



GELPHORE

Force et Immunité القوة و المناعة

Les Laboratoires FRATER-RAZES

الباجيكي
توم سينتيفيت
يعلنها: "أريد
تدريب
الجزائر"

www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 12 هيفري 2024 الموافق 2 شعبان 1445 هـ العدد: 906 الثمن: 30 دج

المخزن متخوف من تحركاته
على مستوى "الكاف"
حملة قذرة تستهدف
"الفاف" والجزائريون
بصوت واحد
"كلنا صادي"

صادي سيدخل في مفاوضات مع
البرتغالي بعد نهائي "الكان"

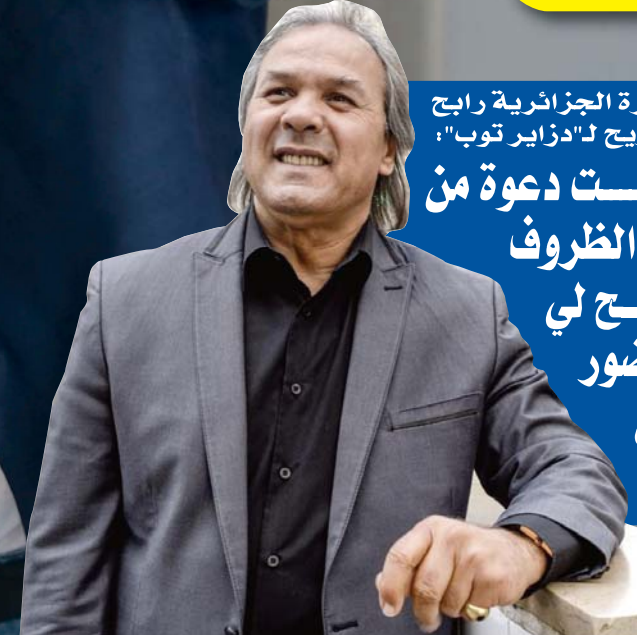
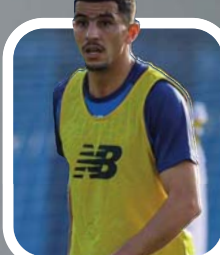
جوزيه بيسيرو
أبرز المرشحين
لخلافة
بلماضي

هدف "الفاف"

أسطورة الكرة الجزائرية رابح
ماجر في تصريح لـ "دزاير توب":
"تلقيت دعوة من
الكاف لكن الظروف
لم تسمح لي
بحضور
نهائي
الكان"

عطال يخوض
أول حملة
تدريبية مع
فريقه الجديد
"أضنة ديمير
سبور"





سيارة الشعب





الجماهير الجزائرية تؤكد ثقتها في صادي لتكوين منتخب قوي

المخزن يشن حملة قذرة ضد رئيس "الفاف"

سلاح المغاربة أخبار كاذبة وفيديوهات مفبركة وشراء صفحات فيسبوكية..

ويسعى النظام المغربي بشتى الطرق لإيقاف الثورة التي يقوم بها الرجل الأول في مبنى دالي براهيم منذ توليه زمام الأمور شهر سبتمبر الماضي، خلفا لجهيد زفير الذي لم يعمر طويلا في الاتحادية الجزائرية، حيث شن المخزن حملة قذرة ضد صادي مستغلا قضية الناخب الوطني جمال بلماضي الذي فشل في قيادة "الخضر" لتحقيق الأهداف المسطرة خلال كأس أمم إفريقيا التي اختتمت فعاليتها سهرة أمس. عقب خروجه المذل من الدور الأول بتذيله ترتيب المجموعة الرابعة برصيد نقطتين. وشرعت "الفاف" إثر النكسة الثالثة لبلماضي، في البحث عن مدرب جديد يعيد هبة المنتخب الوطني وذلك بعد إعلان الناخب الوطني استقالته من منصبه قبل أن يتراجع عنها، ويرفض كل محاولات "الفاف" لفسخ عقده بشكل ودي، وهو الأمر الذي استغله المغاربة من أجل تاجيل الأوضاع ومحاولة إشغال نار الفتنة بين الجماهير الجزائرية من خلال الترويج لأخبار كاذبة وفيديوهات مفبركة. واستغلت الأطراف المذكورة وسائل التواصل الاجتماعي كفيسبوك وتيك توك من أجل الوصول لأهدافها الخبيثة، حيث قامت بشراء صفحات فيسبوكية كبيرة وعملت على إثارة الفتنة في الشارع الرياضي الجزائري الذي كان متفطنا لهذه المحاولات البائسة.

الجماهير الجزائرية تفضت لهذا لمخطط وتؤكد دعمها لرئيس "الفاف"

وأمام كل هذه الهجمة، يبدو أن أساليب المخزن وأتباعه لم تنل على الجماهير الجزائرية التي تفضت لهذه المؤامرة والمخطط المريب، مؤكدة دعمها المطلق لرئيس "الفاف" وليد صادي الذي لم تمر سوى 5 أشهر عن توليه هذه المنصب، خاصة وأن الظروف الحالية التي يمر بها المنتخب الوطني والكرة الجزائرية بصفة عامة، تستدعي تكاتف الجهود والالتفاف حول المسؤولين والتشكيلة الوطنية لصمد هذه الحملة من خلال دعم خطوات صادي ووضع كامل الثقة في شخصه بما أن ما يقوم به سيكون حتما في صالح كرة القدم الجزائرية، مذكرا بما حدث في أواخر سبتمبر الماضي، حينما قرر الانسحاب من الترشح لاحتضان كأس إفريقيا 2025 عشية الإعلان عن الفائز، محبطا مخططات لفتح وأتباعه في الاتحادية الإفريقية للعبة.

أطلقت "هاشتاغ" مضاد لكبح المؤامرة

في ذات السياق، لم تتأخر الجماهير الجزائرية بشن حملة مضادة لصفحات المحرضين والذين يصطادون في المياه العكرة من أتباع المخزن عبر مواقع التواصل الاجتماعي، إذ انتشر في الساعات الماضية "هاشتاغ" داعم لوليد صادي تحت شكلنا مع صادي من أجل منتخب قوي، وهذا بالتزامن مع مواصلة التحرك في أروقة "الكاف" لإعادة بناء علاقات الجزائر الرياضية على مستوى الهيئة القارية. وذلك على هامش نهائي كأس إفريقيا الذي جرى أمس بين كوت ديفوار ونيجيريا، وأيضا في ظل خطواته لإنهاء ملف الناخب الوطني الجديد وخليفة بلماضي عبر اللجنة التي عينها وباشرت عملها بالتنسيق مع المكتب الفيدرالي، وهي كلها مؤشرات تؤكد أن الجماهير الجزائرية تتابع باهتمام ما يحدث خلف الكواليس وما يتعرض له المنتخب ومسؤولي الكرة من مؤامرات.

أكدوا أن الخلاف بين بلماضي وصادي قضية جزائرية خالصة

ولا يخفى على أحد أن الخلاف الذي نشب بين رئيس "الفاف" صادي والناخب الوطني السابق جمال بلماضي بعد الإقصاء من "الكان"، ومغادرة المدرب دون فسح عقده، قد غذى الحملة التي شنتها مواقع مخزنية لضرب استقرار كرة القدم الجزائرية بنسج الكثير من الإشاعات ونشر الأخبار المغلوطة والتي لا تمت لأي صلة بالواقع، فقد أكدت الجماهير الجزائرية أن هذا الأمر يعتبر عاديا وهي قضية جزائرية خالصة سيتم حلها دون أية مشاكل ولا تستدعي كل هذا التهويل المخلوق لزعزعة الثقة والاصطياد في المياه العكرة، خاصة وأن الجميع يتطلع للمستقبل ومن سيقود "الخضر".

ترقب كبير لمعرفة الناخب الجديد وفئة كبيرة في لجنة الاتحادية

إلى ذلك، لا يزال الشارع الجزائري يترقب مستجدات الناخب الوطني الجديد والخطوات التي باشرت "الفاف" بقيادة وليد صادي في هذا الصدد، والبدائية كانت بإنشاء لجنة لاختيار خليفة بلماضي، ويبدو أن الجماهير الجزائرية تتطلع لأن يكون الطاقم الفني الجديد المستقبلي يليق بطموحات "الخضر"، مؤكدين ثقتهم الكاملة باستطاعة وليد صادي باتخاذ الخيار المناسب ووضع حد لأي محاولة لضرب استقرار المنتخب من خلال تعيين طاقم فني قادر على إعادة رفقاء يوسف بلابلي للواجهة في أقرب فرصة، خاصة وأن الأسماء المتداولة تبدو مقنعة بشريحة كبيرة لعشاق "الخضر" في انتظار حسم هذا الملف نهائيا وبداية عهد جديد بطاقم فني جديد.

صادي قام بعمل كبير خاصة فيما يتعلق بمحاربة الفساد

وتجمع الجماهير الجزائرية والعارفين بشؤون كرة القدم الجزائرية، على أن وليد صادي وكتبه الفيدرالي قام بعمل كبير في ظرف وجيز بعد انتخابه سبتمبر الماضي خلفا لجهيد زفير على رأس "الكاف"، والأبرز هو وضع مخطط لمحاربة الفساد في كرة القدم الجزائرية من خلال خطوات واقعية وواضحة، وفتح عدة ملفات شائكة على غرار سلك التحكيم ومراجعة الأمور المالية والعقود المبرمة من طرف الاتحادات السابقة وكذا التغييرات في لجنة المنازعات وغيرها من القرارات التي تسير في صالح إعادة كرة القدم الجزائرية لوضعها الصحيح، وهذا ما جعله مستهدفا من عدة أطراف سواء داخلية أو خارجية. والأهم فيما قام به وليد صادي بشأن حملته لمحاربة الفساد، وهو أنه يحظى بدعم كامل من السلطات العليا للبلاد وفق مقدمتها رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، لمحاربة كل أشكال الفساد على مستوى كرة القدم الجزائرية، وهذا من أولويات المسؤولين الجزائريين في عهد الرئيس تبون، وصولا بوزاراته وكذا وزارة الشباب والرياضة التي تحرص هي الأخرى على دعم صادي في هذا الاتجاه، علما أن رئيس "الفاف" كان قد حظي باستقبال رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون أواخر شهر سبتمبر الماضي، بعد أيام من انتخابه رئيسا للهيئة الفيدرالية.

استقرار الاتحادية الموريتانية وفتائج

منتخبها لم تأت من العدم

وتبدو مخططات المخزن لإيقاف صادي على مستوى "الكاف" جد واضحة، من أجل مواصلة لفتح في عيئه بالهيئة الكروية وعدم إيقافه من شخصيات وازنة في ظل الفراغ التي تعانيه الاتحادية القارية منذ عدة سنوات وهو ما فسح المجال للمسؤول المغربي في التفرغ في الفساد، لكن استقرار الاتحادات يستطيع مواجهة هذه المخططات، على غرار رئيس اتحادية موريتانيا أحمد ولد يحيى الذي استطاع فرض سلطته وكذا إظهار نتائج منتخب بلاده الذي يعني ثمارها حاليا في ظل سياسة الاستقرار، كما أقدم على تعيين حكم موريتاني على حساب آخر مغربي، عكس ما حدث للحكم الجزائري مصطفى غريال ومساعدوه الذين حطمهم مسؤول تحكيم جزائري في "الكاف" وحرهم من إدارة النهائي أو المربع الذهبي رغم أدانهم الرابع في هذه النسخة. عبد المجيد

أضحت تحركات رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي، على الصعيدين المحلي والقاري تزج العديد من الأطراف التي تسعى جاهدة للتشويش على عمله وقطع الطريق أمامه نحو استعادة نفوذ الجزائر في الاتحادية الإفريقية للعبة. وشن المخزن حملة شرسة على رئيس "الفاف" وليد صادي، الهدف منها هو ضرب استقرار الاتحادية الجزائرية التي نجحت في ظرف وجيز في تحقيق ما عجزت عنه العديد من الاتحادات الكروية الأخرى، الأمر الذي أثار الرعب في نفوس المغاربة وخاصة فوزي لفتح رئيس الاتحاد المغربي الذي يرى صادي بمثابة تهديد حقيقي له، إذ يدرك جيدا السمعة الطيبة التي يمتلكها هذا الأخير لدى الأفرقة بالإضافة إلى خبرته الكبيرة التي اكتسبها منذ سنوات خلت، حينما كان ضمن المكتب الفدرالي للرئيس الأسبق محمد روراوة.



صادي سيدخل في مفاوضات مع
البرتغالي بعد نهائي "الكان"

جوزيه بيسيرو أبرز المرشحين لخلافة بلماضي على رأس "الخضر"

أفادت مصادر عليمة "الدزاير توب"، أن الاتحاد الجزائري لكرة القدم يضع البرتغالي جوزيه بيسيرو المدرب الحالي لمنتخب نيجيريا ضمن أبرز الأسماء المرشحة لخلافة جمال بلماضي على رأس "الخضر". وقالت المصادر نفسها، إن رئيس "الفاف"، وليد صادي، المتواجد بأبيدجان أين حضر نهائي كأس أمم أفريقيا بين نيجيريا وكوت ديفوار الذي لعب أمس، سيستغل تواجده هناك لفتح خط مفاوضات رسمية مع مدرب نيجيريا بيسيرو لخص نيضه بخصوص تدريب الجزائر بعد النهائي الأفريقي. وفي سياق ذي صلة، أبدت اللجنة المكلفة باختيار خليفة بلماضي هي الأخرى إعجابها بالسير الذاتية لبيسيرو ووضعت كهدف رئيسي لتعيينه على رأس العارضة الفنية للمحاربين. ولا يعد بيسيرو المدرب الوحيد المرشح لتولي منصب تدريب المنتخب الجزائري، إذ يوجد عدد من الأسماء المعروفة على غرار مواطنه كارلوش كبروش والفرنسي هيرفي رونار الذي تم عرض الفكرة عليه من طرف مقربين للاتحاد الجزائري لكرة القدم، لكن ارتباط المدرب بالاتحاد الفرنسي بقيادة منتخب السيدات واستمرار عقده حتى أوت 2024 قد يعقد الصفقة، إلى جانب البوسني وحيد حاليوزيتش، الذي سبق له قيادة "الخضر" بين عامي 2011 و 2014، وحقق إنجازا غير مسبوق، بعد أن قاد "محاربي الصحراء" إلى ثمن النهائي كأس العالم 2014 بالبرازيل. ومن المرتقب أن تكشف اللجنة المكلفة بدراسة السير الذاتية عن اختيارها للمدرب المناسب للمحاربين خلال فترة لا تتجاوز 10 أيام، كما أعلنه الموقع الرسمي للفاف في وقت سابق.

وسيم

مدافع "الخضر" متحمس
لبداء مغامرته

عطال يخوض أول حصة تدريبية مع فريقه الجديد "أضنة" ديمير سبور

خاض الدولي الجزائري، يوسف عطال، أمس الأحد، أول حصة تدريبية مع فريقه الجديد أضنة ديمير سبور التركي، الذي انضم إليه في الميركاتو الشتوي المنقضي قادما من نيس الذي فك الارتباط به بموجب عقد يمتد حتى نهاية الموسم الحالي. ونشر الحساب الرسمي للنادي التركي صورة توثق لأول حصة تدريبية لعطال، وذلك عبر موقع التواصل الاجتماعي إكس تويتر سابقا معلقا عليها بالقول: «انتداباتنا الجديدة شارك يوسف عطال والمباسترو في أول تدريب لهما مع فريقنا». وعبر يوسف عطال عن تحمسه الشديد، لبداية مغامرته مع ناديه الجديد، أضنة ديمير سبور التركي ونشر عبر حسابه في إنستغرام عبارة: «شكرا على هذا الاستقبال الحار»، وأضاف خريج مدرسة أتليتيك بارادو: «متحمس للغاية لهذا التحدي الجديد.. هيا بنا». وسيجاور خريج مدرسة أتليتيك بارادو، داخل نادي أضنة ديمير سبور مهاجم إيطاليا السابق ماريو بالوتيلي المعروف بـ "سوبر ماريو". وكان اسم عطال ارتبط بالعديد من الأندية الأوروبية في الأسابيع القليلة الماضية، على غرار طرابزون سبور، لاس بالماس الإسباني والأهلي السعودي. قبل أن يحصل الفريق التركي على خدماته في آخر المطاف.

وسيم

بات لاعبا احتياطيا منذ عودته من "الكان" وضعية فيغولي أصبحت غامضة في "فاتح كاراجومروك"

يبدو أن وضعية الدولي الجزائري سفيان فيغولي مع نادي فاتح كاراجومروك التركي باتت غامضة، بحيث، أصبح لاعبا احتياطيا منذ عودته بعد مشاركته مع "الخضر" في بطولة كأس أفريقيا 2023 التي اختتمت فعالياتهما أمس. فيغولي بعد أن خاض 14 مباراة أساسيا في فريق فاتح كاراجومروك، منذ بداية الموسم الجاري، فإن وضع اللاعب تغير خلال فترة غيابه عن النادي بسبب مشاركته في الكان، فحسب الأرقام والإحصائيات، لم يشارك فيغولي طيلة دقائق اللقاء الذي جمع بين كاراجومروك وضيقة نادي بيتنديك سبور، أول أمس السبت، والتي فاز بها فريقه بهدفين نظيفين، لحساب الجولة 25 من الدوري التركي الممتاز. وكان فيغولي قبل هذه الجولة لعب لمدة 5 دقائق فقط أمام نادي تشايكور ريزه سبور، ثم 34 دقيقة أمام نادي هاتايا سبور. جدير بالذكر لا يزال عقد سفيان فيغولي مع فاتح كاراجومروك الذي انضم إليه في 12 جانفي 2023 ساري المفعول إلى غاية شهر جوان المقبل، وطيلة هذه الفترة خاض معه 28 لم يسجل فيها أي هدف في حين قدم تمريرتين حاسمتين.

أنخيل غوميز يدافع عن بن طالب
بعد مباراة البياسجي:

"لا يمكننا أن نكون مثاليين في كل مباراة، وأعتقد أنه اللاعب الأكثر ثباتا في ليل"

دافع الإنجليزي أنخيل غوميز، لاعب ليل الفرنسي، عن أداء زميله الدولي الجزائري، نبيل بن طالب خلال مباراة باريس سان جيرمان مؤكدا أن مستويات اللاعب الأكثر ثباتا مع النادي. بن طالب شارك أساسيا طيلة أطوار اللقاء، وحاول أن يقدم مستويات جيدة، لكنه لم يبرز كعادته بدليل حصوله على ثاني أضعف تنقيط بمعدل 5.9 من 10 بعد زميله ريبيرو. وقال أنخيل غوميز في تصريحات صحفية نقلها موقع "لويتي ليلوا" عقب مباراة البياسجي: «لا أعتقد أن نبيل بن طالب في ورطة حقا أو في موقف صعب، تفكيرنا دائما كمجموعة، كفريق واحد». قبل أن يضيف: «نحن لا نوجه أصابع الاتهام أبدا إلى أي لاعب» وتابع: «طريقة لعب ليل تتطلب من نبيل بذل الكثير من الجهد ولا يمكننا أن نكون مثاليين في كل مباراة». ليختتم تصريحاته بالقول: «أعتقد أيضا أنه اللاعب الأكثر ثباتا في المجموعة».

وسيم

لن يكون معنيا بمباراة
قيصري سبور اليوم

إصابة الفخذ تبعد غزال لمدة أسبوعين عن صفوف "بيشكتاش"

ذكرت تقارير صحفية تركية، أمس الأحد، أن الدولي الجزائري، رشيد غزال، مهاجم نادي بيشكتاش سيقبض عن الملاعب لمدة أسبوعين بداعي الإصابة التي تعرض لها في كأس تركيا. وكان غزال قد تعرض لإصابة على مستوى الفخذ قبل دقائق من لقاء أنطاليا سبور ضمن مباريات دور ال16 من المسابقة وحسب الصفحة الرسمية لموقع "هابير كارتالي" عبر تويتر، فإن رشيد غزال، الذي يعاني من شد وتورم في الجزء الداخلي من فخذه الأيسر، ويحتاج لقرابة أسبوعين من أجل التعافي من الإصابة ما يعني غيابه عن مباراتين. وتعد هذه الإصابة هي الرابعة لغزال هذا الموسم وبقي بعيدا عن الميدان لمدة 72 يوما. تجدر الإشارة، لعب لاعب أولمبيك ليون السابق حتى الآن 109 مباراة رسمية بقميص بيشكتاش، وسجل خلالها 16 هدفا وقدم 32 تمريرة حاسمة لكن الإصابات أعادته في كل مرة إلى نقطة الصفر.

وسيم

توم سينتفيت مدرب منتخب
غامبيا السابق:

"رفضت تونس والكاميرون، وأريد تدريب الجزائر"

أبدى البلجيكي توم سينتفيت، مدرب منتخب غامبيا السابق، رغبته الشديدة في تدريب المنتخب الجزائري، مؤكدا أنه رفض العديد من العروض أبرزها من تونس والكاميرون. وأوضح توم سينتفيت في تصريحات نقلها موقع "كام فوت" الكاميروني قائلا: «تلقيت العديد من العروض خلال الفترة الماضية، أبرزها من تونس والكاميرون، بعد نهاية رحلتي في كأس أمم أفريقيا». وتابع: «اتصل بي سامويل إيتو بعدما أعلنت استقالتي من تدريب منتخب غامبيا، وقدم لي عرضا حتى أكون المدير الفني الجديد لمنتخب الكاميرون، لكنني أريد العمل مع المنتخب الجزائري الذي أريد تحقيق الألقاب معه في حال توليت مهمتي معهم». وواصل: «عملت مع منتخب غامبيا، وحققنا معهم الكثير من الأشياء الجيدة، لكن بعد نهاية رحلتي في كأس أمم أفريقيا في ساحل العاج، قررت الرحيل عن منصبي في الجهاز الفني، لأن لدي طموحات أعلى كمدرّب».

وسيم

أسطورة الكرة الجزائرية رابح ماجر في تصريح لـ "دزاير توب":

"تلقيت دعوة من الكاف، لكن الظروف لم تسمح لي واعتذرت بعدم حضور نهائي الكان"

نفى أسطورة كرة القدم الجزائرية، رابح ماجر، ما تناقلته بعض وسائل الإعلام بشأن تجاهل الاتحاد الأفريقي لكرة القدم بعدم توجيه الدعوة له لحضور اجتماع قادة المنتخبات المتوجة سابقا بكأس أفريقيا وأيضا مقابلة النهائي التي جمعت بين كوت ديفوار و نيجيريا أمس وأوضح ماجر في تصريحات خص بها دزاير توب قائلا: «الاتحاد الإفريقي لكرة القدم وجه لي الدعوة لحضور النهائي في أبيدجان وإجراء ندوة صحفية بخصوص مشواري الكروي مع المنتخب الجزائري». قبل أن يضيف: «تلقيت دعوة أيضا للتواجد مع قادة المنتخبات الذين توجوا بكأس أمم أفريقيا لكن لم أستطع تلبيتها» وتابع «عملت مع تلفزيون العراق لمدة 25 يوما، وعدت مؤخرا إلى الدوحة لذلك لم يكن لدي الوقت الكافي للسفر إلى كوت ديفوار رغم أنني منحت الموافقة للاتحادية الأفريقية» وواصل في السياق نفسه: «الكاف» قامت بإرسال التأشيرة وتذاكر السفر وهي مشكورة على كل ما قامت به من أجلي لكن الظروف لم تسمح لي بحضور النهائي» وأخيرا، أكد صاحب الكعب الذهبي بأنه قدم اعتذاراته للهيئة الكروية الأفريقية مشيرا إلى أنه سيلتزم بالتواجد مستقبلا وقال في هذا الإطار: «قدمت رسالة اعتذار لهيئة الكاف ووعدهم بالحضور في التظاهرات الرياضية والكروية مستقبلا».

وسيم



البطولة المحلية

الفريق سيحوّل أنظاره نحو رابطة الأبطال الأفريقية

شباب بلوزداد ينتفض ويؤكد جاهزيته لمواجهة الأهلي المصري

استعد نادي شباب بلوزداد نفخة الانتصارات مجددا عقب تغلبه على ضيفه الاتحاد الرياضي السوفي، بثنائي دون رد، برسم الجولة الـ 16 للرابطة المحترفة الأولى، ليقتصر بذلك النادي العاصمي الفارق بينه وبين الرائد مولودية الجزائر إلى 5 نقاط بشكل مؤقت. ويدين "أبناء العقيبة" بالفوز للمهاجم الكاميروني ليونيل وامبا الذي سجل الثنائية في الدقيقتين 52 و 45، مانحا بذلك الشباب 3 نقاط ثمينة في مشواره للدفاع عن لقب الرابطة المحترفة الأولى، حيث رفع الفريق رصيده لـ 31 نقطة في المركز الثاني بفارق 5 نقاط عن "العميد" الذي لا تزال في جعبته مباراة مؤجلة أمام نادي نجم بن عكنون. وحظي المهاجم الكاميروني، بإشادة كبيرة من قبل عشاق اللونين "الأحمر والأبيض" في ظل المستوى الكبير الذي قدمه منذ بداية الموسم، وذلك بعدما سجل مساء السبت ثنائية رفع بها رصيده لـ 8 أهداف، المركز الثاني في الترتيب العام لهدافي الدوري المحلي خلف كل من ديب لاعب السياسي وبلايلي لاعب المولودية اللذان يتقاسمان صدارة ترتيب الهدافين برصيد عشر أهداف لكل منهما، حيث يعول الطاقم الفني كثيرا على ههداف الشباب الذي يتواجد في أفضل أحواله هذا الموسم من أجل تحقيق الأهداف المسطرة في البطولة الوطنية ورابطة الأبطال الإفريقية.

باكيتا : "الفوز أمام واد سوف مهم جدا وسنحضر جيّدا لمواجهة الأهلي"

ثمن مدرب نادي شباب بلوزداد ماركوس باكيتا الفوز الثمين الذي حققه الفريق مساء أول أمس، أمام نادي الاتحاد الرياضي السوفي، في الجولة الافتتاحية من مرحلة الإياب للرابطة المحترفة الأولى. وقال التقني البرازيلي في تصريحاته عقب نهاية اللقاء أنّ الفوز في الجولة الافتتاحية من مرحلة الإياب مهم جدا ويسمح للفريق بالتحضير جيّدا لمواجهة الأهلي المصري يوم الجمعة المقبلة، في لقاء متأخر عن الجولة الرابعة من دور المجموعات لرابطة الأبطال الإفريقية وأضاف "لعبنا أمام فريق ركن إلى الدفاع وعرف كيف يغلق كل منافذ اللعب، ما جعلنا نكتف المحاولات من أجل التسجيل وهذا ما حصل قبل نهاية الشوط الأول عبر تسجيلنا للهدف الأول في وقت مهم للغاية"، وواصل " الشوط الثاني ضغطنا بشكل أكبر لمنح فريقنا حظوظا أكبر للتسجيل"، وأردف باكيتا "الحصول على 3 نقاط مهم للغاية في بداية مرحلة العودة، وعلينا المواصلة على هذا المتوال"، وأشار مدرب الشباب إلى أنّ الفريق أمامه أسبوع كامل للتحضير جيّدا لللقمة المنتظرة أمام الأهلي المصري وأوضح "الآن نملك الوقت الكافي للتحضير مباراة قوية أمام "الأهلي المصري". ونحن بحاجة لكل اللاعبين"، واختتم " هدفنا هو التحضير الجيد لهذه المباراة".

سفيان ع

قال إنّ الأهم هو تحقيق النقاط الثلاث

آيت جودي يثمن الفوز أمام مقرة ويطالب الأنصار بدعم الفريق

ثمن المدرب عز الدين آيت جودي الفوز الذي حققه الفريق يشق الأنفس، أمام نادي نجم مقرة سهرة أول أمس، على ملعب أول نوفمبر بتييزي وزو لحساب الجولة الـ 16 للرابطة المحترفة الأولى، داعيا الأنصار لمساندة اللاعبين ووضع اليد في اليد من أجل تحقيق الأهداف المسطرة في نهاية الموسم. وقال آيت جودي خلال الندوة الصحفية التي عقدها عقب لقاء مقرة "لقد قدم لاعبونا شوطا أولا جيّدا للغاية. لقد سيطروا على المباراة من خلال خلق العديد من الفرص"، مضيفا بأنّ الأهم بالنسبة لهم هو تحقيق النقاط الثلاث، معترفا في الوقت ذاته بأنّ هناك بعض النقائص سيعمل على تصحيحها في المباريات المقبلة " لقد فزنا، وهذا هو الشيء الأكثر أهمية، حتى لو حررنا الحكم من ركلة

جزء صحيحة"، وتابع "التشكيلة ليست مثالية بعد، وهناك بعض النقائص سنعمل على تصحيحها مستقبلا"، وأردف التقني القبائلي "« الوضع صعب لكنه لا يتذر بالخطر. سنبدل قصاري جهدنا لضمان تحسين أداء خلال المواجهات المقبلة". ووجه آيت جودي رسالة إلى عشاق اللونين "الأخضر والأصفر" داعيا إياهم للالتفاف حول النادي وأبرز "رسالتنا للأنصار، يجب إعادة الروح لهذا الفريق ووضع اليد في اليد، الانتقادات نتقبلها لكن يوجد حد لها، في الأخير اليوم الشبيبة هي من فازت ليس آيت جودي لي فاز"، وواصل "عشت هذا السيناريو مرتين، في 2003 و 2006 كانت نفس الحكاية أنّ الفريق ليس على ما يرام لكن عملنا واجتهدنا حتى أرجعنا الثقة لنا وللأنصار حتى عادوا إلى المدرجات".

سفيان ع

الأهلي المصري يحل الأربعاء المقبل بالجزائر لمواجهة بلوزداد

من المرقّب أن تحل بعثة نادي الأهلي المصري، يوم الأربعاء المقبل بالجزائر، تجسبا لمواجهة نادي شباب بلوزداد، في لقاء متأخر عن الجولة الرابعة من دور المجموعات لرابطة الأبطال الإفريقية، يوم الجمعة القادم على ملعب 5 جويلية الأولمبي. وكشفت تقارير صحفية مصرية أنّ إدارة الأهلي قررت تأجيل موعد السفرية بـ 24 ساعة، بعدما كان مقررا يوم غد الثلاثاء، وذلك بناء على رغبة الطاقم الفني بقيادة السويسري مارسيل كولر. وفي السياق ذاته، تعرّض مدرب الأهلي المصري، صدمة قوية بعدما شهدت الأيام الماضية تعرّض أكثر من لاعب للإصابة، وغموض موقفه من اللحاق بمباراة شباب بلوزداد، حيث ويعاني الأهلي من إصابة كل من محمد الشناوي ووسام أبو علي ومحمد الضاوي كريستو وأليو ديانغ، وهو ما يترك حسابات الطاقم الفني للأهلي قبل مواجهة النادي العاصمي يوم الجمعة المقبل، وهو الأمر الذي سيكون في صالح المدرب البرازيلي ماركوس باكيتا الذي سيسعى لاستغلال وضعية المنافس من أجل تحقيق الفوز ووضع قدم في الدور المقبل.

سفيان ع

مؤكد أنّ مسؤولية كبيرة تنتظره لتحقيق طموحات الأنصار

عمار السويح يج يباشر مهامه مع وفاق سطيف

عبر المدرب الجديد لوفاق سطيف، عمار سويح، عن سعادته بخوض تجربة جديدة في الجزائر بعد تلك التي خاضها مع شبيبة القبائل، مؤكدا بأن مسؤولية كبيرة تنتظره بالنظر للمكانة التي يحتلها أبناء "عين الفؤارة" في الرابطة المحترفة الأولى، موجها لشكره للطاقم الفني السابق المستقبل بقيادة فرانك دوما وسليمان رحو. وأقدمت إدارة وفاق سطيف على تقديم المدرب التونسي عمار سويح لوسائل الإعلام صبيحة أمس، بحضور المدير العام لشركة "بلاك إيفلر" نبيل قواسمية والمدير الرياضي بن جاب الله دراجي الذي خلف جهاد بولحجيات، وقد في أول خرج إعلامية له بعد تعيينه رسميا أول أمس مدربا لوفاق سطيف، صرح التقني التونسي: "نتقدم بالشكر لإدارة وفاق سطيف على الثقة التي وضعتها في شخصي، كما أشكر الطاقم الفني السابق على العمل الذي قام به، ما جعل الفريق في مرتبة مريحة وهذا ما سيزيد من حجم مسؤوليتنا"، قبل أن يقوم بتعريف نفسه للصحافة وكذا مسيرته التدريبية، مشيرا إلى أنّ تجربته مع شبيبة القبائل في موسم 2021/2022 شجعتة للعودة مجددا إلى الجزائر، وأردف: "بدأت مسيرتي كمدرب في العام 1978 وبطبيعة الحال في فرق الهواة، حتى أنّني قمت ببعض الإنجازات في الأسقام السفلى، ثم تدرجت حتى القسم الأول وحصلت على كأس تونس واحتليت المرتبة الخامسة، ثم إلى غاية منتخب تونس الذي تاهلت معه إلى كأس العالم 2022، بالإضافة إلى المنتخب الأولمبي، الأندية التي دربتها في تونس هي ثلاثة حمام الأنف وتوجت معه بكأس تونس والنجم الساحلي أين فزت بكأس الكاف، والترجي بكأس تونس أيضا، وبعها تجربة في السعودية ونلت لقبين، إذن هذه هي تجربتي في الملاعب"، وختم "إشرافي في الجزائر على شبيبة القبائل وحينما نلنا مرتبة الوصيف، ما جعلني أفكر في تجربة ثانية في الجزائر ومن بوابة وفاق سطيف وهذا يشرفني". ولم ينتظر المدرب سويح كثيرا لمباشرة مهامه مع تشكيلة وفاق سطيف، حيث قاد صبيحة أمس أول حصّة تدريبية بملعب 8 ماي 1945 تحضيريا للقاء الجولة 17 من المحترف الأول أمام مولودية البيض الخميس المقبل، حيث يحتل الفريق المركز الرابع برصيد 27 نقطة قبل مباراة أمس التي جمعت بين اتحاد الجزائر وأتاتيك بارادو لحساب الجولة 16.

سفيان ع

الهادي خزار مدربا جديدا لمولودية البيض

أعلنت إدارة مولودية البيض تعاقدها مع المدرب الهادي خزار، لقيادة الفريق خلفا للمدرب عبد الحق بلعيد، وكشفت إدارة المولودية في بيان عبر صفحتها الرسمية: «تم اليوم (مساء السبت) التعاقد الرسمي مع التقني الهادي خزار مدربا لنادي المولودية، حيث كان حاضرا في مقابلة شباب قسنطينة، على أنّ يباشر مهامه بداية من حصّة الاستئناف"، وأضافت: "سبق للمدرب تدريب العديد من الأندية الجزائرية أبرزها شبيبة الساورة، جمعية الشلف، اتحاد بسكرة ونجم مقرة". ويعد هذا التغيير الثالث هذا الموسم على مستوى الطاقم الفني لنادي الجنوب الغربي للبلاد الذي بدأ الموسم الحالي تحت قيادة عبد النور حميسي، قبل أنّ يتولى المهمة عبد الحق بلعيد الذي انسحب بسبب مشاكل صحية. ومن المقرر، أنّ يبدأ الهادي خزار في مهامه بشكل رسمي، على هامش حصّة الاستئناف المقرر اليوم، حيث يتمثل هدفه الرئيسي في قيادة مولودية البيض لضمان البقاء بأريحية في الرابطة الأولى. وللإشارة، تلقى نادي مولودية البيض خسارة قاسية مساء أول أمس، أمام مستضيفه شباب قسنطينة بثنائية مقابل هدف وحيد، برسم الجولة الـ 16 للرابطة المحترفة الأولى، ليتجمّد رصيد الفريق عند النقطة 21 في المرتبة الـ 11 في جدول الترتيب.

سفيان ع

أمين مسلوق مسير الرابطة المحترفة لكرة القدم؛

"الحظ لم يكن إلى جانب المنتخب الوطني"

عبر مسير الرابطة المحترفة لكرة القدم، أمين مسلوق عن أسفه لإقصاء المنتخب الوطني لكرة القدم داخل القاعة، من التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس أمم إفريقيا. معتبرا أن الحظ لم يحالف "الخضر" رغم الجهود الكبيرة التي بذلها سهر أول أمس، في لقاء الإياب أمام المنتخب الليبي، وقال مسلوق في تصريحاته لـ "دزير سيور": "المباراة كانت صعبة، ولعبت على جزئيات إلى غاية الثواني الأخيرة"، وواصل "نتيجة الذهاب التي انتهت بـ 4-4 حفزتنا كثيرا لحسم التأهل في أرض الوطن لكن لم نحالفنا الحظ"، واختتم ذات المتحدث: "الفريق سيواصل على تحضير نفسه من أجل الاحتفالات القادمة"

مهدي

مدرّب المنتخب الوطني لكرة القدم داخل القاعة؛

"نقص الخبرة حرّما من التأهل إلى الكان"

تحسّر مدرّب المنتخب الوطني لكرة القدم داخل القاعة، عقب إقصاء "الخضر" من التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس أمم إفريقيا، بعد هزيمته أمام ضيفه الليبي بثنائية مقابل هدف وحيد. وقال مدرّب "الخضر" في تصريحاته عقب نهاية اللقاء "في البداية اعتدّر من الشعب الجزائري"، وواصل "عدنا بالتعادل من ليبيا وخسرنا في الجزائر، قدر الله ما شاء فعل وأمامنا عمل كبير ولا تزال تنقصنا الخبرة"، ليضيف: "المنتخب الليبي يشارك منذ 20 سنة عكس المنتخب الوطني الذي تأسس منذ سنتين فقط"، مشيرا في ذات الصدد أن نقص الخبرة حرّمهم من التأهل إلى "الكان" "الخبرة كانت تنقصنا أمام ليبيا، فبالرغم من قدوم لاعبين من فرنسا وبلجيكا وأوروبا، إلا أننا لم نصل إلى المستوى المطلوب، يجب علينا خوض مباريات كثيرة حتى نكون جاهزين لمثل هذه المباريات"، وبرز ذات المتحدث بأنّ المنتخب الليبي يحتل المرتبة الـ 40 عالميا فيما يتواجد المنتخب الجزائري في المركز 95، وفي ختام تصريحات جدد مدرّب المنتخب الوطني شكره لل جماهير الجزائري التي تنقلت إلى القاعة البيضاوية من أجل دعم اللاعبين "أشكر الجماهير التي جاءت بقوة من أجل دعمنا، وأتمنى أن نسعدكم ونحقق أهدافنا مستقبلا".

مهدي

تصفيات كأس أمم إفريقيا لكرة القدم داخل القاعة

المنتخب الوطني يفشل في بلوغ "الكان"

فشل المنتخب الجزائري لكرة القدم في التأهل إلى كأس إفريقيا 2024، بعد الهزيمة في لقاء الإياب أمام ليبيا. وخسرت كتيبة "محاربي الصحراء" بنتيجة هدفين مقابل هدف أمام منتخب ليبيا، في المباراة التي دارت أطوارها بالقاعة البيضاوية التابعة للمركب الأولمبي محمد بوضياف بالعاصمة. وتقدم منتخب الجزائر في النتيجة مبكرا، عندما سجل اللاعب عز الدين تاكجراد الهدف الأول مطلع الدقيقة الأولى من زمن المواجهة. وبعد انتهاء الشوط الأول بهدف دون رد لصالح كتيبة "الخضر"، أدرك منتخب ليبيا التعادل في المرحلة الثانية، عن طريق اللاعب صهيب الغول في الدقيقة الثامنة من زمن الشوط الثاني. وبخروج النجم أحمد البنيي أحلام الجزائريين في بلوغ "الكان"، بتسجيله الهدف الثاني للمنتخب الليبي في الدقيقة الأخيرة من زمن المواجهة، علما أن كل شوط يلعب في 20 دقيقة. وكانت كتيبة "محاربي الصحراء" قد عادت من مدينة مصراتة بتعادل ثمين بنتيجة 04 أهداف لمثلها، ضمن مباراة الذهاب، قبل أن تفشل على أرضها وأمام جماهيرها في انتزاع بطاقة التأهل إلى العرس القاري.



■ بطولة العالم للسباحة بالدوحة؛

جواد صيود يقصّي في مرحلة المجموعات

أقصى السباح الجزائري جواد صيود في مرحلة المجموعات لسباق الـ 50 متر سباحة فراشة، لحساب بطولة العالم 2024، المقامة فعالياتها بالعاصمة القطرية الدوحة من 2 إلى 18 فيفري. وأنهى السباح الجزائري (24 سنة)، السباق في المركز التاسع والأخير للمجموعة الرابعة في التصفيات، بزمن قدره 24 ثا و 32 ج. وعاد المركز الأول في هذه المجموعة للسباح الجنوب افريقي شاد لوكوز بزمن قدره (23 ثا و 47 ج)، متبوعا في المركز الثاني بالكندي فينالي كنوس بوقت (23 ثا و 52 ج)، ليتأهل السباحان إلى الدور نصف النهائي من هذا السباق. وفي مجموع الترتيب الخاص بمرحلة المجموعات، حل السباح الجزائري جواد صيود في المركز 37. وتشارك الجزائر في هذا الموعد العالمي بثلاثة سباحين هم على التوالي: أسامة سحنون (50 متر سباحة حرة) وآمال مليح (50 جواد صيود 50) متر و 100 متر سباحة حرة) و 100 متر فراشة).

السباح
القوى
(ملتقى
ليفيين
فرنسا/ داخل
القاعة):

الجزائري ياسر محمد تريكي يحتل المركز الثاني في مسابقة القفز الثلاثي

احتل العداء الجزائري ياسر محمد تريكي، سهرة السبت، المركز الثاني في مسابقة الوثب الثلاثي (داخل القاعة)، ضمن فعاليات ملتقى ليفين فرنسا، لحساب الجولة القارية الذهبية لملتقيات ألعاب القوى داخل القاعة. وحل محمد ياسر تريكي في المركز الثاني في هذه المسابقة بعد تحقيقه لقفزة بطول 17.18 متر، وراء بطل العالم للاختصاص البوركينابي أوغي هابريس زونغو (17.21 متر) ومتقدما على الفرنسي جون ياك بونت فيان في المركز الثالث ب (17.13 متر). وكان تريكي قد حقق يوم الثلاثاء الماضي، المرتبة الثالثة في الوثب الثلاثي، بوثبة قدرت ب 16.93 متر، في الملتقى الدولي تورون لألعاب القوى داخل القاعة ببولندا. وتجدر الإشارة أن ملتقى ليفين، كان قد عرف السبت تألق العداء الجزائري غواند محمد علي الذي حقق رقما قياسيا وطنيا، وثاني أفضل نتيجة عالمية بعد فوزه بسباق 800 متر بزمن قدر 45 ثا و 35 ج. وكان الرقم القياسي الوطني الجزائري السابق بحوزة العداء تقي الدين هديلي بزمن 45 ثا و 98 ج، وحققه في بطولة الجامعات الأمريكية يوم 10 يناير 2021، حسب ما أوضحته في وقت سابق الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى.

مهدي

برمجة البطولة الشتوية لألعاب القوى في مركب ميلود هدا في

ستجرى فعاليات البطولة الوطنية الشتوية لألعاب القوى، المقررة يومي 1 و 2 مارس، بالملاعب الرئيسي للمركب الأولمبي "ميلود هدا في" لوهرا، حسبما علم أمس لدى المنظمين. وأوضح رئيس الرابطة الوهرانية لألعاب القوى، إبراهيم عمور، في تصريح لـ "أن" المسابقات الرسمية للبطولة، والتي تشارك هيئته في تنظيمها إلى جانب الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى والمديرية المحلية للشباب والرياضة، ستقام في الملعب الرئيسي للمركب الأولمبي الذي يتسع لـ 40 ألف مقعد، بينما سيكون الملعب الملحق متاحا للرياضيين لإجراء تمارين الإحماء". وستكون البطولة الشتوية أول منافسة وطنية لألعاب القوى يستضيفها المركب الأولمبي "ميلود هدا في"، الذي سبق وأن استقبل فعاليات هذا التخصص خلال دورة الألعاب المتوسطية عام 2022، وكذلك الألعاب العربية عام 2023. وأضاف إبراهيم عمور، الذي نظمت رابطة، يومي الجمعة والسبت، البطولة الجهوية للغرب المؤهلة للبطولة الوطنية بالملاعب الملحق للمركب الأولمبي الذي يتسع لـ 4.200 مقعد، أنه "متفائل" بنجاح أول بطولة وطنية لألعاب القوى تحتضنها عاصمة الغرب الجزائري. وتابع قائلا: "أضحت وهران تمتلك الخبرة اللازمة لتنظيم البطولة الوطنية في أفضل الظروف بفضل التجربة التي اكتسبتها من الألعاب المتوسطية والألعاب العربية اللتين أقيمتا بالمدينة خلال العامين الماضيين". كما أعلن رئيس الرابطة الوهرانية عن تنظيم حدثين كبيرين آخرين في ألعاب القوى بوهران الصيف المقبل، ويتعلق الأمر بملتقى وطني وآخر دولي، تحت رعاية الاتحادية الجزائرية المعنية.

مهدي



الملاكم مخولف في نهائي دورة "سترانغا" ببلغاريا

تأهل الملاكم الجزائري محمد مخولف (فئة 71 كغ)، إلى المنازلة النهائية للدورة الدولية الـ 75 لـ "سترانغا" الجارية فعالياتها حاليا بالعاصمة البلغارية صوفيا. وتجاوز الملاكم الجزائري محمد مخولف الذي يسجل أول مشاركة له مع المنتخب لوطني للأكابر، في الدور نصف النهائي عقبة منافسه الإيراني مسلم مكسودي بالنقاط، ليضمن بذلك ميدالية فضية على الأقل في هذه الدورة الدولية المرموقة. بالمقابل، توقف مشوار الملاكمين الجزائريين الآخرين، خنوسي كمال (48 كغ)، عبد الناصر بن لعريبي (67 كغ)، عزالي عبد الرؤوف (75 كغ)، حومري محمد (81 كغ)، في الدور نصف النهائي المرادف لتتويجهم بالميدالية البرونزية. ويحضر المنتخب الجزائري لخوض الدورة الدولية التي ستجري من 1 إلى 12 مارس بإيطاليا المؤهلة للألعاب الأولمبية 2024، تحت إشراف المديرين أحمد دين، عبد الهادي كنزي، نور الدين طوليبيني ومحمد علاو.

مدربون غيرت بطولة كأس أمم أفريقيا مسيرتهم

ساهمت كأس أمم أفريقيا في السنوات الأخيرة في بروز الكثير من الأسماء، حيث تألق مدربون في قيادة المنتخبات إلى نجاحات غير متوقعة، وكانت نقطة تحول كبيرة في مسيرتهم الاحترافية، بارتقاء أسهمهم على الصعيد القاري، أو أصبحوا نجوماً في العالم.

وتطالب الجماهير في ساحل العاج باستمرار المدرب إيمرسي فاي في قيادة منتخب "الفضيلة"، بعد أن قادهم للتأهل إلى نهائي كأس أمم أفريقيا الحالية، بعد مشوار بطولي، خاصة التأهل على حساب منتخب السنغال القوي في ثمن النهائي، الذي كان قد حقق ثلاثة انتصارات في الدور الأول من البطولة، ولكن المدرب المؤقت نجح في إيقاف المرشح الأول للحصول على لقب هذه النسخة، وتأكيد تألقه في بطولة كأس أمم أفريقيا 2021 في الكاميرون عندما حصدت السنغال أول لقب في رصيدها. وقدم منتخب ساحل العاج مباراة في مستوى عال، فبعد أن تجاوز البداية الصعبة، إثر قبوله هدفاً مبكراً، نجح "الفضيلة" في استعادة الثقة بقدراتهم وتغييرات المدرب طوال اللقاء كانت نقطة تحول في المواجهة من خلال فرض سيطرة قوية على وسط الميدان، الذي يُعتبر نقطة قوة حامل اللقب. وتابع التآلق في بقية المباريات الأخرى، خاصة أمام مالي، بعد أن نجح في التغييرات التي قام بها.

ولا يمكن نسب كل النجاحات إلى المدرب المساعد، الذي خلف الفرنسي جون لويس غاسكيه، بعد إقالته من مهامه إثر الهزيمة التاريخية أمام غينيا الاستوائية بنتيجة 0.4، ولكن الروح المعنوية العالية التي خاض بها نجوم منتخب ساحل العاج المواجهة أمام السنغال، أكدت أن المدرب نجح في تحفيز اللاعبين وإعدادهم ذهنياً من أجل حسن التعامل مع مباراة قوية وصعبة مثل اللعب أمام أفضل منتخب في البطولة.

وبات المدرب المساعد مرشحاً للاستمرار في قيادة بطل أفريقيا مرتين، إذ إنه قد يسير على خطى الكثير من المدربين الذين استفادوا من كأس أفريقيا لرفع أسهمهم والإشعاع والتمتع بفرصة كبيرة، مثل التونسي جلال القادري، الذي قاد منتخب تونس في لقاء وحيد في كأس أفريقيا 2022، عندما عوض منذر الكبير الذي أصيب بفيروس كورونا قبل مواجهة نيجيريا، وقدم المنتخب التونسي عرضاً قوياً للغاية جعل الجماهير تطالب بتثبيت القادري، وهو ما حصل فعلياً مباشرة بعد أن ودّع نسور قرطاج كأس أفريقيا.

كأس

وقاد المدرب القادري المنتخب التونسي في نهائيات العالم في قطر عام 2022، كما أنه تمتع بفرصة تمديد العقد مع "النسور" وقادهم في النسخة الحالية، التي كان حصادها كارثياً بعد أن ودّع منتخب تونس البطولة منذ الدور الأول، دون أن يحقق أي انتصار وسجل هدفاً وحيداً، ورحل القادري عن المنتخب بعد هذا الحصاد الكارثي، بما أن عقده مع المنتخب التونسي يرضر وصوله إلى المربع الذهبي من أجل تمديد التجربة.

وبات القمري، الفرنسي، أمير عبود، من بين أكثر المدربين المطلوبين من قبل مختلف الاتحادات الأفريقية، بعد أن نجح في ترك بصمته في نسخة أمم أفريقيا 2021 مع جزر القمر بالوصول التاريخي إلى الدور الثاني، ثم تألق مع منتخب موريتانيا وقاده للمرة الأولى إلى الدور الثاني بعد انتصار مثير على منتخب الجزائر، ولم يكن المدرب معروفاً قبل مشاركته في النسخة الماضية من النهائيات التي جعلت منه نجماً معروفاً في كل القارة الأفريقية.

ويعتبر الفرنسي، هيرفاي ريتار، من المدربين الذين قدمتهم كأس أمم أفريقيا إلى الجماهير في العالم، بما أنه لم يكن معروفاً قبل أن يكتب أفضل صفحات النجاح ويصبح المدرب الوحيد الذي توج باللقب الأفريقي مع منتخبين مختلفين إلى حد الآن، وكل المنتخبات تحلم بالتعاقد معه بل هو محل تنافس بين الاتحاد الجزائري وكذلك الإيفواري، ويدين بكل النجاحات إلى كأس أفريقيا التي ساعدته في رفع أسهمه، كما أنه قاد لاحقاً منتخبات المغرب والسعودية في كأس العالم إضافة إلى تدريب منتخب فرنسا للسيدات.

الاتحاد المصري يكرم الحكام المصريين المشاركين في كأس أفريقيا 2023

قرر مجلس إدارة اتحاد الكرة برئاسة جمال علام، إقامة حفل تكريم للحكام المصريين المشاركين في بطولة كأس أمم إفريقيا المقامة حالياً بكونت ديفوار، بعد الظهور المميز في المباريات. وظهر التحكيم المصري في بطولة كأس أمم أفريقيا بشكل مشرف للغاية، حيث أدار طاقم مصري عدد من المباريات أهمها مباراة الافتتاح مروراً بمباريات دور المجموعات والأدوار التالية ووصولاً للدور قبل النهائي والنهائي ممثلاً في محموضت قائمة الحكام المصريين في بطولة أمم إفريقيا 7 حكام، وهم: أمين عمر ومحمد معروف ومحمد عادل، حكام ساحة، ومحمود أبوالرجال وأحمد حسام طه حكمين مساعدين ومحمود عاشور ومحمود البنا لتقنية الفيديو VAR. وكان أمين عمر أدار مباراة الافتتاح لبطولة كأس أمم إفريقيا التي جمعت بين كوت ديفوار وغينيا بيساو. وظهر محمود عاشور كحكم فيديو، في المباراة النهائية لـ كأس أمم إفريقيا التي جمعت بين كوت ديفوار ونيجيريا أمس حكماً لتقنية الفيديو.

الأخطبوط ويليامز يقود جنوب أفريقيا لبرونزية الكان

قاد الحارس المتألق رونوين ويليامز، منتخب جنوب أفريقيا لحصد المركز الثالث وبرونزية كأس الأمم الأفريقية 2023 بتغلبه على الكونغو الديمقراطية بنتيجة 6-5 بركلات الترجيح عقب التعادل بدون أهداف في الوقت الأصلي. سيطر التعادل بدون أهداف على الوقت الأصلي قبل اللجوء لركلات الترجيح التي شهدت تألق الحارس ويليامز بالتصدي لضربتين. وفي ركلات الترجيح، سجل لمنتخب الكونغو صامويل موتوسامي وأمينيكي مقولا وسيدريك باكامبو وجوريس كاييمبي ويوان ويسا، وأضاع تشانسيل ميبمبا وميشاك إيليا. وسجل لمنتخب جنوب أفريقيا نكوسيناتي سيبيسي وثابانج مونايري وأوبييري موديبا وإزاخيلي ليباسا وريجان أبوليس وسياندا تشولو وأضاع تيبوهو موكونا. وحقق منتخب جنوب أفريقيا المركز الثالث بقيادة المدرب البلجيكي هوجو بروس للمرة الثانية في تاريخه بعد نسخة 2000 بينما جاء منتخب الكونغو الديمقراطية بقيادة المدرب الفرنسي سباستيان ديسابر في المركز الرابع. بدأ اللقاء بإيقاع سريع بين المنتخبين، واعتمد البافانا على الكرات الطويلة ولكن الخطورة غابت أمام المرمى، وأرسل ماكجوبا كرة عرضية للمنتخب الجنوب أفريقي لم تجد من يتابعها. ووجه ماكجوبا تسديدة قوية لجنوب أفريقيا علت العارضة، وأبعد دفاع الكونغو محاولة للاختراق من العمق ورد المنتخب الكونغولي بمحاولة عن طريق موتوسامي. أهدر سيلاس كاتومبا محاولة خطيرة للكونغو من الأفراد بالمرمى ولكنه سد بسهولة في يد الحارس، واضطر المنتخب الكونغولي لتبديل لاعبه ثيو بونجوندا للإصابة وحل بدلا منه ميشاك إيليا بعد مرور 33 دقيقة. وجه موكونا كرة عرضية بلا خطورة بينما أرسل منتخب الكونغو كرة عرضية سريعة لم يستغلها المهاجم سيلاس.. ووجه موتوسامي تصويبة قوية علت العارضة لصالح الكونغو مع نهاية الشوط الأول بالتعادل. أشرك منتخب الكونغو لاعبه أمينيكي مقولا على حساب آرون تشيويولا، وقدم المنتخب الكونغولي بداية قوية في الشوط الثاني مع فرصة قريبة من سيمون بانزا ثم تسديدة من نفس اللاعب مرت بجوار القائم. وجه ديانغانا لاعب الكونغو تصويبة قوية بجوار القائم، وأمسك الحارس ويليامز تمريرة عرضية للكونغو ووجه موكونا تسديدة لجنوب أفريقيا أبعداها الدفاع الكونغولي. وأشرك منتخب جنوب أفريقيا الثاني ثابانج مونايري وريجان أبوليس على حساب زواني وماكجوبا، ووجه منتخب الكونغو تسديدة قوية في يد الحارس ويليامز. أهدر منتخب الكونغو فرصة محققة عن طريق سيلاس بعد هجمة سريعة أبعداها موادو مع خطأ من الحارس ويليامز وصلت إلى سيلاس الذي سد بجوار القائم بقرابة. شارك يوان ويسا على حساب جرادي ديانغانا لتنشيط هجوم الكونغو.. وضاعت محاولة للبافانا بتسديدة أمسكها الحارس، وشارك تيرينسي ماتشيجو على حساب تاييلو موتوبا في صفوف جنوب أفريقيا. وأضاع القائد تشانسيل ميبمبا فرصة محققة للكونغو بتسديدة فوق العارضة، وأشرك منتخب الكونغو الثاني فيستون ماييلي وسيدريك باكامبو على حساب سيلاس وسيمون بانزا. وضاعت محاولة قريبة من ميشاك إيليا ويوان ويسا، وأهدر منتخب جنوب أفريقيا فرصة خطيرة عن طريق مايامبيلا بتصد رائع من الحارس.. وغادر مايامبيلا لصالح ليباسا لاعب جنوب أفريقيا.

وأضاع ماييلي فرصة محققة للكونغو بتسديدة بجوار القائم، وضاعت كرة عرضية بإنقاذ دفاعي مع نهاية الوقت الأصلي بالتعادل والجوء لركلات الترجيح.

حسام حسن: نسخة 98 الأصعب في تاريخ الفراعنة

عبر حسام حسن المدير الفني الجديد لمنتخب مصر عن سعادته بالتواجد في كوت ديفوار لحضور نهائي كأس الأمم الأفريقية الذي لعب أمس بين أصحاب الأرض ونيجيريا. ووجه حسام حسن الممتوج مع منتخب مصر بثلاث نسخ للكان أعوام 1986 و1998 و2006 التهنئة لكوت ديفوار على حسن تنظيم النسخة الجارية من نهائيات كأس أمم أفريقيا، وأضاف: "قارة أفريقيا تستحق الأفضل دائماً، لأنها تملك مواهب كبيرة تتألق في ملاعب أوروبا". وتابع: "أعتبر نفسي محظوظاً لأنني توجت بثلاث نسخ من أصل 7 حققها منتخب مصر. في نسخة 2006 شاركت وأنا قرب الأربعين عاماً". وواصل: "تحياتي لأساطير القارة الذين أتواجد بينهم وفخور أنني رأيت الأسطورة روجيه ميلا الذي تابعت في الملعب في نسختي 1986 و1988". وقال حسام حسن: "العبت في نسخ مختلفة مع أجيال عديدة وفخور أن نهاية مشواري كانت وسط الجماهير المصرية بالتتويج بلقب 2006 وكنت القائد وقتها". وأكد أن هذا الشعور عظيم ورائع ويتمنى أن يعيشه نجوم أفريقيا الصاعدين وأيضاً لاعبي منتخب مصر الذين لم يحققوا اللقب بعد. وأشار عميد لاعبي العالم السابق إلى أن لقب نسخة 1998 كان الأصعب في تاريخ منتخب مصر "لأن الراحل محمود الجوهري مدرب الفراعنة وقتها كون جيلا جديدا لا يملك سوى اثنين من عناصر الخبرة، أنا وهاني رمزي". وأوضح أن الجميع داخل مصر كان يعلم وقتها أن المنتخب سيعود سريعا من بوركيانا فاسو ولن ينافس على اللقب.

وأكد أن المنتخب المصري واجه منافسين أقوياء وآخرهم منتخب جنوب أفريقيا الذي كان حاملا للقب ويملك جيلا عظيما. وأتم قائلا: "في رأبي نسخة 1998 أصعب من نسخة 2006 وقدمت خلالها أفضل مستوياتي".

هوغو بروس مرشح لخلافة القادري في منتخب تونس

دخل البلجيكي هوغو بروس، المدير الفني لمنتخب جنوب أفريقيا دائرة اهتمامات منتخب تونس الذي يبحث عن تعيين مدرب جديد بعد رحيل جلال القادري عن منصبه.

وأكد موقع disk times I الجنوب أفريقي أن الاتحاد التونسي أبدى إعجابه بالعمل الذي قام به بروس مع البافانا بافانا في أمم أفريقيا بتأهله لنصف النهائي. وتتشابه ظروف تونس مع جنوب أفريقيا في اعتمادهما على تشكيلة تضم عددا كبيرا من اللاعبين الناشطين بالدوري المحلي. وكان بروس البالغ من العمر 71 عاما قد صرح في وقت سابق خلال تواجده في بلجيكا بأنه يفكر في إنهاء مسيرته التدريبية قبل أن يتراجع عن تصريحاته ويؤكد رغبته في مواصلة العمل.

وأوضح موقع disk times I أن قرب المسافة بين تونس وبلجيكا أمر قد يفتح بروس بقبول المهمة رغم أن عقده الحالي يمتد حتى عام 2026. وكشف بروس في وقت سابق عن وجود مشكلات تتعلق باتحاد جنوب أفريقيا لكرة القدم والدوري الممتاز لكرة القدم.

إلا أن داني جوردان رئيس الاتحاد أكد على عقد اجتماع بعد نهاية لقاء تحديد المركزين الثالث والرابع ضد جمهورية الكونغو الديمقراطية لمناقشة كيفية المضي قدما، مع حرص الاتحاد على بقاء التكتيكي المخضرم في المشروع.



نجم برشلونة ينجو من ثورة ديكو

نجا أحد اللاعبين البارزين في صفوف برشلونة من الثورة التي يخطط ديكو، المدير الرياضي للبارسا، لإجرائها في الصيف المقبل. وذكرت تقارير أن ديكو يستهدف الحصول على 200 مليون يورو من مبيعات لاعبي برشلونة في نهاية الموسم، من أجل حل الأزمة الاقتصادية والتعاقد مع صفقات جديدة. ووفقا لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن فيران توريس بات خارج ثورة البراسا وسيستمر ضمن قائمة الفريق في الموسم المقبل بشكل مؤكد. وأشارت إلى أن توريس يتمتع بثقة المسؤولين في برشلونة بفضل أهدافه وأدائه، كما أن المدرب تشافي هيرنانديز أشاد به في عدة مناسبات، لا سيما في كيفية تغلبه على الصعاب بعد أن كانت استمراريته على المحك في نهاية الموسم الماضي. ولدى توريس هذا الموسم 11 هدفا و4 تمريرات حاسمة في 32 مباراة هذا الموسم، وبعد ثاني هدافي البراسا بعد روبرت ليفاندوفسكي (14 هدفا). ويرتبط توريس بعقد مع برشلونة حتى صيف 2027، ولدى المهاجم الإسباني إرادة قوية للبقاء والاستفادة من كل دقيقة يحصل عليها في المباريات، وعدم الاستسلام لكونه لاعبا احتياطيا. ويتميز توريس عن باقي لاعبي برشلونة بأنه قادر على اللعب في كل مراكز الهجوم، ما يمنح المدرب المزيد من الخيارات.

رودريغو: أنشيلوتي هددني بإخراجي من الملعب

أبدى البرازيلي رودريغو جويس، نجم ريال مدريد، سعادته بالانتصار الكبير على جيرونا (4-0)، مساء السبت، ضمن منافسات الجولة 24 من الليغا، في معقل الميرينغي "سانتياغو برنابيو". وسجل أهداف المباراة: فينيسيوس جونيور، بيلينغهام (ثلاثية)، ورودريغو، في الدقائق (6، 35، 54، 61). وقال رودريغو، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "لقد كانت مباراة مهمة بالنسبة لنا، وكان من الضروري الفوز.. كل شيء سار بشكل جيد للغاية". وحول تسجيل هدفه رقم 50 بضمير ريال مدريد، علق: "أنا سعيد، كانت لحظة خاصة بالنسبة لي.. التسجيل بهذا القميص دائما ما يكون مميزا، وفي الواقع هم 51 هدفا، لأنهم سلبوا مني هدفا في ميلانو.. لكنني سعيد جدا". وبخصوص مشاركة زميله كارفاخال وتشواميني في قلب الدفاع، قال الدولي البرازيلي: "لدينا ثقة كبيرة في الجميع، وأثبت كارفاخال وتشواميني أن لدينا لاعبين متنوعين وقادرين على سد الفراغ في هذا المركز، وهو موقف مختلف وصعب". وبشأن إنهاء سلسلة عدم التسجيل، أجاب: "المدرّب كارلو أنشيلوتي (لا يتحدث معي أبدا عن الأهداف، لأنه يثق بي، وأشكره على دعمه لي دائما). وواصل: "أنشيلوتي أخبرني، بين الشوطين، أنني أعمل بشكل جيد على المستوى الدفاعي.. لكن في الشوط الثاني قال لي إنني سيئ دفاعيا وسيعرّجني (ضاحكا).. لقد ضغط علي قليلا، ثم سجلت". وعن حالة زميله جود بيلينغهام، الذي تعرض لإصابة خلال المباراة، قال رودريجو: "لا أعرف.. الآن سأسأله". وبهذا الانتصار، رفع ريال مدريد رصيده إلى 61 نقطة، في صدارة جدول ترتيب الليغا، بينما تجدد رصيد جيرونا عند 56 نقطة، في الوصافة.

جمهورية ريال مدريد يسخر من تشافي

أكد تقرير صحفي، أن تشافي مدرب برشلونة، كان جزءا من احتفالات جماهير ريال مدريد، خلال مباراتهم أمام جيرونا. وتغلب ريال مدريد على جيرونا، برعاية نظيفة، مساء السبت، على ملعب سانتياغو برنابيو، ضمن مباريات الجولة 24 من عمر الليغا. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو"، فقد شهدت الدقيقة 75، هتاف مجموعة كبيرة من جماهير الريال تشافي ابت. وأشارت إلى أن هذا الهتاف أطلقه جمهور الملكي، للسخرية من موسم برشلونة الحالي مع تشافي، بعد خسارة لقب السوبر الإسباني وكأس الملك، والابتعاد عن صدارة الليغا. وأضافت الصحيفة: "تشافي غير محبوب في البرنابيو، وفي كل مرة زاره فيها كلاعب أو مدرب، كان يتعرض لصافرات الاستهجان من جماهير ريال مدريد".



أنشيلوتي يقارن بين زيدان وبيلينغهام.. وينصف فينيسيوس

كشف كارلو أنشيلوتي، مدرب ريال مدريد، تفاصيل إصابة جود بيلينغهام، خلال الانتصار 4-0 على جيرونا، مساء السبت، ضمن منافسات الليغا. وقال أنشيلوتي في تصريحات نقلتها صحيفة ماركا "لعبنا مباراة متكاملة مع مزيج بين الجودة والالتزام". وأضاف "أفعل ما بوسعي للحصول على أفضل النتائج من لاعبي ريال مدريد". وعن إصابة بيلينغهام، كشف "يعاني من التواء في الكاحل، وسيتم تقييم حالته غدا، وأتمنى لحاقه بمباراة الثلاثاء بدوري الأبطال". وعن المقارنة بين بيلينغهام وزيدان، أوضح "الفرنسي كان متفوقا على المستوى الفني، أما بيلينغهام لديه أسلوب أفضل كما أظهر في هدفه وتابع "فينيسيوس جونيور بهذا المستوى، هو الأفضل لاعب، ثم رودريغو وفالفيري وكامافينغا". ويسأله لاعب من فريق آخر، وأنا أتحدث عن فريق فقط".

في العالم، وبيلينغهام هو ثاني أفضل عن كيليان مبابي، أجاب "أنت تذكر وحول رودريغو، كشف "لقد التحسن، ولن نخاطر به، تركيزنا الآن على دوري ولدينا أفضلية في "كارفاخال لم وأخبرني أنه لا اليسار، ويبدو "كقلب دفاع".

الإصابة تضرب بيلينغهام

تعرض النجم الدولي الإنجليزي جود بيلينغهام للإصابة، خلال مواجهة جيرونا، مساء السبت، ضمن منافسات الجولة 24 من الليغا، في معقل الأول "سانتياغو برنابيو".

وتعرض بيلينغهام (الذي سجل هدفين لفريقه) للإصابة في كاحل القدم، ولم يستطع استكمال المباراة، وطلب التخيير في الدقيقة (57). وقرر كارلو أنشيلوتي، مدرب الريال، الدفع بإبراهيم دياز بدلا منه. ونوهت شبكة "سكواكا"، بأن بيلينغهام هو أول لاعب وسط من ريال مدريد، يسجل أكثر من 15 هدفا في موسم واحد بالليغا، في القرن الحادي والعشرين. وتوقع بيلينغهام على مواطنه ديفيد بيهكام، نجم الريال السابق، بعد سجل 20 هدفا في 29 مباراة، وهي نفس حصيلة بيهكام ولكن في 155 مباراة.

فينيسيوس: بيلينغهام أفضل لاعب في العالم

أشاد فينيسيوس جونيور نجم ريال مدريد، بقدرات زميله جود بيلينغهام، عقب الانتصار 4-0 على جيرونا، مساء السبت، في إطار الليغا. وقال فينيسيوس في تصريحات نقلتها صحيفة أس "خضنا أحد أفضل مبارياتنا هذا الموسم، لقد فعلنا كل ما طلبه المدرب". وتابع "الضغط كان ضروريا، وحين نظهر هذه الروح كفريق، يكون من الصعب جدا التغلب علينا". وأضاف "جيرونا لعب بطريقة مذهلة، وكنا نعلم أنه يتعين علينا بدء المباراة بتركيز كبير، وهذا ما فعلناه أمام جماهيرنا". وعن هدفه، كشف "في العادة لا أسد من خارج منطقة الجزاء، لكن اليوم شعرت بالثقة وسارت الأمور بشكل جيد". وحول جود بيلينغهام، علق "نحن نتدرب كل يوم معا، وهو رائع وسجل العديد من الأهداف، أتمنى أن يستمر في مساعدتنا، فهو أفضل لاعب في العالم هذا الموسم". وواصل "تصفيق الجماهير دائما أكون سعيدا على ملعب البرنابيو، وأتمنى أن يتركني رئيس الملكي هنا لفترة طويلة (ضاحكا)".

وحول الغيابات، أوضح "ريال مدريد لديه الكثير من اللاعبين، ولعب كارفاخال وتشواميني في قلب الدفاع، وكامافينغا أحيانا كظهير، ونحن نتدرب كل يوم لتقديم أفضل نسخة لدينا".

أداء بديل مودريتش يصد مسؤولي ريال مدريد

كشف تقرير صحفي إسباني، مساء السبت، عن صدمة مسؤولي ريال مدريد من أداء أحد لاعبي الفريق في المباريات الأخيرة، وفقا لتقرير صحفي. وحصل داني سيبيايوس، لاعب وسط الميرينغي، على فرص عدة هذا الموسم، لكنه لم يصنع الفارق. وبحسب صحيفة "أس" الإسبانية، فإن الإيطالي كارلو أنشيلوتي، مدرب ريال مدريد، فضل سيبيايوس على الأسطورة لوكا مودريتش، في الكثير من المباريات هذا الموسم، لكنه لم يثبت نفسه. وأضافت الصحيفة أن أداء لاعب الوسط الإسباني في المباريات الماضية، لم يكن إيجابيا، ولم يقدم أي إضافة للفريق. ووصفت أداء سيبيايوس بـ"البارد" في ديربي مدريد الأخير أمام الأتلتي (1-1)، وهو ما أثار دهشة الجميع داخل النادي الملكي. جدير بالذكر أن سيبيايوس كان قريبا من الرحيل عن سانتياغو برنابيو، قبل انطلاق الموسم الجاري، لكن أنشيلوتي تمسك به وقرر منحه فرصة جديدة.

مولر: انتصار ليفركوزن مستحق... و"الحرية" مشكلة بايرن

مدير بايرن ميونخ: ما حدث "مزحة" .. ومصيرنا ليس بأيدينا

تحدث كريستوف فرويند، المدير الرياضي لبيرن ميونخ، عن أسباب الخسارة الكبيرة التي تكبدها فريقه بثلاثية نظيفة أمام مضيفه باير ليفركوزن، مساء السبت، ضمن لقاءات الجولة رقم 21 من الدوري الألماني. وقال كريستوف فرويند، المدير الرياضي لبيرن ميونخ، عقب المباراة: "الامر بمثابة المزحة أن تجد الأمور تسير بشكل جيد في التدريبات، ولا تجدها على نفس النحو في المباريات، ارتكبنا الكثير من الأخطاء السهلة ولم نخلق أي فرص للتسجيل عندما تراجع الخصم للوراء". وعلق على خطة توماس توخيل في اللقاء: "جعلنا ليفركوزن فريقا قويا بالأخطاء التي ارتكبناها، هذا أمر لا يتعلق بالخطة، المدرب عمل طوال الأسبوع بجهد كبير، ولكن لم تسر الأمور كما أراد، ولكن ذلك ليس بسبب المنظومة، ولكن لعدم القيام بالأمور الأساسية وتقديم المستوى في أرض الملعب". وعن حظوظ بايرن ميونخ في التتويج بلقب الدوري: "ليفركوزن يبلي البلاء الحسن، لم يخسر أي مباراة ويبتعد الآن بفارق 5 نقاط، علينا التأكد من فوزنا بالمباريات، الأمر خارج أيدينا".

رئيس بايرن: استحقنا الخسارة أمام ليفركوزن

اعترف يان كريستيان دريسين، الرئيس التنفيذي لبيرن ميونخ، باستحقاق فريقه الخسارة التي تكبدها أمام باير ليفركوزن بثلاثية نظيفة، مساء السبت، في اللقاء الذي أقيم على ملعب باي أرينا، ضمن منافسات الجولة رقم 21 من الدوري الألماني.

وقال دريسين، في تصريحات نقلها الموقع الرسمي لبيرن ميونخ: "استحقنا الخسارة.. ليفركوزن ببساطة كان أفضل منا، وعلينا تقبل ذلك".

وأضاف: "بداننا المباراة بصورة جيدة، وبعد ذلك فقدنا قبضتنا على اللقاء.. لحسن الحظ لا يزال أمامنا 13 مباراة متبقية (في الدوري الألماني)، ونأمل أن يتعثر ليفركوزن في مواجهة أو اثنتين". وأردف: "رغم صعوبة ما حدث اليوم، لن نستسلم.. علينا توحيد صفوفنا والتطلع للأمام، نتنتظرنا مباراة يوم الأربعاء أمام لاتسيو (في دوري أبطال أوروبا)، وعلينا الاستعداد لذلك اللقاء".

يذكر أن باير ليفركوزن وسع الفارق في الصدارة إلى 5 نقاط، مع بايرن ميونخ صاحب المركز الثاني.

ألونسو: لم نمنح بايرن ميونخ أي فرصة

تغنى تشابي ألونسو، مدرب باير ليفركوزن، بالانتصار الكبير على ضيفه بايرن ميونخ (3-0)، مساء السبت، في قمة الجولة رقم 21 من الدوري الألماني.

وقال ألونسو، في تصريحات عقب المباراة نقلتها شبكة "سكاي سبورتس": "أردنا أن نكون على قدم المساواة أمام بايرن.. كان يجب علينا التحلي بالقوة، وقدمننا عملا رائعا ومنضبطا للغاية". وأضاف: "تقارب صفوف الفريق كان مبهرا، لم نمنحهم أي فرصة.. وبالطبع الهدف الأول كان مهما للغاية، المستوى ككل كان رائعا، والالتزام اللاعبين كان مميزا". وعن قدرة فريقه على التأقلم مع أحداث المباراة، قال: "عندما نحتاج إلى السيطرة، بإمكاننا إظهار ذلك.. لكن في بعض الأحيان، يكون النهج هو الانتظار والتربص وتقارب الصفوف والدفاع عن المساحات المهمة".

وأردف: "جميع اللاعبين أظهروا تركيزا رائعا.. انتظرنا فرصنا، وكان لدينا عدد كاف منها، ولم نسمح لهم بأي فرص.. كان ذلك مهما للغاية". وبخصوص طلبه من كل الجهاز الفني المشاركة في الاحتفال عقب اللقاء، أوضح ألونسو: "اللاعبون يحتاجون كل شخص في الفريق، لا يمكنني القيام بالعمل وحدي.. الكل يعمل بقوة لخلق أجواء رائعة وتناغم، وهذا سبب امتلاكنا الطاقة المهمة الآن، وهو مفتاح النجاح". وبشأن قدرة ليفركوزن على التتويج بلقب الدوري الألماني: "علينا التحلي بالصبر، وإبقاء أقدامنا على الأرض.. بالطبع التواجد في مركز المقدمة أمر جيد، لكن علينا التعامل بمباراة بمباراة، وبدءا من القدر سنفكر في هايدنهايم.. لن تكون مواجهة سهلة".

توخيل: لا يمكننا استقبال أهداف بهذا الشكل

أعرب توماس توخيل، مدرب بايرن ميونخ، عن خيبة أمله بعد السقوط الكبير لفريقه بثلاثية نظيفة، أمام مضيفه باير ليفركوزن مساء السبت على ملعب باي أرينا، في قمة مباريات الجولة رقم 21 من الدوري الألماني. وقال توخيل، في تصريحات صحفية عقب المباراة: "سيطرنا على الدقائق الأولى من اللقاء، لكن دون تشكيل خطورة، وافتقدنا الزخم بعدها، وانخفض مستوى الطاقة مع الأخطاء التي ارتكبناها". وأضاف: "لا يمكن أن تتأخر بهدف بتلك الصورة، مع اعتمادنا على 5 مدافعين، حينها يتحول الزخم.. مستوى المباراة لا يعكس نتيجة (0-3)، الهدف الثاني منحناهم إياه أيضا بصورة ضعيفة، وافتقدنا القدرة على الاختراق في الثلث الأخير". وتابع: "أردنا الدفاع بعدوانية كبيرة لحرمان ليفركوزن من إيجاد إيقاعهم الخاص، لكن اتخذنا قرارات ضعيفة حتى عند استعادة الكرة.. عانينا من ذلك كثيرا، أن نفقد الكرة مباشرة بعد استعادة الاستحواذ". وأتم: "سنقوم بكل ما لدينا لعدم الاستسلام.. ليفركوزن وسع الفارق (إلى 5 نقاط) لكن نهجنا لن يتغير، سنواصل وسنحسن إن أردنا تحقيق طموحاتنا".

إصابة تراب ترزعج آينتراخت فرانكفورت

بات كيفن تراب حارس مرمى منتخب ألمانيا، مهددا بعدم اللحاق بمباراة فريقه آينتراخت فرانكفورت أمام يونيون سانت جيلواز البلجيكي، في دوري المؤتمر الأوروبي، بسبب إصابة في أسفل الظهر. ولم يشارك تراب في مباراة فريقه مع بوخوم، والتي انتهت بالتعادل 1-1 في الدوري الألماني، اليوم السبت، بعد إصابته أثناء عمليات الإحماء، ليشترك زميله ينز جراهل بدلا منه. ويحل فرانكفورت، ضيفا على الفريق البلجيكي، يوم الخميس المقبل، في مباراة الذهاب بدور الـ 16 لدوري المؤتمر. لكن دينو تومموتر مدرب الفريق الألماني، لم يحسم مدى إمكانية لحاق كيفن تراب بهذه المباراة، قائلا "سننتظر ما سيحدث ونراقب حالته بشكل يومي فهو يعاني من آلام في الظهر". ويستعد جراهل للمشاركة في مباراة يوم الخميس، إذا لم يتعاف تراب من هذه الإصابة.

حلل توماس مولر مهاجم بايرن ميونخ، خسارة فريقه بثلاثية نظيفة أمام مضيفه باير ليفركوزن، مساء السبت، في قمة مباريات الجولة رقم 21 من الدوري الألماني. وقال مولر في تصريحات عقب المباراة بحسب ما نقل الموقع الرسمي للبايرن: "بالطبع هناك أعراض واضحة في أرض الملعب، أولا تهانينا لبيرن ليفركوزن، انتصارهم مستحق". وأضاف: "ما افتقدته من اللاعبين هو أن نظهر نهجا أفضل في التدريبات باللعب بشجاعة وحرية، افتقد تلك الحرية، نعاني من الدور في أسلوب لعبنا، خاصة عند امتلاك الكرة". وتابع "ليفركوزن لا يخطط لكل حركة، إذا تواجد جريمالدو في اليمين على الرغم من أنه الظهير الأيسر، تجده يلعب بشكل جيد، هم يلعبون كرة القدم ويبحثون عن الحلول". وتابع: "نبالغ في التفكير، في الوقت الذي يلعب فيه ليفركوزن كرة قدم بسيطة، نتوقع أن نعاني من الضغوط، لكن يجب أن يمثل ذلك حافزا لنا، لم يظهر أي لاعب حرية في اللعب اليوم". وأتم: "الأمر يتعلق بحريتنا في أرض الملعب واتخاذ القرارات والمسار الذي نسلكه وكيفية إدراك المواقف أثناء تطورها، كلها أمور يجب تحسبها سريعا وهذا ما سنقوم به".

نوير: قدمنا أسوأ مستوى في أهم يوم

انتقد مانويل نوير، حارس مرمى بايرن ميونخ، المستوى الباهت الذي قدمه فريقه في الخسارة بثلاثية نظيفة أمام مضيفه باير ليفركوزن، مساء السبت، في قمة مباريات الجولة رقم 21 من الدوري الألماني.

وقال نوير في تصريحات، عقب المباراة بحسب ما نقل موقع "سكاي سبورت ألمانيا"، "قدمنا أحد أسوأ مستوياتنا في أهم يوم، ليس هكذا نقف أمام خصم مثلهم، لم نقدم الكثير، وهذا أمر مرير". وأضاف "أردنا الدفاع بعدوانية بداية من خط الهجوم، والاعتماد على 3 لاعبين في قلب الدفاع، ولم نتوقع أن يكون ليفركوزن قويا للغاية في تشكيلته، توقعنا شخصية مختلفة وحضرنا أنفسنا جيدا للمباراة، ولكن لم نظهر المستوى". وأتم الحارس الدولي تصريحاته "على كل لاعب في البايرن أن يشعل الحماس بداخله، ويحضر ذلك إلى أرض الملعب، على كل لاعب التفكير في ذلك والنظر إلى نفسه". ويحتل بايرن ميونخ المركز الثاني في جدول الدوري الألماني برصيد 50 نقطة، متخلفا بفارق 5 نقاط عن المتصدر باير ليفركوزن.

مدافع آرسنال يتذكر معاناته مع أرتيتا



فرض غابرييل ماجاليس مدافع آرسنال، نفسه بقوة، وأصبح ركيزة أساسية في صفوف الفريق، بعد جلسات نقاش صعبة مع مديره ميكيل أرتيتا، في بداية الموسم. وقال غابرييل في تصريحات لوكالة الأنباء البريطانية "عشت فترة صعبة في بداية الموسم، كانت لدي رغبة قوية في المشاركة بالمباريات، لكنني تقبلت قرار المدرب". وأضاف "من الصعب أن يقبل أي لاعب بعدم التواجد في التشكيل الأساسي، ولكنني عدت مجددا للحسابات، وأسعى لمواصلة العمل بكل جدية لإثبات جدارتي". وتابع "لقد تحدثت أرتيتا معي، وشرح لي بكل وضوح أسباب قراره، وبصرف النظر عن تفسيره سبب أهمية استمراره، كان الأكثر أهمية هو مواصلة العمل بكل تركيز، ولذا أنا سعيد بعودتي وبمساعدة الفريق في كل مباراة". ونوه "أنا سعيد بعد العودة للمشاركة أساسيا، وأتمنى مساعدة الفريق في التقدم للأمام".

وساهم تائق غابرييل طوال الشهر الماضي، الذي شهد تسجيله هدفين لآرسنال، في فوز حاسم على كريستال بالاس، في ترشيح المدافع البرازيلي لجائزة لاعب الشهر رفقة دي برون وريتشارليسون وديوغو جوتا وكونور برادلي والياه أديبايو. وعلق غابرييل "سعيد بترشيحي لجائزة لاعب الشهر، وبالطبع أعمل بكل جدية يوميا لأظهر بأفضل مستوى ممكن في الملعب، وإثبات قدراتي". وأتم "المحيطون بي الذين يعرفون إمكانياتي، هم الأكثر أهمية بالنسبة لي، أما بالنسبة للآخرين الذين قللوا من إمكانياتي، فأنا سعيد أيضا لأنني نجحت في تغيير وجهة نظرهم".

توتنهام يدخل المربع الذهبي بفوز قاتل على برايتون

خطف توتنهام فوزا قاتلا على ضيفه برايتون 2-1، في المرحلة الرابعة والعشرين من البريميرليغ، ما حوله إزاحة أستون فيلا عن المركز الرابع مؤقتا. وتخلف توتنهام بهدف الألماني باسكال غروس (17 من ركلة جزاء)

وتعادل في الشوط الثاني عبر السنغالي باب سار (17)، قبل أن يخطف البديل بريان جونسون الفوز في الدقيقة السادسة من الوقت بدل الضائع بتمريرة من العائد من كأس آسيا الكوري الجنوبي هيوونج مين سون الذي دخل كبديل أيضا. ورفع فريق المدرب الأسترالي أنج بوستيكوغلو رصيده إلى 47 نقطة في المركز الرابع بفارق نقطة أمام أستون فيلا. وسقط وولفرهامبتون على أرضه أمام برنتفورد 2-0، وفاز فولهام على بورنموث 3-1، فيما حقق شيفيلد يونايتد الأخير انتصاره الأول في آخر 8 مباريات والثالث فقط للموسم على حساب مضيفه ومنافسه من أجل البقاء لوتون تاون 1-3.

كلوب: بيرنلي أزعجنا.. وهذا ما حدث في إصابة أرنولد

أبدى الألماني يورغن كلوب، مدرب ليفربول، رضاء على أداء فريقه بعد الفوز الصعب الذي تحقّق على حساب بيرنلي. وهاز ليفربول على بيرنلي، بثلاثة أهداف لهدف، مساء السبت، على ملعب أنفيلد، ضمن مباريات الجولة 24 للبريميرليغ. وقال كلوب، في تصريحات لشبكة "سكاي سبورتس" عقب المباراة: "أستطيع حقا أن أتخيل كيف يشعر فينست كومباني (مدرب بيرنلي) الآن، لأنهم فعلوا الكثير من الأشياء الجيدة وجعلوا الأمر غير مريح حقا بالنسبة لنا". وأضاف: "لكن بشكل عام، إلى جانب أول 15 دقيقة، عندما ضغطنا مبكرا، كانت لديهم هجمات مرتدة أزعجتنا، ثم قمنا بتهدئتها وسجلنا أهدافا رائعة". وتابع: "كنّا نعلم في الشوط الأول ما يتعين علينا القيام به، كنّا مبسطرين. ولكن بالطبع كان علينا تغيير تريبت ألكسندر-أرنولد وكان لدينا نقص في المدافعين". وأكد: "قدم كورتيس جونز أداء جيدا بشكل لا يصدق، مثلما فعل هارفي إليوت عندما حل بديلا". وواصل: "لقد كانت مباراة صعبة بطورف غريبة، سواء بكثرة المصابين في الخارج، أو الذين أصيبوا قبل اللقاء مباشرة (أليسون وغوميز)". وعن إصابة أرنولد، قال: "نفس المنطقة في الركبة، لا يوجد شيء سيئ حقا، لكنه شعر بها مرة أخرى وعلينا أن نرى". وأوضح: "سنقوم بتقييم الأمر، لقد علمنا بذلك في المباراة، لذا فكرنا ماذا يمكننا أن نفعل، ثم قال تريبت (لا، لا بأس)، ولكن الأمر ليس كما يشعر به، لذا كان علينا توخي الحذر وإخراجه". وعن رأيه في سباق المنافسة على اللقب، علق: "أعلم أن هذا يحدث كل أسبوع، أضف توتنهام، الذي حقق فوزا كبيرا اليوم، سيلعب فيلا غدا، وبالتأكيد لن ننسى آرسنال". وعن حالة أليسون وغوميز، قال: "كنّا نظن أن جو جوميز سيعود، لكن درجة حرارته ارتفعت أس، لذا اضطررنا إلى إعادته إلى المنزل، أما أليسون فشعر بوعكة في المعدة، ولم يتمكن من النوم أو تناول الطعام حقا". وعن حصوله على بطاقة صفراء، قال: "لقد كان الأمر عاطفيا بالتأكيد، تخيل أنه في هذه المباراة كانت لدى الحكم بطاقة زرقاء؟".

هالاند: من الصعب التغلب علينا

قاد الترويجي إيرلينغ هالاند، نجم مانشستر سيتي، فريقه للفوز على إيفرتون، بهدفين دون رد، مساء السبت، على ملعب الاتحاد، ضمن مباريات الجولة 24 للبريميرليغ. وسجل هالاند، هدفه في فوز السيتي في لقاء اليوم، وذلك للمرة الأولى بعد عودته من الإصابة. وقال هالاند، في تصريحات لشبكة "بي بي سي" عقب اللقاء: "نعم، إنه شعور جيد". وأضاف: "نحن نعمل دائما بجهد كفريق، لذلك قدمنا أداء رائعا، فقد كانت مباراة صعبة جدا وفوزا جيدا". وتابع: "سيحاول الخصوم في الكثير من المباريات التغلب علينا، لكننا فريق جيد، لذا من الصعب التفوق علينا". وأكمل: "لقد كنا في حالة جيدة، واعتقد أن هذا هو الفوز العاشر على التوالي في جميع المسابقات.. نحن نؤدي بشكل جيد للغاية.. إنه أمر جيد". وبسؤاله عما إذا كان لائقا بنسبة 100 في، قال: "نعم".

غوارديولا: هالاند كان مهما.. ولم أتخيل ما فعله

أعرب الإسباني بيب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، عن سعادته بتخطي عقبة إيفرتون في البريميرليغ (2-0)، مساء السبت، وكذلك بعودة نجمه الترويجي إيرلينغ هالاند للتسجيل، حيث أحرز هدفه في المباراة. وقال غوارديولا، خلال تصريحات لـ "بي بي سي" عقب اللقاء: "إنهم (إيفرتون) فريق بدني، وخصم صعب ومنظم بشكل لا يصدق". وأضاف: "في الشوط الأول، لم تكن جيدين بدنيا.. لا يمكنك أن تلعب كرة قدم جيدة، إذا لم تكن إيجابيا.. عندما تبدأ في الشكوى وتشعر بالحزن، فإن ذلك لا ينتج". وتابع: "تحدثنا بين الشوطين، وقلت لهم: (ماذا تتوقعون؟ أن نأتي إلى هنا ونفوز 5-0؟).. الحياة صعبة وكرة القدم صعبة". وفي الشوط الثاني هاجمنا بكثافة وانتشرنا في المساحات.. الفريق لم يتراجع أبدا، لقد ضغطنا بقوة في الأمام، واستغلنا تحرك الخط الخلفي بشكل جيد.. واللاعبون الذين دخلوا من مقاعد البدلاء لعبوا بشكل مثالي".

عودة هالاند

وعن هالاند، قال غوارديولا: "لا أستطيع تخيل غيابيه لمدة شهرين، ومن ثم يعود ويحرك هذا الجسم الضخم، ويكون في حالة جيدة مرة أخرى.. لكنه عاد". وتابع: "اعتقد أنه سيساعدنا كثيرا.. قلت له: كن إيجابيا وستأتي الأهداف.. في الهدف الأول كان مهملا بعض الشيء، لكن الملسة النهائية كانت مذهلة، والملسة الأخيرة للهدف الثاني كانت مذهلة أيضا.. من المهم جدا وجود إيرلينغ معنا". وواصل: "عليه أن يكون إيجابيا طوال الوقت، ليس لأننا لا نخلق الفرص طوال الوقت، لكن في بعض الأحيان تكون الفرص جيدة، ولا يمكننا التسجيل". وختم: "في الشوط الثاني، كنا إيجابيين، اللياقة كانت أفضل 1000 مرة.. وهذا هو كل شيء في الرياضة".

الدوري الإيطالي

بعد خروجه مصابا ضد روما

إنتر ميلان قد يفقد خدمات أتشيريبي أمام ريال مدريد

تلقى سيموني إنزاغي، مدرب إنتر ميلان، ضربة مؤلمة خلال أحداث مباراة روما، بملعب الأولمبيكو في إطار لقاءات الجولة 24 من الدوري الإيطالي. وبعد مرور 63 دقيقة، تعرض فرانكيسكو أتشيريبي مدافع إنتر، لإصابة في ريلة الساق اليمنى، سقط على إثرها على أرض الملعب ولم يتمكن من استكمال اللقاء.

وعلى الفور، اضطر الجهاز الفني للنيروازوري، لإجراء تغيير اضطراري بخروج أتشيريبي والدفع بالهولندي ستيفان دي فري بدلا منه.

وتعد إصابة أتشيريبي ضربة قوية لإنتر، الذي يستعد لمباراة مهمة بعد 10 أيام أمام نظيره أتليتيكو مدريد الإسباني، في

ذهاب

منافسات

دور ال 16 بدوري أبطال

أوروبا، والمقرر لها

الثلاثاء القادم.

يشار إلى أن فرانكيسكو

هو من سجل الهدف

الافتتاحي في لقاء

الليلة أمام روما،

بعدما تابع ركنية

شتتها مهاجم

الجيالوروسي

لوكاكو،

ليقبلها

برأسية

داخل

الشباك في

الدقيقة

الـ 17.

جوفنتوس يخسر فلاهوفيتش أمام أودينيزي

سيتمتع على جوفنتوس مواجهة أودينيزي، اليوم الاثنين المقبل، ضمن الجولة 24 من الدوري الإيطالي، من دون خدمات هدفه الصربي دوسان فلاهوفيتش. وبحسب موقع "فوتبول إيطاليا"، يعاني فلاهوفيتش من مشكلة عضلية تعرض لها ضد إنتر ميلان بالجولة الماضية، ولذلك غاب عن التدريبات هذا الأسبوع.

وأضاف الموقع أن المدير الفني ماسيميليانو أليغري لا يريد خسارة فلاهوفيتش أمام أودينيزي، لكنه في الوقت ذاته لا يرغب في الإقدام على مخاطرة قد يترتب عليها نتائج أسوأ فتتفاقم إصابته.

وأوضح أن فلاهوفيتش لم يشارك في الحصة التدريبية التي أجراها جوفنتوس اليوم السبت، وأدى مرانا فرديا، لافتا إلى أنه لن يشارك في اللقاء المقبل. وبعد دوسان فلاهوفيتش هداف جوفنتوس هذا الموسم برصيد 12 هدفا، ويحتل وصافة هدافي الدوري الإيطالي، كما يتوهج مؤخرا إذ سجل

7 أهداف في آخر 7 مباريات.

ويحتل جوفنتوس وصافة

الدوري حاليا برصيد 53

نقطة بفارق 4 نقاط

خلف إنتر المتصدر،

وللاخير

مباراة

مؤجلة.

ماسيميليانو فارس مساعد إنزاغي:

نجيد في المواعيد الكبرى.. وما زال لدينا الأفضل

أوضح ماسيميليانو فارس، مساعد سيموني إنزاغي، المدير الفني لإنتر ميلان، أسباب الفوز المثير على روما (2-4) في قمة الجولة 24 من الدوري الإيطالي. وقال فارس في تصريحاته لقناة دازن إيطاليا: «لقد كان إنزاغي متحمسا لأننا لم نفعل ما يتعين علينا القيام به في الشوط الأول، كان لروما بداية جيدة في الشوط الأول واستقبلنا هدفين كان من الممكن تجنبهما في المواقف التي عملنا عليها في التدريب». تابع: «ومع ذلك، أكد الشوط الثاني أن هؤلاء اللاعبين استثنائيون في المباريات الكبرى، قد يخطئون في 20 دقيقة، لكنهم يعيدون الأمور إلى المسار الصحيح». وأضاف: «يجب أن يكون هذا تحذيرا، لأنه حتى فريق مثل فريقنا لا يمكن أن يقدم مثل هذا الأداء، لأنه يمكن لأي فريق أن يسبب لنا مشاكل إذا لم يكن لدينا الموقف الصحيح». أردف: «بعد بداية الشوط الثاني، حاولنا استخدام قدر أكبر من الحركة لتحقيق التفوق العددي الذي نحتاجه لأحداث مشاكل لروما، المدخلات التي قدمناها لهم كانت العثور على مراكز لاعبي خط الوسط وتحقيق أقصى استفادة من الظهيرين، هذا أجبر روما على التمدد وعانى على الأجنحة، لم يكن من السهل». ثم: «لقد رفعنا مستوانا وهؤلاء لاعبون استثنائيون تمكنوا من قلب الأمور عند أول علامة على وجود مشكلة، إن إبقاء المنافسين الآخرين خلفنا أمر مهم للغاية، لأنهم لن يستسلموا». أكمل: «كان علينا أن نقدم أفضل ما لدينا، الإنتر في الشوط الثاني هو الذي نعرفه، تعاقب اللاعبون عند صافرة النهاية وهم يدركون أنهم قدموا أداء رائعا». أوضح: «البدليين أليكسيس سانثيز وماركو أرناوتوفيتش إنهم دائما يقدمون مساهماتهم معنا، عندما كنا متقدمين بنتيجة 2-3، كان من الضروري إيجاد القوة لإبعاد روما عن مرمانا، كما أن حصول أرناوتوفيتش على التمريرة الحاسمة أمر مهم جدا بالنسبة له».

ثم: «لم نوجه اهتمامنا نحو مواجهة أتليتيكو مدريد بقيادة ديجو سيميوني بعد، علينا أولا التحضير لمواجهة ساليرنيثانا، ثم أتليتيكو مدريد فريق رائع وسنحاول مواجهته بأفضل طريقة، في مباراة الذهاب على أرضنا والجمهور في ملعب سان سيرو ستقدم لنا المساعدة والدعم لتحقيق الفوز».

دي روسي: مواجهة الإنتر كانت متكافئة.. ونسير على الطريق الصحيح

يرى دانييلي دي روسي، مدرب روما، أن فريقه يسير على الطريق الصحيح، على الرغم من الهزيمة أمام إنتر ميلان بنتيجة 2-4 في قمة الجولة 24 من الدوري الإيطالي. وقال دي روسي في تصريحاته لقناة دازن: «نحن بحاجة إلى لعب كرة القدم بشكل جيد، وهناك العديد من ردود الفعل الإيجابية من هذه المباراة، ولكننا أيضا ردود تظهر أننا لا نستطيع أيضا خفض قوتنا، إذا أردنا القتال مع مناهض قوي وعظيم مثل الإنتر». تابع: «أعتقد أن المباراة كانت متكافئة إلى حد كبير، وكانت هناك لحظات كانت فيها اليد العليا لأي من الفريقين، أنا فخور باللاعبين، لقد بذلوا كل ما في وسعهم وأدرك الجمهور ذلك أيضا، عندما يدركون أنك بذلت جهدا، يخبرونك بذلك، لا يضعون ذلك كمجاملة». أضاف: «أنا لا أقول أيضا أنني فخور هؤلاء اللاعبين لأنهم مستضعفون أو أي شيء آخر، أنا فخور لأنهم قدموا أداء رائعا ضد فريق قوي جدا، أعتقد أننا نسير على الطريق الصحيح». أردف: «من السهل جدا النظر فقط إلى الأحداث السلبية وإلقاء اللوم على لاعب واحد مثل فرصة روميلو لوكاكو الحوادث تغير المباراة، لكننا نفوز بها معا ونخسرها معا». وواصل: «جميع اللاعبين الـ 11 وأنا أيضا خفضنا مستوى شدتنا في الشوط الثاني واضطررنا إلى دفع ثمن ذلك، لقد فعلنا ذلك أيضا ضد فيرونا وساليرنيثانا، لكننا فرنا على أي حال لأننا نمتلك فريقا أفضل منهم، لا يمكننا أن نفعل ذلك ضد إنتر». أكمل: «لم يعجبني إلقاء اللوم التي كانت تمارسها وسائل الإعلام عندما كنت لاعبا، وأنا أحبها بشكل أقل الآن كمدرّب، إذا لعب روما بشكل جيد، فهذا يعود إلى الجميع، وإذا خسرتنا، فهذا يعني أننا كنا جميعا أقل من مستوى الإنتر، ولكن ليس كثيرا». أوضح: «لقد قررنا الدفاع بخمسة لاعبين احتراما لنظام إنتر، وليس محاولة منحهم العرض الذي يميلون إلى الاستمتاع به كثيرا، لا يتمتع أنجيلينو بالبنية البدنية الكلاسيكية لظهر أيسر دفاعي، لكنه أدى أداء جيدا، كان علينا أن نتحلى بالشجاعة والهجوم، ولكننا نعلم أيضا أن هناك لحظات يتعين علينا فيها الدفاع والهجمات المرتدة، لأن هذه هي كرة القدم». قال: «كان لوتشيانو سبالييني معلمي وكان يقول دائما بعد الهزيمة، لقد قمت بعمل جيد، ولكن دون مجاملة، إذا خسرت، عد إلى المنزل وهذا يعني أنه يتعين عليك العمل على شيء ما، لأن الهزائم نادرا ما تكون غير مستحقة على الإطلاق، لقد كانت متوازنة للغاية، ولكن في النهاية خرج إنتر على القمة، لذلك إذا أردنا الوصول إلى مستواهم، علينا تحليل هذه المباراة والعمل على تحسين تلك العيوب». زاد: «أنا بحاجة للعمل على تحسين هذا، لأنه من الواضح أننا لم نضغط على الأزرار الصحيحة في غرفة خلع الملابس، إن مواجهة الإنتر وتوقع عدم التراجع أبدا لمدة 90 دقيقة هي رؤية طوباوية إلى حد ما، لكن لا يزال يتعين علينا أن نكون عدوانيين ونمنعهم من تمرير الكرة بهدوء». شدد: «لقد قمنا بالتحركات الدفاعية بشكل جيد طوال المباراة، ولكن على مرمر أنجيلينو في مرما، انتهى بنا الأمر مع اضطرار ديبالا إلى التراجع مسافة 70 مترا للدفاع. وهذا شيء نحتاج إلى العمل عليه». ثم: «إذا نظرت إلى الدوري الأوروبي، هناك أندية وفريق كبيرة، لكننا لسنا أقل منهم، لدينا مباراتان أمام فينورد، ويجب أن نكون جاهزين بارجلنا وعقولنا».

إيموبيلي يجاور أساطير الدوري الإيطالي

قاد شيرو إيموبيلي مهاجم لاتسيو، فريقه للفوز 3-1 على حساب كالياري، في إطار منافسات الجولة 24 من الدوري الإيطالي. وسجل إيموبيلي الهدف الثاني في المباراة، ليساهم في حصد ثلاث نقاط مهمة في صراع المنافسة على حجز مركز مؤهل لدوري أبطال أوروبا. وذكر شبكة أوبتا للاحصائيات، أن إيموبيلي وصل اليوم للهدف رقم 200 له بالدوري الإيطالي، خلال 341 مباراة فقط. وأصبح نجم لاتسيو ثالث أسرع لاعب يصل لهذا العدد من الأهداف في عدد مباريات أقل، خلف الثنائي جيوزيبي مياتزا الذي فعل ذلك في 296 مباراة، وجوناثان تورال في 238 مباراة. وأوضحت أن إيموبيلي وصل لهذا الرقم أسرع من لاعبين تاريخيين بالبطولة مثل سيلفيو بيولا (363 مباراة)، أنطونيو دي ناتالي (400)، خوسيه أنطافيني (407)، روبرتو باجيو (443) وفرانكيسكو توتي (466). وأشارت إلى أن قائمة الـ 200 هدف في الدوري الإيطالي لا تضم سوى اللاعبين الثمانية المذكورين. جدير بالذكر أن إيموبيلي (33 عاما) سجل 168 هدفا للاتسيو في 258 مباراة، و27 بقميص تورينو في 47 لقاء، و5 أهداف في 33 مباراة مع جنوى، فيما شارك في 3 مباريات بقميص يوفنتوس ولم يسجل.

مانشيني: الهزيمة أمام إنتر ميلان مؤلمة.. ونشعر بالراحة مع دي روسي

وصف جيانشالو مانشيني، مدافع نادي روما، الهزيمة أمام إنتر ميلان بالمؤلمة بعد التقدم في الشوط الأول بهدفين لهدف. وخسر روما أمام إنتر ميلان (2-4)، ضمن منافسات الجولة الـ 24 من الدوري الإيطالي. وقال مانشيني في تصريحاته لقناة دازن: «الهزيمة أمام إنتر ميلان مؤلمة، لأنه عندما تخسر، لا يمكن أن يكون هذا إيجابيا أبدا، حتى لو قدم الفريق أداء

أمام إنتر، وهو أفضل فريق في

خسرتنا

الدوري الإيطالي هذا الموسم،

وقدمنا أداء رائع في الشوط الأول، لكن

الندم هو تلك الـ 10 دقائق الأخيرة في الشوط

الثاني، لذلك نشعر بالغضب، ولكننا ندرك أيضا

أننا اتبعنا النهج الصحيح».

أضاف: «المدرّب دي روسي مستعد جيدا للمهمة الصعبة، لقد قدم

أفكاره وفهمناها، لم تكن الأمور تسير على ما يرام قبل وصوله، الليلة قمنا

بتنفيذ ما يطلبه منا، تبدو النتيجة 2-4 في الاعتبار إلى حد ما، حيث كان

بإمكاننا تحقيق التعادل، إذا وصلنا على هذا النحو، فإننا سوف نحقق النتائج

المطلوبة».

أوضح: «نحن أكثر حماس مع وجود ثلاثة لاعبين في خط الدفاع، بينما في الدفاع

المكون من أربعة لاعبين نحتاج إلى العمل بشكل أكبر كوحدة واحدة، وكما قلت

عدة مرات، اعتدنا على أربعة أيضا». ثم: «نحن روما ويجب أن نحاول الفوز في كل

مباراة، لقد حاولنا، ولم تسير الأمور في صالحنا، لكننا سنفعل ما هو أفضل».

مبابي يشترط مكافأة ضخمة للتوقيع مع ريال مدريد

يحمل النجم الفرنسي كيليان مبابي، ثلاثة مطالب مالية لأي ناد يأمل التعاقد معه، وذلك وفقاً لمصادر الكادينا سير. ومن المقرر أن يتم التعرف على مستقبل النجم الفرنسي بشكل كبير خلال الأيام المقبلة وسط توقعات إعلامية كبيرة لانتقال اللاعب إلى ريال مدريد في صفقة انتقال حر. ووفقاً لكادينا سير فإن اللاعب الفرنسي يطلب راتباً سنوياً بقيمة 50 مليون يورو، بالإضافة إلى مكافأة توقيع بقيمة 120 مليون يورو، ومكافأة لحقوق الخاصة باللاعب. وفي لقاء حصري مع الصحافي الإيطالي فابريزيو رومانو، قال رئيس الليغا الإسبانية خافيير تيباس، عن انتقال كيليان مبابي إلى ريال مدريد: «قلت إن النسبة كانت حوالي 50 في المئة منذ بضعة أسابيع والآن أصبحت أكثر من 55-60 في المئة». وأضاف: «كل يوم يمر ولا يوقع مبابي على العقد الجديد مع باريس سان جيرمان، النسبة ترتفع لصالح ريال مدريد». وكشفت صحيفة ليهيكل الفرنسية، أن مبابي اعترف بشكل سري خلال شهر جانفي الماضي أنه يريد الإعلان عن قراره الرسمي النهائي في أواخر شهر فيفري. وبعد رحيل يورغن كلوب من تدريب نادي ليفربول، تراجعت فكرة إمكانية انتقال كيليان مبابي إلى النادي الأحمر، وسط تأكيدات كبيرة أن اللاعب الفرنسي أمام خيارين فقط، وهما التجديد مع باريس سان جيرمان أو الانتقال إلى ريال مدريد. ووفقاً لصحيفة الأس الإسبانية، فإن القلق في إيطاليا سيرتفع إذا قرر مبابي الرحيل إلى ريال مدريد، حيث سيسعى النادي الفرنسي إلى تعويض اللاعب من خلال شراء اللاعبين من الدوري الإيطالي، على رأسهم مهاجم نابولي النيجيري أوسيمين. وقال رئيس نادي باريس سان جيرمان ناصر الخليفي، في إجابة على سؤال الصحافيين عن مبابي في كونفرس الاتحاد الأوروبي لكرة القدم أقيم الخميس: «عندما نقرر كلانا، سنخبر الجميع عن قرار مبابي النهائي».

هكذا احتفل كريستيانو رونالدو بـ "عيد ميلاده"

احتفل النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، جناح النصر السعودي حالياً، بعيد ميلاده 39 بـ3 قطع كعكة بنكهات مختلفة ربما لإرضاء ذوق أطفاله وزوجته جورجينا رودريجيز وتلقى أيضاً باقة ورود كبيرة. ونشر صاحب الكرات الذهبية الخمس على حسابه في إنستجرام الصور وكتب تحتها: «ممتن لتمضية عيد ميلادي 39 بأفضل طريقة ممكنة مع العائلة والعودة للتمارين. شكراً للجميع الرسائل الدافئة».

وعاد نجم مانشستر يونايتد وريال مدريد ويوفنتوس السابق للتمارين يوم الاثنين بعد إصابة في عضلة الساق. وكان رونالدو قد خسر يوم الخميس الماضي مباراته مع النصر أمام نادي الهلال في نهائي كأس الرياض بهدفين دون مقابل.

ضعف ميسي ومبابي.. رونالدو أعلى الرياضيين أجراً في العالم

استطاع البرتغالي كريستيانو رونالدو قائد النصر السعودي، احتلال صدارة قائمة أعلى الرياضيين أجراً في العالم، وفقاً لمنصة "سبورتسكيو". ويعد رونالدو، الأعلى أجراً بين لاعبي كرة القدم، في ظل حصوله على راتب خيالي من النصر (175 مليون إسترليني). ويتفوق الدولي البرتغالي على كافة الرياضيين حول العالم، وعلى رأسهم غريمه الأرجنتيني ليونيل ميسي قائد إنتر ميامي الأمريكي، الذي حل ثالثاً بقيمة 103 ملايين إسترليني. ويتواجد في الوصافة، نجم الجولف الإسباني جون رام بقيمة 144 مليون إسترليني، جتأها على مدار عام 2023. فيما يتواجد نجم كرة السلة ليمبرون جيمس، في المركز الرابع (99.8 مليون إسترليني) وكيليان مبابي مهاجم باريس سان جيرمان (99.2) مليون إسترليني.

بعد ميسي.. هل يصبح بيلينغهام الوجه الاعلاني الجديد لأديداس؟

تستعد شركة أديداس للأنيسة الرياضية لإطلاق شعار مميز لنجم ريال مدريد الإسباني الشاب جود بيلينغهام على أحد أحذيتها، في خطوة توحى بأن اللاعب الإنجليزي سيكون مستقبل الرمز الرئيس والوجه الاعلاني للعلامة الألمانية، التي طالما احتكرها الأسطورة ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي. وحسب موقع "فوتي هيد لاينز" البوابة المتخصصة بعالم المعدات الرياضية، تخطط شركة أديداس لإصدار تصميم حصري للأحذية مع صورة ظليلة لنجم النادي الملكي. وأسهم بيلينغهام في استعادة ريال مدريد لرواقته من جديد، من خلال تصدر الدوري الإسباني وتألقه في البطولة القارية بدوري أبطال أوروبا. وتشير الأرقام التهديفية وإنجازات بيلينغهام مع ريال مدريد هذا الموسم، سواء في الدوري الإسباني أو دوري أبطال أوروبا، إلى علو كعب الفتى الإنجليزي ورفعة شأنه في عالم الساحرة المستديرة. ومع اقتراب ميسي من عامه الـ 37، يبدو أن الشركة الألمانية تخطط لجعل بيلينغهام وجهها الاعلاني الجديد ليحل محل "البولغا". وكان ليونيل ميسي، منذ 2006، محور صراع بين اثنتين من كبريات الشركات المنتجة للملابس والأدوات الرياضية في العالم، أديداس ونايكي. ووقع نجم المنتخب الأرجنتيني، عقداً جديداً في 2017 يربطه مدى الحياة مع شركة أديداس، التي سبّرت لها حتى نهاية مسيرته الرياضية. ويعود اهتمام أديداس بلاعب خط الوسط عندما كان في الـ 16 من عمره، حيث اختارته سفيراً لها وهو لا يزال في برمينغهام. ودفع تألق بيلينغهام مع الميرينغي، بعض المتابعين لتشبيهه بزين الدين زيدان، أسطورة النادي الملكي، بسبب تشابه في الأسلوب والقدر على صناعة اللعب، وخلق الفرص. واغتنت أديداس الراعية لريال مدريد، اللحظة وقررت إنتاج حذاء خاص ارتداه بيلينغهام أمام نابولي في دوري أبطال أوروبا، مستوحى من الحذاء الذي كان يرتديه نجم الكرة الفرنسية السابق زيدان. وكانت الشركة أعدت عرضاً ترويجياً رائعاً مع وصول بيلينغهام إلى العاصمة الإسبانية من خلال حملة "من برمينغهام إلى ريال مدريد"، في خطوة سوف تتضاعف أهميتها في المراحل المقبلة. ونجح نادي ريال مدريد في حسم التعاقد مع الدولي الإنجليزي خلال الميركاتو الصيفي الماضي، قادماً من نادي بوروسيا دورتموند الألماني مقابل 115 مليون يورو في صفقة تاريخية أخرى قام بها النادي الملكي. وكشف موقع "ترانسفر ماركيت" العالمي، والمتخصص في القيم السوقية للاعبين، في أحدث تقرير له عن وصول بيلينغهام إلى صدارة قائمة اللاعبين الأعلى قيمة سوقية بـ 180 مليون يورو، متساوياً مع النرويجي إيرلينغ هالاند، والفرنسي كيليان مبابي.

البليهي يضع اللقطتين الشهيرتين له مع ميسي ورونالدو في منزله

أظهرت صورة نشرت من منزل لاعب الفريق الأول لكرة القدم بنادي الهلال علي البليهي، حيث ظهر فيها أنه يضع صورتين من اللقطتين الشهيرتين له مع كل من ليونيل ميسي وكريستيانو رونالدو. ويظهر البليهي في اللقطتين وفي عينيته ندبة كبيرة لميسي ورونالدو، وكانت اللقطتان جعلتا منه محط أنظار الكثيرين، وتصدرتا حديث الصحف العالمية. وأما عن لقطته مع ميسي في كانت في لقاء المنتخب السعودي أمام نظيره الأرجنتيني في مونديال قطر 2022، والذي حقق فيه الأخضر فوزاً مستحقاً بهدفين لواحد. في حين كانت ندبته مع رونالدو خلال ديربي الرياض ضمن منافسات الجولة الـ 15 من دوري روشن، والتي حقق فيها الهلال فوزاً ساحقاً بـ 3 أهداف نظيفة، حيث وصفته الصحافة العالمية بأنه فعل ما لم يقدر عليه أي لاعب آخر. وسيشارك البليهي أساسياً أمام النصر في الجولة الأخيرة من كأس موسم الرياض، الخميس القادم، على ملعب المملكة أرينا، فيما لم يُحدد بعد موقف رونالدو من اللعب بسبب الإصابة.

adidas

كيفية تحضير مبتدئي كرة القدم بدنيا

أجريت العديد من الدراسات الحديثة الخاصة في الأعداد البدني للاعب الناشئ واتفقت على أن معدل جري اللاعب من خلال المنافسة أو المباريات وصل إلى ما يقارب 9 إلى 10 آلاف متر وهذا فرض على المدربين والمعدنين البدنيين العمل على بناء اللاعب بدنيا ليكون قادرا على التحمل مع الضغط العالي للمنافسات والتدريب وبالتالي ضمان نجاح العملية التدريبية ومن المعروف أن الجاهزية الفنية والذهنية تعتمد على الحالة البدنية للاعب. ومن بين العناصر البدنية وأهميتها: السرعة والقوة والتحمل أصبحت لها أهمية كبيرة في كرة القدم الحديثة بحيث أن برمجتها تتطلب المزيد من العمل العلمي السليم لأنها العناصر الأكثر حاجة لذلك أطلق عليها مصطلح ماث لللياقة البدنية الهام والضروري ومنه تنتشر كل العناصر الأخرى مثل تحمل القوة، تحمل السرعة وغيرها. ويقوم المدربون بإعداد اللاعبين من الناحية البدنية للمراحل السنية بجانب التحضير الفني، والجانب النفسي والقاعدة هنا أنه بدون الأعداد البدنية تكون العمليات الأخرى ناقصة وغير مكتملة ولتطوير التحمل يجب تنمية التحمل الأساسي والهوائي، والذي له تأثير على جميع صفات التحمل الأخرى والصحة العامة ودور هذه المرحلة هو منع الإصابات وتساعد في تنفيذ وتحسين المهارة. اللاعبين الذين يمارسون اللعبة ورياضات أخرى سوف يتطور التحمل لديهم بسهولة عن طريق التدريب المستمر بالكرة - التدريب المتقطع أو المباريات التدريبية، التدريب بشدة متوسطة تساعد في بناء الاحتياطي الأوكسجين وتحسين العمل لكل من الجهاز العضلي والقلب، التدريب الهوائي، يتم تطويره ابتداء من 14-15 بالتدريب المتقطع والجهاز التنفسي والتمدد على العمل، وفي حالات التعب إجراء مباريات مصغرة. ويتم أيضا التحمل الهوائي العالي يتم في مرحلة البلوغ ومن خلاله يتحدد أداء اللاعب الناشئ في المستقبل وفي هذه المرحلة تكون القدرة أكبر وتحمل التعب. وتعتبر السرعة عاملا أساسيا وحاسما في كرة القدم الحديثة ويجب التدريب في سن مبكر 9 - 13 سنة، وفترات راحة طويلة التوافق (قفز الحبل - الخطوات - تغيير الاتجاه - التدريب بالكرة أساسي لتنمية السرعة، سرعة رد الفعل - بالكرة تساعد اللاعبين للوصول للمواقف الحقيقية في المباريات، بالإضافة إلى تحمل السرعة أو السرعة المقرونة بالقوة ابتداء من سن 16 إلى 17 سنة، والتدريب لتحسين الأداء في سن 16 - 17 سنة للوصول لأعلى سرعة التدريب بشدة عالية بالكرة وبدون الكرة، وأخيرا الأخذ بعين الاعتبار الراحة بين التكرارات والمجموعات للاستشفاء الكامل. تعتبر أجسام الأطفال مرنة بصورة طبيعية وجميع التمرينات يجب أن تشمل المرونة وسهولة الحركة لمنع إصابات المفاصل والعضلات يجب العمل على تطوير المرونة وخاصة للعضلات الضامة، المفاصل وكذلك مرونة العمود الفقري والتوازن وكذلك الجهاز العصبي العضلي المرونة خاصة عند نمو اللاعبين وبعد تدريبات القوة ويجب أن يكون هناك توازن بين التمديدات الثابتة والمتحركة وهي تساعد في نهاية التدريب على الاسترخاء. ولتطوير القوة، تعتبر فترة ما قبل البلوغ في بداية التدريب لجميع عضلات الجسم وخاصة العليا وهي مقدمة لتدريب القوة (استعمال وزن الجسم فقط التدريب بثقل أو قوة مطبقة خارجية متوازنة من 15 - 16 سنة مع الاحتياط بتنفيذ الدقة في أداء التدريب - مراعاة الحالات الفردية، القفز وسرعة رد الفعل تغطي تدريجيا لتقوية وتهيئة الأربطة والغضاريف والعضلات الضامة. ويتم استعمال أحبال القفز والدوائر لتطوير مرونة العضلة والسرعات والخطوات السريعة للصغار 10 - 12 سنة، كما أن تدريب القوة للصغار يجب أن يتم تحت إشراف مدربين مؤهلين وبشدة تتناسب وأعمارهم. أما التوافق فهو مطلب رئيسي لتنفيذ وتطوير المهارة الفنية وتبدأ من 8 سنوات وتستمر من 9 - 12 سنة للتأكد، وهو مطلوب لتعويض نقص الحركة في هذه الأيام، فمن الضروري هذا النوع من التدريب خلال مراحل النمو لأنها تساعد على توازن الجسم والتحكم بالكرة. ويعطى تدريب التوافق بأي عمر كان وهناك فروقات بين شعب وآخر وإنها عامل وراثي ولكن يمكن أن تكتسب في حين بعض الأكاديميات التدريبية تشمل تدريبات خاصة وبرامج لتطوير التوافق والمدربين المختصين في هذا المجال.



النظام الغذائي المتوازن قبل وبعد التمارين

الأغذية الغنية بالصوديوم. ومن الاعتقادات الخاطئة والشائعة ما بين بعض الرياضيين بأن الرياضي بحاجة لكمية كبيرة جدا من البروتين تفوق الإنسان العادي، ولهذا يلجأ أغلبهم لتناول المكملات البروتينية بالإضافة لكميات عالية من مصادره الغذائية، وهذه معلومة غير صحيحة حيث أن جسم الإنسان يحتاج كمية معينة فقط من الأحماض الأمينية، والزائد عن حاجته يتم تحويله إلى دهون وتخزينه في الجسم، مما قد يكون سببا في زيادة الوزن. الاستهلاك المفرط للبروتين والزائد عن حاجة الجسم يؤدي إلى مشاكل صحية كبيرة فعلى المستوى القريب والملموح، يؤدي إلى الإسهال والجفاف، وعلى المستوى البعيد قد يؤدي إلى مشاكل بالكلى نتيجة الأثقال على عمل كاهل الكلى وزيادة خلل في إفرازات الكبد. وبالتأكيد فإن زيادة كمية البروتين ستكون على حساب كمية الكربوهيدرات المتوازنة، مما قد يؤدي إلى قلة الألياف الغذائية المتوازنة وزيادة مشكلة الغازات وتهيج الأمعاء والقولون وقد يسبب النزيف. قد تكون زيادة تناول البروتين مرتبط بأمراض القلب والكولسترول المرتفع في الدم وذلك لأن مصادر البروتين عادة ما تكون عالية بالدهون، والتي قد يؤدي زيادة تناولها إلى مشاكل كبيرة في الجسم. عادة لا ينصح بتناول الوجبات البروتينية والدسمة والعالية بالدهون ما قبل التمرين بفترة تتراوح ما بين 4-5 ساعات، وذلك لبطء عملية هضمهم في الجسم. وبالتالي بطء الإفراغ المعوي. وتعد الكربوهيدرات والسكريات أساسية وجدا مهمة لإمداد الجسم بالطاقة، وعادة ما ينصح بالتركيز على الكربوهيدرات المعقدة والكاملة في الوجبات مثل الشوفان والحبوب الكاملة والخبز الأسمر والمعكرونة والأرز المصنوعين من الحبوب الكاملة والفواكه، إذ أنها بطيئة الهضم والامتصاص مما يضمن بقاء مستوى الطاقة والمحافظة على الجهد لفترة أطول. أما الكربوهيدرات والسكريات البسيطة فهي التي ينصح بها خلال المباريات والاستراحات ما بين الشوطين إذ أنها تمد الجسم بالطاقة والجلوكوز اللازم بشكل سريع المعقول، ولهذا عادة ما يتم استخدام مشروبات الرياضيين التي تحوي أنواع من الكربوهيدرات البسيطة (السكرز والمالتوز والجلوكوز) والسوائل خلال المباريات. كما ويمكن أثناء الاستراحات اللجوء إلى تناول العصائر. كمية الكربوهيدرات التي يوصى بها للرياضي هي ما يقارب 6-10 غم / كغم من وزن اللاعب خلال اليوم، وذلك تفاوتاً وتبعاً لنوع الرياضة التي يتم ممارستها وحالة الجو، وكمية الطاقة التي يستهلكها الرياضي وجنسه، كما يفضل عادة ما قبل المباراة من 3-4 ساعات أن يتم استهلاك ما يقارب 60-70 غم من مجمل الطاقة من الكربوهيدرات والسريعة الهضم. ما بعد المجهود البدني العنيف يكون الجسم قد استهلك مخزونه من الجلايكوجين المخزن في العضلات، وعليه فيجب أن يتم التعويض وخلال الست ساعات الأولى ما بعد التمرين، بحيث يتم التزود بما يقارب 2-4 غم سكريات/كغم من الوزن كل ساعتين، والمواظبة على تناول وجبة الإفطار اليومية والغنية بكافة العناصر الغذائية ومن بينها الكربوهيدرات جداً مهم للرياضي للمحافظة على نشاطه وطاقته على طول اليوم.

يلعب النظام الغذائي المتوازن والصحي دور مهم في تعزيز الأداء الرياضي، والرياضيون الذين يقومون بتناول سعرات حرارية قليلة ولا يحصلون على الطاقة اللازمة لمدى المجهود البدني الذي يقومون به، أو الذين لا يحصلون على التغذية المتوازنة الشاملة لكافة المجموعات الغذائية من بروتين وكرهوهيدرات ودهون وبطريقة محسوبة، هم الأكثر عرضة للإصابة بفقدان الوزن ونقص المعادن والفيتامينات والجفاف والإسهال، والمشاكل الأخطر من ذلك مثل المشاكل الكلوية وغيرها. الموضوع الأهم هو موضوع تعويض السوائل التي يفقدها الجسم نتيجة التدريب والمجهود البدني الذي يبذله، فنقص سوائل الجسم يؤثر سلباً على الأداء الرياضي ويؤدي إلى انخفاضه. يفضل شرب الكمية اللازمة والملائمة من المياه لكي يعوض الجسم ما يفقده من سوائل أثناء التمرين والتي إن لم يتم تعويضها فقد تؤدي إلى الإصابة بالجفاف، ويجب قياس وزن الرياضي ما قبل وبعد التمرين أو المباراة، وذلك لمعرفة كمية السوائل التي تم خسارتها، بحيث يتم التعويض لتر من السوائل لكل كيلو غرام مفقود من الوزن. كما يجب الانتباه أن فقدان السوائل من جسم الرياضي لا يقتصر فقط خلال فترة المجهود البدني وإنما يستمر لما بعد ذلك من خلال التعرق والتبول، ولهذا يجب أن يستمر في تعويض السوائل ما بعد المباراة أو التدريب. كما يفضل تجنب تناول المشروبات العالية بالكافيين والمدرة للبول، أثناء التدريب أو ما قبله بقليل، حيث أن احتوائهم على المنبهات يعمل على زيادة إدرار البول وخسارة وفقدان المزيد من الماء مما قد يزيد من فرص الإصابة بالجفاف، كما وأن الكافيين يؤدي إلى زيادة تسارع ضربات القلب، إضافة إلى إحداث بعض التليكات المعوية والغازات والتنفخ وزيادة الإحساس بامتلاء المعدة. يفضل اللجوء لمشروبات الرياضيين الخاصة والغنية بالكربوهيدرات البسيطة والأملاح والمعادن، وليس لمشروبات الطاقة الغنية بالمنبهات، كما يفضل قبل المباراة تجنب أي مجهود أو نشاط قد يؤدي إلى زيادة التعرق مثل حمامات البخار والسونا والتعرض للشمس لفترة طويلة. وفي المباريات أو التدريبات التي تمتد لأكثر من ساعة، يمكن اللجوء إلى المشروبات الغنية بالكربوهيدرات ومشروبات الرياضيين، والتي ستحفظ مستويات السكر في الدم وتساعد على زيادة التحمل وتخفيف التعب والإجهاد، أما في الأجواء الباردة يفضل التركيز على المشروبات الرياضية الغنية بالكربوهيدرات لإمداد الجسم بالطاقة، أما الأجواء الحارة فيفضل التركيز على المشروبات الغنية بالأملاح لتعويض المفقود عن طريق التعرق بشكل خاص. كما يفضل الابتعاد عن تناول الماء المثلج، وتناول الماء البارد أثناء التمرين لكن وبكميات محسوبة ومتفرقة، مع العلم بأن المياه التي تكون درجة حرارتها من 0-5 درجة مئوية قد تكون مسموحة في الجو الحار إلا أنه لا ينصح بشربها بكميات كبيرة وبسرعة. وفي حالة فقدان الجسم لكمية تتجاوز اللترين من السوائل فينصح بالتركيز على تعويض الأملاح والصوديوم بالإضافة للسوائل المفقودة، وذلك ممكن عن طريق استخدام مشروبات الرياضيين والمحاليل المالحة الخاصة بمعالجة الجفاف وتناول

من أجل اشارككم توجعوا إلى،
المؤسسة الوطنية للأشغال، النشر والأشغال وكالة
ANEP، المتواجدة بـ 01 نهج باستور - الجزائر.

الهاتف الثابت:

020.05.20.91 / 020.05.10.42

الهاتف:

020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77

البريد الإلكتروني:

agence.regie@anep.com.dz
agence.uran@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

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

الطبع: **SAMPRAL**
TD DIFFUSION COMMUNICATION



رقم الحساب البنكي:

al salam bank algeria

03801603323071300789

الفاكس:

023-78-57-70

الهاتف:

0541-76-26-27

العنوان:

مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 05 - الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com





تابعونا على مواقع التواصل الاجتماعي:

إشهاراتكم:

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 سبور، 2024/02/12



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
bitbait

SOLARIMPULSE®
DECEMBER 2020
EFFICIENT SOLUTION

دزاير سبور، 2024/02/12



دزاير
TUBE
مؤسسة دزاير توب الإعلامية

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

إشهاراتكم:

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 سبور، 2024/02/12