

بحضور الرئيس الايضواري، موتسيبي وانفانتينو

انطلاق "الكان" بحفل يحاكي تجربة "شان الجزائر"

رئيس  
"الفافا" وليد  
صادي يسجل  
حضوره في حفل  
الافتتاح

www.dzair-tube.dz  
SPORT

# حفلة بهبيج

يومية رياضية جزائرية

الأحد 14 جانفي 2024 الموافق لـ 1 رجب 1445 هـ العدد: 885، الثمن: 30 دج



بلماضي يضع اليوم آخر اللمسات على تشكيلته الأساسية

"الخضر" يضبطون عقارب الساعة على مواجهة أنغولا ويраهنون على بداية قوية

شايبى ضمن  
قائمة 10  
مواهب  
صاعدة  
مرشحة للتألق  
في "الكان"

## آخر الروتوشات

غونزاليس مدير أنغولا:

"إذا أردنا أن نجقق  
انطلاقة قوية يجب علينا  
الفوز على الجزائر"



رولان كوربيس:

"الجزائر ستذهب  
بعيدا في كان كوت  
ديفوار"



بلماضي  
ومحرز في ندوة  
صحفية اليوم  
ببواكي





المنتخب الوطني

## بلماضي يركز على الإسترجاع ويقف على نقاط قوة وضعف "أنغولا"

قرر الناخب الوطني، جمال بلماضي، عدم إرهاق لاعبيه، استعدادا للمواجهة الأولى للخضر أمام أنغولا غدا الإثنين في افتتاح مباريات المجموعة الرابعة لكأس أفريقيا 2023 بكونت ديفوار التي انطلقت أمس وتستمر إلى غاية 11 فيفري المقبل. كشف بيان الاتحاد الجزائري لكرة القدم، أمس السبت، بأن الطاقم الفني للخضر، بقيادة جمال بلماضي، فضل عدم إجهاد اللاعبين حتى يسترجعوا أنفاسهم بعد المجهودات الكبيرة التي بذلوها في الأيام الماضية، حيث، اكتفى بلماضي ببرمجة حصة معاينة بالفديو لمعاينة نقاط قوة وضعف منتخب أنغولا وقال بيان الطاقم، إن بلماضي برمجة تمارين رياضية داخل المسبح أو ما تعرف بـ"اللاكوا جيم" والتي انطلقت عند حدود الساعة الرابعة عصرا حسب المصدر نفسه، وقبل ذلك استفاد رفاق القائد رياض محرز من جولة استرخائية خفيفة أمام محيط إقامة الفريق الوطني وذلك من أجل التخلص من الرتابة والملل ويعطي بلماضي أهمية بالغة لكل الجوانب خلال تحضيرات المنتخب الوطني تحسبا لبداية قوية في الكان، حيث ركز في الأيام الماضية على إعداد المجموعة من الناحية البدنية، وقام أيضا بتجريب بعض الخطط التكتيكية في المباراتين الوديتين الأولى أمام طوغو وبوروندي كما عمل على الجانب النفسي إذ قام بعرض فيلم وثائقي لأفضل لحظات تتويج محاربي الصحراء بلقب "كان 2019" من شأنه أن يشحن من عزيمته لاعبيه. وحرص بلماضي، على فرض السرية الكاملة على أغلب تدريبات "محاربي الصحراء" بمدينة بواكي، منذ وصول زملاء محرز إلى كوت ديفوار، الأربعاء الماضي في قرار يريده به بلماضي إخفاء أوراقه الفنية والتكتيكية، وبالمرّة وضع لاعبيه في أحسن الظروف الإعدادية. ويتأهب المنتخب الوطني للمشاركة للمرة 20 في تاريخه ضمن بطولة كأس أفريقيا، علما أنه سبق له وأن توج في مناسبتين، في عام 1990 والثانية 2019 بمصر، ويطمح أشبال بلماضي لتحقيق مشوار جيد في نسخة كوت ديفوار 2023 لمحو خيبة إقصائهم من الدور الأول لنسخة الكاميرون 2021.

وسيم

للحديث  
عن لقاء "أنغولا"  
ندوة صحفية  
لبلماضي رفقة  
محرز اليوم

ينشط الناخب الوطني، جمال بلماضي، اليوم الأحد، ندوة صحفية، انطلاقا من الساعة الحادية عشرة صباحا بقاعة المؤتمرات التابعة لملاعب السلام بمدينة بواكي، أين سيتطرق للحديث عن أول مباراة للخضر في كأس أفريقيا 2023 التي انطلقت أمس وتستمر إلى غاية 11 فيفري المقبل والتي ستكون ضد نظيره الأنغولي غدا الإثنين في افتتاح مباريات المجموعة الرابعة. وستكون الندوة الرابعة التي سينشطها المدرب الوطني برفقة القائد رياض محرز للحديث عن آخر تحضيرات الخضر لمواجهة أنغولا، قبل خوض آخر حصة تدريبية اليوم بداية من الساعة الخامسة والنصف وهو المران الذي سيكون مفتوحا أمام وسائل الإعلام الجزائرية والأفريقية والعالمية بالإضافة إلى برمجة منطقة مختلطة لمحاوره بعض لاعبي الفريق الوطني. ويستهل المنتخب الوطني مشواره في البطولة القارية بمواجهة أنغولا غدا الإثنين، ثم بوركينافاسو وموريتانيا يوم 20 و 23 من الشهر نفسه.

وسيم

حسب صحيفة "ماركا"  
الإسبانية

## شايببي

ضمن قائمة 10 مواهب  
صاعدة مرشحة  
للتألق في "الكان"

سلطت صحيفة "ماركا" الإسبانية الضوء على 10 لاعبين يتوقع أن يتألقوا بصورة كبيرة في العرس الكروي الأفريقي بكونت ديفوار. وحسب الوسيلة الإسبانية، يتواجد الدولي الجزائري فارس شايببي المحترف في صفوف أينتراخت فرانكفورت الألماني، ضمن المواهب الصاعدة ينتظر تألقها في كأس أمم أفريقيا 2023. وتألّق شايببي بشكل لافت للانتباه مع ناديه السابق تولوز الفرنسي الموسم الماضي، ما دفع ناديه الحالي أينتراخت فرانكفورت للإسراع بالتعاقد معه، والنتيجة كانت تألق الدولي الجزائري في الملاعب الألمانية والأوروبية هذا الموسم، فضلا عن امتلاكه لفضائل هائلة وقدرته على اللعب في عدة مراكز، وهي المواصفات التي ستنجح بجمال بلماضي العديد من الحلول في كان 2023. ورغم التحاقه بمحاربي الصحراء، شهر مارس الماضي إلا أن شايببي تأقلم بسرعة مع "الخضر"، وأبان عن شخصية قوية ومستويات كبيرة كلما بتسجيل هدفين في 8 مباريات دولية. ونجح شايببي في تسجيل هدفين مع فرانكفورت في الموسم الحالي بواقع هدف في الدوري ضد بروسيا دورتموند وآخر في دوري المؤتمر الأوروبي جدير بالذكر أن كأس أمم أفريقيا القادمة ستشهد مشاركة أقوى المنتخبات في القارة السمراء، وفي مقدمتها منتخب السنغال الحائز على لقب النسخة الماضية 2021.

وسيم

بحضور الرئيس الإفريقي، موتسيبي، إنفانتينو وصادي

## إنطلاق "الكان" بحفل بهيج يحاكي تجربة "شان الجزائر"

انطلقت أمس، بطولة كأس أمم أفريقيا كوت ديفوار 2023 توتال إنترجيز، بحفل افتتاح مهبر أقيم في ملعب الحسن وأتارا في العاصمة الإفريقية أبيدجان. بدأ حفل الافتتاح الذي استمر لفترة قاربت نصف الساعة بفديو يبرز شغف الإفريقيين بكرة القدم ورغبتهم في تطوير اللعبة في القارة الأفريقية شهد في بدايته أيضا عروض بالالعاب النارية. بعد ذلك، حضرت بعض العروض الراقصة التي تعرف بها القارة الأفريقية، وذلك على أرض الملعب. وشارك في الحفل مجموعة من أبرز الفنانين في القارة السمراء، وأبرزهم المصري محمد رمضان وهو العربي الوحيد المشارك حفل الافتتاح، كما شمل العرض على مجموعة من الألعاب النارية والاستعراضات الأفريقية. فضلا عن ذلك، شهد حفل الافتتاح ظهور أعلام جميع الدول المشاركة في النسخة الجديدة من أمم أفريقيا 2023 وشبهه لذلك الذي اعتمدت عليه الجزائر خلال افتتاح بطولة اللاعبين المحليين (شان 2022)

واتارا، إنفانتينو وموتسيبي صادي حاضرون في الحفل

وحضر حفل الافتتاح الحسن وأتارا الرئيس الإفريقي وجياني إنفانتينو رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم وباتريس موتسيبي رئيس الاتحاد الإفريقي وكذا رئيس الاتحاد الجزائري لكرة القدم، وليد صادي، والعديد من الشخصيات البارزة في كرة القدم الأفريقية وقام الرئيس وأتارا بجولة في الملعب لتحية الجماهير قبل المباراة الأولى للمنتخب الإفريقي ضد غينيا.

جماهير كوت ديفوار صنعت الحدث ساعات قليلة من انطلاق العرس الأفريقي

وصنعت جماهير كوت ديفوار الحدث قبل ساعات قليلة من انطلاق منافسات كأس أمم أفريقيا 2023 التي تستضيفها البلاد. وقبل حفل الافتتاح بأكثر من 5 ساعات، احتشدت الجماهير الإفريقية في محيط ملعب "الحسن وأتارا". وتداولت مواقع التواصل الاجتماعي فيديوهات لثحف الجماهير الإفريقية ناحية ملعب "الحسن وأتارا"، لحضور انطلاق العرس الأفريقي. ويحمل منتخب كوت ديفوار باستغلال عاملي الأرض والجماهير لتحقيق لقب أمم أفريقيا للمرة الثالثة في تاريخه، ويشارك 24 منتخبا في "كان 2023" للمرة الثانية على التوالي بعد النسخة السابقة التي أقيمت في الكاميرون عام 2021. وقسمت المنتخبات إلى 6 مجموعات تضم كل مجموعة 4 فرق، ومع نهاية الدور الأول تتأهل المنتخبات الحاصلة على المركزين الأول والثاني من كل مجموعة، وتلحق بها أفضل 4 منتخبات حصلت على المركز الثالث.

وسيم



قال إن محرز لا يستحق أن يكون  
مع أفضل ثلاثي أفريقي

## غونزالفييس مدرب أنغولا؛ "إذا أردنا أن نحقق انطلاقة قوية يجب علينا الفوز على الجزائر"

أكد مدرب منتخب أنغولا، بيدرو غونزالفييس، أن مواجهة الجزائر في افتتاح بطولة كأس أفريقيا 2023، لن تكون سهلة، حيث، أن الجزائر منتخب قوي ويمتلك عناصر مميزة. وقال غونزالفييس في حوار خص به موقع "العربي الجديد": «ستواجه أحد أفضل المنتخبات في القارة (الجزائر)، ومباراتنا بكل تأكيد ضدّهم لن تكون سهلة، وإذا أردنا أن نحقق انطلاقة قوية في المسابقة يجب علينا التغلب عليهم». وأضاف: «نعمل بجهد ولا نفكر سوى في كيفية تدشين المنافسة بقوة، حتى وإن كنا ندرّك صعوبة المهمة في مباراتنا الأولى بعد اصطدامنا بالمنتخب الجزائري، الذي يعد المرشح الأبرز ضمن مجموعتنا الرابعة، سنسعى لتضديم أفضل ما نملك، وندرك أن كل شيء ممكن في كرة القدم». وتابع: «أعرف أن المنتخب الجزائري سيقتصد خدمات لاعبيه أمين غوييري ومحمد الأمين عمورة بسبب الإيقاف ضدنا، لكن يجب أن نعلم أن المنتخب الجزائري لا يتشكل من لاعب واحد، فهو مجموعة قوية تجمع اللاعبين الشباب وأصحاب الخبرة ممن سبق لهم المشاركة وحتى التتويج بهذه البطولة». وردا على سؤال متعلق عما إذا كان محرز قد ظلم بإقصائه من جائزة أفضل لاعب أفريقي قال في هذا الإطار قال: «أكن كل الاحترام والتقدير لرياض محرز فهو من خيرة اللاعبين في العالم، ولكنه صراحة هذا الموسم لا يستحق أن يكون مع أفضل ثلاثي أفريقي وهيكتور أوسيمين يستحق التتويج بالكرة الذهبية الأفريقية».



وسيم

الجولة الـ 13 للرابطة المحترفة الأولى

شباب بلوزداد - مولودية الجزائر (اليوم سا 19:00 بـ 5 جويلية)

## داربي عاصمي واعاد يجبس الأنفاس



شبيبة القبائل 2-1 أولمبي الشلف

## "الكناري" يواصل الانتفاضة ويقترب من "البوديوم"

واصل نادي شبيبة القبائل سلسلة نتائجه الإيجابية في الرابطة المحترفة الأولى بعدما أضاف نادي أولمبي الشلف إلى قائمة ضحاياه. وأطاح "الكناري" بضيضه الأولمبي بثنائية مقابل هدف وحيد في اللقاء الذي احتضنه ملعب أول نوفمبر بتيزي وزو مساء أمس برسم الجولة الثالثة عشر للبطولة الوطنية. ويدين النادي القبائلي بالفصل للاعب الشاب بركان رضوان الذي سجل الثنائية في الدقيقتين 33 و47، قبل أن يقلص الزوار النتيجة في د 58 عن طريق سويح.

وبهذا الانتصار أكد أشبال المدرب البرتغالي روي الميدا الانتفاضة التي حققها الفريق في اللقاء الأخير بعدما فرض التعادل على مولودية الجزائر بملعب 5 جويلية وبهذه النتيجة رفع النادي القبائلي رصيده للنقطة الـ 18 في المرتبة الـ 8 في جدول الترتيب العام بفارق 4 نقاط فقط عن صاحب الوصافة اتحاد خنشلة فيما يتواجد أولمبي الشلف في المركز برصيد 15 نقطة. سفيان ع.



الشباب، لتواجد الثنائي مع المنتخب الوطني في كوت ديفوار، استعداد لدخول غمار كأس إفريقيا غدا الاثنين بمواجهة أنغولا في الجولة الأولى.

### أقبال كبير على تذاكر "الداربي"

شهدت عملية بيع تذاكر الداربي بين شباب بلوزداد ومولودية الجزائر، اقبالا كبيرا من أنصار الفريقين، بعدما تم طرح حصة الـ 25 ألف تذكرة لكل طرف، وذلك بشبابيك ملعب 20 أوت و55 وملعب 5 جويلية، بداية من الساعة 09:00 صباحا، وهو ما يؤكد أن لقاء الداربي سيكون بشبابيك مغلقة، بعدما نفذت التذاكر في ظرف قياسي. من جانبها، حذرت إدارة الشباب في بيان لها، من مغبة نسخ التذاكر، لاسيما وأن المدرجات تم تقسيمها بالتساوي مع المولودية بـ 25 ألف لكل طرف. سفيان ع.

اللقاءين السابقين، بعد الاكتفاء بتعادلين أمام اتحاد الجزائر ثم شبيبة القبائل، هذا المباراة الأخيرة، كانت قاسية على رفقاء المتألق زكريا نعيجي الذين ضيعوا فوزا محققا في الدقائق الأخيرة من المباراة، فمباراة اليوم يسعى "العميد" من خلالها للعودة مجددا إلى سكة الانتصارات وأدى الدخول في مرحلة الشك، لاسيما وأن أي تعثر يعني تهديد على مكانته الريادية بالنظر لاحتدام التنافس وعدو عدد من الضرق في الجولات الأخيرة، أبرزها منافس اليوم، كما يعيش المدرب باتريس بوميل ضغطا رهيبا بعد فشله في تحقيق فوز في المواجهات "الكبيرة"، ليكون أمام حتمية إنهاء ذلك وهذا يمر عبر تحقيق الفوز الذي سيكون وقعه النفسي والحسابي إيجابيا لا محالة في بقية مشوار عميد الأندية الجزائرية. ومن الجانب الضني، سيستفيد مولودية الجزائر من عودة متوسط الميدان محمد بن خماسة بعدما تعافى من الإصابة التي غاب على إثرها عن مواجهتي الاتحاد والشعبية، لتبرز مكانته جليا في وسط الميدان، إذ سيكون بوميل في حاجة ماسة لخدماته بالنظر للخبرة التي يمتلكها وتألقه اللافت هذا الموسم مساهما في نتائج الفريق، بينما سيشهد "الداربي" غياب كلا من النجم يوسف بلايلي من جانب المولودية والحارس رايس وهاب مبولجي من جانب

ستكون الأنظار موجهة مساء اليوم، إلى ملعب 05 جويلية الأولمبي، الذي سيحتضن قمة الجولة 13 والداربي العاصمي بين شباب بلوزداد ومولودية الجزائر، بداية من الساعة 19:00 مساء، في لقاء يعد بالكثير بالنظر لأهمية نقاطه بالنسبة للفريقين، ما يجعله دون شك يشهد تنافس وندية شديدين. وتختتم مساء اليوم، فعاليات الجولة 13 من المحترف الأول، بإجراء مباراة مثيرة بين شباب بلوزداد (6، 19 أن) والراند مولودية الجزائر (1، 29)، في لقاء لا يقلب القسمة على اثنين، حيث يسعى كل فريق لتحقيق الفوز، فالمستقبل شباب بلوزداد، يسعى لتأكيد عودته القوية في المنافسة المحلية بعدما حقق انتصارين متتاليين أمام شباب قسنطينة داخل الديار. قبل التنقل إلى سطيف والعودة بكامل الزاد بنتيجة كبيرة ما يؤكد استفاضة حامل اللقب بعد تذبذب في نتائجه ضمن الرابطة الأولى، إذ أن الفوز يعني تقليص الفارق بينه وبين "العميد" الذي يعتبر منافسه المباشر على البطولة الوطنية هذا الموسم حسب الكثير من المتابعين، خاصة وأن أبناء "العقبة" يمتلكون ثلاث مباريات متأخرة، لتكون قمة اليوم فرصة من أجل بحث التنافس مجددا على لقب البطولة. في المقابل، شهدت نتائج المتصدر مولودية الجزائر تراجعا في

### إ. خنشلة 2-0 واد سوف

## "السيكاوة" يعمقون أزمة واد سوف

عمق نادي اتحاد خنشلة جراح ضيحه الاتحاد الرياضي السوفي بعدما فاز عليه بثنائية دون رد، ضمن فعاليات الجولة الثالثة عشر من الرابطة المحترفة الأولى. وسجل ثنائية "السيكاوة" كريم صابوني في د 73، والفاني ماكسويل باكو بعدها بـ 8 دقائق، ليمنح بذلك الاتحاد 3 نقاط ثمينة جدا رفعت رصيده إلى 22 نقطة في المركز الثاني في جدول الترتيب العام ويفارق 7 نقاط فقط عن المتصدر مولودية الجزائر. وبالمقابل تازمت وضعية الصاعد الجديد لدوري الكبار أكثر بعدما تجدد رصيده عند 4 نقاط في المركز الأخير في جدول الترتيب العام، ليسيير بخصى ثابتة نحو العودة سريعا إلى الرابطة الثانية هواة. سفيان ع.

### إ. بسكرة 0-0 مولودية البيض

## مولودية البيض تعود بتعادل ثمين من بسكرة



### مولودية البيض تشكر شباب بلوزداد

وعلى صعيد آخر وجهت إدارة مولودية البيض شكرها لتظيرتها في شباب بلوزداد على الدعم الذي قدمتها لها في مباراة اتحاد بسكرة أمس، وتكفلت إدارة بلوزداد برئاسة مهدي رابحي بسفيرة الفريق بالإضافة إلى إقامته بسكرة تضامنا مع المولودية بعد الحداث الذي ألم بأسرة البيض، وأبرزت إدارة الأخير في بيان لها أمس: «تتقدم إدارة نادي المولودية وعلى رأسها السيد الرئيس الحاج عبد القادر دحماني بكل عبارات الشكر والامتنان لإدارة نادي شباب بلوزداد لتكفلها التام بمصاريف تنقل النادي لمدينة بسكرة على متن طائرة خاصة و العودة عقب نهاية المباراة وكذا الإقامة بمدينة عروس الزيبان» لتختتم «لكم منا كل التقدير والشكر والعرفان». سفيان ع.

### وفاق سطيف 1-1 نجم بن عكنون

## الوفاق يواصل نزيف النقاط وبن عكنون يؤكد انتفاضة القوية

واصل نادي وفاق سطيف نزيف النقاط بعد تعادله أمام ضيحه نجم بن عكنون بهدف لمتله في لقاء احتضنه ملعب 8 ملي بسطيف سهرة أمس، لحساب الجولة الـ 13 للرابطة المحترفة الأولى. وفشل أشبال المدرب فرانك دوما في العودة إلى سكة الانتصارات مجددا بعدما ضيعوا نقطتين ثميتين أمام نادي نجم بن عكنون الصاعد حديثا لدوري الأضواء. وافتتح الزوار باب التهديد في الدقيقة 43 قبل أن يعدل أوكيل النتيجة في د 53، لتنتهي المباراة بالتعادل الإيجابي بهدف في كل شبكة. وبهذه النتيجة رفع وفاق سطيف رصيده إلى 21 نقطة في المركز الثالث بفارق هدف عن الوصيف اتحاد خنشلة، فيما عزز نجم بن عكنون حظوظه في البقاء ضمن الرابطة المحترفة الأولى بعدما رفع رصيده لـ 8 نقاط في المرتبة الـ 14 بفارق نقطتين عن مولودية الجزائر أقرب المهددين بالسقوط. ولم يعرف نجم بن عكنون طعم الهزيمة في المباريات الأربع الأخير حيث تمكن من جمع 6 نقاط كاملة (فوز و3 تعادلات) سمحت له بمغادرة مؤخرة الترتيب لأول مرة هذا الموسم. سفيان ع.

### اتحاد العاصمة

## "سوسطارة" تحول أنظارها نحو مواجهة "الحمراوة"

عادت تشكيلة نادي اتحاد العاصمة، أمس، إلى أجواء التحضيرات مجددا استعدادا للمواجهة المرتقبة أمام نادي مولودية وهران، مساء غد الاثنين، في لقاء متأخر عن الجولة السابعة من الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس". واستأنفت تشكيلة "سوسطارة" تدريباتها بعدما استفاد اللاعبون من يوم راحة، عقب الفوز الثمين الذي حققه الفريق أمام شبيبة الساورة يوم الخميس الماضي. واجتمع المدرب الإسباني خوان كارلوس غاريدو، بالأعبين قبيل انطلاق الحصص التدريبية، ودعاهم لطفي صفحة مواجهة الساورة والتركيز على لقاء "الحمراوة" الذي سيكون مهما جدا بالنسبة للنادي العاصمي من أجل الاقتراب أكثر من مقدمة الترتيب العام، ويسعى زملاء الحارس سوفي لاستغلال الوضعية التي يعاني منها المنافس باعتباره يتواجد بدون فريق في الوقت الراهن بعد استقالة المدرب خير الدين مضوي يوم الخميس الماضي، إثر الهزيمة المخيبة أمام شباب قسنطينة، وذلك من أجل الإبقاء على الزاد كاملا، داخل القواعد وتعزيز حظوظه أكثر في إنهاء مرحلة الترتيب ضمن "البوديوم". على صعيد آخر، انطلقت عملية بيع تذاكر مباراة اتحاد العاصمة أمام ضيحه مولودية وهران، المقرر يوم غد في لقاء متأخر عن الجولة الـ 7 للرابطة المحترفة الأولى. سفيان ع.

دراجة المضمار / البطولة الإفريقية-2024:

## المنتخب الجزائري يحصد ست ميداليات جديدة منها واحدة ذهبية

أحرز المنتخب الجزائري للدراجات ست ميداليات جديدة (ذهبية واحدة، 4 فضيات وبرونزية واحدة). خلال منافسات اليوم الثالث للبطولة الإفريقية للاختصاص (رجال-سيدات) سهرة الجمعة بالعاصمة المصرية القاهرة. الذهبية الجزائرية الوحيدة جاءت بفضل محمد نجيب عسال في سباق النقاط (نخبة رجال). فيما حقق الفضيات الأربع كل من لطفي تشمباز (سباق المطاردة/نخبة رجال)، الخصب ساسان (سباق السرعة/نخبة رجال)، حمزة مقنوش (سباق النقاط/ نخبة رجال) وأنس رياحي (سباق النقاط/ أوسط-ذكور). أما الميدالية البرونزية فقد كانت من نصيب صلاح الدين الأيوبي شرقي (سباق المطاردة/ نخبة رجال). وبهذا ترتفع حصيلة الجزائر في هذه البطولة إلى 12 ميدالية (ذهبيتان، 6 فضيات، 4 برونزيات). ونال الميدالية الذهبية الأولى المنتخب الوطني في سباق المطاردة حسب الفرق (نخبة رجال). يوم الأربعاء، خلال منافسات اليوم الأول، فيما نال الميداليتين الفضيتين كل من أنس رياحي في سباق "سكراتش أوسط ذكور" و زكرياء بودار في "سكراتش نخبة". أما الميداليات البرونزية الثلاث فكانت بواسطة محمد نجيب عسال في "كبيرين نخبة" و نسرين حويلى في سباق "اقصاء نخبة" و الفريق الوطني في سباق السرعة (حسب الفرق). ويتكون المنتخب الجزائري المشارك في البطولة القارية من 10 دراجين للنخبة من بينهم سيدتان و واحد من الأواسط أنس رياحي و حمزة مقنوش (نخبة). ويشرف على تأطير منتخب السيدات سمير غلام بينما يؤطر منتخب الرجال الناخب الوطني عبد الباسط حماشي.

مهدي



دراجة المضمار / البطولة الإفريقية-2024:

## الجزائري محمد نجيب عسال يتوج بذهبية سباق النقاط

أحرز الدراج الجزائري محمد نجيب عسال الميدالية الذهبية في سباق النقاط (نخبة رجال) في منافسات اليوم الثالث للبطولة الإفريقية للاختصاص بالجمعة بالعاصمة المصرية، القاهرة. وتعد هذه الميدالية الذهبية الثانية للجزائر في هذه المنافسة القارية بعد الأولى التي أحرزها الفريق الوطني في سباق المطاردة حسب الفرق المشكل من الرباعي: لطفي تشمباز، ياسين شعلال، الخصب ساسان وصلاح الدين الأيوبي شرقي خلال اليوم الأول. وفي المجموع بلغت حصيلة المشاركة الجزائرية بعد ثلاثة أيام من المنافسة سبع ميداليات (2 ذهب و 2 فضة و 3 برونز). الميداليتين الفضيتين أحرزهما كل من أنس رياحي في سباق "سكراتش أوسط ذكور" و زكرياء بودار في "سكراتش نخبة". أما الميداليات البرونزية الثلاث فكانت بواسطة كل من محمد نجيب عسال في "كبيرين نخبة" و نسرين حويلى في سباق "اقصاء نخبة" و الفريق الوطني في سباق السرعة حسب الفرق الذي يضم الثلاثي الخصب ساسان، زكرياء بودار، محمد نجيب عسال. ويتكون المنتخب الجزائري المشارك في البطولة القارية من 10 دراجين للنخبة من بينهم سيدتان و واحد من الأواسط أنس رياحي و حمزة مقنوش (نخبة). ويشرف على تأطير منتخب السيدات سمير غلام بينما يؤطر منتخب الرجال الناخب الوطني عبد الباسط حماشي.

مهدي

## إدارة مولودية سعيادة تتفاوض مع المدرب بن سليمان

يتوجه مدرب مولودية سعيدة الياس أعراب للاستقالة من منصبه بعد غيابه عن الحصص التدريبية الأخيرة لفريقه الذي التحق به الصائفة الماضية، حسبما علم أمس من إدارة هذا النادي النازل إلى بطولة ما بين الجهات لكرة القدم (مجموعة الغرب) في نهاية الموسم المتصرم. ولتعويض الرحيل المحتمل لأعراب، دخلت إدارة "المولودية" في اتصالات مع التقني حكيم بن سليمان، الذي قاد منذ موسمين مولودية البيض من الأقسام الأدنى إلى الرابطة الأولى، لإسناده العارضة الفنية لفريقها، بضيف نفس المصدر. ويتقاسم مولودية سعيدة، الذي يحل ضيفا على شباب الأمير عبد القادر (وهران) في إطار الجولة التاسعة من البطولة، المركز الأول في ترتيب مجموعته رفقة اتحاد الكرمة برصيد 19 نقطة لكل منهما. للتذكير، فإن صاحب الصدارة هو من يصعد وحده في نهاية الموسم إلى الرابطة الثانية عن مجموعة الغرب، و الأمر نفسه ينطبق على باقي المجموعات التي تنشط في بطولة ما بين الجهات.

مهدي

## المشاركة الجزائرية في دورة أكرا على جدول اجتماع بمقر اللجنة الاولمبية

احتضن مقر اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية الخميس الماضي اجتماعا تنسيقيا ثلاثيا ضم وزارة الشباب والرياضة، الهيئة الأولمبية الوطنية، والاتحادات الرياضية المعنية تحسبا لمشاركة النخبة الوطنية في دورة الألعاب الإفريقية المقررة بفانا (8-22 مارس 2024). وأوضحت اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية في بيان لها أن الاجتماع الذي ترأسه مناصفة خير الدين برباري، الأمين العام للجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية، ناقش جميع الجوانب المتعلقة بالمشاركة الجزائرية في التظاهرة الرياضية الإفريقية في طبيعتها الثالثة عشرة. يذكر أن دورة الألعاب الإفريقية كانت مقررة انفا في أوت 2023 قبل أن يتم تأجيلها إلى مارس 2024 لأسباب مختلفة مع الاحتفاظ بتسمية الألعاب الإفريقية 2023. ومن المنتظر أن يشارك في دورة أكرا حوالي 5000 رياضي يمثلون 55 دولة إفريقية. وستكون هذه الألعاب مؤهلة لأولمبياد باريس 2024 في بعض الرياضات.

مهدي

تنس - بطولة أدليد الدولية:

## تتويج التشيكي ليكا بأول لقب في مسيرته

تفوق التشيكي بييري ليكا على منافسه البريطاني جاك درابر، بنتيجة 6-4 و 6-4 في نهائي بطولة أدليد الدولية للتنس أمس السبت ليحجز لقبه الأول في مسيرته الاحترافية في الملاعب قبل انطلاق بطولة أستراليا المفتوحة. وسبق للاعب التشيكي (22 عاما) التأهل إلى دور ثمن النهائي في أستراليا المفتوحة العام الماضي وسيساهم في البطولة للمرة الثالثة هذا العام بروح معنوية عالية بعد فوزه في المواجهة المثيرة مع درابر (22 عاما) التي استمرت ساعتين علما أنه كان متأخرا خلال هذا اللقاء في النتيجة. وتنتقل نسخة أستراليا المفتوحة لسنة الجارية اليوم الأحد في ملاعب ملبورن بارك وتودوم حتى 28 من الشهر الجاري. وفي الدور الأول لدورة أستراليا المفتوحة، سيلتقي ليكا المصنّف 32 مع الإسباني برنابي زاباتا ميراييس بينما يواجه درابر نظيره الأمريكي ماركوس جيرون. ولعب درابر مباراة واحدة فقط في دورة أستراليا المفتوحة انتهت بهزيمته امام العملاق الإسباني رافائيل نادال في العام الماضي.

مهدي



الدورة الوطنية للكرات الحديدية أكبر مستغانم:

## تتويج ثلاثي تيارت باللقب



توج ثلاثي ولاية تيارت بلقب الدورة الوطنية للكرة الحديدية للأكابر في اختصاص اللعب القصير التي أقيمت الجمعة بميدان الكرات الحديدية ببلدية سيدي علي (مستغانم). وتمكن هذا الثلاثي المتشكل من الأخوة بن زرقة عبد القادر و نور الدين وكمال من فرض سيطرته على المنافسة التي اختتمت سهرة الجمعة والتتويج باللقب على حساب ثلاثي الجزائر العاصمة المتمثل من لعور و سامي و ميمو بنتيجة 11 مقابل 10 فيما عاد المركز الثالث مناصفة لفريقي أرزيو و مستغانم. وتميزت هذه الدورة الوطنية التي دامت إلى غاية ساعة متأخرة من الليل بمستوى فني مقبول وحضور جمهور غفير رغم برودة الطقس. وعرفت

هذه التظاهرة الرياضية المنظمة من طرف النادي الرياضي الهاوي الرجاء ببلدية سيدي علي للكرات الحديدية بالتنسيق مع الرابطة الولائية لهذه الرياضة في إطار الاحتفالات بمراسم السنة الأمازيغية الجديدة مشاركة 128 ثلاثي من مختلف ولايات الوطن. و في ختام الدورة تم تسليم جوائز للفائزين بحضور ممثلي مديرية الشباب والرياضة و وجود رياضية بالولاية.

مهدي

## كوت ديفوار لإنهاء العقدة وتحدي خاص للسنغال

في حضور كل المنتخبات الكبيرة بالقارة السمراء، تنطلق في كوت ديفوار، اليوم السبت، كأس أمم أفريقيا لكرة القدم، والتي قد تشهد صراعا ناريا على اللقب بين منتخبات يتقدمها المغرب، أول منتخب أفريقي يبلغ نصف نهائي كأس العالم، والسنغال حاملة اللقب، والفريق الإيفواري المضيف، إلى جانب مصر والجزائر وتونس.

وتقام النسخة الـ34 من المسابقة الأقوى في القارة شتاء، وسط روزنامة أوروبية مزدحمة، ما أثار مزيدا من الجدل حول موعد إقامة كأس أمم أفريقيا، التي تجرى كل عامين. ووصل بعض نجوم الأندية الأوروبية إلى منتخباتهم بعد مباريات نهاية الأسبوع الماضي، مثل المصري محمد صلاح (ليفربول الإنجليزي)، والمغربي أشرف حكيمي (باريس سان جيرمان الفرنسي)، والنيجيري فيكتور أوسيمين (نابولي الإيطالي)، فيما سيصل حارس المرمى الكاميروني أندريه أوانا (مانشستر يونايتد الإنجليزي) متأخرا، عشية لقاء الافتتاحي في البطولة، يوم الإثنين، بعد الاتفاق على خوضه مباراة نادية ضد توتنهام مساء الأحد.

وفيما يشارك عدد كبير من نجوم الصف الأول، تفتقد كأس أمم أفريقيا 2023 نجوما مثل المهاجم الكاميروني إريك ماكسيم تشوبو موتينغ (بايرن ميونخ الألماني)، والجناح الإيفواري ويلفريد زاه (غلطة سراي التركي)، ومواطنه المدافع إريك بايلي (بشكتاش التركي) بقرارات فنية، والهداف النيجيري فيكتور بونيفاس، مهاجم باير ليفركوزن الألماني للإصابة. وصلت المنتخبات الـ24 المشاركة في البطولة إلى كوت ديفوار، واستقرت في 5 مدن هي العاصمة السابقة أبيدجان، والعاصمة السياسية ياموسوكرو، ومدينة بواكي الكبيرة، وسان بيدرو الساحلية، وكوروهغو. وأظهرت حكومة الرئيس الإيفواري، الحسن واتارا، استعدادا لإنفاق ما يلزم لضمان نجاح البطولة، حيث استثمرت 1.5 مليار دولار أمريكي تقريبا، وبالإضافة إلى الملاعب الستة المضيضة للمباريات، سواء بنيت أو جددت، أنشئت الطرق وشيدت الجسور والفنادق وقرى مخصصة لإيواء المنتخبات.

ومنذ الوصول إلى مطار "فيليكس أوفيت بواني" في مدينة البلاد الأشهر أبيدجان، تستقبل فرق راقصة تؤدي رقصات محلية بهلوانية وأغنيات محلية الضيوف، فيما تغطي الحماسة والبهجة على الأجواء. وفي أرجاء أبيدجان، يمكن رؤية أعلام كوت ديفوار وقمصان المنتخب الملصق بـ"الفيلة" برتقالية اللون، وقد غلقت في كل مكان.

### السنغال وتحدي خاص في كأس أمم أفريقيا

تعيش السنغال أزهى عصورها الكروية على الإطلاق على كل المستويات والأعمار؛ فالمنتخب الأول توج بطلا لأفريقيا 2021 في الكاميرون، وتأهل إلى نهائيات كأس العالم 2022، ثم فاز منتخب المحللين بكأس أفريقيا في الجزائر (فيفزي 2023)، قبل أن يتوج منتخب الشباب (أقل من 20 عاما) بكأس أفريقيا في مصر (مارس 2023). وسبواجه "أسود التيرانغا" في البطولة تحديا خاصا، يتمثل في فشل آخر 6 أبطال في الدفاع عن لقبهم القاري، بل لم يتقدم أي منهم أكثر من دور الـ16، في تحدي كبير أمام رجال المدرب المحلي أليو سيسيه.

### عقدة المضيف

لم يتوج أي منتخب على أرضه منذ فعلها منتخب مصر عام 2006، وسبتين على منتخب "الفيلة" المدجج بالنجوم كسر هذه اللعنة، من أجل إحراز ثالث ألقابه في البطولة بعد 1992 و 2015. ولتحقيق اللقب القاري، تعول كوت ديفوار على المهاجم سيباستيان هالبر ولاعب الوسط سيكو فوفانا وفرانك كيسي، الذين تعج شوارع العاصمة بصورهم. وإلى جانب تلك المنتخبات الثلاث، يأتي في الترشحات أيضا المنتخبات ذات الباع الطويل، كالمنتخب المصري صاحب 7 ألقاب في البطولة (رقم قياسي)، بقيادة صلاح متصدر هدافي الدوري الإنجليزي الممتاز "بريميرليغ" (14 هدفا)، ونيجيريا مع أوسيمين أفضل لاعب أفريقي لعام 2023، والكاميرون مع القائد الجديد لجيلها الحالي، لاعب وسط نابولي فرانك زامبو أنغيسا، كما يمكن لتونس والجزائر وجنوب أفريقيا وغانا المنافسة.



## أسماء قوية تنافس النجوم العرب في كأس أفريقيا

تتجه الأنظار في كأس أفريقيا للأمم في ساحل العاج، خلال الفترة من 13 جانفي الجاري إلى 11 فيفري المقبل، إلى العديد من اللاعبين البارزين، وتشهد النسخة الجديدة حضورا للعديد من كبار النجوم الأفارقة، ممن جرى اختيارهم في قوائم المنتخبات التي تخوض بها منافسات البطولة القارية.

