

إلى جانب مساعدنا ومحضرا بدنيا من إيطاليا

بيتكوفيتش يستعين بـ3 مدربين جزائريين ضمن طاقمه الفني

كفاءة جزائرية

بيتكوفيتش
يشرع اليوم
في معاينة لاعبي
البطولة
الجزائرية

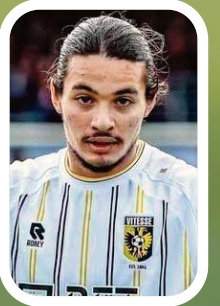
www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الخميس 14 مارس 2024 الموافق 4 رمضان 1445 هـ العدد: 929 الثمن: 30 دج

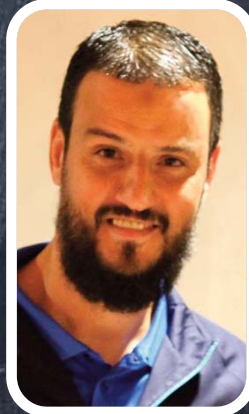
الموهبة الجزائرية
محل إشادة في هولندا
حاج موسى على رادار
العملاق بي أس
في إيندهوفن



المنتخب الوطني لكرة اليد
يستهل مشواره بمواجهة ألمانيا

حلم
المشاركة في
الأولمبياد
ينطلق
اليوم

قائمة
"الخضر"
لتربص
مارس
تعرف نهاية
الأسبوع



ALGERIA



منافس "الخضر" سيدخل
اليوم في تربص تحضير

مدرب بوليفيا
يستدعي 25 لاعبا
تحتسب لـدورة
الجزائر

بعد تألقه في "الليغ 2"

سمير شرقي يدخل
حسابات "بيتكوفيتش"
وقد يكون جديدا
"الخضر"



خلال مباريات فرقهم في "اليوروبا ليغ" و"الكونفيرونس ليغ"

لاعبو "الخضر" في مهمات متباينة لمواصلة المغامرة الأوروبية

الجزائري حسام عوار رحاله إلى إنجلترا لمواجهة برايتون في إياب الدور الـ 16 من الدوري الأوروبي، وبعد الفوز العريض الذي حققه "الذئاب" في لقاء الفريقين الخميس الماضي بملعب "الأولمبيكو" برعاية دون رد، ستكون المهمة سهلة نسبيا بالنسبة لأشبال دي روسي لبلوغ الدور ربع النهائي، وقد تشهد مواجهة مشاركة نجم "الخضر" منذ بداية ذلك بعد تألقه اللافت في لقاء الأحد الماضي حينما سجل هدفا وقاد روما للعودة بالتعادل أمام فيورنتينا، وهو الذي خاض أول لقاء له كأساسي منذ عودته من المشاركة مع المنتخب الجزائري في "الكان". وفي منافسة دوري المؤتمر الأوروبي، سيكون شانه المنتخب الوطني نبيل بن طالب وأدم وناس، على موعد مع مواجهة حاسمة أمام شتورم غراتس النمساوي في إياب الدور الـ 16، حيث يطمح نادي ليل الفرنسي، لتأكيد الفوز في مواجهة الذهاب بثلاثية كاملة دون رد، والعودة ببطاقة التأهل للدور المقبل، وإن كان نبيل بن طالب متاحا لمديره باولو فونسيكا للاستعانة به في لقاء اليوم، سيغيب آدم وناس بداعي الإصابة التي أبعدته عن الملاعب منذ الفاتح مارس الجاري، وقد تتسبب في غيابه أيضا عن تربيص المنتخب الوطني شهر مارس الحالي. من جانب آخر، سيغيب مهاجم "الخضر" محمد الأمين عمورة، عن لقاء فريقه يونيون سانت جيلواز البلجيكي وفتربخشة التركي مساء اليوم بداعي الإيقاف بسبب تراكم البطاقات الصفراء، مع الإشارة إلى أن رفقاء الدولي الجزائري انهزموا في لقاء الذهاب داخل قواعدهم بثلاثية كاملة دون مقابل، الأمر الذي يعقد من مأموريتهم في العودة بنتيجة إيجابية المغامرة في

سيكون لاعبو المنتخب الوطني الجزائري اليوم على موعد مع مهمات متباينة حينما يخوضون رفقة أنديتهم فعاليات إياب الدور الـ 16 من منافستي الدوري الأوروبي ودوري المؤتمر الأوروبي. ويستقبل المدافع الدولي الجزائري عيسى ماندي رفقة ناديه فياريال الإسباني الضيف مارسيليا الفرنسي، على ملعب "المادريغال"، برسم إياب الدور الـ 16 من منافسة "اليوروبا ليغ"، في مهمة ستكون شبه مستحيلة بالنسبة لمدافع "الخضر" وزملائه بعدما تكبدوا خسارة قاسية في مواجهة الذهاب يوم الخميس الماضي بفرنسا، حيث سقطت "الفواصات الصفراء" برعاية كاملة دون رد، وهو ما يحتم على النادي الإسباني تحقيق ريمونتادا بخماسية كاملة إذا ما أراد مواصلة مغامرته الأوروبية. وفي ذات المنافسة سيتنقل متوسط ميدان المنتخب الوطني إسماعيل بن ناصر وناديه ميلان الإيطالي إلى التشيك لمواجهة سلافيا براغ المحلي مساء اليوم، وعينهم على تأكيد الفوز الثمين الذي حققوه الأسبوع الماضي داخل قواعدهم برعاية كاملة دون رد، ومن المنتظر أن يشارك بن ناصر أساسيا حيث يراهن المدرب ستيفانو بيولي عليه كثيرا من أجل العودة ببطاقة التأهل، في ظل المستويات الباهرة التي بات يقدمها مع "الروسونيري" في الآونة الأخيرة. وفي لقاء آخر، يشد نادي روما الإيطالي الذي يضم في صفوفه

قدم

أفضل لقاء له

منذ عدة أسابيع أمام أمبولي

بن ناصر ضمن التشكيلة المثالية لل الجولة الـ 28 من "السييري آ"

عاد الدولي الجزائري إسماعيل بن ناصر، للتألق مع ناديه ميلان، بعد المستوى الكبير الذي قدمه الأحد الماضي أمام أمبولي في الجولة 28 من الدوري الإيطالي، ليتوج ذلك بالتواجد ضمن التشكيلة المثالية لـ "الكالتشيو" الخاصة بهذا الأسبوع. وشارك إسماعيل بن ناصر أساسيا، في مواجهة فريقه ميلان أمام فريقه السابق أمبولي، نشر حساب "سوقا سكور" المختص في الإحصاء، على منصة "إكس" التشكيلة المثالية للجولة الماضية في الدوري الإيطالي، وشهدت تواجد نجم "الخضر" إسماعيل بن ناصر الذي تحصل علامة 10/7.9، بعد المردود الباهر الذي قدمه أمام أمبولي في لقاء حسمه النادي "الولومباردي" بهدف نظيف صعد به إلى المركز الثاني في الترتيب العام للدوري الإيطالي. وقدم نجم "الخضر" مستوى هو الأفضل له منذ عودته إلى الملاعب في نهاية العام الماضي، بعد إصابته الخطيرة التي أبعدته عن الملاعب لمدة طويلة، وكان من نجوم اللقاء، وترك بصمته في انتصار فريقه الصعب، بعد أن لعب في مركزه الأصلي، وكون إسماعيل بن ناصر والهولندي تيجاني ريندرز ثنائيا في وسط الميدان، وكان الانسجام بينهما كبيرا، ما ساعد ميلان على التحكم في اللعب والاستحواذ على الكرة، بحسب ما أكد تقرير نشرته صحيفة "لاغزييتا

ديلو سبورت" الإيطالية. وأكد التقرير

أن بن ناصر، لمس الكرة في 82 مناسبة

وحاول تأمين الدفاع والتمركز ثنائي المحور،

بينما حاول الهولندي المساعدة في الخروج

بالكرة وتنظيم اللعب وتبادل الأدوار بشكل

جيد.

عبد المجيد

منافس

"الخضر" سيدخل

اليوم في تربيص تحضيري

مدرب بوليفيا يستدعي 25 لاعبا تحسبا لدورة الجزائر

أعلنت الاتحادية البولوفية لكرة القدم عن قائمة اللاعبين المعنيين بالمشاركة في الدورة الدولية الودية التي ستحتضنها الجزائر خلال الفترة الممتدة من 18 إلى 26 مارس الجاري، بمشاركة 4 منتخبات، وهي كل من الجزائر، جنوب إفريقيا، بوليفيا وأندورا. وكشفت اتحادية بوليفيا في بيان على موقعها الرسمي أن مدرب المنتخب كارلوس زاغو، وجّه الدعوة لـ 25 لاعبا معنيا بخوض دورة الجزائر التي تتدرج ضمن سلسلة الدورات الودية لـ "الفييفا" مشيرة إلى وجود العديد من اللاعبين الشباب في القائمة التي شهدت استدعاء 3 لاعبين لأول مرة. وأكدت المصادرات ذاتها، أن المنتخب البوليفي سيدخل اليوم في تربيص تحضيري لمواجهة المنتخب الوطني الجزائري في 22 من مارس الجاري، بملعب نيلسون ماندبلا ببراقبي، في أول لقاء ودي ضمن الدورة الدولية، حيث من المنتظر أن تنطلق التحضيرات اليوم بمدينة سانتا كروز البوليفية، على أن تكون الرحلة الأولى إلى ساو باولو البرازيلية أين سيتدرب أشبال كارلوس زاغو إلى غاية يوم الاثنين المقبل، قبل شد الرحال إلى مدينة روما الإيطالية أين ستوقف البعثة قبل الوصول إلى الجزائر. وجدير بالذكر، أن المنتخب البوليفي سيخوض مباراتين وديتين خلال دورة "الفييفا" الأولى أمام "الخضر" في 22 من هذا الشهر، والثانية يوم الاثنين 25 مارس ضد منتخب أندورا بملعب 19 ماي بعمانية.

عبد المجيد

سيغيب

عن

مواجهتي

فتربخشة وأنتويرب.. ألكسندر بيلسين،

مدرب سان جيلواز؛

"غياب عمورة جاء في وقته وسيخضع للراحة التي يحتاجها"

يغيب الدولي الجزائري محمد الأمين عمورة، عن فريقه يونيون سان جيلواز البلجيكي، الذي سينزل ضيفا على فريق فتربخشة التركي سهرة اليوم، ضمن إياب الدور الـ 16 من دوري المؤتمر الأوروبي، وذلك بسبب تراكم البطاقات، في مباراة ستكون صعبة على رفقاء نجم "الخضر" الذين تكبدوا خسارة ثقيلة على ملعبهم الخميس الماضي في لقاء الذهاب (3-0). وتحدث ألكسندر بيلسين، مدرب سان جيلواز، عن افتقاد تشكيلته لخدمات نجمه محمد الأمين عمورة في مباراة اليوم أمام فتربخشة وكذلك في لقاء أنتويرب الأحد المقبل، ضمن الجولة 30 من الدوري البلجيكي، وهما منعرجين مهمين بالنسبة لرفقاء الجزائري، ما يعني بأنه لن يشارك مع فريقه إلى ما بعد فترة التوقف الدولي، حينما ينضم للمنتخب الوطني في تربيص مارس الحالي المقرر من 18 إلى 26. إلا أن التقني الألماني أكد بأن توقيف لاعبه جاء في وقته، بالنظر للارهاق الذي تعانيه عناصره وخاصة عمورة الذي خاض جل لقاءات الفريق منذ بداية الموسم الحالي وبذل مجهودات جبارة ساعدت في المكانة التي يحتلها النادي، وقال بيلسين في تصريحات نقلها موقع "وال فوت" البلجيكي أمس: "لقد لعب الكثير من المباريات. عندما ننظر إلى مسيرته مع النادي، فهو ليس معتادا على اللعب كثيرا. كيفن (رودريغز) خارج الملعب في الوقت الحالي، ودينيس (إيكيرت) يعود بشكل جيد، لكن سرعة عمورة تعتبر ميزة"، قبل أن يضيف: "كما قلت في بداية الموسم عليه أن يتعلم، ويتأقلم مع إيقاع المباريات. إنه ليس روبوتا. مع إيقافه ضد فتربخشة وأنتويرب، أصبح لديه الآن الراحة التي يحتاجها". وكان عمورة قد شارك أمام فتربخشة الخميس الماضي، في ذهاب المنافسة القارية، لكنه قدم أداء باهتا، ووصفت الصحافة البلجيكية مردوده ضد النادي التركي بالأسوأ منذ بداية الموسم الحالي، لكنها أرجعت ذلك للارهاق الشديد الذي يعانيه نجم "الخضر" وأكدت أنه النجم الأول لسان جيلواز دون منازع بالنظر لمستوى الباهر الذي ظهر به، وخاض اللاعب 32 مباراة بمختلف المسابقات سجل خلالها 21 هدفا وأهدى 5 تمريرات حاسمة.

عبد المجيد



بمشاركة أربع منتخبات بمن فيهم "الخضر" الجزائر تحتضن أول بطولة دولية للشباب لأقل من 20 سنة

تنظم الجزائر في شهر مارس الحالي، بطولة دولية لكرة القدم لأقل من 20 سنة بمشاركة أربعة منتخبات من بينها المنتخب الوطني، حسبما أعلن عنه الاتحاد الجزائري لكرة القدم. وكشفت الفاف في بيان لها عبر موقعها الرسمي، أمس الأربعاء، عن تنظيم أول دورة دولية ستقام في الفترة من 18 إلى 26 مارس 2024 بالجزائر العاصمة. وحسب بيان الفاف الصادر، أمس، ستشهد الدورة مشاركة المنتخب الوطني لأقل من 20 عاما بالإضافة إلى ثلاثة منتخبات أفريقية: مصر وتونس وموريتانيا. وقال المصدر نفسه، إن المباريات ستقام في ثلاثة ملاعب وهي مصطفى تشاكر بالبليدة، وملعب سالم مبروكي بالرويبة، وأخيرا ملعب 5 جويلية بالعاصمة. وأشار المصدر ذاته بأنه من المقرر وصول الوفود المشاركة إلى الجزائر العاصمة ابتداء من يوم الأربعاء المقبل.

وسيكون برنامج الدورة على النحو التالي:

22 مارس 2024 (الساعة 22:00): الجزائر-تونس
(ملعب مصطفى تشاكر).
22 مارس 2024 (الساعة 22:00): مصر -موريتانيا
(ملعب سالم مبروكي الرويبة).
24 مارس 2024 (الساعة 22:00): الجزائر-مصر
(ملعب مصطفى تشاكر).
24 مارس 2024 (الساعة 22:00): تونس -موريتانيا (ملعب سالم مبروكي الرويبة).
26 مارس 2024 (الساعة 22:00): الجزائر-موريتانيا (ملعب 5 جويلية الأولمبي).
26 مارس 2024 (الساعة 22:00): مصر-تونس
(ملعب مصطفى تشاكر).

وسيم

إلى جانب مساعدا ومحضرا بدنيا من إيطاليا

بيتكوفيتش يستعين بـ3 مدربين جزائريين ضمن طاقمه الفني

كشف الاتحاد الجزائري لكرة القدم "الفاف"، أمس الأربعاء، عن الطاقم الفني الجديد للخضر بقيادة المدرب الجديد فلاديمير بيتكوفيتش ووفقا لبيان الفاف عبر موقعها الرسمي، فقد تم تعيين كل من موراندي دافيد ونبييل نغيز، كمدربين مساعدين لبيتكوفيتش. إلى جانب تعيين الإيطالي رونجوني باولو كمحضر بدني للمنتخب الوطني الأول، فيما تم تعيين الثاني بررامة نصر الدين و مساي مروان كمدربي الحراس. ويستعد المنتخب الوطني لخوض دورة دولية نظيره البوليفي، يوم 22 مارس على ملعب نيلسون مانديلا بالعاصمة، ثم يتقابل مع صاحب المرتبة الثالثة في "الكان" الأخيرة، جنوب إفريقيا، يوم 26 مارس على نفس الملعب.

بيتكوفيتش يستعد لضخ دماء جديدة وشابة

ويدرس الناخب الوطني الجديد للخضر، فلاديمير بيتكوفيتش، الذي استلم مقاليد العارضة الفنية للخضر خلفا لجمال بلماضي المقال من منصبه بعد خروج المحاربين من الدور الأول لكأس أفريقيا إلى ضخ دماء جديدة بمن فيهم العناصر تنشط في البطولة المحلية ضمن إطار برنامجه وأسلوبه في العمل الذي يعتمد على الشبان بدرجة أكبر مثلما صرح به قائد سويسرا السابق في أحد تصريحاته مؤخرا. ومن بين الأسماء التي يتوقع أن تتواجد في ترينس مارس متوسط ميدان نادي بارادو، ياسين تيطراوي، الذي يمتلك الكثير من القدرات التي تسمح له بمنح إضافة نوعية لخط وسط المحاربين. إلى جانب تيطراوي برزت عدد من الوجوه في البطولة الوطنية أيضا، زكرياء نعيجي، مهاجم مولودية الجزائر، والذي يعتبر من نقاط قوة "العميد"، حيث تمكن من تسجيل وصناعة عدة أهداف مهمة، واستطاع إبراهيم ذيب، قائد النادي الرياضي القسنطيني في فرض نفسه كعنصر بارز في أغلب المواجهات، بينما يبقى زين الدين بلعيد، مدافع اتحاد العاصمة، وزميله الحارس أسامة بن بوط. كما وضع 4 أسماء جديدة في القائمة الموسعة، تحسبا لهذا المعسكر الذي ستتخلله مباراتان وديتان ضد جنوب أفريقيا وبوليفيا ويتعلق الأمر بكل من الجناح الأيمن لنادي إيستوريل برايا البرتغالي، هريك غويتمان، جناح فيتيس أرنايم الهولندي، أنيس حاج موسى، منصف بقرار المحترف في نادي نيويورك سيتي بالدوري الأميركي لكرة القدم، وأيضا وسط ميدان سيرامكا كليبواترا المصري أحمد قندوسي.

وكان بيتكوفيتش قد صرح سابقا بأن القائمة الموسعة للمنتخب ط ستكون مفتوحة لجميع اللاعبين مع استدعاء لاعبين جدد، سيكون هناك لاعبين جدد ولأول مرة مع المنتخب.

سيعلن عن القائمة النهائية خلال الأيام القليلة المقبلة

ومن المنتظر أن يعلن بيتكوفيتش القائمة النهائية للمنتخب الجزائري خلال الأيام القليلة المقبلة، مع الإشارة إلى أن المواجهتين ضد جنوب أفريقيا وبوليفيا تتدرجان ضمن بطولة ودية ستحتضنها الجزائر تحت رعاية "فيفا"، وتضم كذلك منتخب أندورا.

وسيم

بعد تألقه في "الليغ2"

سمير شرقي يدخل حسابات "بيتكوفيتش" وقد يكون جديد "الخضر"

كشفت تقارير صحفية، بأن الناخب الوطني الجديد، فلاديمير بيتكوفيتش، أدخل مدافع باريس إف سي، سمير شرقي، ضمن حساباته تحسبا لإمكانية توجيه الدعوة له للتواجد في الترينس القادم للخضر خاصة بعد تألقه في "الليغ2" هذا الموسم. وقام المدرب الجديد لـ "محاربي الصحراء" بإعداد قائمة موسعة تضم 45 لاعبا. على أن يتم تقليصها في فترة لاحقة لـ 30 فقط للاعتماد عليهم خلال المباراتين الوديتين أمام بوليفيا وجنوب أفريقيا، المقررتين في 22 و26 مارس الجاري. وحسب التقارير الصحفية، يستعد التقني السويسري إلى ضخ دماء جديدة إلى الفريق الوطني، ومن بين الأسماء الجديدة التي دخلت حساباته خلال فترة توقف الدولي الخاص بشهر مارس، سمير شرقي مدافع باريس إف سي، الذي تألق خلال منافسات دوري الدرجة الثانية. ولعب شرقي البالغ من العمر 25 سنة، 11 مباراة في "الليغ2"، لم يسجل أو يصنع خلافا أي هدف. ويعد سمير شرقي خريج مدرسة نادي أوكسير الفرنسي، قبل أن ينضم عام 2020 لصفوف فريق باريس إف سي، وذلك في صفقة انتقال حر علما أن القيمة السوقية، بلغت 1.2 مليون أورو حسب الموقع المختص "ترانسفير ماركيت"

وسيم

أنيس حاج موسى يثير الجدل بين أسطورتى هولندا

يعتبر أنيس حاج موسى، البالغ من العمر 22 عاما، من أبرز الوجوه الجزائرية التي لفتت الأنظار منذ بداية العام الجديد في الدوري الهولندي، حيث، فرض نفسه في مدة قصيرة كواحد من اللاعبين المميزين في صفوف نادي فيتيس أرنايم الذي انضم إليه في الميركاتو الشتوي المنقضي، ورغم المستويات الجيدة التي أظهرها في المباريات التي لعبها لحد الآن، لكن ذلك لم يمنع من اختلاف آراء قدامى اللاعبين الهولنديين بمن يراه لاعب كبير ومن يراه أنه لم يصل إلى هذه المرتبة. وتحدث راهاثيل فان دير هارت، لقناة "ستوديو فوتبول" الهولندية قائلا، "بالنسبة لي، أنيس حاج موسى لاعب كبير، عندما تشاهده يلعب بطريقته الرائعة فوق أرضية الملعب تقول يا الهي"، وأضاف "يا له من عنصر مميز. ولكن الأمر الوحيد الذي يقتقد له حسب وجهة نظري، هو الفعالية أمام المرمى". في المقابل، سار بيير فان هويدونك عكس تيار زميله السابق في منتخب هولندا، وقال في هذا الإطار: "أوافقه الرأي على أنه لاعب كبير، ولكن بالنسبة لفيتيس أرنايم فقط، لا في الدوري الهولندي بشكل عام". وأضاف، "عندما تشاهد طريقة لعبه للوهلة الأولى تعجب به، وتجد الأمر ممتعا، ولكن في الحقيقة النتيجة والفاعلية مفقودة تماما". وواصل، "لكي تكون لاعبا كبيرا، يجب أن تكون حاسما، وهو لم يصل لهذه المرحلة البعد". والتحق أنيس حاج موسى، بصوف فريق فيتيس أرنايم الهولندي خلال الميركاتو الشتوي الماضي، قادما على سبيل الإعارة من نادي باترو أيسدين، ولعب معه 7 مباريات بجميع المسابقات سجل خلالها هدفا واحدا فقط، ومنح تمريرة حاسمة واحدة فقط.

حاج موسى على رادار إيندهوفن

ويتواجد اللاعب الجزائري، أنيس حاج موسى، المتألق رفقة فيتيس أرنايم، محط أنظار نادي إيندهوفن الذي يفكر في التعاقد معه. وأكد الصحفي ريك إيفرينك بجريدة إيندهوفن داغبلاد أنه لا يستبعد أن يكون إيندهوفن مهتما بالمهاجم أنيس حاج موسى الذي يلعب لنادي فيتيس أرنايم. وكان المدير الرياضي لنادي إيندهوفن الهولندي، إيرنست ستياورت حاضرا يوم السبت الماضي لمتابعة الجزائري أنيس حاج موسى في مباراة فريقه فيتيس أرنايم حسب ما تناقلته وسائل الإعلام الهولندية.

بنسبة كبيرة سيستدعى لمعسكر "الخضر" هذا الشهر

في موضوع آخر، قرر فلاديمير بيتكوفيتش المدرب الجديد للمحاربين توجيه الدعوة إلى أنيس حاج موسى، لاعب فيتيس أرنايم الهولندي هذا الأخير أكد في تصريحات صحفية خلال وقت سابق، عن تلقيه دعوة أولية للانضمام بصوف الخضر، في انتظار الكشف عن القائمة النهائية التي سيختارها المدرب السويسري الجديد فلاديمير بيتكوفيتش، وقال، واصلني استدعاء الخضر وتفضلني أيام فقط عن تحقيق حلم الطفولة. وسيلعب الفريق الوطني خلال الترينس القادم مقابلتين، الأولى يوم 22 مارس أمام منتخب بوليفيا والثانية يوم 26 أمام منتخب جنوب أفريقيا وستجرى المواجهتان بملعب "نيلسون مانديلا" ببراقي.

وسيم



وسيم

■ بوخالف برانسي مدرب
حراس إتحاد العاصمة:

"سنعمل على تقديم أفضل ما لدينا للاحتفاظ بالتاج القاري"



أكد الطاقم الفني لنادي إتحاد العاصمة، أن لقب كأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم، يعتبر هدفا رئيسيا للفريق هذا الموسم، مشددا على أن اللاعبين واعين بالمسؤولية الملقاة على عاتقهم. وكشف مدرب حراس مرمي فريق إتحاد العاصمة، بوخالف برانسي، عزم فريقه على تجاوز الدور الربع نهائي من كأس "الكاف" للاحتفاظ بلقبهم القاري، قائلا في تصريحاته للصحافة الرسمية: "نحن حاليا في الدور الربع نهائي، وفي مثل هذا الدور ليس هناك أي تفضيل، فكل الأندية التي بلغت هذا الدور قوية". كما أضاف: "لاعبونا واعون بالمسؤولية الملقاة على عاتقهم، باعتبار أن كأس الكونفدرالية تعتبر أحد أهدافنا في الموسم الجاري". واختتم: "سنعمل على تقديم أفضل ما لدينا في مباراتي الدور الربع النهائي، من أجل الاحتفاظ بتاجنا القاري". من جانبه، تحدث لاعب إتحاد العاصمة، ليونيل أتيا، عن منافسهم المقبل في الدور الربع نهائي من كأس الكونفدرالية الإفريقية، نادي ريفرز يونائيتد النيجيري. وقال أتيا، في تصريح، للصحافة الرسمية لإتحاد العاصمة: "ريفرز يونائيتد فريق جيد، تابعناه منذ انطلاق هذه المنافسة، أين أثبت بأنه يحسن لعب الكرة، ولم يتأهل بضربة حظ". كما أضاف: "سنأخذ هذه المباراة بجديّة كبيرة، باعتبارها تدخل ضمن الدور الربع النهائي، وسنركز على جميع التفاصيل". وأنهى كلامه "علينا التركيز جيدا على منافسنا، ودخول المباراة بقوة وجديّة، للتمكن من بلوغ الدور النصف نهائي".

سفيان ع

عقب ما حدث في لقاء كأس الجمهورية عقوبات مالية على مولودية الجزائر والزاوية

سلحت لجنة الانضباط التابعة للرابطة المحترفة لكرة القدم، عقوبات مالية على نادي مولودية الجزائر وكذا شباب الزاوية، على خلفية الأحداث التي شهدتها مباراة الفريقين التي جرت السبت الماضي، ضمن الدور 16 من منافسة كأس الجمهورية والتي انتهت لصالح "العميد" بـ (1-4). وشهد اللقاء الذي احتضنه ملعب الشهيد "مصطفى تشاكر" بالبلدية أحداثا مؤسفة في المدرجات، حيث تم تكسير المئات من الكراسي، من طرف أنصار النادي العاصمي احتجاجا على قرارات الحكم، وهو ما قام به أنصار الفريق البلدي أيضا، وعليه قررت لجنة الانضباط معاقبة مولودية الجزائر بمبلغ 20 مليون سنتيم و10 ملايين بالنسبة لفريق الزاوية على خلفية الخسائر التي تسببت فيها جماهير الفريقين، كما أوضحت ذات الهيئة بأن إدارة مركب "مصطفى تشاكر" ستحدد من جانبها قيمة التعويضات التي ستطالب بها إدارة المولودية والزاوية، بعد تقييم الخسائر. وكان ملعب تشاكر قد تم فتحه لاستقبال مباريات الأندية بعدما تم غلقه لعدة أشهر للصيانة، لكن أحداث مباراة الزاوية و"العميد" لم تكن كما تمناها مسؤولو الملعب وكذا الفاعلين في كرة القدم الجزائرية، حيث أشارت مصادر أن مديرية الشباب والرياضة وإدارة مركب مصطفى تشاكر رفضتا احتضان مباراة نجم بن عكنون ومولودية الجزائر التي كانت مقررة في ذات الملعب يوم الثلاثاء القادم 19 مارس ضمن لقاء متأخر عن الجولة 16 من المحترف الأول.

سفيان ع

شباب بلوزداد بوشار جاهز لمواجهة "سوسطارة" ويطمئنان باكيثا

تلقى الطاقم الفني لنادي شباب بلوزداد، أنباء سارة بخصوص جاهزية المدافع سفيان بوشار للمواجهة المقبلة أمام نادي إتحاد العاصمة، يوم الجمعة برسم الجولة 20 للرابطة المحترفة الأولى، وشارك بوشار في التدريبات الجماعية، سهرة أول أمس، في حصة الاستئناف التي جرت بملاعب 20 أوت بالعاصمة، وذلك عقب تعافيه من الإصابة التي تعرض لها في المواجهة الأخيرة أمام جمعية الخروب في الدور 16 لكأس الجمهورية، وهي الأنباء التي أراحت المدرب البرازيلي كثير، بعودة صخرة الدفاع قبيل دربي إتحاد العاصمة غدا بملاعب 5 جويلية الأولمبي، حيث يراهن "أبناء لعقبيّة" على مواصلة سلسلة الانتاج الإيجابية لتشديد الخناق أكثر على صاحب الصدارة مولودية الجزائر.

سفيان ع

برنامج الجولة الـ 20 :

اليوم:

م. الجزائر - أ. الشلف
غدا:

ش. القبائل - و. سطيف
ش. بلوزداد - إ. الجزائر
م. وهران - أ. بجادو
ش. قسنطينة - إ. واد سوف
ن. بن عكنون - ن. مقرة

السبت:

م. البيض - ش. الساورة
إ. بسكرة - إ. خنشلة

الجولة 20 للرابطة المحترفة الأولى

داربي بلوزداد و"سوسطارة" يخطف الأنظار

تنطلق اليوم فعاليات الجولة 20 للرابطة المحترفة الأولى، بإجراء لقاء قوي بين مولودية الجزائر والضيف أولمبي الشلف على ملعب 5 جويلية الأولمبي، في مواجهة مهمة جدا بالنسبة للطرفين، فالنادي العاصمي يسعى للعودة إلى سكة الانتصارات مجددا، وتدارك الهزيمة المخيبة في الجولة الماضية أمام وفاق سطيف من أجل تعزيز الصدارة والابتعاد عن الملاحقين قدر الإمكان، في حين يطمح "الشلفاوة" لتضميد جراحهم عقب الإقصاء المخيب في كأس الجمهورية، وذلك من خلال العودة بنتيجة إيجابية تسمح لهم بتحسين مركزهم في جدول الترتيب والاقترب شيئا فشيئا من ترسيم البقاء. وفي مباريات الغد، يستقبل نادي شبيبة القبائل (م27,6)، على ملعب أول نوفمبر بتيزي وزو، ضيفه وفاق سطيف (م30,5)، في قمة نارية بين الناديين الأكثر تتويجا بالجزائر، وعينه على الظفر بالثلاث نقاط، وتحقيق الاستاقفة في البطولة الوطنية، يعد خيبة الإقصاء من كأس الجزائر أمام شباب بلوزداد في عمر دياره

وأمام جماهيره، حيث يستهدف أشبال المدرب عز الدين أيت جودي، تقديم لقاء في المستوى والتصالح مع جماهيرهم الغاضبة، التي كانت ومازالت تطالب بتغيير جذري في الفريق ورحيل جميع أعضاء مجلس الإدارة وفي مقدمتهم رحيل عاشور شلول. من جانب آخر، يستهدف نادي وفاق سطيف، العودة بنتيجة إيجابية من تيزي وزو، وتأكيد الفوز الأخير المحقق في البطولة الوطنية أمام

المتصدر مولودية الجزائر في عمر الديار. ونسيان مرارة الإقصاء من كأس الجزائر أمام شباب قسنطينة. من جهته، سيكون ملعب 05 جويلية الأولمبي، مسرحا للداربي العاصمي الكبير الذي

سيجمع بين الجارين شباب بلوزداد (م31,3) وإتحاد الجزائر (م26,86)، حيث سيعمل "أبناء العقبيّة"، على الإطاحة بتظهيرهم من الاتحاد، لتشديد الخناق أكثر على الصدارة، فيما سيكون "أبناء سوسطارة"، مطالبين بالظهور بوجه مغاير في البطولة الوطنية، بعد تحقيق التأهل للدور الربع نهائي من منافسة كأس الكاف، خاصة وأن النادي تنقّصه مباراتان وبإمكانه اللحاق بـ "البوديوم" في حالة الإطاحة بـ "أبناء لعقبيّة". وبدوره يسعى شباب قسنطينة

للانفراد بوصافة الترتيب، حينما يواجه متذيل الترتيب إتحاد الرياضي السوفي، في ظل مواجهة تبدو في متناول "السياسي" في ظل أزمة النتائج التي يعاني منها المنافس، فيما ستكون مواجهة مولودية وهران وأتليتيك بارادو بأهداف متباينة، حيث يراهن "الحمرارة" على تجديد الفوز أمام "الباك" وإنعاش آماله في البقاء، على أمل تعثر المنافس المباشر نجم بن عكنون الذي سيكون في اختبار صعب أمام نجم مقرة. وفي لقاءين آخرين يوم السبت، تواجه مولودية البيض الضيف شبيبة الساورة، ويستقبل إتحاد بسكرة ضيفه إتحاد خنشلة في مواجهتين واعدتين.

بيتكوفيتش سيكون حاضرا بـ5 جويلية لمتابعة لاعبي البطولة الوطنية

سيسجل الناخب الوطني الجديد فلاديمير بيتكوفيتش اليوم، حضوره بملاعب 5 جويلية الأولمبي، لمتابعة لقاء نادي مولودية الجزائر، وضيفه أولمبي الشلف لحساب الجولة 20 من الرابطة المحترفة الأولى. وذلك في أول خرجة له منذ تعيينه على رأس العارضة الفنية لـ "الخضر" خلفا للمدرب السابق جمال بلماضي. وقرر أول خرجة له منذ تعيينه على رأس العارضة الفنية لـ "الخضر" خلفا للمدرب السابق جمال بلماضي. وقرر

الشروع في معاينة اللاعبين من البطولة المحترفة الأولى، وذلك في خطوة تؤكد إعادة الكرة المحلية إلى الواجهة مجددا من خلال توجيه الدعوة للأسماء التي تتألق بشكل لافت للأنباه منذ بداية الموسم الجاري، في صورة موهبة بارادو ياسين تبطراوي، ونجم مولودية الجزائر زكريا نعيجي، بالإضافة لهداف البطولة الوطنية إبراهيم ديب. وستكون الفرصة مواتية لنجوم "العميد" من أجل لفت أنظار الطاقم الفني لـ "الخضر"، على أمل التواجد ضمن القائمة المعينة بالانضمام للمنتخب الوطني في المستقبل القريب. وجدير بالذكر، أن بيتكوفيتش سيعلن عن قائمة "الخضر" المعنية بخوض تربيص مارس الجاري لخوض الدورة الدولية الودية اليوم أو غدا على أقصى تقدير.

سفيان ع

التشكيلة خاضت تدريباتها تحت أنظار بيتكوفيتش

"العميد" يراهن على الإطاحة بـ"الشلفاوة" وتعزيز الصدارة

تفتتح فعاليات الجولة 20 من الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس"، اليوم الخميس، بإجراء مباراة هامة بين المتصدر مولودية الجزائر وجمعية أولمبي الشلف، بداية من الساعة 22:00 ليلا بملاعب 05 جويلية، في سهرة رمضان بين فريقين بأهداف متباينة. وستكون الأنظار موجهة سهرة اليوم إلى الملعب الأولمبي الذي يستضيف مباراة "العميد" (1، 40 ن) والضيف جمعية الشلف (12، 23)، حيث يسعى أصحاب الأرض والجمهور من أجل العودة إلى سكة الانتصارات بعد الهزيمة المرة التي تلقاها الفريق على يد وفاق سطيف في الجولة الماضية، إذ يرفض النادي العاصمي التفریط في نقاط المواجهة والتدارك سريعا لعدم تسرب الشك لأشبال المدرب باتريس بوميل الذين حققوا التأهل إلى الدور ضمن النهائي من منافسة كأس الجمهورية، وهو ما منحهم دفعة معنوية، لتكون مباراة اليوم ضد "الشلفاوة" فرصة لتأكيد أن موقعة سطيف كانت مجرد كبوة جواد خاصة بالنظر للأحداث التي شهدتها، ما يعني تعزيز الصدارة وانتظار تعثر الملاحقين لتعميق الفارق. وسيكون عميد الأندية الجزائر محروما من خدمات نجومه الأول يوسف بلايلي الذي تعرض لعقوبة الإيقاف لأربع لقاءات نافذة، إلا أن الطاقم الفني يحول على نجمه الآخر زكريا نعيجي الذي يقدم هو الآخر موسما كبيرا بألوان المولودية، فضلا على الصاعده مهدي بوشريط الذي سجل ثنائية في مرمى الزاوية. وكانت تشكيلة مولودية الجزائر قد خاضت سهرة أول أمس، حصة تدريبية تحت أنظار الطاقم الفني الجديد لـ "الخضر" بقيادة المدرب فلاديمير بيتكوفيتش ومساعدته نيبيل نغيز، اللذان سجلا حضورهما بسبدي موسى، على أن ينتقلا اليوم إلى 5 جويلية لحضور اللقاء ومعاينة اللاعبين. في المقابل، سيكون أولمبي الشلف، مطالبا بتدارك خيبة الإقصاء من الدور 16 لكأس الجزائر أمام إتحاد بسكرة في عمر دياره وأمام جمهوره، ومحاولة العودة بنتيجة إيجابية من العاصمة خاصة وأن الفريق عانى سابقا من سلسلة النتائج السلبية، بسبب المشاكل الكثيرة وعدم الاستقرار الذي شهدته العارضة الفنية للفريق، من خلال تعاقب 3 مدربين للإشراف على "الجوارح"، آخرهم شريف حجار الذي سيكون في مهمة ضمان البقاء بأريحية بالنظر للمركز الذي يحتله الفريق الذي قد يجد نفسه ضمن الأندية المهدة بالسقوط، إذ يبتعد بسبع نقاط فقط عن المنطقة الحمراء قبل 10 جولات من انتهاء الموسم.

سفيان ع





الدورة التأهيلية للألعاب الأولمبية باريس 2024

"الخضر" لكرة اليد في مهمة صعبة لاقتطاع بطاقة التأهل للأولمبياد

آس.و. يلتقي المنتخب الجزائري و النمساوي في الجولة الثانية المقررة يوم السبت 16 مارس (17ر00) في مباراة قد تكون من أجل المركز الثالث بعد العملين

الألماني والكرواتي. وتدور الدورات التأهيلية الأولمبية الثلاث على شكل بطولة مصفرة، ويتأهل الأولمبيون عن كل دورة لأولمبياد باريس 2024. وتضم الدورة الأولى منتخبات إسبانيا وسلوفينيا والبحرين والبرازيل، فيما تشكلت الدورة الثالثة من منتخبات النرويج والمجر والبرتغال وتونس. وتاهلت لموعد باريس لحد الآن، ستة منتخبات وهي فرنسا (البلد المنظم) والدانمارك (بطل العالم)، والأرجنتين بطله الألعاب الأمريكية، ومصر بطله إفريقيا، والسويد واليابان.

فيما يلي برنامج مباريات المنتخب الجزائري :

- الخميس 14 مارس (17ر45) : ألمانيا-الجزائر
- السبت 16 مارس (17ر00) : الجزائر-النمسا
- الأحد 17 مارس (16ر45) : الجزائر-كرواتيا.

مهدي

الألعاب الإفريقية-
2023 / سباحة:

خمس ميداليات للجزائر منها ثلاث ذهبيات

أحرز المنتخب الجزائري للسباحة خمس ميداليات (3 ذهبيات و 2 فضيات) خلال اليوم الخامس من الطبعة الـ 13 للألعاب الإفريقية-2023 بأكرا الغانية (8-23 مارس 2024). وكانت الميداليات الذهبية من نصيب جواد صيود في سباق 400 متر سباحة متنوعة و 50 متر سباحة على الصدر إلى جانب السباح عرجون عبد الله في سباق 100 متر سباحة على الظهر. الميداليتان الفضيّتان كانتا من نصيب رانيا نفسي في سباق 400 متر متنوعة و في سباق 100 متر 4 سباحة حرة سيدات. وتحتل الجزائر عقب منافسات اليوم الخامس المركز الثالث برصيد 65 ميدالية (18 ذهبية، 23 فضية و 24 برونزية)، وراء نيجيريا التي افتتحت المرتبة الثانية بـ 48 ميدالية (22 ذهبية، 10 فضيات و 16 برونزية)، فيما تتصدر مصر المشهد بأكبر حصيلة والتي بلغت 90 ميدالية (50 ذهبية، 20 فضية و 20 برونزية). وتشارك الجزائر في الموعد الإفريقي بأكرا بوفد يضم 299 شخصا منهم 222 رياضيا يمثلون 18 اختصاصا، منها أربعة اختصاصات من أصل ثمانية مؤهلة إلى الألعاب الأولمبية 2024 بباريس (كرة الريشة، تنس الطاولة، التنس والترياتلون)، بالإضافة إلى 77 مدربا، ورؤساء فرق والأطباء.

مهدي

الميدان والجمهور والتي تعتبر من أبرز المنتخبات العالمية التي سبق لها أن شاركت في 10 دورات أولمبية و بلغت الدور النهائي في نسختي 1984 و 2004، كما توجت بلقب بطله العالم 3 مرات، (1938، 1978 و 2007) بالإضافة إلى لقبين أوروبيين (2004 و 2016).

وسيكون المنتخب الألماني، تحت قيادة المدرب النرويجي ألفراد جيسلاسون مرشح بنسبة كبيرة لاقتطاع إحدى التذكريتين رفقة منتخب كرواتيا المنافس الثاني للخضر الذين سيواجهه في اللقاء الثالث والأخير للدورة يوم الأحد 17 مارس (16ر45) بنفس الساعة. ويتوفر المنتخب الكرواتي الذين دخل غمار المنافسات العالمية منذ استقلاله عن "يوغوسلافيا سابقا"، حيث يتوفر على خمس مشاركات أولمبية توجت بلقبين في دورة 1996 و 2004 بالإضافة إلى لقب بطل العالم عام 2003.

أما منتخب النمسا فيملك سجلا خال من التتويجات حيث شارك في دورة أولمبية واحدة عام 1936 و يشرف عليه حاليا المدرب السلوفيني باجوفيتش

بينهم بعض العناصر النشطة خارج الوطن، والتي شاركت في البطولة الإفريقية الأخيرة. و أمام عمالقة كرة اليد العالمية، ألمانيا (خامسة مونديال-2023) وكرواتيا (تاسعة مونديال 2023) والنمسا صاحبة المركز الثامن في بطولة أوروبا (2024)، ستكون مهمة (بطل إفريقيا سبع مرات) معقدة للغاية، حيث اكتفى بتربص قصير قبل انطلاق المنافسة، بتعداد يضم لاعبين ينشطون في مختلف الأندية الوطنية والأوروبية والخليجية.

و في تاريخ المنافسة الأولمبية، كان للمنتخب الجزائري لكرة اليد شرف المشاركة في أربع دورات نهائية لأولمبياد، محتلا المركز (12) في دورة 1984 والمركز

العاشر في دورات 1980 و 1988 و 1996. و ستكون الخرجة الأولى "الخضر" اليوم الخميس (17ر45)، بقاعة "زاغ أرينا" بهانوفر ذات القدرة الاستيعابية 98000 مشجع، حيث سيعمل كل من عبيد أيوب و داود هشام والحارس خليفي غضبان على الوقوف الند للند أمام تشكيلة ألمانية تستفيد من عاملي

سيكون المنتخب الجزائري لكرة اليد (أكابر) ابتداء من اليوم الخميس، بمدينة هانوفر الألمانية، أمام مهمة صعبة للغاية بمواجهته للمنتخب الألماني لحساب الدورة رقم 2 التأهيلية لأولمبياد باريس-2024، التي تضم أيضا منتخبي كرواتيا والنمسا، من أجل حجز تأشيرتين اثنتين، للموعد الأولمبي المقرر الصائفة المقبلة. وجاءت مشاركة السباعي الجزائري في هذه الدورة الرفيعة المستوى بعد احتلاله المركز الثاني في البطولة الإفريقية الأخيرة التي احتضنتها العاصمة المصرية القاهرة، عقب خسارته في النهائي أمام المنتخب المصري، منظم الدورة بنتيجة (21-29) والمتأهل مباشرة لأولمبياد-2024 بباريس، بينما يشارك المنتخبان الجزائري (ثانيا) و التونسي (ثالثا) في دورة تأهيلية.

و تحسبا للموعد الألماني الهام، دخل رفاق مسعود بركوس في تربيص قصير بالعاصمة لمدة ثلاثة (10 - 12 مارس) قبل الالتحاق مباشرة بمدينة هانوفر، بحضور 23 لاعبا

تم استدعائهم من الناخب الوطني فاروق دهيلي، من

الرابطة الثانية هواة

مستقبل وادي سلي . . من طموح الصعود إلى صراع البقاء



بصارح فريق مستقبل بلدية وادي سلي، الذي تعود على لعب الأدوار الأولى منذ تجربته الأولى في الرابطة الثانية لكرة القدم هواة (2020-2021)، هذه المرة من أجل تجنب السقوط إلى الدرجة الثالثة في موسم صعب يمر به النادي، وفق ما علم أسس لدى إدارته. وأوضح نفس المصدر بأن السبب يعود إلى صعوبات من مختلف الجوانب يواجهها ممثل ولاية الشلف في الرابطة الثانية هذا الموسم، مما أجبرته على مراجعة سقف طموحاته إلى الأسفل. وتبدو مهمة "المستقبل" صعبة بخصوص مباراته المقبلة التي يستقبل فيها شباب المشرية، نهاية الأسبوع الجاري، برسم الجولة الـ 19 من البطولة (مجموعة وسط-غرب)، حيث تتواصل التحضيرات لهذا اللقاء الهام أمام منافس مباشر في سباق البقاء في "ظروف معقدة"، كما أشير إليه. وحسب رئيس النادي رشيد شيرانو فإن تدريبات الفريق تحسبا لهذه المقابلة تجري في غياب عدد من اللاعبين على خلفية مطالبتهم بتسوية وضعيتهم المالية، في الوقت الذي يواجه فيه النادي مشاكل كبيرة في هذا الجانب. وأضاف أن كل آمال "المستقبل" موضوعة في السلطات المحلية من ولائية وبلدية لأجل مساعدة النادي على تجاوز هذا الظرف الصعب وتجنبيه أية مفاجأة غير سارة في نهاية الموسم باعتبار أن رهان البقاء في الرابطة الثانية غير مضمون في ظل المشاكل التي تعترض طريقه. فضلا عن المشكل المالي، فإن مستقبل وادي سلي يواجه هذا الموسم عائقا آخر تسبب في تراجع نتائجه كثيرا مقارنة بالمواسم القارطة، في ظل افتقاره إلى ملعب قار لإجراء تدريباته في ظروف جيدة، وفق نفس المصدر. وكان هذا الفريق، الذي تأسس عام 1985، قد حقق صعودا تاريخيا إلى الرابطة الثانية في نهاية موسم 2019-2020، حيث تمكن خلال أول تجربة له في هذا المستوى من إنهاء المنافسة كبطل لمجموعته، لكنه أخفق في دورة الصعود التي ضمت بطلي المجموعتين الآخرين، حسب نظام المنافسة الذي كان معتمدا آنذاك. وبعد 18 جولة من البطولة، يحتل مستقبل وادي سلي المركز التاسع في ترتيب مجموعة وسط-غرب برصيد 22 نقطة حصل عليها من 6 انتصارات مقابل 4 تعادلات و 8 هزائم، متقدما بخمس نقاط على صاحب المركز الرابع عشر وأول نازل محتمل أمل الأربعاء.

مهدي



الرباع فارس طويري يحرز ثلاث ميداليات في منافسة رفع الأثقال للألعاب الإفريقية

حصد الرباع الجزائري فارس طويري، أمس ثلاث ميداليات مختلفة، في منافسة رفع الأثقال ضمن الألعاب الإفريقية (أكرا 2023). ونجح فارس طويري، في اقتناص الميدالية الفضية لوزن أقل من 96 كيلوغرام رجال، في منافسة الخطف (150 كيلوغرام). كما تمكن طويري أيضا، من نيل الميدالية البرونزية لمنافسة (النتر 180 كيلوغرام)، وميدالية برونزية أخرى في المجموع (330 كيلوغرام). وبهذا عزز الرباع الجزائري فارس طويري، رصيد الجزائر من الميداليات في هذه الطبعة من الألعاب الإفريقية "أكرا 2023".

مهدي

هنري يختار ثلاثة مهاجمين من منتخب فرنسا لضمان "ذهب" الأولمبياد

حدد المدير الفني الفرنسي، تيري هنري ثلاثة أسماء يسعى لمشاركتهم مع منتخب فرنسا أقل من 23 عاما المقبل على خوض أولمبياد باريس الصيف المقبل، ويأمل أن يوافق كيليان مبابي، وأنطوان غريزمان وأوليفييه جيرو على مساعدته من أجل تحقيق اللقب في منافسات كرة

القدم.

وأفاد موقع "فوت ميركاتو" الفرنسي، بأن هنري حدد أسماء الثلاثي، وطلب من اتحاد كرة القدم الشروع في الاتصال بهم من أجل التعرف على إمكانية مشاركتهم في الأولمبياد، وذلك مع الأخذ بعين الاعتبار أندية التي سيكون ردها حاسما.

وأضاف الموقع أن المفاوضات قد انطلقت فعلا قبل أيام، كما أظهر كيليان مبابي استعداداه لقطع عطلة الصيف من أجل المشاركة في الحدث الرياضي الكبير، لكن الأمر لن يتوقف على كيليان في حال انتقل رسمياً إلى صفوف ريال مدريد، حيث سيفاوض الجانب الفرنسي نظيره الإسباني لأخذ موافقتهم على حضوره في المنافسة مباشرة بعد مشاركته



منتخب نيجيريا يبحث عن مدرب بطريقة مبتكرة

يسعى منتخب نيجيريا لكرة القدم إلى التعاقد مع مدرب جديد، وذلك بعد نهاية العقد الذي كان يربط الاتحاد بالبرتغالي جوسيه بيسيرو، ولم يقع الاتفاق على تمديد التجربة، رغم وصول "النسور" إلى نهائي كأس أمم أفريقيا في ساحل العاج خلال الشهر الماضي. وانطلق الاتحاد المحلي، في البحث عن مدرب جديد يقود منتخب نيجيريا في المرحلة القادمة، بحثا عن التأهل إلى نهائيات كأس العالم 2026، وهو الهدف الأساسي الذي سيكون على المدرب القادم تحقيقه، غير أن الاتحاد اعتمد طريقة غريبة في البحث عن المدرب القادم، وفق ما نشرته صحيفة "كورييري ديللو سبورت" الإيطالية.

وأشارت الصحيفة إلى أن الاتحاد، اختار الاستعانة بمحرك بحث على شبكة إنترنت، قصد التوصل إلى اتفاق مع مدرب جديد، وذلك عبر نشر بيان لتحفيز المدربين على تقديم ترشحاتهم لتولي المهمة، وهو أسلوب يبدو غريباً خاصة وأن نص البيان الذي نشره الاتحاد كان مختلفاً، وقد اختار حساب "فوتبول جوبس" على منصة "إيكس".

وجاء في البيان: "يبحث الاتحاد النيجيري لكرة القدم عن مدرب لتولي مسؤولية تدريب المنتخب الأول. هذه هي فرصتك لقيادة فريق يملك تاريخاً كبيراً، والارتقاء به إلى مجد أكبر، هل أنتم مستعدون؟". ولم تكشف الصحيفة الإيطالية، عن تفاصيل المفاوضات مع العرض المقدم من أجل تدريب "النسور النيجيرية" ولكن من المؤكد أن تدريب هذا المنتخب يغري الكثير من المدربين العاطلين عن العمل، بحكم أنه يملك نجوماً من الصف الأول وخاصة في الهجوم الذي يعتبر نقطة القوة الأساسية في المنتخب.

وكان الاتحاد النيجيري، قد نظم في العام الماضي، استفتاء من أجل اتخاذ قرار بإقالة المدرب بيسيرو أو استمراره مدرباً للمنتخب، غير أن التصويت لم يكن مجانياً، وذلك بهدف تمويل نفقات إقالة البرتغالي من مهامه، نظراً للأزمة المالية التي كانت تحاصر الاتحاد وعجزه عن دفع التعويض المالي.

قرعة "آلية" وتصنيف يبدل كل شيء... الشكل الجديد لدوري أبطال أوروبا

قال الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (اليويفا)، إن "النسخة المعدلة من دوري أبطال أوروبا، ستضم نظام تصنيف على غرار التنس في دور الستة عشر"، وذلك في الوقت الذي كشف فيه تفاصيل عن تغييرات في مسابقة الترقية للأندية. وسيصبح نظام القرعة شبه آلي، بدلاً من نظام القرعة اليدوي، الذي أصبح سمة من سمات المسابقة. وستتوسع المنافسة في الموسم المقبل من 32 إلى 36 نادياً، مع استبدال دور المجموعات الحالي الذي يضم ست مجموعات تضم كل منها أربعة فرق بمجموعة واحدة، تخوض فيها الأندية ثمانية مباريات بمواجهة منافسين مختلفين. وستأهل أول 8 فرق مباشرة إلى دور الستة عشر، بينما ستتنافس الفرق من المركز التاسع إلى 24 لتحديد باقي المتأهلين. وعكس القرعة المفتوحة الحالية لدور الستة عشر، سيتم تصنيف الأندية في قرعة على غرار قرعة التنس، اعتماداً على أداء الفرق في مرحلة المجموعات. وهذا يعني أن المصنفين الأول والثاني، لا يمكن أن يلتقيا حتى المباراة النهائية، ولا يمكن أن يلعبا مع الفرق المصنفة ثالثاً ورابعاً، حتى الدور قبل النهائي على أقرب تقدير. وهذا هو التغيير الأول في دوري أبطال أوروبا، منذ أن حلت مرحلة خروج المغلوب المكونة من 16 فريقاً محل دور المجموعات الثاني في موسم 2003-2004. وقال نائب الأمين العام، مدير كرة القدم في الاتحاد الأوروبي لكرة القدم، جورجيو ماركيتي، في مؤتمر صحفي، الثلاثاء، إن "الشكل الجديد سيجعل المنافسة غير قابلة للتنبؤ بها، ويضمن المزيد من المباريات بين الأندية الكبيرة وتقليل التوقعات المسبقة". وسيقسم 36 نادياً إلى 4 أوعية في كل منها تسعة فرق، وسيواجه كل فريق فريقين من كل وعاء آخر، وستتضمن الجولة الأخيرة من مباريات دور المجموعات 16 مباراة تنطلق في وقت واحد.

عملاق تركي يستهدف التعاقد مع مورينيو

كشف تقرير صحفي عن اهتمام نادي فنربخشة التركي، بالتعاقد مع جوزيه مورينيو، لقيادة الفريق الكروي. تمت إقالة جوزيه مورينيو من تدريب روما، وظهر فريق فنربخشة التركي كخيار جديد أمامه، الثاني المخضرم ليوناردو بونوتشي وإيدين دجيكو. تولى دانييلي دي روسي مهمة تدريب ذئاب العاصمة الإيطالية.

في منتصف شهر جانفي الماضي. وبحسب موقع كالتشيو ميركاتو الإيطالي، يراقب فنربخشة وضع المدرب البرتغالي، ويمكن أن يقدم عقداً لمورينيو إذا فشل في التغلب على منافسه غلطة سراي على اللقب هذا الموسم. وسيحاول النادي التركي الاعتماد على بعض الشخصيات السابقة الأخرى في الدوري الإيطالي، مثل دجيكو وبونوتشي ورادي كرونيتش وجنكيز أندر ورودريجو بيكاو للإقناع مورينيو بالمواقة على العرض.

من جانبه اعترف مورينيو خلال زيارة لسباق جائزة المملكة العربية السعودية للفرصمولا الكبرى بأنه مستعد للعودة إلى العمل، لكنه حذراً من اتخاذ القرار الخاطئ.

يذكر أن مدرب روما السابق لديه اهتمام كبير من أندية الدوري الإنجليزي الممتاز أمثال نيوكاسل يونايتد وتشيلسي ومانشستر يونايتد، إلى جانب أندية الدوري السعودي للمحترفين الحريصة على الحصول على خدماته في الموسم المقبل

مدرب النمسا؛ مشاركة ألأبا في يورو 2024 معجزة

كشف رالف رانجنيك، مدرب منتخب النمسا، إن ديفيد ألأبا لاعب فريق ريال مدريد الإسباني، سيحتاج لمعجزة للمشاركة في بطولة أمم أوروبا "يورو 2024". وتعرض ألأبا لتمزق في الرباط الصليبي في منتصف شهر ديسمبر الماضي، أثناء مشاركته مع فريقه ريال مدريد بمواجهة فياريال في بطولة الدوري الإسباني.

وقال رانجنيك في تصريحات نقلتها صحيفة أس: «يجب أن نكون واقعيين، ستكون معجزة إذا نجح ألأبا في اللحاق بالبطولة». تابع: «إذا كان هناك شخص ما يمكنه التعافي من هذه الإصابة والعودة في الوقت المناسب فهو ديفيد». أضاف: «إنه يقوم بكل شيء من أجل العودة، هو يرغب حقاً في اللعب ببطولة أمم أوروبا». ويدشن منتخب النمسا مشواره في بطولة أمم أوروبا، بمواجهة المنتخب الفرنسي، في البطولة التي تستضيفها ألمانيا، يوم 17 يونيو المقبل. ويتواجد منتخب النمسا في المجموعة الرابعة إلى جانب هولندا وفرنسا، الفائز من الملحق. وتنتقل بطولة يورو 2024 في ألمانيا يوم 14 جوان المقبل إلى 14 جويلية.

عالمية.



بطولة أمم أوروبا 2024.
وسار غريزمان على نهج مبابي بتصريح حديث أكد فيه رغبته الكبيرة لمساعدة منتخب بلاده من أجل التألق في الأولمبياد وتحقيق الميدالية الذهبية، في وقت تسود حالة من الترقب وضعية أوليفييه جيرو لأن عقده مع ميلان ينتهي مع نهاية الموسم الحالي، وهذا ما يوجهه إلى التركيز على مستقبله وإيجاد فريق يرغب في ضمه أو التفاوض مع "الروسونيري" للبقاء.
ويخشى الجهاز الطبي للمنتخب الفرنسي من معاناة جيرو بدنيا وإمكانية تعرضه لإصابات عضلية عند خوضه منافستين قويتين في فترة زمنية قصيرة، إذ من المرتقب أن يكون ضمن قائمة المدير الفني، ديديه ديشان، المشاركة في يورو 2024.
ووقع اختيار تيري هنري على ثلاثي هجومي، لإدراكه أن تسجيل الكثير من الأهداف هو مفتاح التنويع، كما أن تدعيم فريقه بأسماء عالمية لامعة من شأنه أن يمنح بقية اللاعبين الشباب الثقة في أنفسهم ويرفع الطموح من تقديم مميز إلى التغلب على جميع المنافسين.
يذكر أن المنتخب الفرنسي سيكون على موعد مع امتحان صعب يعكس مستوى التكوين في البلاد، مع العلم أن فرنسا هي أحد أفضل الدول المكونة للاعبين، كما أنها تمتلك خزانا من المواهب التي برزت مع أندية عالمية.

برشلونة يتجاوز نابولي إلى ربع نهائي دوري الأبطال

حقق برشلونة الانتصار بنتيجة (3-1) على ضيفه نابولي، مساء الثلاثاء، في إياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، على ملعب "مونتجويك". وسجل أهداف الفريق الكتالوني: فيرمين لوبيز، جواو كانسيلو، روبرت ليفاندوفسكي، في الدقائق (15، 17، 83)، بينما أحرز أمير رحمان هدف نابولي الوحيد، في الدقيقة 30. وهاز البارسا (2-4) في مجموع المباراتين، حيث كان لقاء الذهاب في إيطاليا قد انتهى بالتعادل (1-1). وبدأت المباراة بضغف من أصحاب الأرض، حيث صوب لامين يامال، جناح برشلونة، كرة قوية من على حدود منطقة الجزاء، مرت أعلى مرمى نابولي، في الدقيقة 1. ونجح فيرمين لوبيز في تسجيل الهدف الأول للبلوغرانا، في الدقيقة 15، عندما تلقى تمريرة من رافينيا داخل منطقة العمليات، وسدد كرة أرضية أسفل يمين الحارس ميريت. وسريعا ما أضاف البرتغالي جواو كانسيلو الهدف الثاني لبرشلونة، في الدقيقة 17، بعدما انطلق رافينيا وراوغ دفاع نابولي، قبل أن يسدد كرة ارتطمت بالقائم، لترتد أمام كانسيلو الذي وضعها بسهولة في الشباك. وقلص أمير رحمان النتيجة لصالح الضيوف، في الدقيقة 30، حيث مرر له بوليتانو كرة عرضية، ليضعها الأول أسفل يمين الحارس تير شتيغن. وتأنق الحارس الألماني في التصدي لتسديدة من دي لورينزو بالرأس، ليحرمه من تسجيل هدف التعادل لنابولي، في الدقيقة 33. ومع بداية الشوط الثاني، أطلق كفاترأسخيليا تصويبة بجانب القائم الأيمن في الدقيقة 47. في المقابل، تصدى ميريت على مرتين لتسديدة من رافينيا، في الدقيقة 54. وسجل لامين يامال هدفا لبرشلونة، في الدقيقة 68، لكن حكم المباراة أفاء بداعي التسلل. وصوب غوندوغان كرة من خارج منطقة الجزاء، لكن الحارس تصدى لها في الدقيقة 73، قبل أن يتأنق مجددا أمام تسديدة من رافينيا، بالدقيقة 76. واقتنص ليفاندوفسكي الهدف الثالث لبرشلونة، في الدقيقة 83، بعد تبادل سيرجي روبرتو الكرة مع غوندوغان، قبل أن يمرر الإسباني لزميله البولندي، الذي وضع الكرة بسهولة في الشباك. وحرمت العارضة الأفقية أوليفيرا، لاعب نابولي، من تسجيل الهدف الثاني في الدقيقة 88، قبل أن يسدد كفاترأسخيليا كرة خطيرة بجوار القائم، لتنتهي المباراة بفوز البارسا (3-1) وصعوده إلى ربع النهائي.

برشلونة بطلا لحدث تاريخي في دوري أبطال أوروبا

شهد تشكيل برشلونة لمواجهة ضيفه نابولي، الثلاثاء، على ملعب لويس كومبانيس الأولمبي، في إياب دور ال16 لدوري أبطال أوروبا، سابقة تاريخية في البطولة. ودخل البارسا اللقاء بتشكيل مكون من: تير شتيغن - كانسيلو - كوبارسي - أراوخو - كوندري - كريستينسن - لوبيز - غوندوغان - يامال - رافينيا - ليفاندوفسكي. وبحسب شبكة "سكواكا" للأحصائيات، فقد أصبح برشلونة أول فريق في تاريخ دوري أبطال أوروبا، يبدأ بلاعبين يبلغ عمرهما 17 عاما أو أقل، في مباراة ضمن أدوار خروج المغلوب، وهما: باو كوبارسي (17 عاما)، ولامين يامال (16 عاما).

ميليتاوي قطع خطوة جديدة نحو العودة للمباريات



شهدت عودة ريال مدريد للتدريبات، بعد فوزه على سيلتا فيغو (4-0) وحصوله على راحة لمدة يوم، انضمام المدافع البرازيلي إدير ميليتاوي، الذي اكتسب الإيقاع مجددا من خلال المباريات المصغرة في المساحات الضيقة، بجانب إكماله خطة عمل خاصة، من أجل تقصير مدة عودته للمباريات. ويقوم ميليتاوي بعمل فردي، في ظل تواجده مع بقية المجموعة. وأصبح تطور إصابته الخطيرة في الركبة، التي تعرض لها يوم 12 أوت الماضي بالساق اليسرى، إيجابيا، كما أنه يواصل حاليا زيادة الأحمال. وبالتزامن مع اليوم الذي يتم الشهر السابع لغيابه عن الملاعب، كان المدافع البرازيلي أحد المشاركين في المباريات المصغرة المكثفة، في المران، بعد إتمام جزء من العمل البدني. ويخطط الجهاز الفني للفريق الملكي، بقيادة الإيطالي كارلو أنشيلوتي، لمواصلة زيادة القوة في تدريبات ميليتاوي. وبحلول منتصف شهر أفريل المقبل - إذا أصبح في ظروف مواتية للعب - سيبدأ البرازيلي في المشاركة مع الميرينغي. ومن جانبه، عمل الدولي الإنجليزي، جود بيلينغهام، بكل قوة رفقة زملائه، رغم أنه سيغيب للمباراة الثانية على التوالي في الليغا، أمام أوساسونا السبت المقبل، بسبب الإيقاف. وكان بيلينغهام قد نال بطاقة حمراء بعد انتهاء مواجهة فالنسيا (2-2)، بسبب اعتراضه على إطلاق حكم اللقاء صافرة النهاية، بالتزامن مع تسجيل الإنجليزي هدفا بدا قاتلا.

تشافي: اللاعبون اتخذوا خطوة للأمام بعد إعلان رحيلي

وجه تشافي هيرنانديز، المدير الفني لبرشلونة، الشكر لاعبيه عقب الانتصار بنتيجة (3-1) على نابولي، مساء الثلاثاء، ضمن منافسات إياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، في معقل البلوغرانا ملعب "مونتجويك". وقال تشافي، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "لقد لعبنا مباراة رائعة، وسيطرنا في لحظات عديدة.. فخور جدا باللاعبين، وقتل بالفعل إنهم اتخذوا خطوة للأمام، بعد إعلان رحيلي (عقب انتهاء الموسم الجاري)". وأضاف: "لقد تلقينا انتقادات غير عادلة، وأظهرنا أننا قادرون على المنافسة في أوروبا.. لعبنا بقوة هجومية مع الكرة ودونها، واستعدنا العديد من الكرات، وانتصرنا بثلاثية ضد منافس كبير". وعن المدافع الشاب، باو كوبارسي، قال: "لا يشعر بالتوتر، وشخصيته هادئة، ورؤيته للملعب رائعة". وواصل: "كنا نعلم أننا قادرون على المنافسة، وتعاملنا مع الموقف بعقلية إيجابية، ولدينا الإثارة والرغبة في العبور لنصف النهائي.. سعيد جدا من أجل الجماهير، واليوم كان الملعب ممتلئا، وكانت ليلة للاستمتاع". وسجل أهداف الفريق الكتالوني: فيرمين لوبيز، جواو كانسيلو، روبرت ليفاندوفسكي، في الدقائق (15، 17، 83)، بينما أحرز أمير رحمان هدف نابولي الوحيد، في الدقيقة 30. وهاز البارسا (2-4) في مجموع المباراتين، حيث كان لقاء الذهاب في إيطاليا قد انتهى بالتعادل (1-1).

فيرمين لوبيز: تشافي حرر لاعبي برشلونة

أبدى لاعب برشلونة، فيرمين لوبيز، سعادته بالمشاركة في الانتصار (3-1) على ضيفه نابولي، مساء الثلاثاء، في إياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، على ملعب "مونتجويك". وقال لوبيز، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "لقد مرت 4 سنوات، منذ آخر مرة وصلنا فيها لهذا الدور، وهي فرحة كبيرة لنا وللمدرب والجماهير". وأضاف: "لقد بدأنا المباراة بشكل جيد، وعلى المستوى الشخصي، سعيد بالهدف الذي سجلته.. لقد آمن بنا (المدرب) تشافي، ونشعر بالزيد من التحرر، لأنه يمنحنا الكثير من راحة البال". وواصل: "جميع المباريات مهمة، لكن هذه المواجهة مميزة، وسعيد بالعبور للدور التالي.. لا نفكر في القرعة حاليا، وسنرى ما سيحدث". وسجل أهداف الفريق الكتالوني: فيرمين لوبيز، جواو كانسيلو، روبرت ليفاندوفسكي، في الدقائق (15، 17، 83)، بينما أحرز أمير رحمان هدف نابولي الوحيد، في الدقيقة 30. وهاز البارسا (2-4) في مجموع المباراتين، حيث كان لقاء الذهاب في إيطاليا قد انتهى بالتعادل (1-1).

سيرجي روبرتو: كوبارسي يجب أن يبقى في برشلونة مدى الحياة



قال سيرجي روبرتو قائد برشلونة، المديح لزميله الشاب باو كوبارسي، عقب الانتصار بنتيجة (3-1) على نابولي، مساء الثلاثاء، ضمن منافسات إياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، في معقل البلوغرانا ملعب "مونتجويك". وقال سيرجي روبرتو، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "لبيلة مذهلة، حيث يقينا 4 سنوات دون أن نكون حيث نستحق، وتأهلنا بفضل تواجد جماهيرنا". وأضاف: "نحتاج إلى هذه الأجواء في كل مباراة، وبدأنا اللقاء بشكل جيد للغاية، ونتيجة اليوم جيدة جدا بالنسبة لنا". وتابع: "في لقاء الذهاب ضد نابولي قدمنا شوطا أول جيد للغاية، لكننا افتقرنا إلى القوة". وعن صناعته الهدف الثالث للبلوغرانا، أوضح: "لقد رأيته وحيدا في منطقة الجزاء، بعدما تلقيت الكرة من غوندوغان ومررت له". واستكمل: "كوبارسي لاعب لا يصدق، وكان أفضل لاعب في المباراة، ولم يتوقف أبدا عن مفاجئنا، حيث لعب بهذه الطريقة بثمن نهائي دوري الأبطال، فهو لاعب يستحق أن يبقى هنا مدى الحياة". وبهذا الانتصار حسم برشلونة تأهله للدور ربع النهائي، بنتيجة (2-4) بمجموع المباراتين، علما بأن لقاء الذهاب في إيطاليا قد انتهى بالتعادل الإيجابي بهدف لمثله.

نجم ليفركوزن يأمل في التتويج بالدوري الألماني

تحدث جرائيت تشاكا، لاعب وسط باير ليفركوزن، عن مدى اقتراب فريقه من التتويج بلقب الدوري الألماني، في ظل الابتعاد بالصدارة عن بايرن ميونخ، بفارق 10 نقاط بعد مرور 25 جولة. وقال تشاكا، بحسب ما نقلت صحيفة "كيكر" الألمانية: "لأن نحن في الجزء الأخير، كل مباراة ستمثل نهائي لنا، فإذا خسرت فستودع المسابقة وخاصة في الدوري الأوروبي وكأس ألمانيا، ولكن الوضع ذاته في البوندسليغا، نعرف أن كل مباراة حاسمة". وعانى تشاكا من خيبة أمل كبيرة الموسم الماضي عندما كان لاعبا في صفوف آرسنال، وحينها فرط رفقة المدفعية في فارق 8 نقاط في صدارة ترتيب البريميرليغ قبل 9 جولات من النهائية، ليخسر اللقب لصالح مانشستر سيتي. وعن ذلك علق السويسري: "ليس من السهل وصف ذلك الشعور بالكلمات، ليس من السهل أن تتواجد في المقدمة لفترة طويلة ولا تقفز باللقب في نهاية المطاف، أمل بشدة أن لا يحدث ذلك مرة أخرى". أما عن مراقبة ليفركوزن لنتائج بايرن ميونخ، أوضح: "لم ننظر إلى الآخرين حتى اليوم، فقط ننظر إلى أنفسنا وهذا ليس غرورا، نحن نستحق التواجد في تلك المكانة، طالما نقوم بعملنا فلن نهتم بنتائج الآخرين، وكلما قل عدد المباريات المتبقية، كلما كان أفضل". وأتم: "ما يزال أمامنا 9 مباريات، لم نغز بأي شيء بعد، علينا مواصلة العمل بجهد كما قمنا في السابق، نعرف بأن الأسابيع المقبلة هامة للغاية".



حالة مشابهة لأحمد رفعت . . حكم يتدخل لإنقاذ لاعب في الدوري الألماني

تقصد الحكم الدولي الألماني باتريك إيتريتش دور البطولة، يوم السبت الماضي، خلال مواجهة بايرن ميونخ وماينز، التي انتهت بفوز بايرن بنتيجة 8-1. وساهم إيتريتش في إنقاذ حياة اللاعب الفرنسي جوشوا غيلافوغي، الذي ينشط في صفوف نادي ماينز، والذي سقط على الأرض بطريقة مرعبة. تلقى اللاعب الفرنسي ضربة غير مقصودة بالركبة من أحد زملائه بالضرب، ليسقط أرضا وقد فقد الوعي للحظات. وعلى الفور، قام الحكم الدولي إيتريتش بإيقاف مجريات المباراة، وتدخل بخبراته في الإسعافات الأولية لفتح مجرى التنفس لدى اللاعب الفرنسي، الذي كاد أن يختنق بسبب إمكانية بلع لسانه خلال فقدانه للوعي، لولا تدخل حكم المباراة. وفي تصريحات لصحيفة "بيلد" الألمانية، قال إيتريتش: "إن وجدت شخصا ما يرقد في هذه الحالة، يجب أن تتصرف بسرعة. لقد عايشت بالفعل العديد من اللحظات المشابهة. اللسان كان في أسفل الحلق، وعندما يعود إلى وضعه الطبيعي، يمكن للشخص الساقط أن يتنفس مرة أخرى بشكل طبيعي وأن يستعيد وعيه". وجاء ذلك الموقف قبل ساعات قليلة من سقوط اللاعب أحمد رفعت خلال مباراة في الدوري المصري بين مودرن فيوتشر والاتحاد السكندري.

بعد بايرن وفرانكفورت . . ساربروكن يواصل جنونه ويطيح بغلادباخ

فجر ساربروكن، المنافس في دوري الدرجة الثالثة، مفاجأة جديدة من العيار الثقيل، عندما أطاح بضيفه بوروسيا مونشنغلادباخ من ريع نهائي كأس ألمانيا، بالفوز عليه (1/2) الثلاثة. وتقدم روبن هاك بهدف لغلادباخ، في الدقيقة الثامنة، لكن بعد 3 دقائق فقط، أدرك أمين نايفي التعادل لساربروكن. وبينما استعد الجميع لانتهاء المباراة بالتعادل، والذهاب لوقت إضافي على شوطين، خطف كاي برونر هدف الفوز القاتل لأصحاب الأرض، في الوقت بدل الضائع. وحقق ساربروكن مفاجأة جديدة في كأس ألمانيا، حيث كان قد أطاح بالعملاقين بايرن ميونخ وأينتراخت فرانكفورت، في الأدوار السابقة. وتأهل فريق الدرجة الثالثة لمواجهة كايزر سلاوترن، الناشط في دوري الدرجة الثانية، في مباراة الدور نصف النهائي، المقررة يوم 2 أبريل المقبل. وحامت الشكوك حول إقامة المباراة في موعدها، بسبب الطقس السيئ. لكن مسؤولي مجلس المدينة في ساربروكن، أكدوا أن حالة الملعب تحسنت كثيرا، وأن مواجهة ستقام في موعدها بعد هطول أمطار غزيرة، مساء الاثنين. وكان من المقرر أن تقام هذه المباراة، في السابع من شهر فيفري الماضي، لكنها أقيمت قبل دقائق من انطلاقها بسبب الأمطار الغزيرة، وعدم وجود نظام لصرف المياه من ملعب ساربروكن.

لوائح ألمانية خاصة لعرض يورو 2024 في الأماكن العامة

تخطط الحكومة الألمانية لتخفيف اللوائح الخاصة بالسماح بتجمع الجماهير في الأماكن العامة خلال أوقات متأخرة لمشاهدة مباريات بطولة كأس الأمم الأوروبية التي ستقام في جوان وجويلية المقبل. ونشرت مجلة "دير شبيجل" الألمانية مسودة بالتعديلات المقترحة من وزارة البيئة، ولكن تنفيذها سيكون مسؤولية السلطات المحلية في المدن المستضيفة للبطولة. وقالت وزيرة البيئة الألمانية شتيفي ليمكي "قررنا السماح للمدن باستمرار المشاهدة في الأماكن العامة حتى ساعات متأخرة من المساء". ومن المنتظر أن يعتمد مجلس الوزراء الألماني التعديلات النهائية على اللوائح في الأسبوع المقبل. وستتواجد شاشات عرض كبيرة في الأماكن العامة بالمدن العشرة المستضيفة للبطولة لعرض المباريات للجماهير التي لم تتمكن من شراء التذاكر. ومن المقرر أن تبدأ مباريات البطولة في الساعة التاسعة مساء بتوقيت ألمانيا مع احتمالية امتداد المباريات للأشواط الإضافية وركلات الترجيح. وذكرت الصحيفة الألمانية أن هناك مشاكل محتملة من ضجيج الجماهير في الأماكن العامة، وهو ما يستلزم إقرار لوائح خاصة.



سيغيب أمام بايرن . . إيقاف نجم دورتموند مباراتين

قرر الاتحاد الألماني لكرة القدم، توقيع عقوبة ضد أحد لاعبي فريق بوروسيا دورتموند. وأوقف الاتحاد الألماني لاعب خط وسط فريق بوروسيا دورتموند، مارسيل سابيتزر، لمبارتين بسبب حصوله على بطاقة حمراء، نتيجة خطأ ضد ميتشيل هايزر لاعب فيردر بريمن. وطالب دورتموند عبثا إيقاف سابيتزر لمباراة واحدة، حيث سيغيب حاليا عن مواجهة أينتراخت فرانكفورت المقرر إقامتها الأحد المقبل. كما سيغيب عن مباراة القمة ضد بايرن ميونخ المقرر إقامتها يوم 30 مارس الجاري، بعد فترة التوقف الدولي. وانضم سابيتزر إلى دورتموند قادما من بايرن في الصيف الماضي. ويتواجد دورتموند في المركز الرابع بفارق نقطة أمام لايبزيغ. ويتواجد شوتجارت في المركز الثالث بفارق ست نقاط أمام دورتموند ولايبزيغ.

دفن الأسطورة بريمه في ميونخ

أقيمت مراسم دفن أندرياس بريمه، الذي سجل هدف فوز منتخب ألمانيا الغربية لكرة القدم بتهاني كأس العالم 1990 في إيطاليا، الثلاثاء في ميونخ. وذكر نادية السابق بايرن ميونخ أن العديد من الزملاء السابقين لبريمه حضروا مراسم الدفن من بينهم لوتار ماتيسوس ويورغن كلينسمان. وألقى رودي فولر الذي توج مع بريمه بلقب مونديال 1990، خطابا رفقة ماتيسوس وكلينسمان. وسافر جوزيبي بيرجومي ونيكولا بيرتي وألدو سيرينا واليساندرو بيانكي الزملاء السابقين لبريمه في إنتر ميلان، من إيطاليا إلى ألمانيا لحضور مراسم الدفن. وفارق بريمه الحياة في 20 فيفري الماضي عن عمر يناهز 63 عاما إثر أزمة قلبية. وخاض بريمه 86 مباراة دولية مع منتخب ألمانيا، وأحرز هدف تتويج الفريق بكأس العالم للمرة الثالثة قبل 34 عاما من ركلة جزاء خلال فوز منتخب (الماكينات) 1 / 0 على الأرجنتين، بقيادة نجمها الأسطوري ديبغو مارادونا، في المباراة النهائية لمونديال 1990، التي أقيمت بالملعب الأولمبي في العاصمة الإيطالية روما. وشارك بريمه، المولود في مدينة هامبورج، في ثلاث نسخ لكأس العالم، علما بأنه خسر نهائي مونديال 1986 في المكسيك أمام منتخب الأرجنتين. وقضى بريمه أفضل فتراته مع الساحرة المستديرة كلاعب مع فريق إنتر ميلان، الذي توج معه بالدوري الإيطالي عام 1989 وكأس الاتحاد الأوروبي عام 1991، كما فاز بلقب الدوري الألماني مع نادي بايرن ميونخ وكايزر سلاوترن، علما بأنه لعب أيضا لفريق ريال سرقسطة الإسباني موسم 1992 / 1993. وعقب انتهاء مسيرته كلاعب، توجه بريمه للمجال التدريبي، لكنه لم يحقق نفس النجاح، حيث تولى قيادة عدد من الفرق الألمانية مثل كايزر سلاوترن وأونترهاشينغ. وتأتي وفاة بريمه بعد أسابيع قليلة من وفاة أيقونة كرة القدم الألمانية فرانز بيكنباور، الذي درب منتخب ألمانيا في نهائيات كأس العالم 1986 و1990 بعد فوزه كلاعب مع الفريق بمونديال 1974.

أستون فيلا يصارع أياكس أوروبا لتعويض الإخفاق المحلي

تنطلق مباريات إياب دور الـ16 من دوري المؤتمر الأوروبي، اليوم حيث ستقام 8 مواجهات من أجل التعرف على 8 فرق ستأهل للمرحلة المقبلة من المسابقة التي تقترب من ختام موسمها الثالث. وستكون المواجهة الأبرز في إياب دور الستة عشر، بين أستون فيلا الإنجليزي وضيغه أياكس أمستردام الهولندي، وذلك بعد نهاية مباراة الذهاب بالتعادل السلبي في هولندا. لكن مواجهة الإياب ستكون قابلة لكل الاحتمالات، ويدخل الفريقان المباراة وسط أجواء من التعثر على المستوى المحلي، حيث خسر أستون فيلا برعاية نظيفة في الجولة الماضية أمام توتنهام في البريميرليج، فيما خرج أياكس بتعادل مخيب مع ضيفه فورتونا سيتارد 2/2 في الدوري الهولندي.

ويحتل أستون فيلا المركز الرابع في ترتيب الدوري الإنجليزي برصيد 55 نقطة، لكنه يلقي منافسة شرسة على مركز التأهل المباشر لدوري الأبطال الموسم المقبل من توتنهام الذي يتتبع خلفه بنقطتين في المركز الخامس، ومانشستر يونايتد صاحب المركز السادس برصيد 47 نقطة والذي تغلب عليه مرتين في الدوري هذا الموسم. ويسعى رجال المدرب الإسباني أوناي إيمري إلى إحداث الفارق في تلك المباراة والعبور لدور الثمانية، وهو نفس هدف أياكس، صاحب المركز الخامس برصيد 40 نقطة، والذي لا يكون حاضرا في البطولات الأوروبية الموسم المقبل بسبب تواجده في ذلك المركز بالدوري الهولندي.

وفي مباراة أخرى بنفس الدور، يستعد فناريخشة التركي لمواجهة يونيون سانت جيلواز البلجيكي. وفاز فناريخشة ذهابا على أرض الفريق البلجيكي بثلاثية نظيفة، الأمر الذي يجعله قريبا من بلوغ الدور المقبل بكل سهولة، خاصة أنه يمر بمرحلة جيدة على المستوى المحلي، مع احتلاله المركز الثاني في ترتيب الدوري برصيد 76 نقطة بفارق نقطتين عن جالطة سراي المتصدر. على الجانب الآخر، سيدخل الفريق البلجيكي، متصدر الدوري في بلاده، المباراة بهدف تقديم أداء مغاير لما كان عليه في مباراة الذهاب. من جانبه يسعى ليل الفرنسي لتأمين عبوره لدور الثمانية حينما يستضيف شتورم جراتس النمساوي، حيث فاز الفريق الفرنسي ذهابا 3/صفر، بينما سيحاول باووك اليوناني تدارك خسارته صفر/2 ذهابا على أرض دينامو زغرب الكرواتي، حينما يستضيف الأخير في مباراة الإياب. وفي مباراة أخرى، يواجه فيورنتينا الإيطالي ضيفه مكابي حيفا الصهيوني، حيث انتهت مباراة الذهاب بفوز فيورنتينا 4/3، فيما يواجه مكابي تل أبيب الصهيوني ضيفه أولمبياكوس اليوناني بعد نهاية مباراة الذهاب بفوز مكابي 4/1. وتبقى كل الأمور واردة في مواجهة فيكتوريا بلزن التشيكي وضيغه سيرفيت جنيف السويسري، حيث يلتقيان إيابا بعد التعادل السلبي في سويسرا، بينما يتسلح مولده النرويجي بفوزه ذهابا 2/1، حينما يحل ضيفا على كلوب بروج البلجيكي.

تروسارد ينضم لقائمة مميزة في آرسنال

انضم البلجيكي لياندر تروسارد، نجم آرسنال، لقائمة مميزة بتسجيله هدفا في شباك بورتو. وأنهى آرسنال الشوط الأول متقدما على بورتو، بهدف دون رد، الثلاثاء، على ملعب الإمارات، في إياب دور الـ16 لدوري أبطال أوروبا. وجاء هدف آرسنال، في الدقيقة 41، عن طريق تروسارد، وبصناعة النرويجي مارتن أوديفارد. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فقد أصبح تروسارد ثالث لاعب من آرسنال، يسجل في أول ثلاث مباريات له على أرضه في دوري أبطال أوروبا. وسبق تروسارد نحو هذا الرقم كلا من، أليكسيس سانشير وبوكايو ساكا. أما شبكة "سكواكا" للإحصائيات، فقد أشارت إلى أن أوديفارد، وصل إلى التمريرة الحاسمة رقم 7 له هذا الموسم، وهو نفس عدد التمريرات التي قدمها طوال الموسم الماضي، جدير بالذكر، أن آرسنال خسر ذهابا بهدف دون رد.

مانشستر سيتي يحدد مطالبه للتخلي عن دي بروين

كشفت تقارير صحفية إنجليزية أن مانشستر سيتي أبلغ نادي الاتحاد السعودي بأنه مستعد لبيع نجمه البلجيكي كيفن دي بروين خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة، إذا ما تلقى عرضا بقيمة ما بين 100 إلى 120 مليون يورو. ووفقا لما أورده موقع "caughtoffside" الإنجليزي، فإن نادي مانشستر سيتي يستعد لاستقبال عرض ضخم من السعودية، من أجل التعاقد مع النجم البلجيكي كيفن دي بروين خلال الميركاتو المقبل. وكان النجم الدولي البلجيكي قد رفض كل العروض السعودية التي قدمت إليه الصيف الماضي، لكن قد يحدث تغيير في موقفه بعد أشهر قليلة.

وكانت مصادر متنوعة قد ذكرت خلال الشهور الماضية أن إدارة النصر لم تنجح في إقناع دي بروين بخطوة اللعب في دوري روشن السعودي، والتي استقطبت مؤخرا عددا كبيرا من نجوم كرة القدم.

انضم دي بروين (32 عاما) إلى مانشستر سيتي في موسم 2015-16 قادما من نادي فولفسبورغ الألماني، في صفقة بلغت قيمتها 76 مليون يورو.

ويمتد عقد اللاعب الحالي حتى جوان 2025، وقد خاض مع الفريق السماوي 370 مباراة بجميع المسابقات، وتمكن من تسجيل 98 هدفا وقدم 166 تمريرة حاسمة، استنادا إلى بيانات موقع "ترانسفير ماركيت". وخلال مسيرته مع العملاق الإنجليزي، توج كيفن دي بروين دي بالعدد من الألقاب، أبرزها الدوري الإنجليزي 5 مرات، ودوري أبطال أوروبا مرة واحدة.

آرسنال ينهي لعنة سباعية أوروبية

أنهى آرسنال عقدة في دوري أبطال أوروبا بعد بلوغه الدور ربع النهائي من البطولة القارية على حساب بورتو. ووصل آرسنال إلى هذا الدور بعد تجاوز بورتو بركلات الترجيح 4-2 على ملعب الإمارات مساء الثلاثاء، في إياب ثمن النهائي. وكان لقاء الذهاب في البرتغال انتهى بفوز بورتو بهدف نظيف، ما استدعى الاحتكام إلى شوتين إضافيين ومن ثم ركلات الترجيح، بعد انتهاء الزمن الأصلي لمباراة الإياب، بتقدم آرسنال بهدف من إضاء لياندر تروسارد. ووفقا لما ذكرته شبكة إحصائيات "أوبتا"، نجح آرسنال في التأهل إلى ربع نهائي مسابقة دوري أبطال أوروبا، للمرة الأولى منذ موسم 2009-2010، منهي سلسلة من 7 مشاركات لم يتخط فيها ثمن النهائي. وأضافت الشبكة أن مواجهة آرسنال وبورتو هي الأولى التي تحتكم لركلات الترجيح في دوري أبطال أوروبا، منذ المباراة النهائية لعام 2016، بين ريال مدريد وأتلتيكو مدريد، التي تفوق فيها الملكي.



رايا: عشت لحظات مجنونة.. ولهذا تلعب كرة القدم

طلعت الفرحة على مشاعر حارس آرسنال دافيد رايا، بعد قيادته الفريق للتأهل إلى ربع نهائي مسابقة دوري أبطال أوروبا، بتصديه لركلتي ترجيح في إياب ثمن النهائي أمام بورتو، مساء الثلاثاء. وأنهى آرسنال الزمن الأصلي لمباراة الإياب بتقدمه 1-0، ليحتكم الفريقان إلى شوتين إضافيين ثم ركلات الترجيح التي تفوق فيها الفريق اللندني 4-2. وارتدت ركلة ويندل لاعب بورتو من القائم ثم جسد رايا، قبل أن يتصدى الحارس الإسباني لركلة جالينو.

وقال رايا في تصريحات لشبكة "تي إن تي سبورتس": "من الواضح أنه شعور رائع بالنسبة لي شخصيا، لأول مرة ألعب في دوري أبطال أوروبا، كما وصل النادي إلى الدور ربع النهائي لأول مرة منذ سنوات عديدة". وأضاف: "لقد لعبنا مباراة جيدة حقا منذ البداية، سيطرنا وخلقنا الفرص، ثم لجأنا إلى ركلات الترجيح". وأوضح: "عملنا كثيرا على ركلات الترجيح هذا العام، وآتي كل هذا العمل الشاق مع مدرب حراس المرمى والفريق ثماره". وتابع: "إنها لحظة رائعة على المستويين الشخصي والجماعي، أنا في غاية السعادة للتصدي لركلتي جزء في دوري أبطال أوروبا والوصول إلى الدور ربع النهائي". وأكمل "جعل بورتو الأمر صعبا للغاية، طبقوا طريقة لعبهم لكننا سجلنا الهدف الذي أردناه.. لجأنا إلى ركلات الترجيح وكانت لحظة مجنونة". وتابع: "بصرف النظر عن الناحية البدنية عن اللاعبين، فإن الأمر صعب من الناحية الذهنية، وبشكل خاص بالنسبة لي، أركز في كل ثانية، لا يمكنك التوقف عن التركيز". وختم: "هذا يعني كل شيء، تلعب كرة القدم من أجل هذا النوع من الأمور، وأنا محظوظ لأنني ألعب مع آرسنال وأن أكون في دوري أبطال أوروبا وأن أتأهل إلى الدور ربع النهائي، سستمتع بالليلة".

يوفيتش يو اصل الإحباط في ميلان

واصل لوكا يوفيتش مسيرته الغربية حيث كان مفيدا من مقاعد البدلاء، وبدأ أنه غير فعال في المناسبات النادرة التي بدأ فيها مباراة مع ميلان.

كما أشارت صحيفة "لا غازيتا ديلو سبورت"، هناك جانبان للعبة يوفيتش وهذا شيء يحتاج إلى معالجته إذا أراد أن يكون له مستقبل طويل المدى في النادي.

بدأ يوفيتش المباراة الأخيرة على أرضه أمام إمبولي وكانت فرصة ذهبية له لإظهار ما يمكنه فعله، لكنه لم يسدد أي كرة على المرمى خلال الـ 73 دقيقة التي لعبها، قبل أن يتم استبداله بأوليفييه جيرو.

شارك يوفيتش أساسيا في ست مباريات مع ميلان في الدوري الإيطالي هذا الموسم، وسجل هدفا وتمريرة حاسمة ضد فروزينوني.

وفي الخمسة الآخرين، لم يكن له أي تأثير، وهو ما يشكل مصدر قلق بالغ، وأقيمت المباريات أمام فروزينوني المذكور، ثم جنوة وأودينيزي وفيرونتينا ومونزا وإمبولي.

ومن على مقاعد البدلاء، قام بالضبط بما تعاقد معه ميلان للقيام به. لديه أربعة أهداف من مقاعد البدلاء، هدف كل 18 دقيقة.

وفي حين أن هذا أمر يستحق الثناء، إلا أنه قد لا يكون كافيا لتأمين صفقة جديدة مع ميلان للموسم المقبل أو ما بعده.

سومر: إنزاغي يهتم بكل التفاصيل الصغيرة مع الإنتر

أوضح السويسري يان سومر حارس مرمى إنتر ميلان، أهمية عمل المدرب سيموني إنزاغي مع الفريق خلال الموسم الجاري. قال يان سومر في حديثه إلى المذيع التلفزيوني تومي شميت في برنامج كوبا تي اس: «كحارس مرمى، من المهم اللعب بشكل جيد خلف الخط الدفاعي، وإذا تمكن لاعب ما من تمرير الكرة لي، أحاول القيام بعمله، نحن نعمل بشكل جيد للغاية كفريق. وهذه هي النتيجة». تابع: «لكن في بعض الأحيان أشعر بالصدمة عندما أنظر إلى الأرقام. وهذا بفضل المدرب إنزاغي إنه يهتم جدًا بالتفاصيل، وفي كل جلسة تدريبية يهدف دائما إلى تحقيق أقصى استفادة منها». أضاف: «لوسيان فاخر مدرب مختلف تماما، لكن في عامي الأول في نادي بوروسيا مونشنغلادباخ، دافعنا بشكل جيد للغاية حتى عندما احتلنا المركز الثالث واستقبلنا عددا قليلا جدا من الأهداف، وسجلنا ما يكفي من الأهداف في الهجوم، لكننا كنا فعالين للغاية، وكانت التفاصيل والعمليات صحيحة». أضاف: «لقد استمتعت حقا بالعب مع بوروسيا مونشنغلادباخ، لقد قضيت وقتا رائعا وكان لدينا فريق مميز، في مرحلة معينة، جاءت اللحظة التي شعرت فيها أنني بحاجة إلى تحدي جديد، وعندما ظهر بايرن ميونيخ، كنت أعلم أنه يجب علي أن أقول نعم على الفور». أكد: «لقد ماركوس تورام كان جيدا في مونشنغلادباخ، خاصة في البداية، ثم كان يقتصر إلى القليل من الاتساق، أعتقد أنه أصبح أكثر نضجا، وعمل كثيرا على نفسه ويعرف ما هو المهم في المباريات لتقديم أداء جيدا، وجوده في الفريق يعد ميزة كبيرة». أتم: «حتى الآن لم تتج لي الفرصة للانغماس حقا في هذه الحياة في ميلانو، لكن الطعام هنا رائع، الإيطاليون يطبخون بشكل لا يصدق، الطعام مهم للغاية، وهم يحتفلون به»

مداهمات وتحقيقات تطل ميلان بتهمة الفساد

أصدر نادي ميلان بيانا أكد فيه على التعاون بشكل كامل مع السلطات بعد مداهمة مكاتبهم، والتحقيق مع إيفانو غازيديس وجورجيو فورلاني. تمت مداهمة مكاتب ميلانو من قبل الشرطة المالية الإيطالية، التي أخذت الملفات وأجهزة الكمبيوتر لفحصها. يزعم الادعاء أن شركة إبيوت لا تزال تسيطر وتمتلك نادي ميلان، وبالتالي فإن البيع في صيف عام 2022 إلى شركة ريد بيرد التابعة لجيري كاردينالي لم يكن على المستوى تماما، ويأتي هذا بعد الإجراء القانوني الذي اتخذته بعض مساهمي الأقلية السابقين في عملية البيع. تمتلك إدارة إبيوت أيضا نادي ليل الفرنسي، ولهذا السبب سيكون من المخالف للقواعد الخاصة بهم الاحتفاظ بالسيطرة على ميلان. بعد أن أبلغوا الاتحاد الإيطالي لكرة القدم والاتحاد الأوروبي لكرة القدم أنهم لم يعودوا مسؤولين عن الروسوتيري. وأصدر نادي ميلان بيانا أكد فيه أن النادي يتعاون مع السلطات وأنه ليس قيد التحقيق. لكن أفادت قناة سكاى أن الرئيس التنفيذي السابق غازيديس، الذي تولى هذا المنصب من 2018 إلى 2022، والرئيس التنفيذي الحالي فورلاني يخضعان للتحقيق بتهمة إخفاء معلومات عن الاتحاد الإيطالي لكرة القدم. يذكر أن ممثلو ميلان كانوا في مفاوضات مع صندوق الاستثمار في المملكة العربية السعودية للمطور على مستثمرين جدد تولت شركة إبيوت إدارة ميلان في عام 2018 بعد فشل المالك السابق لي يونغونغ في مواصلة سداد القروض للصندوق الاستثماري. لكن لم يتمكن لي يونغونغ من شراء ميلان من سيلفيو برلسكوني إلا بفضل هذا الإعارة قبل ما يزيد قليلا عن عام.

دي لورينتيس ينتقد وكيل كفيتشا . . ويحسم مستقبله مع نابولي

انتقد رئيس نابولي، أورييليو دي لورينتيس، وكيل أعمال كفيتشا كفارا تسخيليا، بعد تلميحه بإمكانية الرحيل عن الفريق الإيطالي، في حال وصول عرض مالي مناسب. وقال دي لورينتيس لشبكة سبورت ميدياست: «كنت أعرف كالزونا منذ سنوات عديدة، إنه شخص موثوق به للغاية ولهذا السبب نظرت إليه خلال هذا العام المعقد إلى حد ما». تابع: «عندما تفوز بلقب، يكون من الصعب دائما تكراره في الموسم التالي، هذه مباراة مهمة للغاية، لأنها تمنحنا الفرصة لبلوغ الدور ربع النهائي وربما كأس العالم للأندية». أضاف: «إنه أمر مهم بالفعل بالنسبة لفريق حصل على مكان في كرة القدم الأوروبية لم يكن لديه من قبل، سنبدل قصارى جهدا ونأمل أن نستمر، لكن الحياة تستمر بغض النظر وسنحاول أن نفعل ما هو أفضل، دعونا لا ننسى أن هذه رياضة، لذا هدفنا هو إشارة شغف المشجعين». قال دي لورينتيس: «العرض الذي لا يمكن رفضه بالنسبة لكفارا تسخيليا يجب أن يأتي إلي وليس إليه، كفارا لديه سنوات عديدة أخرى معنا وأريد تمديد عقده، لقد كان رجلا نبيلًا، وستحدث عن ذلك في نهاية الموسم». واصل: «إذا كان يجب أن يثبت على فكرة ما، فسيكون ذلك سيئا بالنسبة له ولنا. كنا نعلم أنه لاعب عظيم، ولكن بفضل نابولي تمكن من التعبير عن أفضل جانب من نفسه ومن الصواب أن نحصل على مكافأة للحصول على هذه القيمة منه».

أكد: «أنا لا أنظر أبدا إلى الماضي، أنا فقط أستمتع بالحظة التي يمكنني فيها التطلع إلى المستقبل وتحقيق الأهداف التي حددناها، الماضي هو الماضي». أتم: «إذا كنت أشعر بالندم، فربما كان ينبغي علي عدم السماح لسبالييتي بالرحيل، ومع ذلك، في الحياة عندما تعمل، عليك أن تتفق مع الجميع، وإلا يصبح المناخ صعبا».

إنتر ميلان يدخل في محادثات لتمديد عقد لاوتارو مارتينيز

دخل نادي إنتر ميلان الإيطالي، في محادثات لتمديد عقد الدولي الأرجنتيني لاوتارو مارتينيز، مهاجم النيراتزوري. ومن المقرر أن ينتهي عقد اللاعب صاحب الـ 26 عاما مع الأفاعي في يونيو عام 2026.

وأوضحت صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية أنه من المتوقع أن يكون اليخاندرو كامانو، وكيل أعمال لاوتارو مارتينيز، حاضرا في مدريد، لإجراء محادثات مع إنتر ميلان، بوقت لاحق من هذا الأسبوع. وواصلت الصحيفة الإيطالية أن النيراتزوري والمهاجم الأرجنتيني يرغبان في تمديد التعاقد. وتابعت لاجازيتا ديلو سبورت أن النيراتزوري لم يتوصل لاتفاق مع اللاعب الأرجنتيني بشأن مدة التعاقد والراتب، حتى الآن. وأكملت الصحيفة الإيطالية أن إنتر ميلان مستعد لتمديد عقد لاوتارو مقابل 8 مليون يورو، كراتب سنوي، بالإضافة إلى المكافآت. وشدت لاجازيتا على أن اللاعب الأرجنتيني يريد الحصول على حوالي 10 مليون يورو. وأنهت الصحيفة الإيطالية أن المكافآت المدرجة في التعاقد الجديد ستكون جزءا مهما من المفاوضات بين الطرفين. ويستعد النيراتزوري لملاقاة مضييه أتلتيكو مدريد، مساء غد الأربعاء، في إياب دور الـ 16 من دوري أبطال أوروبا.

3 خيارات لتعويض ساري في تدريب لاتسيو

بدأ نادي لاتسيو الإيطالي، رحلة البحث عن التعاقد مع مدرب جديد بعد أن قرر ماوريسيو ساري تقديم استقالته، ووضع ثلاثة خيارات لتعويضه في ملعب الأومبيكو. تقدم ساري استقالته من تدريب الفريق بعد الهزيمة التي تلقاها من أودينيزي أسس الاثنين 1-2 أمام أودينيزي المرشح للهبوط في الملعب الأومبي. وبحسب الصحفي جيانلوكا دي مارزيو، بدأ لاتسيو بالنظر في الخيارات الممكنة ليحل محل ساري في منصب المدير الفني، ووضع قائمة من ثلاثة مرشحين توماسو روكي وميروسلاف كلوزه وكريستيان بروتششي. قبل البيانكوسيلستي استقالة ساري وتم إبلاغهم بأن كلوزه سيكون على استعداد لتوقيع عقد مدته ستة أشهر. لا تزال المحادثات جارية مع المرشحين الآخرين، حيث يتطلع الرئيس كلاوديو لوتيتو إلى التعاقد مع المدرب الجديد في أسرع وقت. يذكر أن ساري حقق نجاح خلال أول عامين له في لاتسيو، بدأ مستوى الفريق في الانهيار على مدار هذا الموسم، مما زاد الضغط على المدرب ولاعبيه. كما ودع الفريق بطولة دوري أبطال أوروبا أمام بايرن ميونيخ الألماني، إلى جانب النتائج السيئة في الدوري الإيطالي.

محمد صلاح يكشف سراً عن إدمانه للشطرنج وكيف طور نفسه ذهنياً

أكد النجم المصري محمد صلاح جناح ليفربول عن امتلاكه «الريدز» هذا الموسم فرصة الفوز في كل البطولات، كاشفاً سر وبعه رياضة الشطرنج، وعدد الساعات التي يقضيها وهو يلعبها. وقال محمد صلاح قبل لقاء ليفربول ومانشستر سيتي الأحد: لدى ليفربول تشكيل قادر على الفوز بكافة الألقاب، الفريق مختلف هذا الموسم، ولدينا فرصة جيدة للفوز بكل البطولات. ويلتقي ليفربول مع مانشستر سيتي في قمة حاسمة، حيث يتنافس الفريقان مع أرسنال على لقب الدوري. وفشل ليفربول في المنافسة بشكل ذريع في الموسم الماضي، لكن يبدو مختلفاً في الموسم الحالي الذي سيكون الأخير للمدرب الألماني يورغن كلوب. وتابع صلاح: نمتلك هذا الموسم تشكيلاً مختلفاً، اللاعبين في عطش للنجاح، ولدينا فرصة جيدة للفوز بكل شيء... نحتاج فقط للمحاولة، لأنه ليس لدينا شيئاً لنخسره. وتحدث صلاح عن مدربه الألماني، وقال: يورغن كلوب يمنح اللاعبين الحرية في المباراة، ليكونوا قادرين على التعبير عن أنفسهم، لهذا يمكن لأي لاعب القيام بما يريد.

وبسؤاله عن زميله داروين نونيز، أكد صلاح أن جودة المهاجم الأوروغوياني لم يسبق للريدز امتلاكها من قبل، مشيراً إلى تفضيل الأخير الركض في المساحات على تسلم الكرة بين قدميه. وقال صلاح: داروين نونيز سريع جداً، وينظر إلى دائماً، لأنه يدرك سهولة إرسال الكرة إليه في المساحة، بينما يتكفل هو بإنهاء الهجمة. وعن سر رياضة الشطرنج في حياته، قال صلاح: الطريقة التي أدمن بها اللعبة جنونية، فأنا أعب كل يوم ما لا يقل عن ثماني ساعات يومياً، وفي بعض الأيام أعب ساعات أكثر. رأى أن لعب الشطرنج يطور تفكيره استراتيجياً، كما كشف عن تطوير نفسه ذهنياً. وقال: أعمل على الجوانب الذهنية لمدة 15 دقيقة يومياً، حيث أجلس مع نفسي قبل النوم أو فور الاستيقاظ، وهو أمر أكثر صعوبة من قيامك بالتدريبات في صالة الجيم.

رونالدو يهنئ المسلمين بمناسبة حلول شهر رمضان

هنأ النجم الدولي البرتغالي كريستيانو رونالدو، مهاجم نادي النصر السعودي لكرة القدم، متابعيه المسلمين عبر العالم بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك. ونشر الحساب الرسمي لنادي النصر على منصة "إكس" مقطع فيديو إعلاني يظهر فيه رونالدو وهو يشرب الحليب، ويقول باللغة العربية: "رمضان كريم". وأبدى الكثير من رواد مواقع التواصل الاجتماعي في تعليقاتهم، إعجابهم وتقديرهم لرونالدو لاحترامه للإسلام والمسلمين، فيما مازحه البعض الآخر مطالبيته بالصيام هذا العام.

المصري محمد النني يفتتح "غرفة صلاة" للاعبين في ملعب أرسنال

أعلن لاعب نادي أرسنال الإنجليزي، محمد النني، افتتاحه غرفة صلاة للاعبين داخل استاد الإمارات، معقل فريق "الغانرز"، بالتزامن مع أول أيام شهر رمضان. ونشر متوسط الميدان المصري، عبر حسابه على منصة "إكس" (تويتر سابقاً)، لقطات مصورة من افتتاحه غرفة صلاة للاعبين فرصة تأدية الصلاة فيها، وعلق قائلاً: "أنا فخور جداً بافتتاح غرفة صلاة للاعبين في استاد الإمارات". وأضاف أن "الحصول على هذه المساحة للتأمل والصلاة سيغير حياة لاعبي أرسنال في المستقبل". وتابع: "أنا ممتن حقاً للموظفين ولكل من شارك في تحقيق ذلك". وسبق للنني وأن هذا الأمانة الإسلامية بحلول شهر رمضان، إذ كان كتب: "مبارك عليكم أغلى الشهور مع دوام الصحة والعافية وربنا يتقبل منا ومنكم إن شاء الله". ويلعب محمد النني (31 عاماً) في صفوف فريق "الغانرز" منذ عام 2016، وشارك في 6 مباريات مع النادي بمختلف مسابقات الموسم الجاري 2023/2024.

غيتان لاعبا لمنتخب الجزائر.. قصة نجم موهوب تحدى كابوس الإصابات

أعلن الاتحاد الجزائري لكرة القدم، الجمعة الماضي، قبول الاتحاد الدولي للعبة "فيفا" تغيير الجنسية الرياضية للاعب رفيق غيتان المحترف في نادي إستوريل برايا البرتغالي، ليكون بذلك قادراً على تمثيل "الخضر" بداية من الاستحقاقات القادمة، وهو الذي ينحدر من أب جزائري، كما كان قادراً على تمثيل المغرب بسبب والدته، في حين أنه يعتبر فرنسي المولد. وصار الجناح الأيمن رفيق غيتان أول محترف جديد ينضم إلى المنتخب الجزائري في عهد المدرب الكرواتي البوسني فلاديمير بيتكوفيتش، الذي جرى قبل أيام قليلة تعيينه مدرباً لـ "الخضر" خلفاً للجزائري جمال بلماضي، ومنه يمكن لبيتكوفيتش الاعتماد على اللاعب بداية من معسكر مارس الجاري، وتنتحله مباراتان وديتان ضد جنوب أفريقيا وبوليفيا. على غرار أغلب اللاعبين أصحاب الجنسية المزدوجة الذين يمثلون المنتخب الجزائري حالياً، ولد رفيق غيتان عام 1999 في مقاطعة إيفرو الفرنسية، من أب جزائري وأم مغربية. وهناك بدأ مسيرته الكروية عام 2013 مع نادي إيفرو جيفوند، قبل أن ينتقل في العام نفسه إلى مدرسة لوهافر، وهو أحد أشهر الأندية المعروفة بتكوين اللاعبين في البلاد، حيث تخرجت منه أسماء معروفة في مقدمتها مواطنه رياض محرز ونجم منتخب "الديوك" بول بوغبا. وبعد أن تدرج في الفئات السنية وصولاً إلى الفريق الأول في نادي لوهافر، قرر رفيق غيتان تغيير الوجهة، وهذه المرة الانتقال إلى نادي رين الفرنسي عام 2018، لكنه تعرض للكثير من الإصابات المتتالية والخطيرة ما أوقف تطوره وتقدمه في مسيرته الكروية، ودفعه أيضاً لمغادرة فرنسا والتوجه إلى مارييمو البرتغالي عام 2021 على سبيل الإعارة، ثم العودة إلى "الليغ 1" مجدداً بقميص ريمس، قبل الرجوع إلى البرتغال صيف العام الماضي للعب هذه المرة بقميص إستوريل برايا. وأمسى المستوى الكبير الذي يقدمه غيتان في الدوري البرتغالي لكرة القدم حديث المتابعين وال جماهير الجزائرية، عطفاً على موهبته الكبيرة ومراوغاته التي جعلت أندية أخرى تطلب خدماته، حيث جرى تداول أنباء في الإعلام البرتغالي خلال الأيام القليلة الماضية، مفادها اتفاقه مع العملاق بنفيكا للانتقال إليه الصيف المقبل، مع الإشارة إلى أنه لعب هذا الموسم 24 مباراة سجل فيها 5 أهداف مع 3 تمريرات حاسمة. كان يمكن لمسيرة رفيق غيتان (24 عاماً) أن تكون أفضل من التي يعيشها حالياً، فهذا اللاعب الشاب عاش كابوساً بسبب تعرضه مرتين لقطع في أربطة الركبة في ظرف السنوات الثلاث الأولى مع نادي لوهافر موسم 2016/2017، ليغيب 181 يوماً عن الملاعب، ثم تعرض لإصابة أخرى من نفس النوع موسم 2018/2019 مع نادي رين وغاب بسببها عن الملاعب 260 يوماً. وكانت للاعب رفيق غيتان مسيرة أيضاً مع الفئات السنية للمنتخب الفرنسي، حيث لعب لمنتخب أقل من 17 عاماً 12 لقاء وسجل هدفاً واحداً، ثم مع منتخب أقل من 18 عاماً ولعب 6 مباراة، وسجل نفس العدد من الأهداف في 12 لقاء، قبل أن يسجل 4 أهداف مع منتخب أقل من 19 عاماً، وأخيراً هدفاً واحداً مع منتخب أقل من 20 عاماً في 3 مباريات كانت عام 2018، وهو آخر ظهور له مع منتخب "الديوك"، قبل أن يصبح لاعباً دولياً جزائرياً.



لكل من تخطى الـ 50 سنة...

نصائح رياضية تهتمك

الشيخوخة لديهم، وفي هذا المقال سنتحدث أكثر هذه العادات الرياضية شيوعا. وعموما من بين العادات الرياضية غير الصحية قيام الفرد بممارسة تمارين الجهد القلبية فقط؛ حيث إن كانت تمارين الفرد تعتمد بشكل أساسي على تمارين الجهد بدون استعمال الأحمال أو مشاركتها مع تمارين القوة، فإنه لن يحصل على جسم مشدود. قيام الفرد بالانطلاق من سرعة الصفر إلى أقصى سرعة ممكنة؛ حيث إن كان الفرد من الأفراد الذين يصلون متأخرا إلى حصة الرياضة الجماعية التي يتابعها، ثم يندمج مع فريقه وهم في أوج نشاطهم، أو إن كان لا يعطي نفسه وقتا كافيا للإحماء قبل الجري أو رفع الأثقال مثلا، فهذا سيؤدي إلى فوضى عارمة في منظومته المناعية، من المهم أن يبدأ الفرد بممارسة تمارينه المرتفعة الشدة بصورة متدرجة، بحيث يقضي ما بين 5 إلى 10 دقائق في رفع الأحمال الخفيفة، أو في تمارين الجهد المتوسطة، قبل أن يزيد من حدة تمارينه. من المهم أن يتجن الفرد أن يأخذ استراحة أثناء التمرين؛ حيث إن كان يداوم على التمارين الرياضية ويشعر بالتعب أو بأوجاع مستمرة (آلام العضلات)، فمن الممكن أن يكون هذا ناتجا عن عدم منح جسم الفرد بعض الراحة بين جولات التمارين؛ مما قد يؤدي إلى تسريع شيخوخة الفرد. تركيز الفرد على التمارين ذات الحدة العالية فقط؛ حيث يقوم البعض بممارسة التمارين عالية الشدة بصورة متواصلة بهدف حرق كمية كبيرة من السعرات الحرارية في فترة قصيرة، لكن لا بُد من التنويه على أنه قد يجهل البعض أن حرق السعرات الحرارية هذا من الممكن أن يستمر إلى ما بعد إنهائه للتدريب؛ مما يتركه عرضة لمخاطر الإصابة بتآكل أو تمزق العضلات أو الأربطة. الالتزام بنظام رياضي منخفض القوة؛ حيث يعتبر ركوب الدراجة أو ممارسة التمارين السويدية من الأنشطة الرائعة في جميع الأوقات والأعمار، ولكنها لا تجدي نفعاً بالنسبة لبناء العضلات مثلا أو لدعم كثافة العظام؛ حيث إذا كان يسعى الفرد لوقاية نفسه من مرض مثل هشاشة العظام عندما يتقدم بالسن، فعليه إضافة بعض التمارين مرتفعة الشدة لتحقيق هذا الهدف. إهمال أن عضلات الحوض جزء من الجسم يحتاج إلى التمرين؛ إن كان الفرد يرغب في معدة مشدودة فمن المهم أن يركز في تمارينه على العضلات المائلة في جدار البطن، وهي العضلات المسؤولة عن التضاف الجسم، وكذلك على العضلات البطنية المستقيمة.

عمر الخمسين بتقليل المسافة التي يقطعونها والشدة المستخدمة في ممارسة رياضة الجري. يجب أن يكتفي الأفراد بعد عمر الخمسين بممارسة رياضة المشي، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أن جسم الفرد سيحتاج إلى ممارسات رياضية أكثر من رياضة المشي، ومن المهم أن يقوم الفرد بزيادة شدة التمرين؛ ليتكيف الجسم مع متطلبات أكثر إرهاق. ومن المهم أن يتجنب الأفراد بعد عمر الخمسين ممارسة رياضة رفع الأثقال، وهذا أمر خاطئ؛ حيث من المهم ممارسة هذه الرياضة للأفراد بعد الخمسين بالأثقال المناسبة، والتكنيك السليم؛ لتنمية القوة العضلية، والرفع من مستوى اللياقة البدنية للأفراد. كما يجب أن يتجنب الأفراد بعد عمر الخمسين ممارسة الرياضة بسبب الأمراض المزمنة كالسكري والضغط، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى التحسين من جميع الحالات الصحية المزمنة، وتقليل حاجة الأفراد إلى الأدوية في بعض الأمراض المزمنة. إن ألم العضلات الذي ينتج بسبب ممارسة التمارين الرياضية هو أمر خطير بالنسبة لكبار السن، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أن الألم الذي ينتج من العضلات هو أمر طبيعي، ويدل على أن الفرد قد مارس التمارين الرياضية بكفاءة وفاعلية. يواظب بعض الأفراد على عادات رياضية خاطئة من الممكن أن يعتبروها صحية؛ بهدف الحفاظ على لياقتهم وصحتهم، غير أن بعض هذه العادات تعطي نتائج عكسية؛ حيث تضر بصحتهم وتزيد من مظاهر

اليدان من بعضهما البعض عند تأدية تمرين الإطالة، أمكن تدريب الذراعين والكتفين على نحو أفضل، مشيرة إلى أن العد حتى العشرين في هذه الوضعية يساعد على تحقيق أقصى فاعلية للتمرين. من المهم أن يقوم الأفراد بممارسة التمارين الرياضية؛ لتحسين من الصحة العامة؛ لكن لا بد من التنويه على أنه مجرد أن الفرد أصبح أكبر من 50 عاما لا يعني أنه تأخر في الحصول على شكل الجسد المناسب؛ حيث قد يرتكب بعض الأفراد بعد عمر الخمسين أخطاء رياضية بسبب الخرافات التي لا يجب أن يصدقونها أبدا بشأن ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية عند منتصف العمر. ومن بين الإشاعات الرياضية الخاطئة بعد عمر الخمسين، فهي قد يخلن بعض الأفراد أن الوقت قد فات للبدء في ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية المختلفة، خاطئ؛ حيث أنه ليس هنالك أي تاريخ يحدد انتهاء فعالية وصلاحيات الجسم للاستفادة من النشاط الرياضي، ويحصل الفرد على النتائج الرياضية في جميع الأعمار. قد يعتقد بعض الأفراد على أنه لا يجب أن يقوم الأفراد بعد عمر الخمسين بممارسة رياضة الركض الهوائية، وهذا أمر خاطئ؛ حيث أن رياضة الجري هي رياضة ممتازة للصحة القلبية؛ لكن من المهم أن يقوم الأفراد بعد

من المهم أن يقوم جميع الأفراد بممارسة الأنشطة الرياضية خصوصا بعد التقدم بالعمر، ومن الجيد أن يقوم الفرد بممارسة تمارين القلب، عن طريق القيام بممارسة تدريب مجموعة من العضلات؛ حيث أن تمارين القلب مصممة لتدريب عضلة القلب بشكل أساسي. ولا بُد من التنويه على أن تمارين اللياقة البدنية للقلب والأوعية الدموية، تؤدي إلى التحسين من قدرة القلب والربتين على توفير الدم الغني بالأكسجين للأنسجة العضلية بشكل ملحوظ، والتحسين من قدرة العضلات على استعمال الأكسجين لإنتاج الطاقة من أجل ممارسة النشاط البدني. ممارسة رياضة المشي الهوائية؛ حيث أن ممارسة رياضة المشي لها الكثير من الفوائد بعد عمر الخمسين، ويمكن أن تساعد الأفراد في التحسين من الصحة، التوازن، والتحسين من كثافة العضلات. وتم ربط رياضة المشي مع تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري. ومن الممكن البدء في المشي لبضع دقائق كل يوم، مع أهمية زيادة المسافة ببطء حتى يتمكن الأفراد من ممارسة رياضة المشي بشكل مريح. ممارسة التدرجات المائية مثل رياضة السباحة؛ حيث لا بُد من التنويه على أنه تمثل السباحة تمريناً مثالياً للأفراد بعد عمر الخمسين. وممارسة التمارين المائية تؤدي إلى تشغيل معظم مجموعات العضلات في الجسم؛ مما يجعلها تمريناً مثالياً للأفراد بعد سن الخمسين. وتؤدي ممارسة رياضة السباحة إلى انخفاض خطر السقوط. السباحة، تحسن من عمل المفاصل، تزيد من المرونة وتحسن من قوة العضلات. ممارسة تمارين القوة؛ حيث يميل الأفراد بعد عمر الخمسين إلى فقدان كتلة العضلات وقوتها بمرور الوقت. ومن الممكن أن يتزايد فقدان القوة للأفراد بسبب قلة النشاط الحامل للوزن أو التغيرات الهرمونية أو الحمية الغذائية السيئة أو الأدوية المحددة. وتؤدي تمارين القوة إلى التحسين من حالة العضلات، تقلل من مخاطر الإصابة بهشاشة العظام والأمراض المزمنة، مثل: أمراض القلب، التهاب المفاصل ومرض السكري، كما أنها تحسن من النوم، تحد من الاكتئاب والعديد من الفوائد الجسدية والنفسية الأخرى. ذكرت مجلة الصحة "سنيورين" راتفاير" الألمانية أن تمارين اللياقة البدنية تعود بفائدة أكبر على كبار السن عند ممارستها في الماء، إذ يعمل الطفو في الماء على تسهيل أداء التمارين من ناحية، ويبقى المفاصل من التعرض للجهد من ناحية أخرى. وأضافت المجلة المعنية بصحة كبار السن أنه من الأفضل عند تأدية تمارين الإطالة لعضلات الذراعين والكتفين أن يستند كبار السن بظهرهم على جدار حمام السباحة، مع فرد الذراعين إلى الخلف، كي يتسنى لهم الإمساك بأيديهم بحافة الجدار أثناء تأدية التمرين. وأكدت المجلة أنه كلما اقتربت



يلاحظ الأفراد الذين يقومون بممارسة التمارين الرياضية بصورة منتظمة منافعتها التي تعود على بنية الأفراد والصحة العامة لهم؛ حيث تؤدي ممارسة الرياضة إلى التحسين من العمليات العقلية، التقليل من الطاقات السلبية التي تأتي من التوتر والضغط، المحافظة على الوزن، التقليل من إمكانية الإصابة بالأمراض، تساعد على تحسين المزاج، ترفع من مستويات الطاقة في الجسم، ترفع من مستوى اللياقة البدنية للفرد والعديد من الفوائد الأخرى التي لا تعد ولا تحصى. لا بُد من التنويه على أن التنفس بصورة صحيحة أثناء ممارسة الرياضة تعتبر من أهم الأمور التي تساعد الفرد في إيصال الكمية الملائمة من الأكسجين إلى خلايا الجسم؛ حيث أن خلايا الجسم تكون بحاجة كبيرة إلى الأكسجين عند قيام الفرد بممارسة التمارين الرياضية، بالإضافة إلى الحصول على أكبر قدر من المنافع المهمة من التمارين الرياضية، وفيما يأتي أهم طرق التنفس السليم عند ممارسة الرياضة بمختلف أنواعها؛

التنفس عند قيام الفرد برفع الأحمال الثقيلة؛ حيث لا بُد من التنويه على أنه عند ممارسة تمارين حمل الأوزان من المهم أن يقوم الفرد بأخذ نفس عميق مع المحافظة عليه؛ وذلك يساهم في الحفاظ على التوازن في العمود الفقري، كما يساهم في نقل القوة من القدمين إلى اليدين أثناء الحمل الثقيل. التنفس عند قيام الفرد بحمل الأثقال العادية؛ حيث يمكن للأفراد استخدام نفس طريقة حبس النفس عند حمل الأثقال المتوسطة؛ وذلك يساهم في الحفاظ على التوازن، كما يجب على الفرد أن يقوم بأخذ النفس مع كل مرة يرفع فيها الوزن أثناء التمرين وإخراجه مع تنزيل الحمل أو نهاية الحركة؛ حيث يقوم الفرد بذلك لإيصال أكبر قدر من الأكسجين إلى العضلات. التنفس عند قيام الفرد بممارسة رياضة الركض؛ حيث أنه عند ممارسة الركض من الممكن أن يعاني العديد من الأفراد في البداية من التنفس غير العميق، لذلك من الممكن أن يقوم الفرد بأخذ النفس من ثلاث إلى أربعة مرات، من ثم إخراجه على ثلاث إلى أربعة مراحل؛ حيث أن ذلك سوف يساعد الأفراد مع مرور الوقت على أخذ النفس بصورة أعمق وأفضل من قبل.



التنفس السليم أثناء ممارسة الرياضة

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 إخباركم توجوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01 هج 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.ora@anep.com.dz
agence.ama@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطبع: **SAMPRAL**
TD DIFFUSION COMMUNICATION
الفاكس:
023-78-57-70
الهاتف:
0541-76-26-27

رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

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

SPORT
يومية رياضية جزائرية



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

تابعونا على
مواقع التواصل الاجتماعي:

