

www.dzair-tube.dz

رئيس "الفيفا" يهنئ الجزائر "الكاف" بعد نجاح الشأن

مبرز أن بطولمة "الشان" كانت رائعة بكل المقاييس... الحاجي ديوف: "الجزائر قادرة على تنظيم المونديال وليس الكان فقط"

بعد انتهاء "الخضر" "شان" 2022 في الوصافة

خزينة "الفاف" تنتعش بـ 16 مليار سنتيم

بوقرة: "سأجتمع مع رئيس الفاف للمصطلح في مستقبلي"

الجزائر تبصم على أفضل نسخ "الشان" وتؤكد أحقيتها باحتضان كبرى المنافسات

الرهان على "الكان"

رئيس لجنة تنظيم الشأن، رشيد أوكالي لـ "دزاير سبور":

"الجميع منبهر بما شاهدناه في الجزائر وحظوظنا وفيرة لاحتضان كان 2025"

Protellisse

Répond à vos besoins de Soins & Beauté

الراعي الذهبي لـ «دزاير سبور»

ميرزا أن بطولة "الشان" كانت رائعة بكل المقاييس.. الحاجي ديوف لـ "دزاير سبور":

"الجزائريين قادرة على تنظيم المونديال وليس الكان فقط"



أشاد أسطورة منتخب السنغال الحاجي ديوف بمستوى التنظيم ببطولة كأس أمم إفريقيا للمحليين التي استضافتها الجزائر خلال الفترة الممتدة من 13 جانفي إلى 04 فيفري، مضيفاً بأن الإمكانيات التي تتوفر عليها الجزائر تسمح لها بتنظيم "المونديال" وليس فقط كأس أمم إفريقيا 2025. وقال نجم منتخب السنغال الأسبق في لقائه مع الإعلاميين في المنطقة المختلفة بملعب "فيلسون مونديل" ببراق: "أهني الدولة الجزائرية على هذا التنظيم، لأنه بدونهم ما كان بإمكان تنظيم هذه الطبعة من "الشان"، كما أهني الشعب الجزائري الذي كان في مستوى الحدث الكروي، وأتوجه بالتهاني للكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم التي اختارت الجزائر لتنظيم كأس إفريقيا للمحليين". وأضاف: "المنافسة كانت كبيرة وجرت على ملاعب بمستوى عالمي وببنية تحتية جيدة ومستوى اللعب كان عاليا، الدورة كانت رائعة ومشاهدة نهائي بين الجزائر والسنغال كان مسك الختام، فهم من أحسن المنتخبات الإفريقية حالياً وهو تكرار لنهائي كأس إفريقيا للأمم بمصر". كما أكد الحاجي ديوف قدرة الجزائر على تنظيم منافسة كأس إفريقيا للأمم، قلت دوماً إن الجزائر قادرة حتى على تنظيم منافسة كأس العالم، لديها كل الإمكانيات لذلك ولاستضافة كأس إفريقيا للأمم، فهي بلد كرة القدم وشعبها شغوف بالكرة".

بلخيثر لـ "دزاير سبور":

"كنا نتمنى التتويج باللقب والحظ لم يكن إلى جانبنا"

أبدى مختار بلخيثر، مدافع المنتخب الوطني للمحليين، خيبة أملة بعد خسارة لقب كأس أمم إفريقيا للمحليين "الشان"، في عقر دارهم، أمام منتخب السنغال. وقال "أسود التيرانغا" على "الخضر"، مساء السبت، بركلات الترجيح في النهائي، بعد انتهاء الوقت الأصلي والشوطين الإضافيين (0-0). وقال بلخيثر في تصريحات عقب نهاية اللقاء: "هذه كرة القدم، ركلات الترجيح هي ضربات حظ، ولأسف الحظ لم يكن معنا، رغم أننا كنا نتمنى أن تكتمل فرحتنا بالتتويج". وأضاف: "كنا نريد إهداء الكأس لأنصارنا، ولتقيد الكرة الجزائرية، بلال بن حمودة، لكن مشيئة الله كانت أقوى، المهم أننا قدمنا كل ما لدينا في البطولة".

"أتمنى أن أحظى بدعوة بلماضي"

كما لم يخف بلخيثر رغبته في تمثيل المنتخب الأول مستقبلاً، رغم تقدمه في السن، مؤكداً أن اللعب للمنتخب الوطني يبقى حلم أي لاعب. وواصل: "هذه البطولة كانت بمثابة الفرصة الأفضل للاعبين لإبراز قدراتهم، وأعتقد أن كثيرين نجحوا في ذلك، وشخصياً أتمنى أن أحظى بدعوة لتمثيل المنتخب الأول". وختم: "نعتذر كثيراً إلى جماهيرنا، لقد أكدوا عشقهم لكرة القدم بحضورهم في كامل المباريات، ونعد بإسعادهم في قادم المناسبات".

محيوص لـ "دزاير سبور":

"اعتدت على تنفيذ ركلات الترجيح بهذا الشكل وأعتذر من الجماهير"

عبر مهاجم المنتخب الوطني المحلي لكرة القدم، أيمن محيوص عن أسفه خسارة لقب كأس أمم إفريقيا للمحليين، بعد هزيمة "الخضر" على يد السنغالس سهرة أول أمس، في نهائي "الشان" بملعب فيلسون مونديل ببراق. وقال محيوص في تصريحات عقب نهاية اللقاء أنه اعتاد التسجيل بتلك الطريقة، حتى في فريقه اتحاد العاصمة، مضيفاً أنه وزملاءه اعتادوا على الانتقادات التي يتعرضون لها منذ بداية مشوارهم في كرة القدم، وهم يعرفون الآن كيف يسببون الضغط. وواصل: "تلك هي طريقي في تسديد ضربات الترجيح، حتى في فريقي اتحاد الجزائر كنت أسدد دائماً بنفس الطريقة ولم أضيع أبداً، ولن أغيرها".

"للأسف هذه هي كرة القدم وأسمى لتقديم الأفضل"

و أضاف: "عادة آتخذ قراراً في اللحظات الأخيرة والحارس لم يتحرك، ربما حتى لو اخترت تسديدها في زاوية أخرى فربما قام بصدها". وأردف: "خبينا الجمهور واعتذر منهم، وستشارك في الدورات المقبلة، للأسف هذه كرة القدم ولا يوجد من لم يضيع ركلة ترجيح". وختم: "الحمد لله أنهيت البطولة هذاف للشان وأسمى لتقديم الأفضل".



"الكاف" أكدت أن النسخة الحالية هي الأفضل في التاريخ

الجزائريين تكسب رهان "الشان" وتصوّب أنظارها نحو "الكان"

أسدل الستار مساء أول أمس عن فعاليات كأس أمم إفريقيا للمحليين التي جرت على مدار 23 يوماً كاملاً (13 جانفي إلى 04 فيفري)، وسط إشادة واسعة من قبل المتتبعين والرسامين وكل المشاركين في "الشان" 2022. ومثلما وعدت به، نجحت الجزائر في كسب الرهان مجدداً وهذه المرة بتنظيم النسخة السابعة لكأس أمم إفريقيا للمحليين، أشهر قليلة بعد استضافتها ألعاب البحر الأبيض المتوسط بمدينة وهران (25 جوان إلى 05 جويلية)، لتؤكد مجدداً أنها استعادت مكانتها على الصعيدين الإفريقي والعالمي، وأنها قادرة على احتضان كل المنافسات الإفريقية وعلى رأسها كأس أمم إفريقيا لكرة القدم 2025 بشهادة الجميع. ورغم أن المنتخب الوطني المحلي أحقق في نيل لقب "الشان" للمرة الأولى في تاريخه، بعد هزيمته على يد السنغال في اللقاء النهائي الذي احتضنه ملعب "فيلسون مونديل" ببراق في سهرة أول أمس، بعد الاحتكام لضربات الترجيح، إلا أن الجزائريين عبروا عن افتخارهم بما وصلت إليه الجزائر من تقدم كبير على مستوى البنى التحتية والمرافق الرياضية التي تم تخصيصها لإنجاح هذا الحدث.

ملعب عالمية خففت الأنظار

وكان الأفارقة شاهدون على المرافق الرياضية والملاعب العالمية التي تم تخصيصها لهذا الحدث الكروي، حيث سخرت السلطات العليا في البلاد كل الإمكانيات اللازمة من أجل إنجاح هذا الحدث، وذلك من خلال إعادة تشييد ملعب "فيلسون مونديل" ببراق الذي كان تحفة بكل المقاييس، ما جعل الحاضرون يؤكدون أنه جوهر حقيقي، لا ترى مثله إلا في نهائيات كأس العالم، ومثله ملعب ميلود هدي الذي تم تدشينه خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط الأخيرة، بالإضافة إلى ملعب 19 ماي بعناية الذي تحول في ظرف وجيز إلى جوهر حقيقي شأنه في ذلك شأن ملعب الشهيد حملاوي، مع العلم أن هذان الأخيران تم إعادة تهيئتهما خصيصاً لـ "الشان".

"الشان" من بطولة مغمورة إلى مغمورة إفريقيا

وما يحسب للجزائر أنها تمكنت من رفع مستوى بطولة كأس الأمم الإفريقية للمحليين التي كانت في وقت مضى بطولة مغمورة لا تحظى بأي اهتمام قبل تنظيمها بالجزائر في الفترة الماضية، أين شهدت نهافت من كبرى الوسائل الإعلام العالمية لنقل هذا الحدث القاري، ومتابعة المباريات بأدق التفاصيل، لتصبح بذلك بطولة تتنجر بها القارة الإفريقية.

جمهور من ذهب يؤكد عشقه لكرة القدم

وعلى غرار الإمكانيات الكبيرة المسخرة لإنجاح هذا الحدث، كان الجمهور الجزائري العلامة الأبرز في كل مباريات النسخة السابعة من بطولة "الشان"، حيث صنع الحدث لدى مسؤولي الاتحادية الإفريقية لكرة القدم الذين انبهروا بالحضور الغفير في جميع المباريات، حتى تلك التي لا تعني البلد المنظم، حيث كان ملعب 19 ماي بعناية والشهيد حملاوي يقطن شاهدة على شغف الجزائريين لكرة القدم، وذلك على حد تعبير رئيس "الكاف" باتريس موتسيبي، لتدخل بذلك نسخة "الشان" التاريخ بالحضور القياسي للجماهير. وهكذا نجحت الجزائر بامتياز في تنظيم إحدى أكبر التظاهرات الرياضية في القارة السمراء، بعد أن سخرت إمكانيات مادية وتكنولوجية وبشرية معتبرة، فضلاً عن ملاعب عالمية، ومراكز تدريب عالمية الجودة، وفنادق وعناية طبية ووسائل نقل وجمهور وجوانب أخرى، ستكتب بأحرف من نور وذهب في سجل الجزائر. وبذلك بقي الدور على الاتحاد الإفريقي لتحديد هوية منظم كأس أمم إفريقيا 2025 بدلاً من غينيا التي تم سحب شرف التنظيم في وقت سابق.

نسيم



فيما دافع عن اللاعبين بعد خسارة لقب "الشان" .. بوقرة:

"سأجتمع مع رئيس الفاف للفصل في مستقبل معي مع الخضر"

أكد الناحب الوطني للمحليين مجيد بوقرة أنه سيجتمع برئيس الاتحاد الجزائري جهيد زفيرف قريباً من أجل الفصل في مستقبله على العارضة الفنية لـ "الخضر". وقال بوقرة على هامش الندوة الصحفية التي عقدها سهرة أول أمس، بعد لقاء نهائي كأس أمم إفريقيا للمحليين أمام السنغال أن الوقت غير مناسب للحديث عن مستقبله، مضيفاً: "لأن وبالنسبة لمستقبلي لا أفكر فيه حالياً، سأنتقي رئيس الاتحاد الجزائري قريباً وسرى ما سيحدث"، علماً أنه قبل توليه منصب مدرب للمحليين كان يعمل مساعداً للناخب الوطني، جمال بلماضي، وجدير بالذكر أن رئيس "الفاف" وفي تصريحاته الأخيرة أكد تمسكه بمجيد بوقرة، دون تحديد ما إذا كان سيعود للطاقم الفني الأول أم لا.

"أصبنا بخيبة ولا يمكن إلقاء اللوم على محيوص"

وعلى صعيد منفصل، عبر "الماجيك" عن خيبة أملة الكبيرة بعد تضيق لقب "الشان" عقب الهزيمة التي تلقاها "الخضر" أمام السنغال مساء أول أمس، بعد الاحتكام لركلات الترجيح، وقال بوقرة بهذا الصدد: "إنها خيبة أمل كبيرة، خاصة للاعبين بعد عمل لأزيد من عام ونصف.. لعبنا 31 مباراة وخسرنا مرتين فقط، لم نلتق أي هدف في البطولة وسجلنا العديد من الأرقام الجيدة الأخرى". واستدرك: "لكن ركلات الترجيح كانت القاسم، لا يجب أن نلوم محيوص، فهذه هي كرة القدم يوم لك وباللاعبين وهذا ما قلته له تماماً". وواصل: "أنا فخور باللاعبين وأنا واثق من أن بعضهم ما زال أمامهم الكثير ليقدموه مستقبلاً.. ننقصنا الفعالية في المهمة الأخيرة والثقة وأتمنى أن نتحسن من هذه الناحية في المواعيد القادمة".

"البطولة الجزائرية بحاجة إلى مدارس للتكوين"

وعزج المسؤول الأول في العارضة الفنية للمنتخب المحلي، للحديث عن قضية غياب التكوين في الأندية الجزائرية، مطالباً إياها بضرورة إنشاء أكاديميات لرفع مستوى اللاعبين والبطولة ككل وختم: "نحن مدربون ولنا تكوين وأنا أطلب من الأندية الجزائرية إنشاء أكاديميات حتى نجهز اللاعبين للمنتخب والاحتراف إلى الخارج.. حالياً يوجد أكاديمية واحدة فقط، وهي لنادي بارادو".

نسيم

رئيس لجنة تنظيم الشأن، رشيد أوكالي لـ "دزاير سبور":

"الجميع منبهر بما شاهدته في الجزائر وحظوظنا وفيرة لاحتضان كان 2025"

"شان الجزائر" سيتسبب في إحراج الكاف و على البلد الذي سينظم النسخة المقبلة

ويرى رشيد أوكالي، أن الجزائر تملك حظوظ وفيرة للفوز بملف احتضان كأس أفريقيا للعام 2025 وذلك لعدة اعتبارات قائلا: «الجميع شاهد تنظيمها بمستوى عال بطابع عالمي لبطولة أفريقيا للمحليين التي جرت ببلدنا وهو ما قد يسبب إشكالا بالنسبة للاتحاد الأفريقي لكرة القدم، وحتى للبلد الذي سينظم الطبعة المقبلة إذ سيصعب عليه أن يكون في نفس مستوى الجزائر التي أهدت كل الوفود وجعلت في الشأن بمقام الكان أو أكثر». وتابع: «في حال عدم فوز الكاف وهو ما قاله لنا عدد من مسؤولي الهيئة الكروية الأفريقية، بحجة ما شاهدوه من منشآت رياضية ومرافق من ضمنها النقل والفنادق وحضور جماهيري بأعداد هائلة رغم أن بعض المباريات لم يكن فيها الفريق الوطني طرفا فيها، إن شاء الله الجزائر تفوز بملف تنظيم النسخة المقبلة من كأس أمم أفريقيا».

الجماهير الجزائرية كانت رائعة وساهمت بشكل كبير في نجاح الشأن

ووجه أوكالي رسالة شكر الجماهير الجزائرية التي كانت رائعة جدا طيلة البطولة وقدمت صورة تليق بسمعة البلد وقال في هذا الصدد: «الجمهور الجزائري شرفنا وأعطى صورة جميلة عن الوطن، فرغم هزيمة المنتخب إلا أن الجمهور كان في المستوى وهو مشكور ذلك، فقد كان حاضرا في كل الملاعب والولايات التي احتضنت مباريات بطولة الشأن».

وسيم

المنتخب لقب البطولة ولكن هذه هي كرة القدم.

"أثبتنا للعالم قدرتنا على تنظيم أي منافسة على أعلى مستوى"

وأكد أوكالي أن بطولة شأن 2022 في الجزائر كانت ناجحة من كل الجوانب بشهادة كل الأجانب، مبرزا الامكانيات الكبيرة التي خصصت لهذه البطولة قائلا: «الحمد لله على المستوى التنظيمي وبشهادة كل ضيوف الجزائر أكدوا أن هذه النسخة من البطولة هي الأفضل من كل النواحي وأثبتت لكل العالم قدرتنا على تنظيم أي منافسة على أعلى مستوى وهو أمر إيجابي بالنسبة لبلدنا، الحمد لله مرة أخرى أننا وفقنا فيما وصلنا إليه اليوم».

"أشكر السلطات العليا والرئيس تبون على كل الإمكانيات التي خصصت للجنة التنظيم"

وحرص رشيد أوكالي على توجيه رسالة شكر للمسؤولين الكبار في الدولة وعلى رأسهم رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون الذي وضع كل الإمكانيات اللازمة لنجاح الحدث الأفريقي وقال في هذا الشأن: «أشكر السلطات العليا للبلاد وعلى رأسهم الرئيس عبد المجيد تبون على كل ما قدمه للجنة التنظيم لأنه كان لدينا كل الإمكانيات المادية وكذا اللوجيستية لإنجاح هذه البطولة، أما إذا كان الأمر يتعلق بـ الكان» اعتقد أن الإمكانيات ستكون أكثر مع مستوى تنظيمي بدقة عالية.

أكد رئيس لجنة تنظيم الشأن، رشيد أوكالي، بأن الجزائر أثبتت قدرتها على تنظيم منافسات من المستوى العالي بعدما نجحت في تقديم نسخة رائعة لبطولة أفريقيا للمحليين بشهادة الجميع، متمنيا فوز الجزائر بملف تنظيم النسخة المقبلة من "كان 2025".

تمنينا الفوز باللقب الأفريقي، وشكرا للاعبين وبوقرة على كل ما قدموه

عبر رشيد أوكالي عن أسفه لخسارة المنتخب الجزائري المحلي لنهائي "شان 2022" موجها شكره لكل اللاعبين و للمدرب مجيد بوقرة على ما قدموه طيلة الدورة وأوضح المتحدث في تصريح لـ "دزاير سبور" قائلا: «أولا نتأسف عن عدم فوز المنتخب الوطني بهذه البطولة، لكن هذه التجربة كانت مفيدة وريدة من نوعها للاعبين المحليين وهم مشكوريين على كل ما بذلوه دون أن ننسى أو أوجه الشكر للمدرب الوطني مجيد بوقرة على كل ما قدمه للجزائر»، وأضاف: «تمنينا أن يحقق



رئيس "الفيفا" يهنئ "الفاف" على التنظيم المبهر لبطولة "الشان"

هنأ رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم جيانى انفانتينو، الفاف والكاف على حسن تنظيم بطولة أفريقيا للاعبين المحليين "شان 2022" الذي اختتم أول أمس بتتويج المنتخب السنغالي باللقب الأفريقي بعد تغلبه على الجزائر في الركلات الترجيحية بعد انتهاء النهائي في وقتيه الأصلي والإضافي بالتعادل السلبي في المباراة التي جمعت بينهما على ملعب نيلسون مانديلا ببراق. ووصف انفانتينو في منشور له عبر حسابه على إنستغرام المستوى التنظيمي بالمبهر، مقدما تهانيه للمنتخب السنغالي بعد تتويجه باللقب. ونجحت الجزائر في تنظيم بطولة أفريقيا للمحليين شأن 2022، وهذا بجميع المنتخبات المشاركة ومسؤولي الكاف الذين أبدوا إعجابهم بالنسخة السابعة للشان التي جرت بالجزائر واعتبروها الأفضل في تاريخ الدورة.

وسيم

طارق الجلاهمة محلل شبكة قنوات "بي إن سبورتس":

"برأيي رياض محرز أفضل لاعب عربي في البريمرليغ هذا الموسم"

أكد الكويتي طارق الجلاهمة محلل شبكة قنوات "بي إن سبورتس"، أن الدولي الجزائري رياض محرز هو أفضل لاعب عربي في الدوري الإنجليزي هذا الموسم وقال الجلاهمة خلال الاستوديو التحليلي لمباراة توتنهام ومانشستر سيتي في البريميرليغ: «برأيي رياض محرز أفضل لاعب عربي في الدوري الإنجليزي هذا الموسم». وتابع: «ما يقدمه محرز خير دليل على ما أقوله، لقد صنع الفارق بصورة واضحة مع مانشستر سيتي خاصة منذ العودة من فترة توقف كأس العالم». ويعد محرز هو اللاعب الأكثر توهجا من بين جميع لاعبي السيتي منذ العودة من فترة توقف موندريال قطر، حيث سجل 7 أهداف وصنع 3 في جميع المسابقات عكس المصري محمد صلاح لم يسجل سوى 3 أهداف في مختلف المنافسات هذا الموسم.

وسيم

بحضور محرز .. "مانشستر سيتي" ينقاد للهزيمة على يد "توتنهام"

فشل الدولي الجزائري رياض محرز وفريقه مانشستر سيتي من تجاوز عقبة مضيقه توتنهام، حيث تمكن هذا الأخير من إنهاء اللقاء لصالحه بهدف دون في المباراة التي جمعت بينهما، أمس الأحد، في قمة الجولة 22 من الدوري الإنجليزي. محرز بدأ المباراة أساسيا في مركز الجناح الأيمن، وخاض 59 دقيقة قبل خروجه ودخول البلجيكي كيفين دي بروينه بدلا منه، وقدم محرز أداء جيدا خلال الدقائق التي لعبها في مواجهة توتنهام، وكاد يسجل هدفا في الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول، لولا ارتطام تسديدته في العارضة، هذا ومنع موقه هوسكورد علامة 6.2 على أدائه أمام السبيرز توتنهام وعلى إثر هذا الانهزام بقي الفارق بين مانشستر سيتي وأرسنال صاحب الصدارة خمس نقاط لصالح المدفعية، في انتظار خوضهم لمباراة مؤجلة، بعد خسارتهم من إيفرتون بهدف نظيف.

وسيم

غلام

يسجل ظهوره الأول مع "أنجي" وبن طالب يختار رجل القساء أمام "لوريون"

سجل اللاعب الدولي الجزائري السابق فوزي ظهوره الأول مع فريق أنجييه وذلك بمناسبة لقاء لوريون الذي يندرج ضمن في

الجولة الـ 22 من عمر البطولة الفرنسية وشارك غلام بديلا بدءا من الدقيقة الـ 66 في مكان مواطنه الياس شتي، في مباراة فريقه أونجي والمضيف نادي لوريون، التي انتهت بنتيجة التعادل السلبي، وحصل غلام على تقييم 6.4 من 10 بناء على موقع المتخصص في الإحصائيات. من جهته، عرفت المواجهة مشاركة نبيل بن طالب طيلة التسعين دقيقة وقد مباراة في المستوى، حيث، توج برجل المباراة بتتقيط 7.9 حسب موقع هوسكورد.

وسيم

"زرقان" يوقع "دوبلي" ويجنـب "شارلوروا" الهزيمة بميدان "ميشيلن"

جنب متوسط ميدان "الخضر" آدم زرقان فريقه رويال شارلوروا الهزيمة بميدان "ميشيلن" بعد مساهمته الضعالة بتسجيله هدفين في المباراة التي إنتهت بالتعادل الإيجابي بهدفين لمثلهما لحساب الأسبوع 24 من الدوري البلجيكي. وتلقى زرقان في مواجهة ميشيلن، وسجل زرقان شائبة في الدقيقتين 66 و 67، مجنبا فريقه هزيمة كانت محققة بعدما كان منهزما بهدفين دون رد. ورفع زرقان غلته التهديمية إلى ثلاثة أهداف في الدوري البلجيكي بعد الثنائية التي وقها أمس ضد ميشيلن.

وسيم

بعد فشل المنتخب المحلي في الظفر بلقب بطولة الشأن

"نجوم الخضر" يدعمون أشبال بوقرة ويؤكدون فخرهم بهم

حرص نجوم "الخضر"، على توجيه رسائل دعم للاعبين الفريق الوطني بعد فشلهم من التتويج بلقب بطولة أفريقيا للمحليين 2022 التي أقيمت بالجزائر. وتعرض المنتخب الوطني للهزيمة في المباراة النهائية، أمام منتخب السنغال بركلات الترجيح 4-5، بعد نهاية الوقتين الأصلي والإضافي على وقع التعادل السلبي. وكان رياض محرز جناح مانشستر سيتي في مقدمة الداعمين لأشبال مجيد بوقرة وكتب عبر خاصية "ستوري" في حسابه في "إنستغرام": «فخور بكم إخواني، الحمد لله دائما». من جهته، عبر بن ناصر عبر تغريدة له في حسابه بموقع التواصل الاجتماعي "تويتر" قائلا: «لقد نجحتهم في تمثيل بلادنا بكل فخر وشرف وكرامة، نحن جميعا فخورون بكم، وستظل كذلك». أما يوسف بليلي المحترف في صفوف أجاكسيو الفرنسي فكتب: «شكرا على كل شيء، يعطيكم الصحة» وهي نفس التغريدة التي كتبها آدم زرقان لاعب رويال شارلوروا البلجيكي عبر حسابه في إنستغرام. عبد القادر بدران مدافع فريق ضمك السعودي، الغائب عن الملاعب منذ فترة بسبب معاناته من إصابة هو الآخر لم يفوت الفرصة وبعث برسالة دعم لرفاق محيوس وكتب عبر حسابه في "إنستغرام": «يعطيكم الصحة»، وهي نفس العبارة التي كتبها كذلك ببلاد بونجاح عبر حسابه في موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام.

وسيم

نال ثالث أسوأ تنقيط في المباراة

بلايلي يسقط رفقة "أجاكسيو" في فخ "كمين" "نانت"

تعرض الدولي الجزائري يوسف بلايلي رفقة فريقه أجاكسيو للخسارة على يد مضيقه نانت بنتيجة هدفين دون رد في المباراة التي جمعت الفريقين، أمس الأحد، ضمن الأسبوع 22 من الدوري الفرنسي "الليغ 1". على ميدانه وجد أجاكسيو صعوبة في الوصول إلى شبك الكناري نانت الذي غلق كل المنافذ أمام مهاجمي الفريق الكورسيكي وخاصة على يوسف بلايلي الذي بدأ المباراة أساسيا حتى الدقيقة 74 أين ترك مكانه لزميله موسى دجيتي بعد أن فشل في تقديم الإضافة لزملائه بدليل حصوله على تنقيط 5.9 حسب موقع هوسكورد. من جانبه، شارك الجزائري الآخر أندي ديلور بديلا في الدقيقة 75 في الوقت الذي كان فيه نانت متقدما في النتيجة بهدف دون رد وحصل ديلور على معدل 6.6 حسب الموقع السالف ذكره.

وسيم



البطولة المحلية

مولودية البيض

شباب بلوزداد

حجج مستاء من الرابطة بسبب تأجيل مواجهة "سوسطارة"

عبر مدرب مولودية البيض شريف حجار عن استيائه الشديد بعد تأجيل مباراة فريقه أمام اتحاد العاصمة لحساب الجولة 16 من الرابطة المحترفة الأولى. وأفرجت الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم عن برنامج وتواريخ الجولات الثلاث الأولى من مرحلة الإياب، حيث سيكون فرسان الهضاب مجبرين للراحة مدة إضافية بعد تأجيل مباراتهم أمام ضيفهم اتحاد العاصمة بسبب مشاركة أبناء سوسطارة في منافسة كأس "الكاف"، وهو ما أخلط حسابات الطاقم الفني للمولودية بقيادة شريف حجار، حيث قال هذا الأخير في تصريح لإذاعة البيض: "تأخر انطلاق البطولة أثر علينا كثيرا خاصة تأجيل مقابلة اتحاد العاصمة". من جهة أخرى، أشاد حجار كثيرا باحترافية إدارة الفريق برئاسة عبد القادر دحماني، مطالبيا أنصار المولودية بالالتفاف حول النادي ومساندة المكتب المسير، قائلا: "إدارة الفريق تقوم بعمل احترافي وأنصح الأنصار بالمحافظة على هذا المكتب والرئيس". كما تحدث المسؤول الأول عن الطاقم الفني على الانتقادات التي قامت بها الإدارة في الميركاتو الشتوي، مؤكدا أن المستقدمين مطالبين بالعمل للفرز بمكانة أساسية في التشكيلة، حيث قال: "المستقدمون الجدد لن يكونوا بالضرورة أساسيين". بدوره، أثنى المدرب المساعد الفني عوامري على أنصار المولودية معتبرا أن النتائج المرضية المحققة في مرحلة الذهاب كانت بفضل المناسرين والإدارة بنسبة كبيرة، قائلا: "الفريق يملك قاعدة جماهيرية كبيرة وكرم وسخاء وطيبة أهل البيض وسمة إدارة الفريق كانت سبب تفضيلنا لتعاقد معه".

سفيان ع.

الإرهاق هاجس الكوكي أمام الزمالك المصري

يواصل نادي شباب بلوزداد تحضيراته للمواجهة المقبلة أمام نادي الزمالك المصري، يوم الجمعة المقبل، برسم الجولة الأولى من دور المجموعات لرابطة أبطال إفريقيا، حيث يعمل الطاقم الفني بقيادة المدرب التونسي نبيل الكوكي على تحضير لاعبيه جيدا من أجل تحقيق بداية قوية في دور المجموعات. ويواجه المسؤول الأول على المعارضة الفنية لـ "أبناء العقيلة" على ضبط التشكيلة الأساسية خلال الأسبوع الحالي قبل سفريه القاهرة، وذلك بعد عودة السباعي الدولي إلى أجواء التدريبات، ويتعلق الأمر بكل من الحارس قندوز، بلخير، كداد، دراوي مريزيق لعوافي، كيكير وبلخير، بعد إنهاء التزاماتهم مع المنتخب الوطني المحلي، في كأس إفريقيا للمحليين. ومن المنتظر أن يعود اللاعبون يوم غد إلى التدريبات رفقة المجموعة، بعدما استفادوا من يومي راحة منحها الطاقم الفني للاعبين، من أجل استعادة أنفاسهم بعد بطولة الشان، ويبقى الهاجس الوحيد بالنسبة للمدرب نبيل الكوكي، هو التعب والإرهاق جراء مشاركتهم الكثيرة مع "الخضر"، في "الشان"، وهو الأمر الذي قد يدفع بالتقني التونسي للاستنجاد ببعض اللاعبين الاحتياطيين أمام الزمالك، وهو الذي وقف على جاهزيتهم خلال التبرص الشتوي الأخير بتونس.

رياض خ.

منافستي أبطال إفريقيا وكأس "الكاف"

"الكاف" تصدر قرارا جديدا بخصوص الجماهير

أفاد أمس، تقرير مصري بأن الاتحاد الإفريقي لكرة القدم قد أصدر قرارا يخص الحضور الجماهيري خلال منافستي رابطة أبطال إفريقيا وكأس "الكاف". وفق موقع "يلا كورة"، فإن مصدر مسؤول في الهيئة القارية كشف إرسال إدارة "كاف" خطابا، رسميا إلى كافة الاتحادات الوطنية الأعضاء صباح اليوم الأحد بشأن مصير وموقف دخول الجماهير في مسابقات الأندية الإفريقية المقبلة في دوري الأبطال وكأس الكونفدرالية. ومن المقرر أن تستأنف مسابقتي دوري الأبطال وكأس الكونفدرالية يوم الجمعة المقبل 10 فيفري بمباريات دور المجموعات. وأكد المصدر ذاته، أن الخطاب تضمن السماح بدخول الجماهير لكافة المباريات دون قيد أو شرط إلا إذا كان اللاعب يلقي بمعايير السلامة والأمن طبقا للوائح وتراخيص الملاعب (إصدار نسخة جويلية 2022) الفصل الرابع- الجماهير المادة رقم 48 الفقرة الثانية. وجاء في الخطاب: «جميع الاتحادات الوطنية التابعة للاتحاد الإفريقي لكرة القدم بالإشارة إلى الإجراء المنصوص عليه في تعميم كاف المؤرخ في 31 أكتوبر 2021 بشأن الشروط الصحية لدخول الجماهير إلى المباريات في مسابقات الأندية، وبعد تحسين الظروف الصحية المرتبطة بوباء Covid-19، يرجى ملاحظة أن كافيا قرر إلغاء التزام الاتحادات والأندية الأعضاء بضرورة الحصول على طلب إذن الجماهير لدخول جميع المباريات. نتيجة لذلك، يُسمح للجماهير مرة أخرى بدخول الملاعب الخاصة بمسابقات "الكاف" وفي المباريات على أرضه، دون الحاجة إلى الحصول على إذن من الاتحادات الأعضاء أو من الاتحاد الإفريقي لكرة القدم وعلى الرغم مما سبق، نود أن نسلط الضوء، ووفقا في أي وقت، لأسباب تتعلق بالسلامة والأمن، أو لأسباب طبية، أو تتعلق بامثال الملاعب، أو بسبب القوة القاهرة وظروف عظمى وغير متوقعة، يحتفظ كاف بالحق في عدم السماح أو تقييد وجود المتفرجين في مباراة محددة، وفي هذه الحالة سيتم إرسال خطاب رسمي إلى الاتحاد أو النادي العضو المعني». يذكر أن نادي شباب بلوزداد و اتحاد الجزائر وشبيبة القبائل معنيان بالمشاركة في المنافسة الإفريقية.

سفيان ع.

وفاق سطيف

إدارة سرار تفسخ عقد كسيلة بالتراضي

قامت إدارة نادي وفاق سطيف، أمس، بفسخ عقد اللاعب تمريشت كسيلة بالتراضي، ليكون بذلك ثالث المغادرين خلال فترة الانتقالات الشتوية المنصرمة بعد كل من الكاميروني دوهال، ونجم المنتخب المحلي أحمد قندوسي. وكشفت إدارة "النسر الأسود" في بيان لها أمس، عن توصلها لاتفاق نهائي من أجل فسخ عقد اللاعب كسيلة، بصفة رسمية، وذلك بقرار من المدرب التونسي شهاب الليلي الذي لم يفتن كثيرا بمستواه، خلال مرحلة التحضيرات التي خاضها الفريق في فترة التوقف الشتوي، وأضاف ذات البيان "توصلت إدارة نادي وفاق سطيف إلى إتفاق مع اللاعب تمريشت كسيلة على فسخ عقده بالتراضي، حيث وقع أمسية اليوم على وثيقة الفسخ بصفة رسمية"، وقدمت إدارة سرار شكراتها للاعب على ما قدمه للنادي متمنية له التوفيق في مشواره الكروي. وعلى صعيد منفصل، يسابق مسؤولو نادي وفاق سطيف الزمن من أجل تأهيل اللاعبين الجدد قبل موعد الجولة الافتتاحية لمرحلة العودة من الرابطة المحترفة الأولى يوم الجمعة المقبل، وكانت إدارة الوفاق قد تعاقدت مع 4 لاعبين في الميركاتو الشتوي، ويتعلق الأمر بكل من واسيني وغانم، اللذان شاركوا في المباراة الودية الأخيرة أمام شباب قسنطينة، إلى جانب الكاميروني إينو نكامبي والمغربي السعيد أعراب، اللذين سيلتحقان بأصحاب اللونين "الأسود والأبيض" قبل نهاية الأسبوع. وجدير بالذكر، أن وفاق سطيف سيواجه نادي اتحاد بسكرة يوم الجمعة المقبل على ملعب 8 ماي بسطيف، في الجولة 16 من الرابطة المحترفة الأولى، مع العلم أن النسر الأسود يحتل المركز الخامس في الترتيب العام بـ 23 نقطة.

سفيان ع.

تنقل إلى بلاده لتسوية وضعيته قبل العودة للجزائر

كولوي نارازا يعود إلى مدغشقر ويضع مواجهة الساوره

يتجه المستقدم الجديد لنادي مولودية الجزائر الملقب سولومامبيونونا كولوي نارازا فينيدرا نايفو، لتضيق المواجهة الافتتاحية من مرحلة العودة للرابطة المحترفة الأولى بين "العميد" وشبيبة الساوره، يوم الجمعة المقبل. وتنقل كولوي نارازا أمس، مع منتخب بلاده إلى مدغشقر، من أجل استكمال الإجراءات للحصول على تأشيرة لدخول الأراضي الجزائرية، وهو ما سيجعله يضيّع اللقاء المقبل لـ "العميد" بنسبة كبيرة جدا، وكان عشاق اللونين "الأحمر والأخضر" يمتنون النفس في مشاهدة كولوي الذي قاد منتخب بلاده لاحتلال المركز الثالث في كأس أمم إفريقيا للمحليين التي جرت وقائعها بالجزائر، أمام الساوره غير أن رغبة "الشان" لن تتحقق بما أن اللاعب سيكون مضطرا لتسوية وضعيته القانونية، وبالتالي فإن ظهوره الأول مع النادي العاصمي سيكون بتاريخ 19 من الشهر الحالي، على هامش سفريه مولودية الجزائر إلى لمواجهة الاتحاد المحلي في الجولة 17 من البطولة.

سفيان ع.

أنتليتك

بارادو

الإدارة تتعاقد مع الثاني

سباعي والمقعد

أعلنت إدارة نادي أنتليتك بارادو، أمس عن تعاقدتها مع الثاني وليد سباعي وإيدير المقعد، خلال فترة الانتقالات الشتوية التي أسدل الستار أمس عن فعاليات بصفة رسمية. وكشفت إدارة "البابك" في بيان لها على صفحتها الرسمية على "الفيسبوك" عن ضم كل من اللاعبين وليد سباعي لمدة 3 سنوات، وإيدير المقعد لمدة موسمين ونصف، وذلك بطلب من الطاقم الفني بقيادة نايف لكاناي، الذي يطمح لتحقيق الانتفاضة في مرحلة العودة من الرابطة المحترفة الأولى والابتعاد عن منطقة الخطر. واكتفت إدارة زطشي بالتعاقد مع 3 لاعبين في الميركاتو الشتوي المنصرم، فإلى جانب الثلاثي المذكور، كانت قد استعادت خدمات حارسها السابق توفيق موسوي. إلى ذلك، تواصل تشكيلة نادي أنتليتك بارادو تحضيراتها على قدم وساق استعدادا لعودة البطولة المحترفة الأولى بداية من يوم الجمعة المقبل، بمواجهة نادي نجم مقرة، برسم الجولة 16 من القسم المحترف الأول، أين يسعى النادي العاصمي لتحقيق بداية مثالية من أجل تحسين مركزه في الترتيب العام وإنعاش حظوظه في ضمان البقاء ضمن حظيرة الرابطة الأولى.

سفيان ع.

قوجيل لأشبال بوقرة؛ الجزائري فخورة بكم



شكر رئيس مجلس الأمة، صالح قوجيل، المنتخب المحلي على مجهوداته المبدولة رغم الفشل في التتويج بالطبعة الـ 7 لبطولة "الشان". وكتب قوجيل عبر حسابه على تويتر: "لكم منا كل التقدير.. أدبتم مشوارا باهرا ومقدرا.. شكرا للطاغم المسير وشكرا للمنتظمين.. شرفتم بلدكم وأهليكم.. الجزائر فخورة بكم". وتجدر الإشارة أن أشبال الناخب الوطني مجيد بوقرة ضيعوا فرصة التتويج بلقب القاري بعد انهزامهم أمام منتخب السنغال بركلات الترجيح (4-5) بعد انتهاء المباراة في وقتها الرسمي والإضافي بالتعادل دون أهداف. ورغم ذلك يعتبر ما حققه المنتخب الوطني في هذه الدورة مشرف للغاية بالنظر للنتائج التي حققها حيث لم يتلقى أي هدف ناهيك عن فوزه بكافة المباريات التي لعبها باستثناء تعادله في النهائي وخسارته بركلات الترجيح.

مهدي

مشيدا بالروح الرياضية العالية في الشان.. مدرّب السنغال: "شكرا لكل الجزائريين والخضر كان منتخبا رائعا"

عبر مدرب منتخب السنغال باب تياو عن سعادته الكبيرة بتتويج منتخب بلاده بكأس أمم إفريقيا للمحليين، سهرة أول أمس، وذلك عقب فوزه على المنتخب الوطني الجزائري في نهائي "الشان" بملعب نيلسون مانديلا ببراق. وقال تياو في تصريحاته خلال المؤتمر الصحفي: «أشكر الجزائر والجزائريين على روحهم الرياضية العالية، ومنتخب الجزائر كان رائعا، والمدرّب مجيد بوقرة كذلك، كانوا يستحقون التتويج أيضا، لكن هذه قواعد كرة القدم هناك فائز». وتابع يقول: «التتويج ثمرة عمل كل الجهاز الفني وليس وحدي فقط، طلبت من اللاعبين أن يردوا الاعتبار للدوري المحلي والأعبين المحليين وهذا ما حدث، لأن الدوري السنغالي ما زال قادرا على تسويق العديد من اللاعبين نحو أوروبا». وعن التحكيم، صرح مدرب السنغال قائلا: «صحيح أنني تكلمت مع الحكم في بعض الأحيان، لكنني أتقبل قرارات الحكم واحترمها، على كل حال هذه أمور تحدث في كرة القدم وتبقى داخل الملعب». وأشاد تياو بالجمهور الجزائري، قائلا: «الجمهور الجزائري كان رائعا والدليل أنهم صفقوا لنا بعد نهاية اللقاء، وأقل ما يمكنني قوله لهم شكرا شكرا (قالها باللغة العربية)». وعن قصة الكرة السنغالية الجديدة مع ركلات الترجيح، علق تياو قائلا: «تجاوزنا خيبة ركلات الجزاء التي لاحقت الكرة السنغالية لسنوات، توجنا بـ"الكان" بفضل ركلات الترجيح وببطولة أفريقيا للكرة الشاطئية بركلات الترجيح والآن ها نحن نتوج بـ"الشان" بنفس الطريقة".

مهدي



كأس العرب للتايكواندو:

راشا تومي تحرز الميدالية البرونزية



نالت مصارعة المنتخب الوطني للتايكواندو-كبريات، راشا تومي الميدالية البرونزية (59 كغ) في اختصاص كيروغي في الطبعة الثالثة لكأس العرب للاختصاص بالفجيرة (الإمارات العربية المتحدة)، حسبا علم من الاتحادية الجزائرية للتايكواندو. وفازت تومي في الدور الأول، على البحرينية يارا صلاح ثم في ربع النهائي على الإماراتية السيد ملاك، قبل أن تنهزم في نصف النهائي وتكتفي بالميدالية البرونزية. وعرفت منافسات الأكابر، إقصاء كل من هاني

الطبيب في ربع النهائي وهذا بعدما فاز في الدور الأول على نظيره الإماراتي امين رحماتي ونفس الشئ بالنسبة لمواطنه رضا خميش الذي خرج في الدور ربع النهائي، بعدما تفوق في الدور الأول على التونسي عماد مخلوف. ويشارك المنتخب الوطني للتايكواندو (كيروغي) بتعداد يضم ثمانية مصارعين (أكابر و وسطيات)، في منافسات كأس العرب الثالثة ودورة الفجيرة المفتوحة (ج2) في الفترة من 2 إلى 8 فيفري الجاري. ويتواجد 566 مصارعا من الجتسين يمثلون 20 دولة في موعد الفجيرة الدولي الذي عرف مشاركة أبطال عالميين و أولمبيين. ومباشرة عقب انتهاء منافسات كأس العرب الثالثة ودورة الفجيرة المفتوحة (ج2)، ستنتقل النخبة الوطنية إلى مصر لحضور فعاليات دورة القاهرة المفتوحة (ج2) التي تعد أيضا محطة من بين المحطات المؤهلة هي الأخرى لموعد باريس الأولمبي، على أن تختتم سلسلة منافساته الدولية بمسابقة كأس رئيس الكونفدرالية الأفريقية (ج3) بالقاهرة، وفق ما أوضحته الاتحادية الجزائرية.

مهدي

جيدو/ دورة "غراند سلام"-2023 بباريس (الجولة الثانية):

إقصاء الجزائريّة صونيا أصلاح

أقصيت المصارعة، صونيا أصلاح، رابع وآخر ممثلة جزائرية في دورة الجيدو "غراند سلام"-2023 بباريس، أمس، في أول نزال لها أمام التركية هلال أوزتورك. وبعد مرور دقيقتين و52 ثانية، خسرت المصارعة الجزائرية بحركة إيبون في الدور الثاني لوزن أكثر من (78 كغ)، علما أن المصارعين كانتا مضطبتين من الدور الأول. وبهذا ترافق أصلاح مواطنها، أمينة بلقاضي (أقل من 63 كغ)، وائل الزين (أقل من 66 كغ) ودريس مسعود (أقل من 73 كغ)، الذين أقصوا من اليوم الأول للمنافسة وتحديدًا في مرحلة المجموعات. وبعدما فاز في منازلتيه الأوليتين أمام الليتواني أندري كلوكوف والوسط افريقي جايسون باتريك نغاويلي، انهزم وائل الزين في نهائي المجموعة الرابعة أمام المنغولي إيركيمايار باتوغتوخ وهو نفس المشوار الذي سجله مواطنه دريس مسعود في وزن أقل من 73 كغ. عندما فاز على الهاتي فيليب أبال ماتيلوس، ثم على الأذربيجاني نورلان عصمانوف، ليخسر على يد المنغولي أورانبايار أودغيريل في نصف نهائي المجموعة الثالثة. في حين، خرجت أمينة بلقاضي، المعقبة من الدورة الأول، على يد الفرنسية ماتون ديكيتير، في وزن (أقل من 63 كغ)، بحركة إيبون بعد مرور دقيقتين وثمانية وأربعين ثانية من النزال. وكانت بلقاضي قد حققت مرتبة خامسة مشرفة في دورة دولية بالبرتغال قبل المشاركة في المنافسة الفرنسية. وعرفت دورة الجيدو "غراند سلام"-2023 بباريس مشاركة 520 مصارع على مدار يومي 4 و5 فبراير، منهم 315 رجال و205 سيدات، يمثلون 82 بلدا. وكان الرباعي الجزائري قد التحق بالعاصمة الفرنسية مباشرة من البرتغال، بعدما شارك في دورة دولية هناك بمدينة المادايوسي مسعود والزين وأصلاح وبلقاضي إلى حصد أكبر عدد من النقاط لتحسين ترتيبهم في التصنيف العالمي، بهدف افتكاك تأشيرة التأهل إلى الألعاب الأولمبية الصيفية المقررة بباريس الفرنسية في 2024.

مهدي



بعد فشلهم في التتويج بلقب "الشان"

"الكاف" تمنح "الخضر" 800 ألف دولار

اكتفى المنتخب الوطني الجزائري بالحصول على 800 ألف دولار من الاتحادية الأفريقية لكرة القدم، بعد هزيمته في نهائي كأس أمم إفريقيا للمحليين التي جرت وقائعها بالجزائر خلال الفترة الممتدة من 13 جانفي إلى غاية 04 فيفري. وخسر أشبال بوقرة في اللقاء النهائي الذي احتضنه ملعب نيلسون مانديلا ببراق، مساء أول أمس، أمام منتخب السنغال، وذلك نهاية الاحتكام لركلات الترجيح (نهاية الوقت الأصلي 0-0)، ليكتفي بذلك "الخضر" بمرکز الوصافة. وتحصل صاحب اللقب "أسود التيرانغا" على جائزة مالية قدرها مليوني دولار، حسب القيمة الجديدة للمنافسة التي قررتها الكونفدرالية الأفريقية لكرة القدم (الكاف). أما المنتخب الجزائري المنهزم في النهائي فسيحصل على مبلغ 800.000 دولار، بينما يتأهل منتخب مدغشقر والنيجر المحتلين للمركزين الثالث والرابع في البطولة مبلغ 500.000 دولار لكل منهما. وتحصل المنتخبات الأربعة التي أقصيت في الدور ربع النهائي على 400 ألف دولار لكل منها. أما المنتخبان اللذين احتلا المركز الثاني في المجموعات المكونة من ثلاثة فرق، فيحصلان على مكافأة بـ 300 ألف دولار لكل منهما وهو نفس المبلغ الذي تحصل عليه البلدان التي تحتل المركز الثالث في مجموعات من أربعة فرق. أما المنتخبات التي تم تصنيفها في جميع المجموعات، ستحصل على جائزة مالية تقدر بـ 200 ألف دولار لكل منتخب. للتذكير، أعلنت الكاف عن زيادة معتبرة قدرها 60 بالمائة في حصة المتوج بلقب الشان-2022. ويقدر المبلغ الإجمالي للجوائز بـ 7.900.000 دولار مقابل 5.450.000 دولار في المجموع بالنسبة للمنتخبات المشاركة في الدورة السابقة.

عبدو ريفي (البطولة العربية لاختراق الضاحية): الجزائرية عابد نسرین تفوز بالميدالية الذهبية

فازت العداء الجزائرية عابد نسرین فئة الناشئات (أقل من 18 سنة) بالميدالية الذهبية في سباق العدو الريفي (ناشئات)، في الدورة الـ 25 للبطولة العربية لاختراق الضاحية، التي انطلقت الأحد بالعاصمة المصرية القاهرة. بدورها، نال المنتخبان الوطنيان للناشئين والناشئات بالمرتبة الثانية حسب الفرق (أقل من 18 سنة)، بالإضافة إلى برونزية العداء شوط انس (أقل من 20 سنة). وتشهد البطولة العربية لاختراق الضاحية (ناشئين وشباب وأكابر)، ذكور وإناث، حضور رياضي ورياضيات 13 دولة هي الجزائر، تونس، السعودية، المغرب، الكويت، الإمارات، العراق، اليمن، عمان، البحرين، السودان، الصومال ومصر (البلد المنظم). وفي مجموعة الرياضيين، سجل موعد القاهرة حضور 217 رياضيا ورياضية يمثلون على التوالي: الأكابر (54 رجال و38 سيدات)، الأواسط (46 ذكور و22 إناث) و الأشبال (39 ذكور و27 إناث). ويتواجد الوفد الجزائري، بالعاصمة المصرية منذ يومين، حيث يشارك في فئات الأكابر والشباب والناشئين (ذكور وإناث).

مهدي

مهدي



حكيمي يتفوق على ميسي بدرجة

تفوق المغربي أشرف حكيمي على زميله الأرجنتيني ليونيل ميسي، في صراع الأفضل داخل "حديقة الأمراء". وكان باريس سان جيرمان فاز بصعوبة على ضيفه تولوز (2-1) ضمن الجولة 22 من الدوري الفرنسي. ووفقا لصحيفة "ليكيب" الفرنسية، فإن حكيمي حصل على أعلى تقييم بين لاعبي سان جيرمان في المباراة (8 درجات)، ثم جاء ميسي في المرتبة الثانية بـ 7 درجات. وذهبت التقييمات الأقل في سان جيرمان أمام تولوز إلى كارلوس سولير وهوجو إيكيتيكي (3 درجات)، يليهما حارس المرمى جيانلويجي دوناروما وفابيان روي (4 درجات). يذكر أن برانكو فان دين بومين تقدم في المباراة لصالح تولوز في الدقيقة 20، ورد سان جيرمان بهدفين سجلهما أشرف حكيمي وليونيل ميسي في الدقيقتين 38 و58. وعزز الفريق الباريسي صدارته لجدول ترتيب الدوري الفرنسي، برصيده 54 نقطة.

أسرع 10 لاعبين في العالم موسم 2022-2023

كشفت تقارير صحفية عن قائمة أسرع 10 لاعبين في العالم خلال الموسم الحالي 2022-2023، والتي شهدت غياب نجوم الصف الأول عن القمة. ولم يتصدر القائمة نجم من نجوم الصف الأول مثل الفرنسي كيليان مبابي أو الأرجنتيني ليونيل ميسي الثاني الهجومي لباريس سان جيرمان، أو أحد لاعبي الفرق المشاركة في دوري أبطال أوروبا.

سفين بوتمان

وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية فإن أسرع لاعبي العالم في الموسم الحالي 2022-2023 كان سفين بوتمان، لاعب فريق نيوكاسل يونايتد الإنجليزي ووصلت سرعة بوتمان القصوى هذا الموسم إلى 39.21 كيلومتر في الساعة، وهو يتميز بإمكانيات هجومية ودفاعية هائلة سواء في الانقضاض على المدافعين أو في الالتحامات الهوائية. وكان الدولي الهولندي أحد الأسماء المهمة في حملة تتويج فريق ليل بلقب الدوري الفرنسي الموسم قبل الماضي 2020-2021، قبل أن ينضم إلى الماكاباز في صيف 2022 مقابل 37 مليون يورو بعقد يمتد حتى 2027.

داروين نونيز

كان صاحب المركز الثاني في القائمة أيضاً إحدى الصفقات الجديدة في الدوري الإنجليزي الممتاز (بريميرليغ) هذا الموسم، وهو الأوروغواياني داروين نونيز لاعب ليفربول. وانضم نونيز إلى ليفربول قادما من بنفيكا البرتغالي نظير 85 مليون جنيه إسترليني في صيف 2022، وبلغت سرعته القصوى هذا الموسم بحسب التقرير 38 كيلومترا في الساعة. ولم يقدم نونيز الأداءات المنتظرة منه مع ليفربول حتى الآن، فلم يسجل إلا 10 أهداف وصنع 3 فقط على مدار 25 مباراة هذا الموسم في كل البطولات.

كيليان مبابي

حل كيليان مبابي مهاجم باريس سان جيرمان في الترتيب الثالث بسرعة بلغت 37.90 كيلومتر في الساعة، حيث يشتهر هداف كأس العالم 2022 بأنه من ضمن الأسرع في العالم بين لاعبي كرة. ويقدم اللاعب الذي نال المركز الثاني في كأس العالم 2022 مؤخرا أداءات جيدة مع فريق العاصمة الفرنسية هذا الموسم، حيث سجل 25 هدفا وصنع 6 في 25 مباراة على مدار الموسم الحالي.

ميخائيل مودريك

حل ميخائيل مودريك النجم الأوكراني المنضم إلى تشيلسي الإنجليزي في شتاء 2023 مقابل 88 مليون جنيه إسترليني، قادما من شاختار دونستك الأوكراني، في المركز الرابع بالقائمة. وبلغت السرعة القصوى للاعب البلوز الجديد 36.63 كيلومتر في الساعة.

عثمان ديمبيلي

حل عثمان ديمبيلي جناح فريق برشلونة الإسباني المتألق هذا الموسم في الترتيب الخامس في تلك القائمة، حيث بلغت سرعة جناح منتخب فرنسا 36.6 كيلومتر في الساعة، في ترجمة لما يقدمه من أداءات جيدة هذا الموسم. وأسهم ديمبيلي في 15 هدفا خلال 28 مباراة مع برشلونة هذا الموسم بكل البطولات، عبر تسجيل 8 أهداف وصناعة 7.

آداما تراوري

وتواجد بنفس السرعة في الترتيب السادس المهاجم الإسباني آداما تراوري لاعب فريق ولفرهامبتون الإنجليزي. ورغم أرقام اللاعب الضعيفة هذا الموسم بتسجيل هدفين في 23 مباراة لكنه حافظ على سمعته كأحد أسرع اللاعبين في البريميرليغ.

رافائيل لياو

حل البرتغالي رافائيل لياو نجم ميلان الإيطالي في المركز السابع بتلك القائمة بسرعة بلغت 36.5 كيلومتر في الساعة. وسجل لياو المتألق 9 أهداف وصنع مثلها في 27 لقاء مع الروسونيري هذا الموسم مما جعله هدفاً لأكبر أندية أوروبا.

فيدريكو فالفيردي

حل الأوروغواياني فيدريكو فالفيردي نجم وسط ريال مدريد الإسباني في الترتيب الثامن في تلك القائمة بسرعة بلغت 36.30 كيلومتر في الساعة. وشارك فالفيردي مع ريال مدريد في 30 مباراة بكل البطولات هذا الموسم سجل فيها 8 أهداف وصنع 4.

ألفونسو ديفيز

حل تاسعاً الكندي ألفونسو ديفيز لاعب بايرن ميونخ الألماني بسرعة بلغت 36.21 كيلومتر في الساعة. وشارك ديفيز في 23 مباراة مع بايرن ميونخ هذا الموسم في كل البطولات سجل فيها هدفين وصنع 4.

إيرلينغ هالاند

وصلت سرعة النرويجي إيرلينغ هالاند المهاجم المتألق لفريق مانشستر سيتي هذا الموسم 36.04 كيلومتر في الساعة. ويتصدر هالاند ترتيب هدافي الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم برصيد 25

فاران يكشف سر اعتزاله الدولي المبكر

كشف الدولي الفرنسي السابق، رافاييل فاران، مدافع فريق مانشستر يونايتد، عن سبب قرار اعتزاله اللعب الدولي مع منتخب فرنسا بعمر الـ 29 سنة فقط، مشيراً إلى أن الضغوطات أجبرته على اتخاذ هذا القرار.

وكان فاران قد أعلن يوم الخميس الماضي اعتزال اللعب الدولي، بعمر التاسعة والعشرين من عمره فقط، برسالة عبر حسابه الرسمي في "إنستغرام"، مؤكداً أنه اتخذ هذا القرار وهو يثق في مجموعة الشباب في المنتخب وقدرتهم على تحقيق المزيد من الإنجازات مع الديوك الفرنسية.

وفي تصريحات مع قناة "كانال بلوس" الفرنسية، شتت كاملة في وقت لاحق، قال فاران: "لقد بذلت كل شيء من الناحيتين الجسدية والذهنية".

وأضاف مدافع ريال مدريد السابق: "الأمر يشبه الآلة، فأنت تلعب طوال الوقت ولا تتوقف أبداً، لدينا جداول مثقلة بالأعباء، نلعب بدون توقف، وشعرت أنني أختنق وأن (فاران) اللاعب يلتهم (فاران) الرجل".

ومن جانبه، علق ديدويه ديشامب مدرب منتخب فرنسا على قرار فاران، وقال في تصريحات عبر إذاعة تتلم سبورت البريطانية: "كان لدي وضع مماثل، أتفهم ما قاله وأحترم قراره، حتى لو بدا مؤسفاً في ضوء كل ما فعله في كأس العالم، والذي تصرف خلاله، من البداية إلى النهاية، مثل القائد الذي نعرفه".

وختم مدرب الديوك تصريحاته قائلاً: "بالطبع، لا يمكنني طي هذه الصفحة دون شعور معين، نظراً لعلاقاتنا الوثيقة منذ أوت 2012".

وبدأ فاران مسيرته الدولية في 22 مارس 2013، حينما شارك أمام جورجيا، وكانت آخر مبارياته مع "الديوك" ضد الأرجنتين في نهائي كأس العالم قطر 2022، والتي خسر فيها منتخب بلاده من التانغو بركلات الترجيح بعد نهاية الوقتين الأصلي والإضافي (3-3)، وخلال مسيرته مع المنتخب الفرنسي خاض فاران 93 مباراة مع المنتخب الأول، وسجل 5 أهداف، ونال لقب كأس العالم، 2018، ودوري الأمم الأوروبية 2021.



ديل بوسكي: ريال مدريد يمر بأزمة قبل مواجهة الأهلي

أكد الإسباني فيسنتي ديل بوسكي، المدير الفني الأسبق لريال مدريد، أن "تاريخ النادي الملكي في كأس العالم للأندية يعطيه الأفضلية في مواجهة الأهلي المصري، بنصف نهائي البطولة". وقال ديل بوسكي، في تصريح لبرنامج كورة كل يوم، على قناة الحياة: "ريال مدريد يمر بأزمة، حيث يشتد العديد من اللاعبين قبل مواجهة الأهلي، بسبب الإصابات، لكنه يملك أفضلية لتحقيق الفوز، بفضل العديد من أصحاب الخبرات". وأضاف: "الفرق في كرة القدم أصبحت غير موجودة وتلاشت، فاللعبة تطورت بشكل كبير في السنوات الماضية، لذلك أتوقع أن تكون مباراة قوية". وتابع: "لا أتابع الأهلي بشكل كبير في الفترة الماضية، لكنه فريق كبير ويحقق نجاحات دائما في مونديال الأندية". وختم: "عندما كنت مدربا لريال مدريد في 2001، واجهت الأهلي في مباراة ودية بالعاصمة المصرية، لكن خسرننا بسبب ارتفاع درجة الحرارة، كما أن الأهلي كان فريقا رائعا، وقدم مستوى جيدا، واستحق الانتصار".

ريال مدريد يخسر نجما جديدا في الكلاسيكو

خسر فريق ريال مدريد جهود أحد لاعبيه البارزين في خط الهجوم لمدة طويلة. وكان ريال مدريد أعلن رسميا، السبت، إصابة النجم البلجيكي إيدن هازارد، في تدريبات الفريق. وقال النادي الملكي في بيان رسمي: "بعد الفحوصات التي أجريت على لاعبتنا إيدن هازارد من قبل الخدمات الطبية في ريال مدريد، تم تشخيص حالته بأنه مصاب في الوتر الرضفي في ركبته اليسرى". ووفقا لصحيفة "أس" الإسبانية، فإن مدة غياب هازارد بسبب الإصابة، ستتراوح من 4 إلى 5 أسابيع. وسيغيب النجم البلجيكي بالتالي عن كأس العالم للأندية، بالإضافة إلى كلاسيكو الذهاب في نصف نهائي كأس ملك إسبانيا أمام برشلونة (2 مارس المقبل). يذكر أن ريال مدريد سيخسر أيضا خدمات الظهير الأيسر الفرنسي فيرلاند ميندي في مقعة برشلونة. جدير بالذكر أن ريال مدريد يستعد للسفر إلى المغرب لخوض منافسات كأس العالم للأندية، التي يستهلها بمواجهة الأهلي المصري يوم الأربعاء المقبل في الدور نصف النهائي.

بن زيمة وميليتاو يغيبان عن مواجهة الأهلي

كشف تقرير صحفي إسباني، موقف ثاني ريال مدريد كريم بن زيمة وإيدر ميليتاو، من مواجهة الأهلي المصري، الأربعاء المقبل، في نصف نهائي مونديال الأندية.

ويعاني إيدر ميليتاو من إصابة عضلية في العضلة المقربة في ساقه اليمنى، بينما تعرض كريم بن زيمة لزيادة في الحمل البدني. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، الفحوصات الطبية أكدت أن الثاني غير جاهز للعب الآن، لكن قد يلحق كريم بن زيمة وإيدر ميليتاو بالمباراة النهائية إذا تأهل ريال مدريد.

وثن يسافر البلجيكي إيدن هازارد مع ريال مدريد إلى المغرب، للتعافي من إصابته الثانية في عام 2023، وهي إصابة في وتر الرضفة في ركبته اليسرى. وانضم هازارد إلى غيابات ريال مدريد في المونديال، بعد الثاني لوكاس فاسكيز وفيرلاند ميندي.

تشافي: لا أشعر بأننا الأقرب للتتويج بالدوري الإسباني

يتوقع تشافي هيرنانديز المدير الفني لبرشلونة معركة قوية مع ريال مدريد على لقب الدوري الإسباني لكرة القدم، رغم تصدر النادي الكتالوني جدول الترتيب بفارق خمس نقاط عن النادي الملكي. ويرجع آخر لقب لبرشلونة في الدوري الإسباني إلى موسم 2018/2019، لكن الفريق يؤدي بشكل رائع هذا الموسم حيث فاز في 16 من أول 19 مباراة له ليصل لحاجز الـ 50 نقطة. وهذه هي المرة السادسة في تاريخ برشلونة التي يصل فيها لحاجز الـ 50 نقطة في هذه المرحلة من الموسم، حيث نجح خلال المرات الخمس السابقة في حصد اللقب أربع مرات. وقال تشافي في المؤتمر الصحفي لا أشعر بأننا الأقرب، ولكن عوضا عن ذلك مرشح بإمكانه الفوز باللقب". وأضاف "الفوز بلقب الدوري أحد أهدافنا، نتنافس مع حامل لقب الدوري ودوري أبطال أوروبا ومن الصعب بالنسبة لنا المنافسة على اللقب مع منافس قوي". وأوضح "لا زلت أرى مدريد فريقا قويا، وعلينا أن نقاتل على لقب الدوري حتى الجولة الأخيرة أو قبل الأخيرة من الموسم".

إشبيلية يشكو برشلونة رسميا



تقدم إشبيلية بشكوى رسمية ضد برشلونة، إلى رابطة الليغا. وتتعلق شكوى إشبيلية بقرار إدارة برشلونة بمنع بيع التذاكر لمشجعي النادي الأندلسي، وكذلك حرمانهم من الوصول إلى الملعب. وقال إشبيلية في بيان عبر موقعه الرسمي: "قدمنا شكوى رسمية إلى رابطة الليغا، بشأن الإجراء الذي اتخذته برشلونة بعدم بيع التذاكر لمشجعي إشبيلية، وكذلك منعهم من الوصول إلى الملعب بشعارات النادي". وأضاف البيان: "النادي لا يضمن هذا الإجراء ويعتبره غير مناسب". وأتم: "لا يعتبر النادي أن هذا القرار يتوافق مع اللوائح، كما أنه يرفع حدة التوتر في هذه المباراة، ولا يمكن حرمان جماهيرنا من ارتداء قمصان وأوشحة النادي".

مجدداً.. ريال مدريد يعلن عن إصابة هازارد

أعلن نادي ريال مدريد ثاني الدوري الإسباني لكرة القدم يوم السبت إصابة لاعب وسطه البلجيكي إيدن هازارد في ركبته اليسرى وغيباه عن مواجهة ريال مايوركا، يوم أمس، في المرحلة العشرين. وقال النادي الإسباني في بيان صحفي: بعد الفحوصات التي أجراها لاعبتنا إيدن هازارد يوم السبت، كشفت المصالح الطبية في ريال مدريد بتشخيص التهاب في أوتار الركبة اليسرى. وكانت المباراة الأخيرة لهازارد في الدوري الإسباني بالتحديد ضد ريال مايوركا في ملعب سانتياغو برنابيو في التاسع من سبتمبر الماضي. وانضم البلجيكي في عام 2019 إلى ريال مدريد مقابل 115 مليون يورو، لكنه تعرض لإصابات متتالية ولم يلعب كثيرا هذا الموسم، سبع مباريات في جميع المسابقات بينها ثلاث مباريات فقط أساسيا، وسجل هدفا واحدا مع تمريرة واحدة حاسمة. وغاب هازارد في نهاية يناير الماضي عن التدريبات ضد أتلتيكو مدريد في ربع نهائي مسابقة الكأس والمباراة ضد أتلتيك بلباو في الدوري بسبب إصابة طفيفة في الكاحل.



كولو موانى يسير على خطى هالاند

قاد راندال كولو موانى فريقه آينتراخت فرانكفورت للفوز على هيرتا برلين (3-0)، في إطار منافسات الجولة 19 من الدوري الألماني. الدولي الفرنسي نجح في تسجيل أول هدفين لأصحاب الأرض في الدقيقتين 21 و 28، ليرتفع رصيد الفريق إلى 35 نقطة في المركز الخامس. وسلطت شبكة "سكاي سبورت ألمانيا" الضوء على كولو موانى، وسيره على خطى الترويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم بوروسيا دورتموند السابق. وأفادت بأن المهاجم الفرنسي صاحب الـ 24 عاما تمكن من إحراز 19 هدفا خلال 18 مباراة باليوندسليغا. ومنذ موسم 2003-2004 على الأقل، لم يسجل لاعب أهدافا أكثر مما لعب في اليوندسليغا سوى هالاند، الذي أحرز 77 هدفا في 67 مباراة.



بايرن ميونخ يستهدف جوهرة برشلونة

أفاد تقرير صحفي إسباني، بوجود 7 أندية مهتمة بالحصول على خدمات أنسو فاتى، مهاجم برشلونة، خلال الفترة المقبلة. ويعانى فاتى من تراجع ملحوظ في المستوى، منذ عودته من الإصابة. وهو ما دفع مديره تشافي هيرنانديز، للاعتماد على البولندي روبرت ليفاندوفسكي، بشكل مستمر. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن هناك 7 أندية تسعى لاستغلال وضع فاتى في برشلونة، وحاجته للمشاركة بشكل مستمر. وأشارت الصحيفة، إلى أن بايرن ميونخ يعتبر الأكثر اهتماما بفاتى، في ظل حاجة الفريق البافاري لمهاجم بديل لمهاجمه السابق روبرت ليفاندوفسكي. وأوضحت الصحيفة، أنه على الرغم من أن بايرن لم يقدم عرضا رسميا لضم المهاجم الإسباني الشاب، لكنه مستعد لذلك إذا فتح برشلونة الباب أمام رحيله. وأضافت الصحيفة، أن هناك 4 أندية إنجليزية مهتمة كذلك بالحصول على خدمات فاتى. ويرتبط فاتى بعقد مع برشلونة، حتى صيف 2027، بشرط جزائي قيمته مليار يورو.



أسطورة إنجلترا: هاري كين سيكون أحماقا لو رفض بايرن ميونخ

وجه داني ميرفي، أسطورة إنجلترا، تحذيرا شديدا للهجرة نجم فريق توتنهام هوتسبير هاري كين. وجاء حديث ميرفي في إطار الحديث عن إمكانية انضمام كين لصفوف فريق بايرن ميونخ الذي يهيمن على أجواء الكرة الألمانية. وأشار ميرفي في عنوان مقاله المنشور في صحيفة ديلي ميل البريطانية إلى أنه سيعتبر هاري كين أحماقا لو رفض بايرن ميونخ. وتابع أيقونة الأسود الثلاثة: «سيكون من الحزين للغاية أن ينهي لاعب بهذه الجودة مسيرته بدون التتويج ببطولة، هذا أمر هو نفسه سيندم عليه بعد الاعتزال».

وأضاف: «حينما أنظر إلى مسيرتي فإن أفضل اللحظات التي عشتها كانت مع ليفربول حينما فزنا بالبطولات، أتذكر هذه السعادة بعد الصافرة الختامية والاحتفال مع زملائي ومشجعي الفريق». وأكمل ميرفي: «هذا ما نعمل بكد من أجله، ول سوء الحظ فإن توتنهام ليس قريبا من منح هاري كين ما يستحقه كمهاجم من المستوى العالمي» وتابع: «اللاعب خارج إنجلترا ربما يكلفه فرصة كسر الرقم القياسي لتجيم آلان شيرار (الهداف التاريخي للدوري الإنجليزي)». وأكمل ميرفي: «ولكن في السنوات يمكننا أن نتحدث عن هاري كين بطل دوري أبطال أوروبا والمتوج بعدة ألقاب في الدوري والكأس بألمانيا».

يونيون برلين ينتزع الصدارة مؤقتا.. ودورتموند يورق مضاجع بايرن

واصل يونيون برلين صحوته وانتزع الصدارة مؤقتا، بفوزه الصعب على ضيفه ماينتز (2-1)، السبت، ضمن المرحلة 19 من بطولة ألمانيا لكرة القدم. ومنح كفيين بيهرنز التقدم ليونيون برلين في الدقيقة 32، لكن ماينتز أدرك التعادل بالدقيقة 79 عبر المهاجم الدنماركي ماركوس إنجفارستن من ركلة جزاء، قبل أن يعود فريق العاصمة بهدف الفوز بواسطة المهاجم الأميركي جوردان سيباتشيو (84). وحقق بوروسيا دورتموند فوزه الرابع تواليا، والثاني عشر هذا الموسم، عندما تغلب على ضيفه وشريكه السابق فرايبورغ (5-1). وعانى دورتموند الأمرين لتحقيق الفوز، رغم أن ضيفه لعب بـ 10 لاعبين منذ الدقيقة 17، إثر طرد مدافعه الفرنسي كيليان سيلدليبا، لتلقيه إنذارين في دقيقتين. واستغل بوروسيا النقص العددي، بعد 9 دقائق، وافتتح التسجيل عبر قطب دفاع فرايبورغ السابق الدولي نيكو شلوتريبك المنضم إلى صفوفه الصيف الماضي (26)، لكن الخصم تعادل في الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول، بواسطة المهاجم لوكاس هولر. وضرب دورتموند بقوة مطلع الشوط الثاني فتقدم عبر الدولي كريم أديمي، بعد 3 دقائق على انطلاقته، قبل أن يضيف الدولي العاجي سيباستيان هالر الهدف الثالث بعد 3 دقائق. وأضاف الدولي بوليان براندت الهدف الرابع في الدقيقة 70، قبل أن يختم البديل الدولي الأمريكي جيوفاني ريتا المهرجان بالهدف الخامس في الدقيقة 82.

ورفع بوروسيا دورتموند رصيده إلى 37 نقطة، وارتقى إلى المركز الثالث مؤقتا، بفارق الأهداف خلف بايرن ميونخ. واستغل آينتراخت فرانكفورت الخسارة المذلة لفرايبورغ، فانتزع منه المركز الخامس بفوزه الكبير على ضيفه كولن بثلاثية نظيفة، بينها ثنائية للدولي الفرنسي راندال كولو موانى (21 من ركلة جزاء و28)، بينما سجل البرتغالي بوتنا الهدف الثالث (4+90). وتخلص بوخوم من المركز السادس عشر، الذي يفرض على صاحبه خوض ملحق تقادي الهبوط، مع ثالث الدرجة الثانية، بفوزه الكبير على ضيفه هوفنهايم 5-2. وسجل فيليب هوفمان (22) وفيليب فورستر (30) والياباني تاكوما أسانو (40) والصربي إرهان موسوفيتش (69) وموريتس بروشينسكي (83)، أهداف بوخوم، بينما أحرز ثنائية هوفنهايم "كريستوف باومجارتنر (49) ومؤنس ديور (77)".

هالاند

يعود لهز الشباك مع دورتموند بعد تجاوز محنة السرطان

افتتح المهاجم الايفواري سيباستيان هالر، رصيده التهديفي مع فريقه بوروسيا دورتموند بعد 3 أسابيع من تعافيه من سرطان الخصيتين. وسجل هالر الهدف الثالث لفريقه في شباك الضيف فرايبورج في الدقيقة 51، ليفوز دورتموند (5-1) في الجولة 19 من الدوري الألماني "يوندسليغا". ولعب هالر أساسيا للمباراة الثانية تواليا، في رابع ظهور له رسميا مع فريقه، بعدما لعب احتياطيا ضد أوغسبورغ وماينتز، ثم استهل المباراتين ضد باير ليفركوزن وفرايبورغ. وتم تشخيص هالر بعد أيام فقط من التوقيع مع دورتموند في صيف 2022، قادما من أياكس أمستردام الهولندي وقضى بقية العام في تلقي العلاج، بما في ذلك 4 جولات من العلاج الكيميائي وعمليات جراحيتين. وعاد هالر إلى الملاعب مطلع العام الحالي وخاض مع دورتموند دقائق قليلة في مباراة ودية ضد فورتونا دوسلدورف (5-1) في ماربيا الإسبانية في العاشر من الشهر الجاري، دون أن ينجح في هز الشباك. لكن الأمور اختلفت في المباراة الودية الثانية بعد 3 أيام بتسجيله ثلاثية في 8 دقائق في فوز فريقه على بازل السويسري (6-0) في ماربيا أيضا.



أليسون: لا أعرف ما علينا فعله للنهوض مجددا

كلوب: بدايتنا كانت مروعة.. ولا تفسير لأول 15 دقيقة!

أكد حارس مرمى ليفربول أليسون بيكر، أنه لا يعرف ما يتوجب على فريقه أن يفعله من أجل النهوض مرة أخرى. وخسر ليفربول مجددا أمام وولفرهامبتون 3-0 مساء السبت، ضمن الجولة 22 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وتلقى ليفربول هدفين في أول 12 دقيقة، ومنذ ذلك الحين، عانى الفريق لتترك بصمة له على أحداث اللقاء، لا سيما من الناحية الهجومية. وقال كلوب في تصريحات نقلتها بي بي سي: "من الواضح أنها كانت بداية مروعة. لا يمكن أبدا أن نستقبل هدفين من هذا القبيل، لكن حدث ذلك وتخلفنا 2-0 بسبب خطئين". وتابع: "كان يجب أن ندافع بشكل أفضل. كنا سلبيين في تلك الفترة، لا أستطيع تفسير ذلك. ليس هناك أي عذر". وأضاف: "لقد تأخرنا 2-0، الجماهير موجودة لكن اللعب يبقى مفتوحا وحصلنا على بعض السيطرة. ثم لمدة 45 دقيقة لعبنا مباراة جيدة خارج الديار دون تسجيل أي أهداف. هذا يلخص الأمر إلى حد كبير". وتابع: "غياب التركيز في أول 15 دقيقة، مرة أخرى، لا أستطيع أن أشرح ذلك. هذا أمر بحاجة إلى التغيير". وأردف: "أقف هنا مرة أخرى وبشان أول ربع ساعة من المباراة ليس لدي أي تفسير، أنا أسف في النهاية. خسرنا 3-0، لقد عبروا خط المنتصف لأول مرة في الشوط الثاني حين سجلوا (الثالث)، لكن صحيح عندما تبدأ بهذه الطريقة لا تستحق أي شيء في مباراة بالدوري الممتاز". وأوضح: "فاز ليفرتون اليوم وهم في لحظة جيدة لذا علينا التغيير على الفور في المباراة التالية. في الوقت الحالي، أشعر بخيبة أمل وغضب شديد بشأن الدقائق الـ 15 الأولى،

دايتش: الفوز على آرسنال يؤسس للعودة.. لكنه لا يحل كل شيء!

أشاد شين دايتش المدير الفني الجديد لفريق إيفرتون بالاداء الذي قدمه اللاعبون أمام آرسنال في مباراتهما بالمرحلة 22 من الدوري الإنجليزي الممتاز، والفوز الذي تحقق على الفائز 1-0. وحقق إيفرتون انتصاره الأول في المسابقة منذ أكتوبر الماضي، علما بأنه خاض السبت أول مباراة له بعد تعيين دايتش مديرا فنيا للفريق يوم الاثنين الماضي خلفا للمدرب فرانك لامبارد. وقال دايتش إنه كان حريصا على تذكر لاعبيه قبل المباراة بضرورة الاجتهاد وتقديم أداء قوي، مشيرا إلى أن الالتزام والتعاون بين اللاعبين كان بمثابة منصة نجاح في البناء عليها. وأوضح في تصريحات، نشرها الموقع الإلكتروني للنادي: "مستوى الأداء كان مهما للغاية في مباراة اليوم". وأشار إلى أنه مع اللاعبين حاولوا أن تكون الأيام الخمسة الماضية بمثابة فترة الإعداد قبل الموسم حيث أكد لهم أن هذه المباراة ضربة بداية. وأكد دايتش أن الفوز على آرسنال لا يحل كل شيء وأن الفريق عليه أن يبني ويضع طبقات عديدة فوق هذا الفوز الذي يعتبر الأساس في عودة الفريق بالموسم الحالي. واعترف دايتش بأن الفوز على آرسنال يعتبر نقطة بداية رائعة، لكن هذا لا يضمن أن يفوز الفريق في المباراة التالية في إشارة إلى ضرورة مواصلة العمل الجاد.

أرتيتا: ليس مفروشا بالورود



علق ميكيل أرتيتا، مدرب آرسنال، على خسارة فريقه أمام إيفرتون بهدف دون رد، السبت، على ملعب جوديسون بارك، ضمن الجولة 22 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال أرتيتا في تصريحات عقب المباراة لشبكة "بي تي سبورت": "تحصلنا على العديد من الكرات، واقتصدنا الجودة في الثالث الأخير، خلطنا العديد من الضرب، لكن استقبلنا هدفا، ومن يحدد أخطاء المباراة وعائنا". وأضاف: "استغل إيفرتون نقطة قوتهم المتمثلة في الأطوال والقوة البدنية، وإذا أردت السيطرة على المباراة أمامهم، فيجب عليك السيطرة على تلك النقاط، وبدورنا لم نقم بذلك". وتابع: "كنا بحاجة للتحلي بالهدوء والسيطرة على مشاعرنا بصورة أفضل، منحناهم العديد من المخالفات غير الضرورية، وهذا ما أرادوه". وواصل: "اليوم أحب اللاعبين أكثر مما كان الوضع عليه منذ أسبوع أو شهر مضى، من السهل أن تقف بجوار أي شخص عندما يحقق الانتصار، ولكن أنا لا أزال فخورا باللاعبين، وهم يستحقون ذلك". وأتم: "طريقنا لن يكون مفروشا بالورود، وعلينا تقديم مستوى أفضل مما قدمناه اليوم".

غوارديولا: هالاند يتعلم من مهاجم كنا نريد شراءه!

تحدث بييب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، عن تطوير الترويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم الفريق، لقدراته بشكل مستمر. وقال غوارديولا، في تصريحات أبرزتها صحيفة "ديلي ميل" البريطانية: "أحدى سمات إيرلينغ التي فاجأتني هي مدى إدراكه لإمكانية تحسنه في العديد من الجوانب". وأضاف: "أنا متأكد من أنه يشاهد هاري كين (للتعلم)، وليس فقط كين، لكن الآخرين أيضا". وتابع: "هالاند لديه هذه الإرادة ليقول (يمكنني فعل ما هو أفضل) وهذا بالفعل أفضل شيء يمكن أن يعتقده في سن 22 عاما. وإلا سيكون الأمر مملا". وواصل: "يمكننا دائما التحسن حتى النهاية. إنه الشيء الوحيد في حياتنا الذي لا يتوقف أبدا". وحول المفاوضات مع هاري كين وطلب توتنهام 150 مليون إسترليني، علق غوارديولا: "أذكر أننا كنا نقاوض عددا قليلا من اللاعبين، ثم قررنا أن الرقم المطلوب أكثر من اللازم، ولم ندفعه". واختتم: "عندما يقرر النادي أن هذا الأمر أكثر من اللازم، فإننا نبتعد عنه. يمكنني شرح 3 أو 4 أو 5 حالات".



دوري الأبطال يحدد موقف دياز مع ميلان

ذكرت صحيفة ديفيتسا سنترال الإسبانية أن تاهل ميلان من عدمه إلى دوري أبطال أوروبا، سيحدد موقف الإسباني إبراهيم دياز من الاستمرار مع الفريق في الموسم المقبل. أوضحت الصحيفة أن عقد دياز ينتهي مع "الروسونيري" بنهاية الموسم الحالي، بعدما انضم إلى الفريق على سبيل الإعارة قادماً من ريال مدريد لمدة موسمين وأشارت نقلاً عن صحيفة غازيتا الإيطالية إلى أن ريال مدريد لديه العديد من الأشياء على جدول أعماله ولئن يناقش مستقبل اللاعب الإسباني حالياً. وأضافت أن ميلان من جانبه يعلم جيداً أن عدم تأهله إلى دوري أبطال أوروبا، سيؤثر على مستقبل دياز الذي سيرحل عن الفريق في حال غيابه عن "التشامبيونز ليغ". ويحتل ميلان المركز السادس في الدوري الإيطالي برصيد 38 نقطة متساوياً بالبرصيد نفسه مع لاتسيو وأتالانتا في المركزين الرابع والخامس، وبفارق نقطتين عن الوصيف إنتر ميلان والثالث روما برصيد 40 نقطة لكل منهما.

كاسانو: مورينيو لم يكن أبداً مدرباً عظيماً

شن أنطونيو كاسانو، نجم روما وريال مدريد السابق، هجوماً لاذعاً على جوزيه مورينيو المدير الفني الحالي للجيلوروسي. وقال كاسانو في تصريحات نقلها موقع "فوتبول إيطاليا": "مورينيو لم يكن أبداً مدرباً عظيماً، لقد عرف فقط كيف يتعامل مع وسائل الإعلام وكان محاوراً رائعاً". وأضاف "إنه جيد في التعامل مع لاعبين أقوياء، وليس مع لاعبين غير جيدين، من السهل جداً أن تكون ودوداً مع لاعبين رائعين". وتابع كاسانو "إنها كارثة في روما، لقد جعلهم ينفقون الأموال على نيمانيا ماتيتش وروي باتريسيو، لقد كانت هذه قراراته، في كثير من الأحيان يتصرف بشكل متستر". وحول خروج روما من كأس إيطاليا على يد كريمنوزي، قال كاسانو: "في ذلك اليوم، جعلني أرغب في التقني، إنه لا يعرف كيف يشكل فريقاً، حتى مع التشكيلة الاحتياطية عليك التغلب على كريمنوزي". وعن تعامل مورينيو مع لاعبي روما المنبذين كارسدورب وزانيولو، علق أنطونيو:

"كان تعامل مورينيو مع كارسدورب كارثياً، لقد وضعه بمرمي الانتقادات وأهانته أمام الجميع، كان تلك فوضى".

ديبالا يضاعف قلق مورينيو داخل روما

أثار الأرجنتيني باولو ديبالا، نجم روما، حالة من القلق داخل فريقه خلال لقاء إمبولي بملعب الأولمبيكو، ضمن منافسات الجولة 21 من الدوري الإيطالي. وذكر موقع "فوتبول إيطاليا"، أن ديبالا عانى من مشاكل أسفل الظهر، حيث سيجري اللاعب فحوصات طبية لتحديد مدى إصابته. وأضاف أن النجم الأرجنتيني بدا أنه يعاني من ضربة بسيطة خلال أحداث الشوط الأول، لكنه تأثر بها في الشوط الثاني وظهر وهو يمسك بمنطقة أسفل الظهر، ليضطر جوزيه مورينيو المدير الفني للجيلوروسي، في إجراء تبديل بخروج ديبالا لحساب إدواردو بوفي. وشوهد ديبالا وهو يضع الثلج على ظهره عقب خروجه من أرض الملعب وجلسه على مقاعد البدلاء، ليزيد من مخاوف الجهاز الفني، خصوصاً أنه العنصر الهجومي الأبرز بالفريق. جدير بالذكر أن ديبالا صنع هدفي روما في شباك إمبولي، الذي حقق الجيلوروسي بهما الفوز (2-0)، ليحصد النقاط الثلاث ويقتفز للمركز الثالث بجدول ترتيب الكالتشيو، برصيد 40 نقطة. ويسعى المدرب البرتغالي للحفاظ على مسيرة روما في المسابقة، حيث تعول عليه الجماهير في إعادة النادي إلى مناطق الكبار وحجز مقعد مؤهل لدوري الأبطال، حال عدم قدرته على منافسة نابولي المتصدر بفارق 13 نقطة.

روما يهزم إمبولي ويستعيد نغمة الانتصارات في الدوري الإيطالي

استعاد نادي روما نغمة الانتصارات بفوزه على ضيفه إمبولي بثنائية نظيفة السبت في افتتاح المرحلة الحادية والعشرين من الدوري الإيطالي لكرة القدم. على الملعب الأولمبي في العاصمة، بكر رجال المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو بالتسجيل عن طريق البرازيلي روجر إيبانيس (2)، قبل أن يضاعف الإنجليزي تامي أبراهام النتيجة في الدقيقة السادسة، ليعوض روما قدماً مني بخسارة أمام نابولي المتصدر صفر-2 في المرحلة الماضية. وعاد روما إلى المركز الثالث مؤقتاً برصيد 40 نقطة بفارق نقطتين عن جاره لاتسيو الرابع الذي يحل ضيفاً على فيرونا الاثنين، وأتالانتا برغامو الخامس الذي يلعب لاحقاً مع ساسوولو. أما إمبولي الذي فشل في تحقيق الفوز للمباراة الثانية توالياً، فبقي في المركز العاشر مع 26 نقطة. وألحق ليتشي الخسارة الثانية توالياً بكريمنوزي في الدوري والثالثة عشرة هذا الموسم، عندما فاز عليه بثنائية نظيفة حملت توقيع فيديريكو باشيروتو (58) والبرازيلي غابريال ستريفزا (69).

جوفنتوس يتلقى نبأ سعيداً بشأن بوغبا

تلقى جوفنتوس أخباراً سارة، بشأن حالة نجمه الفرنسي بول بوغبا، قبل مواجهة ساليرنييتانا، ضمن مباريات الجولة 21 للدوري الإيطالي. ولم يشارك بوغبا في أي مباراة مع جوفنتوس، منذ انتقاله للفريق، قادماً من مانشستر يونايتد، الصيف الماضي، في صفقة انتقال حر. ووفقاً لشبكة "سكاى سبورت إيطاليا"، فقد أظهرت الاختبارات الجديدة التي أجريت اليوم على بوغبا، في مركز جوفنتوس الطبي، عدم معاناته من أي مشاكل عضلية. وأوضح التقرير، أنه على الرغم من إيجابية تلك الاختبارات، لكنها لا تعني أن بوغبا استعاد لياقته الكاملة. ومن المتوقع أن يكون بوغبا متاحاً على مقاعد البدلاء ضد نانت، في مباراة دور الـ16 للدوري الأوروبي، يوم 16 فيفري الجاري. وخاض بوغبا آخر مباراة رسمية له مع مانشستر يونايتد في أفريل الماضي، حيث أجبرته مشاكل في الركبة على التغيب عن كأس العالم 2022 مع فرنسا.

وجاءت خسارة كريمنوزي الذي يتنقل الترتيب بثمانية نقاط، بعد انتصارين متجاشرين حققهما في مسابقة الكأس بإقصائه روما وقبيله نابولي الذي يواجهه في المرحلة المقبلة. أما ليتشي، فرفع رصيده إلى 23 نقطة في المركز الرابع عشر. وفشل أتالانتا برغامو في اللحاق بروما عندما سقط أمام ساسوولو بهدف وحيد أحرزه الفرنسي أمان لوريانتي (77)، في مباراة شهدت حائتي طرد من أتالانتا للدنماركي يواكيم مايلهلي (30) والكولومبي لويس موريال (6+90). ويأتي فوز ساسوولو الثاني له توالياً، بعد مفاجأته التي حققها في المرحلة الماضية بالفوز على ميلان 5-2، لكنه يبقى في المركز الخامس عشر مع 23 نقطة، فيما تراجع أتالانتا إلى المركز السادس مع 38 نقطة.



رونالدو يحتفل بأولى أهدافه بالدوري السعودي على مواقع التواصل الاجتماعي

أبدى أسطورة كرة القدم البرتغالي كريستيانو رونالدو لاعب نادي النصر السعودي في منشور عبر مواقع التواصل الاجتماعي سعادته بتسجيل أول أهدافه مع فريقه الجديد، وذلك في مواجهة الفتح يوم الجمعة الماضي و التي انتهت بالتعادل بهدفين لمثلهما في الجولة 15 للدوري السعودي للمحترفين لكرة القدم. وقال رونالدو عبر حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك "سعيد لتسجيلي أول هدف لي في الدوري السعودي. مجهود كبير من الفريق بأكمله من أجل تحقيق تعادل مهم في مباراة صعبة للغاية". وانضم رونالدو إلى النصر السعودي في فترة الانتقالات الشتوية في شهر جانفي الماضي، وذلك بعدما فسخ عقده مع مانشستر يونايتد الإنجليزي قبل انطلاق بطولة كأس العالم في قطر، التي خرج فيها منتخب بلاده البرتغال من دور الثمانية على يد نظيره المغربي بخسارته أمامه بنتيجة هدف مقابل صفر. وسجل رونالدو هدف التعادل للنصر في شباك الفتح من ضربة جزاء في الدقيقة الثالثة من الوقت المحتسب بدلا من الضائع للشوط الثاني، بعدما كان فريقه متاخرا بنتيجة هدفين مقابل هدف واحد.

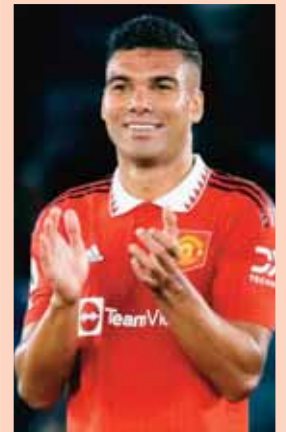


مدينة ديربي تتخلى عن فكرة منح روني وساما شرفيا

كشفت تقارير إخبارية بريطانية، أن بلدية مدينة ديربي البريطانية قد تخلت بالفعل عن مقترح منح أسطورة مانشستر يونايتد ومنتخب الأسود الثلاثة السابق واين روني، مدرب ديربي كاونتري سابقاً، وسام الحرية التشريفي. وأسهم روني في بقاء ديربي بالدرجة الأولى عام 2021، لكنه غادر في الصيف التالي بعد هبوط الفريق للدرجة الثانية بسبب خصم 21 نقطة منه لخرفه لوائح اللعب المالي النظيف. وفي تلك الفترة، اقترح المستشار جونathan سميل تقديم الوسام لروني ترميماً على إخلاصه ورفع معنويات المشجعين وكسب قلوبهم، لكن المقترح لم يعد ممكناً لأن المجلس البلدي فقد اتصاله مع روني عقب انتقاله لتدريب دي سي يونايتد الأمريكي. وتولى روني منصب تدريب فريق العاصمة الأمريكية بعد أسابيع فقط من استقالته من ديربي وأنهى الموسم في ذيل جدول القسم الشرقي بعد فوز فريقه بمباراتين فقط من 14. وقال المستشار ميك باركر في بيان عن المجلس بخصوص روني: «بعد رحيل روني من ديربي للعمل في الولايات المتحدة، كان من الصعب المحافظة على التواصل معه لمتابعة العمل. مر الوقت الآن ومع التقدم الحاصل مع الفريق ومديره بول وورن أصبح من الصعب إحياء المقترح في حال عودة روني لإنجلترا». وانضم روني لديربي كلاعب ومدرب قبل أن يعتزل في جانفي 2021 وسجل للفريق 7 أهداف في 35 مباراة ونهض الفريق هذا الموسم، ويتطلع للعودة للدرجة الأولى.

نجم مانشستر يونايتد كاسيميرو يكشف عن مفاجأة بخصوص اسمه

كشف نجم نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي كاسيميرو مفاجأة بخصوص اسمه على القميص، حيث قال أن اسمه يتم كتابته بشكل خاطئ على ظهر قميصه في معظم مبارياته الكروية. وما لا يعرفه البعض هو أن اسم اللاعب البالغ من العمر 30 عاماً على قميصه رقم 18 ليس في الواقع طريقة نطقه. فاسم كاسيميرو الحقيقي هو كارلوس هنريكي كاسيميرو، وأخطأ ناديه السابق ساو باولو عندما طبع قميصه عندما كان صغيراً ووضع Casemiro بدلاً من Casimiro. وقال نجم مانشستر يونايتد للبرنامج التلفزيوني



صورة زياش مع والدته تصنع الحدث عبر مواقع التواصل الاجتماعي

صنعت صورة نجم تشيلسي الإنجليزي حكيم زياش رفقة والدته الحدث عبر وسائل التواصل الاجتماعي حيث لاقت إعجاب عشاقه على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام بعدما نشرها. وظهر زياش رفقة والدته يوم السبت الماضي على متن طائرة، وهي تطيع قبلة على رأسه. وكتب زياش: "أتمنى يا أمي أن تصبح كل دمة سقطت من عينيك من أجلي نهرا لك في الجنة". وانهالت آلاف التعليقات من المحبين على زياش الذين عبروا عن إعجابها بصورته ومنشوره. ويعرف زياش بارتباطه الوثيق بوالدته التي لا تفارقه في أغلب تنقلاته، وقد كانت معه في موندريال قطر مثلما حضرت الحفلات التي شهدت تتويجه ببعض الجوائز الفردية، وتحديدًا خلال فترة احترافه بالدوري الهولندي مع نادي أياكس أمستردام. الجدير بالذكر أن حكيم زياش كان قريباً من الرحيل عن تشيلسي في الانتقالات الشتوية المنقضية، صوب باريس سان جيرمان، غير أن تأخر النادي الإنجليزي في إرسال المستندات بالشكل الصحيح أفضل الصفقة. ليبقى بذلك زياش رفقة ناديه الحالي تشيلسي.

راموس يصف ميسي بالأفضل في تاريخ الساحرة المستديرة

أشاد المدافع الإسباني المخضرم سيرجيو راموس، مدافع باريس سان جيرمان الفرنسي، بقدرات زميله

أسطورة كرة القدم الأرجنتينية ليونيل ميسي واصفا إياه بالأفضل في تاريخ الساحرة المستديرة. وقال راموس، مدافع ريال مدريد السابق، في تصريحات لقناة "باريس سان جيرمان" يوم السبت الماضي: "عانيت سنوات من اللعب ضد ميسي، لكنني الآن أستمع باللعب معه في فريق واحد". وأضاف الإسباني: "إنه أفضل لاعب في تاريخ كرة القدم على الإطلاق". وسبق لراموس وصف كريستيانو رونالدو بأنه أفضل لاعب في العالم، أثناء مزايلته في ريال مدريد من 2009 وحتى 2018. جدير بالذكر أن ميسي كان منافسا تاريخيا لسيرجيو راموس في مواجهات ريال مدريد وبرشلونة لمدة 15 عاماً، وسبق لهما الدخول في مناشات عديدة خلال لقاءات الكلاسيكو.

Football Focus: "أتذكر أنني لعبت مباراة لساو باولو وأن النادي أخطأ في اسمي". وتابع: "لقد كتبوا اسمي بحرف 'E'، لقد لعبت بشكل جيد جداً ولأنني شخص يؤمن بالخرافات قلت لهم اتركوا الأمر على هذا النحو لأن الأمور تسير على ما يرام. وغادر كاسيميرو ساو باولو إلى ريال مدريد في 2013 لكنه أمضى موسماً على سبيل الإعارة في البرتغال مع نادي بورتو في 2014. و يقدم النجم البرازيلي أداءً رائعاً منذ انضمامه لفريق مانشستر يونايتد قادماً من ريال مدريد في الصيف الماضي.



زملائه، و كانت صورة ميسي بالبشت العربي قد صنعت الحدث عبر مواقع التواصل الاجتماعي في ذلك الوقت.

حاجة الرياضي للفيتامينات والمعادن لجسم الرياضي

الفيتامينات والمعادن ضرورية لمجموعة متنوعة من الأنشطة في الجسم مثل تحويل الطعام إلى طاقة والحفاظ على صحة العظام. وقد تؤثر أيضا على جودة أداء الجسم. من المهم الأخذ بعين الاعتبار أن مستويات النشاط العالية لدى الرياضيين قد تزيد من احتياجاتهم من الفيتامينات. ولمزيد من احتياجات التغذية الفردية، يجب مراجعة أخصائي تغذية متخصص في التغذية الرياضية للمساعدة في تحديد احتياجات الشخص الفردي من الفيتامينات والمعادن، في حين أن كميات الفيتامينات والمعادن قد لا تعزز الأداء الرياضي، فمن المحتمل أن يؤدي النقص منها إلى تراجع الأداء، وفيما يلي لبعض العناصر الغذائية المهمة ومصادرها الغذائية للمساعدة على البقاء في صدارة اللعبة. هناك حاجة إلى مجموعة متنوعة من الفيتامينات في عملية التمثيل الغذائي. بحيث تساعد هذه الفيتامينات في تكسير الطعام من العناصر الغذائية الأكبر، مثل الكربوهيدرات والأحماض الدهنية، إلى وحدات أصغر يمكن أن يستخدمها الجسم لتحويل الطعام إلى وقود. التيامين مهم للعديد من المسارات الأيضية، مثل تكسير الكربوهيدرات والأحماض الأمينية متفرعة السلسلة. ومن مصادر الجيدة للتيامين: منتجات الحبوب الكاملة أو المدعمة، الفول السوداني والفاصوليا السوداء. يمكن أن يؤدي تناول كمية قليلة جدا من التيامين أو الكثير منه إلى آثار جانبية مزعجة وخطيرة مثل الإسهال والخرف والطفح الجلدي وتلف الكبد. كما يجب اختيار مصادر الطعام قبل المكملات. ومن المصادر الجيدة للتيامين: الدواجن والفول السوداني والسمك والأرز البني والحبوب الكاملة. غالبا ما يتم تناول الفيتامينات والمعادن التالية لتحسين الأداء أو لتعويض العناصر الغذائية المفقودة في أي نظام غذائي مقيد. لذلك يجب محاولة التركيز على مصادر الطعام أولا، لأن الجرعات العالية من بعض المكملات الغذائية قد تؤدي إلى آثار جانبية مثل الإسهال وتلف العظام وحصى الكلى. يوجد فيتامين ب 12 فقط في المنتجات الحيوانية، مما يعرض الرياضيين النباتيين والنباتيين لخطر الإصابة بنقص الفيتامين. كما توفر الأطعمة المدعمة بما في ذلك حبوب الإفطار والخميرة الغذائية وبدائل اللحوم النباتية فيتامين ب 12. ويجب التأكد من قراءة الملصق الغذائي لأن كل هذه الأطعمة قد لا تكون مدعمة. وقد تكون هناك حاجة أيضا إلى تناول مكمل B12 ولكن يجب التحقق مع مقدم الرعاية الصحية. الحديد ضروري لنقل الأكسجين في الدم في جميع أنحاء الجسم. وقد يؤدي عدم وجود ما يكفي من الحديد في الجسم إلى التعب ويؤثر على الأداء البدني. وقد تتسبب التمارين الرياضية في فقد بعض الحديد أو انخفاض الامتصاص. ومن المصادر الجيدة للحديد: المحار وصدر الديك الرومي وحبوب الإفطار المدعمة ولحم البقر والفول والحبوب والشوفان. يشتهر فيتامين (أ) بدوره في الرؤية وقد يعمل أيضا كمضاد للأكسدة خاصة أثناء تدريب التحمل. ويمكن أن يكون للكميات الزائدة من المكملات آثار سامة، لذا يجب استشارة مقدم الرعاية الصحية قبل تناولها. ومن المصادر الجيدة لفيتامين أ: البطاطا الحلوة والجزر واليقطين والكرنب والسبانخ والجبن. يؤدي الجري والقفز والألعاب البهلوانية والنشاط البدني المكثف إلى الضغط على العظام والمفاصل. لذلك يجب تناول الفيتامينات المهمة لتعزيز صحة العظام. يمكن امتصاص فيتامين د من التعرض لأشعة الشمس ومع ذلك يمكن أن يؤثر وزن الفرد وموقعه الجغرافي ولون بشرته على مدى جودة امتصاص فيتامين د من الأشعة فوق البنفسجية. ومن المصادر الجيدة لفيتامين د: الحليب المدعم وحليب الصويا وزيت كبد سمك القد والمأكولات البحرية والبيض. الصوديوم والكلوريد نوعان من المعادن الأساسية التي توجد غالبا معا كمحلول المائدة. كما أنها تظهر بشكل متكرر في المشروبات الرياضية. يوفر النظام الغذائي المتوسط عادة ما يكفي من الصوديوم لمنع النقص، لكن الرياضيين الذين يفقدون أربعة لترات أو أكثر من العرق في اليوم (حوالي رطلين) يكونون أكثر عرضة لخطر استنفاد الصوديوم.

مصادر البروتينات والأحماض الأمينية للرياضي

البروتينات هي مركبات مركزية ذات وظائف عديدة، توجد في كل الأنسجة وتشكل جزءا من كل عملية تحدث في الجسم. يتكون البروتين من الأحماض الأمينية في تركيبات مختلفة، ولكل نوع منها وظائف مختلفة، وإن كمية البروتين التي يجب تناولها خلال اليوم لتجنب النقص هي 0.8 غرام على الأقل لكل كيلوغرام من الوزن. أي أن الشخص الذي يتمتع بصحة جيدة ويزن 75 كغم يحتاج 60 غراما على الأقل من البروتين. فعند تناول حوالي 100 غرام من صدر الدجاج في وجبة الفداء فإننا نغطي بذلك الحد الأدنى المطلوب. بالطبع إذا لم يكن ذلك في حالات الجوع الشديد، فليست هناك مشكلة في استهلاك الحد الأدنى المطلوب. بعض هذه الأحماض الأمينية من الممكن للجسم أن ينتجها، ولكن الأساسية منها يجب أن تستهلك من المواد الغذائية. أولئك الذين يمارسون الرياضة وينتهجون إلى نظامهم الغذائي يجب أن يتناولوا البروتينات بشكل طبيعي قدر الامكان، حيث يقترح أن تؤخذ البروتينات بطريقة طبيعية بدلا من شكل مسحوق تجاري. كمية البروتين يجب أن ترافقها كميات مناسبة من الكربوهيدرات والدهون ليتم امتصاصها أفضل، وإلا فالجسم يستخدم البروتينات لاستكمال النقص، ويتخلص من الفائض عبر الكلى. لذلك من يتدرب ويضيف البروتين فقط دون ملائمة المكونات الغذائية الأخرى فإنه يفعل ذلك عبثا، بالإضافة إلى الكربوهيدرات والدهون تعد البروتينات من بين العناصر الغذائية الأساسية التي يجب أن نتناولها من خلال النظام الغذائي يوميا. تتكون البروتينات من الأحماض الأمينية وتلعب دورا في الأيض، بناء العضلات، حرق الدهون، بناء وإصلاح الخلايا، مجرى الدم كذلك، الجهاز المناعي، بالإضافة إلى ذلك، فهي تعتبر مصدرا مهما للطاقة مما يضمن الإحساس بالشبع لمدة طويلة. وتتواجد البروتينات في العديد من الأطعمة الحيوانية والنباتية، كما يمكن استخدامها بسهولة أكبر من مصادر حيوانية لأنها تشبه إلى حد كبير البروتينات في الجسم، ومع ذلك يجب أيضا استخدام مصادر البروتين النباتية من أجل خلق توازن غذائي. يعتمد مقدار البروتين الذي يحتاجه الشخص يوميا على عدة عوامل مثل العمر والوزن والنشاط البدني، وفقا للجمعية الألمانية للتغذية (DGE) يجب على الشخص البالغ استهلاك 0.8 غرام من البروتين لكل كيلوغرام من وزن الجسم يوميا، الجبن ومنتجات الألبان والأسماك واللحوم والبقوليات مناسبة من أهم مصادر البروتين. البروتين في البيض يعتبر المصدر الأول للبروتين الذي يتبادر إلى الذهن لمعظم الرياضيين هو البيض، ولكن هذا لا يعني أن البيض في المرتبة الأولى من ناحية كمية البروتين. 100 غرام من البيض تحوي في المتوسط على 13 غرام من البروتين، حيث يحتوي البيض على كمية لا بأس بها من الكوليسترول إلا أن الكوليسترول مهم لإنتاج الكوليسترول وفقا لذلك. وبالإضافة إلى بروتين البيض يحتوي على العناصر الغذائية الهامة الأخرى كالسيوم، الصوديوم، البوتاسيوم، الفوسفور، الزنك، الحديد، السيلينيوم. أما البروتين في الجبن، فبالنسبة لكثير من الناس عامة والرياضيين خاصة، الجبن هو جزء من النظام الغذائي اليومي، والاختيار كبير وأحيانا يختلف في الذوق ومحتوى الدهون، من بين الجبن الأكثر شعبية تشمل الأصفر بشكل عام، شيدر، موزاريلا، حيث محتوى البروتين يختلف أيضا هنا، في 100 غرام من الجبن الأصفر يوجد ما بين 25 إلى 29 غرام بروتين لكل 100 غرام. أما الموزاريلا البيضاء فتحتوي على 28 غرام بروتين لكل 100 غرام. لا ينبغي تناول الجبن بكثرة إذا كنت ترغب بتخفيض وزنك، أما البروتين في الزبادي اللبن الزبادي هو الحليب الذي تم تكثيفه بواسطة بكتيريا حمض اللبنيك، هناك عدد لا يحصى من الأصناف ومستويات متعددة من الدهون. 100 غرام من اللبن يحوي حوالي 3.5 غرام من البروتين، بالإضافة إلى ذلك يحتوي اللبن الزبادي على فيتامينات A و B وفيتامينات مختلفة وكذلك العناصر الهامة مثل الكالسيوم، اليود، الفلور، الزنك، الفوسفور. كذلك البروتين في السمك، حيث يعد السمك مصدر مهم للبروتين ومفيد جدا للرياضيين، فالسلمون والتونة من بين الأصناف المفضلة، على الرغم من أن سمك السلمون قد يحتوي على نسبة عالية من الدهون إلا أنه يعد من الأحماض الدهنية الأساسية ونسبة عالية من دهون أوميغا 3، هذه الدهون تسهم بشكل جيد في زيادة معدل حرق الدهون ويمكن تخزينها فقط في الجسم. نقطة إضافية أخرى هي أنها تسهم أيضا في زيادة الإحساس بالشبع، ومحتوى البروتين من 100 غرام من سمك السلمون حوالي 20 غرام. كما يحتوي التونة على كمية أقل بكثير من الدهون، فكمية البروتين أكثر من سمك السلمون، يحتوي 100 غرام من التونة على 25 غرام من البروتين، وتحتوي الأسماك أيضا على اليود، الأحماض الدهنية أوميغا 3، الفيتامينات A-D، حمض الفوليك، الفلورايد، الفوسفور، المغنيسيوم، الحديد. أما البروتين في اللحوم، فيتواجد البروتين أيضا في اللحوم، إذا لم يكن هناك مبالغة في تناول اللحوم فهذا يعد صائحا، الدواجن وشراخ اللحم من بين اللحوم المفضلة، وتعد الدواجن قليلة الدسم، بالإضافة إلى ذلك تحتوي على عناصر مهمة، يحتوي 100 غرام من الدجاج الطازج على 23 غرام من البروتين، أما الإوز فيحتوي على 16 غرام و البط على 18 غرام. وشريحة لحم فقي 100 غرام من شراخ اللحم يتواجد حوالي 25 غرام من البروتين، ويعد اللحم الخالي من الدهون غذاء رياضي جيد لكن مع ذلك لا ينصح بتناوله بكثرة. البروتين في البقوليات، وتعد البقوليات من المصادر المهمة للبروتين. من أهم البقوليات الفاصوليا، البازلاء، العدس، الفول الصويا، وهذه الأصناف من البقوليات هي الأكثر شعبية ولها أعلى نسبة من البروتين. بالإضافة إلى ذلك غنية بالألياف والمعادن. أما العدس على حسب الصنف قد تصل كمية البروتين إلى 20 غرام في 100 غرام من العدس، كما أنها تعتبر عوامل إشباع ممتازة وتشكل جزءا لا يتجزأ من النظام الغذائي للأشخاص ذوي الوعي بالصحة، والعدس متوفر في شكل مقشر وغير مقشر. الغير مقشر مغذي أكثر. أما العدس المقشر لديه ميزة كونه أسهل في الهضم. ويحتوي العدس أيضا على نسبة عالية من الألياف، حيث تقاوم ارتفاع مستوى السكر في الدم بسرعة، كما تقوم بامتصاص السموم من الأمعاء وطرحها خارج الجسم، أما فول الصويا، فيحتوي على 32 غرام من البروتين لكل 100 غرام، وقد يكون الفول بديلا جيدا للحوم وهي ذات أهمية خاصة في المطبخ النباتي لأنها توفر للجسم العديد من العناصر الغذائية المهمة.

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**المدير العام: **مجدوب بن صالح**

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

■ الطبعة: SAMPRAL

TD DIFFUSION COMMUNICATION



■ 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





Protellisse
Répond à vos besoins de Soins & Beauté
الرائع في الذهب لـ «دزائر» سبور

Protellisse
Répond à vos besoins de Soins & Beauté

دزائر سبور، 2023/02/06

Nouveauté
En librairie février 2023

Mohand-Tahar ZEGGAGH

LA BATAILLE
POLITICO-DIPLOMATIQUE POUR L'INDEPENDANCE
DE L'ALGERIE

Vente dédicace le Mardi 07 Février 2023
À la librairie Chaib Dzair à partir de 14h

Pendant la guerre d'Algérie, une cinquantaine de « représentants » du FLN dans plusieurs pays sont devenus « chefs de mission » puis « diplomates » après la création du GPRA en septembre 1958. Le triptyque des luttes politique, armée et de l'action diplomatique a permis de remporter la victoire de l'indépendance finalisée par les Accords d'Evian et le cessez-le-feu du 19 mars 1962.

Comment la révolution algérienne a-t-elle gagné la bataille diplomatique à l'ONU ? Comment la diplomatie a-t-elle influencé l'opinion des sociétés civiles des pays d'Europe ? Comment a-t-elle suscité la solidarité de l'URSS, des pays socialistes de l'Est, de la Chine, des pays arabes, des pays afro-asiatiques et d'Amérique latine ?

Autant de questions auxquelles ce livre tente de répondre en rendant hommage aux diplomates algériens, à leur intelligence, à leur patriotisme et à leur contribution éminente.

Mohand-Tahar ZEGGAGH a été détenu politique FLN en France de 1957 à 1962, membre de la Zone autonome d'Alger en lutte contre l'OAS en 1962. A l'indépendance, il est conseiller au bureau politique du FLN (1963-1965) sous la direction de Hadj Benalla, avant d'être diplômé de l'Institut en sciences sociales de Moscou (1969-1972) et de décrocher un doctorat d'université en sociologie à la Sorbonne (1977). Il a également été président du Mouloudia Club d'Alger (1963-1965).

50, rue Khelila-Boukhalfa
BP 355, Alger-Gare
Tel/Fax : 213 (0) 21 23 89 61
edition@anep.com.dz
Librairie en ligne
store-anep.poste.dz
www.anep.com.dz

Librairie Chaib Dzair - Alger
Tel/Fax : 213 (0) 21 71 69 66
chaib.dzair@anep.com.dz
Librairie Amar-Laskri - Annaba
Tel : 213 (0) 38 42 82 78
amar.laskri@anep.com.dz

anep
Editions

ANEP:

دزائر سبور، 2023/02/06

دزائر
TUBE
مؤسسة دزائر توب الإعلامية

إشهاراتكم:

تابعونا على
موقعنا الإلكتروني باللغات: العربية، الفرنسية، الإنجليزية:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-1A: 16420540136
Nif: 002016100092016
00213 (0) 23 78 57 70
www.dzair-tube.dz dzairtube13@gmail.com

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

دزائر سبور، 2023/02/06