



السيتي يسحق نيوكاسل بخماسية كاملة

محرز يقترب  
من التتويج بلقب  
"البريمرليغ"

وزير الشباب  
والرياضة عبد الرزاق  
سبقنا:  
"تلقينا رسالة  
من الفييفا تعلمنا  
بقرارها الأخير  
وستنخذ الإجراءات  
القانونية"

"فيغولي"  
حبيس دكة  
البدلاء في تعادل  
"غالاتا سراي"  
مع "باشاك"  
شهير

www.dzair-tube.dz  
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 9 ماي 2022 الموافق لـ 8 شوال 1443 هـ العدد: 458 الثمن: 30 دج

المنتخب الوطني من إخفاق الكان إلى ضياع حلم المونديال

# الكرة الجزائرية... من التتويجات إلى الخيبات



"وناس" يتجه  
نحو مغادرة  
"نابولي" نهاية  
الموسم الحالي



"بن رحمة"

يكسر صيامة  
عن التهديد  
بثنائية في  
مرمى  
"نوريتش"  
سيتي

"بولاية"

هدافا وينعش  
آمال فريقه  
في البقاء



"مبولحي" ضمن التشكيلة المثالية للجولة  
الـ 26 من الدوري السعودي

DMCM  
DISTRIBUTION DE MATERIEL ET EQUIPEMENT MEDICO-CHIRURGICAL

الموزع الحصري للمنتجات الصحية  
علامة rossmax السويسرية

06.61.29.36.74

EurlDmcm

rossmax



متوفر في الصيدليات ومحلات بيع المستلزمات الطبية

## الكرة الجزائرية من صدمة إلى أخرى المنتخب الوطني من إخفاق الكان إلى ضياع حلم المونديال

تعيش الكرة الجزائرية فترة حرجة للغاية فمنذ الخيبة التي حلت بالمنتخب الوطني في نهائيات كأس أمم أفريقيا 2022 بالكاميرون حتى صارت الصدمات تنهال الواحدة تلو الأخرى على ممثلي الكرة الجزائرية حيث كان إخفاق المنتخب وعدم قدرته على التأهل إلى مونديال قطر بمثابة صدمة كبيرة ألقت بالجميع.

### الكرة الجزائرية... من التوتيجات إلى الخيبات

سنة مخيبة على طول الخط تلك التي ألقت بالكرة الجزائرية فبعد الصدمة التي حلت بالمنتخب الجزائري بعدما فشل في الحفاظ على لقبه الأفريقي بالكاميرون وتسجيله لهزيمتين وتعادل فضلا عن توقف سلسلة النتائج الإيجابية عاد بعدها ليضيع حلم التأهل إلى مونديال قطر والذي لعب منقوصا من أحسن لاعبيه، فالحديث عن نقص الخبرة وقوة الأهلي على أرضه ولعب الوفاق ثلثي المباراة بلاعب ناقص، لا يكفي، لأجل البحث عن التبريرات، لأن النتيجة كانت رابعة كاملة.

### الوفاق يسقط برباعية رغم أداء الأهلي

وجاءت الهزيمة القاسية والسقوط الحر لوفاق سطيف في أعرق المنافسات الأفريقية دوري أبطال أفريقيا ليؤكد بأن الكرة الجزائرية لا تعيش أحسن أحوالها عقب اعتلائها منصات التتويجات فرغم أمام الأهلي المصري متراجع في الفترة الأخيرة والذي لعب منقوصا من أحسن لاعبيه، فالحديث عن نقص الخبرة وقوة الأهلي على أرضه ولعب الوفاق ثلثي المباراة بلاعب ناقص، لا يكفي، لأجل البحث عن التبريرات، لأن النتيجة كانت رابعة كاملة.

### إعلام مصر يصف وفاق سطيف بأضعف المنافسين

وراح إعلام مصر يعترف بأن وفاق سطيف كان أسهل فريق واجهه الأهلي المصري خلال هذا الموسم، بسبب وضعيته في وسط ترتيب الدوري بطل مصر وإفريقيا. ومنها من ارتطمت بالقائم، فكانت النتيجة ضعف ما حدث سهرة السبت الأسود بالنسبة لعائلة الوفاق التي تكون قد اكتفت بالدور النصف النهائي، وتركت المباراة النهائية ما بين الوداد البيضاوي والأهلي المصري وستكون مباراة الخامس من جويلية شكلية.

### بطل الجزائر لسنوات يعجز عن تغطية ربع النهائي

من جهته فريق شباب بلوزداد المهيم على البطولة الوطنية منذ ثلاث سنوات لم يتمكن من اجتياز الدور ربع النهائي بعد فشله في تجاوز الوداد البيضاوي لتضاف خيبة أخرى إلى سلسلة الخيبات التي حلت بالكرة الجزائرية والتي جعلت البعض يتساءل حول إسهامات البطولة الوطنية ومداه يد العون للمنتخب الوطني.

### بلماضي كان شاهدا على خيبة جديدة للكرة الجزائرية

أضاع الوفاق بنسبة كبيرة فرصة المشاركة الإفريقية الخاصة بالموسم الكروي القادم، بسبب وضعيته في وسط ترتيب الدوري الجزائري، وغالبية لاعبي الوفاق من خذائرية وبلقروي إلى جابو. قد بلغوا سن الاعتزال، ما يعني بأن الوفاق مطالب بثورة تجديد لا تقل من حيث الكمية والتنوع، عن الثورة المطالب بها جمال بلماضي، الذي كان خلال المباراة في المقصورة الشرفية لمعجب السلام، وشاهد بعينه حالة حفاف الكرة الجزائرية وحالة العقم المزمن الذي جعله يخرج حزينا على حال الكرة الجزائرية الفاشلة جماعيا وفرديا. بعد أن فشل هو أيضا في سنة 2022، بعد خروج من الدور الأول في منافسة أمم إفريقيا في الكاميرون ثم إقصاء من كأس العالم في قطر.

### الفرق الجزائرية تصوم عن الألقاب منذ 2014

لم تفز الفرق الجزائرية منذ 2014 بأي لقب قاري، وهذا أمر غير مقبول وغير منطقي، وهي في كل موسم تقدم للقارة الإفريقية فريقا تنافسيا جديدا، يدل على وجود فريق بير في الجزائر، من النصرية والسورة وشباب قسنطينة والمولودية وبلوزداد وبلعيا ووفاق سطيف واتحاد العاصمة، بينما تكتفي مصر بتقديم فريق الأهلي أو الزمالك، وتونس تقوم بتقديم الترجي والنجم الساحلي، ولا يوجد في المغرب سوى فريق الرجاء والوداد للتنافس على لقب رابطة أبطال إفريقيا.

### الكرة الجزائرية تدخل غرفة الإنعاش

القول بأن الكرة الجزائرية مريضة يترجمه هذا الكم الهائل من الخيبات، وبالرغم من أن كل عناصر المنتخب الوطني من الناشطين خارج الطن، إلا أن تراجع مستوى الأخضر زاد من سواد اللعبة في بلادنا.

### لاعب البطولة الوطنية لا يلون حاجة المنتخب

وأمام جمال بلماضي بضعة أسابيع للعودة إلى الملاعب في مباريات رسمية، وهو يدرك بأن ما هو موجود في ملاعبنا لا يلبي الطلب، وعليه من الآن "التواضع" لطلب لاعبين من طينة شرقي وغوييري وآيت ونوري وعدلي وحتى حسام عوار، لأن تعويض فيغولي سليمان ومبولحي غير ممكن، إطلاقا من دوري جزائري أحسن فريق فيه خسر برباعية من دون مقابل أمام بطل مصر.

## عمورة يواصل التألق ويوجه رسالة لبلماضي

يواصل المهاجم الجزائري محمد الأمين عمورة تقديم أفضل المستويات في الدوري السويسري حيث كان بطلا لريمونتادا مثيرة على نادي يونغ بويوز وهي المواجهة التي اندرجت ضمن إطار الأسبوع الـ 33 من الدوري السويسري. وحقق عمورة هدفي فريقه لوزغانو الأول والثاني في الدقيقتين (49 و70) في وقت كان فريقه متأخرا بهدف من الدقيقة (46)، ليسجل بذلك اللاعب عودة قوية للمنافسة، إذ تعتبر أول مشاركة أساسية له مع الفريق، منذ عودته من منافسة كأس أفريقيا بالكاميرون مع منتخب الجزائر وجاءت عودة محمد الأمين عمورة في وقت هام وحساس بالنسبة له، وذلك قبل أيام من إعلان المدرب جمال بلماضي، لقائمة المنتخب الجزائري المعنية بخوض مباراتي أوغندا وتنزانيا، لحساب أول جولتين من تصفيات كأس أفريقيا 2023 بساحل العاج وسيصبح تألق عمورة للمدرب جمال بلماضي بإعطائه فرصة الظهور مع "الخضر"، خاصة أن المدرب الجزائري كان قد قرر إحداث تغييرات جذرية على التشكيلة التي يعتمد عليها، وهذا بعد الإخفاق في الوصول لكأس العالم قطر 2022 وكان الناحب الوطني جمال بلماضي قد استدعى عمورة لخوض منافسات كأس أمم أفريقيا بالكاميرون حيث بقي حبيس دكة البدلاء ولم يشارك في أي مواجهة.



## وزير الشباب والرياضة عبد الرزاق سبباق: "تلقينا رسالة من أيضا تعلمنا بقرارها الأخير وسنتخذ الإجراءات القانونية"

كشف أمس وزير الشباب والرياضة عبد الرزاق سبباق بأن الاتحاد الجزائري لكرة القدم قد تلقى رسالة من الضيفاء بشأن قرارها النهائي في الطعن المتعلق بمباراة الجزائر والكاميرون، وقال الرجل في قطاع الرياضة بالجزائر بأن هيئته ستتخذ كل الإجراءات والتدابير القانونية من أجل الذهاب بعيدا في القضية، كما لمع بأن الضيفاء لها كل الحق في استعمال حقها القانوني حيث قال في هذا الصدد: "توجد إجراءات قانونية معمول بها في هذا الإطار والجزائر لها كل الحق في استعمال حقها القانوني طبقا للوائح الاتحاد الدولي لكرة القدم".



حميد

### 7 أعضاء يغادرون ورشيد قاسمي آخر المغادرين

## المكتب الفيدرالي للفاف في ورطة حقيقية

بات المكتب الفيدرالي (مجلس الإدارة) بالاتحاد الجزائري لكرة القدم، في ورطة حقيقية، عقب اتخاذ رشيد قاسمي، قراره بالاستقالة، ليرفع عدد الأعضاء المستقبليين، إلى سبعة أعضاء وكشفت مصادر مقربة من الفاف أن قاسمي، تقدم باستقالته رسميا، لينضم إلى قائمة الأعضاء، الذين قرروا وضع حد لمهمتهم، على خلفية الإقصاء المر للمنتخب الجزائري من تصفيات المونديال، وخلافهم مع الرئيس الحالي شرف الدين عمارة وانضم قاسمي، إلى قائمة المستقبليين في الفترة الأخيرة، وعلى رأسهم جيلالي طويل، وياسين بن حمزة، ورشيد عوقلي، الذين فضلوا الاحتفاظ بمناصبهم في الرابطة الولائية لكرة القدم، بعد فرض وزارة الشباب والرياضة قانون منع ازدواجية المناصب، امتثالا لتعليمات "الضيفاء" ويعني رحيل قاسمي، حل المكتب الفيدرالي الحالي بصفة رسمية، بعد أن بلغ عدد المستقبليين 7 أعضاء، فيما رفض 6 أعضاء الاستقالة من مناصبهم.

حميد

## تأسف لهزيمة القاسية التي تكبدها ممثل الكرة الجزائرية بلماضي عاين لاعبي وفاق سطيف أمام الأهلي قبل مواجعتي أوغندا وتنزانيا

شهد لقاء الأهلي ووفاق سطيف، السبت، حضوراً مفاجئاً لمدرّب المنتخب الجزائري جمال بلماضي، الذي انتقل إلى القاهرة لمتابعة هذه المباراة التي تندرج ضمن ذهاب نصف نهائي مسابقة دوري أبطال أفريقيا لكرة القدم وبعد هذه المباراة التي انتهت بأربعة أهداف نظيفة للنادي الأهلي، تحدث جمال بلماضي لقناة "أون تايم سبورت" المصرية، إذ قال، "حضرت إلى مصر لدعم فريق وفاق سطيف، لكن كما رأيتم، المباراة كانت صعبة كثيرا على الوفاق، كونه واجه أعظم فريق في القارة الأفريقية وتابع جمال بلماضي بقوله: "ما زاد من صعوبة المباراة على وفاق سطيف أنه لعب منقوصا عدديا بسبب الطرد، وهذا أكيد سيصعب مهمتك أكثر أمام الأهلي، بصراحة لم أتوقع هذه النتيجة، وأنا متأسف لهم، يبقى شوط ثان في الجزائر ولا نعلم ما سيحدث هناك، لكنها ستكون مباراة صعبة جدا وفي السياق، فإن حضور جمال بلماضي يأتي في إطار بداية مهمته في معاينة اللاعبين تحسبا لمرحلته الجديدة مع الخضر، وقيل مواجعتي أوغندا وتنزانيا شهر جوان، لحساب تصفيات كأس أمم أفريقيا 2023 وقرر جمال بلماضي إحداث تغييرات كبيرة على التشكيلة التي اعتمد عليها في فترته السابقة، وذلك بعد الإخفاق في الوصول إلى نهائيات كأس العالم 2022، وقبلها الخروج من الدور الأول لأمم أفريقيا التي احتضنتها الكاميرون.

حميد



مولودية الجزائر - اتحاد العاصمة

## الرابطة توجّل موعد الداربي العاصمي بـ 24 ساعة

أعلنت رابطة كرة القدم المحترفة عن تأجيل موعد الداربي العاصمي بين مولودية الجزائر واتحاد العاصمة بـ 24 ساعة عن مواعيد السابق. وقامت الهيئة المنظمة لمباريات الرابطة المحترفة الأولى ببرنامج داري الجارين العاصميين بتاريخ الأحد 15 ماي بداية من الساعة السابعة مساء عوض السبت 14 من الشهر ذاته، وذلك بسبب تزامنه مع مباراة العودة من نصف نهائي رابطة أبطال إفريقيا بين وفاق سطيف وضيقة الأهلي المصري المقرر بملعب 5 جويلية الأولمبي. وكانت الرابطة قد برمجت منذ قرابة شهر من الآن مباريات الجولة الـ 30 من المحترف الأول، لكنها اضطرت إلى تغيير موعد القمة العاصمة المبرمجة بذات الملعب، وذلك لوضع ممثل الجزائر في رابطة الأبطال في أحسن الظروف. وينتظر الشارع الرياضي الجزائري عموما، والجمهور العاصمي خصوصا لقاء الداربي بين الشناوة وسوسطارة بشارغ الصبر نظرا لتندبة المواجهة على مدار السنوات، خاصة وأن اللقاء يكتسي أهمية كبيرة للفريقين، بما أن المولودية صاحبة الصنف الـ 3 برصيد 49 نقطة ترغب في استعادة المركز الـ 2 المؤهل لرابطة أبطال إفريقيا الموسم المقبل، فيما يسعى الاتحاد المتموقع في الرتبة الـ 8 برصدي 42 في احتلال أحد المراتب الستة المؤهلة لخوض منافسة قارية، والتي تبقى الأقرب ضمان مشاركة في كأس العرب للأندية العائدة بداية من الموسم القادم والتي يشارك فيها صاحبي المركز الـ 5 والـ 6 في الترتيب العام. رياض خ

شباب قسنطينة

## مضوي يفتح النار على التحكيم بعد هزيمة الساوره

تعرض نادي شباب قسنطينة للهزيمة أمام مضيفه شبيبة الساورة في الجولة الـ 29 من عمر الرابطة المحترفة الأولى، وهي الهزيمة التي لم يتقبلها المدرب خير الدين مضوي مؤكدا أن فريقه تعرض للحقرة من الحكم الذي جاء هو ومساعدوه من أجل الفوز على الشباب. وقال مضوي في تصريحاته عقب نهاية اللقاء: "كنا جاهزين يوم اللقاء لمواجهة فريق قوي يمكنه أن يتحكم في الكرة ويصنع اللعب ويخلق أيضا الفرص، لكن وجدنا أنفسنا في مواجهة الحكم طيلة اللقاء". مشيرا بأن الطاقم التحكيمي عمل على تحطيم الفريق وأخرج اللاعبين من المباراة وتابع "كنا قادرين على العودة بنتيجة إيجابية لكن مع هذا التحكيم لا يمكن الحديث على كرة القدم، لقد تعرضنا للحقرة وبمثل هذه الطريقة لا يمكن أبدا للكرة في بلادنا أن تتطور". وكان شباب قسنطينة قد تلقى هزيمة مخيبة بثنائية دون رد، برسم الجولة الـ 29 للرابطة المحترفة الأولى، ليتجدد رصيد "السياسي" عند النقطة الـ 44 في المركز السابع في الترتيب العام، وبفارق نقطة وحيدة عن أقرب المراكز المؤهلة لمشاركة عربية الموسم المقبل. سفيان ع

القسم الثاني هواة

## صراع البقاء والصعود يحتدم قبل جولتي الختام

احتدم الصراع على بطاقتي الصعود في مجموعتي وسط شرق ووسط غرب، بين رباي المقدمة، في الوقت الذي ترفض فيه الفرق المعنية بالسقوط "الاستسلام"، وذلك حسب نتائج مباريات الجولة الـ 28 لبطولة الرابطة الثانية لكرة القدم، التي لعبت أول أمس. وفي مجموعة وسط-غرب، واصل فريق مولودية البيض وشباب تيموشنت التناحر على التأشيرة الوحيدة التي تسمح بالصعود إلى الرابطة الأولى، حيث فازت المولودية على شباب عين وسارة، بنتيجة (2-0)، فيما اقتك الشباب فوزا في اللحظات الأخيرة خارج القواعد على اتحاد حجوط. وإذا كان وداد بوفاريق قد حقق فوزا هاما على الضيف مستقبل واد سلي (2-1) فان صفاء الخميس افتك نقطة التعادل من مضيفه غالي معسكر (0-0) وتمنح هاتان النتيجةتان "جرعة اوكسجين" للفريقين سيما بالنسبة للوداد، الذي يرتقي إلى المركز الـ 11 رافعا رصيده إلى 35 نقطة ويات على بعد أربع نقاط عن ضمان البقاء رسميا، وتقريبا نفس الشيء بالنسبة للصفاء الذي يحتل الرتبة الـ 12 بمجموع 34 نقطة، المجرى على الفوز في الجولة القادمة والتعادل على الأقل مع انتظار تعثر اتحاد حجوط في إحدى مبارياته المقبلتين، لترسيم المكوث لموسم آخر في الرابطة الثانية. وفي مجموعة الشرق، حافظ اتحاد خنشلة على الفارق في الصدارة بعدما عاد بفوز ثمين جدا على حساب الضيف شباب باتنة (2-1)، ما سمح له برفع حصيلته في المقدمة برصيد 63 نقطة، وبفارق نقطتين عن الملاحق. وفي السباق على البقاء، عادت شبيبة بجاية مظفرة بفوز "غالي الثمن" أمام المضيف شبيبة سكيكدة بثنائية نظيفة، سمحت لها بالالتحاق لمولودية العلة في الصف الـ 13، بـ 32 نقطة غير أن مهمة البقاء باتت صعبة جدا من خلال الفوز في اللقاءين المقبلين وانتظار تعثر أحد المنافسين على البقاء. من جهته، حقق فريق مولودية قسنطينة فوزا مهما على الضيف اتحاد عنابة (4-1) وهو ما يسمح لـ "الموك" بالحفاظ على فارق نقطتين من منطقة النزول، كما باتت مولودية بجاية تسير بخطى ثابتة نحو البقاء، عندما فازت على جمعية عين مليلة (3-1). وستكون الجولتين الأخيرتين "حامية الوطيس" بين الأندية الراغبة في البقاء ضمن الرابطة الثانية والطامحة في اقتطاع تأشيرة الصعود إلى الرابطة المحترفة، حيث يتواصل التشويق إلى غاية آخر لحظة من المباريات. سفيان ع

سمير زاوي مدرب أولمبي الشلف:

## "الحمراوة كانوا أحسن منا ولنسنا من النوع الذي يرتب المباريات"



ردّ سمير زاوي مدرب فريق أولمبي الشلف على الاتهامات التي طالت فريقه بشأن نتيجة مباراة الجولة الـ 29 من الرابطة المحترفة الأولى بين فريقه والضيف مولودية وهران، والتي انتهت بالتعادل الإيجابي بهدف لثلاثة، معتبرا أنه ليس من النوع الذي يقوم بترتيب المباريات. وقال مدرب الجمعية في تصريحات ما بعد اللقاء: "من يعرف سمير زاوي كلاعب ومدرب يدرك جيدا أنني لا ادخل في قضايا بيع وشراء المباريات". وأضاف زاوي: "اللاعبون كانوا خارج الإطار في هذه المواجهة وفريق مولودية وهران كان أحسن منا، واعتبر أننا فزنا بنقطة فوق أرضية ميداننا نظرا لمجريات المباراة". وواصل التقني الشلفاوي حديثه: "اللاعبون لم يستثمرو جيدا في الفوزين المحققين أمام غليزان وشبيبة القبائل". وفي الختام أكد زاوي أن أهداف الفريق لا تزال نفسها رغم التعثر المفاجئ: "لا زالت أمام 5 مباريات نخوضها في البطولة وسنلعب بكل جدية من أجل تحقيق مرتبة في البوديوم". سفيان ع

بعد سقوط الفريق إلى القسم الثاني هواة

## إدارة "النصرية" تشرع في التحضير للموسم المقبل مبكرا

شرعت إدارة نصر حسين داي في التحضير مبكرا للموسم المقبل من الرابطة الثانية هواة، بعد تأكيد سقوط الفريق في نهاية الموسم الحالي. ورغم الوضعية التي يمر بها الفريق هذا الموسم، إلا أن المسيرين طالبوا الطاقم الفني بمنح الفرصة للاعبين الشباب في مواجهة أولمبي المدينة برسم الجولة الـ 29 للرابطة المحترفة الأولى، والتي انتهت لصالح هذا الأخير بهدف دون رد، ويسعى مسؤولي "النصرية" لمعاينة عناصر الفريق الريدف تحسبا لتشكيل فريق تنافسي الموسم المقبل بإمكانه إعادة النادي إلى حظيرة الكبار. وأكد ليامين بوغرارة مدرب النادي العاصمي في تصريحاته أمس، عقب نهاية اللقاء "لعبنا اليوم بأكثر عدد ممكن من اللاعبين الشباب، المسيرين شرعوا في التفكير في الموسم المقبل منذ الآن من خلال معاني لاعبي الفريق الريدف الإطلاع على مدى قدرتهم على مسابقة مستوى أندية القسم الثاني"، وأشاد بوغرارة بالمستوى الذي قدمه لاعبه رغم الهزيمة المخيبة داخل القواعد، وتابع "بعض اللاعبين قدموا مستوى لا بأس به وسيكونون نواة الفريق الموسم المقبل"، وبخصوص مستقبله على رأس المعارضة الفنية رفض بوغرارة التعليق على ذلك مشيرا أنه سينتظر إلى نهاية الموسم قبل الفصل في مستقبله، وفي ردّه على الاتهامات بتسهيل أمور أولمبي المدينة ختم بوغرارة "أولمبي المدينة استحق الانتصار بفضل إرادة لاعبيه الذين قاتلوا إلى آخر دقيقة، لعبنا إلى آخر لحظة ونشكر اللاعبين الشباب على ما قدموه". سفيان ع

شبيبة القبائل

## إدارة "الكناري" تجدد ثقتها في السويح

جددت إدارة نادي شبيبة القبائل، ثققتها في المدرب التونسي عمار السويح لقيادة "الكناري" فيما تبقى من الموسم الكروي الحالي على أمل الظفر بمرتبة مؤهلة لمشاركة قارية الموسم القادم. ولم يتمكن النادي القبائلي من تحقيق الفوز في ثلاث جولات متتالية كان آخرها التعادل مع شباب بلوزداد على ملعب أول نوفمبر بتييزي وزو دون أهداف، ويقوم رئيس مجلس الإدارة يزيد ياريشان بعقد اجتماع مستعجل مع إدارته لمناقشة وضعية الفريق وأسباب هذه النتائج، وتحديث بعض المصادر على إمكانية إقالة مدرب الفريق التونسي عمار السويح، إلا أن مصادر رسمية داخل الفريق نفت الأمر وأكدت تمسكها بالمدرّب وتثق فيه كثيرا لتحقيق نتائج احسن مستقبلا. وتنتقل شبيبة القبائل يوم الجمعة المقبلة إلى مقررة لمواجهة النجم المحلي، برسم الجولة الـ 30 للرابطة المحترفة الأولى، حيث يراهن زملاء الحارس عز الدين دوخة على وضع حدّ لنزيف النقاط والعودة بانتصار من شأنه ان يعزّز حظوظ الفريق أكثر في الظفر بمشاركة قارية في نهاية الموسم. ويحتل النادي القبائلي المرتبة الرابعة بـ 48 نقطة، وبفارق نقطتين فقط عن الوصيف شبيبة الساورة. رياض خ

## داركو نوفيتش مدرب وفاق سطيف: "طرّد قراوي أثرينا ومن الصعب بلوغ النهائي"

اعترف الصربي داركو نوفيتش، مدرب وفاق سطيف بصعوبة بلوغ نهائي رابطة أبطال إفريقيا، بعد الخسارة القاسية التي تلقاها الفريق في ذهاب نصف النهائي أمام الأهلي المصري برعاية نظيفة بملعب القاهرة الدولي. وأكد التقني الصربي خلال الندوة الصحفي التي أقيمت للقاء: "من الصعب علينا تعويض هذه الهزيمة القاسية، أمام فريق منظم وبقية الأهلي وخبرته الكبيرة في هذه المسابقة". وأضاف: "حاولنا تضادي تلقى الأهداف في النصف ساعة الأولى من المحاولة، ومحاولة مباغتة الأهلي بأخذ الأسبقية والتسجيل، لكننا اصطدنا بفريق كبير ويملك أسلحة متنوعة وخطيرة". واعتبر داركو نوفيتش أن طرد متوسط الميدان أمير قروي، بعد مرور 35 دقيقة من المباراة، أثر سلبا على فريقه، خصوصا أنه كان يعتمد عليه كثيرا للحد من خطورة الظهير الأيسر علي معلول الذي يعتبر واحدا من أفضل اللاعبين في التشكيلة وفي البطولة المصرية، لكن خروجه أخلط حساباته. وتابع حديثه في ذات السياق: "من الصعب مواجهة الأهلي بعشرة لاعبين، على ملعبهم وأمام جماهيرهم التي تضغط طيلة المباراة، وفي وجود إصابات عديدة في خط الدفاع". وختم التقني الصربي قائلا: "لقد حذرت للاعب الوفاق قبل المباراة من خطورة الأهلي وقوته وأكدت لهم أن تراجع مستواه في الفترة الأخيرة مجرد كلام على الورق وخبرته ظهرت في هذه المواجهة". رياض خ



## انتخاب الجزائري فوزي لوصيف عضوا بالكتب التنفيذي للاتحاد العربي للدراجات



المنتخب الجزائري فوزي لوصيف، فوزي لوصيف عضوا بالكتب التنفيذي للاتحاد العربي للدراجات، خلال الجمعية العامة الانتخابية للهيئة، أول أمس السبت، قبل الطبعة الأولى للبطولة العربية - 2022 للدراجات على المضمار، المقررة من 8 إلى 11 ماي الجاري بالعاصمة المصرية القاهرة. وأفادت الاتحادية الجزائرية للدراجات في بيان مقتضب في موقعها الرسمي: "انتخب لوصيف لعهدة من سنتين من 2022 إلى 2024 وبالإضافة إلى لوصيف، تم انتخاب أيضا سبعة أعضاء آخرين في المكتب التنفيذي الجديد وهم: الليبي نورالدين أحمد تريكي، السوري محمد خالد كوكاش، الغماني سيف بن سبع الراشدي، محمد كاتم نائب رئيس الجامعة المغربية للدراجات، التونسي نوفل صالح الدين المشراوي، الفلسطيني سعيد مصطفى تمرز والمغربي محمد بلماحي ويراأس الاتحاد العربي للعبة، الإماراتي فيصل بن حميد

## المنتخب الوطني لكرة اليد نحو برمجة تربية آخر بفرنسا

اللاعبين الجزائريين الناشطين بالخارج، سنباشر ألعاب البحر الأبيض المتوسط، من أجل لعب الأدوار الأولى للتأهيل، غاب المنتخب الوطني لكرة اليد عن المنافسات منذ مارس 2021، تاريخ مشاركته في الدورة التأهيلية للألعاب الأولمبية - 2020 (مؤجلة إلى 2021) ببرلين، والتي مني خلالها فيها بثلاث هزائم، أمام ألمانيا (26-34)، سلوفينيا (28-36) والسويد (25-36). وعقب المنافسة المتوسطية، يشارك زملاء مسعود فركوس في كأس أمم إفريقيا - 2022، المقررة بمصر خلال هذه الصائفة.

المنتخب، خلفا للفرنسي آلان بورت، الذي لم يمدد عقده - تربيته الأولى، الذي امتد لـ 10 أيام (من 11 إلى 18 أفريل)، بالقاهرة تخللته مباراتان وديتان أمام المنتخب المصري، حيث تلقى ممثلو الجزائر هزيمتين: 20-33 و 18-35، وأضاف: "من المقرر تنظيم تربية للاعبين المحليين قريبا بالجزائر العاصمة، التعداد سيكتمل عند بدء تاريخ الاتحادية الدولية لكرة اليد، مع مجيء العناصر النشطة بالخارج، بمناسبة التربيته المقرر ابتداء من 15 ماي، برمجنا عدة مباريات ودية خلال التجمع المقبل بالخارج، واستطرد: "ستعرف دورة كرة اليد لألعاب البحر المتوسط، حضور



كأس الجزائر للدراجات الجبلية فوز برمضان من نادي الأرز - الأوراس

فاز الدراج نور الاسلام برمضان من نادي الأرز - الأوراس، بالمرحلة الثالثة لكأس الجزائر - 2022 - بهبوط المنحدرات التي جرت يوم الجمعة على مسافة 1.3 كلم بغاية باينام (الجزائر العاصمة) وحقق برمضان توقيتا بـ 2د43ثا و 43ج.م، متقدما على محمد نعمادي من النادي الرياضي غليس، في المركز الثاني بـ 2د44ثا و 75ج.م. وصعب حفصاي أيضا من النادي الرياضي غليس في المركز الثالث بـ 2د45ثا و 79ج.م. وشارك في موعد باينام 32 دراجا وعرف انسحاب كل من توفيق قوباش من نادي تيارت الذي تائق خلال المرحلتين الأولى التي انتظمت، تواليا في 27 جانفي بزمرة بولاية غليزان و 19 مارس بتيارت.



## مهرجان كرة الماء لأقل من 13 سنة بقسنطينة

## تتويج نادي سباحي قسنطينة

توج نادي سباحي قسنطينة في اختتام أول أمس السبت للمهرجان الفيدرالي لكرة الماء لأقل من 13 سنة بالمسيح الأولمبي الشريف بن يحيى بقسنطينة وفي أجواء حماسية وتنظيم محكمة لهذه المنافسة حقق نادي سباحي قسنطينة المرتبة الأولى (9 نقاط) متبوعا بنادي المعهد الوطني لتكوين إطارات الشباب والرياضة بقسنطينة (3 نقاط) فيما نال نادي مولود بن يحيى المركز الثالث بـ (3 نقاط) وأخيرا في المرتبة الرابعة نادي الأمير عبد القادر لقسنطينة (3 نقاط). بعد أن تم الاحتكام لفارق الأهداف لحسم ترتيب النوادي واختتمت المنافسات التي دامت يومين بإجراء مقابلتين الأولى بين نادي المعهد الوطني لتكوين إطارات الشباب والرياضة ونادي مولود بن يحيى انتهت بـ (2-3) أما المباراة الثانية والأخيرة فكانت بين نادي سباحي قسنطينة ونادي شباب الأمير عبد القادر انتهت بنتيجة 19 مقابل 9 واعتبرت رئيسة الرابطة القسنطينية للسباحة نادبة رواج في تصريح -- لواج -- على هامش اختتام هذا المهرجان الرياضي المنظم بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للسباحة بمشاركة أربعة (4) أندية أن إجراء هذا النوع من المنافسات يعتبر فرصة للترويج لهذه التخصص الرياضي وكذا لانتقاء عناصر لأكاديمية فيدرالية لكرة الماء بقسنطينة التي ينتظرها - حسبها - عمل كبير للنهوض بهذه الرياضة المائية وأضافت أن هذه المنافسات ستسمح للناخب الوطني لكرة الماء بانتقاء لاعبين من فئة أقل من 13 سنة لتكوين الفريق الوطني في ذات الفئة للمشاركة في المنافسات القارية المقبلة من جهته نوه المدير الفني الوطني للاتحادية الجزائرية للسباحة، كمال خمري بالمستوى العالي للاعبين لكرة الماء للأندية القسنطينية ما سيرشحها للظفر بالمراتب الأولى في مختلف البطولات سواء القارية، مؤكدا أن هذه الأندية تعتبر خزانا لانتقاء أحسن اللاعبين في مختلف فئات كرة الماء وتأسف ذات التقني للوضع التي تعيشها كرة الماء والسباحة خاصة وأن جل المسابح غير مفتوحة بعد الساعة 8 مساء ما اعتبره عائقا أمام السباحين كون التدريبات تجري في الفترة المسائية وأكد المتحدث على أهمية استقدام اللاعبين الجزائريين الناشطين في أندية أجنبية للنهوض بهذا التخصص وتكوين فرق وطنية تكون في المستوى المطلوب.



## الدور التأهيلي للبطولة الإفريقية في كرة الطاولة

## عيد السلام يؤكد أن التظاهرات تقام في أجواء تنافسية مميزة

المشاركة ورئيس اتحاد شمال إفريقيا، خالد بوزيان الرحماني ومدير الدورة وعضو مجلس الاتحاد الدولي، شريف درقاوي، وإشراف كل من مدير المنافسة، بوجاهم عبد الله والحكم العام سعيد لعنصرى تابع موضحا أن المتأهلين عن موعد الجزائر، سيشاركون في منافسات البطولة الإفريقية المزمع إقامتها من 11 إلى 18 سبتمبر المقبل، بالقاعة البيضاء (الجزائر العاصمة)، والتي ستخللها أشغال الجمعية العامة العادية للاتحاد الإفريقي. أكد توفيق عيلام، أن هذا العرس الرياضي الذي ترعاه وزارة الشباب والرياضة وتحت إشراف الاتحاد الإفريقي للعبة، تم توفير كل الوسائل المادية والبشرية، ليكون النجاح عنوانه، مشددا في الوقت نفسه حرصه على تحقيق الهدف المسطر، خاصة أنها تعد أول منافسة إفريقية تحتضنها الجزائر في رياضة تنس الطاولة من جهته، أعرب المدير الفني الوطني ومدير الدورة، شريف درقاوي، عن تفاؤله بتأهل أكبر عدد ممكن من اللاعبين الجزائريين للبطولة الإفريقية وكذا بطولة العالم 2023.

أكد رئيس الاتحادية الوطنية لكرة الطاولة، توفيق عيلام، أن دورة بلدان شمال إفريقيا لكرة الطاولة، المؤهلة للبطولة الإفريقية 2022، المقررة بالجزائر وكذا البطولة العالمية 2023 المقررة بجنوب إفريقيا، تجري في ظروف تنظيمية محكمة وأجواء تنافسية مميزة، مشيرا إلى أن هذه المنافسة، تعتبر أيضا محطة تحضيرية للرياضيين، للمشاركة في ألعاب وهران المتوسطية، وكأس إفريقيا التي تنطلق ابتداء من 22 ماي بتنجيريا تعرف هذه التظاهرة، التي تجري على مدار ثلاثة أيام 6 و 7 و 8 ماي الجاري، مشاركة خمس دول منها الجزائر، التي تخوض المنافسة بـ 13 رياضيا، منهم 7 إناث من إجمالي 32 رياضيا، يمثلون جميع المنتخبات الحاضرة تونس (6)، المغرب (6)، مصر (4) وموريتانيا (3) لاعبين، فيما غابت ليبيا لظروف خاصة، حسب ذات المسؤول، الذي أشار إلى أن برنامج اليوم الأول من البطولة، تضمن مواجهات جمعت الجزائر- تونس، المغرب-موريتانيا، بعد الاجتماع التقني وعملية القرعة اللذين جريا بحضور ممثلي الدول

حيث يعتزم الاتحاد الدولي للعبة تأهيل ثمانية لاعبين من كل منطقة بإفريقيا. علق ذات المتحدث في هذا الجانب قائلا: "لحد الآن الجزائر ضمنت تأهل لاعبتين من خلال تصنيفهما في ترتيب الاتحاد الإفريقي (كاسي كاتيا وليندة لوزرايبي).. وستعمل على خفض تأشيرتين جديتين على الأقل للمشاركة في البطولة الإفريقية المقبلة كانت العناصر الوطنية قد استؤذت من خلاصة تربيته تحضيرية في أفريل الفارط، بالمركز الوطني لتجميع وتحضير الفرق الوطنية بسويدانية، بينما كان المعسكر الرابع قد جرى مطلع شهر ماي الجاري بتبازة. تجدر الإشارة إليه أن الجزائر تشارك في موعد تبازة بتعداد يضم كل من خروف سامي، بلقاضي عيسى، شايش عبد الباسط، تيفورة عبد الحميد، عزالة عبد الرحمان، بلعاس مزيان، كاسي كاتيا، كاسي أمينة، لوزرايبي ليندة، نوري و داد، ناصري ميليسا وتاهمي هاجر.

## نيمار: سأضحّي بحياتي من أجل لقب مونديال قطر 2022!

وضع نجم باريس سان جيرمان، البرازيلي نيمار جونيور دا سيلفا، نصب عينيه الفوز بلقب كأس العالم لكرة القدم 2022 مع المنتخب البرازيلي، بعد أن فشل مع فريقه في حصد لقب دوري أبطال أوروبا هذا الموسم 2021-22. وودع نيمار مع بطل الدوري الفرنسي منافسات دوري أبطال أوروبا هذا الموسم، بخسارته (3-2) أمام ريال مدريد الإسباني في مجموع مبارياتي الذهاب والعودة بالدور ثمن النهائي للبطولة القارية. نيمار الذي فاز باللقب الأوروبي في موسم 2014-2015 مع برشلونة، لم يحافظه الحظ في دوري أبطال أوروبا منذ حضوره إلى باريس سان جيرمان عام 2017 بصفتها قياسية بلغت 222 مليون يورو، وعجز اللاعب عن مساعدة العملاق الباريسي على التتويج بلقبه الأوروبي الأول.

وكان نيمار قريباً من الفوز بدوري الأبطال قبل عامين عندما وصل باريس سان جيرمان إلى النهائي، لكنهم خسروا (1-0) من بايرن ميونيخ، ومع انطلاق أكبر بطولة لكرة القدم في قطر في وقت لاحق من هذا العام، يريد الجناح السابق للبلوغرانا تذوق المجد الدولي مع منتخب السليساو.

وقال لاعب المنتخب البرازيلي في حديث نشر عبر موقع "يوتيوب" مع مواطنه لاعب فلامينغو ديفغو ريباس: "أردت حقاً الفوز بدوري أبطال أوروبا مع باريس سان جيرمان هذه المرة، لكن للأسف لم تتمكن من ذلك. الآن أريد أن أنهى 2022 بلقب كأس العالم".

وتأهلت البرازيل إلى كأس العالم 2022 دون أن تتعرض لأي خسارة في تصفيات أمريكا الجنوبية، وفازت في 14 من 17 مباراة، وسيكون المنتخب البرازيلي ضمن المجموعة السابعة في مونديال قطر إلى جانب منتخبات صربيا وسويسرا والكاميرون، وتبدأ البرازيل مشوارها يوم 24 نوفمبر ضد صربيا.

وقبل أكثر من 6 أشهر على انطلاق البطولة، قال نيمار إنه يستعد بالفعل لذلك ويريد أن يبذل قصارى جهده لتحقيق اللقب: "أنا أجهز نفسي جسدياً وذهنياً لهذه البطولة وأريد تحقيق اللقب. سأبذل حياتي من أجله، لقد لعبت مرتين حتى الآن في كأس العالم، وأنا أعرف كيف ستكون المنافسة. إذا لم تكن مستعداً، فستذهب الفرصة بعيداً، لذلك لا يمكنني تركها تهرب مني".

## رئيس الاتحاد الفرنسي يرشح زيدان لتدريب "الديوك" وسان جيرمان

رشح رئيس الاتحاد الفرنسي لكرة القدم، نويل لو غرايت، مدرب ريال مدريد السابق، الفرنسي زين الدين زيدان، لتدريب فريق باريس سان جيرمان الفرنسي، مضيفاً أنه يمكنه أيضاً أن يتولى قيادة المنتخب الفرنسي بعد نهاية كأس العالم 2022 في قطر.

وأوقعت قرعة بطولة كأس العالم 2022 منتخب فرنسا، حامل لقب نسخة 2018، في المجموعة الرابعة، التي ضمت إلى جانبه منتخبات الدنمارك، وتونس، والفائز من الملحق (أستراليا أو الإمارات أو بيرو).

وكشف "لو غرايت" في تصريحات عبر صحيفة "ليكيب" نقلتها شبكة الفرنسية: أن زيدان أحد المرشحين لخلافة المدرب الحالي، الفرنسي ديديهه ديشامب، الذي ينتهي عقده بعد مونديال قطر المقبل.

وأوضح رئيس الاتحاد الفرنسي أنه لا يستبعد استمرار ديشامب وتجديد عقده بعد المونديال المقبل، نافياً إجراء أي اتصال مع زيدان لبحث إمكانية توليه قيادة منتخب "الديوك": "ربما سيتولى زيدان مسؤولية باريس سان جيرمان. لتدريب المنتخب الوطني عليك أن تكون حراً. لكننا اليوم سنفضل كل ما في وسعنا لوضع ديديهه في أفضل الظروف للفوز بكأس العالم 2022".

وأضاف: "أظهر زيدان مع ريال مدريد صفات لم تكن نتخيلها. في أذهان الفرنسيين، يمكن أن يكون خليفة ديشامب. سنرى إذا رحل ديديهه ولم يمدد عقده، فسيكون زيدان بالتأكيد أحد الخيارات". وكان زيدان قد رحل في ولايته الثانية عن تدريب ريال مدريد في نهاية موسم 2020-21، وفاز المدرب الفرنسي مع الميرينغي بلقب الدوري الإسباني مرتين ودوري أبطال أوروبا 3 مرات، خلال فترتيه في سانتياغو برنابيو.

## على حساب نيس.. نانت يتوج بلقب كأس فرنسا

توج نانت بلقب كأس فرنسا، بفوزه 1-0 على نيس، في المباراة النهائية التي أقيمت على ملعب "ستاد دو فرانس"، ليرفع رصيده في البطولة إلى 4 ألقاب. وجاء هدف المباراة الوحيد عن طريق لودوفيتش بلاس من علامة الجزاء في الدقيقة 47، لينتهي تاسع جدول ترتيب الدوري الفرنسي في الموسم الحالي برصيد 51 نقطة موسم بأفضل طريقة ممكنة. بعد الفوز على نيس الذي يحتل المركز السادس في جدول الترتيب برصيد 60 نقطة بعد 35 جولة من البطولة. ويعد باريس سان جيرمان الفريق الأكثر تتويجا بلقب البطولة برصيد 14 لقباً.

جاء آخرها عام 2021، ويأتي بعده أولمبيك مارسيليا الذي توج بلقب البطولة 10 مرات كان آخرها عام 1989. وحقق نانت ألقابه الثلاثة السابقة في كأس فرنسا أعوام 1979 و1999 و2000، بينما فرط نيس في فرصة الفوز بلقب البطولة للمرة الرابعة، وتجمد رصيده عند 3 ألقاب حققها أعوام 1952 و1954 و1997.

## إيتو: هكذا يمكن للكاميرون الفوز بمونديال قطر

قال رئيس الاتحاد الكاميروني لكرة القدم والتجم السابق، ساموئيل إيتو، إن بإمكان منتخب بلاده الفوز بكأس العالم، إذا اقتدى بما حققه البرتغالي جوزيه مورينيو، المدرب السابق لنادي إنتر ميلان الإيطالي، عندما فاز بدوري أبطال أوروبا عام 2010. وإيتو الذي يبلغ اليوم 41 عاماً، كان جزءاً من فريق الإنتر بقيادة البرتغالي مورينيو الذي فاز بالثلاثية في موسم 2009-2010، حيث نجح في تحقيق لقب الدوري "السكوديتو" وكأس إيطاليا، ودوري أبطال أوروبا، ولم يكن يتعد سنه (مورينيو) 45 سنة. لذلك، أكد ساموئيل إيتو، أن بإمكان الكاميرون أن تفعل المعجزة في نهائيات كأس العالم 2022 في قطر إذا اتبعت ما حققه مورينيو مع إنتر ميلان. ومع توجه الكاميرون إلى نهائيات كأس العالم في قطر حيث وقعت في المجموعة السابعة إلى جانب البرازيل وصربيا وسويسرا، يعتقد لاعب برشلونة الإسباني وتشيلسي الإنجليزي سابقاً، أنه بإمكان الكاميرون ترك بصمة في البطولة. وعند سؤاله عما إذا كان المدرب ريفويرت سونغ قادراً على قيادة الكاميرون لتحقيق نتيجة مرضية في كأس العالم، قال إيتو، الموجود حالياً في إيطاليا للإعلان عن مباراة خيرية في سان سيرو في 23 مايو، وفقاً لما نقلته عنه صحيفة "بي سوكر": "لا أعرف لماذا لا يمكنه ذلك". ثم تابع "أعتقد أنه من أجل الفوز بكأس العالم، لا تحتاج إلى أن تكون وحشاً أو كائناً فضائياً، أنت فقط بحاجة إلى إعداد جيد، وعقلية قوية، وقليل من الجنون". وتابع مذكراً بمشاركته مع مورينيو في نهائي دوري الأبطال قائلاً "لقد فزت بالألقاب خلال مسيرتي، ولطالما أخذت الإنتر كمثال للاتباع، حيث لم يعتقد أحد في بداية موسم 2009-2010 أنه يمكننا الفوز بدوري أبطال أوروبا، لكن مورينيو فعل شيئاً مجنوناً، مع مجموعة من الرجال والمحاربين" قبل أن يستدرك "يجب على الكاميرون أن يفعل شيئاً مماثلاً أيضاً". وشاركت الكاميرون في نهائيات كأس العالم في ثماني مناسبات، كانت الأولى في عام 1982 حيث تعادلتها في جميع مباريات المجموعة الثلاث، وفي عام 1990، وصلت الكاميرون إلى ربع النهائي قبل أن تهزم 3-2 أمام إنكلترا. وسيشارك منتخب الأسود التي لا تقهر للمرة الثامنة في نهائيات قطر 2022، بعد فوزهم بهدفين لهدف، في اللقاء الفاصل ضد منتخب الجزائر بطريقة أثارت الجدل.

## بورتو يهزم بنفيكا ويتوج بلقب الدوري البرتغالي للمرة الـ 30

حصد نادي بورتو لقب الدوري البرتغالي للمرة الثلاثين في تاريخه، بعدما استطاع أن يحسم الأمور بانتصار أمام غريمه التقليدي بنفيكا في عمر داره بهدف من دون مقابل، في قمة مواجهات الأسبوع الثالث والثلاثين من المسابقة اليوم السبت. وكان بورتو على ملعب النور في العاصمة لشبونة بحاجة لتحقيق التعادل ليحصد لقب الدوري، وهو بالفعل ما كان حاصلًا، إلا أن اللاعب النيجيري زيدو زانوسي كان له رأي آخر حين أهدى الثنائي هدف الانتصار في الوقت المحتسب بدلاً عن ضائع.

ورفع بورتو رصيده إلى 88 نقطة بفارق 9 نقاط عن المطارد المباشر لهم، نادي سبورتينغ لشبونة، الذي يمتلك مباراتين أخريين، وحتى لو فاز بهما فسيصل إلى 85 نقطة فقط، ما يعني عملياً تتويج بورتو. وبذلك، وصل بورتو إلى القبة الـ 30 في تاريخه، في حين بقي بنفيكا في الصدارة برصيد 37 لقباً، فيما يأتي خلفهما بطل الموسم الماضي سبورتينغ بـ 19 لقباً، بينما حقق كل من بيلينينسش وبوافيشتا اللقب مرة واحدة في تاريخهما.

ويسعى بورتو هذا الموسم لتحقيق الثنائية المحلية، وذلك حين يخوض نهائي الكأس أمام فريق تونديلا يوم 22 ماي الجاري، في حين كان موسم بنفيكا صعباً، وسيخوض الدور التمهيدي المؤهل لدوري الأبطال باحتلاله المركز الثالث في الترتيب العام بالدوري البرتغالي.

## أنشيلوتي: سأبقى في ريال مدريد حتى سن الثمانين

أكد المدير الفني لريال مدريد، كارلو أنشيلوتي، البالغ من العمر 62 عاما، أن المغامرة الأخيرة في مسيرته الاحترافية على مقاعد البدلاء ستكون في الريال. وأبدى أنشيلوتي سعادته الكاملة في الوقت الحاضر ورغبته في الاستمرار "حتى 80 عاما" واستحالة أن يحفزه مشروع لاحق أكثر من قيادة "أفضل فريق في العالم". وأكد المدرب الإيطالي أنه "إذا سارت الأمور على ما يرام، فسأبقى في ريال مدريد حتى سن الثمانين، فلما لا؟ حتى أصاب بالجنون تماما". واستدرك بالقول إن نهاية مسيرته ستكون في اليوم الذي تنتهي فيه حقبته الثانية في النادي الأبيض. وشدد على قوله "ما أفكر فيه هو أنه في اليوم الذي أتوقف فيه عن تدريب ريال مدريد سأتوقف عن التدريب. لقد استمتعت كثيرا، وسيكون البحث عن فريق أفضل في كرة القدم العالمية أمرا صعبا. لدي الكثير من الأشياء لأفعلها لاحقا". ويصر أنشيلوتي بأن هناك جوانب من حياته الشخصية لم يستطع الاستمتاع بها كما يجب بسبب ظروف كرة القدم، وعندما ينهي مسيرته، سيركز على القيام برحلات مع شريكته العاطفية والاستمتاع بأحفاده.

وأضاف "حقا لا أعتقد أن هناك ناد أكبر من ريال مدريد. أفضل طريقة هي إنهاء مسيرة طويلة في هذا النادي. أريد أن أبقى لسنوات عديدة، وأن أفوز بالعديد من الألقاب، وأن أستمتع بالنادي والمدينة، ثم أفعل شيئا آخر: أن أكون زوجا جيدا ومشجعا". وعندما سئل المدرب الإيطالي عن تعريف نفسه، أجاب "رجل هادئ يحب ما يفعله حقًا، شخص عادي يحب الاستمتاع بالحياة دون أن يكون مهووسا بكرة القدم رغم أنها شغفه الأساسي، شخص محظوظ بما يكفي للعمل في عالم يحبه".

## برشلونة ينتظر ملاك تشيلسي الجديد لحسم صفقة دفاعية

كشف الإيطالي فابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا، عن آخر المستجدات المتعلقة برغبة برشلونة في التعاقد مع لاعب تشيلسي. ويستهدف برشلونة التعاقد مع الظهير الأيسر ماركوس ألونسو (31 عاما)، علما بأن عقده في ستامفورد بريدج ينتهي في صيف 2023.

وكتب رومانو، عبر حسابه الرسمي على "تويتر": "برشلونة ينتظر فقط مجلس إدارة تشيلسي لبدء محادثات ضم ماركوس ألونسو". وأصدر تشيلسي بيانًا رسميًا، صباح السبت، أعلن من خلاله انخافه على شروط انتقال الملكية إلى مجموعة جديدة، بقيادة تود بوهلي وكليريك كايبتال ومارك والتر وهانسجورج ويس. وأضاف رومانو: "ألونسو يعتبر خيارا مهما، ويتصدر قائمة تضم 3 مرشحين لتعزيز مركز الظهير الأيسر". وتابع: "لا توجد مشكلة من جانب اللاعب، ألونسو يريد العودة إلى إسبانيا، ومنفتح على الانضمام إلى برشلونة".

ويلعب ألونسو في صفوف تشيلسي منذ عام 2016، قادما من صفوف فيورنتينا، مقابل 23 مليون يورو.

وأكدت العديد من التقارير أن برشلونة حسم أيضا التعاقد مع أندرياس كريستينسن، مدافع تشيلسي، في صفقة انتقال حر، كما يستهدف ضم سيزار أزبيلكويتا، قائد البلوز.

## ألبا: وصلنا متأخرين.. وتتويج ريال مدريد مستحق

أعرب الدولي الإسباني جوردي ألبا، ظهير أيسر برشلونة، عن أسفه الشديد لبدء فريقيه السيئة للموسم الجاري، التي منعتهم من القتال على لقب الليغا. وحقق برشلونة فوزا متأخرا على مضيفه ريال بيتيس (2-1)، مساء السبت، ضمن مباريات الجولة 35 من الدوري الإسباني، بفضل هدف قاتل لألبا. وقال الظهير المخضرم، في تصريحات أبرزتها صحيفة "سبورت" الكتالونية: "من المؤسف أننا عدنا لتحقيق الانتصارات في وقت متأخر من الموسم.. في بداية الموسم فرطنا في الكثير من النقاط". وأضاف: "لقد تحسنا، لكننا وصلنا متأخرين.. الهدف بعد توديع اليوروبا ليغ، كان تحقيق المركز الثاني والتأهل لدوري أبطال أوروبا". وتابع: "بالطريقة التي لعبنا بها مؤخرا، كان بإمكاننا أن ننافس ريال مدريد على لقب الدوري.. لكن الدوري ليس 10 أو 15 مباراة، وإنما 38، والأكثر شيئا فإز به.. هم أبطال واستحقوا ذلك". وواصل ألبا: "في الموسم المقبل سنقاتل من أجل جميع البطولات، وبممكننا الفوز بالليغا.. لدينا الفريق والجهاز الفني القادران على تحقيق ذلك". وأشاد بزميله الشاب أنسو فاتي، الذي سجل بمجرد دخوله مباراة اليوم، رغم عودته من إصابة طويلة. وقال عنه: "أنسو لا يزال صغيرا، لكن لديه هدفا.. لقد غاب لفترة طويلة، وفي مباراته الأولى بعد العودة لم ينجح في التسجيل، لكنه هز الشباك اليوم.. أنا واثق من أنه سيمنح برشلونة الكثير".

## غارسيا: لا بديل لبيكيه.. وسعداء بعودة فاتسي

أعرب إريك غارسيا مدافع برشلونة، عن سعادته عقب الانتصار على ريال بيتيس بنتيجة (2-1)، مساء أمس السبت، بالجولة 35 من الليغا. وقال غارسيا، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية: "بيكيه لاعب لا بديل له، وكان أفضل قلب دفاع في السنوات الـ10 الأخيرة، وبالنسبة لي أنا وأراوخو نعمل من أجل تعويض غيابهم". وعن هدف أنسو فاتسي، بعد غياب طويل للإصابة، علق: "هذا هو أنسو الذي عرفته منذ فترة طويلة، ونحن سعداء جدا من أجله ولعودته، لأنه يمكن أن يساعدنا كثيرا".

وأتم: "لم أكن أتوقع هذا الهدف الرائع من جوردي ألبا، وجاء بهذه الطريقة نظرا لطريقته في التسديد". يذكر أن برشلونة حسم التأهل لدوري أبطال أوروبا الموسم المقبل، بعد تحقيق النقاط الثلاث ضد ريال بيتيس.



## أليمانسي: غافي يريد البقاء في برشلونة

أكد ماتيو أليمانسي، المدير الرياضي لبرشلونة، أن لاعب خط الوسط غافي، يريد الاستمرار داخل القلعة الكتالونية، خلال السنوات المقبلة. كان برشلونة، عقد جلسة مع وكيل غافي منذ أيام للاتفاق على التجديد، ورفع قيمة الشرط الجزائي إلى مليار يورو، مثل فاتسي، وبيدري، وأراوخو. وقال أليمانسي، خلال تصريحاته لقناة "موفيستار" الإسبانية: "غافي يريد البقاء.. لقد تحدثنا لفترة طويلة ونحن نواصل العمل لكي يكون لاعبا في برشلونة لسنوات عديدة". وعن عودة نيتو، لحراسة مرمى برشلونة بعد 4 شهور، علق: "إنه حارس رائع، وما يحدث هو أن تير شتيغن الحارس الأساسي، لكن لديه بديل مميز جدا". وأضاف: "نيتو لديه عام آخر في عقده، وفي الوقت الحالي نحن بخير وسعداء بحراس المرمى". وأتم: "بيدري أيضا الحراس الشباب مثل إنيياكي بينيا الذي يلعب معارزا لغالاتا سراي، وأرناو تيناس بالفرق الرديف، وهذا المركز مدعم بشكل جيد للغاية".

## تشافي: عقلية برشلونة تغيرت

أثنى تشافي هرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، عقب الفوز بشق الأنفس على ريال بيتيس في عمر داره (2-1) السبت في الجولة الـ35 لليغا، على "العقلية التي تغيرت للفرق.. وحسم البارسا مقعده رسميا في دوري الأبطال في الموسم المقبل بفوزه القاتل على ريال بيتيس (2-1) في عمر داره، بهدف سجله ألبا في الوقت المحتسب بدلا من الضائع. وأشار تشافي في تصريحات عقب المباراة التي أقيمت على ملعب (بينيتو فيمارين) "ريما في نوفمبر أو ديسمبر كنا لنتعادل في أي مباراة، وتراجع للخلف، ولكن الآن نحن نتقدم للأمام". كما شدد مدرب البارسا على تحسن أداء الفريق، رغم أنه لم ينجح في المنافسة على اللقب حتى النهاية. وأوضح "فزنا على أصحاب المركز العشر الأولى في الدور الثاني، نافسا بقوة، وتحسن أداءنا، أعتقد أن الأمر واضح للجميع، رغم الخسارة أمام قادش ثم رايو فايكانو، نجحنا في أن نعود للمنافسة، ولعبنا بشكل جيد، أو سيئ، أو أقل من الجيد، ولكننا نافسا، وأصبحت لدينا روحا انتصارية، لم نحصل على أي هدايا من أحد". وحول مباراة اليوم، التي حسمها البارسا في الدقيقة الأخيرة بهدف قاتل من جوردي ألبا، أشار إلى أن الفريق لا يزال "يفتقد للسيطرة على المباريات، بيتيس يجيد التحولات الهجومية السريعة، ولكننا فشلنا في هذا الأمر، بالطبع ما زال علينا التحسن في بعض الجوانب". كما أثنى أسطورة النادي سابقا على اللاعب الواعد أنسو فاتسي، الذي دخل في الشوط الثاني، وسرعان ما سجل هدف التقدم الأول، حيث قال عنه إنه "يعرف طريق المرمى، هناك لاعبين نجوم، وأنسو أحدهم، الفريق يشعر بوجوده دائما". ولم ينس تشافي الثناء على زميله السابقين في الفريق وقائدي البارسا، سرخيو بوسكيتس وجوردي ألبا، مؤكدا أنهم "متضامنين وبيهرتون على ذلك في كل يوم".



## برشلونة يتأهل إلى "الأبطال" بفوز صعب على ريال بيتيس

حقق برشلونة انتصارا مثيرا خارج ملعبه وتغلب على مضيفه ريال بيتيس 2-1 السبت في المرحلة الخامسة والثلاثين من الدوري الإسباني لكرة القدم. وغادر فريق غرناطة مراكز الهبوط بجداول الدوري بعدما تغلب على مضيفه ريال مايوركا 6-2 كما شهدت المرحلة نفسها اليوم تعادل أتلتيك بلباو مع فالنسيا سلبيا وفوز سيلتا فيغو على ديبورتيفو ألافيس 4-3. صفر وقادش على إلتشي 3-صفر. وظل التعادل السلبي قائما بين برشلونة وريال بيتيس طوال 75 دقيقة ثم افتتح أنسو فاتسي التسجيل لبرشلونة. بعدها تعادل ريال بيتيس عن طريق مارك بارترا في الدقيقة 79، لكن جوردي ألبا حطفت هدف الفوز لبرشلونة في الثواني الأخيرة من المباراة. وارتفع رصيد برشلونة إلى 69 نقطة في المركز الثاني بفارق 12 نقطة خلف ريال مدريد الذي حسم بالفعل تتويجه باللقب، بينما تجمد رصيد ريال بيتيس عند 58 نقطة في المركز الخامس.

## روزه: هذا موقفي من الاستمرار مع دورتموند

أكد ماركو روزه المدير الفني لبوروسيا دورتموند، أنه سيبقى مع الفريق في الموسم المقبل. وصرح روزه بعد الفوز على ملعب جرويتير فورت 3/1 ليضمن دورتموند وصافة الدوري الألماني، في الموسم الأول لمديره "سابقاً أيضاً مدرباً لبوروسيا دورتموند العام المقبل". وقال سيباستيان كيل مدير قطاع اللاعبين المحترفين في النادي الألماني، والذي سيتولى في المستقبل منصب المدير الرياضي لدورتموند، قبل المباراة، إنه "يفترض" بقاء روزه في منصبه. واتهم روزه وسائل الإعلام بمحاولة "اختلاق شيء ما لم يكن موجوداً". ورغم إنهاء موسم البوندسليغا في المركز الثاني، أخفق دورتموند في منافسة بايرن ميونخ على لقب المحلي، كما خرج بشكل محبط من كأس ألمانيا ودوري أبطال أوروبا والدوري الأوروبي.



## دورتموند يهزم فيورث . . وليفركوزن يفترس هوفنهايم برباعية

انتصر فريق بوروسيا دورتموند على جروتر فورت (3-1)، في اللقاء المقام السبت على ملعب "رونهوف سبورت بارك"، ضمن لقاءات الجولة الـ 33 من منافسات الدوري الألماني "البوندسليغا". تقدم الضيوف بثنائية حملت توقيع جوليان براندت في الدقيقتين (26 و72)، وقلص أصحاب الأرض الفارق عن طريق جيسيك نجانكام (70)، وأحرز ثالث أهداف دورتموند فيليكس باسلاك (77). ورفع دورتموند رصيده إلى 66 نقطة في وصافة الترتيب، بينما تجمد رصيد فورت عند 18 نقطة في المركز الأخير وتأكد هبوطه إلى الدرجة الثانية.

### ليفركوزن X هوفنهايم

وتغلب باير ليفركوزن على هوفنهايم بنتيجة (4-2)، في اللقاء المقام على ملعب "راين نيكار أرينا". وافتتح أصحاب الأرض التسجيل بأقدام جورجينيو روتر في الدقيقة 22، وتعادل الضيوف عن طريق باتريك شيك (34) وبعد دقيقتين فقط أضاف بومجارتنر الثاني لهوفنهايم، وقلب الضيوف الطاولة بـ3 أهداف حملت توقيع كل من موسى ديابي وشيك والأاريو في الدقائق (73 و76 و90)، على الترتيب. ورفع ليفركوزن رصيده إلى 61 نقطة في المركز الثالث، بينما تجمد رصيد هوفنهايم عند 46 نقطة في المركز الثامن.

### يونيون برلين X فرايبورغ

وفي مباراة أخرى انتصر يونيون برلين على فرايبورغ بنتيجة (4-1) في اللقاء الذي احتضنته ملعب "شوارزوالد ستاديون". تقدم الضيوف بثلاثة أهداف في الدقائق (11 و30 و41) عن طريق يورميل وتريميل وبيكر على الترتيب، وقلص أصحاب الأرض الفارق عن طريق هويلير في الدقيقة 59. وأحرز رابع أهداف يونيون برلين شافير في الدقيقة 90. ورفع برلين رصيده إلى 54 نقطة في المركز السادس، بينما تجمد رصيد فرايبورغ عند 55 نقطة في المركز الرابع.

### كولن X فولفسبورغ

وخسر كولن على ملعبه وأمام أنصاره بنتيجة (0-1) أمام فولفسبورغ في اللقاء المقام على ملعب "راين إينرجي ستاديون". وجاء هدف الضيوف والمباراة الوحيد عن طريق جيرهاردت في الدقيقة 43. ورفع فولفسبورغ رصيده إلى 41 نقطة في المركز الـ 12، بينما تجمد رصيد كولن عند 52 نقطة في المركز السابع.

## يونيون برلين يفترس فرايبورغ ويهدد آماله الأوروبية

تعرضت آمال فرايبورغ في التأهل لدوري أبطال أوروبا في الموسم المقبل لصدمة موجعة بعد هزيمته القاسية على ملعبه أمام يونيون برلين 4-1 السبت في المرحلة 33 (قبل الأخيرة) من الدوري الألماني لكرة القدم. وفي باقي المباريات فاز بوروسيا دورتموند على مضيفه جرويتير فورت 3-1 وباير ليفركوزن على مضيفه هوفنهايم 4-2 وفولفسبورغ على مضيفه كولن 1-0. وعلى ملعب شوارزوالد ستاديون، توقف رصيد فرايبورغ عند 55 نقطة في المركز الرابع بفارق نقطة واحدة عن لايبزيغ. ورفع يونيون برلين رصيده إلى 54 نقطة أيضاً في المركز السادس. وتقدم يونيون برلين بثلاثة أهداف في الشوط الأول عن طريق جريششا بورميل وكريستوفر تريميل وشيرالدو بيكر في الدقائق 11 و30 و41. وفي الشوط الثاني رد لوكاس هويلير بهدف لفرايبورغ في الدقيقة 59 لكن أندراس شافير سجل الهدف الرابع ليونيون في الشوط الأخير.

## أوليفر كان يرسم خطة لزيادة تنافسية البوندسليغا

أعرب أوليفر كان، الرئيس التنفيذي لنادي بايرن ميونخ، عن اعتقاده بأن تحسن نتائج الفرق الألمانية في دوري أبطال أوروبا، من شأنه أن يجعل البوندسليغا أكثر تنافسية. وتوج بايرن بلقبه العاشر على التوالي في الدوري هذا الموسم، ما أدى لوجود شكوك لعدم وجود إثارة في قمة الجدول. وعلى النقيض، خرج بايرن ميونخ من دور الثمانية بدوري الأبطال، بينما خرجت الفرق الألمانية الأخرى مبكراً. وقال كان لصحيفة "سود دويتشه تسايتونج": "المزيد من النجوم في الدوري، إثارة في المقدمة، هذا يساعد في بيع حقوق البث التلفزيوني داخلياً وخارجياً". وأضاف: "سعداء بالعمل مع رابطة الدوري الألماني على حلول لمساعدة الأندية الألمانية، لكي تستمر في دوري أبطال أوروبا أيضاً". وذكرت رابطة الدوري الألماني أنها قد تدرس إقامة دور فاصل بين أندية قمة الدوري، في محاولة لكسر هيمنة بايرن، لكن الفريق البافاري سخر من هذه المحاولة، وعدد قليل من الجماهير يعتقدون أنها خطة جديدة. ودائماً ما اشتكى البافاريون من أنهم غير قادرين على المنافسة في سوق الانتقالات، مثل أندية باريس سان جيرمان ومانشستر سيتي - المدعومين بمليارات قطر وأبوظبي - ولكن كان يعتقد أن بايرن ميونخ، الفائز بدوري أبطال أوروبا 2020، يجب أن يواصل التطلع لتحقيق طموحات أكبر. وقال كان (52 عاماً): "دون نجاح في دوري الأبطال، سيواصل البوندسليغا التراجع في التسويق، وهذا في النهاية سيضر بكل الأندية". وأتم: "هدفنا أن يكون لدينا فريق يمكنه اللعب في أعلى مستويات دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل أيضاً، لذلك سنصبح بشكل تلقائي الأوفر حظاً لثقل لقب الدوري الألماني مرة أخرى".

## دورتموند: لم نرفض حضور هالاند جنازة رايولا

أكد سيباستيان كيل مدير قطاع اللاعبين المحترفين بنادي بوروسيا دورتموند، أن ما أثير حول حضور المهاجم النرويجي إيرلينغ هالاند هداف الفريق، لمراسم تشييع جثمان وكيل أعماله ميتو رايولا، دون مباركة النادي، أمر غير صحيح. وتوفي رايولا، 54 عاماً، الأسبوع الماضي وتم دفنه في موناكو يوم الخميس الماضي في حضور هالاند وزميله دونيل مالين، الذي كان متعاقداً أيضاً مع رايولا. وقال كيل عقب الفوز على جرويتير فورت 3/1 السبت "تحدثت تقارير عن عدم السماح له بحضور جنازة ميتو بسبب الإعياء، لا لقد تمت الموافقة على الأمر". وتأثر هالاند الذي سجل ثلاثية (هاتريك) خلال الخسارة أمام بوخوم 4/3 الأسبوع الماضي، بشدة جراء وفاة رايولا. وأضاف كيل "إنها أيام ليس سهلة بالنسبة له، يمكن القول إنه تأثر بشدة من الأمر، حيث كانت تربطه علاقة وثيقة للغاية برايولا مثله مثل مالين، لهذا لا يوجد ما يمكن الحديث عنه بشأن السماح له بحضور الجنازة يوم الخميس". ومن المتوقع على نطاق واسع أن يرحل هالاند الذي سجل 21 هدفاً خلال 22 مباراة بالبوندسليغا هذا الموسم، عن دورتموند خلال الأشهر المقبلة، وينتقل إلى مانشستر سيتي الإنجليزي، الذي يعتبر الأقرب لضم المهاجم النرويجي. ويرغب دورتموند في تعويض الرحيل المحتمل لهالاند عبر ضم كريم أديمي هداف ريد بول سالزبورغ النمساوي. وقال كيل بشأن مستقبل أديمي "قلت الأسبوع الماضي إنه كان لدي شعور جيد جداً، لقد تحسن ذلك خلال الأسبوع، نحن نسير على طريق جيد".

## رسمياً . . بايرن ميونخ يجدد عقد أولريتش

أعلن بايرن ميونخ رسمياً، السبت، تجديد عقد الألماني سفين أولريتش، حارس مرمى الفريق. وكان من المقرر أن ينتهي عقد أولريتش مع العملاق البافاري، بنهاية الموسم الجاري، قبل أن يتم تمديدته. وأصدر بطل البوندسليغا بياناً عبر حسابه على "تويتر"، قال فيه: "مدد بايرن ميونخ عقد سفين أولريتش حتى عام 2023". وأضاف: "يبدخل أولريتش موسمها السابع مع البطل القياسي للدوري الألماني، علماً بأنه لعب في ألبانز أرينا خلال الفترة 2015-2020، ومن ثم رحل لمدة موسم إلى هامبورغ، قبل أن يعود إلى ناديه في صيف عام 2021". وخاض أولريتش 78 مباراة مع بايرن ميونخ، حتى الآن. وساهم صاحب الـ 33 عاماً في الفوز بلقب الدوري الألماني 6 مرات، وكأس السوبر المحلية 3 مرات، وكأس ألمانيا 5 مرات، ودوري أبطال أوروبا وكأس السوبر الأوروبي مرة واحدة.





## برايتون يزيدي طين مانشستر يوناييتد بلة برباعية مذلة



## فيرنانديز: نستحق مركزنا الحالي.. وهناك أمر يجب إصلاحها

أعرب برونو فيرنانديز، متوسط ميدان مانشستر يونايتد، عن خيبة أمله من الهزيمة الكبيرة التي تكبدها فريقه 0-4 أمام برايتون، مساء السبت، في الجولة 36 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال فيرنانديز في تصريحات لشبكة سكاي سبورتس عقب المباراة "النتيجة كما هي، الأمر ليس جيد بما يكفي، نجحوا في التفوق علينا تماما، كان لديهم الحلول دائما، وضغطوا علينا فاستحقوا تلك النتيجة". وأضاف "كل شيء سار بشكل خاطيء، سواء في الجودة أو العقلية، استحقوا الانتصار ونستحق بدورنا المركز الذي نحن فيه الآن". وتابع "يجب أن نشعر بالإحراج من هذه المباراة، فلم يكن ما قدمناه جيدا بما يكفي، يجب علينا تقديم ما هو أفضل من ذلك". واسترسل "لا أريد التحدث عن المستقبل، وما يزال هناك مباراة متبقية في الموسم، وعلينا الفوز بها". وواصل "تحدثت مع النادي عن المستقبل كثيرا قبل أن أوقع على عقدي، فانا أعتقد أن المستقبل يبدو جيدا، لكن بوضوح هناك الكثير من الأمور يجب إصلاحها كما شاهدنا هذا الموسم". ورد على هتافات الجماهير بعدم أحقية لاعبي يونايتد في ارتداء قميص الفريق "أنا من بينهم أيضا، فما قدمناه اليوم لا يليق بقميص مانشستر يونايتد وعلينا تقبل ذلك".



الأرض. ولم يكذ الضيوف يستوعبون التأخر بثلاثية، حتى أضاف تروسارد هدفا رابعا، حيث اصطدمت الكرة به عندما حاول دالوت إبعادها من على خط المرمى.

ورغم وجود شبهة لمس الكرة ليد تروسارد، إلا أن الحكم احتسب الهدف بناء على توصية غرفة "القار". وانهار اليوناييتد بوضوح، وهو ما كاد أن يتسبب في هدف عكسي عن طريق دالوت، الذي أبعده الكرة من أمام أحد المهاجمين، لترتطم بالقائم وتتحول إلى ركنية، قبل أن يتصدى حارس برايتون لتصويبة قوية من برونو فيرنانديز. وحاول ويلبيك مجددا صيد شباك فريقه السابق، يوناييتد، بتصويبة قوية بعيدة المدى، لكن الكرة مرت بجوار القائم، قبل أن يطلق الحكم صافرة النهاية، معلنا فوز برايتون برباعية دون رد.

اللمسة الأخيرة، فضلا عن عدم قدرتهم على بناء الهجمات بأريحية من الخلف. وجاءت أول تسديدة للضيوف على مرمى برايتون، بعد مرور 38 دقيقة على بداية المباراة، عبر تسديدة من ركلة حرة نفذها كريستيانو رونالدو أعلى العارضة. وجاءت بداية الشوط الثاني مثيرة، حيث نجح برايتون في مباغثة ضيفه بهدف ثان، بعد 4 دقائق فقط، من تسديدة أطلقها كوكوريا واستقرت داخل الشباك. ووجه ماتا أول تسديدة للشياطين الحمر بين القائمين والعارضة، بعدما تهيأت كرة أمامه ليقابلها بتصويبة على الطائر، لكنها استقرت بين أحضان الحارس روبرت سانشيرز. ومع حلول الدقيقة 57، أطلق جروس رصاصة الرحمة على يوناييتد، بعدما تلاعب بفاران بالقرب من المرمى، قبل أن يضع الكرة بهدوء على يسار دي خيا، محرزا الهدف الثالث لأصحاب

تلقي مانشستر يونايتد هزيمة مذلة خارج أرضه على يد برايتون (0-4)، السبت، ضمن منافسات الجولة 36 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وأكدت هذه الهزيمة، بشكل رسمي، غياب اليوناييتد عن دوري أبطال أوروبا في الموسم القادم، بعدما توقف رصيده عند 58 نقطة في المركز السادس. أما برايتون فوصل للنقطة 47، ليقتصر إلى المرتبة التاسعة، بعدما سجل رباعية جاءت عن طريق: مويسيس كاسيدو، مارك كوكوريا، باسكال جروس، لياندر تروسارد، في الدقائق 15، 49، 57، 60. وساد الهدوء في الدقائق الأولى من المباراة، حتى أصاب كاسيدو شباك اليوناييتد من أول فرصة، عندما أطلق تسديدة أرضية زاخفة، عجز ديفيد دي خيا عن التصدي لها. وظل مان يوناييتد عاجزا عن تهديد مرمى ضيفه مع مرور الدقائق، حيث افتقر لاعبوه لدقة

## لوكاكو يقفز لقمة قائمة هدافي تشيلسي

سجل البلجيكي روميلو لوكاكو، نجم تشيلسي، هدفين في شباك وولفرهامبتون، السبت، ضمن مباريات الجولة 36 للبريميرليغ. وأحرز لوكاكو هدفه في ظرف 138 ثانية فقط، ليتقدم تشيلسي بهدفين دون رد، قبل أن ينتهي اللقاء بالتعادل 2-2. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن لوكاكو هدفه في مباراة السبت، أصبح أفضل هداف لتشيلسي هذا الموسم، برصيد 14 هدفا، متفوقا على كاي هافيرتز (13 هدفا). أما شبكة "سكاي سبورت" للإحصائيات، فقد أشارت إلى أن لوكاكو رفع رصيده أهدافه إلى 200 هدف خلال مشاركاته في الدوريات المختلفة التي لعب لها. وسجل القناص البلجيكي أهدافه الـ200 بواقع (33 مع أندرلخت)، و(17 وست بروميتش)، و(68 إيفرتون)، و(28 مانشستر يونايتد)، و(47 إنتر)، و(7 تشيلسي).

## شيفيلد يهزم فولهام برباعية ويتأهل لملاحق البريميرليغ

ضمن فريق شيفيلد يونايتد، مقعدا في الدور الفاصل المؤهل للدوري الإنجليزي الممتاز، بعد فوزه الساحق على فولهام البطل (4-0)، السبت في الجولة الأخيرة من دوري الدرجة الثانية. وتقدم مورجان جيبس وايت بهدف لشيفيلد في الدقيقة العاشرة ثم أضاف إليمان ندياي الهدف الثاني في الدقيقة 21. وتكفل ساندير بيرج بتسجيل الهدف الثالث لشيفيلد في الدقيقة 25، قبل أن يختتم إيندا ستيفينز رباعية فريقه في الدقيقة 49. وسيلتقي شيفيلد يوناييتد مع نوتنغهام فورست في الدور الفاصل، على أن يلتقي هيدرسفيلد مع لوتن تاون في مواجهة الأخرى. يذكر إلى أن فريق فولهام وبورنموث، تأهلا تلقائيا للدوري الممتاز باحتلالهما المركزين الأول والثاني على الترتيب.



# ديبالا

## يصل للهدف 115 ويعادل إنجاز باجيو مع جوفنتوس

تقدم النجم الأرجنتيني باولو ديبالا لاعب جوفنتوس، إلى المركز التاسع في قائمة هدافي البيانكونيري على مر التاريخ.

وسجل ديبالا هدفا في خسارة يوفنتوس أمام جنوى بنتيجة 1-2، في المباراة التي أقيمت، على ملعب لويجي فيراريس، ضمن منافسات الجولة الـ 36 من مسابقة الدوري الإيطالي.

وذكرت شبكة "أوبتا" للإحصائيات، أن ديبالا وصل إلى الهدف رقم 115 بقميص يوفنتوس، ليتقدم إلى المركز التاسع في قائمة هدافي البيانكونيري على مر التاريخ، بالتساوي مع الأسطورة روبرتو باجيو.

افتتح باولو ديبالا التسجيل لضيق يوفنتوس في الدقيقة 48 من عمر المباراة. وأدرك ألبرت جودموندسون التعادل لضيق جنوى في الدقيقة 87، ثم أضاف دومينيكو كريشيتو هدف جنوى الثاني من ركلة جزاء في الدقيقة السادسة من الوقت المحتسب بدلا من الضائع في الشوط الثاني.

بتلك النتيجة تجمد رصيد يوفنتوس عند 69 نقطة في المركز الرابع في جدول ترتيب مسابقة الدوري الإيطالي، بينما وصل جنوى للنقطة 28 في المركز الـ 19 وقبل الأخير.

## هل يستطيع ميلان ضم رونالدو؟



ارتبط نجم فريق مانشستر يونايتد الدولي البرتغالي كريستيانو رونالدو بالانتقال إلى صفوف إي سي ميلان الإيطالي، الفترة المقبلة من سوق الانتقالات. وكانت تقارير قد زعمت بأن ميلان يخطط للتعاقب مع رونالدو هذا الصيف، مستغلا رغبة الدون في التواجد بدوري أبطال أوروبا في الموسم القادم ولن يكون ميلان قادرا على التعاقد مع كريستيانو رونالدو، بسبب راتب اللاعب، حيث لن يطبق عليه قانون النمو الضريبي، كونه غادر إيطاليا منذ موسم واحد فقط.

ويبلغ راتب كريستيانو رونالدو السنوي حوالي 53 مليون يورو، وهو ما يعادل ميزانية ميلان بأكملها في سوق الانتقالات، ولذلك سيكون من المستحيل ضم الدون.

ويملك رونالدو عقداً مع مانشستر يونايتد حتى 2023، وكانت تقارير قد أكدت بأن المدرب إريك تن هاغ يريد إستمارة رونالدو في الموسم المقبل.

## روما يكافئ 166 مشجعا حضروا خسارة بودوجليمت بتذاكر نهائي دوري المؤتمر الأوروبي

سيضمن النادي التذكرة. تم وضع قائمة الأشخاص المؤهلين بناء على تقارير المبيعات المقدمة من بودوجليمت لذلك، سيتم إرسال الرمز الفريد بحلول 7 مايو إلى عنوان البريد الإلكتروني المستخدم لشراء التذكرة على موقع بودوجليمت لإصدار التذاكر. ويأمل روما في تحقيق أول لقب يدخل خزنة النادي منذ 2008.

ويمتلك روما 3 ألقاب للدوري الإيطالي و9 لكأس و2 لكأس السوبر، فيما حقق أوروبا من قبل لقب كأس المعارض 1961.

وفي حال الفوز سيكون جوزيه مورينيو المدير الفني أول مدرب يحقق الألقاب الأوروبية الثلاثة بعدما سبق له الفوز بلقب دوري الأبطال والدوري الأوروبي.



كافأ نادي روما مشجعيه البالغ عددهم 166 الذين حضروا خسارة الفريق أمام بودوجليمت النرويجي في دوري المؤتمر الأوروبي بنتيجة 1-6 بالحصول مجانا على تذكرة المسابقة أمام فينورد الهولندي.

روما تاهل إلى نهائي دوري المؤتمر الأوروبي المقرر إقامته يوم 25 ماي المقبل في تيرانا عاصمة ألبانيا بعد الفوز على ليستر سيتي. وأعلن موقع روما الرسمي مكافأة المشجعين الذين حضروا خسارة الفريق أمام بودوجليمت في دور المجموعات في الترويج بنتيجة قياسية 1-6 لحضور النهائي. وأوضح النادي عبر موقعه "قرر النادي مكافأة 166 مشتركا الحاضرين في مباراة يوم 2021/10/21 في الذهاب من ملعب أسيميرا، بالنسبة لهؤلاء المشجعين،

## إنفستكوب أم ريد بيرد؟ مزاد شراء ميلان يشتعل

ستكون الفترة القادمة حاسمة بالنسبة لنادي أي سي ميلان الإيطالي للكشف عن هوية المالك الجديد بعد صندوق البيوت الأمريكي.

وبدأت منذ أسابيع مفاوضات بين البيوت وصندوق إنفستكوب البحريني لشراء أسهم ميلان، قبل دخول مجموعة ريد بيرد كإيصال بارتنز الأمريكية بالمنافسة للاستحواذ على العملاق الإيطالي. وكشفت صحيفة «لاغازيتا ديلو سبورت» الإيطالية عن آخر التطورات بشأن عملية بيع ميلان. وبحسب المصدر ذاته فإن انتقال ملكية ميلان لإنفستكوب ستتم خلال الأسابيع القليلة القادمة، وجاءت المنافسة مع ريد بيرد بعد انتهاء فترة المفاوضات الحصرية. وأكدت الصحيفة بأن البيوت وإنفستكوب على بعد خطوة من التوصل لاتفاق على صفقة بقيمة 1.18 مليار يورو. وكان من المتوقع أن ينتهي كل العمل الآن لكن الصحيفة أشارت إلى حاجة العملية لفترة أطول لإعداد الوثائق والبتود قبل التوقيع على الأوراق والمصافحة. ولا يوجد مخاوف عند الصندوق البحريني بشأن دخول ريد بيرد في ظل تضديهما لعرض أفضل، حيث اكتفت ريد بيرد بعرض مليار يورو واحد فقط.

## "ميلان" يدخل سباق التعاقد مع "ستيرلينغ"



## جماهير جوفنتوس تحمل أليغري مسؤولية تراجع فلاهوفيتش

سلطت الصحافة الإيطالية الأضواء على دوسان فلاهوفيتش، مهاجم جوفنتوس، عقب استبداله في مباراة جنوى، ضمن منافسات الجولة 36 من مسابقة الدوري. وخرج فلاهوفيتش من الملعب غاضبا، ورصدته الكاميرات في حالة حزن على مقاعد البدلاء، قبل أن يقرر وضع يديه على وجهه للهروب من العدسات. ووفقا لصحيفة «لاغازيتا ديلو سبورت» الإيطالية، فإن فلاهوفيتش لم يكن غاضبا من ماسيميليانو أليغري، مدربه، بعد أن استبدله، لكنه غير سعيد بأدائه وفشله في زيارة الشباك خلال آخر 3 مباريات بالدوري. وقال موقع «فوتبول إيطاليا» إن جمهور جوفنتوس اتهم أليغري على موقع التواصل الاجتماعي بالتأثير على مستوى فلاهوفيتش، من خلال تقييده عند الاعتماد على أسلوب لعب دفاعي.

يذكر أن جوفنتوس ظل في المركز الرابع بجدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 69 نقطة رغم الخسارة أمام جنوى 1-2، لكنه فقد فرصة في التتويج باللقب عقب فوز إنتر.

كشف تقرير صحفي إيطالي، عن رغبة ميلان في التعاقد مع نجم مانشستر سيتي، في الميركاتو الصيفي المقبل.

وينافس ميلان على لقب الكالتشيو بقوة هذا الموسم، ويستعد للمشاركة في دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل، وبالتالي يسعى لتعزيز صفوفه بصفتات من العيار الثقيل.

وبحسب موقع «كالتشيو ميركاتو» الإيطالي، فإن ميلان يرغب في التعاقد مع جناح هجومي جديد في الصيف المقبل، لتعزيز صفوف الفريق المشارك في دوري أبطال أوروبا. وأشار التقرير، إلى أن ميلان صوب أنظاره تجاه النجم الدولي الإنجليزي رحيم ستيرلينغ، جناح مانشستر سيتي، الذي ينتهي عقده في صيف 2023، ولم يتم التفاوض حول التجديد حتى الآن.

وأكد التقرير، أن ستيرلينغ نفسه غير حريص على التجديد، في ظل رغبته في خوض تحد جديد والانتقال إلى نادٍ آخر.

ولا يمانع مانشستر سيتي رحيل ستيرلينغ في الصيف المقبل، خاصة وأنه لا يتويج التجديد له، وبالتالي يرغب في تجنب رحيله مجانا في صيف 2023.

ومع ذلك، فإن ميلان سيعد منافسة شرسة من جانب نادي آرسنال وبرشلونة، على ضم الجناح الإنجليزي.

## عودة "ليتشي" و"كريمونيزي" إلى "سيريا أ"

يصل كل من ليتشي وكريمونيزي إلى مصاف أندية الدرجة الأولى في كرة القدم الإيطالية، فيما أخفق مونتسا بقيادة رئيس الوزراء السابق سيلفيو برلوسكوني بضم المركزين الأول أو الثاني.

وأحرز ليتشي لقب دوري الدرجة الثانية بفوزه على متذيل الترتيب بوردينوني 1- صفر الجمعة في المرحلة 38 الأخيرة، وسيعود لخوض موسمه السابع عشر في «سيريا أ»، بعد سنتين من هبوطه في 2020.

أما مونتسا الذي يملكه برلوسكوني، صاحب الانجازات التاريخية مع ميلان، فقد استهل نهاره في المركز الثاني قبل أن يخسر بهدف أمام بيروجيا ليتراجع إلى المركز الرابع.

استفاد كريمونيزي بفوزه على كومو 2-1 ليحتل الوصافة. يعود إلى الدرجة الأولى بعد 26 عاما من ظهوره الأخير في موسم 1995-1996.

وقفز بيزا إلى المركز الثالث بفوز على فروزينوني، لكنه يبحث عن التفوق في التصفيات النهائية من ستة أندية، لمركز ثالث مؤهل، يتضمن مونتسا، بريتشا، أسكولي، بينيفيننتو وبيروجيا.

## برونو فرنانديز يقدم اعتذاره لجمهور مانشستر يونايتد

قدم برونو فرنانديز اعتذاره لجمهور ناديه مانشستر يونايتد الإنجليزي بعد الخسارة الكبيرة للفرق ضد برايتون كما رد على هتافات الجمهور للاعبين خلال المباراة أمام برايتون، حيث هتفت جماهير الشياطين الحمر للاعبين الفريق حين قالت لهم لستم مناسبين لارتداء القميص وقال برونو في تصريحاته لـ بي بي سي "عقب المباراة: النتيجة هي ما هي عليه، ليست جيدة بما فيه الكفاية، لقد تفوقوا علينا، كان لديهم دائما حل، ضغطوا علينا بشكل أفضل واستحقوا النتيجة القليل من كل شيء حدث بشكل خطأ، فيما يتعلق بالجودة والعقلية، لقد استحقوا الفوز ونحن نستحق أن نكون في المركز الذي نحن فيه الآن إنه شيء علينا أن ننظر إليه وأن نشعر بالحرج لأن ذلك لم يكن جيدا بما يكفي منا وعلينا أن نضع ما هو أفضل بكثير لا أريد التحدث عن المستقبل، ما زالت لدينا مباراة واحدة هذا الموسم وعلينا الفوز لقد تحدثت مع النادي عن المستقبل عدة مرات قبل أن أوقع عقدي لأنني اعتقدت أن المستقبل يمكن أن يكون جيدا، ولكن من الواضح أن هناك أشياء كثيرة بحاجة إلى الإصلاح، كما رأينا هذا الموسم". وعن الجماهير التي هتفت ضد اللاعبيين "لستم لائقين لارتداء القميص"، أتم برونو: "أنا أشرك نفسي في ذلك، ما فعلناه اليوم، ما فعلته اليوم، لم يكن كافيا لأرتدي قميص مانشستر يونايتد وأنا أقبل ذلك". وتعرض مانشستر يونايتد لهزيمة مثله من برايتون بأربعة أهداف دون رد، ليخسر رسميا فرص تأهله لدوري أبطال أوروبا.

## كريستيانو رونالدو يعلن عن اسم مولودته الجديدة

أعلن نجم نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي، كريستيانو رونالدو وشريكته جيورجينا رودريغيز، عن اسم مولودتهما الجديدة، والتي رزقا بها في الأيام القليلة الماضية. وبحسب ما تم تداوله عبر شبكات التواصل الاجتماعي، فقد تمت تسمية المولودة الجديدة بـ "بيلا إزميرالدو" والتي تعني "القلب الأخضر" وذلك حسب ما أعلنته جيورجينا عبر حسابها الشخصي على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام. و التقطت جيورجينا عدة صور لمولودتها الجديدة وهي نائمة، وكتبت اسمها مع قلوب خضراء في منشور على إنستغرام. و جذبت صورة ابنة رونالدو سيلاً من التعليقات الداعمة له ولجيورجينا بعد أزمة وفاة مولودهما. وكان رونالدو قد نشر صورة قبل اسبوع لمولودته وهي بين يديه، وكتب عليها: "حب للابد" متوجها بالشكر إلى الأطباء والممرضين والجماهير التي دعمته ليمر من محنته وترى ابنته النور. وأضاف: "مولد ابنتنا منحنا القوة لتعيش تلك اللحظات بشيء من الأمل والسعادة، نود أن نشكر الأباء والتمريض على الرعاية الكبيرة والدعم، كلنا محبطون بسبب الخسارة التي مررنا بها ولا نريد إلا الخصوصية في هذا الوقت الصعب، ابني العزيز.. أنت ملاكتنا.. سنظل دائما نحبك". جدير بالذكر أن رونالدو تلقى العديد من رسائل الدعم بعد وفاة ابنته، ولاشك أن أبرزها الدعم الخاص الذي قدمه له جماهير ناديه مانشستر يونايتد، وجماهير نادي ليفربول وأرسنال. ولدى رونالدو 5 أبناء حاليا، أولهم كريستيانو جونيور الذي يلعب في صفوف ناشئي مانشستر يونايتد ويسير على خطى الوالد. أم كريستيانو جونيور غير معروفة للإعلام، بناء على اتفاق بينها وبين اللاعب البرتغالي، ولدى الدون أيضا توأم أيضا وماتيو وأمهما أيضا غير معروفة. و بنت أخرى رونالدو هي أيضا مارتينا من صديقتها الحالية جورجينا رودريغيز، ولدت في عام 2017، وأختر أولاده التوأم الأخير حيث توفي الولد بعد ولادته بلحظات.

## مورينيو يدرف دموع الفرح بعد تأهل فريقه لنهائي دوري المؤتمرات الأوروبي

أظهرت لقطات كاميرا خاصة على المدرب البرتغالي، والمدير الفني لنادي روما الإيطالي، جوزيه مورينيو وهو يبكي بعد نهاية المواجهة ضد فريق ليستر سيتي الإنجليزي، وانهمرت دموعه متأثرا بعد تحقيق هذا الإنجاز غير المسبوق لأي مدرب في منافسات كرة القدم الأوروبية. حيث بعد الوصول إلى المباراة النهائية، أصبح جوزيه مورينيو أول مدرب يصل إلى ثلاثة مباريات نهائية في البطولات القارية و هي دوري أبطال أوروبا، الدوري الأوروبي ودوري المؤتمرات الأوروبية، وهو الإنجاز الذي جعل البرتغالي يبكي بعد نهاية مباراة روما الأخيرة والتأهل. وتأهل فريق روما لنهائي بطولة دوري المؤتمرات الأوروبية، بعدما تفوق في الدور نصف النهائي على منافسه ليستر سيتي، ليقترب من تحقيق لقب أوروبي مع مدربه البرتغالي. وفي حال تفوق فريق روما في المباراة النهائية لبطولة دوري المؤتمرات الأوروبية، فإن مورينيو سيحقق المجد الأوروبي لفريق الذئاب، وسيصبح مورينيو بطل جماهير ملعب أولمبيكو لسنوات وسنوات.

خطى الوالد. أم كريستيانو جونيور غير معروفة للإعلام، بناء على اتفاق بينها وبين اللاعب البرتغالي، ولدى الدون أيضا توأم أيضا وماتيو وأمهما أيضا غير معروفة. و بنت أخرى رونالدو هي أيضا مارتينا من صديقتها الحالية جورجينا رودريغيز، ولدت في عام 2017، وأختر أولاده التوأم الأخير حيث توفي الولد بعد ولادته بلحظات.

## رونالد أرواخو يوجه رسالة لجمهور ناديه برشلونة

وجه رونالد أرواخو رسالة لجمهور ناديه برشلونة كما تحدث عن سر بقاءه مع الفريق رغم العروض الخارجية المغربية ماديا مع الوضع الاقتصادي الصعب في قلعة "كامب نو وتحدث أرواخو في حوار مع صحيفة "سبورت" الكتالونية، وقال: "كانت هذه هي رغبتني المستمرة، التجديد شعرتني بسعادة كبيرة". وأضاف: "أنا في أفضل ناد في العالم، التجديد هو مكافأة لكل ما قدمته مع الفريق، ثقة النادي بي تعني أنني أسير على الطريق الصحيح لقد تعلمت الكثير خلال الموسم الماضي منذ لعبي مع برشلونة في الفريق الأول، كان هناك ليونيل ميسي، لويس سواريز، يجب أن تكون شديد التركيز ولا تفشل، لقد شاركت في 75 مباراة بالفعل مع برشلونة، وأثبتت للجميع أنهم قادرون على الاعتماد على ولكني مررت بالعديد من الأوقات الصعبة لقد مررنا بموسم غريب مع برشلونة، بدأنا بشكل سيء للغاية، لكن مع وصول تشافي تغير كل شيء، نحن نتغير على المستوى الذهني، الجميع يعمل بشكل أفضل، وأظهرنا ما يمكن الوصول إليه من خلال الفوز بمباراة الكلاسيكو، الفوز على نابولي، رغم عدم استمرارنا في الدوري الأوروبي، لكن لدينا فريق جيد للغاية، ومقتنع بأن في الموسم المقبل سنفوز بالألقاب" وعن مباراة ريال مدريد ومانشستر سيتي: "لقد شاهدت المباراة، مبروك لنادي ريال مدريد على ما فعلوه، ولا شيء أكثر من ذلك، بيكيه هو أحد الذين تعلمت منهم، ربما ليس لديه سرعة هائلة، لكنه ذكي جدا، دائما ما يكون في مكان جيد لقطع الكرة، فهو أحد أفضل مدافعين في العالم، لقد فاز بكل شيء، فهو بطل العالم، ووجودي بجانبه في الملعب مفيد للغاية أعمل من أجل شارة القيادة في المستقبل، ولكني أترك كل شيء يسير بشكل طبيعي، أحب أن يكون كذلك، أشجع زملائي في الفريق، ليس فقط على أرض الملعب، أسألهم عن الكثير من الأشياء الأخرى، من الجيد أن نبقي على تواصل، يتركني بحريتي عندما أتحدث، داخل الملعب، أتعلم الكثير طالما أعب كرة القدم، الحقيقة هي أنه منذ ان انضمت إلى الفريق الأول كانت هناك بعض الأشياء التي لم تكن نفعها ونحاول استعادتها مع تشافي، أهمها مشاهدة بعض مقاطع الفيديو للأخطاء التي تقع فيها وتحليلها". ووقع أرواخو قبل أيام على عقد التجديد مع برشلونة حتى جوان 2026، رغم كثرة العروض التي وصلتته خاصة من الدوري الإنجليزي وعلى رأسها من مانشستر يونايتد.



# آلام الجنب أثناء الجري وكيفية التخلص منها

عند ممارسة الرياضة يفاجا البعض بالآلام شديدة في جنب واحد من البطن أو في الجنبين، وهو ما يجبرهم على قطع النشاط الرياضي. ويشكو الكثير من العدائين على وجه الخصوص من هذا الألم المزعج، لكنه قد يصيب الشخص حتى عند المشي. فما هو هذا الألم؟ وما هي أسبابه؟

في البداية يقول الخبراء إنه لا داع للقلق عند الشعور بهذه الآلام التي تشبه الوخز في الجنب، ويقول الطبيب العام أولريش فولش: "إنه شعور مؤلم، لكنه غير خطير". ويعرف عن هذا الوخز الجانبي أنه يصيب الشخص عادة أثناء ممارسة رياضة مثل الجري أو ركوب الدراجة والسباحة، ويمكن أن يصيب الجانبيين، وتكثر الشكاوى منه على الجانب الأيمن وأنه شعور مؤلم مثل الوخز أو تشنج في منطقة البطن من الجانبين. ويعزو بعض الخبراء سبب الإصابة بهذه الآلام لعدم وصول دم كاف إلى الكبد والطحال أثناء ممارسة الرياضة، مفسرين سبب حدوث الوخز الجانبي بشكل خاص إذا كانت المعدة ممتلئة، فهي تحتاج إلى الدم من أجل عملية الهضم، لكن العضلات تحتاجه أيضا أثناء ممارسة الرياضة، وبالتالي يحدث نقص في ضخ الدم ما يتسبب في الوخز المؤلم. وأشارت نظرية أخرى إلى أن الوخز الجانبي يحدث بسبب ضغط الحجاب الحاجز على الأعضاء الداخلية بسبب ضغط التنفس السريع أثناء ممارسة الرياضة، فعند الحركة والتنفس السريعين تتمدد الأربطة بين الحجاب الحاجز والأعضاء الداخلية ولا يكون لديها وقت كاف للاسترخاء، ويتسبب ذلك في تشنج الحجاب الحاجز، وهو ما يؤدي إلى الشعور بالألم في الجنبين. أما النظرية الأخيرة التي يفسر بها الأطباء حدوث الوخز الجانبي فهي الوضعية الخاطئة للجسم أثناء ممارسة الرياضة، وأن بدء النشاط الرياضي بجسم متشنج أو غير مستقيم قد يرفع من فرص الشعور بالوخز الجانبي، كما يعاني منه بشكل خاص من لا يمارسون نشاط بدني بصفة مستمرة ومن يعانون من الوزن الزائد. ينصح الخبراء بأخذ استراحة من التمرين حتى يخف الألم، ثم القيام بتدريبات تنفس بسيطة عن طريق الشيق بعمق ثم الزفير ببطء، بالإضافة إلى تدليك الجنب المصاب مع الانحناء إلى الأمام قليلا، كما ينصح بالقيام بتمارين الإحماء قبل ممارسة النشاط الرياضي، وعدم تناول الطعام أو المشروبات التي تحتوي على السكر قبل التمرين بوقت قصير، ويمكن المشي أربع خطوات مع الشيق، ثم المشي أربع خطوات أخرى مع الزفير، وذلك حتى التخلص من الألم، أو وقف التمرين والانحناء إلى الأسفل ثم لمس أصابع القدمين.

## التدريب المفرط وأثره على أداء الرياضيين

شعور بالألم شديد في أجزاء متفرقة من الجسم. ويضيف باريك أن الألم الناتج عن التمارين الطبيعية يختلف عن ذلك الناتج من فرط التدريب ويجب التفريق بينهما. فالألم الطبيعي يزول بعد ما يقرب من 10 أيام، أما إذا استمر فيجب استشارة الطبيب لتقييم حجم الإصابة. كما أن ممارسة الرياضة الزائدة قد تتسبب في إصابة الجسم بالجفاف حيث يفرض الجسم العرق لتنظيم درجة حرارة الجسم، وزيادة فقدان الجسم للسوائل تتطلب زيادة كميات الاستهلاك اليومي لتعويض ما فقده. كما يتسبب الإفراط في التمارين في إفراز الجسم لهرمون الكورتيزول أو ما يعرف بهرمون الإجهاد مما يجعل الجسم عرضة للأمراض نتيجة إضعاف جهاز المناعة. وهوس التدريب يتسبب في ضغط الكثيرين على أجسامهم بدرجة تتجاوز حدود تحملها. وتصبح للرياضة بذلك آثار سلبية. وقد وجدت دراسة حديثة أن التدريب المفرط يؤدي إلى زيادة في الالتهاب. ويمكن أن تكون لذلك عواقب سلبية على السلوك والصحة. تعد الالتهاب سمة سلبية تؤدي إلى التصرف بسرعة وبطريقة غير متوقعة وغير متناسبة مع المحفزات الداخلية أو الخارجية. لذلك، يتصرف الشخص دون تفكير ودون دراسة العواقب. لقد نشرت مجموعة أبحاث فرنسية دراسة حول عواقب التدريب المفرط وتأثيره على الالتهاب، وعن كيفية تأثير النشاط البدني المبالغ فيه على التحكم المعرفي. لذلك، قسم الباحثون المشاركين في الدراسة إلى مجموعتين لتدريب أحدهما أكثر من الأخرى. بمعنى آخر، شهدت مجموعة زيادة في فترة التدريب بنسبة 40 المئوية لكل جلسة لمدة ثلاثة أسابيع، والتزمت الأخرى بفترة تدريب عادية خلال نفس الفترة. وبعد أسابيع، عرض المشاركون على لجنة لتقييمهم.

وقسمت هذه الجلسة على النحو التالي: خلال 50 دقيقة، كان على المشاركين الاختيار بين أمرين: كانت نتائج الأولى فورية وامتدت آثار الثانية على فترة أطول، وجلسة لقيادة الدراجات بأقصى سرعة ممكنة لمدة 45 دقيقة لإظهار آثار الإفراط في التدريب والإرهاق. وشملت الجلسات التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي. وبهذه الطريقة، دقق الباحثون في استجابة القشرة الدماغية للمؤثرات التي عرضت أمام المشاركين. وركز الباحثون على نشاط القشرة الدماغية المسؤولة عن الالتهاب، وسجلوا نتائج القرارات حسب تأثيراتها الزمنية. وتم تضمين المهام المعرفية لتحفيز هذه المنطقة في الدماغ. ومن خلال مقارنة نشاط الدماغ بعد 45 دقيقة من التمارين الحادة مع نشاطه خلال الفترة الأولى من الجلسة، وجد الباحثون انخفاضا في نشاط القشرة أثناء اتخاذ القرار. يعني هذا تأثير التدريب الزائد سلبا على اتخاذ القرارات. تعد هذه النتائج مهمة لعدة أسباب. من ناحية، يساعدنا التريث لاتخاذ القرار الأنسب عوضا عن الاندفاع في كل وضع يمكن أن يواجهه الفرد في الرياضة، سيؤدي التحكم المعرفي الأقل إلى إحساس أكبر بالأمان، مما سيؤدي إلى تجاوز حدود الجسم. بهذه الطريقة، قد تؤدي مواصلة التدريب وتجاهل الحاجة إلى الراحة إلى المزيد من الإصابات والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر. من ناحية أخرى، قد تؤدي هذه الرغبة في تحقيق الأفضل في أقل فترة ممكنة إلى الوقوع في فخ المنشطات ذات العواقب المباشرة على الصحة البدنية والنفسية. كما يمكن أن تهدم مسيرة الرياضيين المهنية حيث يعاقب كل من يثبت تعاطيه لهذه المواد لزيادتها في فرص نجاح الفرد الذي يستهلكها. كما هو الحال مع معظم الأنشطة، يخلف الإجهاد المتراكم الناتج عن التدريب المفرط عواقب سلبية على المدى القصير والطويل. ويجب تعزيز عادات نمط الحياة الصحية دون المبالغة فيها.

يعرف مدربو اللياقة متلازمة التدريب المفرط بأنها الزيادة المفرطة في التدريب التي ينتج عنها انخفاض مزمن في الأداء الرياضي وعدم القدرة على أداء التدريبات. وقد تتسبب في حدوث بعض المضاعفات التي ربما تتطلب العناية الطبية. يقول أخصائيو العلاج الطبيعي أنه إذا كنت تشعر بالتعب والإرهاق، فقد تكون تعاني من متلازمة فرط التدريب التي تبدأ عادة بالألم في العضلات وشعور بالتعب. ثم تتطور الحالة بسرعة وقد تتسبب في حدوث إصابات وجروح. يحدث التدريب المفرط عندما تصبح شدة التمرين وحجمه أكثر مما يمكن للجسم أن يتعافى منه بشكل صحيح". ولتفادي الإصابة بهوس التمرين ومتلازمة فرط التدريب، يوصي تقرير نشره موقع "نو بوسي" الفرنسي بتفادي تمديد التدريبات لفترات زمنية طويلة لأن في ذلك استنزاف وإجهاد لقدرة الجسم على التحمل. قال الدراج الإسباني المعتزل، ميغيل إندورين، "تكن قوتي في أنني أكثر توازنا وأكثر هدوءا من معظم راكبي الدراجات". ويذكر أنه حصل على الميدالية الذهبية في دورة الألعاب الأولمبية الصيفية سنة 1996، وعلى الميدالية الذهبية في بطولة العالم للدراجات الهوائية على الطريق سنة 1995. كما فاز بسباق طواف فرنسا خمس مرات، وبطواف إيطاليا مرتين. توفر لنا ممارسة الرياضة بانتظام فوائد لا حصر لها. ومع ذلك، يوصي المدربون بالحرص على عدم المبالغة فيها. من الناحية النفسية، تساعدنا الرياضة في الحد من الاكتئاب والقلق، وتسهل التعامل مع جرعات التوتر اليومية، وتزيد من احترامنا لأنفسنا، وتحسن علاقتنا الاجتماعية. أما على الجانب المادي، فتساعدنا الرياضة في مواجهة السمعة واضطرابات القلب والأوعية الدموية. المشكلة تكمن في قضاء حصص طويلة من التدريبات، فعندما نزيد من حدة التمارين ونقل وقت الاستراحة بين الحصص، لا يضر ذلك بأدائنا الرياضي فحسب، بل يمتد أيضا ليعكس سلبا على صحتنا. يمكن أن يتجاوز الجسم حدود تحمله القصوى. يتسم هذا "الاحتراق" بأعراض معينة مثل التعب البدني أو العقلي أو تقلب المزاج أو اللامبالاة أو اضطرابات النوم. ويمكن أن تصبح هذه الحالة مزمنة، مما يؤدي إلى ما يسمى بمتلازمة الإفراط في التدريب. يتجاوز الجسم حدوده إلى درجة أنه لا يستطيع التعافي من الجهود المبذولة خلال كل جلسة تدريب. ويمكن أن يتسبب هذا الانخفاض في الأداء الرياضي في وقوع الفرد في دوامة سلبية حيث سيبري أن انخفاض القدرة البدنية يرجع إلى قلة ممارسة الرياضة مما سيدفعه إلى الزيادة من حدة تمارينه. وتتفاقم آثار ذلك شيئا فشيئا. تتجلى متلازمة فرط التدريب في التغيرات الفسيولوجية والنفسية وكل الأعراض التي تعكس سوء تكيف الجسم مع ما يجري. عامة، يعاني المصاب من أعراض مثل التعب والألم وفقدان الشهية وفقدان الوزن بنسق غير صحي والصداع وآلام العضلات والالتهابات المتكررة واضطرابات الجهاز الهضمي وحتى انقطاع الحيض وهشاشة العظام. وبالإضافة إلى ذلك، سيزداد معدل ضربات القلب وضغط الدم مما سيرفع من نسبة استهلاك الأوكسجين داخل الجسم. من الناحية النفسية، قد يعاني الفرد من الاكتئاب والتوتر واللامبالاة والإرهاق الذهني وقلة التركيز وعدم القدرة على تحقيق الاستقرار العاطفي والنظرة السلبية للذات. كما تتجلى التغييرات في الأداء في انخفاض ملحوظ في القوة والقدرة على التحمل والسرعة والتوازن. وعادة ما تدفع هذه الأعراض الشخص المصاب بهذه المتلازمة إلى ارتكاب المزيد من الأخطاء. نتيجة لذلك، يصبح تحقيق الأهداف التي حددها لنفسه أكثر صعوبة. ويقول سابرينا جو، وهو مدرب رياضي، إن متلازمة الإفراط في التدريب تعتبر من أخطر الأشياء التي يمكن أن تؤدي إلى أمراض كثيرة مثل الاكتئاب والإجهاد والأرق وضعف المناعة. ويضيف أن "أول علامة على الإفراط في التدريب هي عندما يبدأ أداء الشخص في التمارين ينخفض مما تترتب عليه أعراض أخرى مثل اضطرابات النوم، وعدم وجود الحافز والمزاج المتقلب". إن متلازمة الإفراط في التدريب تحدث في الغالب للرياضيين من النخبة. ولكن يمكن أيضا أن يصاب بها الرياضيون الهواة، مثل العدائين لمسافات طويلة. وربما يؤدي فرط التدريب إلى الإصابة بتمزق الأربطة والتواء الكاحل أو القدم وربما

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

الطبع: SAMPRAL  
TD DIFFUSION  
COMMUNICATION  
TD  
DIFFUSION

ملاحظة: كل الوثائق والصور التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

رقم الحساب البنكي:

al salam bank algeria

03801603323071300789

الفاكس:

023-78-57-70

الهاتف:

0541-76-26-27

العنوان:

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

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

يومية رياضية جزائرية



Help to relieve sore throat & nasal congestion  
يساعد على تخفيف احتقان الحلق و الأنف

# Lozaty®

لوزتي

## وداعاً لاحتقان الحلق والأنف

- 1 شعور فوري ورائع بالبرودة في الحلق
- 2 تخفيف احتقان الحلق والأنف
- 3 تسكين فوري لآلام الحلق، خصوصا المرافق للبلع والتكلم
- 4 ترطيب الحلق بشكل فوري

Throat Lozenges  
أقراص منعشة للحلق

30 Seconds  
تأثير سريع  
Instant Action



تجدون هذا المنتج الصحي في الصيدليات



الموزع الحصري لمنتج Lozaty بالجزائر  
Eurl DMCM Import-Export  
facebook: Eurl DMCM