

مدربا
بوتيفيا وأندورا
يشيدان بحسن
تنظيم "الدورة
الدولية"
بالجزائر

www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الأربعاء 27 مارس 2024 الموافق 17 رمضان 1445 هـ العدد: 938 الثمن: 30 دج

خلافا لما صرح به مدرب
إنتراخت فرانكفورت
... شايبى يؤكد:

"مستواي لم يتأثر
بما حدث في كأس
أفريقيا"



أشادت بالعمل الاحترافي
لخلية إعلام الاتحادية
الجزائرية لكرة القدم

الجمهورية
المغربية
تهاجم لقمع
وتطالبه
بالسير
على خطى
"الفاف"



نجم بايرن ميونيخ يعاني من تمزق في الرباط الصليبي للركبة

موهبة الجزائر آيت عامر يتلقى
إصابة خطيرة وينهي موسمه مبكرا

صدمة قوية

بايرن ميونيخ يؤكد
دعم لاعب "الخضر"
لتجاوز محنته



"الفاف" تعلن تضامنها
مع آيت عامر وتتمنى
له الشفاء العاجل

قال إن التشكيلا افتقدت
لخدمات براهيمي خلال
الفترة الماضية

فرقاني: "من المبكر
الحكم على
بيتكوفيتش
والمنتخب لا يزال
بحاجة لمحرز"



نجم بايرن ميونخ يعاني من تمزق في الرباط الصليبي للركبة

آيت عامر يتلقى إصابة خطيرة ويغيب عن الملاعب لفترة طويلة

تلقى اللاعب الدولي الجزائري الشاب ونجم بايرن ميونخ الألماني يونس آيت عامر صدمة قوية بتعرضه لإصابة خطيرة على مستوى الركبة ستعده عن الملاعب لعدة أشهر. وكشفت إدارة نادي بايرن ميونخ الألماني في بيان على موقعها الرسمي، أن لاعب المنتخب الأولمبي، سيغيب لفترة طويلة عن الميادين بسبب تعرضه لإصابة خطيرة على مستوى الركبة، خلال المواجهة الأخيرة لتفريق أقل من 23 سنة أمام نظيره أوجسبورغ يوم الجمعة الماضي. وخاض آيت عامر مواجهة بايرن ميونخ أمام رديف أوجسبورغ أساسيا، قبل أن يقادر أرضية الميدان عند الدقيقة 77، بسبب معاناته من آلام على مستوى الركبة، وبعد خضوعه للفحوصات الطبية، تبين يوم الاثنين الماضي أنه يعاني من تمزق في الرباط الصليبي، وبالتالي نهاية موسم مع العملاق الألماني مبكرا. وأبرزت المصادر ذاتها، بأن الموهبة الجزائرية ستخضع لعملية جراحية خلال الأيام القليلة المقبلة، بقيادة الطبيب مانويل كوهني المختص في جراحة العظام في ميونخ، وهو ما يرجح غيابه عن المنافسة الرسمية لـ 6 أشهر على الأقل. وأعلنت إدارة نادي بايرن دعمها الكامل لنجم المنتخب الجزائري في المرحلة الصعبة التي يمر بها، على اعتبار أن آيت عامر يتواجد في بداية مسيرته الكروية وكان يطمح لاستغلال تألقه اللافت مع الفريق الرديف من أجل ضمان مكانة ضمن صفوف الفريق الأول مستقبلا، وفي ذات الصد أكد المدير الرياضي لأكاديمية بايرن ميونخ خليل ألتينتوب أن نجم "الخضر" سيحظى بدعم الفريق إلى حين عودته إلى الملاعب واستعادة مستواه السابق، قائلا في تصريحاته: "هذه الإصابة تمثل ضربة قوية ليونس"، وتابع "سيحصل على الدعم الكامل من النادي بإكماله خلال الأشهر القليلة المقبلة من أجل العودة إلى الملعب بسلام وهدوء وتحقيق مستوى أدائه القديم مرة أخرى". وكان آيت عامر قد التحق بشباب بايرن ميونخ في عام 2017، قادما من نادي الهواة أوهاشينغ المتخصص في صناعة المواهب، وأصبح جزءا أساسيا من فريق أقل من 23 سنة، حيث لعب إجمالي 52 مباراة في الدوري الجهوي للهواة منذ عام 2021، سجل خلالها ثمانية أهداف، كما تم ترقيته للتدريب مع الفريق الأول، بعد المستوى الكبير الذي ظهر به خلال الموسم الجاري. وكانت العديد من التقارير تشرح انضمام آيت عامر إلى المنتخب الجزائري الأول في المستقبل بالنظر إلى الموهبة الكبيرة التي يمتلكها اللاعب، حيث أطلق عليه العديد لقب "خليصة محرز"، تيمنا بالمستوى الباهر الذي ظهر به سواء مع فريقه بايرن ميونخ أو في صفوف المنتخب الوطني الأولمبي.

"الفاف" تتضامن مع آيت عامر

أعلنت الإتحادية الجزائرية لكرة القدم تضامنها مع لاعب المنتخب الأولمبي ومتوسط ميدان بايرن ميونخ الألماني يونس آيت عامر عقب تعرضه لإصابة على مستوى الركبة أنهت موسمه قبل الأوان، ونشرت "الفاف" عبر خاصية (IG) عبر حسابها الرسمي على الانستغرام صورة آيت عامر وعلقت عليها بـ "تمنى لك الشفاء العاجل".

عبد المجيد



قال إن التشكيلة افتقدت لخدمات براهيمي خلال الفترة الماضية

فرقاني؛ "من المبكر الحكم على بيتكوفيتش والمنتخب لا يزال بحاجة لمحرز"



رفض قائد ومدرّب المنتخب الوطني السابق، علي فرقاني، الحكم مبكرا على المدرب لـ "الخضر" فلاديمير بيتكوفيتش، مؤكدا في نفس الوقت على الأمور الإيجابية التي ظهرت على التشكيلة في أول مواجهة لطاقم الفني الجديد والفوز المثير على بوليفيا، متحدثا أيضا عن عودة بعض اللاعبين على ياسين براهيمي، ومشيرا إلى أن الفريق لا يزال بحاجة لخدمات القائد رياض محرز. الدولي السابق علي فرقاني حوّر مع موقع "العربي الجديد"، تطرق من خلاله للتغييرات التي شهدتها المنتخب الجزائري مؤخرا بقدم المدرب البوسني فلاديمير بيتكوفيتش لخلافة جمال بلماضي على رأس العارضة الفنية لـ "الخضر"، وقال: "أظن أنه لا يجب الحكم على هذا المدرب منذ المباراة الأولى، فهو حديث العهد بالكرة الجزائرية، ولحد الآن لا يعرف طريقة تواصله مع اللاعبين، لكن لا يمكن إخفاء بعض الإيجابيات التي حدثت". وأضاف: "يجب أن نتفق أن المدرب بيتكوفيتش لا يعرف لحد اللحظة لاعبيه بشكل جيد، وهذا طبيعي طالما أنه استلم مهامه في تدريب المنتخب حديثا فقط، لكن يبقى الأهم أننا رأينا ردة فعل قوية من اللاعبين أمام بوليفيا، بعد أن كانوا متأخرين في النتيجة، وهذا يدل على عودة الروح والرغبة في الانتصار بعد الفشل في كأس أمم إفريقيا. أما لمسألة المدرب، فيمكن أن نراها بشكل أوضح في اللقاءات القادمة". وأبدى

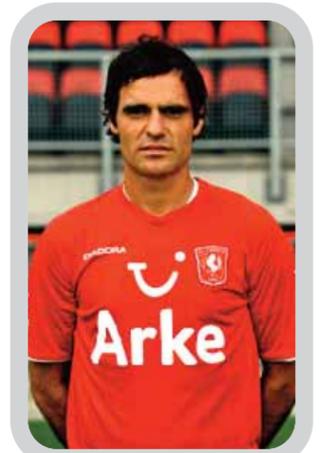
فرقاني ارتياحه لعودة ياسين براهيمي للتشكيلة معتبرا إياه لاعبا مهما افتقدته المنتخب في الفترة الماضية، وتابع: "براهيمي ما كان يجب أن يغيب عن المنتخب الجزائري، عطفًا على خبرته وموهبته الكبيرة، إضافة إلى أن هذه التشكيلة كانت تفتقد لصانع ألعاب حقيقي يمثل مستواه، حتى إن هناك لاعبين سابقين فشلوا في تأدية هذا الدور، ومثل ذلك الأمر بالنسبة لسفيان فيغولي". ولم يخف فرقاني رغبته في مشاهدة القائد رياض محرز مجددا بألوان "الخضر"، حيث يرى بأنه لا يزال قادرا على العطاء وتقديم الأضافة للمنتخب الوطني، وهو الغائب عن تربي مارس الحالي، وقال: "أظن أن الانتقادات طالت رياض محرز في الفترة الماضية والغضب تجاهه جاء بسبب مستواه في كأس أمم إفريقيا، وأنا أرى أن الفريق بإمكانه أن ينافس هذا اللاعب فقط، لكن لا يجب أن نخفي أن مستواه تراجع كثيرا منذ انتقاله إلى الأهلي السعودي، مقارنة بالأداء الذي كان يقدمه في مانشستر سيتي"، وتابع: "عودته تبقى متعلقة بقرار من المدرب بيتكوفيتش، ولو أنني أتمنى عودته بصراحة، مع ضرورة استعادته جاهزيته البدنية ومستواه الفني، وذلك حاجة المنتخب الجزائري لخدماته". وأكد اللاعب السابق لشبيبة القبائل بأن بيتكوفيتش قام بخطوة مهمة حينما قرر ضخ دماء جديدة في المنتخب بالاعتماد على لاعبين شباب، مع تراجع مستوى بعض العناصر وتقديمهم في السن وختم: "إعطاء الفرصة للاعبين الشباب وضخ دماء جديدة في الفترة الحالية أمر طبيعي ومنتظر، بما أن الكثير من الأسماء التي كان يعتمد عليها المدرب جمال بلماضي تقدمت في السن، وهناك من تراجع مستواه بشكل رهيب أيضا، كذلك من الجيد أننا نملك الكثير من اللاعبين أصحاب الجنسية المزدوجة المحترفين في أوروبا، ما سيسمح كذلك للمدرب بيتكوفيتش الاستناد بهم إن كان هناك نقص في مراكز أخرى، وهنا أقصد هؤلاء الذين لديهم الرغبة في تمثيل المنتخب".

عبد المجيد

اللاعب السابق لاجاكس وتضيتي، كينيث بيريز؛

"من الممتع مشاهدة حاج موسى وأتمنى انتقاله لناد كبير"

يوصل الوافد الجديد للمنتخب الوطني أنيس حاج موسى حصد الثناء والأشادة من وسائل الإعلام والمجربين، بالنظر للمستوى الرائع الذي يقدمه مع فريقه فيتييه أرنييم الهولندي، وتمكنه من لفت أنظار عدو نجوم سابقين لعبوا في البطولة الهولندية، وآخرهم كينيث بيريز الدولي الدنمركي، ولاعب اجاكس أمستردام وتضيتي سابقا. وصنع الموهبة أنيس حاج موسى الحدث في الفترة الأخيرة بالملاعب الهولندية عطفًا على تألقه مع فريقه فيتييه أرنييم وقدراته الفنية العالية، قبل أن ينضم إلى المنتخب الوطني الجزائري ويشارك في دورة الجزائر الدولية الودية التي اختتمت أمس بمواجهة جنوب إفريقيا، وتحديث كينيث بيريز، عن حاج موسى لقناة "ESPN" قائلا "من الممتع مشاهدة حاج موسى يلعب، إنه يتلاعب بالمنافسين في متر مربع واحد، دون أي صعوبة"، وأضاف: "لو ينتقل حاج موسى إلى ناد ينافس على المراكز الأولى، أو على الأقل لا يلعب على تضادي السقوط، فإنك تضمن وجود قطعة من الذهب بين يديك بكل تأكيد"، وواصل: "إنه يجعل المدافع المطالب بمراقبته يشعر بالجنون، لمراوغاته التي لا تتوقف طالما كانت الكرة عنده". ورد بيريز على الانتقادات الموجهة



لأنيس حاج موسى، بأنه يفضل الاستعراض على الضاعية قائلا: "إنه ليس مجرد لاعب سيرك مثلما يعتقد البعض، إنه أكثر من ذلك، لا تری مثل هذه النوعية كثيرا في الفترة الماضية"، وتابع: "هو يكتب الضاعية بمرور الوقت، ومن الغريب أنه لم يكن لاعبا أساسيا حتى في ناد ينشط في القسم الثاني بالدوري البلجيكي". وختم: "هناك أمر أريد أن يقوم حاج موسى بتحسينه، ألا وهو التحرك بدون كرة، حيث إنه مطالب بالعمل على مساعدة بقية زملائه عندما تكون الكرة عند المنافس". وانتقل حاج موسى إلى صفوف فيتييه في "الميركاتو" الشتوي الماضي قادما من نادي باترو أسيدين الناشط في الدرجة الثانية الهولندية بنظام الإعارة، وخاض الدولي الجزائري الجديد مع فيتييه 8 مباريات، سجل خلالها هدفين وقدم تمريرتين حاسمتين في النصف الثاني من الموسم الحالي.

عبد المجيد

حدو مولاي مساعد مدرب نجم بن عكنون: "كنا نستحق 3 نقاط ولكن التعادل خارج الديبار إيجابي"

أكد مساعد مدرب نجم بن عكنون حدو مولاي، أن فريقه ضيق فوزا في المتناول أمام أتلتيك بارادو، بالنظر إلى الفرص الكثيرة التي أتاحت لفريقه من أجل حسم اللقاء، مشيرا إلى أن نقطة التعادل تبقى إيجابية وتعزز حظوظ الفريق في ضمان البقاء في حظيرة الكبار. وقال حدو مولاي في تصريحات عقب نهاية المواجهة المحلية أمام "البالك" بملعب الدار البيضاء، ضمن فعاليات الجولة الـ 21 من البطولة، أن نجم بن عكنون كان يستحق النقاط الثلاث، وتابع: "لم تكن مباراة سهلة ضد فريق يلعب على البوديوم ونحن نلعب من أجل البقاء، اللقاء كان متكافئا، وكنا قادرين على التسجيل، أتاحت لنا فرصة أسهل من التي تحصل عليها بارادو"، وواصل "نحن نستحق النقاط الثلاث بالنظر إلى مجريات اللقاء، ولكن هذه هي كرة القدم نقطة خارج الديبار لأننا لعبنا خارج الديبار، أمر دائما إيجابي بالنسبة لنا". وأبرز ذات المتحدث بأن الصراع على ضمان البقاء ضمن الرابطة المحترفة الأولى لا يقتصر على نجم بن عكنون ومولودية وهران فقط، وإنما 6 فرق ستكون مهددة بالسقوط، قائلا: "البقاء ليس بين بن عكنون ومولودية وهران وحدها، هناك مقرة والشرف أيضا، كل فريق يمتلك 25 أو 27 نقطة يلعب على البقاء، ليس فريقان فقط بل 6 فرق كاملة، أتمنى أن تكون هناك نزاهة فوق الميدان والأفضل سيحقق البقاء". وبخصوص منافسة كأس الجمهورية أكد حدو مولاي أن الفرق سيلعب كامل حظوظه ويطمح للذهاب بعيدا وختم: "كأس الجزائر نلعب لقاء بلقاء منافسة أخرى الأسبوع سنلعب حظوظنا كاملة ونسرى بعدها".

سفيان ع.

تعيين حكام مباريات ثمن نهائي كأس الجمهورية

عينت اللجنة الفيدرالية للتحكيم، حكام مباريات ثمن نهائي كأس الجزائر، والتي ستلعب يومي 29 و30 مارس الجاري. وأسندت لجنة التحكيم مهمة إدارة لقاء اتحاد بسكرة ومولودية وهران للحكم عزرين، الذي سيساعده في مهمته سليمان وحاجي. وسيدبر مباراة اتحاد عنابة وشباب قسنطينة الحكم لطفي بوكواس، بمساعدة كل من عبان وريموش. أما مباراة اتحاد خنشلة ومولودية الجزائر فسيديرها الحكم الرئيسي قاموح بمساعدة بولفضل وبويمه. وعينت لجنة التحكيم الحكم مصطفى غربال لإدارة مباراة شباب بلوزداد وضيفه نجم أقبو، ويساعده في المهمة كل من زرهوني وبن سلامة، والحكم الرابع أوكيل.

سفيان ع.



إتحاد العاصمة

"سوسطارة" تشرع في تحضيراتها لمواجهة ريفرز يونايتد النيجيري

شرعت تشكيلة إتحاد العاصمة سهرة أمس، في تحضيراتها لمواجهة ريفرز يونايتد النيجيري، في إطار ذهاب ربع نهائي كأس "الكاف"، وسط معنويات مرتفعة عقب النتائج الإيجابية التي حققها الفريق في الفترة الماضية، وأخيرا الفوز أمام إتحاد بسكرة في البطولة الوطنية. وشدد الطاقم الفني بقيادة المدرب خوان كارلوس غاريدو، على ضرورة طي صفحة المنافسة المحلية، والتركيز على لقاء ريفرز يونايتد النيجيري في ذهاب ربع نهائي كأس "الكاف" الأحد المقبل، وهي المباراة التي يسعى من خلالها حامل لقب المنافسة إلى العودة بنتيجة إيجابية، تضعه على أعتاب بلوغ المربع الذهبي للمرة الثانية على التوالي. وضعية الفريق تحسنت كثيرا من الناحية الفنية، وهو الأمر الذي انعكس على معنويات اللاعبين الذين سيدخلون أجواء التحضيرات للمنافسة القارية بمعنويات مرتفعة، عقب الانتصارات المتتالية التي حققها الفريق، وكان آخرها الإطاحة بفريق إتحاد بسكرة بهدف نظيف. الفوز على إتحاد بسكرة كان له أثر إيجابي على ترتيب الفريق على مستوى جدول الترتيب، حيث يتواجد حاليا في المركز الثالث مناصفة مع شباب بلوزداد برصيد 35 نقطة، مع امتلاك الفريق لمبارتين متأخرتين سيكون الفوز بهما في غاية الأهمية لأنه سيسمح للاتحاد بالتواجد في الوصافة على الأقل. العامل الإيجابي خلال المباريات الأخيرة هو بروز جيل جديد من اللاعبين، الذين نجحوا في قيادة الاتحاد إلى الانتصار تلو الآخر، وهي العناصر التي كانت في وقت قريب على دكة البدلاء إلا أنها نجحت في إثبات وجودها بمجرد ما قام المدرب بمنحها الفرصة على غرار اللاعب المميز باشا. النتائج الإيجابية في البطولة يرتقب أن تلقي بظلالها على مستوى الفريق في المنافسة القارية، حيث سيكون التحضير في جو يسوده الهدوء التام والدعم الكبير من طرف الأنصار، الذين التقوا حول الإتحاد خلال الفترة الماضية وهو الأمر الذي ساهم في تعزيز قوة الفريق في المباريات.

سفيان ع.

قبل 9 جولات على نهاية الموسم

"العميد" يسير بخطى ثابتة نحو التتويج باللقب

يسير نادي مولودية الجزائر بخطى ثابتة نحو التتويج بلقب الرابطة المحترفة الأولى، بعد فوزه الثمين بهدف دون رد على حساب مستضيفه شبيبة الساورة، مساء أول أمس، قبل 9 جولات على نهاية الموسم الجاري. ونجح أشبال المدرب باتريس بوميل في قسنطينة لـ 12 نقطة كاملة، وهو فيما تبقى من مباريات الموسم المنافسين المباشرين على اللقب متأخرتين، وبإمكانه تقليص الفرق لـ 8 نقاط فقط في حال تحقيق الفوز بهما، إلا أن تجاوز عقبة شبيبة الساورة التي كانت هاجسا حقيقيا في ظل صعوبة المواجهات في بشار، إضافة لإجراء المواجهة نهارا في عز شهر رمضان الفضيل، أثار ارتياحا كبيرا لعشاق اللقبين "الأحمر والأخضر". وعزز طموحاتهم أكثر في التتويج باللقب الغائب عن خزائن مولودية منذ 14 موسما كاملا. ورغم أن مولودية الجزائر تنتظرها مواجهات نارية وحاسمة فيما تبقى من الموسم الجاري، إلا أن "الشناوة" متفائلين بقدرته يوسف بلايلي ورفاقه على المواصلة على وتيرة الانتصارات، بداية من مواجهة الإتحاد الرياضي السوفي التي تبدو في المتناول في ظل المشاكل التي يعاني منها الأخير في ذيل الترتيب العام، الأمر الذي يسعى "العميد" لاستغلاله من أجل التتويج باللقب مبكرا وتفاذي أي سيناريو غير متوقع في المباريات الأخيرة.

بوميل: "الوقت لا يزال مبكرا للتحديث عن اللقب"

أكد مدرب نادي مولودية الجزائر، باتريس بوميل أن الوقت مبكر للتحديث عن التتويج بلقب البطولة المحترفة الأولى، مشيرا أن الفريق تنتظره مباريات مصيرية ومحاسمة فيما تبقى من الموسم، وقال بوميل في تصريحات عقب لقاء الساورة "لأشك أن عودة بلايلي وزوغرانا ساعدنا على تنشيط اللعب وصناعته، حضرنا جيدا لهذه المواجهة وكنا نعلم أن شبيبة الساورة صعب المنال على ملعبه، الهدف كان واضحا هو أننا نواصل الضغط عليهم"، مضيفا "أعتقد أن الساورة تلقت هزيمة واحدة على ملعبها قبل هذه المواجهة، وأعتقد أن مولودية لم تفز عليهم منذ 10 سنوات، وهذا فوز المجموعة ولا أريد الحديث عن الضربات الجميع عمل جيدا من أجل الفريق، ولاحظت أنه رغم توقيت اللقاء والصيام شاهدنا مباراة مقبولة وأشكر جميع اللاعبين من الجانبين على ما قدموه"، كما تابع بوميل "الفوز هنا مهم جدا ليس فقط حسابيا، لكن من الناحية المعنوية، والوقت لا يزال مبكرا للتحديث عن اللقب والبطولة، لكننا نواصل التقدم ونحن نركز على أنفسنا فقط، أنا راض عما قدمه اللاعبين".

سفيان ع.

أمير سعيود مطلوب في مولودية الجزائر

وضعت إدارة مولودية الجزائر، نجم نادي الرائد السعودي، أمير سعيود، على رأس أولوياتها تحسبا لضمه إلى صفوف الفريق، خلال الميركاتو الصيفي المقبل. وكشف موقع "وين وين" القطري، بأن سعيود دخل اهتمامات مولودية. في انتظار تقديم عرض رسمي للاعب في الأيام القادمة. كما أبرز المصدر ذاته، بأن مسؤولي



العميد يرغبون في التعاقد مع سعيود، تحسبا للمشاركة المرتقبة في منافسة دوري أبطال إفريقيا، في موسمه المقبل. للإشارة فإن سعيود سبق له حمل ألوان مولودية سنة 2012. حينما انضم إليها من الأهلي المصري، إلا أنه تجربته مع الفريق لم يكتب لها النجاح بعدما اكتفى بمشاركات قليلة وسجل هدفا وحيدا.

سفيان ع.

في لقاء الكأس أمام إتحاد عنابة

منح 8 آلاف تذكرة

لأنصار "السياسي"

كشفت إدارة نادي شباب قسنطينة، عن بداية عملية بيع التذاكر الخاصة بقاء الدور ثمن النهائي من منافسة كأس الجزائر أمام "إتحاد عنابة" المبرمجة سهرة الجمعة 29 مارس بملعب 19 ماي 1956 ببنابة، مباشرة بعد نهاية ودية المنتخب الوطني وجنوب إفريقيا (لعبت سهرة أمس) عبر منصة "تذكري". وأعلنت إدارة "السياسي" أنها توصلت لاتفاق مع نظيرتها للحمول على 8 آلاف تذكرة وأبرزت "وكان المدير الرياضي طارق عرام، بالتنسيق مع مدير الشباب والرياضة لولاية عنابة، قد توصل إلى اتفاق، يقضي بموجبه برفع حصة أنصار العميد إلى 8 آلاف تذكرة، عوض 4500، مثلما تنص عليه القوانين المعمول بها" 10 بالمئة من سعة الملعب 45 ألف.

سفيان ع.

شباب بلوزداد يصوب أنظاره نحو كأس الجمهورية

استأنفت تشكيلة شباب بلوزداد، سهرة أمس، تحضيراتها استعدادا للمواجهة القادمة التي تنتظر الفريق هذا الجمعة في الدور ثمن النهائي من كأس الجمهورية أمام أولمبيك أقبو، ويعدما استفاد اللاعبون من يوم راحة بعد الانتصار الثمين أمام شبيبة القبائل، يوم الأحد الماضي، لحساب الجولة الـ 21 من الرابطة المحترفة الأولى، خاض زملاء الحارس قندوز، سهرة الثلاثاء حصة الاستئناس، وعينهم على المواجهة المشخفة التي تنتظرهم أمام أولمبيك أقبو، وطالب المدرب البرازيلي ماركوس باكينتا بوضع صفحة البطولة جانبا والتركيز على مواجهة الجمعة المقبلة، والتي ستكون مهمة جدا من أجل مواصلة طريقهم نحو الكأس، محذرا إياهم من مغية التهاون أمام أقبو، الذي لن يكون سهل المنال.

سفيان ع.

القرية المتوسطة بوهران:

تحويل أكثر من 800 سرير لصالح المركز الجديد لتجمع المنتخبات الوطنية



تدعمت الحركة الرياضية الجزائرية مؤخرا بهيكل جديد على مستوى القرية المتوسطة بوهران بعدما تم تحويل جزء من هذا المرفق الهام إلى مركز لتجمع المنتخبات الوطنية بطاقة استيعابية تقدر بـ 824 سريرا حسب ما علم أمس من إدارة المرفق التابع للمركب الأولمبي "ميلود هدي". وتوزع الغرف التابعة للمركز الجديد على ما لا يقل عن سبع بنايات تشكل فضاء إضافيا للرياضيين الجزائريين للقيام باستعداداتهم تحسبا لمنافساتهم الدولية وفق ما صرح به لواج عبد القادر منازلني المسؤول عن المؤسسة العمومية ذات الطابع الصناعي والتجاري التي تشرف على تسيير المركب الرياضي. فضلا عن هذه البنايات يتوفر مركز تجمع المنتخبات الوطنية كذلك على قاعة رياضية مغطاة ومطعم ومكاتب إدارية مثلما أوضحه ذات المسؤول مضيفا أن المرافق الأخرى التي يضمها المركب الأولمبي "ميلود هدي" الذي يبعد عن القرية المتوسطة بأقل من 5 كلم موضوعة أيضا تحت تصرف مختلف المنتخبات الوطنية التي تقصد المركز الجديد لإجراء تحضيراتها. وتابع: "الأمر يتعلق بقيمة مضافة للرياضة الجزائرية. ولا شك أن هذا الإنجاز سيساهم في تطوير القطاع في بلادنا وسيسمح لرياضييننا بالاستعداد لمنافساتهم في أفضل الظروف". كما أكد ذات المسؤول أيضا أن عمال المركز والمركب الأولمبي "كلهم مجتهدون في كل مرة يجري فيها أحد المنتخبات الوطنية تربيته بين المكان لتوفير كافة شروط نجاح استعدادات رياضييننا". ولاحظ السيد منازلني بأن المركز الجديد لتجمع المنتخبات الوطنية أضحت في الأونة الأخيرة "الوجهة المفضلة لمختلف الاتحادات الرياضية الوطنية لإجراء تریصات المنتخبات التابعة لها على غرار منتخب الجيود الذي يواصل تحضيراته بالمركز في إطار تریص بدأ الأسبوع الفارط ويختتم غدا الأربعاء". وتصل القدرة الاستيعابية الإجمالية للقرية المتوسطة التي استضافت الوفود المشاركة في الدورة 19 للألعاب المتوسطة التي احتضنتها وهران في صانفة 2022 إلى ما لا يقل عن 4.200 سرير. كما اتخذ النادي المحلي مولودية وهران الناشط في الرابطة الأولى لكرة القدم من أحد بنايات هذه القرية مقرا له منذ بداية هذا الموسم حيث يقيم لاعبيه القادمون من خارج الولاية فضلا عن تواجد إدارته وعبادة الضيق به واستخدامه لإقامة تریصات "الحمراوة" سيما وأن القرية المتوسطة تحتوي على ميدان لكرة القدم معشوب اصطناعيا. يذكر أن ولاية وهران كانت قد أنشأت مؤسسة عمومية ولائية ذات طابع صناعي وتجاري للإشراف على تسيير ما تبقى من بنايات القرية المتوسطة تحسبا لاستضافة ضيوف "الباهية" خلال مختلف العطل سيما الصيفية منها وذلك للاستثمار في هذا المرفق الهام الذي يعد إرثا ثميننا تدعمت به المنطقة ضمن الألعاب المتوسطة السابقة.

مهدى

المنتخب الوطني في المجموعة الرابعة لبطولة العالم

يشارك المنتخب الوطني الجزائري للبادمونتون (رجال)، في المجموعة الرابعة لمنافسات البطولة العالمية حسب الفرق (كأس توماس 2024)، المقرر إجراؤها من 28 أبريل إلى 5 ماي بشين غدو (الصين)، بمشاركة 16 دولة. وسيخوض المنتخب الوطني، الموعد العالمي في مجموعة تضم كل من الدنمارك، ماليزيا وهونكونغ. أما منتخب الهند، حامل اللقب العالمي، سيشارك في الموعد العالمي في المجموعة الثالثة بجمهورية إندونيسيا، تايلاند وإنجلترا، بطله العالم في 14 مناسبة. ومن جهته، سيشارك البلد المنظم، الصين، في المجموعة الأولى مع كوريا الجنوبية، كندا وأستراليا. ومعلوم أن المنتخب الوطني قد حسم تأهله للمونديال بعد أن احتفظ بلقبه القاري 2024 شهر فيفري الفارط بالقاهرة (مصر) عقب هوزه في النهائي أمام نيجيريا 3-2. تركيبة المجموعات: المجموعة الأولى: الصين، كوريا الجنوبية، كندا، أستراليا المجموعة الثانية: اليابان، تايبوان، ألمانيا، جمهورية التشيك المجموعة الثالثة: الهند، إندونيسيا، تايلاند، إنجلترا المجموعة الرابعة: الدنمارك، ماليزيا، هونكونغ، الجزائر.



"الفاف" تعزي في وفاة حارس الخضر السابق إدريس قعقع

تقدم رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم "وليد صادي" بتعازيه في وفاة الحارس الدولي السابق للمنتخب الوطني، إدريس قعقع. وجاء في بيان نشرته "الفاف": "يقلوب مؤمنة بقضاء الله وقدره، تلقى رئيس الاتحاد الجزائري لكرة القدم السيد ولید صادي نبأ وفاة السيد إدريس قعقع، الحارس الدولي السابق للمنتخب الوطني وناصري وفاق سطيف في سنوات الستينات". "وعلى إثر هذا المصاب الجلل، يتقدم رئيس الاتحاد وكافة أعضاء المكتب الفيدرالي إلى أسرة الفقيد ومحبيه. بخالص التعازي وصادق المواساة. سائلين الله أن يتغمد فقيدهم بواسع رحمته وأن يسكنه فسيح جناته ويلهم أهله وذويه جميل الصبر والسلوان". "إننا لله وإنا إليه راجعون"

أشادت بالعمل الاحترافي لخلية إعلام
الإتحادية الجزائرية لكرة القدم

الجمهورية المغربية تهاجم لجمع وتطالبه بالسير على خطى "الفاف"

لم تحتج خلية الإعلام التابعة للإتحادية الجزائرية الكثير من الوقت، لتحتل بإعتراف المتابعين والمختصين بعد العمل الاحترافي الذي قامت به خلال الدورة الدولية الودية التي احتضنتها الجزائر خلال الفترة الممتدة من 18 إلى 26 مارس الجاري. وحفظت خلية إعلام "الفاف" قفزة نوعية في ظرف وجيز جدا، لتصبح حديث الشارع الجزائري بفضل العمل الكبير الذي قامت بها، من خلال نقل كل صغيرة كبيرة تخص تریص "الخضر" بسيد موسى عن طريق فيديوهات وصور مميزة، منذ وصول رفقاء القائد ياسين براهيمي في اليوم الأول إلى غاية مواجهة جنوب إفريقيا في ختام دورة "الفيفا" الدولية الودية.

المغاربة يعبرون عن انبهارهم بما تقوم به "الفاف"

نجاح خلية إعلام "الفاف" كان على لسان كل الجزائريين الذين أشادوا بطريقة العمل الاحترافية والحديثة منذ تعيين الصحفي سعيد فلاق الذي فاق كل التوقعات بفيديوهات عالمية حظيت بإعجاب كبير ونسبة مشاهدات قياسية بمختلف وسائل التواصل الاجتماعي "فيسبوك، إنستغرام، تيك توك، إكس ويوتوب"، إلى درجة أنها (خلية الإعلام) أصبح يضرب بها المثل في البلدان المجاورة على غرار الجماهير المغربية التي لم تتوان في إبداء إعجابها الشديد بما تقوم به "الفاف" مطالبة الجامعة الملكية المغربية لكرة القدم بالاعتناء بهيئة الرئيس وليد صادي، وخاصة فيما يخص التسويق ونقل أخبار المنتخب التي وصفتها بالبالية والقديمة، مقارنة بما هو عليه الحال في الجزائر.

"تغيير طاقم الميديا مطلب شرعي" ترند في المغرب

وبالموازاة مع ذلك، أطلق المغاربة هاشتاغ، على موقع "إكس" (تويتر سابقا) بوسم "تغيير طاقم الميديا مطلب شرعي" وذلك للضغط على فوزي لجمع، من أجل تغيير خلية الإعلام التي أصبحت بالية ولا تواكب الأخبار اليومية، إذ تكتفي بنشر صور تدريبات أشبال الكراكي فقط، معتبرين بأن المنتخب الذي بلغ نصف نهائي كأس العالم بقطر 2022، يحتاج عملا احترافيا ومواكبة يومية على شاكلة ما تقوم به الإتحادية الجزائرية. وعلق أحد المشجعين المغاربة في تغريدة على موقع "إكس" قائلا: "بصراحة أنا غيور من عمل الفاف على مستوى التواصل، عمل عالي الجودة والاحترافية، وأمل حقا أن تسيير الجامعة المغربية على خطاها، خاصة فيما يخص الإعلام والتواصل". وتفاعل المغاربة بشكل واسع مع "الهاشتاق" حتى أصبح "الترند" رقم واحد في الجارة الغربية، حيث قاموا بإعادة نشر الفيديوهات التي تقوم بها خلية الإعلام في "الفاف" سواء في الحصص التدريبية أو الزيارة التي قادت "محاربي الصحراء" إلى الجامع الجزائر الأعظم. وفي ذات السياق وجه أحد المغاربة انتقادات لاذعة للجامعة المغربية ورئيسها فوزي لجمع بسبب الخدمات التي تقدمها طاقم الميديا ونشر على حسابه "خدمة جد رديئة يقدمها فريق التواصل الاعلامي للمنتخب كل دول العالم تقدمت من خلال المواكبة اليومية للمنتخب الوطني وتقريب الجماهير من الكواليس اليومية وللمقابلات والحصص التدريبية وأخبار"، وغرد آخر "رابع مونديال العالم بقطر ولم يستطع تسويق صورته كما يجب".

مهدى



تعزية

تلقت أسرة "دزاير توب" نبأ وفاة والد الصحفي بجريدة الخبر "سليم بن شامة"، ببالح الحزن والأسى. وبهذا المصاب الجلل، تتقدم أسرة "دزاير توب" وعلى رأسها الرئيس المدير العام معمر قاني، بأصدق عبارات التعازي لعائلة الفقيد، راجين المولى عز وجل أن يتغمد روحه بواسع رحمته، وأن يلهم ذويه جميل الصبر والسلوان.

إننا لله وإنا إليه راجعون.

الرابطة الثانية:

تأجيل الجولة الـ 22 إلى 14 أبريل المقبل

أعلنت الرابطة الوطنية لكرة القدم (هواة) أمس عن تأجيل الجولة الـ 22 من بطولة الرابطة الثانية، التي كانت مقررة سابقا في 7 أبريل المقبل، إلى 14 من نفس الشهر. وأوضحت الهيئة المسيرة للمنافسة، في بيان نشرته عبر موقعها الرسمي، أن الجولة الـ 21 من البطولة ستقام وفق البرنامج المحدد لها (السبت 30 مارس والأربعاء 3 أبريل والأحد 14 أبريل 2024). وستقام المقابلة المتأخرة لحساب تسوية رزنامة الجولة الـ 20 بين اتحاد عنابة و أولمبي مهران، يوم الثلاثاء 2 أبريل بداية من الساعة الـ 15:00 سا. ومن جهة أخرى، تم تأجيل ثلاثة مباريات من الجولة الـ 21 إلى تاريخ 3 و 14 أبريل المقبل. وستلعب مقابلة مولودية قسنطينة مع أولمبيك أقبو يوم 3 أبريل بداية من الساعة الـ 15:00 سا، مثلها مثل مقابلة نصر حسين داي مع ترجي مستغانم التي تدخل لحساب الجولة الـ 21 من مجموعة وسط غرب. وفي الأخير، ستقام مباريات شباب برج منابل مع اتحاد عنابة يوم الأحد 14 أبريل بداية من الساعة الـ 15:00 سا. وتجدر الإشارة، أن أولمبي أقبو (51 نقطة) وترجي مستغانم (47 نقطة)، يتصدران على التوالي ترتيب مجموعتي وسط شرق و وسط غرب من بطولة الرابطة الثانية.

مهدى



إيقاف عامين لباربوسا نجم فلامنغو



أعلنت محكمة العدل الرياضية لمكافحة المنشطات في البرازيل إيقاف المهاجم البرازيلي غابرييل باربوسا لمدة عامين في أعقاب التحقيقات في وقائع احتيالية تتعلق بالمنشطات.

ولفت باربوسا الأنظار إلى نفسه عبر سلوكه المريب خلال الاختبار المفاجئ للكشف عن المنشطات في الثامن من أبريل 2023 قبل يوم واحد من خوض فريقه فلامينجو مباراة في دوري ولاية ريو دي جانيرو، حيث تجاهل بشكل كبير مسؤولي مكافحة المنشطات الذين حضروا لإخضاع اللاعبين إلى الاختبارات، ثم أجرى الاختبار بعد ساعات من خضوع زملائه للاختبار.

واستند محامو باربوسا إلى أن العينة التي سحبت من موكلم في ذلك الوقت كانت نظيفة، وأشاروا إلى أن السلوك غير الودي اتجه المسؤولين لا يعني أنه تورط في واقعة خداع.

ويؤكد باربوسا الاستئناف ضد العقوبة التي ستحرمه من ممارسة النشاط الكروي حتى 25 أبريل 2025.



بقية

مبابي.. الرحيل المجاني يطرق أبواب 5 نجوم في 2024

يتصدر كيليان مبابي، نجم باريس سان جيرمان، المشهد خلال فترة الانتقالات المقبلة في صيف 2024. وتشير العديد من التقارير إلى أن مبابي أبلغ إدارة باريس سان جيرمان بقرار رحيله عن فريق العاصمة بنهاية الموسم الحالي بعد نهاية عقده في جوان المقبل.

وأصبح من المعروف أن صاحب الـ25 عاما قرر الانضمام إلى ريال مدريد في صفقة انتقال حر، ليلاعب مع الفريق الملكي اعتباراً من الموسم المقبل 2024-2025. لكن يبدو أن الأمر لم يقتصر على مبابي فقط، حيث من المتوقع رحيل العديد من اللاعبين الآخرين عن فرقهم بشكل مجاني في صيف 2024. وتضم تلك القائمة لاعبين آخرين بخلاف مبابي، أبرزهم مواطنه أنتوني مارسيال، نجم مانشستر يونايتد، الذي ينتهي عقده مع النادي أيضاً في 30 جوان المقبل. ومن المتوقع أن يعود مارسيال إلى التدريبات قبل بداية شهر أبريل المقبل، حيث غاب عن الملاعب في الفترة الأخيرة بعد خضوعه لعملية جراحية بداعي المرض.

لاعب فرنسي آخر قد يكون لاعباً حراً الصيف المقبل، وهو أدريان رابيو الذي ينتهي عقده مع جوفنتوس بنهاية الموسم، لكنه لم يقرر بعد ما سيفعله سواء البقاء وتجديد عقده أو الرحيل عن السيدة العجوز. وبخلاف الثلاثي الفرنسي فإن الإيطالي جورجينو لاعب وسط أرسنال يبدو قريباً من الرحيل عن الغانرز بعد نهاية عقده، خاصة في ظل عدم مشاركته بصفة أساسية مؤخراً تحت قيادة المدرب ميكيل أرتيتا. وأخيراً النجم الكرواتي المخضرم لوكا مودريتش، لاعب وسط ريال مدريد، حيث لم يجم صاحب الـ38 عاماً عنصرًا أساسياً مع الميرينغي، في ظل اعتماد المدرب كارلو أنشيلوتي في خط الوسط على فيديريكو فالغيريدي وتوني كروس وأوريلين تشواميني وإدواردو كامافيغا.

الصين تطلق سراح

لاعب كوري جنوبي اعتقل بقضية رشوة

أعلنت وزارة الخارجية الكورية الجنوبية، إطلاق سراح لاعب كرة القدم الدولي الكوري الجنوبي سون جون هو، الذي كان معتقلاً من قبل السلطات الصينية على خلفية قضية رشوة، حيث عاد الآن إلى بلاده. ويضع قرار الإفراج حداً لعشرة أشهر من احتجاز لاعب خط الوسط سون (31 عاماً)، الذي قالت الحكومة الصينية، في ماي 2023، إنه محتجز في شمال شرق الصين "للاشتباه في قبول رشوة من موظفين غير حكوميين"، ولكن من دون منح مزيد من التفاصيل. وقالت وزارة الخارجية في بيان رسمي اليوم الاثنين: "وصل سون أخيراً إلى كوريا الجنوبية مع انتهاء فترة احتجازه، الحكومة قدمت مساعدة قانونية من خلال التواصل الوثيق مع عائلته". بدوره، أكد الاتحاد الكوري للعبة إطلاق سراح سون قائلًا إنه عاد إلى بلاده الاثنين، بعد أن جاء اعتقاله إثر سلسلة من تحقيقات الفساد التي أجرتها السلطات الصينية، واستهدفت رئيس الاتحاد الصيني لكرة القدم ومسؤولين كبار آخرين. واعتقل سون، الذي انضم في عام 2021 إلى شانغونغ تايشان الصيني، في ماي العام الماضي، في مقاطعة لياونينغ الشمالية الشرقية، وهو الذي شارك في ثلاث مباريات مع كوريا الجنوبية من أصل 4 في كأس العالم 2022.

فينيسوس جونيور باكيا؛ فكرت في الاعتزال بسبب العنصرية

يعيش النجم البرازيلي فينيسوس جونيور أوقاتاً صعبة مع فريقه ريال مدريد الإسباني، حين يشارك في مباريات الدوري الإسباني الممتاز لكرة القدم، بسبب معاناته من حملات العنصرية التي يطلقها ضده عدد من الجماهير. وانهار فينيسوس جونيور باكيا خلال حضوره، في المؤتمر الصحفي الذي يسبق المباراة الودية بين منتخبى إسبانيا والبرازيل، والذي نقلته صحيفة "ماركا" الإسبانية، وذلك في رده على سؤال يتعلق بمعاناته من العنصرية، إذ كشف أنه فكر في الاعتزال بسبب ذلك. وفي هذا السياق، قال فينيسوس جونيور: "إنه شيء محزن كثيراً، الأمر يحدث معي هنا في كل مباراة، بل في كل يوم، لكنه لا يحدث في إسبانيا فقط، بل في جميع أنحاء العالم. لقد سبق أن عانى والدي أيضاً العنصريين، أشكر جميع اللاعبين الإسبان الذين يدعمونني دائماً، ما زلت فسي 23 من عمري، إذ إنني غادرت البرازيل صغيراً من دون أن أعلم الكثير من الأشياء، لذلك لا يزال لدي وقت لا تطور أكثر، وأن أعلم أكثر سواء على مستوى كرة القدم، أم على مستوى التعامل مع هؤلاء الأشخاص". وأردف قائلاً: "إسبانيا ليست دولة عنصرية، ولكن هناك الكثير من العنصريين والكثير منهم يأتون إلى الملاعب، سبق لي أن فكرت في الاعتزال بسبب هؤلاء، لكنني تراجع عن ذلك، لأنني سأعطيهم حينها ما يريدونه، أنا لا أريد إلا أن ألعب كرة القدم، أكره العنصرية".

وتابع: "أستمد قوتي من عائلتي، ومن الناس الذين يعانسون لأنني أعرف من أين أتيت، لقد جئت من مكان لم يكن فيه مستقبل كبير، لعب كرة القدم أمر مهم، لكن مكافحة العنصرية أهم بكثير، المشكلة عندي أنه في إسبانيا لا تعتبر العنصرية جريمة".

معسكر أمريكا.. صفحة جديدة لسبالييتي مع منتخب إيطاليا

أنهى منتخب إيطاليا معسكره في الولايات المتحدة الأمريكية بشكل إيجابي، ليكون بمثابة انطلاقة جديدة للمدرب لوتشيانو سبالييتي مع "الأتزوري".

ويستعد منتخب إيطاليا للمشاركة في بطولة كأس الأمم الأوروبية "يورو 2024"، التي يدافع خلالها عن لقبه الذي حققه في النسخة الماضية. وأوقعت قرعة مرحلة المجموعات في المسابقة القارية المقررة في ألمانيا الصيف المقبل، المنتخب الإيطالي في المجموعة الثانية برفقة منتخبات إسبانيا وكرواتيا وألبانيا.

وقام منتخب إيطاليا على الإكوادور 2-0 الأحد الماضي في نيوجيرسي، بفضل هدفي لورينزو بيليغريني ونيكولو باريللا.

وتفوق رجال المدير الفني لوتشيانو سبالييتي مجدداً على منتخب لاتيني، بعدما تفوق في مباراته الأولى بجملة أمرينا على فنزويلا بنتيجة 2-1.

وقال سبالييتي في تصريحات صحفية: "لقد كانت جولة الولايات المتحدة الأمريكية إيجابية، كان لدينا بعض العروض الجيدة والأشياء التي يجب حلها، هذه المباريات تساعدنا على التحليل وإيجاد الإيجابيات".

وأضاف: "23 لاعباً سيذهبون إلى بطولة اليورو، أولئك الذين يقدمون المزيد يتمتعون بالمزايا، يجب أن أكون حذراً حتى لا ارتكب الأخطاء". كما أكد سبالييتي أن العديد من هؤلاء اللاعبين الذين شاركوا في معسكر أمريكا سيكونون جزءاً من التشكيلة النهائية ليورو 2024، لكنه يترك الباب مفتوحاً للآخرين، بما في ذلك المواهب تحت 21 عاماً. وشهد معسكر منتخب إيطاليا ظهور وجوه جديدة مثل جوليلمو فيكاريو لاعب تولنتهام وراؤول بيلانوا ظهير جناح تورينو.

وكان سبالييتي يأمل أيضاً في الظهور الأول لمهاجم أودينيزي لورينزو لوكا ولاعب خط وسط فيرونو مايكل فولورونشو، لكنهما لم يتمكنوا من المشاركة.

ومن المرجح أن يضم سبالييتي بعض الأسماء الجديدة لقائمه في فترة التوقف الدولي المقبلة قبل اليورو، مثل مهاجم ليدز يونايتد ويلي جنونتي ومدافع بولونيا ريكاردو كالا فيوري. يذكر أن البروفة الأخيرة للأتزوري قبل اليورو ستكون مع بداية شهر جوان المقبل، حين يلتقي أمام تركيا والبوسنة وديا، قبل بدء مشواره في نهائيات أمم أوروبا بمواجهة ألبانيا في منتصف الشهر نفسه.



مودريتش يدير ظهره للسعودية.. ويفاضل بين طريقين



أغلق الكرواتي لوكا مودريتش، نجم ريال مدريد، الباب أمام عروض الأندية السعودية، فيما يفاضل بين طريقين بعدما استقر على الرحيل عن قلعة "سانتياغو بيرنابيو". وينتهي عقد مودريتش مع ريال مدريد بختام الموسم الجاري، ويبدو أن الكرواتي المخضرم لن يجدد تعاقدته. وحسب تقارير صحفية سابقة، فإن صاحب 38 عاما محبط من قلة مشاركاته مع الفريق الملكي هذا الموسم، بعدما حصل على وعد من إدارة النادي عند تجديد العقد الموسم الماضي بأنه سيظل لاعباً أساسياً. وشارك مودريتش في 33 مباراة مع ريال مدريد بكل البطولات منذ بداية الموسم الجاري، منها 17 مباراة فقط كأساسي. وذكرت صحيفة "ذا أثلتيك" الموثوقة أن مودريتش يصدد إنهاء مسيرته أسطورية مع ريال مدريد بعد 13 عاما، إلا أنه يستبعد خيار الاعتزال. وأضافت

أن مودريتش لا يفضل الانتقال إلى أحد أندية الدوري السعودي للمحترفين، علما بأنه رفض عروضاً سعودية سابقة في آخر فترتي انتقالاته. وأوضحت أن النجم الكرواتي يفاضل بين الانتقال إلى نادٍ أوروبي آخر، أو اللعب في الدوري الأمريكي. وحسب الصحيفة، يهدف مودريتش من هذه الخطوة إلى أن يكون جاهزاً للمشاركة مع منتخب كرواتيا في كأس العالم 2026.



إندريك: ما قاله مودريتش لامس قلبي

كشف الشاب البرازيلي إندريك، كواليس حديثه مع الكرواتي لوكا مودريتش، زميله المستقبلي في صفوف ريال مدريد. وقال إندريك، خلال تصريحاته لمنصة "PlayersTribune" العالمية: "مودريتش قال لي، رقم 9 و 110.. من يدري، ربما في الموسم المقبل تجلس بجانبني". وأضاف: "هذا حقاً لامس قلبي، حيث كان حديثه لا يُصدق". وأتم: "قلت لنفسني، يا رجل، إذا كان مودريتش يعتقد أنني أستحق ارتداء الرقم 9، فيجب أن أكون مستحقاً". ووقع إندريك لريال مدريد في 15 ديسمبر الماضي مقابل 70 مليون يورو، ذهب لتأديته بالمراس البرازيلي، الذي يلعب فيه الآن معاراً. ومن المقرر أن ينضم إندريك رسمياً، لصفوف الريال، بداية من صيف 2024.

سبب وحيد يستبعد مبابي من خطة ريال مدريد الصيفية

وضع ريال مدريد خطة المخطط المعتمدة على وصول الفرنسي كيليان مبابي، نجم باريس سان جيرمان، إلى سانتياغو بيرنابيو في الصيف المقبل. وينتهي عقد مبابي مع باريس في الصيف المقبل، ويستطيع الآن التوقيع مجاناً مع أي نادٍ. ووفقاً لصحيفة "ريليفو" الإسبانية، كشفت مصادر من مجلس إدارة ريال مدريد أن مبابي لم يوقع عقده مع الميرنفي بعد، لكن هناك اتفاقاً بالفعل بين الطرفين. وأشارت المصادر إلى أن صفقة مبابي ستحسم في المستقبل القريب، حيث تريد جميع الأطراف إعلان الانتقال قبل بدء بطولة اليورو. وأوضحت أن راتب مبابي لن يكون بعيد عما يحصل عليه فينيسيوس جونيور وجود بيلينغهام، لكنه سيتفوق عليهما ويصبح صاحب أعلى راتب في صفوف الملكي. وكشفت أن ريال مدريد منح استثناء لفينيسيوس وبيلينغهام بشأن الحصول على نسبة من حقوق الصور الخاصة بهما تتجاوز الـ50 ألف، وسيحصل مبابي على نسبة أعلى من الثاني. وذكرت "ريليفو" أن ريال مدريد اتفق مع مبابي على عدم المشاركة في الأولمبياد، كما أن اللاعب سيستبعد من الجولة التحضيرية في الولايات المتحدة الأمريكية، إذا وصلت فرنسا إلى نصف نهائي اليورو. وأكدت أن وصول مبابي لن يؤثر على مصير صفقة ألفونسو ديفيز (بايرن ميونخ) في الصيف المقبل، لأن ريال مدريد لديه قدرة مالية على الجمع بين الصفقتين. وقالت الشبكة الإسبانية إن اللاعبين في غرفة ملابس ريال مدريد ينتظرون مبابي بأذرع مفتوحة، ولن يكون هناك أي توتر في أجواء غرفة الملابس بسبب النجم الفرنسي.

كروس يرد بسخرية على سؤال بشأن مبابي

رد توني كروس، نجم ريال مدريد، على الأنباء التي تربط الفرنسي كيليان مبابي، نجم باريس سان جيرمان، بالانتقال إلى صفوف الميرنفي في إطار الميركاتو الصيفي المقبل. وينتهي عقد مبابي مع سان جيرمان، في صيف 2024، وأبلغ اللاعب إدارة ناديه بأنه سيرحل مجاناً، بينما ذكرت العديد من التقارير الصحفية، أن مهاجم الديوك توصل لاتفاق بالفعل مع ريال مدريد، بشأن ارتداء قميصه. وعندما تلقى كروس سؤالاً حول ملف مبابي، رد قائلاً في تصريحات أبرزتها شبكة "TVE" الإسبانية: "إذا كان كيليان لا يعرف مستقبله، فكيف سأعرف أنا؟". وأضاف: "نريد أفضل اللاعبين في مدريد، وهو بلا شك واحد منهم.. الشيء المهم هو الفوز باللقاب، وبالطبع سيكون انضمام مبابي أمراً رائعاً للريال.. لكنني أعتقد أننا نمتلك بالفعل فريقاً جيداً". يذكر أن كروس شارك، السبت الماضي، في انتصار ألمانيا على فرنسا (0-2) في مباراة ودية.

