

حاج

موسى هدافا
وزروقي يسجل ضد
مرماه في هزيمة
فينورد

في فنورد



www.dzair-tube.dz

يومية رياضية جزائرية

العدد 1277 - 27 جويلية 2025 الموافق 1 صفر 1447 هـ - الثمن 30 دج



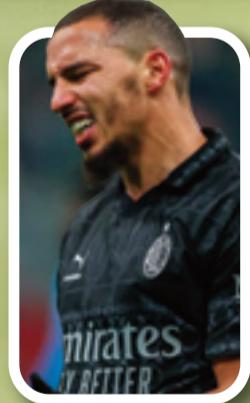
حفل باهر للطبعة الأولى
من الألعاب المدرسية

الجزائر قبلة
الرياضة
الإفريقية ..
ومنصة لصقل
جيـل واعـد

مشاركة أزيد من 1700 رياضي
من 50 دولة إفريقية

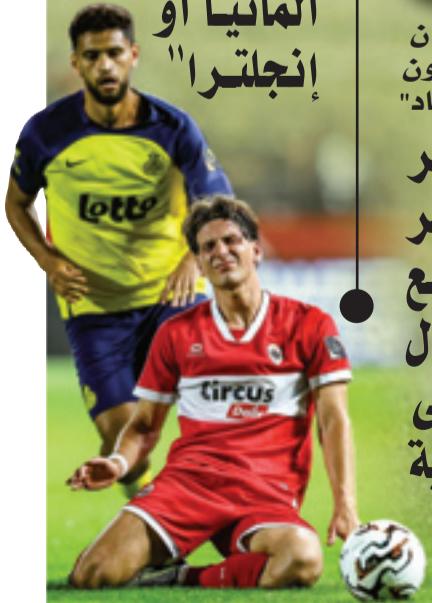
زرقان يكشف
عن أهدافه مع
سانت جيلواز:

"أطـمـح
للتـوـيـج
بـالـثـانـيـة
وـالـانـتـقـالـ إـلـىـ
ـأـلـمـانـيـاـ أوـ
ـإـنـجـلـنـاـ"



فيما تلقى ميلان
عرضـاـ بــ10ـ مـلـيـونـ
ـأـورـوـ منـ "ـالـاتـحـادـ"

بنـ نـاصـرـ
ـغـيرـ
ـمـقـنـعـ
ـبـالـانـتـقـالـ إـلـىـ
ـالـسـعـودـيـةـ



سيغيب عن الملاعب لـ 3 أشهر
ـ كـابـوسـ الـإـصـابـاتـ يـضـربـ نـاـيرـ
ـ وـيـهدـدـ عـودـتـهـ إـلـىـ "ـالـخـضـرـ"

ـ منـاـورـةـ جـديـدةـ مـنـ الـمـغـرـبـ لـتـنـفـيـذـ مـخـطـطـاتـهـ السـيـاسـيـةـ

ـ غـينـيـاـ تـرـضـخـ لـاغـرـاءـاتـ "ـالـمـخـزنـ"ـ وـتـنـقـلـ
ـ مـوـاجـهـةـ "ـالـخـضـرـ"ـ إـلـىـ الدـارـ الـبـيـضـاءـ

محاولات بـائـسـةـ



منافـسـ
ـ"ـالـخـضـرـ"ـ
ـاسـتـقـبـلـ
ـمنـافـسـيـهـ
ـساـبـقاـ فـيـ
ـكـوتـ دـيفـوارـ

ـ موـاجـهـةـ
ـ بـوـتسـوانـاـ رـسـمـيـاـ
ـ يـوـمـ 04ـ سـبـتمـبرـ
ـ بـمـلـعـبـ حـسـينـ آـيـتـ
ـ أـحـمـدـ

■ مناورة جديدة من المغرب لتنفيذ مخططاته السياسية

كشفت مصادر موثوقة لـ "دزاير توب" أن تحويل مواجهة غينيا والمنتخب الوطني الجزائري يوم 08 سبتمبر المقبل، برسم الجولة الثامنة من تصفيات كأس العالم 2026، إلى ملعب الدار البيضاء بال المغرب لم يكن مجرد قرار تقني بل مناورة سياسية من قبل نظام "المخزن"، وأبرزت المصادر ذاتها أن الاتحادية الغينية لكرة القدم ختارت في البداية كوت ديفوار لاحتضان مواجهة "الخضر" بعد قرار "الكاف" بعدم تأهيل الملعب الرئيسي بالعاصمة كوناكري، وباعتراضها على إجراءات الإدارية اللازمه، خاصة وأن المنتخب الغيني اعتاد على استقبال منافسيه في تصفيات مونديال 2026 بالعاصمة الأليفة واريا أبيدجان. هذا القرار الأولى كان منطقياً من الناحية الجغرافية والثقافية، حيث أن كوت ديفوار تتقاسم مع غينيا نفس المنطقة الجغرافية في غرب أفريقيا، مما يسهل عمليات السفر واللوگستيات للوفد الغيني. كما أن العلاقات بين البلدين الجاريين تتسم بالود والتعاون في مختلف المجالات. وأكدت مصادرنا أن الاتحادية الغينية قامت بتغيير قرارها في آخر لحظة وفضلت الاستقبال بالدار البيضاء بعد تدخل الوزير الأول الغيني، المعروف بموالاته لنظام "المخزن"، الذي طالب اتحادية بلده بالموافقة على عرض الجامعة الملكية برئاسة فوزي لقجع لبرمجة اللقاء في ملعب محمد الخامس، وهو ما جعل الاتحادية الغينية ترضخ للأغراءات "المخزن" سيما وأن النظام المغربي هو من تتحمل جميع تكاليف ترخيص منتخب غينيا، في خطوة سيناريو مشابه لما تعرض له المنتخب الوطني الجزائري في سيناريو مشابه لما تعرض له المنتخب النسوي مؤخراً، والذي عانى من الإشاعات واستفزازات العالم المغربي منذ بداية الدورة، وحسب مصادرنا دأبنا فإن النظام المغربي استغل الأزمة المالية التي تعاني منها الاتحادية الغينية من أجل تنفيذ مخططاته السياسية، وكسب المسؤولية وعرضه لضغط كبير من قبل الهيئات الدولية بمثابة الشعب الصحراوي حق تقرير المصير في اعتراف صريح بعدم أحقيته بسيطرته على

عبدالله العجبي

حدثت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، موعداً ومكاناً إجراء مواجهتي بوتسوانا وبغدادي شهر سبتمبر المقبل، ضمن الجولتين السابعة والثامنة من تصفيات كأس العالم 2026، بالولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك. وستعود تشكيلة "الخضر" إلى جواد المنافسة الرسمية شهر سبتمبر القادم من خلال استئناف تصفيات مونديال

وفي بيان نشرته مساء أول أمس على مختلف منصاتها الرقمية، كشفت "الكاف" بأن المنتخب الوطني سيلتقي الضيف بتوسوانا يوم الخميس 4 سبتمبر بملعب الماجد "حسين آيت أحمد" بمدينة تيزى وزو، بداية من الساعة 20:00 ليلًا، لحساب الجولة السابعة، حيث قرر مسؤولو الهيئة الكروية تقديم المباريات بـ 24 ساعة، بعدما كان مقررا في وقت سابق إجراؤها يوم 5 من الشهر ذاته، قبل التنقل إلى المغرب لمواجهة منتخب غينيا يوم 8 من نفس الشهر بملعب المركب الرياضي محمد الخامس بمدينة الدار البيضاء، بداية من الساعة 17:00 بتوقيت الجزائر. وفي ذات السياق، قرر الاتحاد الغيني استقبال "الخضر" في مدينة الدار البيضاء المغربية، وهي الخطوة التي جاءت متاخرة بعدما تعاملت في تحديد مكان إقامة اللقاء، حيث كان خيار الاستقبال في العاصمة الإيفوارية أبيدجان كالعادة مطروحا، بسبب عدم تأهل ملعيه الرئيسي بالعاصمة كوناكري من طرف الاتحاد الأفريقي لكرة القدم منذ عدة سنوات، لعدم توافقه مع اللوائح ومعايير السلامة، علما بأن المنتخب الغيني استقبل منافسيه في مناسبة واحدة بالمغرب، بينما خاض مواجهتين داخل الديار بكتوت ديفوار. وسبق لـ "الخضر" أن خاضوا لقاءا في المغرب، وذلك عندما واجهوا منتخب بوركينا فاسو على ملعب مراكش في الجولة الثانية من تصفيات كأس العالم 2022، وانتهى بنتيجة (1-1). ويتصدر المنتخب الوطني المجموعة السابعة في تصفيات كأس العالم 2026، برصيد 15 نقطة، متقدما على موزمبيق الوصيف بثلاثة نقاط، بعد مرور ست جولات من التصفيات، بينما يحتل منافسه بتوسوانا وغينيا المركزين الثالث (9ن) والخامس (7ن) على التوالي.

عبد المجيد

زرقان يكشف عن أهدافه مع سانت جيلواز:

"أطمح للتوي ج بالثنائية والاندمة إل إلى ألمانيا أو إنجلة را"

رفع الدولي الجزائري آدم زرقان سقف طموحاته مع ناديه يونيون سانت جيلواز البلجيكي الذي التحق به مؤخراً قادماً من صفوف شارلوروا، مبرزاً أن هدفه الرئيسي يبقى التتويج بثنائية الدوري البلجيكي والكأس، ولم لا التأهل إلى الدور ربع النهائي من منافسة دابطة الأبطال الأوروبيية التي سيكتشفها لأول مرة الموسم القادم، فيما عبر عن أمله في أن يكون فريقه الحالي بوأهته نحو تحقيق حلمه بالانتقال إلى الدوري الألماني أو الإنجليزي. وقال لاعب "الخضر" في تصريحات لصحيفة "هات لاست نيوز" البلجيكية تعليقاً على انتقاله إلى نادي يونيون: "أتمنى من مشجعي هذا النادي متذمّن زمن طوبل وأعشق العائلة هنا. أعتقد أنهم استحقوا الفوز بالدوري". قبل أن ييرز طموحاته بقوله: "ليست لدى نية البقاء هنا ثلثاً أو أربع سنوات أخرى. أريد أن أكسب مكانى وأغادر خلال عام أو عامين".
وأوضح آدم زرقان: "اطمّح للعب مع نادٍ جيد في الدوري الألماني أو الدوري الانجليزي الممتاز، وربما حتى في فرنسا. ولكن للوصول إلى هذه المرحلة لا بد من خطوة وسليمة. في يونيون، وأوضحت: "مع هذا الفريق ستجد نفسك تلعب على قمة الدوري البلجيكي في كل عام وتشارك في المسابقات الأوروبيية. ليس سراً أن الأندية الكبيرة تتتابع يونيون أكثر من شارلوروا، ليس كذلك؟".

اللها السبب فضلت سانت جيلواز على أنتويرب

اما عن اختياره الالتحاق بسانت جيلواز، رغم اصرار انتويرب على ضمه، ود زرقان: "لم أخف يوماً رغبتي في الرحيل عن شارلوروا، كان المدرب ومجلس الادارة على دراية بذلك، مما سهل الانقال". وتتابع: "تواصل مع المدير الرياضي كرييس أولوفلين، ثم ذهبت إلى الملعب لحضور اجتماع. هناك عرضوا علي المشروع مرفقاً بفيديو أظهرهروا لي رغبته الشديدة في الانضمام إالي، لما أتفقنا به من صفات". وواصل زرقان: "تفاوضت مع كل الناديون، وكانت قريباً من الانضمام إلى انتويرب لكنني شعرت أن يوبنون يرغب في ذلك أكثر". أما عن أهدافه مع الفريق قال: "الدفاع عن اللقب والتأهل لموري ليبطال أوروبا... سنبذل قصارى جهدنا للفوز باللقب، وربما حتى بالثنائية". بالإضافة إلى ذلك، لدينا مسيرة جيدة في دوري أبطال أوروبا. لم لا نحلم بالوصول إلى ربع النهائي؟ في هذا النظام الجديد، اعتقد حقاً أننا سنحصد بعض النقاط".

A dynamic soccer match between Algeria and Bolivia. The player in the center, wearing a white Algeria jersey with the number 18, is in possession of the ball and looking towards the goal. He is being closely marked by a player in a red Bolivia jersey with the number 8. Another player in a red Bolivia jersey is partially visible on the left. The players are on a green grass field under stadium lights.

سيضيغ فترة التوقف الدولية مع "الخضر"
كابوس الإصابات يضرب
مجدداً ناير ويبعد
عن الملاعب لـ3 أشهر

مدرب غانغون، سيلفان ريبول: "للقينا أخبار سيئة بشان ناير وغيابه سيكون مؤثرا"

من جانبه، لم يخف مدرب غانغون سيليان ريبول، عن أسفه لتعريض ناير لإصابة جديدة، مؤكدا في تصريحات نقلاً عنها نفس الموقف، بإن التشكيلة تلقت ضربة موجة، وتابع: "نتحدث عن فترة غيابه من 8 إلى 12 أسبوعاً، إنها أخبار سيئة للغاية. كنا نعتمد كثيراً على ناير الذي يُعد أحد ركائز خط الدفاع"، مشيراً إلى أنه باشر البحث عن بدائل للاعب في محور الدفاع".
عبدالمجيد

للحديث عن خيارات قائمته وأخر استعدادات المحاربين

بوقة ينشط ندوة صحفية قبل دخول معترك "الشان"

ينشط مدرب المنتخب الوطني للألاعب المحليين، مجيد بوقرة، غدا الاثنين، ندوة صحافية، بقاعة المؤتمرات "محمد صالح" بملعب تيسون مانديلا ببراقى، وذلك للحديث عن آخر تحضيرات المحاربين لبطولة الشان. وكشف الاتحاد الجزائري لكرة القدم في بيان له، أمس السبت، بأن المدرب الوطني، مجيد بوقرة، سيعقد ندوة صحافية، هذا الإثنين بقاعة المؤتمرات محمد صالح بملعب تيسون مانديلا ببراقى ابتداء من الساعة 14:30 زوالا. وسيتحدث، مجيد بوقرة، أمام وسائل الإعلام التي ستغطي الندوة الصحافية، عن تفاصيل عديدة منها خيارات قائمته النهائية وأخر الاستعدادات لبطولة "الشان". وكان الناخب الوطني مجيد بو رأة، قد كشف عن قائمة الأسماء التي ستشارك في نهائيات بطولة إفريقيا للألاعب المحليين شان 2025، المقرر من 2 إلى 30 أوت بكل من كينيا، تنزانيا وأوغندا. ويدشن المنتخب المحلي مشاركته في بطولة "شان 2024" (المؤجلة إلى 2025) أيام أوغندا، يوم 4 أوت المقبل بملعب "مانديلا ستاسيونال ستاديوم" في العاصمة كامبala، لحساب الجولة الأولى عن المجموعة الثالثة من المنافسة.. قبل أن يلاقي في الملعب ذاته، منتخب جنوب إفريقيا، يوم 8 من الشهر نفسه، ليختتم مرحلة المجموعات بمواجهة النiger يوم 18 أوت المقبل.

