

بن ناصر
مرشح لجائزة
لاعب الشهر
في ميلان

بونجاح
يتألق ويقود
السد للفوز
أمام
السياسة

أديداس
تطرح قميص
الخصم
الجديد

www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الخميس 1 سبتمبر 2022 الموافق 4 صفر 1444 هـ العدد: 538 الثمن: 30 دج



بطولة العرب للمنتخبات
لأقل من 17 سنة - ربع النهائي

الجزائر - تونس اليوم على الساعة 16:30

الى الأمام

موالي يلتحق بـ "نعيجي"
في لافال الفرنسي



الحكم غربال لإدارة
نهائي السوبر الافريقي



DMCM
DISTRIBUTION DE MATERIEL ET CONSEILS MEDICO-CHIRURGICAL

الموزع الحصري للمنتجات الصحية
لعلامة rossmax السويسرية

06.61.29.36.74
EurlDmcm

rossmax



متوفر في الصيدليات ومحلات بيع المستلزمات الطبية

كأس العرب لأقل من 17 سنة

شبان الجزائر

جاهزون للإطاحة بنسور قرطاج والمرور لنصف النهائي

في المركز الثاني، في حين أن المنتخب الجزائري تأهل على رأس مجموعته من خلال تحقيق ثلاث انتصارات متتالية، وأخيرا بنتيجة مقبلة أمام المنتخب الإماراتي، وبالتالي فإن شبان "الخضر" يتمتعون بكل حظوظهم من أجل المرور إلى الدور نصف نهائي وترك الحلم قائما في الوصول إلى المباراة النهائية والتتويج باللقب على الرغم من أن المهمة لن تكون سهلة.

الذين سيدخلون مباراة في أحسن الظروف من أجل محاولة الإطاحة بالمنافس التونسي والوصول إلى المربع الذهبي.

المنتخب التونسي ليس قويا ورفقاء كساسي قادرون على رفع التحدي

وبالحديث عن منافس المنتخب الوطني في مباراة اليوم، فإن تونس ليس بالمنتخب القوي خلال هذه المنافسة، حيث أنه سجل تعادلين وفوز في دور المجموعات متأهلا بصعوبة

يستعد المنتخب الوطني لأقل من 17 سنة أمس اليوم لملاقاة نظيره التونسي لحساب الدور ربع نهائي من المنافسة، حيث سيسعى أشبال المدرب أرزقي رمان لتحقيق الفوز وتفادي أي مفاجأة غير سارة من أجل مواصلة المشوار إلى حين بلوغ الهدف المسطر.

اللاعبون واعون بالمسؤولية وجاهزون لهذه القمة

هذا وكان المدرب رمان قد أكد في تصريحات له أن ما كان ينقص اللاعبين قد حصل، وهو عودة سيكون من وكذا ارتفاع المعنويات، الأمر الذي سيكون من دون تأكيد في صالح محاربي الصحراء



موليكا (لاعب بيشكتاس التركي):
"الجميع يتمنى عودة غزال بشكل سريع"

أعلن مهاجم نادي بيشكتاس التركي، جاكسون موليكا، عن تمنياته بعودة الدولي الجزائري رشيد غزال بسرعة للمنافسة وهو الذي يغيب حاليا عن مباريات النادي بسبب معاناته من إصابة تعرض لها خلال مباراة بيشكتاس أمام الانيا سيور، حيث صرح موليكا قائلا: "أتمنى من كل قلبي عودة غزال من جديد إلى اللعب معنا، فمساهماته في خط الهجوم كبيرة ومفيدة كثيرا للفريق".

"تضامنت معه من خلال إهدائه الهدفين اللذين سجلتهما"

هذا وكان اللاعب موليكا قد قام خلال مباراة أول أمس التي فاز فيها فريقه على نادي سيقاس سيور، بإهداء الهدفين اللذين سجلهما لرشيد غزال، حيث صرح بعد المباراة حول تلك القطة قائلا: "لقد أهديت أهدافي التي سجلتها في المباراة لأنه لاعب وشخص رائع، وحتى أؤكد له مساندتي له خلال هذه الفترة التي يمر بها".



أديداس تطرح قميص "الخضر" الجديد للبيع في موقعها البرازيلي

طرح شركة العتاد الرياضي أديداس القميص الجديد للمنتخب الوطني للبيع عبر موقع الإلكتروني بنسخته البرازيلية، وهذا ما فاجأ المتابعين الذين كانوا ينتظرون أن يتم ذلك بشكل رسمي وعبر الاتحاد الجزائري لكرة القدم، في انتظار ما ستكون ردة فعل هذا الأخير بعد طرح القميص.

يحمل نفس تصميم الذي كشفت عنه التسريبات مؤخرا

هذا وجاء القميص المطروح على الموقع البرازيلي لشركة أديداس بنس تصميم الصور التي قبل عنها أنها مسربة لشكل القميص الجديد للمنتخب الجزائري، حيث تم اقتباس هذا الأخير من قميص منتخب 82 التاريخي، إذ كان هذا التصميم موجها ليكون القميص الرئيسي للمنتخب في مونديال قطر، إلا أن فشل رفقاء محرز في بلوغه أخلط الحسابات.

مولي يلتحق بنعيجي في لافال الفرنسي

أعلن نادي لافال الفرنسي الناشط في الدرجة الثانية الفرنسية ضم لاعب نادي بارادو حمزة موالى، حيث سيبدأ في الفريق زميله السابق في "الباك" زكريا نعيجي الذي يقدم مستويات رائعة هذا الموسم مع النادي. يذكر أن موالى كان مرشحا للاحتراق في أوروبا خلال المواسم الماضية لأن الأمور لم تسري كما كان يرغب وكانت الصفقات في كل مرة تفشل.

الحكم غربال لإدارة نهائي السوبر الإفريقي

عين الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، الحكم الجزائري مصطفى غربال من أجل إدارة نهائي السوبر الإفريقي الذي سيكون مغربيا خالصا، بين الحائز على دوري أبطال إفريقيا الوداد البيضاوي والمتوج بكأس الكاف نادي نهضة بركان، حيث سيكون في مساعدة غربال كل من الحكيم عبد الحق آيتشعلي ومقران قوراري، بينما سيكون لعلو بن براهيم حكما رابعا خلال هذه المباراة.

بن ناصر مرشح لجائزة "لاعب الشهر" في ميلان

أعلن نادي ميلان عن أسماء اللاعبين الذين سيتنافسون على جائزة لاعب الشهر في الفريق، ومن بينها النجم الجزائري اسماعيل بن ناصر، الذي يواصل بروزه اللافت هذا الموسم مع ناديه ميلان، حيث قدم أول أمس مباراة رائعة أمام ساسولو على الرغم من أن "الروسونيري" فشلوا في تحقيق الفوز خارج الديار أمام هذا المنافس، واكتفوا بنقطة واحد من تعادل بصفر لصفر، حيث ساهم بن ناصر في هذه النتيجة التي وإن لم تكن كما تمنناه الميلان إلا أنها تعتبر إيجابية كونها تم تحقيقها خارج الديار أمام فريق لطالما كان عنيدا.



الجزائري كان الأحسن أمام ساسولو رفقة مينيان

وعلى عكس المباريات السابقة التي كان يتم استبداله فيها خلال الشوط الثاني، فإن بن ناصر شارك هذه المرة في المباراة كاملة، حيث وعلى الرغم من التغييرات الكثيرة التي قام بها بيولي من أجل الحفاظ على لياقة لاعبيه، إلا أن الدولي الجزائري واصل اللعب إلى غاية النهاية. أما على صعيد الأداء، فقد حاز بن ناصر على ثاني أحسن تعديلات في المباراة بواقع 6.5، وهذا مباشرة خلف الحارس الفرنسي مايك مينيان الذي كان رجل المباراة ببايقافه لضربة جزاء وانقاذ فريقه من الهزيمة.

الصحافة الإيطالية أثنت كثيرا عليه وأكدت أن دوره كبير في الفريق

هذا وأثنت الصحافة الإيطالية المقربة من نادي ميلان على أداء اسماعيل بن ناصر، ومن بينها موقع "ميلان نيوز"، الذي وفي تقريره عن أداء اللاعبين في اللقاء، أكد أن اللاعب الجزائري كان الأفضل ما بين اللاعبين، وهذا بتدخلاته الموفقة ومحاولاته العديدة في بناء الهجمات من الخلف.

بونجاح ينفجر أمام السيلية ويقود السد نحو الفوز

تمكن المهاجم الجزائري بغداد بونجاح من قيادة فريقه السد نحو الفوز على نادي السيلية، وهذا بفضل تسجيله لهدف وتقديمه لتميرة حاسمة، ليؤكد بذلك استعادة بريقه هذا الموسم عقب فترة صعبة مر بها نهاية الموسم الماضي والتي جعلته يفقد مكانته مع المنتخب الوطني وحتى مع ناديه.

أصبح قائدا للسد هذا الموسم ويحظى بثقة مدربه

هذا وكان مدرب السد هذا الموسم قد منح شارة القيادة لبونجاح بسبب أقدامه في النادي وكذا كونه من بين الركائز، وهذا ما كان له دون شك أثر إيجابي على نفسيته وساهم في تحرره على أرضية الميدان.

الغرافة القطري يرد الجميل للجماهير الجزائرية المساندة له

قام نادي الغرافة القطري بفتح أبواب تدريباته أمام الجماهير الجزائرية وهذا من أجل السماح لها بالتقاط صور تذكارية مع اللاعبين الجزائريين الناشطين في الفريق، لتتوطد العلاقة أكثر بين النادي والجالية الجزائرية القاطنة في قطر.

القائمون على النادي يريدون استقطاب جزائريين أكثر

ويظهر جليا من خلال خرجات نادي الغرافة أنهم يهدفون لجذب المزيد من الأنصار الجزائريين خلال المباريات الرسمية، حيث أعجبوا كثيرا بما صنعتته الأعداد من الجالية التي حضرت المباراة الأخيرة التي جرت داخل الديار وكيف كان لذلك دفعا معنويا للاعبين، حيث تسعى إدارة الغرافة لتكرار ذلك من خلال الانفتاح على المناسرين الجزائريين وحجتهم على مواصلة مساندتهم.



لعبا كامل أطوار المباراة

بلفوضيل وبراهيمي هدافان ويجنبان الغرافة الخسارة بميدان الأهلي

جنب الثاني الجزائري اسحاق بلفوضيل وباسين براهيمي ناديهما الغرافة من فخ الهزيمة وتمكنا من منح نقطة التعادل في الوقت القاتل للجهود أمام مضيئه الأهلي بنتيجة 3-3، في اللقاء الذي جمع بينهما، أمس الأربعاء، على ملعب الثمامة، في إطار الجولة الخامسة من دوري نجوم قطر. وافتتح اللاعب القطري الشاب سيف الدين فضل الله النتيجة للضيف "الغرافة" في الدقيقة 24 من عمر الشوط الأول، قبل أن يتعرض زميله الأوزبكي سلوم توختاوخايف للطردي في الدقيقة 36، وبعد مرور دقيقة فقط على حالة الطرد وتحديدا في الدقيقة 37، نجح القطري علي قادري في تسجيل هدف التعادل لصالح الأهلي. وأضاف اللاعب الجزائري سفيان هني الهدف الثاني للأهلي في الدقيقة 39، قبل أن يسجل زميله الإيراني حسين كناني الهدف الثالث في الدقيقة 63. ثم قلص الجزائري اسحاق بلفوضيل الذي بدأ المباراة أساسيا الفارق وأحرز الهدف الثاني لفريق الغرافة في الدقيقة 85، ليأتي الدور على مواطنه ياسين براهيمي من توقيع الإصابة للجهود في الدقيقة 90 وهو الهدف الذي انتهت عليه المباراة بتعادل الفريقين إيجابا بثلاثة أهداف في كل شبكة. وعلى وقع نتيجة التعادل، رفع فريق براهيمي وبلفوضيل وتاهرات رصيده إلى النقطة 7 في المركز الثالث وهو نفس رصيد الأهلي.

وسيم



قبل ساعات من انتهاء الميركاتو في فرنسا

"ليل" يستهدف ضم وناس من "نابولي"

يتجه الدولي الجزائري آدم وناس للرحيل عن ناديه نابولي الإيطالي، خلال الساعات المتبقية من الميركاتو الصيفي، إذ دخل نادي ليل الفرنسي بقوة سباق التعاقد مع صاحب القدم اليسرى حسب تقارير إعلامية إيطالية. وكشف موقع "أريا نابولي" المختص في أخبار نادي الجنوب الإيطالي، أن نادي ليل خصص ميزانية تبلغ حوالي 8 ملايين يورو لتعزيز صفوفه بمهاجم آخر ووقع الاختيار على لاعب بورودو السابق وقال المصدر ذاته، أن الإدارة الحالية لفريق ليل يمكنها تأمين عقد له حتى 2025، مع خيار التمديد لموسم آخر، أما بخصوص الراتب السنوي فقد أكد نفس الموقع أن الفريق الفرنسي يصدد دراسة هذا الجانب وجاهز لضمان له الراتب الحالي الذي يتقاضاه مع نابولي، الذي يعادل 1.6 مليون صافي لكل موسم. وكشف الصحفي الإيطالي المختص في الانتقالات، نيكولو تشيرا، عن وجود عرض من نادي ليل للتعاقد مع جناح "الخضر آدم وناس"، وقال تشيرا: "ليل الفرنسي يجري محادثات مع نابولي لمحاولة التوقيع مع الجزائري آدم وناس، إدارة ليل عرضت عقدا على اللاعب الجزائري يمتد إلى عام 2025 مع وجود بند يتيح تمديده إلى غاية عام 2026". وصرح نيكولو تشيرا قائلا لإذاعة "بوننتو نوفو" الإيطالية، أن وناس حاليا خارج الخدمة بسبب تعرضه لإصابة جديدة في الفخذ، وهذا ما خفض من أسهمه لدى أندية الكالانشيو، التي كانت متخوفة أصلا من التحرك لأجله، بسبب كثرة مشاكله الصحية. وأشار التقرير ذاته إلى أن عقد وناس مع نابولي ينتهي بنهاية الموسم الحالي، الأمر الذي يجعلهم في حاجة لبيع هذا الصيف أو توقيع عقد جديد معه لعدم خسارته ولم تكن تجربة وناس مع نابولي مثالية، إذ غادر الفريق في العديد من المرات للعب مع أندية أخرى بنظام الإعارة، مثل نادي نيس الفرنسي ولنادي كالياري وكروتوني الإيطاليين. وانضم وناس إلى نادي نابولي

صيف عام 2017 بعقد يمتد إلى غاية شهر جوان عام 2022، قبل أن يمدده عام 2021 إلى صيف عام 2023.

وسيم



خلال إجتماع اللجنة المنظمة لكأس العرب للناشئين أمس

السلاماني

يهنئ جميع المنتخبات المتأهلة إلى ربع النهائي

هنأ رئيس اللجنة المنظمة لبطولة كأس العرب للناشئين عبد الحكيم السلاماني منتخبات الجزائر والسودان واليمن وتونس والعراق والمغرب ومصر والسعودية، على التأهل إلى الدور ربع النهائي، وتمنى لها التوفيق في المراحل المقبلة، مقدما شكره وتقديره لبقية المنتخبات على مشاركتها المتميزة في البطولة، متمنيا لها التوفيق في قادم الاستحقاقات العربية. وعقدت اللجنة المنظمة لبطولة كأس العرب للناشئين 2022 لكرة القدم، أمس الأربعاء، اجتماعا برئاسة عبد الحكيم السلاماني في مدينة وهران، بحضور جميع أعضاء اللجنة وممثلي اللجان المعاونة، وذلك بعد ختام مرحلة دور المجموعات من منافسات البطولة. وتم خلال الاجتماع استعراض التقارير الفنية والإدارية وتقارير الحكام ومختلف اللجان بشأن المباريات الماضية، حيث قدم رئيس اللجنة المنظمة عبد الحكيم السلاماني، شكره وتقديره لأعضاء اللجنة ولرؤساء وأعضاء اللجان، ولكافة الفرق العاملة في البطولة على الجهود التي بذلت خلال مباريات دور المجموعات. يذكر أن قرعة مباريات دور ربع نهائي بطولة كأس العرب للناشئين التي سيحتضنها ملعب مستغانم أوقعت المنتخب الجزائري في مواجهة تونس في "ديربي" مثير بين الجارين، اليوم الخميس، فيما سيواجه منتخب اليمن نظيره السوداني في المباراة الثانية. أما مباريات غدا الجمعة فالبداية بمواجهة المنتخب العراقي لنظيره السعودي، فيما سيلاقي المنتخب المصري في المباراة الأخيرة شقيقه المغربي، في قمة لا تقبل القسمة على اثنين.

وسيم



في
حفل ضخم بأحد فنادق
الدار البيضاء المغربية

الودادي البيضاوي يقدم لاعبه الجزائري عماد الدين بوبكر لوسائل الاعلام

قدم نادي الودادي البيضاوي المغربي، أمس الأربعاء، لاعب الجزائري عماد الدين بوبكر القادم من فريق شبيبة الساورة أمام وسائل الاعلام إضافة إلى اللاعبين الجديد والمدرّب حسين عموتة وطاقمه المساعد. ونشرت الصفحة الرسمية للوداد البيضاوي على موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" فيديو يظهر فيه الودادون الجدد للفريق والطاقم التقني بقيادة حسين عموتة خلال الحفل الذي أقيم بأحد فنادق الدار البيضاء هناك بالمغرب. وجاء التعاقد مع الجزائري عماد الدين بوبكر، بتوصية من حسين عموتة لتعويض رحيل أشرف داري الذي احترف بفريق بريست الفرنسي مؤخرا، وحسم النادي الأحمر، العديد من الصفقات خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية، بضمه لـ 12 لاعبا. يذكر أن الوداد الرياضي، يستهل حملة الدفاع عن لقب الدور الاحترافي، بمواجهة مضيئه الفتح الرياضي، غدا الجمعة في افتتاح البطولة المغربية "انوي".

وسيم

يكون قد حل أمس بالمغرب

"بن عيادة" يقترب من حسم انتقاله إلى الوداد البيضاوي

بات المدافع الدولي الجزائري حسين بن عيادة قريبا من حسم مستقبله بالانتقال إلى الدوري المغربي لكرة القدم عبر بوابة بطل الدوري وحامل لقب دوري أبطال أفريقيا، الوداد الرياضي، بعد أن دخل في مفاوضات متقدمة مع الرئيس سعيد الناصري من أجل الانضمام للقلعة الحمراء خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية. وأوردت تقارير إعلامية مغربية، أن بن

عيادة في مفاوضات
متقدمة مع إدارة نادي

الوداد الرياضي الذي يكون
قد حسم الأمور لم يبق فقط سوى

الإعلان رسميا عن الصفقة القادمة وقالت التقارير نفسها، أن حسين بن عيادة منتظر في الدار البيضاء خلال الساعات القادمة، إن لم يكن حط الرحال أمس، من أجل ترسيم انتقاله إلى الوداد المغربي، الذي يبحث عن خليفة لتجده أشرف داري، الذي انتقل في الميركاتو الصيفي الحالي إلى بريست الفرنسي. وقرر حسين بن عيادة اللعب في البطولة المغربية، رغم تلقيه الكثير من العروض الخليجية، على غرار عروض سعودية وقطرية. لكن اللاعب فضل الاستمرار في دوريات شمال أفريقيا. وكان بن عيادة انضم للنجم الساحلي في صيف 2021، وأعلن رحيله عن النادي التونسي، بعدما خاض آخر مباراة له ضد الترجي في موسم 2021-2022.

وسيم



الجولة الثانية للرابطة المحترفة الأولى

قمة نارية بتييزي وزو وداربي عاصمي مثير بين بارادو وبلوزداد



مقرة أمام النجم المحلي، محققا أفضل نتيجة ممكنة والانتصار الوحيد خارج الديار، بينما قسا حامل اللقب على هلال شلقوم العيد برعاية لواء، ما يجعل صدام وزو، في مواجهة ستكون مفتوحة على جميع الاحتمالات، إذ يلتقي الفريقان في ظروف متباينة على ضوء نتائج الجولة الأولى، هذا الكناري الذي حقق بداية سلبية وعاد بهزيمة من الشلف، يسعى للتدارك سريعا وطماننة جماهيره بأن ذلك مجرد كبوة، خاصة وأن الضغط يشتد على الطاقم الفني واللاعبين، وأي تعثر سيكون له الوقع السلبي على الفريق، بينما يريد أبناء "الجسور المعلقة" استغلال هذه الظروف ومباغطة أصحاب الأرض وتفعيل أيضا فرضية "الشبح الأسود"، والأهم تأكيد نتيجة الجولة الأولى أمام خنشلة. وبالنسبة للقاءات الغد، فستكون الأنظار موجهة لمعركة عمر بن رابع بالدار البيضاء، و"الداربي" العاصمي بين أتلتيك بارادو وشباب بلوزداد، في قمة مرتقبة تعد بالكثير، حيث يتواجد الفريقان في أفضل حالاتهم عقب البداية القوية، فـ"البياك" عاد بالفوز من ملعب

تفتتح الجولة الثانية من المحترف الأول، أمسية اليوم، بصدام ناري بين شبيبة القبائل وشباب قسنطينة على ملعب 01 نوفمبر بتييزي وزو، في مواجهة ستكون مفتوحة على جميع الاحتمالات، إذ يلتقي الفريقان في ظروف متباينة على ضوء نتائج الجولة الأولى، هذا الكناري الذي حقق بداية سلبية وعاد بهزيمة من الشلف، يسعى للتدارك سريعا وطماننة جماهيره بأن ذلك مجرد كبوة، خاصة وأن الضغط يشتد على الطاقم الفني واللاعبين، وأي تعثر سيكون له الوقع السلبي على الفريق، بينما يريد أبناء "الجسور المعلقة" استغلال هذه الظروف ومباغطة أصحاب الأرض وتفعيل أيضا فرضية "الشبح الأسود"، والأهم تأكيد نتيجة الجولة الأولى أمام خنشلة. وبالنسبة للقاءات الغد، فستكون الأنظار موجهة لمعركة عمر بن رابع بالدار البيضاء، و"الداربي" العاصمي بين أتلتيك بارادو وشباب بلوزداد، في قمة مرتقبة تعد بالكثير، حيث يتواجد الفريقان في أفضل حالاتهم عقب البداية القوية، فـ"البياك" عاد بالفوز من ملعب

شبيبة الساورة

إدارة زرواطي توضح بخصوص قضية ميصالة مرباح

أصدر أمس نادي شبيبة الساورة بيانا توضيحيًا بخصوص قضية لاعبها السابق ميصالة مرباح ونادي هلال الشابة التونسي. وجاء عبر الصفحة الرسمية للفريق على الفيسبوك: "كان الاتحاد الدولي لكرة القدم قد أصدر حكما في ماي 2021 يقضي بدفع ديون اللاعب ميصالة والتي قدرت بمليارين و100 مليون مع غرامات التأخير زائد مصاريف قسح العقد التي تصل إلى مليار آخر". وأضاف: «هذا وبعد استئناف الحكم، وتقديم الأدلة والوثائق التي تثبت تسديد جميع أجور اللاعب طيلة الأربع سنوات الماضية من طرف المحامي التونسي رفقة محافظ حسابات الساورة، وإقناع رئيس محكمة النزاعات بالفيضا عبر اجتماعات أجريت عن بعد بالصوت والصورة عبر برنامج السكايب دافعت فيها إدارة الشبيبة بقوة عن حقها». وأردف نص البيان: «وعلى إثر كل هذا قامت التاس في رسالة يوم أمس، بإلغاء الحكم الأول مع اعتبار أن كل الأجور تم تسديدها في مواسمها للاعب ولا يحق له الانتقال من نادي لآخر بحجة عدم تسديد الأجور لذلك لم تحكم له المحكمة بأية حقوق». وختم: «لقد تم إلزام شبيبة الساورة بدفع 2000 فرنك سويسري للنادي التونسي كمصاريف المحاماة واقتسمت مصاريف التقاضي ومصاريف المحكمة بين نادي الساورة 60 في المائة واللاعب مرباح ميصالة 40 في المائة حين لم تنطبق على طلب التعويض الذي طالبت به الساورة نتيجة خرق العقد من طرف اللاعب».

سفيان ع

شبيبة القبائل

ياريشان يفتح النار على إدارة ملال

فتح رئيس شبيبة القبائل ياريشان النار على الإدارة السابقة للفريق وعلى رأسها شريف ملال، مؤكدا أن هذا الأخير يتحمل مسؤولية الأزمة المالية التي يعيشها النادي حاليا. وأكد ياريشان في تصريحات إعلامية سهره أول أمس، أن الإدارة الحالية تؤدي مهامها بشكل طبيعي رغم الصعوبات التي واجهتها لاسيما في ظل غلق الحساب البنكي للفريق منذ مدة طويلة، متحذرا أيضا على قضية حجز إحدى حافلات الفريق، قائلا: "موظف سابق في شبيبة القبائل ينتمي لعائلة الرئيس السابق للفريق قام بحجز إحدى حافلات الفريق، الشخص يدعي أنه قام بشراء عتاد ولوازم خاصة بإقامة الفريق لكننا لم نجد ما قام بشرائه، لا يوجد أي دليل أو صك يثبت أنه قام بعملية الشراء"، وأضاف: "رغم أن رصيد الفريق مجمد إلا أننا وصلنا في مهمة تسيير الفريق من أموالنا الخاصة، خاطرنا بأنفسنا من أجل الفريق وسيرنا الفريق بطريقة غير قانونية بسبب تجميد رصيد النادي"، وواصل: "لو كان شخص مكاني لترك النادي ورمي المنشقة، تحملت المسؤولية كاملة في تسيير الفريق ورشيد أزواو يقوم بتقديم مساعدات مالية للنادي من ماله الخاص، ليس من المنطقي بعض الفرق استفادت من شركات والأخرى لم تستفد"، واستطرد: "نجاح شباب بلوزداد لم يأت من العدم بل جاء لتوفر الأموال والتنظيم". وكشف ياريشان أن إدارته تسيّر الفريق بعقلانية، مؤكدا أنه قرر تخفيض الكتلة الأجرية في النادي في ظل الأزمة المالية، قائلا: "خفصنا من الكتلة الشهرية للفريق بحوالي مليار شهريا، لدينا 70 في المائة من اللاعبين ينالون أجر شهري تحت 100 مليون سنتيم شهريا"، وأضاف: "الأجر الشهري في شبيبة القبائل من 10 ملايين سنتيم إلى 200 مليون"، وواصل حديثه: "انتي بصدد تسيير الفريق من أموالنا الخاصة ورشيد أزواو قدم صكوك للاعبين باسمه الشخصي".

سفيان ع

اتحاد العاصمة

زواري ومزيان جاهلان لمواجهة خنشلة ويريحان شارف

تختتم تشكيلة اتحاد العاصمة صبيحة اليوم، تحضيراتها لمواجهة اتحاد خنشلة، يوم غد برسم الجولة الثانية من الرابطة المحترفة الأولى، حيث يطمح أشبال المدرب بوعلام شارف لتحقيق ثاني فوز لهم على التوالي وتأكيد طموحاتهم في المنافسة على لقب البطولة. وتشدد تشكيلة "سوسطارة" رجالها، اليوم، نحو خنشلة لمواجهة الاتحاد المحلي، يوم الجمعة بداية من الساعة الرابعة والنصف بملعب عمار حمام، وذلك بعد إجراء آخر حصة تدريبية صبيحة اليوم، بملعب عمر حمادي ببولوغين، أين سيعمل الطاقم الفني بقيادة المدرب شارف على ضبط التشكيلة الأساسية التي ستخوض لقاء الغد. وستستفيد تشكيلة النادي العاصمي من عودة الثنائي زواري ومزيان اللذان غابا عن مواجهة الجولة الافتتاحية أمام مولودية البيض بسبب الإصابة، حيث يتعافى اللاعبان المذكوران واندماجا مع المجموعة بشكل عادي، الأمر الذي يريح المسؤول الأول على النادي ويوفر له حولا إضافية أمام الصاعد الجديد إلى دوري الأضواء، وبالإضافة إلى الثنائية المذكور استعاد المهاجم البوركينابي حامد بيلام عافيته هو الآخر بعد غيابه لفترة طويلة جدا بسبب لعنة الإصابات التي طارده الموسم الماضي وأبعدته لفترة من الزمن، عقب إجراء عملية جراحية على مستوى الركبة، ويعلق عشاق اللونين "الأحمر والأسود" آمالهم على الدولي البوركينابي هذا الموسم، من أجل التآلق بقيادة الفريق لتحقيق نتائج إيجابية وتعويض ما فاتته العام الماضي.

سفيان ع

مدرب المولودية مستاء
من أداء بعض العناصر

هادزي بيغيتش يحضر لـ3 تغييرات في مواجهة بسكرة

تواصل تشكيلة مولودية الجزائر، تحضيراتها لمواجهة السبت المقبل، أمام اتحاد بسكرة على ملعب الرويبة في الجولة الثانية من الرابطة المحترفة الأولى، حيث يحضر الطاقم الفني لـ "العميد" لإجراء بعض التغييرات على التشكيلة الأساسية مقارنة بتلك التي واجهت شبيبة الساورة في الجولة الافتتاحية. وكشفت مصادر مقربة من بيت المولودية أن المدرب فاروق هادزي بيغيتش قرر إجراء تغييرات على التشكيلة، بالاعتماد على غزالة للمشاركة أساسيا بدلا من مرواني في محور الدفاع، كما ستشهد المباراة أول ظهور رسمي لدحامني بعد غيابه عن جولة الافتتاح بسبب الإصابة، كما سيشارك أوكيل بدوره أساسيا في لقاء بسكرة بعدما اكتفى بالمشاركة كبديل أمام الساورة، وهي التغييرات التي يطمح من خلالها الطاقم الفني لـ "العميد" لتحقيق أول انتصار له هذا الموسم، وتفاذي أي نتيجة من شأنه أن تعقد الأمور أكثر وتضع التقني البوسني تحت الضغط أمام الأنصار والإدارة على حد سواء، خاصة وأن إدارة حاج رجم وضعت الفريق في ظروف مريحة وقامت بتعاقدات كبيرة على أمل المنافسة على لقب البطولة الوطنية هذا الموسم. سفيان ع

في رابع اختبار ودي

"النصرية" تواجه مولودية قسنطينة وديا اليوم

تدخل تشكيلة نصر حسين داي بداية من اليوم في تريض مغلق بالمركب الرياضي بالعاصمة بالعاصمة، لمواصلة التحضيرات استعدادا لانطلاق الموسم الكروي الجديد من القسم الثاني هوا، ويطمح الطاقم الفني بقيادة المدرب صابر بن اسماعين لاستغلال التريض الذي سيكون الثاني من نوعه، من أجل رفع الجاهزية البدنية للاعبين وتحضيرهم جيدا من الجانب الفني قبل أيام فقط على انطلاق المنافسة الرسمية، وتخوض تشكيلة "النصرية" اليوم، بداية من الساعة الخامسة والنصف، مباراة ودية أمام مولودية قسنطينة بملعب العاشور، حيث ستكون الفرصة مواتية للمسؤول الأول على العارضة الفنية للوقوف على مستوى اللاعبين، والعمل على تدوين النقصات والأخطاء على أمل تداركها خلال الأيام القليلة المقبلة. وستكون مواجهة "الموك" هي الرابعة للنادي العاصمي منذ انطلاق التحضيرات، وذلك بعد كل من أمل الأرباء، الناحية العسكرية الثانية واتحاد الحراش.

سفيان ع



بيداني يدق ناقوس الخطر:

"رياضة رفع الأثقال في الجزائر تغرق"

دق الرباع الجزائري وليد بيداني، من خلال تدوينته على حسابه وصفحته الشخصية بمنصة فيسبوك، نشرها مساء الثلاثاء، ناقوس الخطر في رياضة رفع الأثقال الجزائرية. وهاجم البطل الجزائري وليد بيداني من خلال منشوره، مسؤولي رياضة رفع الأثقال الجزائرية، دون ذكر أي اسم أو الإشارة إلى رتبة أي مسؤول بالرياضة ذاتها. وكتب البطل الإفريقي بيداني في تدوينته، أن بلده الجزائر كبيرة على من وصفهم بخائني العهد، معتبرا أن رياضة رفع الأثقال في الجزائر تغرق حاليا. وواصل البطل الإفريقي في حملة هجومه الشرس على المسؤولين بالرياضة نفسها، مؤكدا أن سوء التسيير والتخطيط، بالإضافة إلى "المرض الخبيث، المتمثل في الجهوية والعنصرية، هي أمور تنخر رياضة رفع الأثقال بالجزائر. وذهب وليد بيداني إلى أبعد من ذلك في منشوره، حيث اتهم من لم يذكر أسمائهم ولا صفات مسؤوليتهم، بأنهم فئة لا يحبون إلا أنفسهم، ويكتفون بالحقن والكراهية والعدوان لكل من لا يتفق معهم. وأضاف المتوج ذهبي في منافسة درة ألعاب البحر الأبيض المتوسط وهران 2022 وبأخرى فضية، أن أشخاص تلك الفئة يربطون كل شيء بحسابات قديمة، لم يشر إلى أي تفاصيل عنها. ويعد صاحب الـ28 عاما، من أفضل ما أنجبت رياضة رفع الأثقال الجزائري، بلغة أرقام التتويجات، حيث تمكن من حصد 23 ميدالية إلى حد الآن في مشواره الرياضي. وفاز الرباع الجزائري بيداني بـ18 ميدالية ذهبية وثلاث فضيات وبرونزيتين من مجموع 23 ميدالية، انتزع 19 منها على الصعيد الإفريقي، كانت 17 منها ذهبية.

مهدي



اختصاص كتم النفس في الماء

إجراء البطولة الوطنية يومي 23 و 24 سبتمبر بتلمسان

ستقام البطولة الوطنية في اختصاص كتم النفس في الماء يومي 23 و 24 سبتمبر المقبل بالمسيح الأولمبي بتلمسان حسبما علم من المنظمين. وستعرف هذه التظاهرة الرياضية المنظمة من طرف الرابطة الولائية لتلمسان بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للانقاذ والإسعاف ونشاط القوس البحري ومديرية الشباب والرياضة لتلمسان مشاركة أزيد من 70 رياضي ورياضية تأهلوا خلال المراحل الجهوية ويمثلون كل من الجزائر العاصمة و بجاية و البليدة والمدية وسككدة والشلف وتلمسان وهران. ويتضمن برنامج المنافسة أربعة مسابقات وهي كتم النفس الساكن لمدة أربع دقائق بدون تحرك وكتم النفس بالحركة باستخدام زعانف على مسافة 80 متر والمونو على مسافة 100 متر وأزيد وبدون زعانف على مسافة 60 متر. وسيشرف على إدارة هذه البطولة فوزي خلوفي رئيس اللجنة الوطنية الفنية للفوس الحر بمساعدة عشرة حكام من الاتحادية الجزائرية لهذه الرياضة. وسيتمكن الجمهور الحاضر من متابعة هذه المنافسة عبر شاشات تظهر تحركات الرياضيين داخل المسبح.



كرة اليد / البطولة الإفريقية / أقل من 18 سنة / ذكور:

الجزائر تفوز على مدغشقر 42-19

تغلب المنتخب الجزائري لكرة اليد لأقل من 18 سنة (ذكور) على نظيره المالغاشي بنتيجة (42-19) الشوط الأول: (22-5)، لحساب الجولة الثانية (المجموعة الثانية) للنسخة الثامنة عشرة لبطولة إفريقيا للأمم-2022 (30 أغسطس-8 سبتمبر)، أمس الأربعاء، بالعاصمة الرواندية كيغالي. وبهذا أحرز "الخضر" فوزهم الأول ضمن هذه البطولة القارية، عقب سقوطهم في الخرجة الأولى أمام مصر بنتيجة ثقيلة (19-43). وبهذا يصعد الفريق الوطني مؤقتا إلى المركز الأول برصيد نقطتين رفقة مصر ورواندا. وتجرى المباراة الثانية لحساب نفس المجموعة بين مصر - رواندا بداية من الساعة 18.00. وحسب برنامج المنافسة فإن السباعي الجزائري سيختتم دور المجموعات أمام منتخب البلد المنظم، رواندا، يوم الجمعة (سا 18.00). وتضم المجموعة الأولى منتخبات كل من أوغندا، ليبيريا، مالي و بوروندي. وتشارك في هذه البطولة الإفريقية ثمانية منتخبات تم تقسيمها على مجموعتين، حيث يتأهل الأولان عن كل مجموعة للدور نصف النهائي المبرمج يوم 5 سبتمبر على أن تلعب المباراة النهائية والترقيعية يوم الثلاثاء 6 سبتمبر.

الكرة الطائرة / بطولة إفريقية:

المنتخب الجزائري يلتحق بالمغرب للمشاركة في المنافسة القارية

التحق وفد المنتخب الجزائري لكرة الطائرة لفئة أقل من 19 سنة (ذكور)، اليوم الأربعاء، بمدينة الدار البيضاء (المغرب)، للمشاركة في البطولة الإفريقية للأمم-2022، التي ستجرى وقائعها بين 1 و 12 سبتمبر، بحضور ثمانية بلدان. بالإضافة إلى الجزائر يشهد العرس القاري للشبان مشاركة المغرب (البلد المنظم)، تونس، مصر، ليبيا، السودان، الكاميرون و نيجيريا. وتحسبا لهذا الموعد الإفريقي أجرت التشكيلة الوطنية بقيادة المدرب مالك راجي ومساعدته فضيل عكاشات، عدة تربيصات تحضيرية، حيث كان الأخير بالمركز الوطني لتتجمع وتحضير المنتخبات الوطنية بالسويدانية (الجزائر العاصمة).

-قائمة اللاعبين الجزائريين المعينين ببطولة إفريقيا للأمم:

سبيح محمد أحمد يسين، أوشان عبد اللطيف، قاسمي بلال، طبال عبد الرحمن، بومزير نور الإسلام، قنطور عبد الرحمن، لوحي عبد الرزاق، حجاز اسحاق، رمرم شاكر، طرش ضياء الدين، خليل حمزة، دوخي محسن، عريج علاء الدين، زلال محمد.

كاراتي دو/دوري الرابطة الأولى:

مشاركة الجزائر بـ13 مصارعا في موعد باكو

سيمثل 13 مصارعا و مصارعة من المنتخب الوطني للكاراتي دور الجزائر في الدورة الدولية "دورة الرابطة الأولى" المقررة من 2 إلى 4 سبتمبر 2022 باكو (أذربيجان) حسبما علم أمس لدى الاتحادية الجزائرية للكاراتي. و أوضحت الهيئة الاتحادية في بيان لها "إنها مشاركة أولى و تاريخية للكاراتي الجزائري الذي لم يسبق له أن شارك في هذه المنافسة يمثل هذا العدد من المصارعين". و تأتي هذه المشاركة القياسية بعد النتائج الجيدة المسجلة في مختلف المواعيد الدولية السابقة و التي سمحت لعناصر النخبة الوطنية باحتلال مراكز متقدمة في التصنيف العالمي مع أفضل أبطال العالم. و كان الفريق الوطني قد تنقل يوم الثلاثاء إلى العاصمة باكو الأذربيجانية قبل موعد المنافسة بثلاثة أيام من أجل تمكين المصارعين من الاسترجاع الجيد و مضاعفة حضورهم لتحقيق مشوار جيد في هذه المنافسة العالية المستوي.



مشاركة زياش في كأس العالم 2022 مع المغرب في خطر!

قالت تقارير إعلامية مغربية، إن عودة حكيم زياش نجم تشيلسي الإنجليزي، إلى منتخب المغرب خطيرة وغير مضمونة حالياً، بالرغم من رحيل المدرب البوسني وحيد حاليولويتش، وهذا قبل أقل من 3 أشهر من انطلاق نهائيات كأس العالم قطر 2022.

وتستضيف قطر بطولة كأس العالم التي تنطلق رسمياً يوم 20 نوفمبر وتستمر حتى 18 ديسمبر القادمين.

وقال موقع "لوسيت أنفو" المغربي، إن مشاركة زياش في كأس العالم 2022 مع منتخب المغرب، في خطر ومحل شك، إن لم تكن غير ممكنة في الوقت الراهن بسبب الوضعية "الصعبة" التي يمر بها اللاعب مع ناديه الإنجليزي. ويات المدرب الألماني لنادي تشيلسي توماس توخيل، لا يعتمد على زياش في المباريات الرسمية وحتى الودية إلا نادراً، إذ لم يظهر الدولي المغربي في أول 5 جولات من الدوري الإنجليزي الممتاز سوى في مبارتين فقط، الأولى كانت أمام نادي ليدز (دخل في الدقيقة 64 مكان الإيطالي جورجينيو)، في الجولة الثالثة التي شهدت خسارة فريقه بنتيجة 3-0، والثانية أمام ساوثهامبتون (شارك أساسياً في جميع أطوار اللقاء) والتي خسرها تشيلسي بنتيجة 2-1.

وأوضح ذات المصدر، أنه في حال عدم حصول زياش على فرص كافية للمشاركة مع تشيلسي، فإنه لن يكون في جاهزية كاملة للمشاركة مع المغرب في كأس العالم، خاصة إذا لم يجد نادياً آخر، قبل غلق فترة التعاقدات الصيفية الخمس 1 سبتمبر القادم، لضمان اللعب بانتظام ورفع مستوى جاهزيته، ليكون قادراً على تقديم الإضافة إلى "أسود الأطلس" في "المونديال".

وربطت تقارير إعلامية مؤخراً، زياش بفرقه السابق أياكس أمستردام وبنادي توتنهام الإنجليزي، بعد إبداء إدارة تشيلسي رغبتها في التخلي عن اللاعب. وكان زياش (28 عاماً) قد أكد مطلع فيفري 2022، أنه لن يعود مجدداً إلى صفوف منتخب بلاده المغرب، بسبب خلافات بينه وبين مدربه البوسني آنذاك حاليولويتش، لكن ورغم فسخ الأخير لعقده بالتراضي مؤخراً مع الاتحاد المغربي لكرة القدم، فإن عودة نجم "البولز" لمنتخب المغرب ما تزال محل شك.

كيف تبدو قطر قبل أقل من 90 يوماً على انطلاق كأس العالم 2022؟

لن تكون بطولة كأس العالم لكرة القدم 2022 التي تستضيفها قطر بعد أقل من 90 يوماً، مجرد بطولة رياضية يحضرها مئات الآلاف من المشجعين الذين سيتوافدون على الدوحة، بل ستتحول إلى مارشون رياضي مقعم بأجواء حماسية وتجارب استثنائية، ووجهات ترفيهية وسياحية وفعاليات ثقافية متنوعة. فكل المناطق التي تم اختيارها لملاعب المونديال الثمانية، ستقدم للمشجعين تجربة ترفيهية فريدة من نوعها مليئة بلحظات لا تنسى، وذلك بجانب الضالعات الأخرى المنتشرة في جميع أنحاء البلاد، والتي تجمع بين مناطق الجذب والترفيه والمغامرات.

وبعيداً عن الترفيه ستكون جماهير المونديال على موعد مع مناطق استكشافات ثقافية ومعالم تاريخية تقف شاهدة على أحداث انطبعت تفاصيلها في تاريخ المنطقة، وساهمت في صناعة الحاضر كما نراه، ومشاهد طبيعية تتميز بجمال أخاذ يجمع بين الكثبان الرملية الذهبية والبحار والجبال والأودية.

الدوحة تتزين

وتزينت شوارع الدوحة بالعديد من اللوحات والأعلام للدول المشاركة، والأشكال التي تحمل شعار المونديال الذي يعتبر الحدث الرياضي الأهم لهذا العام، حيث كان لفن الرسم على الجوانب (جرافيتي) نصيبه، إذ تزينت العديد من الأبنية والمرافق العامة والخاصة برسومات تجسد هذا الحدث الرياضي، فضلاً عن لوحات لأبرز نجوم العالم الذين سيشاركون في الحدث. وستكون منطقة الكورنيش على امتداد واجهة الدوحة البحرية بداية من متحف الفن الإسلامي وحتى حديقة الشيراتون ولمسافة 6 كيلومترات، مستعدة لأحد أضخم الاحتفالات في تاريخ قطر، حيث ستكون بمثابة كرنفالات شارع تضم عروضاً فنية وحفلات فنية وموسيقية وقصصاً ساحرة، فضلاً عن 150 كشك طعام، و4 مسارح حية، وعروض ضوئية ومائية يومية.

مناطق جذب

وتتركز مناطق الجذب الضخمة خلال مونديال قطر في 6 مناطق أيضاً، أبرزها جزيرة المها الممتدة على مساحة 230 ألف متر مربع بالقرب من ساحل الماريينا بمدينة لوسيل، والتي تضم 50 لعبة ترفيهية تحبس الأنفاس ووجهات تسلية خيالية، حيث ستكون وجهة تجمع الأماكن المناسبة للعائلات، والألعاب المحببة عند عشاق الأديريالين والحماسة، فضلاً عن العروض الترفيهية الحية، بالإضافة إلى خيارات الطعام عالية المستوى والمطاعم الشعبية.

تجارب مفعمة

أما مهرجان الحركة الذي سيقام على مدار 16 يوماً في 10 مواقع فريدة بالدوحة، فسيقدم لمشجعي المونديال تجربة مفعمة بالحياة تتخللها عروض راقصة وفنية وموسيقية مستوحاة من ثقافة وتراث قطر، وسط مشاركة فنانين مشهورين وعروض إبداعية ملهمة.

بينما ستعتبر كباثن قرية المشجعين التي تقع بالقرب من الملاعب الثمانية والمعالم السياحية الرائعة، أماكن إقامة واستجمام فريدة للمشجعين لأخذ قسط من الراحة بين الضالعات الأخرى.

لن تكون تجربة مشجعي مونديال قطر قاصرة على حضور المباريات، حيث تنتظرهم 5 تجارب ثقافية وسياحية في مختلف مناطق قطر لا تقل إثارة وأهمية عن العرس الكروي. وكذلك الحي الثقافي "كتارا" أحد أهم المعالم الثقافية والسياحية في الدوحة، والذي يعد منارة مضيئة للفن والثقافة في الوطن العربي كونه ملتقى للمسرح والموسيقى والفنون البصرية والأدب والشعر.

عروض فنية

بينما ستشكل العروض الفنية التي تصل إلى نحو 600 عرض للمشجعين حول ملاعب المونديال، تجربة ترفيهية فريدة من نوعها مليئة بلحظات لا تنسى، حيث العروض الفنية والثقافية والأنشطة التفاعلية المذهلة، فضلاً عن الحرف اليدوية والتراثية، والفنون البصرية، والأزياء، والتصميم.

وسيجد جماهير مونديال قطر أنفسهم محاطين بأنشطة ومغامرات على مد البصر، أبرزها التطعيس على الكثبان الرملية برفقة سائق محترف، والتي تضمن للزائرين رحلة رملية ممتعة وحسوبة لا توصف بالكلمات، في ظل اعتلاء الكثبان الرملية لارتفاع 60 متراً في خور العديد، ومشاهدة المناظر الخلابة، ومن ثم السباحة في البحر والاسترخاء بجانب نار المخيم لتناول وجبة شواء لذيذة.

وأخيراً يعد التجديف في غابة المناغروف بمنطقة الذخيرة، بمثابة رحلة ساحرة بعيداً عن ضوضاء المدينة وأقرب ما يمكن إلى الطبيعة والسكينة، وفرصة للمشجعين لاستكشاف الطبيعة والمناظر الخلابة والتعرف على الحياة البرية، والتجديف على قوارب الكاياك

الإمارات تمنح حاملي بطاقة "هيا" لكأس العالم 2022 في قطر تأشيرة متعددة الدخول

أعلنت دولة الإمارات عن برنامج ترحيبي داعم لاستضافة حاملي بطاقة "هيا" والمخصصة لمشجعي بطولة كأس العالم لكرة القدم 2022 التي ستقام في دولة قطر خلال الفترة من 20 نوفمبر حتى 18 ديسمبر المقبلين. وقالت الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية والجمارك بالإمارات إن هذه الخطوة تأتي في إطار دعم الإمارات لدولة قطر، لاستضافة كأس العالم 2022 من خلال استضافة زوار الحدث والسماح لهم بدخول الإمارات. وأوضحت في بيان أن البرنامج يشمل منح تأشيرة للدخول والإقامة في الإمارات لمدة إجمالية تصل إلى (90) يوماً من تاريخ إصدار هذه التأشيرة، مع تخفيض رسومها لتكون (100 درهم فقط) للمدة الإجمالية وتدفع لمرة واحدة. وذكرت أنه يمكن لحاملي بطاقة "هيا"، دخول دولة الإمارات من خلال التقديم على هذه التأشيرة ابتداءً من أول نوفمبر، حيث تسمح بالدخول إلى الإمارات والخروج منها عدة مرات خلال مدة صلاحيتها. وشرحت أنه يمكن للمستفيدين من التأشيرة تمديد الفترة إلى (90) يوماً إضافية، بعد دفع الرسوم المستحقة وفق الشروط والضوابط التي تضعها الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية، فيما يستثنى مواطنو الدول المعفية من تأشيرة الدخول إلى الإمارات، من الضوابط، حيث يمكنهم الدخول والإقامة في الإمارات وفق الإجراءات المعمول بها حالياً.

فابيان رويس.. نجم باريس سان جيرمان الجديد الذي غير نجل أنشيلوتي حياته

أعلن باريس سان جيرمان الفرنسي، الثلاثاء، تعاقد مع اللاعب الإسباني فابيان رويس، قادماً من صفوف نابولي الإيطالي، لمدة خمس سنوات. وولد فابيان في 3 أبريل عام 1996، بمدينة لوس بالاسيوس الإسبانية، وقد انضم لفريق المدينة المحلي، الذي بدأ معه مسيرته كلاعب كرة قدم، قبل أن تخطفه أعين كشافي فريق ريال بيتيس، في عام 2004، ومع الأخير تدرج الفتى بجميع الفئات السنية للنادي، قبل أن يمثل في عام 2014، الفريق الأول لأول مرة. وكانت بداية رويس في الليغا صعبة جداً، ما جعل فريقه يقرر إعارته إلى نادي إلتشي الإسباني في عام 2017، بعد أن عجز عن اقتناك مكانه في التشكيل الأساسي للفريق، لكنه لم يلعب إلا 18 مباراة، سجل فيها هدفاً واحداً، ليقرر العودة من جديد إلى فريقه.

واعترف اللاعب في تصريحات سابقة لموقع "فوتبال إيطاليا"، أن الصدفة لعبت دوراً بارزاً في تغيير مسيرته، وذلك بعد أن تنقل ابن المدير الفني لريال مدريد الإسباني، كارلو أنشيلوتي، حين كان يعمل مساعداً لوالده في فريق نابولي الإيطالي، إلى مدينة إشبيلية لملاقاة صديقه التي أصرت على اصطحابه إلى الملعب لمشاهدة فريقها المفضل، إشبيلية، وحين شاهد ابن أنشيلوتي، رويس، أعجب كثيراً بإمكانياته، وطلب من والده التعاقد معه وضمه لفريق الجنوب الإيطالي.

وتغيرت مسيرة اللاعب كلياً بعد انتقاله إلى الكالاشيو في 2018، حيث أصبح من أبرز اللاعبين بالدوري الإيطالي، ما جعله يصبح هدفاً لأبرز الفرق الأوروبية، خصوصاً بعد أن انضم لمنتخب إسبانيا في عام 2019، الذي خاض معه 15 مباراة سجل فيها هدفاً وحيداً حتى اليوم، لكنه يعتبر مرشحاً قوياً لأن يكون في قائمة "لاروخا"، في كأس العالم "قطر 2022" نهاية العام الجاري، وقد تضاعفت حظوظه أكثر بانضمامه لفريق كبير بحجم النادي الباريسي.



غريزمان

.. فاعلية كبيرة ومستقبل غامض

كان استمراره مع أتلتيكو مدريد محل شك هذا الصيف، بسبب وجود بند في عقده بأن يدفع النادي لبرشلونة 40 مليون يورو بنهاية هذا الموسم، إذا شارك على الأقل لمدة 45 دقيقة في 50 من مباريات الفريق.

إنه النجم الفرنسي أنطوان غريزمان الذي جاء رده داخل المستطيل الأخضر بفاعلية لا تخطئها العين في المباريات الثلاث التي خاضها الأتلتي في الدوري. ولعل أرقام غريزمان خير دليل على هذا الأمر، حيث أنه سجل هدفين خلال 82 دقيقة شارك فيها في الجولات الثلاث التي لعبت، وجميعها كانت من على مقاعد البدلاء. وفي مباراة الأتلتي الأخيرة الاثنين أمام فالنسيا، والتي شارك فيها في الدقيقة 65، ترجم هذه الفاعلية بهدف في أول لمسة له منحه به فريقه النقاط الثلاث.

وهذا الموسم، يمتلك المهاجم الفرنسي معدل تهديف مميز حيث يحرز هدفا كل 41 دقيقة، متفوقا على جميع أقرانه في الفرق الأخرى، حتى النجم البولندي روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم برشلونة، الذي يتقاسم صدارة الهدافين بأربع أهداف مع مهاجم ريال بيتيس، بورخا إجليسياس، حيث بلغ معدله (هدف كل 57.5 دقيقة)، مقابل هدف كل 58 دقيقة لإجليسياس، وهدف كل 90 دقيقة لكل من ياجو أسباس، ونجم وقائد ريال مدريد، الفرنسي كريم بن زيمة. ومع اختلاف موقعه داخل الملعب، سواء كمهاجم أو كجناح أو حتى كلاعب وسط، وهو المركز الجديد الذي يشارك فيه هذا الموسم، إلا أن فاعلية النجم الفرنسي لم تتأثر، وتكون أهدافه سببا في خروج الأتلتي بالنقاط الثلاث.

3 أهداف لدخول تاريخ الأتلتي

وفقا للأرقام الرسمية للنادي المديري، أصبح صاحب الـ 31 عاما على بعد 3 أهداف من معادلة رقم الهداف ورمز النادي، فرانسيسكو كامبوس (1939-48)، الذي يحتل المركز الثالث في قائمة أكبر هدافي الـ "روخيبالانكوس" في كل المسابقات بـ 146 هدفا.

بينما تبقى الصدارة المطلقة لكل من أدريان إسكوديرو (169 هدفا)، والمدرّب الراحل لويس أراجونيس (172 هدفا)، الذي يبقى الأفضل في تاريخ "الروخيبالانكوس" الممتد لأكثر من 118 عاما، والذي يبقى رقمه صامدا منذ اعتزاله في 1974.

ورغم كل هذه الأرقام التي المبهر، إلا أن مسألة استمرار بطل العالم ضمن كتية الأرجنتينيين ديفغو سيميوني، تبقى غير أكيدة، لاسيما مع وجود بند في عقده يقضي بدفع 40 مليون يورو لناديه الأصلي برشلونة في حالة مشاركة اللاعب لمدة 45 دقيقة على الأقل في 50 من المباريات المتاحة لأتلتيكو.

أول تعليق من ريغيلون بعد انتقاله لأتلتيكو مدريد

علق الإسباني سيرجيو ريغيلون، المنتقل حديثا لصفوف أتلتيكو مدريد، على انضمامه للروخي بلانكوس. ونشر أتلتيكو بياناً رسمياً على موقعه الإلكتروني قال فيه: "سيرجيو ريغيلون أصبح بالفعل لاعبا في صفوف أتلتيكو مدريد، بعد الاتفاق مع توتنهام هوتسبير على ضمه حتى نهاية الموسم الحالي". ونشر ريغيلون، عبر حسابه على "تويتر" صورة له خلال التوقيع من داخل ملعب واندا متروبوليتانو، وكتب: "سعيد ومتحمس للغاية بشأن هذا التحدي الجديد". جدير بالذكر، أن ريغيلون كان لاعبا في صفوف ريال مدريد، قبل انتقاله لتوتنهام في صيف 2020. وخرج ريغيلون من حسابات مدربه الإيطالي أنطونيو كونتي في سببرز، مما دفع الفريق اللندني للسماح برحيل اللاعب قبل غلق باب الانتقالات الصيفية الجاري. وتوجه أتلتيكو مدريد نحو التعاقد مع ظهير ريال مدريد السابق، في إطار الميركاتو الصيفي الجاري، لتعويض رحيل البرازيلي رينان لودي، الذي انضم لصفوف توتنهام فورست الإنجليزي.



ديباي يتخذ قراره النهائي بشأن الرحيل عن برشلونة

قال تقرير صحفي إسباني، إن الهولندي مفييس ديباي مهاجم برشلونة، استقر على قراره النهائي بشأن مستقبله مع البلوغرانا. وبحسب صحيفة "سبورت" الإسبانية، فإن ديباي على الرغم من عدم مشاركته في آخر مباراتين في الليغا، إلا أنه يرى أن الخيار الأفضل له البقاء في برشلونة بعد فشل انتقاله ليوفنتوس. وأضافت الصحيفة: "قد يحدث التحول في القرار حال تلقى عرضا من ناد كبير في إنجلترا مثل مانشستر يونايتد أو تشيلسي، لكنه لن يرحل إلا إذا تلقى عرضا مقنعا". وأشار التقرير، إلى أن ديباي سيحصل على فرصته للمشاركة حال استمرار، خاصة مع اقتراب رحيل أوباميانغ والزلزلي، وأن موقعه مختلف عن بريتويات الذي خرج تماما من حسابات تشافي. وأفادت الصحيفة، أن ديباي يدرك أن مكانه في تشكيلة منتخب هولندا بالمونديال ليس في خطر لأنه المهاجم الأساسي للمدير الفني لويس فان جال، وسيستمر حتى نهاية عقده في غضون عام، ثم يمكنه التفاوض بحرية على وجهته التالية.

ديمبلي يتفوق على ليفاندوفسكي وبن زيمة

تفوق نجم برشلونة، عثمان ديمبلي، على زميله بالفريق روبرت ليفاندوفسكي، ومهاجم ريال مدريد، كريم بن زيمة. وبحسب موقع "هوسكورد" المتخصص في الأرقام والإحصائيات، فإنه على الرغم من تألق الثنائي ليفاندوفسكي وبن زيمة، في جولة الليغا، إلا أن الفرنسي عثمان ديمبلي جناح برشلونة، حصل على أعلى تقييم بين لاعبي كل الفرق (9 من 10)، بينما حصل ليفاندوفسكي على 8.7، وبن زيمة على 8.4. وقاد بن زيمة ريال مدريد للفوز على إسبانيول (3-1) وسجل هدفين، وهو ما تحقق أيضا في فوز برشلونة على بلد الوليد (4-1) بتسجيل ليفاندوفسكي لهدفين. وجاء التشكيل المثالي لجولة الليغا كالتالي، حراسة المرمى: ليديسما (قادش) الدفاع: أكيمي (ألميريا) - فيفيان (بيلباو) - جونزاليس (بيتيس) - بوزو (ألميريا) الوسط: ديمبلي (برشلونة) - كارفاليو (بيتيس) - زويميندي (سوسيداد) - رافيتيا (برشلونة) الهجوم: ليفاندوفسكي (برشلونة) - بن زيمة (ريال مدريد)

السر وراء تحسن مستوى تير شتيغن في برشلونة

كشفت شبكة راديو كتالونيا الإسبانية الإذاعية السر وراء تحسن مستوى الحارس الألماني مارك أندريه تير شتيغن مع فريق برشلونة الإسباني في الموسم الجديد، بعدما أطل شتيغن بصورة جيدة مع فريق تشافي هيرنانديز في الآونة الأخيرة. وأوضحت الشبكة أن الطبيب المعالج لشتيغن لم يسمح للألماني بالقيام بتمارين حمل الأوزان بعد خضوعه للعمليات الجراحيتين مباشرة مع العلم أنه لم يعد لهذه التمارين إلا منذ 180 يوما، ما أثر على طريقة تمرکز الحارس الذي كان يتقاضي الاعتماد على قدمه الضعيفة عند الفقز أو محاولة فرد جسمه للحاق بالكرة. وبعدما أصبح تير شتيغن لا يشعر بأي آلام، أصبح بمقدوره الاعتماد على ثقل الجسد بالكامل، وهو ما أفاده بشكل واضح في تسديد الكرات الطويلة والتصديت. وأصبح تير شتيغن بعد إجراء تمارين الحمل الثقيل، في التوقيت المناسب، لديه القدرة على تنفيذ تعليمات مدربه تشافي هيرنانديز، بلعب الكرات الطويلة مباشرة للخط الأمامي في الفريق. وفي سياق متصل، أوضحت الشبكة أن تير شتيغن منفتح لفكرة التحدث مع إدارة النادي من أجل تخفيض راتبه السنوي في الفترة المقبلة.

كافاني يثر القميص رقم 7 في فالنسيا

سيرتدي مهاجم فالنسيا الجديد، الأوروغواي إدنسون كافاني، القميص رقم 7 في صفوف الخفافيش، والذي كان يرتديه في الموسم السابق جونزالو جويديش، وسبق أن ارتداه ديفيد فيا والأرجنتينيين كلاوديو لوبيز. وسبق لكافاني ارتداء رقم 7 في مانشستر يونايتد في موسم 2020-2021، قبل قدوم كريستيانو رونالدو للنادي في أوت 2021، ليتخلّى عنه اللاعب البرتغالي، ويرتدي بدلا منه 21. وظهر كافاني بالقميص رقم 7 في عدة مباريات لمنتخب أوروغواي، ولكنه كان يرتدي رقم 21 في مونديالي البرازيل 2014 وروسيا 2018. وكان نادي فالنسيا، أعلن الإثنين، تعاقدته مع إدنسون كافاني، في صفقة انتقال حر، بعد انتهاء عقده في أولد ترافورد. وأصدر فالنسيا بياناً عبر حسابه على "تويتر"، كشف من خلاله عن ضم كافاني لمدة موسمين.





اهتمام إعلامي برفض ماني ومزراوي لحمل أكواب البيرة خلال جلسة تصوير

تناقلت عدة وسائل إعلام ألمانية واقعة حدثت خلال جلسة تصوير دعائية لفريق بايرن ميونيخ الألماني حيث امتنع السنغالي ساديو ماني والمغربي نصير مزراوي عن حمل أكواب من بيرة القمح الشهيرة. اكتفى ماني برفع أصبعه خلال الضعالية ولم يشارك في حمل أو شرب البيرة إلا أنه بدا سعيدا بتابع وسائل الإعلام الألمانية باهتمام واقعة حدثت خلال جلسة تصوير لفريق بايرن ميونيخ الألماني، إذ امتنع السنغالي ساديو ماني والمغربي نصير مزراوي عن حمل أكواب من بيرة القمح الشهيرة خلال الجلسة الدعائية. ورفض اللاعبان المسلمان حمل كوبي بيرة من إنتاج شركة "بلاولانر" في جلسة التصوير السنوية الذي ارتدى فيه لاعبو الفريق لباس ليدرهورن وهو زي ألماني تقليدي خلال حفل الإعلان عن اسم راعي الفريق. ويعرف عن اللاعبان أنهما مسلمان متدينان ولا يشربان الخمر ولذلك لا يريدان أن يتم تصويرهما بهما أيضاً بحسب ما نشرت مجلة دير شبيغل

الألمانية. وتقول المجلة الألمانية إن ماني يبدو أنه استمتع بوقته وبعلمة التصوير. ونقل عنه نادي بايرن قوله في بيان "أنا أعرف هذا التقليد بالفعل منذ كنت في سالزبورغ. أنا أستمتع بارتداء ليدرهورن لأنني بشكل عام مهتم للغاية بالثقافات المختلفة وتقاليد البلاد". بحسب ما نقل موقع "موبو" الألماني يذكر أن ماني (30 عاماً) لعب عامين في سالزبورغ قبل أن ينتقل إلى إنجلترا. وبحسب موقع ميركيور الألماني فإن حقيقة أن ماني لا يشرب الكحول هي موضع ترحيب من عضو مجلس إدارة بايرن ميونيخ أولي هونيس، والذي صرح مؤخراً قائلاً: "ساديو هو مطرقة الفريق... لا يشرب الكحول.. حياته كلها تدور حول كرة القدم. هذا حلم للفريق ولصورتنا الخارجية".

وكان بايرن قد تعاهد مع النجم السنغالي ماني مقابل 32 مليون يورو قادمًا من نادي ليفربول. أما المزراوي، الذي ولد لأبوين مغربيين ومولود في هولندا، فقد جاء في صفقة انتقال مجاني من أياكس أمستردام.

ريبيري لم يرغب في البيرة أيضاً

لم يكن ماني والمزراوي أول لاعبان لبائرن يرغبان في الظهور خلال حفل إعلان اسم الراعي الرسمي للفريق دون حمل أكواب البيرة في أيديهم. سبقهما فرانك ريبيري

، وهو أيضاً مسلم متدين، ورفض الأمر نفسه خلال فترة وجوده في بايرن ميونيخ. في صورة عام 2014، لم يحمل هو ومهدي بن عطية وشيردان شاكير أي أكواب بيرة. ومع ذلك، في احتفال بطولة 2013، تلقى ريبيري "دشا" من البيرة من زميله في الفريق جيروم بواتينغ، لتثار لاحقاً شائعات عن وجود مشكلة بين الاثنين بسبب ذلك، ورد بواتينغ وقال ريبيري في ذلك الوقت: "كل شيء على ما يرام بيني وبين شقيقي ريبيري. كانت بيرة خالية من الكحول، لذا كل شيء على ما يرام".

كما اعترض نجوم آخرون على إعلانات المشروبات. على سبيل المثال، في بطولة كرة القدم الأوروبية 2021. واقعة رفض حمل مشروبات معينة تكررت عدة مرات إذ أبعد نجم كرة القدم كريستيانو رونالدو زجاجات الكوكا كولا خلال مؤتمر صحفي. وقام الفرنسي بول بوجبا، وهو مسلم متدين أيضاً، بإزالة زجاجة بيرة من أمامه.



ماتئوس: بايرن كان يستطيع هزيمة مونشنغلاذباخ 0-9

اعتبر النجم الألماني السابق لوفار ماتئوس أن مباراة بايرن ميونخ وبوروسيا مونشنغلاذباخ "تحذير" لجميع المنافسين المستقبليين للفريق البافاري رغم أنها انتهت بالتعادل (1-1). وأكد ماتئوس أن البائرن إذا وصل اللعب بهذا المستوى فسيستوج مجدداً بالبوندسليغا وكأس ألمانيا وسيكون أحد المرشحين للفوز بدوري الأبطال.

وقال لاعب غلادباخ وبايرن السابق إن نتيجة تلك المباراة تعود إلى تالف الحارس يان زومر في لقاء "كان من الممكن أن ينتهي بنتيجة 0-9".

وأضاف "إنها نتيجة رائعة بالنسبة لغلادباخ وأسعد بالطبع من أجل فريقتي السابق. لكن اللقاء كان لينتهي 0-9 بكل أريحية. إذا دخلت واحدة فقط من التسديدات التي لا تحصى على المرمى كان البائرن يليق هزيمة نكراء بغلادباخ"، في تصريحات أوردتها شبكة (سكاي).

لذا أكد ماتئوس أن التعادل ليس مؤشراً على أن المنافسة ستكون أشرس على لقب الدوري مثلما كانت في الأعوام الماضية. وأوضح "لواستمر البائرن على هذا المنوال فسيحصل البوندسليغا بفارق ضخم، ويفوز بكأس ألمانيا كما سيصبح أحد المرشحين لقب دوري الأبطال". يذكر أن الفريق البافاري حصل لقب الدوري المحلي بشكل متتالي على مدار الأعوام الـ 10 الأخيرة.



بايرن ميونيخ يعلن رحيل اثنين من لاعبيه

أعلن نادي بايرن ميونيخ الألماني، عبر حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "تويتر"، عن رحيل اثنين من لاعبيه، خلال الميركاتو الحالي. وقال النادي البافاري في تغريدة عبر تويتر: «وافق بايرن ميونيخ على إعارة المهاجم غابرييل فيدوفيتش إلى نادي أرنهيم الهولندي». وأضاف في تغريدة أخرى: «انتقل جوشوا زيركزي إلى صفوف فريق بولونيا، شكراً لك على كل شيء وكل التوفيق في ناديك الجديد».

بايرن ميونيخ يكافئ حميديتش بعقد جديد

قرر نادي بايرن ميونيخ مكافأة المدير الرياضي حسن صالح حميديتش، على العمل المميز الذي قام به على مدار صيف 2022. وأعلن النادي البافاري في بيان رسمي، تمديد عقد حميديتش حتى عام 2026. ووافق مجلس إدارة النادي الألماني خلال اجتماع، على التمديد لصاحب الـ 45 عاماً حتى 30 يونيو 2026. وبدأ حميديتش عمله في منصب المدير الرياضي بالنادي في أوت 2017، قبل أن ينضم لمجلس الإدارة في جويلية 2020. من جانبه، وجه حميديتش الشكر للمجلس على الثقة، وعلى وجه الخصوص الرئيس هيربيرت هاينر، الذي آمن بأفكاره وخطله، على حد قوله.

كلوب يحدد موعد عودة جوتا وألكانتارا للمشاركة مع ليفربول

حدد الألماني يورجن كلوب، المدير الفني لفريق ليفربول الإنجليزي، موعد عودة كل من، ديغو جوتا وتياغو ألكانتارا، من الإصابة. وقال كلوب في تصريحات عبر المؤتمر الصحفي نقلها موقع "ليفربول إيكو"، "إذا حصل إيدي هاو على وقت، فأنا لست متأكدا من أنهم بحاجة إلى فترة انتقالات أخرى، فيوكاسل ناد عظيم، لديه كل شيء ليكون من أفضل ستة فرق". وعن موقف اللاعبين المصابين، "جوتا يمكن أن يتدرب يوم الخميس، تياغو بعد ذلك بقليل". وحول الفوز على بورنموث بنتيجة 9-0: "كانت النتيجة غريبة، لا يحدث ذلك كثيرا، لقد قدمنا مباراة جيدة، لا نتوقع نتيجة كبيرة مرة أخرى لأسباب واضحة، ما أريد الحفاظ عليه هو الطريقة التي لعبنا بها". وفيما يتعلق بإمكانية ضم لاعب جديد قبل غلق سوق الانتقالات، "لا يزال هناك متسع من الوقت، ولكن عندما تنتهي فترة الانتقالات، سواء تعاقدنا مع لاعب أم لا، سأكون سعيدا حقاً، لأنه يمكننا فقط التركيز على الفريق الذي لدينا". وأتم: "التعاقد مع اللاعبين لا يكون منطقيا إذا لم يكونوا مناسبين".

غوارديولا: يوما ما لن نتمكن من العودة!

يدرك الإسباني بييب غوارديولا المدير الفني لمانشستر سيتي أن فريقه لا يمكن أن يواصل تحقيق الانتصارات بشق الأنفس في الدوري الإنجليزي الممتاز. وتعاقد سيتي حامل اللقب مع مضيفه فيوكاسل يونايتد 3-3 بعد أن كان متأخرا 1-3 ثم فاز على ضيفه كريستال بالاس 4-2 بعد أن كان متأخرا 0-2 بفضل ثلاثية الثروييجي إيرلينج هالاند (هاتريك). وقال غوارديولا "علينا أن نحاول تضادي هذا الأمر". وأضاف "هو شيء جيد لأننا في السابق عندما كنا نتأخر كان من الصعب علينا العودة، والآن أثبتنا في الموسم الماضي وهذا الموسم أن بمقدورنا القيام بذلك لكن علينا أن نحاول وأن نتفادى ذلك بقدر المستطاع". وأشار "علينا أن نعدل هذا الأمر، إنه خطير، يوما ما لن نتمكن من العودة". ولدى سؤاله عما إذا كان ضعف خط الدفاع ناجم عن لعب مانشستر سيتي بطريقة أكثر هجومية بعد التعاقد مع هالاند، قال غوارديولا "الأمر مناقض تماما، طالما الكرة بعيدة عن مرماك تكون في أمان أكثر". وأشار "نحن نسجل الكثير من الأهداف أيضا وفي نفس الوقت نستقبل الكثير من الأهداف، وإذا لم نوقف ذلك ستكون الأوضاع صعبة، لا يمكن أن تسجل دائما أربعة أو خمسة أهداف للفوز بمباراة على مدار عدة أشهر، علينا أن نتحسن".

نجوم مانشستر يونايتد يحتفلوا بعد أن طلب رونالدو الرحيل!



في الوقت الذي ينقسم فيه مشجعي مانشستر يونايتد حول مسألة رحيل كريستيانو رونالدو هذا الصيف، يبدو أن لاعبي الفريق الأول حسمو موقفهم من هذه القضية. وما زال الغموض يحيط بمستقبل كريستيانو رونالدو مع مانشستر يونايتد، حيث أن اللاعب مصمم على مغادرة النادي للمشاركة في بطولة دوري أبطال أوروبا، لكن يقال أن الأندية الكبيرة لم تبدي أي اهتمام بالتعاقد معه. ونشرت صحيفة ديلي ميرور تقريرا صباح اليوم الثلاثاء، وأكدت خلاله أن لاعبي مانشستر يونايتد كانوا سعداء للغاية بعد أن علموا برغبة زميلهم كريستيانو رونالدو بالرحيل. وأوضحت الصحيفة في تقريرها أن معظم لاعبي مانشستر يونايتد يشعرون بالانزعاج من وجود رونالدو في الفريق، ولذلك يفضلون رحيله قبل إغلاق الميركاتو، رغم أن المدرب تين هاج أكد في عدة مناسبات تمسكه باستمرار النجم البرتغالي.

كونتي: توتنهام سيكون من كبار الدوري الإنجليزي في هذا التوقيت

تحدث أنطونيو كونتي، مدرب فريق توتنهام، عن إمكانية منافسة السبيرز لكبار الدوري الإنجليزي فيما يتعلق بالتتويج باللقب. ويحتل توتنهام المركز الثالث في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي حاليا برصيد 10 نقاط بعد مرور 4 جولات، وذلك بعد الفوز في 3 مباريات والتعادل في مباراة وحيدة. وقال كونتي، في تصريحات نقلتها شبكة بي بي سي سبورت البريطانية، "إذا قارنت الفريق بآخر موسم، فنحن الآن أكثر تكاملا". وتابع مدرب السبيرز حديثه بالقول "لكن للوصول لمستوى الفرق الأخرى في مستوى القمة فإننا بحاجة إلى وقت، وبحاجة للتحلي بالصبر، وإبرام انتقالات". وأوضح كونتي فكرته



بالقول "توتنهام بحاجة على الأقل لسوقي انتقالات (فترتي انتقالات) ليصل إلى نفس المستوى". وكان كونتي قد تحدث مع إدارة النادي بشأن إبرام صفقات جديدة قبل الموعد النهائي لسوق الانتقالات الصيفية يوم الخميس، ولكنه شدد في الوقت نفسه على أنه سيكون راضيا سواء في حالة إتمام صفقات جديدة أو العكس. الجدير بالذكر فإن نادي توتنهام سيبدأ في سبتمبر مشواره في دوري أبطال أوروبا، ويلعب في مجموعة متوازنة تجمعهم مع أيتراخت فرانكفورت الألماني، وسبورتنغ لشبونة البرتغالي، وأولمبيك مارسيليا الفرنسي.

أكسفورد سيتي يقبل بيع التذاكر بالبيتكوين

دخل أكسفورد سيتي، تاريخ كرة القدم الإنجليزية، عندما بات أول ناد إنجليزي غير مصنف ببطولات الدوري يدرجاتها المختلفة، يقبل دفعات من الجماهير بالعملات المشفرة. وسيقبل أكسفورد سيتي، عملة البيتكوين من المشجعين الذين يشترون التذاكر والطعام والشراب في ملعب "رو تشارجينج"، كبديل للبطاقات الائتمانية والنقود. وتم قبول المدفوعات للمرة الأولى في المباراة الافتتاحية للدوري الوطني الجنوبي قبل 4 أسابيع ضد إيسيتون بورو. وقال مدير كرة القدم بالنادي إن الدفع بعملة البيتكوين يمكن أن يصبح "الوضع الطبيعي الجديد" على أرض الواقع. ووافق النادي على شراكة طويلة الأمد مع شركة "كوين كورنر" المتخصصة في العملات المشفرة، لتكون الراعي الرسمي لقميص الفريق، وهي الشركة التي أنتجت أول بطاقة لا تلامسية لبيتكوين في العالم. وقال جاستن ميرييت، مدير كرة القدم بالنادي: "إن تبني أحدث التقنيات والابتكارات لضمان استمرار نادي أكسفورد سيتي في العمل كنادي مكتف ذاتيا، هو جزء أساسي من أهدافنا طويلة المدى". وأضاف "ليس من الضروري أن يتفاعل الناس مع تقنيتنا الجديدة، لكننا نؤمن مع مرور الوقت أن الدفع عن طريق البيتكوين، سيصبح الوضع الطبيعي الجديد في كرة القدم الإنجليزية". وواصل: "إنه لمن دواعي سرورنا أن نرى النادي يصبح أول من يتبنى الدفع بالبيتكوين في الدوري الوطني، نعتقد أن هذه الخطوة ستحدد اتجاهها عبر الأقسام غير التابعة لدوري كرة القدم، حيث إن العملة الرقمية ترسخ نفسها على أنها الوضع الطبيعي الجديد لعشاق الرياضة ورواد الأحداث عبر المملكة المتحدة".

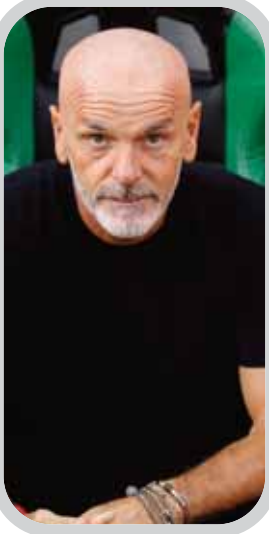
مانشستر يونايتد يستسلم بشأن التعاقد مع فرينكي دي يونغ

ذكر موقع "غول" بتسخته العالمية أن إدارة مانشستر يونايتد الإنجليزي قد صرفت النظر عن التعاقد مع الهولندي فرينكي دي يونغ نجم خط وسط برشلونة الإسباني خلال سوق الانتقالات الصيفية. وكان بعد فرينكي دي يونغ صاحب 25 عاما أحد أهم أهداف مانشستر يونايتد هذا الصيف بناء على طلب من المدرب الهولندي الجديد إريك تين هاج الذي عمل مع دي يونغ في السابق بفريق أياكس. وحاول مانشستر يونايتد التعاقد مع فرينكي دي يونغ طوال الميركاتو الصيفي، ولكن اللاعب رفض العرض بحجة عدم تأهل الشياطين الحمر لبطولة دوري أبطال أوروبا. وأشار الموقع إلى أن الحارس مارتين دوبرافكا سيكون آخر صفقات مانشستر يونايتد الصيفية قبل انتهاء الميركاتو يوم الخميس المقبل.

وأوضح الموقع أن مانشستر يونايتد استسلم أمام التعاقد مع فرينكي دي يونغ هذا الصيف، ولكنه قد يعود في يناير أو الصيف المقبل للحصول على خدمات اللاعب الهولندي. الجدير بالذكر أن مانشستر يونايتد قد تعاقد مع كلا من كريستيان إريكسن، وليساندرو مارتينيز، وكاسيميرو، وتايرل مالاتسيا، وأنتوني، والحارس دوبرافكا.



مدرب ميلان؛ لعبنا مباراة قبيحة!



شدد ستيفانو بيولي المدير الفني لميلان على أن فريقه ارتكب الكثير من الأخطاء التي أدت إلى التعادل مع نظيره ساسولو، دون أهداف، في المباراة التي جمعتهم، في ستاد مابي، بمناسبة الأسبوع الرابع من الدوري الإيطالي. وفي تصريحاته لشبكة "دازن" قال بيولي "كنا نفتقر إلى الوضوح، كان علينا قراءة بعض المواقف بشكل أفضل، لقد كانت بداية جيدة وكنا راضين، لكن عندما تراجع ساسولو للدفاع، غابت المساحات". وأضاف "لم تكن لدينا الجودة الكافية، خاصة في التحركات، لذلك أصبحت المباراة قبيحة، مع العديد من الأخطاء".

وتابع "يجب أن أدير لاعبي فريقي، مع أوريغي وريبيتش كان من الممكن الحصول على خيارات مختلفة، يمكن لتشارلز أن يلعب دور المهاجم الوهمي، وأيضا المهاجم الصريح". وأردف "افتقدنا (دقة) التمريرة الأخيرة أحيانا، وكنا في عجلة من أمرنا، بعد الدقيقة 70 لعبنا وكأنه يتبقى دقيقة واحدة فقط على نهاية المباراة". واستطرد المدرب "يجب أن نعزيز الوعي بمواقفنا، نريد الفوز، لكن لا يمكن أن نتسرع لأن ذلك يؤدي لنقص الجودة، نحن فريق ناضج، ويجب أن نكون قادرين على إدارة هذه المواقف بشكل أفضل واتخاذ خيارات أفضل".

وواصل بيولي "لم تعجبني المباراة، بسبب كثرة التوقيفات، أحب القوة والشدة في المباريات، لكن الحكام بالغوا في إطلاق الصفارات". وعن لقاء الديربي، قال بيولي "مباراة السبت ستكون مختلفة للغاية، أردت المداورة بين اللاعبين بشكل بسيط الليلة، الآن علينا التعافي والتجهيز للمباراة، نحتاج لأفضل استعداد". واختتم "الديربي هو الديربي، لكنها غير حاسمة لأنه لم يمر سوى 4 مباريات فقط".

ديبالا يرفض الكشف عن حديثه مع مورينيو

عبر الأرجنتيني باولو ديبالا، نجم روما، عن سعادته بتسجيل أول أهدافه بقميص الجيالوروسي، خلال مواجهة مونزا، التي انتهت بفوز روما بنتيجة (3-0)، بالجولة الرابعة من الكالتشيو. وسجل ديبالا هدفين في اللقاء، ليصل إلى الهدف رقم 100 له بالدوري الإيطالي. وقال ديبالا في تصريحاته لقناة "دازن": "كنت حريصا على تسجيل الأهداف، ولحسن الحظ، جاءت أهدافي أمام جماهيرنا، أنا سعيد جدا بالفوز ويجب أن نستمر في النمو". وأضاف "كلما لعبت أكثر شعرت بتحسن كما أن مستويات لياقتي تتحسن، لدينا جدول مزدحم هذا الموسم، لذلك سيستغرق الأمر بعض الوقت للوصول إلى 100 هدف من لياقتي، لكن هذا سيحدث قريباً". وشوهد ديبالا وهو يضحك مع مورينيو أثناء خروجه من أرض الملعب، وعن هذا رد باولو "هذا يبقى بيننا، عليك أن تسأله عما حدث". وأتم "هذه مجموعة قوية، تشعر بالإيجابية بعد الفوز بدوري المؤتمر الأوروبي، لكن من السابق لأوانه تحديد ما يمكن أن نهدف إليه".

ديبالا ينثر سحره مع روما ويدشن أهدافه في ليلة الانتصار على مونزا

تمكن النجم الأرجنتيني باولو ديبالا من تسجيل هدفين في مباراة فريقه روما ضد مونزا الصاعد الجديد، ضمن الأسبوع الرابع من الدوري الإيطالي لكرة القدم في ليلة الانتصار المستحق على الضيوف 3-0.

وجاء الهدف الأول للاعب السابق لجوفنتوس الإيطالي في الدقيقة 18 من المباراة، حين استلم كرة رأسية من زميله الإنكليزي تامي أبراهام، وقام بترويضها بطريقة جميلة، قبل أن يسكنها بكرة قوية في شباك حارس مونزا ميشيل دي جورجيو، ليبرد أبراهام هدية ديبالا في المباراة الماضية ضد السيدة العجوز، التي سجل منها الهدف الوحيد لفريقه. وواصل ديبالا إبداعه في المواجهة بعد أن تمكن في الدقيقة 32 من تسجيل الهدف الثاني، إثر متابعتها الجيدة لكرة أرجعها حارس المرمى بصعوبة إثر تسديدة أخرى من أبراهام، ليسكنها الساحر الأرجنتيني في الشباك. ويكثف باولو بالهدفين اللذين سجلهما، بل إنه نثر سحره في عديد الكرات بلمسات جميلة، تفاعلت معها كثيرا جماهير فريق العاصمة الإيطالية، الذي حقق فوزا ثميناً بالمباراة، جعله يتصدر مؤقتاً ترتيب الكالتشيو بـ 10 نقاط.

إنزاغي

يشعر بالقلق قبل ديربي الغضب

أثار سيموني إنزاغي المدير الفني لإنتر ميلان، حالة من القلق قبل المباراة المنتظرة أمام الغريم ميلان، السبت المقبل، في خامس جولات الدوري الإيطالي. وهاز إنتر ميلان على نظيره كريمونيزي، بنتيجة 3-1، في إطار الجولة الرابعة من الكالتشيو. وقال إنزاغي في تصريحات لقناة "دازن": "سعيد لأنها لم تكن مباراة سهلة أمام كريمونيزي، والذي كان يستحق نتائج أفضل بكثير هذا الموسم". وأضاف "لعبنا بشكل جيد في الشوط الأول ضد لاتسيو، لكن بعض الأحداث غيرت اللقاء، المباراة كانت ستختلف لو نجح دومفريس في إحراز هدف التعادل". وتابع "نحن في وضع أفضل بنقطة واحدة مما حصدنا الموسم الماضي، لكن هذه فقط هي البداية، نعلم أن هناك طريق طويل لنقطعه، نحتاج إلى التحسن". ونوه "هذا الفريق قاتل حتى النهاية من أجل لقب الكالتشيو، فزنا بلقبين في الموسم الماضي، ولذلك عشنا لحظات من الفرح وخيبة الأمل أيضا، لكن مع ذلك فزنا بكاسين لم يرفعهما إنتر منذ 12 عاما". وشدد "لا أعلم شيئا عن رحيل جوسينس، قلقي الأساسي هو أننا بحاجة إلى قلب دفاع، لقد أخبرت النادي أنني أنتظر التعاقد مع مدافع جديد، لأنني بحاجة إلى 6 رجال في الدفاع ونحن لدينا 5 فقط". وأتم "الفوز يعزز طاقتنا لحسم الديربي، لكنه لا يعني شيئا في هذه المرحلة، لقد رأيت رد فعل فريق ناضج، كورينا عانى من إصابة، لا اعتقد أنها خطيرة، بروزوفيتش تعرض لضربة أيضا".

غوسينس في طريقه لمغادرة إنتر ميلان

أكد تقرير صحفي إيطالي، أن الألماني روبن غوسينس، الظهير الأيسر لإنتر ميلان، على أعتاب مغادرة الفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية الجارية.

وذكر موقع "توتو ميركاتو ويب" الإيطالي، أن رحيل غوسينس المتوقع عن إنتر ميلان، جاء مضاجئا خلال الساعات القليلة الماضية، مبيئا أن اللاعب يعاني بشدة من أجل التأقلم مع الفريق منذ انضمامه.

وأوضح أن قرار خروج اللاعب من تشكيلة المباراة لم يعرف بعد هل هو مجرد اختيار فني أو بسبب رحيله المحتمل.

ولفت الموقع إلى أن الأمر المؤكد أن إدارة نادي باير ليفركوزن، تتواجد في مدينة ميلانو، ليبحث إمكانية ضم غوسينس.

قضية بوجبا تشهد تطورات جديدة

تشهد قضية النجم الفرنسي، لاعب نادي يوفنتوس الإيطالي بول بوجبا، تطورات جديدة بعد ظهور معطيات جديدة، بعد أن فُجر شقيقه ماتياس فضائح من العيار الثقيل، من بينها الاستعانة بمشعوذ لإلحاق الضرر بزميله في المنتخب الفرنسي، كيليان مبابي. وأفاد موقع راديو "أر أم سي" سبورت الفرنسي "الثلاثاء، بأن شكوكا كثيرة تراود المحققين في موضوع اعترافات بول بوجبا، إذ تسود القناعة وسطهم بأنه لم يعترف بكل شيء خلال التحقيق معه، رغم حرصهم على معرفة كل التفاصيل حول ادعائه بمحاولة ابتزازه من شقيقه وأصدقائه. و تعرض بوجبا في شهر مارس من عام 2022 لتهديد خطير عند سفره صوب فرنسا من أجل المشاركة مع المنتخب الفرنسي، إذ قاده بعض أصدقائه القدماء لشقة معزولة، واقتحمها شخصان ملثمان حملا معهما سلاحا من نوع "إم 16" وسلاحا آخر، وهدداه بالتصفية بسبب أنه رفض دفع مبلغ 13 مليون يورو طالباها بها من قبل، لكنه لم يتقدم. يشكو لدى الأمن رغم خطورة الوضع. وقال وكيل الأعمال الفرنسي، برونو ساتين، إنه لم يتفاجأ مما يحدث للنجم العالمي، وأعاد ذلك لوفاة وكيل أعماله الإيطالي الشهير، مينو رايولا، بعدما تكفل بحمايته منذ أن ارتبط معه بعقد رسمي، لكن الوضع سرعان ما تآزم في الأشهر الأخيرة.

سيرينا ويليامز تودع لعبة التنس من أجل عائلتها

أعلنت نجمة التنس الأمريكية سيرينا ويليامز اعتزال لعبة التنس التي هيمنت على عرشها لسنوات طويلة، وذلك بعد بطولة أمريكا المفتوحة للتنس نهاية هذا الشهر وتستهل اللاعب المصنفة الـ 605 عالميا بين لاعبات التنس المحترفات، والفائزة بـ 73 لقباً خلال مسيرتها، البطولة الأمريكية أمام لاعبة

مونتينيغرو دانكا كوفينيتش (80) وقالت سيرينا في تصريحات لمجلة فوج،

"لقد استمتعت بالتنس، ولكن الآن بدأ العد التنازلي، يجب أن أركز على كوني أما، وأهدأ في الشخصية الأخرى، سأستمتع بالتنس في الأسابيع القليلة القادمة" وكانت قد صنفت كأعلى رياضية مدفوعة الأجر على مدى السنوات الأربع الماضية، حيث تكسب ما بين 18 مليون دولار إلى 29 مليون دولار، إلا أن نعومي أوساكا حطمت الرقم القياسي السابق لماريا شارابوفا للرياضيات التي تم اختيارها في عام 2015 عندما بلغت 29.7 مليون دولار.

إنيافي ويليامز الملقب بـ "الرجل الآلي" يتعرض لإصابة لأول مرة منذ سنوات

تعرض إنيافي ويليامز لاعب أتلتيك بلباو للإصابة لأول مرة منذ 6 سنوات، وبذلك توقفت مسيرة الرجل الذي لعب أكبر عدد من المباريات المتتالية في تاريخ الدوري الإسباني. بدون إصابة أو عقوبة. ويمتلك ويليامز رقما قياسيا خارقا بخوضه آخر 236 مباراة في الدوري الإسباني دون أي غياب لإصابة أو إيقاف. وأعلن بلباو إصابة إنيافي ويليامز بالتواء في أربطة الكاحل وخضوعه لمزيد من الفحوصات خلال الأيام المقبلة. إصابة الإلتواء في كاحل القدم ستبعد إنيافي عن لقاء إسبانيول الأحد المقبل في الدوري. ويليامز لم يرغب أبدا عن أي مباراة لبلباو في الدوري منذ شهر أبريل 2016. وتخطى الرقم السابق الذي كان مسجلا باسم خوان أنطونيو لاراناغا الذي خاض 202 مباراة متتالية في الدوري.

ويليامز من أصول غانية من أبناء مدينة بلباو، ولم يلعب طوال مسيرته سوى مع بلباو الذي وقع معه عقد يمتد لـ 9 سنوات في 2017. قبل أسابيع، أعلن إنيافي ويليامز قراره بتمثيل منتخب غانا بلاده الأصلية. وبات منتظرا أن يمثل ويليامز منتخب غانا في نهائيات كأس العالم 2022 المقامة في قطر بشهر نوفمبر المقبل.

ونشر ويليامز مقطع فيديو عبر حساباته في مواقع التواصل الاجتماعي، أعلن خلاله عن الدوافع وراء هذا القرار. وقال ويليامز: "كل خطوة نخطوها في حياتنا لها معنى بهدف التطور، أو لمحة نحو المستقبل، أو لتحقيق إرث. والداعي ربياني بتقاليد تقوم على التواضع والاحترام والحب، علماني أن أواجه الحياة حتى أطور. وسعيا للتطور على المستوى الشخصي والمهني، أشعر أن اللحظة قد حانت للتطور على أصولي في إفريقيا وغانا وهو ما يعني الكثير لي ولعائلتي.

أسطورة نادي الأهلي المصري وليد سليمان يودع الجماهير بالدموع

ودع أسطورة نادي الأهلي المصري وليد سليمان جماهير الفريق بعد اعتزاله كرة القدم يوم الثلاثاء وشهدت اعتزال وليد سليمان لاعب الأهلي وحرسه جماهير فريقه على ترديد الهتافات الداعمة له في المدرجات أثناء حضورها مباراة الفريق أمام سيراميكا كليوباترا وقال وليد سليمان في منشور عبر حسابه الرسمي بموقع "تويتر": "كم تأثرت حتي البكاء، وأنا أتابع وأرصد مظاهره الحب الكبيرة والجميلة التي حظيت بها من قبل زملائي اللاعبين وجماهير الأهلي العظيمة والوفية الآن أيقنت من جديد أن الاخلاص والانتماء شمن أعظم وأكبر من كل أموال وكنوز الدنيا، وتؤكد لي أنني أحسنت الاختيار وأحسنت الرهان عندما قلت يوما ما: (سهل تعمل فلوس .. والصعب أن تحقق إنجازات وتكتب تاريخا) لا أصدق أن رحلة 11 عاما مرت وأنتي وصلت إلى خط نهاية مشواري الكروي، أتذكر حلم الطفولة وارتدائي للفانلة الحمراء صغيرا.. أتذكر بفخر كم حاربت من أجل نيل شرف اللعب للأهلي الحمد لله حققت كل ما كان يقوq أحلامي وما لم يخطر في خيالي.. لامست مع الأهلي وبفضل الأهلي سموات كل الأمجاد والبطولات ويكفيني فخرا أن منحني الأهلي شرف إعلان الاعتزال وأنا أفق على أكبر مسرح كروي، من فوق منصة التتويج ببطولة كأس العالم للأندية

التدريب الرياضي اليومي وفوائده



يشكل يومي. وأفاد الباحثون بأن الفوائد الصحية تشمل الحفاظ على وزن طبيعي للجسم. ويمكن أن تساعد ممارسة التمارين الرياضية، بشكل يومي، في منع حصول زيادة وزن الجسم، كما يمكن أن تساعد في الحفاظ على ما يفقده المرء من الوزن الزائد عند اتباعه حمية غذائية صحية. وكلما مارس المرء التمارين الرياضية، زادت كمية طاقة السعرات الحرارية التي تحرقها العضلات، وبالتالي يتخلص الجسم من تراكم الشحوم ويقلل من احتمالات إعادتها في الجسم. وكلما زاد في مدة وشدة ممارسة تلك التمارين الرياضية ارتفع مستوى استفاضة جسمه من ذلك في ضبط أي زيادة بوزن الجسم. وممارسة الرياضة البدنية تسهم في منع الإصابة بالأمراض المزمنة، ذلك أن أمراضا مثل أمراض شرايين القلب، وارتفاع ضغط الدم، واضطرابات الكوليسترول والدهون الثلاثية، ومرض السكري، وأمراض المفاصل، وهشاشة العظام، والسمنة، هي بعض من الأمراض المزمنة التي أثبتت العديد من الدراسات الطبية أن ممارسة الرياضة البدنية هي وسيلة مفيدة للوقاية من الإصابة بها. وعلى سبيل المثال، فإن ممارسة الرياضة البدنية ترفع من مستوى الكوليسترول الثقيل الحميد، وتقلل من مستوى الدهون الثلاثية، وتعمل على خفض ارتفاع ضغط الدم، وترفع من كفاءة تدفق الدم للقلب والدماغ، وتساعد في ضبط إجراء الجسم للعمليات الكيميائية الحيوية، وتزيد من تروية العظام بالدم، ما يقلل من احتمالات الإصابة بهشاشة العظام. وأفادت نتائج عشرات الدراسات الطبية بأن ثمة تأثيرات صحية إيجابية لممارسة الرياضة البدنية على صحة الدماغ والصحة النفسية، وهناك عدة آليات لتفسير جدوى ممارسة الرياضة البدنية في تحسين مستوى المزاج وتقليل مستوى القلق وخفض احتمالات الإصابة بالاكتئاب. ومنها أن الجسم يفرض خلال ممارسة تلك الحصة اليومية من الرياضة البدنية عددا من المواد الكيميائية والهرمونات التي تساعد الدماغ على الشعور بالسعادة والراحة النفسية. كما أن ممارسة الرياضة البدنية المتوسطة الشدة، وبشكل يومي، تعزز تدفق الدم إلى الدماغ، ما يساهم في الحفاظ على صحة

الشرايين الدماغية وصحة أجزاء الدماغ المختلفة، وخاصة منها المسؤولة عن تنشيط الذاكرة وتحسين المزاج وتسهيل الخلود إلى النوم. هذا بالإضافة إلى تأثيرات ممارسة الرياضة البدنية في تحسين وزن الجسم وإزالة الترهل، ما يحسن من مظهر الجسم ويبرز نمو العضلات فيه، وهي جوانب تعمل على تعزيز الثقة في النفس وتحسين مستوى تقدير الذات. وممارسة التمارين الرياضية، المشتملة على تمارين تقوية العضلات وتمارين تقوية توازن الجسم وتمارين مرونة العضلات، كلها تسهم في تقوية القدرة العضلية وتعزيز حفظ التوازن حال ممارسة أعمال بدنية تتطلب التحمل، كحمل الأمتعة وإنجاز أعمال الترتيب أو الصيانة المنزلية. كما أن تمارين إيروبيك الهوائية ترفع من كفاءة عمل وتحمل القلب والريتين لإنجاز الجهود العضلي في تلك الأعمال المنزلية أو الوظيفية اليومية. وتضيد كثير من المصادر الطبية بأن النشاط البدني اليومي، وممارسة أنواع شتى من التمارين الرياضية، كالمشي والسباحة والهرولة، يساعدان في تسهيل الخلود إلى النوم بسرعة أكبر ويساعدان أيضا في تعميق النوم، ويقللان من احتمالات الإصابة بالأرق. قد يكون البدء في برنامج للياقة البدنية هو أحد أفضل الأمور التي يمكن للمرء القيام بها لحفظ وتعزيز مستوى صحته. وهو ما يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة، ويحسن توازن وتناسق شكل الجسم، ويساعدك على إقصاء الوزن، ويعزز من تقدير الذات، ويمكن جني هذه الفوائد بغض النظر عن العمر أو الجنس أو القدرات الجسدية للإنسان. وإذا لم يسبق للمرء ممارسة التمارين الرياضية، خاصة ممن هم فوق الأربعين من العمر، ولدى المرء أي مخاوف صحية، يمكنه مراجعة الطبيب والتحدث إليه حول هذا الأمر. وعندما يصمم المرء برنامج اللياقة البدنية الخاص به، عليه أن يضع أهدافا عملية لجعل ممارسته اليومية للتمارين الرياضية عادة دائمة له. تعتبر تمارين إيروبيك الهوائية من أفضل التمارين الرياضية الصحية. وسُميت «هوائية» إروبيك، لأنها تضمن استخدام العضلات للأكسجين في عملية إنتاج الطاقة

أظهرت نتائج دراسة أميركية جديدة أن معدلات ممارسة الرياضة اليومية بين البالغين لا تزال دون المستوى المأمول صحيا، ووفق نتائج تقرير المركز الوطني للإحصائيات الصحية بالولايات المتحدة، فإن واحدا فقط من بين كل أربعة بالغين يمارس التمارين الرياضية بالمستوى المنصوح به طبيا. وكان الباحثون قد شملوا أكثر من 155 ألف شخص من البالغين الذين تراوحت أعمارهم ما بين 18 و 64 سنة في إعداد هذا التقرير. وأن ممارسة التمارين الرياضية اليومية تقلل من الإصابات بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم ومرض السكري والسمنة والاكتئاب وعدد آخر من الحالات الطبية المرضية. وممارسة أي قدر من التمارين الرياضية هو أمر مفيد للصحة، ويمكن للمرء البدء بالمشي اليومي لمدة خمس دقائق، ثم يزيد تدريجيا في تلك المدة، ليصل إلى المشي 30 دقيقة في اليوم، وأن أي نشاط بدني مفيد، سواء المشي أو الهرولة، والهدف هو البدء في ممارسة الحركة البدنية. وتشير النصائح الطبية الحديثة إلى ممارسة كل من تمارين تقوية العضلات على الأقل مرتين أسبوعيا، ممارسة تمارين إيروبيك الهوائية بتوعين، إما 150 دقيقة أسبوعيا من التمارين الهوائية المتوسطة الشدة في الأسبوع، أو ممارسة 75 دقيقة من التمارين الهوائية الشديدة في الأسبوع. وتحت عنوان فوائد للتمارين الرياضية اليومية، يقول الباحثون إن من الصعب تجاهل الفوائد الصحية للتمارين الرياضية والنشاط البدني باستمرار، إن الجميع يمكن أن يستفيدوا من التمارين الرياضية، بغض النظر عن العمر أو الجنس أو القدرة الجسدية. وصحيح أن الأفضل ممارسة التمارين الرياضية في الصالة الرياضية المحتوية على عدة وسائل لتسهيل القيام بتمارين رياضية متنوعة، ولكن حتى السلوكيات البسيطة يمكن أن تكون مفيدة بشكل كبير، مثل استخدام الدرج بدلا من المصعد، وإيقاف السيارة بعيدا ثم المشي لبضع مئات من الأمتار عند الذهاب إلى العمل أو المتاجر، والمشي خلال إجراء المكالمات الهاتفية بدلا من الجلوس. وهكذا يمكن للمرء أن يرفع من مستوى نشاطه البدني اليومي دون وجوده في الصالة الرياضية

وحرق الوقود. ولذا فهي تعزز من قدرات وصحة القلب والريتين والعضلات والعظام. ومن أمثلتها المشي السريع والهرولة والسباحة وركوب الدراجة وغيرها. ولضمان أن يبقى الجهد البدني بنوع إروبيك الهوائي، ولا ينتقل إلى نوع أذايروبيك اللاهوائي، يضبط المرء مدى زيادة نبض القلب الذي يتسبب به المجهود البدني. وللتوضيح، فإنه وأثناء ممارسة التمارين الرياضية يرتفع معدل نبض القلب، وهناك مصطلح يطلق عليه الحد الأقصى لمعدل نبض القلب، والمطلوب في تمارين إيروبيك الهوائية أن يبلغ معدل نبض القلب حال ممارسة التمارين الرياضية نسبة تتراوح ما بين 65 و75 من الحد الأقصى لمعدل نبض القلب. وتمارين قوة العضلات تحفظ وتزيد من قوة العضلات واحتمالها وثباتها، وتتم ممارستها في يومين أسبوعيا على أقل تقدير. المنصوح به ما بين 8 إلى 10 مرات من التمارين التي تستخدم فيها مجموعات العضلات الكبيرة بالجسم، عبر استخدام الأوزان كشيء يُؤد الإعاقة ويتطلب تلك المجموعة من العضلات في ذلك التمرين الواحد. والبدء والختام بتمارين مرونة العضلات مفيد جدا، لأن معظم تمارين إيروبيك الهوائية وتمارين تقوية وبناء العضلات، قد تتسبب بتيبس وتقلص وشد في العضلات، ولذا من المفيد إجراء تمارين مرونة وتمدد العضلات. وهذه التمارين يمكن ممارستها قبل وبعد إجراء حصة التمارين اليومية، والمطلوب هو إجراء تمارين المرونة والتمدد للعضلات برفق ودون التسبب بالشعور بالألم في العضلات، وإبقاء تلك الوضعية لثلاثين ثانية ثم إعطاء العضلة راحة.

حالات خلع الكتف للرياضيين وعلاجها

تحدث معظم حالات خلع الكتف في الجزء السفلي من الكتف، تكون الغالبية العظمى من خلوع الكتف التي تصل إلى 98% خلوع خارجية حيث ينفصل عظم الذراع العلوي عن مقبس الكتف ويدفع للأمام، وهناك 4 أنواع من خلوع الكتف الأمامي، ولكن في حالات خلع الكتف الخلفي، يحدث فيه خلع لعظم الذراع العلوي واتجاهه نحو الخلف، ولكن أقل شيوعا حيث يحدث بنسبة 4% فقط. وعادة ما يخلع مفصل الكتف عند حدوث التواء للذراع اثر حالة سقوط أو أثناء ممارسة بعض الرياضات، يرافق حدوث خلع الكتف ألم حاد وشديد ويكون الكتف والذراع في وضع معين حيث لا يمكن للمريض تحريك المفصل. في أغلب الحالات يتم إرجاع ورد المفصل من قبل الطبيب في المستشفى وأحيانا تحت التخدير العام، تكرار خلع الكتف يشكل مشكلة كبيرة ويحدث بشكل رئيسي عند الشباب للضائعات العمرية أقل من 40 عاما وكذلك عند الرياضيين. خلع الكتف يتم تشخيصه بسهولة بالفحص السريري ويتم تأكيد التشخيص واستثناء وجود كسر مرافق بواسطة الصور الإشعاعية، ويؤدي خلع الكتف إلى حدوث تمزق في حافضة المفصل والأربطة والجزء الأمامي السفلي للحلقة الغضروفية الليغية التي تتصل بها حافضة المفصل، وهذه الإصابات المرافقة يمكن أن تظهر في صورة الرنين المغناطيسي. من أهم الإصابات المرافقة لخلع مفصل الكتف وخاصة في المرضى للضائعات العمرية الأكثر من 50 عاما وجود تمزق في أوتار الكتف ولهذا لا بد من الفحص السريري الجيد وكذلك إجراء صورة الرنين المغناطيسي. الخلع الحاد لمفصل الكتف يجب إرجاعه ورد المفصل على الفور ويتم ذلك من قبل الطبيب ولكن بحرص وتأن، وبعض الحالات تحتاج إلى التخدير العام وخاصة بوجود عضلات قوية في منطقة الكتف، ثم يتم وضع علاقة خاصة للكتف لعدة أيام ثم إجراء التأهيل اللازم، ولكن في الشباب الأقل من 30 عاما أو الرياضيين أو حالات الخلع المتكرر فينصح بإجراء عملية جراحية لإصلاح وتثبيت الأنسجة المتمزقة. ويتم عادة إجراء العملية بالمنظار باستخدام خيوط خاصة تزرع في العظم لتثبيت الأنسجة المتمزقة وخاصة الحلقة الغضروفية الليغية، وبعض الحالات الشديدة وخاصة المرافقة لفقدان جزء من عظم حق المفصل تحتاج إلى عمليات جراحية خاصة يتم تحديدها حسب الحالة. وبعض الحالات الجراحية تحتاج إلى إقامة في المستشفى لمدة يوم أو يومين، في المرحلة المبكرة بعد العملية توضع علاقة للكتف لمدة شهر ونصف، ويبدأ العلاج الطبيعي بشكل مبكر وعادة ما يحتاج المفصل 3-4 شهور لتعود الحركة بمستواها الكامل للمفصل.



الرئيس التحرير: **كمال بوزار**

المدير العام: **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

الطبع: SAMPRAL
TD DIFFUSION
COMMUNICATION
TD
DIFFUSION

رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

الفاكس:
023-78-57-70
الهاتف:
0541-76-26-27

العنوان:
مستشفى القبة - زاهون - قاريدي عمارة ب رقم 05 - الجزائر-
البريد الإلكتروني:
Dzairtube13@gmail.com

SPORT
يومية رياضية جزائرية



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