برشلونة يحفز هالاند لتحدي مبابي

يتمسك مسؤولو برشلونة بتحقيق حلم التعاقد مع البرازيلي إيرلينغ هالاند، مهاجم مانشستر سيتي، في صيف 2025. ووفقاً لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم برشلونة، سيستمر مع البارسا لموسم آخر، لا سيما بعد أن رفض 100 مليون يورو من الدوري السعودي مؤخراً. وأشارت إلى أنه من الصعب أن يتواجد ليفا مع برشلونة في الموسم بعد المقبل، حيث سيصل عمره إلى 37 عاماً، لذا تخطط الإدارة لضم هاداف جديد، ويعد هالاند الصفقة الرئيسية. ويраهن برشلونة على أن هالاند قد يرغب في الرحيل عن مانشستر سيتي في صيف 2025، بسبب احتمالية تعرض النادي لعقوبات من الاتحاد الإنجليزي نتيجة للمخالفات المالية، بالإضافة إلى إمكانية رحيل مديره بيب غوارديولا لانهاء عقده في الصيف بعد المقبل. ويريد البارسا الاستفادة أيضاً من أن العلاقة بين الرئيس خوان لابورتا، ورافايلا بيمنتا وكيلة هالاند ممتازة. وإضافة إلى ذلك سيكون البارسا قريباً من التعافي اقتصادياً وتحقيق دخل مالي كبير في الصيف بعد المقبل، بالتزامن مع افتتاح ملعب "كامب نو" الجديد. وكشفت "موندو ديبورتيفو" أن اجتماع بيمنتا وديكو المدير الرياضي لبرشلونة في 29 فيفري شهد الحديث عن العديد من الموضوعات أبرزها التعاقد مستقبلاً مع هالاند. وذكرت الصحيفة أن هالاند إذا كان ملزماً بالاختيار بين ريال مدريد وبرشلونة في صيف 2025، ستكون لدى البارسا أفضلية. وهسرت: "لأن هالاند يعلم أنه سيكون النجم الأبرز في النادي الكتالوني، يعكس انضمامه للميرنفي في وجود زميل بحجم كيليان مبابي". واسترسلت: "كما يدرك هالاند أن ارتداء قميص البارسا ووجود مبابي في الريال من شأنه أن يكرر المباراة التاريخية بين ليونيل ميسي وكريستيانو رونالدو في الكلاسيكو".

دي ليخت: لن أرحل أنا أو موسيالا عن بايرن ميونخ

نقى الهولندي ماتياس دي ليخت، مدافع بايرن ميونخ، احتمالية رحيله عن صفوف الفريق البافاري في الصيف المقبل. وقال دي ليخت في تصريحات نقلها الصحفي "فايريزيورومانو": "أنا أقدر إمكاناته جيدا، خاصة في الأسابيع القليلة الماضية، لقد كان حقا في حالة مذهلة". وأضاف: "ربما يكون أحد اللاعبين المتألقين في العالم، مرواغته لا تصدق، عمره 20 عاما فقط، لا أعتقد أنني لعبت مع العديد من اللاعبين الذين تطورا في هذا العمر".

وعما إذا كان سيغادر هو وموسيالا بايرن ميونخ الصيف المقبل، قال ضاحكا: "أليس أين نذهب؟ في إجازة؟، لكن لا، لا أعتقد ذلك، أتمنى لنا ولبايرن أن نكون معا.. سوف يبقى وهذا ما أفترضه لي أيضا".



مدرب إيطالي على طاولة بايرن ميونخ لخلافة توخيل

أفاد تقرير صحفي ألماني، بأن بايرن ميونخ فتح محادثات أولية مع مدرب إيطالي، لخلافة المدير الفني توماس توخيل. وكان بايرن ميونخ قد أعلن توصله لاتفاق مع توخيل، على إنهاء التعاقد بين الطرفين، عقب نهاية الموسم الجاري. وبحسب صحيفة "بيلد" الألمانية، فإن بايرن ميونخ دخل في مفاوضات أولية مع الإيطالي روبرتو دي زيري، مدرب برايتون، لتولي قيادة الفريق البافاري في الموسم المقبل. وأضافت أن بايرن ميونخ متفتح على دفع الشرط الجزائي في عقد دي زيري، والبالغ 13 مليون يورو، لكنه ليس المرشح الوحيد لهذا المنصب. ويعطي بايرن الأولوية للتعاقد مع الإسباني تشابي أونسو، مدرب باير ليفركوزن، لكنه يبدو أنه سيبقى مع فريقه لموسم آخر، في ظل اقترابه من تحقيق لقب البوندسليغا والمشاركة في دوري أبطال أوروبا. ويعتبر دي زيري هدفا للعديد من الأندية الأوروبية الكبرى، مثل برشلونة وليفربول.



خطط مدرب ألمانيا تصدم أحلام دورتموند

يرغب جولييان ناغلسمان، مدرب المنتخب الألماني، في حسم مستقبله قبل بدء منافسات يورو 2024 الصيف المقبل، وذلك في ظل ارتباط اسمه بتدريب العديد من الأندية. ويتواجد ناغلسمان رفقة ألمانيا في فرانكفورت حاليا بعد الفوز المقنع على حساب فرنسا 2-0. وينتهي عقد ناغلسمان مع المنتخب الألماني بنهاية اليوم، وسبق أن أكد رغبته في حسم مستقبله قبل بدء المنافسات، لكنه لم يتلق أي عرض بعد. وقال نائب رئيس الاتحاد الألماني لكرة القدم هانز يواكيم فاتسكه: "الاتحاد الألماني يملك مدربا جيدا للغاية هو جولييان ناغلسمان، ومن المنطقي محاولة الإبقاء عليه لفترة أطول". يأتي ذلك في الوقت الذي يضر فيه بوروسيا دورتموند في التعاقد مع ناغلسمان، في حال رحل المدرب الحالي للفريق إدين تيرزيتش في الصيف. وبحسب "سكاي سبورتنس" لا يخطط ناغلسمان لتولي تدريب دورتموند في الوقت الراهن، حيث وضع خططا أخرى للموسم المقبل.

ناغلسمان يستشهد بمبابي للإشادة بلاعب بايرن ميونخ

تغنى جولييان ناغلسمان، مدرب منتخب ألمانيا، بلاعبه جوشوا كيمبوتش، في ظل المناقشات المتعلقة بمركزه المناسب رفقة المانشافت وناديه بايرن ميونخ. وقال ناغلسمان، بحسب ما نقل موقع "سكاي سبورتنس": "جوشوا لاعب مهم للغاية بالنسبة لنا، فهو يجسد الكثير من الأمور التي نفتقدها في بعض الأحيان في اللاعبين الشباب المنضمين للمرة الأولى للفريق". وأضاف: "يملك رغبة غير مشروطة للظفر في كل موقف، بالطبع افتقدنا لعنصر السرعة أمام كيليان (مبابي)، ولكنه تعامل مع ذلك الأمر بصورة رائعة للغاية، حيث تعامل بذكاء ويقظة كبيرة في المساحات، ودافع أمامه في العديد من المواقف". وتابع: "الطريقة التي تعامل بها جوشوا عقب نهاية اللقاء بضرد ذراعيه للأمام والصراخ بصوت عالي، فقط بمشاهدة تلك الصورة لا تعتقد أن تلك المباراة كانت اختيارية، ولكن هذه هي شخصيته فهو لا يتظاهر أي شيء". وأتم: "أعتقد أنه ينزعج من كثرة كلام البعض عن عدم ملائمته لمركز ما، بشكل عام هو متفتح، وأهم شيء بالنسبة له هو المشاركة ومساعدة الفريق، هذه هي العقلية التي يتمتع بها".



ناغلسمان يحدد موقف ساني من اليورو

أكد جولييان ناغلسمان مدرب منتخب ألمانيا، أن ليروي ساني جناح بايرن ميونخ يدخل ضمن حساباته في كأس أمم أوروبا (يورو 2024) في ألمانيا. وتعرض ساني للإيقاف 3 مباريات من جانب الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) بعد تلقيه البطاقة الحمراء خلال الهزيمة أمام النمسا بهدفين دون رد في نوفمبر الماضي. وقال ناغلسمان "لديه الإمكانيات ولا نريد أن نفضده ولا يمكننا ذلك، ولكن الأمر أيضا يرجع إلى جاهزيته، لهذا نجري هذه المحادثات، حيث يمكن لكل لاعب التفكير في كيفية التعامل مع المهام المنوط بها". وغاب ساني عن المباراة التي فازت فيها ألمانيا على فرنسا بهدفين دون رد السبت الماضي ولم يشارك أمام هولندا أمس وأمام أوكرانيا في الثالث من جوان المقبل بداعي الإيقاف. لكن بمقدور ساني المشاركة في المباراة الودية أمام اليونان في السابع من جوان، والتي تأتي قبل أسبوع واحد من مواجهة إسكتلندا في افتتاح يورو 2024. وأشار ناغلسمان "إذا سارت كل الأمور بشكل طبيعي سيحظى بفرصة الانضمام للفريق، وعليه أن يظهر حينها ما يوسع القيام به".

ألمانيا تعزم تنفيذ "إجراء اضطراري" خلال منافسات اليورو

أعلنت وزيرة الداخلية الألمانية نانسي فيزر، إجراء عمليات تفتيش مؤقتة على جميع الحدود الألمانية خلال بطولة كأس الأمم الأوروبية لكرة القدم "يورو 2024"، التي تستضيفها البلاد هذا الصيف. وصرحت فيزر لصحيفة "رينيشت بوست" الإقليمية الألمانية: "سننفذ ضوابط حدودية مؤقتة على جميع الحدود الألمانية خلال البطولة من أجل منع مرتكبي أعمال العنف المحتملين من دخول البلاد". ويبدو هذا الإجراء ضروريا من أجل توفير أفضل حماية ممكنة لهذا الحدث الكروي الدولي الكبير. وينصب التركيز على حماية البلاد ضد هجمات المتطرفين والمشاغبين وغيرهم من مرتكبي أعمال العنف، فضلا عن تأمين الشبكات الإلكترونية ضد الهجمات السيبرانية، حيث شهدت فيزر: "تجنزك بشكل خاص على هذه التهديدات الحالية". وتنطلق بطولة أمم أوروبا 2024 في ألمانيا يوم 14 جوان المقبل، فيما تقام المباراة النهائية في 14 جويلية المقبل. وفي عام 2006، علقت ألمانيا مؤقتا اتفاقا أوروبيا يقضي بإلغاء الضوابط الداخلية على الحدود قبل وأثناء بطولة كأس العالم لكرة القدم، التي استضافتها آنذاك. كانت فيزر المحت بالفضل في الأيام الأخيرة إلى أنها تفكر في فرض ضوابط على الحدود خلال البطولة القارية. وفي منتصف فيفري الماضي، مددت وزيرة الداخلية الألمانية إجراءات المراقبة على الحدود البرية مع بولندا، وجمهورية التشيك، وسويسرا حتى منتصف جوان، في محاولة لوقف المهربين والهجرة غير الشرعية. وتمتلك جميع البلدان الأربعة عضوية منطقتة شنجن لحرية الحركة، ما يعني أنه لا توجد عادة ضوابط حدودية منتظمة ولا توجد سوى عمليات تفتيش عشوائية تتم بشكل محدود للغاية. ورغم ذلك، استخدمت ألمانيا مرارا سلطات مؤقتة لتشديد الرقابة على الحدود في السنوات الأخيرة للسيطرة على تدفق المهاجرين وطالبي اللجوء، وأعيد فرض عمليات تفتيش حدودية مماثلة على طول حدود ألمانيا مع النمسا عام 2015 وما زالت سارية حتى الآن.



لاعب تشيلسي الأسبق يحدد خليفة صلاح في ليفربول

أكد توني كاسكارينو، لاعب تشيلسي وأستون فيلا الأسبق، امتلاك ليفربول، بديلا للمصري محمد صلاح، حال رحيل الأخير عن ملعب أنفيلد. وارتبط الدولي المصري بالانتقال للدوري السعودي، لا سيما بعدما تلقى عرضا بقيمة 150 مليون جنيه إسترليني الصيف الماضي، من اتحاد جدة. وقال كاسكارينو، في تصريحات أذاعتها إذاعة "talk sport" الإنجليزية: "صلاح لاعب مذهل بالنسبة لسجله التهديفي الاستثنائي وحضوره في الملعب.. الجماهير تعشقه". وأكمل: "لكنني لئن أتفاجأ حال رحيله هذا العام، خاصة في ظل تبقي عام واحد على نهاية عقده". واستطرد: "يمكنني تخيل انتقاله للدوري السعودي، ليكون واجهة رئيسية له.. هناك فرصة كبيرة لحدوث ذلك". ورغم صعوبة تعويض صلاح، إلا أن لاعب البلوز الأسبق أشار إلى ثقة جماهير الريدرز في العثور على بديل لمهاجمه المصري. ويرى كاسكارينو أن الإنجليزي هارفي إيليو هو البديل المثالي لصلاح، مضيفا: "أنا معجب بالطريقة التي يلعب بها، رغم أنه ليس في مستوى صلاح على صعيد الأهداف والأرقام".

