



برمجة
مباراة الرويسات
واتحاد الجرش يوم
03 ماي بدون
جمهور

بوداوي على رادار
فولفسبورغ لضمه
هذا الصيف



تمهيدا لترسيم التحاقه ببطل
ألمانيا إلى غاية 2030

مازة يجتاز الفحص الطبي في باير ليفركوزن

محارب جديد
في "البوندسليغا"



رافعا رصيده إلى 10 مساهمات
تهديزية في 11 لقاء بألوان "لوان"

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 28 أفريل 2025 الموافق لـ 29 شوال 1446 هـ العدد: 1216 الثمن: 30 دج

وان تو ثري غوييري



غوييري
يتوهج
مع
مارسيليا
بـ "هاتريك"
عالمي

آيت
نوري
أولوية
ليفربول
في الميركاتو
الصيفي



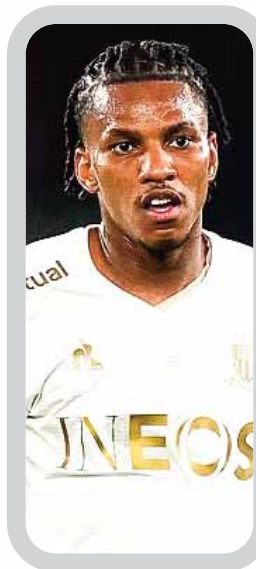
بوقرة استدعى 26 لاعبا للدور التصفيي الأخير المؤهل لـ "شان 2025"
تربص المحليين ينطلق استعدادا لمواجهة غامبيا

المنتخب الوطني

الدور التصفي الثاني المؤهل إلى "شان 2025"

بوقرة يكشف عن قائمة "الخضر" لمواجهة غامبيا المزدوجة

بوداوي على رادار فولفسبورغ لضمه هذا الصيف



رشتت تقارير إعلامية، الدولي الجزائري هشام بوداوي، لمغادرة ناديه نيس الفرنسي، والالتحاق بأحد الأندية الراغبة في ضمه خلال فترة الانتقالات، في ظل المستويات الرائعة التي يقدمها خلال الموسم الحالي، وقد تكون وجهته خارج "الليغ 1" وبالتحديد في البطولة الألمانية من بوابة نادي فولفسبورغ. وكشف نبيل جاليت، الصحفي الجزائري بجريدة "ليكيبي"، أن نجم "الخضر" يتواجد ضمن مخططات نادي فولفسبورغ الذي يلعب له أيضا زميله محمد الأمين عمورة، وأضاف بأن المستويات الرائعة التي يقدمها مع نيس،

لقت انتباه النادي الألماني المعجب كثيرا بإمكانات هشام بوداوي، ليضعه في قائمة أبرز المطلوبين لديه لتدعيم التشكيلة تحسبا للموسم المقبل، وأوضح المصدر نفسه، بأن فولفسبورغ، ليس الفريق الوحيد الذي يسعى للظفر بخدمات "أمير بشار"، مؤكدا بأن أندية أخرى تتابع باهتمام مشوار متوسط الميدان، وقد يحتدم الصراع على اللاعب خلال "الميركاتو" الصيفي، حيث نجح في جذب الأنظار إليه بحكم المستويات الرائعة التي يقدمها في الدوري الفرنسي، وأصبح يقدم أفضل ما لديه أمام كبار الأندية. يذكر أن هشام بوداوي لا يزال مرتبطا مع نيس إلى غاية 2027، لكن تقارير إعلامية أكدت في وقت سابق، بأن إدارة نادي "الريفيير" متفحكة على بيع عقد اللاعب، في حال وصول عرض مالي مغري، كما لا يمانع خريج أكاديمية بارادو في تغيير الأجواء والانضمام إلى ناد آخر بداية من الموسم المقبل. وشارك بوداوي هذا الموسم في 33 مباراة مع نيس في جميع المنافسات، بين الدوري المحلي والأوروبي وكأس فرنسا، سجل خلالها هدفين وقدم 3 تمريرات حاسمة، كانت كلها في "الليغ 1".

عبد المجيد

بعد سقوط الفريق بشكل رسمي إلى "الليغ 2"

ديلاور ينهي مغامرته مع مونبوليه الفرنسي بإنجاز كارثي

بصم المهاجم الدولي الجزائري، أندي ديلاور، على إنجاز كارثي مع ناديه مونبوليه الفرنسي الذي سقط بصفة رسمية إلى الدرجة الثانية الفرنسية، بعد 16 موسما متتاليا في قسم الأواء عقب تعادل مونكاو 1-1 مع لوهافر مساء أول أمس، وكان مهاجم "الخضر" قد التحق بناديه السابق مونبوليه خلال فترة التحولات الشتوية الماضية،

في صفقة إعاره قادما من نادي مولودية الجزائر، مع أحقية الشراء في نهاية الموسم، غير أن المستويات التي ظهر به ديلاور، مع الفريق تجعل من بقاءه مع الفريق أمرا مستحيلا، وكشف الصحفي الفرنسي من أصول جزائرية محمد توياش، أن الدولي الجزائري لن يواصل مغامرته مع مونبوليه، وسيعود بصفة رسمية إلى مولودية الجزائر في نهاية الموسم، وذلك بعدما فشل فشلا ذريعا في تحقيق ما كان متوقعا منه، خاصة وأن إدارة النادي الفرنسي استعانت به من أجل إنقاذ الفريق من شبح السقوط، غير أنه لم يترك أي بصمته خلال اللقاءات التي لعبها مع الفريق في النصف الثاني من الموسم الجاري، وخاض ديلاور 9 مباريات عجز خلالها عن تسجيل أي هدف أو تقديم تمريرة حاسمة، في حصيلته هي الأسوأ بالنسبة له في مسيرته الكروية. يأتي هذا بالتزامن مع قرار إدارة مونبوليه بإبعاد أندي ديلاور (33 سنة) عن مباريات الفريق في الفترة الماضية، بسبب خرجته التي أثارت استياء الجميع في مونبوليه بسبب مشاركته في بطولة "البادل" في وقت غاب فيه عن التدريبات بحجة المرض، واستمر غياب الدولي الجزائري عن مباريات الفريق في لقاء الأمس أمام نادي ريمس في الجولة الـ 31 من "الليغ 1"، في خطوة تعني نهاية مشواره رسميا مع الفريق. وجدير بالذكر، أن المهاجم السابق لنادي أم صلال القطري سيعود إلى نادي مولودية الجزائر بعد نهاية الموسم الجاري بسبب قرار إدارة مونبوليه بعدم تفعيل بند شراء عقده بصفة رسمية، وهو ما يضع مسؤولي "العميد" في ورطة حقيقية حيث سيكونون مجبرين على إيجاد حل للخلص منه سواء بفسخ عقده بالتراضي أو ببيع له لطريق آخر في الصيف القادم.

عبد المجيد

تضم أوغندا والنيجر وغينيا، والمتاهل من مواجهة جنوب إفريقيا ومالاي. وكانت الجزائر قد احتضنت النسخة الأخيرة من "الشان" عام 2023، والتي شهدت تنويع السغال باللقب عقب فوزها بركلات الترجيح على "الخضر" (4-5)، في النهائي. يذكر أن المنتخب المحلي سيكون على موعد آخر هذا العام من 1 إلى 18 ديسمبر، إذ تلقى دعوة رسمية للمشاركة في بطولة كأس العرب "فيضا قطر 2025" للدفاع عن اللقب الذي توج به عام 2021.

قائمة المنتخب المحلي لمواجهة غامبيا: حراسة المرمى: بن بوط (اتحاد الجزائر)، مجادل (أولمبي الشلف)، بوحلفاية (شباب قسنطينة)، بوسدر (وفاق سطيف)، الدفاع: حلايمية، غزالة (مولودية الجزائر)، خاسف، كداد، بوكراوي (شباب بلوزداد)، شتي، عزي (اتحاد الجزائر)، مداني (شبيبة القبائل)، بعوش (شباب قسنطينة).

الوسط: بن خماسة، ثابتي، دراوي، بوراس (مولودية الجزائر)، مرياح، ذيب (شباب قسنطينة)، مهدي بوجععة (شبيبة القبائل).

الهجوم: مزيان، محيوس (شباب بلوزداد)، بركان، أخريب (شبيبة القبائل)، بلحوسيني (شباب قسنطينة)، بولبينة (أتلتيك بارادو).

عبد المجيد

بعد مستوياته الباهرة في "البريميرليغ"

آيت نوري أولوية ليفربول في الميركاتو الصيفي

أكدت تقارير صحفية بريطانية أمس، أن نادي ليفربول الإنجليزي صوب أنظاره نحو التعاقد مع الدولي الجزائري ريان آيت نوري خلال فترة التحولات الصيفية المقبلة، وذلك بعد المستويات الباهرة التي ظهر بها مدافع "الخضر" منذ بداية الموسم الجاري مع ناديه وولفرهامبتون. ولم يمر الأداء الذي يقدمه آيت نوري مع "الولفز" هذا الموسم في "البريميرليغ" مرور الكرام، حيث جعله مطلبا ملحا بالنسبة للعديد من عمالقة الدوري الإنجليزي الممتاز، وفي مقدمتها نادي ليفربول، الذي يستعد لخطف النجم الجزائري في الميركاتو الصيفي القادم، وذلك وفق أحدث تقرير لموقع "liverpoolnews247" الذي يهتم بأخبار نادي "الريدز"، وأبرزت المصادر ذاتها بأن الفريق الإنجليزي سيشهد فترة انتقالات صيفية مثيرة للاهتمام، وذلك من أجل تعزيز صفوف الفريق تحسبا للموسم الكروي المقبل، مضيفا بأن ليفربول بحاجة إلى بعض التغييرات في تشكيلته وأبرزها على مستوى منصب الظهير الأيسر، وأكد الموقع البريطاني، بأن مسؤولي "الريدز" يتجهون لصرف النظر عن اللاعب المجري ميلوس كيركيز الذي كان مرشح بقوة للانتقال إلى الفريق، حيث يفضلون ضم ريان آيت نوري الذي ترك بصمته بشكل واضح مع وولفرهامبتون، ووفقا للصحفي المرموق ديفيد لينش، الذي تحدث على قناة "The Redmen TV"، فإن إدارة ليفربول تراقب الظهير الأيسر للمنتخب الوطني الجزائري وتسعى جاهدا للظفر بخدماته خلال الموسم المقبل. ولن تكون مهمة النادي الإنجليزي سهلة في التعاقد مع آيت نوري الذي يتواجد محل اهتمام عمالقة "البريميرليغ" في صورة مانشستر يونايتد وتشيلسي، وهو ما سيشتعل الصراع أكثر على خدماته. وبرز اللاعب البالغ من العمر 23 سنة بشكل لافت للأنظار منذ بداية الموسم الجاري حيث ساهم في تسجيل 11 هدفا في الدوري الإنجليزي الممتاز، وذلك بـ 7 تمريرات حاسمة و4 أهداف كأحد أفضل المدافعين مساهمة تهديفية في "البريميرليغ" حتى الآن. ويطمح الظهير الأيسر لـ "مجاربي الصحراء" الذي يقضى موسمه الرابع مع "الذئاب" لمغادرة الفريق خلال الصيف المقبل بحثا عن مغامرة جديدة في المستوى العالي، ورغم أن عقده ينتهي في جوان 2026 إلا أن إدارة وولفرهامبتون لا تمنح في بيع عقده خاصة إذا ما تلقت عرضا مغريا، وجدير بالذكر أن قيمة آيت نوري تبلغ 35 مليون أورو حسب موقع "ترانسفير ماركيت".

عبد المجيد

كشف مجيد بوقرة، الناخب الوطني المحلي، أمس، عن قائمة اللاعبين المعنية بمواجهة غامبيا المزدوجة، لحساب الدور الثاني والأخير من التصفيات المؤهلة إلى بطولة كأس أمم إفريقيا 2024، المقرر إجراؤها بكينيا وتنزانيا وأوغندا بين 2 و30 أوت 2025. وسيكون المنتخب الوطني للاعبين المحليين على موعد مع ملاقاته منتخب غامبيا في لقاء الذهاب يوم السبت المقبل 3 ماي بملاعب الاستقلال في "ياكوا" على الساعة 16:00، فيما ستقام مباراة الإياب يوم الجمعة 9 ماي 2025 بملاعب 19 ماي 1956، على الساعة 19:00، في رحلة البحث عن تأشيرة التأهل إلى "الشان"، ولهذا الموعد، استدعى المدرب بوقرة، قائمة من 26 لاعبا، ضمت عناصر بارزة يتقدمهم هدف البطولة عادل بولبينة، نجم أتلتيك بارادو، ومن مختلف أندية المحترف الأول، وقد كان النصب الأكبر لصالح مولودية الجزائر استدعى بوقرة 6 لاعبين من المتصدر، يليه شباب بلوزداد وشباب قسنطينة بـ 5 لاعبين، ثم شبيبة القبائل بـ 4 لاعبين من كل تشكيلة، فاتحاد الجزائر بثلاثة لاعبين، فيما توزع الباقي على جمعية الشلف ووقاف سطيف وأتلتيك بارادو بلاعب لكل منهم. وانطلق التريص التحضيري أمس الأحد، بالمركز التقني الوطني بسيدي موسى، حيث التحقت العناصر تباعا، وهي التي أنهت التزاماتها مع الأندية بعد ختام الجولة 24 أول أمس السبت. واستفاد محليو "الخضر" من تصدرهم التصنيف القاري، المستند إلى نتائج النسخ الثلاث الماضية، ليضمنوا التأهل مباشرة إلى الدور الفاصل من التصفيات، على أن يتاهل الفائز إلى المجموعة الثالثة التي



كأكثر مساهم في نسخة واحدة من دوري أبطال آسيا

محرز على بعد مساهمتين لتحطيم رقم البرازيلي "هولك" القياسي

واصل الدولي الجزائري ، رياض محرز ، تألقه مع الأهلي السعودي ، إذ قاده مؤخرا لتحقيق الفوز على بثلاثية نظيفة أمام ضيفه بوريرام يونايتد التايلاندي في ربع نهائي المسابقة. وكان محرز قد سجل هدفا بعد مرور 4 دقائق ، قبل أن يضاعف غالينو النتيجة في الدقيقة السادسة ، ثم سجل روبرتو فيرمينو الهدف الثالث. ويتطع قائد "الخضر" ، إلى تحقيق رقم قياسي الجديد في دوري أبطال آسيا ، عندما يلاقي الأهلي نظيره الهلال يوم الثلاثاء المقبل ضمن نصف نهائي البطولة القارية. وبات رياض محرز الذي يصبم على موسم استثنائي مع الأهلي السعودي ، على مقربة من تحطيم الرقم القياسي الذي يحوزة البرازيلي هولك كأكثر اللاعبين مساهمة في دوري أبطال آسيا نسخة 2017 بـ 17 مساهمة تهديفية ووفقا للإحصائيات ، يحتاج الجناح الجزائري إلى مساهمتين لإزاحة البرازيلي هولك من صدارة اللاعبين الأكثر مساهمة في نسخة واحدة ويصبح أكثر لاعب في تاريخ البطولة ، حيث ، يملك محرز حاليا 16 مساهمة تهديفية ما يعني أن صاحب القدم اليسارية الساحرة أمام فرصة ذهبية لكتابة إنجاز آخر له فوق المستطيل الأخضر. ووصل عدد مساهمات محرز في البطولة الجارية إلى 16 هدفا في 11 مباراة بتسجيل 9 وصناعة 7 ، كأكثر اللاعبين مساهمة في النسخة الحالية. يذكر أن محرز ساهم بـ 17 هدفا هذا الموسم في دوري روشن السعودي ، بتسجيله 7 أهداف وصناعة 10 آخرين.

