

رئيس  
الجمهورية  
يهنئ اتحاد  
الجزائر



## يومية رياضية جزائرية

الأحد 17 سبتمبر 2023 الموافق 25 دينب الأول 1445 هـ العدد: 801 الثمن: 30 دج

الإتحاد قهر الأهلي المصري  
وعاد بكأس السوبر الإفريقي

# فخر الجزائر

"سوسطارة" تربع  
على عرش القارة

"الكاف" وصفته  
بالمدرب الأسطورة

بن شيخة ..  
ملك النهائيات



الجولة الافتتاحية  
للرابطة المحترفة الأولى  
"العميد" بالقوة  
الرابعة  
و"الكتاري"  
يطيح بمقرة



وليد صادي  
يستهل حملته الانتخابية  
لرئاسة "الفاف" من ورقلة

في ليلة سقوط  
ولفرهـامـبـتونـ  
أمامـليـفـربـولـ

آيت نوري  
يـعـرـضـ  
لـاصـابـةـ  
عـضـلـيـةـ



مدربـ  
يلـ  
يـطمـئـنـ  
بـخـصـوصـ  
إـصـابـةـ  
بنـظـالـ





### وست هام يسقط في قبضة مان سيتي بحضور بن رحمة

انضم الدولي الجزائري، سعيد بن رحمة، مع فريقه وست هام للحسارة على يد صديقه مانشستر سيتي بنتيجة 1-3، في المباراة التي جمعت بينهما، أمس السبت، في إطار لقاءات الأسبوع الخامس من مسابقة الدوري الإنجليزي الممتاز، والتي اهدرها الشوط الأول متقدماً بفضل هدف اللاعب جيمس وارد براوس في الدقيقة (36) من ضربة رأس، لكن مانشستر سيتي نجح في العودة وسجل كل من جيرمي دوكو في الدقيقة (46)، والميرغالي برناردو سيلفا في الدقيقة (76) والترويجي إيرلينج هالاند عند الدقيقة (86). وعلى غير العادة، شارك "حارب الصحراء" بديلا في مباراة الأمس، حيث نزل إلى أرضية الميدان بدلاً من المدحية (68) مكان زميله ادسون أفالوز وحيثما كان المطافق متعادلين في النتيجة، تند هذه المزيمة هي الأولى لفريق بن رحمة في البريميرليغ بعد أن نجح في الفوز في ثلاث مباريات متتالية واحدة.

وسيم

### صلاح يجرّد محرز من رقمه القياسي في "البريميرليغ"

أصبح الدولي المصري، محمد صلاح، أكثر لاعب أفرادي صناعة للأهداف في تاريخ الدوري الإنجليزي الممتاز بـ 63 "أسيست"، متخطياً رقم النجم الجزائري رياض محرز لاعب مانشستر سيتي السابق بـ 61 تمريدة حاسمة وكان ليضربيه متأخراً في النتيجة على ملعب مولتيبيو، بهدف دون مقابل في الشوط الأول، قبل أن ينجح صلاح في صناعة 3 أهداف متتالية، لكل من الهولندي غاكبو وبربرتو وایلويت. وذكرت شبكة "سكاوكا" المتخصصة بالأرقام والإحصاءات، أن محمد صلاح وصل للأسيست رقم 63 في البريميرليغ، ليصبح أكثر لاعب أفريقي صناعة للأهداف تاريجياً متوجهاً إلى الجائزة. رياض محرز، لاعب مانشستر سيتي السابق، المنتقل في الميركاتو الصيفي لنادي الأهلي وقالت شبكة "أوبتا" إن محمد صلاح هو رابع لاعب يصعد في 5 مباريات متتالية بالدوري الإنجليزي الممتاز، بعد موسي ليزت، وسيسك فابريغاس، وجيرارد ديلفرو، السعودي.

وسيم



### صادي وليد يستهل حملة الانتخابية لرئاسة "الكاف" من ورقة إصابة عضلية تضرب آيت نوري في ليلة سقوط ولفرهامتون على يد ليفربول

تعزز الدولي الجزائري، ريان آيت نوري، إلى إصابة خلال مواجهة فريقه ولفرهامتون أمام ضيفه ليفربول ضمن منافسات الأسبوع الخامس من الدوري الإنجليزي الممتاز وشارك الظهير الأيسر للخضر أساسياً ضمن تشكيلة ذات دناب ولفرهامتون وقدم أداءً جيداً، حيث، ثُمَّ صاحب الـ 22 عاماً في لقطة دفاعية مميزة حين أوقف النجم المصري محمد صلاح، قبل أن يغادر في الدقيقة 65 بعد شعوره بجهاز عضلي ليقرر مدربه باستبداله بزميلاً بونتو وحيثما كانت النتيجة تشير للتعادل الإيجابي بهدف لمثله، وحصل ريان آيت نوري على ثالث أفضل تقييم من جانب فريقه حسب موقع هوسكورد العالمي المتخصص في الإحصاءات والأرقام، حيث، نال علامة 7.2 من 10 بعد كل من نيتو 7.8 وسيميدو 7.5. وفشل ولفرهامتون من العودة في المباراة وسجل ثلاثة أهداف في المرحلة الثانية عبر كودي غاكبو الذي سجل هدف التعادل في الدقيقة 55، وأضاف أندرو روبرتسون الهدف الثاني في الدقيقة 85. قبل أن يختتم هوغو بونتو لاعب ولفرهامتون بالخطأ في مرماه في الدقيقة 90+1.

وسيم

### إثر هزيمة فريقه ايفرون أمام "رابرسوبل"

**محيوص يودع كأس سويسرا**

ودع الدولي الجزائري، أيمن محيوص، منافسة كأس سويسرا، بعدما أقصى فريقه ايفرون، أمس السبت، في دور الـ 16 على يد نادي رابرسوبل. وعرفت هذه المواجهة، التي احتضنها ملعب غرونفيلد سقوط في كمين الـ "جزيئة" أمام رابرسوبل الناشط في القسم الثالث الذي نجح في تسجيل هدف وحيد في اللقاء، وشارك مهاجم اتحاد الجزائر السابق أساسياً من جانب ايفرون وفشل في الوصول إلى شباك المتألق جدير بالذكر، كان أيمن محيوص قد تمكن من تسجيل ثلاثة كاملة في أول مباراة له مع ناديه ايفرون الذي انتقل إليه خلال فترة الانتقالات الصيفية، وكان ذلك ضد فريق هوت غريبور السويسري.

وسيم



### يشارك في شوط واحد ويعود مع دورتموند بالنقاط الثلاث من فرایبورغ

نصح الدولي الجزائري، رامي بن سعيوني، رفقة بوروسيا دورتموند في العودة بفوزه ثمين على حساب مضيفه فرایبورغ بنتيجة 2-4 في اللقاء الذي جمع بينهما، أمس السبت، لحساب الجولة الرابعة من الدوري الألماني. وتقدم دورتموند بهدف ماتس هوميلس في الدقيقة 11، وعاد أصحاب الأرض بهدفين في نهاية الشوط الأول عن طريق توكتاس هوبيلر وفيكولاوس هوفلر. وأدرك دورتموند التعادل عن طريق اللاعب الهولندي دوناييل مالين في الدقيقة 60 وضيق من أجل تسجيل هدف الفوز إلى أن طرد لاعب فرایبورغ هوفلر في الدقيقة 82. المواجهة، عرفت مشاركة مدافع "الخضر" أساسياً من جانب دورتموند وقد مستوى مقبول، قبل أن يترك زملائه مع بداية الشوط الثاني بسبب شعوره بالإرهاق ويقوم مدربه باقحام اللاعب ولف بديلا له. وعقب هذا الفوز قلس دورتموند المفارق إلى نقطتين من المتقدرين بـ 4 نقاط في ميونخ، وبقي فرایبورغ بـ 6 نقاط في المركز الثالث.

وسيم

## صادي وليد يستهل حملة الانتخابية لرئاسة "الكاف" من ورقة إصابة عضلية تضرب آيت نوري في ليلة سقوط ولفرهامتون على يد ليفربول

استهل المرشح الوحيد لرئاسة "الكاف" وليد صادي حملته الانتخابية تحسينا للجمعية العامة التي ستقام يوم الخميس 21 سبتمبر المقبل، من مدينة ورقلة، أين التقى بالفاعلين في الكورة الجزائرية للرابطة الجهوية. وكتب وليد صادي في منشور له عبر صفحته الرسمية في تويتر قائلاً: "بسم الله وتوكلنا على الله، اليوم بدأنا الحملة الانتخابية لرئاسة الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، من الرابطة الجهوية لكرة القدم ورقلة". وأضاف: "ونسواصل زيارة مختلف مناطق الوطن، لقاء الفاعلين في كرة القدم (الرابطات الجهوية: الولائية والأندية)". واختتم بالقول: "الله ولني التوفيق، تحيا الجزائر" وكان وليد صادي، بعث برسالة إلى الرأي العام الجزائري والجماهير الكروية يشرح من خلالها الخطوط العريضة لمهمته، وذلك قبل أقل من 8 أيام على موعد الجمعية العامة الانتخابية "للكاف" المقررة هنا الخميس. وأكد أنه سيسعى لقاء الفاعلين في كرة القدم المحترفة والهواوية بفرض الوقوف على المشاكل الحقيقة والتخلص بها وتحديد المعاوقات والسعى لرفعها، من خلال لقاء مسؤولي الرابطات بيدانية والاستماع إلى انشغالاتهم باعتبارهم جزءاً من مشروع متكملاً.



**رئيس الجمهورية يهنئ اتحاد الجزائر**



هنا رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، فريق السوبر الجزائري عقب تتويجه بكأس السوبر الإفريقي، سهرة أول أمس الجمعة. يملعب الملك فهد بمدينة الطائف السعودية، على حساب الأهلي المصري، حسب ما جاء في حسابه الرسمي على "تويتر". وجاء في تهنة رئيس الجمهورية: "مبروك لفريق اتحاد الجزائر على كأس السوبر الإفريقي.. أتمنى لكم مزيداً من الانتصارات والأفراح إن شاء الله".



الاتحاد قهر الأهلي المصري وعاد بلقب بكأس السوبر الإفريقي

## "سوسطارة" تربع على عرش القارة

دخل نادي اتحاد العاصمة التاريخ من أوسع الأبابل عقب تتويجه بكأس السوبر الإفريقي على حساب الأهلي المصري، في اللقاء الذي جرى بين الفريقين مساء أول أمس، بمدينة الطائف السعودية، ليؤكد بذلك اشتغال المدرب عبد الحق بن شيخة على كسبهم أمام العملاق المصري وينصبون أنفسهم أبطالاً للقارة. وحقق اتحاد العاصمة فوزاً مثيراً أمام نادي الأهلي المدجج بالنجوم، بهدف دون رد من تسجيل مدافع "الخضر" ذي الدين بعيد في الدقيقة 43 عن طريق ضربة جزاء. وبعد هذا التتويج هو الأول في تاريخ نادي سوسطارة، منذ تأسيسه سنة 1937 والثاني له، بقيادة المدرب عبد الحق بن شيخة، في ظرف ثلاثة أشهر بعد افتتاحه للقب كأس الكونفدرالية الأفريقية لكرة القدم (كاف). أمام يونغ أفريكانز التنزياني جوان القارط. كما يعد اتحاد الترجي بعد انتهاء اللقاء بالتعادل (1-1). ويخلُّف ابنه سوسطارة في سجل المنافسة القارية فريق نهضة بركان المصري أيضاً بركلات الترجيح بعد وفاق سطيف المتوج به في 2015 على حساب الأهلي المصري الذي كان يشرف عليه المدرب الجزائري عبد الحق بن شيخة. وتتجذر الإشارة أن الأهلي المصري قد توج بلقب الكأس الكونفدرالية الأولى في 2023 على حساب نادي يونغ أفريكانز التنزياني (ذهاباً بـ2-1 وإياباً بـ1-0)، فيما توج اتحاد الجزائر بلقب الكأس الكونفدرالية الأولى في تاريخه على حساب نادي يونغ أفريكانز التنزياني (ذهاباً بـ2-1 وإياباً بـ1-0).

بن شيخة: "التوبيخ بالكاف كان مستحناً"

من جانبه، أوضح مدرب اتحاد العاصمة، عبد الحق بن شيخة، أن التتويج بالسوبر الإفريقي في لم يكن صدفة بل مستحقة، وفي ندوة صحافية عقب نهاية المباراة، أشار بن شيخة بادئاً لاعبيه وقال: "لقد قدمتنا أداء تكتيكياً في المستوى رغم الظروف والضغوطات التي سببها الأهلي في الشوط الأول، بعد تسجيله للأول في شباكنا". وأشار مدرب اتحاد العاصمة إلى أن فريقه كان أفضل في الشوط الأول، ولكن تعمد العودة للخلف في الشوط الثاني من أجل غلق المساحات وتضييق الملعب على الأهلي. وأكد المتحدث على أن التتويج بالسوبر الإفريقي ليس صدفة بل جاء بعد جهود كبيرة. مشيراً إلى أن المدرب الجزائري يحتاج إلى النقاوة من المسؤول لا غير لكي يبدع ويتحقق الانجازات المشرفة. وأضاف بن شيخة: "إن سر نجاحي وتحقيقني ل لأنقاب الأفريقية مع مختلف نوادي شمال إفريقيا هو العمل في الخفاء وأنا لا أحب الكلام بل أفكرا وأخطط في الجديد وأقوم بتطبيقه".