فيما تلقى ميلان عرضا بـ 10 مليون أورو من "الاتحاد"

بن ناصر غير مقطوع بالانتقال إلى السعودية

لا يزال مستقبل الدولي الجزائري، إسماعيل بن ناصر، اللاعب الحالي لنادي أسي ميلان غامضا، إذ يتراجع بين إغراءات الانتقال إلى السعودية وأمكانية العودة إلى الدوري الفرنسي. وأفادت صحيفة "الغازيتا ديلوسبورت" في عددها الصادر،

أنس السبت، بأن ميلان تلقى عرضا بقيمة 10 ملايين أورو لضم، إسماعيل بن ناصر، وهو مبلغ أقل من قيمة الشرط الجزائري البالغة 12 مليون أورو، لكن الروسي يرى مستعدون لقبوله، لا سيما بالنظر إلى المكاسب الرأسمالية المقدرة بحوالي 7 ملايين يورو. بالإضافة إلى هذه المكاسب المالية، سيوفر ميلان أيضا على راتب اللاعب الإجمالي الكبير البالغ 7.4 مليون يورو سويا حسب المصدر ذاته. ومع ذلك، ورغم هذا العرض السخي، أفادت التقارير أن بن ناصر لم يجد استعداده الكامل للانتقال إلى السعودية، في الوقت الذي يحاول فيه الاتحاد إقناع اللاعب بعرض عقد مناسب، ولكن في الوقت الحالي، يبدو أن لاعب خط الوسط يقيم جميع الخيارات بعناية، بما في ذلك العودة المحتملة إلى الدوري الفرنسي أو مغامرة جديدة في دوري أوروبا أكثر تناهيا. ويرتبط هذا التردد بتجدد اهتمام مارسيليا باللاعب، ويبدو أن النادي الفرنسي، الذي لعب فيه بن ناصر في فرق الشباب، عازم على محاولة إعادة إليه إلى الدوري الفرنسي. ومن المتوقع، أن يتخد بن ناصر قراره بشأن مستقبله قريبا، حيث من المقرر أن يبدأ أيضا التدريب مع الفريق الذي سي漲م إليه.

"كون" يسقط للمرة الثالثة وديا بمشاركة ماندريرا

أنهزم فريق كون الفرنسي، الذي يضم في صفوفه الحارس الدولي الجزائري، أنتوني ماندريرا، في ثالث مباراة ودية تحضيرية استعداداً للموسم الكروي المقبل، عندما خسر بهدف نظيف أمام كونكارنو الذي سيتنافس معه في قسم "الناسيونال" خلال موسم 2025-2026. وعرفت المقابلة، مشاركة حارس "الخضر" في شوط واحد، حيث، رج به ماكسيم أورنافو مدرب كون، في التشكيلة التي بدأ بها اللقاء قبل أن يقوى باستبداله مع مطلع الشوط الثاني وإدخال تشكيلاً مغايرة. وتمكن ماندريرا من المحافظة على نظافة شباكه خلال الشوط الأول، في حين تلقى بديله كليمونتيا الهدف الوحيد في المباراة. وعاش أنتوني ماندريرا، موسم صعباً مع فريقه كون الذي سقط إلى الدرجة الثالثة الفرنسية، فيما استقبلت شباكه 48 هدفاً في 27 مباراة، وهي إحصائيات دفعت الناخب الوطني، قلاديمير بيكتوفيتش، إلى إعادة تقييم مركز الحراسة. ومنح الفرصة لأساء جديدة. وكانت تقارير إعلامية قد أكدت بأن ماندريرا يرفض البقاء في "كون" ويبحث عن خوض تجربة جديدة للبقاء دائماً في المستوى العالمي، من أجل الحفاظ على مكانته مع المنتخب الوطني، والتي ستكون مهددة في حال لم يحصل على انضمام إلى ناد يضمن له مشاركة منتظمة وفي مستوى أعلى من قسم "الناسيونال" ما يعادل القسم الثالث في البطولة الوطنية.



جاج موسى هدافا، زروقي يسجل ضد مرماه ويتسبب في خسارة في نورد"

إنقاد الدولييان الجزائري، أنيس حاج موسى ورامز زروقي، رفقة فريقهما هينورد روتردام الهولندي ، للخسارة ضد نيس بهدفين لهدف ، في اللقاء الذي جمعهما، أمس السبت، بمنطقة غروفينج النسوية في إطار تحضيرات الناديين للموسم الرياضي الجديد. وتمكن أنيس حاج موسى من تعديل النتيجة لصالح فريقه، حيث، أرسل الجناح الجزائري الذي توغل ببراعة في الدفاع، تسددة متقنة داخل منطقة الجزاء، لم يستطع حارس نيس من إيقافها. في المقابل، دخل رامز زروقي بدليلاً في الشوط الثاني، مسجلاً هدفاً ضد مرماه في الدقيقة 63، ماتحا نيس التقدم بعد محاولته إبعاد الكرة برأسه عن مرماه، لتنتهي المواجهة الودية بفوز نيس على فيتوريا. وعرفت المقابلة، مشاركة بوداوي وبوعناني أيضاً من جانب نيس، حيث، قام فرانك هايس بإيقاف الثنائي الجزائري كاساسيان. جدير بالذكر، أن إادي نيس سبواجه بتفتكا، بينما سبواجه فيتوريا هنريخشة في الدور التمهيدي الثالث من دوري أبطال أوروبا.

"فان بيرسي" يفق باب رحيل حاج موسى إلى "بنفيكا"

أكد روبن فان بيرسي، مدرب فيتوريا روتردام ، أن لاعبه الدولي الجزائري ، أنيس حاج موسى، ليس للبيع وهو يستعد لبدء موسمه الثاني مع الفريق. وقال روبن فان بيرسي، في مقابلة مع ESPN الهولندية : "من حيث المبدأ، سبقي، لأن عقده يمتد حتى عام 2029". وتابع المدرب الهولندي، "اعتتقد أن هذا ليس الوقت المناسب لرحيل حاج موسى" وواصل في السياق ذاته: "من الطبيعي أن يكون هناك اهتمام مع ذلك، فانتا تزيد الاحتياط بأفضل لاعبينا". تصريحات فان بيرسي الجديدة، تؤكد تمسك هينورد بجاج موسى و تستبعد بشكل واضح إمكانية التوصل إلى اتفاق مع بنفيكا بشأن انتقال اللاعب هذا الصيف. وسجل أنيس 11 هدفاً وقدم 6 تمريرات حاسمة في 44 مباراة خاضها في جميع المسابقات خلال الموسم المنصرم ستكون المباراة الودية القادمة لفريق روتردام ضد فولنسيبورغ السبت المقبل، قبل أن يلعب في الدور التمهيدي الثالث لدوري أبطال أوروبا ضد فنرباشي.



التشكيلة ستشد رحالها اليوم نحو تونس

مولودية الجزائر تواجه أولمبي الباجة وديا هذا الأربعاء



من المنتظر أن تشد تشكيلة مولودية الجزائر، اليوم الأحد، رحالها نحو تونس، للدخول في تربص تحضيري هناك استعداداً للموسم الكروي المقبل المقرر انطلاقه يوم 21 أكتوبر القادم، وبعدها خاضت تشكيلة "العميد" المرحلة الأولى من التحضيرات بمراكز الفريق "بابا حمود" بزراوة، والتي ركز خلالها الطاقم الفني الجديد، بقيادة رولانى موكوبينا، بشكل كبير على الجانب البدنى، من أجل تمكينه للدخول في العمل الفنى والتكتيكي بتونس خلال التربص الذى سيتطلّق غداً الإثنين 08 أكتوبر المقبل، كما ويذوم إلى غاية 08 أكتوبر ودية ستكون ستأخّله فرصة كبيرة لخليفة المدرب خالد بن يحيى لمعاينة اللاعبين عن كثب ومحاولة تجهيز فرقاء القائد عبد اللاوى انطلاقاً من ذات الصدد، بررمجة إدارة مولودية الجزائر، مباراة ودي، أمام نادى الأولمبي الباجي، وذلك، يوم الأربعاء 30 من شهر جويلية الجاري، حيث أوضح موقع "إذاعة ديوان أم" أن أولمبي الباجي، قرر تعويض مباراته الودية الملغاة أمام الخور القطري، بمواجهة المولودية بالمركب الرياضي بعين دراه، في لقاء سيكون الأول بالنسبة لـ"العميد" خلال تربصه الصيفي.

"العميد" يستلم درع البطولة

استلم فريق مولودية الجزائر، مساء أمس السبت، درع البطولة الخاص بموسم 2024-2025، وذلك، بمركز عبد الرحمن عوف "بابا حمود" بزراوة، وتوج "العميد" بطلاً للموسم الثاني توالياً، غير أن حفل تسليم درع البطولة، الذي كان مقرراً يوم 21 جوان الماضى، بمناسبة لقاء الجولة الـ30 والأخيرة أمام نجم مقرة، تم تأجيله أثر هاجمة ملعب 5 جويلية وسقوط الأنصار من المدرجات العليا، ما أسفر عن تسجيل 4 وفيات، تسبّب في تأجيل احتفالية تسلم درع البطولة، الذي تم أمس رسمياً.

إنفانتينو يهنئ المولودية بـ"แชมปونز"

وعلى صعيد آخر، تقدّم رئيس الاتحادية الدولية لكرة القدم "فيفا"، جياني إنفانتينو، بتهانيه إلى نادى مولودية الجزائر بعد تتويجه بلقب البطولة المحترفة لموسم 2024-2025. وفي رسالة بعث بها إلى رئيس "الفاف"، وليد صادى، أول مساعى الجمعة، قال إنفانتينو: "عزيزى الرئيس، أود من خلال هذه الرسالة أن أهنئ بحراقة الحامل الجديد لـ"챔پيونز" نادى مولودية الجزائر". وواصل رئيس الفيفا: "لقد أشرفت جهود ونتائجك طوال الموسم هذا اللقب الجديد والهام. تهانينا الخاصة لجميع لاعبى الفريق وكافة مكونات النادى على هذا النجاح الرائع". مضيفاً: "إذ أشكركم، أتمن وتحادكم، على دعمكم المتواصل، وعملكم. وتقانكم في تطوير كرة القدم في بلدكم، أمل عزيزي الرئيس أن أتقيكم قريباً".

سفيان ع

أول استعدادات "الكتاري" في الميركاتو



مكي وصوص يلتحق رسمياً بشبيبة القبائل إلى غاية 2028

افتتح إيمان معيوض، بصفة رسمية إلى نادى شبيبة القبائل، خلال فترة التحولات الصيفية الجديدة. ليكون بذلك أولى مسافتات الكتاري في الميركاتو. وكشفت إدارة الشبيبة في بيان لها أمس السبت، أن معيوض، التحق رسمياً بفريقها بعد استمراره غاية صيف 2028. وكان معيوض، الذى لعب معاراً لشباب بلوزداد، الموسم الماضى، قادماً من أندية السويسرى، قد منح مسؤولى النادى موافقته المبدئية للتعاقد على عقد جديد. وذلك بعدما أصبح حراماً منى النزام، آخر استغلاله بمن الرحيل عن فريقه السويسرى، عقب السقوط إلى القسم الثانى. غير أن شبيبة القبائل، دخلت سباق ضمه ونجحت في اقتناصه في الأخير بالاتفاق بضيقها تحسباً للموسم المقبل.

سفيان ع

في أول مباراة تحضيرية بتربص تونس "السياسي" يواجه القطرى القطري ودياً اليوم

خاضت تشكيلة نادى شباب قسنطينة، مساء أمس، أول حصة تدريبية لها خلال تربص الفريق بمدينة حمام بورقيبة التونسية الذي سيستمر على مدار ثلاثة أسابيع كاملة استعداداً للموسم الكروي، 2025-2026، لرابطة الأولى "موبيليس" لكرة القدم، وسيخوض رفاق قائد الفريق، إبراهيم ديب، خلال هذا التربص، بين 4 إلى 6 مباريات ودية تحت إشراف المدرب الجديد، البوسنى روسمير سفيكى الذى عين خلفاً للمدرب السابق خير الدين مصطفى. وبعدها فضل الطاقم الفنى صيحة أمس، إراحة اللاعبين شرعاً تعداد "السياسي" فى الأمسية فى العمل الجاد بإجراء أول حصة تدريبية قبل الدخول فى 21 أكتوبر القادم، وهي ذات الصدد من المرتقب أن يخوض النادى الجزائري اليوم الأحد أول مباراة ودية بتربص تونس وذلك أمام نادى الخور القطري، حيث ستكون الفرصة مواتية بالنسبة للتنقى التونسى من أجل معاينة التشكيلة والوقوف على إمكانيات اللاعبين كل على حدى، قبل تحديد النقائص ومحاولة تصحيحها خلال اللقاءات الودية القادمة، وعرف تربص تونس حضور الظهير الأيسر هوارى يعيش، بعدما غاب عن انطلاق التحضيرات ليُرافق بذلك عدد اللاعبين، فيما شهدت السفرية التحاق متذر عيون بصفوف الأكابر لتدعويه المهاجم شبيب معيزو، خاصة وأن الطاقم الفنى يصر على مشاركة الشاب بن قدور هيثم الإصابة بليغة على مستوى الركبة، حيث يتنتظر الجميع نتائج الكشف بالرنين المغناطيسي (IRM) لمعرفة نوعية الإصابة.

سفيان ع

خامس استعدادات مولودية وهران في الميركاتو

بلخيث يقتبس جماهير راوة

أعلنت مولودية وهران، عودة لاعبها السابق مختار بلخيث قادماً من أولمبي الشلف، ليكون بذلك خامس استعدادات الفريق خلال الميركاتو الصيفي الجارى، حيث وقع على عقد لمدة موسمين. ويعود بذلك بلخيث (33 سنة) إلى الديار بعد أن تقمص ألوان النادى الذى تكون فيه إلى غاية فتنة الأوسط، قبل الالتحاق باتحاد البليدة (2010-2013) فى أول تجربة احترافية له. بعدها تألق بألوان مولودية العلمة (2013-2015) وهذا ما فتح له أبواب النادى الأفريقي التونسي (2016-2020) والذى توج معه بكأس تونس فى مناسبتين 2017 و2018. كما خاض بعدها تجربة قصيرة بألوان نادى القادسية السعودى عام 2019. سجل بعد ذلك عودته إلى الجزائر حيث التحق بشباب بلوزداد الذى توج معه بالبطولة المحلية موسم 2021، 2022 و2023. وقسمت عودة بلخيث إلى بيت "الحمراوة" عشاق الـ"الأخضر والأبيض" الذين انتقوا كثيراً إدارة الرئيس حجوبي بالنظر السن المتقدم للبلخيث البالغ من العمر 33 سنة، مطابقين بضرورة التعاقد مع اسماء كبيرة من شأنها أن تعيد الفريق إلى منصات التتويج بدأية من الموسم المقبل وتفادي المصادرة الذى عاشته المولودية خلال آخر موسمين بعدما صارت لفتح بصنوف مولودية وهران خلال وأضحى بلخيث خامس لاعب يلتحق بصفوف مولودية وهران إبديوين فترة الانتقالات الصيفية بعد كل من البوتسوانى إيدوين موهيبتسوا (جمعية الشلف)، عبد الرحيم حمزة (أولمبي الشلف)، أسامة قدور (اتحاد خنشلة) وشكب موجان (ترجي مستغانم). وكانت إدارة مولودية وهران قد عينت ابن النادى، سعيد الشريفى الوزانى، فى منصب المدير الرياضى فى انتظار ترسيم مدرب جديد على رأس العارضة الفنية، خلفاً لعبد القادر عمرانى، بعد فسخ عقدة بالتراسى. وأستانف نادى "الحمراوة" هذا الأسبوع التدريبات على ملعب بيلود هدفى، تحسباً للموسم الكروى الجديد، قبل التنتقل لتركيا أو تونس للدخول في تربص تحضيري. ومعلوم أن مولودية وهران قد رسمت بقائها ضمن الرابطة الأولى الموسم الماضى، في الجولات الأخيرة، حيث أنهت الموسم في المرتبة السابعة برصيد 40 نقطة رفقة اتحاد الجزائر واتحاد خنشلة.

سفيان ع

استعداداً للموسم الكروي المقبل

ترجي مستغانم يشرع في تربص مغلق بسطيف

شرع فريق ترجي مستغانم، أمس، في تربص مغلق بمدينة سطيف، وذلك في إطار استعداداته لموسم الجديد 2025-2026، حسب ما أعلنت عنه إدارة النادى الناشط في بطولة الرابطة الأولى لكرة القدم، ويعتبر هذا التربص الأول ضمن التحضيرات الصيفية للنادى، حيث سيليه آخر سيدعى مكانه لا حقاً، كما أشير إليه. ويسعد ترجي مستغانم لخوض موسمه الثانى على التوالى في دوري الأضواء بعد أن نجح بتصعيبة في تجنب الهبوط خلال النسخة السابقة من البطولة، فيما تميزت إدارة في الأيام الأخيرة بنشاط كبير في سوق الانتقالات. وقد أتاحت ذلك للنادى التعاقد مع اللاعبين عادل جعبوط (نجم مقرة) وزوبير مطرانى وبعد الحفاظ بن عمارة (مولودية وهران) والطارى بن خليفة (فاق سطيف) وسيد أحمد لعمري (أولمبيك أكوابى) وبولعام سرير (جمعية الشلف) وحسام بيوض ومحمد توبي (مولودية البيض). وبالتعاون مع هذه التعاقدات، تمكن إدارة فريق الغرب الجزائري من تجدید عقود اللاعبين جمال بن العمري وبن علي بن عماد وعبد السلام هنان وأمير بوقطayaة.

سفيان ع

خاسف

يمدد عقده مع شباب بلوزداد إلى غاية 2030



ضمنت إدارة نادى شباب بلوزداد خدمات مدافعها نواف خاسف إلى غاية 2030. بعدما توصلت لاتفاق نهائى بتمديد عقده لمدة 5 مواسم، وحسب مصادر مقرية من بيت النادى العاصمى فقط وافق خاسف المتواجد مع المنتخب المحلى على التوقيع على العقد الجديد، الذى فرضته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (عقد اللاعب المحترف)، وكان خاسف، الذى ينتهي عقده مع "السياربى" صيف 2026، قد وقع مؤخرًا عقداً للموسمين إضافيين، قبل أن تطرح عليه администра فكرة التوقيع على العقد الجديد إلى 2030، وهو ما وافق عليه اللاعب، الذى فضل الاستقرار رغم العروض الكثيرة التي وصلته محلياً وخارجياً.

سفيان ع



حفل باهر لطبععة الأولى من الألعاب المدرسية

الجزائر قبلة الرياضة الإفريقية .. ومنصة لصقل جيل واعد

الطايرة الشاطئية (42 لاعبا، بينهم 20 فتاة) وكرة اليد (97 لاعباً منهم 41 فتاة)، ومن حيث عدد الدول المشاركة حسب كل رياضة، فتفتقر ألعاب القوى 25 بحضور منافساتها 38 دولة، يليها الجودو (28 دولة)، كرة السلة 3 (21 دولة)، السباحة والتايكوندو (19 دولة لكل منها)، وتاتي بعد ذلك رياضتا التنس وتنس الطاولة (15 دولة) والملامكة والبادلتون بـ 14 دولة، ثم الدراجات (93 رياضيا، منهم 43 فتاة)، المجديف (117) رياضيا، منهم 55 فتاة، كردة (43 لاعبا، بينهم 20 فتاة)، المصارعة (10 دول)، وكرة القدم بـ 9 دول، الكافوني الشاطئي، الفروسية والكونغ فوب 8 دول، الجمباز الفني (6 دول)، التجديف الشاطئي، كردة اليد (5 دول)، وكرة السلة 5 (5 دول).

(سيكيت بورد) والبي ايم اكس. ولذلك سيكون تنافس الرياضيين المسجلين في 21 تخصصا، ياتي على رأسها العاب القوى: 263 رياضيا (129 ذكور و134 إناث)، كردة السلة 3 (31 لاعبا، بينهم 41 فتاتا)، الكافوني الشاطئي (19 لاعبا، بينهم 6 فتاتا)، التجديف 70 (الألعاب الإفريقية على أرضية واحدة، بل ستتوزع المنافسات على أربعة مدن كبيرة، وهي عبابة: المدينة المنورة، حفل الافتتاح قسطنطينة عاصمة الشرق الجزائري التاريخية، وسيكينا: مدينة الواجهة البحرية، بالإضافة إلى سطيف مدينة الهضاب العليا). وستستقطب الألعاب المدرسية الإفريقية في طبعتها الأولى، 1700 رياضي (1000 ذكر و700 أنثى)، سيعطون موعدها في الجزائر من 26 جويلية إلى 5 أوت

غنيا بالعروض الفنية، الثقافية والرياضية، في أجواء يجمع بين الاحتفال والهوية الإفريقية، بتنظيم عالمي بسمة جزائرية، وعرض فني مبهج من فرق محلية ودولية، وحضور رسمي وجماهيري كبير مرتفق، بمشاركة واسعة من 50 دولة تعكس، هذا ولن تقصر الألعاب الإفريقية على مدينة واحدة، بل ستتوزع المنافسات على أربعة مدن كبيرة، وهي عبابة: المدينة التي تحضن حفل الافتتاح قسطنطينة عاصمة الشرق الجزائري التاريخية، وسيكينا: مدينة الواجهة البحرية، بالإضافة إلى سطيف مدينة الهضاب العليا. وسيحصلون على ميداليات في طبعتها الأولى، 1700 رياضي (1000 ذكر و700 أنثى)، سيعطون موعدها في الجزائر من 26 جويلية إلى 5 أوت

أعطيت أمس إشارة انطلاق الطاعة للألعاب المدرسية الأفريقية التي تحضنها ولايات عنابة - قسنطينة - سيكينا - سطيف، وجرى حفل الافتتاح أمس بمعلم 19 ماي بعنابة، بحضور وزير الرياضة وليد صادي ووالى ولاية عنابة، وتحضر الجزائر لكتابة صفحة مشرقة هي سجل الرياضة الإفريقية من خلال الطاعة الأولى من الألعاب الإفريقية المدرسية، التي انطلقت فعالياتها رسميا أمس في ملعب 19 ماي 1956 بعنابة، وذلك بحضور وفود من 50 دولة إفريقية. الحدث بعد الأول من نوعه في تاريخ القارة، وهو ما يجعله محطة أنظار كل المهتمين بالرياضة والشباب، وكان حفل الافتتاح بمعاهدة انطلاق استعراضية كبيرة، حيث كان



بن زاوي مصطفى رئيس رائد شباب عين مليلة لكرة القدم داخل القاعة لـ "دزاير توب":

"حققنا صعودا تاريخيا إلى القسم الأول وهدفنا المنشآة على الألة افة"

"هذه هو الهدف الرئيسي للفريق في أول موسم له بالقسم الممتاز"

وبخصوص أهداف الفريق في أول موسم له في القسم الممتاز، أكد بن زاوي أن رائد شباب عين مليلة سيعمل على تحقيق البقاء بأريحية ولم لا المنافسة بقوه على القطب وأردف: "سنخوض الموسم المقبل أو موسم في القسم الوطني الأول ضمن الجهة الشرقية التي تعتبر أحسن مجموعة في القسم الأول قال بن زاوي: "السن ليس هو مقاييس لهذا الأمر، من تربى على العمل الجماعي ستكون لديه الروح القتالية في سن 18 و20 سنة، هذا بالإضافة إلى الدعم المعنوي من الأسرة لمواصلة المشوار".

الرياضة، وببداية مشواره كانت في 2023، أين خضنا موسم رياضياً يامتياز في القسم الثاني، استفادنا من تجربة كبيرة وخبرة ساعدت الفريق على تحقيق الصعود إلى القسم الوطني الأول، مشدداً على أن تخطيط سبق، بعدما استعدنا للاعبين وطنين في رياضة الفوتسال، ومدحناهم مع اللاعبين الشباب لتحقيق المثل في كأس الجزائر. وقال بن زاوي مصطفى الذي يعتبر أصغر رئيس لفريق كرة القدم داخل القاعة في القسم الوطن الأول، خلال نزوله ضيفاً على قناة "دزاير توب" الإلكترونية، أن تحقيق الصعود كأول فريق من الأندية التي تأهلت عصراً معهرياً في تنمية قدرات الشباب في القارة الإفريقية. وفي هذا السياق، أوضح رئيس الهيئة القارية، الجزائري مصطفى براف، أن هذه النظائرية تتوفر "منصة مميزة للتأهيل من أجل تنمية مواهبهم، وتعزيز ثقفهم بأنفسهم، واكتساب قيمة مهنة مثل الانضباط، والعمل الجماعي والمثابرة". وتابع قائلاً: "نحن ممتنعون بأن هذا الحدث سيساهم في اكتشاف موهاب جديدة، وتحضير الرياضيين الشباب في إفريقيا لمنافسات الدورة المقبلة".

"لحن بحاجة إلى الدعم المادي والمعنوي من السلطات الولاية"

وفي ختام تصريحاته وجه رئيس نادي رائد شباب عين مليلة رسالة إلى السلطات الولاية من دعم الفريق بصفته الممثل الأول لولاية أم البواني بالقسم الأول لـ "الفوتسال" قائلاً: "نطالب السلطات من هذا المنبر بدعمنا معنواً ومالياً، الفريق لا يحتاج لدعم المادي فقط، حتى الدعم المعنوي يلعب دوراً كبيراً، حضور السلطات في التظاهرات والمبادرات يمنح اللاعبين دعماً كبيراً، وبالإضافة إلى الدعم المادي الذي يجعل الفريق متراً، ويسهم به تقديم موسم كبير من ناحية التنقلات، حيث المبيت الإطمأن، أجور اللاعبين والمدربيين والمنج، ومن هذه النقطة أطالب السلطات بالانفتاح لها، الفريق، خاصة وأنه لم يحظ بـ أي استقبال من قبل السلطات الولاية رغم تحقيق صعود تاريخي لفريق يمثل ولاية أم البواني"، وتابع "السلطات المحلية قدّمت لنا بعض الدعم لتسيير الفريق في الموسم الماضي، ولكن ذلك ليس كافياً لتقديمه موسم استثنائي خاص وأن الفريق عليه ديواناً كبيراً، وأنهى كلّاًه" مديرية الشباب والرياضة، قدمت لنا سعادته مالية لتسديد حقوق انحراف الفريق في بداية الموسم وهذا هو الرقم الأول في المشاكل المادية".

"مستوى البطولة صعب ويجب تدعيم الفرق بلاعبي ذوي خبرة"

وعرج ضيف "دزاير توب" للحديث عن مشوار شباب عين مليلة الذي تأسس موسم 2021-2022، وأوضح "في بداية الموسم قمنا بتجارب من الفئات الشابة إلى فئات الأكابر لمعاينة المواهب الشابة في عين مليلة، أما موسم الصعود فقط فتحتها التجارب للفئات الصغرى فقط". واصل "رائد شباب عين مليلة" يمتلك مدرسة كروية تضم من 6 سنوات إلى 16 سنة، وتعلّم على الحفاظ على اللاعبين الذي تخرجوا من المدرسة للاضمام إلى فريق الشوتغال والحمدللله موسفين وهم يحققون البطولة الوطنية للجهة الشرقية وينتقلوا إلى دور المدرب، في الدوري رباع النهائي ونصف النهائي في موسمين متتلين". وأبرز ذات المتحدث بأن النتائج الباهرة التي يقدّمها الفريق جعلت العديد من الرياضيين يعبرون عن رغبتهم بالانتحاق بصفوف عين مليلة "هناك إقبال كبير من طرف الشباب للانضمام إلى فريق شباب عين مليلة، حالياً تقوم باستعداد اللاعبين الأكابر لأن مستوى البطولة صعب جداً ويجب تدعيم الفريق بلاعبي ذوي خبرة، كما قمنا بتقديم لاعبي الرديف والأواسط لدمجهم من لاعبي الفريق الأول".



الألعاب الإفريقية المدرسية بالجزائر... منصة لصقل مواهب الشباب

تعد الطاعة الأولى من الألعاب الإفريقية المدرسية، التي تحضنها الجزائر من 26 جويلية إلى 5 أوت في أربع مدن من شرق البلاد (قسنطينة، عبابة، سطيف، وسيكينا)، "منصة لتطوير قدرات وموهبة التلاميذ في الجزائر وفي القارة الإفريقية". سببها أكتافه جمعية المكان الأولمبية الإفريقية (الأنكوا). واعتبرت أن مبادرة رئيس الجمهورية عبد العزيز تبون، لرعاية هذه الدورة الأولى من الألعاب، تمثل رافعة أساسية لتطوير الرياضة. جمعية المكان الأولمبية الوطنية الإفريقية، صاحبة المبادرة بتنظيم هذا الحدث الذي تم تأكيده رسمياً بعد توقيع بروتوكول اتفاق مع الاتحاد الدولي للرياضة المدرسية، تؤكد أن الرياضة المدرسية تشكل عصراً معهرياً في تنمية قدرات الشباب في القارة الإفريقية. وفي هذا السياق، أوضح رئيس الهيئة القارية، الجزائري مصطفى براف، أن هذه النظائرية تتوفر "منصة مميزة للتأهيل من أجل تنمية مواهبهم، وتعزيز ثقفهم بأنفسهم، واكتساب قيمة مهنة مثل الانضباط، والعمل الجماعي والمثابرة". وتابع قائلاً: "نحن ممتنعون بأن هذا الحدث سيساهم في اكتشاف موهاب جديدة، وتحضير الرياضيين الشباب في إفريقيا لمنافسات الدورة المقبلة".

وترى الهيئة الرياضية الإفريقية أن الرياضة المدرسية فوائد عديدة، فهي تساعد التلاميذ على اكتشاف وتطوير مهاراتهم، وقد تمهد لهم الطريق نحو مسيرة احترافية في المجال الرياضي، كما تساهم في تحسين صحتهم الجسمية والنفسية، من خلال تعزيز نمط حياة سليم ونشيط. من جهة تربية، تلعب الرياضة المدرسية دوراً فعالاً في تنمية الثقة بالنفس وتقدير الذات، مما ينعكس إيجاباً على الحياة الدراسية والشخصية للمتعلمين. كما تعزز الرياضة المدرسية، في جوهرها، القيم الأولمبية كالصدق، والتضامن، واللعب النظيف، والتي تعد ضرورية للنمو المتأزن والتكامل للشباب. بدورها، تندعم اللجنة الأولمبية الدولية هذه المبادرة، التي تهدف إلى إعداد الأجيال الصاعدة من الرياضيين الأفارقة لاستحقاقات الرياضية الكبرى المقبلة، والتي تأتي على رأسها دورة الألعاب الأولمبية في لوس أنجلوس 2028، وأولمبياد بريزبان 2032.

مهدى

ميسي غاضب من إيقافه ومالك إنتر ميامي يخشى عدم تجديد عقده

اعترف خورخي ماس مالك نادي إنتر ميامي بأن الأسطورة الأرجنتيني ليونيل ميسي يشعر بصدمة بعد إيقافه واحدة بداعي غيابه المتعدد عن مباراة "كل النجوم" الاستعراضية. واعتبر ميسي، وزميله جوردي أليا، لخوض مباراة مع فريق نجوم الدوري الأميركي ضد نجوم الدوري المكسيكي الأربع الماضية في أوستن. واعتذر ميسي وأليا عن عدم المشاركة بسبب الإلهاق وتكدس المباريات عقب خوض منافسات كأس العالم للأندية. لكن رابطة الدوري الأميركي قررت إيقاف ميسي وزميله الإسباني مباراة رسمية واحدة لعدم الامتثال لقواعد الامتناع عن خوض المباراة دون إصابة، رغم طبيعتها الودية. وقال ماس لوسائل إعلام بعد القرار الغريب: "قرار غيابهما صدر من النادي، ونشدد على احترافية جوردي وليو في نادينا وعلى مدار مسيرتيهما"، وأضاف: "تعتبر هذه العقوبة غير منطقية، تستند على قاعدة موجودة، لكنها غير عادلة. إنها عقوبة مبالغ فيها للأعبين، حملتهم بعضاً بين مباراة ودية وأخرى رسيبة في الدوري الأميركي". يخوض ميسي مفاوضات لتجديد عقده مع إنتر ميامي، لكن ماس أقر بتخوفه من أن تؤثر العقوبة على بقاء بطل العالم في الولايات المتحدة. وأوضح: "رد فعل ميسي كان متضرراً، ليس إيجابياً على الإطلاق، كان محيطه".

توازع على المدى عقده، وأن يكتفي بالحظة الحالية، كما يساعد الموقف في تغيير رابطة الدوري الأميركي لهذه القاعدة.

مبابي: لست جديراً بتسليم الشعلة الأولمبية لزيдан

خرج النجم الفرنسي كيليان مبابي عن صمته ثيرد على الشائعات التي ربطته برفض المشاركة في المرحلة الأخيرة من حمل الشعلة الأولمبية خلال أولمبياد باريس 2024. ووفقاً لصحيفة "لو كاتار أوشنينييه" الفرنسية، فإن مبابي رفض تسليم الشعلة لزين الدين زيدان لأنَّه كان يرغب في أن يكون هو من يشعل المرجل الأولمبي بنفسه، لكنَّ مهاجم ريال مدريد نفي ذلك ساخراً عبر حساباته على موقع التواصل الاجتماعي. وبحسب الصحيفة، فإنَّ مبابي رفض أداء دور حامل الشعلة لأنَّه لم يمنَّ شرف أن يكون آخر من يحملها وتشعل المرجل، وهو الدور المحجوز لاستطوري الرياضة الفرنسية تيدي رينر وماري خوسيه بيريس.

لكنَّ مبابي ردَّ، خلال حسابه على منصة "إكس"، قائلاً بسخرية: "أموت من الضحك، نسيتم أن تقولوا إبني أردت أيضاً أن تكون صانع العاب المنتخب الفرنسي لكرة السلة، أليس كذلك؟ كنت هادئاً، في إجازة على الجائب الآخر من العالم، لم يكن لدى أي سبب لأن يكون آخر من يحمل الشعلة، لأنَّه لا تاريخ لي مع الألعاب الأولمبية".

ونفي مبابي الذي يقضي إجازته في بورتو ريكو برفقة صديقه المغربي أشرف حكيمي، بشكل قاطع وببررة تهكمية وجود أي انزعاج لديه من عدم منحه دور البطولة في الحفل. وأكد ابتعاده عن الرمزية الأولمبية، مشيراً إلى أنه لا يعتبر نفسه جديراً بتلك اللحظة التاريخية، خاصة وأنَّه لم يسبق له المشاركة في الأولمبياد.

تجربة باهتة في الكالتشيو..

طارمي على اعتاب الدوري البرازيلي

أكدت تقارير صحفية برازيلية أنَّ بوتاوغو بدأ محادثاته مع إنتر ميلان من أجل التعاقد مع المهاجم الإيراني مهدي طارمي خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية. وكان طارمي قد انضم إلى إنتر ميلان في صيف العام الماضي في صفقة انتقال حر عقب انتهاء عقده مع بورتو البرتغالي لكنه لم ينجح في إثبات نفسه حتى الآن، إذ اكتفى بتسجيل هدف واحد فقط في 26 مباراة خاضها في الدوري الإيطالي. ويواجهه الدولي الإيراني منافسة شديدة في خط هجوم النيراتزوري، خاصة في ظل تألق الثنائي لاوتارو مارتينيز وماروكوس تورام، إلى جانب وصول الوافد الجديد جوزيف بوني، واستعداد الشاب فرانشيسكو بيو إسبوزيتو لخوض مباراته الأولى في الدوري الإيطالي.

منتفاصل بamacanía التوصل إلى اتفاق لضم طارمي، وبحسب شبكة ESPN، فإنَّ بوتاوغو يعرض للاعب يمتد حتى نهاية عام 2027، بعد مدته المتبقي في وقت تقدمه ونصف. يذكر أنَّ النادي البرازيلي كان قد ضم في وقت سابق الأرجنتيني خواكين كوريا في صفقة انتقال حر، بعد نهاية ارتباطه بإنتر ميلان بنهاية الموسم الماضي.

15 مليون أورو تنقل رودريغو دي بول للعب إلى جانب ميسي

أكمل نادي إنتر ميامي التعاقد مع لاعب الوسط رودريغو دي بول قادماً من أتلتيكو مدريد، كما أعلن النادي الإسباني اللاعب البالغ من العمر 31 عاماً سينضم إلى زميله وصديقه المقرب في المنتخب الأرجنتيني ليونيل ميسي، الذي ينتهي عقده مع إنتر ميامي في نهاية موسم 2025-2026، لكنه يجري حالياً محادثات لتجديده. وكانت صحيفة "ذا أتلتيك" البريطانية قد أفادت بأنَّ دي بول كان على رادار إنتر ميامي منذ فترة، لكنَّ الاهتمام به تسارع بعد خروج أتلتيكو من كأس العالم للأندية الشهر الماضي. وجاء في بيان أتلتيكو: "رودريغو دي بول يغادر أتلتيكو مدريد وسيواصل مسيرته الاحترافية في إنتر ميامي". ولم يتم الكشف عن تفاصيل العقد أو شروط الصفقة في وقت الإعلان، وكُونه لا يعاني بارداً ومرتفع الأجر، فإنَّ وصول دي بول يثير تساؤلات حول مستقبل سيرجييو بوسكيتس في ميامي على المدى البعيد.

بوسكيتس، وميسي، وحوردي أثباً يشغلون المركز الثالثة المخصصة للاعبين المميزين (DP) في قائمة الفريق، وكان آلياً قد وقع على عقد جديد في وقت سابق من هذا العام، في حين يتوقع أن يجدنَّ ميسي حذوه قريباً.

وحتى يتوفر مكان شاغر للاعب ميسي، فإنَّ إنتر ميامي سيكون ملزمًا بحد أقصى بـ 850 ألف دولار تشمل الراتب وقيمة الصفقة الخاصة بـ دي بول في عام 2025. وقد يتساوى ذلك إذا اعترض بوسكيتس في منتصف الموسم، أو يمكن لميامي تسجيل دي بول براتب منخفض في البداية، على أنَّ يعاد التفاوض بشأن عقد جديد في عام 2026. ومنذ انضمامه إلى أتلتيكو مدريد قادماً من أودينيزي عام 2021، أصبح دي بول منتصر أساسياً في بول.

واسهم في فوز الأرجنتينيين بكأس العالم 2022، كما كان حاضراً في التتويج بكوبا أمريكا عام 2021 و2024. شارك دي بول في جميع مباريات أتلتيكو في الليغا خلال الموسم الماضي، واستثناءً أربع مباريات، وساهم في احتلال الفريق للمركز الثالث. كما خاض مباريات في كأس العالم للأندية فرقه في هذا الصيف قبل الخروج من مرحلة المجموعات. وسجل دي بول 14 هدفاً وقدم 26 تمريرة حاسمة خلال 187 مباراة خاضها مع فريق المدرب ديبيدو سيميوني، منها 10 تمريرات حاسمة في 53 مباراة خلال موسم 2024-2025. وقبيل كأس العالم 2022، تحدث دي بول عن صداقته القوية مع ميسي، وأشار إلى أنَّ أسلوبه في اللعب مع الأرجنتينيين ينكملاً جيداً مع طريقة لعب ميسي، قائلاً إنَّ هدفه هو "جعل ميسي يركض أقل" ومحظه "مساحة أكبر للعب". وكان سيميوني قد أشاد بـ دي بول بعد مساهمته الكبيرة في تحقيق أتلتيكو ثمانية انتصارات متتالية في الليغا بين نوفمبر وجانفي في موسم 2024-2025، قائلاً: "إنه لاعب كبير، بطل للعالم، وشخصيته قوية ومؤثرة داخل الفريق".

تأمل أن يستمر على هذا المستوى، وسططالبه بذلك لأنَّ الفريق بحاجة له". وبدأ دي بول مسيرته في فرق الشباب بنادي راسينغ الأرجنتيني، قبل أن ينتقل إلى فالنسيا في 2014، ثم عاد إليه معاً في 2016. وخاض 44 مباراة مع فالنسيا، ثم انتقل لاحقاً إلى أودينيزي، حيث لعب 184 مباراة.



رد حاسم من مسؤول رودريغو بشأن مفاوضات الأندية السعودية

كشفت هيلو كومبيانيولو، المستشار الإعلامية للنجم البرازيلي رودريغو جويس، جناح ريال مدريد، حقيقة الأنباء المتداولة مؤخراً بشأن وجود مفاوضات بين اللاعب وعدة أندية سعودية. وتسود حالة من الغموض حول مستقبل رودريغو، خاصة بعد خروجه من حسابات المدير الفني تشابي ألونسو خلال بطولة كأس العالم للأندية الأخيرة. وقالت كومبيانيولو في تصريحات لصحيفة "اليوم" السعودية: "رودريغو في حالة هدوء تام بشأن مستقبله، إذ يستمتع المستشار الإعلامية بمعسكر الإعداد للموسم الجديد". وأضافت المستشار الإعلامية للنجم البرازيلي: "اللاعب لم يتلق أي عرض رسمي من الدوري السعودي حتى الآن، وسيحصل قراره بعد انتهاء الإجازة". وكانت تقارير صحفية قد أشارت إلى اهتمام عدة أندية سعودية، وعلى رأسها النصر، بالتعاقد مع رودريغو، إلى جانب اهتمام إنجلترا من أرسنال ومانشستر سيتي. ويمثل رودريغو (24 عاماً) عقداً مع ريال مدريد يمتد حتى صيف 2028، وتقدر قيمته السوقية بنحو 90 مليون يورو.

كوندي يستعد لتمديد عقده مع برشلونة حتى 2030

كشفت تقارير صحفية فرنسية أن أحد لاعبي فريق برشلونة لكرة القدم وافق على تمديد عقده مع بطل الدوري الإسباني، لمدة 5 سنوات، أي حتى 2030. ويستعد برشلونة لخوض جولته الآسيوية استعداداً للموسم الجديد 2025/2026، حيث سيخوض 3 مباريات ودية في الأيام المقبلة. ويأمل برشلونةمواصلة النجاح في الموسم الجديد، والذي بدأ تحت قيادة المدرب هانز فليك الموسم الماضي بعدهما حقق الثلاثية المحلية المتمثلة في الدوري الإسباني، كأس ملك إسبانيا وكأس السوبر الإسباني. وحسبما ذكرت صحيفة "لوبك" الفرنسية، فإن نادي برشلونة توصل إلى اتفاق مع لاعب الفريق، جول كوندي، على تجديد عقده لمدة 5 سنوات. وكان من المفترض أن ينتهي العقد السابق للاعب الفرنسي بنادي برشلونة في 2027. ولكن برشلونة نجح في التوصل إلى اتفاق مع كوندي فيما يخص تجديد عقده حتى 2030، خاصة بعدما أبدى أكثر من نادٍ رغبته في ضمه، على رأسها مانشستر سيتي مؤخراً. وأوضحت الصحيفة أن تجديد عقد كوندي لم يتضمن فقط زيادة في المدة، ولكن كذلك الراتب، دون الكشف عن القيمة. وأشارت إلى أن تمديد عقد كوندي كان قد قيد الدراسة منذ عدة أشهر، قبل أن يتطرق الطرفان مؤخراً على الأمر، حيث لم يتبق سوى تفاصيل قليلة قبل الإعلان الرسمي. وانضم كوندي إلى برشلونة قادماً من إشبيلية في 2022، وشارك في 141 مباراة بقميص البارسا وسجل 7 أهداف وصنع 18.

ريال مدريد يغير خطة الانقضاض على رودري

تحدث تقرير صحفي إسباني، عن موقف ريال مدريد من إمكانية التعاقد مع رودري نجم وسط مانشستر سيتي. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو"، فإن رودري (29 عاماً) من أكثر اللاعبين الذين يرتبط اسمهم بالانتقال لريال مدريد. وأضافت "إيه مانزان" ريال مدريد، تقديم عرض ضخم بقيمة 115 مليون يورو، للحصول على خدمات رودري الذي ينتهي عقده في صيف 2027. وأوضحت "رغم أن اسم رودري محل اهتمام مسئولي الريال، إلا أنهما استبعداً عملياً فرصة ضمّه هذا الصيف". وشددت "رغم أن مسئولي الملكي لم يغلقوا الباب تماماً، لكنهم يقررون بإن رودري ليس خياراً متاحاً في الوقت الحالي". وقالت الصحيفة الإسبانية، إن ريال مدريد يعتبر صفقة رودري معقدة للغاية، وتحتاج إلى صبر وقت طويل. ونوهت "في الصيف المقبل، عندما يدخل رودري، عاشه الأخير من عقده، سيراجع ريال مدريد، الوضع، شريطة لا ينتهي الأمر بتجديد عقده معه".

FC BARCELONA



أنشيلوتي يحضر إندريك لمغادرة ريال

تحدث كارلو أنشيلوتي مدرب منتخب البرازيل، مع إندريل مهاجم ريال مدريد، مطالبًا بإنه بالحصول على دقائق أكثر للعب، من أجل المشاركة في كأس العالم 2026. إندريل (19 عاماً) يقضي إجازته حالياً في اليابان، وسط تجدد إصابته العضلية التي ستبعده عن الملاعب حتى أكتوبر المقبل. وفي غضون ذلك، تتزايد الشائعات حول رحيل إندريل عن ريال، فالميرنجي حريص على رحيله معارياً فقط. ويفضل أن يكون ذلك إلى أحد أندية الليغا. من جانبة، لا يرغب اللاعب نفسه في مغادرة قلعة البرنابيو، كما أنه لا يفك حالياً في الاعتار، بل يطمح للمنافسة على مكان في التشكيلة الأساسية، رغم أن ذلك يبدو معقداً، خاصة بعد ظهور غونزالو غارسيا المميز في كأس العالم للأندية 2025. ووفقاً لما نشرته صحيفة "موندو ديبورتيفو"، فإن الصحافة البرازيلية قالت إن أنشيلوتي تحدث مع إندريل لتقديم المشورة له بشأن مستقبله. وأضافت أن المدرب الإيطالي أخبر المهاجم، بأنه إذا أراد المشاركة في كأس العالم مع البرازيل، فعليةً أن يحصل على دقائق لعب أكثر. ونوهت الصحيفة "أنشيلوتي قد تدفع إندريل لمغادرة ريال مدريد، من أجل التركيز على المشاركة بالمنتخب".



لا بورتا، لا خطط لبرايم صفقات جديدة.. ولن

نضحي بروح برشلونة

مناوره برشلونة تنة تذكرة غارسيا من حيلة تير شتي芬

يواجه نادي برشلونة أزمة اعتاد عليها خلال الفترة الأخيرة، تتمثل في قيد الحارس الإسباني خوان غارسيا، المنضم حديثاً للفريق من إسبانيول هذا الصيف. ووفقاً لصحيفة "ديبورتيفو" الكاتالونية، فإن برشلونة مستاء بشدة من بيان حارسه الألماني مارك تير شتي芬، الذي أعلن فيه خضوعه لعملية جراحية، والتي ستبعده عن الملاعب لحوالي 3 أشهر. وأضافت الصحيفة: "يرى النادي الكاتالوني أن البيان مجرد حيلة من تير شتي芬 لعرقلة تسجيل خوان غارسيا ضمن صفوف البارسا". وأفادت: "البارسا لديه خطة بديلة لتسجيل حارس المرمى الجديد، عبر عمليات أخرى تم إجراؤها، بالإضافة إلى محاسبة المدقق لمقاعد كبار الشخصيات بملعب الفريق في الموسم المقبل". ولفتت: "إذا نجحت خطة برشلونة في تسجيل غارسيا، فإنه سيحرس عرين الفريق في مباراته الأولى بالليغا ضد ريال مايوركا يوم 16 أكتوبر المقبل". وأتمت: "سيكون لغارسيا الأولوية في التسجيل، فيما سيضطر الثنائي فويشيك تشيزني وماركوس راشفورد للانتظار، لحين نجاح النادي في تسجيلهم".



الصفقات الجديدة.. وضغط الرواتب

وقال لابورتا: "علق أملاً كبيرة أيضاً على روني بارديجي، لأنه لاعب متogr ويتلك خصائص ممتعة للجمهور. بهذا تكون قد تبينا أهم أهداف صفقات آخر في الوقت الراهن، مشيراً إلى أن المدرب يخطط لإداماج لاعبين من فريق برشلونة أتلتيك في ديناميكيه الفريق الأول". وأوضح: "ما نعمل عليه حالياً هو تقليص كتلة الرواتب. رحيل بابلو توري خطة أولى، وهناك حالات أخرى قيد التفاوض. لا أعتقد أن هناك صفة بيع كبيرة قادمة، لأن مثل هذه الخطة قد تؤثر سلباً على روح الفريق التي أحبها

موقف حاسم بشأن أراوخو

وعند سؤاله عن احتمال رحيل أسماء بارزة مثل رونالد أراوخو، أجاب: "نعم، كنت أقصد ذلك. سنحاول تجنب أي رحيل مؤلم. لا أريد الخوض في أسماء، فجميع اللاعبين ينتهيون لهذا الفريق ونحن نعتز بهم، لكن هناك ازدحامًا في بعض المراكز وديكوا". وحول جهود برشلونة لتحقيق قاعدة 1:1 الخاصة بالتسجيل في سوق الانتقالات، قال لابورتا: "نحتاج لتقليل الرواتب، وهناك جوانب إدارية أخرى قيد المعالجة. الأمور تسير في الاتجاه الصحيح، وسنتمكن من تسجيل اللاعبين الجدد قريباً".

وختم حديثه بالقول: "نحن نعمل حالياً مع الليغا لتوضيح القواعد الاقتصادية وضمان تطبيقها واقعية. في السابق كنا نعاني من ضغوط التعاقد والبيع، أما الآن فالتحدي يتمثل في القدرة على تسجيل اللاعبين فقط".

مهمة لحراس وإعادة ركلة الجزاء.. قوانين الموسم الجديد في البوندسليغا

يأتي كل موسم جديد بجملة من التعديلات على قوانين كرة القدم، وموسم (2025-2026) ليس استثناءً. من ركلات الجزاء إلى إضاعة الوقت من قبل حراس المرمى، وصولاً إلى الكرات المعادة. واستعرض الموقع الرسمي للدوري الألماني أبرز التعديلات في الموسم الجديد في السطور

القانون 3: الألعاب

بعد تجربة ناجحة خلال بطولة يورو 2024 واستخدامها لاحقاً في البوندسليغا الموسم الماضي، تم اعتماد قاعدة "التواصل مع الحكم يقتصر على القائد" بشكل رسمي، بموجب هذه القاعدة، لا يسمح إلا لقائد الفريق الموجود على أرض الملعب (أو لاعب معين إذا كان القائد هوحارس) بالتحدث إلى الحكم. كما يتحمل هذا اللاعب مسؤولية جزئية عن سلوك فريقه، ونظراً لأن القاعدة طبقت سابقاً في جميع درجات الدوري الألماني، فإن إدارتها في قوانين اللعبة لا يحدث تغييرًا عملياً في هذه المسابقات.

القانون 8: بدء واستئناف اللعب
تم تعديل قواعد إصطدام الكرة، لتتفق في مكان وجود الكرة عند توقف اللعب. تُمنع الكرة للاعب من الفريق الذي كان هي حيازته لها ومن الواضح أنه كان سيحصل عليها، حسب تقدير الحكم، وإذا لم يكن ذلك واضحاً، تسقط الكرة للاعب من الفريق الذي لم يمسها آخر. أما إذا كانت الكرة داخل منطقة الجزاء عند التوقف، فستسقط لحراس المرمى

القانون 9: الكرة داخل وخارج اللعب

إذا مس أحد أفراد الفريق (سواء كان مدرباً، أو لاعباً بديلاً، أو لاعباً مطرداً، أو لاعباً خارج الملعب مؤقتاً لاصابة أو تعديل معداته) الكرة بدون نية الإخلال بسير اللعب، وكانت الكرة لا تزال داخل الملعب ولكن في طريقها للخروج، يحتسب ركلة حرة غير مباشرة ضد فريقه، دون أي عقوبة إدارية. على سبيل المثال، إذا كان أحد اللاعبين يقوم بالإحماء خلف المرمى، وقام باتفاق كرية كادت تخرج، بهدف مساعدة حراس المرمى على تنفيذ ركلة مرمى سريعة، فإن ذلك وفق القوانين السابقة كان يؤدي إلى ركلة جزاء وإنذار، أما الآن،

القانون 12: الأخطاء والسلوك غير الرياضي

أحد أبرز وأهم التعديلات يتعلق بحراس المرمى، إذ يسمح لهم الآن بمسك الكرة باليديه/الذراع لمدة أقصاها 8 ثوان فقط، ويقوم الحكم بعد الثواني الخامسة الأخيرة بشكل مرتيبيبيده إذا لم يقم الحراس بتحرير الكرة خلال الشهاني ثوان. فسيتم احتساب ركلة ركنية للغافر الشخص من الجانب الآخر لمكان الحراس عند ارتکاب المخالفة. بدلاً من ركلة الحرة غير المباشرة كما كان معمولاً به سابقاً ولا يتخد إجراء تأدبي ضد الحراس مالم يكرر المخالفة، كما لا يسمح للاعب منافس بمهاجمة الحراس أثناء سيطرته على الكرة بديليه/ذراعيه.

القانون 14: ركلات الجزاء
إذا مس منفذ ركلة الجزاء الكرة مرتين عن طريق الخطأ، كان تصطدم الكرة بساقه الداعمة وتدخل المرمى، فسيعاد تنفيذ الركلة. أما إذا حدثت لمسة متوجدة ولم تدخل الكرة المرمى،

الإعلان عن قرارات حكم الفيديو

بعد تجربة ناجحة،
بات بإمكان المسابقات
اعتماد نظام إعلان
الحكم عن قرارات
حكم الفيديو عبر
مكبرات الصوت داخل
الملعب، مع شرح
الموقف للجماهير.
وقد تم استخدام هذا
النظام الموسم الماضي
في بعض مباريات
الدوري الألماني
ودورى الدرجة
الثانية
الألماني.

بعد

مغادرة البايرن .. مولر يلاح إلى وجهته المقبلة

تحدث توماس مولر نجم بايرن ميونخ السابق، عن ملامح تجربته المقبلة في الملاعب، بعد رحيله عن العملاق البافاري بنهائية عقده هذا الصيف. وقال مولر، البالغ من العمر 35 عاماً، في مقابلة مع قناة ZDF "لا زلت أمتلك الرغبة في لعب كرة القدم، ولهذا قررت الاستمرار في اللعب مرة أخرى". وأشار مولر، في التصريحات التي نشرها موقع spox "ستكون بالتأكيد تجربة احترافية خارج الدوري الألماني، وأنا متحمس جداً لذلك". ونوه "أدرك تماماً أنه عندما تقادر بايرن ميونخ، ستكون هناك ظروف مختلفة، وهذه آنا فضولي لمعرفة ما ينتظري". ويبدو أن توماس مولر، الذي قضى 17 عاماً في صفوف بايرن ميونخ، يفضل الانتقال إلى الدوري الأمريكي للمحترفين (MLS). وأوضح مولر "بالطبع فكرت في هذه الأمور، ونظرت خارج الأطار المعتاد، فالدوري الأمريكي مثير للاهتمام، خصوصاً بالنظر إلى كأس العالم 2026". وافتشرت أنباء مؤخراً بأن لوس أنجلوس إف سي، الشريك لنادي بايرن ميونخ، هو الوجهة الأقرب لتوomas مولر. واتم مولر "أحوال استغلال الفرصة طالما أن جسدي لا يزال لائقاً بما يكفي لمواصلة اللعب على أعلى مستوى".

رسالة داعية مؤثرة من إيكتيكي لجماهير فرانكفورت

كتب الفرنسي هوغو إيكتيكي لاعب ليفرپول الإنجليزي الجديد، رسالة داعية مؤثرة إلى جماهير فريقه السابق أينتراخت فرانكفورت الألماني. قرر المهاجم الشاب خوض تجربة جديدة في البريميرليغ بعد عام ونصف بقميص فرانكفورت بداية من يناير 2024 وحتى يونيو 2025 تألف فيه وأصبح أحد أبرز مهاجمي أوروبا. ضم ليفرپول اللاعب لمدة 6 سنوات قادمة حتى عام 2031 مقابل 95 مليون يورو، شاملة الحوافز الإضافية. خاض إيكتيكي 64 مباراة بقميص فرانكفورت في جميع المسابقات، سجل فيهم 26 هدفاً، وصنع 14 آخرین. نشر اللاعب رسالة إلى الجماهير عبر حسابه على موقع "انستغرام"، و قال بأنه لم ينس شيئاً من منذ اليوم الأول له في الفريق، وأنه تعلم الحب الحقيقي من عشاق الفريق ودعمهم له و عدم شعوره بالغربة. كما تعلم حب أينتراخت. أضاف أنه يواصل الدعم له حيث نشأ معهم وهو مدین لهم بما وصل إليه في النادي، وأنه يحافظ على قيمهم العالية. أكد نجم فرانكفورت السابق أنه لن يترك أبداً من يحبهم حتى إذا كان بعيداً عن ملعب دويتشه بنك الخاص بالنادي سيكون أول مشجع لهم. تمنى اللاعب النجاح لفريقه السابق وأن يفوزوا بلقب دوري أبطال أوروبا، إلا في حال تعليقه وروجه حيث قضى أيام حياته بـالنادي وجماهير الفريق محظوظ في ذاكرته للأبد.

بايرن ميونخ يرفع عرضه لضم دياز إلى 67 مليون يورو

يواصل بايرن ميونخ مساعيه لضم الجناح الكولومبي لويس دياز، 28 عاماً، من ليفرپول خلال سوق الانتقالات الصيفية 2025. وأفادت شبكة "سكاي سبورتس" أن النادي البافاري تقدم بعرض جديد يتجاوز العرض السابق البالغ 67.5 مليون يورو، والذي رفضته إدارة ليفرپول فوراً. المفاوضات، التي يقودها يان كريستيان دريسن وماكس إبريل من بايرن، مستمرة مع ليفرپول، حيث أعرب دياز عن رغبته في الانتقال إلى النادي الألماني. وقدم طلب رسمياً للرحيل. وهي حال التوصل إلى اتفاق، سيوضع دياز عقداً حتى 2029 على الأقل. وانضم دياز إلى ليفرپول من بورتو عام 2022 مقابل 54 مليون يورو، وسجل 41 هدفاً وصنع 23 تمريرة حاسمة في 148 مباراة، محققاً ألقاب الدوري الانجليزي، كأس الاتحاد، كأس الرابطة (مرتين)، وكأس السوبر. ورغم نجاحاته، يبدو أن دياز يسعى لتجدد جديد في البوندسليغا، لكن فشل الصفقة لا يزال محتملاً.



بعد

مغادرة البايرن .. مولر

يلاح إلى وجهته المقبلة

أستون فيلا يرفض عرض اليونايتد لاستعارة مارتينيز

فشل مانشستر يونايتد، في محاولته الأولى لضم إيميليانو مارتينيز حارس مرمى منتخب الأرجنتين وفريق أستون فيلا. وأكد فابريزيو رومانو خبير سوق الانتقالات في أوروبا، أن أستون فيلا رفض عرضًا من الميونايت، للتعاقد مع إيميليانو مارتينيز على سبيل الإعارة. وأضاف رومانو عبر حسابه على منصة "إكس" أن إدارة المانشيني تخطط للتعاقد مع حارس مرمى مخضرم، مع حارس آخر من العناصر الشابة. ولفت إلى أن سيني لامتس حارس روبيال أنتويرب البلجيكي، يبقى من الخيارات المطروحة على طاولة المان يونايتد. ويسعى روبيان أموريم مدرب مانشستر يونايتد، لتعزيز مركز حراسة المرمى قبل انطلاق منافسات الموسم الجديد 2025-2026. وتلقى اليونايتد ضربة مؤلمة باصابة حارس مرماه الكاميروناني أندريه أونانا، خلال فترة الاعداد، ليغيب عن الملاعب لبضعة أشهر.

لاعب مانشستر يونايتد يجذب نفسيه لغامرة سعودية

يبعد أن مسيرة نوك شاو مع مانشستر يونايتد تقترب من نهايتها، مع استعداد الظهور الأيسير الإنجليزي للاستماع إلى العروض القادمة من الدوري السعودي للمحترفين، خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، وفقاً لصحيفة "ذا صن" البريطانية. ولا زال شاو، البالغ من العمر 30 عاماً، مرتبطاً بعقد يمتد لعامين في أولد ترافورد. لكنه يدرك أن مستقبليه مع "الشياطين الحمر" أصبح غامضاً، خاصة بعد موسم عانى فيه من الإصابات، ولم يشارك سوى في 12 مباراة فقط. ورغم عودته إلى التشكيلة في فترة الإعداد، إلا أن شاو يbedo حالياً الخيار الثالث في مركز الظهير الأيسر، خلف الشاب الدنماركي باتريك دروجو، بالإضافة إلى الواحد الجديد ديبيغو ليون، صاحب 18 عاماً، الذي خطف الأنظار في أول ظهور مع اليونايتد، خلال التعادل السليم مع ليز في السويد. وبادات مسيرة شاؤ مع ميونايت بشكل متساوي، بإصاباته بكسر متزوج في الساق أمام أيمنوهون، خلال سبتمبر/أيلول 2015، بعد 8 مباريات فقط من انضمامه.

أموريه يهدد: لا خروج من يونايتد دون مقابل يليق بالنجوم!

أكد البرتغالي روبن أموريم المدير الفني لمانشستر يونايتد، أن اللاعبين الراغبين في مغادرة "أولد ترافورد" هذا الصيف قد يستمرون ضمن صفوف الفريق، في حال عدم تلقي النادي عروضاً تلبي مطالبه المالية. وأوضح أموريم خلال المؤتمر الصحفي الذي عقد الجمعة، قبل مواجهة وست هام في أولى مباريات الفريق الودية في الولايات المتحدة، أن كل من: أليخاندرو جارناتشو، أنتوني، جادون سانشو، وتيريل مالاسيا، يبحثون عن وجهات جديدة، لكن النادي لن يتخلّى عنهم إلا بالقيمة المناسبة. وقال، "لسنا قلقين بشأن خسارة القيمة السوقية لهؤلاء اللاعبين مقابل بيعهم. لكن لاعب أسيابه المختلفة، البعض يبحث عن فرصة أكبر للمشاركة، وآخرون يتطلعون لتحصد جديده في نادٍ مختلف". وأضاف أموريم: "نحن نتمنهم حرية التفكير واتخاذ القرار، ولكن إن لم تصل العروض إلى الرقم المطلوب، فهو لا سيقون لاعبي مانشستر يونايتد دون شك. أعلم أن الرئيس التنفيذي عمر برايد، والمدير الرياضي جايسون ويلكوكس، حددوا سعراً مناسباً لكل لاعب". كما أشار إلى أن بعض الأندية قد تنتظر حتى المخططات الأخيرة من سوق الانتقالات لمحاولة ضم اللاعبين، لكنه حذر قائلاً، "أنا مستعد لاستقبالهم من جديد، وسيكون هناك تناقض أكبر داخل الفريق. من يزيد المشاركة في كأس العالم، عليه اللعب بانتظام، وهذا يصب في صالحني كمدرب".

رافائيل بوسكيتس: إشادة بالصفقات الجديدة

وعن خط الهجوم، أوضح أموريم أن النادي توصل إلى اتفاق لإعارة ماركوس راشفورد إلى برشلونة لمدة موسم، في إطار إعادة بناء المنظومة الهجومية بعد التعاقد مع الثنائي: "ماقيوس كوتينا وبريان ميسيمو". وأشار، "علينا أن تكون حذرين في التعاقدات، لكنني راض عن التشكيلة الحالية إذا لم يحدث جديد. أعلم شيء أن الموجودين يريدون البقاء".

إشادة بالصفقات الجديدة

وواصل المدرب البرتغالي حديثه، "مع برايان وماتيوس، نحن فريق أفضل دون شك. كلها قادر على اللعب كمهاجم صريح أو جناح. لدينا أيضاً زيركزي و هوبيلوند، ونعمل على تحسين الانسجام بينهم. لا أعلم من سيحيجز المركز الأساسي، الأمر متروك لهم ليقاتلوا على ذلك". واختتم تصريحاته قائلاً، "أنا سعيد جداً باللاعبين الجدد، فهم متواضعون للغاية". لقد اختاروا مانشستر يونايتد رغم تلقيهم عروضاً من أندية تلعب في دوري أبطال أوروبا. قرأوا كل شيء عن النادي، ومع ذلك قرروا أن يكونوا جزءاً من المشروع، وهذا أمر أقدره بشدة".

تشيلسي يقترب من ضربتين في السوق

يواصل نادي تشيلسي جهوده في سوق الانتقالات الصيفي، من أجل التعاقد مع الثنائي تشاфи سيمونز، لاعب لابزيرغ، وجوريل هاتو، مدافع آياس. وكشف الصحفي المتخصص في أخبار الانتقالات، فابريزيو رومانو، عبر فيديو على قناته في "يوتيوب"، تفاصيل جديدة بشأن تطورات الصفقات، حيث قال، "تقينا العديد من الرسائل من جماهير تشيلسي يسألون عن تشافي سيمونز، هل توقفت الصفقة؟ هل تعرّضت بسبب ريناتو فيجا؟ الجواب لا، النادي لا يزال يعمل على إتمام التعاقد مع سيمونز، لكن مثل هذه الصفقات تحتاج إلى وقت ومواضيع ولا تتحمّل 24 ساعة". وأوضح رومانو أن تشيلسي يستخدم في مواضعيه لضم جوريل هاتو التموج الذي سبق أن اعتمد آرسنال قبل سنوات عندما تعاقد مع بوريان تيمبر من آياس، نظرًا لتشابه مركز اللاعبين واهتمامهما للنادي نفسه، مشيراً إلى أن مسيرة تشافي سيمونز تدور حول 40 مليون يورو. وأضاف، "تشيلسي يتفاوض مباشرة مع آياس، لكن الأخير يطالب بمبلغ أعلى، رغم أن هاتو أبلغ إدارة النادي، بكل احترام، برغبته القوية في اللعب بالدوري الإنجليزي، وتحديداً تقميص تشيلسي". وأكد فابريزيو رومانو أن الصفقة تسير في الطريق الصحيح، مشيرًا إلى وجود علاقة جيدة بين الناديين، الأمر الذي يعزز فرص اتمام التعاقد. وأشار الصحفي المتخصص في أخبار الانتقالات إلى أن الاتصالات بين تشيلسي ولابزيرغ بشأن سيمونز لا تزال قائمة، والعلاقة بين الطرفين ممتازة. وختم حديثه بالقول، "المفاوضات مع سيمونز بشأن الشروط الشخصية تسير بشكل جيد، وأعتقد أن الاتفاق بات قريباً. لا أزال أرى أن فرص انتقاله إلى تشيلسي هذا الصيف كبيرة للغاية".

