دزاير SPORT
يومية رياضية جزائرية
الأحـــد 22 سبتمبر 2024 الموافق لـ 19 ربيع الأول 1446 هـ - العدد 1062 الثمن 30 دج

موهـــبة جزائريـــة

فيما كثّفت الفاف تحركاتها لإقناعه بالانضمام إلى "الخضر"

الفرنسيون يضغطون من أجل ضم أكيلوش في تربص أكتوبر المقبل

ديشان تابع تألقه أمام "البارصا" وسيناريو أوليز يعود إلى الأذهان

في أول مبـــاراة على ملعـــب "علي لابوانت" بالدويـــرة

"العميد" يطيح بالمنستيري ويتأهل لدور المجموعـــات في "الشامبينزليـــغ"

اتحاد العاصمة في مواجهة حاسمة أمام الملعب التونسي اليوم

شباب قسنطينة يعبر إلى دور المجموعات لكأس "الكاف"

مصدر ل "دزاير توب" يؤكد:

ترشح الحاج روراوة لرئاسة "الكاف" لا أساس له من الصحة

فيما سجل هني هدف الخور الوحيد من ركلة جزاء

بونجاح هدافا وممررا حاسما في فوز الشمال بالدوري القطري

بعد الجدل الكبير بسبب عدم ارتدائه للوشاح السعودي

محـــرز يرّد على الانتقادات ويبـــرر تراجع مستـواه

المكتب الفدرالي ل "الفاف" يحسم القرار

"المنتخب الوطني" للمحليين لن يشارك في "الشان"

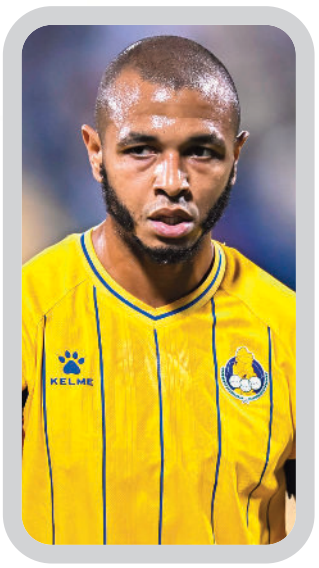
هو الأول له هذا الموسم بدوري "روشن"

سعيود يوقع هدفا عالميا في شباك "الرياض" ويتعرض للهزيمة رفقة "الرائد"

يومية رياضية جزائرية

ظهر مجددا في تدريبات الفريق

انتهاء أزمـــة براهيمي وإدارة الغرافـــة وقد يشارك اليـــوم أمام قطر



عاد الدولي الجزائري ياسين براهيمي، للظهور مجددا مع فريقه الغرافة القطري من خلال استئناف التدريبات، بعد فترة غياب طويلة بسبب الخلاف الذي نشب بينه وبين إدارة الفريق في الفترة الماضية، ما أدى إلى تضييعه أيضا العديد من مباريات النادي سوء المحلية أو القارية. وسجل نجم "الخضر" ياسين براهيمي عودته إلى تدريبات الغرافة، وذلك في حصة الخميس، ضمن التحضيرات للقاء نادي قطر، لحساب الجولة الخامسة من دوري نجوم قطر المقررة اليوم، ولقي اللاعب ترحيبا كبيرا من زملائه من الطاقم الفني لـ«الفهود"، وهو ما أراح كثيرا الجزائري، الذي بدا في قمة السعادة وهو يستأنف المنافسة. وقد كشفت تقارير إعلامية قطرية، أن هذه الخطوة تأتي بعد الاتفاق الذي حصل بين براهيمي وإدارة الغرافة، وتوصل الطرفين لحل نهائي يقضي بإعادته إلى الفريق من أجل المشاركة في جميع المسابقات المحلية والقارية، بعدما كان غير معني بالدوري القطري إثر عدم إدراج اسمه ضمن القائمة المشاركة في دوري نجوم قطر وتسجيل 7 أجانب آخرين، على خلفية الأزمة التي طفت إلى السطح بسبب رغبته في تغيير الأجواء خلال فترة التحويلات الصيفية الماضية، علما بأن عقده مع الغرافة ينقضي بنهاية الموسم الحالي. ورشحت وسائل إعلام قطرية براهيمي للمشاركة في لقاء اليوم أمام قطر، بعدما غاب جميع لقاءات الغرافة منذ بداية الموسم، واكتفائه بالمشاركة في مباراة وحيدة كانت في مسابقة كأس نجوم قطر أمام الوكرة، حيث شارك بديلا في الشوط الثاني لمدة 31 دقيقة، في مباراة خسرها فريقه بثلاثية نظيفة.

عبد المجيد

■ طالبت ديشان باستدعائه لتربص أكتوبر المقبل

الإعـــلام الفرنسي يضغط من أجل أكيلوش و"الفـــاف" تكثف تحركاتها

صنع اللاعب الصاعد ذو الأصول الجزائرية مغناس أكيلوش، الحدث في الساعات الماضية، بعد تألقه الكبير وقيادته فريقه موناكو الفرنسي للفوز على برشلونة في الجولة الأولى من دوري أبطال أوروبا الخميس الفارط، ليعود مجددا الحديث عن مستقبله الدولي والمنتخب الذي سيمثله قريبا، وسط ضغوط كبيرة من الإعلام الفرنسي من أجل استدعائه لحضور تربص المنتخب الأول لـ«الديكة" المقرر شهر أكتوبر المقبل. وسجل الموهبة مغناس أكليوش هدفا رائعا في مرمى برشلونة وقدم مردودا كبيرا قاد به فريق الإمارة الفرنسية للفوز على "البارصا" 2-1، وهو الأداء الذي لم يمر مرور الكرام، فقد صعدت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم تحركاتها من أجل الظفر بخدمات صاحب 22 عاما، وضمه إلى المنتخب الوطني، من خلال الاتصال بمحيطه وتكثيف المفاوضات والعمل على إقناعه لحمل ألوان "الخضر" في الفترة المقبلة، غير أن وسائل إعلام فرنسية كشف بأن اللاعب يكون قد حسم موقفه باللعب لمنتخب فرنسا، وأشارت صحيفة "ليكيب"، بأن أكليوش يحلم حاليا بالالتحاق بالمنتخب الفرنسي الأول، بعدما تألق بشكل لافت الصيف الماضي مع الفريق الأولمبي في دورة الألعاب الأولمبية 2024 في العاصمة باريس. وربط المصدر ذاته، هذه المعطيات، بتواجد المدرب ديدي ديشان بملعب "لويس الثاني" وتابع تألق أكيلوش، وأضافت الصحيفة بأن التقني أعجب كثيرا بإمكانيات اللاعب، وتحدثت الصحافة الفرنسية بإسهاب عن مستوى اللاعب، وترى بأن منتخب فرنسا يفتقد إلى موهبة كروية بحجم أكليوش من ناحية المهارات الفنية والذكاء في التعامل مع الفرص الهجومية، وطالبت المدرب ديدي دشان بضرورة الإسراع في ضمه إلى المنتخب الأول، كما فعل مع نجم بايرن ميونخ الألماني، مايكل أوليز.

الأيام المقبلة ستكون حاسمة بشأن الوجهة الدولية للاعب

وأمام هذه الضغوط، ستكون الأيام المقبلة حاسمة بشأن مستقبل أكيلوش، مع اقتراب موعد تربص شهر أكتوبر المقبل، ورغبة ديشان في ضخ دماء جديدة لفريق الذي تراجع مستواه مؤخرا، لتكون "الفاف" أمام تحد كبير للظفر بخدمات موهبة كبيرة على غرار حسم ملف العديد من ملفات اللاعبين من ذوي الجنسيات المزدوجة مثل أمين شياخة لاعب كوبنهاغن الدنمركي الذي أصبح على بُعد خطوة من تمثيل "الخضر" وكذلك إبراهيم مازة لاعب هيرتا برلين الألماني الذي شرع مؤخرا في إجراءات تغيير جنسيته الرياضية.

عبد المجيد

بعدما قدّم إحدى أسوأ مبارياته أمام ليـــفركوزن الألماني

زروقي مهدد بخسارة مكانته في فينورد الهولندي

تعرّض الدولي الجزائري رامز زروقي، لانتقادات لاذعة في هولندا بعد مستواه الكارثي، في لقاء ناديه فينورد روتردام الهولندي أمام بايرن ليفركوزن الألماني، في الجولة الأولى من دوري أبطال أوروبا، ما أثار استياء مدربه بريان بريسكي الذي لم يصبر عليه واضطر لاستبداله بين شوطي المباراة، التي انتهت بفوز بطل ألمانيا 4-0. وأجمعت الصحافة الهولندية على أن "زروقي كان نقطة سوداء في أداء الفريق، وسببا رئيسيا في مستواه الكارثي"، ولكن دون الحديث عن أخطائه الكبيرة والتي أسفرت عن هدف باير ليفركوزن الأول. ومن جهته، توقع موقع " soccer-news" أن يضحي مدرب فينورد، بريان بريسكي، بالدولي الجزائري في لقاء اليوم الأحد، أمام الضيف ناك بريدا في الجولة الـ6 من الدوري الهولندي، وأوضح المصدر ذاته، بأن زروقي، سيكون بنسبة كبيرة خارج التشكيلة الأساسية، لصالح الوافد الجديد الكوري الجنوبي بيوم هوانغ، الذي ترك انطباعا جيدا أمام ليفركوزن.

عبد المجيد

بعد الجدل الكبير بسبب عدم ارتدائه للوشاح السعودي

محـــــرز يرّد على الانتقادات ويبرر تراجع مستـــــواه

رد الدولي الجزائري رياض محرز، على الانتقادات التي طالته في لقاء ناديه الأهلي السعودي، أمام ضمك مساء أول أمس، لحساب الجولة الرابعة من دوري "روشن" السعودي، وذلك بسبب تراجع مستواه بشكل كبير منذ بداية الموسم الجاري فضلا عن عدم ارتدائه للوشاح السعودي في اليوم الوطني السعودي. ولاحظ متابعو الدوري السعودي أثناء دخول اللاعبين لأرضية ملعب "الملك عبد الله" بمدينة جدة. ارتداء لاعبي فريق نادي الأهلي وضمك وشاح العلم السعودي حول أعناقهم، باستثناء نجم المنتخب الوطني رياض محرز، وهو ما أثار غضب العديد من رواد مواقع التواصل الاجتماعي بالسعودية، حيث اعتبروا أن ما قام به الدولي الجزائري، هو تقليل من شأن بلدهم. وهو الأمر الذي تطلب من نجم "الخضر" توضيحا، حيث لم ينتظر كثيرا للرد عبر حسابه الرسمي، على منصة "إكس"، موضحا لأحد متابعيه: "لم يمنحني أي أحد الوشاح قبل النشيد الوطني السعودي، بل تحصلت عليه بعد نهايته".

"أنا مريض أحتاج للراحة حتى أصل قمة مستواي"

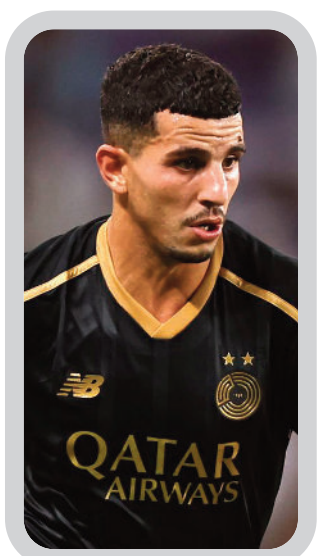
وعلى صعيد ذي صلة، برر اللاعب السابق لمانشستر سيتي الإنجليزي تراجع مستواه، في الآونة الأخيرة مع ناديه الأهلي بمعاناته من المرض، مؤكدا أنّه بحاجة إلى الراحة لاستعادة إمكانياته مجددا، وظهر محرز بمستوى متواضع في لقاء ناديه أمام ضمك الذي انتهى بفوز الأهلي برباعية مقابل هدفين، حيث قام المدرب الألماني يايسله باستبداله،بين شوطي المباراة لسوء مستواه والدفع بزميله ياسين الزبيدي، في الوقت الذي تعرض فيه النجم الجزائري لانتقادات جماهيرية حادة عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وأكد قال محرز في تغريدة عبر حسابه الرسمي على منصة "إكس" قائلا "نتيجة جيدة وليلة سعيد بالنسبة لنا، ولكن من جهتي كان الأمر صعبا في المباراتين الماضيتين". وأضاف: "أنا مريض وأعاني من التهاب في الشعب الهوائية، وأحتاج إلى الراحة قليلا قبل أن أصل إلى أفضل مستوى لي وأجعلكم فخورين مرة أخرى".

عبد المجيد

غير مؤهل للمشاركة مع السد في الدوري القطري

عطال يتعرّض لصدمة جديدة قبل تربص أكتوبر

كشفت تقارير صحفية، بأنّ اللاعب الدولي الجزائري يوسف عطال، يواجه مأزقا جديدا مع ناديه السد القطري، بسبب عدم تأهيله للمشاركة في دوري " نجوم إكسبو" القطري، رغم التحاقه بالفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية. وغاب مدافع "الخضر"، عن قائمة "الزغيم" ، التي واجهت المضيف الدحيل مساء أمس، لحساب الجولة الـ 5 في الدوري القطري، في خطوة خلّفت الكثير من علامات الاستفهام، خاصة وأنّ عطال كان قد تعرض لإصابة في لقاء ضد العين في دوري النخبة الآسيوي يوم الاثنين الماضي. وفي هذا الصدد، قالت تقارير صحفية، إن غياب عطال في لقاء الأمس لا علاقة بالإصابة،مشيرة أنّه لن يكون في وسعه المشاركة مع السد في دوري "إكسبو". على اعتبار أن النادي قبل ضمه، كان يملك 7 لاعبين أجانب. وهو الحد الأقصى الذي يسمح به الاتحاد القطري لكرة القدم، وبالتالي فإن لاعب "الخضر". ليس مؤهلا ولن يشارك في المنافسات المحلية على الأقل حتى شهر جانفي المقبل. هذه الأخبار من شأنها، أن تخلط أوراق الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، الذي يعوّل عليه كثيرا خلال التربص المقبل لـ"محاربي الصحراء" شهر أكتوبر المقبل تحسبا لمواجهتي الطوغو ضمن التصفيات المؤهلة لـ "كان" 2025، خاصة وذلك على اعتبار أنّه لن يمكنه المشاركة في الدوري المحلي إلى غاية شهر جانفي على الأقل، واكتفائه بلقاء وحيد في المنافسة القارية، سيكون أمام الاستقلال الإيراني، بتاريخ 30 سبتمبر الجاري.



عبد المجيد

مدرب أنجي يكيل المديح لبلقبلة ويصفه بالآلة

خص ألكسندر ديجو، مدرب أنجي، الدولي الجزائري ، هاريس بلقبلة بالإشادة والثناء ، عشية لقاء الديربي ضد نانت في الدوري الفرنسي ، مبرزا على أنه قائد حقيقي بفضل المجهودات الكبيرة التي يبذلها فوق الميدان وخبرته الطويلة في "الليغ 1".وأدلى ألكسندر ديجو بتصريحات للصفحة الرسمية لنادي أنجي قائلا : "هاريس بلقبلة هو فتى يلعب للفريق، إنه قائد يبذل الكثير من الجهد ولديه القدرة على استعادة الكرات وتوجيهها، هذا المهم بالنسبة لنا لديه خبرة في الدوري الفرنسي حيث لعب كثيرًا".وتابع : "سيصعد بقوة عندما يصل إلى درجة التأقلم التعرف على زملاءه، أنا راض عن أدائه أمام ستراسبورغ".وبخصوص لقاء الديربي اليوم قال ديجو : "نانت فريق يتمتع بالخبرة، ولديه مدرب يتمتع بالخبرة أيضًا. سنبذل قصارى جهدنا ونواصل التحسن لاكتساب القوة، ولدينا آمال كبيرة في هذه المباراة".

عبدلي وفرحات وبلقبلة حاضرون أمام مواجهة "نانت"

يستعد نادي أنجي لمواجهة ضيفه نانت في لقاء الديربي المثير ، اليوم الأحد، برسم منافسات الجولة الخامسة من بطولة الدوري الفرنسي الدرجة الأولى " الليغ1".وسيدخل نادي أنجي صاحب الضيافة ، مباراته ضد نانت بكامل عناصره يتقدمهم الثلاثي الجزائري ، هاريس بلقبلة و حيماد عبدلي وزين الدين فرحات، وفقا لما أكدته الصفحة الرسمية لنادي أنجي عبر منصات التواصل الإجتماعي وذلك خلافا لما تداولته بعض المواقع حول غياب فرحات وعبدلي عن اللقاء بسبب الإصابة.

وسيم

مازة يتعملق بأسيست في الدوري الألماني ويقود "هيرتا برلين" للفوز بميدان "نورنبرغ"

واصل براهيم مازة صاحب الأصول الجزائرية تألقه مع ناديه هيرتا برلين، بعدما قاده للفوز على نورنبرغ بنتيجة هدفين نظيفين اليوم السبت، في معسكر الإعداد المقام في تركيا.وتألق صاحب الـ18 عاما بشكل لافت مع نادي هيرتا برلين، خلال بداية الأسبوع الحالي، بعدما ساهم في الفوز الثمين، الذي عاد به فريقه من ميدان نورنبرغ ، وكان مازة وراء التمريرة الحاسمة التي على إثرها الهدف الاول لهيرنا برلين بواسطة ديري شارهانت، في الدقيقة 37 من عمر المواجهة. ونال براهيم مازة ، ثالث أفضل تنقيط في المباراة بعد زميليه كويسانش وشيرهانت ، حيث، حصل على نقطة 8.5 حسب منصة هوسكورد العالمي، المتخصص في الأرقام والإحصائيات. وبالأسيست الذي بصم عليه في لقاء نورنبرغ ، يكون مازة قد وصل إلى التمريرة الحاسمة الثانية له بقميص نادي هيرتا برلين، الموسم الحالي بعدما خاض 6 مباريات بمجموع 600 دقيقة لعب جديور بالذكر ، شارك براهيم مازة في جميع مباريات هيرتا برلين هذا الموسم ، سجل خلالها هدفا واحد وساهم بشكل كبير في النتائج الإيجابية لفريقه.

وسيم

مصدر لدزاير توب يؤكد

ترشح الحاج روراوة لرئاسة "الكاف" لا أساس له من الصحة

كشفت مصادر مقربة " لدزاير توب" ، مستجدات ملف ترشح الرئيس السابق للاتحاد الجزائري لكرة القدم ،الحاج روراوة" لرئاسة الهيئة الكروية الأفريقية. وأفاد مصدر دزاير توب ، أن المعلومات المزعومة التي تداولتها بعض الصفحات والمواقع حول ترشح الحاج محمد روراوة لرئاسة الكاف لا أساس لها من الصحة.وأكدت المصدر نفسها ،أن الحاج محمد روراوة لا ينوي الترشح لرئاسة الكاف و هو غير مهتم أبدا بهذا الموضوع، وقالت المصدر ذاتها ،إن الصفحات التي نشرت هذه المعلومات المظللة هدفها التشويش على انتخابات المكتب التنفيذي للكاف لا أكثر و لا أقل. ويتولى محمد روراوة، الرئيس السابق للاتحاد الجزائري لكرة القدم الآن منصب، نائب الاتحاد العربي لكرة القدم، ورئيس لجنة منافسة رابطة الأبطال العربية.

وسيم

فيما سجل هني هدف الخور الوحيد من ركلة جزاء

بونجاح هدافا وممررا حاسما في فوز الشمال بالدوري القطري

نجح المهاجم الدولي الجزائري ، بغداد بونجاح ، في قيادة فريقه الشمال للفوز على الخور بهدفين مقابل هدف، خلال المباراة التي جمعتهما ، أمس السبت، على ملعب البيت ضمن منافسات الجولة الخامسة من دوري نجوم قطروافتتح بغداد بونجاح هدف التقدم لصالح الشمال عند الدقيقة 18 ، ليعود اللاعب نفسه ليمنح عرضية أرضية لزميله محمد عمر هذا الأخير لم يتوان في وضع الكرة بدون عناء في الشباك عند الدقيقة 78، في حين أحرز للخور الجزائري الآخر سفيان هني في د 27 من ركلة جزاء.

وسيم

"المنتخب الوطني" للمحليين لن يشارك في "الشان"

أفادت تقارير صحفية ، أن الاتحاد الجزائري لكرة القدم قرر الانسحاب من مشاركة المنتخب الوطني المحلي في مسابقة بطولة أمم أفريقيا للمحليين "الشان ".وأعلن الاتحاد الأفريقي لكرة القدم قبل أيام إقامة النسخة الثامنة من بطولة أفريقيا للاعبين المحليين في الفترة من 1 إلى 28 فيفري 2025 في كينيا وتنزانيا وأوغندا، والتي ستكون بمثابة "بروفة" لاستضافة الدول الثلاثة لكأس الأمم الأفريقية 2027.وحسب تقرير لموقع "وين وين"، أمس السبت، فإن الاتحاد الجزائري لكرة القدم قرر، خلال إجتماعه ، أمس السبت، قرر عدم المشاركة في النسخة المقبلة لبطولة أفريقيا للاعبين المحليين "شان 2024"، بعد دراسته لهذا الملف من كل الجوانب. وجاء قرار تراجع الفدم بعدم مشاركة "الخضر" في بطولة "الشان" بسبب برنامج البطولة الوطنية وجدول مباريات الفرق الجزائرية في المنافسات الأفريقية.واتفق أعضاء المكتب الفدرالي للفاف، على أنه لا يمكن توقيف البطولة الوطنية لمدة شهر كامل، في حال شارك المنتخب الجزائري المحلي في "شان 2024"، لأنّه سيزيد الضغط على "الأجندة" ويتسبب في تأجيل موعد انتهاء البطولة في التاريخ المحدد سلفا، فضلا عن المصاريف الكبيرة المتوقع تخصيصها ، خاصةً أن البطولة ستُجرى في ثلاث دول مختلفة لأول مرة.

وسيم

هو الأول له هذا الموسم بدوري روشن

سعيود يوقع هدفا عالميا في شباك "الرياض" ويتعرض للهزيمة رفقة "الرائد"

وقع الدولي الجزائري ، أمير سعيود، هدفا في منتهى الروعة رفقة ناديه الرائد في مرمى الرياض في اللقاء الذي جمعهما ، أمس السبت، وانتهى لصالح الأخير بنتيجة هدفين مقابل هدف لحساب الاسبوع الرابع من دوري روشن السعودي. وتمكن أمير سعيود من تسجيل الهدف الوحيد لصالح فريقه في الدقيقة 71 ، بعد أن تلقى كرة هوائية من مخالفة غير مباشرة وبدون أن تسقط الكرة في الأرض وجه تسديدة قوية صوب مرمى المنافس لم يحرك حارس الرياض ساكنا.ورغم هدف التقدم الذي سجله أمير سعيود لصالح الرائد ، إلا أن الضيوف من العودة في النتيجة وإنهاء المباراة لصالحهم بهدفين مقابل واحد. ويعد هذا الهدف هول الأول للاعب الجزائري ،أمير سعيود هذا الموسم في دوري روشن السعودي ، فيما بصم على تمريرتين حاسمتين إلى حد الآن

وسيم

في ثاني ظهور له في الدوري البلجيكي

"براهيمي" يتألق بألوان "سانت تروند" ويحصل على أفضل تنقيط في لقاء "بيرشوت"

ساهم الدولي الجزائري بلال براهيمي في عودة فريقه سان تروند، بعدما قاده لفوز مثير على المضيف بيرشووت بنتيجة ثلاثة أهداف دون رد، ضمن الجولة الخامسة من الدوري البلجيكي الممتاز.وشارك جناح "الخضر" بلال براهيمي أساسيا في مباراة سان تروندوبيرشووت، قبل أن يغادر في الدقيقة 85 تاركا مكانه لزميله روبرت يان، وقبل ذلك، تمكن من مستويات رائعة خلال فترات اللقاء ، لينال أفضل تنقيط ورجل اللقاء بحصده نقطة 8.4 حسب بيانات موقع هوسكورد العالمي، المتخصص في الأرقام والإحصائيات.وكان براهيمي قد التحق بنادي سان تروند على شكل إعارة خلال فترة التحويلات الصيفية الماضية، قادما من نادي نيس الفرنسي، حيث يسعى لبعث مشواره مجددا والتألق في الدوري البلجيكي على أمل العودة مجددا لحمل ألوان المنتخب الوطني. يذكر أن الدولي الجزائري الآخر زين الدين بلعيد، واصل الغياب عن نادي سان تروند للمرة السادسة تواليا،لتتعقد وضعيته أكثر في أول تجربة احترافية له في أوروبا.

وسيم

ماندي يشارك لمدة 90 دقيقة رفقة "ليل" ويسقط في فخ التعادل أمام "ستراسبورغ"

سقط الدولي الجزائري ، عيسى ماندي، رفقة ناديه ليل ، في فخ التعادل الإيجابي بثلاثة أهداف لمثله في المباراة التي جمعت بينهما ، أمس الست، في إطار الأسبوع الخامس من الدوري الفرنسي الدرجة الأولى. المواجهة عرفت مشاركة مدافع "الخضر" أساسيا من جانب فريق ليل ، وخاض كامل أطوار اللقاء في حين فشل رفقة زملاءه من استغلال عامل الأرض والجمهور من أجل الخروج بكامل الزاد ليكتفي بنقطة ثمينة باعتبار أنه كان متأخرا في النتيجة لولا تمكن جوناثان ديفيد من تعديل الكفة في د 84 لصالح ليل. وحصل عيسى ماندي الذي يشارك بانتظام مع فريقه ليل ، على نقطة 6.5 كسابع أفضل تنقيط من جانب ناديه حسب موقع هوسكورد العالمي، المتخصص في الأرقام والإحصائيات.وبهذه النقطة رفع نادي ليل رصيده إلى سبعة نقاط في المركز السابع في جدول ترتيب الدوري الفرنسي.

وسيم

يومية رياضية جزائرية

للمرة الخامسة على التوالي في "الشامبيونزليغ"

شباب بلوزداد يتأهل إلى دور المجموعات بشق الأنفس

حقق نادي شباب بلوزداد، تأهلا بشق الأنفس إلى دور المجموعات لرابطة الأبطال الإفريقية، عقب تجاوزه عقبة ضيفه الجمارك البوركينابي، بركلات الترجيح (3-4)، بعد نهاية اللقاء الذي احتضنه ملعب ميلود هديڤ بوهران، مساء أول أمس، بفوز الشباب بهدف دون رد، ليضمن بذلك ممثل الكرة الجزائرية تواجده في دور المجموعات للمرة الخامسة على التوالي كإنجاز تاريخي هو الأول من نوعه بالنسبة للأندية الجزائرية. وسجّل أبناء "لعقيبة" هدف الافتتاح في د 34 من عمر اللقاء، من إمضاء المهاجم مزيان الذي أكمل نسيجا كرويا ثلاثيا بقذفة يسارية من داخل منطقة العمليات عدل بها النتيجة في مجموع اللقاءين، وذلك بعدما كان لقاء الذهاب بالعاصمة المالية باماكو انتهى بفوز الجمارك بهدف دون رد، وعجز زملاء بن غيث عن تسجيل الهدف الثاني الذي يضمن لهم التأهل مباشرة، ليمر الفريقان إلى ركلات الترجيح التي ابتسمت في الأخير لشباب بلوزداد، (4-3)، بعدما نجح الحارس مصطفى زغبة في التصدي للضربتين الأخيرتين وتنفس الجميع الصعداء بعد تصدي الحارس زغبة للضربتين الأخيرتين للمنافس معلنا تأهل أصحاب القميص "الأحمر والأبيض" إلى دور المجموعات. ومن جانبهم، عبّر أنصار النادي العاصمي، عن عدم رضاهم على الأداء المقدم أمام الجمارك أين لعب الفريق بالنار وكان على مشارف الإقصاء لولا نجاح الحارس زغبة في قيادة الفريق لتحقيق الفوز بضربات الترجيح، مشدّدين على التقني الفرنسي، بضرورة مراجعة حساباته في الدور المقبل، خاصة وأنّ المأمورية لن تكون سهلا أمام أقوى فرق القارة السمراء.

مارتينز: "تأهلنا مستحـــق وسنكون أحسن مستقبلا"

ومن جانبه، أكّد المدرب الفرنسي لنادي شباب بلوزداد، كورنتين مارتينز أنّ تأهل الفريق للدور المقبل من رابطة الأبطال الإفريقية، مستحق رغم اعترافه بأنّ المأمورية لم تكن سهلة، في ظل المشاكل التي واجهت الفريق. وقال مارتينز في ندوته الصحفية عقب نهاية اللقاء: "الجمارك ليس فريقا ضعيفا، لقد أظهر الكثير من الأمور فنيا وتكتيكيا، ووجدنا صعوبات كبيرة في آخر 20 دقيقة، خاصة وأننا أنهينا اللقاء بـ 10 لاعبين". موضحا بأن فريقه خطف تأهلا مستحقا إلى دور المجموعات، بالرغم من وصفه بـ"الصعب".ومن جانب آخر، اعترف التقني الفرنسي أنّ الفريق لم يظهر بالشكل المطلوب وتابع "على العموم لم نلعب جيدا ولكن هناك أسباب وراء ذلك"، مضيفا "قبل كل شيء كان علينا التعامل مع المشاكل التي واجهتنا، على غرار إصابة سالمي في لقاء الذهاب، وهو لاعب مهم" وواصل "محيوص أيضا عانى من إصابة وضحى من أجل المشاركة في آخر 20 دقيقة، إلى جانب جاك مبي، الذي لم يتدرب لـ 3 حصص بسبب المرض، وهناك لاعبين اكتشفوا هذا المستوى لأول مرة في صورة الثنائي الشاب دومبيا ودعيبش"، واختتم "سنواصل العمل، نحن معا منذ حوالي شهر وسنكون أحسن مستقبلا".

سفيان.ع

في حين حقق الفريق فوزا تاريخيا في حظيرة الكبار

"سونارام" ممولا جديدا لنـــــادي أولمبيك أقبو

كشف رئيس نادي أولمبيك أقبو، عبد الكريم طاقة، أنّ مجمع الصناعة المنجمية " sonarem"، سيكون ممولا للفريق خلال أول موسم له في الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس". وأكّد طاقة في تصريحاته، مساء أول أمس، أنّ النادي الصاعد الجديد إلى حظيرة الكبار، سيستفيد من شركة وطنية على غرار باقي الأندية الجزائرية، التي تسيّرها أو تمولها شركات وطنية، ضمن السياسة التي تنتهجها السلطات العليا في البلاد للرفع من مستوى الكرة المحلية في الجزائر. وأبرز ذات المتحدث في تصريحاته قائلا : "أشكر رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، الذي منح شركة الصناعة المنجمية سونارام لفريق أولمبيك أقبو"، معبرا في الوقت ذاته، عن أمله في تقديم موسم كبير في أول مشاركة للفريق في الرابطة المحترفة الأولى، حيث رفع سقف طموحاته لضمان مشاركة إفريقية.ومن جانب آخر، حقق نادي أولمبيك أقبو، أول فوز له في حظيرة الرابطة المحترفة الأولى، أمام ضيفه أولمبيك أقبوة بهدف دون رد، مساء أول أمس، في الجولة الافتتاحية للرابطة المحترفة الأولى "موبيليس".واحتضن ملعب "الوحدة المغاربية" ببجاية أطوار هذه المواجهة، تحت إدارة حكم الساحة لطفي بكواسة. وأشرف على تقنية الفيديو (الفار)، الحكم الرئيس فاتح حركات، ومساعده هيثم بويمة. وسجّل الهدف الوحيد والثمين لفريق أولمبيك أقبو المهاجم عبد الحق عسكر في الدقيقة الـ 5. بينما أهدر زميله المخضرم زيدان ميباراكو ركلة جزاء في الدقيقة الـ 57.

رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي :

" تقنية الفار تحد رفعناه منذ قدومنا على رأس الفاف "

ثمّن وليد صادي، رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، تطبيق تقنية حكم الفيديو المساعد "الفار" لأول مرة في البطولة الوطنية للموسم الجديد 2025/2024، الذي انطلاق الخميس الماضي، مؤكدا بأنها خطوة لتطوير كرة القدم الجزائرية، معتبرا بأن القرار كان تحديا لهيئته منذ توليه شؤون "الفاف". وتحدث وليد صادي وعن تقنية "الفار" لموقع "كاف أونلان"، أول أمس الجمعة، وقال في هذا الخصوص: "الجزائر شهدت استعمال تقنية الحكم الفيديو المساعد لأول مرة في الرابطة المحترفة، وهذا تحد رفعناه منذ قدومنا على رأس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم. تطبيق تقنية حكم الفيديو المساعد سيكون بطريقة تدريجية في مباريات الدوري الجزائري، حتى نصل لاستخدامها في جميع المباريات، ولكي يأخذ كل ناد حقه".وأبرز صادي دور الاتحاد الافريقي لكرة القدم في دعم "الفاف" في تكوين حكام تقنية "الفار"، وصرح بهذا الشأن: "الاتحادية الجزائرية لكرة القدم تسعى لمواكبة ما يحدث في الكرة العالمية، وتطبيق توصيات الاتحاد الدولي لكرة القدم والاتحاد الافريقي لكرة القدم"، وختم صادي تصريحاته بقوله: "نشكر أيضا الكاف على مساعدتنا في تكوين الحكام لاستعمال تقنية حكم الفيديو المساعد، بعد أن تم تكوين حكامنا بأكاديمية كاف في القاهرة".وشرعت "الفاف" في تطبيق تقنية الحكم الفيديو المساعد، لأول مرة في منافسة الرابطة المحترفة الأولى، وشهدت مباراة وفاق سطيف ومولودية البيض التي لعبت الخميس بملعب 8 ماي 1945، ضمن الجولة الأولى من الموسم الجديد، استعمال تقنية "الفار"، بعدما اكتفت الهيئة الكروية باستعمالها انطلاقا من الدور ربع النهائي لكأس الجزائر الموسم الماضي. وتحصل 35 حكما جزائريا على شهادة تأهيل لتقنية الحكم الفيديو، ومساعد حكم فيديو، إضافة إلى 3 مرشدين في ذات التقنية، بعد الدورة التكوينية الخاصة بهذه التقنية التي جرت بأكاديمية الاتحاد الافريقي لكرة القدم "كاف"، شهر أوت الماضي بالقاهرة.

سفيان.ع

إياب الدور التمهيدي الثاني لكأس "الكاف"

اتحاد العاصمة – الملعب التونسي (اليوم سا 18:00)

"سوسطارة" تبحـث عن التدارك وبلـــوغ دور المجموعات

يستقبل نادي اتحاد العاصمة، مساء اليوم، بداية من الساعة السادسة، ضيفه الملعب التونسي، على ملعب ميلود هدف بوهران، في إياب الدور التمهيدي الثاني لكأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم، حيث يراهن ممثل الكرة الجزائرية على تدارك نتيجة الذهاب التي انتهت بهدف دون رد، لصالح التونسيين، وبلوغ دور المجموعات دون أي مفاجآت. ويدرك جيّدا الطاقم الفني لـ "سوسطارة" أنّ المأمورية لن تكون سهلة أمام النادي التونسي الذي سيسعى للركون إلى الخلف، على أمل العودة بنتيجة إيجابية تسمح له ببلوغ الدور القادم، وهو التحدي الذي سيرفعه أيضا زملاء الحارس بن بوط في مواجهة اليوم بحثا عن فوز بفارق هدفين يتيح لهم الحصول على تأشيرة التأهل إلى دور المجموعات، ومواصلة مغامرتهم للمنافسة على اللقب بعدما ضيّع الفريق التتويج خلال الموسم الماضي، بسبب حادثة قميص نهضة بركان المغربي في الدور نصف النهائي. وجدير بالذكر، أن "الكاف" عيّنت الحكم الدولي السوداني صبري محمد فاضل، لإدارة مواجهة اليوم بين اتحاد العاصمة والملعب التونسي، بمساعدة كل من مواطنيه عبد الجبار محمد كمساعد أول، و هيثم التور احمد مساعد ثاني، والأمين الهادي الامين محمد حكما رابعا.

سفيان.ع

إياب الدور التمهيدي الثاني لكأس الكونفدرالية الإفريقية

شباب قسنطينة 1 - 0 نسواتريمان الغاني

"السياسي" يعبر لدور المجموعات في كأس "الكاف"

اقتطع النادي الرياضي القسنطيني، ممثل الجزائر في كأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم، تأشيرة التأهل إلى دور المجموعات، بعدما كرر فوزه إيابا على ضيفه نسواتريمان الغاني بهدف دون رد، أمس، بملعب الشهيد حملاوي بقسنطينة. ويدين النادي القسنطيني بالفضل في هذا الفوز، لمهاجمه زكرياء بن شاعة، الذي وقع على الهدف الوحيد في الدقيقة 20. تجدر الإشارة، إلا أن بن شاعة كان بطل مباراة الذهاب، عندما أمضى على الثنائية، في الدقيقتين 11، و27، لينصب بذلك نفسه هدافا للمسابقة لحد الآن بثلاثة أهداف.وبذلك يكون النادي القسنطيني، ممثل الجزائر الأول في دور المجموعات بالبطولة، في انتظار ما ستسفر عنه مواجهة اتحاد العاصمة اليوم أمام الملعب التونسي في إياب الدور التمهيدي الثاني لكأس "الكاف"، بملعب ميلود هديڤ بوهران.

سفيان.ع

إياب الدور التمهيدي الثاني لرابطة أبطال أفريقيا

مولودية الجزائر 2 - 0 الاتحاد المنستيري التونسي

"العميد" يطيح بالمنستيري ويتأهل لدور المجموعات في "الشامبينزليغ"

اقتطع فريق مولودية الجزائر تأهلا مستحقا إلى دور المجموعات لرابطة أبطال إفريقيا، عقب فوزه على نادي الاتحاد المستنيري التونسي بثنائية نظيفة في أول مباراة رسمية بملعب علي لابوانت بالدويرة. وكان ممثل الكرة الجزائرية قد افتتح باب التهديف عن طريقه لاعبه المهاجم زكرياء نعيجي، الذي سجّل هدفا في منتهى الروعة عند الدقيقة الـ 70، من خلال مخالفة مباشرة وضعها في عرين الحارس المنافس. وبعدها بحوالي، عشر دقائق، أضافت المولودية هدفا ثانيا سجله مدافع الاتحاد المنستيري بالخطأ في مرماه عند الدقيقة الـ 80 من ضمن المرحلة الثانية. ولم يتمكن المهاجم أمين مسوسة من تسجيل هدفا ثالثا من علامة الجزاء، في اللحظات الأخيرة من عمر اللقاء. وعلى ضوء هذه النتيجة، اقتطع فريق مولودية الجزائر تأشيرة التأهل إلى دور مجموعات دوري أبطال إفريقيا، من خلال تسجيل انتصار بهدفين مقابل هدف واحد، وذلك باحتساب مجموع أهداف المواجهتين ذهابا وإيابا.

دراوي يتعرض لإصابة ويضيع مواجهة المنستيري

غاب اللاعب زكريا دراوي عن مباراة فريقه مولودية الجزائر، الذي واجه أمس نادي الاتحاد المنستيري، ضمن إياب الدور التمهيدي الثاني من دوري أبطال إفريقيا، وذلك بسبب الإصابة التي تعرض لها. وافتقدت تشكيلة مولودية الجزائر في مباراة الأمس، لخدمات زكريا دراوي بسبب الإصابة، وكشفت إدارة "العميد" قبل المباراة، بأن متوسط الميدان تعرض لكسر على مستوى اليد، خلال آخر حصة تدريبية خاضها الفريق أمسية الجمعة تحضيرا للقاء المنستيري، بمركز زرالدة، وأضاف بيان المولودية، بأنه على إثر ذلك غاب عن لقاء المنافس التونسي الذي جرى بملعب "علي عمار المدعو على لابوانت"، كما طمأنت إدارة مولودية الجزائر، بأن اللاعب دراوي سيندمج في التدريبات في غضون الأيام القليلة القادمة كون أن إصابته لا تدعو للقلق.

سفيان.ع

بسبب التطبيع مع الكيان الصهيوني

زيـــاش يصفع "المخزن" وينتصر لفلسطيـــن

فتح الدولي المغربي ولاعب نادي غلطة سراي التركي، حكيم زياش، النار على الحكومة المغربية بسبب تطبيعها ودعم الكيان الصهيوني المحتل ضدّ الأشقاء الفلسطينيين. وعبر ستوري في حسابه الرسمي في منصة "أنستغرام"، نشر لاعب غلطة سراي التركي، فيديو مقزز لجنود صهاينة ينكلون بجثث على سقف بناية ويلقون بإحداها من أعلاها، وكتب "اللعنة على إسرائيل وكل دولة تدعم هذا السلوك". كما أكد تضامنه التام مع الشعب الفلسطيني في معاناته ضد الاحتلال.

وفي توضيح أكثر، وضع منشور جديد على خاصية الستوري بإنستغرام، قال الدولي المغربي "كان الأمر المنشور السابق موجها لحكومة بلدنا (مع وضع علم المغرب) التي تدعم الإبادة الجماعية وكل الدول الأخرى التي تدعم ذلك.. عيب عليك.. كفى كفى". وتابع زياش "لإخواني وأخواتي في المغرب وفي كل أنحاء العالم: حافظوا على أصواتكم عالية قدر الإمكان.. أنا معكم جميعًا". الرسالة الشجاعة والقوية للاعب السابق أجاكس أمستردام الهولندي وتشيلسي الانجليزي، أثارت زوبعة كبيرة في المغرب، ما جعله يتعرض لضغوطات من أجل سحب منشوره، وكتب مغردون ومدنون في شبكات التواصل الاجتماعي أنه ربما "لن نرى زياش مجددا في الفريق الوطني لكرة القدم بسبب هذه التدوينة". ويعد زياش من أكبر مناصري القضية الفلسطينية، ويحمل معه علم فلسطين في مباريات الدوري التركي. وكان عدد من لاعبي المنتخب المغربي قد لوحوا بأعلام فلسطينية خلال كاس العالم في قطر.

مهدي

"التـــاس" ترفض عودة الاتحاد السوفي إلى حظيـــرة الكبار

فصلت محكمة التحكيم الرياضي الدولية، "التاس"، في القضية التي شغلت الشارع الكروي الجزائري في الفترة الأخيرة. وقد قررت محكمة التحكيم الرياضي، التي يوجد مقرها بمدينة لوزان السويسرية، رفض الطلب الذي تقدم به نادي الاتحاد الرياضي لواد سوف، لدراسة قضيته بشكل استعجالي. والمتمثلة في إعادته إلى القسم المحترف الأول، بعدما سقط "رياضيا"، إلى بطولة القسم الثاني هواة، عند نهاية الموسم الماضي (2023-2024). وقد أخطرت "التاس" الإتحاد الجزائري لكرة القدم، بقرارها، بعدما كانت قد فرضت عليه، من قبل، ضغطاً كبيراً، عندما حددت له مهلة قصيرة (قبل يوم 13 من شهر سبتمبر الجاري) على استفساراته حول القضية. وكان الإتحاد السوفي قد أودع، يوم 5 من شهر سبتمبر الجاري، طلب، بطابع استعجالي، لمحكمة التحكيم الرياضي "تاس"، بإعادته إلى البطولة الوطنية المحترفة لكرة القدم، محملاً الرابطة الجزائرية المحترفة لكرة القدم واتحاد الكرة الجزائري مسؤولية سقوطه إلى بطولة القسم الوطني الثاني هواة، بسبب عدم تأهيل لاعبيه الجدد للمشاركة مع الفريق في بطولة الموسم الماضي. وبالتالي تأثير ذلك على نتائجه في البطولة.

مهدي

شبـــاب تموشنت مطالب بتسديد غرامات بقيمة أكثر من 4 مليـــون دج

تعهدت إدارة شباب تموشنت كتابيا بتصفية ديونها تجاه الرابطة الوطنية لكرة القدم للهواة المقدرة بـ 4.3 مليون دج للاستفادة من إجازات لاعبي فريقها للأكابر من أجل إشراكهم في مباريات بطولة الرابطة الثانية، حسبما علم أمس لدى النادي . وأوضح ذات المصدر بأن هذا الإجراء يسمح للشباب بتجنب اللعب بفريق أقل من 21 عاما خلال مباراته الأولى بالبطولة وتكفل رئيس الرابطة الولائية لعين تموشنت بإمضاء التعهد المذكور وإرساله إلى الرابطة الوطنية لكرة القدم للهواة، علما وأن ديون النادي تتعلق بغرامات موقعة ضده خلال المواسم الماضية ولم يتم تسديدها من طرف الإدارة السابقة للشباب، كما أشير إليه. ويشرف على النادي منذ قرابة شهرين هيئة مسيرة مؤقتة بعد فشل الجمعية العامة في انتخاب رئيس جديد له برسم العهدة الأولمبية 2024-2028 على خلفية غياب المترشحين في وقت رفض فيه الرئيس المنتهية عهدته، هواري طالبي، الترشح مجددا. يذكر أن الاتحادية الجزائرية لكرة القدم أعلمت الرابطات المسؤولة على تسيير بطولات مختلف الأقسام بعدم منح إجازات لاعبي الأكابر إلى الأندية التي لم تقم بتصفية ديونها تجاه تلك الهيئات والخاصة بالمواسم السابقة.

مهدي

تعزيـــة

تلقت، أسرة دزاير توب، ببالغ الحزن والأسى، نبأ وفاة المغفور له بإذن الله، جد الصحفي، مراسل قناة الشروق من ولاية المدية "أسامة يونقة". وبهذا المصاب الجلل، يتقدم الرئيس المدير العام لمجمع دزاير توب، أصالة عن نفسه ونيابة عن طاقم المجمع، بأصدق التعازي وخالص المواساة إلى عائلة الفقيد، راجين من المولى عز وجل أن يسكنه فسيح جناته، وأن يلهمكم جميل الصبر والسلوان.

إنا لله وإنا إليه راجعون

بعد تألقه في الألعاب البارالمبية بباريس

والي بومرداس تكرّم البطل عبد القادر بوعامر

كرمت ولاية بومرداس الرياضي عبد القادر بوعامر الذي توج بالميدالية الذهبية البارالمبية في رياضة الجيدو في وزن أقل من 60 كلغ ج 1 ضمن دورة الألعاب البارالمبية الأخيرة بباريس (فرنسا) 2024 وقامت والي ولاية بومرداس فوزية نعامة ، صبيحة الخميس الماضي، بمنح البطل البرالمبي عبد القادر بوعامر مفاتيح السكن بحي بن مرزوقة ببلدية بودواو ، بكافة التجهيزات نظير تتويجه بالميدالية الذهبية في البرالمبياد، في خطوة أثلجت صدر البطل الجزائري الذي لم يتوان في الإشادة بالجهود الكبيرة التي يبذلها رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون لتطوير الرياضة الجزائرية بمختلف اختصاصاتها وأصنافها. وقال بوعامر في تصريحات لوسائل الإعلام على هامس استلامه مفاتيح السكن الجديد: "أشكر السيد الوالي فوزية نعامة التي وفت بوعدها اتجاهي، بعدما استقبلتني يوم الأحد الماضي بمقر الولاية"، مضيفا "لقد تحصلت على المفتاح، وأشركها كثيرا كما أشكر مدير السكن بولاية بومرداس الذي وقف معي على قدم وساق"، معبرا عن آماله في مواصلة إنجازاته وتشريف الجزائر على الصعيد القاري والعالمي مستقبلا، كما وجّه ذات المتحدث شكره لرئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، نظير ما يقدّمه للرياضة الجزائرية، مختتما : "أشكر رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، الذي قدّم تعليماته بتقديم الدعم اللازم للرياضيين".

