

تألقه مع هال سيتي يمنحك حلولاً إضافية لبيتكوفيتش

بلومي يتلقى إشادة واسعة في إنجلترا ويفتح أبواب العودة لـ "الخضر"

حارس هال سيتي
إيفان باندور:
"بلومي لاعب
إستثنائي ومن
ال رائع وجوده
معنا في الفريق"

الم Sage جر الصغير

الجماهير
الجزائرية تأمل
في استدعاءه
لتربيص
أكتوبر



يومية رياضية جزائرية

الإثنين 30 سبتمبر 2024 الموافق 27 ربیع الأول 1446 هـ العدد: 1068 الثمن: 30 دج

عطال: "جاهر لمساعدة
فريق لتحقيق
الفوز الأول في دوري
أبطال آسيـا"

خلافاً لما تداولته الصحافة
الفرنسية مؤخراً
أكليوش لم يتراجع
عن قراره والتحاقه
بالمنتخب الوطني
مسألة وقت فقط

مؤكداً أنها لا تدعو للقلق
مدرب فولفسبورغ يطمئن
بخصوص إصابة عمورة

خضع أمس لفحوصات طبية
من أجل تحديد مدة غيابه

الإصابة تهدّد
مشاركة عوار
في تربص
"الخضر"

لاستعادة
بريقه
ومستواه
المعهود
قبل تربص
"الخضر"

محرز
يفكر في
الاستعانة
بحضر
بدني خاص

فتح مدرب نادي نيس

الفرنسي، فرانك
هليس النار على
التحكيم في مباراة
نادييه أمام لانس
مساء أول أمس،
لحساب الجولة
ال السادسة من "الليغ" ١

وذلك بعد حرمان
الدولي الجزائري
هشام بوادي من
ركلة جزاء
صحيحة، وأكد
مدرب نيس، أن
فريقه تعرّض للظلم
التحكيمي بعد
سقوط متوسط
ميدان "الخضر" في
طقة العمليات، عقب

تعرضه لتدخل خشن من قبل المدّافع أندى ضيوف في 62، ولجا الطاقم التحكيمي على إثرها إلى تقنية "الفار" قبل أن يعلن عن عدم وجود أي خطأ، وهو الأمر الذي أثار غضبة فرانكل هايس الذي قال في تصريحاته عقب نهاية المقاء الذي انتهى بالتعادل السليم: "ركلة الجزاء لم تصرف علينا (بوداوي)، راوغ ثم أصبح في مواجهة المرمى، قبل أن يتعرض للضرر، أنا لا أقول لك إنه خطأ كبير، لكنه أسيب في المنطقة". مضيفاً بالنسبة لي، هناك عقوبة دون مناقشة معتمدة، ولكن بالنسبة للآخرين لا توجد". وشارك متوسط ميدان "الخضر" أساسياً من جانب نيس لأول مرة منذ حوالي شهر بعد تعافيته من الإصابة التي كان يعاني منها على مستوى الركبة، وهو ما يشير إلى انتخاب الوطني فلاديمير بيتوكوفيتش الذي يستعد لجسم القائمة النهائية المعنية بتربص "محاربي الصحراء" قبل يوم الخميس المقبل، تسبباً لمواجهة الطوغو المزدوجة في

© 2025 "دان" نصريات

عبد

المجيد

خضع أمس لفحوصات طبية من أحد تحدّى مدّة غيابه

الإصابات تهدّد مشاركة عوّار في ترسيص "الخضراء"

تعزز اللاعب الدولي الجزائري حسام عوار لاصابية في المبارزة الأخيرة لناديه الاتحاد
السعودي، أمام الخليج. يوم الجمعة الماضى فى لقاء الجولة الخامسة من دوري "روشن" تهديد
شاركته فى الترتيب المقبل للمنتخب الوطنى فى شهر أكتوبر تحسباً لمواجهته الطوغو فى
شتات كأس أمم إفريقيا 2025. وتشتت تقارير صحفية سعودية، يان متوسط ميدان "الخضر"
لوضع أمس، لضيوفاته طيبة من أجل تحديد حجم الإصابة التي يعاني منها، ووضع برنامج
يللي، لتبسيط مشاركته محل شك، في المقابلة المقبلة أمام الأخدود. يوم الخميس في الجولة
الأخيرة من المسابقة، وأبرزت صحيفية "الرياضية" السعودية، أن حسام عوار، يعاني من إصابة
عملة المخذل الأمامية، الأمر الذى يهدد لحاقه بtripus "الخضر"، المقرر انطلاقه بداية من
07 من أكتوبر الداخل، مع العلم أن اللاعب السابق لنادى روما
الإيطالى، كان قد أدى من سفرة المنتخب الوطنى إلى
ليبيria لمواجهة آخر فى اللقاء الثانى من ترتيب
ستيمبر الماضى لنفس الأسباب، وجدير بالذكر، أن حسام
عوار كان قد تناقل فى مواجهة ناديه الاتحاد أمام الخليج
التي انتهت بفوز رفقاء برياغية مقابل هدف وحيد،
سجل منها جم الحضر هدفاً وحيداً، ليترفع رصيده
إلى أربعة أهداف مع الاتحاد، بعد خمس مباريات
بال الدوري، وواحدة فى كاس المال.

عبد المجيد

مؤكداً أنها لا تدعى وللقلق مدرب فولفسبرغ يطمئن بخصوص أصابة عمورا

طمأن مدرب فولفسبورغ الألماني والف هاسنهوتل بخصوص الأصابة التي تعرض لها الدولي الجزائري محمد الأمين عمورة خلال مباراة ناديه أمام شتوتغارت التي انتهت بالتعادل (2-2) مساء أول أمس، حساب الجولة الخامسة من الأليجيابي (البوندسليغا). وكان مهاجم المخضرم "المخضرم" قد تألق بشكل لافت للانتظار خلال ثاني مواجهة له كأساسي مع ناديه فولفسبورغ في الموسم الجاري، وذلك بعدما بضم على تعريرة حاسمة وسجل الهدف الثاني، مجنباً فريقه من تلقي الخسارة، غير أن فرحة جماهير النادي الألماني لم تكتمل بعد خروج محمد عمورة في 86 بسبب معاناته من إصابة على مستوى الفخذ، فولفسبورغ المخاوف التي كانت تحوم حول عمورة وهو الذي بعد غيابه قرابة شهر كامل بسبب معاناته من آلام على مستوى الكتف، تضيّع تحضيرات الفريق للموسم الكروي الحالي، وقال رالف هاينز خلال الندوة الصحفية عقب نهاية المباراة : "لا أعرف بالضبط عمورة حتى الآن، لكن ربما يرجع ذلك إلىحقيقة أنه عاد إلى بعد عودة طولية"، وتابع التقني المنساوي "بالطبع لا يزال يعاني بسبب الإصابة أثناء التحضير"، قبل أن يختتم "الكتني لا اعتقاده أن هذه التصريحات أن تثير ارتياح الناخب الوطني فلا دليل وجماهير المخضرم" وذلك قبل أيام على انطلاق ترسيخ أكتوبر المزدوجة أمام الـ 19 يوم 19 ماي بعنابة، و 14 من نفس الشهر، بالعاصمة الدجدة، واستضاح خلال المواجهة القادمة لنادي فولفسبورغ يوم السبت نادي بوكوم لحساب الجولة الـ 6 من "البوندسليغا".

الثاني الشاب قد يعود للقائمة النهائية

بلومی و بو عنانی

حـلـانـ جـدـيـ دـانـ
فـيـ يـدـ بـيـتـكـوـفـيـ تـشـ
خـلـالـ تـرـبـ صـ أـكـتوـبـرـ

يسعد المنتخب الوطني الجزائري للموعدة مجدداً إلى أجواء المنافسة الرسمية، من خلال فترة التوقف الدولي شهر أكتوبر الداخل، التي ينخللها مواجهتي طوغو ضمن الجولتين الثالثة والرابعة من تصفيات كأس إفريقيا 2025، حيث يتلقى الناخب الوطني تقديرات إيجابية عن معظم اللاعبين الناشطين في الدوريات الأوروبية والعربيّة، ما يجعل مهمته في تحديد القائمة النهائيّة، فضلاً على تقديرات بأنّها ستتحمل أسماء جديدة قد غابت في المواعيد الماضية. ومن بين اللاعبيّن الذين يمرون بفترة جيدة وقد يكونون حلوّاً إضافيّة في يد المدرب بيتكوفيفتش، الثنائي الشاب محمد الشيربلي بلومي التّجمّن الجديد لمهال سيني الأنجليزي ودider الدين بوتعلاني الجناح الطاّئر لفريق بيس الفرنسي، حيث يقدم المهاجمان مردوداً مقنعاً مع أنديتهمما في الفترة الأخيرة، ما يجعل إمكانية عودتهما إلى تشيكورة "الخضر" ممكّنة جداً، ويسلّمون حلوّاً مميزة لدى الطاقم الفني للمنتخب الوطني الذي شرع في التحضير لإعداد القائمة الخاصة بترتيب أكتوبر المقبل.

بوعناني يعود لحسابات مدرب نيس ويقنع

و بالنسبة لبدر الدين بوعناني، فإن الموسم الحالي يبعث على التفاؤل بعدما دخل مجددا حسابات مدرب نيس فرانك هايس الذي أصبح يعتمد عليه في تشكيلاته، فقد شارك للمرة الثانية تواليأساسي أول أمس، خلال مواجهة لانس في الجولة السادسة من الدوري الفرنسي، وقبلها ضد سوسياد الإسباني في الدورى الأوروبي، وكذا أمام أوجي في الجولة الثالثة من الليج ١، فيما شارك بديلا في عدة مواجهات وقدم مستويات جيدة ما يؤكد عودته القوية ورغبته في افتتاح مكانة أساسية في تشكيلة نادي الجنوب الفرنسي، ما يؤهله أيضا للعودة إلى المنتخب الوطني بعدما غاب عن ترميم جوان وسبتمبر الماضي ضمن خيارات التقني البوستي.

**بلومي يتألق ويبعث برسائل قوية للمعوده
إلى "الخضر"**

من جانبه، دخل نجل أسطورة "الخضر" مباشراً في صلب الموضوع مع تاديه الجديد هال سيني الناشط في دوري الدرجة الأولى الانجليزي، بلومي الذي انضم إليه الصيف الماضي قادماً من فارينسي، استطاع ترك بصمة بعد ثلاثة مباريات فقط شارك فيها وأخرها أمام كارديف سيتي في الجولة السابعة من "الشامبيان شيب"، حيثما سجل ثنائية رائعة، وهذا بعد بداية صعبة في مواجهة شيفيلد يونايتد، قبل أن يحصل على أداء جيد خلال مباراة توك سيتي، ثم يخطف الأضواء خلال مباراة كارديف سيتي أول أمس، وجاء تألق اللاعب الشاب قبل أيام من إعلان القائمة النهائية

**الخضر" الخاصة بترخيص
كتوير، في رسالة قوية
ل فلا دي مير بيتكوفيتش، يؤكّد
خلالها جاهزيته للعودة إلى خياراته.
عدمًا غاب عن موعدى جوان وستمبر.**

**طالبت بضرورة إعادة النظر في طريقة توظيفه
الصحافة البريطانية تندقد
مدرب وولفرهامبتون بسبب آيت نوري**

وجهت تقارير صحفية بريطانية، انتقادات لاذعة لمدرب ولفرهامبتون الانجليزي، غاري أوينيل، بسبب سوء توظيفه للدولى الجزائري ريان آيت نوري، محملة إياه مسؤولية البداية المتعثرة لتشكيلته في الموسم الجاري، كما طالبت بضرورة إعادة النظر في طريقة الاعتماد علىظهير الأيسر لااستفادة من إمكانياته على المستوى الهجومني. وتألق نجم "الخضر" ريان آيت نوري في لقاء ليفرپول أول أمس، لحساب الجولة السادسة من الدوري الانجليزي الممتاز، حينما سجل هدف التعادل، غير أن ذلك لم يمنع ناديه ولفرهامبتون من تلقي الخسارة على ملعبه (١-٢) وهي الخامسة هذا موسم، ليقترب "الذئاب" في ذيل الترتيب برصيد نقطة وحيدة، حيث مصادر إعلامية مقرية من النادي، بأن المدرب غاري أوينيل يتحمل ولبة النتائج السيئة وأخرها ضد "ريزدز" وأبرز موقع "مولينو"، بأن قتني الانجليزي يعتمد على آيت نوري بشكل خاطيء تماماً، وانتقد في ردّاتاب، النجم السابق للمنتخب الانجليزي، المدرب أوينيل بعد مخاطرته بشكل كاف هجومنياً، بتحرير اللاعب الجزائري، خاصة وأن بربول لم يكن في أفضل أحواله من الناحية الهجومنية، مشيداً بما ندمه الظهير الأيسر بعد منح فريقه فرصه العودة في اللقاء. وقال الموقع ذاته، إن ولفرهامبتون حقق الموسم الماضي نجاحاً كبيراً، عندما كان يستعمل غاري أوينيل خطة ٣-٤-٣، حيث لعب آيت نوري بشكل أساسى كظهير أيسر ولكن أيضاً على الجناح وفي دور خط الوسط الهجومني، مشيراً إلى متى تراجع وانكفأ من التحول إلى نظام ٣-٣-٣ وقد أدى هذا غالباً إلى تقييد اللاعب البالغ من العمر ٢٣ عاماً، مضيفاً بأن الجزائري يكون في أفضل حالاته عندما تكون مسؤولياته الدفاعية أقل ويسمح له بذلك بالتقدم للأمام، مستشهدًا بهدفه ضد رفقاء الكرة المصري محمد صلاح، أين أظهر اللاعب قدرات هجومية خارقة، وختم موقع "مولينو" بـ"مطالبة غاري أوينيل بضرورة إعادة النظر في كيفية توظيف آيت نوري والعودة إلى خطة ٣-٤-٣ الناجحة، والتي ستعود بالفائدة للظهيرين ويكون الدفاع أكثر تحصيناً، ما يجعله قادرًا على استخراج أفضل ما لدى لاعبيه وخاصة آيت نوري".