وسيم

قدم "أسيس" في فوز فريقه على "إيبروك"

مسعودي يصل للمساهمة التهديفية الثامنة مع "بانديرما سبور" ويختار رجل المباراة



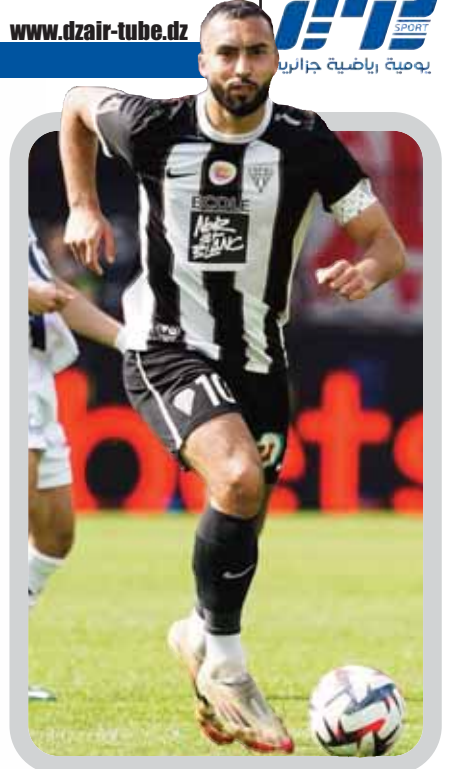
يوصل المهاجم الجزائري ، بلال مسعودي ، عروضه القوية مع نادي بانديرما سبور التركي ، بعدما قاده للفوز على ضيفه إيفروك سبور بنتيجة هدف لمتله في المباراة التي جمعت بينهما ، أمس الأحد ، لحساب الأسبوع 36 من الدوري التركي الدرجة الأولى. وتمكن بلال مسعودي من تقديم تمريرة الهدف الأول والتقدم في النتيجة لصالح فريقه عند الدقيقة 17 من الشوط الأول عبر اللاعب لويس

ديوني قبل أن يقوم مدربه باستبداله في د 87 بزميله كايا. وشارك مسعودي كأساسي في تشكيلة بانديرما سبور وقدم مردودا جيدا ، نال على إشرة أعلى تقييم ويختار رجل المباراة ، حيث ، منحه منصة سوفاسكور المختص في الأرقام والإحصائيات وتنقيط 7.8 من 10. ووصل ، بلال مسعودي ، بهذا الهدف للمساهمة التهديفية الثامنة في كل المنافسات مع نادي بانديرما سبور ، إذ سجل 5 أهداف وقدم ثلاث تمريرات حاسمة حاسمتين خلال 15 مباراة.

وسيم

فيما شارك بن طالب وماندي كبديلين في تشكيلة "ليل"

عبدلي ينقاد رفقة "أونجي" للهيمنة الثانية تواليا ويقترب من مراكز الهبوط



انقاد نادي أونجي للهيمنة الثانية على التوالي في الدوري الفرنسي ، وذلك على يد ضيفه ليل بهدفين نظيفين ، في اللقاء الذي جمعهما ، أمس الأحد ، ضمن منافسات الجولة 31 من الدوري الفرنسي. وعرفت المقابلة مشاركة الثاني الجزائري ، حيماد عبدلي وزين الدين فرحات في كامل أطوار المقابلة ، في حين نزل الملاي كبدل مطلع الدقيقة 61. أما من جانب ليل ، فقد أقحم ، برونو جينيسيو ، مدرب ليل متوسط الميدان الجزائري ، نبيل بن طالب عند 78 مكان أندريه غوميس وقبلة عيسى ماندي في 72 وهو الذي أصبح الخيار الثاني في حساباته بعدما أصبح يشارك كبدل في آخر 4 مباريات منها حبيس دكة البدلاء في مقابلتين. ووفقا لإحصائيات موقع هوسكورد ، نال عبدلي وفرحات 6.3 و 6.2 تواليا من جانب أونجي ، أما بن طالب فقد تحصل على تنقيط 6 من 10 بينما نال ماندي علامة 6.5. وبهذا الإخفاق ، تجمد رصيد أونجي عند 30 نقطة في المركز 15 ، في المقابل نادي ليل إلى المركز الثاني مؤقتا برصيد 56 نقطة.

وسيم

قبل خمس جولات عن إنتهاء الموسم الكروي

بن زية يتوج بطلا للدوري الأذربيجاني للمرة الثالثة تواليا

توج المهاجم الدولي الجزائري ، ياسين بن زية ، رسميا بلقب الدوري الأذربيجاني رفقة ناديه كاراباخ أغدام ، قبل 5 جولات كاملة عن إسدال الستار عن الموسم الكروي الحالي في أذربيجان. وعاد كاراباخ أغدام بنقطة ثمينة في خروجه إلى ملعب صباح أين فرض على هذا الأخير نتيجة التعادل الإيجابي بهدف لمتله ، في اللقاء الذي بقي فيه مهاجم "الخضر" ، حبيس دكة البدلاء ، ليوسعوا الفارق عن أقرب ملاحقيهم إلى 13 نقطة كاملة عن الصيف زيرا ، ما توج نادي كاراباخ وبن زية رسميا أبطالاً للدوري الأذربيجاني للمرة الثالثة تواليا.

وسيم

تمهيدا لتوقيع عقده مع النادي الألماني حتى 2030

مازة يجتاز الكشف الطبي في "باير لفركون" في

أفادت تقارير صحفية ، أن الدولي الجزائري ، إبراهيم مازة ، أنهى الفحص الطبي تمهيدا لانتقاله إلى صفوف باير ليفركوزن الألماني خلال الساعات المقبلة. ونشر موقع صحيفة "بيلد" الألمانية ، أمس الأحد ، فيديو مصور يوثق لحظة وصول اللاعب الحالي لنادي هيرتا برلين ، إلى مقر باير ليفركوزن لإجراء الفحوصات الطبية الروتينية ، مشيرا إلى أن اللاعب سيمضي في النادي عقد يمتد حتى صيف 2030. وقدم إبراهيم مازة موسما مميزا في دوري الدرجة الثانية الألماني درفقة هيرتا برلين الذي تدرج فيه بن فرق الشباب والناشئين بالنادي حتى تصعيده للفريق الأول قبل موسمين. جدير بالذكر ، شارك إبراهيم مازة هذا الموسم في 33 مباراة بواقع 2667 دقيقة لعب ، سجل خلالها سبعة أهداف وصنع 5 تمريرات حاسمة في جميع المسابقات.

وسيم



رفع رصيده لـ 10 مساهمات تهديفية مع "لوم"

غوييري يتوهج مع مارسيليا بـ "هاتريك" عالمي

واصل الدولي الجزائري أمين غوييري تألقه مع ناديه مارسيليا الفرنسي ، بعدما قاده لتحقيق فوز ثمين ، مساء أمس ، برباعية مقابل هدف وحيد منها ثلاثية للاعب الخضر أمام ستاد بريست ، لحساب الجولة 31 من الدوري الفرنسي ، وافتتح غوييري باب التهديد لناديه في الدقيقة 8 بتسديدة قوية قبل أن يعود في 45 من المباراة ، ويسجل هدفا عالميا بعدما استلم لكرة يصدره وأسكن الكرة شبك حارس بريست بمقصية رائعة ، ثم أضاف هدفا ثالثا في د 63 ، مؤكدا المستويات الكبيرة التي يقدمها مع "لوم" منذ التحاقه بالفريق شهر جانفي الماضي قادما من نادي رين ، وبهذا رفع غوييري رصيده إلى 10 مساهمات تهديفية مع الفريق بواقع 7 أهداف و3 تمريرات حاسمة.

وسيم



بن ناصر أعلى لاعبي خط الوسط الأفارقة أجرا في الدوري الفرنسي

يتصدر الدولي الجزائري ، اسماعيل بن ناصر ، المحترف في صفوف نادي أولمبيك مارسيليا الفرنسي ، قائمة أعلى اللاعبين الأفارقة أجرا في منصبه بالدوري الفرنسي وفقا لتقارير صحفية. كشف موقع "أفريكا فوت" عن قائمة أعلى لاعبي خط وسط أفارقة أجرا هذا الموسم في الدوري الفرنسي في مقدمتهم متوسط الميدان الجزائري اسماعيل بن ناصر المحترف في صفوف نادي أولمبيك مارسيليا الفرنسي. وحسب المصدر ذاته ، فإن اسماعيل بن ناصر هو لاعب الوسط الأفريقي الأعلى أجرا في الدوري الفرنسي هذا الموسم. ويتقاضى الدولي الجزائري راتبا سنويا قدره 5.450.000 أورو. ويأتي زميله في مارسيليا ، جيوفري كوندوغيبا ، في المركز الثالث براتب 4.500.000 يورو سنويا ، ثم الأيفواري سيكو فوفانا المحترف في رين فيحصل على راتب 4.550.000 في الثاني. يذكر ، أن بن ناصر يلعب لأولمبيك مارسيليا على شكل إعارة من ميلان الإيطالي لنهاية الموسم الحالي ، مع امتلاك إدارة الفريق الفرنسي أولوية الشراء مقابل 15 مليون أورو عند افتتاح الميركاتو الصيفي المقبل.

وسيم

البطولة المحلية

قبل 6 جولات على نهاية الموسم

"الكناري" يشعل الصراع على اللقب وأحلام الجماهير تكبر

اشعلت شبيبة القبائل، الصراع على لقب الرابطة المحترفة الأولى، عقب فوزها الباهر أمام ضيفها شباب بلوزداد بثلاثية مقابل هدفين، لحساب الجولة الـ 24 من الرابطة المحترفة الأولى، ونجحت تشكيلة "الكناري" في إضافة أبناء "العقيبة" لقائمة ضحاياها خلال الموسم الكروي الجاري، لتعزز بذلك آمالها في المنافسة على لقب البطولة الوطنية، بعدما رفعت رصيده لـ 43 نقطة، مناصفة مع شباب بلوزداد في المركز الثاني، وبفارق نقطتين فقط عن الرائد مولودية الجزائر الذي تنقصه مباراة متأخرة، وقبل 6 جولات على نهاية الموسم الحالي، ارتفعت آمال عشاق اللوينين "الأصفر والأخضر" الذين يمتنون النفس بالعودة مجددا إلى مصصات التتويج في البطولة المحلية التي غابت عن الفريق منذ 2008.

زينباور: "لا أستطيع الحديث عن اللقب لأن مصيرنا ليس بأيدينا"

رفض المدرب الألماني لنادي شبيبة القبائل، جوزيف زينباور الحديث عن المنافسة على لقب الرابطة المحترفة الأولى، وذلك رغم تقليص الفارق بين "الكناري" والرائد مولودية الجزائر إلى نقطتين فقط، عقب الفوز الثمين أمام شباب بلوزداد مساء أول أمس، لحساب الجولة الـ 24 من الرابطة المحترفة الأولى، ويسعى التقني الألماني لإبعاد لاعبيه عن الضغط وتسيير ما تبقى من المنافسة مباراة بمباراة على أمل التتويج باللقب أو إنهاء الموسم ضمن مركز مؤهل للمشاركة في رابطة الأبطال الإفريقية الموسم المقبل. وقال زينباور في تصريحاته خلال الندوة الصحفية مساء أول أمس: "لا أستطيع الحديث عن اللقب، فمصيرنا ليس بأيدينا. هناك بالفعل فريق مولودية الجزائر، الذي يتقدم علينا بنقطتين ولديه مباراة مؤجلة، ناهيك عن شباب بلوزداد، الذي تتقاسم معه المركز الثاني"، وتابع "حتى لو فزنا في المباريات الست المتبقية وحقق شباب بلوزداد الفوز نفسه، فسنظل في المركز الثالث. لهذا السبب لا أريد الحديث عن اللقب، لأنه لا شيء مؤكد رغم الانتصارات الثمينة في آخر مباراتين".

"علينا تسيير المرحلة المقبلة بذكاء"

وشدد المسؤول الأول على العارضة الفنية لـ "الكناري" على ضرورة تسيير ما تبقى من الموسم بذكاء قائلا: "كان بإمكاننا حسم المباراة، لكننا لم نفعل. علينا أن نتعلم اللعب بذكاء ونحسم مبارياتنا. يمتلك شباب بلوزداد لاعبين مخضرمين، ولهذا السبب شكلوا خطورة رغم تفوقنا العددي. لدينا لاعبون شباب، وهم يتعلمون مع كل مباراة"، وحذر المنافس القادر مولودية البيض الذي يقدم مستويات العودة من البطولة الوطنية، وأخيرا كان أمام الرائد مولودية الجزائر أين فرض عليه التعادل السلبي داخل ميدانه وأمام جماهيره. قائلا "مولودية البيض خصم قوي. لم يخسر أي مباراة في الدوري منذ أسابيع، حتى أنه أجبر مولودية الجزائر على التعادل. سنشاهد مباراته لتحديد نقاط قوته وضعفه، لكنني أؤكد لكم أنه خصم صعب"، وختم "جميع المباريات صعبة، ولا يوجد منافس سهل. سنواصل التعامل مع كل مباراة على حدة، من أجل حصد أكبر عدد ممكن من النقاط".

الرابطة تضبط تواريخ المباريات المتأخرة

كشفت الرابطة المحترفة لكرة القدم، اليوم، عن بعض التغييرات في برنامج ثلاث لقاءات متأخرة من المحترف الأول، وذلك ضمن تسوية رزنامة الجولتين 21 و 22 من المنافسة. وأبقت الهيئة الكروية، موعد إجراء مواجهة اتحاد الجزائر والضيف جمعية الشلف، عن الجولة 21، وذلك يوم الأربعاء المقبل 30 أبريل الحالي، بملعب 5 جويلية، فيما حددت مباراة وفاق سطيف وشباب قسنطينة لحساب ذات الجولة، يوم الجمعة 2 ماي بملعب 8 ماي 1945 بسطيف، بعدما كانت في وقت سابق يوم الأربعاء 30 ماي. وفي الأخير، ثبتت هيئة الرئيس أمين مسلوب، مواجهة الجولة 22 بين شباب قسنطينة ومولودية وهران، يوم الثلاثاء 6 ماي، بملعب الشهيد حملاوي بقسنطينة، علما بأن مباراة الجولة 23، بين أولمبيك أفق وشباب قسنطينة، قد تم برمجتها في وقت سابق يوم الثلاثاء 20 ماي بملعب الوحدة المغاربية ببجاية، وسيتم برمجة "الداربي العاصمي الكبير" بين مولودية الجزائر واتحاد الجزائر ضمن الجولة 22، وشباب قسنطينة - اتحاد خنشلة لحساب الجولة 24، في وقت لاحق.

سفيان ع.

يتواجد محل اهتمام أندية بلجيكية

بركان يتألق تحت أنظار بيتكوفيتش

تألق رضوان بركان مهاجم نادي شبيبة القبائل بشكل لافت في القمة التي جمعت فريقه أمام شباب بلوزداد ضمن الجولة الـ 24 من الرابطة المحترفة الأولى، حيث سجل هدفين وقاد الشبيبة نحو فوز مهم بنتيجة 3-2. ورفعت الشبيبة رصيدها إلى 43 نقطة في وصافة الترتيب بفارق الأهداف عن "السياري"، فيما يتصدر نادي مولودية الجزائر الترتيب بـ 45 نقطة وبمباراة ناقصة، قبل 6 جولات من نهاية موسم يتوقع أن تكون نارية للغاية. وسجل رضوان بركان ثنائيتين تحت أنظار المدرب فلاديمير بيتكوفيتش الذي حضر المواجهة رفقة مجيد بوقرة مدرب منتخب المحليين، ليدخل مباشرة في حساباته كواحد من أبرز اللاعبين المحليين الصاعدين، وهو الذي يبلغ من العمر 21 عاما. رضوان بركان (21 عاما) نصب نفسه كنجم أول في نادي شبيبة القبائل خلال الموسم الجاري، بعد أن كانت أولى البوادر ظهرت خلال الموسم الماضي، عندما شارك في 23 مباراة مع الشبيبة في الدوري الجزائري سجل خلالها 8 أهداف، وقدم تمريرتين حاسمتين بأول تجربة له في حظيرة الكبار. وأكد بركان المستويات التي قدمها الموسم الماضي، وأثبت بأنه ليس تألقا عابرا، حيث بات من أفضل المهاجمين في البطولة الوطنية هذا الموسم، حيث شارك في 24 مباراة بمختلف المسابقات، سجل خلالها 9 أهداف وقدم تمريرتين حاسمتين، منها 7 أهداف وتمريرتين حاسمتين في 22 مباراة بالدوري.

بوقرة يكافئ بركان

مهاجم نادي "الكناري" نال إعجاب مدرب المنتخب المحلي مجيد بوقرة، الذي وجه له الدعوة للمشاركة في المباراة الفاصلة أمام غامبيا المؤهلة للمشاركة في بطولة أفريقيا للأعبي المحليين الصيف المقبل بكينيا وأوغندا وتنزانيا، كما أن الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش أعجب أيضا بقدرات المهاجم الواعد. وكانت مصادر متطابقة أكدت اهتمام أندية بلجيكية بخدمات رضوان بركان، بعد أن كان تحت معاينة كشافيين من الدوري البلجيكي في الفترة الأخيرة، ويرشح كثيرون مهاجم شبيبة القبائل لتقديم مسيرة احترافية مميزة مثل سليمان بحكم إمكاناته الكبيرة.

ورفع بركان رصيده إلى 7 أهداف بجانب تمريرتين حاسمتين، ليرفع بذلك آماله في الحصول مستقبلا على دعوة لتمثيل المنتخب، سيما أنه يملك بروفائيل مختلف عن كل المهاجمين، نظرا لطوله الفارع (1.93م) الذي يجعله خيارا مهما في الكثير من المباريات المعقدة.

سفيان ع.

نجم

بن عكنون

يحقق

الصعود رسميا

إلى الرابطة

المحترفة

رسم نادي نجم بن عكنون، عودته إلى البطولة المحترفة لكرة القدم، عقب فوزه أمس الأحد، على الضيف أمل الأريعاء، بهدف من دون مقابل، ضمن فعاليات الجولة 28 من بطولة الهواة مجموعة "وسط-غرب" وهو الانتصار الذي رفع رصيد النجم إلى 61 نقطة بفارق 10 نقاط عن الوصيف رائد القبية، وجعل رفقاء القائد حشود، يعودون سريعا إلى حظيرة النخبة التي غادروها الموسم الماضي، وقبل جولتين عن

اختتام الموسم اشدت الصراع حول هوية الفريق الثالث الذي سيرافق مستقبل واد سلي وشباب المشرية إلى القسم الأدنى. سفيان ع.

مولودية البيضاء تقترب من "البوديوم"

عمروش

يثمن

التعادل

أمام

مولودية

الجزائر

ثمن مدرب مولودية البيض، لطفي عمروش، نتيجة التعادل السلبي، التي فرضها فريقه على مضيفهم مولودية الجزائر. وصرح عمروش، في هذا الخصوص: "لعبنا ضد أحسن فريق في البطولة الجزائرية، وفرض علينا ضغطا كبيرا خلال المباراة". كما أضاف: "لعبنا بطريقة دفاعية، ونجحنا في تصادي تلقى أهداف، رغم الفرص العديدة لمولودية الجزائر". وأردف: "دافعنا جيدا، لكن لاعبينا سجلوا نقصا كبيرا في الخروج بالكرة، وسنعمل على تصحيح ذلك تحسبا لمبارياتنا المقبلة". وتابع لطفي عمروش: "العودة بنقطة من ملعب 5 جويلية"، ستمنح دعم معنوي للاعبينا في بقية المشوار المتبقي". ورفعت مولودية البيض رصيدها لـ 34 نقطة في المركز الخامس في جدول الترتيب بفارق نقطة عن صاحب المرتبة الرابعة وفاق سطيف.

سفيان ع.

اتحاد

العاصمة

يبتعد عن

اللقب والمشاركة

القارية في مهيب

الرياح

واصل نادي اتحاد العاصمة، نتائجته المخيبة في الرابطة المحترفة الأولى، عقب خسارته الجديد أمام مستضيفه شبيبة السائرة بثنائيتين مقابل هدف وحيد، لحساب الجولة الـ 24 من الرابطة المحترفة الأولى، ليبتعد بذلك أكثر عن سباق اللقب ويبرهن حظوظه في ضمان مشاركة قارية الموسم المقبل. وتكبد "أبناء سوسطارة" ثاني هزيمة على التوالي، بعد تلك التي تلقوها بملعب 5 جويلية الأولمبي أمام شبيبة القبائل في الرق الأخير من اللقاء، ليبتعد بذلك الفريق أكثر عن المراكز الأولى المؤهلة لمشاركة إفريقية الموسم المقبل، وتراجع النادي العاصمي إلى المرتبة السادسة في جدول الترتيب برصيد 33 نقطة، بفارق 10 نقاط كاملة عن صاحب المرتبة الثالثة، وهو الأمر الذي يهدد الفريق بتضييع المشاركة الإفريقية خاصة في حال عدم التتويج بلقب كأس الجزائر، في النهائي المرتقب أمام نادي شباب بلوزداد. ومن جانب آخر، حمل عشاق اللوينين "الأحمر والأسود" الطاقم الفني بقيادة المدرب ماركوس باكيثا مسؤولية الخسارة الجديدة، مطالبين الإدارة بضرورة إجراء تغييرات جذرية على مستوى العارضة الفنية للفريق بعدما أثبت التقني البرازيلي فشله الذريع.

سفيان ع.



إياب الدور نصف النهائي لكأس "الكاف"

شباب قسنطينة 1 - 0 نهضة بركان

شباب قسنطينة يغادر المنافسة

القارية بشرف

ودع شباب قسنطينة مساء أمس سباق كأس "الكاف" بشرف، ذلك أنه بلغ نصف نهائي مسابقة دولية لأول مرة. وفاز الشباب القسنطيني بهدف لصفر على نهضة بركان من بلاد مراكش، في إطار إياب نصف النهائي. وكان الشباب قد خسر خارج القواعد ذهابا برعاية نظيفة، وهي الحصيلة السلبية التي أفضته. واحتضن ملعب "محمد حملاوي" بقسنطينة أطوار مواجهة العودة، تحت إدارة حكم الساحة السوداني محمود إسماعيل. وسجل هدف ممثل الكرة الجزائرية المهاجم عبد النور بلحسيني في الدقيقة الـ 47، وهو ثالث توقيع له في هذه المسابقة القارية.

سفيان ع.

قرار إعادة اللقاء لقي ترحابا كبيرا من الجانبين "الفاف" تجمع الرويسات والحراش على كلمة واحدة

أعلنت رابطة الهواة، عن إعادة برمجة لقاء مستقبل الرويسات وضيضة اتحاد الحراش، يوم السبت المقبل 03 ماي 2025، على ملعب 18 فيفري بورقلة بدون جمهور، وهو القرار الذي لقي الترحاب من قبل الجانبين، اللذان أجمع كلمتهما على ضرورة التحلي بالروح الرياضية ونهذ خطاب الكراهية تجنب العنف وإجراء المباراة في إطارها الرياضي. ومن جانبه، دعى رئيس فريق مستقبل الرويسات، بن ساسي محمد لعروسي كافة الأنصار بالتحلي بالروح الرياضية والحكمة بخصوص لعب المقابلة بدون جمهور، مؤكدا أن ما يحاك في مدينة ورقلة هو أكبر من لعب مقابلة في كرة القدم، وذلك في إشارة منه لبعض الأطراف التي تسعى للأصطاد في المياه العكرة وإثارة الفتنة بين أبناء الوطن الواحد. وحسب بيان مستقبل الرويسات، فإن الإدارة "تسعى وتجتهد دائما لصون حق الفريق وأبنائه، ستلعب المقابلة في إطارها الرياضي وستخرج بحول لله تعالى منها منتصرين". ونجحت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم ورئيسها وليد صادي في وأد الفتنة بين الفريق، على خلفية الأحداث التي شهدتها المباراة التي كانت مقررة في وقت سابق لحساب الجولة الـ 21 من القسم الثاني هواة مجموعة شرق، قبل أن يتم إلغاؤها بسبب أعمال الشغب، لكن تدخل رئيس "الفاف"، ضمن مجهودات الدولة لإطفاء نار الفتنة، والوقوف حائلا دون استفلال الأمر من طرف جهات معادية تسعى لتأجيج الأوضاع بين أبناء الوطن الواحد.

مهدي

بطولة إفريقيا لكرة الطائرة للأندية

انهزام نادي كاستيل ثنية العابد أمام بورت أوتونوم دي دوالا الكاميرون

انهزم ممثل الكرة الطائرة الجزائرية، نادي كاستيل ثنية العابد لكرة الطائرة، أمام نظيره الكاميروني، بورت أوتونوم دي دوالا بنتيجة (3-1) في المباراة الترتيبية (من 19 إلى 16) من بطولة إفريقيا للأندية للرجال 2025 (19-30 أفريل)، جمعت بينهما أمس بمصراتة (ليبيا). و جاءت أشواط المباراة على النحو التالي: (25-19 و 22-25 و 25-20 و 25-22) لصالح النادي الكاميروني. في الدور ضمن النهائي، كان النادي الجزائري قد انهزم يوم السبت، أمام الترجي التونسي بـ 3 أشواط لصفر (18-25 و 25-11 و 25-11). وكان نادي كاستيل ثنية العابد قد تأهل إلى الدور ضمن النهائي بفوزين على نادي غاردي ريبوبليكان من الكونغو الديمقراطية (3-1) و نادي نيموستارز في سي الأوغندي (3-2)، مقابل ثلاث هزائم أمام نادي وحدة الخدمات العامة الكيني (3-1)، والنادي الأهلي المصري (3-0) والفتح الرياضي (3-0).

مهدي



الرئيس تبون مهنتا كيليا نمور :

"تتويج جديد للجزائر، يبعث على الفخر"

قدم رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، تهنئته للبطلة الأولمبية الجزائرية كيليا نمور، على تتويجها بذهبية جهاز مختلف الارتقاعات، في المرحلة الختامية من سلسلة كأس العالم للجمباز الفني-2025، التي تجري بالقاهرة من 25 إلى 29 أفريل، وجاءت تهنئة الرئيس تبون عبر حسابه الرسمي، "نجمتنا الأولمبية للجمباز، كيليا نمور، تفوز بميدالية ذهبية في بطولة العالم"، وأضاف "تتويج جديد للجزائر، يبعث على الفخر.. شكرا لك كيليا، وتمنياتي بالنجاح فيما تبقى لك من المشوار.. ألف مبروك أيتها البطلة". وخطفت صاحبة ذهبية أولمبياد باريس 2024، الأنظار بأدائها المميز، عقب فوزها بالنهائي في هذا الاختصاص، بعلامة 14.533 نقطة.

مهدي

تحدثت المستحيل لكتابة اسمها بأحرف من ذهب

بثينة بن صالح . فخر الملاكمة الجزائرية

كتبت البطلة الجزائرية بثينة بن صالح اسمها بأحرف من ذهب في الملاكمة الجزائرية، بفضل إنجازاتها وتتويجاتها خلال السنوات الأخيرة، رغم أنها لا تزال في بداية مسيرتها الرياضية، حيث يتنبأ لها المتنبعون بأن تكون خليفة للبطلة الأولمبية إيمان خليف، بفضل إمكاناتها وإرادتها القوية التي جعلت منها إحدى الأسماء الالامعة في هذه الرياضة. وبرزت بثينة بن صالح ابنة حي سيدي موسى ببلدية الناظور ولاية تيبازة كنجمة فريدة في سماء الملاكمة الجزائرية، بشكل لافت للأنظار رغم أنها لا تتجاوز الـ 16 سنة، وذلك بفضل الإنجازات التي حققتها حتى الآن. فمنذ خطواتها الأولى داخل نادي أمال سيدي موسى للملاكمة، أبت بثينة إلا أن تترك بصمتها، حيث تمكنت من التتويج بخمس كؤوس ولائية متتالية، إضافة إلى ثلاث بطولات وطنية في أعوام 2023، 2024، و2025، وكأس الجزائر للعام الماضي. وفي السياق ذاته، تلقت بثينة دعوة المنتخب الوطني لتمثيل الجزائر في البطولة الإفريقية المنتظرة في ولاية عنابة شهر أوت، حيث من المقرر أن تحمل راية ولاية بشار، وذلك بالنظر إلى المشاكل التي تواجه رابطة ملاكمة تيبازة بسبب صراعات داخلية. ويطالب أبناء مدينة تيبازة السلطات المحلية، بضرورة الالتفاف حول البطلة الجزائرية، ووضعها في أحسن الظروف من أجل التحضير جيدا لرفع الراية الوطنية من جهة وكذا تمثيل ولاية تيبازة أحسن تمثيل من جهة أخرى.

مهدي

البطولة الوطنية للملاكمة بأم البواقي

محمد خليل مجياج يتوج بالميدالية البرونزية

توج الملاكم الشاب، محمد خليل مجياج بالمرتبة الثالثة في البطولة الوطنية للأوساط التي اختتمت فعالياتها بولاية أم البواقي يوم الجمعة الماضي، وشهدت مشاركة واسعة من مختلف مناطق الوطن. وخطف الشاب محمد خليل مجياج ابن ولاية تيبازة، الأنظار في البطولة الوطنية للملاكمة التي جرت على مدار 7 أيام كاملة بولاية أم البواقي، وذلك باحتلاله المركز الثالث وطنياً، متفوقاً على تحديات كثيرة، أبرزها انعدام الإمكانيات المادية، مؤكداً بذلك أنه مشروع بطل جزائري واعد في المستقبل. ويؤكد الإنجاز الذي حققه ابن مدينة بورقبة، أن العزيمة والإصرار لا يعرفان المستحيل، ويبيع برسالة أمل مفادها أن الأبطال يصنعون من رحم المعاناة.

وهو ما تجلى في المشاركة القوية لمحمد خليل مجياج، حيث تمكن من التتويج بالميدالية البرونزية، التي ستكون بادرة أمل من أجل مواصلة إنجازاته محليا وخارجيا ولم لا تشريف الجزائر في المنافسات القارية. ويثبت فرع الملاكمة بورقبة، المتواجد تحت مدرجات الملعب البلدي، مجدداً أنه لا يزال يصنع الأبطال، ويدعم الملاكمة الجزائرية بمواهب شابة من شأنها أن تصنع التاريخ وتكتب اسمها بأحرف من ذهب في الرياضة المحلية.

مهدي

بطولة إفريقيا لكرة الطائرة للأندية إقصاء وداد تلمسان من الدور ربع النهائي أمام الترجي التونسي

مصراتة (ليبيا)، 27 أفريل 2025 (وآ) - خرج نادي وداد تلمسان للكرة الطائرة، من الدور ربع النهائي من بطولة إفريقيا للأندية للرجال 2025 (19-30 أفريل)، عقب خسارته أمام الترجي التونسي بنتيجة (3-0) في المباراة التي جمعت بينهما أمس بمصراتة (ليبيا). وجاءت الأشواط للترجي التونسي على النحو التالي: (25-15، 25-16 و 25-21). و كان ممثل الكرة الطائرة الجزائرية قد تأهل يوم السبت للدور ربع النهائي على حساب بورت أوتونوم دوالا الكاميروني بنتيجة (3-1، 25-22، 25-21، 25-19 و 25-19). ويذكر أن الوداد حامل لقب البطولة الوطنية قد أنهى مرحلة المجموعات بثلاثة انتصارات على كل من فريق الكرة الطائرة الرياضية الكاميرونية (3-0) وفوليه كلوب إسبوار من الكونغو الديمقراطية (3-0) والواك وينغز الغاني (3-1)، مقابل هزيمة واحدة أمام الفريق المضيف للبطولة، نادي السويحلي الليبي (3-0). ويعد إقصائه من الدور ربع النهائي، سينشط وداد تلمسان للمقابلات الترتيبية من المركز الخامس إلى المركز الثامن. بدوره، خسر الممثل الجزائري الثاني في هذه المنافسة، نادي كاستل ثنية العابد أمام الترجي التونسي في ضمن النهائي، يوم السبت بنتيجة (3-0). وتتواصل مباريات الدور ربع النهائي ونصف النهائي يومي 27 و28 أفريل على التوالي، حسب البرنامج الذي كشف عنه المنظمون. وستلعب المباراة النهائية ولقاء تحديد المركز الثالث يوم 29 أفريل. وبالإضافة إلى الفريقين الجزائريين، شهدت البطولة مشاركة 23 ناديا تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات، بما في ذلك حامل اللقب الفائز بـ 16 لقبا، النادي الأهلي المصري المتوج بطلا للبطولة في 2024 أمام فريق بو سالم التونسي.

مهدي



الإنجازات التي حققتها حتى الآن. فمنذ خطواتها الأولى داخل نادي أمال سيدي موسى للملاكمة، أبت بثينة إلا أن تترك بصمتها، حيث تمكنت من التتويج بخمس كؤوس ولائية متتالية، إضافة إلى ثلاث بطولات وطنية في أعوام 2023، 2024، و2025، وكأس الجزائر للعام الماضي. وفي السياق ذاته، تلقت بثينة دعوة المنتخب الوطني لتمثيل الجزائر في البطولة الإفريقية المنتظرة في ولاية عنابة شهر أوت، حيث من المقرر أن تحمل راية ولاية بشار، وذلك بالنظر إلى المشاكل التي تواجه رابطة ملاكمة تيبازة بسبب صراعات داخلية. ويطالب أبناء مدينة تيبازة السلطات المحلية، بضرورة الالتفاف حول البطلة الجزائرية، ووضعها في أحسن الظروف من أجل التحضير جيدا لرفع الراية الوطنية من جهة وكذا تمثيل ولاية تيبازة أحسن تمثيل من جهة أخرى.



بطولة العالم لأقل من 21 سنة

المنتخب الوطني لكرة اليد يباشر تربصه الثاني

شرح المنتخب الوطني الجزائري لكرة اليد لأقل من 21 سنة في التريص التحضيري الثاني له، بالجزائر العاصمة، ابتداء من يوم السبت وإلى غاية الأربعاء المقبل، تحسبا لمشاركته في البطولة العالمية ببولندا، شهر جوان المقبل، حسب ما أفادت الاتحادية الجزائرية للعبة. وكانت عناصر المنتخب الوطني لأقل من 21 سنة، قد أجرت معسكرا تدريبيا أولا من 19 إلى 23 أفريل، على أن يكون التريص الثالث في الفترة من 3 إلى 07 ماي المقبل. وفيما يلي تشكيلة المنتخب الوطني المعنية بالتريص (22 لاعبا) : منصوري أحمد أنيس (شبيبة أمل سكيكدة)، سلجة خالد (شبيبة أمل سكيكدة)، علي قشي عبد الوافي (شبيبة أمل سكيكدة)، طلعة وائل (شبيبة أمل سكيكدة)، مهدي احمد أنيس (مولودية برج بوعريرج)، بن دريدي مروان (مولودية برج بوعريرج)، عاتق بوعريرج)، محمد اوي صلاح الدين (مولودية برج بوعريرج)، لحوالة اسلام (مولودية برج بوعريرج)، عاتق يوسف (مولودية برج بوعريرج)، زهوال محمد الشريف برهان (اولمبيك مدينة عنابة)، بن سليمان ريان (اولمبيك مدينة عنابة)، ، حين تيسير احمد فوزيل (اولمبيك مدينة عنابة)، وهاب عبد الغني (نادي بئر مراد رايس)، عدري زكرياء (نادي بئر مراد رايس)، سعيدي نزيه (نادي بئر مراد رايس)، جماضي عبد الوهاب (وفاق عين توتة)، رحماتي عبد الرؤوف (وفاق عين توتة)، عشيح سيد علي (نادي الأبيار)، بن دياب محمد علي (نادي الأبيار)، حوات مهدي (الاتحاد الرياضي غرداية)، فايدي محمد (اتحاد دروو فيرنووي)، مديوني عبد المنعم (نادي إيضي).

مهدي

بعد 16 عاماً في الأضواء... مونبلييه إلى دوري الثانية الفرنسي

هبط مونبلييه، بطل فرنسا عام 2012، رسمياً إلى الدرجة الثانية بعدما أمضى 16 موسماً في الأولى حتى قبل أن يلعب مباراته أمام ريمس بعد تعادل موناكو مع مضيغه لوهافر 1-1، السبت، في المرحلة الحادية والثلاثين. ولم يعد بإمكان مونبلييه، متذيل الترتيب برصيد 15 نقطة، اللحاق بلوهافر بعدما بات يتأخر عنه بفارق 13 نقطة. علماً بأن الأخير يحتل المركز السادس عشر الذي يخوله خوض ملحق البقاء أو الهبوط برصيد 28 نقطة، وذلك قبل 4 مراحل من النهاية. وقبل مواجهته رينس، تلقى مونبلييه 12 هزيمة توالي منذ سوق الانتقالات الشتوية، على الرغم من محاولات المشرفين عليه تعديل المسار وتغيير هوية المدرب 3 مرات حيث تناوب على إدارته الفنية ميشال در زاكاريان وجان-لوي غاسيه، وأخيراً زومانا كامارا. ومقابل هبوط مونبلييه، ضمن لوريان صعوده إلى أندية النخبة بعد عام من مفادرتها بفصل فوزه على كان 4-0 وخسارة متز أمام مضيغه 1-2 في المرحلة 32 من الدرجة الثانية. وقبل مرحلتين من النهاية، لم يعد بإمكان لوريان برصيد 68 نقطة التراجع أكثر من المركزين الأولين اللذين يمنحان بطاقتين مباشرتين إلى الأولى، حيث يحتل متز المركز الثالث برصيد 61 نقطة. وعمق ستراسبورغ جراح ضيفه سانت إتيان وصيف القاع المههد بالهبوط بفوزه عليه 3-1. وتجمد رصيد سانت إتيان، الذي كان فاز على ليون 2-1 في المرحلة الماضية، ويصارع لعدم الهبوط إلى الدرجة الثانية عند 27 نقطة في المركز السابع عشر.

في المقابل، عزز ستراسبورغ الذي حقق الفوز الأول بعد تعادلتين أمام نيس 2-2، وموناكو سلباً، في المرحلتين الماضيتين، حظوظه بمركز أوروبي، بعدما صعد إلى المركز الخامس مؤقتاً برصيد 54 نقطة بالتساوي مع موناكو الثالث، ونيس الرابع، الفائز على باريس سان جيرمان المتوج باللقب 3-1 الجمعة، قبل بقية نتائج هذه المرحلة.

ميسي: اذهب وشاهد رونالدو في السعودية

أظهر الأرجنتيني ليونيل ميسي ردة فعل غير متوقعة في أعقاب هزيمة فريقه إنتر ميام 2-0 أمام فانكوفر وايتكابس الكندي، في ذهاب نصف نهائي مسابقة كأس أبطال الكونكاكاف 2025. أمام نحو 54 ألف مشجع محتشد في ملعب (بي سي بليس) معقل فانكوفر، انتقاد إنتر ميامي إلى هزيمة بهدفين نظيفين السبت، بـإمضاء برايس وايت وسياستيان برهالتر بالدقيقتين 24 و 85 خالياً. وفي أعقاب المباراة وبينما سار اللاعبون إلى غرف خلع الملابس، حاول أحد مشجعي فانكوفر استفزاز البرغوث حينما رفع في وجهه قميص الغريم التقليدي، كريستيانو رونالدو. حسب (Bein Sports) قال ميسي للمشجع الذي رفع قميص رونالدو في وجهه، "اذهب وشاهده في السعودية، شاهدته هناك وجرت العادة أن تستفز الجماهير النجمين رونالدو وميسي ببعضهما، حيث تم رصد عديد الحالات التي رفعت خلالها الجماهير قميص ليو في وجه رونالدو بملاعب دوري روشن، والعكس أيضاً.

أكثر 10 لاعبين عانوا من سوء الحظ في تاريخ كرة القدم

كرة القدم مليئة بلحظات المجد والدrama، لكن بعض النجوم رغم امتلاكهم للموهبة والإصرار، فلم يحالفهم الحظ ليصلوا إلى ما يستحقونه. في هذا التقرير نستعرض 10 لاعبين عانوا من سوء الحظ، رغم قدراتهم الهائلة.

هاري كين ... مهاجم بلا ألقاب

رغم كونه من أعظم المهاجمين في العالم، فإن الإنجليزي هاري كين لم ينجح في تحقيق أي لقب كبير خلال مسيرته الاحترافية. أمضى كين معظم مسيرته مع توتنهام، النادي الذي لم يتوج بأي لقب منذ عام 2008. وحتى بعد انتقاله إلى بايرن ميونخ، اصطدم بسحر باير ليفركوزن وتشابي ألونسو، ليخرج مجدداً بدون تتويج. لكن حلم الصعود إلى منصة التتويج لأول مرة في مسيرته قد يتحقق هذا الموسم، في ظل تصدر بايرن ميونخ جدول ترتيب الدوري الألماني واقترابه من حسم اللقب.

ماركو رويس ... موهبة طاردها الإصابات

كان من المفترض أن يكون ماركو رويس نجم منتخب ألمانيا في كأس العالم 2014، لكنه تعرض لإصابة في آخر مباراة ودية قبل البطولة، وفي نهايتها توج منتخب "المانشافت" باللقب وتابع رويس المباريات من المدرجات. الغياب تكرر في يورو 2016، كما فشل مرارا في الفوز بالدوري مع دورتموند، رغم اقترابه منه أكثر من مرة.

جانلويجي بوفون ... أسطورة بلا دوري أبطال

حقق بوفون كل شيء تقريبا مع جوفنتوس وإيطاليا، بيد أن دوري أبطال أوروبا ظل عصيا عليه، إذ خسر 3 نهائيات في البطولة، رغم تألقه

الكبير. ويعد بوفون أحد أعظم اللاعبين في تاريخ كرة القدم الذين لم يرفعوا الكأس ذات الأذنين على الإطلاق

هيرمان هرايدارسون .. رقم قياسي في الهبوط

المدافع الأيسلندي، رغم كفاءته، هبط من الدوري الإنجليزي الممتاز 5 مرات مع 5 أندية مختلفة هي كريستال بالاس، وويمبليدون، وإيسويستش تاون، وتشارلتون، وبورتسموث.

مايكل بالاك .. الوصيف الأبدي

خلال موسم 2001-2002 خسر بالاك كل البطولات الممكنة مع باير ليفركوزن، وحل فيها وصيفاً؛ الدوري، والكأس، ودوري الأبطال، ثم خسر نهائي كأس العالم مع ألمانيا.

ستيفن جيرارد ... الانزلاق الذي حطم العلم

أسطورة ليفربول كاد يحقق الدوري في موسم 2013-2014، لكنه انزلق بشكل مأساوي في مباراة حاسمة ضد تشلسي، مما تسبب في هدف للخصم وخسارة للقب. ورغم كل إنجازاته، فلم ينجح جيرارد في رفع الدوري الإنجليزي الممتاز حتى اعتزاله.

هاكان تشالهان أوغلو ... انتقال في التوقيت الخطأ

غادر هاكان ميلان إلى غريمه إنتر بحثا عن المجد، ليفوز ميلان بالدوري مباشرة بعد رحيله، ورغم فوزه لاحقا مع إنتر، فإن انتقاله سيبقى مثالا على سوء التوقيت وسوء الحظ.

رونالدو نازاريو ... لعنة الإصابات

أحد أعظم المهاجمين في التاريخ، لكن إصاباته المتكررة دمرت سنوات تألقه، وكان أخطرها تعرضه لتمزق في أربطة الركبة خلال مباراة مع إنتر، مما حطم آماله. ورغم عودة "الظاهرة" رونالدو للتألق في مونديال 2002، فإنه لم يعد إلى مستواه الأسطوري السابق، علماً أنه لم يفر قط بدوري أبطال أوروبا.

أليساندرو نيستا ... الغياب في اللحظة الحاسمة

مدافع ميلان وإيطاليا الكبير عانى من الإصابات في 3 بطولات متتالية لكأس العالم، أكبر خيبة كانت في 2006، حين غاب عن النهائي ضد فرنسا بسبب الإصابة. ليشاهد من على الدكة زملاءه يتوجون باللقب.

جيمي غريفز ... البطل المنسي في كأس العالم

أفضل مهاجم إنجليزي في عصره، غاب عن نهائي مونديال 1966 بسبب الإصابة ليشارك جيف هيرست الذي سجل هاتريك، بينما لم يحصل غريفز على ميداليته الذهبية إلا بعد أكثر من 40 عاماً.

سيلتيك بطلاً للدوري الاسكوتلندي ... ويصل للقب 55

حسم سيلتيك لقب الدوري الاسكوتلندي الممتاز لكرة القدم للمرة 13 خلال 14 موسماً بعد فوزه 5-صفر على مضيغه دندي يونائتد، اليوم السبت، مما منح فريق المدرب بريندان رودجرز فارقاً في الترتيب يصعب اللحاق به قبل أربع مباريات من نهاية الموسم. ورفع فوز سيلتيك رصيده إلى 84 نقطة من 34 مباراة، وعلى الرغم من أن رينجرز صاحب المركز الثاني لديه مباراة مؤجلة، فإنه لن يستطيع حصد أكثر من 81 نقطة. ووصل سيلتيك إلى لقبه 55 ليعادل عدد ألقاب رينجرز. وبعد فوز رودجرز باللقب 11 مرة مع سيلتيك، فإن فريقه يسير بخطى ثابتة نحو تحقيق ثلاثية محلية أخرى بعد فوزه بكأس الرابطة في وقت سابق من الموسم، بينما يواجه أبردين في نهائي كأس اسكوتلندا الشهر المقبل. وقال كالوم ماكغرغور، قائد فريق سيلتيك، لشبكة «سكاي سبورتس»: «أداء مذهل واستثنائي وهو يعني الكثير لنا. أردنا تقديم أداء جيد لأننا نعلم أننا إذا قمنا بذلك فسنحصل على ما نريد». وتابع: «طموحنا يعانق السماء كنا راغبين للغاية اليوم. يتبقى لنا أربع مباريات بالدوري وسنحاول الوصول إلى نهائي كأس اسكوتلندا ونحن في أفضل حالتنا، وإذا نجحنا في ذلك فسنحتل بفرصة تقديم أداء مميز هذا الموسم». وتقدم سيلتيك بهدف في الدقيقة 30 عندما حول رين سترين لاعب دندي ركلة ركنية نفذها أرنه إنغلز إلى هدف. وبعدها بثماني دقائق، ضاعف نيكولاس كون النتيجة عندما استقبل تمريرة دايون مايدا العرضية عند القائم البعيد. وتعاون الثاني في إحراز الهدف الثالث قبل نهاية الشوط الأول مباشرة. ولكن هذه المرة كانت بتمريرة عرضية أرسلها المهاجم الياباني وحولها كون إلى الشباك لتبدأ الاحتفالات في مدرجات الفريق الزائر. وسجل آدم يداه الهدف الرابع بعد أقل من دقيقتين من بداية الشوط الثاني عندما حول عرضية أليستر غونستن بضربة رأس إلى الشباك من مدى قريب. وسجل اللاعب الأيرلندي هدفه الشخصي الثاني ليجعل النتيجة 5-صفر بعد تمريرات رائعة من جانب سيلتيك، إذ سدّد الكرة في مرمى الحارس رغم تعرضه لعرقلة من جانب إيمانويل أديغبويجفا مدافع دندي.

مسؤولو البرازيل يرفضون مغادرة إسبانيا بدون كارلو أنشيلوتي

اقترب الاتحاد البرازيلي لكرة القدم من حسم تعااقده مع كارلو أنشيلوتي المدير الفني لريال مدريد بطل الدوري الإسباني. يواجه كارلو أنشيلوتي موسماً عصيباً مع ريال مدريد. ودّع الفريق دوري أبطال أوروبا من الدور ربع النهائي أمام أرسنال الإنجليزي، قبل أن يتلقى أمس هزيمة درامية من غريمه برشلونة في نهائي كأس الملك. ولم يتبق أمام أنشيلوتي إلا فرصة وحيدة لإنقاذ الموسم بالتتويج بلقب الدوري الإسباني. يحتل الفريق حالياً المركز الثاني بفارق 4 نقاط عن برشلونة المتصدر قبل 5 جولات من نهاية المسابقة.

قال الصحفي الإيطالي فابريزيو رومانو عبر حسابه على منصة إكس، اليوم الأحد، إن مسؤولي الاتحاد البرازيلي متواجدون حالياً في العاصمة الإسبانية، ولا يتوون المغادرة في انتظار قرار فلورنتينو بيريز رئيس ريال مدريد بشأن أنشيلوتي عقب الهزيمة أمام برشلونة.

أضاف رومانو أن هناك ثقة كبيرة لدى المسؤولين في البرازيل بإمكانية الحصول عى توقيع أنشيلوتي خلال الأيام القليلة المقبلة، وتابع: "الأبناء من البرازيل تضيد بأن أنشيلوتي سيكون مدرباً للمنتخب قبل انطلاق كأس العالم للأندية".

ومع الضغوط المفروضة على المدرب الإيطالي المخضرم قد تضطر إدارة النادي للاستغناء عنه قبل نهاية الموسم الحالي، كي يستعد المدرب الجديد لمنافسات كأس العالم للأندية الذي سينطلق في أميركا يوم 14 جوان المقبل.

طرح اسم أنشيلوتي لقيادة المنتخب البرازيلي منذ أكثر من عامين، وتلقى تأييداً كبيراً من العديد من لاعبي المنتخب الحاليين والاساقين لكن المفاوضات توقفت بعد تجديد كارلو عقده مع الريال.



فليك يربح ذهبيا.. وأزمة الموسم تشوه وجه أنشيلوتي

فاز برشلونة بنهائي كأس ملك إسبانيا، وعزز تربيته على عرش الأكثر تتويجا باللقب برصيد 32 مرة، بعد مباراة ماراثونية أمام غريمه التقليدي ريال مدريد. تفوق البارسا على الميرينغي للمرة الثالثة هذا الموسم، لكن بسيناريو مختلف، عن الفوز العريض الرباعي دون رد في الدور الأول من الدوري، أو الانتصار الكاسح 5-2 في نهائي كأس السوبر الإسباني. فاز برشلونة، أول أمش بنتيجة 3-2 بعد شوطين إضافيين، في مباراة ماراثونية على ملعب "الكارثوخا"، عاش خلالها كارلو أنشيلوتي مدرب ريال مدريد أزمات الموسم خلال ساعتين من المواجهة الفنية أمام هانز فليك المدير الفني لبرشلونة.

اختفاء أبيض

تفوق برشلونة بشكل كاسح في الشوط الأول على مستوى الاستحواذ والسيطرة والوصول إلى رمي منافسه، وتقديم بهدف، وكان بإمكانه قتل المباراة تماما في أول 45 دقيقة. أحكم برشلونة قبضته بفضل تفوق ثلاثي الوسط بيدري وفرينكي دي يونغ وأولمو، مع حرية حركة رافينيا يسارا ولامين يامال يمينًا، وإجادة فيران توريس التحرك بين الخطوط. في هذا الشوط اعتمد أنشيلوتي على خطة 4-4-2، واقتد فريقه لكل المقومات سواء دفاعيا في ظل ضعف شراسة الضغط وسوء التمركز وعدم القدرة على الانطلاق بالهجمات المرتدة، لتختفي تماما خطورة الثاني فينيسيوس جونيور ورودريغو.

وجه آخر

ظهر ريال مدريد بوجه مختلف في الشوط الثاني بعدما غير أنشيلوتي الطريقة إلى 4-3-2 ووضع ثقته في التركي أدا غولر. عاد بيلينغهام ليشغل مركز لاعب الارتكاز بجوار تشواميني، ليقدّم الإنجليزي الدولي واحدة من أفضل مبارياته مع ريال مدريد هذا الموسم. وفي الأمام تواجد كيليان مبابي، وخلفه فينيسيوس يسارا ومودريتش في العمق وأردا جوتر يمينًا، كما أن التركي كان يدخل للوسط لتسلم الكرة وبناء اللعب. وأجاد هذا الرباعي الضغط بشراسة على دفاع برشلونة، وهدد مرم تشيزني بأكثر من محاولة خطيرة خلال أول ربع ساعة، ليقلب الريال النتيجة لصالحه في غضون 7 دقائق، بفضل تغييرات أنشيلوتي الإبداعية وتخليه عن التقليدية. فالبديل مبابي سجل الهدف الأول من ركلة حرة مميزة، وصنع جوتر الهدف الثاني للملكي. واستعاد وسط ملعب الريال عافيته وتفوق على بيدري ودي يونغ وأولمو في معارك بدنية عديدة، ما دفع فليك للتدخل السريع باستبدال هذا الثلاثي، لانقاذ الموقف بإشراك فيرمين لوبيز وغافي وإيريك غارسيا.

أزمة الموسم

يعاني ريال مدريد من أزمة واضحة على مستوى العامل البدني وكثرة الإصابات منذ بداية الموسم، ما دفع أنشيلوتي لتغيير مراكز بعض اللاعبين والاستعانة بالصف الثاني والثالث في بعض الأحيان. ووضح أن الريال لم يكن جاهزا بدنيا بالشكل الكافي، حيث بدأ مبابي اللقاء على مقاعد البدلاء، وغادر فيرلاندين بعد 10 دقائق فقط متأثرا بإصابة عضلية. كما اضطر كارلو أنشيلوتي للاستعانة من فينيسيوس جونيور، بسبب الإصابة، في توقيت كانت الكفة الفنية فيه شبه متساوية بين الفريقين. قبل الجوء للشوطين الإضافيين. وغادر المدافع الألماني أنطونيو رودريغز أيضا في الشوط الإضافي بعدما نفذت قواه البدنية، ما كان سببا في تحمله مسؤولية هدف التعادل لفيران توريس. وكانت هذه الأزمة سببا في تشويه الوجه المبعد لأنشيلوتي، الذي أظهره في الشوط الثاني، فكان التراجع البدني من أهم أسباب الهزيمة في الوقتين الإضافيين.

دروس فليك

كسب فليك التحدي الذهني في الكلاسيكو، ولم يهتز الفريق بتراجع مستواه في الشوط الثاني، وعاد للمباراة في توقيت قاتل، وانتزع اللقب في الشوط الإضافي. كما واصل المدرب الألماني نصب مصيدة التسلل لنجوم ريال مدريد، التي حرمت الفريق الملكي من هدف لبيلينغهام وركلتي جزاء ليفنيسيوس جونيور في الشوط الأول، وكيليان مبابي في الدقائق الأخيرة من الشوط الثاني. لكن المدير الفني لبرشلونة سيكون أمام تحد قبل مواجهة إنتر في نصف نهائي دوري الأبطال، حيث أظهر كلاسيكو الكاس مشكلة فنية في تعامل مدافعيه وحارس المرمى تشيزني مع الكرات الثابتة، التي سجل منها ريال مدريد هدفه. كما أن اللاعبين الشاب جيرارد مارتن لم يثبت كفاءة تامة في الجهة اليسرى بسبب كثرة تمريراته الخاطئة، ما أضاف عبئا بدنيا ودفاعيا أكبر على رافينيا. وبدأ واضحا أيضا معاناة وسط برشلونة بدنيا، حال الاعتماد على دي يونغ وبيدري وأولمو دفعة واحدة، حيث تراجع مستوى الثلاثي بشكل ملحوظ في الشوط الثاني، ويحتاج أيضا لتحسين مستوى البدلاء خاصة فيرمين لوبيز، الذي عابته كثرة التمريرات الخاطئة بعد نزوله. ويبقى أيضا رهان فليك على فيران توريس محظوظا بالمخاطر في ظل إصابة روبرت ليفاندوفسكي، بينما كان المهاجم الشاب باو فيكتور ضعيفا بدنيا وذهنيا رغم مشاركته لدقائق قليلة في الشوط الإضافي الثاني.

مودريتش يفوق نفسه.. ويعادل 3 أساطير



خاض لوكا مودريتش، أول أمس، الكلاسيكو الـ 37 في مشواره ليدخل قائمة أكثر 10 لاعبين شاركوا في هذه المباراة الأهم بالكرة الإسبانية. وبسجل 37 مباراة، تعادل مودريتش مع أساطير الملكي إيكير كاسياس وفرناندو هيبورو وراؤول غونزاليس. ومع ذلك، فإن مودريتش مازال بعيدا عن صدارة القائمة، التي يحتلها سيرجيو بوسكيتس بواقع 48 مباراة. وتفوق مودريتش على نفسه كأكبر لاعب سنا في ريال مدريد يخوض مباراة كلاسيكو، إذ عاد ليحطم رقمه القياسي الذي سجله في أكتوبر الماضي، حيث لعب أول أمس وعمره 39 عاما و229 يوما. وبهزيمة الريال، لم يتمكن مودريتش من معادلة ألفريدو دي ستيفانو كثاني أكثر لاعبي الملكي فوزا بمباريات الكلاسيكو برصيد 17 مباراة. لكن ما زال في إمكانه تحقيق هذا الأمر حين يتواجه الفريقان في كلاسيكو جديد في 11 ماي المقبل في الدوري الإسباني. ويتصدر قائمة لاعبي الريال الأكثر فوزا بالكلاسيكو باكو خينتو بـ 21 فوزا في 42 مباراة. وفي حال فوز الريال، كان مودريتش سيتوج باللقب الـ 29 في مشواره مع الفريق الملكي. لكن الأمل في الفوز بلقب هذا الموسم لم ينته بعد، حيث مازال الميرنجي ينافس على اللقب، إذ يحتل المركز الثاني في الترتيب بفارق 4 نقاط عن برشلونة. ولقب اللقب هذا ربما هو الأمل الأخير لمودريتش لزيادة عدد ألقابه مع الريال، حيث ينتهي عقده في 30 جوان المقبل ولا توجد حتى الآن أي إشارة لتجديده لموسم آخر. وفاز برشلونة على ملعب "الكارثوخا" السبت بكأس ملك إسبانيا 3-2 بفضل هدف أحرزه الفرنسي جول كوند في الوقت الإضافي.

لابورتا: لا تهمنا استراتيجيات الريال.. وبرشلونة أفضل من إنتر

أعرب خوان لابورتا، رئيس برشلونة، عن سعادته بالفوز على ريال مدريد (3-2)، أول أمس، في نهائي كأس ملك إسبانيا. وقال لابورتا، في تصريحات أبرزتها صحيفة "سبورت" الكتالونية: "لقد كان نهائيا رائعا.. شاهدنا أداء كبيرا.. هدف بيدري مذهل، وفليك كان موفقا في التغييرات". وأضاف: "هؤلاء اللاعبون يستحقون هذا الانجاز.. إنهم يشعرون بانتماء كبير لبرشلونة، إنهم كتالونيون حقيقيون، ويقدمون أداء رائعا.. لقد كان انتصارا جماعيا". وتابع: "اليوم كان علينا أن نعطي كل ما لدينا، وفليك أحيانا يهدئ نشوة هذا الفريق، لأنهم شباب جدا، وقد يبدوون متمردين، لكنهم كانوا أول من آمن بالفوز.. لديهم ثقة كبيرة بأنفسهم.. إنهم صغار جدا ويمملوهم الطموح". وواصل: "هذا اللقب مهدى إلى جميع مشجعي برشلونة حول العالم.. إنهم يستحقونه". وحول الجدل الذي أثاره ريال مدريد بشأن حكام النهائي، قال لابورتا: "لقد تعاملنا مع هذه المباراة بشكل صحيح، وأردنا الحديث فقط عن كرة القدم.. لا تهمنا الاستراتيجيات الأخرى". وعن ملاقات إنتر ميلان في نصف نهائي دوري أبطال أوروبا، صرح: "سكنون مواجهة صعبة، وعلينا أن نبدأ التفكير في هذه المباراة (لقاء الذهاب المقرر الأربعاء المقبل).. لكنني أعتقد أننا أفضل منهم".

بيدري: طموحنا جامح.. ولا نستسلم للهزيمة

أبرز بيدري غونزاليس لاعب وسط برشلونة، قدرة فريقه على الصمود، بعدما تمكن من الانتفاضة أمام ريال مدريد في نهائي كأس ملك إسبانيا. وقلب البارسا تأخره 1-2 إلى انتصار بنتيجة 3-2، ليفوز باللقب. وقال بيدري في المنطقة المختلطة عقب المباراة التي أقيمت مساء السبت "في كأس السوبر (الذي توج به برشلونة على حساب الريال) سجلوا أيضا ونحن غيرنا النتيجة، أثبتنا هذا العام أن هذا الفريق لا يستسلم للهزيمة". وأضاف "نحن فريق شاب يريد الفوز بكل شيء، طموحنا جامح". وعن تطلع الفريق للفوز بثلاثية هذا الموسم، قال بيدري إن كأس الملك "اللقب الأول في هذه الثلاثية الشهيرة التي يتحدث عنها الجميع، ويمتحن الثقة للمنافسة على اللقبين الآخرين".

يامال لأراوخو: لا يهم إذا سجل الريال

أعرب لامين يامال، نجم برشلونة، عن ثقته في أن فريقه يستطيع الفوز على أي منافس، وذلك عقب التتويج بكأس ملك إسبانيا، أول أمس، بالانتصار (3-2) على ريال مدريد في المباراة النهائية. وكشف يامال سرا بشأن كلاسيكو الكأس، في تصريح أبرزته صحيفة "سبورت" الكتالونية: "قلت لأراوخو: لا يهم إذا سجل ريال مدريد هدفا أو اثنين، لأن لا أحد يستطيع التغلب علينا هذا الموسم". يذكر أن الدولي الإسباني صنع أول هدفين لبرشلونة في المباراة، بتمريرتين حاسمتين إلى بيدري وفيران توريس. ويستعد البلوغرانا حاليا لاستقبال إنتر ميلان، يوم الأربعاء، على ملعب لويس كومبانييس الأولمبي، في ذهاب نصف نهائي دوري أبطال أوروبا. يتصدر الفريق الكتالوني جدول ترتيب الدوري الإسباني، بفارق 4 نقاط عن ريال مدريد الوصيف.





كين عن إيقافه: قرار جنوبي.. افعلوا مثل البريميرليج!

أعرب هاري كين، مهاجم بايرن ميونخ، عن انزعاجه الشديد من تحمله على البطاقة الصفراء الخامسة، في البوندسليغا هذا الموسم، خلال الانتصار أول أمس على ماينز (3-0). وهو ما سيعني غيابه عن اللقاء المقبل مع لايبزيغ، الذي قد يشهد تتويج البافاري رسمياً بلقب الدوري الألماني. وقال كين في تصريحات عقب مباراة أول أمس، بحسب صحيفة "بيلد" الألمانية: "هذا قرار جنوبي.. هذا جزء من قصتي، أنني سأغيب عن مباراة لايبزيغ.. لكن لا داع للقلق، سأحتفل أكثر من أي شخص آخر". وتابع: "هذه ليست بطاقة صفراء.. لسوء الحظ، بعض الأشخاص يأتون إلى أليانز أرينا لمحاولة صناعة أسماء لأنفسهم (يقصد حكم اللقاء).. أشعر بخيبة أمل، وكنت أعلم أنني تحصلت على 4 بطاقات بالفعل". وكرر الدولي الإنجليزي: "الأمر جنوبي.. يجب أن تسير الأمور مثل البريميرليغ (رفع البطاقات الصفراء بعد الجولة 19)، سأغيب عن مباراة مهمة، لأنني حصلت على بطاقة صفراء في أول مباراة بالموسم.. هذا هراء، يجب التفكير في قانون للمستقبل". ومن جانبه، قال ألكسندر بافلوفيتش، متوسط ميدان بايرن ميونخ، عن البطاقة الصفراء لكين: "كان يشعر بخيبة أمل في غرفة الملابس.. الأمر مزعج بالنسبة له، لكننا سنحاول القيام بكل شيء من أجله، لتأمين اللقب في غيابه". ويتصدر بايرن ميونخ جدول ترتيب البوندسليغا، بفارق 8 نقاط عن وصيفه باير ليفركوزن، قبل 3 مباريات من انتهاء المسابقة.

بايرن يثأر من ماينز ويقترب خطوة من لقب البوندسليغا

اقترب بايرن ميونخ كثيرا من التتويج بلقب الدوري الألماني، بعد التغلب على ضيفه ماينز بثلاثية نظيفة، في اللقاء الذي أقيم على ملعب أليانز أرينا مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة 31. وسجل ثلاثية بايرن ليروي ساني في الدقيقة (27) ومايكل أوليسيه (40) وإريك داير (84). وبذلك النتيجة رفع بايرن رصيده إلى 75 نقطة في صدارة جدول الترتيب، بينما تجمد رصيد ماينز عند 47 نقطة في المركز السابع. وخار بايرن لهزيمته في الدور الأول أمام ماينز بنتيجة 2-1. وكان الفريق البافاري ينتظر تعثر وصيفه باير ليفركوزن (67 نقطة) أمام أوغسبورغ ليحسم اللقب، لكن فريق المدرب تشافي ألونسو فاز بهدفين نظيفين، ليتأجل الحسم، في انتظار الجولة التالية. أهدر ماينز فرصة محققة لافتتاح التسجيل في الدقيقة 6، بعد تلقي بوركاردت بينية مميزة داخل المنطقة، ليتلاعب بكيم وينفرد بأوربيج ثم سدده بغرابة أعلى العارضة. وأتى رد بايرن في الدقيقة 11، بتسديدة قوية من ساني من خارج المنطقة تألق زينتنر في إبعادها إلى ركنية. وكاد بايرن يسجل الهدف الأول في الدقيقة 13، بعدما تابع ستانيسيتش كرة مبعدة من دفاع ماينز داخل المنطقة، ليسدد كرة مباشرة مرت بقليل إلى جوار القائم. وافتتح بايرن التسجيل في الدقيقة 27، بعدما تلاعب ساني بدا كوستا داخل المنطقة، قبل أن يسدد كرة أرضية سكنت الشباك. وأضاف بايرن الهدف الثاني في الدقيقة 40، بعدما تلاعب أوليسيه بمويني في الجانب الأيمن للمنطقة، مسددا بعدها كرة أرضية أيضا سكنت الشباك. وانفتحت شهية بايرن لإضافة الهدف الثالث في الدقيقة 45، بتسديدة أرضية قوية من غنابري من داخل المنطقة تصدى لها زينتنر. لينتهي الشوط الأول بتقدم البافاري (2-0). وحاول ماينز مع بداية الشوط الثاني تقليص الفارق، بتسديدة من البديل فيراتشينغ من داخل المنطقة في الدقيقة 53، لكن كرتة ذهبت بعيدا عن المرمى. وتبعه أميرى بتسديدة مقوسة من على حدود المنطقة في الدقيقة 56، تألق أوربيج في إبعادها إلى ركنية. ورد بايرن بتسديدة مقوسة أيضا عبر ساني من على حدود المنطقة في الدقيقة 59، مرت بجوار القائم. وأهدر بايرن فرصة محققة لتسجيل الهدف الثالث، بعدما مرر أوليسيه ببينية سحرية لساني في الدقيقة 62. لينفرد زينتنر ويسدد كرة ساقطة اصطدمت بالقائم. واستمر القائم في عناد ساني، بعدما تصدى لصاروخية من الدولي الألماني من على حدود المنطقة في الدقيقة 80. وأضاف بايرن الهدف الثالث في الدقيقة 84، بارتقاء داير تعرضية من ركنية نفذها أوليسيه، وسدد ضربة رأس سكنت الشباك. وفي الدقيقة 90 تلقى البديل ويبر تمريرة داخل المنطقة، ليسدد كرة ذهبت سهلة في يد أوربيج، لينتهي اللقاء بفوز البافاري بثلاثية نظيفة.

مولر غير مهتم بإنجازه.. ويستغرب وضعيته

لم يظهر توماس مولر، مهاجم وأسطورة بايرن ميونخ، اهتماما كبيرا بوصوله للمباراة رقم 500 مع فريقه في بطولة الدوري الألماني، بعد الفوز على ماينز 3/ صفر، أول أمس السبت. وقال مولر في تصريحات لقناة "سكاى" بعد المباراة: "هذا هو الحال دائما فيما يخص المناسبات السنوية، كلما تقدمت في العمر زاد عدد المناسبات في الذاكرة". ودخل مولر بديلا في الدقيقة 84 من المباراة وتلقى تحية حارة من جماهير فريقه. وأوضح مولر: "أمر رائع أن يقف جميع من في الملعب". ويخوض اللاعب البالغ من العمر 34 عاما على الأرجح المباريات الوداعية له في بطولة الدوري، حيث ينتهي عقده مع بايرن بنهاية الموسم ولن يتم التجديد له. وقضى مولر مسيرته بأكملها مع بايرن ميونخ وحقق 33 بطولة مع الفريق، إلى جانب لقب كأس العالم مع منتخب ألمانيا عام 2014. ولم يتحدث مولر عن مستقبله وذلك بعد 25 عاما قضاها داخل الفريق، حيث ستنتهي رحلته مع بايرن ميونخ في بطولة كأس العالم للأندية في الولايات المتحدة الأمريكية بين يومي 15 جوان و13 جويلية. واعترف مولر: "المباراة الأخيرة لي على ملعبنا ستكون بعد أسبوعين، لذلك لا أريد أن أشعر بالحزن أو الحزن، لكن الأمر يبدو غريبا نوعا ما". وأضاف: "حينما تلعب 500 مباراة بالدوري الألماني فأنت لعبت الكثير من اللقاءات في ملعبك، لذلك هناك رحلة روتينية للملعب وفي العام المقبل سيكون علي الحصول على تذكرة". وكان بإمكان بايرن أن يفوز بلقبه رقم 34 في تاريخه و33 بالنظام الجديد للمسابقة، هذا الأسبوع، لكنه احتاج إلى أن يهدر باير ليفركوزن، بطل الموسم الماضي، النقاط على أرضه.

كومباني يعلق على غياب كين.. ويتغنى بإنجاز مولر

أشاد فينست كومباني، مدرب بايرن ميونخ، بالفوز الذي حققه فريقه على ماينز بثلاثية نظيفة، مساء أول أمس، على ملعب أليانز أرينا ضمن مباريات الجولة رقم 31 من الدوري الألماني. وقال كومباني في تصريحات عقب المباراة لشبكة "سكاى": "إنجاز توماس مولر بخوضه مباراته رقم 500 في البوندسليغا، "كل مباراة من ال 500 لها قصتها الخاصة، توماس دائما ما لعب في أعلى المستويات بعقلية بارزة، قدم الكثير للنادي". وأضاف: "هو مثال رائع للاعبين الصغار، لدينا مباراة صعبة خارج أرضنا أمام لايبزيغ الأسبوع المقبل، ونأمل أن يحظى بالعديد من اللحظات للاحتفال". وبالنظر إلى غياب هاري كين عن لقاء لايبزيغ بسبب الإيقاف، علق: "هذا ليس مثاليا، ولكننا نخوض 34 مباراة في الموسم، وللاعبين مثل موسيالا وديفيز وأوباميكانو وإيتو لن يتواجدوا ويجب أن يحتفلوا باللقب أيضا عندما نتوج به، الأمر لا يمثل اختلافا كبيرا لهاري ولا يغير أي شيء بالنسبة لما قدمه هذا الموسم". وحصل كين على بطاقة صفراء في مباراة السبت أمام ماينز، والتي فاز بها الفريق البافاري بثلاثية نظيفة، ليغيب عن اللقاء المقبل نظرا لتراكم البطاقات. وتطرق إلى مدى رغبته في العمل مع ليروي ساني ليروي وفريقه الجالس مع النادي واتخاذ القرار معا. وشدد "بالنسبة لي ما يهمني هو ما يقدمه في أرض الملعب وهذا ما أقيمه عليه، وطالما يشارك فهذا يعني قيامه بالأمور بشكل صحيح، وإذا لم يشارك فهذا يعني أن هناك من هو أفضل".



إلى النهائي... كريستال بالاس يسحق فيلا في كأس إنجلترا

تأهل كريستال بالاس للمباراة النهائية في كأس الاتحاد الإنجليزي، بعد الفوز 3 / صفر على أستون فيلا، ضمن منافسات الدور قبل النهائي، أول أمس. صعد كريستال بالاس للمباراة النهائية لكأس الاتحاد للمرة الثالثة في تاريخه بعد عامي 1990 و2016 حيث خسر اللقب في المرتين أمام مانشستر يونايتد. أما أستون فيلا الفائز باللقب 7 مرات آخرها في عام 1957 فقد فشل في التأهل للمباراة النهائية للمرة 12 في تاريخه، والأولى منذ عام 2015 عندما خسر في المباراة النهائية أمام أرسنال برعاية دون رد. على ملعب ويمبلي في العاصمة لندن، أنهى كريستال بالاس الشوط الأول متقدما بهدف سجله إبيرشي إيزي في الدقيقة 31 بتسديدة قوية بعد تمريرة من زميله السنغالي إسماعيل سار. وقبلها سجل جان فيليب ماتيتا مهاجم كريستال بالاس هدفا، أثار الحكم بداعي وجود مخالفة من المهاجم الفرنسي ضد إزري كونسا مدافع أستون فيلا. ورغم تقدم الفريق اللندني، فإن أستون فيلا هدد مرمى منافسه بأكثر من فرصة خطيرة لبوبكر كامارا ومورجان روجرز وباو توريس وإزري كونسا، لكن دين هندرسون حارس مرمى كريستال بالاس خرج بشباك نظيفة. وفي الشوط الثاني، تألق دين هندرسون حارس كريستال بالاس في التصدي لمحاولتين أمام لوكاس ديني وجون ماكجين، بينما أضاع ماتيتا ركلة جزاء لكريستال بالاس في الدقيقة 53 مسددا الكرة في القائم.

ولكن إسماعيل سار عزز تفوق كريستال بالاس بهدف ثان في الدقيقة 58 بتسديدة قوية من خارج منطقة الجزاء على يمين الأرجنتينيين إيمليانو مارتينيز حارس مرمى أستون فيلا. حاول أستون فيلا تقليص الفارق، ولكن لم يستطع من

ماريسكا: حاولنا مساعدة نجم تشيلسي... وأظهرنا قوتنا ضد إيفرتون

أشاد الإيطالي إنزو ماريكا، المدير الفني لفريق تشيلسي، بالأداء القوي الذي قدمه الفريق ليخطو خطوة إلى الأمام في سعيه لبلوغ منافسات دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل.

وفاز البلوز 1-0 على إيفرتون، السبت، في ملعب ستامفورد بريدج، ضمن الجولة 34 من الدوري الإنجليزي الممتاز. ونقلت وكالة الأنباء البريطانية (بي إيه ميديا) عن ماريكا قوله بعد المباراة: "في الشوط الأول سيطرنا على الأمور وصنعنا الفرص ولم نستقبل أهدافا في شباكتنا".

وأضاف: "في الشوط الثاني تراجعنا نوعا ما"، فيما شاهد المدرب الإيطالي المباراة من المدرجات تنفيذًا لعقوبة إيقافه بعد تلقيه 3 بطاقات صفراء الموسم الجاري.

في وأضاف أنهم أظهروا قوتهم أمام إيفرتون، وأوضح: "كنا أقوياء بشكل كاف حينما احتجنا ذلك، في المجمل اعتقد أننا نستحق الفوز ونحن سعداء". وبحديثه عن روبرت سانشير حارس مرمى الفريق قال: "يمكنك أن ترى كيف احتفل معه زملاؤه بعد نهاية المباراة، الفريق يعلم جيدا أن روبرت لم يكن في أفضل أحواله وحاولوا مساعدته ودعمه". وأضاف: "كان لديه العديد من اللحظات الرائعة هذا الموسم، مثل مباراة توتنهام على ملعبنا لقد فزنا 1-0 وقدم تصديا رائعا". وتابع ماريكا: "من الطبيعي كبشر أن نتذكر اللحظات السيئة لا الجيدة، بالنسبة لروبرت نحن نتذكر الأخطاء لكن أيضا لدينا الكثير من اللحظات الرائعة معه".

مدرب نيوكاسل: قدرتي على الصراخ تراجعت

تجاوز إيدي هاو مدرب نيوكاسل، وعكته الصحية، ليساعد الفريق على التقدم للمراكز الثلاثة الأولى في الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم.

وعزز رجال المدرب هاو، آمالهم في التأهل إلى دوري أبطال أوروبا، بفوزهم 3-0 على إيسويتش تاون، في ملعب سانت جيمس بارك. ولكن مع تبقي 4 مباريات، يفصل نيوكاسل عن تشيلسي ونوتنجهام فورست، الذين لعبوا مباراة أقل، نقطتان فقط في سياق التأهل إلى دوري أبطال أوروبا.

وقال هاو في تصريحات نقلتها وكالة الأنباء البريطانية "تريد العودة إلى المراكز التي نأملها مع انتهاء مشوار مبارياتنا هذا الموسم". وأضاف "تعلم أن المنافسة قوية في ظل جودة وتميز منافسينا، ولكن ما يمكننا فعله هو محاولة الفوز بمبارياتنا، والفوز اليوم كان خطوة كبيرة للأمام".

وتابع مدرب نيوكاسل يونائيتد "إنها نتيجة رائعة، أحدثت الفارق".

وأشار "كنت أفترض إلى الطاقة اليوم، لذا تولى المدرب المساعد جيسون تيندال قيادة الفريق من خارج الخطوط، لأن قدرتي على الصراخ تراجعت. لكنني سعيد جدا بالعودة إلى مكاني المحبب وقيادة الفريق".

وكيلة هالاند ترد على تقارير ريال مدريد

ردت رافاييلا بيمينتا، وكيلة النرويجي إيرلينج هالاند، مهاجم فريق مانشستر سيتي الإنجليزي، على التقارير الصحفية التي ربطت اللاعب بإمكانية الانتقال للعب في صفوف ريال مدريد الإسباني بالفترة المقبلة. تقارير صحفية عديدة تحدثت عن رغبة فلورنتينو بيريز، رئيس الريال، في اقتداب هالاند، لترميم هجوم الفريق، وتفكيره في الأمر حال رحيل البرازيلي فينيسيوس جونيور عن الميرينجي في الفترة المقبلة. يأتي ذلك رغم تجديد السيتي عقده مع هالاند، وربطه بعقد جديد حتى يونيو 2034، مع عدم وضع شرطاً جزائياً في العقد الجديد. وقالت وكيلة هالاند، في تصريحات أبرزتها شبكة Meczyki البولندية، مساء السبت "هل تظنون أن هالاند سيتجاهل عقده طويل الأمد مع السيتي من أجل الانتقال إلى ريال مدريد؟". وأضافت بيمينتا "الحديث منتشر دوماً عن ريال مدريد وهالاند في وسائل الإعلام، والناس تحب أن تتحدث دوماً، ولن يكون هناك أي وسيلة لمنع هذه الشائعات من الظهور". وأنهت وكيلة هالاند تصريحاتها بقولها "لن أعلق على أي نوع من الشائعات أبداً".

رودري يعود للتدريب مع مانشستر سيتي

عاد لاعب وسط مانشستر سيتي، رودري هيرنانديز، للمشاركة في التدريبات الجماعية مع الفريق هذا الأسبوع بعد طول غياب، بهدف مساعدة "السيتيزنس" في المباريات الأخيرة للفريق هذا الموسم. كان لاعب الوسط الإسباني، تعرض لقطع في الرباط الصليبي للركبة في سبتمبر، في مواجهة ضد أرسنال، ورغم أنه غاب عن معظم الموسم، إلا أنه دائما ما كان يؤكد أن هدفه هو ضمان المشاركة في مونديال الأنديا. والآن أصبح رودري يستهدف المشاركة في نهائي بطولة كأس الاتحاد الإنجليزي. وأكد مدرب الفريق بيب غوارديولا خلال مؤتمر صحفي عشية مواجهة فورست: "إنه يتدرب معنا. يقوم بالتدريبات بشكل جيد للغاية، لكني لا أعلم متى سيعود. هو يرغب في العودة، لكن الأمر متروك للطبيب لتأكيد ذلك". وستقام مباراة نهائي كأس الاتحاد يوم 17 ماي المقبل في الفائزين من مواجهتي كريستال بالاس ضد أستون فيلا، وسيتي ضد نوتنجهام فورست. وفي حال لم يلحق رودري بنهائي كأس الاتحاد أو الجولة الأخيرة من الدوري الإنجليزي الممتاز، التي ستقام في 25 ماي، فإن اللاعب الإسباني سيحظى بفرصة المشاركة في كأس العالم للأنديا التي ستبدأ في 14 جوان.