مهدي

بداري وحماد يشرفان على افتتاح الموسم الريـــاضي الجامعي

أشرف وزير التعليم العالي والبحث العلمي كمال بداري, رفقة وزير الشباب والرياضة عبد الرحمان حماد, أمس, على الافتتاح الرسمي للموسم الرياضي الجامعي 2024-2025 , بجامعة الجزائر 3 بدالي ابراهيم (بالجزائر العاصمة), بمناسبة اليوم العالمي للرياضة الجامعية. وقال بداري أن افتتاح الموسم الرياضي الجامعي 2024-2025 هو "تكملة لبرنامج قطاع التعليم العالي والبحث العلمي الذي تم إعداده بالتعاون مع وزارة الشباب والرياضة من اجل خلق بيئة رياضية وبروز رياضيين على المستوى الوطني والدولي وكذا صقل الطاقات وتوجيهها, لكل ما هو نافع وناجع لرياضة جامعية جزائرية مشعة ومنتصرة". وأكد من جهته, حماد, خلال كلمته الافتتاحية للموسم الرياضي الجامعي الذي تزامن وانطلاق أول بطولة وطنية للرياضات الجامعية خلال موسم 2024-2025 ,أن وزارته " تبقى دائما في الخدمة وفي انسجام مع وزارة التعليم العالي والبحث لعلمي لإعطاء دفعة أخرى للرياضة الجامعية".وأضاف أن وزارة الشباب والرياضة تسعى إلى وضع مخطط وطني يسمح بخلق بيئة تساعد في تعزيز العدالة وبناء روح الفريق والمساواة والادماج وبث روح المثابرة والعمل على تكوين نخبة رياضية جامعية تمثل الجزائر في المحافل الدولية والاقليمية والقارية.

مهدي

البطولة الإفريقية للأمم 2024 سيدات:

القرعة تضع الجزائر في المجموعة الأولى رفقة مصر

أوقعت قرعة بطولة إفريقيا للأمم 2024 للسيدات في كرة اليد التي سحبت مساء يوم الخميس بكينشاسا (جمهورية الكونغو الديمقراطية) المنتخب الوطني الجزائري في المجموعة الأولى رفقة كل من مصر والكونغو و السنغال والرأس الأخضر وكينيا. وضمت المجموعة الثانية كل من جمهورية الكونغو الديمقراطية (البلد المنظم) وأنغولا والكاميرون و غينيا وأوغندا و تونس. للتذكير ستحتضن العاصمة الكونغولية كينشاسا بطولة إفريقيا للأمم للسيدات من 27 نوفمبر إلى غاية 7 ديسمبر 2024 . وسيتأهل الأربع الأوائل عن كل مجموعة إلى الدور ربع النهائي من المنافسة القارية المؤهلة لبطولة العالم المقبلة المقررة بألمانيا وهولندا. وكانت الدورة الأخيرة التي جرت بداكار في سنة 2022 قد عاد لقبها للمنتخب الأنغولي عقب فوزه في النهائي على نظيره السنغالي بنتيجة 24-21. وهو التتويج الخامس عشر للأنغوليات في تاريخ المنافسة.

مهدي

مشاكل فابريغـــاس مـــع كومو.. تهديد بالطرد مـــن السكن ولا فوز حتـــى الآن

يواجه أسطورة فريقي أرسنال وتشلسي الإنجليزيين ومدرب نادي كومو الإيطالي الحالي الإسباني سيسك فابريغاس (37 عاماً)، خطر الطرد من مسكنه بسبب خلاف بشأن إيجار غير مدفوع بقيمة 30 ألف جنيه إسترليني.

وحسب تقرير لصحيفة ذا صن البريطانية، مساء أمس الأربعاء، فإن فابريغاس يواجه خطر الطرد من منزله بسبب خلاف بشأن إيجار غير مدفوع، بعدما انتقل بطل كأس العالم 2010 برفقة عائلته أخيراً إلى شقة فاخرة في بلدة بيسوني السويسرية، التي تقع على بعد 15 ميلًا فقط من كومو. لكن أصحاب العقار تقدموا بإخطار إخلاء عبر المحكمة في وقت سابق من هذا الشهر. وبيّن التقرير أن الدولي الإسباني السابق مدين بمبلغ 34 ألف فرنك سويسري (30500 جنيه إسترليني)، وهو إيجار غير مدفوع ورسوم أخرى. وقال أصحاب العقار لوسائل إعلام إيطالية: "حاولنا الاتصال بمحامي فابريغاس، لكن دون جدوى".

ويمكن للمحكمة الآن أن "تأمر الشرطة بطرد لاعب خط الوسط السابق وعائلته إذا لم يدفع في غضون أسبوع". ورغم ذلك، أصر محامي فابريغاس روي باي، في تصريحات للمصدر ذاته، على أنه "تم سداد جميع أقساط الإيجار حتى الآن بالكامل. نعم لم يتم سداد بعضها في الوقت المحدد، حيث كانت هناك العديد من العيوب والمشاكل في المبنى". ولا تقتصر مشاكل فابريغاس على وضعه في المنزل، ففريقه كومو لم يفز بعد بأي مباراة في الدوري الإيطالي خلال أربع مواجهات ليحتل الفريق الصاعد حديثا المركز الثامن عشر في الدوري المكون من 20 فريقاً.

عوامل ترشّح باريس سان جيرمان للتألق محلياً وقارياً هذا الموسم

يعمل نادي باريس سان جيرمان بعيداً عن الأضواء، بإشراف مديره الفني الإسباني، لويس إنريكي، ويحقق بداية مميزة ترشحه للتألق محلياً وقاريا هذا الموسم، عبر الاعتماد على عوامل مهمة، وطريقة عمل جديدة لا تقوم بالضرورة على الأسماء اللامعة والنجوم العالميين، بينما اعتمد مجلس الإدارة بقيادة رئيسه القطري، ناصر الخليفي، على نهج حديث من شأنه أن يعود بالفائدة على فريقه.

وتطرق موقع فوت ميركاتو الفرنسي في تقرير خاص، الخميس، إلى العوامل التي ترشح نادي العاصمة الفرنسية للتألق، في مقال نشره، وأشار إلى أن هذه العوامل تضعه في مقدمة المرشحين للتتويج بالألقاب المحلية مثل الدوري وكأس فرنسا، وكذلك المنافسة على دوري أبطال أوروبا في نسخته الجديدة، بما أن الفريق يمتلك كل مقومات النجاح، ومدرباً غيّر الكثير منذ قدومه إلى النادي العام الماضي.

إنريكي رجل التحديات

وأظهر المدرب الاسباني، منذ وصوله، قدرته على رفع التحديات مهما كانت صعوبتها، ولم توقفه فكرة التخلي عن النجوم مثل نيمار وفيراتي، أو رحيل كيليان مبابي صوب ريال مدريد، وعكس ذلك، أكد في أكثر من تصريح بأنه قادر على الفوز بالألقاب رفقة مجموعة اللاعبين الذين يمتلكهم، وبالاعتماد على المواهب الشابة القادرة على تعويض الأسماء المغادرة.

وعد وتجسيد

ووعد لويس إنريكي بأن الفريق سيكون أقوى هذا الموسم، رغم رحيل مبابي، وشرع في العمل المعنوي عبر مخاطبة لاعبيه، وكذلك التصريحات التي أكد فيها: "قائد الفريق هو المجموعة، النادي، باريس سان جيرمان، أما اللاعبون فسيقدمون أقصى ما عندهم، ولا شك في أننا سنصبح أقوى هجوم وأقوى دفاع"، وهو وعد بدأ يتجسد عبر النتائج التي يسجلها.

سان جيرمان لا يُهزم

وتثبت الأرقام أن قوة باريس سان جيرمان لم تتراجع، إذ يسجل الفريق نتائج رائعة، رغم تجديد التشكيلة والاعتماد على المواهب الشابة، كما أصبح جميع اللاعبين يسعون للتسجيل، فنجح تسعة منهم في ذلك، وهم: برادلي باركولا (أربعة أهداف)، وعثمان ديمبيلي (ثلاثة أهداف)، كانغ إن لي وراندال كولو موانى (هدفان)، إضافة إلى ماركو أسينسيو وأشرف حكيمي وزائير إيمري وفيتينيا وفابيان رويز، إذ سجل كل منهم هدفاً واحداً، ليصل المجموع إلى 16 هدفاً.

نجاح بعيد عن الأضواء

وباشر النادي الفرنسي مشواره في دوري أبطال أوروبا بتحقيق فوز مهم ضد نادي جيرونا الإسباني، ليواصل مسار النجاح في منافسة أخرى هذا الموسم، فيما يواصل الفريق العمل بعيداً عن الأضواء، مثلما أشارت إليه صحيفة "ذا أتلتيك" البريطانية، ما ساعد اللاعبين على تجاوز الضغط، ليحقق بذلك النجاح بنسبة مائة في المائة، وهو عامل يفتح الطريق أمام الباريسي لبلوغ الأهداف المسطرة، المتمثلة في الفوز بالألقاب.

قطـــر تستضيف بطولة كـــأس القارات للأندية لكرة القـــدم 2024

أعلنت دولة قطر، عن استضافة بطولة كأس القارات للأندية لكرة القدم 2024 في ديسمبر المقبل بمشاركة الأندية أبطال القارات.

وقال وزير الرياضة والشباب القطري الشيخ حمد بن خليفة بن أحمد آل ثاني في تصريحات صحفية "يسرنا استضافة حدث رياضي مرموق آخر يضاف إلى سجل دولة قطر الحافل بالإنجازات المشرّفة".

وتابع آل ثاني أن "إقامة المباريات الثلاثة النهائية في كأس إنتركونتيننتال 2024 FIFA شهادة واضحة على قدرة قطر وتفوقها في تنظيم أحداث رياضية عالمية المستوى".

وأضاف أنه "بعد مضي ما يقارب العامين من استضافة النسخة الأفضل على الإطلاق من بطولة كأس العالم في رحاب دولة قطر، نفخر باستضافة كأس إنتركونتيننتال FIFA 2024، ونتطلع إلى الترحيب بعدد من الأسماء اللامعة في لعبة كرة القدم في العالم في حدث رائع يلقي الضوء على الإرث المستدام لمونديال قطر 2022".

وتعد بطولة كأس إنتركونتيننتال FIFA 2024 أحد أهم وأبرز البطولات التي ينظمها الاتحاد الدولي لكرة القدم على مستوى الأندية ويحمل نادي مانشستر سيتي الإنجليزي لقب النسخة الماضية من البطولة 2023، ويعتبرها الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) أهم بطولة سنوية للأندية تشهد تتويج الفريق الفائز بلقب الحدث العالمي. وتوضح البطولة التزام الفيفا المتواصل بتوفير المزيد من الفرص للارتقاء بلعبة كرة القدم، لتعزيز مكانتها على الساحة العالمية وتعتبر البطولة نسخة مطورة للنسخ السابقة من بطولة كأس العالم للأندية FIFA كما تعزز البطولة أجواء الحماس والتشويق في كرة

إنريكي: ديمبلي مفتاح نجاح سان جيرمان

قال الإسباني لويس إنريكي المدير الفني لباريس سان جيرمان الفرنسي، إن أداء عثمان ديمبلي جناح الفريق، كان المفتاح خلف البداية الرائعة في الموسم الجاري. وذكرت وكالة الأنباء البريطانية (بي ايه ميديا) أن المهاجم الدولي سجل 3 أهداف في الدوري الفرنسي حتى الآن ليساعد فريقه على تحقيق 4 انتصارات متتالية في المسابقة.

وقال المدير الفني لباريس سان جيرمان: "عثمان ديمبلي بدأ الموسم الحالي من حيث انتهى الأمر في الموسم الماضي، كان دائما حاسما بالنسبة لنا".

وأضاف: "لديه قدرة كبيرة على مراوغة منافسيه، كان رائعا الموسم الماضي وهذا الموسم هو أفضل وسيواصل العمل من أجل تحقيق الاستمرارية في الأداء الجميل الذي يقدمه".

جيـــــرارد: لا يمكن المقارنة بين الاتفـاق والنصـــر

قلل الإنجليزي ستيفن جيرارد، مدرب الاتفاق، من مستوى فريقه أمام نظيره النصر، الذي واجهه اليوم الجمعة، ضمن منافسات الجولة الرابعة من دوري روشن السعودي، وسجل "العالمي" الفوز 0-3.

وقال جيرارد، في المؤتمر الصحفي عقب المباراة: "يجب أن نكون واقعيين، لا يمكن المقارنة بين الاتفاق والنصر، حاليا نحن نعمل على التعاقد مع لاعبين من الهلال والنصر لتعزيز تشكيلتنا".

وأوضح: "أداء الفريق اليوم كان مخيبا سنقوم بتحليل المباراة وتصحيح الأخطاء لضمان تجنب ما حدث".

وأضاف ستيفن جيرارد: "هناك ركلة جزاء لم تحتسب لنا، ولو تم احتسابها لربما تغيرت نتيجة المباراة".

وتابع المدرب الإنجليزي: "لم نخسر اليوم لعدم قتالنا في الملعب، فجميع اللاعبين قدموا مجهودا مميزا، مشكلتنا كانت في الفاعلية بالثلث الأخير".

وعن لاعبيه، أشار جيرارد: "جواو كوستا لديه إمكانيات كبيرة، لكنه يحتاج إلى الوقت والتأقلم للوصول إلى أفضل مستوى له".

وأكد: "ألفارو ميدران، لاعب رائع بلا شك ولكن يجب ألا ننسى أنه عائد للتو من الإصابة لذا هو في حاجة للوقت من أجل استعادة كامل لياقته".

عائق وحيد أمام تجديد عقد بيدري

يسعى برشلونة جاهدا للحفاظ على خدمات نجمه بيدري خلال الفترة المقبلة، بتمديد عقده الحالي. ويرتبط بيدري بعقد حالي مع برشلونة حتى جوان 2026. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، أبلغ برشلونة عن نواياه لتجديد عقد بيدري منذ أفريل الماضي. وأضافت: "صباح الجمعة، جرت جلسة جديدة بين الطرفين، حيث اجتمع وكيل بيدري، هيكتور بيريس، مع المدير الرياضي للنادي، ديكو، في المدينة الرياضة". وأفاد التقرير بأن الاجتماع كان إيجابيا، مع رغبة مشتركة في تمديد العقد، ولكن لم يتم تحديد أي تفاصيل بعد. وأضافت الصحيفة: "لا يستطيع برشلونة الالتزام باتفاق محدد قبل أن يتمكن من إنهاء أزمة اللعب المالي النظيف مع رابطة الليغا".

ويعتبر بيدري لاعبا أساسيا بالنسبة لبرشلونة، خاصة بعد استعادة مستواه المتميز.

فليك يرفض المداورة ضد فياريال

يرفض هانز فليك، مدرب برشلونة، إجراء مداورة في التشكيل المقرر أن يواجه به فياريال، اليوم الأحد، ضمن منافسات الجولة السادسة من الدوري الإسباني. ووفقا لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، لجأ فليك إلى مجموعة ثابتة من اللاعبين الأساسيين في أول 6 مباريات من الموسم، مع إجراء تغييرات طفيفة للغاية. وأشارت الصحيفة إلى أن المدرب الألماني اعتمد على نفس خط الدفاع في 5 من أصل 6 مباريات هذا الموسم. ولجأ فليك إلى تعويض غياب مارك برنال في مركز الارتكاز بالاعتماد أكثر على مارك كاسادو، وفي الهجوم أدى قدوم أولمو إلى جلوس فيران توريس على مقاعد البدلاء.

وأوضحت أن هناك 7 لاعبين هم: كوبارسي، وإينيغو مارتينيز، وكوندي، ولامين، وليفاندوفسكي، ورافينيا، وتير شتيغن، كانوا دائما في التشكيل الأساسي، و4 منهم خاضوا جميع الدقائق، وهم: تير شتيغن، وكوندي، وإينيغو مارتينيز، ورافينيا. وأكدت الصحيفة الإسبانية أن فليك أمام فياريال في الجولة السادسة من الليغا سيعتمد على نفس التشكيل التي لعب بها في أوروبا. وذكرت أن فليك سيبدأ إيريك غارسيا مرة أخرى في مركز الارتكاز لأن بيدري سيبقى في مركز الوسط المتقدم، بينما فيران توريس ليس لديه فرصة للعب لأنه موقوف. وقالت الصحيفة إن فليك قد يفاجئ الجميع باستخدام بابلو توري أو باو فيكتور، لكن هذا أمر غير محتمل، حيث إن الأول لعب 14 دقيقة والثاني 27 فقط هذا الموسم.

بعد السقوط أمام موناكو.. لابورتا وديكو يجتمعان مع فليك

اجتمع خوان لابورتا رئيس برشلونة، وديكو المدير الرياضي للنادي، مع هانز فليك مدرب البارسا، عقب الخسارة أمام موناكو بدوري أبطال أوروبا. ووفقا لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فإن الثقة في مشروع فليك وفي عمل غرفة الملابس ما تزال في أعلى مستوياتها داخل برشلونة، رغم الهزيمة التي تعرض لها الفريق في موناكو (1-2). وأشارت الصحيفة إلى أن هذا ما نقله لابورتا وديكو إلى فليك؛ حيث أجروا محادثة هادئة بعد المباراة، وحللوا الهزيمة بهدوء، واتفقوا على تقليل أهميتها، مع التركيز على التعلم من الأخطاء لمنع تكرارها، خصوصا في دوري الأبطال.

وأوضحت أن التقييم إيجابي جدا لعمل فليك، وهذه العثرة لا تؤثر على الشعور الجيد الذي أظهره الفريق في أول 5 جولات من الدوري الإسباني.

وكشفت الصحيفة أن فليك وجه رسالة مشابهة للاعبين داخل غرفة الملابس، رغم أنها لم تكن خالية من النقد الذاتي، لكنه حافظ على الثقة في الفريق، معربا عن رضاه عن موقف الإدارة، ووعد بتحليل الأخطاء جيدا.

مدرب فياريال: لن أحصل أبدًا على فرصة تدريب ريال مدريد أو برشلونة

أكد المدير الفني الإسباني لفريق فياريال، مارسيلينو عارسيال تورال بأنه لا يشعر بأنه سيحصل على أي فرصة لتدريب أي نادٍ من الأندية الثلاثة الكبار في إسبانيا في مسيرته. ويأتي هذا رغم السجل الرائع لمارسيلينو وعمله القوي سابقًا في فالنسيا وأتلتيك بلباو وحاليًا مع فياريال.

ويبحث مارسيلينو عن إثارة الإعجاب مع فياريال مرة أخرى، حيث سبق له أن قاد الغواصات الصفراء من الدرجة الثانية إلى دوري أبطال أوروبا في فترته الأولى. وقال مارسيلينو عن ذلك: "نرى في أنفسنا الخبرة الكافية والمتراكمة لتدريب أي من هذه الفرق الثلاثة، لكن في الواقع من الصعب حدوث ذلك".

واستطرد: "لا أعرف ما إذا كان هذا سيحدث، لكن مهلًا، في هذه المرحلة من مسيرتنا المهنية وفي عمري، فهذا شئ لا يقلقني أيضا، أرى احترام كبير من وسائل الإعلام ومودة كبيرة، وريال مدريد وبرشلونة كيانان يبحثان دائما عن مدربين لديهم العديد من الألقاب أو لاعبين سابقين في تلك الفرق". ويستعد فياريال لمواجهة برشلونة في الجولة السادسة من الدوري الإسباني اليوم، حيث يأتي في المركز الثاني مناصفة مع الريال وأتلتيكو برصيد 11 نقطة وخلف برشلونة المتصدر بفارق 4 نقاط.

أنشيلوتي: الفوز أهم من اللعب الجميل

رفض مدرب ريال مدريد كارلو أنشيلوتي، الجمعة، الانتقادات الموجهة إلى أسلوب لعب فريقه غير الجذاب، قائلاً إن الفوز أهم من اللعب الجميل. ويركز أنشيلوتي، الذي حقّق خمسة انتصارات في سبع مباريات هذا الموسم دون هزيمة، على إيجاد طرق للفوز رغم إصابة العديد من لاعبيه وكفاح آخرين للوصول إلى قمة مستواهم.

وقال أنشيلوتي، قبل مواجهة إسبانيول في الدوري الإسباني، اليوم: «عشاق ريال مدريد يفضّلون الفوز على اللعب الجميل. من الناحية المثالية تريد كلا الأمرين، الفوز مع تقديم كرة قدم جذابة؛ لكن هدفنا الرئيسي هو إرضاء جماهيرنا التي تطلب الكثير، لذلك سنحافظ على تركيزنا لتحقيق الفوز؛ لأننا نعلم أن فريقنا لا يزال بعيداً عن أفضل مستوياته».

وأضاف في مؤتمر صحافي: «لسنا في أفضل حالاتنا، وهذا أمر طبيعي في بداية الموسم المزدحم بالمباريات. سنتحسّن مع الوقت لتحقيق الأهداف المهمة التي وضعناها لأنفسنا. في الوقت الحالي نؤدي بشكل جيد». وعاد ثنائي الوسط جود بيلينغهام وأوريلين تشواميني من الإصابة في الفوز الصعب (3 - 1) على شتوتغارت في مستهل حملة ريال مدريد للدفاع عن لقب «دوري أبطال أوروبا» يوم الثلاثاء الماضي. ومع ذلك، قال أنشيلوتي إن ديفيد ألابا وإدواردو كامافينغا وداني سيبايوس وبراهيم دياز لا يزالون بحاجة إلى أسابيع قبل التعافي الكامل.

وأضاف المدرب الإيطالي أنه لا يشعر بالقلق إزاء مستوى المهاجمين فينيسيوس جونيور وكيليان مبابي، وكلاهما لا يزال في مرحلة التحسّن، رغم أنهما يلعبان بشكل أفضل كل أسبوع، وسيمنحان ريال مدريد الفاعلية الهجومية التي يحتاج إليها. وقال أنشيلوتي: «الانتقادات لا تزعجني؛ لأنني أرى أن الجماهير سعيدة. يمكنك اللعب بشكل أفضل، لكن الجماهير اعتادت على كرة القدم التي نقدّمها... نحاول إسعاد جماهير مدريد. وتعتمد طريقتنا على القوة والسرعة... دون إضاعة كثير من الوقت في الوصول إلى مرمى المنافس. هذا ما يميّزنا. لدينا لاعبون يتمتعون بالقوة والسرعة خصوصاً مع الكرة وعلينا الاستفادة من ذلك. بالنسبة لي، أعتقد أن كرة القدم الجميلة تعتمد على خصائص اللاعبين الذين أمتلكهم. الهجوم الجيد، والدفاع الجيد... واللعب الجيد في الهجمات المرتدة. هناك جوانب عديدة، وكل شخص لديه رأيه الخاص».

ليفربول يعقد مهمة ريال مدريد لضم مدافع جديد

يبحث ريال مدريد عن التعاقد مع مدافع جديد منذ فشل التوقيع مع الفرنسي ليني يورو، الذي انتقل إلى مانشستر يونايتد في الصيف الماضي. وذكرت شبكة "ديفنسا سنترال" الإسبانية: "سعي ليفربول للتوقيع مع مدافع جديد يعقد خطة ريال مدريد لتدعيم الخط الخلفي في الصيف المقبل". ويريد الريدز التوقيع مع خليفة للمخضرم فيرجيل فان دايك الذي ينتهي عقده مع ليفربول هذا الموسم، ويستطيع التوقيع مع أي ناد، بدءا من جانفي المقبل. وأشارت الشبكة إلى أن أرني سلوت مدرب ليفربول، طلب أسماء مثل غونسالو إيناسيو (سبورتنغ لشبونة) ومارك جيهي (كريستال بالاس)، وهي نفس الخيارات التي يراقبها جوني كالافات، رئيس الكشافة في ريال مدريد. وأوضحت أن صعوبة الصفقات تكمن في أن ريال مدريد واضح في استراتيجيته المعتمدة على عدم دخول أي مزايدة لضم لاعبين جدد.

ألونسو يتفهم دعوة رودري لإضراب اللاعبين

قال تشابي ألونسو مدرب باير ليفركوزن، إنه يتفهم الانتقادات التي وجهها اللاعبون بشأن جدول المباريات المزدحم، مشيرا إلى أنه ينبغي الاستماع إليهم. واقترح رودري نجم وسط مانشستر سيتي، قيام اللاعبين، بإضراب بسبب تزايد جدول المباريات. وأضاف ألونسو في مؤتمر صحفي "أتفهم رودري واللاعبين الآخرين. أتفهم أن هناك لحظة يشعر فيها اللاعبون بأن هناك الكثير من المباريات المتراكمة عليهم". وشدد لاعب الوسط الإسباني السابق، على ضرورة الاستماع إلى اللاعبين، وضرورة مشاركتهم في هذه القرارات. وعندما سُئل عما إذا كان بإمكان اللاعبين رفض اللعب، رد ألونسو "أعتقد أننا قريبون من ذلك. أعتقد أن بإمكانكم سؤال أي لاعب، وسيقول نفس الشيء". وربما ينتهي الأمر بخوض أندية مثل مانشستر سيتي 75 أو 80 مباراة في الموسم بالنظر إلى عدد المسابقات، وفيما يتعلق باللاعبين الدوليين مثل رودري، فإن عدد المباريات التي يتعين عليهم خوضها، يصبح أعلى من ذلك.
وتجددت الانتقادات مؤخرًا بشأن جدول مباريات كرة القدم، بسبب النظام الحديث لبطولات دوري أبطال أوروبا والدوري الأوروبي ودوري المؤتمر، الذي تم تطبيقه هذا الموسم لأول مرة، بالإضافة إلى كأس العالم للأندية، التي يشارك فيها 32 فريقا لأول مرة في صيف العام المقبل بالولايات المتحدة. وتسببت التغييرات والتوسعات التي أجريت على المسابقات، في إضافة المزيد من المباريات.

ألونسو يشكو ضيق الوقت قبل لقاء فولفسبورغ

يسعى تشابي ألونسو مدرب باير ليفركوزن، لإعداد فريقه ذهنيا وبدنيا لمواجهة ضيفه فولفسبورغ، اليوم الأحد في الدوري الألماني. وتأتي تلك المواجهة بعد أقل من 72 ساعة على لقاء ليفركوزن ومضيفه فينورد في دوري أبطال أوروبا، والذي انتهى بفوز كبير لفريق المدرب ألونسو برباعية نظيفة. وصرح ألونسو في مؤتمر صحفي عقده الجمعة "بعد مباراة الأمس، من الواضح أننا لا نملك الكثير من الوقت للاستعداد، ويتعين علينا استغلال الأمر بشكل أكثر فاعلية. لن تكون مباراة الأحد سهلة". وأضاف "لدينا يوم واحد فقط للتعافي، سنتدرب غدا، ونحن نستعد لمواجهة خصم جيد وقوي. نعرف طريقة لعب المدرب رالف هاسنهوتل، إنه يعتمد على الكثير من الالتحامات والضغط العالي على الخصم". وشدد المدرب الإسباني "من المهم الاستفادة من الأمور التي سارت بشكل جيد ضد فينورد، ونقلها إلى أرض الملعب يوم الأحد القادم".

شفاينشتايغر: بايرن يحتاج لغوريتسكا

أكد باستيان شفاينشتايغر، لاعب وسط بايرن ميونخ السابق، أن ليون غوريتسكا سيحصل على مزيد من الدقائق على أرض الملعب مع النادي البافاري، مؤكدا أن البطل التاريخي للدوري الألماني لكرة القدم "بوندسليغا" بحاجة إليه. وصرح شفاينشتايغر على هامش بطولة كأس لافر للتنس، التي انطلقت الجمعة بالعاصمة الألمانية برلين: "بايرن يحتاج للعمل بجدية أكبر. الموسم ما يزال طويلا، والفريق بحاجة للكثير من اللاعبين بمستوى جيد.
ليون غوريتسكا لاعب يحتاجه بايرن بالتأكيد".
ويواجه غوريتسكا موقفا صعبا في النادي، خاصة بعدما ابتعد عن تشكيلة المدرب البلجيكي فينسنت كومباني مؤخرا، علما بأنه لعب لمدة 9 دقائق فقط خلال فوز الفريق الكاسح (9-2) على ضيفه دينامو زغرب الكرواتي يوم الثلاثاء الماضي ببطولة دوري أبطال أوروبا، حيث حل بديلا للمصاب ساشا بوي.
كان غوريتسكا عند حسن الظن به بعدما اختتم مهرجان أهداف بايرن في اللقاء، بإحرازه الهدف التاسع في مرمى دينامو زغرب.
وأكد شفاينشتايغر "كان من المهم بالنسبة له شخصيا أن يقدم مباراة جيدة". كانت تقارير إخبارية أفادت بأن بايرن كان يرغب في بيع غوريتسكا خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، لكنه لم يتمكن من ذلك، في حين لم يرغب اللاعب في الرحيل ولم يبحث عن ناد جديد.

شاهين: أنطون وغيراسي لن يتأثرا بعودتهما لملعب شتوتغارت

قال نوري شاهين، مدرب بوروسيا دورتموند، إنه لم يعقد أي محادثات خاصة مع الوافدين الجديدين فالديمار أنطون، وسيرهو جيراسي قبل أن يلعبا ضد فريقهما القديم شتوتغارت. ويحل دورتموند، ضيفا على شتوتغارت، اليوم الأحد، ضمن المرحلة الرابعة لبطولة الدوري الألماني لكرة القدم "بوندسليغا". ولعب أنطون، 4 مواسم في شتوتغارت، بينما أمضى غيراسي، عامًا واحدًا مع الفريق، وانتقل كلاهما إلى دورتموند خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية. وصرح شاهين في مؤتمر صحفي "اللاعبان ناضجان بما فيه الكفاية. إنهما ليسا لاعبين في الثامنة عشرة من العمر قد يتأثرا بالعودة". وأظهر شاهين أيضا الكثير من الاحترام لشتوتغارت، الذي أنهى الموسم الماضي في المركز الثاني في ترتيب الدوري الألماني. وصرح مدرب دورتموند: "شتوتغارت فريق لديه فكر واضح. (المدرب) سيباستيان هونيس له تأثير كبير على اللاعبين. إنهم يكتسبون المزيد من الزخم حاليا. إنه فريق قوي".
وألمح شاهين أيضا إلى أن جيمي جيتنز سيتواجد على مقاعد البدلاء مرة أخرى بعد أن دخل كبديل وسجل هدفين في فوز الفريق 3 / صفر على كلوب بروج البلجيكي، ببطولة دوري أبطال أوروبا.
وتحدث المدرب الألماني عن جيتنز، حيث قال: "لا يوجد لاعب في العالم يريد أن يكون بديلا خارقا، لكن كل من يأتي من مقاعد البدلاء يجب أن يصنع الفارق. إنه جيد جدا وسيشارك في العديد من المباريات منذ البداية".
كان اللاعب الإنجليزي الشاب، 20 عامًا، أنقذ دورتموند من السقوط في فخ التعادل مع آينتراخت فرانكفورت، بعدما أحرز هدفي الفريق بعد قدومه من مقاعد البدلاء، خلال فوزه (2-0) على منافسه في المرحلة الافتتاحية للدوري الألماني هذا الموسم.

مدرب شتوتغارت: لم نعلن الحرب على لاعب دورتموند

توقع سيباستيان هونيس، مدرب شتوتغارت، حصول قائد الفريق السابق فالديمار أنطون المنتقل إلى بوروسيا دورتموند، على استقبال غير مريح اليوم الأحد، عندما يعود لملعب فريقه السابق. وقال هونيس، في مؤتمر صحفي: "من ناحية، يمكنني أن أتفهم هذا من وجهة نظر الجماهير. ومن ناحية أخرى، أتمنى أن يتم تحيته".
وأضاف: "بغض النظر، على الأرجح سيضطر فالديمار أن يتحمل جزءا من هذا". وغادر أنطون والمهاجم سيرهو غيراسي فريق شتوتغارت للانضمام إلى دورتموند هذا الصيف.
ولكن تسبب رحيل أنطون، بعد أن قضى أربعة أعوام بالنادي، في الكثير من الاستياء بين الجماهير، ويرجع ذلك جزئيا إلى أنه كان قد قال إنه يتطلع لفترة أخرى مع شتوتغارت. وقضى غيراسي عاما واحدا فقط مع شتوتغارت.
وأوضح هونيس: "لم يكن هناك علاقة عدائية أو قرار بإعلان الحرب منه- حتى لو كان يعلم أن الأمور كان يمكن أن تسير بشكل مختلف من حيث التواصل". وأمضى: "لدينا ذكريات جيدة للغاية معهما. قدموا الكثير لنا لكي نلعب بدوري أبطال أوروبا هذا الموسم".
وفي الموسم الماضي، أنهى شتوتغارت الدوري الألماني في المركز الثاني، ليتأهل لدوري أبطال أوروبا للمرة الأولى منذ موسم 2009 / 2010.

كاراغر: هذا الثنائي الأعظم فـي تاريـخ البريميرليغ

كشف جيمي كاراغر مدافع ليفربول السابق، عن اختياره لأعظم ثنائي دفاعي في تاريخ الدوري الإنجليزي الممتاز. وأكد كاراغر، خلال عموده في صحيفة "تيليغراف" البريطانية، أن ثنائي آرسنال الحالي ويليام ساليبا وغابرييل ماجالهاييس، في طريقه لأن يحجز مكانا بين أفضل الشراكات في تاريخ المسابقة. وأضاف أن هناك شيئًا واحدًا يحتاجان إلى تحقيقه قبل أن يتمكنا من الانضمام إلى لائحة أعظم الثنائيات. وأصر كاراغر على أن قائد تشيلسي السابق تيري وزميله القديم ريكاردو كارفاليو كانا أعظم ثنائي دفاعي في الدوري على الإطلاق. وقال: "كانا أساس فريق تشيلسي الرائع تحت قيادة جوزيه مورينيو، حيث أعادا كتابة الأرقام القياسية وإعادة تعريف ما كان ممكنا على أعلى مستوى من خلال استقبال 15 هدفًا فقط في البريميرليغ بالموسم 2004-2005". وفي المرتبة الثانية على قائمته جاء نجما مانشستر يونايتد فرديناند ونيمانيا فيديتش، حيث أصر كاراجر على أن هذا الثنائي يناسب تشكيلات مانشستر يونايتد الهجومية تحت قيادة السير أليكس فيرغسون على مر السنين، حيث فازا بخمسة ألقاب في الدوري الإنجليزي الممتاز معًا بين العامين 2007 و2013. وكتب: "ما يميزهما هو أنهما متساويان، على عكس المدافع المتفوق الذي يحمل الآخر وهو ما يحدث غالبًا، حتى في أكثر التعاونات الدفاعية شهرة، الشريكان المثاليان يكملان بعضهما البعض لذلك لا نفكر في أحدهما دون الآخر". وذكر كاراغر العديد من أساطير الدوري الإنجليزي الممتاز في قائمته لأفضل ثنائيات قلب الدفاع على الإطلاق، مثل الثنائي السابق لمانشستر يونايتد جاري باليستر وستيف بروس. وأصر كاراغر على أن ساليبا وجابرييل "يظهران أفضل ما في بعضهما البعض". وأردف: "يجب أن يفوز آرسنال بالدوري الإنجليزي الممتاز أو دوري أبطال أوروبا حتى يثبت الثنائي نفسهما في قاعة المشاهير، لكنهما يحرزان خطوات عملاقة وهما السبب الأكبر وراء قدرة فريق ميكيل أرتيتا على السفر إلى مانشستر سيتي بثقة هذا الأسبوع".

غوارديـــولا ينضـم إلى صفوف اللاعبين في معركة الإضراب

حث المدرب الإسباني لمانشستر سيتي الإنجليزي بيب غوارديولا، اللاعبين على قيادة المعركة من أجل التغيير في مواجهة المخاطر التي تشكلها زيادة المباريات على الروزنامة الموسمية. ويأتي تصريح مدرب بطل الدوري الممتاز لكرة القدم، بعد أيام من تحذير نجم وسطه ومواطنه رودري من أن اللاعبين قد يضربون عن اللعب في محاولة لوقف الارتفاع الكبير في عدد المباريات خلال الموسم المزدحم أصلا. وفي ظل تغيير نظام مسابقة دوري الأبطال واعتماد مجموعة واحدة من 36 فريقا، وما ترتب عن ذلك من إضافة مباراتين أخريين إلى برنامج كل فريق (8 عوضا عن 6 في الدور الأول)، ومع التوجه لإقامة كأس العالم للأندية بحلتها الموسعة أيضا الصيف المقبل، يجد سيتي نفسه أمام احتمال خوض 76 مباراة خلال الموسم (كحد أقصى). وهناك أيضا المباريات الدولية الخاصة بالمنتخبات الوطنية، ما يزيد الضغط على اللاعبين ويرفع مخاطر التعرض للإصابات. وقالت النقابة الدولية للاعبي كرة القدم المحترفين (فيفبرو)، إن الحد الأقصى من المباريات خلال الموسم بالنسبة لأي لاعب يجب أن يكون بين 50 و60 مباراة، استنادا إلى أعمارهم. وانضم الحارس البرازيلي لليفربول أليسون بيكر إلى الخلاف، عندما قال إن سلطات اللعبة لم تمنح اللاعبين صوتا للتعبير عن مخاوفهم. وأعرب العديد من المدربين البارزين عن دعمهم للاعبين، بينهم المدرب البلجيكي لبايرن ميونخ الألماني فنسنت كومباني، الذي دعا إلى وضع حد أقصى لعدد المباريات التي يسمح للاعب بالمشاركة فيها كل عام. ومع احتدام الجدل، رأى غوارديولا أن اللاعبين يملكون القدرة على إحداث التغيير لأن الرياضة لا يمكن أن تستمر من دونهم، مضيفا: "أنا متأكد من أنه إذا كان هناك شيء سيتغير، فيجب أن يأتي من اللاعبين. إنهم الوحيدون الذين بإمكانهم تغيير شيء ما... أن يكون لهم صوت". وختم: "يمكن أن يستكمل العمل من دون مدربين، من دون مديرين رياضيين ووسائل إعلام ومالكين، لكن لا يمكن اللعب من دون لاعبين. هم الوحيدون الذين لديهم القدرة على القيام بذلك".

غوندوغـــان: هنـاك أمـور تغيـرت فـي مانشستر سيتـي

تحدث إلكاي غوندوغان، لاعب وسط مانشستر سيتي، عن تفاصيل عودته للفريق الإنجليزي قادما من برشلونة هذا الصيف، مشيدا بقدرات زميله المهاجم إيرلينغ هالاند. وقال غوندوغان في حوار مع "سكاي ألمانيا": "لا لم أعد أحتفظ بنفس المكان، هناك أمر أو أمرين تغيرا، شخص جديد جاء إلى الفريق وأصبح لدي رقم مختلف". وأضاف: "عليك التكيف مع الوضع السائد هنا، ولكن هذا أمر غير معقد فأنا أعرف معظم اللاعبين والجهاز الفني هنا، ويبدو أن معظمهم سعيد أيضا أو هكذا تم الترحيب بي من الجميع، الأمر يشبه العودة للبيت". وتابع: "لا أريد أن أشعر بالراحة، فلم أعد من أجل الجلوس، ولكن لكي أقدم نفس المعايير في اللعب، أريد التحدي ولعب كرة القدم في أعلى مستوى وإثبات نفسي مرة أخرى". وعن مكالمة العودة مع المدرب بيب غوارديولا: "كانت سريعة وغير معقدة، والأمر كان يتعلق بتفكير إدارة برشلونة، الاتفاق على مثل تلك الصفقات ليس بالأمر السهل، ولكن لحسن الحظ سارت الأمور معي بشكل جيد". وواصل: "أتيت إلى هنا وبعد يومين خضت أول دقائق لي، الأمور سارت بسرعة، وبالتالي لم يكن هناك حاجة للتفكير كثيرا".=وأشاد غوندوغان بهالاند: "هو يتمتع بكاريزما هائلة، وعندما تسجل الكثير من الأهداف تزداد هالتك، وهو يملك كل شيء يحتاج إليه المهاجم الكبير من الإنهاء واللعب بالقدمين والرأس والتمتع بطول القائمة والقوة البدنية والسرعة".
وأتم: "أعتقد أنه مع غوارديولا أصبح أكثر ذكاء في اتخاذ القرارات، ولا يمكن أن نطلب منه المزيد وأهدافه تتحدث عن نفسها، أن تسجل 9 أهداف في أول 4 مباريات، فهذا رقم هائل".

ماريسكا يزيد الغموض حول ريـــس جيمس

يحيط الغموض حول مصير ريس جيمس ظهير تشيلسي، الغائب عن الملاعب منذ إصابته خلال مباراة ودية ضد ريال مدريد في فترة الاعداد للموسم الحالي قبل 6 أسابيع. وخلال تصريحات أبرزتها قناة "تي إن تي سبورتس"، قال المدرب الإيطالي إنزو ماريسكا: "ريس جيمس كان سيئ الحظ بإصابته الجديدة، لكي أكون صادقا". واستطرد: "كنا نخطط حينها لاستبداله بعد 65 دقيقة، لكنه أصيب في الدقيقة 62 أو 63، لهذا لم يكن محظوظا". وأضاف مدرب تشيلسي: "نحن لا نعرف حقا موعد عودته حتى الآن، لسوء الحظ". واستطرد: "موعد عودته تأجل، لأن الشيء الأهم بالنسبة له، أن يعود وهو جاهز بنسبة 100ف، وهو بعيد عن ذلك حاليا".

الكشف عن صفقة تين هاغ الضائعة فـي الميركاتـو

كشف تقرير صحفي عن الصفقة التي لم ينجح إيريك تين هاغ مدرب مانشستر يونايتد، في إبرامها خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية.
وأنفق النادي الإنجليزي ما يزيد عن 200 مليون جنيه إسترليني من أجل تعزيز صفوفه هذا الموسم، إذ تعاقد مع ليني يورو، جوشوا زيركزي، نصير مزراوي، ماتياس دي ليخت ومانويل أوغارتي.
رغم ذلك، نقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية عن الصحفي الإيطالي فابريزيو رومانو، أن تين هاغ كان يريد جلب أحد مواطنيه لملعب أولد ترافورد.
وأفادت بأن تشافي سيمونز، لاعب باريس سان جيرمان، كان أحد أهداف مدرب الشياطين الحمر في الميركاتو. يأتي ذلك بعد تمديد إعارة سيمونز إلى لايبزيغ الألماني لموسم آخر، حيث لم ينجح يونايتد في ضمه بسبب اتفاقه على البقاء بملعب ريد بول أرينا.
ومنذ وصول تين هاغ إلى ملعب أولد ترافورد، جلب إلى النادي مجموعة من اللاعبين السابقين في الدوري الهولندي، وممن سبق لهم اللعب تحت قيادته، وكذلك منتخب بلاده.

أرتيتـــا: أردنا امتلاك ميزة السيتـي.. وهـذا مـوقف أوديغـــارد

ظهر ميكيل أرتيتا مدرب آرسنال، أمام وسائل الإعلام بعد ساعات من تعادل فريقه (0-0) مع أتالانتا، في أولى مبارياته بدوري أبطال أوروبا. ويجري الفريق اللندني تحضيراته لمواجهة مانشستر سيتي بملعب الاتحاد اليوم الأحد، في الجولة الخامسة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وخلال مؤتمر صحفي، تطرق أرتيتا للحديث عن حالة لاعبه مارتن أوديغارد، بقوله: "نحن بحاجة لمتابعة تطور حالته الأسبوع المقبل، للتعرف على كيفية تحسن كاحله قبل أي شيء، وبعدها سيبلغنا الطاقم الطبي بالمستجدات، ومدة غيابه أيضا".
وعن رأيه في حصول المان سيتي على يوم راحة إضافي، قال: "أردنا أن نكون مثلهم، لكن ذلك لم يحدث، ولهذا يجب أن نتأقلم على الظروف، واستغلال الوقت المتاح أمامنا للتعافي والتحضير جيدا للمباراة من أجل الانتصار". وقلل المدرب الإسباني من شأن احتمالية غياب كيفن دي بروين عن المباراة، قائلا: "السيتي لديه خيارات بديلة، مثل جوندوجان، برناردو، فودين وكوفاسيتش، وجميعهم لاعبين من الطراز العالمي".
واستطرد ميكيل أرتيتا: "لدينا بعض الغيابات أيضا، وعلينا التكيف مع الظروف، وفي مثل هذه المباريات، لا يمكننا التعويل على فرد واحد".
وعند سؤاله عن مدى قدرته على تمديد سلسلته المذهلة الخاصة بنتائج آرسنال خارج الديار في البريميرليغ هذا العام، أجاب: "سنذهب إلى ملعب حامل اللقب". وأردف: "هذا هو الفريق الذي أراه الأكثر ثباتا في تاريخ البريميرليغ، ليس على مستوى النتائج فحسب، بل فيما يتعلق بالقدرة على الهيمنة والحفاظ على الأداء بأفضل صورة ممكنة".
واختتم: "هذا هو التحدي.. يجب أن نذهب إليهم لإثبات أننا تقدمنا خطوة للأمام ونستطيع منافستهم".

الديربي فرصة فونسيكا للحفاظ على وظيفته في ميلان

ذكرت الصّحف أمس السبت بأن الديربي مساء الغد سيكون الملاذ الأخير للمدرب البرتغالي باولو فونسيكا للحفاظ على وظيفته كمدرب للميلان.

سيتعين على البرتغالي إثبات وجود المجموعة إلى جانبه وإظهار أداء ممتاز في ديربي ديللا مادونينا مساء الأحد، إذا أراد إنقاذ مكانه، بعد شهرين فقط من وصوله للروسونيري.

وخسر ميلان على ملعبه في المباراة الأخيرة أمام ليفربول في دوري أبطال أوروبا، تأكيدًا لتراجع المستوى والنتائج في الدوري أو في المسابقة الأوروبية.

وأصبح مدرب روما السابق أقرب للإقالة من أي وقت آخر، وبدأت إدارة الروسونيري في دراسة الملفات المرشحة لخلافته وإجراء الاتصالات.

وبحسب صحيفة كوريري ديلو سبورت فإن ماورتسيو ساري (الذي يحبه فيورنتينا أيضًا) لديه فرص للتواجد على مقاعد البدلاء في ميلان في حالة إقالة فونسيكا، وأيضًا هناك تقارير تتحدث عن أسماء أخرى مثل إيدين تيرزيتش وإيغور تيودور وماسيمليانو أليغري.

باريلا: يمكننا منافسة أي فريق.. ولم نفكر فـــي مباراة ميلان

أكد نيكولو باريلا نجم وسط إنتر، أن فريقه قدم مباراة جيدة أمام مانشستر سيتي، مشددا على أن النيراتزوري بإمكانه منافسة أي فريق. وتعادل النيراتزوري خارج أرضه على ملعب الاتحاد ضد السيتي 0-0، في المباراة الأولى لهما بدوري أبطال أوروبا. وقال باريلا، في تصريحات أبرزها موقع "توتوميركاتو" الإيطالي: "نريد الفوز، عندما تلعب للإنتر يجب أن تلعب للفوز، لقد أظهرنا اليوم أنه حتى ضد فريق عظيم يمكننا المنافسة". وبسؤاله عن أداء فريقه الرائع ومن أين جاء، رد نيكولو: "فريق سيطر على الدوري بالموسم الماضي، وترك شيئا في دوري أبطال أوروبا، ويود هذا العام أن يفعل شيئا أكثر بالمسابقات". وأضاف "لقد وصلنا للنهائي قبل عامين، نحن ننمو ومباريات مثل هذه تساعدنا. كنا قادمين من مواجهة غير لطيفة للغاية في مونزا، بينما اليوم كنا جميعا في حالة 100ف". وعن رسالته إلى ميلان، مع اقتراب مباراة الديربي، قال نجم الإنتر: "كنا نفكر فقط في هذه المباراة (مانشستر سيتي)، من الغد سنفكر في الديربي، وسنستعد له بأفضل طريقة ممكنة". وأتم "في السنوات الأخيرة، تعاقدوا مع الكثير من المهاجمين الداعمين، لكن أين صناع اللعب في خط الوسط؟ أين المهاجم الذي يلعب دور الثعلب بمنطقة الجزاء؟ موراتا مختلف عن جيرو، ويجب دراسة مثل هذا التغيير التكتيكي من قبل النادي والمدرب".

لاوتارو يعول على سجله في الديربي لإنهـــاء النحس التهديفـــي

كان لاوتارو بعيدًا عن معاييره المعروفة خلال أول خمس مباريات للإنتر هذا الموسم، ولكن النيراتزوري يأمل أن يساعد سجله الإيجابي في ديربي ديللا مادونينا ضد ميلان لإنهاء الجفاف التهديفي. ولم يسجل لاوتارو أي هدف هذا الموسم وبدأ على مقاعد البدلاء في مباراة دوري أبطال أوروبا يوم الأربعاء ضد مانشستر سيتي. ومع ذلك، فإن المهاجم الأرجنتيني يملك سجلا مثيرا في الديربي، حيث سبق أن سجل ثمانية أهداف من 16 مباراة ضد ميلان عبر أربع مسابقات مختلفة، وهي الدوري الإيطالي ودوري أبطال أوروبا وكأس إيطاليا وكأس السوبر الإيطالي.

وعلى الرغم من إنهاء الموسم الماضي للدوري الإيطالي كهداف للبطول برصيد 24 هدفًا، إلا أن تراجع لاوتارو في تسجيل الأهداف بدأ بالفعل في الجزء الأخير من الموسم الماضي. وكان أداء لاوتارو في مباراة إنتر الأخيرة في الدوري أمام مونزا دون المستوى لدرجة أنه تم استبداله بعد 56 دقيقة، مما أقنع سيموني إنزاغي بإبقائه احتياطيًا في القمة الأوروبية ضد السيتي.

جماهير رومـــا تهاجم لينا سولوكو بعـــد إقالـــة دي روســـي

استمرت الاحتجاجات من جانب جماهير روما بعد الإقالة المفاجئة لدانييلي دي روسي، حيث أعفى الجيالوورسي المدرب الشاب من مهامه وأوكل مقاعد البدلاء لإيفان يوريتش.

كانت إقالة المدرب البالغ من العمر 41 عامًا غير مُنتظرة بعد أربع جولات فقط من بداية البطولة، مما ألقى بالشكوك بشان إدارة آل فريدكين للنادي، خاصة وأن النادي العاصمي كان قد جدد عقد دي روسي لفترة طويلة قبل فترة بسيطة. وفي المركز التدريبي الرياضي "تريجوريا" أثناء الليل، ظهرت لافتة عليها رسالة من جانب جماهير الفريق كُتب عليها: "دانييلي دي روسي بحر روما، لينا هي شر روما". وكانت تلك اللافتة ضد المديرة التنفيذية للنادي، لينا سولوكو، حيث يقال بأن السيدة التي نالت منصب الرئيس التنفيذي للنادي في أبريل 2023 كانت السبب في إقالة جوزيه مورينيو ثم دانييلي دي روسي، وأن الخلافات بينها وبين دي روسي كلفته الإقالة من منصبه. وذكرت التقارير بأن هناك كانت خلافات بين لينا سولوكو ودي روسي بخصوص سوق الانتقالات، وترددت شائعات حول أن سولوكو كانت مترددة في تجديد عقد دي روسي حتى عام 2027 وكانت تدرس إمكانية تعيين رافائيل بالادينو الذي تم تعيينه بعد ذلك كمدرب لفريق فيورنتينا.

كابيلو: صدمت من قرار روما.. وهذه مهمـــة إبـــراهيموفيتش مـــع ميـــلان

أكد المدرب الإيطالي المخضرم فابيو كابيلو، أنه صدم من قرار نادي روما بإقالة دانييلي دي روسي، من منصبه كمدرب للفريق

وقال كابيلو خلال تصريحاته لصحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية: "لقد صدمت من إقالة دي روسي، إذا أحدثت ثورة في الفريق، فيجب منحه الوقت وليس إقالته بعد 4 جولات".

وأضاف "سيكون من الخطأ إقالة فونسيكا من ميلان بنفس الطريقة، حتى لو خسر الديربي أمام إنتر (يوم الأحد المقبل)، إنه يحتاج للوقت من أجل تغيير الأمور".

وتابع "يتعين على فونسيكا أن يدخل في عقول اللاعبين، حيث لا يبدو أنهم مستعدون لمواجهة مواقف مختلفة عن تلك التي تدربوا عليها في التدريبات، لقد بدوا وكأنهم شبعوا بعد الفوز بالاسكوديتو عام 2022 ولم يعودوا أبدا".

وأكمل المدرب الإيطالي "ربما يستطيع إبراهيموفيتش أن يعيدهم لهذا الشعور، فهو لم يفتقر أبدا للشعور بالجوع".

وأشار "إذا فزت فعليك أن تبني على هذه الأسس، وليس تدميرها".

ميـلان يفاضل بين 3 أسمـــاء ثقيلة تحسبـــا لإقـــالة فـونسيكا

يواجه باولو فونسيكا، المدير الفني لميلان الإيطالي، شبح الإقالة بسبب سوء نتائج الفريق منذ بداية الموسم الجاري. وذكرت صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية أن فونسيكا في مرمى الخطر بعد الخسارة أمام ليفربول في دوري أبطال أوروبا. وأشارت إلى أن ميلان اكتفى قبلها بفوز وحيد أمام فينيس مقابل تعادلين مع لاتسيو وتورينو والخسارة أمام بارما. وكشفت الصحيفة عن قائمة من ثلاثة مدربين مرشحين لقيادة ميلان حال إقالة فونسيكا، أولهم الإيطالي المخضرم ماوريسيو ساري، المدير الفني السابق لنابولي ويوفنتوس وتشيلسي. كما تضم القائمة أيضا الثنائي الألماني توماس توخيل مدرب بايرن ميونخ وتشيلسي وباريس سان جيرمان السابق، وإيدين ترزيتش الذي قاد بوروسيا دورتموند للوصول لنهائي دوري أبطال أوروبا في الموسم الماضي.

فريـــق بـــرازيلـــي يطلق إســـم مارسيلو علـــى ملعبـــه

أعلن نادي فلومينينسي البرازيلي أنه سيكرم أحد أعظم لاعبي ريال مدريد السابقين مارسيلو فييرا، من خلال إطلاق اسمه على ملعبه في منطقة شيريم، إذ قرر النادي تكريم "الفتى الذي غادر شيريم ليغزو العالم" بتسمية ملعبه باسم النجم الذي بدأ مسيرته الكروية في هذا المكان. وستقام مراسم التسمية الجديدة غداً الخميس، الخامس من سبتمبر، في ملعب فال داس لارانجيراس، إذ ستتم إعادة تسميته ليصبح "ملعب مارسيلو فييرا".وأوضح النادي، عبر موقعه الرسمي، أن هذا التكريم يأتي تعبيراً عن الحب والاحترام الذي يحمله النادي البرازيلي للنجم الأسطوري، الذي عاد إلى فلومينينسي في فيفري 2023، بعد فترة قصيرة قضاها في نادي أولمبياكوس اليوناني، الذي وصل إليه قادماً من فريق ريال مدريد الإسباني، وهو الفريق الذي حمل ألوانه في جانفي 2007، بعدما قضى مسيرة ناجحة وطويلة مع النادي الملكي. ويجسد هذا التكريم العودة العاطفية لمارسيلو إلى جذوره، إذ إنه يُعتبر واحداً من أبرز اللاعبين الذين خرجوا من أكاديمية فلومينينسي، فيما يشير البيان الصادر عن النادي إلى أن مارسيلو سيُكرم في المكان الذي بدأ فيه خطواته الأولى في عالم كرة القدم، وأن الحفل سيحضره أفراد عائلته، بالإضافة إلى فرق الشباب للفئات المختلفة وفريق كرة القدم النسائي التابع للنادي.وبدأ مارسيلو مسيرته في فلومينينسي عندما كان عمره 13 عاماً فقط، إذ انضم للنادي عبر فريق كرة القدم الخماسية، وبعد أربع سنوات من التدريب في مرافق مركز تدريب فال داس لارانجيراس، تقرر صعوده إلى الفريق الأول عام 2005 عندما كان يبلغ من العمر 17 عاماً، ومن هناك شق طريقه إلى الشهرة والنجومية بتوقيعه مع ريال مدريد، ليبدأ مسيرة رياضية حافلة بالنجاحات والألقاب.

روميـــو بيكهـــام يقـــرر اعتزال كرة القدم من أجل الموضة

قرّر نجل أسطورة منتخب إنكلترا ونادي مانشستر يونايتد السابق ديفيد بيكهام (49 عاماً) اعتزال كرة القدم بشكل مفاجئ، رغم أنّ روميو بيكهام يبلغ من العمر 22 عاماً، وكانت وسائل الإعلام البريطانية تتوقع مواصلته السير على خُطى والده في عالم الساحرة المستديرة، لكنه فضّل الابتعاد بشكل مبكر.وذكرت صحيفة موندو ديبورتيفو الإسبانية، اليوم الأربعاء، أنّ روميو بيكهام (22 عاماً) قرّر ترك ناديه الحالي، برينتفورد الإنكليزي، واعتزال كرة القدم نهائياً، من أجل التركيز على الموضة، التي تعتبر أحد اهتماماته الكبرى، بعدما اتخذ قراره المدروس جيداً، عقب تحدثه مع والدته فيكتوريا بيكهام، التي شجعته على اتخاذ هذه الخطوة، حتى يصبح أحد أشهر عارضي الأزياء في العالم.وأوضحت أنّ روميو بيكهام بدأ رحلته مع فريق الشباب في نادي أرسنال الإنكليزي، وبعدها لعب مع فريق إنتر ميامي الأميركي، الذي يمتلكه والده، لكنه عاد مرة أخرى إلى المملكة المتحدة، حتى يحصل على فرصته مع برينتفورد، لكن الأمور لم تسر وفق ما كان يتوقعه، وعجز عن السير على خُطى أسطورة منتخب إنكلترا ومانشستر يونايتد السابق،

بسبب عدم قدرته على التأقلم مع رياضة كرة القدم، لأنه يحب الموضة، ويحلم بأن يكون أحد أبرز عارضي الأزياء في العالم.يُذكر أن نجلي أسطورة منتخب إنكلترا ونادي مانشستر يونايتد السابق، ديفيد بيكهام، لم يتمكنا من السير على خُطى والدهما، بعدما فشل الابن الأكبر بروكلين بيكهام في تجربته مع لوس أنجليس غالاكسي الأميركي وباريس سان جيرمان الفرنسي، وأرسنال الإنكليزي، واعتزل في عام 2015، قبل أن يقرر شقيقه روميو إنهاء مسيرته أيضاً، من أجل التفرغ إلى مهنته الجديدة في عالم عرض الأزياء.

ضـــرب لاعب ألمانـــي بسبب ارتدائـــه قميص بايرن ميونخ

تعرّض لاعب نادي نورنبرغ الألماني، نيكلاس ويلسون زومر (26 عاماً) لاعتداء بالضرب المبرح من مشجعي فريقه، وعرض اللاعب الشاب صورًا تُظهر معاناته من كدمات في مناطق مختلفة من وجهه، ما يؤكد حجم الضرر الذي تعرض له، فيما أكدت وسائل إعلامية أوروبية أن السبب وراء ما حدث له كان ارتداءه قميص نادي بايرن ميونخ، والتقاطه صورًا استفزازية عرضها على حساباته بمواقع التواصل الاجتماعي.وكشفت صحيفة لو فيغارو الفرنسية، الاثنين، عن تفاصيل الحادث المؤسف الذي وقع للمدافع الشاب، وأكدت أن تهوره أدى لتعرضه للضرب، بما أن حمل قميص بايرن ميونخ أو ارتداءه هو استفزاز لمشجعي فريقه، باعتباره غريمًا لهم، ولأن العلاقة سيئة جدًا بين مشجعي الفريقين، رغم أن الأخير يلعب في دوري الدرجة الثانية.وأضافت الصحيفة أن الوقت الذي اختاره نيكلاس زومر كان سيئًا للغاية، إذ تسود حالة الغضب وسط المشجعين بسبب الأداء به مدافعهم، السبت، حين واجه ضيفه في الدوري المحلي، كما حملوا لافتات كتبوا عليها الانتقادات للاعبي الفريق، عقب الهزيمة القاسية أهداف دون مقابل، واكتفاء فريقهم باحتلال الـ13 في الترتيب العام.واستنكر نادي نورنبرغ سلوك وتعرضهم للاعب الشاب عبر بيان رسمي، جاء فيه: "تعرض لاعتداء بالضرب، الأحد، أمام باب بيته.

السيئ الذي ظهر ماغديبورغ عبارات بأربعة المرتبة المشجعين لاعبنا

رونالـــدو يصـــل إلـــى مليـــار متابـــع علـــى مواقـــع التواصـــل

وصل عدد متابعي النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو قائد النصر السعودي، على منصات مواقع التواصل الاجتماعي إلى أكثر من مليار متابع بعد أن حطمت قناة "الدون" على "يوتيوب" أرقاما قياسية في فترة زمنية وجيزة.

وبعد أن أصبح أول شخص في التاريخ يصل إلى مليار متابع، قال رونالدو في منشور على حساباته "صنعنا التاريخ، مليار متابع! هذا أكثر من مجرد رقم، إنه شهادة على شغفنا المشترك ودافعنا وحبنا للعبة وما هو أبعد من ذلك. من شوارع مادیرا إلى أكبر المسارح في العالم، كنت ألعب دائما من أجل عائلتي ولأجلكم، والآن يقف مليار منا معا.

كنتم معي في كل خطوة على الطريق، خلال كل الصعود والهبوط. هذه الرحلة هي رحلتنا، وأظهرنا معا أنه لا توجد حدود لما يمكننا تحقيقه. شكرا لكم على ثقتكم ودعمكم وكونكم جزءا من حياتي. الأفضل لم يأت بعد، وسنستمر في الدفع والفوز وصنع التاريخ معا".

ورونالدو هو أكثر الرياضيين متابعة على إنستغرام وعدد متابعيه يمثلون 8ق من عدد سكان الأرض، متقدما بفارق كبير على منافسه ليونيل ميسي الذي يبلغ عدد متابعيه 500 مليون ويتفوق على مشاهير كثيرة بينهم:المغنية الأميركية سيلينا غوميز: 424 مليون متابع.نجمة تلفزيون الواقع الأميركية كايلي جينر: 397 مليون متابع. المصارع والممثل الأميركي دواين جونسون (ذا روك): 395 مليون متابع.ويخوض رونالدو (39 عاما) موسمه الثالث في الدوري السعودي للمحترفين بعد توقيع على عقد حصل مقابله على 215 مليون دولار كراتب عام 2023. كما تحتل أرباحه من الإعلانات خارج الملعب المرتبة الرابعة بين جميع الرياضيين النشطين، بـ60 مليون دولار.

وجمع رونالدو 275 مليون دولار في عام 2023، أي أكثر من ضعف أي رياضي آخر باستثناء لاعب الغولف الإسباني جون راهم (203 مليون دولار).ويعد رونالدو ثالث أعلى رياضي أجرا على الإطلاق، إذ بلغ إجمالي أرباحه طوال حياته 1.92 مليار دولار، ومن المتوقع أن تتجاوز 2 مليار دولار بحلول نهاية العام، مما سيجعله ثالث رياضي يصل إلى هذا الرقم بعد الأميركيين مايكل جوردان (كرة السلة) وتايغر وودز (غولف).

هذا على صعيدي الفضاء الافتراضي وعالم المال والأعمال، أما رياضيا فاحتفل قبل أيام، بكونه أول لاعب في تاريخ الساحرة المستديرة يصل إلى 900 هدف سجلها في 1236 مباراة مع منتخب بلاده والأندية التي لعب لها..

أهمية ممارسة الرياضة للرجـــال والنـــساء

تشهد الرياضة بمختلف أنواعها خلال السنوات الأخيرة إقبالا هائلا من مختلف الشرائح العمريّة للمجتمع، ومن كلا الجنسين نساء ورجالا، كما أدى هذا الإقبال إلى تطوّر في مختلف الألعاب الرياضيّة، سواء كانت جماعيّة أم فرديّة، مما يساهم في ازدهار ممارسة الرياضة، خاصّة في الفضاءات المغلقة كالصالات الرياضيّة التي أصبحت تمثّل متنفّسًا للابتعاد عن الضغوط النفسيّة. ويجد معظمنا أن المشي تحت الشمس أو الذهاب إلى صالة الألعاب الرياضية يحسن من مزاجنا على المدى القصير، ومن المعروف أن التمارين الرياضية تحفز الجسم على إنتاج الإندورفين وهرمونات الجسم الطبيعية التي تمنح شعوراً بالرضا وتجعل المشاكل تبدو أكثر قابلية للإدارة. تجسّد الرياضة وسيلة من أهمّ الوسائل التي تساهم في كلّ من الحفاظ على سلامة الجسم وصحتّه من الأمراض، كما تحوّل تلك الضغوط والمشاكل النفسيّة التي يواجهها كل ممارسي الرياضة إلى مشاعر إيجابيّة تدعم شعور الرضا عند المرء وتساهم في تطوّر ثقته بنفسه. ورغم الإقبال الملحوظ من كلا الجنسين، إلاّ أنّ الدراسات لا تزال تشير إلى اهتمام الرجال أكثر من المرأة بممارسة الرياضة، وهو ما يجعلها ظاهرة تستحق الدراسة. تشير الإحصائيّات إلى أن نسبة الفتيات الرياضيّات في المدارس الثانويّة لا تتجاوز 7ڤ قبل سنة 1972، أمّا اليوم فهي تصل إلى 42ڤ. كما تواصل الاحصائيّات الحديثة إظهار سيطرة الذكور على الرياضة من خلال ممارستها والاهتمام بها، بعدد تجاوز ضعف النساء في مجموعة متكوّنة من أكثر من خمسين دولة وثقافة مختلفة حول العالم، حسبما تعلنه دراسة للباحث دينر نشرها سنة 2013، وهذا يؤكد أنّ الرياضات الجماعيّة لا تزال رياضات ذكوريّة بحتة، ولكن اهتمام المجتمعات بممارسة المرأة للرياضة، وإتاحة الفرص لها، أسهم في تشجيع مشاركتها بشكل بارز. تميل بعض الآراء إلى أنّ سبب محدوديّة مشاركة المرأة في الرياضة داخل المجتمعات هي عدم توفّر الوقت الكافي للمرأة لتمارس الرياضة، إلّا أنّ البحوث تستنتج أن المرأة تتمتّع بنفس المدّة الكافية التي يتمتّع بها الرجال لممارسة الرياضة. ولكن ما يدعم هذا التباين، هو طبيعة السلوكيات الأنثويّة التي توجّه الفتيات لنشاطات أخرى، وتجعل من نشاطها البدني يقتصر فقط على مجموعة من الرياضات الأنثوية البسيطة، كرياضة اليوغا والتمارين الروتينيّة داخل صالات الرياضة، أما السبب الثاني فهو يعود إلى عدم توافر أخصّائيّات رياضيّات بشكل كاف لجذب اهتمام العنصر النسائي. ممارسة التمارين الرياضيّة من الهرولة إلى لعب كرة القدم، تلعب دورين مزدوجين؛ نشاطا بدنيّا وطريقة ناجعة للتقليل من الضغط النفسي الذي يتعرضّ له الفرد يوميًّا في خضّم الحياة الروتينيّة. تظهر الدراسات العلميّة أنّ التمارين الرياضيّة التي تستهلك نشاطاً بدنيًّا كبيرا، تحثّ الدماغ على إفراز كيميائيات متمثّلة في نواقل عصبيّة تعرف طبيًّا بـ«الإندروفين»، والذي يمنح الإحساس بمشاعر متنوّعة من البهجة والسرور، ويساهم في خفض مستويات الضغط النفسي عند الفرد، بطريقة أوضح، إنّ التركيز الكامل الذي يشهده العقل خلال ممارسة النشاط الرياضيّ، يحرّره من الإحساس بالقلق. وتتجاوز فوائد ممارسة الرياضة خفض مستويات الضغط النفسيّ فقط، لتتعدّد المنافع النفسيّة الإيجابيّة لهذا النشاط البدني، إذ تساعد على تعزيز شعور الثقة بالنفس والتحفيز خاصّة لدى الشباب عند ممارسة اللعب الجماعي، وبحسب دراسة أجراها الأخصائيان ديفيد روكو وجوزيف سانتروك في كتابيهما «المراهقة» و«الرياضة في مرحلة المراهقة»، يستنتجان قدرة الرياضات الجماعيّة على دعم الشعور بالانتماء، التفوّق والاستمتاع.

كيفيـــــة التخلص من الوزن الزائد

مع التغيرات التي يشهدها العالم و مع النمط المضطرب الذي يعيشه المواطنون خاصة بسبب كورونا والحجر الصحي ونقص النشاط، وغالبا زيادة الطعام بسبب التوتر، وأكبر هرمونين لا ينبغي إثارتهما لأننا سندخل معركة خاسرة ضدهما هرمون الأنسولين : الذي تفرزه غدة البنكرياس و بالضبط في جزر لانجرهانس و لذلك يجب الغاء السكر من نظامنا الغذائي و ينصح بتناول الفواكه صباحا. أما بالنسبة للهرمون الثاني، فهو هرمون الكورتيزول الذي تفرزه الغدة الكظرية والذي يكون مرتفعا مع الصباح ما يفسر المزاج السيء مع الصباح والذي يؤثر على عملية الأيض، ولذلك من أجل التخلص من الوزن الزائد يجب ممارسة الرياضة واتباع نظام غذائي صحي . و التخلص من الوزن الزائد يكون من خلال حرق الدهون و حتى يتم ذلك يجب التوقف عن تناول السكريات السريعة الهضم و تناول كربوهيدرات بطيئة الهضم التي تقوم بإطلاق محتواها من السكر ببطء و لتحديد نوع الطعام إذا ما كان سريع أو بطيء الهضم عن طريق الربط بين نوع الطعام و الدرجة التي يرفع إليها نسبة الكر من الدم . ويمكن قياس ذلك بما يعرف مؤشر سكر الدم، وهو يقوم بقياس المستوى الذي يرتفع إليه الغلوكوز عند تناول الطعام مقارنة بتأثير الغلوكوز أو بتعريف أكثر دقة، ومؤشر الجهد السكري هو رقم يستخدم لمعرفة تأثير بعض الأطعمة على نسبة السكر في الدم. الرقم يتراوح بين 50 - 100 حيث أن 100 تمثل المعيار وهو ما يعادل كمية مكافئة من سكر الجلوكوز و كل غذاء يملك مؤشر سكر الدم الخاص به . كما أن القلق و التوتر الزائد و الخمول يبطىء عملية الأيض بل و حتى يجعل الجسم يخزن الدهون بدل حرقها و هذا ما يحدث مع الناس الذين يعانون من مشكلة الوزن الزائد و لإنقاص الوزن يجب معرفة كمية الحريرات التي يحتاجهاالجسم عن طريق حساب الأيض الأساسي . قيمة معدّل الأيض الأساسي الناتجة من هذه المعادلة يعبّر عنها بوحدة السعرة الحرارية لكل يوم. لعلك تعرف بالفعل معنى السعرات الحرارية من قسم المعلومات الغذائية على أغلفة الأطعمة. معادلة حساب معدّل الأيض الأساسي ليست مثالية وما هي إلا طريقة منطقية لحساب معدّل الأيض الأساسي تقريبيًا. سيختلف معدّل الأيض الأساسي اعتمادًا على عدّة عوامل أخرى، بما في ذلك الكتلة العضلية. وتمتلك الأجساد المحتوية على كتلة عضلية أكبر معدّل أيض أساسي أعلى من الأجساد الممتلئة بالدهون. يمتلك السبّاح الأوليمبي الذي يكون وزنه 200 باوند بنسبة دهون تقترب من الصفر معدّل أيض أساسي أعلى بكثير من الرجل العادي الذي يكون وزنه 200 باوند أيضًا بنسبة دهون متوسطة. ويمتلك الأشخاص الذين يختبرون معدّل نمو سريع (كمرحلة البلوغ مثلًا) معدّل أيض أساسي أعلى من غيرهم، وسيكون معدّل الأيض الأساسي مرتفع أيضًا لدى الأشخاص الذين تقوم أجسامهم بإنماء أنسجة جديدة بعد إصابة. كما يمكن أن تزيد درجة الحرارة المرتفعة (في حالة الحمّى مثلًا) من معدّل الأيض الأساسي، يمكن أن يؤدّي الصيام أو اتّباع الحميات الغذائية القاسية إلى خفض معدّل الأيض الأساسي حيث يعوّض الجسم اضطراره للعمل بمغذيات أقل. يرث بعض الأشخاص معدّل الأيض الخاص بهم من آبائهم - إن كنت قد قابلت شخصا يمكنه تناول كميات كبيرة جدًا من الطعام دون اكتساب الوزن، تكون بذلك قد قابلت شخصًا ورث معدّل أيض أساسي مرتفع من والديه. كما هو الحال لدى الرجال، يمكن أن تؤثر الحمية الغذائية، والنمو، ودرجة حرارة الجسم، والكتلة العضلية، والعوامل الوراثية على معدّل الأيض الأساسي لدى النساء. المميز في النساء هو أن الحمل يؤثر بشكل كبير على معدّل الأيض الأساسي. بعد معرفة معدّل الأيض الأساسي، يمكنك ضرب القيمة في معامل نشاط الاحتساب إجمالي الطاقة اليومية المستهلكة، وهي قيمة تقديرية لإجمالي عدد السعرات الحرارية التي تستهلكها يوميًا. معامل النشاط للأشخاص الكسالى يكون 1.2، وللأشخاص ذوي النشاط الخفيف (تدريبات خفيفة 1-3 مرات أسبوعيًا) 1.375، وبالنسبة للأشخاص ذوي النشاط المتوسط (تدريبات متوسطة 3-5 مرات أسبوعيًا) 1.55، وللأشخاص ذوي النشاط المرتفع (تدريبات قاسية 6-7 مرات أسبوعيًا) 1.725، وللأشخاص ذوي النشاط المفرط (تدريبات يومية قاسية أو تدريبات لأكثر من مرة يوميًا) 1.9. إن كنت تعرف نسبة الدهون إلى العضلات في جسمك، يمكنك استخدام الكتلة العضلية للجسم لحساب معدّل الأيض الأساسي بدقّة متناهية، تعلمك هذه النسبة بكمية الدهون من وزن جسمك. تعدّ كل كتلة الجسم الباقية كتلة صافية بعد استثناء الكتلة الدهنية. لا تتغير هذه المعادلة اعتمادًا على الجنس، معدّل الأيض الأساسي = 370 + (21.6 الوزن بوحدة الكيلوجرام) المعادلة الأساسية لحساب معدّل الأيض الأساسي تكون دقيقة بالنسبة لمعظم الأشخاص، إلا أنها لا تأخذ بالحسبان نسبة العضلات إلى الدهون ولذا فإنها ستقلّل من عدد السعرات التي يحرقها شخص يمتلك كتلة عضلية كبيرة، وتبالغ في السعرات التي يحرقها الشخص السمين، إن كنت تمتلك كتلة عضلية كبيرة أو كنت سمينًا، ينبغي عليك استخدام معادلة احتساب معدّل الأيض الأساسي اعتمادًا على نسبة الدهون بالجسم. ويرتبط إنقاص الوزن بممارسة الرياضة، وذلك لأن التمارين الدوريّة والمنتظمة تساعد على حرق الدهون المخزنة في الجسم وليس فقدان الوزن بشكل مباشر، ما يعتبر من الحلول المثالية لعلاج السمنة والتخلص من الدهون مقابل بناء عضلات والتمتع بصحة جيدة. كما أن النشاط البدني اليومي يساعد على تسريع عملية التمثيل الغذائي، ما يعزز الفرص في الوصول الى وزن طبيعي أقل. وتوجد أنواع كثيرة من الرياضة تساهم في التخلص من الوزن الزائد، ومن أبرزها المشي السريع، فهو من الرياضات التي يمكن استغلالها في كل وقت للحصول على جسم جميل، وللمساعدة في حرق الدهون المتراكمة والتمتع بقوام متناسق، إضافة الى حماية الجسم بشكل كبير عن أي أمراض قد تصيبه. ومن المفيد جدًا ممارسة ركوب الدراجة خارجاً، حيث أن هذه الرياضة تساعد على حرق الدهون من جهة وتمنح الراحة النفسية من جهة أخرى، وتمارين السباحة أو أي نوع من التمارين المائية هي من أنواع الرياضة المفيدة والضرورية التي تعزز قدرة الفرد على حرق الدهون الإضافية وبالتالي التخلص من الوزن الزائد. والحركة اليومية ضرورية، لذلك ينصح مثلاً بإعتماد السلالم بدلاً من المصعد، كما أن القيام بالمهام المنزلية والتنظيف اليومي هو عامل مهم لا يجب إهماله. ورياضة البطن هي أشياء يجب القيام بها يومياً حيث أن الجسم يحتاج دوماً إلى هذه الحركة، لأنها الدهون تتجمع بشكل كبير في هذه المناطق بالتحديد، لذلك ولعلاج السمنة بالرياضة يجب إتباع هذه التمارين البسيطة من دون تردد.

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: معمر قاني | المدير العام : مجدوب بن صالح

■ ملاحظـــة: كل الوثاق والصور التي تصل الجريـــدة لا ترد إلى أصحابـــها سواء نشرت أو لم تنشر

العنـوان: مستشفى القبة - زاهون- قاريدي عمارة ب رقم 05 -الجزائر-
البريد الإلكتروني: Dzairtube13@gmail.com
الفاكـس: 023-78-57-70
الهاتـف: 0541-76-26-27
رقم الحساب البنكي: al salam bank algeria 03801603323071300789
الطبـع: SAMPRAL
TD DIFFUSION COMMUNICATION

من أجل اشهاركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01 نهج باستور-الجزائر.
الهاتـف الثابت: 020.05.20.91/ 020.05.10.42
الفاكـس: 020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77
البريـد الالكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz
agence.oran@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz