

الإشادة تنهال على نجم "الخضر" بعد مشواره الرائع  
غويري يواصل الإبهار مع مارسييا ويحطم رقم دروغبا القياسي

# جوهرة مارسييا

لاعب  
"الخضر"  
يقود التشكيلة  
المثالية في  
"الليغ 1"



دي  
زيربي،  
"غويري"  
رقم 9  
يحتذى  
به وهو  
لاعب  
"متكامل"

www.dzair-tube.dz  
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الثلاثاء 6 ماي 2025 الموافق لـ 8 ذو القعدة 1446 هـ العدد: 1221 الثمن: 30 دج



الدخول مجاني إلى ملعب عناية لدعم "الخضر"

## أشبال بوقرة يستأنفون التحضير للقاء العودة ضد "غامبيا"

الجولة الـ 29 من القسم الثاني هواة

مواجهتا الخروب -  
الرويسات وشاغوم العيد -  
الحراش بدون جمهور

قضية صفاء الخميس وشبيبة تيارت

لجنة الانضباط تضرب  
بيد من حديد



مانشستر سيتي مهمت  
بأيت نوري وولفرهامبتون  
يشترط 40 مليون  
استرليني للتخلي عنه



بن  
سبعيني  
ضمن تشكيلة  
الأسبوع في  
"البوندسليغا"

## المنتخب الوطني

الإشادة تنهال على نجم  
"الخضر" بعد مشواره الرائع

# غوييري

## يواصل الإبهار مع مرسيليا ويحطم رقم دروغا القياسي

يواصل الدولي الجزائري أمين غوييري، عروضه المبهرة مع ناديه أولمبيك مرسيليا، بعدما أضاف هدفا جديدا إلى رصيده، بمناسبة لقاء تيل ضمن الجولة 32 من الدوري الفرنسي أول أمس، ليؤكد مستوياته الرائعة ويحقق أرقاماً مميزة أدخلته تاريخ النادي و«الليخ» 1. ورغم تعثر مرسيليا بملعب ليل، بتعادل مخيب (1-1)، إلا أن نجم "الخضر" ترك بصمته كعادته من خلال تسجيل هدف التقدم في الدقيقة 57، لكن ليل نجح في إدراك التعادل عند الدقيقة 74، ويفوت لوام فرصة تعميق الفارق في الوصافة عن الملاحق موناكو، في ليلة أكد من خلالها أمين غوييري أنه صفقة استثنائية لنادي الجنوب الفرنسي، حيث أثبت نفسه كأفضل لاعب في تشكيلة روبيرتو دي زيربي، محطماً رقمين قياسيين رائعين، ومن الشكل، قدم الدولي الجزائري أداءً رائعاً وكان هدفه سبباً في دخوله تاريخ نادي مرسيليا، وهي المساهمة رقم 11 في رصيده منذ انضمامه إلى "لوام" الشتاء الماضي، (سجل 8 أهداف وقدم 3 تمريرات حاسمة) بمعدل 0.67 هدف في المباراة الواحدة، ليصبح اللاعب الأكثر تسجيلاً للأهداف في الصفقات الشتوية في القرن 21، وأيضاً أول لاعب في مرسيليا يكون حاسماً 11 مرة في أول 12 مباراة له متجاوزاً الأسطورة الأيفورانية ديديه دروغبا الذي ساهم في 10 أهداف في أول 12 مباراة له (سجل 7 ومنح 3 تمريرات حاسمة). وتؤكد عروض غوييري الرائعة، بأن إدارة أولمبيك مرسيليا، نجحت في خطف لاعب رائع أثبت مكانته في ظرف وجيز، ليخلف إيلي واهي بطريقة مبهرة، وهو ما أكدته مجدداً الكثير من وسائل الإعلام الفرنسية، التي تغنت مطولاً بمستويات نجم "الخضر"، واصفاً إياه باللاعب المثالي الذي منح حلولاً كثيرة للمدرب دي زيربي، بفضل انضباطه التكتيكي وذكائه فوق أرضية الميدان وتحركاته التي تربك أي دفاعات، ما يثبت أنه رقم 9 حقيقي افتقدته تشكيلة نادي الجنوب الفرنسي في الشطر الأول من الموسم.

### غوييري: "كنا نود تحقيق الفوز ومسيرنا لا يزال بين أيدينا"

من جانبه، أعرب أمين غوييري، عن رضاه بالنقطة التي حصل عليها أولمبيك مرسيليا أمام ليل، رغم حسرته وتأكيد رغبته في العودة بالفوز من ملعب "ببيري موروا"، وأن فريقه كان قادراً على حصد النقاط الثلاث، موضحاً أن فريقه لا يزال يملك مصيره بين يديه في سياق التأهل لدوري أبطال أوروبا، وقال في تصريح لقناة "دازن": "أعتقد أنهم لم يكونوا خطرين (ليل)، وسيطروا على المباراة. كان بإمكاننا أن نكون أكثر خطورة. لكنني أعتقد أنها ليست نتيجة سيئة. بالطبع كنا نتمنى الفوز، يمكننا أن نأسف قليلاً لأننا أتيت لثنا فرصتان لتعميق النتيجة. لا يزال مصيرنا بين أيدينا، فنحن في المركز الثاني بفارق نقطتين (عن ليل صاحب المركز الخامس)".

### دي زيربي: "إنه رقم 9 يحتذى به وهو لاعب متكامل"

ولم يتردد المدرب روبرتو دي زيربي في الإشادة بلاعبه الجزائري، مؤكداً أن حضوره دائماً يكون حاسماً، رغم عدم التسجيل في بعض اللقاءات، مشيراً إلى تأثيره على أسلوب لعب مرسيليا الهجومي، مما يجعله عنصراً أساسياً، وأضاف التقني الإيطالي في المؤتمر الصحفي بعد لقاء ليل: "غوييري؟ أعتقد أنه بدأ يدرك أهمية الرقم 9 الذي يحمله. إنه نموذج يحتذى به للرقم 9، يسجل، يراوغ، يتحرك ببراعة، إنه لاعب متكامل وشخص رائع في آن واحد".

### زميله النجم الإنجليزي غرينوود: "تربطنا علاقة جيدة وهو إضافة حقيقية لثنا"

ولم يكن دي زيربي الوحيد الذي أشاد باللاعب الدولي الجزائري بعد المباراة، ويتعلق الأمر بزميله النجم الإنجليزي ماسون غرينوود الذي قال: "نعم، تربطنا علاقة جيدة، إنه لاعب من الطراز الرفيع، كما ترون، لقد ساعدنا كثيراً هذا الموسم بانضمامه في جانفي. كما قلت، سجل هدفاً الليلة، فهو دائماً في المكان المناسب في الوقت المناسب. هذا ما يحتاجه أي مهاجم في مرسيليا، والجميع يدعمه اليوم لأنه قدم مباراة رائعة".



نال أعلى علامة وتفوق على رونالدو

## محرز يزين التشكيلة المثالية لدوري أبطال آسيا للنخبة

يواصل الدولي الجزائري رياض محرز، حصد الاعتراف والإشادة بعد إنجازه الرائع مع أهلي جدة السعودي، والتتويج بدوري أبطال آسيا للنخبة لأول مرة في تاريخ النادي، بفضل مساهماته

الكبير ومستوياته الباهرة، ليتواجد ضمن التشكيلة المثالية للنسخة التي اختتمت السبت الماضي. وأدرج موقع "سوفاسكور" العالمي المختص في إحصائيات كرة القدم، اسم قائد "الخضر"، في التشكيلة المثالية لمنافسة دوري أبطال آسيا للنخبة، بعد المشوار الرائع الذي قدمه مع الأهلي وقيادته للمجد القاري، بفضل الأرقام المميزة التي حققها ومساهمته بشكل مباشر في حصد اللقب، إذ حصل رياض محرز على أعلى تقييم من طرف نفس المنصة، بواقع 8.16، متفوقاً على سالم الدوسري نجم الهلال السعودي الذي حصل على 7.93 تم أكرم عفيف نجم السد القطري 7.88، بينما حصل النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو مهاجم النصر، على علامة 7.61. وكان محرز قد حقق أرقاماً فردية مذهلة، وطرافاً فاعلاً في تتويج الأهلي بالتاج القاري، بعدما حقق 17 مساهمة تهديفية بتسجيل 9 أهداف وتقديم 8 تمريرات حاسمة في 13 مباراة خاضها في المنافسة الآسيوية. ورغم مساهمته الحاسمة في قيادة فريقه الأهلي لتحقيق اللقب لأول مرة في تاريخه، إلا أن الاتحاد الآسيوي لكرة القدم منح جائزة أفضل لاعب في البطولة لزميله البرازيلي روبيرتو فيرمينيو، وهو ما أثار جدلاً واسعاً في المنتصبات الرقمية. عبد المجيد



لاعب  
"الخضر"  
عاد  
للتشكيلة  
الأساسية  
لأول مرة  
منذ شهرين

## مدرب ليل يثني على مستويات بن طالب أمام مارسيليا

أشاد مدرب نادي ليل الفرنسي برونو جينيسيو، بالدولي الجزائري نبيل بن طالب، عقب المستوى الذي ظهر به في مواجهة مرسيليا التي انتهت بالتعادل الإيجابي (1-1) مساء أول أمس، برسم الجولة 32 من الدرجة الأولى الفرنسية. وعاد متوسط ميدان "الخضر" إلى التشكيلة الأساسية لناديه ليل بعد غياب طويل دامت أزيد من شهرين، حيث تعود آخر مرة شارك فيها منذ البداية إلى تاريخ 01 مارس الماضي، في مباراة باريس سان جيرمان، وهي العودة التي كانت موفقة حسب تصريحات مدرب النادي الفرنسي، وقال جينيسيو أن نبيل بن طالب تمكن من تعويض أندريه غوميز الذي غاب في آخر لحظة بسبب معاناته من آلام في الظهر، مضيفاً "فضلت إشراك لاعب جاهز تماماً لمباراة بهذا المستوى. وكان هذا أيضاً السبب. أعلم أنه يمكنني الاعتماد على نبيل (بن طالب)، وأيوب (بواوي)، وغالا (نغلايل موكاو)، وواصل "في هذا المركز، لدينا العديد من اللاعبين. كانت هذه نكسة، حيث استدعنا للمباراة بوجود بنيامين (أندريه) وأندريه غوميز في خط الوسط. لكن هذا ليس مشكلة، فنميل معناد على اللعب في هذا المركز، وقد سبق له اللعب مع بنيامين في العديد من المباريات". واختتم "أعتقد أنه أضاف لنا خبرة كبيرة في هذا النوع من المباريات. من المهم التحلي بالهدوء على المستوى الفني. لقد كانت مباراة جيدة جداً"، وللإشارة فإن هذه ثاني مباراة يلعبها بن طالب كأساسي مع ليل منذ عودته إلى المنافسة الرسمية بتاريخ 16 فيفري الماضي، عقب غيابه لفترة طويلة بسبب معاناته من أزمة قلبية.

### بن طالب: "حصلنا على ما نستحق"

المنتخب الوطني، عن رضاه على مبرزاً في تصريحاته لقناة "دازن" "حصلنا على ما نستحق، لقد عملنا الأول وتمكنا من احتواء هجومهم. لم العديد من الفرص، أخطائهم" وأضاف: "لا سنحت لهم فرص

ومن جانب آخر، عبر نجم نتيجة التعادل أمام مرسيليا، عقب نهاية اللقاء : بشكل جيد في الشوط نتمكن من خلق لكننا استفدنا من أعتقد أنهم أكثر منا بكثير، وواصل "لا أعرف ما إذا كانوا سيقللون من الخسائر، ولكن على أي حال، نحن نعلم أنهم فريق تنافسي. لقد رأينا ذلك بوضوح تام الليلة، إنهم أقوياء. لكننا تمكنا من تحقيق التعادل". عبد المجيد



بعد 34 سنة من الانتظار

## ليريس يحقق الصعود رفقة بيزا إلى "السييري أ"

رسم نادي بيزا الإيطالي عودته إلى الدرجة الأولى الإيطالية "السييري أ"، مساء أول أمس، بعد انتظار دام 34 سنة كاملة. ورغم خسارة بيزا الذي يضم في صفوفه الدولي الجزائري مهدي ليريس في الجولة الأخيرة أمام باري (1-0) إلا أنه ضمن صعوده المباشر إلى "الكالتشيو"، مستغلاً هزيمة سبيتسيا، منافسهم المباشر. وقدم نادي "بيزا" موسماً استثنائياً تحت قيادة المدرب فيليبو إنزاغي الذي دخل تاريخ الفريق من أوسع الأبواب. وكان الظهير الأيمن لـ "الخضر"، التحق بصوف النادي الإيطالي الصيف الماضي، بعد موسم صعب في إنجلترا مع ستوك سيتي، حيث كان يأمل في إعادة بعث مشواره الكروي في دوري يعرفه جيداً، لكنه تلقى صدمة قوية بتعرضه لإصابة بعد 3 جولات فقط من انطلاق الموسم الجاري، حيث تعرض لتمزق حاد في الرباط الصليبي للركبة في مباراة ودية، خضع على إثرها لعملية جراحية واضطر للابتعاد عن المنافسة الرسمية طيلة الموسم.

عبد المجيد

## تصفيات كأس أفريقيا للاعبين المحليين

## أشبال بوقرة يستأنفون التحضير للقاء العودة ضد "غامبيا"



وأخذ بعض اللقطات. للتذكير، ستجرى مباراة الإياب أمام غامبيا الجمعة المقبل بملعب 19 ماي 1956 بعنابة، بداية من الساعة 19:00.

## الدخول مجاني إلى ملعب عنابة لمناصرة "الخضر"

أكد مدير الشباب والرياضة لولاية عنابة، حسين علوي، أن الدخول إلى ملعب 19 ماي 1956 في مباراة المنتخب الوطني المحلي أمام غامبيا سيكون مجانياً. وقال حسين علوي في تصريحات للإذاعة الوطنية: «الملعب جاهز لاحتضان مثل هذه المقابلات الخاصة بالفريق الوطني، الدخول سيكون مجاني بالنسبة للمناصرين»، قبل أن يضيف: «إفتتاح أبواب الملعب سيبدأ على الثالثة أو الرابعة عصرا لم يتم الفصل في ذلك». كما أكد مدير الشباب والرياضة لولاية عنابة، أن كل الظروف مهيأة على مستوى ملعب 19 ماي 1956 لاستضافة المباراة بين الجزائر وغامبيا.

## منطقة مختلطة للاعبين الخضر مساء اليوم

أعلن الاتحاد الجزائري لكرة القدم، أمس الإثنين، عن تنظيم منطقة مختلطة مع ممثلي مختلف وسائل الإعلام، بالمركز التقني لسيدى موسى بداية من السادسة إلا ربع، وذلك للحديث عن مواجهة العودة أمام غامبيا. وقالت "الطاف" في بيان لها عبر موقعها الرسمي، إنه تحسباً لمباراة الإياب أمام منتخب غامبيا، لحساب الدور الثاني من تصفيات كأس أمم إفريقيا للاعبين المحليين 2024، المقررة يوم الجمعة 9 ماي 2025 بمدينة عنابة "سيتم تنظيم منطقة مختلطة مع لاعبي المنتخب الوطني للمحليين، هذا الثلاثاء، بالمركز التقني الوطني بسيدى موسى، ابتداء من الساعة 17:45". وأشار البيان ذاته، أن الحصة التدريبية ستكون مفتوحة أمام وسائل الإعلام لمدة 15 دقيقة، لتمكين الصحفيين من التقاط الصور

استأنف عناصر المنتخب الجزائري المحلي لكرة القدم، تدريباتهم بالمركز التقني بسيدى موسى، تأهباً لمباراة العودة أمام غامبيا ضمن تصفيات الدور الأخير المؤهل إلى بطولة "الشان". وحسب بيان الطاف، فقد عاد لاعبو المنتخب الوطني للمحليين إلى التدريبات أول أمس الأحد على إحدى أرضيات المركز التقني الوطني بسيدى موسى، وهي الحصة التي ركز خلالها الطاقم على الاسترجاع، مشيراً المصدر ذاته، إلى أن اللاعبين الذين شاركوا كأساسيين في المباراة الأخيرة اكتفوا بتمارين داخل القاعة. وخرج المنتخب المحلي بنتيجة إيجابية من تنقله الصعب إلى غامبيا، ونجح في المحافظة على نظافة شبابه، ليبقى مصيره بين يديه قبل مواجهة العودة، حيث يتطلع الجمهور لرؤية المنتخب المحلي يفتك بطاقة العبور من عنابة، ويؤكد أحقيته في خوض بطولة الشان التي ستحتضنها كل من كينيا و تانزانيا و أوغندا.

## مانشستر سيتي مهمتهم بضم آيت نوري وولفرهامبتون مستعد لتسريح اللاعب مقابل 40 مليون استرليني

تتزايد التكهات بشأن انتقال الدولي الجزائري، ريان آيت نوري اللاعب الحالي لنادي وولفرهامبتون إلى مانشستر سيتي خلال فترة الانتقالات المقبلة. وكشف موقع "TBR Football" في خبر وصفه بالحصري، أمس الإثنين، أن مانشستر سيتي مهمتهم بريان آيت نوري. وأفاد غرايم بيلي - كبير مراسلي TBR Football - أن مانشستر سيتي يجري عملية تقييم حول بروفائيل اللاعب آيت نوري قبل إعلان اهتمامه الرسمي بخدماته. وحسب المصدر ذاته، أن مثل الخطوات التي يجريها مانشستر سيتي تعد إجراء اعتيادي لاكتشاف شخصية آيت نوري خلف الأبواب المغلقة. وأشار المصدر ذاته، أن الخبر السار بالنسبة لسكاي بلوز هو أن وولفرهامبتون على استعداد لببيع اللاعب البالغ من العمر 23 عاماً هذا الصيف بشرط الوصول إلى تقييمهم البالغ 40 مليون جنيه إسترليني. ويبدو أن الظهير الأيسر للمنتخب الجزائري سيشعل سوق الانتقالات الصيفية، إذ يتوقع أن يكون محور تنافس محتمل بين الأندية الراغبة في التعاقد معه، خاصة مع سعي وولفرهامبتون للاستفادة المادية من الصفقة، ورغبة اللاعب في مواصلة تطوره الكروي في البريميرليغ. وكان أرسنال أيضاً بالتعاقد مع آيت نوري، الذي لفت الأنظار بعد تسجيله 11 هدفاً (أربعة أهداف وسبع تمريرات حاسمة) في الدوري لصالح فريق وولفرهامبتون الذي يحتل المركز الثالث عشر هذا الموسم. ويبقى آيت نوري مرتبطاً بعقد مع وولفرهامبتون حتى صيف 2027، وتبلغ قيمته السوقية 35 مليون أورو وفقاً لمنصة "ترانسفير ماركيت".

وسيم

## "ليل" يتغنى يا حصائيات مانندي المميزة أمام "مارسيليا"

أنشاد فريق ليل الفرنسي، بالمستويات الكبيرة التي قدمها لاعبه الدولي الجزائري، عيسى ماندي، في مواجهة أولمبيك مارسيليا ضمن مسابقة الدوري الفرنسي "الليغ 1". استعرض نادي ليل أرقام مدافعه الدولي الجزائري، عيسى ماندي، المذهلة في مواجهة أولمبيك مارسيليا، بعدما ساهم في نتيجة التعادل الإيجابي الذي انتهى عليه اللقاء. ونشر الحساب الرسمي لنادي ليل على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك صورة للاعب عيسى ماندي في لقاء مارسيليا وكتب قائلاً: «عيسى ماندي أعطى الأمان للأولمبيك دفاعاً في مباراة اليوم». واستعرض ليل في منشوره أرقام محارب الصحراء المميزة، حيث، بلغت نسبة دقة تمريراته في المباراة 92%، وأبرز ليل، أن ماندي استطاع الفوز بالسرعات الأرضية بمعدل 4/4، فيما بلغت دقة الكرات الطويلة الناجحة 6/9، كما برز بقوة في معدل نجاح العرقلة (أربع مرات). ولعب عيسى ماندي خلال الموسم الجاري 30 مباراة مع ليل في جميع المسابقات بواقع 2083 دقيقة لعب، لم يسجل ولم يصنع أي هدف، علماً أنه شارك في 19 مباراة كأساسي في مباريات الدوري الفرنسي من أصل 32 خاضها ليل إلى حد الآن. تجدر الإشارة، يرتبط عيسى ماندي بعقد مع ليل تنتهي مدته في 30 جوان 2026، فيما تبلغ قيمته السوقية 1.50 مليون أورو حسب بيانات ترانسفير ماركيت المختص في الأرقام والإحصائيات والانتقالات.

## بن سبعيني ضمن تشكيلة الأسبوع في "البوندسليغا"

اختير الدولي الجزائري، رامي بن سبعيني، الظهير الأيسر لنادي بوروسيا دورتموند، ضمن التشكيلة المثالية الخاصة بالجوقة 32 من البطولة الألمانية "البوندسليغا"، حسب ما أفاد به موقع هوسكورد المتخصص في إحصائيات اللاعبين والفرق. ويعود الفضل في تواجد، رامي بن سبعيني، ضمن هذه التشكيلة لمساهمته الفعالة في فوز فريقه بوروسيا دورتموند على فولفسبورغ براباغية دون رد، حيث، كان وراء الهدف الثالث الذي وقعه كريم أديمي في د. 69. وتحصل مدافع "الخضر" وفق ما نشره ذات الموقع على علامة 8.20 من 10، ليحل في المركز التاسع لأفضل لاعبي الأسبوع. نجح بن سبعيني هذا الموسم، في تسجيل 3 أهداف وتقديم 7 تمريرات حاسمة جمعها من 42 مباراة خاضها بجميع المسابقات، وتباينت أدواره بين مركزي الظهير الأيسر وقلب الدفاع، إذ أثبت قيمته لدى نيكو كوفاتش رغم الانتقادات التي لاحقته في الفترة السابقة.

وسيم

## أرقامه تتحدث عنه

## قادري ينصب نفسه الأفضل في "كورتريك" هذا الموسم

نصب الدولي الجزائري، عبد القهار قادري، نفسه أحد أفضل اللاعبين في ناديه كورتريك البلجيكي خلال الموسم الكروي الجاري 2024-2025، وذلك بعدما بسم أرقام مميزة في بطولة "جوبيلر بروليغ". وحسبما أكدته الصفحة الرسمية "سوفاسكور" المختص في الأرقام والإحصاء بموقع التواصل الاجتماعي فيسبوك، فإن خريج مدرسة أتليتيك بارادو، يعتبر الأكثر مساهمة في الأهداف، رفقة ناديه البلجيكي، ب 12 مساهمة تهديفية كما أنه يتصدر قائمة أفضل الممررين الحاسمين في كورتري. كما أن قادري يعد الأكثر نجاحاً في صناعة للفرص المحققة (8)، إلى جانب كونه، الأكثر منحا للتمريرات المفتاحية (37)، والأكثر نجاحاً في المراوغة (56)، الأمر الذي جعل "سوفاسكور" يمنحه أعلى تقييم في كورتريك ب 7.22/10. و ظهر متوسط الميدان الجزائري، بأداء جيد في الجولة الماضية، حين ساهم بفضل هدفه في فوز فريقه بميدان سيركل بروج وحصل على تنقيط 7.9 وفقاً لموقع "هوسكورد". جدير بالذكر، خاض عبد القهار قادري 30 مواجهة مع كورتريك إلى حد الآن في البطولة البلجيكية بواقع 2279 دقيقة لعب، سجل خلالها 5 أهداف وقدم 9 تمريرات حاسمة.

وسيم



مولودية الجزائر

اتحاد العاصمة

## محمد لاسات يتولى تدريب "سوسطارة" إلى نهاية الموسم

قررت إدارة نادي اتحاد العاصمة تعيين المدرب محمد لاسات على رأس العارضة الفنية للفريق إلى نهاية الموسم الجاري، وذلك خلفا للبرازيلي ماركوس باكييتا الذي غادر منصبه قبل أيام بسبب توالي النكسات في المنافسة الإفريقية والبطولة المحترفة الأولى. ويأشر لاسات، أمس، مهامه بصفة رسمية من خلال إشرافه على الحصة التدريبية التي جرت بملعب عمر حمادي ببوولوجين، حيث من المقرر أن يتولى زمام العارضة الفنية إلى غاية نهاية الموسم خاصة في ظل عدم قدرة الإدارة على التعاقد مع مدرب أجنبي ثالث، بعد رحيل كل من المدرب التونسي نبيل معلول وخليفته البرازيلي ماركوس باكييتا.

### الإصابات هاجس الطاقم الفني قبل مواجهة قسنطينة

وعلى صعيد آخر، عادت تشكيلة "سوسطارة" مساء أول أمس، إلى أجواء التحضيرات مجددا بملعب عمر حمادي، وذلك عقب راحة منحها الطاقم الفني للاعبين دامت ثلاثة أيام، وعرفت الحصة التدريبية غياب عديد العناصر بداعي الإصابة، ويتعلق الأمر بكل من: مغيبي، عليلات، رضواني، عزي، لعامرة، مرغم وخالدي، الذين يواصلون برامجهم العلاجية والتأهيلية تحت إشراف الطاقم الطبي للفريق، رفقة حسام الدين غشة. كما غاب عن الحصة كل من إبراهيم بن زازة، المستفيد من ترخيص خاص بمناسبة عقد قرانه، وبونفيس كلاب وموسى علي، بسبب انشغالهما بإجراءات إدارية تتعلق بتسوية وضعيتهما القانونية في الجزائر.

### لوصيف وموندينكو جاهزان للقاء "السياسي"

وبالمقابل من ذلك، ستجّل لوصيف وموندينكو عودتهما مجددا إلى التدريبات الجماعية، مع الفريق بعد غيابهما في الفترة الأخيرة بسبب معاناتهما من الإصابة، وتلقى الثنائي الضوء الأخضر من الطاقم الطبي للعودة إلى التحضيرات رفقة المجموعة تحسبا لمواجهة شباب قسنطينة يوم الأحد المقبل في الجولة الـ 25 من الرابطة المحترفة الأولى، وإلى ذلك، يواصل الثنائي بن بوط وشتي غيابيه، نظرا لتواجدهما ضمن التبرص الحالي للمنتخب الوطني.

سفيان.ع



## مزياني يعود إلى التدريبات ويفنّد الإشاعات

طوت إدارة نادي مولودية الجزائر قضية الطبيب مزياني الذي غاب عن التدريبات في الفترة الماضية بدون أي مبرر، وذلك بعودته مجددا إلى التحضيرات رفقة "العميد" استعدادا لمواجهة شباب بلوزداد يوم الاثنين المقبل، لحساب الجولة الـ 25 من الرابطة المحترفة الأولى. وسجل الطبيب مزياني سجل حضوره في الحصة التدريبية مساء أول أمس بمركز تدريبات المولودية بزرالدة، ليؤكد جاهزيته للمواجهة القادمة أمام الوصيف شباب بلوزداد، في لقاء سيكون حاسما بنسبة كبيرة لتحديد هوية بطل الموسم الجاري. وكان مزياني قد غاب عن حصة الاستئناف بسبب تواجده خارج الوطن لتسوية قضية شخصية، بدون أي مبرر وهو ما جعل المدرب خالد بن يحيى يرفع تقريراً للإدارة ويطالب بضرورة معاقبته.

### بن يحيى يشدد على ضرورة الانضباط

وحسب مصادر مقربة من بيت النادي العاصمي، فإن متوسط ميدان المولودية قدم مبرراته للإدارة وهو ما جعل التقني التونسي يتفهم الوضعية، ويقرر منحه الضوء الأخضر للعودة مجددا إلى التدريبات، وأشارت المصادر ذاتها، إلى أنّ خالد بن يحي رفض خرجة مزياني بغيابه دون أي مبرر، مشددا على ضرورة الانضباط فيما تبقى من الموسم الحالي، خاصة وأن "العميد" سيكون مقبلا على متعرج حاسم بداية من مواجهة يوم الاثنين المقبل حينما يواجه شباب بلزاد منافسه المباشر على لقب البطولة، مبرزا في ذات الصدد أنّه سيكون بحاجة ماسة لجميع اللاعبين في الجولات المتبقية من الرابطة المحترفة الأولى، وعليه سيكون الجميع مطالب ببذل أقصى مجهوداتهم من أجل تحقيق الأهداف المسطرة.

### مزياني يرد على الإشاعات بطريقته الخاصة

وفي ذا السياق، ردّ الطبيب مزياني على الإشاعات التي تم تداولها بخصوص قرار إدارة حاج رجم بتسريحه في نهاية الموسم الجاري بسبب خروجه من مخططات الطاقم الفني من جهة، ثم غيابيه عن التدريبات بدون أي مبرر، ونشر مزياني صورة له أثناء التدريبات على "ستوري" في حسابه الرسمي على إنستغرام في خطوة تؤكد أنّ ما تم تداوله مؤخرا لا يعدو كونها مجرد إشاعات لا أساس لها من الصحة.

سفيان.ع



سلطت عقوبات قاسية على صفاء الخميس وشبيبة تيارت

## لجنة الانضباط تضرب بيد من حديد

قررت لجنة الانضباط التابعة للرابطة الوطنية لكرة القدم هواة، خسارة فريقتي شبيبة تيارت وصفاء خميس مليانة، خلال اللقاء الذي جمعهما يوم الأحد 27 أبريل الفارط، لحساب الجولة الـ 28 من بطولة الرابطة الثانية هواة (مجموعة وسط-غرب). وأوضح الرابطة في بيان لها مساء أول أمس أن "اللقاء الذي فاز فيه صفاء خميس مليانة على شبيبة تيارت بنتيجة (5-2) بملعب-قلايد أحمد- بتيارت لم يلعب حسب القواعد الأخلاقية والنزاهة التي تدعو لها الروح الرياضية واللوائح". وأضاف البيان "اعتمادا على الصورة التلفزيونية، فقد أثبتت وبطريقة واضحة هذه المخالفات، لذا تعلق لجنة الانضباط التابعة للرابطة، خسارة الفريقين لهذه المباراة إضافة إلى خصم ثلاث نقاط من رصيد فريق شبيبة تيارت". من جهتهما، عوقب رئيسا النادي الهاوي لكل من فريقتي شبيبة تيارت وصفاء الخميس، بالإضافة إلى رئيس فرع كرة القدم لصفاء الخميس بعامين نافذين لكل منهم وغرامة مالية بـ 50 ألف دينار جزائري. كما تمت معاقبة قائدي الفريقين وكذا حارس مرمى فريق شبيبة تيارت بعامين لكل منهم وتغريمهم بمبلغ 50 ألف دج، حسب نفس المصدر. وفضلا عن هذه العقوبات، فقد رفعت الهيئة الكروية دعوى قضائية لدى الهيئات المختصة.

### إدارة الخميس تطلق لدى "الفاف"

وعلى صعيد ذي صلة، رفعت إدارة فريق صفاء خميس مليانة طعنا إلى الاتحاد الجزائري لكرة القدم، على خلفية القرار الصادر من الرابطة الوطنية لكرة القدم - هواة، بمعاقبة الفريق وعدد من لاعبيه، إلى جانب فريق شبيبة تيارت، على خلفية أحداث مباراة الفريقين بتاريخ 27 أبريل الماضي. وناشدت إدارة خميس مليانة لجنة الطعون التابعة للاتحاد الجزائرية لكرة القدم، بضرورة التزام العمل بالقوانين، مشددة على غياب أي دليل قطعي يورط الفريقين، ويؤكد تواطؤهما وترتيب المباراة، وبالتالي يبرر ما وصفته العقوبات القاسية التي أصدرتها لجنة الانضباط التابعة للرابطة القسم الوطني هواة. وأشارت إدارة خميس مليانة، في مذكرة موجهة إلى لجنة الطعون، إلى أن الاعتماد على مقاطع الفيديو التي تم تداولها، لا يمكن بأي شكل من الأشكال أن يرتقي إلى مرتبة الدليل القانوني الملتمس من الجهات المختصة، خاصة وأن التقارير الرسمية الخاصة بالمباراة لم تحمل أي إدانة صريحة للفريقين، إذ لم تحمل تقارير حكم اللقاء والمحافظ أي شيء خارج النطاق الرياضي. وأكدت إدارة خميس مليانة أن الأخطاء الفنية أو المردود المقدم خلال تلك المباراة، لا يمكن أن تعد دليلا كافيا للإدانة بتهمة ترتيب المباراة.

سفيان.ع

## الجولة الـ 29 من بطولة القسم الثاني هوائية برمجية مواجهة تتي الخروب - الرويسات وشاغوم العيد - الحراش بدون جمهور

أعلنت رابطة هواة لكرة القدم، عن إجراء مواجهتي جمعية الخروب - مستقبل الرويسات، وهلال شلغوم العيد - اتحاد الحراش بدون جمهور. ومن المقرر أن تجري مباريات الجولة الـ 29 من القسم الثاني هواة (مجموعة وسط شرق) هذا الجمعة، وستشهد مواجهات قوية ومثيرة أبرزها بين جمعية الخروب وضيئه مستقبل الرويسات من جهة وشلغوم العيد واتحاد الحراش من جهة أخرى، حيث ستكون المنافسة على أشدها لتحقيق الصعود إلى الرابطة المحترفة الأولى. وأعلنت رابطة هواة أمس، أنّه وعقب الاجتماع الأمني الخاص بمواجهة جمعية الخروب ومستقبل الرويسات تقرر إجراء المباراة بدون جمهور من أجل السير الحسن للمباراة، وهو الأمر ذاته بالنسبة للقاء شاغوم العيد واتحاد الحراش بولاية ميلة. ويحتل الرويسات صدارة القسم الثاني هواة مجموعة وسط شرق برصيد 65 نقطة بفارق نقطة وحيدة عن اتحاد الحراش الوصيف وذلك قبل جولتين على نهاية الموسم.

سفيان.ع

عقب الخسارة في لقاء ودي أمام مستغانم

## الدفاع يثير مخاوف "الحمراوة" قبل مواجهة خنشلة

ينتظر مدرب نادي مولودية وهران عبد القادر عمراني، عملا كبيرا من أجل تجهيز التشكيلة لمواجهة نادي اتحاد خنشلة يوم السبت المقبل، لحساب الجولة الـ 25 من الرابطة المحترفة الأولى، ويرمج المسؤول الأول على العارضة الفنية لـ "الحمراوة" مساء أول أمس، مباراة ودية أمام ترجي مستغانم، على ملعب بن سليمان بمستغانم، وذلك لإبقاء اللاعبين ضمن أجواء المنافسة في ظل التوقف المؤقت للبطولة الوطنية بسبب خوض المنتخب الوطني المحلي مبارياتي الدور الفاصل من تصفيات كأس أمم إفريقيا للمحليين أمام غامبيا، وكانت المباراة الودية فرصة لمعاينة اللاعبين وجاهزيتهم لمواجهة اتحاد خنشلة السبت القادم بملعب عمار حمام بخنشلة، وتلقى النادي الوهراني خسارة أمام ترجي مستغانم بثلاثية مقابل هدفين، وهي النتيجة التي تثير مخاوف جماهير المولودية، وخاصة على مستوى الخط الخلفي الذي تلقى ثلاثية كاملة أمام أحد أضعف الأندية على مستوى الهجوم في الموسم الجاري، وسيكون التقني التلمساني مطالبا بتصحيح الأخطاء وتدارك النقص في الحصص التدريبية المقبلة قبل مواجهة "السيسكاوة" التي ستكون مصيرية بالنسبة إلى أهميتها بالنسبة للطرفين اللذان يرغبان في تحقيق الفوز والابتعاد عن منطقة الخطر. ويطمح الطاقم الفني لـ "الحمراوة" لإنهاء الموسم بقوة وضمان البقاء مبكرا لتفادي لأي سيناريو الموسم الماضي حينما تمكن الفريق من النجاة من شبح السقوط في آخر جولتين.

سفيان.ع



## البطولة العربية لألعاب القوى لفئة الأكاير

# الجزائر تختتم المنافسة في الصدارة بـ53 ميدالية منها 18 ذهبية

الجزائريون أداء مميزاً بأزمنة تقترب بشكل كبير مع أفضل النتائج العالمية. كما أعرب عن "رضاه التام" عن أداء رياضيه مما يبشر بمستقبل واعد لهؤلاء الرياضيين الجزائريين الشباب على الساحة الدولية. وشهدت هذه البطولة العربية لألعاب القوى التي نظمتها الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى بالتنسيق مع الاتحاد العربي لألعاب القوى مشاركة 160 رياضياً يمثلون 12 بلداً وهي المملكة العربية السعودية والكويت وقطر وسلطنة عمان وفلسطين ومصر ولبنان وليبيا والأردن وجيبوتي وتونس بالإضافة إلى الجزائر البلد المضيف.

- وفي ما يلي جدول ترتيب الميداليات بعد ختام المنافسة:
- 1- الجزائر بمجموع 53 ميدالية (18 ذهبية و17 فضية و18 برونزية)
  - 2- تونس بمجموع 19 ميدالية (7 ذهبية و6 فضية و6 برونزية)
  - 3- مصر بمجموع 16 ميدالية (6 ذهبية و7 فضية و3 برونزية)
  - 4- السعودية بمجموع 16 ميدالية (5 ذهبية و6 فضية و5 برونزية)
  - 5- قطر بمجموع 7 ميداليات (4 ذهبية و2 فضية و1 برونزية)
  - 6- جيبوتي بمجموع 8 ميداليات (3 ذهبية و1 فضية و4 برونزية)
  - 7- ليبيا بمجموع 2 ميداليتين (1 ذهبية و1 برونزية)
  - 8- عمان بمجموع 5 ميداليات (3 فضية و2 برونزية)
  - 9- لبنان بمجموع 3 ميداليات (1 فضية و2 برونزية)
  - 10- الكويت بميدالية فضية واحدة (1).

مهدي

توج المنتخب الوطني الجزائري بطلاً للنسخة 24 من البطولة العربية لألعاب القوى لفئة الأكاير التي اختتمت مساء أول أمس الأحد بملعب المركب الأولمبي "ميلود هدهي" بوهراي بعد أن حصد مجموع 53 ميدالية (18 ذهبية و17 فضية و18 برونزية). ومنذ اليوم الأول من المنافسة أبان الرياضيون الجزائريون عن رغبة أكيدة في السيطرة حيث تمكنوا من الفوز في أغلب السباقات واستمر هذا التفوق حتى اليوم الأخير من البطولة. وقد حصد الرياضيون الجزائريون، أول أمس الأحد فقط، 17 ميدالية، 7 ذهبيات و5 فضيات و5 برونزيات. وأحرز الذهبيات كل من وأنيس شيماي في سباق 400 حواجز سيدات وشنيثف هيثم في سباق 800 متر رجال وحسين طارقي في الوثب الطويل رجال ورمضاني وارش في 5000 متر وبودومي ضياء في السباعي وسباق التتابع أربع مرات 400 متر سيدات ورجال. أما الميداليات الفضية، فقد فاز بها كل من وصال كاركس في الوثب الثلاثي سيدات ورفاس عبيد في 1500 متر سيدات ولعمراوي وائل في الوثب الطويل وبوجلطية زكرياء في 5000 متر رجال وبالنسبة للميداليات البرونزية فقد كانت من نصيب كل من قاسي منال في 200 متر سيدات وحومة صارة في 400 متر سيدات ووابية ليتيسيا في الوثب الثلاثي وبن عايش آدم في 200 متر رجال وبوخموش صابر في 400 متر رجال. وصرح المدرب الوطني عثمان حبيب المتخصص في سباقات السرعة والتتابع بأن مستوى هذه النسخة التي أقيمت في وهران كان مرتفعاً مقارنة بالدورتين السابقتين وقد حقق الرياضيون

رئيس الاتحادية  
الجزائرية لألعاب  
القوى:

"تحقيق أحسن  
حصيلة في تاريخ  
المشاركة الجزائرية"

أكد رئيس الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى ياسين لوعيل أن الطبعة الـ 24 للبطولة العربية لألعاب القوى، التي اختتمت مساء أول أمس بوهراي، شهدت أحسن حصيلة في تاريخ المشاركة الجزائرية في هذه التظاهرة الرياضية. وأبرز السيد لوعيل في تصريح للصحافة على هامش اختتام فعاليات الطبعة الـ 24 للبطولة العربية لألعاب القوى أن "طبعة وهران شهدت أحسن حصيلة للمشاركة الجزائرية في تاريخ البطولة العربية لألعاب القوى بعد إحرازها على 18 ميدالية ذهبية و17 ميدالية فضية و18 برونزية". وأشار إلى أن المشاركة الجزائرية في هذه التظاهرة الرياضية العربية "إيجابية جداً ومشرفة... حققنا الهدف المسطر وهو تصدر جدول الترتيب وحصولنا على 53 ميدالية بفارق كبير على صاحب المرتبة الثانية المنتخب التونسي". وأضاف ذات المتحدث أن "المنتخب الوطني شارك ببعض المواهب الشابة بهدف الاحتكاك مع نظرائهم من الرياضيين العرب وهم خزان ومستقبل رياضة ألعاب القوى". ومن جهة أخرى، كشف رئيس الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى عن تنظيم ملتقى دولي لألعاب القوى في 28 جوان القادم بالمركب الأولمبي "ميلود هدهي" بوهراي. للتذكير، شارك في هذه البطولة العربية لألعاب القوى التي نظمتها الاتحادية الجزائرية بالتنسيق مع الاتحاد العربي لألعاب القوى 160 رياضياً يمثلون 12 دولة وهي السعودية والكويت وقطر وسلطنة عمان وفلسطين ومصر ولبنان وليبيا والأردن وجيبوتي وتونس بالإضافة إلى الجزائر البلد المضيف.

مهدي



البطولة العربية  
لألعاب القوى:

الأمين العام للاتحاد  
العربي يشيد بنجاح  
طبعة وهران

أشاد الأمين العام للاتحاد العربي لألعاب القوى ماجد باسنبل، مساء أول أمس الأحد بوهراي، بنجاح الطبعة 24 للبطولة العربية لألعاب القوى التي اختتمت مساء أول أمس الأحد بوهراي. وأبرز باسنبل في تصريح لوكالة الأنباء الجزائرية، بمناسبة اختتام هذه التظاهرة الرياضية أن "طبعة وهران تعد الأحسن في السنوات الأخيرة وذلك بفضل الإمكانيات التي وفرتها الجزائر لإنجاح هذا الموعد العربي بما في ذلك المركب الأولمبي ميلود هدهي الذي يعد تحفة عالمية يستجيب للمعايير الدولية والأولمبية ويمكنه احتضان أي منافسة رياضية قارية وعالمية بالإضافة إلى القرية المتوسطية التي تتوفر على جميع المرافق للرياضيين". وأضاف أن ما قامت به الجزائر في هذه الطبعة الـ 24 للبطولة العربية لألعاب القوى سيكون من الصعب مضاهاته في الطبعة المقبلة. وحول مستوى البطولة، أشار الأمين العام للاتحاد العربي لألعاب القوى إلى أن التنافس كان كبيراً بين الرياضيين العرب في سباقات السرعة على غرار 200 متر و400 متر وسباق التتابع 400 متر ذكور وإناث خاصة خلال اليوم الأخير من المنافسة. كما أشنى باسنبل على التنظيم الجيد والمجهودات المبذولة من قبل الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى لإنجاح هذا التجمع الرياضي العربي.

مهدي

## الجزائري ياسين شعلال يؤكد مشاركته في موعد القاهرة بعد شفائه

أعلن الدراج الجزائري، ياسين شعلال، المتمائل لشقاء بعد وعكة صحية ألمت به في أفريل المنصرم، أول أمس على مواقع التواصل الاجتماعي أنه "مستعد للمشاركة في البطولة الإفريقية على المضمار" المقررة من 12 إلى 16 ماي بالقاهرة (مصر). وتعرض الدولي الجزائري (29 سنة) الناشط في صفوف النادي الفرنسي OC فال دواز لوعكة صحية أواخر شهر أفريل الماضي، ما دفعه إلى الغياب على منافسة جائزة "باربير" الكبرى التي جرت يوم الأحد المنصرم في مقاطعة با- دو كالي الفرنسية ومشاركته في البطولة الإفريقية على المضمار بمصر كانت غير مؤكدة. لكن شعلال ظهرت عليه علامات التعافي في وقت قياسي حيث شارك ببلجيكا في سباق على الطريق وأبدى استعداده لمرافقة المنتخب الجزائري بالقاهرة.

مهدي

## منافسة الدراجات الهوائية على الطريق الطبعة الـ 25 لكأس الجزائر الجمعة والسبت المقبلين بوهراي

ستقام الطبعة الـ 25 لكأس الجزائر للدراجات الهوائية على الطريق يومي الجمعة والسبت المقبلين بوهراي، حسبما علم أمس لدى المتظمين. وستعرف هذه التظاهرة في رياضة "الملكة الصغيرة"، المنظمة من طرف الاتحادية الجزائرية للدراجات بالتنسيق مع الرابطة الولائية لوهراي ومديرية الشباب والرياضة للولاية، مشاركة 108 دراج من الأواسط والأكاير يمثلون 16 نادياً من عدة ولايات من الوطن. وسيخصص اليوم الأول من المنافسة لسباقات ضد الساعة فردي أواسط وأكاير على مسافة 28 كلم على مستوى الطريق الاجتيابي الخامس بوهراي. وستختتم هذه التظاهرة يوم السبت بإجراء سباق على الطريق على مسافة 90 كلم للأواسط فيما سيقتطع الأكاير مسافة 120 كلم على نفس المسلك.

مهدي



تربص المحضرين البدنيين  
(المجموعة الثانية)

## المديرية الفنية تبرمج المقياس الخامس والأخير من 17 إلى 20 ماي

ينظم قسم التكوين بالمديرية الفنية الوطنية المقياس الخامس والأخير من التكوين الفيدرالي الموجه للمحضرين البدنيين، لفائدة مترشحي المجموعة الثانية في الفترة الممتدة من 17 إلى 20 ماي الجاري، حسب ما أفادت به الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (هاف) عبر موقعها الرسمي. وأوضح بيان الهيئة الفيدرالية: "أن هذه المحطة التكوينية تندرج في إطار البرنامج الذي أعدته المديرية الفنية لفائدة المحضرين البدنيين، الذي يتضمن مجموعة من المحاضرات النظرية وورشات العمل التطبيقية التي يشرف على تأطيرها دكاترة في الاختصاص". ويتعين على المشاركين في التبرص حضور كل الحصص التكوينية النظرية منها والتطبيقية، من أجل الاستفادة قد الإمكان من المعارف الجديدة المتعلقة باختصاص التحضير البدني.

مهدي



## البطولة الوطنية للجيدو أشبال تأجيل المنافسة إلى تاريخ لاحق بسبب الامتحانات المدرسية

أعلنت الاتحادية الجزائرية للجيدو أمس، تأجيل إلى تاريخ لاحق، البطولة الوطنية للأشبال (ذكور وإناث)، التي كانت مقررة مبدئياً من 13 إلى 16 ماي الجاري بمستغانم. وهذا من أجل تفادي التأخير على الامتحانات المدرسية للثلاثي الثالث من الموسم الدراسي، المقررة في نفس الفترة. وأوضحت الهيئة الفيدرالية في بيان مقتضب، "بعد معرفتنا بتاريخ امتحانات الثلاثي الثالث للموسم المدرسي 2024-2025 المصاف للبطولة الوطنية للأشبال، تعلم الاتحادية الجزائرية للجيدو الأندية ومختلف الرابطات أنه تقرر تأجيل المسابقة إلى تاريخ لاحق وهذا من أجل مصلحة الرياضيين الشباب، سواء من الناحية الرياضية أو التعليمية". وأضافت الاتحادية أنه في بادئ الأمر حدد البرنامج الأول للمنافسة من 13 إلى 16 ماي الجاري بمدينة مستغانم ولم يكن يصادف هذا التاريخ الامتحانات المدرسية للثلاثي الثالث للموسم الدراسي، بيد ومع التغييرات التي أجرتها مؤخراً وزارة التربية الوطنية، قامت الهيئة الرياضية بتأجيل المنافسة إلى تاريخ لاحق". ولم يحدد بعد، تاريخ تنشيط البطولة الوطنية للأشبال. وسيتم إعلام الأندية والرابطات الولائية لاحقاً، حسب نفس المصدر.

مهدي

## الدور ثمن النهائي لكرة اليد مولودية الجزائر تواجه نادي الأبيار اليوم بقاعة حرشة

ستتطلق منافسات الدور ثمن النهائي لكأس الجزائر في كرة اليد (رجال) اليوم (16:00) بمباراة مقدمة تجمع مولودية الجزائر بنادي الأبيار، بقاعة حرشة حسان (الجزائر العاصمة)، حسبما أفادت به الاتحادية الجزائرية للعبة. مولودية الجزائر التي صعدت هذا الموسم للقسم الممتاز بعد موسم واحد قضته بالقسم الثاني، وصاحبة الرقم القياسي في التتويج بالكأس (30)، تواجه تشكيلة الأبيار التي تأهلت لدورة الـ 12 للبطولة القسم الممتاز، المبرمجة من 12 إلى 17 ماي بالجزائر العاصمة. وستجري المباريات الأخرى لهذا الدور يومي 9 و20 ماي الجاري. أما مباريات الدور ربع النهائي فتستكون يومي 23 و24 ماي.

مهدي

## مورينيو في مرمى انتقادات جماهير قنربخشة.. "السبشبال وان" يواجه أخطر الأزمات

فشل المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو (62 عاما) في قيادة فريقه قنربخشة التركي إلى تخطي عقبة جاره بشكتاش، وخسر بنتيجة (0-1)، ضمن منافسات الأسبوع الـ34 من الدوري التركي، ليترك المدرب البرتغالي الفشل في مباريات الأجوار خلال موسمها الأول بتركيا، ورغم فارق النقاط عن بشكتاش رابع الترتيب، فإن فريق مورينيو كان عاجزا عن الانتصار، وارتكب أخطاء منحت المنافس انتصارا مثيرا.

وخلال أربع مباريات أمام العملاقين غلطة سراي وقنربخشة، حصد مورينيو نقطة واحدة بتعادلا مع غلطة سراي في الإياب، مقابل ثلاث هزائم أضعفت موقعه بين جماهير فريقه، باعتبار أن هذه المباريات لها أهمية خاصة، إضافة إلى تأكد نهاية مشوار الفريق في مختلف المسابقات، التي نافس فيها من دون أن يحصد أي لقب، إذ يحتل المركز الثاني في الترتيب برصيد 75 نقطة، بضارق ثماني نقاط عن المتصدر غلطة سراي، ولم يكن منافسا حقيقيا واقعيا على اللقب منذ بداية الموسم.

وانتقد عدد من جماهير قنربخشة إدارة النادي، وطالبوها بالاستقالة، كما أن مورينيو نفسه لم يسلم من الانتقادات القوية، بعد أن عجز عن قيادة فريقه نحو التائق، فقد حصل البرتغالي على العديد من الصفقات التي طالب بها في مختلف الخطوط، وتمتع بكل الصلاحيات، ورغم ذلك، فإن فريقه لم يستطع تقليص الفارق عن غلطة سراي، وفشل في المسابقات المحلية، وودع الدوري الأوروبي أمام رينجرز الاسكتلندي، كما أنه تورط في إثارة الكثير من الأزمات بسبب تصرفاته، وخاصة ما حصل في كأس تركيا عندما اعتدى "السبشبال وان" على المدرب المنافس في لحظة كادت تكلفه غاليا. وبعد فشله مع توتنهام الإنجليزي ثم روما الإيطالي، فإن مورينيو يواجه أصعب مرحلة في مسيرته التدريبية الاحترافية، إذ من النادر أن كان عرضة لانتقادات جماهير فريقه، فقد رحب مشجعو قنربخشة بمدربهم بما أن التعاقد معه يُعتبر مكسبا للدوري التركي بشكل عام، ولكن الصفقة لم تحقق أية مكاسب حقيقية للنادي، ومن ثم فإن شبح الإقالة يلاحق مورينيو، كما أنه سيكون من الصعب عليه التعاقد مع فريق قوي يُنافس على الألقاب مثل ما كان يطمح، ومن ثم فإنه مسيرته، التي شهدت تألقا لافتا مع بورتو وتشلسي وريال مدريد وإنتر ميلان، قد تواجه نهاية صعبة.

## قارة أوروبا على موعد مع أبطال جدد في ماي

خلال شهر ماي الحالي يتربع متابعو وعشاق كرة القدم حول العالم نهائيات البطولات الأوروبية الثلاث: دوري أبطال أوروبا، الدوري الأوروبي ودوري المؤتمر الأوروبي. وبنهاية هذا الشهر تشهد البطولات الثلاث ميلاد أبطال جدد، بعد أن ودع حاملو اللقب لهذه البطولات منافساتها في أدوار مختلفة، ومع وصول الفرق المتأهلة إلى مباريات نصف النهائي وخوض مباريات الذهاب، فقد تأكد أن البطولات الثلاث سيحملها أندية تختلف عن أبطال الموسم الماضي.

### الدوري الأوروبي

تقام المباراة النهائية يوم 21 ماي الحالي، على ملعب سان ماميس في إسبانيا. حامل لقب العام الماضي هو أتلانتا الإيطالي، ويخوض الرباعي مانشستر يونايتد الإنجليزي، أتلتيك بلباو الأسباني، توتنهام الإنجليزي وودو جليمت النرويجي، مباريات الدور نصف النهائي. ويوصل أي فريق منهم إلى المباراة النهائية يكون للبطولة فائز جديد بديلا عن أتلانتا.

### دوري المؤتمر

تقام المباراة النهائية يوم 28 ماي الحالي، على ملعب ميبسكي في بولندا. حامل لقب العام الماضي هو فريق أولمبياكوس اليوناني، ويخوض الرباعي تشيلسي الإنجليزي ويورغوردينيس السويدي، إلى جانب فيورنتينا الإيطالي وريال بيتيس الإسباني، مباريات الدور نصف النهائي، ويتتويج أحدهم بلقب البطولة، يكون هناك فائز جديد بها. لكن من الجدير بالذكر أن فيورنتينا الإيطالي خسر مباراة العام الماضي النهائية أمام أولمبياكوس اليوناني.

### دوري أبطال أوروبا

تقام المباراة النهائية يوم 31 ماي الحالي، على ملعب أليانز آرنا في ألمانيا. ويخروج حامل اللقب ريال مدريد الإسباني، يخوض إنتر ميلان الإيطالي وبرشلونة الإسباني، بالإضافة إلى أرسنال الإنجليزي وباريس سان جيرمان الفرنسي باريا نصف النهائي، ويفوز أحدهم باللقب تكون أمام بطل جديد بخلاف بطل الموسم الماضي.

## رونالدو غير واثق من ذهاب أنشيلوتي للبرازيل

أبدى لاعب كرة القدم البرازيلي السابق رونالدو نازاريو، بعض التشككات حول إمكانية تولي الإيطالي كارلو أنشيلوتي مدرب ريال مدريد، منصب المدير الفني لمنتخب البرازيل، "الذي يمر بأزمة كبيرة جدا ولا أحد يتحدث عن ذلك" على حد قوله. وقال المهاجم البرازيلي الأسطوري السابق في تصريحات للتلفزيون الإسباني: "في الوقت الحالي، تمر كرة القدم في البرازيل بأزمة كبيرة جدا. لا أحد يتحدث عن المنتخب. نحن بلا مدرب منذ أشهر، ولا نعرف ما سيحدث. أمل أن يتوجه كارلو أنشيلوتي (إلى هناك). لكن الأمر لا يبدو واضحا بشكل كاف".

ويوجد اللاعب البرازيلي المعتزل ورئيس نادي بلد الوليد في مدريد في الوقت الحالي. وقد حضر الليلة الماضية نهائي بطولة مدريد لتتس الأساتذة بين الترويحي كاسبر رود والبريطاني جاك درابر.

وعن النهائي، قال المهاجم السابق بصوف كل فرق مثل ريال مدريد وإنتر ميلان وبرشلونة وأيندهوفن، "إنها مباراة رائعة. وأشعر بالسعادة للحضور إلى هنا مرة أخرى. لقد استمتعت كثيرا بمشاهدة لقطات مذهلة".

وأبدى رونالدو ميلا أكبر إلى رود الذي توج بالبطولة وقال في هذا الصدد: "أدعم كليهما. أعشق التنس، وهما لاعبان رائعان. ربما أميل قليلا إلى رود نظرا لكل ما قاله عن الصحة النفسية والاكتناب. إنه أمر يثار حوله أكثر فاكتر،

وعلينا أن نؤيده اهتماما أكبر في الرياضة".

كان رونالدو نازاريو واحدا من الوجوه الشهيرة التي حضرت المباراة النهائية لبطولة مدريد للتنس، ذات الألف نقطة. وظهر مهاجم أتلتيكو مدريد، الترويحي ألكسندر سوروث،

بالتقرب منه لدعم مواطنه كاسبر رود.

كان رافينيا متألقا خلال تلك الفترة مع ليدز يونايتد الإنجليزي.

وبسبب عدم استدعائه لمنتخب البرازيل، فكر النجم الذي كان يبلغ وقتها 24 عاما في ارتداء قميص منتخب

إيطاليا والمشاركة في "يورو 2020" التي توج الأتسوري بلقبها.

وواصل نجم برشلونة: "في الوقت نفسه، كنت أرى أنه

ما زالت أمامي فرصة ولو بنسبة أقل للعب

للبرازيل. في النهاية لم يصل

جواز السفر في الوقت المناسب، وهذا من حسن حظي".

بعد عام من هذه الواقعة، وبالتحديد في

أوت 2021 دشّن رافينيا مسيرته الدولية مع السيليساو. وسجل النجم المتألق 11

هدفا في 33 مباراة دولية خاضها حتى الآن.



## بيلينغهام يتفادى الغياب عن الكلاسيكو

شهدت مباراة ريال مدريد ضد سيلتا فيغو في الليغا، أول أمس، لحظة مثيرة للجدل في الشوط الأول، بعدما كاد اللاعب جود بيلينغهام أن يتعرض للطرء. وتدخل جود بيلينغهام بقوة على قدم اللاعب فير لوبيز، حيث ذهب النجم الإنجليزي للكرة متأخرا واصطدم بكاحل لاعب سيلتا فيغو. واكتفى الحكم جيل مانزانو، الذي كان قريبا من الواقعة، بإشهار البطاقة الصفراء في وجه بيلينغهام، ولم يستدع حكم الفيديو المساعد لمراجعة اللقطة لاحتمالية منح بطاقة حمراء.

وأوضحت صحيفة "موندو ديبورتيفو" أن سبب عدم تدخل القار يعود إلى أن قدم فير لوبيز لم تكن مثبتة على الأرض لحظة الالتحام، مما خفف من خطورة التدخل. وكان بيلينغهام سيغيب عن الكلاسيكو المقبل أمام برشلونة، الأحد المقبل، في الجولة 35 من عمر الليغا، حال تعرضه للطرء أمام سيلتا فيغو. يذكر أن لجنة الانضباط كانت قد ألغت سابقا البطاقة الحمراء التي حصل عليها بيلينغهام خلال نهائي كأس الملك. وكان بيلينغهام اللاعب الوحيد من الريال، الذي تلقى بطاقة صفراء في لقاء أول أمس، بينما خرج سيبايوس وتشواميني وفاسكيز، الذين كانوا مهددين بالإيقاف، دون إنذارات، ليكونوا جميعا تحت تصرف المدرب أنشيلوتي، أمام البارسا. وانتهت مباراة ريال مدريد وسيلتا فيغو، بفوز الميرنقي بنتيجة 2-3، ليرفع رصيده إلى 75 نقطة في الوصافة، بفارق 4 نقاط عن المتصدر برشلونة.

## مبابي يسكت صافرات البرنابيو.. ويخطط للرد في الكلاسيكو

نجح الفرنسي كيليان مبابي، نجم ريال مدريد، في الرد على الانتقادات التي يتعرض لها من مشجعي الميرنقي. وقالت شبكة "ريليفو" الإسبانية: "جاء آخر هذين لمبابي أمام سيلتا فيغو ليسكت بهما صافرات الاستهجان التي تلقاها في آخر ظهورين له في سانتياغو برنابيو، بعد أن تململ الجمهور من النجم الفرنسي خلال مباراة أتلتيك بيلباو عندما ظهر اسمه على شاشة العرض، كما تعرض لصفارات أيضا عندما خرج مصابا في مباراة أرسنال". وأضافت: "سقف التوقعات تجاه مبابي مرتفع جدا، ومستواه المتواضع ضد الفريق اللندني أثار حفيظة بعض الجماهير التي تطالبه بالمزيد في المباريات الكبرى". وتابعت: "كيليان مبابي عاش موسمه الأول في ريال مدريد بتقلبات في الأداء، لكنه سينتهي كأحد أفضل لاعبي الفريق الملكي". وواصلت: "يعدم مبابي رصيده المذهل الذي بلغ 36 هدفا حتى الآن هذا الموسم، من بينها 24 هدفا في الدوري، ما يجعله ينافس ليغاندوفسكي على جائزة "بيتشيتشي" خلال الجولات الأربع المتبقية، كما يطارد رقما قياسيا يعود لموسم 1992-1993، والذي يحمله التشيلي إيفان زامورانو، صاحب أكبر عدد من الأهداف في موسمه الأول (37 هدفا)". وأردفت: "تشابي ألونسو، المدرب القادم لريال مدريد، يعرف تماما أن مبابي حجر الأساس في المشروع الجديد، لأن نجح ريال مدريد دائما هو تسليم "مفاتيح" الفريق للمهاجم الأبرز الذي يصنع الفارق رياضيا وإعلاميا". واختتمت: "سيكون الكلاسيكو المقبل على ملعب لويس كومبانيس الأولمبي فرصة جديدة لمبابي لإسكات من يقولون إنه لا يظهر في المباريات الكبيرة".

## ريال مدريد يضع سيناريوهين لضم نجم أرسنال

أفاد تقرير صحفي فرنسي، أول أمس، بأن ريال مدريد يستهدف عقد صفقة دفاعية كبرى هذا الصيف. وعانى ريال مدريد كثيرا هذا الموسم على مستوى الخط الخلفي، في ظل الإصابات المتكررة التي ضربت المدافعين. وبحسب صحيفة "ليكيب" الفرنسية، فإن ريال مدريد يسعى لضم ويليام ساليبا، مدافع أرسنال، وأحد أفضل المدافعين في العالم حاليا. وأضافت الصحيفة، أن ريال مدريد أجرى محادثات مع جميع الأطراف المعنية بشأن ساليبا، خلال الأسابيع الأخيرة، من أجل الحصول على موافقته بشأن الانضمام للميرنقي. وأشارت الصحيفة، إلى أن ريال مدريد سيحاول التعاقد مع اللاعب هذا الصيف، أو على أبعد تقدير في عام 2026، حال تمسك أرسنال باستمراره.

## أنشيلوتي: سنذهب للكلاسيكو بفرصة عظيمة.. وغولر أظهر نسخة جديدة

أبدى كارلو أنشيلوتي، المدير الفني لريال مدريد، رضاه عن أداء فريقه بعد الانتصار على سيلتا فيغو بنتيجة (3-2)، ضمن منافسات الجولة 34 من الدوري الإسباني. وأكد المدرب الإيطالي أن الفريق سيذهب لمواجهة الكلاسيكو المرتقبة أمام برشلونة (الأحد المقبل) بطموحات مرتفعة. وقال أنشيلوتي عقب اللقاء: "بالتأكيد سنذهب إلى الكلاسيكو ولدينا فرصة عظيمة. يجب أن نستعد جيدا، فالمباراة تكاد تكون حاسمة".

وأضاف عن سير المواجهة ضد سيلتا: "بعد الهدف الثالث بدا وكأن المباراة قد انتهت. أضعنا فرصة تسجيل الرابع عبر أردا غولر، كما أجرينا تبديلا لأن أسينسيو لم يكن قادرا على الاستمرار". وتابع: "علينا أن نأخذ في الاعتبار أننا كنا نفتقد 6 مدافعين، ولم يكن من السهل السيطرة على المباراة بمثالية. نعم، كان يمكننا إدارة الأمور بشكل أفضل، لكننا عانينا قليلا وحصدنا فوزا جميلا".

### "غولر؟.. نسخة جديدة"

وتحدث أنشيلوتي عن تطور غولر قائلا: "لقد شهدنا تطورا طبيعيا للاعب يريد اللعب في ريال مدريد ويملك جودة عالية". وأردف: "لقد عمل بجد، ومن الواضح أن غولر اليوم يختلف عن نسخة بداية الموسم. لقد أصبح أقوى بدنيا مع حفاظه على جودته الفنية، وهذا أمر طبيعي ومتوقع". وعن احتمالية مشاركة النجم التركي أساسيا أمام برشلونة، أكد أنشيلوتي: "بالتأكيد يمكنه اللعب، سيتنافس على مركز أساسي، ولا يوجد أي شك في ذلك". وفيما يتعلق بهدف ريال مدريد في الكلاسيكو، أوضح: "إذا فزنا في برشلونة ستقلص الفارق لنقطة واحدة فقط، وستمتلك فرصا أكبر للمنافسة على الليغا". وأكمل أنشيلوتي: "أراه أفضل بكثير هذا الموسم، مع مسؤوليات أقل. العام الماضي كانت الضغوط كبيرة جدا عليه مقارنة بعامه". واسترسل: "الآن يتعامل مع الأمور بشكل أفضل ولديه ثقة أكبر. إذا ارتكب خطأ، لم يعد يعتبره نهاية العالم (كما كان سابقا)". وأكد: "قبل شهرين وجهت له بعض الانتقادات، وأعتقد أنه من العدل الآن أن أهنته على العمل الكبير الذي قام به هو وفريقه". وعن تقييمه لمسألة إشراك غولر مؤخرا، قال: "أنا أحمل مسؤولية إدارة الفريق ككل وليس الأفراد. أحيانا يتأثر بعض اللاعبين أكثر من غيرهم". وبيّن: "كما قلت سابقا، يجب أن تجلس على مقاعد البدلاء لتكون أساسيا في ريال مدريد. أعتقد أنه تعامل مع ذلك بشكل جيد جدا ولم ينزعج، وتطور كثيرا".

### تأثير مبابي

وأشاد أنشيلوتي بتأثير كيليان مبابي، صاحب الثنائية أول أمس، مشيرا إلى أهميته في الكلاسيكو. وصرح: "تحركات مبابي خلف الخطوط ستكون حاسمة ومهمة. إذا قدم نفس الأداء سيكون ذلك لصالحنا (أمام برشلونة)". وكشف عن موقف رودريغو الذي غاب أول أمس: "رودريغو كان يعاني من ارتضاع طفيف في درجة الحرارة. لدينا وقت كافٍ للتحضير للمباراة". وتطرق المدرب الإيطالي لموقف بيلينغهام، الذي تلقى بطاقة صفراء نتيجة تدخل عنيف: "لقد بذل جهدا بدنيا كبيرا في النهاية، حاول التقدم بالكرة ولم ينتبه لوجود الخصم خلفه. هذه أمور واردة مع التعب في نهاية المباراة".

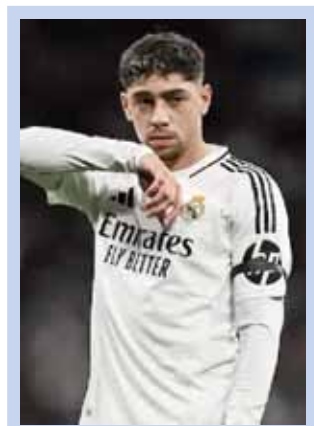
## فالفييردي قبل الكلاسيكو: لن نسمح بتكرار هذا الأمر

## مبابي يلاحق رونالدو في قائمة تاريخية

واصل النجم الفرنسي كيليان مبابي تألقه مع ريال مدريد، حيث سجل هدفين في مرمى سيلتا فيغو في المباراة التي أقيمت على ملعب "سانتياغو برنابيو" مساء أول أمس ضمن منافسات الجولة 34 من الدوري الإسباني. وسجل مبابي هدفين في الدقيقتين 39 و48، ليرفع رصيده إلى 24 هدفا في الموسم الجاري من الدوري الإسباني، حيث يأتي في المركز الثاني بقائمة الهادفين خلف المتصدر روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم برشلونة. وحسب أرقام شبكة "أوبتا"، أصبح مبابي ثالث أكثر لاعب في القرن الحادي بصوف ريال مدريد تسجيلا للأهداف بالليغا في موسمه الأول. ويلاحق مبابي رود فان نيسلروي، الذي سجل 25 هدفا موسم 2006-2007، وكريستيانو رونالدو، صاحب الـ 26 هدفا في موسم 2009-2010.

علق الأوروغوياني فيدي فالفييردي نجم ريال مدريد، على فوز فريقه الصعب على سيلتا فيغو، قبل المواجهة المرتقبة أمام برشلونة. وحقق ريال مدريد، فوزا صعبا ومثيرا على ضيفه سيلتا فيغو، بنتيجة 3-2، أول أمس، على ملعب البرنابيو، في الجولة 34 من عمر الليغا. ورغم تقدم الميرنقي بثلاثية نظيفة، إلا أن سيلتا فيغو رد بهدفين في الشوط الثاني، وأخرج العملاق الملكي وسط جماهيره.

وقال فالفييردي في تصريحات لقناة الريال "كان من المهم الفوز، الشوط الأول كان رائعا من جانبنا، ثم تراجع أداؤنا قليلا، ولا يمكننا أن نسمح بحدوث ذلك مرة أخرى". وأضاف: "لقد حدث هذا مرارا وتكرارا في الليغا ودوري الأبطال، وسمحنا للمنافسين بالشعور بالراحة لفترات طويلة، سيلتا فيغو فريق رائع، أعتقد أنهم قدموا أداء رائعا وجعلوا الأمور صعبة علينا حقًا". وتابع: "كنا جيدين جدا في التعامل مع الكرة في الشوط الأول، وأظهرنا أداء دفاعيا رائعا، لكننا افتقرنا إلى الأداء في الشوط الثاني، وعلينا أن نتحسن". وأشاد فالفييردي بأهداف زميله كيليان مبابي وأردا غولر، حيث قال "سجلا هدفين رائعين، وصنعا الفارق في النهاية، تهانينا لهما، لكنني أنظر أيضا إلى أداء الفريق، وعلينا أن نواصل التحسن". وعن كلاسيكو الأسبوع المقبل، علق "أهم مباراة لنا هذا العام للحفاظ على حظوظنا في حصد لقب الليغا، إنها مواجهة مهمة، والعاصمة مدريد تريد الفوز بها، لذا سنبدل قسارى جهدنا للانتصار".



## الدوري الألماني

# وضع حدا لسنوات الصبر.. هاري كين يكسر نحسه التاريخي

أنهى هاري كين عقدته التاريخية بالتتويج بأول لقب في مسيرته الاحترافية، بعد تأكد ظفر بايرن ميونخ بلقب البوندسليغا للمرة 34 في تاريخه، مساء أول أمس. وضمن البايرن التتويج باللقب رسميا، مستفيدا من تعادل ملاحقه باير ليفركوزن أمام مضيفه فرايبورغ بنتيجة (2-2)، وذلك قبل جولتين من نهاية الموسم. وبالفعل لم ينتظر كين طويلا للاحتفال بانتهاء عقدته التاريخية، حيث نشر على حسابه عبر إنستغرام صورة رمزية لكأس، في إشارة إلى التتويج باللقب. كما نشر مقطع فيديو له رفقة لاعبي بايرن ميونخ يغنون "نحن الأبطال"، وذلك تمهيدا للاحتفالات الكبرى التي ستأتي تباعا في الأيام القادمة. وأثبت كين صحة قراره بالرحيل عن توتنهام في صيف 2023 تجاه بايرن ميونخ مقابل 100 مليون إضافة إلى الحوافز، بهدف إنهاء عقدته رفقة الفريق الأنجح في ألمانيا وبين الأكثر نجاحا في العالم. وقال كين حينها في مؤتمر صحفي: "الكل يعرف مدى ارتباطي بتوتنهام، ويبقى النادي في قلبي دائما، ولكن أريد الفوز بالألقاب والمشاركة في دوري الأبطال، وبالتالي عندما تواصل معي البايرن كان يتوجب علي التفكير، حيث أريد دفع نفسي بقوة للفوز بالألقاب".

وبعد أن فرضت عقدة كين نفسها على سطوة البايرن في الموسم الماضي الذي خرج فيه العملاق البافاري دون الفوز بأي لقب، خرج الإنجليزي في شهر فيفري بتحد كبير قائلا: "هناك العديد من الأشخاص على مدار مسيرتي لم يتحدثوا سوى عن حقيقة واحدة هي عدم فوزي بأي لقب بعد، سيكون من الرائع إخراس بعضهم". وخسر كين العديد من الألقاب الكبرى أبرزها نهائي اليورو مرتين رفقة منتخب إنجلترا، ونهائي دوري أبطال أوروبا مع ناديه السابق توتنهام عام 2019.

# مولر يلحق بكروس وأسطورة مانشستر يونايتد

عادل الألماني توماس مولر بعض الأرقام القياسية، عقب تتويجه بلقب الدوري الألماني رفقة بايرن ميونخ مساء أول أمس. ويتواجد مولر في صفوف الفريق الأول لبايرن ميونخ منذ 16 عاما، ومن المنتظر رحيله عن العملاق البافاري بنهاية الموسم الجاري. وعادل توماس مولر رقم أسطورة مانشستر يونايتد ريان غيغز كأكثر اللاعبين تتويجا بالألقاب في الدوري الأوروبية الـ5 الكبرى برصيد 13 لقبا. وتوج الويلزي بجميع ألقابه في البريميرليغ رفقة مانشستر يونايتد. ويتفوق الثاني غيغز ومولر على باكو خينتو الذي توج بـ12 لقبا في الدوري الإسباني رفقة ريال مدريد. كما عادل مولر أيضا مواطنه توني كروس، كأكثر اللاعبين الألمان تتويجا بالألقاب بواقع 34 لقبا، وبإمكانه تحطيم ذلك الرقم في حال توج مع بايرن بلقب كأس العالم للأندية في الولايات المتحدة هذا الصيف. يذكر أن بايرن توج بلقب الدوري للمرة 34 في تاريخه، مستفيدا من تعثر ملاحقه باير ليفركوزن بعد التعادل أمام مضيفه فرايبورغ بنتيجة (2-2).

## رسميا.. بايرن ميونخ بطالا لبوندسليغا

توج بايرن ميونخ رسميا، بلقب الدوري الألماني للمرة 34 في تاريخه، مستفيدا من تعادل باير ليفركوزن أمام مضيفه فرايبورغ (2-2) مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة للانتصار، يوم السبت، على حساب لايبزيغ لضمان التتويج الرسمي، لكنه تعادل (3-3)، ليتأجل الحسم. كان باير ليفركوزن سيوغل الحسم الرسمي للأسبوع المقبل، في حال حقق الانتصار أول أمس، لكن مع تعثره، فقد أهدى اللقب رسميا للعملاق البافاري. ويتسعد أول أمس، رفع ليفركوزن رصيده إلى 68 نقطة في المركز الثاني، بينما يتصدر البايرن، الترتيب برصيد 76 نقطة، قبل جولتين من النهاية. واستعاد البايرن، اللقب الذي فقدته الموسم الماضي لصالح باير ليفركوزن، ليتوج المدرب فينست كومباني، بلقبه الأول مع البافاري. كما توج النجم الإنجليزي هاري كين، باللقب الأول في مسيرته.

## ألونسو: تتويج بايرن ميونخ مستحق

هنا تشابي ألونسو مدرب باير ليفركوزن، فريق بايرن ميونخ، بالفوز بلقب الدوري الألماني، للمرة 34 في تاريخه. وتوج البافاري بلقب الدوري الألماني، مستفيدا من تعادل باير ليفركوزن أمام مضيفه فرايبورغ (2-2) مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة رقم 32. وقال ألونسو في تصريحات لمنصة دي إيه زد إن "تهانينا لبايرن ميونخ، أنه لقب مستحق لقد كانوا أكثر استمرارية في ثبات مستواهم واستحقوا البطولة". وأوضح جرائيت تشاكا لاعب وسط ليفركوزن "هأنن بايرن ميونخ، لقد قدم موسما استثنائيا، ونحن حاولنا حتى النهاية". وكانت مباراة أول أمس أمام فرايبورغ، انعكاسا لموسم ليفركوزن، والذي كان بعيدا عن الموسم التاريخي في العام الماضي، حينما نجح الفريق في حصد ثنائية الدوري والكأس. وتقدم فرايبورغ بهدفين عن طريق ماكسيمليان إيجشتاين وبييرو هينكاابي، لاعب ليفركوزن بالخطأ في مرمى فريقه، ثم سجل فلوريان فريتنز هدفا في الدقيقة 82 ثم أضاف جوناثان تاه الهدف الثاني، في الوقت بدل الضائع للشوط الثاني ليخطف التعادل لفريقه. وقال ألونسو "أنا فخور بعودتنا للمباراة، لكن كان بإمكاننا تقديم أداء أفضل، فرايبورغ دافع بشكل جيد ولم نلعب جيدا حتى آخر 15 دقيقة، لم تكن جيدين ولم نمتلك الجودة الكافية لتسجيل الفرص السانحة".

ونجح بايرن ميونخ، الذي تعادل 3-3 مع لايبزيغ، يوم السبت، في الفوز باللقب، مع بقاء جولتين على نهاية الموسم، بفارق 8 نقاط عن ليفركوزن. وكان ألونسو قد أكد خلال الأسابيع الماضية، أن فريقه أضاع الكثير من النقاط من خلال التعادلات، حيث أهدروا 11 نقطة مقابل 7 نقاط أهدرها بايرن، فيما خسر كلا الفريقين، مرتين.

من جانبه، قال جوناثان تاه، الذي خاض مباراته رقم 400 مع ليفركوزن "لم نمتلك القوة الكافية، كنا جيدين في آخر 10 دقائق، لكن ذلك لم يكن كافيا". وجاء هدف التعادل، ليعزز سجل ليفركوزن الخالي من الهزائم خارج أرضه إلى 33 مباراة، وفي حال فوزه بآخر مباراتين في المسابقة يمكنه تحقيق ثاني أفضل رصيد من النقاط في تاريخ النادي برصيد 74 نقطة، فيما كان الأفضل في العام الماضي برصيد 90 نقطة. وسيفادر تاه، فريق ليفركوزن في صيف 2025، بعد 10 أعوام قضاه في النادي، وذلك بعد نهاية عقده، فيما تحوم الشكوك حول مستقبل ألونسو وصانع ألعاب الفريق فريتنز، حيث تلوح في الأفق عملية بناء جديدة للفريق.

## النتائج

## السيئة تعجل برحيل هازنهوتل عن فولفسبورغ

أعلن نادي فولفسبورغ، في بيان له، رحيل مدربه رالف هازنهوتل، بعد فشل الفريق في تحقيق أي فوز في 8 مباريات متتالية بالدوري الألماني. وقال بيتر كريستيانسن المدير الرياضي لفولفسبورغ "تولى هازنهوتل، المهمة خلال الموسم الماضي في وقت صعب، وقاد الفريق إلى بر الأمان". وتابع "نشكر هازنهوتل، ومع ذلك فإن النتائج وتطور الفريق في الأشهر الماضية، دفعنا إلى اتخاذ هذا القرار". وسيتولى دانيال باور، مدرب فريق أقل من 19 عاما، المهمة مؤقتا في آخر مباراتين ببطولة الدوري الألماني. وقال سيبياستيان شيندلر لورز المدير الرياضي للنادي "نحن مقتنعون بأن دانيال يمكنه منح الفريق دفعة معنوية جيدة". وتعرض فولفسبورغ لهزيمة ساحقة بنتيجة 4-0 أمام بوروسيا دورتموند، يوم السبت، ليتراجع إلى المركز 12، بسلسلة طويلة من الهزائم بدون فوز، حيث تعرض إلى 6 هزائم وتعادل مرتين، ولم يعد منافسا على مقعد أوروبي الموسم المقبل. وكان المدرب النمساوي قد تولى تدريب فولفسبورغ في مارس 2024، وأبقى على الفريق في الدوري الممتاز، وفي العام الحالي كان يهدف إلى بلوغ المسابقات الأوروبية، وكان من المفترض أن ينتهي عقده في 2026.

## كومباني بعد التتويج بالبوندسليغا: الموسم لم ينته بعد

أعرب فينست كومباني، مدرب بايرن ميونخ، عن سعادته الفاعرة بتتويج فريقه رسميا بلقب البوندسليغا أول أمس، مستفيدا من تعثر باير ليفركوزن بالتعادل أمام فرايبورغ (2-2). وقال كومباني احتفالا باللقب: "الآن أماننا الوقت للاستمتاع بالفوز بلقب البوندسليغا، يا له من شعور لا يصدق، تهانينا للاعبين على مستواهم المذهل على مدار الموسم، قمتم بذلك معا، وفزتم باللعب كفريق".

وأضاف في تصريحات لموقع بايرن ميونخ الرسمي: "شكرا جزيلا لكل من يعمل خلف الكواليس في هذا النادي العظيم، عملكم الجاد مهم وقد أتى بثماره، علينا أن نواصل العمل بجدا، الموسم لم ينته بعد ولا يزال أماننا الكثير نتطلع إليه، لنختم موسما بقوة معا".

وتابع: "وأخيرا وليس آخرا، شكرا جزيلا لجميع جماهير بايرن حول العالم على دعمكم. لقد كنتم رائعين، إلى كل من سيحضر، لنصنع معا لحظة مميزة يوم السبت في أليانز أرينا".

بدوره قال ماكس إيبزل، المدير الرياضي لبايرن، "هدفنا الكبير والأهم وهو لقب الدوري حققناه، نحن سعداء بالفريق ككل وبالمدرّب فينست كومباني، تهانينا على ذلك الموسم، كل التحية أيضا لباير ليفركوزن الذي تحدا لنا كثيرا، الآن نتطلع للاحتفال أمام جماهيرنا يوم السبت في الملعب".

من جانبه قال يان كريستيان دريسين، الرئيس التنفيذي لبايرن، "بالأساس، كنا على وشك الفوز، واليوم نحن أبطال ألمانيا، تهانينا القلبية لفريقنا وللجهاز الفني بقيادة فينست كومباني، الذي قدم أداء رائعا في موسمه الأول".

وأتم: "شكرا جزيلا أيضا لجميع الموظفين الذين يعملون خلف الكواليس يوميا لضمان هذا النجاح، هنن جميعا هاري كين بصدق على لقبه، وخاصة الذي سجل لنا 80 هدفا مذهلا، وأثبت للجميع أنه قادر على الفوز بالألقاب، عائلة بايرن العزيرة، لقد فزنا بالبطولة مجددا، وستعود الكأس إلى البيت يوم السبت".

## أرتيتا يثير الشكوك حول مشاركة لاعب آرسنال أمام باريس

ألمح الإسباني ميكيل أرتيتا، المدير الفني لآرسنال، إلى صعوبة مشاركة أحد نجوم الجانز في مباراة إياب نصف نهائي دوري أبطال أوروبا أمام باريس سان جيرمان يوم الأربعاء المقبل. ويتعلق الأمر بالهولندي جورين تيمبر الذي غاب عن تشكيل مباراة أمس السبت التي خسرها آرسنال 2-1 أمام بورنموث في ملعب الإمارات. وقد لا يكون جاهزا بما يكفي لمباراة سان جيرمان. وبدأ بن وايت بديلا للهولندي، وقد يحافظ على مكانه في ملعب بارك دي برانس، على أمل تعويض نتيجة مباراة الذهاب بخسارة الجانز في عقر داره 1-0.

وعندما سئل أرتيتا عما إذا كان واقفا من قدرة تيمبر على اللعب في باريس، قال: "لا أثق أنه قادر على المشاركة". وأضاف حسيما نقل موقع "جول": "لم يتمكن من اللعب هنا، وستلعب بعد أربعة أيام". وشارك تيمبر لمدة 83 دقيقة في مباراة الذهاب قبل أن يستبدل بن وايت. وانضم تيمبر إلى آرسنال، في صيف 2023 مقابل 40 مليون جنيه إسترليني، وشارك في 47 مباراة هذا الموسم، مسجلا هدفين ومقدما أربعة تمريرات حاسمة.

## حقيقة اقتراب كامبوس من مانشستر يونايتد

كشف فابريزيو رومانو، خبير الميركاتو، على حقيقة اقتراب لويس كامبوس، المستشار الرياضي لباريس سان جيرمان، من التوقيع مع مانشستر يونايتد. وذكرت تقارير صحفية مؤخرا أن كامبوس وصل إلى مرحلة متقدمة من المفاوضات مع الشياطين الحمر. وقال رومانو، عبر قناته على شبكة "يوتيوب": "لقد صنع لويس كامبوس الضارب في باريس سان جيرمان، وهو نفس الشخص الذي فاز باللقاب مع موناكو، والذي وقع مع كيليان مبابي".



وتابع: "يمكنني أن أذكر أكثر من 50 لاعبا مميزا تعاقدا معهم، وكذلك فعل مع ليل، حين فاز بالدوري وجلب لاعبين مثل فيكتور أوسيمين ورافا لياو وغيرهم الكثير. قائمة المواهب التي اكتشفها مذهلة". وأضاف: "هذا الفريق الحالي لباريس سان جيرمان هو أيضا نتيجة عمل لويس كامبوس المذهل. ورغم وجود ارتباطات مع مانشستر يونايتد، إلا أنني أبلغت بأنه في الوقت الحالي، لا توجد مفاوضات بين كامبوس واليونايتد، وهذه المعلومات التي لدي". وتابع: "أتلقى رسائلكم وفهمت الحماس لأن الحديث عن مدير مثل لويس كامبوس يثير اهتمام الجماهير. كانت هناك ارتباطات أيضا مع تشيلسي، لكن البلوز سعيد جدا بالهيكل الإداري الحالي". واختتم رومانو: "رغم الروابط مع مانشستر يونايتد، إلا أن ما أعلمه أنه لا وجود لأي مفاوضات جارية. الوضع الآن يستحق المتابعة من حيث مفاوضات تجديد العقد بين باريس وكامبوس، وهناك اهتمام من أندية أخرى.. بالفعل هناك اهتمام كبير به.. وبالنظر إلى ما فعله في مسيرته، فهو شيء رائع".

## ماريسكا: بالمر بإمكانه كسر التوقعات

قال إنزو ماريسكا مدرب تشيلسي، إن كول بالمر، لاعب الفريق بإمكانه كسر التوقعات، بعدما قطع صياما طويلا عن التهديد دام 16 أسبوعا بهدف من ركلة جزاء في الفوز على ليفربول بنتيجة 3/1 في الدوري الإنجليزي. وأضاف ماريسكا: "تتابع بالمر يوميا في التدريبات، فهو لم يتغير، ويؤدي بنفس الطريقة، ويسجل الأهداف". وتابع: "بالتأكيد لا يكون سعيدا عندما لا يسجل الأهداف، لأنه يريد دائما مساعدة الفريق والنادي على تحقيق إنجاز مهم". وواصل المدرب الإيطالي: "(بالمر) سعيد لأنه سجل هدفا وحققنا الفوز، ولكن لا أراه مختلفا عما كان عليه منذ ثلاثة أشهر، لقد سجل 14 هدفا في أول 20 مباراة بالدوري هذا الموسم". وتابع: "إنه لاعب بقدرات مختلفة، وبإمكانه فعل أشياء لا يتوقعها أحد عندما تكون الكرة في حوزته". وصرح كول بالمر عبر قناة سكاى سبورتس: "شعرت بأنني عدت لحالتي الطبيعية بعدما ابتعدت عن التهديد منذ ثلاثة أشهر، وهذا الهدف بمثابة حافز لي لتقديم المزيد ليس من أجل فقط بل من أجل الفريق". وأضاف: "كل لاعب يعرف قدراته، لكن مواقع التواصل الاجتماعي مليئة بالحمقى والذين يتصيدون الأخطاء، لا أهتم بذلك، وسعيد بهدي اليوم، ولكن علي مواصلة العمل لتسجيل المزيد".

وبيلغ الضارب حاليا بين ليفربول بطل الدوري الإنجليزي وتشيلسي 19 نقطة. وقال أرني سلوت مدرب ليفربول: "توقعات أن يشكل تشيلسي تهديدا هذا الموسم، لقد كانوا أفضل منا في المباراة الأولى على ملعبنا (أنفيلد)، وكانوا قريبين للغاية منا، لقد فوجئت بأننا نتقدم عليهم بفارق 19 نقطة، ولم أشعر بهذا الضارب في المباراة". وأتم سلوت "التفوق بفارق 19 نقطة عن فريق بهذه الجودة هو إشادة كبيرة بلعبينا".



## أموريم بعد لظمة برينتفورد: مواجهة الخميس أهم

أعرب البرتغالي روبن أموريم، المدير الفني لمانشستر يونايتد، عن قلقه بشأن الإصابة التي تعرض لها مدافعه الهولندي ماتياس دي ليخت، خلال مباراة برينتفورد. وسقط مانشستر يونايتد، أمام مضيفه برينتفورد، بنتيجة 4-3، أول أمس، على ملعب جريفيث بارك، ضمن لقاءات الجولة 35 للبريميرليغ. وقال أموريم، في تصريحات لشبكة "سكاى سبورتس" عقب المباراة: "يدأنا بشكل جيد، وسيطرننا، لكن رميات التماس والكرات الثابتة شكلت لنا مشكلة، هذا أمر طبيعي لأننا لم نكن نملك (لاعبين) بطول مناسب". وأضاف: "قاتلنا بقوة وكنا قريبين من التسجيل، حاولنا الضغط، وفي النهاية خسرننا". وعن التدوير كشف: "من الجيد أن يشارك الجميع، ونحن نستعد لأكثر من مباراة، نريد أن نكون منافسين، الأمر صعب حقا، لكننا نبذل قصارى جهدنا". وتحدث أموريم عن طبيعة إصابة ماتيس دي ليخت، فقال: "لا أعرف، لذا أنا قلق حقا، ليس بشأن مباراة بيلباو، استبدلنا لوك شو بين الشوطين لحماية اللاعبين وتجهيزهم ليوم الخميس، لكنني قلق أكثر بشأن ما إذا كانت إصابة بسيطة أم خطيرة، وأفكر في الموسم المقبل". وعن أداء الفريق مؤخرا، علق: "ليس لدي أدنى شك في أننا نلعب بشكل أفضل، لذلك علينا أن نتحمل كل الضغوط، في هذه اللحظة، نخسر مباريات في الدوري الإنجليزي الممتاز، نحن ننافس على لقب الدوري الأوروبي، ومباراة الخميس هي الأهم بالنسبة لنا". وفيما يتعلق بالموسم المقبل، قال: "لسنا مستعدين لخوض منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز والتأهل لدوري أبطال أوروبا، لكننا بحاجة للفوز، ونحتاج التتويج بهذه البطولة لتقدم شيئا لجماهيرنا". وختم: "سيكون لدينا الوقت الكافي لإعداد الفريق للمنافسة على هاتين المسابقتين".

## بالأرقام: تشيلسي مفسد فرحة بطل البريميرليغ

تمكن تشيلسي من التغلب على ليفربول بنتيجة 3-1، أول أمس، في مباراة احتضنها ملعب ستامفورد بريدج، ضمن منافسات الجولة 35 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وشهدت المباراة، تسجيل كول بالمر، هدف فريقه الثالث من علامة الجزاء، ليكسر صيامه التهديفي في البريميرليغ منذ 14 جانفي الماضي. وأفادت شبكة "سكاوا" بأن آخر هزيمتين للريدز في شهر ماي بالبريميرليغ، كانتا أمام تشيلسي عامي 2018 و2025. وأضافت "لأول مرة ينجح تشيلسي في الفوز على الريدز في البريميرليغ، منذ مارس 2021". وذكر المصدر ذاته أن تشيلسي بات أول فريق ينتصر مرتين على البطل، بعد إعلان تتويجه بلقب البريميرليغ، وذلك بعدما فعلها سابقا أمام مانشستر يونايتد في ماي 2013، بالتغلب عليه حينها (1-0). فيما أوضح تشيلسي أن "أوبتا" بأن ليفربول بات رابع فريق يخسر أول مباراة له بعد تتويجه باللقب، بعد آرسنال عام 1998، وتشيلسي في 2006، وليفربول نفسه في 2020.



# رانييري: علينا إنهاء الموسم دون ندم، وسعيد بتألق دوفبيك

أعرب كلاوديو رانييري، المدير الفني لنادي روما، عن سعادته بأداء لاعبيه بعد الفوز على فيورنتينا بهدف دون رد، في المباراة التي جمعتهم ضمن منافسات الجولة 35 من بطولة الدوري الإيطالي. وقال رانييري: «اليورو الذي أراهن به على التأهل إلى دوري الأبطال؟، ما زال في جيبي، لم أخرجه بعد». وتابع حديثه عن مهاجم الفريق أرتيم دوفبيك، قائلا: «يؤدي بشكل جيد، إذا نظرتم إلى عدد الأهداف التي سجلها والنقاط التي منحتها إياها، ستعرفون قيمته، لا يزال لم يظهر كل إمكانياته بعد، فهو شخص خجول ولا يتكلم كثيرا، ولكنه بدأ مؤخرا في الاندماج، وهذا تطور مهم، هل تتذكرون كيف لم يكن يحتفل بالأهداف؟، شاهدوه اليوم». وفيما يتعلق بنهاية الموسم، قال رانييري: «أطلب من اللاعبين أن ينهي الموسم دون ندم، نذهب إلى البحر هذا الصيف ونحن راضون، اليوم لعبنا ضد فريق يتمتع بقدرات فنية كبيرة، وقدمنا مباراة جيدة جدا رغم المعاناة، عندما أطلب الأداء من اللاعبين، يستجيبون دائما». وعن مشاعره مع اقتراب نهاية تجربته مع الذئب، صرح رانييري: «هل أشعر بالحنين؟، لا أفكر في هذا الآن، تركيزي بالكامل على مواجهة أتالانتا، خوض آخر مباراة لي في الأولمبيكو ستكون لحظة مشحونة بالعاطفة بالنسبة لي». كما أكد أنه لن يتابع مباراة بولونيا وبوفنتوس رغم تأثيرها على موقف روما في الترتيب، قائلا: «سأتناول العشاء بهدوء، لن أشاهد المباراة». واختتم رانييري تصريحاته بالإشادة باللاعب إدواردو بوف، قائلا: «استحق ما ناله اليوم، وسأحدث معه خلال الأيام القادمة».

## كونتي يريد كتابة التاريخ مع نابولي

اقترح نابولي من تحقيق حلمه بالفوز بلقب دوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم، بفوزه على مضيفه ليتشي، ورغم أن المدرب أنطونيو كونتي لا يتعامل مع أي شيء كأمر مسلم به، فإنه يرغب في شدة في أن يكتب التاريخ بوصفه فائزا بدلا من القراءة عنه.

وتوج كونتي بألقاب الدوري مع بوفنتوس وإنتر ميلان وتشيلسي، لكن بعد أن تولي مسؤولية نابولي، الذي أنهى الموسم الماضي في المركز العاشر، قاده للاقتراب من حسم اللقب. ورد المدرب الإيطالي على سؤال بشأن ما إذا كان هذا سيكون أبرز إنجازاته قائلا للصحافيين: «سأقول هذا عندما يحدث في النهاية. دعونا لا نتحدث عن أشياء لم نحققها بعد. فزت وخسرت ألقابا في الجولة الأخيرة. لدي الخبرة اللازمة لجعل اللاعبين يدركون أهمية ذلك. من يفز يكتب التاريخ». أما الآخرون فحي الغالب يقرأون عنه. لن يتذكروا أحد إذا أنهينا الموسم في المركز الثاني».

وعزز نابولي صدارته بفوزه (1 - صفر) على مضيفه ليتشي، مسقط رأس كونتي والنادي الذي بدأ فيه مسيرته الكروية، ليتقدم بفارق 6 نقاط عن إنتر ميلان الذي يستضيف هيلاس فيرونا، في وقت لاحق، اليوم.

وربما يكافح ليتشي للهروب من الهبوط، لكن كونتي كان حذرا في مواجهة فريق تعادل خارج ملعبه مع أتالانتا في آخر مباراة، وهي المباراة التي تأجلت بعد وفاة اختصاصي العلاج الطبيعي في ليتشي، غراتسيانو فيوريتا.

وقال كونتي: «إنه فوز مهم حقاً. ليس الأكثر أهمية، لكنه مهم. كنت خائفاً للغاية من هذه المباراة، بسبب العديد من المواقف، وأيضاً لأن ليتشي قادم من تعادل انتزعه من ملعب أتالانتا. للأسف، كان هناك أيضاً هذا الحظ السيئ الذي حدث لشخص كنت أعرفه جيداً جداً، كما كنت أعرف والده الذي توفي قبل بضع سنوات».

وأشاد كونتي بلاعبيه لحصدهم النقاط الثلاث، في ظل استمرار الإصابات في صفوف فريقه. وكان المدافع ألبساندرو بونجورنو آخر الضحايا، الأسبوع الماضي، ويبدو أنه سيفيق عن بقية الموسم بسبب إصابة في الفخذ. وقال كونتي: «وصلنا إلى هنا لإدارة حالة طوارئ، لأن كل شيء يبدو طبيعياً، لكن اليوم (ماتياس) أوليفيرا لعب كقلب دفاع، وهذه أول مرة يفعل فيها ذلك معي. في النهاية، لا أحد يتحدث عن ذلك، ولكن (ديفيد) نيريس خارج التشكيلة، وبونجورنو وخوان جيسوس أيضاً. تعرض (ستانسلاف) لوبوتكا للإصابة اليوم، وأتمنى أن يتمكن من التعافي، لأننا نستمع في خسارة بعض اللاعبين، لكننا لن نستسلم».

هذه هي الجودة الرئيسية لهذا الفريق. نحن نسيطر على الأمور، ونريد الاستمرار حتى النهاية».

رفض البرتغالي سيرجيو كونسيساو، المدير الفني لفريق ميلان، النظر إلى ما هو أبعد من مواجهة جنوى التي لعبت أمس وذلك في الوقت الذي يسعى فيه الفريق لإنقاذ موسمه المخيب للأمال. ويحتل ميلان المركز التاسع في ترتيب المسابقة، بفارق 7 نقاط عن المراكز الأولى مع تبقي 4 مباريات له في الموسم. وسيكون أملة الوحيد في التأهل للمسابقات الأوروبية الموسم المقبل الفوز بلقب كأس إيطاليا حينما يواجه بولونيا يوم 14 ماي الجاري في المباراة النهائية. وسواجه فريق كونسيساو منافسه بولونيا مرتين في ظرف 5 أيام فقط، حيث ستقام مباراة أخرى ببطولة الدوري على ملعب ميلان يوم الجمعة. وقال كونسيساو: «نستعد لكل مباراة على حدة، ونهدف دائما للتطور كفريق. حاليا نركز بشكل كبير على مواجهة جنوى، وبعد تلك المباراة ستحول اهتمامنا لمباراتي بولونيا». وأضاف أن ميلان ما يزال يبحث عن تحقيق أمرين مهمين: «الاستمرارية والتوازن بين المباريات» حسب قوله. واسترسل: «بالنسبة للهجوم كنا قادرين دائما على صنع المزيد من الفرص، لكننا مؤخرا أصبحنا أكثر صلابة على المستوى الدفاعي».

## جوفنتوس يستعيد المركز الرابع بعد تعادله مع بولونيا

فرض التعادل بهدف لمثله نفسه على لقاء بولونيا ومضيفه جوفنتوس في الجولة 35 للدوري الإيطالي لكرة القدم، الأحد، على ملعب «ريناتو دالارا»، ليشعل الصراع على المركز الرابع، المؤهل لدوري الأبطال بين 5 أندية. افتتح نادي جوفنتوس التسجيل في وقت مبكر عن طريق الفرنسي خيفرين تورام في الدقيقة التاسعة، بعد تسديدة صاروخية من خارج منطقة الجزاء، لتمر الكرة من تحت قدمي لوكاس سكورويسكي حارس بولونيا. وجاء الرد من جانب نادي بولونيا في الشوط الثاني، بعدما تمكن من إدراك التعادل في الدقيقة 54 عن طريق السويسري ريمو فريولر بتسديدة من داخل منطقة الجزاء. بهذا التعادل يتواجد نادي جوفنتوس في المركز الرابع بجداول الترتيب برصيد 63 نقطة، بفارق الأهداف عن روما ولاتسيو، أصحاب المركزين الخامس والسادس، ونقطة واحدة عن بولونيا، السابع، و4 نقاط عن فيورنتينا، الثامن. وفي مباريات أخرى، واصل روما تحت قيادة مدربه المخضرم كلاوديو رانييري سلسلة نتائجه المبهرة، بتحقيق الفوز الثالث تواليا في المسابقة على حساب بهدف دون رد، سجله الأوكراني أرتيم دوفبيك في الدقيقة 45+5.

## فيليبو إنزاغي يعيد بيضا إلى الدوري الإيطالي بعد 34 عاما

صعد بيضا إلى دوري الدرجة الأولى الإيطالي، للمرة الأولى منذ 34 عاما.

سادت احتفالات صاخبة في بيضا، رغم خسارته أمام سبيزيا صاحب المركز الثالث أمام ريجيانا 1-2. بيضا ضمن المركز الثاني في دوري الدرجة الثانية، وصعوده تلقائيا إلى دوري الدرجة الأولى، قبل جولتين من نهاية الموسم.

يعني ذلك أن مباريات دوري الدرجة الأولى الإيطالي ستعود إلى ملعب "أرينا"

غاريبالدی"، الواقع في ظل برج بيضا المائل، للمرة الأولى منذ هبوط الفريق عام 1991. يدير بيضا المهاجم الفائز بكأس العالم مع منتخب إيطاليا فيليبو إنزاغي، الشقيق الأكبر للمدرب إنتر ميلان سيموني إنزاغي.

وكان هذا الموسم استثنائيا بالنسبة للاعب السابق البالغ من العمر 51 عاما، حيث حقق إنزاغي مع بيضا متوسط نقاط في دوري الدرجة الثانية أكثر من أي مدرب آخر نشط، خاض 50 مباراة على الأقل في الدوري الإيطالي.

وبالإضافة إلى التأهل، نجح مهاجم ميلان السابق في ترسيخ مكانة بيضا كأحد أكثر الأندية إثارة في دوري الدرجة الثانية الإيطالي، إذ لم يسجل أهدافا في الدوري أكثر منه (59 هدفا) هذا الموسم سوى كريمونيز وسانتو.

كما يتباهى رجال إنزاغي بثاني أفضل سجل دفاعي في الدوري بعد سبيزيا، وهو ما يشهد على نهجه الدقيق وتوازنه التكتيكي.



## جون تيري يعترف: هذه أصعب رياضة بعد اعتزالي كرة القدم

اعترف، أسطورة منتخب إنكلترا ونادي تشلسي السابق، جون تيري (44 عاماً)، بأنه عاش لحظات صعبة للغاية، بعدما قرر تجربة واحدة من أشهر الرياضات في العالم، لكنه واجه تحدياً ومشقة، منذ إعلانه اعتزال كرة القدم عام 2018. وأكد جون تيري، في حديثه مع صحيفة ذا صن البريطانية، الأحد، أنه عاش تجربة جديدة في حياته، بعدما قرر المشاركة في ماراثون لندن، إلا أنه عانى كثيراً، بسبب عدم قدرته على المشي لمسافات طويلة، ما جعله يعرج، رغم الانطلاقة المثالية، نتيجة اللياقة البدنية التي يتمتع بها، لأنه يحرص على أداء التمارين يومياً. وقال تيري: "ما عشتّه في ماراثون لندن لا يُقارن بالشعور بعد مواجهة في كرة القدم، هذه أصعب رياضة بعد اعتزالي، لأنني عانيت نفسياً وجسدياً، وكل شيء بدأ بعد 13 كيلومتراً من الجري، رغم أنني أحسست بتقدمي بشكل جيد في أول 10 كيلومترات، لكن الطقس الماطر صعب كل شيء". وتابع ذاكرة: "لم أكن أرغب نهائياً في هطول الأمطار على العاصمة لندن، لأن هذه الأجواء مناسبة حتى ألعاب الغولف، على عكس الماراثون، رغم أنني تدرّبت كثيراً، وذهبت إلى مدينة دبي، التي تشتهر بطقسها الدافئ في مثل هذا الوقت من السنة، وأيضاً لم أستطع النوم بشكل جيد، وهذا ما جعلني أعاني، هذه الرياضة صعبة للغاية". وختمت الصحيفة تقريرها بأن جون تيري استغرق 55 دقيقة كاملة، حتى انتقل من نقطة الـ 35 كيلومتراً إلى 40 كيلومتراً، بسبب الإرهاق الكبير، الذي عاناه، أثناء خوضه غمار ماراثون لندن، لكنه استطاع قطع خط النهاية، حتى يتمكن من جمع أكثر من 46 ألف جنيه إسترليني، لمصلحة إحدى الجمعيات الخيرية، التي تعنى بدعم الأطفال المصابين بأمراض خطيرة، وتلبي أمنياتهم الخاصة، ممن تتراوح أعمارهم بين ثلاثة و18 عاماً.

## طبيب مارادونا: كان مريضاً صعب المراس ومتمرداً

أكد جراح الأعصاب رودولفو بينفينوتي، طبيب النجم الأرجنتيني الراحل ديفيو مارادونا، أنه كان "مريضاً صعب المراس، واستثنائياً جداً، وكان لا بد من التعامل مع اعتراضاته"، وفقاً لشهادة أدلى بها الطبيب، مساء أمس الخميس. وبحسب تقرير وكالة فرانس برس، اليوم الجمعة، فقد أدلى بينفينوتي بهذه الشهادة خلال محاكمة سبعة أخصائيين صحيين متهمين بالإهمال الجنائي في قضية وفاة أسطورة الأرجنتين. وتوفي نجم نابولي الإيطالي السابق عن عمر 60 عاماً في 25 نوفمبر 2020، بسبب أزمة قلبية وراثية في مسكنه الخاص، حيث كان يتعافى لمدة أسبوعين، بعد جراحة أعصاب بسبب ورم دموي في الرأس. ويمثل أمام المحكمة بتهمة "احتمال القتل العمد"، فيما وصفته النيابة العامة بـ«مريحة الرعب»، التي راقت رعايته، في الأيام الأخيرة من حياته، في منزل خاص بضاحية تيغري في بوينس آيرس، جراح الأعصاب ليوبولدو لوكي، والطبيبة النفسية أغوستينا كوستاشوف، والمعالج النفسي كارلوس دياس، والمتسقة الطبية نانسي فورليني، ومنسق الممرضين ماريانو بيروني، والطبيب بيدرو بابلودي سبانيا، والممرض ريكاردو الميرو. وكان أحد الأسئلة المحورية في المحاكمة هو ما إذا كان قرار السماح له بالنقاهة في منزل خاص، بدلاً من منشأة طبية، قد عرّض حياته للخطر، وأبلغ بينفينوتي المحكمة بأنه واجه صعوبة في إقناع مارادونا بإجراء فحص بالأشعة المقطعية مسبقاً. وتذكر بينفينوتي قائلاً: "كان مريضاً صعب المراس جداً"، واصفاً إياه بأنه "متنمر".

وقال إن مارادونا أراد مغادرة العيادة في أسرع وقت ممكن بعد الجراحة، وأنه "لم يقبل بأي إقامة في المستشفى، سوى الرعاية المنزلية". وأوضح أنه كان يعتقد أن حالة النجم كانت تتطلب تقييماً طبياً يومياً. لكن الأدلة المقدمة إلى المحكمة، حتى الآن، أظهرت أن فريق الرعاية الصحية لديه لم يُحدّد سوى زيارات أسبوعية لطبيب، تخلف عن إحداها، بسبب إحجام مارادونا عن الزيارة. ووجد أسطورة الأرجنتين السابق ميتاً في فراشه من قبل ممرضة يومية. وركزت المحاكمة حتى الآن على ظروف رعايته المنزلية، التي وصفها الادعاء بالإهمال الجسيم. "وبواجه المتهمون خطر السجن لفترات تتراوح بين ثمانية و25 عاماً، إذا أدبتوا بتهمة "القتل العمد المحتمل". ومن المقرر أن تستمر المحاكمة في ضاحية سان إيسيدرو في بوينس آيرس، والتي بدأت في 11 مارس الماضي، حتى جويلية المقبل.

## باتريس إيفرا يدخل عالم الملاكمة ويتحدى سواريز في نزاله الأول

أعلن نجم فريق مانشستر يونايتد السابق، الفرنسي باتريس إيفرا (43 عاماً)، دخوله عالم الملاكمة، إذ سيخوض نزاله الأول في الفنون القتالية المختلطة في 23 ماي المقبل بالعاصمة الفرنسية باريس، وسيكون هذا النزال ضمن فعاليات رابطة المقاتلين المحترفين، واحدة من أكبر منظمات فنون القتال المختلطة في العالم. ويستعد إيفرا، الذي اشتهر بمسيرته الطويلة في كرة القدم، لتحدي جديد في عالم الرياضات القتالية، بعد أن قرر التوجه نحو هذا المجال. وكشف موقع راديو آر أم سي سبورت الفرنسي، الجمعة، أن إيفرا بدأ تدريباته استعداداً لهذا التحدي الكبير، إذ يعمل النجم الذي حمل قميص أنديا مونكو ويوفنتوس وأولمبيك مرسيليا وويستهم يونايتد أيضاً، تحت إشراف نجم رابطة المقاتلين المحترفين وصديقه، سيدريك دومب، الذي سيساعده في تطوير مهاراته في عالم فنون القتال المختلطة، ورغم أنه لم يكشف عن هوية خصمه بعد، فقد أشار إيفرا إلى أنه متحمس للمشاركة في هذا الحدث الكبير، الذي سيجتمع العديد من نجوم الرياضة في باريس، حتى أنه أعلن رغبته في مواجهة منافسه السابق في ليغربول، الأوروغوياني لويس سواريز. وكتب إيفرا عبر حسابه الشخصي على موقع التواصل الاجتماعي إكس، تغريدة جاء فيها: "أنا أتدرب رسمياً لأول نزال لي مع رابطة المقاتلين المحترفين أوروبا، هم سيختارون خصمي، لكن عندما سألوني عنّي أرغب في مواجهته، قلت: لويس سواريز. سأدفع من جيبي لتلك المباراة، حتى أنه يمكنه أن يعضني إذا أراد"، وأشارت هذه الكلمات ردود فعل واسعة بين متابعيه، خاصة مع تاريخ التوتر بينه وبين سواريز في عالم كرة القدم، خصوصاً خلال فترة وجودهما في الدوري الإنكليزي الممتاز. ويتذكر عشاق كرة القدم قصة الخلاف، الذي نشب بين إيفرا وسواريز في أكتوبر من عام 2011، حين اتهم الظهير الأيسر الفرنسي آنذاك سواريز بإطلاق تصريحات عنصرية تجاهه أثناء مباراة بين مانشستر يونايتد وليغربول، وأدى هذا الاتهام إلى موقف مثير للجدل، إذ وقف نادي ليغربول بجانب مهاجمه، وارتندي اللاعبين قمصاناً تدعمه في مباراتهم ضد ويغان، ورغم ذلك، اعتذر جيبي كاراغر في عام 2019 عن مساندته لسواريز، خاصة بعد الجدل الذي أحدثته تلك الواقعة، وفي أعقاب ذلك، فرض على سواريز غرامة قدرها 40 ألف جنيه إسترليني.

## نيمار

## يخسر معركته القانونية رغم كشف أسرار الشخصية

تلقت مساعي النجم البرازيلي نيمار دا سيلفا (33 عاماً) ضربة قوية، خلال الساعات الماضية، بعد أن رفضت محكمة في ولاية ساو باولو طلبه بإيقاف نشر مدونة صوتية "بودكاست" تتناول حياته الشخصية والمهنية، إذ اعتبرت المحكمة أن محاولة نيمار تندرج ضمن ما يعرف بـ"الرقابة المسبقة"، وهي خطوة مرفوضة في النظام القضائي البرازيلي، وتأتي هذه المعركة القضائية في وقت حساس بالنسبة للاعب، الذي عاد أخيراً إلى صفوف ناديه السابق سانتوس، أملاً في استعادة بريقه والمشاركة في كأس العالم 2026 ووفقاً للتفاصيل، التي نشرتها صحيفة موندو ديبورتيفو الإسبانية، اليوم الثلاثاء، فإن الـ "بودكاست"، الذي يحمل عنوان "مشروع نيمار: نجاح أم فشل؟"، من إنتاج موقع أونيفيرس أونلاين البرازيلي، نشرت أولى حلقاته على موقع يوتيوب، يوم 22 أفريل الماضي، ويتناول المشروع السردية خطية تسويقية أطلقها نادي سانتوس لتحويل اللاعب إلى علامة تجارية عالمية، ويستند إلى وثائق حصرية، مثل عرض تقديمي (باوربوينت)، ورسائل بريد إلكتروني، ومقابلات مع شخصيات مقربة من النجم البرازيلي، كما تقدم في هذه الحلقات صورة مثيرة للجدل لوالده ووكيله، بصفته رجل أعمال متحكماً وجشعاً، له تأثير كبير على قرارات ابنه المهنية. وأضافت الصحيفة أن القاضي رفض أيضاً طلب نيمار بالإطلاع المسبق على مضمون الحلقات المقبلة، واعتبر ذلك انتهاكاً لحرية التعبير وخرقاً لمبادئ القانون، كما شدد على أن القوانين البرازيلية لا تشترط موافقة الشخصية المعنية لنشر محتوى سيرة ذاتية عنها، سواء كان ذلك بشكل مكتوب أو مرئي أو سمعي، وأكدت الصحيفة أن الـ "بودكاست" يتضمن محتوى قد يجرح اللاعب السابق لأندية برشلونة الإسباني وباريس سان جيرمان الفرنسي والهلال السعودي، من خلال تسريبات تشمل محادثات "واتساب"، ورسائل إلكترونية، وعقود دعائية. واختتمت الصحيفة بالإشارة إلى أن المحكمة منحت نيمار مهلة خمسة أيام، من أجل تعديل طلبه القانوني الأساسي، وتقديم استئناف جديد إذا رغب في ذلك، ويبدو أن القضية لم تغلق بعد، خاصة أن موقع أونيفيرس أونلاين أكد التزامه بمواصلة نشر الحلقات الجديدة، التي قد تكشف المزيد من الأسرار حول علاقة نيمار بوالده ودوائر النفوذ، التي أثرت على مسيرته الكروية، طوال السنوات الماضية.

# تمارين الرمال

## وتأثيرها على كفاءة العضلات ومرونتها

### التدخين

#### وأثره على اللياقة البدنية لدى الرياضيين

مما لاشك فيه إن للتدخين أثرا سيئا على الجهاز العصبي وجهاز الدورة الدموية والقلب والجهاز التنفسي والهضمي والبولي والتناسلي ولهذا يفقد الرياضي المدخن ومميزاته الأساسية كالسرعة والصلابة والمهارة كما تقل لياقته البدنية كثيرا . ويؤثر التدخين على كمية الأكسجين التي يحتاج إليها جسم الرياضي لتقوم بعملية الاحتراق والتمثيل حتى تتناسب مع المجهود العضلي الذي يقوم به الرياضي مما يحد من قدراته وكفاءته، كما يؤثر النيكوتين بشكل سيئ على بصر الرياضي وعلى سمعه وعلى بقيه الحواس لديه . تدرك الاتحادات الرياضية ويدرك القائمون على شؤون الرياضة في جميع أنحاء العالم تعارض التبغ مع ما يمثله من قيم وما يتمتعون به من صحة، ويشعر اللاعبون الرياضيون بالفخر بما لديهم من قوة ومهارات وتقن، وأيضا من مقدرتهم على الظهور بصورة إيجابية أمام جميع المجتمعات كقدوة يحتذى بها وهم جميعا يرغبون في وضع حد لتلاعب القانمين على شركات التبغ في المجال الرياضي. من المعروف أن التبغ يتسبب في الوفيات، فهو يقتل نصف من يستخدمونه لمدة طويلة. أما ما هو غير معروف جيدا، فهو ما يمكن أن يحدثه التدخين من تأخير على مقدرة الناس في الاستمتاع بحياتهم اليومية على أقصى حد-ولاسيما عندما يستدعي الأمر اشتراكهم في إحدى الرياضات أو أي شكل من أشكال النشاط البدني، وبالإضافة إلى ما لاستخدام التبغ من تأثيرات طويلة الأمد على الصحة، فإن له تأثيرات أخرى قصيرة الأمد ولاسيما تلك التي تؤثر على وظيفة الرئتين بل وحتى على قوة العضلات وأنماط النوم. يؤدي التدخين في مرحلة المراهقة، أو مرحلة ما قبل المراهقة إلى إبطاء معدل نمو الرئتين، كما يضعف وظائف الرئة ويسرع من معدل نبضات القلب للشخص المدخن مقارنة بغيره، كما يعاني المراهقون الذين يدخنون كثيرا من السعال، ومن أمراض الجهاز التنفسي، بالإضافة إلى ذلك يعانون من إصابات رياضية جسيمة أكثر، حيث يجدون صعوبة في التنفس، وفي التحمل الجسدي عموما. ولقد أجريت عدة دراسات ثبت فيها أن المدخنين هم عموما أقل لياقة من غير المدخنين، بالإضافة إلى ضعف استفادة المدخنين من هذه التدريبات، كما خلصت دراسة أجريت على 6500 مجندا في عمر 19 عاما إلى أن المسافة التي قطعها المدخنون عدوا في 12 دقيقة تقل عن مثيلتها في حالة غير المدخنين، وأنه بزيادة عدد السجائر المدخنة يوميا وبزيادة مدة التدخين تقل المسافة التي يقطعها هؤلاء المدخنون عدوا. وتقدر هذه الدراسات أن كل سجارة يدخنها المدخن في اليوم تزيد المدة اللازمة لاستكمال السباق بمقدار أربعين ثانية. يشير الباحثون إلى أن تدخين 20 سجارة في اليوم تجعل المدخن يقطع مسافة السباق التي تبلغ 16 كيلومترا في نفس المدة التي يقطعها فيه غير المدخن الذي يزيد عمره باثنتي عشرة سنة. أي أن البالغ من العمر 42 عاما كما أن تدخين 20 سجارة في اليوم يدمر الأثر الإيجابي الذي يحدثه العدو مسافة 20 كيلومترا أسبوعيا في تحسين قوة التحمل، وهذا وبالإضافة إلى ما لاستخدام التبغ من تأثيرات على وظيفة الرئتين، فقد بينت الدراسات أن المقدرة على الأداء الرياضي الجيد تتأثر أيضا.

للمساعدة على الراحة والاسترخاء، وأن عدم ارتداء الأحذية الحديثة والمشي بقدمين حافيتين يخففان من ألم روماتيزم الركبة ويقللان أيضا من التلف في تركيبها الداخلية نتيجة للحد من تأثيرات القوى الضاغطة عليها بفعل حركات المشي حال ارتداء الأحذية المعتادة في القدمين. وتوصلوا إلى هذه النتيجة بعد مقارنة دقيقة لملاحظة مدى تأثير تراكيب مضلل الركبة وغيره من مفاصل الأطراف السفلى أثناء المشي بنوعية تحرك القدم عند ارتداء الحذاء وعند خلعه. ونشرت دراستهم، في مجلة التهاب المفاصل والروماتزم الصادرة في الولايات المتحدة. وإن السير على الأقدام دون أحذية ليس مهما فقط لتنظيم نهايات الأعصاب وإنما أيضا بالنسبة إلى الحركة على سطح غير مستو، كما أن المشي الحافي يطور ويثني بشكل متساو جميع العضلات، الأمر الذي لا ينطبق على السير على الأسطح الخشنة كالأسفلت أو الإسمنت.

وعدم المشي حافيا والجلوس لساعات طويلة وإثقال الرجلين من خلال السير بوضع واحد يخفف مرونة الأقدام أثناء الحركة، الأمر الذي يغير بشكل سلبي سيرنا ويعكس التوازن الضروري بين العضلات في الأرجل والأفخاذ وأيضا في الظهر، وشددت البحوث على أنه عند السير بأقدام حافية فإن الإنسان يمتلك بذلك الفرصة لتجنب المشاكل التي تقع في القدمين، ويؤكد الخبراء حسب مواقع ألمانية متخصصة خطأ الفكرة السائدة بأن "المشي الحافي يتسبب في برودة القدم أو أنه يضر بالكلية أو بأعضاء داخلية في الجسم".

وينصح الخبراء بالمشي الحافي لمدة ربع ساعة على الجليد في أيام الشتاء القارس، فهذا الأمر له فوائد صحية عديدة كما أنه يساعد في دفع القيم طوال الليل، وأن المشي يساعد على حرق الدهون ومنع السمنة ويخفف الوزن ويؤخر خشونة المفاصل، كما أنه من أهم العوامل للوقاية من الإصابة بهشاشة العظام.

ويقول الأطباء إن المشي بقدمين حافيتين يحدد العضلات خاصة في حال تعرضها للتعبد والاجهاد ويعمل على تقوية العضلات الضعيفة والمتهرلة والأربطة المحيطة بالمفاصل ويساعدها باستمرار على أداء أقصى مدى حركي لها، والمشى على الأحجار يعد من أفضل وسائل التدليك، حيث يعمل على تنظيم الدورة الدموية لكل عضو من أعضاء الجسم، ويعزز جهاز المناعة ويساعد في حفز الجسم على إفراز هرمون أندروفين، الذي يشبه كيميائيا مادة المورفينين الذي يجعل الإنسان يشعر بالراحة والسعادة.

وقاية الإنسان من الإصابة بتشنجات القدم. ولفتت إلى أنه يمكن القيام بذلك في أي مكان، سواء في المنزل، أو على حشائش الحديقة، أو على رمال الشاطئ، ولا توجد مدة زمنية محددة للمشي دون حذاء. وتوصي الأشخاص الذين لا يعانون أمراضا في أقدامهم، بالمشي بأقدام عارية لقاربة ساعة يوميا، ولا ينبغي على الإطلاق أن يمشي الإنسان دون حذاء لفترات طويلة للغاية، إذ تعمل الأحذية على حماية القدمين بفضل تصميمها وقدرتها على امتصاص الصدمات. وعندما يمشي الإنسان دون حذاء يصطدم كعبه كثيرا بالأرض، وبالطبع تسري هذه الصدمات لتصل إلى العمود الفقري. لذا تنصح شيل بعدم المشي كذلك بشكل زائد عن الحد، لا سيما بالنسبة إلى الأشخاص المصابين في الأساس بتشنجات القدم. وتوصلت دراسة حديثة أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أن المشي على رمال البحر وخاصة الجافة بقدمين حافيتين، ينشط الغدد العرقية والنهائيات الحسية الموجودة في أخمص القدمين، حيث يوجد بالقدمين 7200 نهاية عصبية، تتصل بباقي أجزاء الجسم، من خلال الحبل الشوكي والدماغ. كما وجدت الدراسة أن المشي على الرمال بقدمين حافيتين يستهلك ضعف الطاقة اللازمة عند المشي مقارنة مع المشي على سطح صلب أو عند ارتداء حذاء. بالإضافة إلى ذلك يساعد المشي بقدمين عاريتين على الرمل على الاتصال مع الأرض، وهناك الكثير من الدراسات التي تؤكد فوائد هذا الاتصال أو ما يدعى بـ "التأريض" على الجهاز القلبي الوعائي والمناعة والدم وتخليص الجسم من الجذور الحرة.

ونظرا لأن المشي بأقدام عارية يعمل على تنشيط عضلات القدم، فإن تأثيره يضاها تأثير التمارين الرياضية للقدم نفسها. وأشارت الخبيرة الألمانية إلى أن المشي بأقدام عارية يساهم في تدفئة القدمين بصورة أفضل، ما يعود بالفائدة على النساء بصفة خاصة، لكونهن أكثر عرضة للإصابة ببرودة القدمين.

وتعمل المحفزات المتغيرة لدرجة الحرارة وتأثيرات التدليك المحتملة للأرضية على تعزيز الشعور بالدفع بشكل إضافي، وللاستفادة من المشي بأقدام عارية، تنصح الخبيرة الألمانية كيند بضرورة تجريب أنواع مختلفة من الأرضيات، مثل الحدائق والمروج الخضراء والرمال والأسفلت.

كما يجب إدراك طبيعة الأرضيات المختلفة بوعي والشعور بدرجات الحرارة والإحساس بالجسم أثناء المشي بأقدام عارية، كما أنها توصي في نهاية اليوم بإجراء حمام للقدم

أكد مدربو اللياقة وأخصائيو العلاج الطبيعي أن ممارسة التمارين الرياضية على الرمال دون أحذية تقوي عضلات الساقين وتزيد مرونتها ولياقتها وتقل احتمال تعرضها للإصابات والكسور. وأوضحت جملة من البحوث العلمية أن ممارسة هذه الرياضة على الرمال أكثر فائدة ونجاعة من ممارستها على الطريق العادية. أفادت دراسة، نشرت في المجلة الأوروبية للعلوم ووظائف الأعضاء، أن المشي أو الركض على الرمال يساعد على تقوية المفاصل والعضلات ويحرق سعرات حرارية أكثر من تلك التي يحرقها الجسم عند المشي على طريق عادية. وأوضح معدو الدراسة أن المشي على الرمال يحرق سعرات حرارية أكثر من المشي على طريق عادية بمعدل 20-80 سرعة حرارية في كل ميل، وذلك كون الرمال تعد سطحا غير مستو، وعند المشي أو الركض عليها فإن الجسد يبذل المزيد من الجهد ليحافظ على توازنه مما ينشط عضلات الجذائ العلوي والسفلي من الجسم ويحرق المزيد من السعرات الحرارية، إضافة لذلك فإنه يجعل المفاصل والعضلات أكثر ليونة وتصبح حركة الجسد أسهل. وينصح الخبراء المتمرن عند المشي على الرمال بارتداء حذاء رياضي مناسب، أي لا يجب أن يمشي أو يركض حافي القدمين. من ناحية أخرى يجب أن تكون خطواته قصيرة ويجعل جسده مائلا إلى الأمام، كما عليه أن يحاول رفع ركبتيه إلى أقصى حد عند الركض، الأمر الذي يساعد في الحصول على جسد متناسق وصحي. والمشى على الرمال دون حذاء يعالج آلام القدمين، بل هو عادة ضرورية للحفاظ على سلامة القدمين وعلى الشكل الطبيعي لهما، فالحذاء يسبب ضغطا على جوانب القدمين وبالتالي يعيق حركة الدم في الأوعية، ولذلك ينصح الأطباء بممارسة رياضة المشي حافيا لأن هذا النوع من أنواع الرياضة ينشط مراكز حيوية في أسفل القدمين مما يؤدي إلى تنشيط الدورة الدموية وعلاج الدوالي. ويساعد المشي بقدمين حافيتين الأطفال على علاج تشوهات القدم والأقدام المسطحة ويمد الجسم بحيوية إضافية ويزيد القدرة على العمل ويرفع مستوى الطاقة في الجسم ويعالج أيضا التهاب المفاصل.

وفي دراسة أجريت عام 1992 تبين أن الأطفال الذين يلبسون الأحذية باستمرار يزيد احتمال الأقدام المسطحة لديهم بثلاثة أضعاف، وتبين أيضا أن الأحذية الضيقة يمكن أن تسبب تقوس الساقين للأطفال.

وإن المشي بأقدام حافية يوميا يساهم في



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 توجها إلى،  
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة  
ANEP، المتواجدة بـ01هـج باستور-الجزائر.  
الهاتف الثابت:  
020.05.20.91 / 020.05.10.42  
الفاكس:  
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.annuaire@anep.com.dz  
agence.ouargla@anep.com.dz  
agence.constantine@anep.com.dz

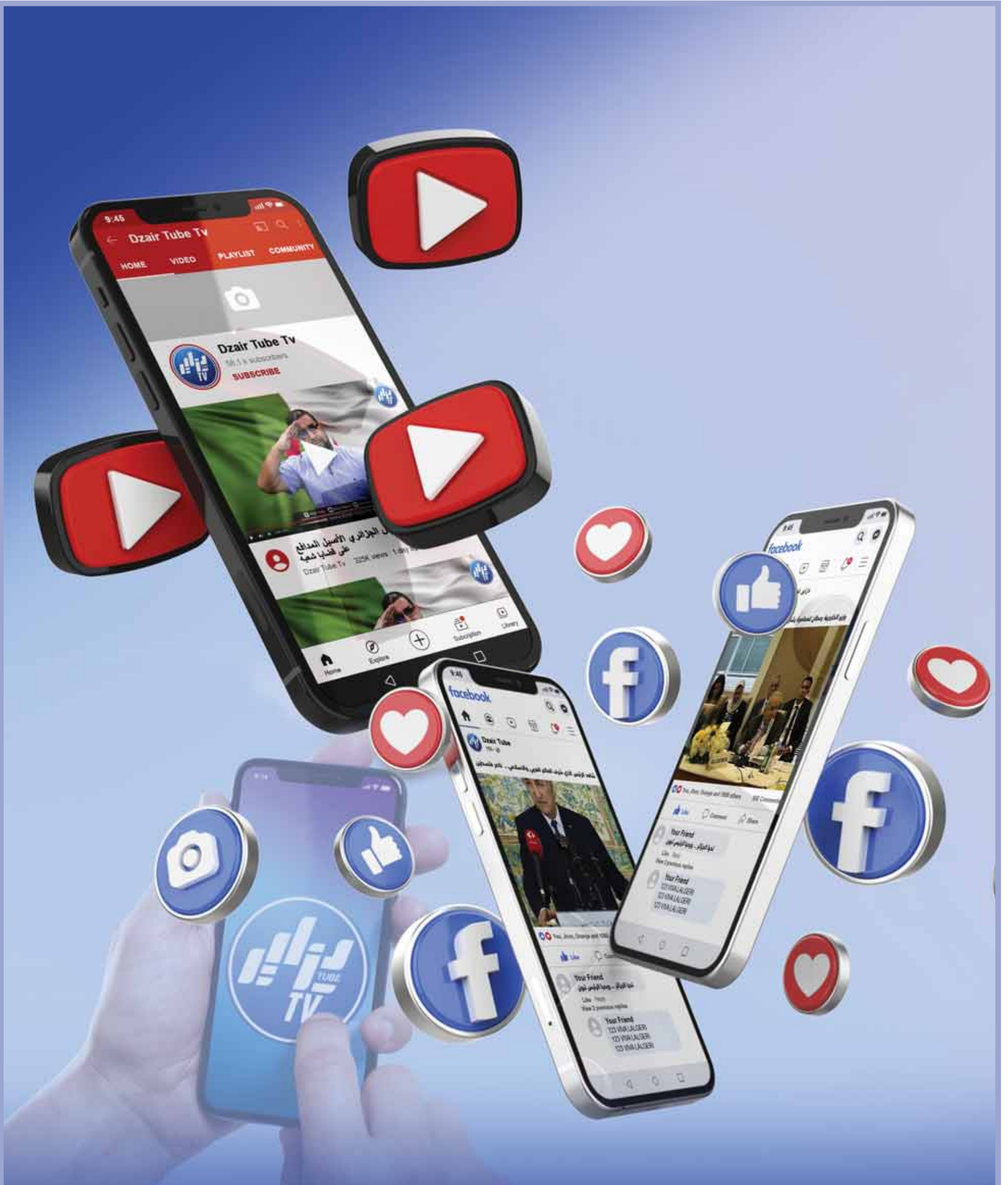
الطبع: **SAMPRAL**  
TD DIFFUSION COMMUNICATION  
الفاكس:  
03801603323071300789

رقم الحساب البنكي:  
al salam bank algeria

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

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

يومية رياضية جزائرية



لإشهاراتكم:

تابعونا على  
مواقع التواصل الإجتماعي:

📍 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