سابقة تاريخية للهابطين من البريميرليج

اكتمل عقد الهابطين من الدوري الإنجليزي الممتاز، إلى التشامبيونشيب، بعد خسارة إيسويتش تاون على يد نيوكاسل يونائيتد (0-3) أول أمس السبت، ضمن منافسات الجولة 34. وتجمد رصيد إيسويتش تاون عند 21 نقطة، ليتأكد هبوطه للدرجة الأدنى، في ظل تأخره عن وست هام يونائيتد، صاحب المركز 17، بفارق 15 نقطة. وأشارت شبكة "أوبتا" للإحصائيات، إلى سابقة تاريخية حدثت هذا الموسم، تمثلت في تأكد هبوط 3 فرق إلى التشامبيونشيب، قبل 4 جولات من النهاية. المثير أن الثلاثي الهابط، إيسويتش، ليستر سيتي وساوثهامبتون، هو الذي صعد للبريميرليج الموسم الماضي، ليهبطوا جميعا بعد موسم واحد في أعلى الدرجات. ولأول مرة أيضا، يهبط الثلاثة الصاعدين في موسمين متتاليين، حسبما ذكرت شبكة "بليتشر ريبورت".

تورام يحبط آمال إنتر ميلان قبل مواجهة برشلونة!

وفقاً لتقارير صحفية إيطالية، تعرض إنتر ميلان لصدمة بعد أن بدأ لاعب الفريق، الفرنسي ماركوس تورام، "الركض" فقط يوم أمس، وذلك بعد تعرضه لإصابة في عضلات الفخذ الأيسر.

وكان الأطباء قد بذلوا قصارى جهدهم لضمان تعافي اللاعب قبل المباراة المنتظرة أمام برشلونة في ذهاب نصف نهائي دوري أبطال أوروبا، والمقرر إقامتها في 30 أبريل. لكن، بحسب التقارير، تبددت آمالهم في اللحظات الأخيرة، حيث أصبح تورام مهدداً بالغياب عن المباراة القادمة ضد فيرونا في الدوري الإيطالي، مما يثير المزيد من القلق حول مشاركته في ذهاب دوري الأبطال أمام برشلونة. وعلى الرغم من التوقعات، قد يكون على تورام العودة في الوقت المناسب للمشاركة في مباراة الإياب في ميلانو ضد الفريق الكتالوني.

الجدير بالذكر أن تورام شارك في 44 مباراة مع الإنتر هذا الموسم، وتمكن من تسجيل 17 هدفاً وتقديم 9 تمريرات حاسمة.

ميلان يقرر التخلي عن لاعبه النيجيري صامويل تشكويزي

قرر نادي ميلان التخلي عن لاعبه النيجيري صامويل تشكويزي في الانتقالات الصيفية حسب ما ورد في صحيفة توتو سبورت. وذكرت الصحيفة أن ميلان وصل إلى هذا القرار بعد فشل اللاعب في إثبات نفسه رغم دفع الملايين لضمه من فياريال.

وأشارت إلى أن الوجهة القادمة لتشكويزي ستكون على الأغلب العودة إلى الدوري الإسباني، حيث يحظى باهتمام هناك.

وتحدث التقرير عن وجهة أخرى محتملة وهي الدوري الإنجليزي الممتاز وبالتحديد نادي فولهام الذي يدرس التعاقد مع اللاعب.

الجناح النيجيري لم يعط أبداً الانطباع بأنه قادر على إحداث الفارق في الفريق؛ تجربته في إيطاليا تُعد فشلاً تاماً.

وصل في صيف 2023 قادماً من فياريال مقابل 20 مليون يورو بالإضافة إلى 7 ملايين يورو كحافز، و اليوم تقدر قيمته بين 12 و 15 مليون يورو، صامويل تشكويزي سيغادر بالتأكيد في الصيف، مع وجود اهتمامات ممكنة سيتم استكشافها في إسبانيا بين ريال سوسيداد و ريال بيتيس.

ميلان كان يرغب في استمرار نجومه، ولكن على ما يبدو أن إدارة ميلان أصبحت منفتحة لضخ دماء جديدة في صفوف الفريق والاستغناء عن بعض اللاعبين.

بعد كارثة المدير 3 مراكز تشغل عقل إنتر ميلان

بدأ مسؤولو إنتر ميلان، في التخطيط للميركاتو الصيفي 2025، من أجل تدعيم صفوف الفريق بصفتها قوية.

ونافس إنتر ميلان هذا الموسم بقوة على 3 جيئات (الكالتشيو وكأس إيطاليا ودوري أبطال أوروبا).

لكن النيراتزوري ودع كاس إيطاليا من نصف النهائي، على يد غريمه التقليدي ميلان، بعد التعادل ذهاباً 1-1، والخسارة إياباً 3-0. وبحسب موقع "الكالتشيو ميركاتو"، فإن مسؤولي إنتر مع رئيس النادي بيبي مارتوتا، يعملون بالفعل خلف الكواليس، لتعزيز صفوف الفريق. وأضأت "حدود المدرب سيموني إنزاغي والإدارة التنفيذية، الجوانب التي تحتاج إلى تطوير في الموسم المقبل". وشدد الموقع "إنتر ميلان سيبحث عن رأس حربة صريح، وكذلك ظهر لديه القدرة على اللعب كجناح أيمن، بجانب قلب دفاع مميز". وتشير عدة تقارير إلى أن إنتر ميلان على وشك إنهاء صفقة ضم البرازيلي لويس هنريكي جناح أيمن مارسيلا، الذي توصل لاتفاق على الشروط الشخصية مع النيراتزوري. ويتصدر إنتر ميلان، جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 71 نقطة، بفارق الأهداف عن نابولي.

إنتر يخطط لنقلة نوعية في سوق الانتقالات الصيفية

يستعد نادي إنتر ميلان لإحداث نقلة نوعية في سوق الانتقالات الصيفية المقبلة، بوضع الحارس الإيطالي جيانلويجي دوناروما (26 عاماً)، على رأس أولوياته لدعم مركز حراسة المرمى. ووفقاً لما ذكره موقع فيجاخيس الإسباني، فإن بطل الدوري الإيطالي يسعى لاستقطاب حارس باريس سان جيرمان الفرنسي الحالي، في خطوة تهدف إلى تدعيم هيكله، استعداداً للموسم المقبل. ويُعد دوناروما خياراً مثالياً لتعويض الرحيل المتوقع للحارس السويسري يان سومر (36 عاماً)، نظراً لما يتمتع به من خبرة واسعة وموهبة استثنائية. وينظر مسؤولو "النيراتزوري" إلى التعاقد مع دوناروما خطوة استراتيجية، ليس لتعزيز جودة الفريق الدفاعية فحسب، بل أيضاً لإضفاء مزيد من القيادة والشخصية على المجموعة. وتحمل هذه الصفقة طابعاً معنوياً خاصاً، إذ إن دوناروما نشأ وتلقى بقميص ميلان، الفريق التقليدي للإنتر. وظهوره المحتمل بقميص "النيراتزوري" المخطط بالأزرق والأسود، قد يحدث صدى واسعاً بين جماهير الفريقين، ويزيد من سخونة المنافسة في مدينة ميلانو. ورغم بعض الشكوك، التي حامت حول مستقبل دوناروما في صفوف نادي باريس سان جيرمان، فإن الحارس الإيطالي أظهر في العديد من المناسبات قدراته العالية، ما يجعله هدفاً ثميناً للإنتر، الطامح للبقاء في صدارة الكرة الإيطالية، وتعزيز مكانته أوروبياً. ويدرك دوناروما أن انتقاله إلى إنتر سيمثل تحدياً جديداً في مسيرته، وفرصة لكتابة فصل مختلف من النجاح، ولكن هذه المرة مع الجهة الأخرى لميلانو.

مشكلة كبيرة تنتظر جوفنتوس الموسم المقبل

أصبح جوفنتوس في وضع محرج هذا الموسم بعدما فشل في تأمين صعوده المبكر لدوري أبطال أوروبا الموسم المقبل.

ويحتل فريق السيدة العجوز المركز الخامس في جدول ترتيب الدوري الإيطالي، ويعد الآن منافسة قوية على مقاعد الأبطال من منافسيه. ولن يكون فشل جوفنتوس في التأهل للبطولة الأوروبية هو المشكلة الوحيدة، حيث سيكون مهدد برحيل عدد من نجومه بسبب ذلك.

حيث أكد موقع fichajes في تقرير خاص، أن العملاق الإيطالي سيكون مضطراً لبيع بعض اللاعبين من أجل الحصول على أموال تساعد في موازنة أموره المالية.

واختار التقرير ثلاثة لاعبين من المتوقع مغادرتهم أكثر من البقية وهم، دوشان فلاهوفيتش، وكينان يلديز، وأندريا كامبياسو. ط، وذلك ضمن التغييرات التي يسعى نادي السيدة العجوز القيام بها في قائمته من أجل التحسن المنشود للموسم المقبل.

كارلوس تيفيز يخطط لجمع ميسي ورونالدو في فريق واحد لأول مرة

أعلن النجم الأرجنتيني المعتزل كارلوس تيفيز (41 عاماً)، عن مشروع طموح لتنظيم مباراة وداعية ستجمع بين اثنين من أساطير كرة القدم العالمية، ويتعلق الأمر بكل من الأرجنتينيين ليونيل ميسي (37 عاماً)، والبرتغالي كريستيانو رونالدو (40 عاماً)، ضمن فريق واحد، لأول مرة في التاريخ، وذلك على أرضية ملعب لايومبونيرا الشهير بالعاصمة الأرجنتينية بوينس آيرس.

نقلت صحيفة أيلول البرتغالية تصريحات تيفيز، أمس الأربعاء، والتي عبّر فيها عن رغبته العميقة في إقامة هذه المباراة، التي ستكون ختاماً رمزياً لمسيرته الكروية، مؤكداً استعداداه الشخصي للذهاب إلى رونالدو وإقناعه بالمشاركة، قائلاً: "إذا لزم الأمر، سأذهب لأخضره بنفسه".

وسبق لتيفيز أن لعب إلى جانب رونالدو في مانشستر يونايتد الانكليزي، كما جاور ميسي لسنوات مع المنتخب الأرجنتيني بين عامي 2005 و 2015، ما يجعله أحد القلائد الذين عرفوا هذين النجمين عن قرب. وأكد كارلوس تيفيز أنه يريد رؤية ميسي ورونالدو يرتديان القميص ذاته في تلك المناسبة الاستثنائية، رافضاً فكرة لعبهما في فريقين متنافسين، قائلاً: "الفكرة أن يتشاركوا الملعب معا وليس أحدهما ضد الآخر".

ولن تقتصر الدعوة على النجمين الكبيرين فقط، إذ كشف تيفيز عن قائمة طويلة من الأسماء السامعة التي ينوي استدعاءها للمشاركة، على غرار الحارسين: الهولندي إدوين فان در سار، والإيطالي جيانلويجي بوفون، والمدافعين: الإنكليزي ريو فرديناند، والمصريي نيمانيا فيديتش، والإيطاليين: جورجيو كيليني، وليوناردو بونوتشي وأندريا بيرلو، والفرنسي باتريس إيفرا، إضافة إلى الإنكليزيين: بول سكولز وواين روني، والأرجنتينيين: خوان رومان ريكيكلي. وقد تصبح هذه المباراة، في حال تحقيق حلم تيفيز بجمع رونالدو وميسي في فريق واحد، حدثاً تاريخياً فريداً يجمع خلاله أهم نجمين شكلا عصر كرة القدم الحديث، من خلال تنافسهما على الألقاب الفردية والجماعية، أندية ومنتخبات، ويتوّج بذلك مسيرة لاعب خاض تجارب ثرية بين الأرجنتين وإنكلترا وإيطاليا والبرازيل.



هكذا حقق ميسي حلم طفل يشجعه

لم يتردد قائد منتخب الأرجنتين ونادي إنتر ميامي الأميركي ليونيل ميسي (37 عاماً) في تحقيق حلم طفل حضر من أجل مشاهدة نجمة المفضل، الذي كان يتدرب رفقة زملائه في الفريق. ونشرت صحيفة أولي الأرجنتينية، مساء الجمعة، تسجيلاً مصوراً يظهر الطفل وهو في حضن والدته، وبدأ يصرخ عندما شاهد نجمة المفضل: "ميسي أودّ معانقتك. ميسي أنا أحبك"، الأمر الذي دفع والدته إلى محاولة اقتحام تدريبات نادي إنتر ميامي الأميركي، إلا أن أحد رجال الأمن سارع إلى منعها. لكن والدته الطفل وضعت نجلها على أرضية ملعب التدريبات رغم وجود حارس الأمن، واستطاع الطفل تحقيق حلمه، عندما قام النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي بالتوجه نحوه، وقيام "البولغا" بضمه، وسط تصفيق وفرحة من الحاضرة لمشاهدة تدريبات نادي إنتر ميامي الأميركي، فيما سارعت طفلة إلى اغتنام الفرصة كذلك لتحية قائد منتخب "التانغو". وختمت صحيفة أولي الأرجنتينية تقريرها بأن ميسي خطف الأنظار إليه وبقوة في تدريبات نادي إنتر ميامي، بعدما قام بتغيير قصة شعره التي اعتادت عليها الجماهير خلال السنوات الماضية، بالإضافة إلى حديثه مع صديقه أسطورة منتخب إنكلترا وفريق ريال مدريد الإسباني السابق ديفيد بيكهام، أحد ملاك الفريق الأميركي. ويذكر أن قائد نادي إنتر ميامي الأميركي النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي اشتهر، خلال السنوات الماضية، بحرصه الشديد على تلبية رغبات محبيه الذين يسافرون من أجل مشاهدة التدريبات أو المواجهات التي يشارك فيها عبر أخذ الصور التذكارية أو التوقيع على القمصان والقمصات.

زامبروتا يعترف: أصبحت حقل تجارب للأطباء

كشف نجم كرة القدم الإيطالية السابق جانلوكا زامبروتا (48 عاماً)، جانباً من الأزمة الصحية التي يعانيها منذ فترة، إذ إنه في موقف صعب، ومن ثم بات بحاجة إلى المساعدة الطبية لتضادي تعقد وضعه أكثر فاكتر، خاصة أن حالته تبدو فريدة، ويأمل الأطباء في علاجه حتى يمكنه السير بشكل طبيعي في المرحلة المقبلة. وقال زامبروتا، في تصريحات نقلها موقع سي نيوز الفرنسي، الثلاثاء: "خلال مسيرتي الاحترافية لم أتعرض لأي إصابات خطيرة. لقد أجريت ثلاث عمليات جراحية للغضروف الهلالي الأوسط، ليس لدي (الغضروف) على اليسار ولا على اليمين حالياً، لذلك مع مرور الوقت، أصبحت ساقي مقوستين، واليوم أصبحت نموذجاً مختبرياً للعديد من الجراحين من أجل دراسة حالتي، التي تبدو غريبة بالنسبة إليهم، لمعرفة أسباب هذه المشكلة". وتابع زامبروتا الكشف عن وضعه الصحي وعمّا يخطط له الأطباء من أجل علاجه، وقال: "ينظر إلي الأطباء ويسألوني كيف أستطيع المشي. في الأساس، سيقومون بتقويم ساقي عن طريق بتر قطع صغيرة من العظام أعلاها وأسفلها، وإدخال صفائح لمحاولة تجنب الحاجة إلى الحصول على طرف اصطناعي كامل في المستقبل". ويعتبر زامبروتا من أفضل المدافعين في تاريخ كرة القدم الإيطالية، إذ لعب لأندية قوية، منها يوفنتوس وميلان، بعد أن كانت انطلاقته من فريق كومو ثم انضم إلى باري، وخاض تجربة قصيرة مع نادي برشلونة الإسباني، كما أنه كان أساسياً لسنوات عديدة في صفوف المنتخب الإيطالي، وتوج بطلا للعالم في عام 2006 مع المنتخب

الإيطالي، فقد كان من بين نجوم كتيبة المدرب مارسيلو ليببي.

ابنة مارادونا أمام المحكمة: كان من الممكن تجنب وفاته

أكدت دالما مارادونا، إحدى بنات الأسطورة الراحل الأرجنتيني ديفغو أرماندو مارادونا (المتوج بمونديال 1986)، الأربعاء، خلال المحاكمة الخاصة ب وفاة والدها، أنه كان يمكن تجنب الأمر، لو قام الأطباء المعالجون بعملهم الصحيح، وذلك خلال جلسة الاستماع رقم 11. وفي المحاكمة الأخيرة التي تعنى بالفريق الطبي المكون من سبعة أشخاص متهمين بمسؤوليتهم عن وفاة مارادونا يوم 25 نوفمبر 2020، قالت دالما، بحسب وكالة الأنباء الإسبانية "إفي"، "أفقدته كل يوم من أيام حياتي وأنا حزينة لعلمي أنه لو قاموا بعملهم، لكان يمكن تجنب وفاته. سوء المعاملة التي تلقاها لا تزال مؤلمة للغاية. عندما أخبرونا بأنه كان يحتضر ولم يقدم له أحد المساعدة، إنه أمر لا يزال مؤلماً للغاية". وذكرت دالما، صاحبة الـ 38 عاماً، أنّ الطبيب المعالج لمارادونا، المدعو ليوبولدو لوكي، كان قد وعد العائلة بأنّ المنزل الذي كان يمكث فيه الأسطورة الراحل بعد إجراء آخر عملية في الثالث من نوفمبر 2020، سيجهه بمعدات وطاقم طبي مشابه لذلك الموجود في عيادة طبية، وقالت: "هذا لم يحدث مطلقاً. لقد وعدونا بممرضات على مدار 24 ساعة، وأشخاص يمكن لهم إعطاؤه الأدوية". اتهمت دالما الموظفين المسؤولين عن رعاية والدها بتجاهل تحذيراته بشأن تدهور صحته ومنع اتصاله بعائلته، ما أدى إلى وفاته لاحقاً، بعدما كان يعاني من أمراض خطيرة في الكبد والقلب والرئة، وفقاً لتقرير الطبيب الشرعي الذي قدّمه إلى مكتب المدعي العام، مع العلم أنّ هذه القضية تشهد محاكمة كل من جراح الأعصاب ليوبولدو لوكي، والطبيبة النفسية أغوستينا كوستاشوف، والمحلل النفسي كارلوس دياز، والطبيبة ومنسقة شركة "سويس ميديكال" نانسي فورليني، والطبيب بيدرو دي سبانيا، ومنسق الممرضين ماريانو بيروني، والممرض ريكاردو الميرون.

تأثير شرب الماء أثناء التمارين الرياضية



الروتين المناسب للتدريب الرياضي

الحصول على روتين رياضي قوي وفعال للغاية من الأمور الصعبة في عالم التمارين الرياضية؛ فمعرفة احتياجات الجسد بشكل مثالي وانتقاء أفضل التمارين المختلفة وادخالها إلى قائمة الروتين الرياضي لتحقيق أفضل النتائج أمر يحتاج إلى خبرة طويلة في مجال العلم الرياضي، فعلى الرغم من أن ممارسة التمارين الرياضية بلا شك أمر رائع للغاية لكن بالتأكيد الحصول على ميزة اتباع روتين رياضي مثالي ومتكامل شيء لا يقدر بثمن بالنسبة للرياضيين. تؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية إلى وقاية الأفراد من الأمراض المزمنة، التحسين من الحالة المزاجية، التحسين من العمليات العقلية، تقوية العظام، والتقليل من خطر السقوط عند التقدم بالعمر. سواء كان الفرد يمارس رياضة اليوغا أو رياضة العدو أو رياضة رفع الأثقال التي تعود على الأفراد بالعديد من الفوائد التي لا تعد ولا تحصى، لكن كيف سيختار الفرد النشاط الرياضي المناسب له؟

من المهم أن يقوم الأفراد باختيار الطريقة المناسبة لممارسة الرياضة بشكل فردي أو جماعي، حيث أن قيام الفرد بممارسة الرياضة لوحده له مزايا معينة، على سبيل المثال، عدم الالتزام بوقت محدد، حصول الفرد على وقت لنفسه، والعديد من المزايا الأخرى. ممارسة الرياضة بشكل جماعي لها بعض المزايا على سبيل المثال: فرصة قيام الفرد بالتواصل الاجتماعي مع الآخرين، يتلقى الفرد الدعم لممارسة الرياضة بفاعلية، وتعتبر فرصة أكبر للالتزام بممارسة الرياضة. من المهم أن يقوم الفرد بالتحقق من حالة الطقس في المدينة التي يعيش فيها؛ على سبيل المثال إذا عاش الفرد في مدينة يتغير الطقس فيها بشكل ملحوظ كل فصل فمن الممكن أن يقوم الفرد باختيار رياضة تمارس على طول السنة على سبيل المثال ممارسة رياضة الملاكمة، أو كروس فیت، أو أي نشاط رياضي من الممكن أن يمارس طيلة السنة. من المهم أن يختار الفرد أنشطة رياضية تناسب الوقت الذي يملكه؛ فعلى سبيل المثال إذا كان الفرد لا يملك الوقت لممارسة رياضة متوسطة الشدة لمدة 150 دقيقة، فمن الممكن أن يمارس تمارين رياضية مرتفعة الشدة. من المهم أن يقوم الفرد بممارسة أنشطة رياضية تناسب ميزانيته؛ حيث أنه إذا كان الفرد لا يمتلك أي نقود فمن الممكن أن يقوم بممارسة رياضة الجري، رياضة المشي، والعديد من النشاطات الرياضية الأخرى التي لا تكلف الفرد شيئاً، من المهم أن يقوم الفرد باستكشاف جميع الخيارات القريبة المتاحة منه لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة؛ حيث من الممكن أن يجد الفرد نادي رياضي قريب ومناسب له.

لمختلف أجزاء الجسم. و يحافظ على ضغط الدم، حيث يمكن أن يؤدي نقص الماء في الجسم إلى زيادة كثافة الدم، ممّا يؤدي إلى زيادة ضغط الدم.. سابعاً: يحافظ على عمل المسالك الهوائية؛ يمكن أن يزيد الجفاف من سوء أعراض الربو والحساسية، وذلك لأن الجسم في حالة الجفاف يقوم بإعاقه وإغلاق المسالك الهوائية بهدف تقليل كمية الماء التي يخسرها الجسم. كما يقي من تلف الكلى، تساعد الكلى على تنظيم السوائل داخل الجسم، وقد يؤدي نقص الماء إلى الإصابة بمشكلات في الكلى؛ كالحصوات، وغيرها من الأمراض، ويحافظ على حرارة الجسم، وعند زيادة حرارة الجسم أثناء ممارسة الرياضة، فإن الماء المخزن في الطبقات الوسطى من الجلد ينتقل إلى سطح الجلد على شكل عرق ويتبخر، ممّا يقلل من حرارة الجسم، ويشير العلماء إلى أنه عند نقص الماء في الجسم فإن ذلك يؤدي لزيادة الحرارة، ممّا يقلل من قدرة الجسم على تحمّل الإجهاد الحراري. ومن جهة أخرى فإن تناول كميات كافية من الماء خلال التمارين الرياضية من الممكن أن يقلل من الإجهاد البدني في حال الإصابة بالإجهاد الحراري. من الممكن أن يؤدي تناول الماء بدلاً عن المشروبات عالية السكر إلى تقليل الوزن، كما يمكن أن يساعد تناول الماء

الوجبات على زيادة الشعور بالشبع وبالتالي تقليل كمية ويخلص الجسم من الفضلات، حيث إن الجسم يحتاج إلى الماء للتعرق، وإخراج البراز والبول. يوجد عدة نصائح لتسهيل زيادة شرب الماء، ومن هذه النصائح ما يلي: تناول الماء أو السوائل مع الوجبات الخفيفة والرئيسية. تناول الفواكه والخضار الغنية بالماء. الاحتفاظ بزجاجة الماء طوال اليوم، في السيارة، والعمل، والمنزل. اختيار المشروبات التي لها طعم محبب، والتي تتناسب مع أهداف النظام الغذائي، كالمشروبات الخالية من السعرات الحرارية. يتم قبل التمرين مباشرة شرب الماء بنحو ساعة أو ساعتين. ويجب شرب حوالي نصف لتر، ويجب قبل ممارسة التمرين مباشرة بشرب ربع لتر من الماء أي نحو كوبين، وإذا كان الجو حار ودرجة الحرارة عالية، فلا بد من شرب الماء حسب الحاجة لها. أما أضرار الإفراط بشرب الماء قبل ممارسة التمارين الرياضية، فيؤدي شرب الماء قبل أداء التمارين الرياضية إلى تقلص العضلات وتشنجها وصعوبة التنفس، ويعد شرب الماء قبل ممارسة التمارين الرياضية إلى ضعف كفاءة الفرد في أداء التمارين الرياضية. وشرب الماء أثناء ممارسة الرياضة، حيث يجب شرب الماء كل خمسة عشر دقيقة بمقدار نصف من الماء، خلال أداء التمارين، ويجب أن يتم شرب الماء على عدة دفعات أو رشفات؛ لترطيب الفم بشكل دوري، وعدم شرب الماء على دفعة واحدة، وذلك حتى لا يشكل خطراً على صحة الفرد. أما أضرار الإفراط بشرب الماء أثناء ممارسة الرياضة، فيعد شرب الماء أثناء ممارسة التمارين الرياضية أمراً ضرورياً، كما يُعد شرب الماء أكثر من اللازم أثناء ممارسة الرياضة أمراً خطراً فقد يؤدي إلى عدم الكفاءة في أداء التمارين. وقد يؤدي شرب الماء بكثرة أثناء ممارسة الرياضة إلى الشعور بالصداع، التشويش، والإجهاد، كما يجب تعويض السوائل المفقودة بعد ممارسة التمارين الرياضية؛ لحماية الجسم من الجفاف، ويساعد شرب الماء بكمية كبيرة ومتباعدة بعد ممارسة الرياضة على زيادة خسارة الوزن، وإن شرب كميات كبيرة بعد ممارسة الرياضة يؤدي إلى الإصابة بحالة نقص صوديوم الدم، التي تسبب حدوث النوبات والغيبوبة وحتى الوفاة. وعادة يعد شرب الماء بشكل مبالغ وبعد التمرين خطراً للاعبين، خاصة لاعبي المارثونات وممارسو رياضة التحمل، لذا ينصح الرياضيون الذين يشربون الماء بكثرة بعد التمرين بالانتباه في حال شعورهم بالغثياف، أو التقيؤ، أو الارتباك، أو الإجهاد، أو انتفاخ اليدين والقدمين، إذ هذه الأعراض تدل على زيادة شرب الماء.

يشكل الماء مقدار 60% من مكونات الجسم، كما يُعد من أكبر مكونات الدم؛ حيث تصل نسبته إلى 90%، وهو من العناصر المهمة لوظائف الجسم الحيوية، وعادة ما يحصل الجسم على جزء من الماء الذي يحتاجه من خلال الأطعمة ذات المحتوى العالي منه، ولكن النسبة الأكبر تأتي من شرب الماء، ومختلف المشروبات، ومن الجدير بالذكر أن الجسم يفقد الماء بشكل يومي من خلال التعرق، والتبول، لذلك يحتاج لاستبدال الكميات المفقودة بشرب الماء باستمرار، ومن الممكن أن يساعد شرب الماء بدلاً من المشروبات الغازية على إنقاص الوزن. يساعد شرب الماء بكميات كافية أثناء ممارسة الرياضة على زيادة شعور الرياضي بالراحة، ويمكنه ذلك من أداء التمارين بفعالية أكبر ولفترة أطول؛ حيث يستطيع القلب ضخ الدم للجسم من دون الحاجة إلى بذل جهد كبير، وبالتالي يُنقل الأكسجين والعناصر الغذائية بشكل أكبر كفاءة إلى العضلات التي تُستخدم أثناء التمارين، ويساهم ذلك في زيادة طاقة الجسم، وأداء التمارين بسهولة أكبر، ومن جهة أخرى فإن الجسم يخسر الماء أثناء التمارين الرياضية عن طريق التنفس أو التعرق، ومن الممكن أن يصاب الرياضي بالجفاف، وفي هذه الحالة من الممكن أن يصاب بالدوار، والغثياف، ولن تعمل العضلات بكفاءة جيدة، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى زيادة التشنجات العضلية؛ حيث يدخل الماء في العديد من التفاعلات الكيميائية الأساسية في الجسم. وينصح بشرب الماء بشكل مستمر خلال اليوم قبل التمرين، كما يجب شرب الماء خلال التمارين ويعد أيضاً، ولتجديد كمية الماء التي يحتاجها الرياضي، ينصح بوزن الجسم قبل وبعد أداء التمرين؛ حيث يجب شرب 470-590 مللتر من الماء مقابل كل نصف كيلوغرام مفقود من الوزن، ومن الجدير بالذكر أنه ليس هناك حاجة لشرب المشروبات الرياضية خلال التمارين؛ إلا في حال القيام بالتمارين لأوقات طويلة جداً في الخارج، ومن الممكن اتباع النصائح التالية للحصول على كمية كافية من الماء خلال التمرين الرياضي شرب 443-590 مللتر من الماء قبل البدء بالتمارين بساعة إلى ساعتين، وتعادل هذه الكمية قرابة كوبين إلى كوبين ونصف من الماء. شرب 236-295 مللتر من الماء قبل التمرين بربع ساعة، وهو ما يعادل كوباً إلى كوب وربع. شرب 236 مللتر من الماء خلال أداء التمارين كل 15 دقيقة تقريباً. يحتاج الجسم للماء للقيام بوظائفه المختلفة، وهناك عدة فوائد يقدمها الماء للجسم، ومنها ما ترطيب المفاصل، حيث يشكل الماء ما يقارب 80% من مكونات الغضاريف الموجودة في المفاصل، وفقرات العمود الفقري، ومن الممكن أن يؤدي جفاف الجسم إلى تقليل قدرة المفاصل على امتصاص الصدمات على المدى البعيد، ويسبب ذلك ألماً في المفاصل. ويشكل اللعب والمخاط، حيث إن شرب الماء يساهم في المحافظة على نظافة الفم، كما أن اللعب يساعد على هضم الطعام، ويحافظ على الفم رطباً، في حين تحافظ المواد المخاطية على رطوبة الأنف والعينين. و يحافظ على البشرة، فالجفاف يؤثر في الجلد، ويجعله أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات الجلدية والتجاعيد، يعزز صحة الدماغ والتخاع الشوكي، إذ يمكن أن يؤثر جفاف الجسم في بناء ووظائف الدماغ؛ حيث يمكن أن يؤدي ذلك لاضطرابات في التفكير المنطقي. كما يساعد على الهضم، حيث يحتاج الجهاز الهضمي إلى الماء حتى يقوم بوظائفه بالشكل الصحيح، وقد يؤدي تعرض الجسم للجفاف إلى عدة مشاكل هضمية؛ كالإصابة بحموضة المعدة، ومن هذه الأعراض خطر الإصابة المععدة، والقرحة، الهضمية، ومن جهة أخرى فإن

العناصر الغذائية الأساسية في الماء، مما يُسهّل نقلها

الرئيس مدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

المدير العام : **مجدوب بن صالح**

■ 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 ب01هـج باستور-الجزائر.
الهاتف الثابت:
020.05.20.91 / 020.05.10.42
الهاتف:
020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
agence.ora@anep.com.dz
agence.ama@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطبع: **SAMPRAL**
TD DIFFUSION COMMUNICATION
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
agence.ora@anep.com.dz
agence.ama@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

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



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:

