا تقل ساعات نومه عن مارس رياضة كمال الأجسام على راحة كافية، فيكتفي بثلاثة أيام أسبوعياً، لبسنح للعضلات بانتظام على الأرجح، على الراجل كافية لاحمامة الكافية، مشدداً على أن هذه العناصر الأساسية لها تأثيرات إيجابية جب أن يجيء بنتها.

تتحول ممارسة الرياضة إلى ضرر للجسم، كما أكدت خبرية للتدقيرية أن اسم مكملات غذاء متكامل، فالفيتامينات من المكمالت الغذائية، كما تعتبر البروتينات التي يتم تناولها الشخص لكى يصل كالرياضيين ومن يجرون عمليات جراحية تتطلب تقديرية كافية من المكمالت الغذائية، بالإضافة إلى المكمالت الغذائية، بعضها صحي ومنها ما هو غير صحي، وتقوم الهراء بصناعة المكمالت الغذائية، ولا تذكر أن بعض المكمالت المطروحة في الهراء.

المكونات التي قد تسبب أضراراً، أو يستخدمها الرياضي بتكثيز عالية، فيتسبب له الأحياناً يكون نتيجة لغياب الدراسة الكافية بالاستخدام السليم، وأكدت على أن استخدامة بشكل صحي يجب أن يكون عن طريق الأطباء والمعتمدين، معن يحددون المكمالت وفترة مشيرة إلى أن الكثير من المكمالت الغذائية التي يتم ترويجها في الأندية الرياضية تزيكيز البروتينات بها؛ لهذا فلا بد من العذر عند استخدامها، وأشارت إلى أن الجسم يحتاج إلى 105 جرامات من البروتينات يومياً، وفي حال تناوله كمية أكبر، فهو يسبب أحدها بدان يكون تناول المكمالت عن طريق الطبيب المختص أو خبير التغذية أو شخص ذو خبرة، بعدها يدعى على التمارين الرياضية، فيتناولون المكمالت المفتوحة، متمندين أن الكثير من الشباب يسعون للحصول على جسم رشيق ذو عضلات مفتولة،

ويسيرون، بعدها عن التمارين الرياضية، فيتناولون المكمالت الغذائية، وبعدهم يتذمرون في ضرر للكلى والعضلات، فعندما يتم زيادة حجم العضلة بشكل مفاجئ بالعضلات بمجرد مفعول المواد التي يتم إضافتها، والتي قد يكون ضررها أكبر من تناولها بتكثيز عالية، وعدم الاعتماد عليها يدعى من التمارين، وينصح بالتجاريف الرياضي، ويفضل عدم الالتجوء لهذه المواد بصورة كاملة، لما لها من ضرر، وشددت المكمالت الغذائية يخعون احتواه بعض المكمولات على مواد تكون ضارة، مما مثل شجاروا على تناولها أن يكون حذراً، وأن يحصل عليها من الجهات الموثوقة، مؤكدة على أن العيادات الرقابية على دراية كافية، وعلى عليها أن تتابع وتشدد رقتها على المراكز الرياضية وغيرها من المحال التي تبيع مثل هذه المكملات.

پیس التحریر: کمال بوزار

نمير العام : مجدوب بن صالح

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **محمود قاتي**

SAMPRAL الطبع ■■■
TD DIFFUSION

COMMUNICATION

 TD DIFFUSION

ساب البنكي:

023-78-57-76

al salam bank algeria

03801603323071300789

ANSWER

• 34 •

0541-76-26-2

6541 70 20 2

Dzairtuba13@gmail.com

Dzalltube13@gmail.com



مرجعك للحفاظ على نمط صحي تام
بالقرب منك دوماً

rossmax

التصميم والدقة السويسرية



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