أنتوني: نجم اليونان يتد أكثر من صديق

كشف أنتوني جناح مانشستر يونايتد، هوية اللاعب الذي يعتبر صديقه المفضل في الفريق الإنجليزي. وانضم أنتوني إلى المان يونانيد، في صفقة قيمتها 86 مليون إسترليني، قادما من أياكس في عام 2022، لكنه واجه صعوبات في التكيف مع الدوري الإنجليزي الممتاز. وتلقى أنتوني، الكثير من الانتقادات، حتى أن البعض وصفه بأنه أحد أسوأ التعاقدات في الدوري الإنجليزي الممتاز على الإطلاق. لكن أنتوني أوضح أن صداقته مع الظهير البرتغالي ديوجو دالوت، ساعدته في الأوقات الصعبة. وقال أنتوني لموقع ناديه "ديوجو دالوت أكثر من مجرد صديق بالنسبة لي، فهو يساعدني كل يوم في النادي". وتابع "لدينا عبارة نقولها دائما إلى بعضنا البعض، وهي الرجل الصبور لا يهزم". وأضاف "أنا ممتن إلى دالوت بسبب نصيحته وكذلك اللحظات التي تحدثنا فيها معا، فهو لاعب ساعدني كثيرا".

تطور مفاجئ في إصابة نجم مانشستر سيتي

أظهر تقرير صحفي مدى قوة الإصابة التي تعرض لها كاييل ووكر، ظهير مانشستر سيتي، خلال مواجهة منتخب إنجلترا والبرازيل الودية يوم السبت الماضي. ولم يستطع الظهير المخضرم استكمال المباراة، ليغادر ملعب ويمبلي مصابا. وبحسب شبكة "سكاى سبورتنس"، فإن المشكلة التي يعاني منها ووكر على مستوى أوتار الركبة، لا ترتقي لمرحلة الخطورة. وأشارت إلى تبيين أن الإصابة طفيفة، وقد يستعيد عافيته قبل المواجهة المرتقبة ضد أرسنال يوم الأحد المقبل، في الجولة 29 من الدوري الإنجليزي. ويعد صاحب الـ33 عاما أحد الركائز الأساسية في تشكيلة المدرب الإسباني بيب غوارديولا، ما يجعل مشاركته أمام الجانرز بمثابة دفعة فنية ومعنوية للسيتزنز. وتمثل مباراة السيتي ضد أرسنال أهمية بالغة لكلا الفريقين، في ظل تنافسهما على لقب البريميرليغ قبل 10 جولات على نهاية الموسم ويحتل أرسنال صدارة الترتيب برصيد 64 نقطة، فيما يأتي المان سيتي ثالثا بفارق نقطة واحدة.

معايير المشاركة الأوروبية

وفي هذا الصدد، قال مصدر من الاتحاد الأوروبي لكرة القدم "يويفا" لصحيفة "ذا صن": "صحيح أن مانشستر يونايتد ونيس لا يمكنهما اللعب في نفس المسابقة، لكن يمكنهما اللعب في مسابقات مختلفة، حيث لم يعد هناك مانع من مشاركة ناديين مملوكين لجهة واحدة في بطولتين مختلفتين". ويمكن أن يتأهل مانشستر يونايتد إلى الدوري الأوروبي، في حال أحرز لقب كأس الاتحاد الإنجليزي، أو حل وصيفا لمانشستر سيتي. لكن إذا تأهل يونانيد كوصيف، بينما ضمن نيس مكانا في الدوري الأوروبي من خلال المركز الخامس في الدوري الفرنسي، فستكون للأخير الأسبقية على الشياطين الحمر، وفقا للوائح. وهو ما سيغير مانشستر يونايتد حينها على المشاركة في دوري المؤتمر الأوروبي. ومع ذلك، إذا نجح يونانيد في الفوز بكأس الاتحاد الإنجليزي هذا الموسم، فستكون له الأسبقية، بينما سيشارك نيس في دوري المؤتمر. وبالمثل، إذا تمكن الناديين من التأهل لدوري أبطال أوروبا، فسيتم تخصيص المكان للفريق الذي يحتل مركزا أعلى، في الدوري الخاص به.

بالأرقام.. راتب بوكيتينو أعلى من أنشيلوتي وتشافي

كشف تقرير صحفي، قائمة أعلى المدربين أجرا بين أندية الدوري الإنجليزي الممتاز، والتي يتصدرها بيب غوارديولا. وبحسب صحيفة "الكيك"، فإن مدرب مانشستر سيتي يتقاضى راتبا شهريا يبلغ 1.6 مليون جنيه إسترليني، أكثر من أي مدرب آخر بالبريميرليغ. ويتفوق بيب غوارديولا على يورغن كلوب، الذي يحصل من ليفربول، على راتب 1.2 مليون إسترليني شهريا. ويأتي ماوريسيو بوكيتينو مدرب تشيلسي، في المرتبة الثالثة بين مدربي البريميرليغ، وذلك بحصوله شهريا على 870 ألف جنيه إسترليني. المثير أن الثلاثي يتواجد في قائمة أعلى 5 مدربين أجرا في أوروبا، والتي يتصدرها دييغو سيميوني المدير الفني لآلتيتيكو مدريد، بحصوله على 2.42 مليون إسترليني شهريا. ويحتل غوارديولا وكلوب، المركزين الثالث والرابع، يليهما ماسيميليانو أليغري (جوفنتوس) براتب يبلغ 920 ألف إسترليني، ومن بوكيتينو. ويتقاضى مدرب البلوز بذلك، من كارلو ريبال مدريد، الذي لا يتجاوز راتبه 780 ألف إسترليني، وكذلك تشافي المدير الفني لبرشلونة، بحصوله على 274 ألف إسترليني.

التجاهل مستمر.. غيفز خارج قائمة أساطير البريميرليغ

كشفت رابطة الدوري الإنجليزي الممتاز، قائمة جديدة من اللاعبين المرشحين لدخول قاعة المشاهير، التي تخلد أساطير المسابقة على مر تاريخها. وتهدف هذه القاعة إلى تخليد ذكريات أفضل لاعبي البريميرليغ على الإطلاق، والذين ساهموا في إعلاء قيمة البطولة طوال السنوات الماضية. وأعلنت الرابطة، قائمة جديدة تضم عدة لاعبين مرشحين لتخليد ذكراهم في قاعة المشاهير، على رأسهم 9 من الإنجليز، وهم سول كامبيل، روبي فاوور، مايكل كاريك، أندرو كول، جيرمين ديفو، ليس فيرديناند، غاري نيفيل، مايكل أوين وجون تيري. كما تضم القائمة أيضا، الثاني الإسباني سيسك فابريغاس وديفيد سيلفا، بالإضافة إلى البلجيكي إيدن هازارد، الأيسفوري يايا توريه، الهولندي إدوين فان دير سار والصربي نيمانيا فيديتش. ولم تشمل القائمة التي ضمت 15 لاعبا، اسم الويلزي ريان غيفز، الذي تم تجاهله مجددا، رغم الأرقام القياسية التي يملكها في الدوري الإنجليزي. ويعد أسطورة مانشستر يونايتد، الأكثر صناعة للأهداف في البريميرليغ، فضلا عن تتويجه باللقب 13 مرة. وربما دفع غيفز، ضمن مشاكله خارج الملعب، وذلك بعدما وجهت إليه اتهامات بالاعتداء الذي تسبب في أذى جسدي لصديقه السابق كيت جريفيل، فضلا عن الاعتداء على شقيقته.



هازارد، الأيسفوري يايا توريه، الهولندي إدوين فان دير سار والصربي نيمانيا فيديتش. ولم تشمل القائمة التي ضمت 15 لاعبا، اسم الويلزي ريان غيفز، الذي تم تجاهله مجددا، رغم الأرقام القياسية التي يملكها في الدوري الإنجليزي. ويعد أسطورة مانشستر يونايتد، الأكثر صناعة للأهداف في البريميرليغ، فضلا عن تتويجه باللقب 13 مرة. وربما دفع غيفز، ضمن مشاكله خارج الملعب، وذلك بعدما وجهت إليه اتهامات بالاعتداء الذي تسبب في أذى جسدي لصديقه السابق كيت جريفيل، فضلا عن الاعتداء على شقيقته.

إنتر ميلان يوجه أنظاره نحو التعاقد مع الحارس البرازيلي بينتو ماتيسوس كريبيسكي

وجه نادي إنتر ميلان، أنظاره نحو التعاقد مع حارس مرمى برازيلي لتدعيم صفوف الفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة. وذكرت صحيفة "توتوسبورت" الإيطالية، أن إنتر اختار بينتو ماتيسوس كريبيسكي، حارس أتلتيكو باراناينسي والمنتخب البرازيلي، لتدعيم مركز حراسة المرمى. وأضافت أن الحارس البالغ من العمر 24 عاما، أعطى الضوء الأخضر للانتقال إلى النيرازوري في الصيف المقبل، رغم ارتباطه بعقد مع النادي البرازيلي حتى ديسمبر 2026. وتابعت، "بينتو على رادار إنتر منذ فترة، حيث زار مدير النادي الإيطالي داريو باتشيني البرازيل بشكل شخصي من أجل جلب كريبيسكي للإنتر، كما يتطلع الحارس لاتخاذ الخطوة التالية في مسيرته بإيطاليا". وأوضحت أن العقبة الوحيدة أمام إنتر تكمن في أن الحارس لديه شرط جزائي في عقده بقيمة 60 مليون يورو، بينما إذا أصر الحارس على الرحيل، فإن النادي البرازيلي سيطلب الحصول على 15 مليون يورو على الأقل لبيعته في الصيف. ولفتت إلى أن أتلتيكو يمكن أن يخض من مطالبته من خلال تضمين الصفقة بعض البنود مثل الحصول على جزء من أي رسوم نقل مستقبلية. ويستهدف إنتر وضع بينتو كخيار ثان خلف الحارس الأساسي يان سومير، لمنحه المزيد من الوقت للتأقلم، خاصة وأن الحارس السويسري يبلغ من العمر 35 عاما. يشار إلى أن بينتو ظهر لأول مرة مع منتخب البرازيل في الفوز 1-0 وديا على حساب إنجلترا بملعب ويمبلي هذا الأسبوع.

كونتي يتصدر المرشحين لتدريب نابولي الموسم المقبل

كشفت تقارير صحفية عن تصدر أنطونيو كونتي، المدير الفني السابق لفريق توتنهام هوتسبير، قائمة المرشحين لتولي تدريب فريق نابولي في الموسم المقبل 2024-2025.

وذكرت صحيفة "كورييري ديلو سبورت" الإيطالية، أن كونتي يأتي في صدارة المرشحين للجلوس على مقاعد البدلاء في فريق الجنوب في الموسم المقبل، وذلك لرغبة أوريليو دي لورينتيس، رئيس نادي نابولي في التعاقد معه في نهاية الموسم الجاري. وأضافت الصحيفة أن "كونتي مدرب قوي، محفز، إنه شخصية مطمئنة مع البيئة في نابولي"، موضحة أنه يملك شخصية قوية مناسبة مع فريق الجنوب. وأشارت إلى أن المدرب الإيطالي يملك مؤثرات خاصة يمكن أن يكون لها تأثير على مدينة مثل نابولي ويملك دوافع كبيرة قد تدفعه إلى الانخراط في بيئة مغرية. وتعدال نابولي مؤخرا مع إنتر ميلان، 1-0 في المباراة التي جمعتها على ملعب جوزيبي مياتزا، ضمن مباريات الجولة 29 من منافسات الدوري الإيطالي. ويحتل نابولي المركز السابع في جدول ترتيب الدوري الإيطالي هذا الموسم برصيد 45 نقطة بعد مرور 29 جولة من المسابقة حتى الآن.

جنوى يحدد سعر لاعبه غودموندسون وسط اهتمام إنتر ميلان وجوفنتوس

فرض جنوى حداً أدنى للسعر قدره 35 مليون يورو على هدف إنتر ميلان وجوفنتوس وتوتنهام ألبرت غودموندسون.

برز غودموندسون كهدف لعدد من الأندية الكبرى في جميع أنحاء أوروبا. تعد الأهداف العشرة التي سجلها الدولي الأيسلندي وثلاث تمريرات حاسمة حتى الآن في الدوري الإيطالي مع جنوى هذا الموسم بمثابة شهادة على نموه في الشكل والمنتج النهائي.

وأكدت صحيفة "توتوسبورت" أن إنتر هو أحد المرشحين الرئيسيين لضم غودموندسون. يرى النيرازوري أن اللاعب البالغ من العمر 26 عاما يتمتع بالملف الشخصي المثالي لإضافة الجودة والتنوع إلى هجومهم.

يريد إنتر التعاقد مع مهاجم كبير في الصيف بالإضافة إلى وصول مهدي طارمي في صفقة انتقال مجانية من بورتو، حيث إنهم يتطلعون إلى تعزيز العمق في المواقف. كما أن تنوع غودموندسون وجودته الفنية في المراوغة يجعله لاعبا مثاليا لملء هذا النوع من الملف الشخصي الذي يبحث عنه النيرازوري.

لكن جوفنتوس يتطلع أيضا إلى التعاقد مع لاعب بهذا النوع من الملف الشخصي، وسيكون البيانكونيري جاهزا لمواجهة إنتر ميلان من أجل توقيع جودموندسون.

ومن الدوري الإنجليزي الممتاز، يتطلع توتنهام هوتسبير أيضا إلى مهاجم جنوى خلال هذا الصيف.

أوليفيه جيرو على أعتاب مغادرة ميلان

كشفت تقارير صحفية أن أحد أندية الدوري الأمريكي الممتاز، قدم عرضا رسميا من أجل الحصول على توقيع أوليفيه جيرو من صفوف ميلان الإيطالي في نافذة الانتقالات الصيفية القادمة. ويقرب عقد أوليفيه جيرو من نهايته مع ميلان، حيث ينتهي في 30 جوان القادم وسيكون لاصيا حرا ويستطيع الانتقال إلى أي ناد دون العودة إلى إدارة الروسونيري. ووفقا لما أورده الصحفي الإيطالي الموثوق "فابريسيو رومانو" على حسابه الرسمي ب منصة التواصل الاجتماعي "X" فإن نادي لوس أنجلوس قدم عرضا رسميا من أجل الحصول على خدمات جيرو في صفقة

الفرنسي، تلقى أيضا عروضاً من أندية أخرى، ورغم عدم لوس أنجلوس يُعد الوجهة المفضلة لمهاجم ميلان في الانتقالات الصيفية. وأشار صحفي "سكاي سبورتس" من مواطن جيرو وقائد منتخب فرنسا السابق، بشجع صديقه من الأمريكي. ووقد بطل كأس العالم 2018 إلى ميلان قبل 3

قادمًا من تشيلسي الإنجليزي مقابل مليونين ونصف المليون أورو. وخلال مسيرته في ميلان، أسهم اللومباردي بلقب الدوري الإيطالي لموسم

الفريق إلى دوري أبطال أوروبا بعد غياب لسنوات طويلة. وكان جيرو قد بدأ مسيرته الدوري الفرنسي، حيث تم تصعيده إلى الفريق غرونوبل في عام 2006، وبعد عام واحد خرج إلى نادي إستر في فرنسا أيضا ثم عاد إلى غرونوبل من جديد.

وبعد العودة إلى غرونوبل، رحل إلى تور الفرنسي ومنه إلى مونتلبيه، الذي كان بوابته نحو البريمير ليغ، ليرحل إلى أرسنال في يوليو 2012، ومعه قضي ست سنوات حتى 2018، ثم انضم إلى تشيلسي في 2021 مقابل 17 مليون أورو.

نابولي يضحى بـ 40 مليون يورو للتخلي عن أوسيمين

كشفت صحيفة إيل ماتينو، أن نادي تشيلسي الإنجليزي ومواطنه أرسنال وباريس سان جيرمان الفرنسي مستعدون لتقديم 90 مليون يورو لنجم نابولي فيكتور أوسيمين، ويمكن أن يقبل الرئيس أوريليو دي لورينتيس عرضا أقل من الشرط الجزائي الخاص بالمهاجم. نابولي مستعد للتخلي عن أوسيمين في نهاية الموسم، ووفقا لأحدث تقرير لصحيفة إيل ماتينو، فإن تشيلسي وأرسنال وباريس سان جيرمان على استعداد لتقديم 90

مليون يورو للاعب النيجيري الدولي. وفقا للتقرير، فقد سئم أوسيمين من الدوري الإيطالي ويتطلع إلى مغادرة ملعب مارادونا. وقع اللاعب البالغ من العمر 25 عاما مؤخرا على تمديد عقده حتى جوان 2026

وتتضمن الصفقة الجديدة شرطا جزائيا بقيمة 120-130 مليون يورو. ومع ذلك، تزعم صحيفة إيل ماتينو أن دي لورينتيس يمكنه قبول عرض أقل من الشرط الجزائي نظرا لأن أوسيمين قد قرر بالفعل مغادرة النادي. ويعمل الوسطاء بالفعل مع وكيل المهاجم، روبرتو كاليندا، لإيجاد ناد جديد لمهاجم ليل السابق، الذي سجل 72 هدفا في 125 مباراة مع البارتيونبي منذ عام 2020.

ميلان وجوفنتوس يترقبان مستقبل أمرابط مع اليونان

أقرب سفيان أمرابط من مغادرة نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي، خلال سوق الانتقالات الصيفية المقبلة، وسط ارتباطه بنادي ميلان الإيطالي وحسب موقع "كالتشيو ميركاتو"، فإن حلم ترسيخ مكائته في الدوري الإنجليزي الممتاز بقميص مانشستر يونايتد قد تلاشى بالفعل بالنسبة لأمرابط. حيث كافح لاعب خط الوسط المغربي من أجل اللعب منذ انضمامه إليهم، ويبدو أن أيامه في أولد ترافورد أصبحت معدودة. دفع يونايتد 9 ملايين يورو إلى فيورنتينا مقابل رسوم الإعارة فقط، لكنهم قرروا الآن عدم ممارسة خيار الشراء الذي تم تحديده بمبلغ 20 مليون يورو مع 5 ملايين يورو كمكافآت. سيعود نجم فيرونا السابق إلى فلورنسا بشكل عابر فقط لأن وقته مع لافيولا يمكن اعتباره الآن قد انتهى. نظرا لخصائصه، يمكن أن يكون لاعب خط الوسط الذي سيبحث عنه ميلان في الصيف، لكنهم غير مقتنعين تماما ويبحثون عن أسماء أخرى. ومع ذلك، يمكن لجوفنتوس أن يحاول التعاقد معه لأن مديرهم كريستيانو جيونتولي محبب به كثيرا. تركّز التقييمات بشكل أساسي على كيفية بدء المفاوضات لأن يوفنتوس يريد الحصول على إعارة، لكن سيتعين على أمرابط أولاً تجديد عقده الذي ينتهي في عام 2025. وأشار الموقع إن هناك طريق آخر يؤدي إلى التبادل مع آرثر الذي يعمل بشكل جيد مع فيورنتينا ولكن لديه راتب مرتفع جدا لناد مثلهم، ومن جانبه أبقى أمرابط استعداداه لتكرار الانضمام إلى جوفنتوس.

والد نيمار ينفي دفع كفالة "المليون يورو" لداني ألفيش

لم يسر إطلاق سراح داني ألفيش من السجن بالسرعة التي كانت متوقعة في البداية، بعد أن قررت محكمة برشلونة، الأربعاء، الإفراج المؤقت عن لاعب كرة القدم السابق بكفالة قدرها مليون يورو، لكن في الوقت الحالي لم يدفع أحد المبلغ ليبقى اللاعب في السجن. وفي تلك اللحظة، بدأ الجميع يفكرون في احتمال أن يحتاج ألفيش الذي جرى تجميد حساباته، إلى بعض المساعدة لدفع الكفالة، حيث تسربت أنباء في العديد من وسائل الإعلام عن أن نيمار سيتولى من خلال والده دفع المليون يورو، خصوصا بعد أن ساعد الدولي البرازيلي زميله السابق، عندما دفع والده مبلغ 150 ألف يورو الذي طلبته محكمة التحقيق، لتعويض ضحية الاعتداء اللاأخلاقية. وبحسب تقرير صحيفة "ماركا" الإسبانية، مساء الخميس، أصدر والد نيمار بيانا، نفى فيه أنه سيدفع الآن كفالة داني ألفيش البالغة مليون يورو، حيث قال "والد نجم الهلال السعودي في بيانه، كما يعلم الجميع، في البداية ساعدت داني ألفيش، دون أي علاقة بأي دعوة قضائية". وواصل: "في هذه اللحظة الوضع مختلف عن السابق، حيث حسمت المحاكم الإسبانية الحكم بالفعل، هناك تكهنات ومحاولات لربط اسمي واسم ابني بأمر ليس صحيحا". وأخيرا، يأمل نيمار الأب أن يجد ألفيش الصيغة لجمع المليون يورو لدفع الكفالة، "أتمنى أن يجد داني مع عائلته كل الاجابات التي يبحث عنها. بالنسبة لعائلتي، انتهى الأمر".

كيميتش يثير أزمة مع بايرن ميونخ؛ من لقاح كورونا إلى المشاكل مع توخيل

يوصل النجم جوشوا كيميتش إثارة الأزمات داخل ناديه بايرن ميونخ الألماني، بعدما دخل في خلاف كبير مع المدرب توماس توخيل، حول طريقة اللعب في البطولات المحلية والقارية في الموسم الحالي. وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية، الخميس، فإن جوشوا كيميتش أصبح بطل الأزمات الأول مع نادي بايرن ميونخ، بعدما كانت الجماهير وأساطير العملاق "البافاري" يتفنون باسمه، وبمهاراته الفنية الكبرى، التي يتمتع بها، عندما ساهم بتحقيق السادسة التاريخية عام 2020 (البوندسليغا، كأس ألمانيا، السوبر الألماني، دوري أبطال أوروبا، السوبر الأوروبي، وكأس العالم للأندية). وأوضحت أن جوشوا كيميتش بدأ أولى أزماته مع بايرن ميونخ في عام 2021، عندما أعلن رفضه تلقي لقاح فيروس كورونا، ما أثار الجدل بين الجميع في ألمانيا، وتلقى انتقادات حادة، لأنه يُعد نجما كبيرا في كرة القدم، وكلمته مسموعة بالنسبة إلى العديد من المشجعين، الذين أعلنوا حينها عدم رغبتهم في الحصول على اللقاح، بسبب ما تحدث عنه قائد خط وسط العملاق "البافاري". وتابعت



أن جوشوا كيميتش واصل إثارة الأزمات في نادي بايرن ميونخ، بعدما دخل في جدال حاد مع المدرب السابق يولييان ناغلسمان، بسبب طريقته في اللعب، وعدم الاعتماد عليه في المواجهات الهامة، لينتهي الخلاف حينها، عقب إقالة إدارة العملاق "البافاري" المدير الفني بشكل مفاجئ في شهر مارس عام 2023، وواصلت أن جوشوا كيميتش حاول في سوق الانتقالات الصيفية الماضية، الخروج من نادي بايرن ميونخ، بعدما عبّرت عدة فرق أوروبية كبرى عن اهتمامها بخدمته قائد خط الوسط، يتقدمها برشلونة الإسباني، لكن إدارة العملاق "البافاري" طلبت منه البقاء، وعدم الاستماع لأي عرض، وأكدت الصحيفة أن جوشوا كيميتش حاول الخروج من نادي بايرن ميونخ، بسبب قرار الإدارة التعاقد مع المدرب توماس توخيل في مارس 2023، حتى يكون خليفة للمنتقل ناغلسمان، ما زاد من حدة التوتر في غرفة خلع الملابس. وأصبحت إدارة نادي بايرن ميونخ تفكر بشكل جدي، بوضع حد للأزمات التي يقوم جوشوا كيميتش بإثارتها منذ عدة سنوات، وبخاصة أن غرف خلع الملابس في العملاق "البافاري" تشهد توترا بين اللاعبين، بسبب طريقة المدرب توماس توخيل (سيرحل في نهاية الموسم الحالي)، بالإضافة إلى الابتعاد عن صدارة الدوري الألماني، والخروج من بطولة كأس ألمانيا، حيث لم يبق أمامهم إلا المنافسة على دوري أبطال أوروبا. واختتمت بالإشارة إلى أن عقد جوشوا كيميتش (29 عاما) ينتهي مع نادي بايرن ميونخ في عام 2025، وستستلم الإدارة إلى العروض المقدمة إلى قائد خط وسطها، من أجل بيع عقده في سوق الانتقالات الصيفية القادمة.

بابلو أوسفالدو.. من التألق في الكالتشيو إلى نداء استغاثة من الإدمان

تحولت حياة المهاجم الإيطالي بابلو أوسفالدو من لاعب متألق في الدوري الإيطالي لعب في عدة أندية شهيرة إلى شخص منحرف غرق في الإدمان بسبب مشاكل كثيرة تعرض لها خلال السنوات الأخيرة. وأكد اللاعب صاحب الأصول الأرجنتينية، في تصريحات نقلتها صحيفة "سبورت ميدياسات" الإيطالية، الخميس أن حياته تحولت إلى جحيم في ظرف زمني قصير، حيث قال: "لا أعرف إن كنت بحاجة لطلب المساعدة أو الكلام للترويح عن نفسي، أعاني من نوبات انهيار عصبي خطير أدت بي للإدمان المخدرات. أعيش فترة صعبة من حياتي أردت مقاسمتها معكم". وأشارت الصحيفة إلى أن أوسفالدو يعاني من تبعات انفصال عن زوجته مديعة البرامج دانييلا باليستر، ما أدى به للدخول في حالة اكتئاب غير مسبوقة، وأصبح يعيش وضع التدمير الذاتي. أكد الهدف المميز أنه منطلق على العالم الخارجي لا يقادر بيته سوى في الحالات الضرورية جدا "أعيش في بيتي بعيدا عن الجميع، لم أعد أقم بأي شيء مفيد، لا أذهب حتى في أخذ حمام ولا أأعد فراشي، كما أخضع لعلاج نفسي مستمر". يمتلك أوسفالدو تاريخا طويلا في كرة القدم الاحترافية وهو الذي حمل ألوان 13 ناديا على المستوى العالي، إذ جاءت البداية رفقة نادي هوراكان الأرجنتيني، ثم احتراف في إيطاليا ودافع على ألوان عدة أندية وهي أتالانتا، وليتشي، وفيورنتينا، وبولونيا. ثم انتقل الإيطالي لخوض تجربة وحيدة في إسبانيا مع نادي إسبانيول، قبل أن يعود لإيطاليا ويلعب في صفوف روما، ويعدده ساوثهامبتون الإنكليزي، فيوفنتوس وإنتر ميلان الإيطاليان. ولم يرفض المهاجم عرضا بلغه من بلده الأصلي ولعب في صفوف بوكا جونيورز، ثم عاد للعب في أوروبا مع بورتو، ليختتم مشواره في الأرجنتين عبر تجربتين أخيرتين مع بوكا جونيورز وبانفيلد. تدرج بابلو أوسفالدو في الفئات السنية للمنتخب الإيطالية، حيث لعب مع منتخب أقل من 21 عاما وخاض معه 8 مباريات، وبعدها استدعي لخوض أربع مباريات مع فئة أقل من 23 عاما، وأخيرا لعب للمنتخب الأول وسجل 4 أهداف في 14 مباراة شارك فيها.



لابورتا؛ مبابي سيثوه غرفة ملابس ريال مدريد

أطلق خوان لابورتا رئيس برشلونة، تصريحات مثيرة للجدل بشأن احتمالية تعاقد ريال مدريد مع كيليان مبابي مهاجم باريس سان جيرمان. ومن المتوقع انتقال الدولي الفرنسي للنادي الملكي في صفقة انتقال حر، بعدما أبلغ سان جيرمان بعزمه على الرحيل بنهاية الموسم وخلال تصريحات لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الكتالونية، قال لابورتا: "لا أحسد ريال مدريد على صفقة مبابي.. إنه سيثوه غرفة الملابس بكل تأكيد". وأوضح لابورتا مقصده بقوله: "ستضطر لبيع لاعب، ليس كذلك؟ لأنك لن تلعب بكليهما في نفس المركز". ويشير لابورتا بذلك إلى البرازيلي فينيسيوس جونيور، الذي يلعب في الجناح الأيسر، وهو المركز المفضل لكيليان مبابي. ويعد فينيسيوس أحد ركائز المدير الفني الرئيسية، لكن المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي سبق وأن صرح قبل بضعة أشهر بأنه لا ينوي تغيير مركز اللاعب، حتى حال وصول مبابي كما أكد لابورتا أن المبالغ التي ستدفع للمهاجم الفرنسي ستضر الفريق، مضيفا: "لن تكون الصفقة زهيدة.. ستكون مشكلة".



الإصابات الشائعة في الركض

الشد العضلي. للوقاية من الإصابات، قم بارتداء الحذاء المناسب، فمن المهم شراء الأحذية الملائمة للجري، ومن الأفضل أن تذهب إلى متجر للجري للحصول على ما يلائمك. وفي كل الأحوال، لا يجب أن تنفق الكثير من المال. إن الأحذية باهظة الثمن ليست بالضرورة أفضل. "قد تكون الأحذية عالية الثمن أكثر دواما وخفيفة الوزن، لذلك تكون مناسبة للأشخاص الذين يركضون لمسافات طويلة. جميع العلامات التجارية الخاصة بأحذية الجري تصدر نسخاً أقل تكلفة و مناسبة للمبتدئين". ومن الضروري أن تقوم بعملية إحماء ملائمة قبل البدء بالجري. خمس إلى 10 دقائق من المشي السريع أو العدو البطيء قبل البدء تدفئ عضلاتك وتساعدك على الوقاية من الإصابات. ومن أجل الاسترخاء، استمر بالجري بسرعة أبطأ أو امش لمدة خمس إلى 10 دقائق. وهذا سوف يساعد جسمك على التعافي بعد قيامك بالركض. شاهد نصائح للعدائين الجدد لمزيد من المعلومات حول الإحماء والاسترخاء، وكذلك تقنية الجري. لا تكن ميالاً لزيادة كثافة أو مسافة الجري بسرعة كبيرة جداً. "قم بالجري بنفس الطريقة ثلاث أو أربع مرات على الأقل قبل زيادة السرعة أو المسافة، ويمكن للتعرض للإصابة أن يكون محبطاً للغاية، إذا كنت عداءً جديداً، قد تميل للاستسلام عند التعرض للإصابة للمرة الأولى.

جداً أبداً. وهناك أيضاً العديد من تمارين التمدد التي يمكنك القيام بها لتخفف من آلام الكعب، توقف عن الجري وراجع طبيبك على الفور إذا كان هناك تورم كبير في كعب أو منطقة تحت قدمك، خلاف ذلك، راجع طبيبك بعد أسبوع إلى 10 أيام في حال أن الألم لم يزل. لن يكون بإمكانك الجري مع وجود ألم الكعب. إذا قمت بعلاج الألم في وقت مبكر بما فيه الكفاية، فسوف يزول بشكل طبيعي خلال 2-3 أسابيع، وبعد ذلك يجب أن تكون قادراً على البدء بالجري مرة أخرى. إن حالات الشد الأكثر شيوعاً التي تحدث بسبب الجري تصيب العضلات المأبضية (التي تمتد أسفل الجزء الخلفي من الفخذ) أو عضلات الساق. غالباً ما يؤثر الشد على العدائين الجدد الذين لم تعتد عضلاتهم على الجري. يكون ألم الشد العضلي في كثير من الأحيان مفاجئاً ويولد شعوراً كما لو أن شخصاً ما قد ركلك على منطقة من الساق أو على المنطقة المأبضية. يمكن معالجة معظم حالات الشد في المنزل. توقف فوراً عن الجري وضع الثلج على المنطقة المؤلمة لحوالي 20 دقيقة عدة مرات في اليوم (لا تضع الثلج مباشرة على جلدك). إبقاء ساك بوضعية مرتفعة و مدعمة بوسادة يساعدك في تقليل التورم. لن تكون قادراً على الجري بوجود الشد العضلي. يتفاوت الوقت الذي يستغرقه الشد للشفاء وعودتك إلى الجري مرة أخرى من أسبوعين إلى حوالي ستة أشهر، تبعاً لشدة

جباثر حرف الظنوب، وغالباً ما يدرك العدؤون وجود ألم خفيف في الساق ولكنهم يتابعون الجري. إلا أن ذلك من شأنه أن يسبب زيادة الضرر بالمنطقة، والذي يمكن أن يؤدي إلى ألم حاد مفاجئ يوقفك عن الجري تماماً. يمكن تخفيف الألم عن طريق وضع الثلج على المنطقة بانتظام خلال الأيام القليلة الأولى (لا تضع الثلج مباشرة على جلدك). راجع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي إذا كانت المنطقة متورمة، إن كان الألم شديداً أو إن لم يتحسن خلال أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، ومن المرجح أنه يمكن لألم الساق أن يوقفك عن الجري بشكل كلي. خذ قسطاً من الراحة لمدة أسبوعين أو ثلاثة قبل البدء مرة أخرى تدريجياً. يمكن أن يحدث ألم أو تورم في كعب أو أسفل القدم إذا قمت بالجري كثيراً فجأة، وإذا قمت بالجري بشكل شاق أو إذا كان حذاءك لا يساعدك بشكل جيد أو إذا كان بالياً. إن الاسم الطبي لألم الكعب هو التهاب اللقافة الأخمصية. غالباً ما يكون ألم الكعب حاداً ويحدث عندما تركز وزنك على الكعب، يمكن أن يجعلك تشعر كأن أحداً يضع شيئاً حاداً في كعبك، أو كما لو كنت تمشي على حجارة حادة، ويوصي الأطباء بوضع الثلج على المنطقة وتقول أن أفضل طريقة للقيام بذلك هي أن تجمد زجاجة صغيرة من الماء، ثم ضعها على الأرض ولصقها بها وإيصالها تحت قدمك لمدة 20 دقيقة، لا تضع الثلج مباشرة على

أسابيع. إذا كان لديك ألم حاد مفاجئ، ربما يكون وتر آشيل لديك قد تمزق، راجع طبيبك على الفور إذا واجهت هذه الحالة، وسيوقفك الألم الحاد عن الجري تماماً، حتى إن لم يكن الألم شديداً، فإنها فكرة جيدة أن تستريح حتى يزول الألم، ودع طبيبك يقوم بفحصه إن لم يزل. كما يصيب ألم الساق الجزء الأمامي من الساق، وتحت الركبة. وغالباً ما يشار إليه باسم

بالتمدد أو التمارين لمساعدتك على الشفاء. لا تجر إذا كان لديك ألم في الركبة إذا كنت لا تزال تشعر بألم بعد أسبوع من الراحة، راجع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي، وسوف يعتمد مدى الوقت الذي تحتاجه لتستطيع الجري ثانية على سبب ألم الركبة وشدته، يستطيع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي أن يقدم لك النصح. وتر آشيل هو الجزء الخلفي من الكاحل الذي يربط العضلات بالعظم، قد يسبب الجري الدائم إنهاك وتمزق الوتر مع مرور الوقت، وقد يكون لديك ألم وتورم في الجزء الخلفي من الكاحل أو الكعب قد يكون الألم بسيطاً ولكنه مستمر، أو أنه يمكن أن يكون مفاجئاً وحاداً، قد يكون أسوأ في بداية الأمر في الصباح. ولعلاج ألم آشيل في المنزل، توصي أندي بوضع الثلج على المنطقة إذا كنت تشعر بتشنج هناك (لا تضع الثلج مباشرة على جلدك أبداً)، يمكنك أيضاً تدليك المنطقة بأصابعك بلطف. يمكنك أيضاً محاولة استخدام أسافين كعب في حذاءك. احصل على المشورة حول هذا الأمر من متجر للرياضة والجري، راجع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي إذا كان لديك ألم آشيل ولم يزل بعد ثلاثة إلى أربعة

من الممكن أن تؤثر إصابات الجري على أي شخص، من العدائين ذوي الخبرة بشدة و يقومون بدفع أنفسهم بشدة و انتهاء بالمبتدئين الذين لم تعتد عضلاتهم على الجري. ستتعرف أيضاً على نصائح حول كيفية تجنب التعرض للإصابات في المقام الأول، مثل اختيار الأحذية المناسبة والإحماء بشكل صحيح. ويمكن أن يقلل التعرض للإصابة من اندفاعك، لذلك قمنا أيضاً بتضمين نصائح حول كيفية النهوض بنضك والعودة للجري مرة أخرى فور تعافيك، ومهما تكن إصابتك، فإنه لأمر هام أن تستمع لما يقوله جسمك، لا تقم بالجري وأنت تشعر بالألم، فابدأ بذلك ثانية عندما تتعافى بشكل تام. وأثناء قيامك بالجري، قد تشعر بالألم في الجزء الأمامي من الركبة، حول الركبة أو خلف الركبة، قد يكون خفيفاً أو ربما يكون حاداً وشديداً، ولتخفيف ألم الركبة في المنزل، يوصي الأطباء بوضع الثلج على الركبة و التمدد، ضع الثلج (قم بتجريب كيس من البازلاء المجمدة ملفوفاً بمتشفة مبللة بالشاي) على المنطقة المؤلمة لحوالي 20 دقيقة عدة مرات في اليوم، لا تضع الثلج مباشرة على جلدك أبداً. إذا كان الألم شديداً أو الركبة متورمة، راجع طبيبك على الفور، إذا كان ألم الركبة غير شديد، توقف عن الجري و دع طبيبك أو أخصائي علاج طبيعي يقوم بفحصها إذا لم يختف الألم بعد أسبوع. بإمكانهما أيضاً أن يوصيا

كيفية زيادة نسبة العضلات

يبدأ التكوين البدني والعضلي للشخص من طفولته حتى يبلغ سنه ويتوقف نموه، ولكن العضلات هي ضمور تغير الرياضيين، لا أقصد ضمور مرضي، لكن قوة العضلات تساوي الجهد اليومي البسيط الذي نقوم به، التمرين يساعد على تمدد وتضخيم العضلات وتقويتها وزيادة قدرتها، بالطبع، لا تتحول الدهون إلى عضلات أو عضلات إلى دهون، لذلك لكل منها هيكل منفصل خاص به يختلف عن هيكل الآخر تماماً ولا يمكن بأي شكل من الأشكال تحويله إلى بعضه البعض، بل يعوض عن كل منهما الآخر. عند ممارسة الرياضة، تقلل الدهون وتكبر العضلات لتحل محلها، فإن ضمور العضلات ببساطة يعود إلى حجم أصغر من المعتاد. تستغل الدهون فرصة التجمع في المكان الذي تتركه العضلة، لذلك مواكبة التمرين حتى بعد الوصول إلى الجسم المطلوب، يبقى مهماً. يبدأ النظام الصحي بالطعام الجيد الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية الضرورية من أجل زيادة نسبة العضلات وتوفير الطاقة للجسم لممارسة الرياضة، وبعض الأطعمة، مثل الخضار والفواكه، تساعد الجسم على زيادة معدل الحرق والتخلص من الدهون. تجنب مصادر الدهون وكذلك مصادر الدهون والزيوت المشبعة، مثل الوجبات السريعة والمشروبات الغازية والسكريات، يجب تجنبها واستبدالها ببدائل صحية، التجنب لا يعني منعاً لرجعة فيه، ولكن يمكن تناول كل شيء في النظام الغذائي، بيئة متوازنة ومتكاملة تزود الجسم بالطاقة والظروف المناسبة من أجل زيادة نسبة العضلات. بعض الأخطاء الشائعة التي يقوم بها بعض الأشخاص مع تناول السكريات والدهون كثيراً وإهمال الطعام الصحي، معتقداً أن الاثنين متكافئان، وهذا خطأ، مع نقص الغذاء الصحي، لا يجد الجسم ما يكفي لبناء العضلات وتوفير الطاقة، لذلك يشعر بالتهديد عند ممارسة الرياضة، مثل المجاعة، على سبيل المثال، لتخزين كل الطعام الذي يتلقاه، مما يتسبب في تراكم الدهون وزيادة الوزن. وبالتالي، نجد أن الطعام الجيد مع ممارسة الرياضة ضروري للوصول إلى النتيجة المرجوة، تختلف التمارين بين تمارين القوة والحديد وبناء العضلات الخاصة بكل مجموعة من العضلات بشكل منفصل. تمارين الكارديو التي تساعد في حرق الدهون، وهي تمارين هوائية تخص الجسم بأكمله كوحدة واحدة، يفضل دائماً حضور تمارين القلب اليومية لمدة نصف ساعة أو 40 دقيقة لأنها مهمة للجسم وتحافظ على لياقته وصحته حتى بدون بناء العضلات. أما بالنسبة للتمارين، فالقوى المتخصصة في مجموعات العضلات وتساعد على زيادة نسبة العضلات، يجب أن تستريح كل مجموعة بعد ممارسة الرياضة لمدة تصل إلى يومين أحياناً حتى لا تتسبب في إرهاق العضلات وإرهاقها أو تمزقها.



من أجل إظهاركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للإنتاج، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة ب101 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
programmation.regie@anep.com.dz
agence.oran@anep.com.dz
agence.alger@anep.com.dz
agence.nargla@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 بارقم 05-الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

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 الإجتماعي:

