

تعيين حيمودي
مسؤولاً عن لجنة
التحكيم في الفاف



SPORT

مجلة رياضية جزائرية



رابح ماجري في تصريح حصري
لدايزر سبور
« إيتو أسطورة وصديق عزيز،
وأنا فخور لأنني كنت قدوة له

الخميس 18 أوت 2022 الموافق لـ 20 محرم 1444 هـ العدد 528 الثمن 30 دج

حسب جريدة ليكيب الفرنسية

الخضر يواجهون البرازيل في فرنسا

وددية عالمية...

منتخب أقل من 17
سنة يفوز على جزر
القمر بثنائية



بكوش

في ليفانتي على
سبيل الإعارة مع
أحقية الشراء

الألعاب الإسلامية

منتخب الجيدو
للسيدات يتوج
بالذهب

ويكان تنال
الفضية
وأمازيغ يفتك
البرونزية

هني هدا ف ويسقط
أمام بونجاح



المبارتان الوديتان للخضر في شهر سبتمبر تجريان بوهران



ستجري المبارتان الوديتان للمنتخب الوطني الجزائري لكرة القدم خلال النافذة الدولية المقبلة للضيافة المقررة من 19 إلى 27 سبتمبر المقبل، بالمركب الأولمبي "هدفي-ميلود" بوهران، حسبما أعلنت واج أمس الأربعاء لدى رئيس

الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (فاف) جهيد زفييف. وأوضح المسؤول الأول للطاقم، "لواج" يقول: "ستلعب المبارتان الوديتان في شهر سبتمبر بوهران. وبخصوص المنافسين، لم يتضح أي شيء رسمي لحد الآن في انتظار التوقيع على العقد يوم الأحد أو الاثنين المقبلين، لا يمكنني الكشف عن تفاصيل أكثر، حتى تتضح الأمور بصفة رسمية". وحسب الصحافة الوطنية والدولية، تم ذكر عدة منتخبات كمنافسين محتملين لأبطال إفريقيا-2019 على غرار غينيا وغانا. وتعود الخرجتان الأخيرتان "للخضر" إلى شهر جوان الفارط، لحساب الجولتين الأوليين لتصفيات كأس إفريقيا-2023 للأمم (المؤجلة لعام 2024) بكونت ديفوار. وفازت الجزائر في مباراتها الأولى يوم 4 جوان بملعب 5 جويلية (الجزائر) على أوغندا (0-2) قبل أن تعود بالفوز من دار السلام على تنزانيا بنص النتيجة لحساب الجولة الثانية للمجموعة السادسة. وسيخوض لاعبو المدرب الوطني جمال بلماضي مقابلتين وديتين في شهر نوفمبر المقبل، أي قبل أيام معدودة عن انطلاق نهائيات كأس العالم-2022 بقطر (20 نوفمبر-18 ديسمبر). وبإمكان "الخضر" مواجهة، في شهر نوفمبر منتخب من العيار الثقيل، لأن المنتخب "المونديالي" ستعمل خلال تلك الفترة على وضع اللبس الأخيرة قبل خوض مونديال قطر. وللتذكير، فإن الجولتين الثالثة والرابعة لكان-2024 المبرمجتين أنفا يوم 19 و 27 سبتمبر قد تأجلتا إلى يومي 20 و 28 مارس 2023.

حسب صحيفة ليكيب الفرنسية

الجزائر تواجه البرازيل ودياً بفرنسا

كشفت تقارير إعلامية برازيلية، الثلاثاء، أن منتخب "سيليساو" سيواجه نظيره الجزائري ودياً في شهر سبتمبر المقبل، وذلك في إطار تحضيرات رفاق النجم نيمار داسيلفا لبطولة كأس العالم 2022، والتي تحتضنها قطر بداية من 20 نوفمبر القادم وكتب إيريك فروسيو مراسل صحيفة "ليكيب" الفرنسية في البرازيل تغريدة جاء فيها: في الاختبار الأخير قبل مونديال 2022، ستواجه البرازيل تونس والجزائر يومي 22 و 27 سبتمبر ستقام في فرنسا وكشفت مصادر مطلعة من داخل الاتحاد الجزائري لكرة القدم، على وجود مفاوضات حقيقية بين "فاف" والاتحاد البرازيلي للعبة، لكن لم يجر التوصل حتى الآن لاتفاق حول الملعب الذي سيحتضن المباراة وتفيد ذات المعلومات، بأن الاتحاد البرازيلي يريد لعب المباراة الودية أمام الخضر في فرنسا، في حين يتمسك الطرف الجزائري بإجراء اللقاء في ملعب ميلود هدفي بمدينة وهران، الذي سيسبقه كذلك لقاء لرفاق رياض محرز بذات الملعب سيكون بنسبة كبيرة ضد المنتخب الغيني وتعود آخر مباراة ودية لعبت بين المنتخبين البرازيلي والجزائري إلى عام 2007 في مدينة غرونوبل الفرنسية، وانتهت بفوز رفاق المعتزل رونالدينيو بنتيجة (0/2)، لكن قدم فيها أشبال المدرب السابق جون ميشال كافالي مستويات كبيرة.

تعيين حيمودي مسؤولاً عن لجنة التحكيم

قرر رئيس الاتحاد الجزائري لكرة القدم "فاف"، جهيد زفييف، إعفاء الحكم الدولي السابق، محمد بيشاري من مهامه في اللجنة المركزية للتحكيم، وتعيين الثنائي، الحكيمين الدوليين السابقين، رشيد مجيبة وجمال حيمودي كمسؤولين جديدين لتسيير التحكيم الجزائري وحسب ما كشفت عنه مصادر من داخل الهيئة الكروية الجزائرية، فإن اجتماعاً طارئاً عقد صبيحة أمس بمقر الاتحاد بدالي براهيم أفضى إلى إعفاء بيشاري من مهامه واستناد مهمة التحكيم للثنائي جمال حيمودي ورشيد مجيبة في ذات الإطار، قالت مصادرنا بأن مديرية التحكيم ستعرف خلال الأيام القليلة الكثير من

التغييرات، بسقوط عديد الرؤوس وقدم أسماء جديدة، لاسيما في ما يخص التعيينات والتكوين الذي كان ومازال يسيل الكثير من الحبر في الوسط الكروي

ويبقى الإشكال الوحيد يتمثل في كيفية تسيير هذا الملف الحساس، اعتباراً أن الحكم الدولي السابق جمال حيمودي مقيم بفرنسا، في وقت أن الحم الدولي السابق رشيد مجيبة مرتبط بالاتحاد الموريتاني لكرة القدم.

حميد



رايح ماجر في تصريح حصري لدايزر سبور:

"إيتو أسطورة وصديق عزيز، وأنا فخور أنني كنت قدوة له"

توجه النجم السابق للمنتخب الوطني رايح ماجر بالشكر الجزيل لرئيس الاتحادية الكاميرونية لكرة القدم إيتو سامويل على خلفية الإشادة التي خصه بها من العاصمة السنغالية دكار عندما وصفه بالنجم الكبير وقال ماجر في تصريح خص به يومية دزبير سبور إنه يعتز كثيراً بشهادة واحد من بين أبرز اللاعبين في عالم كرة القدم حيث قال في هذا الصدد: "أنا فخور أنني كنت قدوة للاعب كبير مثل إيتو وأتمنى له التوفيق في مهامه كرئيس للاتحاد الكاميروني لكرة القدم، ويبقى إيتو أسطورة من أساطير كرة القدم الجزائرية وهو صديق عزيز" « فرحت كثيراً وتأثرت باسترجاع مجسم كأس الأفر و آسيوية لأنني كنت أحد صناع هذا الإنجاز" وأبدى رايح ماجر سعادته الكبيرة لاسترجاع الضاف مجسم كأس الأفر و آسيوية الذي فازت به الجزائر سنة 1991 وقال ماجر إن ذلك شيء مفرح ومؤثر في نفس الوقت لأنه كان أحد صناع هذا التتويج وقام برفع الكأس في ملعب 5 جويلية خاصة وأنها كانت أول كأس أفر و آسيوية تفوز بها الجزائر وهو الإنجاز الذي يبقى راسخاً في تاريخ الكرة الجزائرية على حد تعبيره.



حميد

نويل ويلان مهاجم ليدز سابقاً : "مستوى بن رحمة يضعه في موقع قوة أمام مدربه ديفيد مويس"

يرى نويل ويلان مهاجم ليدز يونايتد السابق، أن الدولي الجزائري سعيد بن رحمة قدم ما يكفي مع ناديه وست هام الإنجليزي لتجذب بيعه في الميركاتو الصيفي الحالي معتبراً أن المستوى الذي ظهر به متوسط ميدان "الخضر" في اللقاء الأخير أمام نوتنغهام فورست في الجولة الثانية من "البريميرليغ" يضعه في موقع قوة أمام مدربه ديفيد مويس. وقال نويل ويلان في تصريحاته لموقع "فوتبال إنسايدر" أن بن رحمة يعتبر لاعبا مهما جدا في صفوف "الهامرز" بالرغم من التوقيع مع ماكسويل كورنييه، مشيراً بأن ما قدمه لاعب "الخضر" في مواجهة نوتنغهام كان أحسن رد على مدرب وست هام وتابع "في بعض الأحيان يمكن أن تكون هناك خلافات خارج الملعب، لن تحصل دائما على كل ما تريده كلاعب كرة قدم، سيتخذ المسؤولون قرارات صعبة، ومع ذلك، عندما تمت لك الفرصة - عليك أن توضح للمدرب سبب وجوب الاستمرار في ذلك". وواصل "أعتقد أنه (بن رحمة)، فعل ذلك واعتقد أن مويس سيقد ذلك"، وأشاد المتحدث ذاته بما قدمه بن رحمة في لقاء الجولة الثانية معتبراً أن كان "نسمة من العواء المنعس بالنسبة لوست هام". وأردف "يمكن أن يكون لاعبا مهما حقا حتى الآن لوست هام ومويس. أعتقد أنه أثبت ذلك في ذلك اليوم". واختتم "الأمر يعود دائما للاعب، إذا كان يقدم عروضاً، فلا يمكنك إسقاطه لا يوجد سبب لإسقاط بن رحمة من المباراة القادمة"، وذكرت تقارير صحفية بريطانية أن إدارة وست هام وبقرار من مدربها ديفيد مويس مستعدة لبيع بن رحمة قبل نهاية فترة التحويلات الحالية في حال تلقيها عرضاً جيداً

حميد

حميد

رغم الحرب... يانيس حماس يختار البطولة الأوكرانية من أجل الجزائر

يبدل نجوم منتخب الجزائر أقصى جهودهم خلال الفترة الحالية من أجل ضمان حمل قميص محاربي الصحراء خلال ارتباطاتهم الدولية المقبلة ومن أجل ذلك، قرر النجم الجزائري يانيس حماس الانتقال إلى فريق دينيرو الأوكراني، خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية، وفقاً لما كشفت عنه تقارير إعلامية برتغالية

وكان الظهير الأيسر صاحب الـ 23 عاماً مع فريق بوافيستا البرتغالي خلال الموسم الأخيرين، حيث أسهم في 17 هدفاً ما بين صناعة وتسجيل خلال جملة 59 مباراة شارك فيها وكشفت صحيفة "ابولا" البرتغالية عن حصول حماس رسمي بين جميع الأطراف يقضي بانتقال حماس لدينييرو مقابل حصول بوافيستا على مبلغ 500 ألف يورو ويجدر التذكير بأن اللاعب الجزائري بدأ مسيرته الكروية في فرنسا مع نادي نيس، قبل أن ينضم لعملاق الكرة البرتغالية عام 2020.

ويملك حماس في سجله مباراة وحيدة مع منتخب الجزائر، حيث عول عليه المدرب جمال بلماضي لفترة 29 دقيقة خلال المواجهة الودية أمام إيران التي دارت في شهر جوان الماضي. حميد

بوروسيا مونشنغلادباخ

«بن سبعيني» يعود الى التدريبات ويريح «فاركي» قبل قمة «هيرتا برلين» غدا

عاد الدولي الجزائري رامي بن سبعيني، أمس الأربعاء، لأجواء التدريبات الجماعية، رفقة فريقه بوروسيا مونشنغلادباخ استعدادا لمباراة القمة ضد هيرتا برلين المقررة غدا الجمعة ضمن الأسبوع الثالث من الدوري الألماني الدرجة الأولى «البوندسليغا». وأكد مدرب غلادباخ دانيال فاركي في مؤتمر صحفي نقله موقع «بولي نيوز»، أن عودة المدافع الجزائري إلى التدريبات، بعد أن غاب عن التدريب التي جرت يوم الثلاثاء المنقضي، وقال بهذا الخصوص: «لم يتمكن بن سبعيني وإيتاكورا من التدريب يوم الثلاثاء لكننا نجحنا في استعادتهما في حصة التدريبية لثلاث أيام». ويبرهن فاركي على تجهيز بن سبعيني للظهور كأساسي خلال الجولة المقبلة من «البوندسليغا»، والذي سيجمع غلادباخ، أمام هيرتا برلين غدا الجمعة، والأمر لا يقتصر فقط على أداء اللاعب الدفاعية، بل أيضا على الإضافة الهجومية التي يمنحها، سواء من خلال انطلاقاته على مستوى الرواق الأيسر أو صعوده المؤثر في أحيان كثيرة بالنسبة للكرات الثابتة، بحيث، سجل هدفين في الموسم الجديد ما بين البطولة ومسابقة كأس ألمانيا. ورغم أن اسم بن سبعيني مرشح بقوة للرحيل عن غلادباخ هذا الصيف، إلا أنه يعتبر من أهم لاعبي النادي الألماني منذ انضمامه إليه في 2019، ويعد من مفاتيح اللعب التي يعول عليها المدرب دانيال فاركي خلال موسم 2022-2023.

وكان بن سبعيني يحضر نفسه للرحيل عن بوروسيا مونشنغلادباخ هذا الصيف، مع اقتراب انقضاء مدة عقده مع النادي الألماني، والمحددة بصيف عام 2023، لا سيما في ظل وجود استعداد لدى إدارة غلادباخ، لبيعته وتضادي رحيله الصيف المقبل مجانا.

جدير بالذكر، أن بن سبعيني خاض مع المهور 86 مباراة بمختلف المسابقات منذ انضمامه إلى الفريق سنة 2019، سجل خلالها 20 هدفا وقدم 7 تمريرات حاسمة، في حين وصلت القيمة التسويقية لبن سبعيني نحو 17 مليون أورو حسب موقع سوق الانتقالات. وسيم

بشكته اش

غزال يغيب عن الميادين لأسبوعين بسبب الإصابة

سيغيب الدولي الجزائري رشيد غزال عن الملاعب تصل إلى أسبوعين بسبب معاناته من إصابة في القدم، تعرض لها خلال المواجهة الماضية أمام ألمانيا سبور حسب ما كشف عنه نادي بشكتاش التركي. وقدم غزال مباراة في القمة وتمكن من منح تمريرة حاسمة ويسجل عن طريق ضربة جزاء، قبل أن يخرج اضطراريا بداعي الإصابة مباشرة بعد نهاية المرحلة الأولى. ونشرت إدارة النور السوداء بيانا على موقعها الرسمي أوضحت فيه الحالة الصحية للنجم الجزائري، الذي قاد بشكتاش للفوز أيضا في الجولة الأولى أمام قيصري سبور (1-0)، بتسجيل هدف الانتصار في الدقيقة الـ6+90، وجاء في البيان: «تم الكشف عن تمدد وتمزق جزئي في عضلة القدم». ويعتبر غياب رشيد غزال عن المباريات القادمة لنادي بشكتاش مؤثرا، نظرا إلى الدور الكبير الذي يقوم به منذ انطلاق الموسم الجاري. وتعلق جماهير بشكتاش آمالا كبيرة على غزال لإعادة الفريق نحو التنافس على الألقاب هذا الموسم، بعد النتائج الخيبة في الموسم الماضي، ومنذ انضمامه إلى بشكتاش، خاض 80 مباراة في مسابقتي الدوري والكأس ودوي الأبطال، سجل خلالها 15 هدفا وقدم 27 تمريرة حاسمة. وسيم

حسبما كشف عنه موقع «فوت ميركاتو»

نادي نيس يبدي اهتمامه بضم سليمانسي

سليمانسي

يتواجد الدولي الجزائري اسلام سليمانسي المحترف في صفوف سبورتنج لشبونة، ضمن دائرة اهتمامات نادي نيس الفرنسي الباحث عن مهاجم آخر لتعزيز تشكيلته قبل غلق الميركاتو الحالي حسبما كشفت عنه تقارير صحفية فرنسية

وذكر موقع فوت ميركاتو الفرنسي عن اهتمام نادي نيس الفرنسي بضم الدولي الجزائري، اسلام سليمانسي، مهاجم سبورتنج لشبونة ولم يستبعد أي مفاجأة بخصوص ذلك خلال الساعات القادمة، لتعزيز الخط الأمامي للفريق قبل غلق فترة التحويلات الصيفية يوم 31 أوت القادم.

وبحسب ذات المصدر، فإن نادي الجنوب الفرنسي وضع اسلام سليمانسي ضمن خياراته القليلة من أجل سد احتياجاته لوسيان فافر، هذا الأخير طلب من الإدارة التعاقد مع قلب هجوم صريح بسبب افتقار نيس لرأس حربة وتقسبا لفضل ضم الأوروغوياني إدينسون كاهاني وبين دياز.

وكان سليمانسي استبعد من الفريق الأول لسبورتنج لشبونة منذ شهر أفريل الماضي، بقرار من مدرب الفريق روبن موريم، الذي وضع سليمانسي على لائحة اللاعبين غير المرغوب فيهم والمعرضين للبيع هذا الصيف 2022، رغم بقاء عام واحد في العقد الذي يربط نجم نادي ليستر سيتي الإنجليزي السابق مع النادي البرتغالي.

وارتبط اسم سليمانسي في الفترة الماضية بالعديد من الأندية الإنجليزية والفرنسية واليونانية والتركية والخليجية، لكن وكيل أعمال الأهداف التاريخي للخضر لم يتوصل إلى أي اتفاق مع أي منها حتى الآن، وكشفت تقارير إعلامية في وقت سابق أن سليمانسي يسعى لفسخ عقده مع سبورتنج حتى



يتفاوض بأريحية مع الأندية الراغبة في ضمه، كما كان الحال عندما فسخ عقده الموسم الماضي مع أولمبيك ليون الفرنسي للانضمام إلى أسود لشبونة.

جدير بالذكر أن سليمانسي خاض مع سبورتنج لشبونة منذ انضمامه إليه في الساعات الأخيرة من الميركاتو الشتوي الماضي، 12 مباراة بمختلف المسابقات، سجل خلالها 4 أهداف وقدم تمريرة واحدة حاسمة. وسيم

وسيم

وعكسة

صحية تبعد وناس عن تدريبات نابولي

لم يتمكن الدولي الجزائري آدم وناس من مشاركة زملائه في تدريبات فريقه نابولي التي جرت، أمس الأربعاء، بمرکز تدريبات النادي قبل المباراة المقررة للفريق أمام مونزا يوم الأحد المقبل، بسبب المرض. والامعاء، ومن المقرر أن يتم تقييم لياقته في وقت لاحق، وذلك قبل لقاء الجولة الثانية من السيري أ، أين يستقبل البارتينوي الوافد الجديد مونزا بملعب مارادونا في مباراة تعد بالكثير. يأتي غياب اللاعب عن تدريبات نابولي في الوقت الذي لا يزال مصيره مجهولا حتى الآن، رغم وجوده على قائمة اللاعبين المعروضين للبيع في نادي الجنوب الإيطالي، لعدم توصله لأي اتفاق مع الأندية التي تتفاوض معها، ووجود تضارب واضح بينه وبين رغبة إدارة نابولي.

وسيم



فيما انتزع السد أو إنتصاراته في دوري نجوم قطر

«هني» هداف ويسقط أمام «بونجاح»

ساهم المهاجم الجزائري بغداد بونجاح في قيادة فريقه السد للانتصار الأول في دوري نجوم هذا الموسم، على حساب الأهلي بنتيجة 3-2، في المباراة التي أقيمت بين الفريقين أمس الأربعاء على ملعب أحمد بن علي، لحساب الجولة الثالثة من المسابقة. وجاءت ثلاثية السد، عن طريق كل من أحمد السعيد في الدقيقة 18، غيليرمي توريس 3+45 وتباتا 87، فيما سجل هدفي الأهلي كل من يزن النعيمات في الدقيقة الثامنة، وسفيان هني ونجح سفيان هني في الوصول إلى شباك السد في الدقيقة 42 عن طريق متابعة جيدة من الكرة التي ارتدت من حارس مرمى السد ليضعها بقوة في الشباك، فيما حرم القانم بغداد بونجاح في نقطة هدف التعادل للسد وكان السد استهل مشواره بخسارة أمام المرخية، ثم تعادل بصعوبة بالغة ضد أم صلال في الجولة الثانية. بهذا الفوز رفع السد رصيده إلى 4 نقاط في المركز الرابع على لائحة الترتيب العام للفريق، فيما تجمد رصيد الأهلي عن 4 نقاط أيضا في المركز الخامس بفارق الأهداف.

وسيم

جائزة وزارة الشؤون الخارجية اليابانية

تكريم الأستاذ الجزائري في رياضة الكاراتي مولود لطرش



لمين بن عبد الرحمان - المدير الفني
للاتحادية السباحة

"صيود حقق إنجازا تاريخيا وهو مشروع بطل أولمبي"

اعتبر لمين بن عبد الرحمان، المدير الفني للاتحادية الجزائرية للسباحة، أن إنجاز جواد صيود في النسخة الخامسة من ألعاب كوتيا الإسلامية الجارية إلى غاية 18 أوت الجاري، يعد إنجازا تاريخيا للسباحة الجزائرية في هذه الألعاب، ليبرهن بذلك أنه سباح من خمس نجوم بعد تتويجه بميداليتين ذهبيتين في اختصاصي 400 م سباحة 4 أنواع و200 م سباحة متنوعة. وقال بن عبد الرحمان إن جواد صيود هو بطل باتم معنى الكلمة، حيث يعد مشروع بطل أولمبي خاصة إذا توفرت كل الظروف

"صيود أهر الجميع بمستواه الرفيع"

وقال لمين بن عبد الرحمان في هذا الصدد: "الحمد لله، على هذا التتويج المميز والتاريخي للسباحة الجزائرية التي تشارك بسباح واحد في نفس الألعاب، والمتمثل في جواد صيود الذي أهرق تقني الفرع بمستواه الرفيع في اختصاصي 400 م سباحة 4 أنواع و200 متر سباحة متنوعة، وهذا دليل على انضباطه الجدي في التدريبات التي خاضها طيلة الموسم الجاري"

"أمل أن تتاح ظروف مواتية للسباحين قصد التحضير لالعاب باريس"

وبرهن السباح صيود للمرة الثانية عن علو كعبه في ظرف قياسي لا يتجاوز شهرا واحدا، حيث قال في هذا الشأن: «السباح جواد صيود برهن في ألعاب وهران المتوسطية، ويؤكد اليوم أحقية تتويجاته في ألعاب كوتيا للتضامن الإسلامي، وهذا الإنجاز يدل على أنه مشروع بطل أولمبي... وهو عمل مرهون بالإعانة المالية، خاصة وأن التحضير لأولمبياد باريس 2024، انطلق منذ السنة الماضية بالنسبة لرياضي المنتخب لدى الدول الساعية إلى الصعود فوق منصة التتويج... وعليه نأمل أن تتاح لرياضييننا ظروف مواتية لحجم ألعاب باريس الأولمبية لدخول السباحة الجزائرية في السجل الأولمبي

"النجبة الوطنية تتواجد في معسكر تدريبي بـ 5 جويلية"

وعن برنامج المنتخب الوطني للسباحة كشف عبد الرحمان قائلا: "إن النجبة الوطنية تتواجد حاليا في معسكر تدريبي مكثف بالمسبح الأولمبي 5 جويلية لمركب محمد بوضياف"، ويعرف التعداد تواجد أغلب الأسماء التي شاركت في ألعاب وهران المتوسطية 2022، ويتعلق الأمر بكل من أسامة سحنون، محمد أنيس جاب الله، منصف أيمن بلمان، مهدي نزيه بن يارا، لونيس خندريش، عاشور الثالث سفيان، عبد الله عرجون، رمزي شوشار، ملاكي بلخالدي، يوسف بوزوية، فارس بن زيدون وأمال مليح، نسرين مجاهد، جيهان بن شاذلي، إيمان كوثر زيتوتي، سهام ليليا ميدوني ورائيا نضي... ويدخل هذا التدريب في إطار التحضير للبطولة الإفريقية المقررة شهر سبتمبر في تونس"

"هدفنا بلوغ المراكز الأولى وحصد الميداليات"

وعن الرهانات المستقبلية قال المدير الفني للسباحة أضاف: "نظن أن أهدافنا واضحة بالنسبة للسباحين والطواقم الفني، حيث نرجو بلوغ إحدى المراكز الثلاثة الأولى، بتحقيق عدة ميداليات وكذا أرقام قياسية جديدة... حيث نريد إعادة سيناريو التتويجات المحققة في البطولة العربية الأخيرة التي جرت بوهران شهر جويلية القارط، حيث استطاع أغلب السباحين الجزائريين تحسين أوقاتهم المسجلة سابقا، ما يؤهلهم للمنافسة بقوة خلال التظاهرات الرياضية الكبرى القادمة" واج

كراتي دو / ألعاب التضامن الإسلامي-2022

ميدالية برونزية تضاف إلى رصيد الجزائر

توج الفريق الوطني الجزائري للكراتي دو سيدات، صباح أمس الأربعاء، بالميدالية البرونزية في اختصاص الكاتا، خلال فعاليات ألعاب التضامن الإسلامي المقامة بقونيا التركية من 9-18 أوت وجاءت الميدالية البرونزية بفضل الثلاثي، دحلب نريمان و سلاقجي ريان و سارة حانوتي، تحت إشراف المدربة لغويل إيمان سيليا ويكان ولويزة أبو الريش تحصدان الميدالية الفضية تحصلت بطلتنا في الكراتي سيليا ويكان، على الميدالية الفضية لوزن أقل من 55 كغ، بدورة ألعاب التضامن الإسلامي-قونية 2021، بعد خسارتها أمام المغربية شيما الحيطي، بالنقاط 4-2، في المباراة النهائية وحازت بطلتنا فريقنا للكراتي، لويزة أبو الريش، على الميدالية الفضية لوزن أقل من 55 كغ، بدورة ألعاب التضامن الإسلامي-قونية 2021، عقب خسارتها أمام التركية توبايا باكان بالعقوبة بعدما انتهت المواجهة بالتعادل 3-3، في المباراة النهائية والفضية هي الثانية من نوعها للكراتي الجزائري في هذه الألعاب

ألعاب التضامن الإسلامي

ميدالية برونزية للمنتخب الوطني النسوي للجيدو

حقق المنتخب الجزائري للجيدو (سيدات) ميدالية برونزية خلال منافسات "حسب الضرق" للطبقة الخامسة من ألعاب التضامن الإسلامي الجارية بمدينة قونيا التركية و فاز المنتخب الوطني الذي يضم في صفوفه كل من إيمان رزوق، أمينة بلقاضي، بمينة حلاطة وصونيا اصلاح، أمام نظيره الإيراني بواقع 4-1. وكان المنتخب الوطني قد فاز في الدور الأول أمام أذربيجان قبل السقوط أمام نظيره التركي في الدور نصف النهائي وبهذا، ينهي الجيدو الجزائري مشواره في هذا الموعد الرياضي الإسلامي بـ 6 ميداليات (1 ذهبية، 2 فضيتان و3 برونز) وكانت الميدالية الذهبية من نصيب أمينة بلقاضي (فئة أقل من 63 كغ)، في الوقت الذي توج فيه كل من بمينة حلاطة (فئة أقل من 57 كغ) وصونيا اصلاح (78+ كغ) بالفضة أما البرونز فقد حققه كل من إيمان رزوق (فئة أقل من 48 كغ)، كوشر وعلال (78- كغ) والمنتخب النسوي ورفعت الجزائر رصيدها في هذه الألعاب إلى 30 ميدالية (7 ذهب، 9 فضة و14 برونز).



فيراتي: غضب مبابي يسعدني

أشاد ماركو فيراتي لاعب وسط باريس سان جيرمان بزميله في الفريق الفرنسي، كيليان مبابي. وقال فيراتي في تصريحات أوبرتتها صحيفة "لو باريزيان": "كيليان يريد أن يؤدي دائما بشكل مميز، وبعد إهداره ركلة جزاء أمام مونبيليه، شعر بالإحباط، وهذا أمر طبيعي"، وأضاف النجم الإيطالي "مبابي لاعب رائع، ولا يريد أن يخطئ في شيء، بل يريد أن يصنع الفارق بشكل مستمر". وتابع "لذا من الطبيعي أن يشعر بخيبة أمل، ولكنه عوض الأمر بتسببه في الهدف الأول وتسجيل هدف ثان بنفسه". وأتم ماركو فيراتي تصريحاته "يسعدني أن أرى مبابي غاضبا، لأنه أمر يدل على اهتمامه الكبير بالفريق ورغبته في تقديم المزيد وصناعة الفارق". ويتصدر باريس سان جيرمان جدول ترتيب الدوري الفرنسي برصيد 6 نقاط، بعد فوزه في أول مباراتين على كليرمون فوت (0-5) ومونبيليه (2-5).

هنري: مبابي ليس مضطرا لإثبات أي شيء

دافع الفرنسي تيري هنري، أسطورة آرسنال، عن مواطنه كيليان مبابي، نجم باريس سان جيرمان، عقب لقاء باريس الماضي أمام مونبيليه. وشهدت المباراة إهدار مبابي لركلة الجزاء، وفي لقطة أخرى توقف عن الجري لعدم تمرير فيتينا الكرة إليه، وأخيرا تسديد البرازيلي نيمار دا سيلفا لركلة الجزاء الثانية التي تحصل عليها الفريق، لتشتعل الأجواء بين الثنائي. وقال هنري لـ "أمازون برايم فيديو": "إنه مكانه، سيتعين عليه بالطبع إظهار أفضل مستوى له كما فعل في بداياته هنا، لكن ليس لديه أي شيء ليثبتته لأي شخص"، وأضاف: "سيتعين على المدرب أن يجد طريقة للعب الثلاثي ميسي ونيمار ومبابي ويجعلهم سعداء.. حقا سعيدا". وتابع: "في باريس سان جيرمان، هناك دائما نقاش، مشكلة يتحدث عنها الجميع، لقد فازوا بخمسة ونحن نتحدث عن مبابي، العام الماضي كان نيمار، والأمر مبابي، وستظل الأمور هكذا دائما، إنه باريس سان جيرمان".



إدميلسون: البرازيل الأوفر حظا للفوز بلقب كأس العالم

أعرب إدميلسون عن تفاؤله بتتويج منتخب بلاده بلقب كأس العالم قطر 2022، وقال النجم السابق لفريق برشلونة الإسباني: "أعتقد أن منتخب البرازيل هو المرشح الأول للتتويج بمونديال قطر؛ لأن الجيل الجديد للبرازيل يضم صفوة اللاعبين على مستوى العالم، على غرار لاعب ريال مدريد الإسباني يطل أوروبا، فينيسوس جونيور، وزميله رودريغو غوس، ولاعب برشلونة الإسباني الجديد، رافينيا دياز، ومهاجم توتنهام الإنجليزي، ريتشارليسون". وشرح الدولي السابق دور هذه المواهب في منتخب "سيلساو": "أشعر فعليا بأن ظهور هؤلاء اللاعبين سيصب في صالح نيمار الذي عاد للتألق مع باريس سان جيرمان، ويمتلك فرصة كبرى للإبداع خلال الأشهر المقبلة. أتوقع تألق هؤلاء اللاعبين، وستتفتح المسؤولية الكبرى على عاتق المدرب تيتي من أجل إشراكهم جميعا على أرض الملعب".

بدأ إدميلسون مشواره نحو التألق من صفوف ساو باولو البرازيلي، ونال معه عدة ألقاب، وبعدها شد الرحال نحو أوروبا وانضم إلى أولمبيك ليون الفرنسي، وتوج هناك بالدوري الفرنسي (3 مرات) وكأس الرابطة الفرنسية (مرة) والسوبر المحلي (مرة) وانتقل بعدها إلى برشلونة الإسباني، وساعد "البلوغرانا" في الظفر بالدوري الإسباني (مرتين) وكأس السوبر (مرة)، قبل أن يدون اسمه في تاريخ النادي الكتالوني، عندما ساعده في التتويج بلقب دوري أبطال أوروبا 2006.

وعلى العكس من ذلك، فقد طالب نجم خط الوسط السابق، بضرورة عدم وجود كوتينيو في قائمة المنتخب المسافرة للمونديال؛ "كنت أتمنى استمرار كوتينيو (لاعب أستون فيلا الإنجليزي) في التألق لكي يحصل على مقعده في الفريق، ولكن من وجهة نظري لا يستحق المشاركة في كأس العالم، بعد المستويات المتراجعة التي ظهر بها خلال الموسم الماضي. عندما يُقدّم أداء مميزا في مباراة أو اثنتين، يعود ويتراجع في مباريات أخرى".

موندريال قطر سيكون ضمن الأفضل في التاريخ

أعرب إدميلسون عن اعتقاده بأن مونديال قطر 2022، سيكون من أفضل نسخ كأس العالم على مدار التاريخ؛ "كل الملاعب تقع على مسافات متقاربة، ولذلك فإن اللاعبين والجماهير لن يضطروا للترحال وقطع مسافات كبيرة خلال البطولة". مضيفا: "أثق بأنها ستكون بطولة كأس عالم مثيرة؛ خاصة وأنها ستقام وسط الموسم الكروي وخلال فصل الشتاء. كل الظروف ستساعد في وصول جميع المنتخبات في أفضل جاهزية بدنية ممكنة".

مواجهة تونس إيجابية للبرازيل

وفقا لتقرير أوردته موقع "جي غلوبو" البرازيلي، فإن الاتحاد البرازيلي دخل في مفاوضات مع نظيره التونسي لخوض مباراة ودية بين المنتخبين في سبتمبر المقبل في أوروبا، وبانتظار القرار النهائي لإمكانية إقامة المباراة، قال إدميلسون: "ستكون المواجهة خيز إعداد قبل المونديال من أجل التحضير للقاء الكامبيرون في الملاعب القطرية".

مؤكد؛ "أعتقد أنه اختيار صائب من الاتحاد البرازيلي لكرة القدم؛ لأن منتخب تونس من أفضل المنتخبات الأفريقية، ومنتخبها يتطور باستمرار، ويتميز بقوة الاندفاع البدني والالتزام التكتيكي خاصة على المستوى الدفاعي". قبل أن يضيف: "أتمنى أن تقام المباراة بالفعل".

هؤلاء منافسو البرازيل في قطر 2022

اختار النجم البرازيلي السابق ثلاثة منتخبات أوروبية لكي تنافس جنبا إلى جنب مع البرازيل، متجاهلا منتخب الأرجنتين الذي تفوق في بلاد السامبا وأحرز لقب بطولة كوبا أميركا 2021 على حساب السيلساو نفسه؛ "أرى أن البرازيل هو المرشح الأول للفوز بلقب، وهناك ثلاثة منتخبات ستنافس إسبانيا وألمانيا وإنجلترا". ويخوض منتخب البرازيل في نهائيات كأس العالم قطر 2022 في المجموعة السابعة، التي تضم أيضا منتخبات صربيا وسويسرا والكامبيرون، فيما سينافس المنتخب التونسي بالمونديال القطري في المجموعة الرابعة، رفقة منتخبات فرنسا والدنمارك وأستراليا.

الفيبا ينهي الجدول... مباراة البرازيل والأرجنتين لن تعاد

أعلن الاتحاد الأرجنتيني لكرة القدم، أن مباراة المنتخب الأول ونظيره البرازيلي في تصفيات كأس العالم التي أُلغيت العام الماضي لن تعاد. وأُلغيت المباراة التي أقيمت بين عملاقي أميركا الجنوبية في الخامس من سبتمبر أيلول الماضي بعد أن اتهمت السلطات الصحية البرازيلية العديد من لاعبي الدوري الإنجليزي الممتاز بانتهاك قواعد الحجر الصحي في البلاد بسبب "كوفيد-19". وقال الاتحاد الأرجنتيني إن القضية تم حلها الآن مع الاتحاد البرازيلي والاتحاد الدولي "فيفا"، بينما فرضت غرامة على الاتحاد الأرجنتيني قدرها 150 ألف فرنك سويسري مع تعليق نصف المبلغ لفترة اختيار مدتها عامان.

وتأهلت البرازيل والأرجنتين لكأس العالم هذا العام، حيث تصدرت البرازيل تصفيات أميركا الجنوبية برصيد 45 نقطة فيما جاءت الأرجنتين في المركز الثاني برصيد 39 نقطة، وأوروغواي والإكوادور في المركزين الآخرين المؤهلين مباشرة للنهائيات.

علي الحبسي: تنظيم قطر للمونديال يؤكد أن الأحلام يمكن أن تتحول إلى حقيقة

أكد النجم علي الحبسي، حارس المرمى السابق للمنتخب العماني، وسفير برنامج إرث قطر، أن تنظيم بطولة كأس العالم قطر 2022، التي ستقام في شهر نوفمبر وديسمبر المقبلين، يؤكد أن الأحلام يمكن أن تتحول إلى حقيقة. وقال الحبسي، في لقاء بث على موقع الاتحاد الدولي لكرة القدم فيفا؛ "عندما بدأت لعب كرة القدم، كانت فكرة تنظيم كأس العالم هنا في الشرق الأوسط بمثابة حلم بالنسبة لنا. ولذلك، فإننا عندما نشهد البطولة تقام في قطر، فإن ذلك يُظهر أن الأحلام يمكن أن تتحول إلى حقيقة". ومع شبه اكتمال الاستعدادات لانطلاق الحدث الرياضي الأكبر في العالم بعد أقل من 100 يوم، أعرب الحبسي أن تنظيم قطر لمونديال 2022 لأول نسخة من كأس العالم تحل ضيفا على منطقة الشرق الأوسط "سيكون لها تأثير واضح في اللعبة في المنطقة، وحتما ستترك إرثا مميزا في الشرق الأوسط، خاصة لدى اللاعبين الصغار".

وأضاف أن استضافة كأس العالم في الشرق الأوسط هي بمثابة "خطوة هائلة"، مبدئا ثقته بأن استضافة قطر لكأس العالم سيكون لها أثر كبير في تطور كرة القدم في المنطقة، مشيرا إلى أن تنظيم قطر منافسات كأس العرب قطر 2021 نهاية العام الماضي أظهر للعالم مدى جاهزية البلاد، واستعدادها لتنظيم البطولة الأكبر أمام العالم بأسره. وأكد الحبسي أن "كرة القدم العربية مليئة بالنجوم الذين يلعبون في الدوريات الكبرى في العالم، ونجحوا في تحقيق الفوز ببطولات كبرى في العالم، مثل المصري محمد صلاح والجزائري رياض محرز"، معتبرا بالقول: "لقد حان الوقت للمنتخبات العربية لتقديم مستويات جيدة في كأس العالم والذهاب إلى الأدوار المتقدمة في البطولة وتخطي مرحلة المجموعات رغم صعوبة المهمة". ويعد علي الحبسي أسطورة كروية في الوطن العربي، بالنظر إلى أنه كان أول لاعب عماني يجتاز في أوروبا، حيث تألق على ميادين المستديرة الساحرة في النرويج وإنجلترا، وفاز بكأس الاتحاد الإنجليزي للعبة عام 2013. كما كان حارس المرمى السابق وكابتن منتخب بلاده إلى أن اعتزل في عام 2020 بعد أن مثل عمان في 136 مباراة.



لوكاس فاسكيز .. جوكر ريال مدريد

قام ريال مدريد في 2015، بتفعيل بند إعادة شراء لاعبه لوكاس فاسكيز، والذي كان معارا وقتها إلى إسبانيول مقابل مليون يورو، الآن وبعد 7 مواسم لا يتوقف "الجوكر" عن إثبات أنه أحد أهم أوراق الملكي الراحلة. وكان رافائيل بينيتيز هو صاحب الفضل في هذه البداية، حتى وإن كان قد استمر في مقاعد الإدارة الفنية لريال مدريد 7 أشهر فقط، إذ أقبل وشغل زين الدين زيدان منصبه. وقتها رأى المدرب الفرنسي في لوكاس فاسكيز، قطعة لا غنى عنها في سياسة التدوير والتناوب، لزيادة قوة فريقه وعمق قائمته. ويتبقى للوكاس فاسكيز، عامان في عقده مع ريال مدريد، وبعد السنوات السبع التي قضاها داخل الفريق ومع كل المدربين الذين مروا عليه في تلك الفترة، أثبت أنه مهم لكل واحد منهم. ويؤدي فاسكيز ما يطلب منه في كل مرة، فعلى الرغم من أن مركزه الأساسي هو الجناح، فقد تأقلم سريعا على اللعب كظهير أيمن، وصار بديلا مثاليا لمواطنه داني كارفاخال، بل وفي أي مركز قد يطلبه منه المدرب. وبفضل هذه المسألة رفع عدد مشاركاته بقميص الملكي إلى 282 مباراة، ليحتل المركز 45 في قائمة أكثر اللاعبين مشاركة مع الريال بفارق مباراة واحدة عن الأسطورة هوجو سانشيز. وسجل فاسكيز على مدار مشاركاته، 30 هدفا وصنع 55 مثلها، لكن توجد معلومة مثيرة تخص "الجوكر" وهو أنه سجل في كل المواسم التي لعب فيها مع الفريق الأول لريال مدريد. وكانت أول مرة يهز فيها الشباك أمام سوسيداد في ملعب سانتياجو برنابيو في موسم 2015-2016، وآخر مرة في مواجهة الميريا في الجولة الأولى من الليغا في الموسم الحالي، أما أفضل سجلاته التهديفية فكانت في موسم 2017-2018، الذي هز فيه الشباك 8 مرات. وبالنسبة إلى الأهداف الثلاثين التي سجلها، فجاءت بواقع 19 في الليغا و8 في كأس الملك و3 في دوري أبطال أوروبا. في حين أن أكثر الفرق التي سجل فيها، هي أوساسونا وسيلتا فيجو بواقع 3 أهداف في كل واحد منهما. وتوج فاسكيز مع الريال بـ16 لقبًا، أربعة في دوري الأبطال وثلاثة في مونديال الأندية ومثلها في كأس السوبر الأوروبي ومثلها كذلك في الدوري ومثلها أيضا في السوبر الإسباني. ويعد هذا العدد من الألقاب مثارا للحسد، على الرغم من أن لوكاس فاسكيز لم يكن قط لاعبا لا غنى عنه، لكن قدرته على التأقلم وأداء ما يطلبه منه المدربون وتمكنه من الاعتناء بحالته البدنية ليكون متاحا دائما جعلته أحد أهم الأوراق الراحلة للنادي الملكي في السنين الأخيرة.

جولة الليغا: عودة غريزمان ورقم برشلونة السلبى

انطلق قطار الليغا موسم 2022-23 بانتصار لحامل اللقب ريال مدريد وجاره أتلتيكو مدريد، على الميريا وخيتافي على الترتيب، وتعثر برشلونة المحمل بالصفقات الجديدة على ملعبه أمام رايو فايكانو بالتعادل السلبى. وفيما يلي أبرز عشر حقائق وغرائب للجولة:

غريزمان ينهي صياحه التهديفي

وضع الفرنسي أنطوان غريزمان نهاية لصياحه التهديفي بعدما هز شباك خيتافي بثلاث أهداف فريقه أتلتيكو مدريد. ولم ينجح مهاجم برشلونة السابق في هز الشباك منذ 6 جانفي الماضي، وخاض 17 مباراة مع الروخييلانكوس دون تسجيل، تضاف إلى ست مباريات أخرى مع منتخب بلاده.

رقم سلبى لبرشلونة في ملعبه لم يحدث منذ عقدين

بفضله في تحقيق الفوز في أولى جولات الليغا على ملعبه كامب نو أمام رايو فايكانو، تكون هذه المرة الأولى منذ 20 عاما التي يفشل فيها برشلونة في الفوز على أرضه في مستهل مشواره بالدوري الإسباني. وكانت المرة الأخيرة التي فشل فيها البارسا في الفوز بمعقله في مستهل الليغا عام 2002 أمام أتلتيكو مدريد (2-2).

لوكاس فاسكيز يواصل توجهه في الليغا

بهذه في مرمى ألميريا مع ريال مدريد في مستهل مشوار البطل للحفاظ على لقبه، نجح لوكاس فاسكيز في مواصلة التسجيل بالليغا للموسم التاسع تواليا. وسبق لفاسكيز التسجيل في البداية مع فريقه السابق إسبانيول، قبل أن يكمل المواسم الثمانية اللاحقة بقميص الملكي. ويعد فاسكيز هو أول إسباني يهز الشباك في البرنابيو مع بداية موسم منذ أن قام داني كارفاخال بذلك في 2018.

شيمي أفيلا وهدف للتاريخ

سجل الأرجنتيني إزيكييل "شيمي" أفيلا الهدف الأول لبطولة الليغا موسم 2022-23 بهدف بالرأس في مرمى إشبيلية. وتعد هذه المرة الأولى في التاريخ التي يفتتح فيها لاعب من أوساسونا أهداف الليغا، حيث فاز أوساسونا بالمباراة 2-1.

فياريال ينهي نحسه

بانتصاره بثلاثية نظيفة في معقل بلد الوليد، ينهي فياريال نحسه في المباريات الافتتاحية له بالليغا. ولم يكن فريق "الفواصات الصفراء" يفوز بأول مباراة له في الليغا منذ ثمانية أعوام. وجاء الانتصار في المباراة رقم 400 لمدرّب فياريال، أوناى إيمري، في دوري الدرجة الأولى الإسباني، بعد قيادته لأندية ألميريا وفالنسيا وإشبيلية في تلك المسابقة.

إيراولا ينجح أمام برشلونة

أصبح أنطوني إيراولا أول مدير فني بالليغا ينجح في الحفاظ على شبكته نظيفة في مبارياته الثلاث الأولى أمام برشلونة. وفاز رايو الموسم الماضي تحت قيادة المدرب الباسكي على برشلونة في مباراتي الدور الأول والثاني بهدف نظيف، واستهل مشواره هذا الموسم بتعادل سلبى على ملعب كامب نو.

سيلتا يكمل ثنويته الثانية بالليغا

خاض ديفيد سيلتا مباراته رقم 200 بالليغا، في الفوز الذي حققه فريقه ريال سوسيداد الأحد على ملعب قادش بهدف نظيف في مستهل مشواره بالدوري هذا الموسم. ولعب سيلتا، المتوج بكأس العالم مع إسبانيا في 2010 بجنوب أفريقيا، 34 مباراة بقميص سيلتا فيجو و119 مباراة مع فالنسيا إضافة لـ47 حتى الآن مع سوسيداد. جدير بالذكر أن سيلتا (36 عاما) كان قد لعب أكثر من 300 مباراة خلال حقبته مع مانشستر سيتي الإنجليزي.

جاتوزو يستهل مشواره في الليغا كمدرّب بانتصار

استهل المدرب الإيطالي جينارو جاتوزو، المدير الفني لفالنسيا، مشواره في الليغا للمرة الأولى بانتصار. ويعد جاتوزو المدرب الوحيد الذي يخوض غمار الليغا للمرة الأولى هذا الموسم واستهله بانتصار بفضل هدف سجله كارلوس سولير في مرمى جيرونا من ركلة جزاء.

خسارة الفرق الثلاثة المتاهلة للأضواء

تعرضت الفرق الثلاثة المتاهلة لأضواء الليغا للهزيمة في أولى جولات البطولة. ولم يتمكن بلد الوليد أو ألميريا أو جيرونا من حصد أي نقطة في الجولة الأولى، مع عودة الفرق الثلاثة للأضواء. وخسر بلد الوليد في ملعبه أمام فياريال 3-0، بينما فاز فالنسيا على جيرونا بهدف نظيف في ميستايا، في حين سقط ألميريا أمام البطل ريال مدريد 2-1.

مونيابين يدخل تاريخ بلباو

بمشاركته مع أتلتيك بلباو أمام ريال مايوركا في ملعب سان ماميس، أصبح إيكو مونيابين سادس لاعب يخوض 500 مباراة رسمية بقميص "أسود الباسك". ويتفوق على مونيابين كل من خوسيه أنخل إريبار (614)، تشيتشوروخو (541)، جوسيبا إيتشيبيريا (514)، أندوني إيراولا (510) وماركيل سوسايتا (507). واستهل مونيابين (29 عاما) مشواره مع الفريق الأول لبلباو في 30 جويلية 2009 في مباراة بالدوري الأوروبي أمام يانج بويز، وكان عمره 16 عاما و7 أشهر و11 يوما، وكان وقتها أصغر لاعب يرتدي قميص الروخييلانكوس.

ليفاندوفسكي يتسبب بأزمة لأوباميانغ في برشلونة

يسبب البولندي روبرت ليفاندوفسكي مشكلة لزميله الجابوني بيير إيمريك أوباميانغ، في صفوف فريقه برشلونة. انضم أوباميانغ مؤخرا إلى قائمة المبيعات المحتملة لبرشلونة في سوق الانتقالات الحالي. ويبدو المهاجم الجابوني أحد الحلول التي اقترحتها ماتيو اليماني لمشاكل برشلونة مع النقص للقيام بالتعاقدات الأخرى وفيما يتعلق بقاتورة الأجور. كان أوباميانغ واحد من أكبر المضاعفات في الموسم الماضي، ووصل المهاجم من أرسنال في سوق الشتاء وانتهى به الأمر ليكون أحد الصفقات الذين قدموا أفضل أداء على أرض الملعب. كان أوباميانغ أحد مضاعفات نجاح تشافي هيرنانديز في تحقيق هدف الفريق إلى دوري أبطال أوروبا. ووفقا لـ "El Nacional" الكتالونية، أوباميانغ لديه مشكلة هذا الموسم تتمثل في زميله روبرت ليفاندوفسكي. مع وصول البولندي، فقد أوباميانغ الكثير من دوره في الفريق، وسيتم تقليص دقائقه بشكل كبير. هكذا تسير الأمور، إذا أراد أوباميانغ الاستمرار في التألق والحصول على وقت أكبر للعب، عليه الرحيل عن برشلونة. تشيلسي هو أحد الفرق التي أبدت اهتماما بخدماته، توماس توخيل المدرب الذي لعب بالفعل تحت قيادته في بوروسيا دورتموند، يريد إقناعه بالعودة إلى الدوري الإنجليزي الممتاز، ويضمن له في تشيلسي الشهرة التي فقدها في برشلونة. برشلونة ليس على استعداد للسماح له بالذهاب مقابل أقل من 28 مليون يورو، وهو مبلغ معقول من شأنه أن يسمح للبلوجرانا الحصول على فائض يسمح لهم بإغلاق طلبات تشافي، ودفع 8 ملايين منها لحسم صفقة ماركوس ألويسو.

أسينسيو

يوجه اتهامات لإدارة ريال مدريد

وجه ماركو أسينسيو، نجم ريال مدريد، اتهامات لإدارة الميرنفي، بعد غيابه عن أول مباراتين للفريق هذا الموسم. ولم يشارك أسينسيو في مباراتي كأس السوبر الأوروبي أمام أينتراخت فرانكفورت، وألميريا في الجولة الأولى من الدوري الإسباني "الليغا"، الأمر الذي أثار غضب اللاعب. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن أسينسيو يعتقد أن قرار عدم مشاركته صدر من إدارة النادي، لإجباره على الرحيل، خاصة أن عقده سينتهي في جوان 2023. وأكدت الصحيفة أن أسينسيو لا يصدق ما قيل له بأن أنشيلوتي هو صاحب قرار غيابه عن المباريات. ورغم ذلك، لم يتلق ريال مدريد أي عرض رسمي حتى الآن للتعاقد مع أسينسيو. وترددت أنباء قوية حول رغبة روما بقيادة مديره البرتغالي جوزيه مورينيو، في التعاقد مع أسينسيو هذا الصيف. ويسمى أسينسيو للمشاركة بشكل أساسي، أملا في اللحاق بقائمة منتخب بلاده في مونديال قطر 2022.

نجم باريس يطرق أبواب الليغا بصفة مجانية

اقترب نادي باريس سان جيرمان الفرنسي من الاستغناء عن أحد نجومه خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. وكشف مراسل برنامج "الشرينجيتو" الإسباني أن لاعب الوسط أندريه هيريرا في طريقه إلى العودة مجددا إلى صفوف أتلتيك بلباو، في صفقة انتقال حر. وأضاف أن هيريرا يتفاوض حاليا مع مسؤولي النادي الباريسي على فسخ تعاقدته، بعدها سيكمل انتقاله إلى الفريق الباسكي. وأشار أيضا إلى أن لاعب الوسط الإسباني استسلم لفكرة الرحيل عن بي إس جي هذا الصيف، بعدما فشلت كل آماله في ظل إصرار كريستوف جالتييه المدرب الجديد على الاستغناء عنه. يذكر أن أندريه هيريرا انتقل إلى صفوف باريس سان جيرمان في صفقة انتقال حر قادما من مانشستر يونايتد الإنجليزي.

دورتموند يفسد خطة برشلونة في الميركاتو

عاد البلجيكي توماس مونيه، ظهير بوروسيا دورتموند، للارتباط بالانتقال إلى برشلونة خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. وسبق للنادي الكتالوني محاولة ضم الدولي البلجيكي في جانفي الماضي، لكن دورتموند حال دون إبرام هذه الصفقة. وشهدت الساعات الماضية خروج صحيفة "سبورت" الكتالونية بتقرير تؤكد فيه تفكير برشلونة مجددا في التعاقد مع صاحب الـ 30 عاما، لتعزيز الجبهة اليمنى. وفندت شبكة "سكاي سبورت ألمانيا" التقارير التي ربطت مونيه مجددا بالبارسا هذا الصيف، إذ استبعدت إمكانية انتقاله لملاعب كامب نو. وأشارت إلى عدم عزم دورتموند التخلي عن لاعب باريس سان جيرمان السابق، لصعوبة جلب بديل له في الأيام المقبلة. كما أفادت بأن النادي الألماني لا يملك الأموال الكافية للتعاقد مع ظهير أيمن جديد بجودة عالية، ما يحول دون موافقته على بيع مونيه، الذي يرتبط معه بعقد حتى صيف 2024.

مدافع بايرن خيار إشيلية لتعويض كوندي

يبدو أن بايرن ميونخ في طريقه للتخلي عن مدافع جديد قبل غلق باب الانتقالات الصيفية الجارية، في ظل تفاوضه مع ناد إسباني لبيعه. ووفقا لشبكة "سكاي سبورت ألمانيا"، فإن النادي البافاري في طريقه للتخلي عن مدافعه الفرنسي تانجي نيايزو خلال الأيام المقبلة. وأكدت أن البايرن يتفاوض مع إشيلية هذه الأيام بشأن انتقال صاحب الـ 20 عاما إلى صفوف الأخير بشكل نهائي، رافضا خيار الإعارة. ويبحث النادي الأندلسي عن مدافع يعوض رحيل الفرنسي جولييس كوندي، الذي انضم إلى برشلونة مؤخرا. ولا يعد نيايزو خيارا أساسيا للمدرب الألماني جوليان ناچلسمان، فضلا عن ظهور اللاعب في 23 مباراة فقط بالبوندسليغا منذ وصوله لملاعب أليانز أرينا قبل عامين.



دورتموند يمدد تعاقد مع مهاجمه الشباب

أعلن نادي بوروسيا دورتموند، تمديد التعاقد مع مهاجمه الإنجليزي الشاب جيمي بينو-جيتنز. ووقع بينو-جيتنز 18 عاما/ عقدا جديدا مع بوروسيا دورتموند ليستمر داخل النادي الألماني حتى عام 2025. وكان اللاعب قد انضم لصفوف دورتموند في عام 2020 قادما من مانشستر سيتي. واكتسب بوروسيا دورتموند في الفترة الأخيرة شهرة كبيرة فيما يتعلق بتطوير المواهب الإنجليزية الشابة، أمثال جادون سانشو الذي باعه مجددا لنادي مانشستر يونايتد في 2021 بعد أن ضمه من مانشستر سيتي عام 2017، كما يلعب جود بيلينجهام ضمن صفوف دورتموند بشكل أساسي. وسجل بينو-جيتنز ظهوره الأول في منافسات الدوري الألماني (بوندسليغا) في أواخر الموسم الماضي وسجل هدفه الأول في المباراة خلال المباراة التي انتهت بالفوز على فرايبورغ 3/1 يوم الجمعة الماضي.

ماتيسوس يكيل المديح لجوهره بايرن ميونخ

تنبأ لوثار ماتيسوس، أسطورة بايرن ميونخ، بوصول جمال موسيالا، لاعب بايرن ميونخ، إلى مكانة عالمية في المستقبل القريب. الدولي الألماني الشاب أكد جدارته باللعب أساسيا في تشكيلة البايرن هذا الموسم، في ظل تألقه اللافت في المباريات الأولى لظهوره. وخلال تصريحات لشبكة "سكاي سبورتس"، قال ماتيسوس: "موسيالا يملك بالتأكيد ما يتفوق به على آخرين، فهو يهزم لاعبين يملكون قدرات عظيمة". وامتدح ماتيسوس قوة شخصية صاحب الـ 19 عاما، قائلا: "إنه يظهر بصورة طبيعية، وهذا مهم طالما أردت أن تصبح لاعبا عظيما، وأنا متأكد من أنه سيصبح كذلك". وسبق لميكل بالاك، أسطورة الكرة الألمانية، امتداح موسيالا أيضا، خلال تصريحات عبر بث "DAZN"، قائلا: "إنه لاعب استثنائي بكل تأكيد، فهو من نوعية مختلفة لا نراها في البوندسليغا، وتستمتع حقا بمشاهدته".

حكم بالبوندسليغا يلجأ إلى خدعة انتظارا لقرار الفار

اعترف الحكم دينيز آيتكين باللجوء إلى خدعة، للتستر على مراجعة تقنية حكم الفيديو (فار) للعبة ما، وتجنب شعور المشاهدين بالملل بسبب توقف اللعب. جرت الواقعة خلال افتتاحية البوندسليغا بين آيتنراخت فرانكفورت وبايرن ميونخ، التي انتهت بفوز كاسح للعمالق البافاري 1-6. وقال الحكم في تصريحات أدلى بها لمجلة (كيكر) "كان هناك شك مع بداية الشوط الثاني في وجود ركلة جزاء. احتسبت ضربة ركنية وأبلغني مسؤولو الضار بالانتظار كي يتحققوا من حدوث مخالفة داخل المنطقة". وأضاف "لم أكن أريد أن ينتبه الناس كما أنني لم أرغب في التأثير على المباراة والأجواء. لذا ذهبت إلى حيث كان اللاعبون متجمعين وأمرت أوباميكانو بأن يتوقف عما يفعله". وأجاب اللاعب وسط دهشته بأنه لم يفعل شيئا، فرد عليه آيتكين قائلا "أعرف، لكنني بحاجة لبعض الوقت". وروى آيتكين هذه الرواية بعد الجدل الذي أثير عقب مراجعة استغرقت وقتا طويلا للعبة في لقاء البايرن وفولفسبورغ وانتهت بإلغاء هدف لساديو ماني كان سيغني تقدم أبناء ميونخ بثلاثية نظيفة، بسبب اشتراك توماس مولر في اللعبة بينما كان في وضعية تسلل.

أوغسبورغ يبرم صفقة نمساوية

أعلن نادي أوغسبورغ الألماني لكرة القدم أنه عزز خط وسطه بالتعاقد مع النمساوي المخضرم يولييان بومجارتلينجر حتى نهاية الموسم الجاري. وخاض بومجارتلينجر، 34 عاما، 239 مباراة في الدوري الألماني، وكانت آخر محطة له في المسابقة مع فريق باير ليفركوزن، كما سبق له اللعب لفريق ماينز. كذلك شارك بومجارتلينجر في 84 مباراة دولية مع المنتخب النمساوي. وقال شتيفان رويتر مدير الكرة بنادي أوغسبورغ: "لدينا العديد من اللاعبين الشباب أصحاب الإمكانيات الواعدة بفرقتنا، وكنا نرغب في ضم لاعب ذو خبرة إلى خط الوسط". وأضاف: "يولييان سيساعد فرقتنا داخل الملعب وخارجه عبر كفاءته الرياضية وعقليته وشخصيته وكذلك خبرته".



آيتنراخت فرانكفورت يعير لاعبه لجنت البلجيكي

أعلن نادي آيتنراخت فرانكفورت الألماني، بطل الدوري الأوروبي لكرة القدم، الثلاثاء، إعارة جناحه الترويجي ينس بيتر هاوجي لفريق جينت البلجيكي لمدة موسم. وكان هاوجي (22 عاما) تعاقد مع آيتنراخت بشكل دائم بعدما قضى الموسم الماضي معاريا للفريق قادما من ميلان الإيطالي. ولكنه سينتقل الآن إلى جينت البلجيكي لاكتساب حساسية المباريات قبل استكمال عقده مع فرانكفورت الذي يستمر حتى 2026. وقال ماركوس كروش مدير الكرة بفرانكفورت: "في السنوات الأخيرة حظينا ببعض التجارب الإيجابية للغاية من خلال إعارة اللاعبين الشباب الواعدين لبلجيكا". وأضاف: "ينس يمتلك مميزات عظيمة ولكنه يحتاج للعب كرة قدم تنافسية بشكل دائم في سنه. يمكنه الآن اكتساب هذا على المستوى الأوروبي مرة أخرى، ولهذا توصلنا لاتفاق مشترك بأن هذه هي الخطوة الصحيحة له في هذا التوقيت".

منافس جديد يشعل سباق ضم مهاجم بايرن ميونخ

انضم ناد ألماني جديد لسباق التعاقد مع مهاجم بايرن ميونخ، المرشح لمغادرة ملعب أليانز أرينا مجددا هذا الصيف. وخرج المهاجم الهولندي جوشوا زيركزي من حسابات مدربه جوليان ناچلسمان، رغم عدم جلب النادي بديل للبولندي روبرت ليفاندوفسكي. وذكرت صحيفة "بيلد" أن نادي أوغسبورغ استنصر من بايرن ميونخ عن مدى إمكانية التعاقد مع زيركزي، الذي ينتهي عقده بنهاية الموسم الحالي. وأشارت إلى رغبة مسؤولي بايرن في الحصول على مبلغ يتراوح بين 15 و20 مليون يورو، في ظل سعي بعض الأندية الأوروبية لضم اللاعب الشاب. يأتي ذلك بعدما أفادت تقارير صحفية بأن نادي شتوتغارت يكثف جهوده للظفر بتوقيع صاحب الـ 21 عاما. ومن المتوقع أن يتخلى بطل البوندسليغا نهائيا عن زيركزي، الذي أمضى الموسم الماضي معاريا ضمن صفوف أندرلخت البلجيكي.





تشيلسي يتفق على صفقة دفاعية

اتفق نادي تشيلسي، على الشروط الشخصية للتعاقد مع أحد أهداف البلوز، خلال الميركاتو الصيفي الجاري. وكتب فابريزيو رومانو، خبير انتقالات اللاعبين والمدربين في أوروبا "وافق ويسلي فوفانا مدافع ليستر سيتي، على الشروط الشخصية لعقده مع تشيلسي" وأضاف خبير الانتقالات على موقع التواصل تويتر "ستكون صفقة فوفانا منتهية بمجرد

رسميا .. مانشستر سيتي يبرم صفقة جديدة

أعلن نادي مانشستر سيتي رسميا، تعاقدته مع صفقة جديدة لدعم صفوفه هذا الموسم في رحلة البحث عن الحفاظ على لقب البريميرليغ. وذكر الموقع الرسمي لنادي مانشستر سيتي، أن الظهير الإسباني سيرجيو غوميز، وقع عقدا بالانتقال إلى السيتيزينز لمدة 4 مواسم، قادما من أندرلخت البلجيكي. وخضع غوميز للكشف الطبي في مانشستر سيتي خلال الأيام الماضية، وسيرتدي القميص رقم 21، الذي كان يرتديه من قبل الثاني الإسباني دافيد سيلفا وفيران توريس. وقال غوميز: في تصريحات لموقع مانشستر سيتي الرسمي: "من الرائع أن يحصل أحد اللاعبين الإسبان على القميص رقم 21 في مانشستر سيتي". وأضاف "سأبدل قصاري جهدي للدفاع عن ألوان الفريق". ولم يكشف مانشستر سيتي القيمة المالية للصفقة، لكن بعض التقارير أشارت إلى أنها تمت مقابل 13 مليون يورو، بالإضافة إلى كمثريات.



تشيلسي يتحرك لتمديد عقد توخييل

أكد تقرير صحفي إنجليزي، أن تشيلسي دخل في مفاوضات مع مديره الفني الألماني توماس توخييل، بشأن تمديد عقده. ويمتد عقد توخييل في ستامفورد بريدج حتى صيف 2024، ولكن وبحسب تقارير إنجليزية، فإن المالك الجديد تود بويلي، يسعى للإبقاء عليه حتى عام 2026. وبحسب صحيفة "ذا صن" البريطانية، فقد بدأت المفاوضات بين الطرفين، منذ وصول بويلي إلى غرب لندن هذا الصيف. ووقع توخييل عقدا مع تشيلسي لمدة موسم ونصف الموسم، عندما حل محل فرانك لامبارد في جانفي 2021. ولكنه حصل على عقد جديد لمدة عامين، بعد فوزه بدوري أبطال أوروبا في وقت لاحق من ذلك الموسم، على حساب مانشستر سيتي.

مطالبات بتشديد عقوبة نونيز



يواجه الأوروغواياني داروين نونيز، مهاجم ليفربول، احتمالية الغياب عن 5 مباريات مقبلة للريدز، بعد تعرضه للضرب لتعديبه بالضرب على يواكيم أندرسن، مدافع كريستال بالاس. وتحصل نونيز على بطاقة حمراء مباشرة في أول ظهور له بقميص الريدز على

ملعب أنفيلد. وبحسب صحيفة "إكسبريس" البريطانية، عادة ما يؤدي السلوك العنيف إلى إيقاف ثلاث مباريات، ما قد يمنع اللاعب من المشاركة ضد مانشستر يونايتد وبورنموث ونوكاسل. ومع ذلك، يعتقد مدافع تشيلسي السابق جيسون كوندلي، أن نونيز يستحق الإيقاف لفترة أطول. ويدعي كوندلي أن تصرف نونيز كان "اعتداء" يستحق عليه الإيقاف خمس مباريات. وقال: "أنا شخصيا أعتقد أنه سيحصل على أكثر من 3 مباريات، سينتهي به الأمر بفرض حظر أكبر، ما فعله كان وصمة عار، وصمة عار مطلقة". ووصف الظهير الأيمن السابق لمانشستر يونايتد جاري نيفيل ما حدث، وقال: "إنها لحظة جنون". وأضاف: "عندما يتم طردك بهذه الطريقة، يكون هذا هو المكان الأكثر وحدة في العالم".

مفاجأة .. مانشستر يونايتد يتحرك جديا لضم نجم الريال

كشف تقرير صحفي إسباني، مفاجأة كبرى بشأن اهتمام مانشستر يونايتد بأحد نجوم ريال مدريد لضمه هذا الصيف. ودخل مانشستر يونايتد الموسم الحالي في البريميرليغ، بشكل سيئ، حيث تلقى خسارتين في الجولتين الأولى والثانية، ليتبدل جدول الترتيب. وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية، فإن الوضع المزري لمانشستر يونايتد، دفع مسؤولي النادي لمحاولة جلب العديد من الصفقات الجديدة لإعادة هيكلة الفريق. وارتبط مانشستر يونايتد بالتعاقد مع ألفارو موراتا ويبيير إيمريك وأياميانغ وراؤول دي توماس وماتيسوس كونيا لتعزيز خط الهجوم، بالإضافة للهولندي هرينكي دي يونغ لتدعيم خط الوسط. ومع ذلك، أكدت الصحيفة، أن بعض مسؤولي مانشستر يونايتد، سافروا إلى إسبانيا، من أجل التفاوض مع ريال مدريد على ضم البرازيلي كاسيميرو. وأشارت الصحيفة، إلى أن ريال مدريد يفضل الاحتفاظ بكاسيميرو بين صفوفه لأنه لا يزال يلعب بشكل منتظم مع المدير الفني كارلو أنشيلوتي. وأكدت الصحيفة، أن ريال مدريد لم يتلق أي عروض رسمية لضم كاسيميرو حتى الآن، لكن فلسفة النادي واضحة، وهي أن أي شيء يمكن أن يحدث حتى اليوم الأخير من الميركاتو.

مانشستر يونايتد يخطط لصفقة من برايتون

يسعى نادي مانشستر يونايتد، للتعاقد مع لاعب جديد في خط الوسط، خلال الميركاتو الصيفي الجاري. وكان يونايتد تعاقد مع لاعب الوسط الدنماركي كريستيان إريكسن، هذا الصيف، عبر صفقة مجانية. وكتب فابريزيو رومانو، خبير انتقالات اللاعبين والمدربين في أوروبا، على حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر": "يتواجد مويسيس كاسيدو، نجم برايتون، ضمن اهتمامات مانشستر يونايتد لدعم خط الوسط خلال الميركاتو الصيفي الجاري". وأضاف رومانو: "يرغب برايتون في الاحتفاظ بخدمات كاسيدو، لذا ستكون الصفقة صعبة على مانشستر يونايتد، إذا أصر على التعاقد معه". وخسر مانشستر يونايتد أول مباراتين له في الدوري الإنجليزي الممتاز، هذا الموسم، أمام برايتون وبرينتفورد، تحت قيادة المدرب الهولندي إريك تين هاغ.

رونالدو يتمسك بالرحيل عن يونايتد

كشف تقرير صحفي، عن آخر التطورات بشأن مستقبل البرتغالي كريستيانو رونالدو، نجم مانشستر يونايتد، خلال الميركاتو الصيفي الجاري. وتقدم رونالدو سابقا بطلب لإدارة ناديه من أجل السماح له بالرحيل هذا الصيف، لرغبته في اللعب مع فريق يشارك في دوري أبطال أوروبا. ومع ذلك، نفي بعدها الهولندي إريك تين هاغ، المدير الفني لمانشستر يونايتد، أن يكون رونالدو أخبره بهذا الأمر. وأكد في أكثر من مناسبة، أن النجم البرتغالي مستمر في أولد ترافورد. وشدد فابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا، على أن موقف رونالدو لم يتغير، وما زال يرغب في الرحيل عن مانشستر يونايتد هذا الصيف. وأشار رومانو، إلى أن خورخي مينديز وكيل رونالدو، يعمل حاليا على إيجاد مخرج للاعب من أولد ترافورد. وأضاف: "ما زالت هناك احتمالية لرحيل رونالدو في الساعات الأخيرة من الميركاتو، كما حدث في الصيف الماضي". وختم: "يصر مانشستر يونايتد على أن رونالدو ليس للبيع، لكن خورخي مينديز يحاول استكشاف الخيارات".

بعد إصابته أمام ساسولو..

دي ماريا يغيب لمدة لا تقل عن 10 أيام ويضيع وقعة روما



أعلن نادي جوفنتوس الإيطالي غياب النجم الجديد للفريق، الأرجنتيني أنجيل دي ماريا، لمدة لا تقل عن 10 أيام، بعد أن كشفت الفحوصات الطبية، عن إصابته في العضلة المقربة اليسرى. وتعرض دي ماريا لإصابة في مواجهة فريقه أمام ساسولو في الجولة الأولى من الدوري الإيطالي "الكالتشيو"، والتي انتهت بفوز "البانكونيري" بنتيجة (3-0)، في لقاء احتضنه ملعب "أليانز ستاديوم"، يوم الاثنين الماضي، ومفادرة الجناح الأرجنتيني أرضية الميدان في الدقيقة 66 من عمر المواجهة.

وخضع دي ماريا، لفحوصات طبية، أول أمس الثلاثاء، في عيادة الفريق بمدينة تورينو الإيطالية، حيث اتضح معاناته من إصابة على مستوى العضلة المقربة اليسرى. وأصدر نادي جوفنتوس بيانا عبر الموقع الرسمي، ذكر فيه أن دي ماريا سيغيب بشكل مؤكد لمدة 10 أيام على الأقل، إذ يقول: "خضع دي ماريا لفحوصات بالأشعة صباح اليوم، كشفت عن معاناته من إصابة في العضلة المقربة من الضخ الأيسر"، وأضاف: "سيتم إعادة تقييم مدى الإصابة في غضون 10 أيام. وكان دي ماريا قد خطف الهدف الأول في المواجهة الأولى له مع النادي الإيطالي الذي انضم إليه هذا الصيف من باريس سان جيرمان الفرنسي، بتسجيله الهدف الأول في الدقيقة 26 من اللقاء، وتقديمه تمريرة حاسمة لزميله الصربي دوشان فلاهوفيتش.

وسيكون دي ماريا مهددا بالغياب عن قمة الجولة الثالثة من الدوري الإيطالي، والتي ستجمع بين فريقه جوفنتوس ونادي العاصمة روما، وسيكون من المؤكد غيابه عن مباراة الجولة القادمة أمام سامبدوريا، المقررة يوم الاثنين 22 من الشهر ذاته.

وكيل كفاراتسكيليا نجم نابولي: لهذا السبب ابتعدنا عن جوفنتوس

كشف ماموكا يوغيلي، وكيل خفيشا كفاراتسكيليا نجم نابولي، سبب ابتعاد اللاعب عن الانضمام إلى صفوف جوفنتوس.

وانتقل الجورجي كفاراتسكيليا إلى نابولي هذا الصيف، وظهر بشكل مذهل في الجولة الأولى من الدوري الإيطالي، حيث سجل هدفا وصنع آخر خلال فوز البارتينوي على هيلاس فيرونا.

وأبدى جوفنتوس باللاعب الجورجي منذ عام، لكن صفقة انتقاله إلى السيدة العجوز لم تكتمل.

وقال وكيل كفاراتسكيليا في تصريح أبرزته صحيفة لاجازيتا ديللو سبورت "كان لدينا اتفاق مبدئي مع جوفنتوس، عندما كان فابيو باراتيتشي يعمل هناك"، وأضاف "عقب ذلك، ذهب باراتيتشي إلى توتنهام، لكن لو لم يرحل، كان كفاراتسكيليا يلعب مع البانكونيري الآن". واختتم "طلب ميلان أيضا معلومات عن خفيشا، لكن نابولي تحرك بشكل ملموس أكثر وحسم الصفقة".



باريس يستسلم أمام جوفنتوس في صفقة باريديس

استسلم نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، في التفاوض بشأن مصير لاعبه الأرجنتيني لياندر باريديس، هذا الصيف. وأشار فابريزيو رومانو وجيانلوكا دي مارزيو، وهما من خبراء سوق الانتقالات، إلى أن انضمام لياندر باريديس إلى صفوف جوفنتوس، بات وشيكا.

كما كشف الثنائي أن إدارة البي إس جي ترحب حاليا بانتقال اللاعب الأرجنتيني معارا إلى صفوف السيدة العجوز. ونوه فابريزيو رومانو وجيانلوكا دي مارزيو أن باريس سان جيرمان تمسك في بداية المفاوضات بالتخلص من لياندر باريديس، من خلال البيع النهائي.

ويبقى أمر واحد على إتمام صفقة لياندر باريديس، وهو نجاح إدارة جوفنتوس في بيع لاعب الوسط الفرنسي أدريان رابيو لصالح مانشستر يونايتد، قبل غلق باب الانتقالات الصيفية.

اجتماع حاسم لانتقال ديباي إلى جوفنتوس

يعقد سيباستيان ليدور، محامي ممفيس ديباي مهاجم برشلونة، اجتماعا حاسما، بشأن انتقال اللاعب إلى جوفنتوس خلال الميركاتو الصيفي الجاري. وينتهي عقد ديباي مع برشلونة في صيف 2023، وزعمت بعض التقارير أن المهاجم الهولندي اتفق على الشروط الشخصية لعقده مع السيدة العجوز.

ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، فإن ليدور سيجتمع مع مسؤولي برشلونة خلال الساعات المقبلة، للاتفاق على فسخ عقد ديباي.

وكشفت صحيفة "لاغازيتا ديللو سبورت" الإيطالية، أن ديباي لن يكتفي بفسخ عقده والانتقال مجانا إلى جوفنتوس، لكنه سيطلب أيضا الحصول على تعويضات من برشلونة.

يذكر أن برشلونة يعاني من أزمة مالية، ويسعى للتخلص من عدة لاعبين لهذا الصيف، لاستكمال قيد صفقاته الجديدة في رابطة الليجا، بالإضافة إلى إبرام تعاقدات أخرى.

مورينيو يحدد مستقبل الشعراوي مع روما

حدد جوزيه مورينيو المدير الفني لروما مستقبل ستيفان الشعراوي مع الفريق خلال الموسم الجاري. اللاعب الإيطالي الذي ينتهي عقده مع ذئاب العاصمة صيف 2023 يمتلك عروضاً من أتالانتا ومونزا. وفقاً لما أوردته "ال ميساجيرو" الإيطالية، فإن مورينيو لا يزال يثق في الشعراوي ويريد الاحتفاظ به في روما هذا الموسم، وأضافت الصحيفة أن قرار مورينيو نهائي حتى في حال وصول أندريا بيلوتي في صفقة انتقال حر إلى روما. الشعراوي (29 عاماً) وصل إلى روما صيف 2016، ومنذ ذلك الحين خاض 190 مباراة بقميص الذئاب في جميع المسابقات، وانتقل الشعراوي إلى الدوري الصيني في صيف 2019 مقابل 16 مليون يورو. ولم يخض الشعراوي إلا 19 مباراة مع فريقه الصيني، سجل خلالها 4 أهداف وصنع 3، وتوج معه بمسابقة الكأس، وبعدها عاد ذو الأصول المصرية لروما من جديد في جانفسي 2021. وشارك الشعراوي مع روما الموسم الماضي في 36 مباراة سجل خلالها 7 أهداف وصنع آخر، وظهر الشعراوي بديلا في فوز روما أمام ساليرنيانا بهدف دون رد في أولى جولات الدوري الإيطالي الموسم الحالي.



بسبب الأزمة التي يعيشها مع اليونايته... رونالدو يتناول وجبات الغداء بمفرده

أكدت عديد التقارير الصحفية الإنجليزية، أن أسطورة كرة القدم البرتغالي كريستيانو رونالدو، نجم مانشستر يونايتد، أصبح معزولا بين لاعبي فريقه، إذ رصدته الكاميرا وهو يتناول وجبات الغداء بمفرده، وسط تكهنات بأن مسيرة أفضل لاعب في العالم 5 مرات اقتربت من نهايتها مع الفريق. وكشف موقع "ذا أثلتيك" يوم الاثنين الماضي، أن النجم البرتغالي بات غير مرغوب بين لاعبي مانشستر يونايتد، إذ ازدادت المشاكل بينه وبين بقية لاعبي "الشياطين الحمر" في الفترة الحالية، وبات يتناول وجبات الغداء بمفرده وبمعزل عن بقية اللاعبين، كما غير المدرب الهولندي إريك تين هاغ رأيه فيما يتعلق ببقاء رونالدو وبات يتقبل فكرة رحيله عن الفريق. وأضاف التقرير: ظل تين هاغ الذي أصبح أول مدرب للنادي منذ 101 عام يخسر أول مباراتين في الدوري الإنجليزي، مصرا طوال فترة الانتقالات على أن يظل رونالدو جزءا من خطته لهذا الموسم، لكنه غير رأيه الآن، وأصر على أنه من الصعب أن يندمج رونالدو مع الفريق بعد غيابه عن الموسم التحضيري لأسباب عائلية. وختتم الموقع: منذ عودة رونالدو إلى الفريق بعد غيابه كان يحتج كثيرا خلال الحصة التدريبية ويشير الجدل وهناك شعور بأن مزاجه السيئ له تأثير سلبي على الفريق. ولم ينضم رونالدو إلى الجولة التحضيرية لمانشستر يونايتد في تايلاند وأستراليا قبل بداية الموسم لأسباب عائلية، وهو ما عزز الشكوك حول رغبته بالانتقال من مانشستر يونايتد الذي سينافس في الدوري الأوروبي الموسم الحالي ما يعني غياب رونالدو، كبير هدافي دوري أبطال أوروبا عبر التاريخ، عن بطولته المفضلة للمرة الأولى منذ 2003 عندما كان لاعبا في سبورتنغ لشبونة ويبلغ من العمر 17 عاما. وفي سياق آخر سخر المهاجم البرتغالي كريستيانو رونالدو بشكل قوي من وسائل الإعلام العالمية بعد التدخل في شؤونه الشخصية وانتقاده في العديد من المرات حيث كان رونالدو يظل للتقارير الصحفية طوال موسم الانتقالات الصيفي الحالي، منذ أن ظهرت تقارير تفيد برغبته في الرحيل عن الشياطين الحمر هذا الصيف ولم يتوقف الأمر حتى بعدما بدأ الموسم الجديد من الدوري الإنجليزي، بل تزايد عقب تعرض مانشستر يونايتد لهزيمتين متتاليتين في أول جولتين من البطولة، أمام برايتون وبرينتفورد ورد رونالدو على منشور، من خلال حسابه الشخصي بموقع "إنستغرام"، قائلا: "سيعرفون الحقيقة عندما أجيء بمقابلة صحفية في غضون أسابيع قليلة وسأحل الأكاذيب فقط، لدي دفتر ملاحظات وهي الأشهر القليلة الماضية من ضمن الأخبار الـ100 التي كانت تخصني، كان هناك 5 فقط أخبار حقيقية، تخيل كيف تسير الأمور!". وجاء رد رونالدو على منشور يخص شخصاً يبدو أنه جزءاً من الوكالة الخاصة بالبرتغالي، حيث كتب ذلك الشخص: "قال إيدو أغيري الصحفي والصديق الشخصي لكريستيانو إن أتلتيكو مدريد يريد ضم رونالدو، وأن سيميوني كان مهتما بكريستيانو، لكنه لا يستطيع أو لا يريد أن يقول هذا علنا بسبب رد فعل الجماهير، لكن أتلتيكو لا يستطيعون تحمل راتب كريستيانو وأن احتمال هذا الانتقال ضئيل للغاية، علاوة على ذلك، كريستيانو لديه عروض من 5-6 أندية، وأن الأخبار المنتشرة في أوروبا حاليا هي كذبة، سخافة، يشعر كريستيانو بالغضب وخيبة الأمل من موقف الصحافة تجاهه في الشهرين الماضيين". وواصل: "أنا، لوكاس، قلت دائما هنا إنني أكره التكهنات وأنتي لن أعلق على ما يتم نشره في وسائل الإعلام، لأنني أعلم أن هناك الكثير من الأكاذيب، عندما أضع الأشياء هنا وبعض المعلومات، فهذا لأن هناك شيئا ما، لكنني لم أقم في أي وقت بإنشاء قصص أو زيادة هذا النوع من التكهنات الرخيصة والقذرة التي تظلم الصحافة، لن أفعل ذلك أبداً وتابع: "ثم يشكون من عدم تمكنهم من إجراء مقابلة حصرية معه أو أي شيء من هذا القبيل، إنهم يحاولون تلميح صورة الرجل، والفوز بأي ثمن على حساب اسمه، ثم يذهبون بذيولهم بين أرجلهم كما لو كانوا من المعجبين الفانقين ويريدون حصريات قادرة أحافظ على منسبي هنا، وأريد حقا أن يترك كريستيانو مانشستر، لأن السيناريو الحالي في هذا الفريق سيء للغاية بالنسبة له، لكن إذا بقي، أمل بشدة أن يسير كل شيء على ما يرام دائما". واختتم: "حتى اليوم الحادي والثلاثين نهاية سوق الانتقالات سيكون الأمر متاحا له للذهاب إلى فريق أفضل ويمكن أن يحدث ذلك، دعنا ننتظر"



لاعب كريستال بالاس أندرسون يستنجد بالشرطة بعد تلقيه تهديدات بالقتل

استعان لاعب نادي كريستال بالاس الإنجليزي، يواخيم أندرسن، بالشرطة بعدما تعرض لتهديدات بالقتل وسيل من الشائعات عبر الانترنت، عقب تعادل كريستال بالاس مع ليدز يونايتد بهدف لمثله، في الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز البريميرليغ يوم الاثنين الماضي. وتعرض مدافع كريستال بالاس لاعتداء بالرأس من داروين نونيز، لاعب ليدز يونايتد، الذي حصل على البطاقة الحمراء

وحصل أندرسن على البطاقة الصفراء خلال نفس الواقعة، ولكنه لجأ إلى حسابه على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام لعرض ما وصفه بأنه عينة من مئات الرسائل المسيئة التي تلقاها منذ نهاية المباراة. وقال أندرسن:

"وصلتني ما يتراوح بين 300 إلى 400 من هذه الرسائل". وأضاف: "أتفهم أنكم تدعون فريقا ولكن تحلوا ببعض الاحترام وتوقفوا عن هذه التصرفات".

وأكد: "أتمنى أن يقوم ورايطه الدوري الممتاز بفعل شيء ما حيال هذا الأمر".

ويمكن للاعب كريستال بالاس اختيار ما إذا كانوا سيرشكون ضابط شرطة الاتصال الخاص بالنادي ورباطة الدوري الممتاز، التي لديها فريقا جاهزا لإجراء التحقيقات.



أزمة بين مبابي ونيمار في باريس سان جيرمان

تواصل الحرب اشتعالها بين ثنائي نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، كيليان مبابي ونيمار جونيو، اللذان يعيشان أزمة حقيقية. حيث ذكرت تقارير فرنسية، يوم الأحد الماضي، أن نيمار دخل في مشادة مع زميله مبابي، بعد مباراة الفريق أمام مونتيليبه التي كسبها باريس سان جيرمان بخمسة أهدافين، ضمن الجولة الثانية من الدوري، وزعمت التقارير أن الاثنين صرخا في وجه بعضهما البعض ثم ضربا رأسيهما، قبل أن يفرقهما زملاؤهما في الفريق. والتقطت العدسات خلال مباراة باريس سان جيرمان ومونتيليبه نقاشا بين مبابي ونيمار، حيث طلب الشاب الفرنسي الحصول على الكرة من أجل تسديد ركلة الجزاء، بينما أصر البرازيلي على تنفيذ الركلة ورفض منح الكرة لمبابي. وبعد شجارهما في غرفة الملابس، كشف نيمار عن حقيقة صراعه مع مبابي، بعدما قام بتفضيل تغريدة على موقع التواصل الاجتماعي "تويتتر"، تنتقد سلوك زميله مبابي عقب مباراة باريس سان جيرمان ومونتيليبه، وكتب في التغريدة التي فضلها البرازيلي: من الواضح الآن أن مبابي هو المسدد الرئيسي لركلات الجزاء في باريس سان جيرمان، ويبدو أنه أمر ينص عليه عقده الجديد، لأنه من المستحيل أن يكون نيمار في المركز الثاني لمسدد ركلات الجزاء بأي ناد، من المؤكد أن الأمر له علاقة بعقده الجديد، مبابي هو مالك باريس سان جيرمان.

ميسي في موقف لا يحسد عليه

وبات أسطورة كرة القدم الأرجنتيني ليونيل ميسي، لاعب باريس سان جيرمان، في موقف لا يحسد عليه، أين أصبح يعيش وسط الصراع القوي في نادي باريس سان جيرمان، الذي يجمع الفرنسي كيليان مبابي ضد البرازيلي نيمار دا سيلفا. ويبدو أن أسطورة برشلونة تحولت من النجم الأول للفريق إلى اللاعب الثالث في باريس سان جيرمان، وذلك بعدما وصل إلى فرنسا في الصيف الماضي، قادما من النادي الكتالوني، إذ كان يسيطر ميسي "35 عاما"، على الكثير من القرارات في برشلونة، إضافة إلى أنه الخيار الأول في تنفيذ ركلات الجزاء والضربات الحرة، ودوره الهام في مشروع النادي.

تيري هنري يدافع عن مواطنه مبابي

ودافع أسطورة أرسنال الإنجليزي وبرشلونة الإسباني السابق، تيري هنري، عن مواطنه كيليان مبابي بعد أزمته بقاء باريس سان جيرمان، مشيراً إلى أنه ليس عليه أن يثبت أي شيء لأي شخص. وتحدث تيري هنري لـ "امازون برايم فيديو" قائلا: "إنه مكانه، سيتعين عليه بالطبع إظهار أفضل مستوى له كما فعل في بداياته هنا، لكن ليس لدي أي شيء ليثبتته لأي شخص. وأضاف "سيتعين على المدرب أن يجد طريقة للعب الثلاثي ميسي ونيمار ومبابي ويجعلهم سعداء. حظا سعيدا".

داروين نونيز يقدم اعتذاره لجماهير ناديه ليفربول



قام المهاجم الأوروغوياني داروين نونيز بتقديم اعتذاره لجماهير ناديه ليفربول عما بدر منه من تصرف سيء في مباراة كريستال بالاس في بطولة الدوري الإنجليزي الممتاز واضطر ليفربول إلى اللعب بـ10 لاعبين فقط منذ الدقيقة 57 حيث حصل داروين نونيز على بطاقة حمراء، إثر قيامه بـ"نطح" لاعب كريستال بالاس يواكيم أندرسن بعد استفزاز الأخير له وصرخ يورغن كلوب بعد المباراة بأن داروين نونيز استحق البطاقة الحمراء بالفعل، حيث أن رد فعله لم يكن هو المطلوب منه في هذا الموقف من جانبه، كتب داروين نونيز عبر حسابه الشخصي بموقع "تويتتر": "أنا على علم بالتصرف القبيح الذي قمت به، أنا هنا لأتعلم من أخطائي ولن يحدث ذلك مرة أخرى، اعتذر لليفربول جميعا، سأعود لاحقا". وكشف مدافع الفريق الأول لكرة القدم بنادي كريستال بالاس، يواكيم أندرسن، سبب غضب مهاجم ليفربول ومنتخب أوروغواي، داروين نونيز، منه، قبل الطرد في مباراة الناديين يوم الاثنين، في الدوري الإنجليزي وتحدث أندرسن عن السبب في تصريحات نقلتها شبكة "الليفربول إيكو"، وقال: "طوال المباراة كنت بالقرب منه، أزعجته كثيرا وقدمت أداء جيدا أمامه، اعتقد أن هذا هو سبب غضبه مني ضربني أول مرة عند إحدى العرضيات، قلت له إنه لا ينبغي أن يفعل ذلك، كنت غاضبا منه، ثم فعل ذلك مرة أخرى وهو بالنسبة لي تصرف غبي حقا، لذا فهي بطاقة حمراء مستحقة".

فوائد ممارسة كبار السن للرياضة



قبل ممارسة الرياضة الطاقة اللازمة، ولكن قد تساعد في الحفاظ على مستوى السكر بالدم ومنع نوبات الجوع التي تسبب التعب. تتضمن الخيارات الجيدة للوجبات الخفيفة في أصابع الطاقة، الموز أو آية فاكهة طازجة أخرى، الزبادي، عصير الفواكه، الكعك كامل الحبوب أو البسكويت، قطع الجرانولا قليلة الدهون، شطائر زبدة فول السوداني لمساعدة العضلات على التعافي وتعويض مخزونها من الجليكوجين، تناول وجبة تحتوي على البروتين والكاربوهيدرات خلال ساعتين من انتهاء جلسة ممارسة الرياضة إن أمكن. لا تنس شرب السوائل. فأنت تحتاج إلى كمية كافية من السوائل قبل وأثناء وبعد ممارسة الرياضة للمساعدة على الوقاية من الجفاف، وتناول الماء بانتظام من أجل ممارسة الرياضة، توصي الكلية الأمريكية للطب الرياضي بتناول نحو 2 إلى 3 أكواب (من 473 إلى 710 مليلترات) من الماء خلال ساعتين إلى ثلاث ساعات قبل التمرن، وتناول نحو 2/1 إلى كوب واحد (118 إلى 237 مليلترا) من الماء كل 15 إلى 20 دقيقة أثناء التمرن. عدل الكمية حسب حجم الجسم والطقس، وكذا تناول نحو كوبين إلى 3 أكواب (473 إلى 710 مليلترات) من الماء بعد التمرن مقابل كل رطل (0.5 كيلو جرام) من الوزن تفقده أثناء التمرن. يعد الماء بشكل عام أفضل طريقة لتعويض السوائل المفقودة، لكن إذا كنت تمارس الرياضة لأكثر من 60 دقيقة، فتناول مشروباً رياضياً. فالمشروبات الرياضية قد تزيد في الحفاظ على توازن الشوارد الكهربائية بجسمك وتمنحك المزيد من الطاقة نظراً لاحتوائها على الكاربوهيدرات.

بالصباح، فاستيقظ مبكراً بما يكفي لإنهاء إفطارك قبل التمرن بساعة على الأقل. حيث إنه بحلول الصباح يكون تم استنفاد معظم الطاقة التي حصلت عليها من وجبة العشاء الليلة السابقة. وقد يكون مستوى السكر في الدم لديك منخفضاً. إذا لم تتناول الطعام، فقد تشعر بالخمول أو الدوار عند ممارسة الرياضة. إذا كنت تخطط لممارسة الرياضة في غضون ساعة بعد الإفطار، فتناول إفطاراً خفيفاً أو اشرب أحد المشروبات التي ترفع مستوى السكر في الدم مثل المشروبات الرياضية. ركز على الكاربوهيدرات للحصول على أقصى طاقة. تتضمن الخيارات الجيدة للإفطار الحبوب الكاملة أو الخبز، الحليب قليل الدسم، العصير، الموز، الزبادي، قطعة فطائر. وتذكر، إذا كنت معتاداً على تناول القهوة بالصباح، فلا بأس من الحصول على فنجان من القهوة قبل التمرن. اعرف أيضاً أنك في كل مرة تجرب طعاماً أو شرباً جديداً لأول مرة قبل التمرن، فإنك تخاطر بإزعاج المعدة. احذر من المبالغة في كمية الطعام التي تتناولها قبل ممارسة الرياضة، والوجبات الكبيرة تناول تلك الوجبات قبل ممارسة الرياضة بثلاث إلى أربع ساعات على الأقل، والوجبات الصغيرة تناول تلك الوجبات قبل ساعتين إلى ثلاث ساعات على الأقل قبل ممارسة الرياضة. أما الوجبات الخفيفة الصغيرة، فوجب تناولها قبل ممارسة الرياضة بساعة، وقد يشعرك تناول الكثير من الطعام قبل ممارسة الرياضة بالخمول. وتناول القليل جداً من الطعام قد لا يمنحك الطاقة التي تساعدك على الشعور بالقوة خلال التمرن. يستطيع معظم الناس تناول وجبات خفيفة صغيرة مباشرة قبل ممارسة الرياضة وأثناء ممارستها، بكمين الأمر فيما تشعر بهقد لا تمنحك الوجبات الخفيفة التي تتناولها

ويساعد في زيادة كثافة العظام ويزيد معدل الأيض. مع التقدم في السن يصبح من الأهمية بمكان أن يصبح الشخص نشيطاً إذا ما كان يرغب في البقاء بصحة جيدة مع الحفاظ على استقلاليتته فإذا توقف الإنسان عن الحركة تصبح الأشياء التي كان يستمتع بأدائها دائماً ويستسهل القيام بها صعبة قليلاً ويبدأ في الشعور بأوجاع وآلام لم تكن موجودة من قبل، كما يصبح الشخص أكثر عرضة للسقوط. من المهم لدى المسن وقيل ممارسة الرياضة التوجه إلى الطبيب المختص لعمل كشف طبي على قدراته الجسدية، ونحن ننصح أن تكون الرياضة لدى كبار السن موصوفة (بوصفة طبية) حتى لا تتسبب في حدوث تمزقات في الأربطة والآلام والمضائل. ينصح بالرياضة لكبار السن أن تكون بمعدل 150 دقيقة أسبوعياً مقسمة على 10 دقائق في كل مرة، ومتنوعة بين الرياضات الهوائية ورياضات المقاومة والسياحة والمشي. ومن فوائد وإيجابيات التمارين الرياضية للمسنين خفض ضغط الدم، خفض نسبة الدهون في الدم، تقليل خطر الإصابة بسبب السقوط، تحسين التوازن والمشي، والحد من الانخفاض الطبيعي في كثافة العظام. إن من أسوأ الأشياء التي قد يفعلها المسن هو قلة الحركة وقضاء وقت طويل أمام التلفزيون أو الكمبيوتر إذ إن هذا الأمر يسرع مضاعفات الشيخوخة ويصعب من الصعب التمتع باستقلالية الشخص. إن ممارسة التمارين الرياضية هو أحد الأمور الأكثر صحة والتي يمكن أن يمارسها كبار السن من أجل أنفسهم. ويتلائم تناول الطعام مع ممارسة الرياضة، فإن وقت تناول الطعام وما تتناوله قد يكون له تأثير مهم على ما تشعر به عند ممارسة الرياضة، سواء كان مجهوداً عرضياً أو تدريباً لمسابقة. وإذا كنت تمارس الرياضة

كلنا نعلم أنه كلما تقدم الإنسان بالمرحلة كلما قلت حركته وأحس بصعوبة في القيام بأعماله اليومية وذلك لأن مرحلة الشيخوخة تصاحبها العديد من التغيرات مثل العوامل الوراثية، الحالة النفسية، نمط الحياة، الأمراض المزمنة ونوعية النظام الغذائي. إن التقدم في العمر يؤدي إلى تراجع تدريجي بالقدرات الأساسية للجسم مثل كتلة وقوة العضلات لدى الرجال والنساء على حد سواء فبدأت من العقد الرابع من العمر يفقد الإنسان من كتلة العضلات كل عقد ويصل هذا الانخفاض إلى أضعاف كل عام من بعد سن 50 سنة، وجدير بالذكر أن العضلات تحافظ علينا أقوى وأقوى وتحافظ على وزن الإنسان وتساعد على دعم العظام وجعلها قوية، ولذا فعند فقد العضلات يفقد الإنسان قوته وحركته ويصبح غير قادر على أداء وظائف حياته الأساسية. وقد وجدت العديد من الدراسات أن القيام بممارسة تمارين رياضية لكبار السن أمر مفيد جداً، كما أن القيام بتمارين اللياقة البدنية بشكل منتظم يساعد على منع أو تأخير الأمراض والصعوبات في الأداء اليومي. كما أظهرت العديد من الدراسات أن تدريبات القوة تشجع وتسهم في زيادة كتلة العضلات لدى المتدربين من فئة كبار السن وهذا يعني أنه إذا كان الشاب يستطيع في غضون عدة أشهر أن يحسن من قوة وكتلة العضلات لديه بنسبة كبيرة فإن المدرب المسن يلاحظ تحسناً بنسب متشابهة. وأظهرت العديد من الدراسات بوضوح أن هناك علاقة بين النشاط البدني والتغيرات النفسية لدى كبار السن. النشاط البدني يؤدي إلى زيادة تدفق الدم في الجسم، وبالتالي يزيد النبض وينشط الهرمونات التي تعمل على تحسين المزاج. كما أن تدريب المقاومة يؤثر على عمل الأنسولين

فوائد البطاطا الصحية للرياضيين



ظهور

بعض

الاضطرابات المعوية عند المشاركين الذين تناولوا البطاطا بشكل كبير مثل الانتفاخ وآلام البطن بالمقارنة مع المجموعات الأخرى، ومع ذلك كانت البطاطا جيدة وقبولة من قبل غالبية المشاركين في الدراسة. ويؤكد الباحثون أن البطاطا هي بديل واعد للرياضيين لأنها توفر مصدراً منخفض الكالسيوم ومغذي وصحي للكاربوهيدرات، كما يقول المختصون، بشكل عام تظهر دراستنا أن الأطعمة الكاملة في الرياضة يمكن استخدامها كمصادر للكاربوهيدرات وبدائل للمنتجات التجارية.

فقط على الماء، مجموعة على هلام كاربوهيدرات التجاري، ومجموعة على الكاربوهيدرات البطاطا المهروسة، بالإضافة إلى ذلك قام الباحثون بتوحيد النظام الغذائي في غضون 24 ساعة قبل أن يجري المشاركون سابقاً لمدة 120 دقيقة. وتم تسجيل مستويات السكر في الدم ودرجة حرارة الجسم وغيرها من الفحوصات الطبية التي يخضع لها الرياضي، حيث أظهرت المقارنة بين المجموعات المختلفة أنه لا توجد فروق في الأداء بين المجموعة الثانية والمجموعة الأولى، في حين أظهرت كلا المجموعتين زيادة كبيرة في الأداء الذي لم يستطع إليه المشاركون في المجموعة الأولى. وفقاً لفرع البحث زاد تركيز الجلوكوز في البلازما بطريقة مماثلة للمجموعة الثانية والثالثة، كما لوحظ ارتفاع معدل ضربات القلب إلى مستوى مماثل كما هو الحال مع المجموعة الأولى لكن كانت أسرع أثناء الرياضة. الشيء السلبي الوحيد الذي لاحظته العلماء هو

أن البطاطا المهروسة فعالة في زيادة الأداء مثل المواد الهلامية التجارية التي يستخدمها الرياضيون لزيادة الكاربوهيدرات أثناء التمرن، ويقول فريق البحث بقيادة البروفيسور نيكولاس بورد من جامعة إلينوي، إن البطاطا هي بديل فعال وجيد من حيث التكلفة للهلاميات التجارية للكاربوهيدرات. ويعتمد العديد من الرياضيين على مجموعة متنوعة من الوسائل لزيادة الأداء بما في ذلك تناول ما يسمى هلام الكاربوهيدرات، وقال البروفيسور نيكولاس بورد حول نتائج الدراسة أنه لقد أظهرت الأبحاث أن تناول المواد الهلامية الكاربوهيدراتية المركزة أثناء التمرن لفترة طويلة يحسن من توافر الكاربوهيدرات أثناء التمرن ويحسن من الأداء الرياضي، لكن المشكلة أن المواد الهلامية التجارية غالية الثمن نسبياً. ولمعرفة فوائد البطاطا للرياضة، لذلك قام الباحثون باختبار البطاطا المهروسة على 12 مشاركاً رياضياً قاموا بركوب الدراجة الهوائية بمعدل 267 كيلومتراً في الأسبوع، تم تدريبهم جميعاً بشكل جيد وتم تعيينهم بشكل عشوائي في واحدة من ثلاث مجموعات. حصلت مجموعة

أثبتت دراسة حديثة فوائد البطاطا للرياضة من خلال زيادتها للياقة البدنية، في حين يلجأ الكثير من الرياضيين إلى تناول المكملات الغذائية ومكملات كمال الأجسام لتحسين أدائهم الرياضي، ويتم غالباً استخدام هلام الكاربوهيدرات للحفاظ على مستويات السكر في الدم ثابتة وزيادة الأداء أثناء التدريبات الطويلة. يحتاج لاعبي كمال الأجسام أو لاعبي كرة القدم أو التنس وغيرهم من الرياضيين إلى كمية كبيرة من السعرات الحرارية في اليوم الواحد من أجل تعزيز بناء العضلات والجسد، وأفضل الرياضيين من يلجأ لتناول غذاء طبيعي صحي بدلاً من المنشطات الخطيرة والفييتامينات ومشروبات الطاقة غير الصحية، وتستخدم «البطاطا، بنوعها، الحلوة، والعادية» بشكل رئيسي لتوفير كمية كبيرة مما يحتاجه لاعب بناء الأجسام خصوصاً، والرياضيين عموماً. حيث إن 200 غرام من البطاطا تحتوي على 188 سعرة حرارية، إلى جانب أنها توفر 42 غراماً من الكاربوهيدرات التي تكافح ألم وتشنجات العضلات بفعل التمارين القاسية. وأظهرت دراسة جديدة

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

SPORT
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