مدرب نيوكاسل يلمح لإمكانية رحيل إيزاك مع اهتمام ليفربول

يبعد أن ألكسندر إيزاك بات على اعتاب مفترق طرق جديد في مسيرته، بعدما كشفت تقارير صحفية عن تقديم نادي جنوة الإيطالي استرليني للتعاقد مع لاعب نيوكاسل هذا الصيف. ويندرج إيزاك (24 عاماً) من أبرز مهاجمي الدوري الإنجليزي خلال الموسم الماضي، حيث سجل 27 هدفاً في مختلف المسابقات، ليجذب اهتمام ليفربول الذي يبحث عن تعزيز خط هجومه بعد وفاة ديوغو جوتا، الصادمة. و يأتي العرض في وقت لا تزال فيه إدارة نيوكاسل متربدة في فتح باب المفاوضات مع إيزاك لتتجدد عقده، وهو ما أكد المدير الفني لل الفريق، إيدي هاو، في تصريحاته، حيث قال في تصريحات نقلها فابريزيو رومانو، "لا توجد حالياً أي مفاوضات بشأن تجديد عقد ألكسندر إيزاك، هذا أمر قد يطرأ في وقت لاحق". والمحظوظ هو إلى وجود تحركات داخلية بشأن مستقبل اللاعب، دون أن ينفي إمكانية رحيله، مضيفاً، "هناك أمور تحدث خلف الكواليس، وأنا كان مسيحي، فيجب أن يكون في مصلحة النادي". وعند سؤاله عن موقفه منبقاء المهاجم السويدي، قال المدرب، "بالطبع، أمل أن يبقى إيزاك معنا". في المقابل، لم تعلن إدارة نيوكاسل بعد موقفها الرسمي من عرض ليفربول، لكن غياب مفاوضات التجديد في هذا التوقيت يزيد من احتمالات رحيل اللاعب.



إيفان توني ينفجر غضباً بعد سرقة سيارته: لهذا السبب أكره لندن

أبدى مهاجم منتخب إنكلترا ونادي الأهلي السعودي إيفان توني (29 عاماً)، غضبه الشديد بعدما كشف عن الأضداد التي لحقت بسيارته إثر تعرضها لهجوم من قبل لصوص في العاصمة البريطانية لندن. وجاءت هذه العادلة خلال القاء إجازته قصيرة قام بها إلى المدينة عقب عودته لقضاء إجازته الصيفية بعد موسم أول ناجح مع الأهلي توج خالده بلقب دوري ابطال آسيا للختبة وتمكن من تسجيل 30 هدفاً في مختلف المسابقات عقب انتقاله من برينتفورد الإنكليزي في صفقة بلغت قيمتها 40 مليون جنيه إسترليني وذكرت صحيفة ذا صن البريطانية، الاثنين، أن إيفان توني لم يجر إلى موقع التوابل الاجتماعي للتعبير عن استيائه الشديد، بعدما تحولت رحلته الصيفية إلى تجربة سلبية ومميتة. إذ هوجئ المهاجم الإنكليزي عند عودته إلى سيارته بأن أحد اللصوص اقتحماها، ليكتشف تحطم النافذة الجانبية الخلفية وقد نشر اللاعب صورة عبر حاصية ستوري على حسابه في موقع إنستغرام أظهرت الزجاج بوضعه وأرفقاها تعليقاً لاذع قال فيه: "لها السبب أكره لندن". وأضافت الصحيفة أن توني، الذي أمضى أربع سنوات ناجحة بقميص برينتفورد قبل انتقاله إلى الأهلي السعودي في صيف العام الماضي، ظهر في إنكلترا بمنهاجة الأسبوع الماضي، حيث التقى صور برفقة زميليه في منتخب إنكلترا توني مادويكي (23 عاماً)، وجادون سانشو (25 عاماً)، خلال حضورهم معاً أحد المهرجانات الموسيقية. ورغم تجربته السابلة الأخيرة، فقد يجد توني نفسه مضطراً للعودة إلى لندن مجدداً في شهر سبتمبر/أيلول المقبل، في حال احتفظ بمكانه ضمن قائمة منتخب الأسود الثلاثة تحت قيادة المدرب الألماني توomas توخل (51 عاماً). وكان توني قد استدعى للمشاركة في معسكر المنتخب الإنكليزي، الذي خاض مواجهتين خلال شهر يونيو/حزيران الماضي الأولى أمام أندورا ضمن التصفيات المؤهلة إلى نهائيات كأس العالم 2026، والثانية ودية ضد السنغال، إلا أن توني لم يشارك في الفوز على أندورا بهدف دون رد، بينما اكتفى ببعض دقائق فراغ خلال الخسارة المفاجئة أمام استفال بنتيجة (1-3)، واستعد منتخب إنكلترا الخوض مواجهة جديدة أمام أندورا على ملعب ويمبلي في سبتمبر المقبل، إضافة إلى لقاء متبقى أمام صربيا، تليه مواجهتان ضد كل من ويلز ولاتفيا في أكتوبر القادم.

مدرب سينر يروي تفاصيل المنافسة مع الكاراز ويكشف أحالمه

لم يخف مدرب نجم التنس الإيطالي، يانيك سينر (23 عاماً)، الأسترالي دارين كاهيل (59 عاماً)، فخره باإنجاز الكبير، الذي تحقق في بطولة ويمبليدون، ثلاثة بطولات "الفراند سلام"، بعد الفوز المثير على الإسباني كارلوس ألكاراز (22 عاماً)، يواكب ثلاثة مجموعات مقابل واحدة. وقال كاهيل في تصريحاته، التي نقلتها صحيفة ديلي ميل البريطانية، اليوم الأربعاء: "لقد شاهد يانيك كاهيل جميع مواجهات كارلوس ألكاراز، لأنه يحب متابعة النظارات التي تطرأ على منافسيه، وهذه المنافسة تدفع أي مدرب في عالم التنس إلى العمل الجاد، حتى يضمن تطور لاعبه، وأتمنى أن تتواصل المنافسة تدفعه إلى درب في عالم التنس الجميع، وتضيف قيمة على هذه الرياضة، التي يتبعها الملايين". كما أشَّفَ كاهيل عن أسرار تحقيق بطولة ويمبليدون للتنس، بقوله: "لم أتحدث معه عنهاً عمما حدث معنا في نهائي بطولة رولان غاروس، وتقديره بالخسارة المريرة أمام كارلوس ألكاراز، لأنَّه قرر إظهار ما تدرَّب من أجله، من خلال الطريقة الجديدة التي استخدماها، والسلوك الهدوء والمتزن، بالإضافة إلى الجهود الكبير الذي بذله، عبر الضربات الملعوبة المتألقة والبساطة في الأداء، والإسباني خسر مواجهة النهائي أمام الأفضل في ذلك اليوم". وختَّم مدرب المصنف الأول عالمياً حديثه: "لقد أبلغته بأن عليه إظهار كل شيء في المحنكات الكبرى، وكانت تدريبات خاصة ومكثفة، وكانت مليئة بالحماس والانضباط، وشعرت حينهاً بأن سينر جاهز لإبهار الجميع بأداء استثناءً أمام الكاراز المميز الذي أتمنى رؤيته منافساً للإيطالي، ليشكلا معاً ثنائياً يظل مثار الحديث وسائل الإعلام والجماهير، خلال السنوات المقبلة".

من السرقة وحاجة التدريس إلى نجم في مونديال الأندية ... قصة جواو نيفيز

قاد النجم البرتغالي، جواو نيفيز (20 عاماً)، مسويات رائعة لرقة فريقه باريس سان جيرمان الفرنسي خلال بطولة كأس العالم للأندية، التي أقيمت في الولايات المتحدة و ذلك بعد قيادة فريقه خلال النهائي الذي خسره أمام نادي تشيلسي بثلاثية نظيفة ليحصل على لقب بطل الدوري الميدالية الفضية أربع قطع تتوج به بطل دوري أبطال أوروبا. وسجل جواو نيفيز هدفين لفريقه خلال اللقاء الرابع النهائي، في الدقيقة 44، فيما ختم السادسة والـ 39، وأضاف الأرجنتيني توماس أفيليس (21 عاماً) بالخطأ في مرماه (د. 44)، فيما ختم المغربي أشرف حكيمي (26 عاماً) رباعية الفريق البرتغالي (3+45) أمام إنتر إيطاليا. وفرض نيفيز نفسه واحداً من أبرز نجوم مونديال الأندية، بفضل مستوياته اللافتة، رغم أنه كان يرى في التدريس بدلاً محتملاً لمسيرته الكروية! إذ كشف، في مقابلة سابقة مع موقع ريديت الأميركي، أنه كان سيختار منه مدرس تربية بدنية، لو لم يحترف كرة القدم، وبطول 1.74 متر فقط، يُصنف نيفيز ضمن النخبة من حيث "الكتافة الهوائية": قدرتها على الوثب والمنافسة في الكرات العالية تفوق كثيرين من ذوي الأطوال الأكبر. وأفاد تقرير سابق لموقع فوتوبول بابوغرافي الإنكليزي بأن مسيرة نيفيز في عالم كرة القدم شهدت قصة مثيرة، فعندما كان في أكاديمية بنفيكا عام 2016، دخل جواو مع صديقه إلى مخزن المشروبات الرياضية الخاص بالنادي، وقاما بسرقة عدد من عبوات "مشروبات الطاقة"، دون إذن. وجرى اكتشاف الأمر عبر الكاميرات، ومعاقبتهما بحرمانهما من مشاهدة مباريات الفريق الأول، لمدة أسبوع فقط. ولم تحد الحادثة من أذاته على أرض الملعب، بعد أن أمن به مدير أكاديمية بنفيكا، تونو غوميز، وكان أحد هؤلاء الشباب، الذين اعتادت إدارة النادي البرتغالي أن تديهم القدرة على الوصول إلى المنتخبات الوطنية في وقت قريب، وهو الأمر الذي تحقق بالفعل.

لامين يأمل ياقِي الانصاف .. "ضحية" يبرئه من التهم وسياسي يسانده

لقي النجم الإسباني الشاب لامين يامال (18 عاماً)، الانصاف من المدعوين الذين حضروا حفل عيد ميلاده، بعدما وجهت جمعية الأشخاص المصابين بالقزم تهمة الاعتداء لأشخاص من قصار القامة إليه، إثر دعوتهم لتقديم عروض فكاهية. وهي تهمة تقاضاها "ضحية" من المدعوين، الذي حرص على تبرئة مهاجم نادي برشلونة، كاميالسيسي، بتصریحات دعمه فيها، خاصة أن القضية أصبحت بين يدي العدالة. وأصدر عدد من المدعوين من قصر العدالة ببيانات يدافعون فيها عن لامين يامال، مؤكدين عدم تعرضاً لهم لأي إساءة خلال مشاركتهم في الحفل. ونقلت صحيفة "موندو ديبورتيو" الإسبانية، أمس الثلاثاء، بياناً لاثنين، يبيناً أن تهمة أصدرت عليهم مدعون فيهم في الحفل جاء فيه: "نؤكد أن جمعية الأشخاص المصابين بالقزم لا تمتلك حق الحديث باسمنا، ولا تملك حق اتخاذ قراراتنا، سواء على المستوى الشخصي أو المهني". كما عبر المتهمون عن استيائهم من تجاهل الجمعية لرأيه ورأي زملائه، مضيئاً: "لم تستشرنا الجمعية قبل إصدار بيانها، الذي تضمن اتهامات تمسنا بشكلي مباشر، وهذا يعيد تقليلنا من شأننا وشأن من شارك في الحفل". لا يحق لأي جهة أن تدعى تمثيلتنا دون الاستماع إلينا أولاً". وأضاف: "نحن فخورون بدعوه لامين يامال لنا، فقد كان حدثاً محترماً وتجريمية إيجابية". الاهتمام الحقيقي بنا يبدأ من الاعتراف بحقنا في اتخاذ قراراتنا، حيثنا، دون اصدار أحكام سقية أو تهمة وفتنة وكراهة". وفقاً لـ"النهار"، عبر رئيس المجلس الأعلى للرياضة، في إسبانيا، السياسي خوسيه مانويل أريبيس، عن دعمه لللاعب الشاب لامين يامال، في خضم التحقيق الذي تضمن اتهامات تمسنا بشكلي مباشر، وهذا يعيد تقليلنا من شأننا وشأن من شارك في الحفل. القضية لا تستدعي التهويل أو توجيهه لللوم المباشر لللاعب، مشدداً على أهمية أن تحمل تصرفات الرياضيين رسائل إيجابية. قائلاً، "نعتقد أن لامين شاب صغير، ويجب التعامل مع الأمر بروح توعوية وتكوينية، لا يتخفي أو ضغط لا يخدم أحداً". وأضاف أن الحكومة تتبع الموضع من منطلق حماية الفئات الهمزة، لكنها في الوقت نفسه تؤمن بدور التوعية والتكون، لا العقاب، في توجيهه النجوم الشبان نحو سلوك أكثر وعياً ومسؤولية. ورغم البيانات الداعمة لليامال، فإن الجدل لم ينته بعد، إذ أخذت القضية أبعاداً قانونية بعدما طالبت وزارة الحقوق الاجتماعية الإسبانية بفتح تحقيق رسمي للنظر في ما إذا كان ما جرى خلال الحفل يعد انتهاكاً للقانون، الذي يمنع استغلال الأشخاص ذوي الاعاقة في عروض ترفية تحمل طابعاً مهيناً أو تمييزياً. وتعد هذه الخطوة مؤشراً إلى أن القضية تجاوزت إطار الجدل المكتومي لتصل إلى مؤسسات الدولة المعنية بحماية الكرامة والحقوق.