وفي هذا التقرير سنستعرض أبرز 7 أسماء غير عربية قد تصنع الحدث وتترقب الجماهير تألقها. وأول من تترقبه الجماهير فيكتور أوسيمين، مهاجم نادي نابولي الإيطالي ومنتخب نيجيريا وأعلى لاعب في القارة السمراء، الذي تصل قيمته إلى 110 ملايين يورو، وأفضل لاعب في أفريقيا لعام 2023، والذي يعد أمل "النسور الأخضر" في البطولة. ويدخل فيكتور أوسيمين منافسات الأمم الأفريقية في حالة فنية جيدة، فهو هداف الدوري الإيطالي الموسم الماضي والمهاجم الأول في تشكيلة فريقه حاليا وصاحب العروض الأبرز داخل "الميركاتو الشتوي"، أبرزها من تشلسي الإنجليزي الساعي لضمه منذ فترة مقابل أكثر من 100 مليون يورو، فيما يرفض ناديه التفریط فيه. ويعد فيكتور أوسيمين الأول بين 7 نجوم في القارة السمراء من خارج دائرة المنتخبات العربية، تتجه الأنظار في "الكان"، وسط ترقب لبصمته التهديدية رفقة منتخب بلاده وقيادته إلى التتويج بالكأس بعد حصده الكرة الذهبية، وكذلك لقب هداف تصفيات أمم أفريقيا 2023 عندما سجل للمنتخب النيجيري 10 أهداف. ومن الملاعب الأسبوعية هذه المرة، وليست الأوروبية، يطل مجددا في كأس الأمم الأفريقية، أيقونة الكرة السنغالية ساديو ماني، نجم وسط نادي النصر السعودي وليفربول وبايرن ميونخ السابق، قائد لـ"أسود التيرانغا" في رحلة الدفاع عن لقبه بطلا لكأس الأمم الأفريقية. ويعد ساديو ماني (31 عاما) أحد ألمع نجوم القارة في السنوات العشر الأخيرة، وفاز بالكرة الذهبية ولقب أفضل لاعبي أفريقيا مرتين، وهو لاعب موهوب يجيد صناعة الفرص والمراوغة والتهديف. وسجل ساديو ماني مع النصر 8 أهداف في الدوري قبل قدومه مباشرة إلى البطولة القارية، التي يأمل تحقيق لقبها للمرة الثانية على التوالي، والتأكيد على كونه لا يزال من أفضل المواهب الأفريقية، خاصة في ظل شعبيته الجارفة بين الجماهير، وورقة رابحة في تشكيلة المدرب أليو سيسيه يراهن عليها كثيرا في ترجيح كفته. وهناك نجم نال جائزة كبرى في عام 2023، وهو بيرسي تاو (29 عاما)، نجم وسط نادي الأهلي المصري ومنتخب جنوب أفريقيا، وهو أهم موهبة في آخر 5 سنوات داخل منتخب "الأولاد"، ورغم خلافاته الكبيرة في وقت سابق مع هوغو بروس، المدير الفني، إلا أن الأخير لم يتجه للتصعيد ويستبعد اللاعب، بل ضم بيرسي تاو إلى قائمة جنوب أفريقيا في البطولة على أمل أن يكون الورقة الرابحة والعقل المفكر. ويعيش بيرسي تاو حالة فنية جيدة مع الأهلي المصري، وقاده مؤخرا إلى الفوز بالمدالية البرونزية في بطولة كأس العالم للأندية التي جرت في السعودية، بخلاف الحصول على جائزة أفضل لاعب داخل القارة الأفريقية عن عام 2023 من جانب "كاف"، وسجل مع الأهلي أكثر من 5 أهداف في الموسم الجاري بكل البطولات محليا

### هالبر وحلم كأس أفريقيا

ومن الأسماء التي تترقب جماهير الكرة الأفريقية لمعانها في "كان 2023"، سيباستيان هالبر، مهاجم منتخب ساحل العاج والوريث الحالي لتهديفيا للنجم السابق ديديه دروغبا أسطورة الكرة العاجية. ونجح سيباستيان هالبر في تحقيق نجاحات كبيرة مع منتخب "الأفيال" في آخر 3 سنوات، كما لمع في أوروبا رفقة عدة أندية، مثل أوكسير الفرنسي وأينتراخت الألماني ويستهام يونايتد الإنجليزي، وأخيرا بوروسيا دورتموند الألماني، وهو مهاجم قناص يجيد استقلال الكرات العرضية والتسجيل من ألعاب الهواء، وسجل أكثر من 100 هدف في مسيرته الاحترافية الأوروبية في آخر 13 عاما. كما تتجه الأنظار في أمم أفريقيا 2023 صوب نجم كامبروني كبير، هو هداف النسخة الماضية في بلاده، التي شهدت تسجيله 8 أهداف، وهو ثاني أكبر معدل تهديفي يسجله لاعب في نسخة واحدة. بطل هذه السطور هو فينسنسنت أبو بكر، مهاجم بشكتاش التركي ومنتخب الكاميرون وفارسها الأول في آخر 7 سنوات، والذي ينظر له أنه الأمل الأبرز في تشكيلة "الأسود" بالبطولة. وحقق فينسنسنت أبو بكر لقب بطل "كان 2017" في الغابون رفقة الكاميرون، وسجل هدفا في المباراة النهائية في مرمى المنتخب المصري، كما توج هدافا لكأس الأمم الأفريقية 2021 في الكاميرون، وأحرز وقتها 8 أهداف، وكذلك صعد مع الكاميرون إلى مونديال 2022. ويعتبر فينسنسنت أبو بكر المهاجم الأول في تشكيلة منتخب الكاميرون، ويسعى بقوة لاستعادة بريقه، خاصة بعد تراجع أسهمه كثيرا في الأونة الأخيرة داخل فريقه التركي بشكتاش.

### قدوس يحمل آمال غانا في كأس أفريقيا

أما سادس النجوم في تشكيلة المنتخبات الأفريقية الأبرز في القارة الأوروبية كمحترف فهو محمد قدوس، نجم وسط ويستهام يونايتد الإنجليزي والعقل المفكر في منتخب غانا حاليا، وهو لاعب تطور كثيرا في الأعوام الثلاثة الأخيرة، ولمع في صفوف أياكس الهولندي ثم انتقل إلى "البريميرليغ" مع ويستهام، ويراه الخبراء أبرز لاعب في تشكيلة غانا متفوقا على أسماء لامعة يتصدرها أندري أيو كابتن الديلاك ستارز، بعدما ظهر تطوره اللافت في كأس العالم الأخيرة 2022 في قطر، وسجل هدفين في مرمى كوريا الجنوبية، ونال وقتها لقب رجل المباراة ليزداد بريقه في القارة السمراء. ويلعب اسم سابع في الصورة داخل "كان 2023"، تنتظره الجماهير، وهو سيكو كويتا، مهاجم فريق سانزبورغ النمساوي وهداف منتخب مالي الأول والأبرز في الوقت الحالي، وهو من اللاعبين الذين ذاع صيتهم في آخر 5 سنوات منذ تألقه في بطولة كأس العالم للشباب، ويات المهاجم الأول في قائمة منتخب مالي وأمله الأكبر في الذهاب بعيدا بالبطولة القارية.



جلال القادري : نجوم تونس متعبون وأهدافنا لم تتغير في كأس أمم أفريقيا

تحدث المدرب جلال القادري المدير الفني لمنتخب تونس في حوار حصري مع "العربي الجديد"، بعدما وصلت الرحلة الجوية إلى مدينة كوروهغو، عقب تأخرها لعدة ساعات في مدينة بواكي العاجية، قبل المشاركة في بطولة كأس أمم أفريقيا لكرة القدم. وقال جلال القادري، "التأخير في الرحلة الجوية أثرت على منتخب تونس، لأننا برمجنا حصتنا التدريبية في الساعة الخامسة مساء (توقيت ساحل العاج)، لكننا وجدنا أنفسنا متأخرين بساعتين. بإذن الله سنتدارك ما حدث، والمهم بالنسبة لي، هو وصولنا بخير وسلامة". وعن حظوظ منتخب تونس في كأس أمم أفريقيا، أجاب المدير الفني جلال القادري، "نحن ندافع عن جميع حظوظنا ولم يتبدل شيء هذه هي أهدافنا لم تتغير، ونحن وصلنا إلى هنا (يقصد مدينة كوروهغو) بفضل الله، وهناك تعب شعر به (بسبب تأخر الرحلة الجوية)، ولدينا 4 أيام قبل المباراة الأولى، وأتمنى أن يكون الجميع حاضرا".

يذكر أن منتخب تونس يستعد لخوض منافسات بطولة كأس أمم أفريقيا لكرة القدم في ساحل العاج، بعدما أوقعت القرعة في المجموعة الخامسة، التي يواجه فيها منتخب جنوب أفريقيا، مالي، بالإضافة إلى منتخب ناميبيا.

## تشاففي يضع خطة الفوز بالكلاسيكو

استقر تشافي هيرنانديز المدير الفني لبرشلونة، على الخطة التي سيطبقها أمام ريال مدريد اليوم، في نهائي كأس السوبر الإسباني. ووفقا لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، سيطبق تشافي أمام ريال مدريد الخطة التي نجح من خلالها في إسقاط الملكي بمواجهات سابقة. وأشارت إلى أن خطة تشافي تعتمد على وجود ربايعي في خط الوسط، بدخول بيدري إلى التشكيل الأساسي رفقة فرينكي دي يونغ والكاي غوندوغان.

وأردفت: "لا يزال تشافي في حيرة بشأن اللاعبين الرابع إذا كان سيرجي روبرتو أو جواو كانسيلو، إذا تعافى الأخير بشكل كامل من الإصابة". وأوضحت: "تشاففي يرى أن هذه الخطة المثالية لمواجهة ريال مدريد الذي يلعب أيضا ربايعي في خط الوسط، ولا يعتمد على وجود رأس حربة صريح". وذكرت: "تشاففي ابتكر هذه الخطة بكأس السوبر في العام الماضي.. كما أنه لا يزال في حيرة بشأن اختيار لامين يامال أم جواو فيليكس لتعويض غياب رافينيا".

## نجم ريال مدريد: سنسقط برشلونة

وجه أحد اللاعبين البارزين في صفوف ريال مدريد، رسالة إلى برشلونة قبل نهائي كأس السوبر الإسباني، اليوم في العاصمة السعودية الرياض. ونسب المجاهد البدني الكبير الذي قدمه داني كارفاخال أمام أتلتيكو مدريد في نصف النهائي يوم الأربعاء، في شعوره بالإرهاق، ليصبح الغائب الوحيد عن تدريبات ريال مدريد، الجمعة، قبل مواجهة برشلونة. ووفقا لشبكة "ديفنسا سنترال" الإسبانية، فإن كارفاخال متحمس للغاية لخوض المباراة، ولن يمنعه الإجهاد من التواجد في التشكيل الأساسي لفريق المدرب كارلو أنشيلوتي. وأشارت إلى أن كارفاخال يتطلع حقا لخوض الكلاسيكو، حيث قال في غرفة ملابس ريال مدريد: "سنسقطهم عندما تأتي لحظة الحقيقة".

## ريال مدريد يجهز مفاجأة لبيلينغهام في صفقة مباني

تجهز إدارة ريال مدريد مفاجأة للإنجليز جود بيلينغهام، لاعب وسط الفريق، إذا نجح الملكي في التوقيع مع الفرنسي كيليان مباني، مهاجم باريس سان جيرمان. وينتهي عقد مباني مع باريس في الصيف المقبل، ويحق له التفاوض والتوقيع مع أي ناد، بدءا من شهر جانفي الجاري. ووفقا لبرنامج "الشيرنغيتو" الإسباني، يخطط مسؤولو ريال مدريد لمنح بيلينغهام زيادة مهمة في راتبه، إذا وقع الميرنجي مع مباني. ويريد ريال مدريد من خلال هذا الإجراء الاعتراف بما قدمه النجم الإنجليزي في موسم الأول مع الملكي. وأشار إلى أن راتب بيلينغهام بعد التعاقد مع مباني، سيتراوح من 20 إلى 25 مليون يورو، وهو نفس العرض الذي رفضه من مانشستر سيتي في الصيف الماضي، من أجل الانتقال إلى ريال مدريد. وكانت صحيفة "ماركا" الإسبانية، قد كشفت في وقت سابق عن الراتب الحالي لبيلينغهام، والذي يتراوح بين 10 و 12 مليون يورو سنويا. وكشف أن الراتب المتوقع لمباني مع ريال مدريد ستراوح من 25 إلى 30 مليون يورو فقط.

## كارفاخال يغيب عن تدريب ريال مدريد

يعد داني كارفاخال، ظهير ريال مدريد، بفترة توهج، آخرها المستوى المميز الذي قدمه أمام أتلتيكو مدريد في نصف نهائي السوبر الإسباني، والذي كلفه بتسجيل هدف. ولكن، تسبب المجاهد البدني الكبير الذي قدمه اللاعب البالغ من العمر 32 عاما في شعوره بالإرهاق، ليصبح الغائب الوحيد عن تدريبات ريال مدريد الجمعة، قبل مواجهة برشلونة اليوم الأحد في المباراة النهائية. وبحسب صحيفة "سبورت" الإسبانية، من المحتمل ألا يتسبب ذلك الحمل الزائد في غياب كارفاخال عن الكلاسيكو، بعدما اكتفى بالتدريب في صالة الألعاب الرياضية اليوم. يذكر أن كارفاخال شارك في 19 مباراة في جميع المسابقات رفقة ريال مدريد هذا الموسم، نجح خلالها في تسجيل 3 أهداف وصناعة مثلهم. ويبحث ريال مدريد عن رد الدين لبرشلونة اليوم الأحد، بعد خسارته نهائي السوبر الإسباني الموسم الماضي أمامه بنتيجة (3-1).

## أزمة نيوكاسل تمهد طريق برشلونة لصفقة مميزة

كشف تقرير صحفي إسباني عن عزم نيوكاسل يونايتد على تجنب خرق قواعد اللعب المالي النظيف خلال الفترة المقبلة، عبر التخلي عن بعض لاعبيه الصيف. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الكتالونية، فإن نيوكاسل بات مفتحا على بيع لاعب الوسط البرازيلي برونو جيمارايش، بنهاية الموسم الحالي. وأشارت إلى رغبة برشلونة في استغلال هذا الوضع، عبر التحرك من خلال مديره الرياضي ديكو، الذي يضع جيمارايش على رأس أولوياته، للتعاقد معه. وأكدت الصحيفة أن خصم 10 نقاط من إيفرتون هذا الموسم، دفع مسؤولي نيوكاسل للحد، خصوصا بعدما بلغت خسائر النادي 150 مليون جنيه إسترليني بأخر موسمين. هذا الأمر قد يعرض الماكابيس لمالية تحرمه من الصفقات أو تعرضه لخسائر تقاط منه في الموسم المقبل، وهو ما يدفعه لمحاولة بيع بعض لاعبيه رغما عنه. وتُنجد النادي الكتالوني طريقه سلا نحو الدولي البرازيلي، الذي يحظى أيضا باهتمام باريس سان جيرمان، فضلا عن سعره المرتفع في سوق الانتقالات. وسيحاول جيمارايش والمهتمون بضمه لتخفيض المبلغ المطلوب نظير بيعه، في ظل تضمن عقده جزائيا تبغ قيمته 115 مليون يورو. ويرغب برشلونة في التوصل لاتفاق مع نيوكاسل، يقضي بضم لاعب ليون السابق مقابل 80 مليون يورو، كتكلفة إجمالية للصفقة.

## جوهرة الريال تزاحم نجمة برشلونة على أفضل في العالم

انتقلت المنافسة التاريخية بين ريال مدريد وبرشلونة عملاقي كرة القدم الإسبانية من ملاعب الرجال إلى السيدات. ولطالما استحوذ نجوم الفريقين على كبرى الجوائز العالمية وأخذ الصراع التقليدي مسارا آخر خاصة بعد رحيل النجمين ليونيل ميسي وكريستيانو رونالدو عن أجواء الدوري الإسباني. ففي حفل الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" لتوزيع جوائز أفضل في العالم للعام الجاري الذي سيقام في العاصمة البريطانية لندن يوم 15 جانفي المقبل سيتجدد الصراع بين برشلونة وريال مدريد على جائزة أفضل لاعبة في العالم للعام 2023. وحدد "فيفا" في بيان رسمي بعد إعلان القائمة المختصرة أن معيار التقييم سيكون أداء اللاعبات خلال الفترة من أول أوت 2022 إلى 20 أوت 2023 موعد انتهاء منافسات كأس العالم. يتواجد في القائمة النهائية لجائزة أفضل لاعبة في العالم 3 لاعبات وهن ثنائيي برشلونة جينييفر هيرموسو وأيتانا بونماتي إضافة إلى ليندا كايسيدو جوهرة نادي ريال مدريد ومنتخب كولومبيا.

### شبيهة إنبيستا

كان لتتويج منتخب إسبانيا بكأس العالم للسيدات لأول مرة في تاريخه دور كبير في ترشيح بونماتي وجينييفر هيرموسو بالقائمة النهائية لأفضل لاعبة في العالم. وخطفت بونماتي (26 عاما) الأضواء بقوة في مونديال السيدات، حيث فازت بجائزة الكرة الذهبية لأفضل لاعبة في البطولة، كما فازت أيضا بالكرة الذهبية من مجلة فرانس فوتبول لأفضل لاعبة في العالم هذا العام. كما اختار الاتحاد الأوروبي لكرة القدم "يوفيفا" بونماتي لجائزة أفضل لاعبة في القارة للعام الجاري، وفازت أيضا بأفضل لاعبة في دوري أبطال أوروبا بعدما ساهمت في تتويج الفريق الكتالوني للسيدات بثلاثية الدوري والكأس ودوري أبطال أوروبا. نالت أيتانا بونماتي إشادة واسعة، حيث وصفها بيبي جوارديولا المدير الفني لمانشستر سيتي الإنجليزي، بأنها "أندريس إنبيستا الكرة النسائية".

## موسيوالا وكين يمنحان بايرن ميونخ انطلاقة مميزة للعام الجديد

استهل بايرن ميونخ العام الجديد بالتغلب على ضيفه هوفنهايم 3-0، مساء أول أمس، في اللقاء الذي أقيم على ملعب أليانز أرينا ضمن مباريات الجولة 17 من الدوري الألماني. وسجل ثلاثية البايرن جمال موسيوالا في الدقيقتين (18 - 70)، وهاري كين (90)، في أول مباراة رسمية للفريق البافاري خلال 2024. وبذلك النتيجة، رفع بايرن ميونخ رصيده إلى 41 نقطة في المركز الثاني، بينما تجمد رصيد هوفنهايم عند 24 نقطة في المركز السابع. وشكل هوفنهايم الخطورة الأولى في المباراة، بمتابعة بيير لعرضية في الدقيقة الثالثة، مسددا كرة مباشرة ذهبت بعيدا عن المرمى. وافتتح بايرن التسجيل في الدقيقة 18 من المحاولة الأولى، بتسديدة قوية من موسيوالا من داخل المنطقة، اصطدمت بالقائم وسكنت الشباك. وبحث هوفنهايم عن التعديل في الدقيقة 30، عبر تسديدة من على حدود المنطقة من أنطون ستاخ، ولكن ذهبت بعيدا عن المرمى.

وظهر كين في الدقيقة 38 بتسديدة من خارج المنطقة، ذهبت سهلة في يد بومان. وأطلق أوباميكانو صاروخية من خارج المنطقة في الدقيقة 41، مرت بقليل إلى جوار القائم. وفي الدقيقة 45 مهد موسيوالا الكرة لكيميتش على حدود المنطقة، لتسدد كرة مباشرة أمسك بها بومان، لينتهي الشوط الأول بتقدم بايرن (0-1). وكاد كين أن يعزز من تقدم بايرن في الدقيقة 57، بتسديدة من داخل المنطقة، اصطدمت بأوزان كاباك وعلت العارضة بقليل. واستفاق البايرن هجوميا بعدها، بتسديدة مميزة من موسيوالا من خارج المنطقة في الدقيقة 58، اصطدمت بالقائم. وحرم نوير هوفنهايم من التعادل في الدقيقة 63، بتألقه في التصدي لرأسية من بيير من داخل منطقة الـ 6 ياردة. واستمر تألق نوير بتصديه بعدها لتسديدة من انفراد تام لكراماريتش في الدقيقة 65. واستمرت الصحو الهجومية لهوفنهايم، بتلقي بيير رأسية مميزة من كراماريتش داخل المنطقة في الدقيقة 66، ليتفرد بنوير ويسدد من داخل المنطقة كرة اصطدمت بالعارضة.

وأطلق بايرن رصاصة الرحمة على هوفنهايم بإضافة الهدف الثاني في الدقيقة 70، بعد سلسلة من التمريرات المميزة، انتهت بتمريرة من ساني إلى موسيوالا الخالي من الرقابة إلى جواره داخل المنطقة، لتسدد بسهولة في الشباك.

ويبحث كين عن تدوين اسمه في قائمة المسجلين، بتسديدة قوية من داخل المنطقة في الدقيقة 72، ذهبت أعلى العارضة. وازدادت معاناة هوفنهايم، بتلقي بروميل البطاقة الصفراء الثانية، بعد تدخله العنيف على البديل تيل في الدقيقة 74. وواصلت الكرة عناد كين، بعد ارتقاءه لعرضية في الدقيقة 85، مسددا رأسية مرت بقليل إلى جوار القائم. وابتسمت الكرة لكن هذه المرة بتسجيل الهدف الثالث في الدقيقة الأولى من الوقت بدل الضائع، بتلقيه بينية داخل المنطقة مسددا كرة قوية سكنت الشباك، لينتهي اللقاء بفوز البايرن (0-3).

## كيميتش يعلق على اهتمام باريس سان جيرمان

علق جوشوا كيميتش، متوسط ميدان بايرن ميونخ، على اهتمام باريس سان جيرمان بضمه خلال الميركاتو الشتوي الجاري. وقال كيميتش بحسب ما نقل عنه موقع "سكاي سبورتنس": "أركز فقط على بايرن. بالنسبة لي الأمر لا يمثل أي مشكلة على الإطلاق خلال الشتاء".

جاءت تصريحات كيميتش عقب مشاركته في انتصار بايرن ميونخ مساء الجمعة، على هوفنهايم (0-3) على ملعب أليانز أرينا، بالجولة الـ 17 من الدوري الألماني. وأضاف كيميتش الذي ينتهي عقده مع بايرن ميونخ في 2025: "ستجلس معا في مرحلة ما. سيتواصل معي النادي بعد ذلك، وكل ما سيتم مناقشته ستناقشه فيما بيننا، وليس في وسائل الإعلام". وأبدى كيميتش، ترحيبه باللعب في مركز الظهير الأيمن الذي اقترحه جولييان ناغلسمان، مدرب منتخب ألمانيا قائلا: "لدى البعض شعور بأنني شخص يرفض المراكز. لم يسبق لي أن قلت بأنني لا أستمتع بذلك أو لن أتعلم هنا. أحب لعب كرة القدم والتواجد في أرض الملعب، وبالتالي لا يهم ما هو المركز".

وأتم: "يمكنني اللعب في مركز الظهير الأيمن، وفي النهاية المدرب هو من يقرر في أي مكان يحتاجني وأين يراني".



## كين يعادل رقم ليفاندوفسكي القياسي في البوندسليغا

واصل النجم الإنجليزي هاري كين توجهه في موسمه الأول رفقة بايرن ميونخ، بالتسجيل في الانتصار الذي حققه الفريق البافاري على حساب ضيفه هوفنهايم (0-3) مساء الجمعة، ضمن مباريات الجولة 17 من الدوري الألماني. وسجل كين الهدف الثالث لبايرن ميونخ في الدقيقة 90، بعد تلقيه بينية على حدود المنطقة الجزاء، لتسدد كرة قوية لمست أصابع حارس المرمى وسكنت الشباك. وبحسب أرقام شبكة "أوبتا" للإحصائيات، سجل كين 22 هدفا هذا الموسم، ليعادل الرقم القياسي لأكبر عدد من الأهداف للاعب في النصف الأول من الموسم بالدوري الألماني. وعادل كين بذلك رقم روبرت ليفاندوفسكي، والذي حققه رفقة بايرن ميونخ أيضا، بتسجيل نفس عدد الأهداف في النصف الأول من موسم (2020-2021). يذكر أن بايرن ميونخ رفع رصيده بعد انتصار الجمعة إلى 41 نقطة في المركز الثاني، ليتلصق الفارق مع باير ليفركوزن المتصدر إلى نقطة واحدة.

## توخيل: ساني سيسيطر على خصومه بأوروبا في هذه الحالة

علق توماس توخيل، مدرب بايرن ميونخ، على الانتصار الذي حققه فريقه على هوفنهايم (0-3) مساء الجمعة، ضمن الجولة 17 من الدوري الألماني. وقال توخيل عقب المباراة بحسب ما نقل عنه موقع "سكاي سبورتنس": "حظينا بأسبوع جيد من التدريبات، لكن لم ننقل الرغبة والطعم والمرح للمباريات بعد، وتمتعنا بالحظ من خلال قيام مانو (نوير) بإنقاذنا غاية في الأهمية، لكن بالنهاية أتممنا العمل بنتيجة (0-3)". وعلق على جمال موسيوالا (سجل هدفين): "كان أفضل لاعب لدينا اليوم. الوحيد الذي تمتع بالحرية والرغبة للقيام بشيء ما. نجحنا في استعادة الكرة كثيرا، لكن لم يحظ ليروي (ساني)، وهاري (كين) بأفضل أيامهما اليوم، وفي مرحلة ما فرطنا في اللقاء وتعرضنا لثلاث فرص، يمكننا القيام بما هو أفضل". وتطرق للحديث عن ساني: "هو لاعب قادر على تغيير المباراة، لكن عليه اللعب بقوة بدنية أكبر مرة أخرى. هو القدرات البدنية يملك ويحتاج إليها بشدة في الركض السريع. إذا تمتع بالقوة البدنية فسيسيطر على الخصوم في البوندسليغا وأوروبا. أمامه مساحة للتطور". وعن سبب جلوس ليون جوريتسكا على مقاعد البدلاء: "رافا جيريرو، أبلي البلاء الحسن في المباريات الأخيرة في المركز رقم 6، وهذا سبب مشاركته. ليون تدرّب بشكل جيد للغاية مؤخرا". وتطرق إلى منافسات كأس أمم آسيا والكان: "الأمر جنوني لكل الفرق في الدوريات التي يشارك لاعبوها في تلك المسابقات. الأمر قد يكون حاسما، لكن يمثل فرصة للاخريين أيضا مثل ماتياس دي ليخت معنا".



## إيمري يتفوق على كلوب في معركة شهرية

نال أوناي إيمري المدير الفني لأستون فيلا، جائزة أفضل مدرب في الدوري الإنجليزي الممتاز، عن شهر ديسمبر الماضي. وتفوق إيمري على أندوني إيراولا (بورنموث)، يورجن كلوب (ليفربول) وديفيد موييس (وست هام يونايتد)، ليحصل على الجائزة. وقال إيمري في تصريحات نقلها موقع البريميرليغ "أنا ممتن وفخور بعمل الفريق". وخسر فريق المدرب إيمري، مواجهة واحدة فقط من مبارياته السبع في الشهر الماضي، والتي تضمنت فوزين متتاليين بشباك نظيفة على مانشستر سيتي وأرسنال. كما قاد إيمري، أستون فيلا للفوز على برينتفورد وبييرلي، مما أدى إلى تمديد مسيرة الفريق الخالية من الهزائم على أرضه في الدوري الإنجليزي إلى 17 مباراة. وهذه هي المرة الثانية التي يفوز فيها المدرب البالغ من العمر 52 عاما بالجائزة، بعد أن سبق ونالها في أفريل الماضي.

## هاو: نيوكاسل تعرض لضربة حقيقية

يغيب الدولي البرازيلي جوليئتون، لاعب وسط نيوكاسل يونايتد الإنجليزي، لستة أسابيع عن الملاعب، بسبب إصابة في الفخذ، حسبما أعلن من قبله إيدي هاو. وأصيب جوليئتون في فخذه، خلال المباراة التي فاز فيها نيوكاسل على سندرلاند (3-0)، في كأس الاتحاد الإنجليزي. وقال هاو للصحفيين: "التوقعات للأسابيع القليلة المقبلة ليست جيدة.. إنها إصابة ستغيبه بالتأكيد لستة أسابيع على الأقل.. إنها ضربة حقيقية لنا، لأنه لاعب مهم للغاية.. لقد مر موسم فيه صعود ونزول، للأسف".

وتابع: "لديه مشكلة في الوتر.. من دون الدخول في تفاصيل، إنه مكان صعب للإصابة، ومن هنا تأتي المدة الزمنية التي سيغيب خلالها". وأشارت تقارير إعلامية إلى إمكانية استعانة هاو بدومينيك سولانكي، مهاجم بورنموث، للمساعدة على حل مشكلة الإصابات. لكن دارين إيلز، الرئيس التنفيذي لنيوكاسل، كشف هذا الأسبوع أن النادي قد يضطر إلى البيع قبل تعزيز فريقه. وكشفت الأرقام، التي نشرت الخميس، عن خسارة قدرها 93 مليون دولار للنادي بعد الضرائب، خلال السنة المالية التي انتهت في جوان 2023. وعلق هاو على هذا الأمر، قائلا: "أمر محبط بالنسبة لي، لأنني نعم، أحب دومينيك سولانكي.. أعتقد أنه لاعب بمستوى عال جدا.. لكننا لم نقدم طلبا للتعاقد معه، وليس لدينا الإمكانيات لضم لاعب بهذا المستوى". وبخصوص إمكانية التعاقد مع لاعبين، بالإعارة بدلا من الشراء، قال: "لا أظن أن هناك العديد من الأندية المستعدة لمساعدتنا". وأردف: "الإنهاء صفقة إعارة، يجب أن تحصل على موافقة النادي، لذا نحن في وقت لا نعتقد أن لدينا فيه الكثير من الأصدقاء في السوق".

## برباتوف لهولوندا: توقف عن التفكير بهذه الطريقة

قدم نجم مانشستر يونايتد السابق، ديميتار برباتوف، النصيحة لمهاجم الفريق، راسموس هولوندا، لمساعدته على تسجيل الأهداف بانتظام في الدوري الإنجليزي الممتاز. وأنهى هولوندا صياما عن التسجيل في البريميرليغ، دام 1016 دقيقة في 15 مباراة، بتسجيله هدف الفوز (3-2) على أستون فيلا، الشهر الماضي، لكنه أهدر العديد من الفرص أمام توتنهام فورست وويغان. وساعد برباتوف توتنهام على الفوز بكأس الرابطة عام 2008، قبل انتقاله إلى يونايتد الذي فاز معه ب4 ألقاب، وسجل له 56 هدفا في 149 مباراة، قبل الرحيل إلى فولهام في عام 2012. وخلال حديثه مع صحيفة "ميرور" البريطانية، قال الدولي البلغاري السابق: "أعرف بالضبط ما كان يمر به (هولوندا) عندما لم يسجل أي هدف، لأن كل مهاجم يمر بفترة لا يحرز فيها الأهداف، قصيرة كانت أو طويلة". وأضاف: "أعلم مدى صعوبة التفكير في الأمر.. هل سأسجل هدفا على الإطلاق؟ ما الذي يجري؟

هل أنا جيد بما فيه الكفاية؟ هل أفعل ما يكفي لزملائي في الفريق، أو لنفسي؟ كل هذا التفكير يدور في ذهنك". وتابع: "عليه أن يتوقف عن التفكير بهذه الطريقة.. هذا التفكير السلبي لن يضعك في أي مكان". وأردف برباتوف: "قم بالأشياء البسيطة فقط.. اذهب إلى التدريب، وإذا كنت بحاجة إلى ذلك، قف أمام المرمى الخالي، واصطحب معك شخصا ليتمرر لك الكرة ويتحرك بعيدا عن المرمى.. ثم كرر الأمر". واستكمل: "جرب أوضاعا مختلفة لتعتاد على معرفة المرمى.. قم بتنفيذ هذا في التدريب، وهذا هو كل شيء".

## غوارديولا: إيريكسون شجاع.. ولا يجب أن نفقد الأمل

تحدث بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، عن تقديره لسفين جوران إيريكسون، بعدما كشف مدرب المنتخب الإنجليزي الأسبق عن أنه يتبقى له أقل من عام لبعيظه. وذكرت وكالة الأنباء البريطانية "بي.إيه.ميديا" أن إيريكسون (75 عاما) خرج للعلن يوم الخميس الماضي بهذه الأنباء، بعدما تم تشخيصه بالإصابة بمرض السرطان في مرحلة متقدمة للغاية. وذكر المدرب السويدي أن في أفضل الحالات ربما يكون متبقي له عام لبعيظه. وتولى إيريكسون تدريب المنتخب الإنجليزي في الفترة من 2001 إلى 2006، وقادهم لدور الثمانية في 3 بطولات كبرى، قبل أن يتولى تدريب سيتي لموسم واحد. وقال غوارديولا: "إنها أنباء محزنة. إنه رجل نبيل حقا، لقد تولى تدريب مانشستر سيتي، والمنتخب الإنجليزي، وقام بالتدريب في دول أخرى". وأكد: "أقدر الشجاعة لشرح الوضع بالطبع سيكون مع أحبائه، وأتمنى أن يكون الأمل هو آخر شيء نفقده". وأردف: "متأكد من أنه سيقاوم مع الأطباء ومع الجميع من أجل، ربما، إيجاد حل، لتمديد هذه الفترة وأن تسير المعركة بشكل جيد". وأتم: "ثيابة عن مانشستر سيتي وكلنا هنا، نرسل له أحضان ضخمة، ودعم كبير. أي شيء يمكننا فعله، بكل تأكيد سنقوم به".

## تين هاغ: أعرف سبب انخفاض مستوى أنتوني

ألقى الهولندي إريك تين هاغ مدرب مانشستر يونايتد، باللوم في فقدان نجمه أنتوني لمستواه هذا الموسم، على تهم العنف المنزلي بحق الجناح البرازيلي. وتم استبعاد أنتوني من صفوف يونايتد في سبتمبر الماضي، وغاب عن 5 مباريات عقب الاتهامات التي وجهتها صديقه السابقة جابرييلا كافالين. وتعرض الجناح البرازيلي لانتقادات هذا الموسم، لقشله في المساهمة بهدف أو تمريرة واحدة، في 21 مباراة مع مانشستر يونايتد. وقال تين هاغ في مؤتمر صحفي، قبل مواجهة توتنهام اليوم الأحد: "الأمر بسيط للغاية. أعتقد أن مشاكله خارج الملعب تمنعه من اللعب". وأضاف: "على أنتوني أن يتعامل مع ذلك، إنه سبب مشاكله لذا عليه أن يحلها.. سنقدم له كل الدعم ولكن عليه أن يفعل ما هو أفضل". وتابع: "في الموسم الأول كان على ما يرام، وفي فترة ما قبل الموسم كان جيدا جدا، وفي المباريات ال4 الأولى كان جيدا جدا". وأردف: "أمام توتنهام (مواجهة الدور الأول) لعب مباراة جيدة جدا، ولكن منذ تلك اللحظة خرج من القائمة ثم عاد، ولم يقدم الأداء المتوقع منه".



## بوستيكوغلو يكشف موقف ثنائي توتنهام من لقاء اليونايته

أكد أنجي بوستيكوغلو، المدير الفني لتوتنهام، أن التوافق بين المسؤولين بالنادي كان عاملا حاسما بالتحرك النشط في سوق الانتقالات الشتوية. وذكرت وكالة الأنباء البريطانية (بي.إيه.ميديا) أن بوستيكوغلو أبدى رغبته في ضم قلب دفاع، لتتحرك الإدارة وتحسم التعاقد مع الروماني رادو دراغوسين من جنوي، فيما انتقل جديد سبنس على سبيل الإعارة للفريق الإيطالي. وجاء ذلك في أسبوع مزدحم لتوتنهام الذي تعاقد مع الألماني تيمو فيرنر على سبيل الإعارة من لايبزيغ الألماني يوم الثلاثاء الماضي، كما سمح للمدافع إريك داير بالانتقال إلى بايرن ميونخ بعد 10 أعوام في النادي. ويمثل ذلك التحرك السريع تحولا كبيرا في عمل النادي في سوق الانتقالات بدلا من الانتظار لنهاية الشهر لحسم التعاقدات، وأشاد بوستيكوغلو برئيس النادي دانييل ليفي ويوهان لانج المدير التقني وسكوت مون، رئيس شؤون كرة القدم بالنادي. وقال بوستيكوغلو قبل مواجهة مانشستر يونايتد اليوم الأحد: "الأقوال أسهل من الأفعال، لأننا حينما نكون لدينا الرغبة لحسم الأمور بشكل أسرع، يجب أن تكون كافة الأطراف موافقة على فعل ذلك وهذا ليس سهلا، خاصة في جانفي". وأضاف المدير الفني لتوتنهام: "العامل الحاسم بالنسبة لنا كان من رئيس النادي يوهان وفريقه وكذلك سكوت، لقد توافقنا جميعا حول ما نريده وحصلنا على أهدافنا مبكرا". وتابع: "كان ما نريده واضحا جدا بالنسبة لنا، وفي حال أن ذلك لم يحدث كنا سنمضي قدما، لكن أعتقد أن حقيقة كوننا متوافقين حول أهدافنا سمحت لنا بالجلوس هنا ومعنا لاعبان جديان، هما غير جاهزين لمباراة الأحد، لكن سيكون لدينا بضعة أسابيع لتجهيزهما".

## ميلان يستهدف ضم ماتيتش

يستهدف نادي ميلان الإيطالي، ضم الدولي الصربي نيمانيا ماتيتش، لاعب خط وسط فريق رين الفرنسي، وفقا لما أكدته تقارير صحفية إيطالية. اللاعب صاحب الـ35 عاما يملك عقدا مع النادي الفرنسي حتى جوان عام 2025. وشددت صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية على أن ميلان وضع أنظاره على ماتيتش. وأكدت الصحيفة الإيطالية أن التعاقد مع لاعب خط وسط ليس أولوية للروسونيري. وأشارت لاغازيتا ديلو سبورت إلى أن الصفقات منخفضة التكاليف ستناسب ميلان. اللاعب الصربي يواجه وقتا عصيبا في رين، حيث حذره النادي الفرنسي علنا، لعدم حضوره بالحضرة التدريبية الأخيرة. وقال رين في بيان رسمي إنهم يتوقعون تسييرا من ماتيتش، وإنهم عازمون على اتخاذ كافة الإجراءات لحماية مصالحهم. ورد ماتيتش قائلا: "لم أتواجد بالتدريبات لمدة ثلاثة أيام لحل مشكلة كبيرة لي ولعائلتي، غدا، سأعود إلى رين، لاتخاذ قرار بشأن الخطوات المستقبلية مع النادي". وشارك لاعب خط الوسط في 19 مباراة مع الفريق الفرنسي، منذ بداية الموسم الحالي، بجميع المسابقات. النجم الصربي كان قد غادر روما في الصيف الماضي، وانضم إلى رين، مقابل 2.50 مليون يورو.

## رئيس لاتسيو ينفسي توجيه إهانات عنصرية إلى لوكاكو

نضى كلاوديو لوتيتو، رئيس نادي لاتسيو، التقارير التي تفيد بأن جماهير الفريق هتفت بإهانات عنصرية ضد روميلو لوكاكو، لاعب روما، في ديربي كأس إيطاليا الأخير. تعرض البيانكوسيلستي لغرامة مالية مقابل مبلغ 50 ألف يورو وإغلاق الملعب جزئيا بعد تقرير القاضي الرياضي، الذي أشار إلى أن لوكاكو تعرض لإساءات عنصرية من قبل قسم كبير من الجماهير خلال مباراة ديربي ديلا كابيتالي في ربيع نهائي كأس إيطاليا، والتي انتهت بنتيجة 0-1 لصالح لاتسيو. قال لوتيتو في تصريحاته التي نقلها موقع توتو ميركاتو الإيطالي: "لا أريد أن أبدأ الجدل حول العقوبة التي تعرضنا لها، لكنني سأفكر في الأمر، في التقرير يقول 90 ألف من 16000، ارتكب خطأ، لأنه كان هناك أكثر من 19000 حاضر، هل سمعت 17 ألف شخص يسيئون إلى لوكاكو؟". تابع: "لو كان الأمر كذلك فإنني أسأل نفسي سؤالاً مراقب الحكومة لماذا لم يستأنف خلال المباراة؟ والحكم أوراتو بالتحديد لماذا لم يقل أي شيء؟". أضاف: "لا أريد الخوض في المزاج، لكن في الحياة هناك حقائق، عليك أن تعرف كيف تخسر، نحاول أيضا تثقيف شعبنا حول ثقافة الهزيمة، عندما تتلوث إدارة بعض المواقف بسبب مواقف المشجعين، يصبح الأمر مشكلة". أوضح: "سوف نستأنف، على قرار إغلاق أربعة أقسام من الملعب الأولمبي خلال المباراة المقبلة مع نابولي وستنخذ أيضا إجراءات في أماكن أخرى، يمكن قول كل شيء عن لاتسيو، لكن ليس أن الفريق عنصري أو معاد للسامية أو أي شيء يتهموننا به". أتم: "لم أسمع تلك الهتافات، ساكون صادقا، لكنني لا أقول ذلك بسبب مشكلة حزبية، بل أقول ذلك لأنه لم يسمعهم أحد".

## بيولي سيغادر ميلان بنهاية الموسم الحالي

اتخذت إدارة نادي ميلان الإيطالي، قرارا بشأن مصير ستيفانو بيولي، المدير الفني للفريق، بحسب ما أوضحت تقارير صحفية إيطالية. ويحتل الروسونيري حاليا المركز الثالث بجدول ترتيب مسابقة الدوري الإيطالي، برصيد 39 نقطة، ببارق 9 نقاط عن الصدارة، كما ودد الفريق بطول كأس إيطاليا من دور الثمانية، عقب الهزيمة أمام ضيفه أتالانتا، بهدفين مقابل هدف وحيد، مساء يوم الأربعاء الماضي. وأوضحت صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية أن بيولي سوف يغادر ميلان على الأرجح، بنهاية الموسم الحالي. وتابعت الصحيفة الإيطالية أن مديري ميلان سوف يتخذون قرارا نهائيا بشأن مصير بيولي، في شهر أبريل المقبل، ولكن نتائج الفريق غير المستقرة بالموسم الحالي سوف تؤدي إلى رحيل المدرب، بالصيف القادم. وواصلت لاغازيتا ديلو سبورت أن مديري ميلان يشعرون بالإحباط بسبب نتائج الفريق وكثرة الإصابات. وأنهت الصحيفة الإيطالية أن إدارة الروسونيري ترى أن المدير الفني صاحب الـ58 عاما يعد مسؤولا عن هذه الإصابات.

## روكي يوجه رسالة إلى منتقدي التحكيم الإيطالي

تحدث جيانلوكا روكي، رئيس لجنة الحكام في الاتحاد الإيطالي لكرة القدم، عن أخطاء الحكام في الجولتان الأخيرتان من المسابقة. قال الحكم الدولي السابق في تصريحاته التي نقلتها صحيفة لاغازيتا ديلو سبورت: "لقد ارتكبنا أخطاء كان من الممكن تجنبها خلال الجولتين الأخيرتين، وشعرت بالغضب". تابع: "لكن من الآن فصاعدا، لن نقبل بعد الآن هذه الأخطاء، نحن أناس محترمون، ارفعوا أيديكم عن الحكام، إذا كنت أنا المشكلة، فيمكنني المغادرة على الفور". أضاف: "نحن نقوم بعمل جيد فيما يتعلق بتقنية الفار، وكذلك من الناحية النفسية، مع بعض الجلسات في ليسوني، يجب حماية مجموعة الحكام". أرفد: "نحن نشرح أخطائنا كل أسبوع لأننا نريد أن نجعل الناس يعرفون كيف يعمل، أن تعرف أن وراء الخطأ قد تكون هناك سطحية أو تقييم غير صحيح، لا أكثر". أكمل: "الفرق الكبيرة تستثمر في اللاعبين الشباب ونحن نفضل الشيء نفسه مع الحكام، وأطلب من الحكام أن يكون لديهم التزام مختلف وأن يكونوا صارمين تجاه العدالة الرياضية". نوه: "أطالب باحترام أدوارنا، نحن لا نخشع عندما نرتكب الأخطاء، لكننا لن نقبل بعد الآن العنف والعدوان، لقد اقتربنا من الهجوم في الدوري الإيطالي، تخيل في الدرجات الأدنى، يجب أن تترك الحكم ينزل إلى أرض الملعب ويتخذ القرار بهدوء". أوضح: "كانت الجولتان الأخيرتان أكثر صعوبة لأنه كان هناك المزيد من الأخطاء، مما أدى إلى زيادة وقت اللعب، مباريات دوري أبطال أوروبا أسهل لأن الفرق تلعب كرة القدم ولا يطلق الحكم صافرة الحكم كثيرًا". واختتم روكي حديثه قائلا: "كانت مباراة يوفنتوس وإنتر سهلة لأنهم لعبوا كرة قدم ولم يكن هناك توتر أو الكثير من الأخطاء".

## إصابة دييالا تثير قلق مورينيو قبل مواجهة ميلان

تلقى البرتغالي جوزيه مورينيو المدير الفني لروما، نبأ سارا قبل مواجهة ميلان اليوم الأحد على ملعب سان سيرو، ضمن الجولة 20 من الدوري الإيطالي. وأشار الأرجنتيني باولو دييالا (نجم روما)، حالة من القلق بعدما خرج متأثرا بإصابة عضلية تعرض لها في ديربي العاصمة أمام لاتسيو. وشارك دييالا في أول 45 دقيقة أمام لاتسيو، واضطر للمغادرة بين الشوطين، علما بأن روما خسرت الديربي (1-0) في ربيع نهائي كأس إيطاليا. وذكر شبكة "سكاي سبورت إيطاليا": "دييالا خضع لفحوصات طبية لتحديد طبيعة الإصابة، وكشفت أنه لا يعاني من إصابة خطيرة". وأضافت: "النجم الأرجنتيني يعاني فقط من حمل عضلي زائد، كما استبعد التصوير بالرنين المغناطيسي وجود أي مشاكل كبيرة". وأشارت: "تواجد دييالا في لقاء ميلان لا يزال محل شك، وسيقرر مورينيو غدا ما إذا كان سيضمه للقائمة المتجهة لميلان من عدمه". وختمت: "من المتوقع أن يكون باولو دييالا جاهزا بشكل كامل الأسبوع المقبل لمواجهة هلاس فيرونا بالجولة 21 من الكالتشيو". ويعد صاحب الـ30 عاما أبرز نجوم الجيالوروسي هذا الموسم، حيث شارك في 18 مباراة، وسجل 6 أهداف وقدم 6 تمريرات حاسمة. ويحتل ميلان المركز الثالث في جدول الدوري الإيطالي برصيد 39 نقطة، بينما يملك روما 29 نقطة في المركز الثامن.

## إنتر ميلان يتوصل إلى اتفاق لضم زيلينسكي من نابولي

أفادت تقارير إيطالية، أن بيوتر زيلينسكي، لاعب خط وسط فريق نابولي، توصل إلى اتفاق شفهي مع نادي إنتر ميلان، للانتقال بشكل حر ومجاني إلى ملعب سان سيرو في فترة الانتقالات الصيفية المقبلة 2024. ويتتهي عقد اللاعب البولندي الدولي في ملعب ديفغو أرماندو مارادونا في يونيو 2024. ورفض تجديد عقده مع نابولي الفريق الذي لعب له 8 سنوات. ويعد إنتر ميلان هو الوجهة الأكثر ترجيحا له في الموسم المقبل بشكل حر ومجاني. بحسب صحيفة لاغازيتا ديلو سبورت الإيطالية، توصل نادي إنتر ميلان إلى اتفاق شفهي مع بيوتر زيلينسكي بشأن التوقيع على عقد بقيمة راتب 4.5 مليون يورو في الموسم الواحد حتى جوان 2027. أوضح التقرير أنه لم يطالب أي ناد عرض نادي إنتر ميلان حتى الآن، ولا عرض تمديد العقد من قبل ناديه نابولي ولا عرض يوفنتوس الذي كان يرغب في التعاقد معه. يذكر أن زيلينسكي انضم لصفوف نادي نابولي في موسم 2016، ويرتبط معهم بعقد تنتهي مدته في صيف العام الجاري 2024. وحاض النجم البولندي مع فريق الباريتنوي 353 مباراة أحرز فيها 50 هدفا وقدم 46 تمريرة حاسمة.

## نيمار يقدم المساعدة لداني أفيش

أمضى النجم البرازيلي داني أفيش حوالي سنة في السجن تقريبا، منذ دخوله سجن "بريانز 2" في برشلونة بتاريخ 20 جانفي 2023، بعد أن أبلغت عنه فتاة تبلغ من العمر 23 سنة بسبب قضية أخلاقية. وسينتهي الحبس الاحتياطي مع المحاكمة التي ستبدأ في 5 فيفري وستمتد أيضا يومي 6 و7 من الشهر نفسه، حسبما أفادت محكمة برشلونة. وتطالب الضحية بالمزومة بتعويض قدره 150 ألف يورو عن العواقب. بحسب تقرير إعلامية برازيلية، فإن داني أفيش اتصل بنيمار، صديقه وزميله السابق في برشلونة وباريس سان جيرمان والمنتخب البرازيلي، لطلب المساعدة المالية والقانونية لمواجهة المحاكمة التي ستبدأ الشهر المقبل. وأكد موقع "يو أو أل"، البرازيلي، الأربعاء، أن والد نيمار قام بتحويل أموال للمساعدة في الدفاع عن داني أفيش، حيث تم استخدام الأموال لدفع غرامة تسمى "التعويض المخفف للأضرار الناجمة" البالغة 150 ألف يورو للمحاكم الإسبانية، حيث يمكن أن يساعد هذا المبلغ في تخفيف عقوبة داني أفيش في حالة الإدانة، بحسب تقرير صحيفة "ماركا". بالإضافة إلى ذلك، قام داني أفيش بتعيين غوستافو شيبستو، أحد أقدم الممثلين القانونيين لشركات والد نيمار، كمحام فعلي له. ومن جهتها، تواجه لوسيا أفيش، والدة النجم البرازيلي داني أفيش، خطر المتابعة القضائية بعد تورطها في نشر صور ضحية نجلها في حادثة الملهى الليلي التي وقعت في مدينة برشلونة، وهي حادثة تسببت في دخول ابنها السجن عام 2022. كما نشر موقع راديو "آر إم سي سبورت" تفاصيل القضية الجديدة.

داني إلى السجن، إذ برشلونة فكرة استدعاء بخصوص قضية ضحية ابنها، ونشرت مقطع فيديو تظهر عندما كانت برفقة متهمة إياها بأنها ليتفقا على التي تمكنها من بلوغ استغلال القضية والدة البرازيلي لديهم الثقة

التي قد تؤدي بوالدة لوسيا لمقاضاتها نشرها صور لوسيا أفيش فيه الضحية أحد أقاربها، كانت تتشاور معه الطريقة المثالية الشهرة والمال عبر لصالحها، كما أرفقت المقطع بعبارة "من في الله لا يخسرون المعركة"

## تغريدة كروس تثير الجدل في السعودية بعد فوز الريال ضد أتلتيكو

أثارت تغريدة كروس متوسط ميدان ريال مدريد الإسباني، عبر منصة "X" جدلا كبيرا بعد فوز فريقه 3-5 في ديربي العاصمة على أتلتيكو مدريد مساء الأربعاء في نصف نهائي كأس السوبر الإسباني. وجاء الجدل تجاه تغريدة كروس لأنها أعادت إلى الأذهان تصريحات سابقة أدلى بها الدولي الألماني السابق بسبب دوافع النجوم الشباب للانتقال إلى دوري روشن.

ورغم استقباله بصافرات استهجان الجماهير السعودية الحاضرة في ملعب "الأول بارك" حينما زجه الإيطالي كارلو أنشيلوتي المدير الفني لريال مدريد، بدلا من لوكا مودريتش في الدقيقة 67، كتب الألماني بعد المباراة: "كان الأمر ممتعا اليوم، والجماهير كان مذهلا".

وبعد تغريدة كروس انقسمت الآراء حول هدفها بين معتقد بأنه قصد السخرية والتهمك من الجماهير السعودية، وآخر يرى أنه كان يقصد أن الأجواء كانت مذهلة بالفعل. وجاءت صافرات الاستهجان تجاه توني كروس التي تكررت كلما لمس الكرة على خلفية تصريحاته السابقة ضد الدوري السعودي، وقوله إن النجوم اتجهوا للدوري السعودي من أجل المال فقط، وانتقاده اللاعبين الشباب الذين تركوا أنديةهم في أوروبا من أجل اللعب في السعودية، وبنتهى عقد كروس مع ريال مدريد نهاية الموسم الجاري، ليكمل 10 سنوات مع النادي الملكي؛ حيث أحرز معه 20 لقباً منها أربعة ألقاب في دوري أبطال أوروبا. ويعد كروس، المتوج مع المنتخب الألماني بلقب كأس العالم 2014 والذي اعتزل اللعب الدولي في 2021، لاعب كرة القدم الأكثر نجاحاً على الإطلاق.

## فينيسوس يوجه رسالة باللغة العربية لجماهير ريال مدريد

وجه البرازيلي فينيسوس جونيور، نجم ريال مدريد، رسالة باللغة العربية إلى جماهير وعشاق الميرنجي، عقب الانتصار الثمين على الجار اللدود أتلتيكو مدريد، مساء أمس الأربعاء، بنتيجة (3-5). ضمن منافسات الدور نصف النهائي لبطولة كأس السوبر الإسباني، والمقامة في المملكة العربية السعودية. سجل لريال مدريد أنطونيو روديجر، فيرلاندي ميندي، داني كارفاخال، ستيفان سافيتش (هدف عكسي)، إبراهيم دياز في الدقائق (20، 30، 85، 115، 122) بينما أحرز لأتلتيكو مدريد ماريو هيرموسو، جريزمان، وروديجر (هدف عكسي) في الدقائق (7، 37، 78). وسواجده ريال مدريد في النهائي، المقرر إقامته اليوم الأحد، نادي برشلونة الفائز على أوساسونا وقال فينيسوس، عبر حسابه الرسمي، على موقع التواصل الاجتماعي "إنستجرام": "أنا سعيد جدا باللعب في المملكة العربية السعودية مرة أخرى وتلقي حبيكم".

وتابع: "شكرا لكم على حبيكم الكبير لكرة القدم وسنراكم مرة أخرى يوم الأحد (في النهائي)".

مهاجم ريال مدريد السابق كريم بنزيما، والقائد السابق لضريق ليضربول جوردان هندرسون، ولاعبين بارزين من أندية تشيلسي ومانشستر سيتي وبايرن ميونخ وغيرها من الأندية الأوروبية. ووفقا للاتحاد الدولي لكرة القدم "الفيفا"، فإن الأندية السعودية، أنفقت على اللاعبين الجدد خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، 875.4 مليون دولار، بالمركز الثاني بعد أندية الدوري الإنجليزي، التي أنفقت قرابة مليار دولار. وتتفوق الأندية السعودية، على أندية فرنسا التي أنفقت 859.7 مليون دولار، وألمانيا التي أنفقت 762.4 مليون دولار، وإيطاليا بإنفاق 711 مليون دولار وإسبانيا بـ 405.6 مليون دولار.



# الحمام البارد بعد ممارسة الرياضة

لذا فينصح بأخذ الدش الدافئ قبل الذهاب إلى الفراش بينما ينصح بأخذ الدش البارد لاستئناف النشاط. وينصح بالماء البارد لأولئك الذين يعانون من الحساسية لأقل تغيير يطرأ على درجات الحرارة، حيث أن الماء البارد يقوم بتحسين قدرتهم على تنظيم الحرارة. كما يساعد على التأقلم مع درجات الحرارة القصوى. يساعد الناس الذين يعانون من التعرق الزائد على التقليل من هذا التعرق، وذلك لأن هؤلاء الناس لديهم مسام مفتوحة أكثر من غيرهم، لذا يقوم الماء البارد بكبح نشاط هذه المسام. ويكون ذلك حلاً أفضل من الاستخدام المفرط لمستحضرات التجميل التي تقضي على العرق. وتؤدي التمرينات الرياضية في معظم الأحيان إلى إصابة العضلات بالالتهاب، كما يحدث تمزق بأليافها. ولكي نستعيد حالة العضلة الطبيعية ينصح معظم المعالجين البدنيين بأخذ حمام بارد.

حرارته، فيؤدي بدوره إلى ارتفاع معدل التمثيل الغذائي، وهو ما يعني حرق أكبر قدر من السعرات الحرارية في الدقيقة الواحدة. وتعرض الجسم للحرارة المنخفضة يثير عملية الأيض، مما يؤدي بدوره إلى تعزيز معدل الأكسدة. هذا الحمل الزائد من الأكسدة يميل إلى إضعاف تكوين حمض اليوريك والذي هو في الأصل نتاج ثانوي لعملية الأيض، ومما هو جدير بالذكر أن ارتفاع مستويات حمض اليوريك بالجسم قد يؤدي إلى الإصابة بالنقرس وأمراض تصلب المتعددة. وفي الوقت الذي يقوم فيه الدش الدافئ بتهدئة الأعصاب، يقوم الدش البارد بتجديد نشاط الحواس والإدراك وتجديد طاقة الجسم بعد يوم طويل من العمل،

البارد بتضييق الأوعية الدموية، بما في ذلك الأوردة والشعيرات الدموية والشرابين، حيث تؤدي درجة الحرارة المنخفضة إلى انقباض هذه الأوعية، مما يتسبب في انخفاض مؤقت في هذه الدورة في بعض الأنسجة، وفي غضون بضع دقائق تبدأ الحركة الآلية لضغط الدم في استهداف هذه الأنسجة، مما ينتج عنه تجديد حركة إعادة توزيع الدم وتنشيطها، وهو ما يساعد على دفع الدم بالشعيرات الدموية التي ركبت لتحسين معدل سريان الدورة الدموية. يقوم الماء البارد بخفض حرارة الجسم بشكل مؤقت، مما يساعد في تحفيز نظام توليد الحرارة الموجود بالجسم على رفع درجة

إلا أنه عاد وأكد أن التحسن لم يكن سوى في الالتهابات، ولم يحدث أي تقوية في عضلات هؤلاء الرياضيين. بالرغم من تسجيل هذه الدراسات لبعض التحسن في حالة الرياضيين بسبب هذه الطريقة العلاجية بالتبريد، إلا أنهم لم يقدموا طريقة معيارية لهذه الطريقة العلاجية. وقال د. توماس بست، مدير الطب الرياضي بجامعة ولاية أوهايو، الذي لم يشارك في هذه الدراسة: "إذا ما كنت تبحث عن وصفة محددة لهذه الطريقة العلاجية، فهذا ليس متاحاً بعد". ويعلق بست إن التقرير الجديد لم يوضح عدد المرات التي يجب أن يخضع فيها الرياضي لهذه الطريقة العلاجية بالتبريد، والمدة التي يجب أن يقضيها في حوض الماء البارد، والمدة التي يجب أن يقضونها بعد ممارسة التمارين وقبل النزول في المختص. ويقول:

يعتبر الاستحمام من أهم العادات اليومية للحفاظ على النظافة الشخصية، ودرجة حرارة ماء الاستحمام تأثير على الجسم الإنسان، قد يكون إيجابياً أو سلبياً، فالاستحمام بالماء الساخن جداً يتسبب في جفاف الجلد، وفتح مساماته بصورة ملحوظة، في حين أن الماء البارد أو الدافئ يشد البشرة لبعض الوقت، كما أنه يساعد على إغلاق مسامات البشرة، والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة، وفيما يلي أهم فوائد الاستحمام بالماء البارد للجسم. هناك بعض الآثار الجانبية لهذه الطريقة التي تعرف بالعلاج بالتبريد: إن أخذ حمام بارد بعد ممارسة التمارين الرياضية قد يمنع تقرحات والتهاب العضلات، إلا أن هناك بعض الآثار الجانبية لهذه الطريقة التي تعرف بالعلاج بالتبريد. بالرغم من شيوع هذه الطريقة العلاجية للتخفيف من آلام العضلات بعد ممارسة التمارين الرياضية، إلا أن البحوث التي تناولت فوائد هذا الحمام البارد وآثاره الجانبية تظل قاصرة وغير كافية كما أثبت باحثون أيرلنديون. وقد وجد الباحثون أن معظم الدراسات التي أجريت في هذا الموضوع تناولت عدداً قليلاً من الرياضيين وتم تصميمها بأسلوب ضعيف. كما إن افتقار البيانات يعني أنهم لم يتمكنوا من الوصول لنتائج هامة من 14 دراسة قارنت بين الاستعانة بالحمام البارد أو عدم القيام بأي شيء آخر لتقليل التهاب العضلات. في هذه الدراسات طالب الباحثون الرياضيين بأخذ حمام بارد عند درجة حرارة 50 إلى 60 فهرنهايت بعد ممارسة تمارينهم الرياضية. وكان الشخص يبقى في حوض الاستحمام من خمسة إلى 24 دقيقة. بوجه عام نجحت هذه الطريقة في تقليل التهابات وآلام العضلات التي عانى منها الرياضيون لاربعة أيام تالية بنسبة 15 إلى 20٪، كما صرح بليكلي،



## الإصابات الداخلية للركبة في رياضة ألعاب القوى

المسابقة أو التدريب أو يكملها بعجز نسبي في مستوى الأداء. الفحص التشخيص هنا عند حدوث ألم في الحال عند الإصابة، يوجد عجز جزئي مباشر للأداء الرياضي، وألم عند الوقوف، تورم متوسط الشدة في الركبة المصابة، ألم عند تحسن الركبة في نفس مكان الإصابة، وكذلك ألم عند ثني الركبة من 20 - 30 درجة. أما العلاج، توضع الركبة والساق في الجبس لمدة من 20 إلى 30 يوماً، ينصح المصاب بعمل تقصصات عضلية إرادية لعضلات الفخذ وهو تحت الجبس ( لمنع حدوث ضمور بالعضلات ) - حمادات شمع ( بعد الخروج من الجبس، إذا ما تحددت أماكن الألم بالركبة يجوز استعمال الحقن الموضعية بالكورتيزون من حقنه لحقنيتين بواسطة أخصائي طب رياضي أو جراح عظام. وإصابات الركبة الشديدة في ألعاب القوى، تحدث نتيجة تمزق الأربطة الخارجية والداخلية خاصة الأربطة المتعادلة المثبتة للركبة بالإضافة إلى إصابة الغضاريف بها على الأقل، وهذا النوع من الإصابات بالركبة الذي يصاحبه سقوط الرياضي في الملعب وعدم استطاعته مغادرته إلا على نقالة لما يصاحبه من عجز كلي عن أداء أي مجهود. ويجب توقف فوري عن ممارسة النشاط الرياضي، ينتج عنها عدم استطاعة المصاب الوقوف، تورم الركبة في الغالب (في إصابات الأوتار يحدث الورم في أي يوم في إصابات الغضروف يحدث الورم في اليوم الثاني أو الثالث). ألم حاد وإذا ما كانت الإصابة في الجانب الخارجي للركبة قد يصاحبها قطع بالعصب المغذي لعضلات خلف وجانب الساق مع شلل لتلك العضلات. والفحص في هذه الحالة قد يكون صعباً للغاية نظراً للألم الشديد المصاحب للإصابة لذا ينصح بأن يكون الفحص تحت التخدير العام للمصاب في المستشفى، ارتخاء وحرية حركة زائدة للعضلة عند جذبها ولها سواء للداخل أو للخارج حسب نوع الأربطة المقطوعة، وتظهر صورة الإشعاع إصابة الغضاريف المصاحبة لهذا النوع من الإصابات. أما العلاج هنا التدخل الجراحي خلال عشرة أيام لخياطة الأربطة المقطوعة وإزالة الغضروف المتمزق من حدوث الإصابة لمنع عدم ثبات الركبة المزمن، ووضع جيبس فوق الركبة والساق ولمدة شهر ونصف بعد العملية. ويتم شفاء المريض بعد الجراحة بجوالي ثلاثة إلى أربعة أشهر، ويعود لممارسة الرياضة بعد ستة أشهر، بالإضافة إلى علاج طبيعي تأهيلي.

الحظ فإن معظم الإصابات الرياضية سواء يمكن علاجها بشكل فعال، ويمكن للكثيرين أن يعودوا لنشاطهم الرياضي بعد الإصابة إذا تمت معالجتها بطريقة صحيحة، وتحت الإشراف الطبي. يمكن تقسيم الإصابات الداخلية لمفصل الركبة في رياضة ألعاب القوى إلى ثلاثة أقسام طبقاً لدرجة شدتها وتحدث في مختلف أنواع لاعبي مسابقات ألعاب القوى من عدو وجري مسافات طويلة ومارشون واختراق ضاحية وحواجز وموانع والرمي بأنواعه وإصابات الركبة البسيطة، تحدث نتيجة تمزقات بسيطة ميكروسكوبية أو ارتخاء واستحالة في الأربطة، ويستمر الرياضي في أداء التدريب أو المسابقة قد يحدث إن ينسى تلك الإصابة. وللخص والتشخيص، عند حدوث ألم قد يظهر بعد انتهاء المجهود الرياضي، عجز بسيط في المشي أو قد لا يستطيع المشي بصورة طبيعية. وبالتحسّن نجد الركبة طبيعية مع ألم محتلم ومحدد بمكان معين يزول الألم عند فرد الركبة في أغلب الأحوال، ويزول الألم عند فرد الركبة في أغلب الأحوال. كما تفحص الركبة بثنيها من 20-30 درجة فتكشف حدوث ألم خفيف، صورة الأشعة راحة من أسبوع إلى أسبوعين، مسكنات للألم ومضادات للالتهابات، ينصح المصاب بالمشي مع الفرد الركبة قدر الإمكان لعدة أيام. قد تربط الركبة برباط ضاغط غير مطاط خلال المدة السابقة، قد يوضع بالجبس لنفس المدة السابقة إذا ما كانت حركة المصاب دائمة. أما إصابات الركبة متوسطة الشدة في ألعاب القوى، والتي تحدث نتيجة تمزقات جزئية أو كلية بالأربطة غالباً بشرط أن تكون فردية وغير مصاحبة لإصابات أخرى بالركبة ( ليس هناك تمزق بالغضروف مثلاً). والإصابة هنا معروفة تمام للمصاب ويقوم بشرحها للفاحص تفصيلاً، لا يستطيع المصاب تكملة

في السنوات الأخيرة ازداد عدد الأشخاص من مختلف الأعمار الذين يمارسون أنواعاً مختلفة من الرياضات، ولا شك أن الرياضة بمختلف أنواعها من أهم النشاطات البدنية التي يمكن للإنسان ممارستها، للحصول على جسم صحي خال من الأمراض، ولكن في الكثير من الأحيان يتعرض الرياضي أو اللاعب للإصابة التي تختلف في حدتها من الخفيفة إلى القوية. الإصابات الرياضية هو مصطلح شائع يشير إلى أنواع مختلفة من الإصابات التي تحدث خلال ممارسة الرياضة، ويصاب بها الشخص إذا أدى التمارين بشكل خاطئ، أو استخدم الأدوات ذات الجودة المتدنية، أو عدم الإحماء قبل ممارسة الرياضة، أو التعرض للسقوط، ولحسن



المدير العام : **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

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

من أجل اشارككم توجهوا الى:  
المؤسسة الوطنية للاتصال،  
النشر والإشهار وكالة ANEP،  
المتواجدة ب(0) نهج باستور-الجزائر.  
هاتف الثابت:  
021 7371 28 / 021 73 76 78 / 021 74 99 81  
هاتف الموبايل:  
021-73-95-59  
البريد الإلكتروني:  
agence.regie@anep.com.dz  
programmation.regie@anep.com.dz

الطابع: **SAMPRAL**  
TD DIFFUSION COMMUNICATION  
021-73-95-59

رقم الحساب البنكي:  
al salam bank algeria  
03801603323071300789

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

العنوان:  
مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 05-الجزائر-  
البريد الإلكتروني:  
Dzairtube13@gmail.com

يومية رياضية جزائرية

**تابعونا على مواقع التواصل الإجتماعي:**

**لإشهاراتكم:**

Hôpital 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 @dzairtube13@gmail.com

دزاير سپور، 2024/01/14

**BIT BAIT®**  
**BIO NON TOXIC**  
**100% ALGÉRIEN**  
**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  
bitbait

SOLARIMPULSE | INNOVATION  
DECEMBER 2020  
EFFICIENT SOLUTION

دزاير سپور، 2024/01/14

**دزاير توب**  
TUBE  
مؤسسة دزاير توب الإعلامية

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

**لإشهاراتكم:**

Hôpital 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 @dzairtube13@gmail.com

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

دزاير سپور، 2024/01/14