سفيان ع

الكاف" وصفته بالمدرب الأسطورة

## بن شيخة .. ملك النهائيات

قاد المدرب عبد الحق بن شيخة نادي اتحاد الجزائر للتتويج بلقبه الأول في بطولة كأس السوبر الأفريقي 2023، على حساب البطل التاريخي الأهلي المصري. وكان نادي اتحاد العاصمة تغلب على تحظيره الأهلي بهدف دون رد، خلال المباراة التي جمعت بين بطل الساحة الأخيرة من دوري أبطال أفريقيا وكأس الكونفدرالية الأفريقية. وأجمعت بين بطلي النسخة الأخيرة من دوري

اللعبة المدرب الملقب بـ"الجيural" في الفوز النهائي الذي حققه اتحاد الجزائر أمام الأهلي في كأس السوبر الأفريقي، ونجح بن شيخة في الحفاظ على سجله خالياً من الخسائر في المباريات النهائية التي خاضها طوال مسيرته التدريبية لفترة 25 عاماً.

ولعب المدرب صاحب الميدالية الذهبية 59 عاماً 6 نهائيات في مختلف المسابقات، فاز بها جميعاً بستحق لقب "ملك النهائيات" كما تحلى للجماهير الجزائرية منداته. ملحمة بن شيخة مع النهائيات بدأت عام 2000 وذلك عندما قاد شباب بلوزداد للفوز بكأس الرابطة على حساب مولودية وهران

بـ3 أهداف دون رد. بعدها بـ8 أعوام، أنهى بن شيخة مسيرة انتقامته في دوري الدرجة الأولى بتتويجه بـ"الجيural" في المباريات النهائية على أبطال الدوري بعد تغلبه

في المباريات النهائية على الجيش الملكي المغربي بركلات الترجيح 3-2، أثر انتهاء مباريات الذهاب والإياب بالتعادل السلبي. "الجيural" جدد المعهد مع قاد فريق الدفاع الحسني الجديدي للتتويج أمام الرجاء بـ"الجيural" في كأس السوبر وهي

عام 2022، فاز مع نهضة بركان بلقب كأس السوبر الأفريقي على حساب الوداد المغربي بهدفين دون مقابل، قبل أن يكرر تتويجه بـ"الجيural" في نسخة

عام 2023. يذكر أن الأخير أنهى أيضاً في تويجي العاصمة بلقب كأس الكونفدرالية 2023 على فريق أفريكانز التنزياني. وأثنى أمس، الاتحاد الإفريقي للعبة عبر صفحته الرسمية على الفايسبوك على إنجاز المدرب وكتب: "الرجل الأسطورة... هل تعرف كم عدد الأرقام القياسية التي حطمها عبد الحق بن شيخة بعد فوزه بلقب السوبر الإفريقي مع اتحاد الجزائر".

سفيان ع

## مدرب الأهلي المصري: "أداؤنا لم يكن في المستوى للفوز على اتحاد العاصمة"

قال مدرب الأهلي المصري مارسيل كولر أن أداء فريقه الهجومي في السوبر الأفريقي ضد اتحاد العاصمة لم يكن بالقوة التي تمكنه من الفوز بال المباراة. وأضاف كولر في تصريحات له خلال المؤتمر الصحفي: "تبسينا في ركلة جزاء بسبب تأخر مران عصبية في قراره في جزء من الثانية، ولم أر في حياتي إحالة فرصة عوض احتساب ركلة جزاء للألاعب كهرباً". وتابع مدرب الأهلي: "يتبين لنا العذر بسبب المزيمة وخسارة لقفل في بداية الموسم، ولكن قد تكون سبباً في استفادة الفريق، ستواصل العمل حتى نصل لما وصلنا إليه في الموسم الماضي". وختم كولر: "تأخر التغييرات ليست لها علاقة بالخسارة، لو كنت ضمن أحد الفوز بالمباراة، لو كنت أجريت تغييرات في وقت مبكر".



الجولة الافتتاحية للرابطة المحترفة الأولى

## "العميد" يكتسح بن عكرون برباعية و"الكناري" يعود بالزاد كاملاً من مقره

حقق نادي مولودية الجزائر بداية قوية في الرابطة المحترفة الأولى عقب فوزه أمام الصاعد الجديد بن عكرون برباعية دون مقابل، واحتفل ملعب الدار البيضاء أول داربي عاصمي هذا الموسم في غياب الجمهور بسبب العقوبة المسماة على "العميد" ولم يجد أشبال المدرب باتريوس يوميل صعوبة كبيرة عقب تجاوزه بن عكرون، بفضل بايزيد الذي افتتح النتيجة في الدقيقة الـ11 قبل أن يسجل خمسة الأهداف الثاني في د.23 فيما تكفل الدولي الجزائري يوسف بلايلي بتوقيع الهدف الثالث في المباراة بعد دقيقة لعب، واختتم خير الدين مرزوقي مهرجان الأهداف بتسجيل الرابع في الدقيقة الأخيرة من عمر اللقاء، لتحقيق بذلك المولودية انتصاراً باهراً أندثرت به المنافسين على اللقب هذا الموسم. وفي مباراة أخرى، حقق نادي شبيبة القبائل انطلاقاً قوية في الموسم الكروي الجديد بعد عودته بانتصار ثمين من مقبرة أمام النجم المحلي، وعرف أشبال المدرب يوسف بوزيدي كيف يقتضون النقاط الثلاث بفضل بخشوش مسجل الهدف الوحيد في المباراة في د.42 من المرحلة الأولى. وأعطيت الجماعة إشارة اطلاق الرابطة المحترفة الأولى بإجراء ثلاث مباريات، شهدت فوز مولودية البيض أمام شباب قسنطينة بينماية دون رد، فيما انهزم وفاق سطيف أمام مستضيفه اتحاد خنشلة، وبedor حسم أولى الشلت الداربي الفرق أمام مولودية وهaran صالحه بنتيجه ثنائية دون مقابل. وجدير بالذكر أن الرابطة قامت بتأجيل مواجهتي انتلتيك بارادو - اتحاد العاصمة واتحاد واد سوف - شباب بلوزداد إلى وقت لاحق بسبب مشاركة "سوسطارة" و"أبناء العقبة" في المنافسات القارية.



ذهب الدور التمهيدي الثاني لرابطة أبطال إفريقيا

بورينجرز - شباب بلوزداد (اليوم سا 17:00)

## "أبناء العقبة" في مهمة العودة بنصف التأشيرة من سيراليون

يسهل نادي شباب بلوزداد اليوم، مقارنته في المنافسات القارية حينما ينزل ضيفاً على بورينجرز السيراليوني، بدأية من الساعة الخامسة، لحساب ذهاب الدور التمهيدي الثاني المؤهل لدور المجموعات لرابطة أبطال إفريقيا، في مواجهة يراهن خلالها "أبناء العقبة" للعودة بنتيجة إيجابية وحسم بطاقة التأهل قبل لقاء العودة بالجزائر. ويغول المدرب الملاجي شباب بلوزداد بصفتين فاذندبرون، على جاهزية لاعبيه من أجل الاطاحة بمنافسيه السيراليوني، والعودة بنصف التأشيرة المؤهلة لدور المجموعات، حيث كان النادي العاصمي قد أجرى تصفيات يتنفس تحليها عدة مباريات ودية سمعت للطاقم الفني بمعاهدة الأربعين وتجييزهم من كل التواهي لانطلاق الموسم الكروي الحالي. ويفقد شباب بلوزداد وان أقصي بورينجرز السيراليوني من المنافسات القارية الماضي. وجدير بالذكر، أن الاتحادية الأفريقية لكرة القدم، عانت راعياً تعكيم نيجيري لإدارة لقاء الدور التمهيدي الثاني لرابطة أبطال إفريقيا، حيث سيكون جزءاً من الترتيب، بما معاونة كل من ساميويل بواديتكام وآيفو هوبل في حين تم تعين ساليسيوس باشير كحكم رابع.

سفيان ع

## إيمان خليف: "أعد بكتابه فصل جديد في تاريخ الملاكمة"

أكملت الملاكمة الجزائرية، إيمان خليف، المتأهلة إلى أولمبياد باريس 2024، عن جدارة واستحقاق، عزمها على كتابة فصل جديد في تاريخ الملاكمة العالمية والجزائرية على حد سواء. وعبرت خليف، في منشور عبر حسابها الشخصي على "فيسبوك"، عن غاية امتنانها لكل الدعم الذي وجدها على مستوى العالم، من الجنة الأولمبية الدولية والفريق الوطني، مضيفة: "أعد أن أكتب فصلاً في تاريخ الملاكمة والجزائر كلّك". وأبرزت البطلة الجزائرية، سعادتها الكبيرة ببلوغ الأولمبياد، على اعتبار أنها كانت تتطلع لهذه المنافسة، بعد المشاكل التي عانت منها منذ بطولة العالم. مضيفة: "حماسة الشعب الجزائري الفخور بوطنه، توفرت بسبب هذا الظلم الذي لحق بي.. رغم عدم وجود المنافسة، استعدت مع فريقي لمواجهة هذه المرحلة التاهيلية، تقدّر فتحت جيلاً". وواصلت إيمان خليف: "من الصعب استعادة المعابر التنافسية بعد هذا الغياب الطويل عن الحلقات، وكان خصمي في النهائي (دور داكار) هو الميدالية الفضية في وزن 70 كلغ ببطولة العالم استنبول 2022. وختمت: "أنا فخورة جداً لأدائني وعودتي، لهذا الفوز يمكنني الشجاعة والرضا لأنّ الطريق إلى باريس 2024.. أنا امرأة دائمة! سأظل دائمًا إيمان التي أسعدتك ومثلك في جميع أنحاء العالم يا وطني".

مهدى

## ملاكمة: تأهل رميساء بوعلام وإيمان خليف إلى أولمبياد باريس

التحقت الملاكمتان الجزائريتان، رميساء بوعلام (50 كلغ) وإيمان خليف (66 كلغ) بزميلتهما حجيحة خليف (60 كلغ) المتأهلة إلى أولمبياد باريس 2024، بعد فوزهما في الدور نصف النهائي للدورة التصوفية التي جرت الخميس بالعاصمة السنغافلية داكار. وفازت بوعلام على نظيرتها النيجيرية أديولا أويسجي (5-0)، بينما أقصت خليف الكاميرونية ميراي بندزي اونغ بيدو (5-0)، ضمن نصف نهائي الحصة بـ. والتحقت الملاكمتان بـ. اللتان ستشاركان في أولمبياد باريس لمرة الثانية، بعد تمثيلهما الجزائر في موعد طوكيو 2021، بزميلتهما حجيحة خليف التي اقتطعت في وقت سابق تذكرة العبور إلى أولمبياد باريس على حساب الإيفوارية مریام سیدبیبی.

بال مقابل فشلت مواطنتها فاطمة الزهراء عبد القادر -حجالة (54 كلغ)، في التأهل إلى أولمبياد باريس، بعد خسارتها أمام المصرية يوماً عياد.

مهدى


**رياضات كروية / البطولة العالمية (أكابر):**

## فضية وبرونزية للجزائر في اختصاص اللعب القصير

توجت الجزائر بميداليتين واحدة فضية وأخرى برونزية في منافسات بطولة العالم للرياضات الكروية في اختصاص اللعب القصير "بيتناك" الجارية بكتوتون (البنين) من 7 إلى 19 سبتمبر. وجاءت الفضية بفضل اللاعبة حيجية آيت إيدير في اختصاص اللعب القصير (فرد/سيدات) إثر خسارتها في النهائي أمام التونسية مني الباقي التي ثالت الذهبية (13-11). أما البرونزية فقد كانت من الزوجي (سيدات)، إثر خسارتها أمام الفرنسية تيل بير أودري بانديرا (13-03)، بينما عادت الذهبية للثنائي التايلاندي سونيترا بوانغبو وذاتياؤان فونغسانيت. بالمقابل، اكتفى الثنائي الجزائري، مسراوي سيد أحمد وبوخارجي عبد الجليل، بالمركز العاشر. ويقود منتخب السيدات المدرب الوطني ماليك إيكروجي فيما يشرف على الرجال الناخب كريم سينينا. وتعود المسؤولية إلى المشاركة في مونديال هذا الاختصاص (اللعب القصير) بعد غياب دام 13 سنة. من جانب آخر، تنظم الاتحادية للرياضات الكروية، تنظيم البطولة العالمية للشباب ( أقل من 18 وفقاً من 23 سنة) في اختصاص اللعب الطويل بمدينة وهران من 20 إلى 23 سبتمبر الجاري.

مهدى

## فوز إيمان ملچ ولطفي بن عثمان بالمرحلة الرابعة

فاز كل من إيمان ملچ من نادي مون ريون للجاذر العاصمة لدى السيدات ولطفي بن عثمان من النادي الرياضي للمدية عند الرجال بالمرحلة الرابعة للجاذرة الكبرى الوطنية للرياضيون (رياضة الثلاثي) لدى فئة النخبة التي جرت منافساتها اليوم الجمعة بميناء سطوة سكيكدة . وقد تمكنت إيمان ملچ من الفوز بالمركز الأول متقدمة على زميلتها من نفس النادي أشواق تركي . وعند فئة النخبة رجال، سيطر لطفي بن عثمان على المنافسة متقدماً على أسماء هلال بروان من نادي "الباھية نوتيك" لوهان و كلدار محمد سامي عقب من نادي "مون ريون" للجاذر العاصمة . وهي فئة الأوسط . تألق أيضاً محمد سامي عقب من نادي "مون ريون" للجاذر العاصمة بالنسبة للذكور وليليا مثال شاطر من وهران بالنسبة للإناث . وعرفت المرحلة الرابعة للجاذرة الكبرى الوطنية في هذه الاختصاص المنظمة من طرف النادي الرياضي الهاوي لسكيكدة (سكيكدة) بالتنسيق من الاتحادية الجزائرية للرياضيون مشاركة 18 رياضياً و رياضية من مختلف الأعمار يمثلون 17 ولاية من الوطن . وتنافست المنافسة بإجراء المتأهلين لثلاث مسابقات متقلبة (المساحة 750 متراً) بشاطئ بيكيني سطوة (سكيكدة) على مسافة 20 كلم انطلاقاً من شاطئ القصر الأخضر إلى غاية سطوة على 3 مراحل ، بالإضافة إلى الركض على مسافة 5 كلم . وتم في الختام تكريمه الفائزين بالمرحلة الرابعة للجاذرة الوطنية للرياضي للرياضيون وممثلين عن مديرية الشباب والرياضة لسكيكدة وكل إدارة رياضة الرياضيون للجاذر العاصمة .

## انتخاب زهير رملي رئيساً جديداً للاتحادية الجزائرية للفروسية

انتخب رئيس النادي الهاوي للفروسية "الركاب الهراني" زهير رملي رئيساً جديداً للاتحادية الجزائرية للفروسية خلال الجمعية العامة الافتتاحية التي انعقدت أمس بالجاذر العاصمة حسبما علم لدى المعنى . وحصل السيد رملي على 30 صوتاً مقابل 10 صوتاً للمرشح الآخر تاج الدين بن شيخان الذي بعد الأمين العام لنادي تاج الدين للفروسية فهمات إحسان ثالثة أصوات ملغاة من أصل 43 صوتاً لاعتراضه ضرواً أشغال الجمعية العامة الانتخابية . وسُخلف الرئيس الجديد زهير رملي، فهيبة صبيان الذي قدّمت استقالتها شهر مارس المنصرم لأسباب صحية بعدما كانت انتخبت لهذا المنصب في سنة 2021 .

## كرة القدم (تصفيات كأس إفريقيا للسيدات 2024) / الدور الأول:

# 25 لاعبة في تربص تحضيري تحسباً لقاء منتخب أوغندا

الفنى للمنتخب في ديسمبر 2022 . وكانت التشكيلة الوطنية قد خاضت مبارتين وديتين أمام السنغال في يونيو (0-4) و(3-0).

## قائمة لاعبات المنتخب الوطني الجزائري للسيدات

دخل المنتخب الوطني النسوى التصفيات المؤهلة لكأس أمم إفريقيا للسيدات، بمواجهة تحضيره الأوغندي لحساب الدور الأول، حيث ستقام مباراة الذهاب يوم 20 سبتمبر 2023 بأوغندا ابتداء من الساعة 16:00 بملعب المركز الرياضي التابع للاتحاد الأوغندي لكرة القدم، فيما سيلعب لقاء المودة في 26 من ذات الشهر على الساعة 19:00 بملعب ميلود هدفي بoyeran . وفي حال التأهل ستواجه نفازى يميينة يميينة في دور المقابل، الفائز من مبارات بورندي وإثيوبيا . وتحسباً لهاذين المقاينين، استدعاى الناخب الوطني فريد بن ستيتى 25 لاعبة . وتتجدر الإشارة أن هذه المواجهة ستكون أول مباراة رسمية للنادلة بن ستيتى منذ تعيينه على رأس الطاقم



## كييليان مبابي يرسم مستقبل الدوري الفرنسي

ذكرت تقارير صحفية أن رابطة الدوري الفرنسي "ليغ 1" تسعى لبيع حقوق بث مباريات المسابقة مقابل مليار يورو سنوياً، خلال الفترة من 2024 إلى 2029 وأشارت صحيفة "ماركا" الإسبانية، في تقرير لها، إلى أن رابطة "ليغ 1" تسعى خلال الفترة المقبلة لتسويق البطولة في سوق أمريكا الشمالية قبل حلول عام 2026 الذي يشهد استضافة الولايات المتحدة لبطولة كأس العالم مع كندا والمكسيك. وقام الدوري الفرنسي بعرض الحقوق السمعية والبصرية للبطولة في بلاده للفترة من 2024 إلى 2029 على حزمتين بدلاً من 3 مقابل 530 مليوناً للأولى و270 مليوناً للثانية. ياجيمي 800 مليون يورو. ويستهدف "ليغ 1" الوصول إلى مليار يورو من المبيعات والبث الدولي، وكذلك من بيع دوري القسم الثاني "ليغ 1" سنوياً. وشدد التقرير على أن بقاء الفرنسي كيليان مبابي مهاجم باريس سان جيرمان مع فريقه وعدم رحيله في الموسم المقبل أمر ضروري، لكي يتضمن للرابطة إبرام اتفاق حقوق البث بالبالغ التي تريدها. وستكون أمام الجهات الراغبة في التقدم لشراء حقوق بث مباريات الدوري الفرنسي مهلة حتى 17 أكتوبر المقبل للدخول في المنافسة. وبالنسبة لدوري القسم الثاني، فإن قيمة البيع ستكون 39 مليون يورو بحزمتين، بينما يتوقع أن يحصل الدوري الفرنسي على 200 مليون يورو سنوياً من حقوق بيع المسابقة دولياً. يذكر أن مستقبل مبابي مع باريس سان جيرمان ورغم انتهاء الأزمة المرتبطة بعرضه للبيع قبل انطلاق الموسم الحالي، لا تزال حاضرة طالما اللاعب الذي ينتهي في 2024 ما بعد شهر.

مع النادي،  
يفتح  
الباب أمام  
رحيله  
مجانًا بعد  
قليلة.



## أوليفر كان: الهلال نادٍ أسطوري.. وقضيت لحظات رائعة مع نيمار

قدم أسطورة الحراسة الألمانية، أوليفر كان، شكره إلى نادي الهلال السعودي على استضافته له، مؤكداً أنه قضى لحظات رائعة مع المدربين واللاعبين، وعلى رأسهم النجم البرازيلي نيمار سابقاً. ونشر كان صورته مع نيمار عبر حسابه الشخصي على موقع "إكس" (تويتر)، كجزء من رحلتي، قمت بزيارة أندية الدوري السعودي، شكرنا نادي الهلال على استضافتكم لي في ناديكم الأسطوري، لحظات رائعة قضيتها بلقاء المدربين واللاعبين ونجم الفريق نيمار". وكانت تقارير صحفية قد ذكرت أن كان تلقى عرضاً لتولي منصب الرئيس التنفيذي لنادي الهلال، وهذا السبب، حرص النجم الألماني السابق على زيارة مراقب النادي، والتقي المدرب البرتغالي خورخي جيسوس، ولاعبه الفريقي، والرئيس التنفيذي الحالي إبراهيم الجريبي. وشفل الحارس الألماني السابق منصب الرئيس التنفيذي لنادي بايرن ميونخ الألماني قبل أن تتم إقالته نهاية الموسم الماضي 2022-23؛ بسبب تراجع النتائج إضافة إلى خلافات بينه وبين إدارة النادي البافاري. ويُعد كان من أساطير الكرة الألمانية، إذ خاض 557 مباراة في الدوري الألماني خلال مسيرته مع فريقه كارلسروه وبایرن میونخ. وعلى الصعيد الدولي، ظهر كان في 86 مباراة دولية مع منتخب ألمانيا، وهو الحارس الوحيد الذي اختير أفضل لاعب في إحدى نسخ كأس العالم، حين تألق مع المانشافت في عام 2002، وقد المانشافت في عام قبل المهمة أمام البرازيل 0-2. يذكر أن الهلال سيلعب أمام الرياض، أمسية الجمعة 15 سبتمبر، ضمن الجولة السادسة من منافسات دوري روشن السعودي، وحالياً يحتل "الزعيم" برصيد 13 نقطة، بفارق نقطتين عن الاتحاد صاحب الصدارة.

حالة الكرة  
الأوروبية..

## دييجو سيميوني: ليونيل ميسي هو الأفضل في العالم

أصر الأرجنتيني دييجو سيميوني، مدرب أتلتيكو مدريد، اليوم الجمعة على أن ليونيل ميسي هو أفضل لاعب في العالم في الوقت الحالي مذكراً بأنه توج "بطلاً" مع منتخب بلاده الأرجنتيني في مونديال قطر 2022. وأجاب سيميوني خلال مؤتمر صحفيعقب المران الصباحي للفريق بعد سؤاله عن أفضل لاعب في الكوكب في وقتنا الحالي، قائلاً: "ميسي.. فقد توج بطلًا للمونديال.. ما الذي عليه الفوز به أيضاً ليكون أفضل لاعب في العالم". من جهة أخرى، أكد سيميوني، أن لاعب الفريق ويعاني أتلتيكو مدريد، الذي لم يهزم خلال المباريات الثلاثة الأولى بالدوري قبل أن يتم تأجيل مباراته بالجولة الرابعة أمام إشبيلية، من خمس غيابات في مواجهة فالنسيا كان آخرها اللاعب رودريغوي بول الذي أصيب خلال مشاركته مع منتخب الأرجنتين، حيث سيفي عن مواجهتي الفريق المقربين أمام فالنسيا في الدوري ولاتسيو بدوري الأبطال..

## تيباس: هذا هو الخطر من المشروع السعودي

كشف رئيس رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم خافير تيباس، عن الخطر الحقيقي الذي قد تتسبب فيه الأندية السعودية لأندية الأوروبية، وذلك بعد الميركاتو الصيفي الضخم. وكانت أندية دوري روشن السعودي، قد أبرمت 277 صفقة جديدة، منها 69 جاءت من فرق أوروبية، ياجيمي إنفاق 957 مليون يورو. وقال تيباس في حديث لصحيفة "دياريو دي ثاندار" الإسبانية، أن الدوري السعودي حالياً لا يلتقط "حيث إن تندرس تطوره، مشيراً إلى أن "الخطر يتمثل في رغبتهم بالمشاركة في دوري أبطال أوروبا مستقبلاً". وأضاف رئيس الرابطة الإسبانية قائلاً: "سرى تطور الدوري السعودي، ولكن الخطر على المدى المتوسط هو أنه في يوم ما يرتفعون أيديهم طليعاً للمشاركة بدوري الأبطال، ولنتمكنوا من المشاركة بها سيعرضون مبالغ كبيرة من المال يقبلها يوپا والأندية الكبرى لأن هذه الأموال سيتم تقسيمها بين الكبار". وأضاف خافير في حديثه: "الدوري الكبير لا يصبح كذلك باللاعبين فقط، ولدينا مثال للصين التي نفذت منذ سنوات استثمارات كبيرة برعاية الحكومة ولكنها تقدم كسابقة". وختم: "في السلسلة التاريخية، فإن الدوري السعودي لن يكون حتى من بين العشرين الأول في أوروبا، على الرغم من المبالغ الضخمة التي دفعوها في السنوات الأخيرة".

## ماريو بالوتيلي يعود إلى الدوري التركي

عاد الإيطالي المخضرم ماريو بالوتيلي إلى الدوري التركي بعد موسم واحد فقط من رحيله إلى سيون السويسري، خلال فترة الانتقالات الصيفية عام 2022.

وكان بالوتيلي انضم لصفوف فريق سيون خلال صيف 2022، قادمه من أضنة ديميرسبور التركي، مقابل مليونين و60 ألف يورو.

وأعلن نادي أضنة ديميرسبور، في بيان رسمي، عن عودة ماريو بالوتيلي بعد موسم واحد فقط قضاه مع سيون.

ولم يكشف النادي التركي عن تفاصيل الصفقة، لكن اللاعب وقع عقداً لمدة موسم واحد فقط.

ويعد فريق أضنة ديميرسبور هو الـ11 في مسيرة بالوتيلي الاحتراافية التي بدأت في الإيطالية خلال موسم 2005-2006 مع لوموزيانى.

وأنضم بالوتيلي للأندية الكبرى، حيث تعاقد معه إنتر ميلان في صيف 2006 بعمر الـ19 عاماً، قبل أن يتم تصعيده للفريق الأول بعد سنة واحدة فقط. وفي عام 2010، بدأ رحلة بالوتيلي مع التحالف، حيث انضم لصفوف مانشستر سيتي الانجليزي ومنه إلى ميلان ثم عاد إلى الدوري الانجليزي من بوابة ليفرپول.

ورحل ماريو إلى الدوري الفرنسي في 2016 من بوابة نيس ثم مارسيليا قبل أن يشد الرحال إلى بريشيا ومونزا الإيطاليين خلال عام 2020. وانضم إلى أضنة ديميرسبور التركي في صيف 2021، ومنه إلى سيون قبل أن يعود مجدداً لناديه. جدير بالذكر أن بالوتيلي (33 عاماً) سجل 6 أهداف في 19 مباراة خاضها بكافة المسابقات مع سيون خلال الموسم الماضي.



## قرار تشفافي يسعد كوندي

أبدى الفرنسي جوليس كوندي لاعب برشلونة، سعادته بقرار مدربه تشفافي، بشأن التعديل عليه في مركز قلب الدفاع منذ بداية الموسم الحالي. وقال كوندي في تصريحات لقناة TV3 الكatalونية "العودة للعب في قلب الدفاع؟ أتمنى أن يستمر ذلك، والأهم دائماً مساعدة الفريق، وأننا نحتاج دائماً لكل ما يطلبها المدرب". وعن موهبة الفريق لامين يامال، علق "إنه صغير السن لكنه يتمتع بالكثير من الشخصية داخل أرض الملعب". وتابع "يامال سيكون إضافة رائعة لبرشلونة، ونحن كفريق سنساعد على النمو والتطور". وعانى كوندي منذ انضمامه للبارسا من اللعب في مركز الظهير الأيمن، وهو ليس مركزه الأساسي مع الفريق. وخرجت عدة تقارير قبل الموسم الحالي أكدت أن تشفافي وعد كوندي بالأعتماد عليه في مركزه الأساسي كقلب دفاع، بعد حالة الغضب التي انتابت النجم الفرنسي.

## لامال يتسبب بأزمة بين برشلونه ومانشستر سيتي

نجا نادي برشلونة الإسباني، من طعنات نافذة قادمة من مدربه الأسبق، بيب غوارديولا، المدير الفني الحالي لمانشستر سيتي. كشفت إذاعة راديو ماركا أن نادي مانشستر سيتي، بذل جهداً كبيراً لمحاولة التعاقد مع لامين يامال، خلال فترة الانتقالات الصيفية الأخيرة. وأضافت أن النادي الذي كان مهتماً بهضم يامال ليس ريال مدريد، لكنه مانشستر سيتي، والعلاقات حالياً متواترة بين النادي الإنجليزي وإدارة البارسا. لفتت أيضاً إلى إنريك ماسيب، مستشار خوان لاوبرتا، رئيس النادي الكاتالوني صرح عبر قناة إسبانية، قائلاً "لامين يامال وبالدي كانا في وضع خطير للغاية هذا الصيف، لأن هناك ناد حاول اللحاق بهما". من جانبه، أكد دييكو، المدير الرياضي الجديد للبارسا أن إدارة النادي بصدد تجديد تعاقده الثنائي الشاب. وأشار دييكو بقدرات اللاعب صاحب الأصول المغربية، مؤكداً أنه فاجأ إدارة النادي، لما يتمتع به من إمكانيات هائلة. رغم صغر سنه، وبلوغه 16 عاماً فقط، وحجز لامين يامال مكاناً بين لاعبي الفريق الأول منذ قام المدرب، تشفافي هرنانديز، بتصعيده في أواخر الموسم الماضي.

## أتلتيكو ومدريد يفقد دي بول في الليغا ودوري الأبطال

يفتقد أتلتيكو مدريد للاعب وسط الفريق، رودريغو دي بول، خلال المباراتين المقبلتين على الأقل. بسبب الإصابة العضلية التي لحقت به. يأتي ذلك وفق نتائج الفحوصات الطبية التي خضع لها اللاعب بعد خروجه من المباراة الأخيرة للمنتخب الأرجنتيني أمام بوليفيا. ومن المتوقع أن يغيب اللاعب عن مواجهة فالنسيا، غداً السبت، على ملعب ميستايا، ضمن منافسات الجولة لاتسيو، ضد المتصدر برشلونة، ضمن منافسات الدوري الإسباني، ومواجهة أوروبا. بول بالفعل في التأهيل في صالة الألعاب الرياضية. وأضاف النادي أن عودة دي بول ستعتمد على تطور حالته، دون أن يكشف عن فترة التعافي التي سيحتاجها اللاعب، إلا أنه تم استبعاده من المشاركة في فالنسيا ولاتسيو. وسيكون الهدف الأهم هو أن يكون اللاعب الأرجنتيني جاهزاً للعودة في غضون أسبوع من أجل اللحاق بمباراة الديربي أمام ريال مدريد، والمقررة في 24 سبتمبر الجاري على ملعب سيفيتاس متروبوليتانو.



## تشافي: سأغادر برشلونة في حالة واحدة

أكد تشفافي، مدير الفني لبرشلونة، أنه لن يمثل أي مشكلة بالنسبة للنادي الكاتالوني، فيما يخص عقده مع الفريق وقال تشفافي في تصريحات نقلتها صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية: "لقد تحدثت عن تمديد عقدي مع الرئيس دييكو، لكن بالنسبة لي الأداء هو المهم". وأضاف، "إذا لم تكن هناك أهداف واضحة في نهاية الموسم، فالأمر لا يستحق إبرام عقد طويل، الأمر هنا يتعلق بالأداء والفوز بالألقاب". وختم، "لن أمثل أي مشكلة لنادي برشلونة، عندما نرى أن استمراري كمدرب ليس أمراً صحيحاً ساغادر.. وسيتم إعلان تجديد عقدي خلال أيام قليلة بلا شك". وتشير عدة تقارير صحفية إلى أن تشفافي لديه اتفاق مع إدارة برشلونة على تمديد عقده حتى عام 2025.

## ثنائي ريال مدريد يخضع لتداريب خاصة

أجرى ريال مدريد، مرتاً جديداً، اليوم الجمعة، ضمن التحضيرات لمواجهة سوسييداد، اليوم، في الجولة الخامسة من الدوري الإسباني، وسط شكوك حول إمكانية لحاق داني سبيلاوس وفيرلاند ميندي. وقام سبيلاوس وميندي بتمرينات خاصة تستمح لهم بالانضمام للمران الجماعي حيث س يتم اتخاذ قرار بشأن ضمهما إلى القائمة من عدمه. وتعود لاستكمال إصابة في الساق اليمنى، بينما يتعافى الثاني من الجدید، بينما يعاني الظهير الأيسر من إصابة عضلية في الساق اليمنى، ولم يتعافى أي منها مع الفريق منذ بداية الموسم. ويواصل فينيسيوس جونيور وأردا جورل، التعافي بمفردهما، وكان الأول قد تعرّض لإصابة عضلية في الساق اليمنى، بينما يتعافى الثاني من تيبو كورتوا والمدافع البرازيلي ميليانا لإصابة في الرباط الصليبي في الركبة.

## تباس: هذا هو الخطر من المشروع السعودي

كشف رئيس رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم خافيير تيباس، عن الخطر الحقيقي الذي قد تسبب فيه الأندية السعودية لأندية الأوروبية، وذلك بعد الميركاتو الصيفي الضخم. وكانت أندية دوري روشن السعودي، قد أبرمت 277 صفقة جديدة، منها 69 جاءت من فرق أوروبية. ياجمالى إتفاق 957 مليون يورو. وقال تيباس في حديث نقلته صحيفة "varra" الإسبانية، أن الدوري السعودي حالياً "لا يلقي" حيث إننا ندرس تطويره، متمنياً إلى أن الخطير يتمثل في رغبتهما بالمشاركة في دوري أبطال أوروبا مستقبلاً". وأضاف رئيس الرابطة الإسبانية قاتلاً: "سنرى تطور الدوري السعودي، ولكن الخطير على المدى المتوسط هو إنهم في يوم ما يرثون أيديهم طلباً للمشاركة بدوري الأبطال، وليتمكنوا من المشاركة بها سيعرضون مبالغ كبيرة من المال يقبلها يويفا والأندية الكبرى لأن هذه الأموال سيتم تقسيمتها بين الكبار". وأضاف خافيير في حديثه: "الدوري الكبير لا يصبح هكذا باللاعبين فقط، ولدينا مثل للصين التي نفذت منذ سنوات استثمارات كبيرة برعاية الحكومة ولكنها لم تقدم كمسابقة". وختم: "في السلسلة التاريخية، فإن الدوري السعودي لن يكون حتى من بين العشرين الأولى في أوروبا، على الرغم من المبالغ الضخمة التي دفعوها في السنوات الأخيرة".

## تحديد موعد وتوقيت الكلاسيكو الإسباني بين برشلونه وريال مدريد



كشفت رابطة الدوري الإسباني لكرة القدم، عن موعد وتوقيت مباراة "الكلاسيكو". ضمن منافسات الجولة الـ11 من ذهاب مسابقة الدوري الإسباني لموسم 2023-24، بين العلقتين برشلونة وريال مدريد، وأكدت صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، أن رابطة "ليغا" حددت إقامة لقاء الكلاسيكو بين البارسا والميرينغي، يوم السبت الموافق 28 أكتوبر المقبل، وسينطلق في الرابعة والربع عصراً بالتوقيت المحلي، الخامسة والربع مساءً بتوقيت مكة المكرمة. وأضافت الصحيفة الإسبانية، أنه كما جرت العادة كل موسم، ستقام المباراة بعد الظهر لإفاده الجمهور الأسيوي، كما اجتهدت الرابطة الإسبانية تحديد توقيت يلائم أيضاً المتابعين في أمريكا والصين والبرازيل والأرجنتين. وسيحل ريال مدريد ضيفاً على برشلونة في ملعب لويس كومپانيوس الأولمبي، الذي يستضيف الكلاسيكو لأول مرة في التاريخ، بسبب أعمال الصيانة الجاصلة في ملعب "كامب نو"، الخاص بالنادي الكاتالوني. جدير بالذكر أن ريال مدريد يعتلي حالياً صدارة جدول ترتيب الدوري الإسباني، بتحقيقه العلامة الكاملة (12 نقطة) بعد 4 انتصارات متتالية، في حين يحتل برشلونة المركز الثالث برصيد 10 نقاط، بعد تحقيق 3 انتصارات وتعادل 4 جولات. وتواجه برشلونة وريال مدريد موسم الماضي في خمس مباريات كلسيكو، حسم البرسا ثلاث منها لصالحه (في نهائي كأس السوبر الإسباني وذهب كأس الملك والدوري) وفاز الريال بـ 3 مباريات (في نهائي كأس إسبانيا وذهب كأس الملك وذهب كأس الملك). وبفارق نقطتين (في الدوري) يتصدر برشلونة كأس الملك.

## أولنسو يحفل بيتها أمام بايرن ميونخ



لم يتمكن بايرن ميونخ من إسقاط ضيفه بايرل يفركوزن، الذي نجا بتعادل (2-2) من ملعب أليانز أرينا، مساء الجمعة، في رابع جولات الدوري الألماني. وحصل يفركوزن نقطة التعادل بهدف قاتل في الدقيقة (4+90) من ركلة جزاء ليبقى في صدارة الترتيب بفارق الأهداف عن الفريق البافاري، وكل منهما 10 نقاط. وأقت شبكة "سكوكا" للاحتفاليات الضوء على نجاح المدرب الإسباني تشافي أولنسو، في الصمود أمام فريقه السابق، بايرن ميونخ، بعد الخسارة أمامه كمدرب فني. ومنذ توقيع أولنسو تدريب يفركوزن العام الماضي، وجه بايرن مرتين، حرق القوز في واحدة وتعادل في أخرى، دون أن يتعرض للهزيمة حتى الآن.

وسبق لصاحب الـ41 عاماً للعب بقميص بايرن ميونخ لمدة 3 سنوات حتى اعتزاله في صيف 2017، بعد مسيرة ذهبية تخللها ارتدائه قمصان ريال سوسيداد، إيبارا، ييربيول وريال مدريد.

## صمود يفركوزن يهدد لتنافس مثير مع بايرن ميونخ

رغم الهدف المبكر الذي أحرزه هاري كين لصالح بايرن ميونخ، انتزع بايرل يفركوزن، التعادل بنتيجة 2-2 في إطار الجولة الرابعة من عمر الدوري الألماني. واصل الفريق، صراعهما على الصدارة، ويفدوا أن بايرن ميونخ، وجده الخصم الذي يستطيع منافسته على لقب المسابقة هذا الموسم، بعدما احتكر البافاري، الماffect على مدار 11 موسم متتالياً. ورفع كل من الفريقين، رصيده إلى 10 نقاط من أول 4 مباريات في المسابقة هذا الموسم، وحافظ يفركوزن على الصدارة بفارق الأهداف أمام بايرن. ونجح الإسباني تشافي أولنسو مدرب يفركوزن في الاختبار، وقاد فريقه لانتزاع التعادل في الوقت بدل الضائع من المباراة، بعد عرض آخر قوي للفريق في البوندسليجا. ورفض توماس توخيل مدرب بايرن، اللجوء للفسخة في تعليقه على امكانية أن يكون يفركوزن منافسا خطيرا لفريقه على القب. وأوضح توخيل "ليست لدى إجابة ذكية على هذا، إنها سابقة ماراثونية، وفي النهاية كل فريق يحصل على ما يستحق". وأشار تشافي أولنسو بعنوانية فريقه، قائلا "لا يزال الوقت مبكراً للتحدث عن أنجاز كبير، ولكننا قد ندمن مباراة جديدة". وتابع "لم يكن من السهل، العودة في المباراة بعد الهدف الثاني لبايرن ميونخ، يجب علينا مواصلة تقدمنا". ونوه جرينت تشاكا للاعب وسط يفركوزن "العودة في النتيجة مرتين على ملعب بايرن، أمر يستحق الاحترام". وقال كونراد لايم للاعب بايرن ميونخ "الموسم لا يزال في بدايته، ونططلع إلى موسم مثير". وكانت مباراة الجمعة أمام 75 ألف مشجع احتشدوا في مدرجات أليانز أرينا في ميونخ، دليلاً على هذه الآثار التي ينتظرواها الموسم الحالي. وأضافت جوناس هوفمان لاعب يفركوزن "اعتتقد أنها كانت ليلة رائعة للمشجعين، كل من الفريقين حقق التوقعات المنتظرة منه بتقديم مباراة قمة".



## ليفركوزن يخطف تعادلاً درامياً من أليانز بايرن ميونخ

نجح بايرل يفركوزن في إجبار مضيفه بايرن ميونخ على تعادل درامي (2-2)، مساء الجمعة على ملعب أليانز أرينا، ضمن منافسات الجولة الرابعة من الدوري الألماني. سجل هاري كين هدف تقدم بايرن في الدقيقة السابعة، قبل أن يتعادل أليخاندرو جريمالدو جريمالدو كيميتشن لليفركوزن بالدقيقة 24، لكن الفريق البافاري سجل هدفاً قاتلاً عن الاستئداء وحاول الاستفسار من مدربه عن سبب استبداله، لكن الأخير حاول تجاوز الأمر بالربت على كتفه أثناء خروجه. ووقف القائم حائل أمام تقدم يفركوزن بعدما رد تسديدة فيرثز، الذي تلاعب بالدفاع البافاري داخل منطقة الجزاء، قبل أن يوجه كرة أرضية زاحفة كادت تسفر عن هدف ثان للضيوف. واستمر تألق أولريتش أمام طوفان هجمات يفركوزن بتصديه الرائع لأنفاسه.

**الشوط الأول**

لم تشهد الدقائق الأولى فرصاً خطيرة على كل المرمىين. حتى نجح هاري كين في مباغطة الضيوف بهدف أول بعد 7 دقائق، حيث قابل كرة عرضية بضربة رأسية في الشباك بسهولة. وبعد دقائق معدودة، وجه سانلي تسديدة قوية على حدود منطقة الجزاء، لكنها علت المرمى. وبعد سيطرة مطلقة من أصحاب الأرض على مجريات اللعب في أول ربع ساعة، بدأ يفركوزن في التقدّم نحو منطقة الجزاء، قبل أن يوجه كرته أرضية إيجاد حلول للوصول لمرمى زعن أوبلريتش. وعاد لأبو يفركوزن سوء المساء الأخيرة في الهجمات الاعادة، مما قلل من تشكيلهم أي خطورة على المرمى البافاري حتى منتصف الشوط الأول. واحتسب الحكم ركلة حرة للضيوف على خطه، لكنه سدد بقوّة خارج المرمى. وعاد بونيفيس لاثبات خطأه على المرمى البافاري بعدما تلقى بونيفيس تمريرة حريرية داخل منطقة الجزاء، لكنه أطاح بالكرة أعلى العارضة. ومنح الحكم قبلة الحياة للضيوف بعدما استعمل تقنية الفيديو واحتسب ركلة جزاء لصالحهم بعد مخالفة ارتكبها ألوينفيس، الذي أهدى فرصته ضد شباك أولريتش من جديد بتتوغله داخل منطقة الجزاء قبل أن يطلق تسديدة قوية على العارضة.

واستفاد توخيل من افحامه المهاجم الشاب

ماتيس تيل في التدخل من جهة اليسرى قيل إرسال عرضية أرضية نحو جوريتسكا الذي قابل الكرة بملمس مباشرة إلى الشباك. وكان يفركوزن قريباً من معادلة النتيجة بعد لحظات معدودة بعدما تلقى بونيفيس تمريرة حريرية داخل منطقة الجزاء، لكنه أطاح بالكرة أعلى العارضة. ومنح الحكم قبلة الحياة للضيوف بعدما استعمل تقنية الفيديو واحتسب ركلة جزاء لصالحهم بعد مخالفة ارتكبها ألوينفيس، الذي أهدى بكرة بعد تسديدة بعيدة المدى أطلاعها تشاكا. وأهدر بونيفيس فرصته خطيرة بعدما تلقى تمريرة داخل منطقة الجزاء، لكنه سدد بقوّة خارج المرمى. وعاد بونيفيس لاثبات خطأه على المرمى البافاري بعدما تلقى تمريرة حريرية داخل منطقة الجزاء، قبل أن يضع الكرة بهدوء في الشباك. وإنفجر يفركوزن بعد التعادل في وجه أصحاب الأرض، ليبدأ سلسلة من الهجمات الخطيرة المتناثلة على مرمى أولريتش، الذي تصدى ببراعة لتسديدة بونيفيس، قبل أن يمسك بكرة بعد تسديدة بعيدة المدى أطلاعها تشاكا.

وأهدى توخيل هدف ثانياً بعدما ارتفق مولر لعرضية من جهة اليمنى، إلا أنحارس لوكانس هراديكى تصدى لها ببراعة. وعاد حارس يفركوزن للندو عن مرماه بيسالة بعدما تصدى لتصويبة صاروخية من سانلي، محولاً الكرة إلى ركنية قبل أن يحرم جوريتسكا من هدف محقق من ضربة رأسية أخر جها من قلب المرمى ببسالة. وكان غنابري على مقربة هو الآخر من هدف ثان للبايرن، لكن براعة هراديكى حالت دون وصوله لشباك قبل أن يبعد الدفاع الكرة إلى ركنية. ووجه سانلي كرة عرضية بقوّة، لترتطم بقدم أحد المدافعين قبل أن يحال غنابري توجيهها بالرأس إلى الشباك، لكنها مرت بجوار القائم، ليتنهي الشوط بالتعادل (1-1).

## الشوط الثاني

بداء الشوط الثاني شهدت محاولة خادعة من بونيفيس، الذي حاول صيد شباك أولريتش من منتصف الملعب بتسديدة ساقطة أثنتان تقدم الأخيرة، لكن الكرة علت العارضة. وارتكب أولريتش هفوة قاتلة بتمريرة خطأة تحولت إلى هجمة مضادة كاد فريمونج تنهيها في الشباك، لولا براعة الحارس الذي تصدى للكرة وصح خطأه قبل أن يتبنين وجود لاعب يفركوزن في التسلل. وجاء الرد من هراديكى على أولريتش بتصديه لفرصة هدف محقق من انفراد هاري كين، لتتحول

## تصرف توخيل يشعل غضب كيميتشن

شهدت مباراة بايرن ميونخ ضد بايرل يفركوزن، ضمن الجولة الرابعة من الدوري الألماني، خروج جوشوا كيميتشن غاضباً من أرض ملعب أليانز أرينا. ومع حلول الدقيقة 61، قرر المدرب الألماني توخيل توكيل إفتحام الظهير المغربي نصیر مزاوی على حساب كيميتشن. وأراد مدرب بايرن إعادة كوتراد لايم إلى وسط الملعب بعدما بدأ المباراة كثثير، مع شغل مزاوی مركزه بصورة طبيعية. ووقع كيميتشن ضحية هذا التغيير الخططي، وهو ما أصابه بالدهشة لحظة استبداله، لتهدر عليه من مدربه عن سر خروجه. ليحاول توخيل تجنب الاصطدام به بمواسته، دون الدخول معه في أي حديث.



# أرتيتا عن مواجهة إيفerton: لا يمكن تفادي المعارك

تحدث ميكيل أرتيتا، مدرب آرسنال، عن مواجهة إيفerton، المقرر لها اليوم الأحد ضمن الجولة الخامسة من البريميرليغ، وعودة الفائز للمشاركة في دوري الأبطال.

وقال أرتيتا، خلال المؤتمر الصحفي، "الجدول مزدحم مع العودة للمشاركة في دوري الأبطال، الأمر معاذل لما كان

الوضع عليه العام الماضي، حيث تخوض مباراة كل 3 أيام". وأضاف: "هذه سباقية مختلفة، الأمر

من غير، هذه هي البطولة التي تزيد التواجد بها، وعندما تنظر إلى الفرق

التي تواجهها يكون الأمر مثيراً للجميل". وتطرق إلى مواجهة إيفerton، في بعض الأحيان لا

يمكنك تفادي المعارك، أسلوب إيفerton واضح للغاية

ومختلف تماماً عن أسلوبنا، ويكون الأمر صعباً أحياناً في

فرض أسلوبك ومحاوله إخفاء نقاط قوة الخصم".

وعلى مستوى ديكلان راييس مع الفريق: "يوضح

دائماً ما كان أهلنا أن يكون

انتقامه سلسلاً وسريعاً وفي

بعض الأحيان يكون الواقع مختلف، ولكن في حالته كان

الأمر إيجابياً للغاية".

وتتابع أرتيتا: "وجد اللاعب ( Raiis ) الأمر سهلاً، ونجح في

فهم الفريق وأسلوب لعبنا بسرعة كبيرة، وبالتالي

الامور تسير معه بصورة جيدة". وبالنظر إلى رحيل

الرئيس التنفيذي للنادي هيئتي فنيكياتيشام: "تواجد هنا منذ 14

عاماً وله كل الحق في الرحيل، هو يرى أن ذلك أفضل قرار له ولأسرته،

وبدوري استمتعت بالعمل معه وأتعتني له الأفضل، ولكن أعتقد أنه عليه القيام بالكثير قبل نهاية الموسم".

# بالأرقام .. 4 أسباب تفسر تراجع نيوكاسل

## مدرب توتنهام يقهر غوارديولا .. وجائزة فريدة لماديسون

**نجاح نيوكاسل في صناعة الحدث الموسم الماضي**  
**باتجاه إلى دوري أبطال أوروبا، لكنه عانى من بداية ضعيفة في الموسم الجاري بخسارة 3 لقاءات في أول 4 جولات. لم يتوقع أحد أن يحصل نيوكاسل 3 نقاط فقط في أول 4 جولات، وهو كل الحق في الرحيل، هو الفنى لتوتنهام، توج بجائزة مدرب أوت لينتفوق على بيب جوارديولا المدير الفنى لمانشستر سيتي، وتنافس بوسطيوكسل مع العديد من المدربيين البارزين في الشهر الأول من الموسم، بخلاف غوارديولا، مثل ميكيل أرتيتا (آرسنال)، ديفيد مويس (وست هام). وأضاف أن جيمس ماديسون نجم توتنهام، فاز أيضاً بجائزة لاعب أوت، ليتفوق على كل من أوني لاعب نوتينجهام فورست، برايان ميوسيمو لاعب برينتفورد، كاورو ميتوما لاعب برايتون ورودري نجم مانشستر سيتي. يذكر أن توتنهام توج في جميع 7 نقاط من أصل 9 خلال المباريات الثلاث التي لعبها الفريق بشهر أوت في الدوري الانجليزي الممتاز، حيث واجه في أول 4 المباريات، مقابل 3 هذا الموسم. وبعد مواجهة نيوكاسل، صار صاحب المركز الثامن غداً السبت، سيحصل على جوائز خصوصاً أنها الموسم الماضي في المراكز السبعة الأولى، ولم يحصل نيوكاسل أممهم الموسم الماضي في نفس اللقاءات سوى 4 نقاط، مقابل 3 هذا الموسم. وبعد مواجهة نيوكاسل برينتفورد صار صاحب المركز الثامن غداً السبت، سيحصل على جوائز جيدة أيام خصوم لم يتواجدوا في التصف**

الأعلى من جدول الترتيب الموسم الماضي، لكن سيعانى الفريق من خوض مباريات دوري أبطال أوروبا في منتصف الأسبوع. أما السبب الثاني فيعود إلى ثبات التشكيل وخاصة في خط الدفاع، الذي كان أحد أبرز عوامل قوة نيوكاسل الموسم الماضي، يأتي ذلك في الوقت الذي كانت فيه الهزيمة الأخيرة أمام برايتون هي ثالثة مرة متذكرة 2022، التي لا يبدأ فيها واحد من الرباعي الأساسي في خط الدفاع، ودائماً ما يعاني نيوكاسل عند إجراء أي تبديل في خط دفاعه، والأمر لا يتعلّق فقط بالانتصارات وحصد النقاط والأهداف التي يستحقها، بل يزداد عدد التسديدات التي يواجهها بأكثر من 50% أيضًا، وذلك بحسب "سكاي سبورتس". فمنذ بداية الموسم الماضي يعتمد نيوكاسل على الرباعي تريبيير وشار وبولمان وبرن في خط الدفاع، ومعهم خاض الفريق 34 مباراة ووصلت نسبة الانتصارات فيها إلى 55% ومعدل حصد النقاط 1.9، ومعدل استقبال الأهداف يصل إلى هدف كل 102 دقيقة، ومعدل التعرض للتسديدات يصل إلى 9.5 تسديدة.

# غوارديولا: أتفق مع ساوثغيت بشأن فودين .. وعلى نونيز محاكاة دي بروين

تحدث بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، عن تجديد عقد لاعبه كايل ووكر والاصابات التي يعاني منها الفريق. واستهل غوارديولا المؤتمر بالحديث عن حالته، بعد الجراحة التي أجراها، حيث قال: "أنا أتحسن.. بعد 3 أسابيع من الجراحة، خطوة بخطوة أشعر بتحسن". وعن تجديد عقد ووكر، صرّح: "كان هناً من المعهم للغاية، وكذلك الحال بالنسبة لناندان (أكي)، وبيرناردو (سيلينا) وريكو لويس، وسكت كارسون.. كايل لاعب مهم جداً لنا، وفي النهاية قرر البقاء". وبخصوص استمرارية الدولي الإنجليزي، قال غوارديولا: "طالما تفكيره في أرض الملعب، فلا توجد مشكلة". وأضاف: "لأنه سوى القليل من اللاعبين في حالته، وطالما هو مستقر في حياته، فلن توجد أزمة.. هو بالفعل أحد قادة الفريق، ستجري تصويتاً بشأن القائد في الأيام المقبلة، واللاعبون سيجدون من سيكون القائد الأول".

## ساوثجيت وفودين

كان خاريث ساوثجيت، مدرب منتخب إنجلترا، قد صرّح مؤخراً بعدم قدرته على إشراك فيليب فودين، نجم مانشستر سيتي، في العمق، نظراً لعدم لعبه في هذا المركز مع فريقه، حيث يتواجد على طرف الملعب. وعن تصريحات ساوثجيت، قال غوارديولا: "لا يمكنه (فودين) أن يكون الأفضل، إذا لم تحدث عقليته عن كونه من بين الأفضل.. كل شيء يبدأ بالإيمان وتحديد الهدف". وأضاف: "أنا معجب بغاريث.. الأمر يبدو أنه ساختله معه، لكنني أتفق معه في الحقيقة.. هو يعرف أنه أدى في فيليب (فودين) القدرة على اللعب في جميع المراكز، سواء في العمق أو الأطراف". وتتابع: "غاريث تحدث عن المسؤولية دون كلام، وأهمية التحلّي بالذكاء لمعرفة ماذا يحدث.. من المعهم لفيف قدراته على اللعب في 5 مراكز.. هذه أفضليّة كبيرة".

وواصل المدرب الإسباني: "شاهدت مباراة اسكتلندا، ولعبه في البداية على الجانب الأيمن، ومن ثم دخله للعمق.. في النهاية لا توجد مشكلة".

وبشأن التعاقد مع ماتيوس نونيز، قال: "عليه تطوير المسنة الأولى والمحاولة بالكرة مثل كيفين (دي بروين).. سيعمل كييفية التحلّي بالدقّة في الأمور البسيطة، هو يملك الجودة".

# بوكيتينو: تشيلسي لم يحصد النقاط التي يستحقها

حث ماريسيبو بوكيتينو، المدير الفني لتشيلسي، لاعبيه على التحلّي بقدر أكبر من التنافسية، إذا أرادوا الوصول للمستوى المطلوب، من أجل الخروج من بداياتهم المتذبذبة هذا الموسم. وهيمين تشيلسي لفترات طويلة في المباريات الأربع التي لعبها، في الدوري الممتاز حتى الآن، لكن بسبب الأخطاء الدفاعية وقلة الالترات المهمومية، حصد الفريق 4 نقاط فقط، ويقيّع في المركز 12 بجدول الترتيب. وقال بوكيتينو في هذا الصدد: "الإداء كان جيداً في الشهر الأول، لم نحصل على النقاط.. التنظيم كان جيداً، ولعبنا بالطريقة التي كان يريد اللعب بها، والتي يؤمن بها اللاعبون". وأضاف: "إذا رأيت الأرقام، نحن جيدون في الاستحواذ على الكرة، جيدون للغاية في البناء.. ما ينقصنا فقط هو تسجيل الأهداف.. هذا هو أهم شيء في كرة القدم". واستدرك: "لكن في النهاية، يجب أن تكون أكثر تنافسية.. أقول هذا لأنني لا أريد استخدام كلمة أخرى.. يجب أن تكون مشاربيين بشكل أكبر، وأن تكون أكثر إقداماً". وأكد بوكيتينو أن لاعبه روميو لا فيسيغيب عن الفريق لفترة، بسبب تعرضه لإصابة في الكاحل خلال الماراثون، لكنه لا يستطيع تحديد مدة الغياب حالياً.

# مورينيو يصمد على أسوأ انطلاقه في مسيرته التدريبية

بعد صدمة خسارة نهائي الدوري الأوروبي في الموسم الماضي أمام إشبيلية، يضم جوزيه مورينيو، المدير الفني لروما، على أسوأ انطلاقه في الموسم خالل مسيرته الاحترافية، ويعيش ظروف صعبة للغاية تهدىء مشروعه في نادي العاصمة. روما حقق نقطة واحد فقط من أول 3 جولات في الدوري الإيطالي، ويحتل المركز قبل الأخير، وذلك بتعادله مع ساليرنيتانا في الجولة الأولى، ثم خسارته أمام هيلاس فيرونا وميلان.

ولم يسبق لمورينيو أن حقق هذا الرصيد من النتائج في أول خالل جولات في جميع تجاربه التدريبية. الأمر الذي يضع العديد من علامات الاستفهام حول قدرته على النجاح في الموسم الحالي. ونشرت صحيفة آس الإسبانية تقريراً سلط الضوء على الظروف الصعبة التي يمر بها مورينيو، وأوضحت أن المدرب البرتغالي ما زال لم يتجاوز صدمة خسارة نهائي الأوروبية، وهذا أثر بشكل واضح على انطلاقته هذا الموسم، وبهذا أثر أيضاً على علاقته مع اللاعبين. وسيخوض روما مباراة مهمة يوم الأحد القادم على ملعبه ضد إمبولي، وأي نتيجة غير الانتصار ستخلق أزمة شاملة في الفريق، وربما تجعل منصب المدرب البرتغالي مهدداً بالفعل.

## توتي يلمح إلى عودته لـ روما بسبب جوزيه مورينيو

يعتقد فرانشيسكو توتي أسطورة نادي روما الإيطالي أن البرتغالي جوزيه مورينيو مدرب الفريق الحالي يريد عودة أسطورة الأتزوري إلى الفريق، مشيراً إلى أنه قد يعود بالفعل خلال عام من الآن. وارتبط اسم فرانشيسكو توتي بالعودة إلى الملعب الأوليمبي، واعترف الآن أنه قد يعمال مع جوزيه مورينيو كريباً. وتحدث فرانشيسكو توتي حسب صحيفة "الكوريري ديللو سبورت" الإيطالية قائلاً: "رسـل بعضـاً بـعـضـاً أـخـيـاـذاً وـتـحـدـثـاً عـبـرـهـاـفـتـهـاـ مـذـعـشـنـهـاـ". وأشار "هل هذا يعني عودتي إلى روما العام المقبل؟" اعتقد ذلك. أنت تتحدث عن العام ... المـقـبـلـ، ولكن ربما، أعاد بالفعل في غضون عام واحد". وتابع "نـحنـ نـتـحـدـثـ عـنـ شـخـصـ عـظـيمـ وـرـجـلـ عـظـيمـ، كـمـدـرـ، فـهـوـ رـقـمـ 1ـ عـلـىـ الـإـطـلـاقـ". أنت بـحـاجـةـ إـلـىـ لـاعـبـينـ رـائـعـينـ لـلـفـوزـ، ولـكـتـكـ تـحـتـاجـ أـيـضاـ إـلـىـ مـدـرـبـ كـبـيرـ يـمـكـنـهـ المسـاعـدةـ وـالـتحـفيـزـ". وأـكـملـ "هـوـ وـأـشـيـاـوتـيـ أـكـثـرـ المـدـرـبـينـ نـجـاحـاـ بـالـطـبعـ".

## ازمات جوفنتوس لا تتوقف .. من امكانية بيع النادي إلى ايقاف بوعبا

تعيش جماهير نادي جوفنتوس الإيطالي، خلال الفترة الأخيرة، أوقاتاً صعبة، إذ إن الأزمات تتوالى على الفريق في بداية الموسم الجديد، الذي كانت تمنى النفس خالله بالبقاء في النتائج السلبية التي راقت "السيدة العجوز" في الموسما الأخير الماضية. وكانت بداية الأزمات مع ما كشفته صحيفة "الجورنال" الإيطالية، عن انتزام عائلة أنييلي بيع نادي جوفنتوس بعد 100 سنة من ملكيتها له، حيث قالت إن الفريق تغير، ولم يعد بالإمكان تعويض الخسائر المالية للنادي، مع اشارةها لاقتراح هذه الحقيقة من النهاية، مع اختفاء جياني أومبرتو وسوزانا أنييلي، وذلك بعد أن يقى شخص واحد يعمل في النادي على رأس القيادة وهو جون أنييلي، و يأتي ذلك في الوقت الذي نفت فيه العائلة صحة هذه الأنباء تماماً. وزاد المدافع السابق للفريق ليوناردو بونوتشي من حجم الأزمات في النادي الإيطالي، حيث إنه وفقاً للصحافي الإيطالي جيانلوكا دي مارزيو، قرر مقاضاة مسؤولي نادي جوفنتوس بسبب الضرر الذي تعرض له خلال الفترة الماضية قبل رحيله إلى يونيون برلين الألماني، وذلك بعد المعاملة التي تلقاها من النادي خلال الأشهر الأخيرة له في تورينو. وتواصلت الأزمات في النادي بعد أن أوقفت الوكالة الإيطالية لمكافحة المشطيات مؤقتاً للاعب وسط يوفنتوس الدولي الفرنسي بول بوعبا، بعد ثبوت تعاطيه هرمون التستوستيرون الممنوع، وقد خضع بوعبا لاختبارات المنشطات بعد مباراته ناديه ومضيفه أوينيزي، في 20 أكتوبر الماضي، والتي لم يشارك فيها.

وبحسب ما ذكرته وكالة الأنباء الإيطالية "إنسا"، فإن اختبار الدم الذي خضع له لاعب فريق مانشستر يونايتد السابق أظهر مستويات مرتفعة من الهرمون المذكور، وهو أمر قد يعرضه لعقوبة من المحتمل أن تصل إلى الإيقاف مدة أربع سنوات. يذكر أنه رغم هذه الأزمات، فإن جوفنتوس يحتل المركز الثالث في ترتيب الدوري الإيطالي مع ليفانتي بـ7 نقاط، وراء إنتر ميلان ونادي ميلان اللذين يتتصدران الترتيب برصيد 9 نقاط.

# 87 مليون دولار خسائر "جوventos" الإيطالي في ستة أشهر

أعلنت شركة أكسور القابضة، المالكة لجوventos، أن النادي المنافس في دوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم سجل خسائر بقيمة 81 مليون يورو (87 مليون دولار) خلال النصف الثاني من عامه المالي الذي انتهى في آخر يونيو الماضي، ما يعني أنه أنهى العام بعجز بلغ نحو 110 ملايين يورو. وكان أنجح أندية كرة القدم الإيطالية قد أعلنت في مارس الماضي أنه أنهى أول ستة أشهر من العام المالي حتى 31 ديسمبر 2022 بخسائر وصل إلى 29.5 مليون يورو. ومن المتوقع أن يصل النادي الذي يتبعه من توريتو مقرراً له نتائج العام المالي الذي انتهى في 30 يونيو في وقت لاحق هذا الشهر.

وفي العام المالي 2021-2022، تکبد جوفنتوس خسائر قياسية بلغت نحو 240 مليون يورو. وتجاوزت خسائر جوفنتوس 600 مليون يورو في خمس سنوات بعد أن حقق أرباحاً صافية لا يُآخر مرة في 2016-2017. يذكر أن شركة "أكسور" المملوكة لعائلة أنييلي، ثقت الاثنين الماضي، وجود أي خطط لبيع نادي "السيدة العجوز"، بعد تقرير نشرته صحيفة "الجورنال" الإيطالية، عن عزم الشركة ببيع النادي العريق بعد 100 عاماً من إنشائه. وتمتلك "أكسور" القابضة 63.8 بالمائة من أسهم عملاق الكرة الإيطالية، و78 بالمائة من حقوق التصويت.

وقالت جونـ إـلـكـانـ الرـئـيـسـ التـتـفـيـديـ لـأـكـسـورـ الـعـامـ الـماـضـيـ عـنـدـمـاـ تـصـرـتـ المـشـكـلاتـ الـقاـنـوـنـيـةـ لـلـنـادـيـ

أنـدـريـاـ أـنـيـلـيـ وـ11ـ آـخـرـ قـصـيـاـ بـعـدـمـ بـدـأـتـ مـحـكـمـةـ مـعـلـيـةـ تـحـقـيقـاـ جـنـاهـاـ ضـدـهـمـ بـسـبـبـ مـزاـعـمـ عـنـ

تقـدـيمـ حـسـابـاتـ مـالـيـةـ خـاطـئـةـ. وـنـفـيـ النـادـيـ اـرـتكـابـ أـيـ خـطاـ. وـقـالـ إنـ حـسـابـاتـ الـمـالـيـةـ تـنـمـاشـيـ معـ

المـعـيـارـاتـ الـمـعـاهـلـةـ فـيـ هـذـاـ طـرـىـ. وـكـانـ حـسـابـاتـ الـمـالـيـةـ سـيـبـاـ بـالـنـسـبـةـ لـجـوـفـنـتوـسـ إـذـ قـرـرـتـ السـلـطـاتـ

خـصـمـ عـشـرـ نـقـاطـ مـنـ رـصـيدـ بـالـدـورـيـ بـسـبـبـ مـشـكـلـاتـ فـيـ الـحـسـابـاتـ كـمـاـ قـرـرـ الـاتـحـادـ الـأـورـوبـيـ لـلـعـبـةـ (ـبـيـوـيـفـاـ)ـ مـنـعـهـ مـنـ الـمـشارـكـةـ فـيـ الـمـاـسـبـاقـاتـ الـقـارـيـةـ هـذـاـ مـوـسـمـ.

## بولسيتش يؤكد قدرة ميلان على الفوز بالدوري الإيطالي

أكد الدولي الأمريكي كريستيان بولسيتش، جناح فريق ميلان، أن الروسونيري يمكنه الفوز بلقب الدوري الإيطالي، هذا الموسم. الروسونيري يملك 9 نقاط، في المرکز الثاني بجدول ترتيب الكالتشيو، يفارق الأهداف خلف إنتر، صاحب الصدارة. وقال بولسيتش في تصريحات عبر صحيفة "لا غازيتا ديللو سبورت" الإيطالية: "بالنسبة لي كان جداً من النزرة الأولى مع ميلان، خاصة عندما رأيت المشجعين، لم أجده شفناً كهذا من قبل، سان سيرو ملعب مثير للاعجاب ولا يصدق". وعندما سئل عما إذا كان يأمله مساعدة ميلان على الفوز بالدوري الإيطالي، هذا الموسم، أجاب التجمّع الأمريكي: "محظوظين، لدينا اثنين أقوياء، وقد جاء لاعبون جيدين، وهناك مزيج رائع من المواهب". وأكمل: "يمكنا الفوز بالدوري الإيطالي، علينا فقط مواصلة العمل واللعب بهذه الطريقة، لقد بدأنا ببداية رائعة، أعلم أننا سنبذل قصارى جهودنا، وأريد الفوز باللقب، وهو دائمًا أهم شيء في النهاية". اللاعب صاحب 24 عاماً سجل هدفين في أول 3 مباريات خاصها مع ميلان، منذ بداية الموسم الحالي، بالكالتشيو.

## أليجري: حزين لما حدث مع بوجبا.. والحياة مستمرة بعد بونوتشي

أبدى ماسيميليانو أليجري مدرب فريق جوفنتوس حزنه الشديد لما حدث لنجم الفريق بول بوغبا بعد سقوطه في اختبار المنشطات. في الوقت الذي رفض فيه التعليق عن موقفه مع ليوناردو بونوتشي قائد الفريق السابق الذي قرر مقاضاة اليوفي بعد الرحيل لصافوف جوفنتوس برينسي. وقال أليجري خلال المؤتمر الصحفي لمباراة لاتسيو: "ليس هناك ما يمكن قوله عن بونوتشي لأنني تحدثت عن هذا الموضوع بالفعل، أتمنى له حظاً سعيداً في بقية حياته الكروية والشخصية، فقد ذهب إلى فريق يلعب في دوري أبطال أوروبا، هنا ما يمكنني قوله". وعن بوغبا علق: "أنا حزين بشأن ذلك، ولكن لا يمكنني التعليق على هذا الأمر لأن الإجراءات لا تزال مستمرة، ومن الصواب الانتظار حتى تنتهي الأمور بالكامل". وتابع: "الأمر مصعب، يجب علينا الانتظار إلى حين انتهاء الإجراءات، وبمجرد صدور العقوبة سنقول ماذا تغير، الأمر المؤكد هو غيابه عن مواجهتي لأتسيو وساسلو، لكننا نركز على اللاعبين المتاحين لدينا".

وواصل: "النتائج ستبيننا في اللعب بدون بوجبا وبونوتشي، لقد كانا لاعبين ذوي خبرة لكنا نملك مجموعتين جيدتين، يمكننا أن نواصل النمو في حال كانت الرغبة موجودة".

إمكانية التعاقد مع لاعب حر بيدلا بوجبا: "يجب علينا ألا نخطئ في العثور على لاعب بنفس خصائصه، علينا أن تستغل خصائص كل لاعب لدينا". ويحتل جوفنتوس المركز الثالث في جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 7 نقاط، بينما يحتل لاتسيو المركز الثاني عشر برصيد 3 نقاط. خاض فريق السيدة العجوز 3 مباريات فيمسابقة الدوري الإيطالي بالموسم الحالي حتى الآن، حقق فوزين وتعادل، فيما خسر لاتسيو في مواجهتيه وحقق فوزاً وحيداً.

# الكشف عن ثروة محمد صلاح

ذكرت صحيفة "ليفربول وورلد" البريطانية، أن النجم المصري محمد صلاح، جناح ليفربول، لا يحتاج لانتقال إلى نادي الاتحاد السعودي من أجل الحصول على أموال، لأنه لا ينوي لهذا الجانب حاليا. وكان محمد صلاح (31 عاما) جدد عقد مع ليفربول خلال العام الماضي، براتب أسبوعي يقدر بـ350 ألف جنيه إسترليني، ما يعد الأكبر في تاريخ "الريدز". وكشفت "ليفربول وورلد"، المقربة من ليفربول، في تقرير لها عن جزء من ثروة النجم المصري الذي ارتبط اسمه مؤخراً بالانتقال إلى نادي اتحاد جدة السعودي لكرة القدم، ووفقاً لما ذكرته صحيفة "ليفربول وورلد" البريطانية، فإن محمد صلاح يمتلك حساباً في أحد البنوك البريطانية يقدر المبلغ الموجود فيه بـ20 مليوناً و182 ألف جنيه إسترليني. وأوضح المصدر أن هذا المبلغ هو في حساب بنكي واحد فقط، حيث يمتلك محمد صلاح العديد من الحسابات الأخرى. يحسب ما أوردته تقرير لصحيفة "ميرور" البريطانية خلال عام 2021 أي قبل عامين، كانت ثروة محمد صلاح تقدر بـ75 مليون جنيه إسترليني (87 مليون يورو). لكن في الوقت الحالي، لم يكتشف أي مصدر رسمي عن تفاصيل ثروة "الفرعون" الحالية بشكل عام. ويملك محمد صلاح العديد من المصادر التي يجيئ من خلالها الأموال بخلاف اللعب بليفربول. ويرتبط النجم المصري بالعديد من عقود الرعاية، مع شركات "آدidas" الألمانية للمنتجات الرياضية وشركة المشروبات الغازية العالمية "بيسي" وشركة الاتصالات العالمية "فودافون" وشركة التوصيل الأمريكية "أوبير" وشركة الإلكترونيات "أوبو" التي تنتج الهواتف النقالة. أيضاً، يمتلك صلاح ملايين المتبعين عبر صفحته على مواقع التواصل الاجتماعي "إنستغرام" وإنستغرابلا (توينتر سابقاً) وفيسابوك. ونتيجة لهذا العدد الكبير من المتبعين لل الدولي المصري على موقع التواصل الاجتماعي، فإن أي متثول له يحصل مقابلة على أموال من الشركات المالكة لهذه المواقع. محمد صلاح أيضاً يحقق أرباحاً أخرى من عالم الاستثمار العقاري من خلال شركتين، الأولى "Real Estate lettings business" وهي شركات المالكة "Trinity Kensington للإيجارات، والتي تقدر أصولها بـ9 ملايين جنيه إسترليني، وبعها تقريراً في الممتلكات. كما يربح أكثر من 5 ملايين دولار، في صناعة الطوب والأسمنت وأدوات البناء في استثمار منفصل. خلاف ذلك، يمتلك محمد صلاح أسطولاً من السيارات، هي بين الأسرع والأشهر في العالم، حيث ظهر بعدة سيارات مختلفة خلال الذهاب لتدربيات ليفربول

## ريتشارليسون يستجد بطبيب نفسي لإنقاذ مشواره الكروي

يعيش نجم منتخب البرازيلي ريتشارليسون انهياءً نفسياً غير مسبوق، إذ ظهرت عليه خيبة الأمل الكبيرة في المواجهة التي خاضها ضد بوليفيا، وحسماً منتخب "السامبا"

بتسجل خمسة أهداف كاملة مقابل واحد، وهو فوز لم يرض مهاجم

وتنتهاه هوتسبيرز. ودروف ريتشارليسون الدمع على دكة البدلاء لفشله في تسجيل الأهداف، لتؤكد صحيفة "تايليرافت"

البريطانية الأربعاء، أن المهاجم الشاب سيسجن بطبيب نفسي لمعالجه من خيبة الأمل التي تواجهه في الفترة الأخيرة وأشارت على أدائه بشكل واضح، وأنه لم يسجل سوى هدف وحيد في الدوري الانكليزي الممتاز خلال 31 مباراة مع توتنهام هوتسبيرز، داخل ريتشارليسون في أزمة نفسية، زاد من حدتها العوامل المحبطية به، إذ يعاني من مشاكل غير رياضية مصدرها عائلته تارة وأصدقاؤه تارة أخرى، واعترف النجم البرازيلي بأن الأشهر الخمسة الأخيرة لم تكن هينة عليه،خصوصاً أن الوضع في عائلته لم يكن مستقراً، وبعدهم استغل شراءه لسلبه أكبر قدر من الأموال، قبل أن يتخذ قرارات حاسمة لعلها تخرجه من خيبة الأمل التي يعيشها إلى تالي انتظاره جماهير نادي توتنهام طويلاً. ويتعرض لاعبو كرة القدم لحالات مماثلة في بعض الأحيان، ومنهم من يضرر لأنعزال باكرًا وهو متشرد جداً بالعوامل الخارجية التي تتسبب في تراجع مستواه، وهذا ما تدركه الأندية الأوروبية الكبيرة، عبر تعاقدها مع أطباء نفسيين يعالجون اللاعبين عبر لقاءات دائمة.

## هاري ماغواير يريد على السخرية التي تعرض لها من جماهير اسكتلندا

ردة المدافع الإنكليزي، هاري ماغواير، على السخرية التي تعرّض لها خلال مباراة منتخب إنكلترا واسكتلندا الودية، حين أطلق جزء من الجماهير الإنكليزية هتفت باسمه بعد نهاية المواجهة، رد على سبب سخرية كبيرة من اللاعب على وسائل التواصل الاجتماعي، وكان مدرب منتخب إنكلترا، غاريث ساوثينغتون، قد تحدث بعد نهاية مواجهة إنكلترا واسكتلندا، ودافع عن مدافعيه الإنكليزية، هاري ماغواير، وأكد أنه لم يشهد مثل هذا العداء تجاه لاعب سابق، مع العلم أن الجماهير الإنكليزية هتفت باسمه بعد نهاية المواجهة. رد على هتافات السخرية من الجماهير الإنكليزية، وحدثت السخرية من ماغواير بعد تسببه بهدف عكسي في مرمى المنتخب الإنكليزي في المواجهة التي انتهت بفوز الأسود الثلاثة على اسكتلندا (3 - 1)، وفي هذا الإطار رد ماغواير رد على السخرية في حديث لصحيفة "دايلي اسكيرس" وقال، "لا اعتذر نفسى شخصاً يتأثر بالضغط النفسى. مررت بالكثير في السنوات الأخيرة، وكانت قائدًة لمانشستر يونايتد لمدة 4 سنوات تقريباً، وهذا يمنحني الكثير من حس المسؤولية، سواء في السراء أو الضراء". وأضاف اللاعب في تصريحاته، رد على الأحداث الأخيرة، "هذا لا يعني أعني معتقد ذلك، لكنني أستطيع تحمل هذه الأمور. هذا يقلل من الضغط على زمامي، لأنه يتسبّب علي بال الكامل. أسوء الحظ، أهدينا هدفاً اليهم، وكنا نعلم أن الأمر سيكون عدائي، لكنني سعيد ولست قلقاً". في المقابل، ردت والدة هاري ماغواير على السخرية التي تعرّض لها إنجلترا، وذلك في رسالة شرّتها عبر حساباتها في وسائل التواصل الاجتماعي، وقالت زوجي، "كونالد، فإن رؤية هذا القدر من التعليقات السلبية والإهانات التي يتعرض لها ابني من بعض المشجعين مؤسفة وغير مقبولة تماماً لاي شخص وكذلك لم نمن يعمل في تمثيل ناديه". وتابعت الوالدة حديثه قائلة، "ما حدث ليس مقبولاً. أتفهم أنه في عالم كرة القدم هناك تقلبات، لحظات جيدة وأخرى سيئة، لكن ما يجده لهاري يتتجاوز كرة القدم. بالنسبة إلى، ما يجده نيل ليس جيداً. أكره أن يتم آباء أو لاعبون آخرون بمثل هذه المواقف في المستقبل..."

## وفاة

## لاعب كمال الأجسام نيل كاري عن عمر 34

توفي لاعب كمال الأجسام البريطاني نيل كاري الذي تأثر نفسه ودرب غيره من عشاق اللياقة البدنية طوال مسيرته البارزة، عن عمر يناهز 34 عاماً. بسبب نيل كاري Neil Currey وذكرت بعض المواقع الرياضية أنه توفي عن عمر 34 عاماً، ويفقال أن السبب هو الانتحار، ولم يتم الكشف عن الانتحار بتناول الأدوية أو برواللاعب بظروف نفسية جعلته يقدم على الانتحار أو حتى تقرير رسمي من الشرطة. مدرب نيل السابق، ميلو سارتسيف، شارك الأخبار الجزئية على إنستغرام يوم أمس معلقاً "أخبار مروعة ومفجعة للغاية الرياضي السابقتوفي اليوم تعازى الصادقة لعائلته وأصدقائه وأحبائه. ارقد بسلام نيل". كما شارك ذكري شخصية عن لاعب كمال الأجسام الراحل، متذكرة، "آخر/أفضل ذكرياتي عنه كان هذا الوجه المبتسم بعد فوزه بسباق نيويورك وحقق حلمه في عام 2017. وبعد ذلك بعامين، إلى مستر أولمبيا". ويدخل كوري سيرته المهنية كلاعب كمال أجسام في مسابقة Classic Physique، واستمر في المنافسة في جميع أنحاء العالم. حقق حلمه في عام 2022 عندما احتل المركز الأول في بطولة نيويورك للمحترفين، مما أهله لمسابقة مستر أولمبيا.

## نيمار ومبابي يتبدلان الأنفولدو

أشعل النجم البرازيلي نيمار جونيور لاعب الملاهي وزميله السابق كليان مبابي نجم باريس سان جيرمان، مواقع التواصل الاجتماعي، حيث تداولت الجماهير عبر منصة "إنستغرام" "خبر إلغاء نيمار مبابي متاحه الثاني في باريس سان جيرمان حتى الموسم الماضي". كما قام مبابي بالبقاء متتابعاً نيمار أيضاً على "إنستغرام" الامر الذي دفع الجماهير للتداول خبر إلغاء كليان ونيمار لبعضهما البعض، وشهدت الفترة الأخيرة توفرًا في العلاقة بين نيمار ومبابي، حيث أشار النجم البرازيلي بشكل غير مباشر من قبل إلى أنه لا بد من خروج أحدهما من فريق باريس سان جيرمان.



## الجهد الرياضي يؤذى القلب

اصبحت رياضة الماراثون أو الجري لمسافات طويلة من بين أكثر الرياضات المتداولة، وتعتبر ممارسة الرياضة من أهم العوامل التي تحافظ على الصحة لكن ممارسة الماراثون على المدى الطويل لا يصلح لكل شخص، بل هناك قواعد لهذه الرياضة يجب مراعاتها. دراسة علمية استنتجت أن الأشخاص الغير مدربين الذين يقومون بـ"ياجهاج" جسمهم في الماراثون يجدون أضراراً في قلبهما لا يتعالج منها القلب إلا بعد ثلاثة أشهر من الجري. الأشخاص الذين يرثبون بممارسة الماراثون أو الجري لمسافات طويلة لا يدركون في الأغلب استعدادية أجسامهم لهذه الرياضة، التي غالباً ما تكون غير مكتملة، هذا ما أوضحه المشرف على الدراسة ابريل لاروس من جمعية القلب والسكنة الدماغية الكندية، حيث يقول المشرف أن إصابات بعض أجزاء القلب أو علامات تعية لا تظهر على الفور في كثير من الأحيان، وفي حالة الاستفادة أو التعب الشديد تتولى أجزاء أخرى من القلب عمل أجزاء القلب المتعبة، هذه الآلية تظهر أن القلب يعمل بشكل أقل في هذه الدراسة بإشراف عداني هواة وبالتالي عرضة أكثر للضرر. قام الفريق العلمي في هذه الدراسة بإشراف عداني هواة يتعمدون بصحبة جيدة، وتم فحصهم ستة أيام قبل الجري وثمانية أيام بعد الجري. كما خضع الرياضيين لاختبار الدم والتقطير بالرينين المفاجئ للقلب واختبار في الأداء الرياضي وذلك بقياس كمية استهلاك الأوكسجين بالضبط من الجسم لتحديد الطاقة الاستيعابية للداء بشكل أفضل. يقول المشرف على الدراسة الدكتور لاروس أن نتائج الفحص بينت أن العداني الذين كانوا أقل تمرناً وأعداداً للجري الطويل كانوا ضعفاء في اختبار الأداء الرياضي الذي اجري لهم، كما ظهرت النتائج وبالمقارنة مع العدانيين المدربين تدريباً أفضل من الغير مدربين كانوا أسرع جهازاً وكانت هناك علامات ضرر في قلوبهم، ونتيجة لذلك كانت وظيفة القلب بعد الجري أكثر محدودية أو ناقصة بعض الشيء. وبينه الدكتور ويقول: "أنه لحسن الحظ يمكن لهذا التغييرات أن ترجع إلى أصلها، لكن ذلك يستغرق فترة قد تصل إلى ثلاثة أشهر حتى يتعافى القلب كما كان عليه ويقوم بوظائفه بشكل كامل". وهناك دراسة أخرى قام فيها المشرفون بختبار 45 من العدانيين، تراوح أعمارهم بين 24 و62 سنة شاركوا في ماراثون معين طويلاً وشاق، لم يكن لدى أي من الرياضيين مشكلة في القلب قبل الماراثون لكن جميعهم لديهم خبرة في الجري لمسافات طويلة، وبعد نهاية الجري الذي امتد لمسافة 80 كم على الأقل، لاحظ العلماء زيادة كبيرة في تربوينين الأول هي مادة تضر عضلة القلب، في 96 في المائة من المشاركون في السباق. كمالاحظ المشرفون أيضاً انخفاضاً في وظيفة القلب درجة ستر في المئة، والمشاركة في سباقات الماراثون الشاقة والطويلة جداً تسبّب مشكلة من الناحية الطبية" يقول البروفيسور إيكارت فليوك من معهد القلب في برلين المانية. وأضاف "أنا أعلم من دراسات سابقة أن الماراثون الطويل جداً عند المتزلجين والرياضيين له مخاطر قد يؤدي في الكثير من الأحيان بالإصابة بالرجفان الأذيني يؤدي إلى انقباضات عشوائية وغير منتظمة تخلalia الأذينين في القلب.

# نصائح رياضية لكل من تخطى الـ 50 سنة

للحصحة القلبية: لكن من المهم أن يقوم الأفراد بعد عمر الخمسين بتقليل المسافة التي يقطعونها والشدة المستخدمة في ممارسة رياضة الجري. يجب أن يكتفي الأفراد بعد عمر الخمسين بممارسة رياضة المشي، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أنَّ جسم الفرد سيحتاج إلى ممارسات رياضية أكثر من رياضة المشي، ومن المهم أن يقوم الفرد بزيادة شدة التمرين؛ ليكتيف الجسم مع متطلبات أكثر إرهاقاً. ومن المهم أن يتتجنب الأفراد بعد عمر الخمسين ممارسة رياضة رفع الأثقال، وهذا أمر خاطئ؛ حيث من المهم ممارسة هذه الرياضة للأفراد بعد الخمسين بالاتصال المناسب، والتكتيك السليم: للتنمية القوية العضلية، والرفع من مستوى اللياقة البدنية للأفراد. كما يجب أن يتتجنب الأفراد بعد عمر الخمسين ممارسة الرياضة بسبب الأمراض المزمنة كالسكري والضغط، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى التحسين من جميع الحالات الصحية المزمنة. وتقليل حاجة الأفراد إلى الأدوية في بعض الأمراض المزمنة. إنَّ الام العضلات الذي ينتج بسبب ممارسة التمارين الرياضية هو أمر خطير بالنسبة لكبار السن. وهذا أمر خاطئ؛ حيث أنَّ الألم الذي ينبع من العضلات هو أمر طبيعي، ويبدل على أنَّ الفرد قد مارس التمارين الرياضية بكفاءة وفاعلية. يوازن بعض الأفراد على عادات رياضية خاطئة من الممكن أن يعتبرها صحية؛ بهدف الحفاظ على لياقتهم وصحتهم، غير أن بعض هذه العادات تعطي نتائج مكسيبة؛ حيث تضر بصحتهم وتزيد من مخاطر السقوط. ومن الممكن أن يتزايد الام للذراعين وقوتها بمرور الوقت. ومن الممكن أن يتزايد فقدان القوة للأفراد بسبب قلة النشاط الحامل للوزن أو التغيرات الهرمونية أو العجمية الغذائية السببية أو الأدوية المحددة، وتؤدي تمارينات القوة إلى التحسين من حالة العضلات، تقلل من مخاطر الإصابة بهشاشة العظام والأمراض المزمنة. وتحسن من قوة العضلات في الجسم، مما يجعلها تمريناً مثاليًا للأفراد بعد سن الخمسين. وتحسن من ممارسة رياضة السباحة إلى انخفاض خطر السقوط. السباحة، تحسن من عمل المفاصل، تزيد من المرونة وتحسن من قوة العضلات. ممارسة تمارين القوة، حيث يميل الأفراد بعد عمر الخمسين إلى فقدان كثرة العضلات، التي تسهل أدء التمارين من ناحية. ويفي هذا المقال سنتحدث أكثر هذه العادات الرياضية شيوهاً. وعموماً من بين العادات الرياضية فقط، حيث إنَّ كانت تمارين الفرد بممارسة تمارين الجهد القليلة فقط، حيث إنَّ كانت تمارين الفرد تعتمد بشكل أساسى على تمارين الجهد بدون استعمال الأحمال أو مشاركتها مع تمارين القوة. فإنه لن يحصل على جسم مشدود. قيام الفرد بالانطلاق من سرعة الصفر إلى أقصى سرعة ممكنة؛ حيث إنَّ كان الفرد من الأفراد الذين يصلون متاخراً إلى حصة الرياضة الجماعية التي يتابعها، ثم يندمج مع فريقه وهو في أوج نشاطهم، أو إنَّ كان لا يعطي نفسه وقتاً كافياً للإحماء قبل الجري أو رفع الأثقال مثلاً، وهذا سيؤدي إلى قوى عارمة في منظومته المكانية، من المهم أن يبدأ الفرد بممارسة تمارينه المترفة الشدة بصورة متدرجة، بحيث يقضى ما بين 5 - 10 دقائق في رفع الأحمال الخفيفة، أو في تمارين الجهد المتوسطة. قبل أن يزيد من حدة تمارينه. من المهم أن يتبع الفرد أن يأخذ استراحة أثناء التمرين؛ حيث إنَّ كان يداوم على التمارين الرياضية ويشعر بالتعب أو بأوجاع مستمرة (الم التعيسيل)، فمن الممكن أن يكون هذا دليلاً على عدم منتج جولات التمارين التي لا يحب أن يصدقونها أبداً بشان ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية عند منتصف العمر، ومن بين الأنشطة الرياضية الخاصة بعد عمر الخمسين، فهي قد يظن بعض الأفراد أنَّ الوقت قد فات في الحصول على شكل ذات الجدة العالية فقط؛ حيث يقوم البعض بممارسة التمارين عالية الشدة بصورة متواتلة بهدف حرق كمية كبيرة من السعرات الحرارية في فترة قصيرة. لكنَّ لا بد من التنبؤ على أنه قد يجعل البعض أن حرق السعرات الحرارية هذا من الممكن أن يستمر إلى ما بعد إنهائه للتدربي؛ مما يتركه غرفة لمخاطر الإصابة بتناول أو تمزق العضلات أو الأربطة.



الرئيس المدير العام مسؤول النشر: معمري قاني | المدير العام: مجذوب بن صالح

• ملاحظة: كل الوثاق والصور التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سوء نشر أول من نشر



تابعونا على مواقع التواصل الاجتماعي:

لإشهاراتكم:

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

2023/09/17



BIT BAIT®  
100% ALGERIEN  
حماية آمنة  
Safe Protection  
12, Rue Hassen Benaamane Bir Mourad Rais Alger  
023 57 13 46 / 023 41 18 68  
0560 04 22 20 / 0550 60 01 66  
[www.bitbaitint.com](http://www.bitbaitint.com)  
[f](#) [@bitbait](#)

2023/09/17



تابعونا على مواقعنا الإلكترونية باللغات. العربية. الفرنسية . الإنجليزية:

لإشهاراتكم:

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

مؤسسة دزير توب الإعلامية  
**DZ TUBE**

2023/09/17