ثمانية عوامل تؤثر على الأيض

عملية التمثيل الغذائي هي مجموعة مختلطة من التفاعلات الكيميائية التي تحدث في الكائنات الحية على المواد الغذائية المختلفة بواسطة العوامل الأنزيمية بفرض الحصول على الطاقة والعناصر الغذائية الأساسية لبناء الأنسجة. وينقسم التمثيل الغذائي إلى عمليات هدم وبناء. هناك تفاوت في معدل سرعة الأيض بين شخص آخر، وهناك عدة عوامل تؤثر في معدل سرعة الاستقلاب منها كتلة الجسم، حيث أن الأشخاص البدينون الذين لديهم مؤشر كتلة جسم أعلى يكون لديهم معدل أيض عالي في حالة الراحة أكثر من الأشخاص الذين يكون لديهم مؤشر كتلة أصغر. وتركيب الجسم هناك اختلاف بين تركيب جسم بين شخص آخر، تبعاً لحجم الكتلة العضلية وحجم الكتلة الدهنية. العوامل تستهلك سعرات حرارية أكثر حتى في وقت الراحة. تشير الدراسات إلى أن كفم واحد من العوامل يستهلك سعرات حرارية 5-3 مرات أكثر من كفم واحد من الدهون. أما بالنسبة للعمر، حيث الأيض ينخفض طبيعيا كلما تقدم العمر حيث ينخفض المعدل حوالي 2-3% كل عشر سنوات. بسبب الانخفاض في حجم الكتلة العضلية، وهناك اختلاف في تكوين الجسم بين المرأة والرجل، حيث يتميز جسم المرأة سفر كتلته العضلية عن الرجل. وبالتالي يكون معدل الأيض لديها أقل من الرجل. هناك عدة أنواع من المكملات الغذائية تؤثر على معدل الأيض منها ما يرفع معدل الأيض وأخرى تخفضه، وجرعة من الأيفيدرين لكل كغم من وزن الجسم يوميا تستطع رفع معدل الأيض 3-7%. توصلت الدراسات البحثية أن استهلاك كمية مختلفة من الكافيين. وهناك عدة هرمونات تنظم عملية الأيض من أهمها التي تفرزها الغدة الدرقية وانخفاض قليل عن المستوى الطبيعي لهرمون T3 نتيجة لذلك ينخفض معدل الأيض 5% وزيادة قليل عن المعدل الطبيعي يزيد معدل الأيض 5% في حالة الراحة لمرأة خلال فترة الدورة الشهرية. ويزيد التدرين من معدل التمثيل الغذائي للشخص 3-7%. تأثير النيكوتين على عملية التمثيل الغذائي ناتج من الزيادة في ضغط الدم ومعدل ضربات القلب فضلاً عن الزيادة في إنتاج الأدرينالين. وتعتبر ممارسة النشاط البدني أهم وسيلة لزيادة معدل الأيض وحرق المزيد من السعرات الحرارية. عندما يكون الشخص نشطاً ويمارس التمارين البدنية بانتظام سوف يرتفع معدل أيض لديه لأن هذه النشاطات تحتاج إلى المزيد من الطاقة والتي تم من خلال زيادة الأيض لتلبية الحاجة المتزايدة من الطاقة.

صحّة ورياضة

تأثير التدرب في البيئة الحارة

إذا كانت نسبة الرطوبة مرتفعة، فإن جسمك يواجه مزيداً من التوتر الناتج عن عدم تبخر الماء بسرعة من الجلد. وهو ما يرفع أيضاً درجة حرارة جسمك. في ظل الفطروف الطبيعية، تكيف بشرتك وأوعيتك الدموية ومستويات التعرق مع الحرارة. ولكن قد تفشل أنظمة التبريد الطبيعية تلك إذا تعرضت لمستويات عالية من درجات الحرارة والرطوبة لمدة أطول من اللازم أو إذا عرقت بشدة ولم تشرب مقداراً كافياً من السوائل. وتكون النتيجة هي الإصابة بمرض متعلق بالحرارة، تمضي الأعراض المتعلقة بالحرارة بدرجات متباينة، فتبدأ من خفيفة ولكنها تتفاقم لتصل إلى درجة تهدد الحياة إذا تركت دون علاج، وتشمل الأمراض المتعلقة بالحرارة إذا تركت دون التشنجات العorative، التي تسمى أحياناً تشنجات العضلات المصاحبة للتمارين الرياضية - هي تقلصات عضلية مؤلمة يمكن أن تحدث مع ممارسة الرياضة، قد تندو العضلات المتاثرة وكأنها ملتهبة عند لمسها، وربما تشعر بألم أو تشنجات في العضلات. وقد تكون درجة حرارة جسمك طبيعية.

الإغماء الحراري والهبوط المصاحب للتمارين الرياضية الإغماء الحراري هو الشعور بالدوخة أو الدوار الناتج عن ارتفاع درجات الحرارة، وغالباً ما يحدث بعد البقاء لفترة طويلة من الزمن، أو الوقوف بسرعة بعد الجلوس لفترة طويلة من الزمن، الإغماء المصاحب للتمارين الرياضية هو الشعور بالدوار أو الإغماء بعد التدريب مباشرة، وقد يحدث على وجه الخصوص إذا توقفت عن الركض ثم وقفت فجأة بعد سباق أو مسافة جري طويلة. مع الاتهاب العرواني، ترتفع درجة حرارة جسمك لتصل إلى 104 فهرنهايت (40 درجة مئوية) وقد تشعر من الغثيان أو يصيبك القيء والضعف والصداع والإغماء والتعرق والبرد وبروادة الجلد، وقد يؤدي الإنهال الحراري في حالة عدم علاجه إلى الإصابة بضررية الشمس. ضربة الشمس حالة طارئة مهددة للحياة تحدث عندما تتجاوز درجة حرارة جسمك 104 درجة فهرنهايت (40 درجة مئوية). قد تجف بشرتك بسبب نقص العرق، أو قد تصبح رطبة. قد يصيبك الارتباك وسهولة الاستشارة والصداع وأوضطراب في ضربات الدوار والدوار والإغماء والغثيان والقيء ومشكلات الأ بصار والتعب، وبذلك فإنك تكون بحاجة إلى رعاية صحية عاجلة لمنع حدوث أي تلف بالمخ أو فعل في أحد الأعضاء أو حتى الوفاة. انتبه عند ممارسة التمارين في الطقس الحار إلى مؤشرات المرض والأعراض المرتبطة بالحرارة، فقد يؤدي تجاهل هذه الأعراض إلى جعل حالتك تتفاقم، مما يؤدي إلى الإصابة بمشكلة طبية طارئة. ي حالة حدوث أي من هذه الأعراض، يجب تقليل درجة حرارة الجسم وترطيبه على الفور. أوقف ممارسة التمارين على الفور وخلص جسمك من الحرارة. وإذا أمكن، اطلب من أحدهم البقاء معك للمساعدة في تبادل حالتك. من الضوري قياس درجة حرارة الجسم الأساسية باستخدام مقاييس حرارة شرجي لتحديد درجة الإصابة الحرارية بدقة. فمقياس الحرارة المستخدم عن طريق الفم أو الأذن لا يقدم قراءة دقيقة لدرجة الحرارة في هذا الفرض. وفي حالات الإصابة بضربات الشمس بسبب الارتباك وتغيرات الحالة العقلية، يتعرض على الشخص معالجة نفسه وينطلب الأمر الرعاية الطبية لحالات الطوارئ. والطريقة الأكثر فعالية لتبريد الجسم سريع هي غمر الجسم في مقطس بارد أو ماء مثلج. وفي حالات الإجهاد الحراري، يمكن خلع الملابس الإضافية أو إزالة المعدات الرياضية. ينبعي التأكيد من الوجود وسط أفراد يمكّنهم المساعدة في تقديم الرعاية. وإذا أمكن، يمكن تهوية الجسم بالهواء أو ترطيب الجسم بالماء البارد. يمكن إلى حد كبير الوقاية من الأمراض المرتبطة بالحر، يساعد اتخاذ بعض التدابير الأساسية على عدم إهمال نظامك الرياضي في الحرارة.

التأقلم الحراري هو مجموعة من التعديلات التي تسمح للشخص بتحمل ضغط أكبر بسبب الحرارة البيئية، وهي جزء أساسي في الوقاية من الأمراض المرتبطة بالحرارة. تؤدي بشكل أساسي إلى تغييرات في كمية ونوعية التعرق وكذلك في تدفق الدم ، مما يكيف الجسم للعمل بشكل أكثر كفاءة في المناخات الحارة . وبمجرد ارتفاع حرارة الجو عن المعدلات الطبيعية يقوم الجسم البشري بالمسارعة لإجراء بعض التعديلات الفسيولوجية تهدف إلى الحفاظ على درجة حرارة آمنة من أجل الأداء السليم للأنظمة الحيوانية من خلال زيادة معدل ضربات القلب (HR) للتعامل مع انخفاض حجم البلازما (بسبب الجفاف) ومحاولة الحفاظ على النتاج القلبي، رفع درجة الحرارة المركزية كآلية حماية نتيجة لذلك تحدث التعديلات على مستوى بعض الوظائف، زيادة التعرق وتدفق الدم إلى الجلد بسبب توسيع الأوعية المحيطية، زيادة التنشيط الهرموني لمهرمونات الأندروستيرون ومضادات إدرار البول (ADH) لتنقیل فقد الماء والمعادن ، على التوالي، زيادة وتيرة النهيوجة وضيق التنفس، تراكم المستقبلات في العضلات، زيادة استخدام الجليكوجين وبالتالي تقليل مستوياته، وراحة أقل وتحمل نفسى وإدراك شخصى أكبر للجهد . ومن العوامل المتحكمة في التأقلم مع التدريب في البيئة الخارجية، أي المكان الذي يتم فيه التدريب أو ممارسة الرياضة المعنية. لقد لوحظ أن إجراء التدريب في البيئة التي تمارس فيها الرياضة بالفعل يؤدي إلى تكيفات أفضل نظراً لعدم قدرتها على تعديل الفطروف البيئي للرياضي، ووتق التعرض اعتماداً على نوع البروتوكول (نشط / خامل) الذي سيتّم استخدامه ، يتم استخدام وقت تعرّض أو آخر. المستوى البدني للفرد، درجة الجفاف لدى الرياضي، معدل إنتاج الحرارة الداخلي، مدة وتكلّم التدريب يجب أن لا تتجاوز مدة العصون التدريبيّة 60 دقيقة في اليوم الواحد . أنواع البروتوكولات الخاصة بالتأقلم مع التدريب في البيئة الحارة، البروتوكولات قصيرة المدى، عندما تكون مدة البروتوكول أقل من 7 أيام، يوصى به عادة لرياضيين الذين لديهم نظم تدريب قاسية أو مكثفة، والبروتوكولات متوسطة المدى، عندما تكون مدة تدتها حوالي 7-14 يوماً. بعد أيام، يتم تحقيق 80% من التكيفات، أما البروتوكولات طويلة المدى عندما تكون مدة تدتها أكبر من 14 يوماً. هذه الأنواع من البروتوكولات تختلف في التأقلم مع العودة، ومن بين النصائح الواجب العمل بها لتنقدي مشاكل في التأقلم، يجب الحفاظ على توازن السوائل والأملاح المعدنية أثناء التمرين، شرب السوائل قبل التمرين قبيل ساعي من التدريب وتتبع بجرعات صغيرة كل 15 دقيقة خلال التدريب، لا يجب أن تكون كل السوائل المتداولة عبار عن ماء، تجنب تناول الأطعمة والمشروبات التي لها تأثير مدر للبول، استهلاك المشروبات البديلة بدلاً من الماء العادي ، وتجنب استهلاك الجليكوجين وبالتالي تحسين الأداء، تناول السوائل التي تحتوي تركيبيتها على أكثر من نوع واحد من الكربوهيدرات بعد الحصة التدريبية، وارتداء ملابس ذات نوعية حفظ الوزن واللون وتساعد الجلد على التنفس، والابتعاد عن بعض المعتقدات السلبية مثل التدرب بالملابس البلاستيكية . سواء كنت تركض أو كنت تمارس لعبة رياضية مثل كرة السلة أو خرجت لممارسة رياضة المشي، فلا بد من الاعتناء ب بنفسك عند ارتفاع درجة الحرارة. إذا كنت تمارس الرياضة خارج المنزل في طقس حار، فاتبع الاحتياطات المعروفة لتفادي الإصابة بالآمراض المرتبطة بالحر، تسبب ممارسة التمارين الرياضية في الطقس العار جهاً إضافياً لجسمك. وإذا لم تعتن بنفسك أثناء ممارسة التمارين الرياضية في الطقس العار، فإنك بذلك تعرّض نفسك للإصابة بأمراض خطيرة . فالتمارين في حد ذاتها ودرجة حرارة الهواء ورطوبتها قد يكونون سبباً في زيادة درجة حرارة جسمك من الداخل. ولكن يساعد جسمك نفسه في خفض درجة حرارته، فإنه يرسل مزيداً من السوائل للت دور عبر الجلد، ويؤدي هذا إلى إبقاء كمية دم أقل للعضلات، مما يسبب بدوره زيادة في معدل ضربات القلب، كذلك



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

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



من أجل شهاركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار والكتابة.
ANEP، المتواجدة بـ 010 بـاسطورـ الجزائرـ.

الهاتف: 020.05.20.91 / 020.05.10.42

fax: 020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77

البريد الإلكتروني: agence.regie@anep.com.dz

programme@anep.com.dz

agence.aran@anep.com.dz

agence.murgha@anep.com.dz

agence.constantine@anep.com.dz

SAMPRAL ■■■ الطبع: TD DIFFUSION COMMUNICATION
■■■ الفاكس: 023-78-57-70
■■■ رقم الحساب البنكي: al salam bank algeria
■■■ العنوان: مستشفى القبة - زاهون - قاريدي عمارة بـ رقم 05 - الجزائر -
■■■ الهاتف: 0541-76-26-27
■■■ البريد الإلكتروني: Dzairtube13@gmail.com



لأشهاراتكم:

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

تابعونا على
موقع التواصل الاجتماعي:

