

"الخضر"
بحاجة لـ 4
نقاط لضمان
التأهل
مبكرا

www.dzair-tube.dz



يومية رياضية جزائرية

الخميس 3 أكتوبر 2024 الموافق لـ 30 ربيع الأول 1446 هـ العدد: 1071 الثمن: 30 دج



رئيس مجلس إدارة اتحاد بسكرة
عبد القادر تريجة لـ "دزاير توب":

"ننتظر الحصول على
شركة وطنية مثل باقي
الفرق وهدفنا
ضمان البقاء
مبكرا"

بيتكوفيتش يعلن اليوم عن قائمة
"الخضر" لمواجهة الطوغو

ترقب و"سوسبانس"

تسوية رزنامة الرابطة المحترفة الأولى
تعثر بلوزداد وقسنطينة
وأول فوز لـ "سوسطارة"



بصم على هدفه الثالث
تواليا مع الغرافة القطري
براهيمي يسجل مجددا
ويؤكد جاهزيته
لتربص أكتوبر



بوضعه ضمن القائمة
الموسعة لمنتخب فرنسا
ديشان يمهد
لقطع طريق "الخضر"
نحو أكليوش

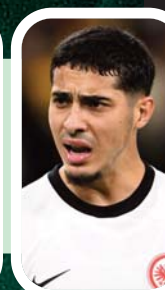


بعد مستوياته الباهرة في
بداية الموسم... رئيس
هال سيتي الإنجليزي:
"سيتحدث الجميع
عن بلومي
إنه موهبة كروية"



مـازة جاهز وقد يكون
جديد تربص أكتوبر

بلومي... بلايلي، شايبي أسماء
تألقت واستدعواؤها قائم



عطال مصاب وبيتكوفيتش
قد يستجد برضواني



الهدف الثالث تواليا أكد عودته القوية

براهيمي يسجل مجددا ويقود الغرافة لأول فوز في رابطة أبطال آسيا

أكد الدولي الجزائري ياسين براهمي عودته القوية مع نادي الغرافة، بعدما قادته لفوز كبير على العين الإماراتي، أول أمس، ضمن الجولة الثانية من دور مجموعات رابطة أبطال آسيا للنخبة، ليصبم على أول أهدافه في المنافسة القارية، ويتجاوز نهائيا الفترة الصعبة التي قضاها مؤخرا. وشارك نجم "الخضر" ياسين براهمي أساسيا في مباراة الغرافة لدى استضافته العين الإماراتي، التي برز خلالها الجزائري، بعد أن قضى بهدفه الرابع على أمل منافسه في العودة بالمباراة، حيث قدم مستويات كبيرة، أكد من خلالها استعادة بريقه مع "الفهود"، إذ مؤمنا النتيجة لفريقه في الدقيقة 76 حينما كانت تشير إلى (2-3)، ليحقق الغرافة فوزه الأول في دوري أبطال آسيا للنخبة بعد الهزيمة بثلاثية في الجولة الأولى أمام استقلال طهران. كما أضاف براهمي هدفا جديدا لرصيد هو الثالث على التوالي هذا الموسم بعد هدفين في الدوري القطري أمام قطر والسد. ونال ياسين براهمي، علامة 8.0 في المواجهة بعد مستوياته الكبيرة التي قدمها في هذا اللقاء، قبل أن يغادر في الدقيقة 90. وهي المعطيات التي تؤكد العودة الموفقة والقوية للجزائري الذي مر بفترة صعبة بسبب الخلاف بينه وبين الإدارة في بداية الموسم، ضيع على إثره العديد من المباريات، فضلا على الإصابة التي حرمت من المنافسة، وطالت أيضا تواجده ضمن تعداد المنتخب الوطني في تريض سبتمبر الماضي، في حين قد يعود مجددا لقائمة المدرب فلاديمير بيتكوفيتش الذي سيعلن عنها اليوم، في ظل الأداء المقنع الذي يقدمه، وذلك تحسبا إفريقيا

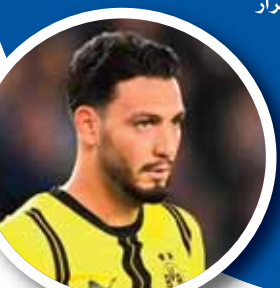


عبد المجيد

الجولة
الثانية من دوري
أبطال أوروبا

بن سبيني بديلا في فوز استعراضي لدورتموند وحجم يتلقى خسارة عريضة أمام برشلونة

شارك الثاني الدولي الجزائري رامي بن سبيني وجوان حجام، مع فريقيهما بوروسيا دورتموند ويونغ بويز، ضمن الجولة الثانية من دوري أبطال أوروبا، والتي شهدت فوز النادي الألماني بنتيجة عريضة أمام سيلتيك الاسكتلندي، بينما تكبد الفريق السويدي خسارة كبيرة ضد العملاق الإسباني برشلونة. ودخل الظهير الأيسر رامي بن سبيني بديلا في الدقيقة 61 من الشوط الثاني، وساهم في فوز فريقه بـ 7-1 أمام سيلتيك الاسكتلندي، لينال علامة 6.8 حسب موقع "سوفاسكور" المختص، كما تلقى بطاقة صفراء في الدقيقة 93. من جانبه، تعرض جوان حجام لخسارة ثقيلة مع فريقه يونغ بويز



السويدي (0-5)، لدى نزوله ضيفا على نادي برشلونة، إذ شارك لاعب "الخضر" في جميع أطوار اللقاء، وقدم مستويات متواضعة على غرار بقية زملائه، وينال علامة 6.2 من 10 حسب موقع "سوفاسكور" كاسوء التقبيل. وتأتي مشاركة الثاني الجزائري في دوري الأبطال الأوروبي، قبل أيام قليلة من انطلاق تريض المنتخب الوطني المقرر يوم الاثنين المقبل 7 أكتوبر الجاري، حيث يستعد "الخضر" لمواجهة طوغو يوم 10 بملعب 19 ماي 1956 بعناية، قبل التمثل إلى العاصمة لومي لملاقاة نفس المنتخب يوم 14 بملعب "كيغي"، ضمن الجولتين الثالثة والرابعة من تصفيات كأس إفريقيا 2025.

عبد المجيد

بوضعه ضمن القائمة الموسعة
لمنتخب فرنسا

ديشان يمهّد لقطع طريق "الخضر" نحو أكليوش

يواصل اللاعب ذو الأصول الجزائرية مغناس أكليوش، صناعة الحدث في وسائل الإعلام الفرنسية، بالنظر للمستويات الكبيرة التي يقدمها مع فريقه موناكو، ما طرح العديد من التساؤلات حول مستقبله الدولي والمنتخب الذي سيمثله في المستقبل القريب. وكشفت تقارير صحفية فرنسية، بأن مدرب منتخب فرنسا، ديدييه ديشان، يضعه ضمن مخططاته تحسبا لضمه إلى منتخب "الدبوك"، ما يهدد التحاقه بالمنتخب الوطني الجزائري، في ظل الاهتمام الذي يحظى به من طرف الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وأبرز موقع موقع "وست فرانس"، أن ديشان وضع اسم النجم الصاعد مغناس أكليوش ضمن القائمة الموسعة المعنية بتريض أكتوبر الحالي، والتي قد يستدعي منها أي لاعب في حال تعذر التحاق عنصر ما بهذا الموعد، وهذا لا يعني بالضرورة تواجده ضمن القائمة النهائية، لكن الخطوة تبدو الاستباقية أين يسعى من خلالها التقني الفرنسي وكذا الاتحادية الفرنسية للعبة، من أجل الضغط أكثر على اللاعب الذي تألق في صفوف المنتخب الأولمبي لـ "الديكة" في الفترة الماضية، وهذا بالتزامن مع مساعي "الفاف" لاقتناع الأيمن لحمل ألوان المنتخب الوطني الجزائري، وبالفعل، فقد أضافت مصادر مطلعة بأن اتصالا جرى مؤخرا بين مسؤولي الاتحادية ومحيط اللاعب الذي طلب مهلة للتفكير، ولم يحدد بعد وجهته الدولية عكس ما تم تداوله في وقت سابق حول اختياره لتمثيل المنتخب الفرنسي الأول. وكان مغناس أكليوش قد لفت الأنظار في الجولة الأولى من رابطة أبطال أوروبا عندما قاد فريقه للفوز على برشلونة تحت أنظار ديشان، للتعاضد مطالب الصحافة الفرنسية بضرورة توجيه الدعوة له وخطفه من المنتخب الجزائري، بعدما منح موافقته في وقت سابق لـ "الفاف"، غير أن التطورات الأخيرة وانفجار اللاعب مع نادي "الإمارة" قد يغبر عدة معطيات، خاصة في ظل الضغوط التي يتعرض لها على غرار لاعبين آخرين من ذوي الجنسيات المزدوجة الذين مروا بنفس التجربة.

عبد المجيد

مشيدا بالتزامه في التدريبات.. محمد إبراهيم لاعب الأهلي:

"قندوسي لاعب كبير ومهاري وبسبب ذلك انضم للخضر"

حظي الدولي الجزائري أحمد قندوسي بإشادة كبيرة من قبل زميله السابق في الأهلي المصري محمد إبراهيم، الذي أكد أحقيته باللعب مع "الخضر" في ظل المستويات الكبيرة التي أبان سواء مع الأهلي أو نادي سيراميكا كليوباترا الذي يلعب له منذ الموسم الماضي على شكل إعارة. وأثنى محمد إبراهيم، على إمكانيات قندوسي الذي التحق بالدوري المصري في جانفي 2023 قادما من نادي وفاق سطيف، مؤكدا أنه استمتع باللعب إلى جواره خلال فترة 8 أشهر التي قضاها مع الأهلي، قبل أن يتم تحويله إلى سيراميكا على شكل إعارة بقرار من المدرب مارسيل كولر. وقال الدولي المصري خلال حوار مع الإعلامي خالد القندور عبر برنامج "ستاد المحور"، أن المستوى الذي ظهر به قندوسي مع نادي الأهلي والتزامه في التدريبات فتح له أبواب "الخضر"، وتابع: «قندوسي لاعب كبير ومهاري، وملتزم في التدريبات وبسبب ذلك انضم للمنتخب الجزائري». قبل أن يضيف: «لقد استمعت باللعب بجواره في البثك الأهلي». وخاض قندوسي صاحب الـ 25 عاما مع سيراميكا كليوباترا هذا الموسم 26 لقاء في

مسابقة الدوري المصري الممتاز، مسجلا 8 أهداف، بالإضافة إلى صناعة 5 أهداف أخرى. كما شارك اللاعب في مباراتين ضمن منافسة كأس السوبر المصري وأحرز هدفا وحيدا، بالإضافة إلى خوض 3 لقاءات في بطولة كأس رابطة الأندية المصرية المحترفة وسجل هدفين وأسهم في صناعة هدف وحيد. وعلى صعيد آخر، يتواجد الدولي الجزائري أحمد قندوسي ضمن القائمة الموسعة للناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش المعنية بالمشاركة في التريض المقبل انطلاقا من الاثنين المقبل، تحسبا لمواجهة الطوغو في تصفيات "كان" 2025، في انتظار الإعلان عن القائمة النهائية اليوم خلال ندوة صحفية بملعب نيلسون مانديلا ببراق.

عبد المجيد

الدولي السعودي السابق حسين عبد الغني:

"يجب محاسبة محرز على تصريحاته ضد صندوق الاستثمار"

تعرض الدولي الجزائري رياض محرز لانتقادات لاذعة في السعودية ليس بسبب مستواه مثل العادة، ولكن هذه المرة على خلفية التصريحات التي أدلى بها سابقا، حول عدم معاملة ناديه الأهلي السعودي مثل الكبار من قبل لجنة الاستقطابات. وخرج حسين عبد الغني، نجم أهلي جدة السابق، بتصريحات قوية ضد قائد "الخضر"، مطالبا فيها بمحاسبته على هجومه على صندوق الاستثمار السعودي، قائلا: «يجب على إدارة الأهلي محاسبة محرز بسبب تصريحاته ضد لجنة الاستقطابات التابعة لصندوق الاستثمار السعودي، فهو عمل إداري ليس من شأنه». وتابع: «لا أعرف لماذا تحدث في هذا الجانب، فهو يجب أن يهتم بعمله كلاعب كرة قدم، ولا يتدخل في الشؤون الإدارية، لأنه بهذه الطريقة تحدث عن زملائه في الفريق، ما يعود على الأهلي بصورة عكسية». وأضاف الدولي السعودي في تصريحات عبر برنامج "دورينا غير" أن مثل هذا الحديث ليس من أدوار محرز في الأهلي، وإن كان فلا يجب أن يحدث في العلن وعبر الإعلام بل في الغرف المغلقة، مشيرا إلى أن تصريحاته تحمل إحراجا وضرا تجاه زملائه اللاعبين وأردف: «اعتراضي ليس لأن رياض تحدث لكن لأن تلك التصريحات تؤثر سلبا على زملائه في الفريق، فأنت تطالب بتغيير لاعبين من الموجودين، حتى إن كان لك دور في هذا الملف فيجب ألا يكون على العلن. حتى المدرب إن تحدث في هذا الأمر علنا فقد أخطأ لأنه يقلل هكذا من لاعبيه وينال منهم». قبل أن يختتم كلامه: «أتوقع أن يؤثر حديث محرز على اللاعبين في الأهلي، وسيكون لهم ردة فعل قوية».



عبد المجيد



تصفيات كأس أفريقيا 2025

جماهير "الخضر"

تترقب قائمة مواجهة "طوغو" المزدوجة

تترقب الجماهير الجزائرية، القائمة النهائية التي يعتزم التقني السويسري، فلاديمير بيتكوفيتش، الاعتماد عليها في نافذة التوقف الدولي الخاصة بشهر أكتوبر والتي سيواجه فيها "الخضر" على مرتين منتخب الطوغو ضمن تصفيات كأس أفريقيا 2025. ويستقبل المنتخب الوطني نظيره الطوغولي يوم 10 و14 أكتوبر، في الجولتين الثالثة والرابعة على التوالي، في تصفيات كأس أمم إفريقيا 2025، وهو يستهدف حسم التأهل مبكرا إلى النسخة المقبلة من "الكان". وكان المنتخب الوطني قد حقق الفوز في الجولتين الأوليين من تصفيات "الكان" 2025، على منتخبي غينيا الاستوائية بثلاثية نظيفة وليبيريا بثلاثية دون مقابل، ط. ويحتل الفريق الوطني صدارة المجموعة الخامسة برصيد 6 نقاط، متقدما على منتخب طوغو الوصيف بأربع نقاط، في حين يحتل منتخب غينيا الاستوائية المركز الثالث بنقطة واحدة، متقدما بفارق الأهداف عن المتدبل منتخب ليبيريا. وسيتحدث الناخب الوطني، خلال الندوة التي سيعقدها اليوم الخميس، عن القائمة التي اختارها واستعدادات "الخضر" للموعد المزدوج ضد منتخب الطوغو يومي 10 و14 أكتوبر على التوالي، برسم الجولتين الثالثة والرابعة من تصفيات كأس أمم إفريقيا 2025، إلى جانب خياراته الجديدة.

نحو عودة بلومي، شايب، بلالي وبوداوي

ويتوقع أن يجري بيتكوفيتش بعض التغييرات على القائمة النهائية المعنية بالتريص، وفي مقدمتها احتمال استدعاء يوسف بلالي الذي يقدم مستويات جيدة رفقة الترجي التونسي منذ بداية الموسم الكروي الجديد، كما يترقب عودة بشير بلومي بعد تألقه مع نادي هال سيتي وأيضا فارس شايب إلى "الخضر"، بعد أن تم استبعاده لتربصين متتاليين، إضافة إلى الثنائي بدر الدين بوعناني وهشام بوداوي.

رضواني مرشح بقوة لتعويض عطال

في ظل الإصابة التي تعرض المدافع الجزائري، يوسف عطال، بتجته التقني السويسري، فلاديمير بيتكوفيتش، لوضع ثقته في الظهير الأيمن لنادي اتحاد الجزائر، سعدي رضواني، ليعوض لاعب السد القطري. في حال تأكد غياب الأخير عن مباراتي طوغو ضمن الجولتين الثالثة والرابعة من تصفيات كأس أمم إفريقيا 2025.

مأزة في القائمة الموسعة وقد يطأجي بيتكوفيتش به الجميع

وتتجه الأنظار بدرجة أكبر صوب موهبة هيرتا برلين، إبراهيم مأزة، الذي حسم مستقبله الدولي باللعب لمنتخب الجزائري. ويتجه النجم الشاب لنادي هيرتا برلين، إبراهيم مأزة لحضور تربص شهر أكتوبر الحالي، بعدما تواجد في القائمة الموسعة التي أعدها المدرب بيتكوفيتش، تحضيرا لقاء طوغو المزدوج.

فرحات؛ "حان الوقت لأنجي لكسب النقاط وسنلعب ضد مارسيليا دون عقدة"



أبدي اللاعب الجزائري، زين الدين فرحات، المحترف في صفوف فريق أنجي الفرنسي، ثقته في عودة ناديه بقوة، داعيا زملائه إلى التحلي بروح المسؤولية وبذل المزيد من المجهودات لوضع حد لنتائج أنجي السلبية بدءا من مباراة أولمبيك مارسيليا. وقال زين الدين فرحات في حوار لـ "جريدة" ويست فرانس "صحیح أن هذه المباراة أمتنا قليلا لأننا عملنا بجهد خلال الأسبوع لتقديم إيجابية، لم نبدأ المباراة بشكل جيد، ولم نضغط جيدا، لكن هذه الهزيمة ستفيدنا في المستقبل لأننا كنا خارج الإطار ولم نستحق الفوز بهذه المباراة أو التعادل، لقد تقدمنا للأمام ونعمل بجهد لتحقيق نتيجة في مارسيليا. وأضاف: «جميعنا كنا خارج الإطار، بالنسبة لي، كان الأمر مجرد حادث لأننا لم نطبق تعليمات المدرب بشكل صحيح. علينا بالفعل أن نتوقف عن الجري وراء النتيجة، إذا لم تتمكن من التسجيل، علينا أيضا أن نتوقف عن استقبال الأهداف، في كل مباراة، لدينا فرص، لكن يجب علينا أولا أن نبقي أقدامنا دفاعيا. ثم سنرى ما يمكننا القيام به هجوميا» وتابع: «الآن حان الوقت لكسب النقاط، وبشكل عام، ذكرنا أنفسنا بأنه علينا أن نتق ببعضنا البعض، ألا تحسب أي شيء وتعطي كل ما لديك» وبخصوص التنقل الصعب إلى مارسيليا لمواجهة هذا الأخير قال فرحات في هذا الشأن: «عندما أرى حصصنا التدريبية يومي الثلاثاء والأربعاء، لا أرى خوفا، بل دافعا للعب هذه المباراة على أكمل وجه»، وأضاف: «عندما نكون لاعبين محترفين، نحلم جميعا باللعب في فيلودروم ضد مارسيليا وتقديم مباراة رائعة، هناك حقا جو خاص في هذا الملعب، مع هذه الضوضاء، في بعض الأحيان لا يمكنك سماع صافرة الحكم، في مارسيليا الأجواء مميزة... بل إنه حلم بالنسبة للبعض» وتابع في السياق ذاته: «يجب أن نذهب إلى هناك دون عقدة، ونحن نعرف ما يجب القيام به. ولما لا العودة بنتيجة إيجابية؟ هذا هو الهدف». وواصل: «كنا نعلم منذ البداية أن هذا الموسم سيكون صعبا وأننا سنلعب من أجل البقاء نحن قادرون على القيام بعمل أفضل بكثير. ولماذا لا نذهب ونفوز في مارسيليا».

وسيم

مباراة جيدة وتحقيق نتيجة

ستفيدنا في المستقبل لأننا كنا خارج الإطار ولم نستحق الفوز بهذه المباراة أو التعادل، لقد تقدمنا للأمام ونعمل بجهد لتحقيق نتيجة في مارسيليا. وأضاف: «جميعنا كنا خارج الإطار، بالنسبة لي، كان الأمر مجرد حادث لأننا لم نطبق تعليمات المدرب بشكل صحيح. علينا بالفعل أن نتوقف عن الجري وراء النتيجة، إذا لم تتمكن من التسجيل، علينا أيضا أن نتوقف عن استقبال الأهداف، في كل مباراة، لدينا فرص، لكن يجب علينا أولا أن نبقي أقدامنا دفاعيا. ثم سنرى ما يمكننا القيام به هجوميا» وتابع: «الآن حان الوقت لكسب النقاط، وبشكل عام، ذكرنا أنفسنا بأنه علينا أن نتق ببعضنا البعض، ألا تحسب أي شيء وتعطي كل ما لديك» وبخصوص التنقل الصعب إلى مارسيليا لمواجهة هذا الأخير قال فرحات في هذا الشأن: «عندما أرى حصصنا التدريبية يومي الثلاثاء والأربعاء، لا أرى خوفا، بل دافعا للعب هذه المباراة على أكمل وجه»، وأضاف: «عندما نكون لاعبين محترفين، نحلم جميعا باللعب في فيلودروم ضد مارسيليا وتقديم مباراة رائعة، هناك حقا جو خاص في هذا الملعب، مع هذه الضوضاء، في بعض الأحيان لا يمكنك سماع صافرة الحكم، في مارسيليا الأجواء مميزة... بل إنه حلم بالنسبة للبعض» وتابع في السياق ذاته: «يجب أن نذهب إلى هناك دون عقدة، ونحن نعرف ما يجب القيام به. ولما لا العودة بنتيجة إيجابية؟ هذا هو الهدف». وواصل: «كنا نعلم منذ البداية أن هذا الموسم سيكون صعبا وأننا سنلعب من أجل البقاء نحن قادرون على القيام بعمل أفضل بكثير. ولماذا لا نذهب ونفوز في مارسيليا».

الوكرة

يحقّق انتصاره

الأول بدوري أبطال آسيا

بمشاركة بولايّة

فاز الوكرة القطري على رافشان الطايجيكي بهدف دون رد، في المباراة التي أقيمت بينهما، أمس الأربعاء، على الملعب الجمهوري المركزي في العاصمة دوشنبه، في الجولة الثانية من بطولة دوري أبطال آسيا 2024. وشهدت مباراة الوكرة مشاركة الجزائري، فريد بولايّة بشكل أساسي في اللقاء أمام رافشان والذي تواجد منذ البداية، قبل أن يغادر أرضية الميدان في الدقيقة 57 تاركا مكانه لزميله ناصر البزدي. وبهذه النتيجة الإيجابية، جدد الوكرة أماله في المنافسة على التأهل للدور المقبل من البطولة، وحصد أول 3 نقاط في رصيده وتقدم للمركز الثاني، وعوض الخسارة التي تلقاها في الجولة الأولى على ملعبه وبين جماهيره أمام تراكاتور الأيراني بثلاثية نظيفة.

وسيم

بعد مستوياته الباهرة في بداية الموسم... رئيس نادي هال سيتي الإنجليزي؛

"سيتحدث"

الجميع

عن بلومي

إنه موهبة كروية"

أشاد أكون إيكالي، رئيس نادي هال سيتي الإنجليزي، بالإمكانات الكبيرة والمستوى الجيد الذي أظهره لاعبه الجزائري، بشير بلومي، مؤكدا أن لا أحد كان يتوقع نجاح صفقة اللاعب ماعدا هو الذي أصر على جلبه إلى هال سيتي، وأشار أكون إيكالي إلى أن الجميع سيتحدث عن هذا الاسم في المستقبل القريب. وأدلى أكون إيكالي بتصريحات صحفية نقلها موقع "نيوكس ميديا" التركي قائلا: "لقد اشتريت جناحا أيمنا لهال سيتي، لا أحد وفق في البداية عندما تعاقدنا مع بشير بلومي، تذكروا هذا الاسم، سيتحدث الجميع عن هذا الشاب، إنه موهبة ممتازة". وما يؤكد كلام الرجل الأول على رأس نادي هال سيتي بخصوص قيمة وجودة اللاعب الشاب الجزائري، تواجد ابن الأسطورة الجزائرية، في التشكيلة المثالية للجولة السابعة من دوري الدرجة الأولى الإنجليزي "التشامبيونشيب". تعاقد هال سيتي مع الظهير الأيمن محمد بلومي (22 عاما) من نادي فارينسي البرتغالي مقابل 5 ملايين أورو. وانتقل بلومي للعب مع هال سيتي في سوق الانتقالات الصيفية الماضية، ووقع معه على عقد يمتد إلى غاية صيف 2028، مع إمكانية التمديد لموسم إضافي. للإشارة فإن بشير بلومي شارك حتى الآن في 4 مباريات مع نادي هال سيتي في بطولة "تشامبيونشيب"، وسجل بقميصه هدفين اثنين.

وسيم

الدوري الأوروبي

بن رحمة ضمن قائمة

"أولمبيك ليون" لمواجهة

"غلاسكو رينجرز"

تواجد الدولي الجزائري، سعيد بن رحمة، ضمن قائمة فريقه أولمبيك ليون بالتنقل إلى مدينة غلاسكو لمواجهة الفريق المحلي رينجرز الإسكتلندي في بطولة دوري أبطال أوروبا. أعلن بيير ساج، مدرب ليون الفرنسي، قائمة فريقه لمواجهة مضيقه غلاسكو رينجرز الإسكتلندي، المقررة اليوم الخميس على

الملعب "إيبروكس ستاديوم"، في الجولة الثانية من مرحلة الدوري ببطولة الدوري الأوروبي 2024-2025 والتي ضمت جناح "الخضر" سعيد بن رحمة وصاحب الأصول الجزائرية ريان شرقي. وتوقعت تقارير صحفية فرنسية، بأن يعتمد مدرب ليون على نفس التشكيلة التي لعب بها في الجولة الأولى من البطولة الأوروبية، حيث، سيبقي لاعبا "الخضر" في دكة البدلاء كما كان عليه الحال في لقاء أولمبياكوس بينما يتوقع أن يبدأ ريان شرقي أساسيا في المباراة.

وسيم



البطولة المحلية

شبيبة القبائل

بن شبيبة

يتحسر على خسارة "الكلاسيكو" ويعتبر فرف بوجود النقائص

أبدى مدرب نادي شبيبة القبائل، عبد الحق بن شيخة، حسرتة بعد الخسارة المخيبة أمام مولودية الجزائر، مساء أول أمس، في المباراة التي احتضنها ملعب المجاهد الراحل حسين آيت أحمد، لحساب تسوية رزنامة البطولة المحترفة الأولى، معترفا بأن "الكناري" لم يقدم ما كان منتظرا منه أمام بطل الجزائر الموسم الماضي. وقدم بن شيخة اعتذاراته لجمهور النادي القبائلي، بعد تلقي الخسارة الأولى على معقل الفريق الجديد، حسين آيت أحمد، في وقت كان يعني عشاق اللونين "الأصفر والأخضر" النفس في تحقيق نتيجة إيجابية وتأكد طموحاتهم في المنافسة على العودة والعودة إلى المكانة الموهوبة، وتابع في تصريحاته عقب نهاية "الكلاسيكو"، نحن مستأؤون من الخسارة أمام مولودية الجزائر، واعتذر من جمهورنا، وأضاف بن شيخة، "بداننا المواجهة بأفضل طريقة ممكنة، لكننا تلقينا هدفا مباغتة في الدقائق الأولى من المباراة، وتمكننا من تعديل النتيجة"، واعترف ذات المتحدث بقوة المنافس الذي قدم مباراة في المستوى قاذلا : "واجهنا منافسا قويا، صعب علينا مجريات المباراة، يجب تقبل الأمر، وعلينا مضاعفة الجهود بعد أداء خط الوسط السيئ".

"بودبوز لم يخيب ونحاول إدماجه تدريجيا لاستعادة مستواه"

ومن جانب آخر، دافع مدرب شبيبة القبائل، على الواهد الجديد على صفوف الكناري، رياض بودبوز، الذي خاض مساء أول أمس، أول مباراة رسمية له بألوان الفريق، مشيرا أن اللاعب بحاجة إلى المنافسة لاستعادة مستواه الموهوب : "بخصوص بودبوز، نحاول إدماجه في المنافسات الرسمية تدريجيا، حتى يستعيد مستواه، ولم يخيب في أول ظهور". وختم المدرب، بن شيخة، حديثه بالقول : "لم أفقد الثقة في لاعبي الفريق، ويجب أن أقف معهم في هذه الظروف الصعبة". وجدير بالذكر، أن شبيبة القبائل ستنتقل إلى العاصمة يوم السبت المقبل لمواجهة أتليتيك بارادو في الجولة الثالثة من الرابطة المحترفة الأولى.

سفيان ع.

مؤكدا أن "العميد" يستحق الفوز أمام شبيبة القبائل

بوميل

"هذه هي المباريات التي أحلم برؤيتها في الجزائر"

ثمن مدرب نادي مولودية الجزائر، أمير بوميل الفوز الباهر الذي عاد به الفريق من أمام مستضيفه شبيبة القبائل بثنائية مقابل هدف وحيد، في لقاء متأخر عن الجولة الأولى من الرابطة المحترفة الأولى. وقال بوميل، في ندوته الصحفية بملعب حسين آيت أحمد بتييزي وزو : "أنا حاد سعيد بمبارتنا أمام شبيبة القبائل، مثل هذه المباراة كنت أحلم برؤيتها في الجزائر، كونها تقدم الوجه الحقيقي لكرة القدم الجزائرية، جمهور غفير، ملعب رائع، أرضية ميدان حقيقية". كما أضاف، "أهنت الجميع سواء من جانب المولودية، أو الشبيبة، كون مثل هذه الأمسيات الكروية تبقى راسخة، وهذا ما نحب مشاهدته في كرة القدم الجزائرية". وتابع بوميل : "فريقنا حقق فوزا مستحقا أمام منافس قوي، وأهنت جميع لاعبينا على الروح المعنوية التي أظهروها، إلى جانب مردودهم الفني فوق الميدان"، وواصل "في الشوط الأول قرارات الحكم كانت ضد فريقنا لكن الحكم كان هالمستوى على العموم، لاسيما بوجود تقنيّة الضار". وتابع ذات المدرب، الحديث عن الايجابيات التي خرج بها فريقه من "الكلاسيكو" أمام شبيبة القبائل، مبرزا بأن اللقاء كان معيارا حقيقيا للوقوف على التحضيرات التي قام بها العميد في الصانضة الماضية، قبل أن يشيد بالاستعدادات التي قام بها فريقه في الميركاتو المنقضي، وأضاف : "استعداداتنا كانت مدروسة، ولدينا تعداد متنوع، الأمر الذي يسمح لنا الاعتماد على جميع اللاعبين".

ثابتي يحظى بإشادة كبيرة من "الشناوة"

وعلى صعيد آخر، حظي نجم مولودية الجزائر العربي ثابتي، بإشادة كبيرة من قبل أنصار نادي مولودية الجزائر بعد المستويات التي ظهر بها في مواجهة "الكناري"، حيث كان وراء كل الحملات الهجومية للعميد، إلى جانب وقوفه وراء هدفي الفوز، وهو الأداء الذي جاء بعد الوجه المميز الذي كان قد ظهر به ثابتي، لدى مشاركته اضطراريا في لقاء أتليتيك بارادو، ولم يمر المستوى الذي قدمه اللاعب مرور الكرام على الجماهير التي أثلت عليه مطولا عبر مواقع التواصل الاجتماعي، معتبرين إياه "المايسترو" الحقيقي، الذي حمل عبء قيادة العميد على عاتقه.

سفيان ع.

الجولة الثالثة للرابطة المحترفة الأولى

وفاق سطيف ف من أجل الانفراد بالصدارة و"داربي" واعد بوه ران

سيبقى فريق وفاق سطيف، الذي يتقاسم صدارة ترتيب البطولة مؤقتا مع مولودية الجزائر و نادي بارادو -، إلى الظفر بنقاط المقابلة التي ستجمعه بشيفه نجم مقرة ومن ثم الانفراد بكرسي الريادة، وذلك بمناسبة إجراء الجزء الأول من مباريات الجولة الثالثة من بطولة الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس"، المقررة ليوم غد الجمعة، والتي يتسم برنامجها كذلك بمقابلة "داربي" واعدة ومفتوحة على جميع الاحتمالات بالغرب الجزائري بين مولودية وهران و جمعية الشلف. وبعد تحقيقه لبداية موفقة، مكنته من التواجد مؤقتا في الصدارة رفقة مولودية الجزائر و نادي بارادو ب(4 نقاط)، سيكون الوفاق السطايفي المدعوم بجمهوره بميدانه 8 ماي 1945، مرشحا لتجاوز "النجم" المتعادل في الجولة الماضية بميدانه أمام اتحاد الجزائر (0-0). والأكيد أن الرهان سيكون كبيرا جدا في هذه المقابلة بالنسبة لوفاق سطيف، الذي سيبدأ كل جهوده من أجل مواصلة بدايته الموفقة خاصة بعد نجاحه يوم الجمعة المنصرم من اقتناص نقطة تعادل خمينة (1-1) على حساب نانج بطل الموسم الماضي، شباب بلوزداد بقواعد هذا الأخير. كما ستكون الفرصة مواتية أمام مولودية وهران (3 نقاط)، المنهزم في الجولة الماضية خارج قواعد أمام الصاعد الجديد، "الجار" ترجي مستغانم بنتيجة (2-1)، للتدرك عند استقباله بميدانه للجار الآخر جمعية أولمبي الشلف (نقطة واحدة) في مقابلة داربي واعدة تبقى مفتوحة على جميع الاحتمالات. وبعد تعرضه لانتقادات كبيرة من مناصري الترجي، سيتعين على المدرب يوسف بوزيدي استدراك الموقف رفقة لاعبيه وإيجاد الطريقة و التوليفة المناسبة التي تمكنهم من تقديم ليس فقط أداء جيد بل الفوز بنقاط المباراة. بالمقابل، فريق أولمبي الشلف - المتعثر يوم الجمعة الماضي بقواعده أمام شباب قسنطينة (0-0) - سيرحل إلى وهران وكله عزم على تحقيق نتيجة إيجابية وتدارك بدايته المتعثرة وذلك رغم افتقاره لتوجيهات مدربه سمير زاوي المعاقب بسنة أشهر من قبل الرابطة المحترفة الأولى. من جهته، سيحرص الصاعد الجديد أولمبي اقبو (3 نقاط) المنهزم في الجولة الماضية أمام شبيبة القبائل بنتيجة (1-2) على التدرك عند استقباله فريق شبيبة الساورة (نقطة واحدة) الذي سجل بداية سيئة بانزله في البداية مع مولودية وهران ب(2-0)، قبل الاكتفاء بنقطة التعادل ببشار عند استضافته بميدانه ببشار لاتحاد خنشلة (1-1). ورغم أن الكفة تبدو مرجحة نسبيا لأبناء المدرب معز بوعكاز، المدعومين بجمهورهم بميدانهم "الوحدة المغاربية" ببجاية، إلا أن الحيلة والحذر يبقيان مطلوبين أمام فريق شبيبة الساورة الذي سيتنقل إلى بجاية بنية تحقيق نتيجة جيدة بقيادة المدرب بالتياية مصطفى جاليت.

سفيان ع.

تقدم أمين مسوسة باعتذاره للجماهير الجزائرية عامة ولجماهير وإدارة شبيبة القبائل على وجه الخصوص، بعدما لم يوفق في اختيار إحدى كلماته خلال التصريحات التي أدلى بها بعد لقاء "الكلاسيكو" أول أمس بملعب حسين آيت أحمد بتييزي وزو، حيث قال إنه فوز مهم من "أرض الأعداء" وهي كلمة تقال بالفرنسية بشكل عادي في المنافسات الرياضية، وقد نشرت إدارة المولودية أمس فيديو قصير لمسوسة قال فيه : "أتقدم بجزيل الشكر لنادي شبيبة القبائل بعد الاستقبال المميز الذي حظي به "العميد" بملعب الشهيد حسين آيت أحمد، وأوجه التحية لجماهير الكناري ولجماهيرنا، كما أعذر من جميع عائلة الشبيبة. لم يقصد الإساءة لأي شخص أو أي طرف بعد نهاية المباراة، ونيتي لم تتعد في القول أنها مواجهة في ميدان المضيف فقط وبين فريقين كبيرين في الجزائر ومن الطبيعي أن تشهد ندبة كبيرة ولكن دون أي تجاوزات وهو ما أكدته الروح الرياضية التي سادت العرس الكروي قبل، أثناء وبعد اللقاء".

سفيان ع.

تسوية
رزنامة
البطولة
المحترفة
الأولى

الترجي يفرض التعادل على "السياسي" وتعثر جديد لشباب بلوزداد

فشل شباب بلوزداد في تحقيق أول فوز له في البطولة الوطنية عندما اكتفى بنقطة التعادل من تنقله إلى خنشلة لمواجهة الاتحاد المحلي، أمس، في مقابلة موجهة عن الجولة الأولى. وشهد الشوط الأول تكافنا بين التاديين وانحصر اللعب في وسط الميدان مع تسجيل محاولات محتشمة من الطرفين، قبل أن يتغير الوضع في المرحلة الثانية التي دخلها أشبال المهاجم المخضرم إسلام سليمان بقوة وخلقوا عدة فرص لم تترجم إلى أهداف في ظل تألق الحارس أسامة لتييم. وأعلن الحكم نهاية المقابلة بالتعادل السلبي الذي يضاعف الضغط على مدرب شباب بلوزداد كورينتتين مارتينز بعدما لم يقنع منذ بداية الموسم خاصة بعد التعادل المسجل في المواجهة السابقة ضد وفاق سطيف. من جهته، سجل اتحاد خنشلة نقطته الثانية في الموسم بعدما عاد السيت الماضي بالتعادل من بشار أمام شبيبة الساورة بنتيجة هدف في كل شبكة. وفي مقابلة أخرى، فرض الصاعد الجديد ترجي مستغانم التعادل السلبي على شباب قسنطينة على ملعب بلعيد بلقاسم ميلة. ورغم تألقهم في المنافسة الإفريقية بتحقيق 4 انتصارات في الأدوار التمهيدية، لم يقنع أشبال المدرب خير الدين مضوي في البطولة إلى حد الآن مكتفين بتتبعي التعادل السلبي ضد جمعية الشلف وترجي مستغانم.

سفيان ع.

تأخير انطلاق مهرجان الفرب بين مولودية وهران وأولمبي الشلف

تقرر تأخير انطلاق مباراة مولودية وهران وجمعية الشلف، المقررة يوم الجمعة المقبل بملعب ميلود هدهي بوهوان، إلى الساعة 20,30 بعدما كانت مقررة على الساعة 18,00. حسب ما أعلنت عنه أمس رابطة كرة القدم المحترفة. وتخوض المولودية، التي خسرت مباراتها السابقة في البطولة على ميدان الصاعد الجديد ترجي مستغانم (2-1)، السبت الفارط برسم الجولة الثانية، بتشكيلة مبتورة من عدة لاعبين على خلفية إصاباتهم المختلفة. كما أشير إليه. ويتقدم قائمة الغائبين اللاعب المقرب يانيس حماش الذي انضم إلى تعداد "الحمراوة" الصيف الماضي قادما من نادي أروكا البرتغالي، لكنه لم يتمكن من لعب أية مباراة رسمية بسبب تعرضه إلى إصابة ستجبره على القيام بعملية جراحية خلال الأيام القليلة القادمة قد تبعده عن الميدان طيلة مرحلة الذهاب، ي سيف ذات المصدر. والتحق المدافع المحوري طارق عسقون بقائمة المصابين خلال المباراة السابقة أمام ترجي مستغانم، وهي المقابلة التي عرفت أيضا إصابة زميله في نفس المنصب سيد أحمد كروم، فيما لم يتمثل الغاني ماكسويل باكو والإيغوري سيلا بعد من إصابتهما اللتين حرمتهما من المشاركة أمام الترجي.

سفيان ع.



رئيس مجلس إدارة اتحاد بسكرة عبد القادر تريعة في حوار لـ "دزاير توب":

"ننتظر الحصول على شركة وطنية مثل باقي الفرق وهدفنا ضمان البقاء مبكرا"

سلط رئيس نادي اتحاد بسكرة عبد القادر تريعة الضوء على المشاكل المالية التي يعاني منها "أبناء الزيبان" مع بداية الموسم الكروي الجاري مشيرًا أن إدارة الفريق لا تزال في انتظار الحصول على شركة وطنية مثل باقي الفرق الوطنية في الرابطة المحترفة الأولى، مبرزا في ذات الصدد أن هدفه خلال الموسم الجاري هو تكوين فريق تنافسي بالدرجة الأولى وضمان البقاء مبكرا.



تتراجع نتائج الفريق، وهذا راجع لغياب الأموال". وعن البداية القوية للفريق هذا الموسم بتحقيق الفوز أمام نادي مولودية البيض في الجولة الأولى من البطولة، أكد تريعة، "تكلت مع اللاعبين وقلت لهم بأنني لست راضيا 100 بالمئة على الجانب الفني، ولكن مقارنة بالتعداد الذي تغير بنسبة 90 بالمئة، والعمل الكبير الذي قام به الطاقم الفني والروح التي يتحلى بها ساعدتنا للعودة بالفوز من البيض فنحن في الطريق الصحيح".

"لا نملك أي ضمانات أو اتصال مع شركة وطنية"

وبخصوص الأنباء التي تتحدث عن إمكانية تولي شركة وطنية تسيير نادي اتحاد بسكرة، أكد عبد القادر تريعة، أن الإدارة لم تتلق أي ضمانات لحد الآن رغم وجود بعض الوعود، وأوضح: "لحد الآن لم تتلق أي ضمانات، كانت هناك بعض الوعود وتطمينات رئيس الاتحادية السابق ورئيس "الضاف" الحالي، لكن لحد الآن لا يوجد أي اتصال سواء مع شركة أول ممول"، وواصل "نتمنى لو أن هذا الموسم كل الفرق كانت تمتلك شركات راعية أو ممولين لدعم الفريق، ورغم ذلك لم نقض الأمل هناك 5 فرق لا تمتلك شركات، وهي اتحاد بسكرة، نجم مقرة، أولمبي الشلف، ومولودية البيض وترجي مستغانم، أتمنى أن يتحصلوا في القريب العاجل على شركات هم كذلك".

"اتحاد بسكرة يقضي موسمه السابع تاليا في القسم المحترف"

وفي سياق ذي صلة، أكد المسؤول الأول بنادي اتحاد بسكرة، أن الأخير يقضي عامه السابع تاليا في القسم المحترف الأول رغم المشاكل المالية التي يتخبط فيها في كل موسم، ونوه "رغم المشاكل نتواجد في الموسم السابع تاليا في المحترف الأول وهذا ليس بالأمر السهل، هناك فرق اندثرت من الساحة الكروية بسبب المشاكل والأزمات المالية، أتمنى أن تجسد الوعود والضمانات حتى تكون بداية موسم جيدة لكل الفرق"، مشيرًا بخصوص الأهداف المسطرة في الموسم الكروي الجاري 2024-2025 "أهدافنا في الموسم الحالي، هي تكوين فريق تنافسي، ونسعى لتحقيق البقاء مبكرا، مثل الموسم الماضي، كنا نأجحين 100 بالمئة ولكن بعد الإقصاء في الكأس تأثر الفريق وتراجعت نتائجه بعدما عجز عن تحقيق أي فوز في 7 جولات كاملة".

"خوالد عميد اللاعبين الجزائريين ويستحق مكانته في بسكرة"

أثنى رئيس اتحاد بسكرة عبد القادر تريعة على الإمكانيات التي يتمتع بها قائد الفريق نصر الدين خوالد الذي يبلغ من العمر 38 سنة، مضيفا بخصوص الدور الذي يقوم به في الفريق: "دوره الأول في الفريق هو فنيا، وإمكانياته هي التي تسمح له بالتواجد على أرضية الميدان"، وأضاف "هو ملتزم في التدريبات ومتضبط، كما أنه يساعد المجموعة كثيرا، سواء زملائه اللاعبين أو حتى الطاقم الفني بقيادة المدرب منير زغدود الذي لعب إلى جانبه في وقت سابق"، مبرزا في ذات الصدد "خوالد هو عميد اللاعبين الجزائريين في المحترف الأول خاض أكثر من 400 مقابلة في البطولة الوطنية".

"هذه هي الصورة الحقيقية التي ينبغي تسويقها للبدوري الجزائري..."

ولم يتوان ضيف "دزاير توب" في الإشادة بصورة البطولة المحترفة الأولى في بداية الموسم الجاري، وذلك في ظل احتضان الملاعب العالمية الجديدة لمباريات الأندية المحترفة، على غرار كل من ملاعب "فيلسون مانديلا" ببراق، "علي لايوانت" بالدويرة، و"ميلود هدي" بوهران، إضافة إلى ملعب "المجاهد الراحل حسين آيت أحمد" الذي احتضن "الكلاسيكو" بين شبيبة القبائل وضيفه مولودية الجزائر مساء أول أمس، في لقاء متأخر عن الجولة الأولى من البطولة، التي قال عنها: "استمتعتا بالمقابلة من الناحية الفنية وحتى خارج الميدان، شاهدنا الروح العالية بين الأنصار، كما شاهدنا جماهير شبيبة القبائل وهي تقوم بتنظيف ملعب حسين آيت أحمد، هذه هي الصورة الحقيقية للبدوري الجزائري"، كما أضاف "والأمر الذي يلفت الانتباه هو الميدان، حقيقية أنه جوهرة باتم معنى الكلمة، ويوفر المناخ لتقديم مباريات في المستوى"، وفي ختام تصريحاته أكد عبد القادر تريعة أن ما شاهدناه حتى الآن يبشر ببطولة من المستوى العالي وأنهى كلامه: "كانت هناك لوحات فنية من كلا الفريقين استمتعتا بالمقابلة التي تبشر بدوري جزائري في المستوى هذا الموسم، والذي بإمكاننا تسويقه خارج التراب الوطني".

وقال عبد القادر تريعة لدى نزوله ضيفا على قناة "دزاير توب" الإلكترونية، مساء أول أمس، أن الفريق شهد تغييرات كبيرة على مستوى التشكيلة في فترة التحولات الصيفية الماضية، بسبب المشاكل التي عانى منها الاتحاد والتي كانت السبب وراء استقالة الإدارة نهاية الموسم الماضي، وأردف: "السبب الأبرز هو غياب الممولين وشركة راعية للفريق، وهو الأمر الذي كان وراء المشاكل الإدارية التي يعيشها الفريق"، مضيفا "مقارنة بالموسم الماضية التي كنا نحقق فيها بـ 13 إلى 17 لاعبا، الفريق شهد تغييرات كثيرة على مستوى التعداد هذا الموسم، وذلك بسبب استقالة الإدارة مع نهاية الموسم الفارط وهو ما خلف فراغا إداريا رهيبا".

"الفراغ الإداري تسبب في نزيف حاد في اتحاد بسكرة"

وعرج ضيف "دزاير توب" للحديث عن الأسباب التي كان وراء الرحيل الجماعي للإدارة في نهاية الموسم الماضي، أين عانى الفريق كثيرا وخاصة في مرحلة الإياب من الرابطة المحترفة الأولى، وذلك بعدما تمكن من ضمان البقاء بصعوبة بالغة، وتابع: "كنا مضطرين لتقديم الاستقالة بسبب الظروف الصعبة التي كنا نعيشها، ولم يتقدم أي أحد لرئاسة النادي بعدنا، لذلك عاودت السلطات الولائية ومدير الشباب والرياضة بسكرة الاتصال بنا، وقررنا التراجع والعودة إلى تسيير الفريق، هذا بالإضافة إلى الدعم المالي الكبير الذي قدمه والي الولاية، والذي لم يسبق للفريق وأن تحصل عليه، وهو ما ساعدنا على تحضير الفريق جيدا، رغم أننا كنا نتمنى لو يكن هناك نزيف مثلما حصل في التشكيلة". وفي السياق ذاته، أكد عبد القادر تريعة، أن الإدارة عملت كل ما في وسعها لعقد صفقات حسب احتياجات الفريق وبالتشاور مع الطاقم الفني قائلا: "قمنا بالاستقدمات اللازمة بالتشاور مع المدرب منير زغدود الذي جددنا فيه الثقة"، مشيرًا أن السبب الرئيسي وراء تراجع نتائج الفريق هو الإقصاء من كأس الجمهورية الذي انعكس بالسلب على "أبناء الزيبان": "الموسم الماضي، كنا متاهلين لربع نهائي كأس الجمهورية ونحتل المرتبة السابعة في البطولة، وبعد الإقصاء تأثرت ذهنية اللاعبين كثيرا بعد تضییع أهداف الفريق، فقابت الروح والدافع من الناحية الفنية والمالية"، وواصل "الأموال لم تكن حاضرة لذلك جاء السقوط ولم نتمكن من ضمان البقاء إلى غاية الجولة ما قبل الأخيرة أمام مولودية الجزائر".

"الدرب منير زغدود يقوم بعمل كبير"

ومن جانب آخر، أشاد ذات المتحدث بالعمل الذي يقوم به الطاقم الفني الحالي، بقيادة المدرب منير زغدود الذي يقضي عامه الثاني تاليا مع الاتحاد قائلا: "منير زغدود يقوم بعمل كبير، ويمتلك منهجية في التدريب، فضلا عن التزامه وعلاقته سواء بالإدارة أو اللاعبين وحتى الأنصار"، وأكمل حديثه "هذا الموسم حافظنا على الروح التي كانت موجودة بين المسؤولين والطاقم الفني واللاعبين، وهذا أمر جيد، كنا في كل موسم نحقق بداية قوية، وفي مرحلة العودة



إنتر ميامي يلم شمل ميسي وهيغواين من جديد!

لم إنتر ميامي شمل الثنائي ليونيل ميسي وغونزالو هيغواين من جديد في فلوريدا داخل جدران النادي الأمريكي. وعاد هيغواين مهاجم الأرجنتين السابق بشكل مفاجئ إلى إنتر ميامي بعد عامين من اعتزاله كرة القدم. اختار هيغواين إسدال الستار على مسيرته بفترة في إنتر ميامي، حيث انضم للفريق في 2020، وسجل 29 هدفاً على مدار عامين، ليصبح الهدف التاريخي للنادي، وهو الرقم الذي تجاوزه ليوناردو كامبانا الشهر الماضي. وحسب الموقع الرسمي للنادي الأمريكي، فقد عاد هيغواين كجزء من الجهاز التدريبي لفريق إنتر ميامي الثاني، حيث سيلعب دوراً كمدرّب لتطوير اللاعبين. ويملك ميسي وهيغواين ذكريات كثيرة معاً، حيث مثلا المنتخب الأرجنتيني في الكثير من المنافسات، وكانا على وشك التتويج بكأس العالم 2014، لكنهما خسرا النهائي أمام ألمانيا. وشارك لاعب ريال مدريد ونابولي وجوفنتوس السابق، في 75 مباراة مع راقصي التانجو، سجل خلالها 31 هدفاً، لكنه لم يتوج بأي بطولة دولية، حيث خسر أيضاً نهائي كوبا أمريكا في نسختي 2015 و2016، ليعلق حذاءه قبل تتويج ميسي بكأس العالم 2022 وكوبا أمريكا 2021 و2024.

فان دي بيك: كنت على وشك الاعتزال

أقر لاعب وسط جيرونا الهولندي، دوني فان دي بيك، في مؤتمر صحفي قبل مواجهة فينورد أمس الأربعاء في دوري الأبطال، أنه في بعض اللحظات كان على وشك الاعتزال. وأرجع ذلك إلى عدم الاستمرارية وكثرة الإصابات، لكنه أكد أنه يجب كرة القدم، وأنه يواصل "العمل والقتال" لأنه يؤمن بنفسه. وقال اللاعب القادم من مانشستر يونايتد، إن المواسم القليلة الماضية لم تكن سهلة من الناحية "الذهنية"، وأنه تلقى "بعض الضربات". لكنه أبدى رضاه بأنه بدأ هذا الصيف "مرحلة جديدة" مع جيرونا "النادي المثير للاهتمام للغاية" و"الفريق الرائع" الذي يلعب كرة قدم "جيدة للغاية" الذي يمثل "عائلة" و"أجواء دافئة للغاية".

وأشار فان دي بيك أيضاً إلى أنه بعد فترة الإعداد للموسم الجديد، التي أدرك فيها أنه يجب أن "يستعيد النشاط"، أصبح في "حالة جيدة تماماً" منذ بضعة أسابيع، وأنه يتحسن "أكثر فأكثر من الناحية البدنية". ومن هذا المنطلق، أكد اللاعب أنه يعرف أنه "من المهم أن يكون في حالة بدنية جيدة"، وأنه من خلال هذا الجانب سيتمكن من "مواصلة التطور". ولعب اللاعب الهولندي مباراة واحدة فقط أساسياً و175 دقيقة في أول 8 مباريات لـ جيرونا في الدوري.

الاسباني، لكنه أصر على أنه "في حالة جيدة للغاية". وقال فان دي بيك، الذي وصل إلى نصف نهائي دوري أبطال أوروبا مع أياكس في 2019، إن المباراة أمام فينورد ستكون "خاصة للغاية" بالنسبة للنادي "لأنها ستكون أول ظهور له على أرضه في دوري الأبطال".

وقضى فيرغسون 26 عاماً مع مانشستر يونايتد، حقق خلالها 38 بطولة، منها لقب الدوري الإنجليزي الممتاز 13 مرة، قبل أن يعتزل في مايو 2013. وقال إيفرا عبر بودكاست مع جون أوبي ميكيل، نجم تشيلسي السابق، كان يوم اعتزال فيرغسون أحد أكثر الأيام حزناً، لم أبك، كنت في حالة صدمة. وأضاف: السبب وراء ذلك هو أنه قبل أسبوعين أحضرني إلى مكتبه وقال انظر إلى هؤلاء الأشخاص، يعتقدون أنني سأعتزل، سأستمر 10 سنوات أخرى، ولكننا بحاجة إلى الفوز بدوري أبطال أوروبا. وختم إيفرا: فيرغسون قال لي إن رونالدو وافق بنسبة 99 بالمائة على العودة وكذلك وافق غاريت بيل على الانضمام إلينا، كان يحتاج إلى 200 مليون جنيه إسترليني لكن النادي رفض، الآن أنفقوا مليار جنيه إسترليني. ورحل رونالدو عن يونايتد إلى ريال مدريد في عام 2009 في صفقة قياسية آنذاك، قبل أن ينتقل إلى يوفنتوس الإيطالي عام 2018 ثم يعود إلى النادي الإنجليزي مجدداً في 2021 ومنه إلى النصر السعودي.

إيفرا: فيرغسون اعتزل التدريب بسبب رونالدو وبيل

كشف الفرنسي باتريس إيفرا، لاعب مانشستر يونايتد السابق، أن رفض إدارة النادي الإنجليزي منح فيرغسون مدرب الفريق السابق مبلغ 200 مليون جنيه إسترليني البرتغالي كريستيانو رونالدو والويلزي غاريت بيل، كان سبباً في اعتزال الاسكتلندي التدريب.

لضم النجم

أوسيمين: أستحق أكثر من 100 مليون يورو!

أصر النيجيري فيكتور أوسيمين، المعار من نابولي إلى غلطة سراي، على أن قيمته تستحق أكثر من 100 مليون يورو. وانضم فيكتور لصوفو النادي التركي خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية قادماً من نابولي، لمدة موسم على سبيل الإعارة، بعدما خرج من خطط المدرب الجديد للفريق الجنوب أنطونيو كونتي. وقال أوسيمين في تصريحات أبرزتها صحيفة "كورييري ديلو سبورت" الإيطالية: "أنا أستحق أكثر من 100 مليون يورو، هناك عدد قليل من اللاعبين مثلي في العالم لهم هذا الأسلوب وحققوا نجاحي". وأضاف "كل شيء مرتبط بخصائصي، وبالأشياء التي أفعها وجودة أدائي". وتابع "أعتقد أنني أستحق ذلك، أنا أدرك المساهمة التي أقدمها وما يمكنني فعله حتى في حياتي الخاصة". وعما إذا كان الناس يفكرون بشكل مختلف، رد قائلاً: "البعض يقول 15 مليوناً، ويقول آخرون 100 أو 150 مليون، كل شخص لديه آراء مختلفة".

لوثار ماتيسوس أسطورة ألمانيا: كومباني أفضل من غوارديولا

أشاد أسطورة كرة القدم الألماني لوثار ماتيسوس بفينسنت كومباني، المدير الفني لبايرن ميونخ، مشيراً إلى أن طريقة اللعب تحت قيادة المدرب البلجيكي أفضل من أداء الفريق مع الإسباني بيب غوارديولا مدرب مانشستر سيتي الإنجليزي الحالي. وكتب ماتيسوس، نجم بايرن السابق، في مقالته لشبكة "سكاى"، كومباني لديه نفس أسلوب بعض المدربين الذين سبقوه في تدريب بايرن، والذين صنعوا مع الفريق التاريخ قبل 20، 30 أو 40 عاماً. وأضاف: لعبت تحت قيادة أودو لاتيك، وأوتمار هيتسفلد، ويوب هاينكس، وأعلم كيف تعامل هؤلاء المدربين مع اللاعبين، أحياناً بشكل صارم، ولكن دائماً كان تعاملهم بإنسانية. أعتقد أن هذا الصدق يلقي استحساناً كبيراً من جانب الفريق. ويتصدر بايرن ميونخ، الذي فشل في التتويج بلقب الدوري في الموسم الماضي بعد أن توج به 11 مرة متتالية، جدول ترتيب الموسم الحالي بعد مرور خمس جولات. وقال ماتيسوس: كومباني يصدر تصريحات واضحة، في بعض الأحيان يعطي لاعبيه يوماً إضافياً للراحة، ولكنه يتحداهم أيضاً، وبالتأكيد يستخدم لهجة أكثر صرامة في بعض الأحيان. وترك توماس توخيل تدريب بايرن ميونخ، بنهاية الموسم الماضي، بعد أن قدم بعض المستويات المتواضعة، وبسبب نقص الدعم الملحوظ في غرفة خلع الملابس. وأشار ماتيسوس إلى أنه يبقى أن نرى ما إذا كان بايرن سيصبح ناجحاً يوماً ما تحت قيادة كومباني مثلما كان مع غوارديولا، مضيفاً، ولكنني أفضل طريقة لعب الفريق تحت قيادة كومباني. لم أر أسلوب لعب كهذا من قبل، أو نادراً ما رأيته.



إنيغو مارتينيز يوضح طبيعة إصابته في لقاء يونغ بوير



كشف إنيغو مارتينيز مدافع برشلونة الإسباني طبيعة إصابته في لقاء البرسا أمام يونغ بوير السويسري بمسابقة دوري أبطال أوروبا. واكتسح برشلونة مساء الثلاثاء ضيفه يونغ بوير بخماسة نظيفة ضمن فعاليات الجولة الثانية من دور المجموعات بنظامه الجديد. وتمكن المدافع المميز إنيغو مارتينيز من تسجيل هدف البرسا الثالث، ولكنه تعرض للإصابة وطلب التبديل وخرج في الدقيقة 84، ليشعر الجهاز الفني والجماهير بالقلق، خاصة وأنه أصبح أحد لاعبي الفريق الأساسيين هذا الموسم. وتحدث إنيغو مارتينيز قائلا "إصابتي لقد أحسست فقط بحمل زائد، وليس أكثر من ذلك. إنه شعور يأتي ويرحل، وكان بإمكانني الاستمرار، ولكنني قررت التغيير حتى لا يتفاقم الوضع وأضاف "نحن سعداء بالعمل الذي قمنا به في لقاء يونغ بوير، وكان من المهم جدا تسجيل الأهداف. وبالنسبة لهدفه، فأنا لم أسجل منذ فترة، لذا أنا سعيد بهذا الهدف والنقاط الثلاث".

يامال يتفوق على إيمري ونجم ريال مدريد

حقق الشاب لامين يامال نجم برشلونة، إنجازا تاريخيا بتواجده في التشكيل الأساسي لفرقه أمام يونغ بوير السويسري. ويلعب الفريقان مساء أول أمس، في الجولة الثانية من الدور الأول (مرحلة الدوري) في دوري أبطال أوروبا. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن يامال قد بدأ المزيد من المباريات وهو تحت سن الـ 18 عاما أكثر من أي لاعب آخر في تاريخ دوري أبطال أوروبا (9 مباريات). وذكرت أن نجم برشلونة الشاب تجاوز جود بيلينغهام لاعب ريال مدريد ووارن زانبر إيمري لاعب باريس سان جيرمان اللذين لعبا 8 مباريات لكل منهما. يذكر أن برشلونة خسر أمام موناكو في الجولة الأولى من دوري أبطال أوروبا بنتيجة 2-1.

سيميونبي: يجب معاينة من يستفز الجماهير

تمسك ديفغو سيميوني، مدرب أتلتيكو مدريد، برأيه حول أن اللاعبين الذين يستفزون الجماهير يجب أن يتعرضوا لعقوبات، وذلك بعد أن ألقى بعض مشجعي الفريق مقذوفات على حارس مرمى ريال مدريد تيبو كورتوا في مباراة قمة مدريد، يوم الأحد الماضي، وهو ما تسبب في توقف مؤقت للمباراة. وعند احتفال لاعبي ريال مدريد بهدف التقدم الذي سجله إيدر ميليتاو في الدقيقة 64، ألقى أفراد من رابطة «فوندو سور» لمشجعي أتلتيكو التي شغلت الجزء الجنوبي السفلي من المدرجات أغراضا باتجاه البلجيكي كورتوا الذي نبه الحكم، لتتوقف المباراة مؤقتا. وبعد أكثر من 20 دقيقة، عاد اللاعبون إلى أرضية الملعب لاستئناف المباراة، ونجح أنجيل كوريا في إدراك التعادل 1-1 لأتلتيكو في الدقيقة الخامسة من الوقت المحتسب بدل الضائع. وبعدها اتجه لاعبو أتلتيكو نحو الجزء الجنوبي من المدرجات وصفقوا للجماهير، وهو ما قوبل بانتقادات حادة. وكان على سيميوني التعامل مع ردود الفعل بعد أن قال يوم الأحد إن اللاعبين «يجب أن يكونوا مسؤولين» و«بسطون الأمور أثناء الاحتفال» لأن «الناس يفضضون». وأشارت تصريحاته إلى أن تصرفات كورتوا تجاه المشجعين تسببت في تلك المشكلات، وأن اللاعبين الذين يتصرفون بهذه الطريقة يجب أن يعاقبوا. وقال سيميوني للصحافيين قبل مباراة الفريق أمس أمام بنفيكا البرتغالي في دوري أبطال أوروبا: «في ذلك اليوم لم أسكت، قلت شيئا يراه كثيرون. تلقيت ملايين الرسائل التي تشكرني على ما قلته، إذ إن كثيرين يؤيدون هذا الموقف. لو كان الأمر بيدي، لعاقبت من يقوم بالاستفزاز. الآن المجتمع حساس للغاية ونحن بحاجة إلى الحزم». ورغم قوله إن تصريحاته تم تضخيمها بشكل خاطئ، أكد سيميوني أنه لن يغير أي شيء قاله.

فليك يعلق على غضب يامال.. ويتجنب السؤال الصعب

أكد هانز فليك مدرب برشلونة أنه "كان من الضروري حصد النقاط الثلاث" خلال لقاء يونغ بوير السويسري في دوري الأبطال الذي انتهى بفوز كبير (5-0) لصالح البلوغرانا، بعد الخسارة في الجولة الأولى على يد موناكو. وقال فليك: "كان من المهم حصد النقاط الثلاث، ومع نتيجة 5-0، أعتقد أننا استحققنا الفوز. لعبنا في البداية بقدر أقل من الثقة". وتابع: "لكن بعد الهدف الأول استعدنا ثقتنا بأنفسنا وأصبحت الأمور سهلة. راضون تماما ويجب أن نواصل على هذا النحو"، خلال مؤتمر صحفي من ملعب لويس كومبانيس الأوليمبي مساء أول أمس.

وقال المدرب الألماني من الخروج الغاضب ليامين يامال في الشوط الثاني عند استبداله، موضحا: "هناك الكثير من المباريات تنتظرنا وقد حصل بالفعل على دقائق لعب وفيرة". واسترسل: "يمكن بعد اللعب إجراء تعديل ما. فعلت الشيء نفسه مع روبرت (ليفاندوفسكي)". أعرف أنه كان يريد الاستمرار في اللعب، لكن الأمر منتهي". كما اعتبر فليك أن لاعب الوسط فريكي دي يونغ "اتخذ خطوة أولى رائعة" في تعافيه من الإصابة التي أبعدته 5 أشهر عن الملاعب. والشيء ذاته بالنسبة للمهاجم أنسو فاتي الذي يبدو أنه تعافى من إصابته وقد حصل على بعض دقائق اللعب أمام يونغ بوير. وأضاف: "يؤدي بشكل جيد في التدريبات. يجب أن نساعد ونقف إلى جواره بعد إصابته كي يسترد مستواه. يحتاج للوقت وستمنحه إياه. لديه رغبة كبيرة في التطور، إنه محترف جيد يستحق أن نتحلى بالصبر معه". بالمثل، أبرز مدرب البارسا أن "الفريق بوسعه تحقيق إنجازات رائعة إذا ظل متحدا" هذا الموسم. رغم أنه تجنب الإجابة على سؤال حول ما إذا كان يرى الفريق الكتالوني مرشحا للفوز بدوري الأبطال نظرا لأن "الموسم لا يزال طويلا جدا وقد تتغير الأمور بغاية السرعة"، ضاربا المثال بالإصابة الطويلة للحارس مارك أندريه تير شتيغن. كذلك، أوضح المدرب أن هدفه هو "التحسن في كل مباراة"، كاشفا أن الانتصارات تساعد على اللعب بخط دفاع بعيد عن المرمى لأن "الجميع لديه شعور طيب". رغم أنه أبرز أن اللعب بهذا الأسلوب يتطلب "لاعبيين يستطيعون تحمل الضغط".

دي يونغ بعد عودته: لم أتوقع هذا الأمر

أعرب فريكي دي يونغ، لاعب خط وسط برشلونة، عن امتنانه لجماهير الفريق الكتالوني "على تصفيقهم" له عندما دخل الملعب في مباراة دوري أبطال أوروبا ضد يونغ بوير (5-0). وعاد النجم الهولندي للمشاركة بعد أكثر من 5 أشهر من الغياب بسبب إصابة جديدة في كاحله الأيمن. وقال دي يونغ عن الاستقبال الذي تلقاه من الجمهور الذي ملأ ملعب لويس كومبانيس الأوليمبي، "الحقيقة هي أنني لم أتوقع ذلك. وأشعر أنني بحالة جيدة حقا للعودة". وأقر اللاعب الهولندي الدولي بأنه قضى "وقتا سيئا"، لأنه "أصيب لفترة طويلة من الوقت" وكان عليه أن يواجه "فترة صعبة". وشدد على أنه رأى أثناء غيابه فريقا يلعب "بقدر كبير من الطاقة والديناميكية". الآن، يدرك دي يونغ أنه يجب عليه العثور على مكان في التشكيل الأساسي للمدرب هانز فليك. وعن ذلك قال:

"المدرب هو الذي يختار اللاعبين وكما هو الحال دائما: سأبذل قصارى جهدي وألعب كرة قدم جيدة".

ليفاندوفسكي يكرر إنجاز رونالدو

عادال البولندي روبرت ليفاندوفسكي، نجم برشلونة، رقما تاريخيا للبرتغالي كريستيانو رونالدو، بعدما سجل هدفين في شباك يونغ بوير. وقاد ليفاندوفسكي (36 عاما) برشلونة لاكتساح يونغ بوير، بخماسة نظيفة، مساء أول أمس الثلاثاء، ضمن مباريات الجولة الثانية لدوري أبطال أوروبا. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فقد أصبح ليفاندوفسكي ثاني لاعب في تاريخ دوري أبطال أوروبا لكرة القدم يسجل أكثر من 50 هدفا بعد بلوغه سن الثلاثين (الهدف رقم 51). وحل "ليفان" ثانيا بعد الأسطورة البرتغالي كريستيانو رونالدو (68 هدفا).



تشان: نجم دورتموند أصبح يلعب بنضج والتزام أكبر

علق إيمري تشان متوسط ميدان بوروسيا دورتموند، على الانتصار الكبير الذي حققه فريقه على حساب ضيفه سيلتك بنتيجة (1-7) أول أمس، في الجولة الثانية من مرحلة الدوري بدوري أبطال أوروبا. وقال تشان في تصريحات نقلها الموقع الرسمي لدورتموند: "اليوم كانت المباراة جيدة للغاية وكان هناك طاقة هائلة في أرض الملعب". وأضاف: "بدأنا بقوة ويجب أن يكون ذلك هو المعيار والهدف دائما". وأشاد تشان بـكريم أديمي بعد تسجيله الهاتريك قائلا: "لعب بصورة رائعة، والأمرا لا يتعلق باليوم وحسب بل بالأسابيع القليلة الماضية أيضا، أصبح يلعب بنضج والتزام أكبر". ومن جانبه قال جريجور كوبيل، حارس مرمى دورتموند: "لعبنا بصورة مميزة وكافأنا أنفسنا، قدما بالفعل أمور جيدة في المباراة الماضية وخاصة في الشوط الثاني". وأكد: "اليوم حافظنا على تلك الأمور طوال المباراة تقريبا، من الرائع الفوز بنتيجة كبيرة في دوري الأبطال".

دورتموند ينضم لقائمة الانتصارات الألمانية الكاسحة بدوري الأبطال

حقق بوروسيا دورتموند انتصارا كاسحا على ضيفه سيلتك الإسكتلندي بنتيجة (1-7)، مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة الثانية من مرحلة الدوري لمسابقة دوري أبطال أوروبا. وواصلت الأندية الألمانية انتصاراتها العريضة في دوري الأبطال هذا الموسم، بعدما اكتسح بايرن ميونخ ضيفه دينامو زغرب الكرواتي بنتيجة (2-9) في الجولة الأولى. ويهيمن بايرن ميونخ على قائمة أكبر الانتصارات الألمانية في دوري الأبطال تاريخيا، مع وجود حضور لدورتموند بنتائج كبيرة أيضا.

وقبل انتصار أول أمس سبق أن تغلب دورتموند على ليجيا وارسو بسداسية نظيفة في شهر سبتمبر 2016. وفي نوفمبر 2019 اكتسح بايرن نظيره النجم الأحمر الصربي 0-6 أيضا، في الموسم الذي توج فيه البافاري باللقب. وحضر بوروسيا مونشغلادباخ في القائمة بفوزه بنفس النتيجة على شاختار دونيتسك الأوكراني في نوفمبر 2020. وظهرت سباعيات بايرن على حساب سبورتنغ لشبونة البرتغالي (1-7) في مارس 2009. ثم هزم بايرن فريق روما الإيطالي (7-1) في أكتوبر 2014. وبنفس النتيجة ضرب بايرن نظيره سالزبورغ في مارس 2022. وكان لدورتموند نصيبا من السباعيات بالفوز الذي حققه أمس على حساب سيلتك. ورفع بايرن سقف النتائج الخيالية بفوز الشهير 8-2 على برشلونة في أوت 2020. وعانى شاختار من هزيمة كاسحة أخرى أمام الفرق الألمانية بالخسارة (0-7) أمام بايرن في مارس 2015، كما فاز بايرن بنفس النتيجة على بازل السويسري في مارس 2012. ويبقى الفوز الذي حققه بايرن في الجولة الأولى هذا الموسم أمام زغرب، هو الانتصار الأكبر للأندية الألمانية في دوري الأبطال حتى الآن.

ألونسو: الكرة الجميلة لا تكفي في دوري الأبطال

الكرة الجميلة لا تكفي في دوري الأبطال

اعترف تشابي ألونسو، مدرب باير ليفركوزن، بتسبب ميلان في المتاعب لفريقه في اللقاء الذي جمعهما أول أمس وحسمه بطل ألمانيا بهدف دون رد في دوري أبطال أوروبا. وقال ألونسو في تصريحات لسكاي سبورت إيطاليا: "اعتقد أن الأبناء الجيدة أن كرة القدم الألمانية أصبحت تنافسية"، وذلك بعد البداية القوية ليفركوزن وبايرن ميونخ وبوروسيا دورتموند في دوري الأبطال هذا الموسم. وأضاف: "خرجنا بنتيجة رائعة أمام ميلان وهو الفريق الذي تسبب في العديد من المشاكل لنا، وبالتالي كان علينا التناوب بين وقت سيطرتنا ووقت حصولهم على المبادرة". وتابع: "أول 60 دقيقة كانت جيدة للغاية، لكن شعرنا بالإرهاق مع الاقتراب من النهاية بسبب

مباراة بايرن ميونخ يوم السبت الماضي، ولكن أظهرنا الروح والشخصية في الصمود". وواصل: "هذا هو دوري الأبطال، عليك القتال بقوة وإظهار روح الفريق وعدم الاكتفاء بتقديم كرة قدم جميلة، هذه خطوة هامة لنا". وأكمل: "اعتقد أننا عانينا كثيرا بعد حصولنا على العديد من الفرص وتسجيلنا لهدف واحد، ربما تراجعنا للخلف سريعا وهذا أمر نحتاج إلى تحسينه". واختتم: "كما قلت عانى الكثير من اللاعبين من الإجهاد بسبب مباراة السبت، لكن الفريق تميز بالنضج والتركيز".



أديمي: سجلنا كل التسديدات أمام سيلتك

تألق كريم أديمي جناح بوروسيا دورتموند بشدة أول أمس وذلك في فوز فريقه الكبير على حساب سيلتك بنتيجة (1-7) في دوري أبطال أوروبا، بعد تسجيله هاتريك في الشوط الأول.

وقال أديمي في تصريحات عقب المباراة نقلها الموقع الرسمي لدورتموند: "هذه مباراة خاصة للغاية لي، هذا هو أول هاتريك كما أنها خاصة للفريق بتسجيل 7 أهداف". وأضاف: "وضعت لنفسى العديد من الأهداف، حظيتا ببداية جيدة وتقريبا سجلنا كل تسديدة، يجب أن نكون حاضرين منذ الدقيقة الأولى والحفاظ التركيز واستغلال الفرص بنفس الطريق، حينها ستسير الأمور بصورة جيدة". وعلق على الإصابة التي تعرض لها في الشوط الثاني: "كان يتوجب علي الخروج، أمل أن الأمور ليست سيئة للغاية وأن أعود سريعا، عانيت من إصابات اتخذ كثيرًا".

ومن جانبه قال باسكال جروس، متوسط ميدان دورتموند: "قدمنا كرة قدم جيدة للغاية، هذه هي أفضل مباراة لنا هذا الموسم واستحقينا الانتصار". وتابع: "هذه هي أول مباراة في دوري الأبطال على ملعبنا وكانت الأمور ممتعة، الأمر يتعلق الآن بالحفاظ على المستوى الذي نتأجنا على ملعبنا جيدة، السبت ونرغب في



ليفركوزن يحقق رقما قياسيا بإسقاط ميلان

واصل باير ليفركوزن تألقه الأوروبي بالتغلب على ضيفه ميلان بهدف دون رد، في اللقاء الذي أقيم على ملعب باي أرينا مساء الثلاثاء، ضمن لقاءات الجولة الثانية من مرحلة الدوري لمسابقة دوري أبطال أوروبا. وبحسب أرقام "أوبتا"، لم يخسر ليفركوزن في آخر 10 مباريات خاضها على ملعبه في البطولات الأوروبية وهو رقم قياسي جديد للنادي. وحقّق الفريق الألماني في تلك اللقاءات 7 انتصارات وتعادل 3 مرات. وفي مباراة أخرى اكتسح بوروسيا دورتموند ضيفه سلتيك بنتيجة (1-7)، في لقاء شهد تسجيل الألماني كريم أديمي الهاتريك في شوط اللقاء الأول. وأصبح أديمي ثاني لاعب ألماني يسجل 3 أهداف في شوط أول من مباراة في دوري أبطال أوروبا، وذلك بعد ماريو جوميز في شهر نوفمبر من عام 2011 أمام نابولي رفقة بايرن.

ساكا: آرسنال سينهي انتظاراً دام 21 عاماً للتتويج بـ "البريمير ليغ"

قال الجناح بوكايو ساكا إن آرسنال يستطيع الذهاب إلى أبعد مدى، لينهي انتظارا دام 21 عاماً للفوز بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم هذا الموسم، وذلك بعد تغلب فريقه 2-0 صفر على باريس سان جيرمان، بطل الدوري الفرنسي في دوري أبطال أوروبا، مساء أول أمس. احتل آرسنال المركز الثاني في موسم 2022-2023، ونافس على اللقب حتى اليوم الأخير من الموسم الماضي، قبل أن يحتل الوصافة مجدداً خلف مانشستر سيتي. ويحتل الفريق المنتمي لشمال لندن المركز الثالث في ترتيب الدوري هذا الموسم، وأكد فوزهم الرائع على العملاق الفرنسي باريس سان جيرمان جدارته باللقب، بعدما هز كاي هافرتس وساكا الشباك في المباراة. وقال ساكا لشبكة «سي بي إس سبورتس»: «لا أريد أن أضع كثيراً من الضغوط علينا، ولكنني أعتقد أن هذا هو العام (الذي يمكننا فيه الفوز باللقب). اعتقد أننا اقتربنا بشدة خلال العامين الماضيين... وأتمنى أن يكون هذا هو العام الذي نحقق فيه هذا الهدف».

وقال ساكا، الذي أثبت نفسه لاعباً أساسياً في آرسنال، وكان هدفهم في الدوري الإنجليزي الممتاز الموسم الماضي: «إن اقتراب النادي مرتين من اللقب جعله أكثر تعاطفاً للنجاح». وأضاف اللاعب (23 عاماً) لمنصة «أمازون برايم»: «في السنوات السابقة، حققنا المركز الثاني كثيراً. هذه هي الروح بداخلي التي تجعلني أرغب في الفوز هذا الموسم، وبالطبع أؤمن بنفسه كثيراً. أظهرنا ذلك الليلة (أمام باريس سان جيرمان). أبلغت اللاعبين بضرورة اللعب بقوة، خصوصاً عندما تأتي فرق كبيرة إلى ملعب (الإمارات)». ويستضيف آرسنال منافسه ساوثهامبتون صاحب المركز الـ19 في الدوري، السبت المقبل.

ساليبا: استفدنا من قرار إنريكي

قال ويليام ساليبا مدافع آرسنال، إن فريقه استفاد من قرار لويس إنريكي مدرب باريس، خلال المباراة التي انتهت بفوز الفريق اللندني بهدفين دون رد، مساء الثلاثاء، في الجولة الثانية لدوري أبطال أوروبا. وصرح ساليبا عبر قناة كانال بلس الفرنسية: «غياب عثمان ديمبلي كان أمراً جيداً لنا واستفدنا منه، ونعلم أيضاً أن لديهم لاعبين آخرين بإمكانهم تعويضه، لكننا ركزنا على أنفسنا». وفجر إنريكي، مفاجأة بإصراره على استبعاد عثمان ديمبلي من القائمة التي سافرت إلى لندن لمواجهة الغانرز في معقله بملعب الإمارات، مبرراً قراره بعدم التزام اللاعب بواجباته الجماعية تجاه الفريق. وأضاف المدافع الفرنسي: «حققنا فوزاً مستحقاً، وشدد المدرب ميكيل أرتيتا على ضرورة أن نكون أفضل منهم على المستويين الدفاعي والهجومى». وأتم ويليام ساليبا تصريحاته «لقد نجحنا في استغلال الفرص وسجلنا هدفين، وعندما لا نؤدي بشكل جيد هجومياً

أرتيتا: لعبنا بشجاعة أمام باريس... والفوز يظهر قدراتنا

ظهر ميكيل أرتيتا، مدرب آرسنال، راضياً بشكل كبير عن أداء فريقه بعد الفوز على باريس سان جيرمان (2-0)، مساء أول أمس، في ثاني جولات دوري أبطال أوروبا. وأبرز الموقع الرسمي للنادي اللندني تصريحات أرتيتا، الذي قال إن فريقه لعب بشجاعة، خاصة في الشوط الأول. وأضاف: «أظهرنا جودتنا وقدرتنا على فرض سيطرتنا، فضلاً عن نجاحنا في تسجيل هدفين، قبل أن نغير أسلوبنا قليلاً في الشوط الثاني، مع الحفاظ على السيطرة». وبسؤاله عن قيمة الانتصار على فريق يحجم سان جيرمان، أجاب: «إنه يعني من ثقتنا وإيماننا بأنفسنا، ويظهر مدى قدرتنا على منافسة أي فريق على الصعيد الأوروبي». وأثنى أرتيتا على لاعبه كاي هافرتز، مسجل الهدف الأول، حيث قال عنه: «إنه قوي جداً وذكي للغاية، كما أنه مميز في طريقة استغلاله للمساحات والربط مع زملائه». وأردف: «حينما يلعب حول منطقة الجزاء، تشعر دائماً بأنه في طريقه لتسجيل هدف، وأنا سعيد بالأداء الذي قدمه». وفي سياق آخر، شدد أرتيتا على أن الوقت ما زال مبكراً جداً للنظر إلى وضع فريقه في جدول الترتيب بعد تطبيق نظام جديد، وذلك بعد وصوله إلى 4 نقاط.

فودين: بدأت الموسم ببطء... ونجم السيتي موهوب حقاً

أعرب فيل فودين، لاعب فريق مانشستر سيتي عن إعجابه بأداء الفريق، خلال الفوز برعاية نظيفة على سلوفان براتيسلافا السلوفاكي، مساء أول أمس، في الجولة الثانية من مرحلة الدوري بدوري أبطال أوروبا. واحتل الكاي غوندوغان التسجيل قبل أن يعزز فودين تقدم السيتي، ووصل إيريغ هالاند لهدفه 42 خلال 41 مشاركة في دوري أبطال أوروبا، كما سجل جيمس مكاتي أول أهدافه في البطولة.

وصنع فودين الهدف الرابع وكان من الممكن أن يسجل الهدف الخامس في اللقاء ولكن كان للعارضة رأي آخر.

وقال فودين في تصريحات نشرها الموقع الرسمي لمانشستر سيتي: «لا أعتقد أن الفوز على براتيسلافا كان سهلاً، عليك أن تحترم الفريق، حيث كان من الصعب هز شباكه في ظل أجواء ملعبه».

وأضاف: «انجزنا المهمة ووجدنا بعض المساحات لكن كان الأمر صعباً في كثير من الأوقات».

وأردف: «أتيجت العديد من الفرص للتسجيل لي ولزملائي، وكان من الممكن أن نسجل أكثر لكننا سعداء بالفوز برعاية نظيفة».

وأشار فودين، الذي حصل على جائزة رجل المباراة، «بدأت الموسم ببطء منذ اليوم وأحاول العودة خطوة خطوة، لذا من الجيد أن أعود وأسجل، أنا أفضل الآن». وأكد: «أنا سعيد بالأداء،

وأعلم أنه ما زال هناك العديد من الأشياء أستطيع العمل عليها وتطويرها، لكنني سعيد بأدائي أنا والفريق».

وعن تألق اللاعب الصاعد مكاتي قال: «لقد عملنا بجهد من أجل هذا، خرج مكاتي في عدة إعارات ثم عاد ويقوم بعمل جيد وهو موهوب حقاً وسنحتاجه هذا الموسم وعليه أن يكون مستعداً».

إلغاء البطاقة الحمراء لفرنانديز قائد مانشستر يونايتد

قال مانشستر يونايتد المنافس في الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم، إن قائد الفريق برونو فرنانديز تجنب الإيقاف 3 مباريات، بعد أن نجح استئناف النادي ضد البطاقة الحمراء التي حصل عليها أمام توتنهام هوتسبير، وبذلك يمكن للاعب الوسط البرتغالي المشاركة أمام أستون فيلا في المباراة المقبلة. وتم طرد اللاعب البالغ من العمر 30 عاماً خلال خسارة

يونايتد 0-3 أمام توتنهام على ملعب أولد ترافورد، وذلك في الدقيقة الـ42 بداعي تدخل قوي على لاعب الوسط جيمس ماديسون. وكان من المفترض، وفقاً للعقوبة، أن يغيب فرنانديز عن مباريات يونايتد في الدوري أمام أستون فيلا، الأحد المقبل، وبرنتفورد ووست هام يونايتد، قبل إلغاء البطاقة الحمراء. وقال مانشستر يونايتد في بيان: «سيكون برونو فرنانديز متاحاً لدخول قائمة مانشستر يونايتد في المباريات المحلية الثلاث المقبلة بعد قبول الطعن الذي تقدم به مانشستر يونايتد على عقوبة إقصائه بالبطاقة الحمراء». ويحتل يونايتد المركز الـ13 في الدوري برصيد 7 نقاط حصدها خلال 6 مباريات.

غوارديولا ينقض على رقم فيرغسون التاريخي

عاد مانشستر سيتي إلى دياره بأول انتصار له في دوري أبطال أوروبا هذا الموسم، على حساب سلوفان براتيسلافا السلوفاكي (4-0)، مساء أول أمس، في الجولة الثانية من الدور الأول.

ووفقاً لشبكة «أوبتا» للإحصائيات، فإن مان سيتي استطاع الفوز في 13 مباراة بدوري الأبطال، بفارق 4 أهداف أو أكثر تحت قيادة المدرب الإسباني بيبي غوارديولا. وأفادت بأن غوارديولا بات أكثر مدرب بنجح في ذلك على مدار تاريخ المسابقة، محطماً الرقم القياسي السابق. وكان الأسكتلندي أليكس فيرجسون صاحب الرقم السابق، بقيادة مانشستر يونايتد لتحقيق 12 فوزاً بفارق 4 أهداف على الأقل. ويعد الفوز على لايبزيغ (7-0) هو الأكبر في تاريخ المان سيتي بدوري الأبطال، وهو ما تحقق في مارس 2023. جدير بالذكر أن مانشستر سيتي فشل في الفوز بالجولة الافتتاحية، بتعادله سلبياً مع إنتر ميلان في ملعب الاتحاد.





لإشهاراتكم:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016

00213 (0) 23 78 57 70

www.dzair-tube.dz @ dzairtube13@gmail.com

تابعونا على مواقع التواصل الاجتماعي:







ديوكوفيتش يعتذر إلى الجماهير الصينية بسبب حادثة غير متوقعة

اعتذر أسطورة كرة المضرب العالمية، الصربي نوفاك ديوكوفيتش (37 عاماً)، إلى جماهيره الصينية، بعد حادثة غير متوقعة في مطار شنغهاي، إذ لم يتمكن العديد من المعجبين من رؤيته عند وصوله، بعد أن انتظروا خمس سنوات لعودته إلى الصين، وذلك نظراً إلى الشعبية الكبيرة والشهرة الواسعة، التي يحظى بها في البلاد، خاصة بعد أن تحدث اللغة الصينية بطلاقة، في خطاب فوزه ببطولة شنغهاي ماسترز عام 2018. وبحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية، كان المعجبون عند وصوله متحمسين للترحيب به، لكن اللاعب البالغ من العمر 37 عاماً، تم نقله عن طريق الخطأ إلى مدخل مختلف في المطار، مما جعل انتظار الجماهير من دون جدوى، وعلى الرغم من ذلك، التقى ديوكوفيتش مجموعة من المعجبين في اليوم التالي، إذ عبر عن حزنه قائلاً: "أنا في الصين بعد خمس سنوات وأفتقدكم".

أنا آسف حقاً، لأننا لم نلتق في المطار بالأمس". وتأتي عودة ديوكوفيتش إلى الصين، في وقت تشهد فيه بطولة شنغهاي مشاركة العديد من النجوم، بمن في ذلك يانيك سينر وكارلوس ألكاراز، بينما غاب البريطاني جاك دريبير عن المنافسة، بعد انسحابه بسبب الإصابة التي تعرض لها في بطولة اليابان، ومن المقرر أن يواجه ديوكوفيتش، في أول مباراة له بالبطولة، الفائز من المواجهة بين أليكس ميشيلسن وبيونتشوكتي بو.

وأوضح ديوكوفيتش أنه لم يكن على علم بوجود الجماهير، وأعرب عن شكره وامتنانه لهم: "أمل أن أراكم في بكين أو شنغهاي قريباً. أنا متحمس لوجودي في الصين، خاصة بسببكم، أنتم الذين تتابعونني منذ سنوات. أحبكم جميعاً".

إنيسيتا يعتزل.. أسطورة تجاوزت الفقر والاكئاب نحو كتابة التاريخ في عالم كرة القدم

سيعلن أسطورة كرة القدم الإسبانية، أندريس إنيستا (40 عاماً)، صاحب هدف تتويج بلاده بلقب مونديال كأس العالم 2010، اعتزاله عالم الساحرة المستديرة، في الثامن من الشهر الجاري، بحسب ما نشر عبر شبكات التواصل الاجتماعي. وسيدعو النجم المخضرم، على الأرجح وسائل الإعلام، لحضور مؤتمر صحافي يُقام بمدينة برشلونة، في الثامن من الشهر الجاري، وهو الرقم الذي يتوافق مع القميص، الذي كان يرتديه طوال حياته الكروية تقريباً، ثيعلن خلاله اعتزاله كرة القدم، ومن المقرر أن يقدم إنيستا في المؤتمر خطبته المستقبلية، والتي سترتبط بالتأكيد بكرة القدم، بالإضافة إلى مشاريع أخرى لديه على المستوى الشخصي. كشف النجم الإسباني، في تصريحات سابقة، عن قصة مؤثرة لمعاناة عائلته بالفقر، وكيف اضطر والده إلى توفير المال لمدة ثلاثة أشهر، لشراء حذاء رياضي له عندما كان صغيراً.

وأضاف، في تصريحات لشبكة يورو سبورت: "عندما كنت في سن الـ 12 عاماً، وفر والدي المال لمدة ثلاثة أشهر، من أجل شراء حذاء رياضي لي. لن أنسى ذلك أبداً. أبي كان يعمل بناءً، ولم يكن في استطاعته تحمل تكلفة هذه الأحذية الرياضية، ورغم ذلك اشتراها لي. أنا شخص شري اليوم، لكن هذا الحذاء هو الأغلى عندي، لأنه يذكرني بالجدور، ومن أين أتيت". ورغم الإنجازات، التي حققها في مسيرته، كشف إنيستا، الذي لعب في صفوف النادي الكتالوني بين عامي 2002 و2018، عن تجربته مع الاكتئاب في الفيلم الوثائقي "أندريس إنيستا- البطل غير المتوقع".

وبعد حصده لقب دوري أبطال أوروبا عام 2009 مع المدرب الحالي لمانشستر سيتي، بيب غوارديولا، عانى اللاعب الإصابات، قبل أن يُفجع بموت مدافع إسبانيول، صديقه داني خاركي، إثر إصابته بنوبة قلبية. وقال الدولي الإسباني السابق: "تمر الأيام وأنت تدرك أنك لا تتحسن، لا تشعر بأنك بخير ولست على طبيعتك. كل شيء يصبح ضبابياً ومظلماً"، وتحدث إنيستا عن وفاة صديقه، معتبراً أنها "كانت أشبه بضربة جسدية، أمر قوي أطاحني مجدداً، بعدما كنت في حالة سيئة، لأنني لم أكن على ما يرام".

وخضع لاعب خط الوسط بعد ذلك لجلسات معالجة نفسية، كما أنه مدين بتعافيه كثيراً للمحيطين به، بمن فيهم غوارديولا.

ابن إبراهيموفيتش يسير على خطى والده

استدعي اللاعب السويدي ماكسيميليان إبراهيموفيتش، الابن الأكبر للاعب كرة القدم السابق زلاتان إبراهيموفيتش، يوم الثلاثاء، للمرة الأولى لمنتخب السويد للشباب، الذي سيخوض مباراتين وديتين الأسبوع المقبل أمام اليابان والولايات المتحدة الأميركية. وحول هذا القرار، قال أندرياس بيرسون، مدرب منتخب السويد تحت 18 عاماً، حول استدعاء اللاعب السويدي ماكسيميليان إبراهيموفيتش: "لقد كنت أتابعه منذ عام، بدأ اللعب تدريجياً مع فريق ميلان تحت 18 عاماً، وتطور بعد ذلك، وقام بعمل جيد". ويلعب ماكسيميليان في نادي ميلان تحت 20 عاماً، بعدما أثبت قدرات كبيرة في تسجيل الأهداف، إذ أحرز حتى الآن، أربعة أهداف في ست مباريات. وأشاد بيرسون بقدرات التمرکز داخل منطقة الجزاء واستغلال الفرص لدى نجل أفضل لاعب في تاريخ كرة القدم السويدية الذي يعمل حالياً، بعد اعتزاله قبل عام، مستشاراً في نادي ميلان، إذ دافع زلاتان إبراهيموفيتش خلال مسيرته الأخيرة بالإنجازات عن ألوان أندية كبيرة عديدة في عالم كرة القدم بداية من أياكس الهولندي إلى يوفنتوس وإنتروميلان بإيطاليا، مروراً ببرشلونة الإسباني وباريس سان جيرمان الفرنسي ومانشستر يونايتد الإنكليزي، كما لعب لصالح مالمو السويدي ونادي لوس أنجلوس غالاكسي الأميركي، وهو الذي لعب لصالح منتخب السويد تحت 18 عاماً كذلك خلال أولى بدايته عام 1999، إذ سجل هدفاً في أربع مباريات، ثم مثل منتخب السويد تحت 21 عاماً، فسجل بصحته ستة أهداف في سبع مباريات، قبل أن يحظى بفرصة الدفاع عن ألوان المنتخب الأول في عام 2001، واستمر حتى عام 2023 في تادية واجبه الوطني، حيث أحرز 62 هدفاً في 122 مواجهة

دعوى قضائية في إسبانيا بعد إهانات عنصرية تجاه فينيسوس

تقدّمت "حركة التصدي لعدم الاحترام" بشكوى أمام النيابة العامة الإسبانية، على خلفية الأحداث التي جرت في ملعب سيفياتس ميتروبوليتانو الأحد الماضي، خلال مباراة أتلتيكو مدريد ونظيره ريال مدريد، بعدما اعتبرت أن ما حصل يدخل ضمن جرائم الكراهية، وذلك من أجل توقيع العقوبات المناسبة، وطالبت الحركة في شكواها النيابة العامة بفتح تحقيق في الوقائع المشار إليها، وتحميل المسؤولين الجناحية لأصحابها والتحقيق في ملايسات الوقائع، التي عاشها النجم البرازيلي فينيسوس جونيور.

واعتبرت الحركة، يوم الثلاثاء، أن ملعب ميتروبوليتانو الذي استضاف قمة في الدوري الإسباني بين ريال مدريد وأتلتيكو يوم الأحد الماضي، كان شاهداً على أحداث كراهية عدة، بدرجة الإهانة، بمشاركة أكثر من شخص، فضلاً عن إساءة استفلال المكان والزمان والأشخاص المحيطين، لإضعاف قدرة فينيسوس جونيور في الدفاع عن نفسه، وارتكاب جريمة بلا حساب، بحسب ما ذكرت وكالة الأنباء الإسبانية "إفي" نقلاً عن حركة التصدي لعدم الاحترام.

وأضاف المصدر عينه أن الحركة أشارت إلى أن فينيسوس جونيور لاعب ريال مدريد، تعرض، قبيل المباراة التي أقيمت يوم الأحد 29 سبتمبر الماضي، إلى حملة عبر مواقع التواصل الاجتماعي، حملت عبارات عنصرية ودعوات للذهاب إلى الملعب وارتداء أقمعة من أجل إهانة النجم البرازيلي، من دون معرفة هوية الجناة.

وكان اللقاء قد شهد إلقاء جماهير أتلتيكو أضراراً على حارس مرمى الميرينغي، البلجيكي تيبو كورتوا، ما دفع رئيس المجلس الأعلى للرياضة بإسبانيا، خوسيه مانويل رودريغيز أوريبس، إلى إصدار بيان رسمي: "الرياضة لا تتوافق مع العنف، إنها قيم، إنها احترام الخصم والزميل، إنها اللعب النظيف، وما حدث يوم الأحد لا يتوافق مع ذلك. إنني على اقتناع بأن أتلتيكو مدريد يتعاون لأنهم أيضاً يعانون من ذلك الضرر الذي سببته ألقية، وهو ما يضر بكرة القدم والرياضة بشكل عام.."



أسرار بناء وتضخيم العضلات بالتمارين الرياضية

المجموعة الواحدة قد حقق فوائد أيضا. مع زيادة عمر الشخص، يزداد خطر الحركة المحدودة والمشاكل الهيكلية والعضلية الأخرى، مثل هشاشة العظام. ومع ذلك، يجب على كبار السن ممارسة الرياضة إذا استطاعوا. إذا كانوا غير قادرين على القيام بذلك، يجب أن يظلوا نشطين جسديا حسب مستوياتهم البدنية. تدريب القوة مفيد أيضا لكبار السن

لمنع الإصابة والمساعدة في التعافي، تعرف أيضا بتمارين القلب أو النشاط الهوائي. يُعد تمرين الكارديو ضروريا في بناء وتضخيم العضلات، يجب على البالغين ممارسة 150 دقيقة على الأقل من التمارين معتدلة الشدة أو 75 دقيقة من النشاط البدني شديد الكثافة كل أسبوع. بينما يعتقد بعض الناس أن التمارين الهوائية لا تساعد على بناء العضلات، إلا أن الأبحاث الحديثة لا تقول ذلك. يمكن أن يزيد تمرين الكارديو المنتظم من نمو العضلات ووظيفتها. كما أنه يزيد من مستويات اللياقة العامة، مما قد يساعد في تقليل خطر الإصابة. لبناء وتضخيم العضلات المثالي، يجب القيام بتمارين الكارديو بشدة 70 إلى 80 من احتياطي معدل ضربات القلب، والذي يمكن للشخص حسابه عن طريق طرح معدل ضربات القلب أثناء الراحة من الحد الأقصى لمعدل ضربات القلب، لمدة 30 إلى 45 دقيقة في المرة الواحدة، على 4 إلى 5 أيام في الأسبوع. تلعب الراحة دورا أساسيا في بناء العضلات. من خلال عدم ترك كل مجموعة من العضلات تستريح، سيقلل الشخص من قدرته على الإصلاح. الراحة غير الكافية تبطئ أيضا تقدم اللياقة البدنية وتزيد من خطر الإصابة، ويجب على الأشخاص عدم إجراء تدريب القوة على نفس المجموعة العضلية في يومين متتاليين. الحصول على قسط كاف من النوم مهم أيضا لعملية نمو العضلات. النوم المضطرب يقلل من تخليق البروتين، ويسهم في فقدان كتلة العضلات، ويمنع استرداد العضلات. ومع ذلك، من الضروري إجراء المزيد من الدراسات لتأكيد الارتباط، وقد يساعد تقليل الإجهاد الشخص على بناء العضلات، لأن الهرمونات التي يطلقها الجسم خلال فترات الإجهاد لها تأثير سلبي على نمو العضلات. اتباع نظام غذائي متوازن وصحي هو مفتاح الحفاظ على لياقتك. بالنسبة للأشخاص الذين يرغبون في بناء العضلات، فإن تناول البروتين مهم بشكل خاص، حيث توصي الإرشادات الحالية بأن يستهلك الذكور والإناث البالغون 56 جراما من البروتين يوميا. قد يكون توقيت تناول البروتين مهما أيضا. إن استهلاك 20 جراما من البروتين الغذائي أثناء التمرين أو بعده مباشرة يساعد على تحفيز تخليق البروتين العضلي، وتقليل انهيار البروتين، وتجديد العضلات بشكل أكثر فعالية. يمكن لمدرّب اللياقة البدنية تقديم المشورة للأشخاص حول الشكل الصحيح لاستخدامه عند رفع الأثقال واستخدام معدات الجمنازيوم الأخرى. يقلل استخدام التقنيّة الصحيحة من خطر الإصابة ويزيد القدرة على بناء العضلات. قد يستفيد الأشخاص أيضا من بعض النصائح، حيث وجب عليهم القيام بالإحماء والتمدد لمدة 5 إلى 10 دقائق قبل ممارسة تمارين القوة أو الكارديو. ابدأ برفع الأوزان الخفيفة وقم بزيادة الوزن أو مستوى المقاومة تدريجيا، نفذ جميع التمارين باستخدام الشكل الصحيح. وتقنيات التنفس، والحركة المنظمة، توقع بعض الألم والتعب العضلي بعد ذلك، خاصة في المراحل المبكرة. بكن الإرهاق والتعب الشديد يشير إلى أن التدريبات مكثفة للغاية أو متكررة جدا أو طويلة. كما يجب عليك استشارة الطبيب قبل الشروع في أي نظام تمرين جديد إذا كانت لديهم ظروف صحية أساسية أو مخاوف بشأن الإصابة. خلاف ذلك، يمكن لمدرّب الشخصي تقديم إرشادات السلامة.

البقاء نشطا أمر حيوي للصحة العامة، وهو أيضا أفضل طريقة لبناء وتضخيم العضلات الهيكلية، العضلات الهيكلية هي واحدة من ثلاثة أنواع رئيسية من العضلات، هذه العضلات التي تنقبض وتسبب الحركة للعظام، كما يمكن بناء وتضخيم العضلات من خلال أداء التمارين الصحيحة وتناول أطعمة معينة. يزداد حجم العضلات عندما تمارس التمارين الرياضية الشديدة، مثل رفع الأثقال، تتعرض ألياف العضلات لصدمة أو ما يسمى إصابة العضلات، عندما تصاب عضلاتك بهذه الطريقة، يتم تنشيط الخلايا الساتلية الموجودة خارج ألياف العضلات، ففي هذه العملية الخلوية يتم فيها دمج الألياف العضلية مع بعضها لتشكيل فروع جديدة من البروتين العضلي أو اللييفات العضلية، هذه الأخيرة تزداد سمكا وعددا لخلق نمو عضلي. يحدث تضخم العضلات عندما تتعرض ألياف العضلات للتلف أو الإصابة، ويقوم الجسم بإصلاح الألياف التالفة عن طريق دمجها، مما يزيد من كتلة العضلات وحجمها. كما تلعب بعض الهرمونات، بما في ذلك هرمون التستوستيرون وهرمون النمو البشري وعامل نمو الأنسولين، دورا مهما في نمو العضلات وإصلاحها. وتعمل هذه الهرمونات من خلال تحسين كفاءة معالجة الجسم للبروتينات، تثبيط انهيار البروتين، تنشيط الخلايا الساتلية، وهي نوع من الخلايا الجذعية التي تلعب دورا في نمو العضلات، تحفيز هرمونات الابتنائية، التي تعزز نمو العضلات وتخليق البروتين، تعزيز نمو الأنسجة، ويمكن أن يساعد تدريب القوة والمقاومة الجسم على إطلاق هرمون النمو من الغدة النخامية، تحفيز إفراز التستوستيرون، تحسين حساسية العضلات لهرمون التستوستيرون يمكن أن تؤثر مجموعة متنوعة من العوامل بما في ذلك الوراثة ومستويات هرمون الاستروجين والتستوستيرون في الجسم على مدى سرعة بناء وتضخيم العضلات. بغض النظر عن الجنس البيولوجي، تنمو العضلات بمعدلات مختلفة للأشخاص ذوي أنواع الجسم المختلفة. يمكن أن يكون لكل من الذكور والإناث أشكال الجسم التالية، ويتطلب كل منهما نهجا مختلفا لبناء العضلات، الميزومورف، يميل الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من الجسم إلى أن تكون لهم عضلات وبيوتن كتلة عضلية بشكل أسرع بكثير من الأشخاص الذين لديهم أنواع أخرى من الجسم. أما الاكتومورف، لدى هذا النوع من الأجسام فرصة أقل لبناء كتلة العضلات ولكن يمكن أن تزيد من قوتها من خلال تدريب المقاومة، والاندومورف يميل إلى أن يكون ممتلئا بالدهون، يمكن للأشخاص الذين لديهم دهون في الجسم الداخلي بناء العضلات بشكل أكثر فعالية من خلال تدريب القوة. يشير عالم الرياضة الدكتور توني بوتاجي إلى عدة سمات أكثر وضوحا في الذكور وتدعم نمو العضلات بشكل أسرع، وتشمل هذه الكتلة العضلية الأكبر والتستوستيرون العالي. حيث يبني الناس العضلات بمعدلات مختلفة اعتمادا على أعمارهم وجنسهم وعلم الوراثة، ولكن نمو العضلات يزداد بشكل كبير إذا كان التمرين ثابتا، صحيحا، طويل الأمد. كما يحقق الأشخاص أيضا أفضل النتائج عندما يتبعون التمرين مع أخذ قسط كاف من الراحة، أفضل تدريب على بناء العضلات هو تدريب القوة، على الرغم من أن تمارين الكارديو بأنواعها يمكن أن توفر فوائد أيضا. يستغرق الأمر عدة أسابيع أو أشهر من النشاط والتمارين المنتسقة قبل أن تلاحظ التغييرات العضلية، وفقا لإرشادات النشاط البدني 2015-2020، يجب على البالغين المشاركة في تمارين تقوية العضلات التي تشمل جميع مجموعات العضلات الرئيسية مرتين على الأقل أسبوعيا. تشير النتائج التي توصل إليها إلى أن تدريب المقاومة مع ثلاث مجموعات وزن كان بشكل عام أكثر فعالية من أداء مجموعة واحدة، ومع ذلك، فإن برنامج المقاومة ذو

ممارسة مرضى الربو للرياضة

يعد مرض الربو من الأمراض الرئيسية غير المعدية، ووفقا لبيانات منظمة الصحة العالمية هناك 235 مليون شخص يعانون من الربو، وتضمن ممارسة الرياضة وجود نظام مناعة قوي وصحي لدى الإنسان وهو أمر بالغ الأهمية في ظل عدم وجود لقاحات أو علاجات معتمدة لوباء معد مثل كورونا المستجد، لذا يجب أن يعمل جهاز المناعة في الجسم بشكل فعال لمحاربة العدوى. وأثبتت الأدلة العلمية أن الأفراد الذين يعانون ضعفا في جهاز المناعة والأمراض المزمنة أكثر عرضة للتأثر بشدة بفيروس كورونا، وبالتالي زيادة خطر الوفاة، وطالما كانت الرياضة المحفز الطبيعي لتقوية جهاز المناعة، كما تشير معظم الأرقام إلى أن الذين يتبعون نمط حياة صحيا قادرون على التعافي بشكل أسرع. ممارسة التمارين الرياضية ينعكس إيجابيا على الصحة العامة للجسم، فهي مفيدة لصحة العظام وتساعد في حرق الدهون لذلك يُنصح بالحرص على ممارستها بشكل منتظم، لكن يعتقد البعض أن الرياضة تضر مرضى الربو، وتؤدي إلى زيادة حدة الأعراض، إلا أنه اعتقاد خاطئ، حيث يمكنهم ممارستها لكن بشروط معينة. الربو الشعبي مرضى التهابي مزمن يؤثر على الشعب والقصب الهوائية في الرئتين، وتظهر أعراض متغيرة ومتكررة عند التعرض لبعض المؤثرات مثل الهواء البارد، وفقا لما قاله الدكتور أحمد شوقي، أستاذ أمراض الصدر ومدير مستشفى الصدر الجامعي بكلية الطب جامعة طنطا، مضيفا أنه يحدث انسداد شعبي قابل للانعكاس وأزمات متكررة من ضيق التنفس، والسعال، الأزيز لكنها تتحسن تلقائيا بزوال المؤثر أو بالعلاج. عند ممارسة الرياضة يحتاج الإنسان إلى كميات كبيرة من الهواء، لزيادة احتياج الجسم إلى نسبة أعلى من الأكسجين، ما يؤدي إلى التنفس بسرعة من الأنف أو الفم لهواء بارد وجاف وغير منقى للممرات الهوائية، وبالتالي يسبب تهيج وانقباض في العضلات المحيطة بالممرات الهوائية. لذلك يعتقد البعض أن مريض الربو الشعبي يجب أن يتجنب ممارسة الرياضة. إلا أن أستاذًا لأمراض الصدر أكد أن هذا الاعتقاد خاطئ، خاصة أن الرياضة لها تأثير صحي ومضاد للالتهاب، وبالتالي تعزز فاعلية العلاج الدوائي وتقلل الجرعات المستخدمة، وتوجد دراسات كثيرة مؤكدة لذلك، فالرياضة لا تتعارض مع الربو بل ضرورة ولكن تحت إشراف طبي لتحقيق الهدف العلاجي، ولتجنب حدوث أزمات قبل وأثناء وبعد التدريب، مع ضرورة اتباع بعض النصائح كالالتزام بالأدوية للسيطرة على المرض، استخدام موسعات الشعب الهوائية الاستنشاقية طويلة المدى في الصباح وقصيرة المدى قبل بدء التدريب بحوالي نصف ساعة وأيضا بعد التدريب، استنشاق موسعات الشعب الهوائية قصيرة المدى عند أي طارئ. ولا بد من الإحماء قبل البدء في التدريبات القوية، تجنب ممارسة الرياضة في ظروف غير ملائمة من أترية ورطوبة، الراحة السلبية (عدم ممارسة الرياضة) أثناء فترات البرد والانفلونزا. بشكل عام، ينصح مرضى الربو بضرورة ممارسة الرياضة، لأنها تساعدهم على التخلص من الإفرازات المخاطية والبلغم، وتسهم في تحسين التنفس وزيادة السعة الحيوية، وزيادة نسبة الأكسجين مع التأكد على الإشراف الطبي.



المدير العام : **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

■ ملاحظة: كل الوثائق والصور التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

من أجل اشارككم توجعوا إلى،
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة
ANEP، المتواجدة بـ01 نهج باستور-الجزائر.
الهاتف الثابت:
020.05.20.91 / 020.05.10.42
الهاتف:
020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
agence.ora@anep.com.dz
agence.anna@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطبع: **SAMPRAL**
TD DIFFUSION COMMUNICATION


رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

الفاكس:
023-78-57-70
الهاتف:
0541-76-26-27

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

SPORT
يومية رياضية جزائرية



تابعونا على مواقع التواصل الاجتماعي:

لإشهاراتكم:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016
00213 (0) 23 78 57 70
www.dzair-tube.dz dzairtube13@gmail.com

دزاير سبور، 2024/10/03



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الثقافة والفنون
برعاية السيدة وزيرة الثقافة و الفنون الدكتورة صورية مولوجي
تنظيم محافظة المهرجان الدولي للشريط المرسوم الجزائر

الطبعة 16
F!BDA
"قصص جزائرية"
من 16 إلى 30 أكتوبر بمدينة الرياض، الفتح

ANEP

ANEP:

دزاير سبور، 2024/10/03



دزاير
TUBE
مؤسسة دزاير توب الإعلامية

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

لإشهاراتكم:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016
00213 (0) 23 78 57 70
www.dzair-tube.dz dzairtube13@gmail.com

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

دزاير سبور، 2024/10/03