

ليستر
سيأتي يضع
عوارضه أولوياته
تجسبا لرحيل
ماديسون

www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الأربعاء 3 أوت 2022 الموافق 5 محرم 1444 هـ العدد: 518 الثمن: 30 دج

زرقان مرشح لنيل
جائزة لاعب الشهر
في شارلوروا



كأس العرب - نصف النهائي



(اليوم
على
الساعة
19:00)

جيوها
يا لولاد



محمد لاسات:
"إذا فزنا
على مصر سنتوج
باللقب العربي"



محمد جابر -
مدرب مصر:
"الوقت لم يسعفنا
للاستعداد إلى الجزائر"



"الخضر"
على بعد 90 دقيقة
من النهائي

الموزع الحصري للمنتجات الصحية
علامة rossmax السويسرية
DMCM
DISTRIBUTION DE MATERIEL ET CONSOMMABLE MÉDICO-CHIRURGICAL

06.61.29.36.74
EurlDmcm

rossmax



متوفر في الصيدليات ومحلات بيع المستلزمات الطبية

كأس العرب - نصف النهائي

الجزائر - مصر (اليوم على الساعة 19:00)

"الخضراء" على بعد 90 دقيقة من النهائي

اللاعبين 22، فإن التنافس سيكون أيضا بين المديرين الجزائري، محمد لاسات، والمصري محمد هبة على دكة الاحتياط من أجل وضع الخطة التكتيكية الكفيلة بقلب موازين المباراة أما اللقاء (14:30 بتوقيت الجزائر) بملعب أبها، بين حامل اللقب، العربية السعودية والمنتخب الفلسطيني مفاجأة الدورة، الذي أقصى في الدور الأخير منتخب الأردن بضربات الترجيح (4-5) بعد انتهاء المباراة بالتعادل (1-1) وكان المنتخب السعودي الذي يستفيد من أفضلية التكتيكات، قد أزعج على حسم تأهله بضربات الترجيح أمام اليمن (0-3) وكان من المقرر أن تجري المباراة النهائية يوم السبت 6 أوت قبل أن تأجيلها بـ 24 ساعة ليوم الأحد بملعب أبها (17:30) للتذكير، عرفت هذه المنافسة العربية مشاركة 18 بلدا، تم تقسيمهم إلى ست مجموعات كل واحدة منها تضم ثلاثة منتخبات. ويتأهل متصدرو المجموعات الست إضافة إلى أفضل منتخبين يحتلان المركز الثاني، إلى الدور ربع النهائي.

سيرفع المنتخب الجزائري لكرة القدم لأقل من 20 سنة، التحدي أمام نظيره المصري يوم الأربعاء بملعب الأمير سلطان بن عبد العزيز بأبها بالعربية السعودية (19:00 بتوقيت الجزائر)، في مهمة افتكاك تأشيرة المرور إلى اللقاء النهائي للنسخة الثامنة للكأس العربية لهذا الصنف العمري التشكيلية الجزائرية التي تأهلت الأحد الماضي للمربع الذهبي على حساب المنتخب التونسي (0-1)، تطمح لمواصلة طريقها بثبات في هذه المنافسة وتكرار إنجازها المسجل في النسخة الأخيرة بمصر (عام 2021) حيث بلغت المحطة الأخيرة قبل انهزامها أمام العربية السعودية (1-2) وستكون مهمة رفاق راحو جوريس صعبة أمام منافس مصري يعد من أقوى المنتخبات في إفريقيا والمتأهل بدوره للمربع الذهبي على حساب المغرب (1-2) بعدما كان منزهما في النتيجة وبلغة الإحصائيات، سجل المنتخب المصري 5 أهداف مقابل تلقيه لهدف واحد في ثلاث مباريات، في حين كانت الجزائر أفضل منه هجوما بـ 6 أهداف وتلققت هدفين. وإذا كانت المعركة منتظرة على المستطيل الأخضر بين



محمد لاسات: "إذا فزنا على مصر سنتوج باللقب العربي"

قال المدير الوطني لاسات محمد إن: "الاستعداد لهذه المباراة لم يتم على نحو جيد بسبب ضيق الوقت، لكن حرصنا على الاستشفاء والمحافظة على المعدل البدني للاعبين، ونحن في جاهزية كبيرة لملاقاة المنتخب المصري". وزاد بقوله: "هذه البطولة ناجحة وستفيدنا كثيرا في المستقبل القريب، وأتمنى استمرارها وهي أفضل من البطولات الأفريقية التي تقام كل عامين، وأتوقع أن تكون البطولة العربية هي الهدف الأول لكافة المنتخبات، المنشآت والملاعب رائعة في منطقة عسير، والمناخ ملائم للغاية لخوض مباريات بهذه القوة" وأتم: "في حال الفوز على منتخب مصر وهو ما نسعى إليه، اعتقد أننا سننجز بالمباراة النهائية ونتوج باللقب أمام أي منافس سواء منتخب السعودية أو منتخب فلسطين". من جهة أخرى أكد محمود جابر، المدير الفني لمنتخب الشباب مواليد 2003، أن مواجهة الجزائر المقرر لها غدا الأربعاء في نصف نهائي بطولة كأس العرب المقامة حاليا بالملكة العربية السعودية، ستكون قوية في ظل رغبة الطرفين في تحقيق الفوز، لكنها في النهاية منافسة شريفة بين اسمين كبيرين في عالم كرة القدم العربية والأفريقية.



محمود جابر: "الوقت لم يسعفنا للاستعداد إلى الجزائر"

من جهته قال مدرب المنتخب المصري محمود جابر في مؤتمر صحفي عقده أمس الثلاثاء: "الوقت لم يسعفنا للاستعداد بالشكل الكافي لمباراة الجزائر وقمنا فقط بعمليات الاستشفاء للاعبين" وأضاف المدير الفني لمنتخب الشباب: "مشوارنا في البطولة جيد، والمستوى يتطور من مباراة لأخرى، وسنمضي في طريقنا نحو بلوغ المباراة النهائية" وتابع: "المنافسة مع منتخب الجزائر شريفة وهو لقاء أخوي، وسنعمل على تحقيق الفوز دون أي تهاون، نحترم المنافس وسنقدم سويا مباراة تليق بسمعة الكرة المصرية والجزائرية واختتم حديثه قائلا: "جمهورنا في المملكة العربية السعودية هو الداعم الأكبر لنا في تلك البطولة، وهذا الحضور القوي يمنحنا إصرارا وعزيمة نحو تحقيق الفوز وتقديس أفضل المستويات وإسعاد كافة الجماهير المصرية" وتأهل منتخب مصر إلى نصف النهائي بعد الفوز على المغرب بنتيجة 1/2، بينما صعدت الجزائر بعد الفوز على تونس 0/1.



أول مرة... أربع دول تعلن ترشحها لاستضافة مونديال 2030

من المقرر أن تعلن، الأوروغواي والأرجنتين وتشيلي والباراغواي، ترشحها المشترك لتنظيم كأس العالم لكرة القدم عام 2030 وتم الإعلان الرسمي عن هذا الترشيح، بملعب سنتيناريو في مونتيفيديو، حيث أقيمت المباراة النهائية عام 1930 بين الأوروغواي والأرجنتين ويهدف الترشيح المشترك للدول الأربع أيضا إقامة المباراة النهائية لنسخة 2030 على الملعب ذاته وكتب رئيس الاتحاد الأمريكي الجنوبي لكرة القدم "كونميبول"، أليخاندرو دومينغيس، على "تويتر": "في الوقت الذي نحتفل فيه بالذكرى المئوية لتأسيس كأس العالم، يجب أن يعود إلى موطنه الأصلي، أميركا الجنوبية"، وفقما نقلت "فرانس برس". وقال وزير الرياضة الأوروغواياني سيباستيان باوسا: "ما يجب أن نركز عليه هو الذكرى المئوية لكأس العالم، سيكون الاحتفال بمرور 100 عام على أول كأس عالم هنا، عودة إلى الأسطورة، والعودة إلى الجذور" وكانت الدول الأربع التزمت قبل أكثر من ثلاث سنوات بتأسيس لجنة منظمة محلية للتنسيق مع الهيئة الحاكمة للعبة في أميركا الجنوبية للتخطيط لترشيحها. وستكون النسخة السادسة من كأس العالم التي تقام في أميركا الجنوبية، بعد 1930 (الأوروغواي)، 1950 (البرازيل)، 1962 (تشيلي)، 1978 (الأرجنتين) و2014 (البرازيل) وسيواجه الملف الأمريكي الجنوبي الترشيح المشترك لاسبانيا والبرتغال واللتين أعلنتا عنه في جوان 2021 وتراجعت بريطانيا وإيرلندا عن فكرة ترشيح مشترك آخر للتركيز على استضافة كأس أوروبا 2028 وشارك 13 منتخبا فقط في النسخة الأولى لكأس العالم عام 1930 وتم لعب البطولة بأكملها في العاصمة مونتيفيديو وفي ثلاثة ملاعب فقط أما نسخة 2030 فستشهد مشاركة 48 منتخبا، وتتوقع الدول الأميركية الجنوبية الأربع المرشحة لاستضافتها إقامة مبارياتها في 15 ملعبا جدير بالذكر أنه هذه هي المرة الأولى التي يصل فيها عدد الدول المرشحة للاستضافة كأس العالم إلى أربع، علما أن نسخة 2026 ستقام في ثلاث دول هي الولايات المتحدة والمكسيك وكندا.



رفض دعوة شركة الأبار للعودة إلى تدريب الفريق قيس اليعقوبي يصر أيضا للمطالبة بمبلغ 240 ألف أورو

كشفت مصادر مقربة من شباب قسنطينة أن شركة الأبار راسلت المدرب قيس اليعقوبي من أجل العودة لمواصلة عمله كمدرّب أول للفريق بعد استحالة فض العقد بشكل ودي. هذا وتؤكد أن قيس اليعقوبي تمسك بعدم الاستجابة للدعوة التي وصلتته من جانب مسؤولي السانفر بعد كل التطورات التي رافقت علاقته بالفريق التي لم تدم إلا حصاة واحدة احتراما لمبادئه إضافة إلى ما تعرض له من حملات مشبوهة ومضلة على حد قوله. ويسعى المدرب التونسي قيس اليعقوبي للجوء إلى الفيضا للمطالبة بأمواله التي تقدر بـ 240 ألف يورو والجدير بالإشارة أن قيس اليعقوبي وقع على عقد رسمي مع الفريق الجزائري الذي أعمله في وقت سابق بإنهاء العلاقة من جانب واحد مما جعل المدرب التونسي يتمسك بحقوقه الشرعية. حميد



نيس سيلياقي الفائز من مباراة سالونيكيا ومكابي تل أبيب الصهيوني

عطال، بوداوي وبراهيمي في ورطة حقيقية!

يواجه عدد من اللاعبين الدوليين الجزائريين تحدي رفض خوض مباراة رسمية بالأراضي الفلسطينية المحتلة، ويتعلق الأمر بالدفاع يوسف عطال ومتوسط الميدان هشام بوداوي وبلال براهيمي والمهاجم أندي ديور المحترفين في صفوف فريق نيس الفرنسي. وتعرف نادي نيس على هوية المنافس الذي قد يواجهه في الدور الأخير المؤهل إلى دوري المؤتمر الأوروبي لكرة القدم بعد عملية القرعة التي جرت أمس، حيث، من المنتظر، أن يلاقي الفائز في لقاء الدور التمهيدي الثالث الذي سيجتمع بين مكابي تل أبيب ومنافسه أريس سالونيكيا اليوناني وهو الأمر الذي سيضع اللاعبين الجزائريين في ورطة قبل ترسيم المنافس القادم لفريقهم، علما أن نيس سيستقبل الخصم المقبل يوم 25 أوت الجاري فيما تلعب مباراة الذهاب يوم 18 أوت من نفس الشهر. وكان هشام بوداوي قد سافر السفر إلى الأراضي المحتلة للعب المباراة التي جمعت نيس لملافاة نادي بئر السبع في إطار مسابقة "اليوروبا ليغ" خلال موسم 2020-2021 وهو ما خلف ردود فعل قوية بين الجماهير الجزائرية، خاصة في مواقع التواصل الاجتماعي، بحكم أنه بعد أول لاعب جزائري يسافر إلى هناك، في ظل عدم وجود أي علاقات دبلوماسية للدولة الجزائرية مع الكيان الصهيوني، في وقت غاب زميله يوسف عطال بسبب الإصابة التي يعاني منها. وسبق لعدد من اللاعبين الدوليين السابقين والحاليين أن رفضوا في وقت مضى مواجهة أندية الكيان الصهيوني، على غرار ما أقدم عليه حارس الخضر رايس وهاب ميولجي، حين رفض المشاركة في المباراة الودية التي جمعت فريقه السابق سلافيا صوفيا البلغاري وهابويل كفار الإسرائيلي آنذاك، بالإضافة إلى رفضه عرضا مغريا قدمه له فريق هابويل تل أبيب الإسرائيلي، وصل إلى حدود 2 مليون أورو في فترة سابقة، كما أن الدولي المعتزل كريم مطمور، قاطع سفيرة فريقه السابق بوروسيا مونشنغلاخ إلى إسرائيل، بعد أن تلقت إدارة النادي الألماني دعوة من طرف الاتحاد الصهيوني لكرة القدم للمشاركة في احتفالية الذكرى الستين لتأسيس الاتحاد، واعترف مطمور ضمنا بأنه رفض السفر مع فريقه إلى إسرائيل. ومعلوم أن الجمهور الجزائري معروف بدعمه للقضية الفلسطينية خاصة خلال المحاول الكروية الدولية، فإينما تحضر الراية الجزائرية تحضر الراية الفلسطينية إلى جانب ترديد شعارات داعمة للشعب والقضية الفلسطينية. جدير بالذكر، أن نيس سيشارك في دوري المؤتمر الأوروبي بعدما احتل المركز السادس الموسم الماضي بالدوري الفرنسي وحل وصيفا في نهائي كأس فرنسا.

وسيم

سيكون على موعد مع أول مباراة رسمية ضد لانس الأحد المقبل

"بلايلي" يتطلع لبداية مثالية مع "بريست"

يأمل المهاجم الدولي الجزائري يوسف بلايلي جناح بريست في تدشين موسمه الجديد في البطولة الفرنسية بطريقة مثالية عكس الموسم الماضي. وكان بلايلي قرر البقاء في فرنسا وبالتحديد مع بريست؛ وذلك رغبة منه في الاستقرار وتقديم مستويات أفضل خلال الموسم الجديد، بدل الانتقال إلى ناد آخر والبحث عن فرص التأقلم معه أو مع معطيات دوري أوروبي آخر. وما يؤكد رغبة ونية اللاعب في بدء الموسم بقوة، حضوره مبكرا في تدريبات فريقه؛ حتى يتدارك مشكلة النقص البدني التي صاحبت بداياته المتذبذبة مع بريست الموسم الماضي قبل أن يتداركها بمرور المباريات، ويرى المتابعون أن هذه الخطوة من بلايلي ستجعله يدخل الدوري الفرنسي بقوة ودون الحاجة لوقت من أجل التأقلم والاعتیاد، كما حدث الموسم الماضي، وتائق بلايلي في المباريات الودية التي خاضها الفريق الأحمر في فترة الإعداد وهو ما أراح كثيرا مدرب الفرنسي ديرزكاريان الذي أشار في تصريحاته الأخيرة عن رضاه لما أظهره يوسف خلال التحضيرات الصيفية. ويسعى يوسف بلايلي في الفترة القادمة، لاسترجاع لياقته البدنية، والتي كانت ولا تزال نقطة ضعفه الكبرى، منذ بداية مغامرته الاحترافية في فرنسا. وشارك بلايلي في 13 مباراة مع بريست الموسم الماضي، حيث، سجل 3 أهداف، وقدم تمريرتين حاسمتين، قبل أن يقرر مواصلة مغامرته مع ناديه بتمديد عقده. يذكر، أن يوسف بلايلي مدد عقده مع بريست مؤخرا لمدة عام واحد قابل للتجديد، مع حصوله على ضمانات بالعب أساسيا. وسيم

بدأ الموسم بقوة في بلجيكا

زرقان مرشح لنيل جائزة لاعب الشهر في شارلوروا

رشحت إدارة نادي شارلوروا البلجيكي، اللاعب الدولي الجزائري آدم زرقان لنيل جائزة أحسن لاعب في الفريق لشهر جويلية الماضي ونشرت إدارة نادي شارلوروا، عبر الحساب الرسمي للفريق، صبر آراء لجمهور الفريق، من أجل اختيار أفضل لاعب لشهر. وينافس زرقان، على هذه

الجائزة، زملائه في الفريق، انس زعروري، هيرفي وماركو أين سيعود القرار الأخير لجمهور النادي، ونجح خريج مدرسة أثلتيك بارادو في البروز بقوة رفقة نادي شارلوروا مع بداية هذا الموسم. حيث، أبلى بلاء حسنا منذ الجولة الأولى. وكانت جماهير شارلوروا اختارت آدم زرقان، كأفضل لاعب في مباراة الفريق أمام أوبين، في افتتاح مباريات الدوري البلجيكي، وفاز شارلوروا في تلك المباراة بـ 3 أهداف مقابل هدف، وصنع زرقان هدفا من أهداف فريقه الثلاثة. وتعد مساهمة زرقان في فوز شارلوروا على أوبين، بمثابة تقديم أوراق اعتماده لدى جماهير الفريق وتأكيد على أنه سيكون أحد أهم العناصر في الموسم الجديد. ومنذ انضمامه، لعب زرقان 38 مباراة في كل المسابقات مع الفريق البلجيكي، ونجح في تسجيل 3 أهداف وصناعة 7 آخرين.



حسب صحيفة "ذا صن" البريطانية

ليستر سيتي يضع عوار ضمن أولوياته تحسبا لرحيل ماديسون

دخل نادي ليستر سيتي الإنجليزي سباق التعاقد مع حسام عوار لاعب وسط ليون الفرنسي خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. وأكدت صحيفة ذا صن البريطانية في تقرير لها، أمس الثلاثاء، أن اللاعب الفرنسي حسام عوار وسط نادي ليون أولوية لليستر سيتي في حال مغادرة جيمس ماديسون. ويات ماديسون قريبا من الانتقال لنادي فيوكاس ولذا يركز ليستر في استقطاب عوار بدلا عنه لدعم وسط الفريق في سوق الانتقالات الصيفية الحالي. وارتبط اسم حسام عوار في الفترة الماضية بالانتقال إلى نادي ريال بيتيس الإسباني الذي يعد أبرز المرشحين للظفر بخدمات اللاعب الفرنسي ذو الأصول الجزائرية. ويتبقى لحسام عوار البالغ من العمر 24 عاما في تعاقد مع ليون موسم واحد فقط، عوار لعب مع ليون الموسم الماضي 33 مباراة سجل خلالها 8 أهداف وقدم 4 تمريرات حاسمة. وسيم

إلى جانب زميله "كابيل"

"بن طالب" مرشح لحمل شارة القائد في "أونجي" الموسم القادم

بات اللاعب الدولي الجزائري نبيل بن طالب مرشحا لحمل شارة القائد لنادي أونجي الفرنسي الموسم المقبل حسب تقارير صحفية فرنسية وذكر موقع "ماد إين فوت" الفرنسي أمس، أن المدرب جيرالد باتيكيه يفاضل بين متوسط ميدان "الخضر" و زميله بيريك كابيل لتولي قيادة النادي الفرنسي بداية من المواجهة المقبلة أمام نانت يوم الأحد القادم في افتتاح "الليغ 1". وقال المصدر نفسه، إن الطاقم الفني لأونجي يصدد اختيار نبيل بن طالب ليكون قائدا جديدا للفريق خلفا لإسماعيل تراوري الذي غادر مع نهاية الموسم الماضي، وأبرزت ذات المصادر أن اللاعب السابق لثالث الألماني تنوهر فيه كل الصفات التي يبحث عنها المدرب جيرالد باتيكيه وتابع "نبيل بن طالب يتمتع بخبرة عالية جدا، يعرف اللاعب البالغ من العمر 27 عاما متطلبات المستوى العالي تماما وهو مرشح ويمكك ملقا مثيرا لتولي دور القائد". وأضاف، "هو أيضا أحد اللاعبين القلائد في الفريق الذين لعبوا في الدوري الأوروبي ودوري أبطال أوروبا. تجدر الإشارة، أن نادي أونجي يملكه الجزائري شعبان يضم في صفوفه أيضا لاعبا جزائريا يتعلق الأمر بـ إلياس شتي المنضم حديثا إلى صفوف النادي الفرنسي.

وسيم



مولودية الجزائر

حلايمية يلتحق رسميا بـ "العميد" وبن غيث يقرر الرحيل

رسم نادي مولودية الجزائر أسس تعاقدته مع المدافع الدولي الجزائري رضا حلايمية في صفقة انتقال حر بعد نهاية عقده مع نادي بيرشكوت البلجيكي. وعززت إدارة "العميد" الجبهة اليمنى لدفاعها بالتعاقد مع اللاعب السابق لمولودية وهران حلايمية لتعويض رحيل عبد الرحمن حشود، ورفع التنافس بينه وبين الظهير الآخر كمال حميدي، لتواصل إدارة الفريق صفقاتها القوية خلال الميركاتو الصيفي الحالي. وفي سياق متصل قررت إدارة مولودية الجزائر الاحتفاظ باللاعب ميلود ربيعي، لتعويض رحيل متوسط الميدان عبد الرؤوف بن غيث الذي غادر إلى صفوف الرجاء البيضاوي المغربي، حيث يملك خريج مدرسة أتليتيك بارادو بندا يسمح له بالرحيل في حال وجود عرض أفضل خارج الجزائر. في ظل عدم زيادة راتبه الشهري حسب العقد الموقع لدى التحاقه بصفوف النادي في فترة رئيس المجلس السابق عمار براهيمية، حيث من المنتظر أن يسافر اللاعب مع التشكيلة إلى تركيا لخوض الترتيب الإعدادي الثاني خارج الوطن. كما تستهدف إدارة "الشناوة" ضم لاعب الإسماعيلي المصري محمد بن خماسة قبل أن تغلق التعاقدات خلال الميركاتو الصيفي الحالي.



بن غيث: "حاج رجم أخلف وعده معي"

أوضح متوسط ميدان مولودية الجزائر عبد الرؤوف الذي حام حول قضية مفارقاته الفريق وتوقيعه في صفوف الرجاء البيضاوي المغربي، مؤكدا أنه لم يهرب من "العميد" لكن الإدارة لم تكن عن الوعد الذي قطعته. وصرح ابن مدينة الأغواط قائلا: "أنهيت الترتيب مع مولودية الجزائر بشكل عادي وإلى غاية آخر يوم شاركت في اللقاء الودي بشكل عادي". وأضاف لاعب خط الوسط: "انتظرت حاج رجم منذ بداية التحضيرات للقاءهم على العقد الجديد، ولكنه لم أخلف وعده على مرتين ولم يستقبلي". وأوضح بن غيث بعض التفاصيل التي تخص عقده الأول كالاتي: "أمضيت الموسم الماضي براتب زهيد وهو أقل من ربع ما كنت أتقاضاه مع الترجي، وكنت قد اتفقت مع براهيمية عند إضاء العقد أن هدفي ليس البقاء في البطولة المحلية. كنت منضبطا طيلة تواجدي في الفريق وفي الترتيب، لقد أعجبت بمشروع الفريق وقررت البقاء شرط تعديل عقدي لكن الإدارة تجاهلت طلبي".

المولودية تعود إلى أرض الوطن

أنهت تشكيلة مولودية الجزائر تربيصا التحضيري الذي جرى بتونس، بإجراء مباراة ودية تحضيرية، استعرض فيها الفريق قوته الهجومية بالفوز على النادي الرياضي فرنانة بنتيجة 12 هدفا لصفير. وعادت تشكيلة "المولودية" إلى أرض الوطن، حيث تحصل اللاعبون على راحة قبل أن يكون لهم موعد مع السفارة التركية صبيحة اليوم للحصول على التأشيرة من أجل إجراء الترتيب الثاني الذي سيكون هناك على أمل أن تكون التحضيرات بأحسن طريقة قبل بداية موسم يريده الجميع ناجح.

رياض خ

المدرّب يمثل اليوم أمام مجلس التأديب

لاعبو "سوسطارة" يرفضون إقالة بن واحي

أعرب لاعبو اتحاد العاصمة عن رفضهم القاطع لقرار الإدارة بشأن إقالة مدرب الفريق جميل بن واحي، لتتواصل بذلك القضية الحديدية بينهم وبين المديرين، في حالة تسبب كبير يعيشها النادي العاصمي في كافة الأصعدة قبيل بداية الموسم الجديد لبطولة الرابطة المحترفة الأولى. وأصدر 14 لاعبا الذين رفضوا التنقل لتركيا لخوض الترتيب التحضيري للموسم المقبل، بيانا أكدوا خلاله وجود معلومات خاطئة، في الندوة الصحفية التي عقدها رئيس مجلس الإدارة رضا عبدوش، عشية أول أمس، كما جاء هذا البيان، كرد على قرار إدارة الفريق، القاضي بإحالة المدرب جميل بن واحي للمجلس التأديبي، ومنعه من الإشراف على الحصة التدريبية مساء أول أمس. ورفض اللاعبون، التدخل في شؤون الطاقم الفني، كما ألمحوا إلى وجود عدّة نقائص في الفريق، على غرار عدم وجود بدلات رياضية للتدريب وغيرها من المستلزمات الضرورية. وأكد اللاعبون أن تحركهم ليس بهدف تلطيخ سمعة هذا الفريق العريق، أو ضرب كيان إدارة النادي، وإنما بهدف تنوير الرأي العام وإظهار مدى احترافيتهم تجاه أنصار ومحبي الإتحاد.

بن واحي يوافق على المثول أمام مجلس الإدارة

ووافق مدرب إتحاد العاصمة جميل بن واحي على المثول أمام المجلس التأديبي للإدارة المقرر اليوم بعد أن قرار مجلس الإدارة إحالته عليه، بإيقافه مؤقتا عن تدريب الفريق بتهمته بافتعال المشاكل وتحريض اللاعبين على مقاطعة تربيص تركيا. هذا وسيكلف التقني سفيان بن خليفة بتأطير العارضة الفنية للإتحاد مؤقتا، ريثما تنتدب الإدارة مدربا جديدا أو الإبقاء على بن واحي.



سفيان ع

رضوخا لمطالب أنصار شباب قسنطينة

إدارة "السياسي" تتجه لإلغاء عقد الحاج كمال

تطرق رئيس مجلس إدارة شباب قسنطينة عمر رايح إلى تفاصيل الاجتماع المنعقد بينه وبين ممثلي الأنصار، والتي يبقى أبرزها إلغاء عقد المدير الرياضي كمال بن عبد الله المدعو "الحاج كمال" والذي كان المطلب الأول للأنصار، إضافة إلى تعيين لجنة عقلاء ترافق مجلس الإدارة. وقال رئيس مجلس الإدارة في هذا السياق: "اجتمعنا مع مجموعة من ممثلي جمهور النادي الرياضي القسنطيني في لقاء كان هادفاً وبنّاء، وستقوم بتجسيد مطالب الجمهور بإعادة هيكلة النادي من الناحية الإدارية وفق المعايير الشركة الرياضية المحترفة" ويخصّص قضية المناجير العام التي زادت من حدة الأزمة على كالاتي، "سيتم إلغاء عقد الرياضي الحاج كمال وعضو مجلس الإدارة جهيد زفيزف هو من سيتكفل بتعيين مدير عام للشركة". وتظلم قائما المرشحين لتولي زمام الأمور على رأس الجهاز الإداري للنادي، عدة أسماء، يتقدمها المدير الرياضي السابق طارق عرامة، واللاعب الدولي السابق ياسين بزاز. أما عن هوية الطاقم الفني التي لم تحسم بعد أوضح عمر رايح: "سيتم الفصل في مصير وهوية المدرب يوم الأربعاء كاقصى تقدير مع إمكانية إرجاع المدرب خير الدين مضي". وختم قائلاً: "تعيين لجنة عقلاء تقوم بمرافقة مجلس الإدارة وتكون همزة وصل بين المسيرين والجمهور".

سفيان ع

فيما تمّ فسخ عقد نمديل

حسكر المستقدم الـ10 في وفاق سطيف

أعلن أمس نادي وفاق سطيف عن تعاقدته مع المهاجم عبد الحق حسكر لثلاث مواسم في سوق الانتقالات الصيفية الحالية. وتأتي اللاعب بشكل لافت خلال الموسم الكروي المنقضي في بطولة الرابطة الثانية هواة مع المدرسة القيادية ما جعله محل أطماع العديد من الأندية في القسم الأول والثاني، حيث ارتبط اسم اللاعب بشباب قسنطينة في الفترة الأخيرة التي أصرت على استقدامه، غير أن المشاكل التي ضربت الفريق أوقفت المفاوضات، وجعلت مسيري التنس الأسود ينجحون في تسريع المفاوضات مع لاعب مستقبلي وادسلي السابق والتوقيع معه بشكل رسمي. وفي السياق ذاته، فسخت إدارة وفاق عقد اللاعب عبد الكريم نمديل بالتراضي بين الطرفين، كما تم توقيع بروتوكول تلقي المستحقات العالقة على دفعات وفق الاتفاق المبرم بين الإدارة واللاعب، يشار إلى أن نمديل، هو رابع لاعب يغادر النادي بعد كل من خذابرية، دباري ولعربي.



ABDELHAK HASKAR

شركة "كوسيدار" راعيا جديدا لإتحاد خنشلة

أعلن أمس نادي إتحاد خنشلة الصاعد الجديد للرابطة المحترفة الأولى عن توقيع عقد سبونسور مع شركة كوسيدار، حيث من المنتظر أن تكون الشركة ممولا للفريق في الموسم الجديد وهو ما يمنح النادي متنفذ كبير من الجانب المالي يمكنه من مواكبة أندية النخبة، من جهة أخرى أكدت إدارة الفريق بقيادة وليد بوكرومة رئيس النادي أن بداية التدريبات بصفة رسمية ستكون يوم الجمعة بملعب الحامة تحت قيادة المدرب نبيل نفيذ على أن يدخل تربيصا مغلقا هناك بحمام الصالحين. في سياق آخر الثلاثي إتفق الثلاثي عتو، بنوة وزابدي مع الإدارة في انتظار التحاقهم بتدريبات الفريق الجمعة. سفيان ع



أولمبي الشلف

بوغرارة يباشر مهامه رسميا

باشر المدرب اليامين بوغرارة مهامه بشكل رسمي على رأس العارضة الفنية لفريق جمعية أولمبي الشلف بعد إشرافه على الحصة التدريبية يوم أمس. والتحق التقني المليبي بمقر إجراء الترتيب، حيث اجتمع باللاعبين وعرض عليهم برنامج العمل تحت لوائه، قبل أن يشرف على الحصة التدريبية لأبناء "الوثشريس". وكان بوغرارة قد وقع على عقد نهاية شهر جويلية المنقضي للإشراف على العارضة الفنية للفريق خلفا للمدرب سمير زاوي المنسحب من منصبه، والذي قرر تغيير الأجواء.

رياض خ

أماب القوي-موندريان 2022

تأهل الجزائري منصف خورافي إلى نصف نهائي لسباق 110م حواجز



تأهل العداء الجزائري منصف خورافي في وقت مبكر من أمس الثلاثاء إلى نصف نهائي لسباق 110م حواجز في بطولة العالم لألعاب القوى (أقل من 20 سنة) الجارية حالية بمدينة كالي بكتومبيا واحتل خورافي في المجموعة التصفيات الرابعة التي شارك فيها، الصف الثاني في وقت قدر بـ (13ثا و79ج)، محققا أحسن رقم شخصي له للسنة الجارية والتوقيت الثالث عشر للمجموعات التصفيات السبعة لموعد كالي. وعادت المرتبة الأولى في المجموعة الرابعة، للعداء يانغ كاي سيه (تايبي) في (13ثا و75ج) والثالثة للنمساوي أنزو ديبسال (13ثا و92ج) وشارك 45 عداء في التصفيات السبعة التي كانت مبرمجة في سباق 110م حواجز، حيث تأهل إلى نصف النهائي، أصحاب المراكز الثلاثة الأولى من كل مجموعة تصفية، بالإضافة إلى أحسن ثلاث أوقات لكل المجموعات منصف خورافي (18 سنة) سيشارك في المجموعة الثانية من الثلاثة المبرمجة لنصف نهائي سباق 110م حواجز بالمقابل، أقصى مواطنه سعيد عمري في تصفيات سباق 1500م، حيث احتل المرتبة الـ 11 في مجموعته التصفية الثالثة في وقت (3د و50ثا و78ج)، متاخرا عن الفائز بالسباق، الإثيوبي أمياس جيرماس (3د و45ثا و40ج) وتشارك الجزائري في موعد كولومبيا (1-6 أوت 2022)، بـ 12 رياضيا (10 من الذكور وفتاتان) وحسب الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى، فسيكون الذكور العشرة معنيين بالاختصاصات التالية: 3000م/مواع، 110م/حواجز، 400م/حواجز و 10كلم، بينما تشارك الفتاتان في سباق 1.500م و الوثب الثلاثي.

ألعاب التضامن الإسلامي

الجزائريون تشاءرك بـ 147 رياضيا منهم 36 فتاة في 12 اختصاصا رياضيا

تشارك الجزائر بـ 147 رياضيا في 12 اختصاصا، في الطبعة الخامسة لألعاب التضامن الإسلامي التي ستعقد بمدينة قونية التركية من 9 إلى 18 أوت الجاري، حسب ما أكدته رئيس الوفد الجزائري ياسين غوري خلال ندوة صحفية نشطها أمس الثلاثاء بمتحف اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية بالعاصمة ويتضمن الوفد الرياضي الجزائري 147 رياضيا منهم 36 فتاة يمثلون الاختصاصات الرياضية التالية: ألعاب القوى (14 ذكور و4 إناث)، الكيك بوكسينغ (14 ذكور و5 إناث)، الكاراتي (8 ذكور و8 إناث)، الجيدو (6 ذكور و7 إناث)، الكرة الحديدية (13 ذكور و2 إناث)، الرافل (3 ذكور و3 إناث)، كرة القدم (23 لاعب)، المصارعة (10 ذكور)، الدراجات (12 ذكور و1 إناث)، رفع الأثقال (4 ذكور و3 إناث)، السباحة (سباح واحد)، و 13 ذكور و3 فتيات من ذوي الاحتياجات الخاصة) وستعرف الطبعة الخامسة للألعاب الإسلامية مشاركة 54 دولة وبإجمالي 6000 رياضيا في 21 اختصاصا رياضيا أما الوفد الجزائري فيضم تعدادا إجمالي قوامه 211 فرد، منهم 50 عضوا في الأطقم الفنية لدى الاتحادات و7 أعضاء من الطاقم الطبي تترأسه الدكتورة شويطر فريال و 7 أعضاء من إدارات اللجنة الأولمبية والفريق المعول عليه لتسهيل التنقل وتوفير اللوازم والأجهزة الرياضية للعناصر الوطنية وخلال ندوته، قال رئيس الوفد الجزائري، ياسين غوري: "نقد نظمتنا 10 رحلات لتتنقل الرياضيين والمرافقين إلى تركيا. تكون أولاها يوم 3 أغسطس". وأضاف أن "كل المرافق الرياضية واللوجستية في أعلى المستويات بتركيا ونتوقع نجاح الطبعة لتوفر كل الشروط اللازمة. الكل سوف يعمل لتوفير كل الظروف الحسنة لراحة رياضيينا من جهته، أوضح الأمين العام للجنة الأولمبية والرياضة الجزائرية، خير الدين برباري أنه بالرغم من الصعوبة التي ستواجه الرياضيين الذين يمثلون 70 من المائة من الرياضيين الذين شاركوا في ألعاب البحر الأبيض المتوسط بوهان، في الحفاظ على لياقتهم البدنية في منافستين كبيرتين لا يفضل بينهما إلا قرابة الشهر، إلا أننا سنعلم بكل حماس وقوة للترويج وتشريف راية الجزائر كما تحدثت على أبرز الفائزين عن الألعاب لأسباب متعددة، على غرار محمد ياسر تركي (القفز الثلاثي)، قائلا: "سنفتقد للعديد من الأبطال خلال هذه الألعاب بسبب الإصابة وارتباطهم بمواعيد قارية أفريقية أخرى وأشار برباري إلى أنه لم يتم بعد تحديد اسمي الرياضيين اللذان سيكون لهما شرف رفع الراية الوطنية خلال افتتاح ألعاب التضامن الإسلامي وعن الميزانية التي خصصتها الدولة الجزائرية لتمكين المشاركة في هذا الحدث الرياضي والمقدرة بـ 10 مليار سنتيم، وأضاف الأمين العام للجنة الأولمبية أن هذه الميزانية "شملت اللباس الرياضي والتنقل من الجزائر إلى اسطنبول ثم إلى قونية والعودة إلى الجزائر، وكذا تغطية مصاريف الرياضيين المشاركين والمتواجدين خارج البلاد لاستخدامهم إلى تركيا وفي الجانب الطبي ومن أجل ضمان سلامة كل أعضاء الوفد الجزائري، أكدت الدكتورة فريال شويطر أنها "على تواصل مستمر مع اللجنة المنظمة للألعاب. لقد تم وضع بروتوكول صحي لتفادي انتشار وباء كورونا فيروس، و إنجاز الطبعة الخامسة، بكشف بطاقة التلقيح أو بطاقة تثبت سلبية التحاليل ضد الوباء مع ضرورة ارتداء الكمامات أما ممثل عن وزارة الشباب والرياضة، رضا بلحجل فأكد أن "اختيار الاختصاصات الـ 12 التي تشارك فيها الجزائر، يعود لاختيار الاتحادات ومدى جاهزية رياضيينا. هذه المشاركة التي تدرج بالدرجة الأولى تحت وصاية وزارة الشباب والرياضة تعد بالترقية وليس بالكمية لتقديم صورة مشرفة للجزائر، وهي تعتبر أيضا محطة تحضيرية للمنافسات المؤهلة للألعاب الأولمبية باريس 2024". من جهته نشط صباح أمس الثلاثاء، ياسين غوري رئيس الوفد الجزائري الذي سيشارك في دورة الألعاب الإسلامية المقررة بتركيا بداية من التاسع أوت الجاري إلى غاية الثامن عشر من الشهر ذاته، ندوة صحفية بمقر المتحف الأولمبي بالجزائر العاصمة وذلك للحديث عن آخر التحضيرات المتعلقة بتنقل الاتحادات المشاركة في هذه التظاهرة الرياضية القارية وقال غوري: « كان هناك عدة اجتماعات تنسيقية للرؤساء وممثلي الاتحادات المعنية بالمنافسة، شرعنا قبل بداية ألعاب البحر الأبيض المتوسط في ضبط كافة الأمور» وأضاف: « هناك 12 رياضة ستكون حاضرة خلال الدورة، الرياضات الفردية لها حصة الأسد من المشاركة فيما ستكون الرياضة الجماعية ممثلة بمنتخب كرة القدم»، وأضاف: ستمثل الجزائر في الطبعة الخامسة من الألعاب الإسلامية بـ 147 رياضيا منهم 111 ذكور و 26 إناث وبخصوص عدد المتنقلين أوضح قوراي أن خمسين عضوا من الأطقم الفنية للاتحادات وسبعة من الطاقم الطبي التابع للجنة الأولمبية الجزائرية بالإضافة لسبعة من الإداريين بما فيهم رئيس الوفد سيسافرون إلى تركيا على عشر رحلات حيث ستطلق الأولى منتصف هذه الليلة.

شركة كوسيدار راعيا جديدا لإتحاد خنشلة

أعلنت إدارة نادي إتحاد خنشلة، أمس الثلاثاء، عن توقيعها لعقد رعاية جديد، مع شركة كوسيدار، تحسبا للموسم المقبل. وحسب بيان إدارة الفريق، عبر الصفحة الرسمية، على الفيسبوك، فقد تم توقيع مراسيم العقد، بين الطرفين لتمويل النادي.



وزير النقل يكرم بطل الكاراتي أسامة زايد المتوج بالألعاب المتوسطية

أشرف وزير النقل، عبد الله منجلي، بمقر الوزارة، على تكريم ابن أحد إطارات الوزارة، بطل الكاراتي أسامة زايد المتوج بالميدالية الذهبية بالألعاب المتوسطية وتم هذا التكريم، أمس الثلاثاء، بمقر الوزارة، وبحضور إطارات من الوزارة والمدير العام للرياضة بوزارة الشباب والرياضة وحسب بيان الوزارة، عبر صفحتها الرسمية على الفيسبوك، فقد أشاد الوزير بما حققه أبطال الجزائر من إنجازات في هذه التظاهرة الرياضية الدولية التي احتضنتها ولاية وهران خلال هذه الصائفة وأضاف البيان، أن وزير النقل منجلي قدم باسمه ونياحة عن إطارات وعمال القطاع، بهدية إلى الرياضي أسامة زايد، تقديرا وعرفان له على ما حققه خلال هذه التظاهرة الرياضية وفي ختام البيان، تمنى وزير النقل عبد الله منجلي، المزيد من النجاحات في المستقبل، ودعا القائمين على لجنة الشؤون الاجتماعية، للتفكير في إطار يسمح لأبناء موظفي وعمال القطاع لممارسة الرياضة ضمن إتفاقيات مع الجمعيات والنوادي الرياضية.

حميد

واج/س.ب





سيدات إنجلترا حققن ثاني إنجاز بتاريخ الكرة الإنجليزية ولكن..

مكافأة الفوز بأهم أوروبا تعادل راتب رونالدو في يوم واحد

دولار) نظير الحصول على المركز الثاني. ولا يختلف الحال بالنسبة لباقي منتخبات السيدات لكرة القدم في أوروبا، حيث كانت كل لاعبة بمنتخب ألمانيا ستحصل على 60 ألف يورو في حال الفوز على إنجلترا والتتويج بلقب البطولة، مقابل 400 ألف يورو لكل لاعب بمنتخب الرجال إذا أحرز لقب كأس العالم 2022 في قطر. وهو ما استدعى قول المستشار الألماني أولاف شولتس على هامش حضوره نهائي بطولة أوروبا للألعاب منتخب بلاده، إنه سيلتقي أوليفر بيرهوف مدير الاتحاد الألماني للعبة للنقاش حول المساواة في أجور اللاعبين.

الإنجليزي الممتاز، ومنهم النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو مهاجم مانشستر يونايتد. ويبلغ الراتب الأسبوعي للضائف بجائزة الكرة الذهبية 5 مرات 385 ألف جنيه إسترليني (372 ألف دولار)، أي أنه يحصل على 55 ألف جنيه إسترليني في اليوم الواحد، وهي نفس قيمة مكافأة اللاعب المتوجة ببطولة أوروبا بالمنتخب الإنجليزي. كما أن مكافأة منتخب السيدات صغيرة للغاية مقارنة بما كان سيحصل عليه منتخب إنجلترا للرجال إذا فاز في نهائي العام. الماضي ضد إيطاليا في ويمبلي، حيث كان نصيب كل لاعب 460 ألف جنيه إسترليني (564 ألف دولار) إذا فازوا في نهائي العام الماضي ضد إيطاليا في ويمبلي، لكن بذهاب اللقب لإيطاليا حصل كل لاعب على 300 ألف جنيه إسترليني (368 ألف

رغم أن فوز منتخب إنجلترا بكأس الأمم الأوروبية لكرة القدم للسيدات بعد التتويج الأول بلقب كبير لإنجلترا منذ عام 1966، فإن اللاعبات سيحصلن على مكافأة تعادل ما يتقاضاه كريستيانو رونالدو في يوم واحد فقط بنادي مانشستر يونايتد الإنجليزي. وأضافت سيدات إنجلترا أمس الأحد الإنجاز الثاني في تاريخ الكرة الإنجليزية التي تعيش سنوات عجاف منذ الفوز بكأس العالم عام 1966 بفوز تاريخي على المنافس ذاته 2-0 وعلى ملعب ويمبلي أيضا. وتبلغ قيمة مكافأة الفوز ببطولة أوروبا التي حدها الاتحاد الإنجليزي 55 ألف جنيه إسترليني (67.4 ألف دولار) لكل لاعبة، ورغم أنه ليس مبلغا صغيرا، فإنه يمثل جزءا صغيرا فقط من أجر كثير من النجوم المحترفين في الدوري

موندiales قطر لن يمنع أندية البريميرليغ من خوض المباريات

قال تضرير صحفي إن أندية الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم "بريميرليغ" ستكون قادرة على خوض مباريات ودية فيما بينها، خلال فترة توقف البطولة المحلية بالتزامن مع إقامة نهائيات كأس العالم "قطر 2022". ووفقا لما أوردته صحيفة "ذا أثلتيك" العالمية، فإن أندية البريميرليغ حصلت على الضوء الأخضر بالفعل للتنافس في مباريات ودية خلال توقف الموندiales المحدد بـ 6 أسابيع (من 14 نوفمبر إلى 25 ديسمبر القادمين). وتستضيف قطر نهائيات كأس العالم 2022 خلال الفترة بين 21 نوفمبر و18 ديسمبر من العام الحالي، ومثل عدد كبير من دوريات كرة القدم حول العالم، سيتوقف الدوري الإنجليزي الممتاز تزامنا مع إقامة الموندiales القطري المنتظر. وبات مقرر أن تتوقف عجلة دوران البريميرليغ، تحضيرا لكأس العالم 2022، بعد الجولة الـ 16 من عمر الموسم الجديد للبطولة المحلية، على أن تستأنف المنافسة من خلال الجولة الـ 17. وينطلق الموسم الجديد (2022-23) لبطولة الدوري الإنجليزي الممتاز يوم الجمعة القادم (5 أوت)، وذلك بمباراة تجمع فريق كريستال بالاس وأرسنال بملعب الأول "سيلهرست بارك"، على أن تختتم منافسات البطولة يوم 28 ماي 2023.

نيس الفرنسي يتعاقد مع رامسي حتى عام 2025

أعلن نادي نيس الفرنسي، التعاقد بشكل رسمي مع اللاعب الويلزي آرون رامسي في صفقة انتقال حر خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية. وأصدر نيس بيانا رسميا أعلن فيه ضم رسمي بعهده حتى عام 2025، في صفقة مجانية بعدما فسخ تعاقدته بالتراضي مع جوفنتوس في جويلية الماضي. وأصدر جوفنتوس بيانا مقتضيا عبر حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "تويتر" قال فيه: "يعلن نادي جوفنتوس عن فسخ التعاقد مع اللاعب آرون رامسي". وكان رامسي رحيل عن جوفنتوس إلى صفوف رينجرز الاسكتلندي على سبيل الإعارة حتى نهاية الموسم الماضي 2021-2022. وبعد وصوله من أرسنال في عام 2019، خلع رامسي قميصه الأسود والأبيض بعد 70 مباراة مسجلا ستة أهداف، من بينها هدف في دوري أبطال أوروبا، في مباراة الذهاب على ملعب لوكوموتيف موسكو، وخمسة أهداف في الدوري ضد فيرونا وسبال وإنتر، ساسولو وسبيدوريا.



النجوم الأكثر تتويجا بالألقاب في تاريخ كرة القدم بعد وصول ميسي للقب 41

قاد النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي فريقه باريس سان جيرمان لتحقيق لقب السوبر الفرنسي، على حساب فريق نانت، بعدما حقق الفوز عليه بنتيجة 4-0، في المباراة التي جمعتهما الأحد الماضي، ليحصل اللقب الحادي عشر. وأحرز ميسي هدف باريس سان جيرمان الأول في مرمى نانت بالدقيقة رقم 22 من زمن المباراة، ليصبح اللاعب الأكثر تسجيلا للأهداف في المباريات النهائية برصيد 32 هدفا، متخطيا الأسطورة البرازيلية بيليه برصيد 31 هدفا. ووصل النجم الأرجنتيني ميسي للقب رقم 41 في مسيرته الكروية، سواء مع الأندية التي لعب لها أو منتخب بلاده، ليصبح على بعد لقبين من البرازيلي داني ألفيس صاحب الرقم القياسي برصيد 43 لقباً. وحصد البرغوث الأرجنتيني 37 لقباً مع ناديي برشلونة وباريس سان جيرمان، فيما توج بأربع ألقاب مع المنتخب الأرجنتيني. ونستعرض في التقرير التالي، أكثر اللاعبين حصدا للألقاب في كرة القدم:

داني ألفيس 43 لقباً، ليونيل ميسي 41 لقباً، أندرياس إنييستا 39 لقباً، ماكسويل 37 لقباً، جيرارد بيكيه 37 لقباً، رايان غيغيز 36 لقباً، كيني دالغليش 35 لقباً، فيتور بيا 34 لقباً، كريستيانو رونالدو 34 لقباً، تشافي هيرنانديز 33 لقباً.

بوكيتينو: خصوم ريال مدريد يحتاجون لـ "علاج نفسي"

كشف ماوريسيو بوكيتينو أن أندية باريس سان جيرمان وتشيلسي ومانشستر سيتي وليبربول بحاجة إلى الاستعانة بطبيب نفسي، وذلك بعد الطريقة التي خرجوا بها على يد ريال مدريد في النسخة الماضية لدوري أبطال أوروبا التي ظفر بها الفريق الإسباني. وقال المدرب السابق لباريس سان جيرمان في مقابلة مع صحيفة "انفويبا": يجب أن نضع طبيبا نفسيا في تشيلسي، وكذلك مانشستر سيتي وليبربول إضافة إلى باريس سان جيرمان، يجب أن يتم وضع طبيب نفسي في جميع الفرق التي واجهت ريال مدريد. وأضاف الأرجنتيني الذي ودع المسابقة الموسم الماضي من دور الـ 16 أمام ريال مدريد: اعتقد أن التحام بنزيمة مع دوناروما كان خطأ لمصلحتنا، وإذا تمت مراجعة تقنية الفيديو "فار" كانت ستعتبر مخالفة على المهاجم الفرنسي، لكن طريقة التأهل كانت دافعا لريال مدريد ومنحت الفريق الكثير من الثقة. وواصل: إنها لعبة مرتبطة في كثير من الأحيان بعامل الحظ ويلعب الجانب النفسي دورا هاما، ومن الواضح أن ما حدث لتشيلسي ومانشستر سيتي مشكلة نفسية، خاصة بطل الدوري الإنجليزي الذي استقبل 3 أهداف في 5 دقائق.

سيلتا فيغو يضع لاعب ريال مدريد على رأس أولوياته

يستهدف نادي سيلتا فيغو، التعاقد مع أحد لاعبي ريال مدريد، في الميركاتو الصيفي الجاري. ويسعى الريال للتخلص من مهاجمه ماريانو دياز، خلال سوق الانتقالات الصيفية الحالية، نظرا لخروجه من حسابات المدير الفني الإيطالي كارلو أنشيلوتي. وبحسب صحيفة "أس" الإسبانية، فإن سيلتا فيغو وضع ماريانو دياز كهدف رئيسي لتعزيز خط الهجوم، بعد رحيل غالاردو نوليتو هذا الصيف، ومواجهة سانتي مينا عقوبة السجن بتهمة الاعتداء الجنسي. وعاد ماريانو دياز لصفوف ريال مدريد قبل 4 مواسم مقابل 21.5 مليون أورو من ليون الفرنسي، لكنه عانى لعدم اللعب بشكل منتظم مع الميرنفي، حيث لم يحظ بثقة زين الدين زيدان أو كارلو أنشيلوتي. وبحسب صحيفة "ماركا"، فإن سيلتا فيغو قد يواجه صعوبة في ضم اللاعب، بسبب راتبه المرتفع والذي لا يناسب فاتورة المرتبات في النادي. ومع ذلك، فإن ريال مدريد على استعداد لدفع جزء من راتب اللاعب، حتى يتمكن من الرحيل قبل نهاية تعاقدته بعام واحد.

برشلونة يفتح باب الحصول على تذاكر تقديم ليفاندوفسكي

فتح نادي برشلونة الإسباني الباب أمام الجماهير للحصول على التذاكر المجانية لحضور مراسم تقديم النجم الجديد البولندي روبرت ليفاندوفسكي، يوم الجمعة المقبل على ملعب (سوتيفي كاسب نو). ويحدد أقصى 6 أماكن لكل شخص، يمكن الحصول على هذه التذاكر عبر الموقع الرسمي للنادي على الإنترنت، أو بالحضور أمام شبابيك التذاكر بالنادي، بين الساعة 10:00 صباحا و18:00 مساء بالتوقيت المحلي. ومن المنتظر أن يظهر النجم البولندي الجديد داخل المستطيل الأخضر للكامب نو الساعة 11:00 من صباح الجمعة، من أجل تقديمه رسميا أمام جماهير فريقه الجديد. وبعد مراسم التقديم بساعة، سيحضر "ليفا" المؤتمر الصحفي داخل القاعة المخصصة في النادي. وانضم ليفاندوفسكي للبلانوجرانا في 17 يوليو/تموز الماضي بعقد يمتد لأربعة مواسم، مقابل 45 مليون أورو، بالإضافة إلى 4 ملايين أخرى كمتغيرات، بالإضافة إلى شرط جزائي قيمته 500 مليون أورو.

رسمياً.. برشلونة ينعش خزائنه بـ 100 مليون أورو

ينعش نادي برشلونة الإسباني خزائنه بمبلغ يصل إلى 100 مليون أورو، جراء بيع نحو 25 ٪ من نسبة استوديوهات البارسا، حسبما أعلن النادي الكتالوني في بيان رسمي. وقال برشلونة في بيانه "يعلن النادي عن بيع 24.5 ٪ من أسهم بارسا ستوديوز لشركة سوسيس دوت كوم، في مقابل مبلغ مالي يصل إلى 100 مليون أورو". وأفاد البيان بأن عملية البيع تمت في إطار الخطة الموضوعية لتحسين الوضع الاقتصادي للنادي، بعد دخوله في أزمة اقتصادية في الأشهر الماضية، وبعد تفعيل رافعتين اقتصاديتين في الأونة الأخيرة. وأشار بيان النادي إلى أن عملية البيع تمت بتقويض من أعضاء مجلس الإدارة وشركاء النادي، منذ الثالث والعشرين من شهر أكتوبر الماضي. ويمني برشلونة النفس بنجاحه في تسجيل اللاعبين الجدد الذين تعاقد معهم النادي في الصيف الجاري، بجانب الحصول على توقيع ثانوي تشيلسي الإنجليزي ماركوس أونسو وسيزار أزيلكويوتا، من خلال الرافعة الاقتصادية الثالثة. وجلب برشلونة روبرت ليفاندوفسكي من بايرن ميونخ الألماني، رافينيا من ليدز يونايتد الإنجليزي، والثنائي أندريس كريستسن وفرانك كيسي في صفقتين مجانيين هذا الصيف.

تطور جديد يقرب أونسو من برشلونة

كشفت صحيفة موندو ديبورتيفو الإسبانية النقب عن تطور جديد من شأنه أن يساعد برشلونة على التعاقد مع ماركوس أونسو من فريق تشيلسي الإنجليزي في فترة الانتقالات الصيفية الجاريه. وأوضحت الصحيفة أن تشيلسي يهتم بالحصول على مارك كوكوريليا، لاعب برشلونة السابق، وسيعني وصوله لأزرق لندن تسهيل عملية رحيل أونسو إلى برشلونة. ويضع البارسا التعاقد مع أونسو من البلوز نصب عينيه، ويأمل أن ينجح في تعديل أوضاعه المالية والنجاح في الاتفاق مع النادي اللندني على التفاصيل المالية للصفقة، رغم توتر العلاقة بين النادييين مؤخرا. ويهتم تشيلسي بالحصول على توقيع الجناح الإسباني في صفوف فريق برايتون الإنجليزي، ويقترب بالفعل من الحصول على خدماته، بعدما رفض اللاعب عرضاً من مانشستر سيتي في الأيام القليلة الماضية. واعتبرت الصحيفة الكتالونية أن خروج كوكوريليا من برايتون ربما يكون مفتاحاً هاماً لصفقة التعاقد مع أونسو المطلوب بقوة لتدعيم كتيبة تشافي هيرنانديز في الموسم الجديد. ويطلب برايتون الحصول على مبلغ يصل إلى 50 مليون جنيه إسترليني "حوالي 60 مليون أورو" مقابل التنازل عن بطاقة كوكوريليا في الميركاتو الصيفي لأزرق لندن، الذي ينوي إغراء برايتون بمنحه جوهرة الأكاديمية، ليفي كولويل، بجانب مبلغ مالي.

برشلونة يجهز عرضاً لنجم بيلباو

قال تقرير صحفي إسباني، إن برشلونة يستعد للتقدم بعرض لاتمام صفقة دفاعية، من صفوف أتلتيك بيلباو، خلال الساعات القليلة المقبلة. وبحسب صحيفة "سبورت" الإسبانية، فإن برشلونة سيتقدم بعرض للتعاقد مع إيتيجو مارتينيز، الذي يرفض تجديد عقده مع بيلباو، ويوجد شرط جزائي في عقده بقيمة 80 مليون أورو. وأضافت الصحيفة: "قبل أيام قليلة رفض بيلباو التفاوض مع برشلونة بشأن مارتينيز، حيث تم أول اتصال رسمي بين الطرفين، ولذلك يجهز البارسا عرضاً مهماً". ويواصل إيتيجو مارتينيز التدريبات بشكل طبيعي مع أتلتيك بيلباو تحت قيادة المدير الفني إرنستو فالغيريدي، على الرغم من أنه لديه اتفاق كامل مع برشلونة، بعدما رفض فكرة تجديد عقده.

آرثر يقترب من العودة لليغا

أكد تقرير صحفي إسباني، أن البرازيلي آرثر ميلو لاعب وسط جوفنتوس، منفتح على فكرة العودة إلى الليغا، خلال سوق الانتقالات الصيفية الحالية. وبحسب صحيفة "RELEVO" الإسبانية، فإن آرثر أبدى موافقته على الانتقال لفالنسيا على سبيل الإعارة، لكن يتبقى الاتفاق مع إدارة جوفنتوس. وأضاف: "قيمة إعارة آرثر أكبر بكثير من قدرة فالنسيا على دفعها، وبالتالي ينتظر النادي الإسباني التوصل لاتفاق مع إدارة جوفنتوس". ويسعى جينارو غاتوزو المدير الفني الجديد لفالنسيا للتعاقد مع آرثر، خاصة مع إمكانية رحيل كارلوس سولير، حيث سيكون البرازيلي هو البديل الأنسب له في خط وسط الخفافيش. وخرج ميلو من خطط مدرب اليوفي ماسيميليانو البغري، الذي تركه في تورينو، بينما سافر الفريق إلى الولايات المتحدة في جولته التحضيرية للموسم الجديد.



الشرطة الألمانية تحقق في الاعتداء على فولفسبورغ



بدأت الشرطة الألمانية تحقيقات، بشأن ادعاءات تعرض لاعبي فولفسبورغ لهجوم من جانب مشجعي كارل زايس جينا، بعد مباراة الفريقين أمس الأول السبت، في الدور الأول من بطولة كأس ألمانيا لكرة القدم. وانتهت المباراة بفوز فولفسبورغ على مضيفه كارل زايس جينا (0/1)، وقد سجل المصري عمر مرموش هدف المباراة الوحيد، في الثواني الأخيرة منها. وذكرت الشرطة في مدينة جينا الألمانية، أنه يجري فحص مقاطع فيديو التقطها بعض الحضور، على هامش المباراة. وذكر الاتحاد الألماني لكرة القدم، الذي يجري تحقيقات من جانبه أيضا، الأحد، أن تقارير أشارت إلى أن بعض لاعبي فولفسبورغ "تعرضوا لسوء معاملة ومضايقات جسدية من جانب مشجعي جينا، لدى توجه الفريق إلى الحافلة". واعتذر نادي الدرجة الرابعة، كارل زايس جينا، عن تلك الأحداث. وقال كريس فورستر، المدير الإداري للنادي، إن من يثبت تورطه في تلك الإساءات، يمكن أن يواجه اتهامات جنائية وجرمانا من دخول الاستاد.

الإصابة تحرّم دورتموند من جهود سولي



تعرض الألماني الدولي نيكلاس سولي الواعد الجديد لنادي بوروسيا دورتموند، لإصابة ستبعده عن الملاعب لفترة تتراوح بين أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع. وكتبت مجلة "كيكر" الألمانية الرياضية الإثنين أن من المتوقع ألا يقتصر غياب سولي القادم من بايرن ميونخ فقط على مباراة دورتموند أمام باير ليفركوزن في أول مباراة في الدوري، المزمع إقامتها يوم السبت المقبل. كانت قناة "سكاي" الرياضية أول من تحدثت عن الإصابة العضلية التي وقعت للاعب خط الدفاع في العطلة الأسبوعية الماضية. غير أن دورتموند لم يؤكد حتى الآن وقوع الإصابة في فخذ سولي (26 عاما). كان سولي شارك مع دورتموند في مباراة الفريق أمام 1860 ميونخ يوم الجمعة الماضي في بطولة كأس ألمانيا وخرج بعد الشوط الأول ولعب بدلا منه ماتس هوميلز.

ومن المنتظر أن يحل هوميلز الفائز مع منتخب ألمانيا ببطولة كأس العالم عام 2014 محل سولي في مباراة ليفركوزن. وبعد مباراة 1860 ميونخ، أشاد المدير الفني لدورتموند إدين ترزيتش بهوميلز قائلاً: «تواجد ماتس على الفور وكان حاضرا بقوة وقويا في الألعاب المشتركة ومرتزا في التمريرات، وهذا ما نتخيله عنه».

رغم الأجواء المشحونة.. ليفاندوفسكي يظهر في بايرن ميونخ

استفاد البوندي روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم برشلونة، من الراحة التي منحها تشافي هيرنانديز للفريق بعد العودة من جولة الولايات المتحدة، بالسفر إلى ميونخ. وانضم ليفاندوفسكي (34 عاما) إلى برشلونة هذا الصيف، قادما من بايرن ميونخ، مقابل 45 مليون يورو، بالإضافة إلى 5 ملايين كمتغيرات. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فقد سافر ليفاندوفسكي إلى ميونخ، لجمع متعلقاته الشخصية من منزله، وكذلك توديع بايرن ميونخ، على الرغم من أن رحيله عن النادي البافاري لم يكن ودودا للغاية.

وأضافت الصحيفة، أن ليفاندوفسكي بعدما وصل إلى بايرن ميونخ، حرص على التقاط بعض الصور مع الكؤوس التي شارك في تحقيقها خلال 8 مواسم مع النادي البافاري.

ومن المتوقع أن ينشر بايرن تلك الصور عبر حساباته على مواقع التواصل الاجتماعي خلال الساعات المقبلة، تكريما لهدافه التاريخي. وأشارت الصحيفة، إلى أن ليفاندوفسكي سيذهب لمقر تدريبات بايرن ميونخ لتوديع اللاعبين والموظفين.

بايرن ميونخ يتعاقد مع سائق ماني

تعاقد نادي بايرن ميونخ مع أحد الأصدقاء المقربين من السنغالي ساديو ماني، المنضم حديثا للفريق البافاري قادما من ليفربول. واعتاد ماني على الظهور طوال الفترة الماضية مع شخص يقود سيارته باستمرار لدى وصوله للتدريبات وخلفه، ويدعى ديزيريه سيجبي أزانكيو. ونقلت شبكة "سكاي سبورت ألمانيا" عن بوابة "تاجات" السنغالية، تعاقد النادي البافاري مع سائق ماني لمدة عامين. لكن اللاعب البنيني لن يجاور ماني في ميونخ، بل سينضم إلى الفريق الرديف بالنادي البافاري. ويتولى الأرجنتيني مارتن ديميكليس منصب المدير الفني لرديف بايرن ميونخ، ما يعني أن صديق ماني سيتدرب تحت قيادته. ومن غير المعروف حتى الآن ما إذا كان هذا الانتقال جزء من صفقة ماني، أو اشترط اللاعب السنغالي التعاقد مع سائقه عند اتفاقه مع النادي. ورغم ذلك، فإن أزانكيو، البالغ من العمر 29 عاما، يلعب ضمن صفوف منتخب بنين، وخاض معه حتى الآن 15 مباراة دولية.



احتفاء بمنتخب ألمانيا للسيدات رغم خسارة نهائي اليورو

احتشد الآلاف من المشجعين لاستقبال المنتخب الألماني للسيدات لدى عودته إلى البلاد الإثنين، رغم خسارته المؤلمة أمام إنجلترا 1/2 بعد وقت إضافي في المباراة الماراثونية التي جمعت بينهما مساء الأحد على استاد ويمبلي في نهائي كأس أمم أوروبا للسيدات (يورو 2022). وقالت المدافعة جوليا جفين لدى استقبال المنتخب الألماني في قاعة "رومير" بمدينة فرانكفورت "هذا أمر لا يصدق وهو ما كنا نحلم به، إنها تجربة رائعة أن يكون الناس متحمسون للغاية". وتوج منتخب ألمانيا بلقب كأس أمم أوروبا للسيدات ثمان مرات من قبل، لكن هذه النجاحات لم تنل حظها من الصدى الإعلامي، مثلما حدث مع هذه النسخة من البطولة القارية التي جرت على مدار أربعة أسابيع في إنجلترا، وشهدت المباراة النهائية لها حضور أكثر من 87 ألف مشجع في استاد ويمبلي.

وقالت المدربة مارتينا فوس تكلنبرج "بالتأكيد عانيت كثيرا، أردنا حقا أن نكون بطلات أوروبا وليس بطلات القلوب". وأضافت "لكن إذا كان الأداء المذهل ساهم في مرورنا إلى قلوب الشعب الألماني، فنحن سعداء بكوننا بطلات القلوب". وأثنى المستشار الألماني اولاف شولتس ووزيرة الداخلية نانسي فيزر وبييرد نويendorf رئيس الاتحاد الألماني لكرة القدم، على منتخب السيدات الألماني. وكتب شولتس في تغريدة عبر شبكة "تويتر" للتواصل الاجتماعي "كانت بطولة ساحرة وكل الشعب الألماني فخور بهذا الفريق".



كين: لن أراهن على آرسنال بالموسم المقبل

لا يعتقد أسطورة مانشستر يونايتد، روي كين، أن بإمكان آرسنال احتلال أحد المراكز الأربعة الأولى في الموسم الجديد من الدوري الإنجليزي الممتاز، رغم أدائه المميز في الفترة الإعدادية. وهاز آرسنال على إشبيلية 0-6 في مباراة كأس "الإمارات"، ليختتم شهرا مثاليا تضمن فوزه أيضا على تشيلسي. وكان جابرييل جيسوس المنضم بالصف في حالة جيدة، وأحرز ثلاثة في مرمى إشبيلية ليرفع رصيد أهدافه قبل الموسم إلى سبعة. لكن كين غير مقتنع بأن فريق ميكيل أرتيتا سيتأهل لدوري أبطال أوروبا بعد احتلاله المركز الخامس بالموسم الماضي. وقال كين في تصريحات لشبكة "سكاى سبورتنس": "لم أستطع أن أتفق أكثر وأعتقد أن الموسم السابق كان فرصتهم للعودة إلى دوري أبطال أوروبا، لقد أفسدوا الأمر. وصلوا إلى مركز رابع مع أربع أو خمس مباريات متبقية في الموسم، وتعتقد أنهم في مركز جيد ثم أفسدوا الأمر". وأضاف: "لم يتمكنوا من تجاوز الخط. كانوا ضعفاء، مباراة نيوكاسل كانت بمثابة ضربة حقيقية لهم حيث لم يحضروا أبدا للملعب، كان المدرب ينتقدهم بشدة بعد المباراة، لذلك لن تراهن على آرسنال لإنهاء الموسم بالمراكز الأربعة الأولى الموسم المقبل بسبب الفرق الأخرى، مان يونايتد سيصبح أفضل مما تعتقد، سيكون توتنهام أقوى، لا يمكنك رؤية آرسنال".

إريكسن: انضمت لمانشستر يونايتد بعد 4 محاولات

أكد الدنماركي كريستيان إريكسن، نجم مانشستر يونايتد الجديد، أنه انضمامه للشياطين الحمر هذا الصيف، جاء بعد 4 محاولات سابقة. وانضم إريكسن لصفوف مانشستر يونايتد هذا الصيف، قادما من برينتفورد، بعد انتهاء عقده القصير مع الفريق اللندني. وقال إريكسن، في تصريحات نقلتها صحيفة "ديلي ميل" البريطانية: "عندما كنت في توتنهام، تحدثت إلى كل مدرب كان هنا في مانشستر يونايتد لمعرفة الوضع". وأضاف: "لكنني كنت في توتنهام في ذلك الوقت، ولم أستطع أن أرى نفسي ألعب في فريق إنجليزي آخر.. ذهبت إلى الخارج وانضمت إلى إنتر". وتابع: "بالنسبة لي، لم يكن هذا وقت رحيلي عن توتنهام هو المناسب لانضمامي إلى مانشستر يونايتد، لقد لعبت في توتنهام لفترة طويلة، وأردت حوض تجربة أخرى خارج إنجلترا". وعن عدم عودته لتوتنهام، مرة أخرى، قال: "العودة إلى توتنهام كانت مجرد شائعات، لم أتلق منهم أي عرض". وختتم: "كان الأمر إيجابيا للغاية مع مانشستر يونايتد، وشعرت أنهم يريدونني بالفعل".

نجم مانشستر يونايتد يقترب من الرحيل

اقترب مانشستر يونايتد من الاستغناء عن لاعب جديد خلال الميركاتو الصيفي الجاري. ورحل عن مانشستر يونايتد هذا الصيف كل من من بول بوجبا وخوان ماتا وجيسي لينغارد وإدينسون كافاني وأندرياس بيريرا ونيمانيا ماتيتش ودين هندرسون. وكتب فابريزيو رومانو، خبير الاتصالات اللاعبين والمدربين في أوروبا، على حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "قد يغادر اليكس تيليس مانشستر يونايتد المقبلة". وأضاف رومانو: "بورتو غير مهتم بضم تيليس رغم الشائعات الأخيرة، لكن إشبيلية واحد من 3 أندية ترأب الظهير البرازيلي، كما تعتمد الصفقة على دفع اليونايتد لجزء من راتب تيليس". وكان مانشستر يونايتد تعاقد هذا الصيف مع الهولندي تايرل مالاسيا، ما جعل لدى الشياطين الحمر 3 لاعبين في مركز الظهير الأيسر، وبالتالي يحتاج للتضحية بأحدهم.

وكيل رونالدو يرفض الاستسلام

يرفض وكيل اللاعب البرتغالي خورخي مينديز، وكيل مواطنه كريستيانو رونالدو، نجم فريق مانشستر يونايتد الإنجليزي، الاستسلام في سعيه لإيجاد فريق ينتقل إليه صاروخ ماديرا في الموسم الجديد. وأوضحت صحيفة ديلي البريطانية أن مينديز يتوحي فعل كل شيء ممكن من أجل خروج كريستيانو رونالدو من مانشستر يونايتد في الميركاتو الصيفي الجاري.

ويرفض الشياطين الحمر فكرة رحيل رونالدو عن الفريق، في الوقت الذي يتمسك فيه صاروخ ماديرا بحمل حقائبه والانتقال للعب في صفوف فريق آخر يتمكن من خلاله من المشاركة في دوري أبطال أوروبا. يأتي ذلك رغم مشاركة اللاعب البالغ من العمر 37 عاما

لأول مرة في فترة التحضير للموسم الجديد، بخوضه مباراة الأمل أمام رايو فايكانو، ولعب لمدة 45 دقيقة في تعادل الشياطين بهدف لمثله مع الفريق الإسباني، لكن اللاعب غادر الملعب قبل صافرة النهاية. ولم يعد كريستيانو لفترة التحضير بسبب أمور عائلية، وغاب عن جولة الفريق في تايلاند وأستراليا، ويتحمس رونالدو للرحيل عن أولد ترافورد. ولن يذخر مينديز جهدا لنقل رونالدو قبل نهاية الميركاتو الصيفي وسيضع ما في وسعه لتلبية رغبة موكله.

تشيلسي ينوي إفساد صفقة سيتي المنتظرة

أفاد تقرير صحفي بأن تشيلسي ينوي إفساد صفقة منتظرة لمانشستر سيتي في فترة الانتقالات الصيفية الحالية. ووفقا لما ذكرته صحيفة "ديلي ميل"، فإن تشيلسي استعسر عن إمكانية ضم الظهير الأيسر في صفوف برايتون مارك كوكوريل، الذي ارتبط اسمه بالانتقال إلى مانشستر سيتي على مدار الشهر الماضي. ويريد مانشستر سيتي التعاقد مع كوكوريل، لكن برايتون مصر على تقاضي 50 مليون جنيه استرليني مقابل التخلي عن لاعبه الإسباني، وهو أمر يرفض "السيتيزنز" الانصياع له. من ناحيته، يرغب تشيلسي في التعاقد مع ظهير أيسر جديد، وسط مخاوف من إمكانية فقدان خدمات ماركوس أونسو لصالح برشلونة. وفتح التقدم البطيء في المحادثات بين برايتون ومانشستر سيتي، الباب أمام تشيلسي للتحرك، وذكر خبير الاتصالات فابريزيو رومانو، أن محادثات بين تشيلسي وبرایتون تجري اليوم بهذا الشأن. وأضافت "ديلي ميل"، أن مدافع تشيلسي الشاب ليفي كولويل قد يكون جزءا من المفاوضات للتعاقد مع كوكوريل. وأوضح اللاعب البالغ من العمر 26 عاما، أنه يريد مغادرة برايتون من خلال تسليم طلب رسمي للرحيل. وأكدت تقارير صحفية سابقة، أن مانشستر سيتي، قدم عرضا في حدود 35 مليون جنيه استرليني لضم كوكوريل، قوبل بالرفض من قبل برايتون.

رونني يصبح مسارد دي سي يونايتد

فاز المدرب الإنجليزي واين روني، بأول مباراة له كمدرب لفريق دي سي يونايتد، الذي تغلب على اورلاندو سيتي بنتيجة 2-1، ضمن منافسات الدوري الأمريكي. وفي المباراة التي أقيمت مساء الأحد، حقق رجال المدرب روني، الانتصار في الوقت بدل الضائع بعدما كانوا متأخرين بهدف سجله الفريق المنافس بعد 9 دقائق فقط من انطلاق اللقاء. وعاد روني لفريق دي سي يونايتد كمدرب بعد اللعب بين صفوفه في 2018 و2019، وبعدهما بدأ تجربته الجديدة بالخسارة أمام ميتسوتا يونايتد ومونتريال، حصل أخيرا على أول 3 نقاط له مع الفريق. ويمنح هذا الانتصار، دفعة معنوية جيدة لدي سي يونايتد، الذي لا يزال في ذيل الترتيب بدوري القسم الشرقي، لكنه أصبح على بعد نقطتين من تورنتو، بمبارتين أقل. يشار إلى أن روني استقال من الإدارة الفنية لتدريبي كاوتني بعد هبوط الفريق، بسبب العقوبات التي انتقصت منه النقاط في خضم مشكلات اقتصادية.

إنتر ميلان يفسخ عقد سانشيز

اقترب التشيلي أليكسيس سانشيز، مهاجم إنتر ميلان، من مغادرة صفوف الفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية، بشكل مجاني.

وذكرت شبكة "سكاي سبورت إيطاليا"، أن إنتر توصل لاتفاق مع سانشيز على إنهاء العقد بينهما بالتراضي، خاصة وأن المهاجم ينتهي عقده في صيف 2023.

وحاول إنتر خلال الأسابيع الماضية، التوصل لاتفاق مع اللاعب لإنهاء عقده بالتراضي، لكنه طلب الحصول على أكثر من 4 ملايين

يورو للموافقة على الرحيل.

جدير بالذكر أن سانشيز (33 عاما)، خارج خطط سيموني إنزاغي المدير الفني للنيراتزوري، في ظل وجود عدد من المهاجمين بالفريق (لوكاكو، لاوتارو، كوريا)

وخاض أليكسيس 108 مباريات بقميص إنتر منذ انضمامه للفريق، وتمكن من تسجيل 20 هدفا، وقدم 23 تمريرة حاسمة، وفاز بالثلاثية المحلية "الدوري والكأس والسوبر".

جوفنتوس في طريقه للتعاقد مع البرازيلي باكيستا

من ليون ذكر موقع "كالتشيو ميركاتو" الإيطالي أن جوفنتوس يخطط للتعاقد مع البرازيلي لوكاس باكيستا نجم خط وسط ميلان السابق وليون الفرنسي الحالي خلال سوق الانتقالات الصيفية. ولفت لوكاس باكيستا صاحب 25 عاما الانتظار إليه بشدة بعد ظهوره بمستوى مميز منذ انتقاله إلى ليون صيف عام 2020. وتعاقد ميلان مع لوكاس باكيستا شهر جانفي من عام 2019، قادما من فلومينينسي البرازيلي بمبلغ يقدر بحوالي 40 مليون يورو.

ولم يحصل الدولي البرازيلي المميز لوكاس باكيستا على الفرصة مع ميلان في ظل وضع الروسونيري بتلك الفترة الذي كان يعاني من تخطيط إداري وفني، لينتقل بعدها إلى ليون صيف 2020 ويبدأ رحلته بالملاعب الفرنسية. وأشار الموقع إلى أن جوفنتوس يتطلع إلى التعاقد مع لوكاس باكيستا، حيث تستعد إدارة البيانكونيري لتقديم عرضا لليون بمبلغ 20 مليون يورو بالإضافة إلى الفرنسي أديان رابيو من أجل التعاقد مع النجم البرازيلي. الجدير بالذكر أن عقد لوكاس باكيستا سينتهي مع فريقه الحالي ليون صيف عام 2025.

تغريم روما وزانيولو بسبب لاتسيو

أكد تقرير صحفي إيطالي، أنه تم تغريم روما ولاعبه نيكولو زانيولو، 4000 يورو لكل منهما، بسبب هتافات ضد لاتسيو خلال احتفالات التتويج بدوري المؤتمر. وبحسب موقع "فوتبول إيطاليا"، فقد تم رصد الحادث بعدسات الكاميرات، بينما كان موكب الفريق المكشوف يسير عبر شوارع المدينة بعد فوز فريق العاصمة بدوري المؤتمر الأوروبي في نسخته الأولى. وشهد زانيولو وهو يبدأ الهتاف الهجومي ضد لاتسيو، وازداد الأمر سوءا من خلال استخدامه الميكروفون، لذلك كان مسموعا بوضوح، وأضاف التقرير، أنه سيتم تغريم زانيولو وروما بمبلغ 4000 يورو، يتم دفعها لمؤسسة خيرية متعلقة بكرة القدم.

رسميا.. لاتسيو يضم نجم إنتر ميلان

نجح نادي لاتسيو في إبرام صفقة مميزة، بتعاقد مع الأوروغواياني ماتياس فيتسينو، لاعب إنتر ميلان، خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. في صفقة انتقال حر.

وأعلن لاتسيو في بيان عبر موقعه الرسمي، التعاقد مع فيتسينو، في صفقة مجانية، بعد رحيله عن النيراتزوري بنهاية الموسم الماضي لنهاية عقده. وذكر فريق التسور أن ماتياس وقع عقدا يربطه بالنادي 3 سنوات مقبلة، بعدما اجتاز الفحوصات الطبية، على أن ينضم للتدريبات مع فريقه الجديد اعتبارا من يوم الأربعاء المقبل. يشار إلى أن فيتسينو (31 عاما) كان قد انضم لإنتر في صيف 2017 قادما من فيورنتينا، وخلال الموسم الماضي شارك في 23 مباراة بقميص النيراتزوري، وسجل هدفا واحدا.

معركة الدوري الإيطالي جيدة.. الظاهرة رونالدو؛ إبراهيموفيتش؛ هدية لـ ميلان

علق الأسطورة البرازيلي "رونالدو لويس نازاريو دي ليمّا"، النجم السابق لميلان وإنتر وريال مدريد، على المنافسة في بطولة الدوري الإيطالي بالموسم الجديد.

وقال الملقب بالظاهرة، في تصريحات لصحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، "أن عودة إبراهيموفيتش من الإصابة ستكون هدية، يمكن لميلان أن يقدمها لنفسه في وقت ما من الموسم".

وأضاف: "اعتقد أن أول من يشعر بالفضول، بشأن الحالة التي سيعود بها إبراهيم بعد الإصابة، سيكون اللاعب نفسه.. عندما واجهت إصابات في ركبتي بين الحين والآخر، كنت أسأل نفسي (ماذا سيكون مستواي بعد العودة؟). وحول المرشحين لحصد لقب الدوري الإيطالي، قال رونالدو: "ستكون معركة جيدة بين إنتر ميلان ويوفنتوس، كما أن حامل اللقب (ميلان) لا يمكن اعتباره خارج السباق أبدا". واختتم: "جوفنتوس لا يستطيع تحمل موسم آخر فاشل، بينما ميلان لديه قاعدة ثابتة، مكونة من لاعبين وأسلوب لعب".

فابريغاس

من قمة العالم وأوروبا إلى الدرجة الثانية في إيطاليا

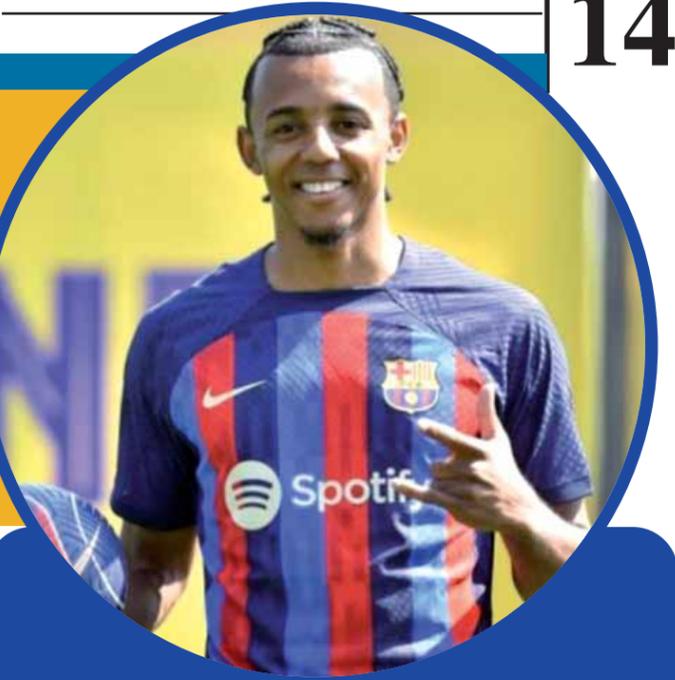
قرر اللاعب الإسباني سيسك فابريغاس خوض تجربة جديدة في مسيرته، وغربية نوعا ما لعشاق كرة القدم حول العالم، بعدما انتقل إلى نادي كومو الإيطالي في دوري الدرجة الثانية.

ووصل فابريغاس المتوج بلقب كأس العالم 2010 مع منتخب إسبانيا، إلى نادي كومو قادما من موناكو الفرنسي بعد انتهاء عقده معه، وهو الذي لعب له 3 مواسم ونصف.

ولعب فابريغاس لسنوات في القمة مع أرسنال وبرشلونة وتشلسي، لكن الإصابات التي لاحقته أثرت على مسيرته، وفشل لاحقا في العودة إلى القمة، ليعاني حتى في نادي موناكو الذي لم ينجح في حجز مقعد أساسي معه، حيث لعب الموسم الماضي 6 مباريات في مختلف المسابقات بسبب إصابة في عضلات فخذه والكاحل. وقال فابريغاس في أول تصريح له من إيطاليا بحسب ما ذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية: "إنه لشرف وسعادة أن انضم إلى نادي كومو، كنت محظوظا للغاية لأنني لعبت لأندية كبيرة خلال مسيرتي، كومو ليس استثناء، شرحوا بالتفصيل لي مشروعهم، وكان الأمر مثيرا وفيه الكثير من الطموح". وتابع اللاعب الحاصل على لقب يورو 2008 و2012 مع الماتادور الإسباني: "أتطلع لبناء مستقبل طويل الأمد هنا، ليس فقط في الملعب بل خارجه أيضا، أمنت بمشروعهم منذ اللحظة الأولى، لا أطبق الانتظار حتى أخرج إلى الملعب وأكون أمام الجماهير وسط تلك الأجواء الجميلة".

فرض غرامة مالية على نادي روما و لاعبه زانيولو

أكدت عديد التقارير الصحفية الإيطالية، يوم الإثنين الماضي، أنه تم تغريم روما و لاعبه نيكولو زانيولو، بغرامة مالية تقدر بـ 4000 يورو لكل منهما، بسبب هتافات مسيئة ضد نادي لاتسيو خلال احتفالات التتويج بدوري المؤتمر. وبحسب موقع "فوتبول إيطاليا"، فقد تم رصد الحادث بعدسات الكاميرات، بينما كان موكب الفريق المكشوف يسير عبر شوارع المدينة بعد فوز فريق العاصمة بدوري المؤتمر الأوروبي في نسخته الأولى. وشاهد زانيولو وهو يبدأ الهتاف الهجومي ضد لاتسيو، وازداد الأمر سوءاً من خلال استخدامه الميكروفون، لذلك كان مسموعاً بوضوح. وأضاف التقرير، أنه سيتم تغريم زانيولو وروما مبلغ 4000 يورو، يتم دفعها لمؤسسة خيرية.



ميسي يدعم صديقه سواريز بعد إنتقاله لنادي ناسيونال

وجه أسطورة كرة القدم الأرجنتينية، ونجم نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، ليونيل ميسي، رسالة دعم، لتزميله السابق في نادي برشلونة الإسباني، لويث سواريز بعد إنتقاله لنادي



ناسيونال مونتيفيديو الأوروغوياني. ونقل تقرير نشرته صحيفة ماركا الإسبانية رسالة ميسي لسواريز التي قال فيها: «الآن أنا سأتابع ناسيونال، على الرغم من أن جمهور نيولز أولد بويث (فريق ميسي في الأرجنتين) لا يملك ذكريات جيدة مع هذا الفريق، سأتمنى لك دائماً الأفضل». وقال سواريز على خطوة إنتقاله لنادي ناسيونال: «لقد جئت إلى هنا لأنني أريد أن أفوز، أنا مقتنع أننا إذا قمنا بالأمر بطريقة جيدة فيمكننا الفوز بالبطولات». وكان النجم سواريز قد لعب سابقاً لنادي ناسيونال في الفترة بين 2005 و2006، وخاض معهم 4 مباريات فقط. ولعب سواريز بعدها في أندية غرونينغن وأياكس أمستردام في هولندا، قبل أن يلعب في ليبربول الإنجليزي، وانتقل بعدها إلى إسبانيا ومثل هناك ألوان برشلونة وأتلتيكو مدريد.

جول كوندي يوجه رسالة لجماهير ناديه الجديد برشلونة

وجه المدافع الفرنسي كوندي رسالة لجماهير ناديه الجديد برشلونة وأكد أنه سيعمل على قيادة الفريق للعودة إلى سكة الانتصارات من جديد وأعلن نادي برشلونة الإسباني يوم الخميس، عن تعاقد مع المدافع الفرنسي جول كوندي قادماً من فريق إشبيلية، كخامس صفقات النادي خلال الميركاتو الصيفي الجاري وقال بيان برشلونة، توصل النادي مع إشبيلية إلى اتفاق بشأن انتقال جول كوندي، بانتظار توقيع العقود والضوابط الطبية للاعب. وتحدث كوندي لقناة برشلونة 9، قائلاً: «تشافني هو المسؤول إلى حد كبير عن وجودي هنا، لقد تحدثت إليه عدة مرات وكنت متحمساً جداً بشأن كلامه. أعتقد أننا نرى كرة القدم بنفس الطريقة، ميزتي هي الدفاع والعب بالكرة والعب بقوة شديدة. لكن الشيء الأكثر أهمية هو أن لاعب كرة قدم يبذل أقصى جهد ممكن في الملعب، أنا سعيد جداً لوجودي هنا وعلى حسن التعامل من الجميع أتطلع حقاً لبدء المشوار لبرشلونة ناد كبير ومتطلب للغاية وهذا ما طلبه مني المدرب، لقد طلب مني أيضاً الالتزام وطموح مثل برشلونة أرادني المدرب أن أتى وكان ذلك مهما للغاية. لقد طلب مني الاستمرار في ما فعلته حتى الآن مع إشبيلية المحادثات مع تشافي كانت سلسلة للغاية. لطالما شعرت بعاطفة المدرب ورغبته في قدومي إلى هنا وهذا مهم جداً بالنسبة لي في هذه المرحلة من مسيرتي صحيح أنه أتيت لي الفرصة للتوقيع مع تشيلسي لكن كان علينا الانتظار حتى يتمكن برشلونة من التوصل إلى اتفاق مع إشبيلية. عندما رأيت أن هذا ممكن، اخترت برشلونة كنت واضحاً جداً بشأن ذلك. إنه ناد عظيم مشروع طموح وأنا معجب بالدوري الإسباني». كما قال ماتيو أيماني المدير الرياضي لنادي برشلونة: «قلت لوكيل كوندي "لا تتصل بي بعد الآن" لكنه ظل يصبر ويصر لأنه أراد فقط القدوم إلى برشلونة قدرنا التزامه وها هو الآن، فيما يتعلق برحيل اللاعبين، جميع اللاعبين على دراية بوضعهم في النادي والعمل جار على رحيل البعض، يمكن أن يغادر لاعبين على سبيل الإعارة أو انتقال وبالتالي ستكون قادرين على خفض الأجر» في حين قال لايورتا رئيس نادي برشلونة: «سكون قادرين على تسجيل اللاعبين دون مشاكل قبل 13 أوت. لقد نضدنا بالضعل العمليات التي كان يجب القيام بها لتسجيل اللاعبين لكن مغادرة لاعبين ستساعد أيضاً، حتى إغلاق السوق لا يزال هناك وقت، وقد يكون هناك تعاقدات أخرى. وكان المدافع الفرنسي قد وصل إلى برشلونة، يوم الخميس، من أجل إتمام إجراءات انتقاله إلى النادي الكاتالوني خلال الميركاتو الصيفي الجاري»

نجم أرسنال الجديد خيسوس يحقق رقما قياسيا في لعبة فانتازي

حقق لاعب نادي أرسنال الجديد، البرازيلي غابرييل خيسوس، رقما قياسيا في نسبة الإمتلاك في اللعبة الشهيرة فانتازي الدوري الإنجليزي الممتاز. و حقق خيسوس نسبة إمتلاك 71٪، وهي نسبة قياسية لم يسبق أن حققها إلا لاعبين إثنين، هما الجزائري رياض محرز عندما كان لاعبا في نادي ليستر سيتي، و النجم المصري محمد صلاح، هداف نادي ليبربول الإنجليزي. و تعود نسبة إمتلاك اللاعب بهذه النسبة المثوية الكبيرة في اللعبة نظرا للمستوى الكبير الذي ظهر به خيسوس مع ناديه الجديد أرسنال، أين تمكن من تسجيل أهداف كثيرة في المباريات التحضيرية للنادي، مما دفع عديد لاعبي فانتازي الدوري الإنجليزي الممتاز لشراؤه وضمه لتشكيلتهم. جدير بالذكر أن فانتازي الدوري الإنجليزي الممتاز لعبة مشهورة عالميا، وقد إنتشرت بقوة الموسم الماضي حيث فاق عدد اللاعبين 8 ملايين مدرب حول العالم. و من المتوقع أن يتعدى عدد اللاعبين هذا الرقم الموسم القادم الذي سينطلق بعد أيام فقط.



إصابة الكاحل لدى الرياضيين وكيفية علاجها

والقدم. تحسين التحكم العصبي والعضلي للكاحل، العودة للمستوى الوظيفي للكاحل كما كان قبل حدوث الإصابة، تقليل خطر تكرار الإصابة. وينقسم البرنامج العلاجي لمرحلة متعددة وفقا لبروتوكولات علاجية معتمدة من الهيئات التخصصية ومبنية على الدراسات العلمية الحديثة الموثوقة. يبدأ البرنامج من الأيام الأولى بعد الإصابة ويهدف إلى استعادة القدرات الوظيفية لمفصل الكاحل ومداه الحركي وتحمله وزن الجسم وضغط الحركة تدريجيا إذ ينصح المصاب بالمشي فور تمكنه من وضع وزن جسمه كاملا على الكاحل، ويتم استخدام الجبائر واللاصق الطبي لتوفير ثبات وتوازن نسبي للكاحل في مرحلة التأهيل. المرحلة الثانية تهدف لزيادة قوة العضلات والتوازن الحركي للكاحل بحيث يكون المصاب قادرا على المشي وصعود ونزول الدرج والجري لمسافة بسيطة، ما إن يكمل المصاب هذه الأهداف حتى سيتم تطويرها للتوائم مع الضغط المتزايد أثناء العمل وليس المشي فحسب، وكذلك بعض الأنشطة الرياضية البسيطة. تمارين التوازن والتناسق الحركي لرفع التوازن الجسدي العام أثناء اللعب وخصوصا الساقين والكاحل والقدم أثناء الركض والقفز المتكرر، ولتوفير ثبات نسبي للكاحل وتقليل خطر التواءه الداخلي المضاعف أثناء اللعب، ويظهر فعالية كبيرة لدى الأشخاص الذين يعانون من تكرار حدوث الإصابة.

لمفصل قوته وتوازنه وترابط عظام القدم الصغيرة بعضها ببعض. إنخفاض في التناسق العصبي الحركي للطرف السفلي وتحديد الكاحل والقدم مما يجعلها عرضة للحركات الخاطئة والمفاجئة، نقص المدى الحركي للكاحل مما يعيق الحركة الطبيعية له في كل الاتجاهات، خلل في التوازن الحركي قد يتسبب بفقدان التوازن المضاعف أو السقوط المتكرر مع التواء الكاحل للداخل، وإصابة مسبقة للكاحل، سواء على مستوى الأربطة أو العضلات أو حتى كسور مسبقة في عظام الكاحل والقدم. وعوامل بيئية خارجية تتمثل في أرضية الملعب، إذ يواجه اللاعب خطر الإصابة على ملاعب المشي الصناعي أكثر من العشب الطبيعي، الأرضيات غير المتساوية أو الملاعب الرملية التي تحوي كثير من الحصى، الأحذية التي لا توفر دعم وتوازن كافي للقدم والمفصل. يهدف التدخل في هذه المرحلة لتقليل الألم، تحسين الدورة الدموية ووضع حمل تدريجي على الكاحل، ينصح المصاب بالراحة، رفع القدم، استخدام كمادات باردة أو الثلج لتخفيف الألم في المنطقة المصابة وتخفيف التورم لو وجد، أو منع حدوثه، كذلك تحميل وزن تدريجي للقدم المصابة خارج حدود الألم، واستخدام عكازتين للمشي لو استدعى الأمر مع عدم تحميل القدم المصابة أي وزن أو ضغط كبير كالوقوف عليها أو المشي عليها كثيرا أثناء العمل. وينصح أن يقوم بأعمال بسيطة جالسا مع رفع القدم المصابة، إذا كان عمله يتطلب الوقوف أو المشي فسيحتاج لأخذ إجازة مؤقتة من عمله يحدد مدتها الطبيب المعالج، وقد يحتاج المصاب لوضع جبس كما في الدرجة الثانية، أو القيام بعملية جراحية كما في الدرجة الثالثة للإصابة ويعتمد هذا على شدة الإصابة والأربطة المتأثرة وقرار الطبيب المعالج. ويهدف العلاج الطبيعي والتأهيل إلى منع تيبس مفصل القدم نتيجة قلة الحركة أو بقاء الجبس لمدة طويلة، واستعادة مرونة الأنسجة والأربطة، استعادة قوة عضلات الساق والكاحل

تعتبر إصابة الكاحل، وتحديدًا التواء الكاحل من الإصابات الشائعة لدى الأشخاص، وتمثل نصف إصابات اللاعبين في مختلف الرياضات، خصوصا كرة القدم. هي إصابة لرباط أو أكثر من أربطة الكاحل والتي تقوم بتوفير الدعم والحماية وتربط عظام القدم الصغيرة بعضها ببعض. تحدث هذه الإصابة بشكل مفاجئ أثناء اللعب والالتحام مع اللاعب الخصم، خصوصا بين المدافعين، أو التوقف المفاجئ أثناء الجري لتغيير اتجاه الحركة، أو نتيجة لضغط متكرر على المفصل. ومن أنواع الإصابات التواء داخلي للكاحل، وهو الأكثر حدوثا، نتيجة التواء داخلي مفاجئ للكاحل أو حركة خارجية مفاجئة لكعب القدم. التواء خارجي للكاحل وهو أقل حدوثا لأن الأربطة الداخلية تتمتع بقوة وثبات عالين، فتقل نسبة الإصابة فيها ويحدث نتيجة التواء خارجي مفاجئ للكاحل أو حركة داخلية مفاجئة لكعب القدم. أما الالتواء العلوي فهو لا تتجاوز نسبة حدوثه ألف من مجموع إصابات التواء الكاحل بكل أنواعها، ويحدث للأربطة التي تربط عظمي الساق معا في نهايتهما، ومكان التقائهما بعظام الكاحل نتيجة قوة عالية تحرك عظمة الساق للداخل، بينما الكاحل يتحرك للخارج. كأن يتلقى اللاعب ضربة خارجية قوية على الساق أو الفخذ بينما قدمه ثابتة على الأرض. هناك 3 درجات للإصابة، الدرجة الأولى وهي الأكثر شيوعا، إذ يحدث تورم في الكاحل وألم مرتبط باستئصال أربطة الكاحل المصابة سواء الداخلية أو الخارجية أو العلوية، الدرجة الثانية فهي شائعة لدى الرياضيين، إذ يحدث تورم بسيط وألم في الكاحل وتمزق جزئي في أربطة أما الدرجة الثالثة تورم واضح للكاحل وألم مرتبط بتمزق كامل للأربطة المصابة، ويمكن حدوث الإصابة في المباريات الرسمية أو الحصص التدريبية على حد سواء، وتزداد نسبة حدوثها في نهاية الشوط وفي أول شهرين من الموسم الرياضي. عوامل الخطورة هناك عوامل داخلية، تتمثل في ضعف في قوة عضلات وأربطة الكاحل التي تحفظ

مصير الدهون المحترقة عند ممارسة الرياضة

دائما ما نسمع عن حرق الدهون لإنقاص الوزن، ولكن هل حقا تحترق الدهون؟ وعندما نفقد وزنا، أين تذهب الدهون المحترقة؟

الرياضة، تحصل عضلاتك أو لأعلى الطاقة اللازمة من خلال الجليكوجين المخزن فيها، وبعد نحو 30 إلى 60 دقيقة من التمارين الرياضية، يبدأ جسمك في حرق الدهون بشكل أساسي. إذا كنت تمارس الرياضة بشكل معتدل، فهذا يستغرق نحو ساعة. زيادة كتلة العضلات قد تساعدك على حرق مزيد من السعرات الحرارية، ورفع معدل الأيض الأساسية، وتزيد التمارين الرياضية من معدل التنفس، لذلك يغادر المزيد من ثاني أكسيد الكربون جسمك عند التمرين، أما عندما تمارس الرياضة، يحرق الجسم الدهون بطريقتين، البدء في استخدام احتياطي الدهون بالخلايا الدهنية، وعدم تخزين مزيد من الدهون. وعندما تمارس التمرينات الرياضية بشكل صارم، فإن عقلك يرشد الخلايا الدهنية إلى إطلاق جزيئات الأحماض الدهنية في مجرى الدم، لتزويدك بالطاقة التي تحتاجها لممارسة الرياضة، تلتقط عضلاتك ورتناك قلبك هذه الأحماض الدهنية وتضككها، وتستخدم الطاقة المخزنة في روابطها لقيام بالأنشطة البدنية. جزيئات الدهون هي مجرد مركبات عضوية، أي إنها مصنوعة من ذرات الكربون. في وجود الأكسجين، تتأكسد لإنتاج ثاني أكسيد الكربون والماء، بعض الماء الناتج عندما يستهلك الجسم الدهون بالطريقة المعتادة، يخرج من خلال البول والعرق. لكن دراسة نشرت عام 2014 في المجلة الطبية البريطانية، وجدت أن معظم المنتجات الثانوية للدهون، وضمن ذلك كل ذلك ثاني أكسيد الكربون، يترك الجسم من خلال الجهاز التنفسي. فتنفس المنتجات الثانوية لمعظم الدهون التي نحرقها، حيث يختلط ثاني أكسيد الكربون الناتج عن تلك العملية مع ثاني أكسيد الكربون الناتج عن رتنيك في أثناء معالجة الأكسجين، وفي الوقت نفسه، فكما يحرق انبعاث الدهون الطاقة من أجل الوظائف البيولوجية والنشاط البدني، فإنه يولد حرارة تبقى درجات حرارة الجسم طبيعية. هل تفكر الآن في تسريع معدل تنفسك كي تسرع من حرق الدهون؟ للأسف لن يجدي هذا نفعاً، وقد تصاب بخيبة أمل، فكي تحترق الدهون يتعين عليها أولاً المرور بعملية التمثيل الغذائي، كي تتحلل وتتفكك روابطها التي تمدك بالطاقة، لذا من الأفضل أن تحاول زيادة معدل تمثيلك الغذائي، مع زيادة تحريك عضلاتك، وحينها ستتمكن من حرق الدهون. هل سئمت من محاولة تطبيق الجيمات الغذائية التي تعدك بإنقاص الوزن؟ وهل أصبحت التمرينات الرياضية والحمية الغذائية عبئا على روتينك اليومي؟ يجب على الفرد إدخال تعديلات بسيطة على مدار اليوم تساعد في زيادة معدل الحرق.

تتناول الطعام لتغذية أجسامنا، فعندما يمر الطعام عبر الجهاز الهضمي، فإن الجسم يمتص العناصر الغذائية ويستخدمها لإمداد الجسم بالطاقة اللازمة لتشغيل الروتين اليومي، ثم يتخلص من المخلفات الباقية من خلال المثانة أو الأمعاء، وعندما تتخطى تناول إحدى وجباتك، أو تبذل مجهوداً أو طاقة أكثر من الذي أمكك به طعامك، فهنا يأتي دور الدهون، لتدورها على توفير الطاقة عندما تكون في أشد الحاجة إليها. تبدأ الحرب على الشمنة بين أنظمة غذائية قاسية أو أعشاب حارقة للدهون أو رياضة مرهقة وساونا، وقد يكون كل ما سبق، المهم أن تشعر بتلك الدهون تطير بعيدا عن أجسادنا. يصور لنا خيالنا الخصب مشاهد تخلص أجسامنا من الدهون، فهناك من يراها تذوب وتخرج مع العرق أو في البول، أو كشحنات حرارية تتسرب في الهواء، لكن كل ذلك يخالف الحقيقة. صممت أجسادنا لتخزين الطاقة الزائدة في الخلايا الدهنية بجميع أنحاء الجسم في شكل دهون ثلاثية، كما يتم تخزين كميات أقل من الطاقة في الكبد والعضلات على هيئة جليكوجين، ويحتوي جسم الإنسان على نوعين من الخلايا الدهنية: خلايا دهنية بنية وأخرى بيضاء، وتلك الأخيرة أكثر شيوعا، كما تتطور الخلايا الدهنية عند البشر بشكل أساسي في أثناء الطفولة والبلوغ. بعد ذلك يبقى عدد الخلايا الدهنية في الجسم مستقرا نسبيا. هذه الخلايا تشكل الأنسجة الدهنية، ويمكن أن ترسل هرمونات في الجسم، للمساعدة في تنظيم كل شيء من التمثيل الغذائي إلى وزن الجسم، والخلايا الدهنية هي مكان تخزين الدهون، وتكون كل خلية من نواته وغشاء، ولكن الجزء الأكبر يتكون من قطرات من الدهون الثلاثية المخزنة، ويتكون جزيء الدهون الثلاثية من جزيء واحد من الجلسرين وثلاثة جزيئات من الأحماض الدهنية، ونظرا إلى أن لدينا عدداً محدداً من هذه الخلايا، فإن زيادة الوزن لا تتضمن عادة خلق المزيد، وبدلاً من ذلك، تتوسع الخلايا الفردية لاستيعاب الأحماض الدهنية، ثم تتقلص عندما يكون الجسم في لحظة احتياج، وتنطلق حينها الأحماض الدهنية في مجرى الدم. هناك العديد من الطرق التي يستخدم فيها الجسم الطاقة، وليس فقط في أثناء ممارسة الرياضة، وتشمل تلك الطرق، ففي أثناء الراحة، يحتاج القلب الطاقة اللازمة لضخ الدم، وتحتاج الرئتان الطاقة من أجل التنفس، ويحتاج العقل الطاقة من أجل التفكير. أما أثناء النشاط تحتاج العضلات طاقة سواء كنت تقوم من على مقعدك أو أنك تمارس التمارين الرياضية، وفي أثناء الأكل يحتاج الجهاز الهضمي الطاقة لتحطيم الطعام وتخزينه. عند ممارسة



رئيس التحرير: **كمال بوزار**

المدير العام: **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

الطبع: SAMPRAL
TD DIFFUSION
COMMUNICATION
DIFUSION

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 لإحتقان 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