خلافاً لما تداولته الصحافة الفرنسية مؤخراً

أفادت تقارير إعلامية، أن لاعب موناكو الفرنسي، مغناطيسكاكا، صاحب الأصول الجزائرية، لم يتراجع عن قرار اللعب للمنتخب الجزائري خلافاً لما تداولته الصحافة الفرنسية في الأيام القليلة الماضية. وكانت صحيفة "ليكيب" الفرنسية، أكدت قبل أيام أن أكليوش لا يفكر حالياً إلا في منتخب فرنسا الذي يعد هدفه الأول، لكن وين وين نفى ذلك وقال إن الأخبار لا أساس لها من الصحة وإنما هو أسلوب تبعه الصحيفة الفرنسية من أجل الضغط على اللاعب. وأكد موقع "وين وين"، أن اللاعب الفرانكو-جزائري، طلب مهلة من الاتحاد الجزائري لكرة القدم حتى يفصل في مستقبله بشكل واضح مع موناكو، وعلى وجه التحديد رحيله إلى فريق أقوى خلال وقت قريب. وقال موقع وين وين حسب مصادره الخاصة من الاتحاد الجزائري لكرة القدم، إن الفرنسيين يحاولون الضغط بشتى الطرق على مغناطيسكاكا، من أجل دفعه إلى تغيير موقفه بخصوص مستقبله الدولي مثلما فعلوا سابقاً مع حسام عواد وريان أيت نجويزي وغويري. من جهةه، كشف المصدر السالف ذكره بأن النافذ غير قلق بشأن ملء مغناطيسكاكا بخصوص الموقف الذي وضعها التأهلية الشابة. وسيم

الف تحقيق أبطال الأول دوري في لـ "جاهز لمساعدة فريق" عـمال:

أكمل الدولي الجزائري، يوسف عطّال، مدافع السد أن فريقه متسلك بعهد الثلث نقاط طهران الإيراني بالرغم من صعوبة المواجهة المقروءة، اليوم الإثنين، ضمن الجولة الثانية من دوري أبطال آسيا للنخبة. وأوضح خلال المؤتمر الصحفي أمس قاتلا : «سعيد بالمشاركة في أول مباراته لي أمام جماهير السد، تسعى لتقديم مباراة جيدة وتحقيق الثلاث نقاط». وأضاف: «أول مباراة في أيام جماهير السد بعد مباراة العين الأخيرة، المباراة ستكون قوية والمنافسة دائماً في دوري الأبطال صعبة، تسعى لمباراة العين عائبة من شد عضلي، ولكن أنا الحمد لله في مستوى جيداً حالياً وجاهز لمعاونة فريقنا لتحقيق الفوز». ولفت عطّال أنه لا يوجد فريق سهل وكل الاندية قوية ولديها

اللهم لا إله إلا أنت، ومن حسان حسان
لعبة انتقام من المليون

الرائع وجوده معنا في الفريق

أكمل حارس هال ستي، إيفان باندور، أن الجناح الجزائري، بشير بلومي لاعب استثنائي، كونه إمكانيات فنية وجودة كبيرة والجميع يعي وجوده ضمن تشكيلة الفريق. وأدى إيفان باندور تصريحات حمافية نقلها موقع "weare-hulcity" قائلاً: "عندما ترى ما يقدمه بلومي للتدريب منذ اليوم الأول، فهو لاعب استثنائي. وتابع: "إنه واثق من نفسه، ويسألنطل على الفرص ويتحمل المخاطر، ومن الرائع وجوده معنا في هذا الفريق". وجاءت تصريحات الإشادة لحارس هال ستي بذيله بشير بلومي بعد المردود القوي واحرازه لهدفين في مرمى كارديف سيتي ضمن دورى الدرجة الأولى الانجليزى. وكان بلومي، التحق بنادي هال ستي خلال آخر ساعات الميركاتو الصيفي قادماً من نادي إستوريل البرتغالي وبعقد يمتد إلى صيف عام 2028 مقابل 5.5 مليون أورو. وسيتم

شايبي
يشارك في 83 دقيقة
ويعود رفقة "فرانكهورت"
بالنقطة الثالثة من
هولشتاين كيل

عاد الدولي الجزائري، فارس شابيبي، رفقة ناديه إنتراخت
فرانكفورت بفوز كاسح من ميدان هولشتاين كيل بنتيجة
4-2، في اللقاء الذي جمعهما، أمس الأحد، ضمن الأسبوع
الخامس من الدوري الألماني. جناح "الخضر"، لعب
ساسيا ولعب لمدة 83 قبل أن يقوم مدربه باستبداله،
وخلال الدقائق التي شارك فيها كان اداء شابيبي
قبيلاً، حيث، منحه موقع هوسكودر العالمي تقدير
7.4 كثالث أعلى نقطة من جانب فريقه. جدير
بالذكر، خاض فارس شابيبي 7 مباريات مع
إنتراخت فرانكفورت خلال الموسم الجاري
بجميع المسابقات. نجح خلالها بتسجيل
هدف واحد فقط وكان ذلك في مسابقة
كأس ألمانيا، فيما فشل في تقديم أي
تمريرة حاسمة، بواقع 399 دقيقة
لعب في حين تبلغ قيمته
السوقية 18 مليون أورو
حسب ترانسفير
ماركت.
وسيم

سيكون على موعد مع ترجمة "الحضر" للمشاركة في تصفيات كأس أمم إفريقيا 2025، فخلال التربص الأخير للمحاربين، شهد أداء محرك صودوا وهبوضا في المباراة الأولى ضد غينيا الإستوائية، قدرة كبيرة على تحويل خطورة مباراته الأولى إلى فوز ثمين.

افتتح اللاعب الجزائري، زين الدين فرجات، عداده التهديفي في الدوري الفرنسي مع نادي أنجيه في موسم ريمس في المباريات التي جمعتهما، أمس الأحد، على ملعب ريموند كوبوا لحساب الأسبوع السادس من الدوري الفرنسي والتي انتهت لصالح الزوايا ونجح زين الدين فرجات الذي بدأ المباريات أساسياً ولعب طيلة التسعين دقيقة في حفظ ماء وجه فريقه بتسجيل الهدف الوحيد لأنجي بعد أن كان متاخرًا في الترتيبة بثلاثية كاملة، وجاء هدف فرجات في الدقيقة 84 بطريقة جميلة بعد تلقيه كرة رائعة من مواطنه فريد الملالي، قبل أن يتلاعب بأحد لاعبي ريمس وبسدد بيسراه كرة قوية لم يستطع حارس المتأonis من صدتها. وعرف اللقاء مشاركة الثنائي الجزائري، هاريس بالقبيلة وحييام عبداني أساسيانهما أيضاً لكن أحدهما لم يرق إلى مستوى تطلعاته مدربهما ليقوم الآخر باستبدالهما في الدقيقة 80، فيما دخل الملالي بديلاً بدءاً من 62. وبكلمة الأخير والإحصائيات، قال زين الدين فرجات على أفضل تقديره من جانب أنجي بحصوله على نقطة 7.9 حسب موقع هوسكود، فيما تحصل عبداني على نقطتين 6.4 وباقيتها 5.9. وأخيراً

الملالي على علامة 6.6. وبهذه الخسارة، عجز نادي أنجي عن تحقيق أول انتصار له في الدوري الفرنسي لموسم 2024-2025، فيما يتذيل ترتيب الليغا ببنقطتين جمعهما من تعادلين.

وسيم

A composite image. The main focus is a man from the waist up, wearing a light blue t-shirt with a dark blue and white striped pattern on the front. He has a beard and is making a peace sign with both hands. In the background, slightly out of focus, is a soccer player in a yellow jersey with green shorts, also making a peace sign. The background is a blurred stadium or field.

الإثنين 30 سبتمبر 2024 الموافق 27 ربيع الأول 1446 هـ / العدد: 1068

بعد الهزيمة المخيبة على يد ترجي مستغانم بوزيري

مهدد باللاإقامة من تدريب مولودية وجدة

أصبحت أيام المدرب يوسف بوزيدي، معدودة مع ناديه مولودية وهران، بعد الهزيمة المخيبة التي تعرض لها الفريق ساء أول أمس، ترجي مستغانم، (1-2)، في ثاني جولات الموسم الجاري من الرابطة المحترفة الأولى. وعاد “الحمراء” يجرؤن أذياز الخيبة من سفيتهم إلى مستغانم، لمواجهة الصاعد الجديد إلى دوري الأضواء، بعدما تكبدوا أول هزيمة لهم، بعد جولتين فقط على انطلاق الموسم الجاري، وهو الأمر الذي أثار حفيظة جماهير النادي الوهراني، مطالبين بإقالة المدرب يوسف بوزيدي قبل فوات الأوان، خاصة وأن الفريق يطمح لاستعادة مكانته المعتادة من خلال المنافسة على لقب البطولة وضمان إحدى المراكز المؤهلة لمشاركة قارية الموسم المقبل، وهي ذات الصدد، كشفت مصادر مقربة من بيت المولودية أن إدارة الفريق برئاسة شبيب غوماري شرعت في البحث عن طاقم فني جديد لقيادة الفريق في الموسم الكروي الحالي، حيث من المنتظر أن يعقد الرجل الأول في الفريق اجتماعاً طارئاً مع المدرب يوسف بوزيدي للإيجاد أرضية اتفاق تنسخ العقد بين الطرفين، هي ظل عدم رضاها على مستوى الفريق بالرغم من الصفقات الكبيرة التي قامت بها الإدارة في فترة التحويلات الصيفية الماضية.

بوزيدي : "لا يمكن تقبل الهزيمة وأتحمل المسؤولية"

وعلى صعيد آخر، أكد المدرب يوسف بوزيدي أنه يتحمل مسؤولية الهزيمة في الداربي أمام ترجي مستغانم، مؤكداً أن هناك العديد من العوامل التي حالت دون العودة بالفوز من بينها الغيابات الكثيرة، وقال بوزيدي في تصريحاته عقب نهاية اللقاء: «لا يمكن تقبل الهزيمة، حضرنا أنفسنا جيداً وكتنا نسعى للفوز في المباراة الثانية على التوالي، ونستعد جيداً للمواجهة القادمة»، مضيفاً «لأسف هناك العديد من العوامل التي حالت دون ظهورنا بالوجه المطلوب، هناك عدة لاعبين يعانون من الإصابات، وبعض الغيابات التي أثرت على التشكيلة». وتابع «ست راض عن الأداء، وسأجتمع مع المسؤولين لتحديد النقاط التي شاهدناها في المباراة»، واختتم «أتحمل مسؤولية الخسارة 100 بالمئة، وبعد معاهنة اللقاء سيكون لي كلام

آخر عن
النقاء".
سفيان ع

حجـار يـثـمنـ الإـطـاحـةـ بـ"ـالـحـمـراـوةـ"ـ وـيـرـاهـنـ عـلـىـ التـأـكـيدـ أـمـامـ "ـالـسـيـاسـىـ"

شقن مدرب نادي ترجي مستغانم شريف حجار، الفوز الذي حققه الفريق أمام الجار مولودية وهران مساء أول أمس، لحساب الجولة الثانية من الرابطة المحترفة الأولى، أن هذا الانتصار سيرفع معنويات اللاعبين لمواصلة على وتيرة النتائج الإيجابية، وقال حجار في تصريحاته عقب نهاية اللقاء: "المواجهة كانت دارibi بين الجارين وهران وترجي مستغانم، الشوط الأول واجهنا صعوبات كبيرة، خاصة من جانب فريقنا الذي لم يؤد شوط في المستوى وخسرنا عدة صراعات ثنائية". مضيفاً "احسست بأن اللاعبين مرتبكين، ويقتدون بالثقة في النفس وهو ما كان السبب وراء ظهورهم بوجه هزيل، تكلمت معهم في الشوط وطالعتهم بروح المسؤولية والشجاعة حتى تتحكم في زمام اللقاء"، واصل ذات المتحدث "في المرحلة الثانية كان هناك تحسن طفيف، وهو ما جعلنا نسجل التعادل النتيجة في الدقائق الأولى، وأعطانا دفعاً معنوياً لتسجيل هدف الفوز"، وتابع شريف حجار "أحبني اللاعبين على تحسيياتهم الكبيرة، هذه أول مباراته ولو أن الفوز معنوي بالنسبة لنا للكسب ثقة الجمهور والأدارة ككل". ورغم الفوز إلا أن مدرب ترجي مستغانم، عبر عن عدم رضاه على مستوى الفريق ولو أنها أول امتحان لهم في الموسم الجديد، مشدداً على ضرورة تدارك النقصان قبل مواجهة شباب قسنطينة يوم الثلاثاء المقبل في لقاء متاخر عن الجولة الأولى.

第十一章

بن عيادة يغيب أمام ختشلة ويورط ماري نز

تقى الطاقم الفني لنادي شباب بلوزداد، أثناء غير سارة، بغياب المدافع حسين بن عبيادة عن مواجهة الفريق أمام اتحاد خنشلة يوم الأربعاء المقبل، في لقاء متاخر عن الجولة الافتتاحية للرابطة المحترفة الأولى، وشت حصة الاستئناف التي أجرتهاها الفريق ساء أول أمس، غياب المدافع بن عبيادة، بسبب الإصابة التي كان قد تلقاها في الشوط الأول، من مباراة الجمعة الماضية، أمام الصيف وفاق سطيف، ليتأكد إعفاؤه رسمياً من سفرية خنشلة، وهو الأمر الذي سيضع المدرب كورنتين مارتينيز في ضل حاجته الماسة لجميع لاعبيه، من أجل تحقيق الانتفاضة أمام "السيساكوا" بعد البداية المخيبة والتعادل أمام وفاق سطيف، يوم الجمعة الماضي، ما ثار حفيظة الأنصار وجعلهم يوجون انتقادات لاذعة للمدرب الفرنسي بسبب خياراته الفنية التي لم تكون موفقة لأبعد الحدود.

سفیان - ع

**مدرب اتحاد العاصمة نبيل معلول
يبرر التعادل أمام نجم مصر:**

"نَصْ النِّجَاعَةُ الْهِجُومِيَّةُ
حَرَمَنَا مِنَ الْفُوزِ وَهُنَالِكَ
لَا عَيْنٌ غَيْرَ جَاهِزٍ بَعْدَ"

أكد المدرب التونسي لنادي اتحاد العاصمة نبيل معلول، بأن تنصّص النجاعة، حرم الفريق من العودة بالفوز من مواجهته أمام نجم مقرة مساء أول أمس، ضمن فعاليات الجولة الثانية من الرابطة المحترفة الأولى، مشيراً أن بعض اللاعبين لم يدخلوا بعد في أجواء الدوري الجزائري. وكان اتحاد العاصمة قد فشل في تحقيق انتلاقة قوية في الموسم الكروي الحالي، عقب تعادله سلبياً أمام مضيفيه نجم مقرة، ما خلف استياءً كبيراً من قبل أنصار "سوسيطارة" الذين كانوا يمنون النفس في العودة باحتصار شهرين يؤكد طموحات الفريق في المنافسة بقوّة على لقب البطولة المحترفة هذا الموسم. وعقب نهاية اللقاء، أكد التقني التونسي: "لم تستطع التسجيل رغم أنها خلقت عدة فرص، كنا نعلم أن المواجهة ستكون صعبة علينا وهي أول مباراة لنا في البطولة الوطنية"، واواصل "سيطراناً تقريراً على أجواء المباراة من بدايتها إلى نهايتها، وسنحت لنا عدة فرص لتسجيلها" وتابع مدرب اتحاد العاصمة "هناك بعض اللاعبين غير جاهزين 100 بالمائة، كما أن هناك بعض اللاعبين الآخرين لم يدخلوا بعد في أجواء الدوري الجزائري، وأدلّيد ليس جاهز بعد، وسيكو غاساما لديه ثلاث غمز بعد الإصابة التي تعرض لها في اللقاء الأخير أمام الملعب التونسي"، ورغم التعادل إلا أن التقني أبدى رضاه عمما قدمه زملاء غشة وأكمل "أنا راض على مردود اللاعبين صحيح أن النجاعة الهجومية كانت تقصتنا، لكنني لست متاثراً كثيراً من النتيجة لأن الروح التي بحثت عنها كانت موجودة" معتبراً من الترتيب الثاني الذي ينافس على اللقب. جاهزية في المواجهة المقبلة أمام اتحاد العاصمة يوم الأربعاء بملعب نيسليون مانديلا ببراقي هي لقاء متأخر عن الجولة الأولى.

سُفِيَّانٌ



تقنية "الفار" ستكون حاضرة في 3 لقاءات الفار تكشف عن حكام مباريات تسوية رزنامة البطولة

فيما قرر الإدارة المؤقتة
رمي المنشفة

ذكرت إدارة نادي شبيبة الساورة، قرب عودة الرئيس السابق محمد زرواطي، للإشراف على الفريق في الفترة المقبلة، هي ظل قرار الإدارة المؤقتة بالاستقالة من منصبهما. واستنكرت إدارة "سور الجنوب" في بيان لها أمس، إصرار الاتحادية الجزائرية والرابطة المحترفة بمنع زرواطي من الدخول إلى الملعب، مضيفة "في حادثة هي الأولى من نوعها في تاريخ كرة القدم الجزائرية حيث تم صدور قرار غريب من ميني دالي براهيم، ومقر الرابطة المحترفة الأولى يمنع السيد محمد زرواطي مؤسس هذا النادي من التجول داخل الملعب". وتابعت "هذا القرار نزل كالصاعقة على شخص الرجل الأول في الفريق مما جعله يخرج من الملعب متৎضاً على ما ألت إليه الأمور التي لا يبشر بالخير ببداية الدوري الكروي الجديد"، ووصلت ذات المصادر بيانياً يبيّد أن اقترب زرواطي من فريق الساورة من جديد جعل من رئيس الاتحادية صادي وليد رئيس الرابطة المحترفة الأولى أمين مسلوق يسابقون الزمن بـ"جهازه من الساحة الرياضية خوفاً من شخصيته القوية التي تطالما حارب الفساد في كرة القدم الجزائرية وكثيراً ما نددت به جهراً". تؤكد في الأخير أن الإدارة المؤقتة نررت نفسها من منشأة إدارة شبيبة الساورة المؤقتة ترمي لمنشأة وهي طرقها لتقديم استقالتها للسيد ولد شمار و مدير الشبيبة والرياضة الساعات القادمة تنديداً بكل ما حدث داخل غرف تغيير الملابس".
سبعين. ع





الدورة الدولية لشطرنج الكلاسيكي

بن سيدى عبد المالك يتوج بلقب الطبعة الثالثة

**توج لاعب الشطرنج، بن
سيدي عبد المالك من نادي
أولمبي بولوغين للعاصمة
بلقب الطبعة الثالثة
للدورة الدولية للاعب
الكلاسيكي التي اختتمت
مساء أول أمس بالقاعة
المتعددة الرياضيات
بالمدرسة الجھویة
لرياضات بسيدي بالياس
بعد ثلاثة أيام من
المنافسات. واحتل بن
سيدي عبد المالک المركز
الأول في الترتيب برصيد
نقطان متقدما على غليب
بوتاشنت من نادي الحمامة
المدنية لوهان بـ 7 نقاط و
عبد الرزاق شنافي من نادي**



النحوية، واحتضانه بـ 40 جائزة، ولعبت هذه المسابقة الدبلومية التي جرت في قاعة المسرح الكبير الدولي من نسخة جوائز بمعدل دقيقة مع إضافة 30 ثانية كل نكهة بمستوى "جيبي" حسب الحكم الدولي أوكدي أمين فيصل الذي أدار المنافسة، وشهدت هذه التظاهرة التي نظمتها الجمعية الجزائرية لـ "جيبي" لسيدي بلعباس بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للشطرنج والدبيوان المحلي للسياحة ومديرية الشباب والرياضة في إطار الاحتفال بيوم العالم للسياحة المصادر 27 سبتمبر مشاركة 110 رياضياً ورياضية من بينهم خمسة أجانب من فلسطين والأردن وتشاد وطوغو. وتم تكرييم الفائزين بجوائز و هدايا خلال حفل الاختتام بحضور أعضاء الاتحادية الجزائرية للشطرنج وممثلين مديرية الشباب والرياضة لولاية سيدى بلعباس.

طالبت بضرورة اصلاحها

ادارة مستغانم تشتكى من أرضية ملعب محمد بن سعيد

ناشدت إدارة ترجمي مستغافن ما وصفتها الجهات المعنية بالمبادرة والاسراع بصلاح أرضية ميدان ملعب محمد بن سعيد التي توجد في حالة كارثية . وقالت إدارة الترجمي في بيان رسمي نشرته أمس على حسابها التترمسي وعده أن شركة الميدان المتدهورة تنظر توافقها في تأمين وتنظيم المباراة " لقتلة هامة تزيد كرتنا بالشكل الذي رزينا به " وظهرت أرضية الميدان عاماً من دون تطبيق بمستغانم بمناسبة ومتدهورة استقال الترجمي لمولودية وهران في حالة مرتبطة

٥٩

الرئيس الأسبق لمولدية
وهران محمد ابراهيم مهاجمي

توفي مساء أول أمس الرئيس الأسبق لفريق مولودية وهران سنوات الثمانينيات محمد ابراهيم مهاجي عن عمر يناهز 86 عاما، ووري جثمانه الشري أمس بعد صلاة الظهر بمقدمة عين البيضاء بوهراں. وكان القيد قد ترأس نادي عاصمة الغرب الجزائري بين 1982 و1989، وقاده
لتسويق بليقين في كأس الجزائر لكرة القدم (1984)
و(1985) ولقيا آخر في البطولة الوطنية خلال
وسن 1986-1987. بالإضافة إلى ألقاب أخرى
وطنية ودولية فاز بها تحت إشرافه فريقا
كرة اليد وكورة السلة. وجرت جنازة هذا
الإطار السابق في مؤسسة نفطال (أحدى
فرعو مجتمع سوناطراك) بحضور حشد
كبير من المواطنين، من بينهم
لاعبين ومسيرين سابقين في
مولودية وهران من مختلف
الاختصاصات الرياضية.
بالإضافة إلى أفراد عائلته
وأقاربه.

انطلقت أمس المرحلة الثانية من المحاضرات للحصول على شهادة التدريب "كاف برو"، بعد أن كانت المرحلة الأولى في ديسمبر 2023. وفقاً لما أعلنته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، ونشرت "الكاف" عبر حسابها الرسمي على فيسبوك صوراً من استئناف المحاضرات، التي حضرها 20 مدرباً، من بينهم الناخب الوطني السابق رابح سعدان، إلى جانب عبد الحق بن مهدي.

في حضور لافت
لكبار المدربين
الجزائريين

**انطلاق
ترخيص
التدريب
كاف برو™**

المخيم الجهوي للشباب لكرة السلة فيبا أفريقيا"

المنتخب الجزائري يشترك في موعد دوala



يشارك المنتخب الجزائري لكرة السلة - ذكور لأقل من 16 سنة في منافسات المخيم الجهوي للشباب (فيبي أفريكا)، من 14 إلى 17 أكتوبر بدوالا الكاميرونية. حسبما أفادت به الاتحادية الجزائرية للعبة. ويشارك في هذا المخيم الجهوي للشباب للتطوير والمواهب المنظم من طرف الفرع الأفريقي للاتحادية الدولية لكرة السلة بالتنسيق مع رابطة أمريكا الشمالية (ن بي اي)، أيضاً اللاعبون الشباب من عديد الدول الأفريقية على غرار جنوب إفريقيا، بنزواتا، بورندي، كوت ديفوار، مصر، تونسيا وتونس. ويُنظم المخيم الجهوي للشباب (فيبي أفريكا)، إطاراً للاتحادية الدولية لكرة السلة - فرع إفريقيا، شيخ سار، الفراد ابوايا، دون شوالتر، إيرف رلوند جو تومو. وبالنسبة للإناث، أشار المنظمون إلى أن المخيم الجهوي للتطوير، يقام من 21 إلى 24 أكتوبر بابيدجان (كوت ديفوار).

رواندا تحضن مونديال 2025 للدراجات على الطريق

مدرب منتخب البرازيل: لن أستدعى نيمار قبل شفائه التام من الإصابة

قال دوريال جونيور مدرب منتخب البرازيل لكرة القدم، أمس الجمعة، إنه سيتظر حتى يصبح نيمار جاهزا تماماً لضمته مجدداً إلى تشكيلة الفريق، وذلك معإعلان القائمة التي ستخوض مباريات تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم الشهر المقبل.

وخلص مهاجم الهلال السعودي، الذي لم يلعب منذ العام الماضي وغاب عن بطولة كوبا أمريكا، لجرأة عقب إصابته بمتلازمة الرباط الصليبي الأمامي والغضروف المفصلي في ركبته اليسرى.

وأضاف دوريال - خلال مؤتمر صحفي - أنه "سنتظر، وسنتحلى بالصبر، لا يهم إذا لم يتمكن من العودة في أكتوبر أو نوفمبر أو حتى فبراير. يجب أن يكون مطمئناً، ويحتاج إلى اللعب، وقبل كل شيء يجب أن يتتعافى تماماً من هذه الإصابة".

وابتعق قائلًا "بدأنا درك مدى أهميته. إذا عاد في السنوات المقبلة سيكون لدينا أحد أعظم اللاعبين في كرة القدم العالمية خلال فترة مهمة في مشواره وفي مسيرة منتخبنا الوطني".

وتحتل البرازيل حاليا المركز الخامس في التصفيات المؤهلة لكأس العالم 2026، التي تستشارك في استضافتها الولايات المتحدة والمكسيك وكندا.

مدرب بوكا جونيورز يستقيل بعد 3 هزائم

أعلن دييغو مارتينيز رحيله عن تدريب بوكا جونيورز بعد دقائق من خسارة الفريق 0-2 أمام بيلغرانو، وهي الهزيمة الثالثة على التوالي في الجولة الثالثة من الدوري الأرجنتيني الممتاز لكرة القدم.

وفي الجولة الماضية خسر بوكا جونيورز مباراة السوبر كلاسيكو بنتيجة 1-0 على ملعب لا بومبونيرا أمام ريفير بليت، وقبل ذلك سقط أمام راسينغ كلوب.

وصرح المدرب عقب نهاية المباراة "اليوم لن يكون هناك حدث واحد حول كرة القدم، بل ببساطة أود أن أبلغكم أنني قدمت استقالتي، لقد تحدثت أولاً مع أعضاء المجلس، ثم مع الرئيس ثم مع اللاعبين. نحن لن نواصل مهمتنا كطاقم تدريبي".

وأضاف، "اعتقد أنه في هذهلحظة، على الرغم من أننا جمعينا مسؤولون، فإن الشيء الأكثر صحة بالنسبة لنا هو ترك منصبنا حتى يتمكن الشباب من المضي قدماً. إنني ممن المؤسسة ولرئيسي على تقتنهم بي".

وقاد مارتينيز بوكا في 45 مباراة، فاز في 20 مواجهة منها وتعادل في 15 و تعرض للهزيمة 10 مرات وأثناء توليه مارتينيز الإدارة الفنية لفريق الأرجنتيني، سقط بوكا في الدور نصف النهائي من كأس رابطة الدوري أمام إستوديانيس دي لا بلاتا، وتم إقصاؤه على يد كروز فيرو في دور الـ16 من كوبا سود أمريكانا، وتراجع بشكل كبير في ترتيب الدوري الحالي، بينما لا يحافظ على التوقعات سوى في كأس الأرجنتين حيث سيخوض الدور ربع النهائي مع خيمناسيا لا بلاتا.

ولجين اختبار مدرب جديد، عهد إدارة النادي إلى ماريانو إرون، مدرب الفريق الرديف، بمسؤولية إدارة الفريق الأول مؤقتاً، كما فعل بعد رحيل سيباستيان باتاليا وخورخي أميرون في عام 2023.

جوهنتوس يتبدد خسائر مالية فادحة

توقع نادي جوهنتوس الإيطالي لكرة القدم تسجيل خسارة أخرى في العام المالي المُقبل بعدما أعلن - الجمعة - عن خسارة قدرها 199.2 مليون يورو خلال 12 شهراً حتى جوان الماضي، رغم أنه قال إنه سيحقق التعادل على مستوى التشغيل في السنة المالية الحالية.

وقال جوهنتوس إن إراداته تراجعت بنسبة 22% إلى 395 مليون يورو في السنة المالية 2023-2024، بسبب حرمانه من المشاركة في مسابقات الأندية الأوروبية بعد مشاكل

محاسبية. وارتفعت الخسارة السنوية من 124 مليون يورو في العام السابق.

وكان على جوهنتوس المدرج في بورصة ميلانو، والذي تسيطر عليه عائلة أنتيلي منذ قرن من الزمان، جمع حوالي 900 مليون يورو من مساهميه على مدى السنوات الخمس الماضية في 3 عمليات تقدمة منفصلة لتعزيز ميزانيته. وقالت الشركة إن العائد من المشاركة في دوري أبطال أوروبا وخوض التحالف وراء التحسن؛ إذ "من المتوقع أن تكون التكاليف التشغيلية والتدفقات النقدية متقاربة في السنة المالية 2024-2025".

وبموجب خطة عمل تمت الموافقة عليها العاج الماضي، يتوقع جوهنتوس العودة إلى تحقيق صافي ربح في السنة المالية 2026-2027. وكانت آخر مرة يحقق النادي فيها ربحاً في السنة المالية 2016-2017.

باريس سان جيرمان ينصب الشباك حول "جناح" دورتموند

لم ينجح باريس سان جيرمان حتى الآن، في تعويض رحيل نجمه وهدافه التاريخي كيليان مبابي إلى ريال مدريد الإسباني، وكان بخيلاً في الانفاق، خلال سوق الانتقالات الصيفية الأخيرة التي انتهت في 30 أغسطس الماضي، مكتفياً بالحصول على خدمات 4 لاعبين فقط، ليس بينهم «نجم سبورت»، وهوحارس الروسي ماتفي سافونوف، والبرتغالي جواو نيفيز «20 عاماً»، والإكوادوري ويليام باشتو «23 عاماً»، والفرنسي ديزيري دوي «19 عاماً».

وفشل سان جيرمان في التعاقد مع «نجم سبورت»، خلال «الميركاتو الصيفي»، رغم أنه بذل محاولات كثيرة لاستقدام أحد النجوم في الخط الهجومي، وقوبلت عروضه بالرفض من جانب نخبة من النجوم، أبرزهم أوسيمينين، والبرتغالي رافائيل لياو، والأرجنتيني جوليán ألتاري، والإسباني نيكو وليامز، والجورجي كتارا سخيليا وغيرهم.

غير أن إدارة سان جيرمان تستعد من الآن، لنصب شباكها حول نجم من الدوري الألماني «بوندسليجا»، على أمل الحصول على خدماته، في سوق الانتقالات الشتوية القادمة، أو «الميركاتو الصيفي» على أقصى تقدير.

وأفادت المعلومات التي نشرها موقع جول العالمي بنسخته الفرنسية، أن «باريس» مهتم بالجناح الألماني كريم أديمي «22 عاماً»، لاعب بروسيا دورتموند، على أمل ضمه في بناء القادر، أو في «صيف 2025».

وقال الموقعي إن المشكلة التي تواجه سان جيرمان، تتمثل في أن ناديين آخرين من كبار أوروبا، يوفنتوس الإيطالي ولิفرpool الإنجليزي يسعian بجدية نحو هذا الهدف، الأول لتعويض رحيل كييزا إلى «الريال»، والثاني في تعويض احتمال رحيل المصري محمد صلاح في حالة تفكيره في ذلك بنهاية الموسم.

وتبلغ القيمة السوقية لكرم أديمي 45 مليون يورو، ومن المنتظر أن يشغل أسوق الانتقالات القادمة. بدأ كريم أديمي، المولود في 18 يناير 2002، مسيرته الاحترافية في ريد بول سالزبورج النمساوي في 2018، حيث لعب 68 مباراة، وسجل 27 هدفاً، ثم انتقل إلى بروسيا دورتموند في «صيف 2022».

وحصل أديمي مع ريد بول سالزبورج على بطولة الدوري النمساوي مرتين، وكأس النمسا مرتين، كما حصل مع المنتخب على بطولة أمم أوروبا تحت 21 سنة.

ولعب كريم أديمي، الذي يحمل 3 جنسيات (المانية ورومانية ونيجيرية)، لمنتخبات الشباب الألمانيتين من 2018 إلى 2021، وانضم إلى منتخب «المانشافت» الأول في 2021.

"الفيفا" يوقف الأرجنتيني إيميليانو مارتينيز

أعلن الاتحاد الأرجنتيني لكرة القدم إيقاف حارس مرمى المنتخب الأول إيميليانو مارتينيز لمدة مباراتين في تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم لكرة القدم بناء على العقوبة الموقعة عليه من قبل لجنة الانضباط التابعة للاتحاد الدولي (فيفا).

وذكر الاتحاد الأرجنتيني على موقعه الإلكتروني أن لجنة الانضباط اعتبرت أن إيميليانو مارتينيز مسؤول عن سلوكه العدائي وانتهاكه قواعد اللعب المنظيف في مباراتي الأرجنتين أمام تشيلي، التي أقيمت 5 سبتمبر الجاري، وأمام كولومبيا، التي أقيمت يوم 10 من ذات الشهر.

وذكر الاتحاد الأرجنتيني أن حارس مرمى أستون فيلا تم إيقافه مباراتين، وأنه سينفذ العقوبة في المباراتين المقلبتين للمنتخب الأرجنتيني، بدون أن يذكر الواقعتين. وأعرب الاتحاد الأرجنتيني عن رفضه القاطع للعقوبة الموقعة من قبل لجنة الانضباط بالاتحاد الدولي.

ويتصدر المنتخب الأرجنتيني ترتيب تصنفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة

للmondial برصيد 18 نقطة، وبليه المنتخب الكولومبي برصيد 16 نقطة ثم منتخب أوروجواي برصيد 15 نقطة.

رافينيا: الهزائم تعلمنا كيف ننمو

وجه رافينيا، نجم برشلونة، رسالة إلى مشجعي البارسا عقب الخسارة بنتيجة 4-2، أول أمس أمام أوساسونا، في الجولة الثامنة من الدوري الإسباني. ونشر رافينيا، على حسابه بشبكة "إنستغرام" صورته أثناء تحية مشجعي برشلونة خلال المباراة، وكتب عليها: من خلال الهزائم نتعلم كيف ننمو. لدى ثقة كبيرة في هذا الفريق والعمل. ما زلنا معاً. دائمًا معًا". وبحسب شبكة "أوبتا" للاحصائيات، فإن هذه هي المرة الثالثة التي يسجل فيها أوساسونا 4 أهداف على الأقل في شباك برشلونة. وكانت المرة الأولى في جوان 1936 (4-2) في كأس إسبانيا، وفي جانفي 1984 (أيضاً 4-2 في الليغا). وبهذه الخسارة تجمد رصيد برشلونة عند 21 نقطة في صدارة جدول ترتيب الليغا، بينما رفع أوساسونا رصيده للنقطة 14 في المركز السادس.

فليك بعد الرباعية؛ نسير على الطريق الصحيح

برر هانز فليك المدير الفني لبرشلونة، خسارته في فريقه الأول في الليغا، بنتيجة (2-4) ضد أوساسونا، مساء أول أمس، ضمن منافسات الجولة الثامنة، على ملعب "ال سادار". وقال فليك، خلال تصريحاته لشبكة "أس" الإسبانية: "علينا قبول هذه الهزائم، ولم تلعب بشكل جيد، أعتقد أن مسؤوليتنا هي حماية اللاعبين، لأنهم لا يلعبون العديد من المقابلات، لكنني لم أتوقع أن تلعب بهذه الطريقة". وأضاف: "قلت للفريق إنه يجب المضي قدماً، لدينا مباراة يوم الثلاثاء، ثم الأحد، ونحن على الطريق الصحيح". وأوضح: "ارتكتبنا الكثير من الأخطاء، وهم قاماً بعمل جيد جداً، رغم أنه اعتقاده في الهدف الثاني كان هناك خطأ في بداية المجمدة، لست متاكداً تماماً، لأنني لم أتمكن من رؤية الإلقاء بعد، لكن هذا مما سمعته، تسجيل 4 أهداف في مرمانها هو أمر بالغ فيه". وزاد: "وظيفتي ليست التحدث مع الحكام، لم تكون لدي أفضل رؤية، هناك الحكم الذي يقرر وأيضاً تقنية الفيديو". وعن تغيير ليقاندوفסקי، كشف: "هو أيضًا يحتاج إلى الراحة، إنه قوي، لكن لدينا مباراة كل 3 أيام". وسجل لأوساسونا، بوديمير "هدفين" (18، 72)، وبريان زاراجونا وأبيل بريتونس (28، 85)، بينما المضيف سلسلة انتصارات برشلونة المتالية (7-7) ولامين يامال في مبارياته 77 السابقة (3-ركلات).

خاميس يعلق على مشاركته الأساسية مع رايو فاليكانو

قال الكولومبي خاميس روديجيز لاعب وسط رايو فاليكانو، أنه يشعر بحالة جيدة، بعد أول مشاركة له كأساسي مع فريقه الإسباني. وأكد خاميس، أنه سعيد بالعودة إلى الليغا، مشيراً إلى أن رايو فاليكانو يتمتع بالكثير من الجودة لتحقيق هدف اللقاء في الأضواء. وشارك خاميس، السبت، أمام ليغانيس، في أول مباراة له كأساسي بالليغا، وشارك في أول 63 دقيقة قبل أن يتم استبداله باللاعب إيسبي بالآخر. وأضاف الدولي الكولومبي "أنا سعيد بالعودة إلى إسبانيا وبخوض مباراتي الأولى كأساسي". وتابع "المشارع جيدة. كانت لدى الرغبة في اللعب منذ البداية، وأمل أن أساعد الفريق، هذا ما أرغب فيه. يتبيني الأعداد جيداً بما هو قادر". ونوه "شعرت أنني بحالة جيدة، وأنقل على الفريق وعلى زملائي الجدد الذين ساعدنوني بشكل جيد". وانتهت اللقاء بالتعادل الإيجابي 1-1، ليحتل رايو فاليكانو، المركز الثامن في جدول الليغا برصيد 10 نقاط، جمعها من انتصارات 4 تعادلات وهزيمتين.

بيداري: تعرضنا لظلم واضح ضد أوساسونا

أكد بيدرى نجم برشلونة، أن الفريق الكتالوني تعرض لظلم تعكسي خلال خسارته الأولى لهذا الموسم (2-4) أمام أوساسونا، مساء أول أمس، ضمن منافسات الجولة الثامنة من الليغا، على ملعب "ال سادار". وقال بيدرى، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية،

"في الشوط الأول لم نلعب بشكل جيد، في الشوط الثاني استحقينا أكثر، كان علينا الذهاب للفوز بال المباراة، وعانياً أمام الهجمات المرتدة". وعن إراحة لامين يامال ورافينيا، علق: "من الطبيعي أن تكون هناك مداورة، فهو العديد من المباريات، لكنها ليست عذرًا، كان يجب أن ندخل جميعنا، إلا لاعباً بعقلية جاهزة، النتيجة في نهاية الشوط الأول (0-0) كانت العقاب لنا". واختتم: "كانت هناك مخالفة واضحة جداً على ياريو فيكتور في الهدف الثاني، وهناك ركلة جزاء صالحة لامين يامال كانت واضحة جداً، ضد رايو عذرًا". وسجل لأوساسونا، بوديمير "هدفين" (18، 72)، وبريان زاراجونا (28، 85)، بينما سجل مدافي برشلونة باو فيكتور الدقاقي (53 و 89). وبهذه الخسارة تجمد رصيد برشلونة عند 21 نقطة في صدارة جدول ترتيب الليغا، بينما رفع أوساسونا عنده 14 نقطة في المركز السادس.

لاعب برشلونة: لم نخسر بسبب الحكم

لم يرغب باو فيكتور، الذي سجل هدفاً في أول مباراة يلعب فيها أساسياً مع برشلونة، في تقديم أي اعتذار للهزيمة أمام أوساسونا أول أمس (4-2). وأكد فيكتور (22 عاماً)، في تصريحات صحافية، أن الهزيمة لم تكن بسبب الحكم، لكنه أبدى أسفه لأن هدف الأول لم يترافق مع فوز للفريق الكتالوني. وقال صاحب الهدف الأول للبرسا في اللقاء: "كنت أتمنى لو جاء أن الهدف في ظروف أخرى، هذا ليس الشيء المهم في هذه المباراة، لا أفكر حتى في ما سجلته لأن ما يتعين علينا القيام به هو التركيز على الأخطاء التي ارتكبناها من أجل التحسن". وأوضح: "لم نشعر بالراحة على الأقل في شباك برشلونة".

وكانت المرة الأولى في جوان 1936 (4-2 في كأس إسبانيا)، وفي جانفي 1984 (أيضاً 4-2 في الليغا). وبهذه الخسارة تجمد رصيد برشلونة عند 21 نقطة في صدارة جدول ترتيب الليغا، بينما رفع أوساسونا رصيده للنقطة 14 في المركز السادس.

قدم خوان لابورتا، رئيس برشلونة، لفتة مميزة عقب خسارة البارسا 4-2 أمام أوساسونا، أول أمس، في الجولة الثامنة من الدوري الإسباني. ونشر إذاعة "راديو كتالونيا" الإسبانية، فيديو يظهر أن لابورتا حرص على الذهاب إلى ملعب "أوساسونا" والتقاط الصور معهم خارج الملعب رغم الهزيمة. وقال لابورتا في الفيديو بعد أن وصل إلى مكان تجمع الجماهير: "شكراً إلى كل مشجعي برشلونة". وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن هذه هي المرة الثالثة التي يسجل فيها أوساسونا 4 أهداف على الأقل في شباك برشلونة.

وأضاف باو فيكتور: "لا أريد تقديم اعتذار، لم نخسر بسبب الحكم. هو يقول إن المنافس لم يدركه أولاً قبل أن يدنسه قدمي".

لذلك خطا واضح لصالحي لكننا لا

نريد الدخول في هذا الجدل. لم يصر على الحكم

صالحي وانتهى الأمر".

لعبة مميزة من لابورتا عقب هزيمة برشلونة

قدم خوان لابورتا، رئيس برشلونة، لفتة مميزة عقب خسارة البارسا 4-2 أمام أوساسونا، أول أمس، في الجولة الثامنة من الدوري الإسباني. ونشر إذاعة "راديو كتالونيا" الإسبانية، فيديو يظهر أن لابورتا حرص على الذهاب إلى ملعب "أوساسونا" والتقاط الصور معهم خارج الملعب رغم الهزيمة. وقال لابورتا في الفيديو بعد أن وصل إلى مكان تجمع الجماهير: "شكراً إلى كل مشجعي برشلونة". وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن هذه هي المرة الثالثة التي يسجل فيها أوساسونا 4 أهداف على الأقل في شباك برشلونة.

وكانت المرة الأولى في جوان 1936 (4-2 في كأس إسبانيا)، وفي جانفي 1984 (أيضاً 4-2 في الليغا).

وبهذه الخسارة تجمد رصيد برشلونة عند 21 نقطة في صدارة جدول ترتيب الليغا، بينما رفع أوساسونا رصيده للنقطة 14 في المركز السادس.

قدم خوان لابورتا، رئيس برشلونة، لفتة مميزة عقب خسارة البارسا 4-2 أمام أوساسونا، أول أمس، في الجولة الثامنة من الدوري الإسباني. ونشر إذاعة "راديو كتالونيا" الإسبانية، فيديو يظهر أن لابورتا حرص على الذهاب إلى ملعب "أوساسونا" والتقاط الصور معهم خارج الملعب رغم الهزيمة. وقال لابورتا في الفيديو بعد أن وصل إلى مكان تجمع الجماهير: "شكراً إلى كل مشجعي برشلونة". وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن هذه هي المرة الثالثة التي يسجل فيها أوساسونا 4 أهداف على الأقل في شباك برشلونة.

وأضاف باو فيكتور: "لا أريد تقديم اعتذار، لم نخسر بسبب الحكم. هو يقول إن المنافس

لم يدركه أولاً قبل أن يدنسه قدمي".

لذلك خطا واضح لصالحي لكننا لا

نريد الدخول في هذا الجدل. لم يصر على الحكم

صالحي وانتهى الأمر".

كومباني: ما حدث أمام ليفركوزن

علق فنست كومباني، مدرب بايرن ميونخ، على التعادل أمام باير ليفركوزن (1-1)، أول أمس، على ملعب البايانتز أرينا. ضمن لقاءات الجولة الخامسة من الدوري الألماني. وقال كومباني، في تصريحات نقلها الموقع الرسمي للبايرن: "أرغب دائمًا في الفوز على ملعي، لقد سارت المبارزة في الطريق الذي أردناه، والأهم أننا وصلنا إلى التقدّم ووقفنا بقدرتنا على الفوز بالعديد من المباريات بهذا الأسلوب". وأضاف: "الضغط كان ممِيزاً مثل تجاحنا في النهاية من العودة من التأخر في النتيجة، قاتلنا على كل كرٍ ثانٍ وخلقنا الفرص، ليفركوزن أبلَى البلاء الحسن دفاعياً، كانت مباراة قمة وهنالك أمور يمكننا تحسينها". واتّم: "تحصلنا على العديد من الفرص، ما يزال أمامنا المؤسف عدم فوزنا باللقاء ولكن سنواصل، وبدوره، قال كريستوف فرويند المدير الرياضي للبايرن: "المستوى كان جيداً وقدمنا مباراة صلبة وسيطرنا على ليفركوزن". وواصل: "لم نتمتع بالحظ في الطريقة التي سارت بها المباراة، حيث تأخرنا في النتيجة من أول تسديدة لهم على المرمى". واستكمل: "القد تفاجئنا مع الأمر بصورة جيدة وسيطرنا على اللقاء واستعدنا الكورة كثيراً في الثلث الدفاعي الخاص بهم، ولم نسمح لهم بأي شيء، قدمنا مستوى جيد للغاية ولكن غير راضين عن النتيجة".

غنايري يتحسر على فرصته المزدوجة أمام ليفركوزن

تحسر سيرجي غنايري، على الفرص التي أهدّرها في التعادل فريقه بايرن ميونخ، مساء أول أمس، أمام ضيفه باير ليفركوزن بنتيجة (1-1)، ضمن لقاءات الجولة الخامسة من الدوري الألماني. وتحصل غنايري على فرصة كبيرة مع بداية الشوط الثاني للتسجيل، بتسديدة كرة "على الطاولة" من داخل المنطقة، أصطدمت بالقائم، وعادت إليه من جديد ليُسدد مرة أخرى كرة أصطدمت بالعارضة هذه المرة. وقال غنايري في تصريحات نقلها الموقع الرسمي للبايرن ميونخ: "من المؤسف عدم تسجيل أي من التسديدتين، واجهنا فريقاً يارزاً للغاية ويمكن أن نشعر بالسعادة من المستوى الذي قدمناه". وأضاف: "سيطرنا على معظم أوقات المباراة، ومن الرائع تجاحتنا في العودة بعد التأخر (0-1)، ولكن من المؤسف عدم قدرتنا على الفوز في نهاية المطاف".

ومن جانبه قال ماكس إيريل المدير الرياضي للبايرن: "ظهرنا اليوم الأسلوب الذي تريده اللعب به، يمكن بوضوح ملاحظة رغبتنا في تحقيق الانتصار وافتقدنا فقط في النهاية لانهاء الفرض". وتابع: "نعم تعادلنا ولكن أسلوبنا كان مبهراً وهذه علامة جيدة، وأظهرنا اليوم قدرتنا على الرد عند التأخر في النتيجة". واتّم: "افتقدت كومباني يحضر الفريق بصورة جيدة بصرف النظر عن الخصم سواء كان ليفركوزن أو كيل، زرّيد الفوز بكل مباراة، ونحتاج إلى جميع اللاعبين في ظل طول الموسم".

بافلوفيتش يحرر الخطأ في هدف ليفركوزن

علق ألكسندر بافلوفيتش، متوسط ميدان بايرن ميونخ، على تعادل فريقه أمام ضيفه باير ليفركوزن بنتيجة (1-1)، مساء أول أمس، في قيمة مباريات الجولة الخامسة من الدوري الألماني. وقال بافلوفيتش في تصريحات نقلها الموقع الرسمي للبايرن: "خلقت العديد من الفرص، ولكن لم نحصل على المكافأة في النهاية لافتقارنا للإنهاء أمام المرمى". وأضاف: "حن سعداء بالمستوى الذي قدمناه، سيطرنا على المباراة بالكامل ولم يُسدد ليفركوزن سوى كرتين فقط، في التمريرة التي سبقت الركلة (التي أتي منها هدف ليفركوزن) أردت تمرير الكرة لمانو (نوير) لكنها ارتدت بشكل غريب، وبعدها كان علينا الدفاع بصورة أفضل في الركلة الركنية". وتابع: "حضرنا بعضاً البعض وتحلينا بالابتعادية ووصلنا التقدّم حتى سجلت الهدف، كنت سعيداً للغاية بتعديل النتيجة والعودة في اللقاء". واتّم: "الأمور تسير في طريق ايجابي بالنسبة لنا في الوقت الحالي، وسنعمل بقوة أكبر وسنواصل التقدّم". وأوقف باير ليفركوزن التسجيل عبر روبرت أندريش في الدقيقة (31)، وعدل ألكسندر بافلوفيتش النتيجة للبايرن في الدقيقة (39). وبذلك النتيجة رفع البايرن رصيده إلى 13 نقطة في صدارة الترتيب، كما رفع ليفركوزن رصيده إلى 10 نقاط في المركز الثالث.

نوير يجسم موقفه من التراجع عن الاعتزال الدولي

علق مانويل نوير حارس بايرن ميونخ، على إمكانية عودته عن قراره بالاعتزال الدولي الذي اتخذه منذ قرابة الشهر، وذلك بعد إصابة مارك أندريه تير شتيجن التي سبّبها عن الملاعب حتى نهاية الموسم، وأثبتت تكهنت في الأيام الماضية بشأن إمكانية عودة نوير من جديد للمنتخب الألماني، للعموش الغياب الطويل لشتيفن. وقال نوير في تصريحات

نقلها موقع "سكاي الألماني": عقب التعادل السبت أمام باير ليفركوزن بنتيجة (1-1) عن إمكانية العودة من الاعتزال: "لا... لقد رحلت بمتحف إرادتي... وإنما لن يتغير بإراسه مارك". وأكد نوير إرساله رسالة صوتية لشتيفن عقب الجراحة التي أجراها، مشيراً إلى أنه يعرف تلك الوضعية جيداً بعدم غاب طويلاً عن الملاعب بعد تعرّضه لكسر في الساق في نهاية عام 2022. واتّم نوير: "ليس علينا الشعور بالقلق، هناك حارس مرمن جيددين في ألمانيا من الكسندر نوبل وأوليفر بومان وبييرنل لينتو". يذكر أن المانيا تستعد لخوض مبارايات في دوري الأبطال الأوروبي في شهر أكتوبر المقبل أمام البوسنة والهرسك وهولندا، ومن المنتظر أن يعلن جوليان تاغسماً، مدرب المانشافت عن قائمة فريقه يوم الخميس المقبل.

أونسو: سعيد بنتيجة مواجهة بايرن ميونخ

أعرب تشافي أونسو، مدرب باير ليفركوزن، عن رضاه بالتعادل أمام مضييه بايرن ميونخ (1-1)، مساء أول أمس على ملعب البايانتز أرينا، ضمن لقاءات الجولة الخامسة من الدوري الألماني. وقال أونسو، في تصريحات نقلها الموقع الرسمي للبايرن: "يجب أن تتحلى بالانضباط الشديد أمام البايرن، عاليتنا عند الاستحواذ على الكرة، وكان من المهم التحلي بالتركيز طوال المباراة، سمحنا لهم بالكثير من الأمور، ولكن أنا سعيد ببنقطة التعادل".

ومن جانبه، علق جرافيتش تشاكارا، لاعب وسط باير ليفركوزن: "كان الهدف هو تضييق المساحات واللعب بعنف متقاربة وعدم السماح بالكثير أمام خصم قوي للغاية".

وأضاف: "قدمنا مستوى دفاعي جيد للغاية، ولكن كان بمقدورنا تقديم ما هو أكثر عند التقدم للهجوم، البايرن يملك لاعبين خطرين، وبالتالي أبيلينا حسناً، نعرف أنه كان يمكن تقدير ما هو أفضل بالكرة، ولكن نشعر بالسعادة بالتعادل".

وبدوره، قال روبرت أندريش لاعب وسط ليفركوزن،

ومسجل هدف فريقه في اللقاء: "البايرن جيد للغاية في الوقت الراهن، وليس من السهل مواجهته في أليانتز

أرينا، دافعنا بعمق كبير،

لم نقدم أفضل مستوى

لنا بالمرة، ونحتاج إلى المزيد".

حال كين تزعج بايرن ميونخ

أعرب بايرن ميونخ عن قلقه من الإصابة التي تعرض لها المهاجم الإنجليزي هاري كين، في التعادل أمام باير ليفركوزن بنتيجة (1-1)، مساء السبت ضمن لقاءات الجولة الخامسة من الدوري الألماني. وتعرض كين لإصابة في الكاحل في تدخل مع أيمين عدلي، ليغادر أرض الملعب في الدقيقة 86. وقال ماكس إيريل المدير الرياضي للبايرن ميونخ في تصريحات لسكاي: "عندما يغادر هاري أرض الملعب، حينها تدرك أن هناك شيئاً ما، الإصابة لا تبدو جيدة". وبدوره قال فنست كومباني، مدرب البايرن عقب اللقاء: "انا لست طيباً، ولكن أمل أن يتحقق بمبارة الأربع (استون فيلا بدوري إنجلترا أو روسيا)". أما يان كريستيان درسيشن الرئيس التنفيذي للبايرن فقال: "تعرض

لضربة، ولكن كما قال الأطباء الأمر مرة أخرى غداً". وبدوره علق كين على متابعة الأمر مرة أخرى غداً. في البداية الأمر كان مؤلماً

للغاية من المزعج ترك المباراة

في آخر 5 أو 10 دقائق".

صلاح يعادل أغويرو في قائمة أسطورية

تقديم الفرعون المصري محمد صلاح، نجم ليفربول، في قائمة أكثر اللاعبين مساهمة بالأهداف في البريميرليغ. وقاد صلاح فريقه للفوز على ولفرهامبتون، بهدفين لهدف، السبت، على ملعب مولينيو، ضمن مباريات الجولة السادسة للبريميرليغ. وبمحسب شبكة "سكوكا" للأحصائيات، فقد أصبح صلاح سادساً في قائمة أكثر اللاعبين مساهمة للأهداف لفريق واحد بالبريميرليغ (231 مساهمة)، متعادلاً مع الأرجنتيني سيرجيو أغويرو، أسطورة مانشستر سيتي، صاحب نفس الرصيد.

وضمت القائمة:

واين روني - مانشستر يونايتد (276)
ريان غيفز - مانشستر يونايتد (271)
هاري كين - توتنهام (259)
تييري هنري - أرسنال (249)
فرانك لايماراد - تشيلسي (237)
محمد صلاح - ليفربول (231)
سيير جيو-أغويرو - مانشستر

سيسي (251) بالمر يدخل تاريخ البريمير ليغ

شهد الشوط الأول من مباراة تشيلسي ضد برايتون، بملعب ستامفورد بريدج في الجولة السادسة من الدوري الانجليزي الممتاز، إشارة باللغة الإنجليزية الممتاز، تسجيل 6 أهداف واستطاع الفريق تسجيل 6 أهداف فيما بينهما، إذ نجح البلوز في التقدم (2-4) قبل الستراحة، وأنهى المباراة بذات النتيجة وجاءت رباعية تشيلسي من طريق كول بالمر، الذي وقع على "سو هاتريك" في أقل من 45 دقيقة. وذكرت شب "أوبتا" للأحداثيات أن جاكوسن وبالمر نجح في تسجيل 11 هدفاً منذ بداية الموسم في البريميرليغ، أكثر من أي ثانية آخر، بما في ذلك الأقل. وأضافت: "بالمر سجلثالث هاتريك معادلاً الرقم القياسي لللاعب تشيلسي، الذي هاسيلبيك، ديدليه دروغباً وفرانك لامبارد بالمر أصبح أول لاعب في تاريخ البريميرليغ هاتريك" في الشوط الأول، وبحسب شبكة "سكاونت" كول بالمر أكثر لاعب صنع أهدافاً في تمريرات حاسمة قدمها لتوفى مادويكي جاكسون، الذي قدم له 3 هدايا أيضاً.

كوناتي مازحاً أستحق جائزة الأفضل

بدأ مدافع ليفرپول ابراهيم كوناتي، سعيداً بمساهمته في فوز فريقه على مضيقه وولفرهامبتون 2-1 مساء السبت، ضمن الجولة السادسة من الدوري الإنجليزي الممتاز.

أحرز كوناتي هدف ليفربول الأول في اللقاء، عبر رأسية قوية في الوقت بدل الضائع من

وبهذا الفوز، اقتصر ليفربول صدارة ترتيب فرق البريميرليغ برصيد 15 نقطة، متقدماً بفارق نقطة واحدة على مانشستر سيتي وأرسنال. وقال كوناتي في تصريحات لشبكة "سكاي سبورتس": "كان وولفرهامبتون جيداً اليوم، فقد بدأ بشكل جيد حقاً وكان الشوط الأول صعباً بعض الشيء بالنسبة لنا".

وأضاف: "بعد أن سجلنا، كانت لدينا بعض السيطرة على المباراة، ثم عادوا، ولحسن الحظ أحرزنا الهدف الثاني، كانت معركة رائعة حتى النهاية ولحسن الحظ فزنا وحصلنا على ثلاث نقاط". وفي نهاية المقابلة، مازح كوناتي زميله ريان جرافينتيرش الذي فاز بجائزة أفضل لاعب في المباراة، وقال: "لقد ظلتني أتفاني سافوز بالجازرة"، قبل أن يسلمها لزميله.

سأ—وت؛ بدايتنا لم
تكن جيدة.. وكوناتي
نسى هذه اللحظة

أشاد مدرب ليفرپول أرنى سلوت، بمناسسه مدرب ولفرهامتون جاري أوينيل، بعد تحقيق الفوز عليه بنتيجة 1-2 مساء السبت، ضمن الجولة السادسة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وعانت ليفرپول خارج أرضه من صعوبات طوال اللقاء أمام خصم صعب المراس، دائماً ما يقدم مباريات جيدة رغم احتلاله حالياً المركز الأخير على لمل الترتيب. وقال سلوت في تصريحات لهيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي): «من الجميل دائماً الفوز، وخاصة خارج الديار. لم تكن أول 15 أو 20 دقيقة رائعة». وتتابع: «كانت بداية صعبة للغاية بالنسبة لنا، ولكننا في النهاية سيطربنا على المباراة». وأضاف: «لا، لم تكن (الدفانق الأولى) جيدة، وكذلك الدفانق الأخيرة. بين هاتين المفترتين اعتقدنا أنها قدمتنا أداءً جيداً حقاً». وأردف: «يجب أيضاً أن

تشيد بخطه اللعب التي وضعها جاري اوينيل (مدرب ووفر هامبتون). رغم أن الأمر يبدو غريباً، إلا أنه قدم أداء جيداً حقاً على مدار المباريات الـ 6 الأخيرة.“وتتابع: ”لديه حركة لعب جيدة حقاً لكن خصم وكان الأمر من نفسه بالنسبة لنا اليوم. بعد أول 15 إلى 20 دقيقة، سيطرنا بشكل أكبر على المباراة وسجلنا هدفاً أيضاً“. وعن تلقى هزيمته هدفاً ساذجاً بعد خطأ دفاعي، قال سلوت: ”الهدف الذي استقبلناه كان من الممكن تجنبه بكل تأكيد ولم يكن ضرورياً. لقد جاء في وقت سئٍ لأننا كنا نسيطر تماماً على المباراة.“ وزاد: ”من خلال استقبالنا لهذا الهدف، عادوا إلى المباراة والشيء الجيد بالنسبة لنا هو أننا سجلنا على

وأسترسل: "مع وجود هدف واحد فقط يصنع الفارق، فإن المباراة ستكون صعبة حتى النهاية". وهي تصريحات أخرى لشبكة سكاي سبورتس، قال سلوت: "تحاول عادة الضغط مع محمد صلاح أكثر للأمام، لكن في بعض الأحيان لا يتعلق الأمر بالتكثيف، بل بمدى عدوانية الضغط، وقوتك في المواجهات الثانية". وزاد: "في الشوط الثاني كنا أفضل، كانت الطاقة والشدة أعلى بكثير". وحول اعتقاد كوناته بأنه يجب أن يكون أفضل لاعب في المباراة، قال المدرب الويلزي: "ربما نسي اللحظة التي استقبلنا فيها هدفاً". وبين: "كان هذا هو السبب في استقبال الهدف لأنه لم يكن موجوداً وكان من الممكن تجنبه". وتناول سلوت صدارة هرقله للمسابقة حالياً بقوله: "أحاول دائمًا أكون واقعياً وكان عمل يورغن (كلوب) لا يصدق والجميع يعرف هذا".

أويّن : كييّزا ي حتاج هذا الأمر مع ليفربول

أعرب مایكل أوبن نجم ليفربول السابق، عن ثقته في أن فيديريكو كييزا سيثبت نفسه مع "الريدز" مؤكداً أن تاريخ النادي ساعد على ضم اللاعب الإيطالي بسعر ذهبي. وانضم كييزا إلى ليفربول قادماً من جوفنتوس مقابل 10 ملايين جنيه إسترليني، بالإضافة إلى 2.5 مليون جنيه إسترليني كإضافات. ويعتقد أنه رفض عروضاً مغربية من السعودية، من أجل الانتقال إلى "الريدز". يعتقد يمتد لـ4 سنوات مع راتب أسبوعي يقدر بحوالي 80 ألف جنيه إسترليني. وقال أوبن في مقابلة مع شبكة "آزادن": "أحبه كلاعب، أعتقد أنه يتمتع بالكثير من المهارة. من الواضح أنه يمتلك بخبرة أيضاً وأعتقد أنه لاعب جيد لتعزيز الفريق. لا أعتقد أنه أو أي شخص آخر لديه أي أوهام بأنه سيلعب كل مباراة". وأضاف: "ربما لا يتوقع أن يبدأ الكثير من المباريات ولكن أداءه سيحدد ذلك. وإذا كان جيداً حقاً، فمن المؤكد أنه سيحتفظ بمكانه، وأعتقد أنه سيكون لاعباً أكثر تأثيراً وسيتعين عليه اللعب من أجل إثبات

وتابع: «كبيراً يتمتع بالجودة والخبرة،
لذا نأمل أن يستقر جيداً أتم سترى بعد
ذلك. أعتقد أنه إذا كنت فريقاً أقل شأناً من
ليفربول، فقد تضطر إلى دفع المزيد قليلاً،
ولكن لأنه ر بما يربد خطوة مثل هذه، فإنها
خطوة مناسبة للجميع». وأكملاً: «لقد استثمر
ليفربول النادي والشعار والتاريخ وكل شيء آخر
تقترباً للحصول على شخص قد يستحق أكثر قليلاً
 مما دفعوه. أعتقد أنه كان توقيعاً جيداً، ولكن مرة
أخرى...»، خـ. ذاتي، ٢٠١٤، ٣٦٢

انزاغي: هذا خطأنا الوحيد والمهزيء تجعلك أقوى

قال سيمونوني إنزاغي، مدرب إنتر ميلان، إن فريقه لم يستغل الفرص الكثيرة التي ستحت له أمامه أودينيزي في مباراة الفريقين اليوم السبت، رغم انتصار تيراتزوري ٣-٢. بـ الجولة السادسة من الدوري الإيطالي. وصرح إنزاغي لشبكة داوزن بعد المباراة: "كان اللاعبون راغبين، أنا راض للغاية وأهنتهم، لأن أودينيزي حصل على ١٠ نقاط". وأضاف: "خطأنا الوحيد هو عدم استغلال الفرص الواضحة وتحويلها لأهداف، ثم استقبلنا هدفاً عندما كان يجب أن نشتت الكرة بشكل أفضل، لكننا فقدنا التركيز". وتابع: "سجلنا ٣ أهداف، لكن بالنظر لكل ما صنعناه، كان يجب أن نسجل المزيد". وأردف: "كما رأينا، دخل أودينيزي منطقة الجزاء مترين وسجل فيهم، سومير لم يتمكن من التصديات، لذلك لا تعرف أبداً ما يحدث في هذه المواقف".

وحول الضغط على إنتر بعد خسارة الديربي، قال سيمونوني: "نظرت في عيون اللاعبين هذا الصباح ولم يكن لدى أي شك في أننا سنرى هذا الأداء". وأكد: "لقد كان أسبوعاً دقيقاً بعد هذه الهزيمة، لكن الجماهير لعبت دورها بدعم قوي كما يفعلوا دائماً". واستطرد: "لقد رأينا هذا الموسم بالفعل مدى صعوبة الدوري الإيطالي، كل مباراة صعبة جداً، لذلك تحتاج أن تكون أكثر دقة في التعامل مع الفرص المتاحة، يجب علينا التحسن في هذا الجانب". وتحدث عن لاتارو قائلاً: "إنه قائدنا ونعلم جميعاً بما يمثله بالنسبة للفريق، لم يتوقف أبداً عن العمل، ونحن نعلم أن هناك لحظات مثل هذه بالنسبة للمهاجم، أنا سعيد من أجله وقبل كل شيء من أجل الفريق". واتم مدرب إنتر: "رأيت مدى تضرر اللاعبين من الهزيمة (في الديربي)، وفي بعض الأحيان، تجعلك المزاج أقوى".

جوهنتوس الأقوى داعياً في الدوريات الكبرى

فلاهوفيتش: ردي على المنتقدين جاء على أرض الملعب

تحدث النجم الصربي دوشان فلاهوفيتش، لاعب جوهنتوس، عن سبب احتفاله المثير بعد هز شباك جنوبي في الدوري الإيطالي. ونجح جوهنتوس في الموجة من أرض منافسه ملعب لوبيجي فيراريس بفوز كبير بنتيجة ٣-٠، وتمكن فلاهوفيتش من تسجيل الهدفين الأول والثاني في الدقيقة ٤٨ من ركلة جزاء وفي الدقيقة ٥٥. وأظهر فلاهوفيتش عصبية واضحة بعد تسجيل هدف الثاني، وظل يلوح بيده كلاماً لو كان يتطلب من منتقديه التزام الصمت. وقال فلاهوفيتش، في تصريحات نقلها موقع فوتوبول إيطاليا: "طريقة الاحتفال؟ لا توجد مشكلة، الناس تتحدث، وأنا تعلمت أنك تكون اللاعب الأفضل حينما تسجل، وجينما لا تسجل فانك تصبح لاعباً سيئاً، حديشي جاء على أرض الملعب". وتتابع: "أنا أعي جداًحقيقة أن الناس تتوقع الكثير مني، وأنا أعطي ٢٠٠٪ مما لدي، وأريد الخروج من المباريات بلا أي شعور بالندم سواء سارت الأمور على ما يرام أو لا". وأضاف نجم اليوفي: «لا

يهم إذا سجلت أم لا، الأمر المهم يتمثل في أن الفريق يفوز». وأردف: "أنا لا أضع الحدود مباراه في وقتها، وأكرر من جديد أن الفريق". ويحتفل جوهنتوس جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد ١٢ نقطة، وسيغيب الجولة المقبلة ضد كالياري يوم الأحد الموافق ٦ أكتوبر.

وواصل نادي جوهنتوس، صلابته الدفاعية، بعد انتصاره على مضيفه جنوبي، بثلاثية دون رد، في السادس جولات الدوري الإيطالي. وحافظ اليوفي على نظافة شباكه حتى الآن، على مدار ٦ جولات من عمر الكالتشيو. وذكر شيكو "بيليتش ريبورت" أن جوهنتوس هو الفريق الوحيد في الدوريات الخمس الكبرى، الذي لم تهتز شباكه في أول ٦ أسابيع.

وحقق جوهنتوس مع مدربه تياغو موتا في الكالتشيو، ٣ انتصارات بنتفس النتائج (٣-٠)، على حساب كومو وهيلان فيرونا وجنوبي، بينما تعادل دون أهداف أمام روما وإمبولي.

ووفقاً للحساب الرسمي لبطولة الدوري الإيطالي، في موقع التواصل الاجتماعي "إكس"، وصل جوهنتوس إلى الدقيقة ٤٩٥ دون أن يستقبل أي هدف في الكالتشيو.

وأوضح أن يوفي سجل بذلك أقوى خط دفاع في تاريخ المسابقة منذ اعتماد نظام ٣ نقاط لللائز بال المباراة. جدير بالذكر أن جوهنتوس لم يستقبل أي هدف في أول ٥ مباريات بالدوري الجاري (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

رقم مميز لسومير مع إنتر ميلان

توارد السويسري يان سومير، حارس مرمي إنتر ميلان، في التشكيل الأساسي لفريقه أمام أودينيزي، ضمن منافسات الجولة السادسة من الدوري الإيطالي. وذكر الحساب الرسمي لإنتر، عبر موقع التواصل الاجتماعي "إكس"، أن سومير وصل إلى ٥٠ مباراة بقميصه النيراتزوري، وذلك ب المباراة المليئة ضد أودينيزي. وقبل مباراة الاليوم، شارك سومير في ٤٩ مباراة مع الإنتر، من بينها ٣٩ بالدوري الإيطالي، و٨ بدوري أبطال أوروبا، و٩ مباريات بكأس السوبر الإيطالي. وفي ٤٩ مباراة، خرج سومير بشباكه ٢٨ مرة، فيما استقبلت شباكه ٢٨ هدفاً. وافتتصس إنتر فوزاً مثيراً على حساب مضيفه أودينيزي، بنتيجة ٣-٢، ليحصد النيراتزوري نقاط ثمينة في مشوار الحفاظ على لقب المركز الثالث، بينما تجمد رصيد أودينيزي عند ١١ نقطة في المركز الخامس.

توموري: ميلان يتحسن ونلعب بالطريقة التي نريدها الآن



أكمل المدافع فيكيابو توموري بأن ميلان يؤمن حقاً بقدراته، وذلك بعد تحقيق ثلاثة انتصارات متتالية في الدوري الإيطالي، وقال بأنه سعيد بوجود زميله في فريق تشيلسي في طفولته تامي أبراهم في النادي. وبعد بداية سينية للموسم تغير النسق في ميلان، حيث نجح في الفوز على فينيسيوس ثم الفوز في الديربي على الإنتر، ثم تغلبوا على ليتشي بالامس بثلاثية نظيفة. وفي تعليقه بعد المباراة قال المدافع الإنجليزي: "نحن نؤمن حقاً بهذا الفريق. نعلم بأننا لم نبدأ بالطريقة التي أردناها، لكننا كنا نعرف بقدرتنا على التحسن، الآن نلعب بالطريقة التي نريدها أكثر". وفيما يخص شراكته الدفاعية مع ماتيو جابيا بدلاً من بافالو فيتش قال: "نحن نعلم الجودة التي يتمتع بها ماتيو، قد أصبح لاعباً مختلفاً من عودته من فياريال والآن يثبت أنه مدافع كبير".

كما علق على انضمام صديق طفولته من أكاديمية تشيلسي إلى الفريق في الصيف بقوله: "لقد عرفت تامي منذ أن كنا في السادسة أو السابعة من عمرنا. أنا سعيد جداًرؤيته هنا، إنه لاعب نشيط ويريد الكرة دائمًا، نحن بحاجة لهذه الطاقة في الفريق هذا الموسم".



لكرة في الوجه تقتل ملماً بريطانيا في أول نزال احترافي له

توفي البريطاني شريف لوال ملاكم وزن المتوسط إثر سقوطه على الجلبة، بعد تعرضه للكمة قوية في الوجه خلال أول نزال احترافي له، الأحد الماضي. ووقع الحادث خلال نزال لأول مرة على المستوى الاحترافي أيام غريمي البرتغالي مالام فاريليا الذي أقيمت على حلبة مركز هارو الرياضي في ضواحي لندن، وفقاً لشركة "أوارين بوكسينغ مانجمنت" المروجة للملائكة وصاحبة التنظيم. وذكرت شبكة "إي إس بي إن" العالمية أن لوال (29 عاماً) أصيب بلكرة قوية في صدغه - في الجولة الرابعة من 5 جولات - أستقرت على الأرض من دون حراك. وأصدرت الشركة المنظمة بياناً رسيراً قال فيه "لأسف، انهار شريف خلال نزاله، ورغم الجهود الكبيرة التي بذلها المسعفون، فإنه تم إعلان وفاته لاحقاً". وكان النزال هو الأول حسب برنامج المناوشات، فقررت الشركة إلغاء باقي النزالات. وأصدر مجلس مراقبة الملائكة البريطاني بياناً عبر حسابه الرسمي بمamacare إكس أعرب فيه عن تعازيه لعائلة الملاكم.



هجوم مسلح يطاول نجم منتخب تركيا السابق سيرهات أكين

تعرض مهاجم منتخب تركيا ونادي فنربخشة السابق، سيرهات أكين (43 سنة)، لهجوم مسلح في مدينة إسطنبول، مساء الخميس، بعد خروجه من إحدى القنوات القضائية، حيث يعمل محظلاً فنياً للمباريات. وأصيب أكين، بعد لقاء فنربخشة وضيفه نادي سانت جيلواز البلجيكي، في مسابقة الدوري الأوروبي لكرة القدم.

ونقل لاعب تركيا السابق، والذي شارك في 16 مباراة مع منتخب بلاده بين عامي 2002 و2006، إلى المستشفى لتلقي العلاج. وتشير أكين رسالة على موقع التواصل الاجتماعي، تضمنت صورة لكافله وقادة ملطيحين بالدماء، مرفقة برسالة كتب فيها: "لقد أصيّبت قدمي بالرصاص، كلمتنا الأخيرة هي فنربخشة".

من جهته، أدان الاتحاد التركي لكرة القدم، الهجوم المسلح على نجم الكرة التركية السابق، وكتب في بيان رسمي: "علمباً بأسف، أن لاعب المنتخب الوطني سيرهات أكين أصيب في قدمه، نتيجة هجوم مسلح. تدين بشدة الهجوم الشنيع، وتحلم للأعفاء العاجل". وأدان فنربخشة، النادي الذي بدأ فيه أكين مسيرته، وقضى معه خمس سنوات، قبل أن ينتقل إلى فريق أندرلخت البلجيكي، الهجوم، وقال في بيانه: "نأمل أن يتم تقديم المسؤولين إلى العدالة، في أقرب وقت ممكن".

الحكم بالسجن على مشجع أهان فينيسيوس وتشوكوبيزي

أعلن نادي ريال مدريد أن محكمة التحقيق رقم 3 في بالما دي مايوركا أصدرت اليوم حكم إدانة بحق الشخص الذي وجه، من موقعه في مدرجات ملعب سون مويكين، إهانات عنصرية ضد فينيسيوس جونيور في مباراة مايوركا يوم 5 فيفري 2023. أدين المتهم بارتكاب جرميدين ضد النزاهة الأخلاقية، تفاقمت بسبب التصرف بداعف عنصرية، ارتكبها ضد فينيسيوس جونيور، وكذلك ضد اللاعب سامو تشوكيبيزي، الذي كان في ذلك الوقت لاعب فياريال، والذي تعرض لآهانات مماثلة في ملعبهم من قبل نفس الشخص، بعد أسبوعين. حكمت المحكمة على المتهم بالسجن لمدة اثنين عشر شهراً، كما حكمت عليه بعدم دخول ملاعب كرة القدم التي تقام فيها مباريات دوري المحترفين الوطني لكرة القدم والاتحاد الملكي الإسباني لكرة القدم لمدة ثلاث سنوات. أصبح تقليق عقوبة السجن خاضعاً لمتهم الذي اعتذر وأبدى أسفه برسالة موجهة إلى فينيسيوس جونيور، مشاركاً في برنامج للمساواة في المعاملة وعدم التمييز. هذه هي الإدانة الجنائية الثالثة التي يتم إصدارها في الأشهر الأخيرة بسبب الأهانات العنصرية التي يتلقاها لاعبو ريال مدريد.

من ناحية أخرى، اعتذر القاصر الذي أهان لاعبينا أوريليان شوماميسي في ملعب سون مويكين، خلال الاحتفال بمباراة مايوركا وريال مدريد يوم 13 إفريل 2024، وأبدى تندمه على سلوكه، وقبل في قضاء الأحداث القيام بالأنشطة الاجتماعية والتربوية التي تقتربها عليه النهاية العامة. ولن يتمكن من الوصول إلى اللاعب التي تقام فيها المسابقات الرسمية لمدة عام، وسيتعين عليه دفع الجزاءات المالية التي فرضت عليه، بسبب سلوكه، من قبل اللجنة الحكومية لمكافحة العنف والعنصرية وكراهية الأجانب والتعصب في الرياضة. سيواصل ريال مدريد، الذي رفع مع لاعبيه دعوى قضائية ضد في عالم كرة القدم والقضاء على أي سلوك عنصري في عالم كرة حماية



بوغبا اعتذرت من ميسي بعد مباراة الأرجنتين وفرنسا

كشف لاعب يوفنتوس الإيطالي، الفرنسي بول بوغبا (31 عاماً)، عن تفاصيل حادثة جمعته بالنجم الأرجنتيني ليونيل ميسي (37 عاماً)، خلال نهائيات كأس العالم التي أقيمت في روسيا عام 2018، في نهاية المواجهة التي شهدت تأهل منتخب فرنسا إلى ربع النهائي على حساب الأرجنتين بنتيجة (3-4). هي واحدة من أفضل المباريات في تاريخ كأس العالم. وشهدت نهاية المواجهة حادثة غريبة، إذ بادر بوغبا، الذي كان من بين أكثر لاعبي فرنسا أهمية وتأثيراً، إلى الاعتذار من ميسي، في موقف غريب، باعتبار أن فرنسا استحقت التأهل عن جدارة وقدمنت مباراة مثالية، وقد نقل موقع أفريل سيور، الذي يهتم بأخبار الرياضة الأفريقية، اليوم الخميس، الأسباب التي دفعت بوغبا إلى الاعتذار من ميسي في نهاية اللقاء.

وقال بوغبا عن سبب الاعتذار من ميسي: "لم اعتذر مطلقاً للاعب أو فريق هزته، إلى أن اعتذرت لميسي بعد فوزنا عليهم في نهائيات كأس العالم 2018، في نهاية المباراة سلمت عليه وقلت له: أنا آسف، واعتذر له لأنّه لا يستحق الخسارة". وقد ميسي ورفاقه في منتخب "التانغو" مستوى جيداً، غير أن منتخب الفرنسي كان أفضل تكتيكياً وحصل بطاقة التأهل. ونجح ميسي في تعويض الخسارة أمام المنتخب الفرنسي في نسخة 2022 في قطر، والتي غاب عنها بوغبا بسببإصابة تعرض لها مع فريقه يوفنتوس، وفاز "البولنغا" بكأس العالم للمرة الأولى بمسيرته، في إنجاز كبير حققه صاحب الكرة الذهبية في ثمانين مناسبات.

الكشف عن سروفاتا "بطل" كمال الأجسام البيلاروسـي غوليـم

توفي لاعب كمال الأجسام الشهير البيلاروسـي إيليا غوليـم والمـعروـف باسم "الـمدمر"، عن عمر ناهـز 36 عامـاً، بعد تعرـضه لـأزمـة قلبـية ودخولـه في غـيبـوبة. وذكرت شبكة "سي إن إن" أن لـاعـبـ كـمالـ الـاجـسامـ المـلـقبـ بـ"ـالـمـدـمـرـ" تمـ نـفـثـهـ إـلـىـ الـمـسـتـشـفـيـ بـطـاطـرـةـ هـلـيـكـوبـيـتـرـ وـتـوـقـيـ هـنـاكـ بـعـدـ يـوـمـيـنـ. وـأـشـارـتـ تـقارـيـرـ إـلـىـ أـنـ سـبـبـ وـفـاةـ يـوـمـيـمـ كانـ استـخدـامـ موـادـ مـوـلـلـ الـمـنـشـطـاتـ الـاـبـتـاعـيـةـ وـالـسـيـشـولـيـكـيـةـ، التـيـ أدـتـ إـلـىـ تـعرـضـهـ لـأـزمـةـ قـلـبـيةـ فيـ السـادـسـ مـنـ سـبـتمـبرـ الجـارـيـ. وـقـالـ زـوـجـتـ آـنـاـ فيـ بـرـنـامـجـ 7ـ أـخـبـارـ:ـ قـصـيـتـ كـلـ يـوـمـ بـجـانـيـهـ، أـنـتـظـرـ، وـبـدـأـ قـلـبـهـ يـنـبـضـ مـرـةـ أـخـرىـ لـمـدـةـ يـوـمـيـنـ. لـكـنـ

وـكـانـ غـوليـمـ الـذـيـ يـصلـ وـزـنـهـ إـلـىـ 140ـ كـيـلوـغـرامـاـ، وـطـولـهـ مـتـرـ وـ86ـ سـنـتـيـمـترـاـ يـتـبعـ نـظـامـاـ غـذـائـيـاـ قـوـيـاـ يـحـتـويـ عـلـىـ 16.500ـ سـعـرةـ حرـارـيـةـ يـوـمـيـاـ. وـمـنـ أـجـلـ الحـفـاظـ عـلـىـ كـتـلـةـ الـعـضـلـيـةـ كـانـ جـوليـمـ يـتـنـاوـلـ 7ـ وـجـبـاتـ يـوـمـيـاـ تـشـلـلـ 208ـ قـطـعـ سـوـشـيـ وـ2.5ـ كـيـلوـغـرامـ مـنـ الـلـحـمـ إـلـىـ جـانـبـ حـقـنـ نـفـسـهـ بـ50ـ جـرـعـةـ مـنـ الـأـنـسـوـلـينـ. وـبـعـدـ الـعـلـاقـ الـبـيـلاـرـوـسـيـ وـاحـدـاـ مـنـ مـاـسـهـرـ كـمالـ الـأـجـسـامـ الـتـيـ تـوـصـيـتـ بـأـنـهـ الـأـخـطـرـ عـلـىـ حـيـاتـ مـارـسـيـهـ بـسـبـبـ تـنـافـلـهـ الـعـدـيدـ مـنـ الـمـنـشـطـاتـ وـالـأـدوـيـةـ الـأـخـرـىـ، وـهـذـاـ تـؤـديـ إـلـىـ اـرـتـاقـ نـسـبةـ الـإـصـابـةـ بـالـتـوـبـاتـ الـقـلـبـيـةـ وـالـجـلـطـاتـ الـدـمـاغـيـةـ.



النافورة العضلية وأدوارها

الطريق إلى التائق أسهل، وجدت المجلة الأوروبيّة لأبحاث علم وظائف الأعضاء التطبيقيّة أن التدريب يزيد من تنسيق مجموعات العضلات المختلفة، مما يساعدك على تذكر انماط حركة العضلات، ورفع الأوزان الثقيلة وإعادة بناء القوّة بسرعة أكبر. هذه ليست ذاكرة للعضلة ولكن ذاكرة في دماغ حركة عضلية معينة، يتم تخزينها في خلايا Perkinje من المخيخ، حيث يقوم الدماغ بتشغير المعلومات ويسجل ما إذا كانت حركات معينة صحيحة أو خاطئة، ثم يركز الدماغ تدريجيًا المزيد من الطاقة على الإجراء الصحيح ويخرّنه في ذاكرتك طولية المدى، وبمجرد تخزينه تحتاج إلى استخدام كمية أقل من الدماغ لتنكريها، وهو عندما تبدأ الحركة في الشعور الطبيعي. عند تحريك تقوم بتنشيط أجهزة استشعار تسمى أجهزة استشعار في العضلات والأوتار والمقاييس تتغذى على جهازك العصبي المركزي، يقول الدكتور جيم ريتشاردز، أستاذ الميكانيكا الحيوانية في جامعة سنترال لانكشاير: "يتعلم الجسم تفسير كل هذه الحركات والحواس، من المستقبلات الميكانيكية داخل المفصل أو مستقبلات الجلد أثناء تعدد الجلد، يتم تقدية جميع المعلومات إلى الدماغ فيما يتعلق بالنجاح"، أمسك كرة بيده واحدة وسوف تتدثر لا شعورياً. للتحقيق في ظاهرة الذاكرة العضلية، طلب الباحثون في جامعة مانشستر من أفراد الاختبار تكرار الحركات داخل التصوير بالرنين المغناطيسي، يقول ريتشاردز: "ما وجدوه بينما حاول الناس إعادة إنتاج مهام الحركة هذه هو أن نشاط الدماغ يتغير، تحصل على نشاط أكبر بكثير في مناطق الدماغ التي تتحكم في الجوانب اللاوعائية للحركة والإدراك الذاتي". قد لا تدرك ذلك، لكن الدماغ يخلق باستمرار ذكريات عضلية، حركة واحدة في كل مرة. ولكن لمجرد أن الحركات تشعر بأيّك طبيعي وقمت بنجاح بتسجيل ذاكرة عضلية في اللاوعي الخاص بك، فهذا لا يعني بالضرورة أنك تفتعل ذلك بشكّا، صحيح، أقصد، مثلاً لشّح هذا

يعتقد أنه بمجرد ذبول ارادتك وبدأت في الخمول، استمطت هذه النوى ببساطة، ولن يسبق رؤيتها مرة أخرى، لكن في دراسات سابقة قام الباحثون بتحليل النوى الموجود في الأنسجة الضامة، والتي تموت بعد التوقف عن التدريب، وافتقرض أن الشيء نفسه ينطبق على العضلات، ومع ذلك في مزيد من التحقيق، يبدو أن tris لا يحدث لها ما أشيء. أظهر الباحثون في جامعة أوسلو مؤخرًا أن هذه النوى المكتسبة حديثاً يتم الاحتفاظ بها أثناء ضمور العضلات بسبب الخمول، ولا يزال الجدل الذي يدور حول المدة التي يتلزموها بها غير محدد؛ فقد ذكرت دراسة PNAS فترة 3 أشهر، بينما وجدت مجلة علم وظائف الأعضاء أدلة تشير إلى أن هذه النوى الجديدة لم تضيّع أيديًا؛ يؤدي تدريب المقاومة إلى حدوث تغييرات فسيولوجية دائمة في الألياف العضلات. هذا هو السبب في أن التدريب أسهل على الشخص الذي اعتاد على حمل الأثقال، عكس الشخص التحفيظ الذي لم يلمس الأثقال أبداً، عندما يتم استئناف التدريب تكون العضلات قادرة على النمو بسرعة في الجسم لأن المرحلة الأولية من إضافة النوى يتم تخطيها، وبمجرد أن تستيقظ النواة، يمكن أن تبدأ في توليف البروتين بشكل حاد. ذاكرة العضلات هي أيضاً السبب الذي يوصي به علماء الفيزياء من أجل ملء عضلاتك بأكبر عدد ممكن من النوى عندما تكون صغيراً. لا يزال ياما كانك إدارة سباق ماراثون، ليس بالسرعة نفسها، ولا يزال ياما كانك رفع الأثقال، وليس الوزن الشتليل فقط، الألياف من النوع الثاني-الألياف سريعة الارتفاع- تميل إلى التهدئة، لكنها لا تزال موجودة، تزداد صعوبة بناء العضلات مع تقدمك في العمر، بينما تكون الصيادة سهلاً، هل آن لقلق من التراجع عن الألعاب الرياضية؟ التزم بها اليوم، يمكنك اختيارها واستثماراً مدى الحياة. وعندما تعود في نهاية المطاف إلى صالة الألعاب الرياضية، ستجدها هي النهاية الأخيرة، ذات العضلات التي ستجدها.

بعد قضاء أسبوع في رفع الأثقال الثقيلة وتناول البروتين وامتصاصه، قمت في النهاية بعمل جسمك جيداً، وبذلت الرغبة في المتابدة على صالة الألعاب الرياضية، لكن ماذا يحدث عندما تتوقف؟ هل يختفي كل شيء؟ تقاض العضلات هو الخوف الذي يواجه كل من يذهب إلى صالة الألعاب الرياضية (ووجدت دراسة نشرت في الطب والعلوم في الرياضة والتمرين أنك تفقد ما يصل إلى 12% من قوة عضلاتك مع 14 يوماً فقط من الانفصال)، وهي أيضاً واحدة من أهم الأسباب التي تمنع الناس من بدأ التدريب في المقام الأول، لهذا يجب أن تكون الصالة الرياضية عادة تستمر مدى الحياة لكي تستحق ذلك، لكن مع تطور العلم تم إلغاء هذا المفهوم. يقول الدكتور مايكل كالاجان، أخصائي العلاج الطبيعي الإكلينيكي في جامعة سانت مارتنستير: «قبل سنوات عديدة كنت أعتقد أنه بمجرد ضمور عضلاتك، سوء من خلل أو إصابة، فلن تستعيدوها أبداً»، «اعتقدت أن العضلات ماتت للتو وهذه هي نهايتها، لكننا درك الآن أننا نحن ما خططناه طوال الوقت، اتضحت أن الباحثين كانوا ببساطة يبحثون في المكان الخطأ». إذن بعد اكتشاف الذاكرة العضلية التي هي القدرة على بناء قوة فائقة ولا تفقد العضلة أبداً، لصقل المهارات في المجال الرياضي ولحماية الإصابات في كل تمرين - كل ذلك دون الحاجة إلى التفكير في ذلك، اذهب إلى صالة الألعاب الرياضية وأبدأ في تحقيق أقصى حجم لعضلاتك والاستفادة منها. يمكن مفتاح حجم العضلات وقوتها في نواتها. تحكم النواة في تخليق البروتينات وكلما كان لديك المزيد من البروتين، يمكنك تحويله إلى عضلات، التأثير الأول الذي يحدث التدريب على عضلاتك ليس في الواقع النمو: إنها لخلق المزيد من النوى، والتي تسهل في نهاية المطاف تطوير المزيد من الأنسجة وبناء العضلة ذات الرأسين التي تستمر في التنسخ. العضلات كبيرة وقوية واحدة أو توأمين ليست كافية، ولهذا السبب عليك الانتظار وتطوير مكاسبك لتجذج من خانة العتيقة. لسنوات كان

فک ار خاطئہ عن النشاط البدنی

لدى الكثير من الأشخاص أفكار غير صحيحة حول النشاط البدني، نتيجة لنقص أو انعدام الوعي بالفوائد الصحية لممارسة النشاط البدني، لكن أمور سلبية تعززت مع مرور الزمن وتحتج إلى جهود كبيرة للتغير فنوات الناس حول فوائد النشاط البدني، ومن الأفكار الخاطئة حول النشاط البدني، فال فكرة الأولى هي أن الشخص البدين فقط يحتاج إلى النشاط البدني لكن في الحقيقة الصحة الجيدة تعني أن لديك قلب قوي وسلام، ولديك رغبة وعظام وعضلات قوية تعمل بصورة جيدة. وال فكرة الثانية هي أن النشاط البدني يعتبر من السلوكيات الترفية، لكن في الحقيقة أن التمارين هي حاجة وليس ترفيه. إن كل إنسان بغض النظر عن فئته العمرية وحالته الصحية يحتاج إلى ممارسة الرياضة لأنها تعزز صحته. وبالتالي عندما يقول الفرد لا أستطيع تلبية عادات النشاط البدني، لكن في الحقيقة اختيار أهداف غير واقعية هي السبب، فالأفضل البدء بوضع أهداف صغيرة ومن ثم وضع أهداف أكبر. أما رابعاً فإن الركض هو أفضل من المشي، لكن في الحقيقة المشي هو وسيلة ممتازة للحصول على قوة القلب والرئتين، ويقلل من خطر المرض. وال فكرة الخامسة هي أن ممارسة النشاط البدني عملية باهظة التكاليف، لأنها تتطلب معدات وأجهزة وملابس، لكن يمكن ممارسة النشاط البدني في كل الأماكن تقريباً، وليس بالضرورة استخدام معدات معينة. أما الم فكرة السادسة فيقول الشخص أن هناك طريقة واحدة هي الأفضل لتكون نشطاً بدنياً، لكن الأصح هو هناك أنواع عديدة من النشاط البدني التي هي ممتعة ومفيدة لصحة بنفس الوقت. وسابعاً فكرة هي الشباب فقط المعنيون في النشاط البدني، لكن الدراسات أوضحت أن ممارسة النشاط البدني ينطليق من الأمور التي تسهم في تحسين وظائف الجسم لدى المستنين وتحسين نوعية حياتهم. وثامناً هناك من يقول ليس لدى الوقت الكافي لممارسة النشاط البدني، لكن يكفي ممارسة نشاط بدني بوقتية معتدلة لمدة 30 دقيقة كل يوم وطيلة خمسة أيام في الأسبوع للحفاظ على الصحة. وأخر فكرة هي تناول الكثير من البروتين يساعد في بناء العضلات، لكن في الحقيقة أن البروتين له فوائد صحية، ولكن تناول الكثير منه لن يساعد على زيادة كتلة العضلات بل العكس.

المدير العام : مجدوب بن صالح

لرئيس المدير العام مسؤول النشر: محمد فاني

Digitized by srujanika@gmail.com

١٢٣

العنوان:

راهون- فاریدی عماره ب

البريد الإلكتروني:
intek13@gmail.com

اوْلَمْ كُتُبْ
SAMPRAL : الطبع ■■■
 TD DIFFUSION COMMUNICATION


رقم الحساب البنكي : **03801603323071300789**
al salam bank algeria

الجريدة : الفاكس : 023-78-57-70 | الاتصال : 0541-76-26-27

العنوان: ستشفى القبة - زاهون - قاريدي عماره ب رقم 05
البريد الإلكتروني: Dzairtube13@gmail.com



لأشهاراتكم:

- ⑨ 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
موقع التواصل الاجتماعي:

