

منتخب
فلسطين يحط
الرجال بالجزائر
لمواجهة
"المحليين"
وذا



لوكا زيدان؛
"فخور بتمثيل
الجزائر
ونسعى للتأهل
إلى كأس
العالم"

يومية رياضية جزائرية

الثلاثاء 7 أكتوبر 2025 الموافق 15 ربيع الثاني 1447 هـ العدد: 1329 الثمن: 30 دج

استعدادا لمواجهة الصومال
وأوغندا في تصفيات المونديال

"محاربو الصحراء" يلتحقون بسيدي
موسى والأمور الجديدة تنطلق

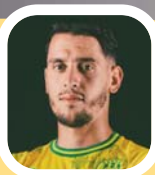
"الخضر" بنفس جديد



بلغالي؛
"أحلم
بالمشاركة
في "الكان"
والمونديال"

زيدان، بلغالي، دورفال وشرقي
يكشفون أجواء المنتخب

بيتكوفيتش يستدعي بلعيد
لتعويض توغاي المصاب

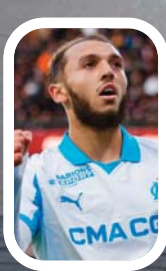


"المحاربون" يجرون أول حصة تدريبية بسيدي موسى

كبال ضمن
"التوب 11"
لاكتشاف الموسم في
الدوري الفرنسي



غويري ضمن
التشكيلة
المثالية في
"الليغ 1"



بوقرة يستنجد ببن شاعة
لتعويض بوناصر
"محميو الخضر" يباشرون
التحضيرات لمواجهة
فلسطين الوديعتين بعنابة



المنتخب الوطني

حلّ أمس بالجزائر للمشاركة في أول تربص تحضيري مع المنتخب

بلغالي

"أحلم بالمشاركة في "الكان" والمونديال"

عبر الوافد الجديد على صفوف المنتخب الوطني الجزائري، رفيق بلغالي عن رغبته الكبيرة في المشاركة مع "الخضر" في نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، وكأس العالم 2026، مبرزا أن الانضمام إلى المنتخب كان حلمه منه الصغر. وفي تصريحات عبر برنامج "TAKE A SEAT" الذي يبث عبر "اليوتيوب" أوضح بلغالي أن المنتخب الجزائري، يعتبر منذ زمن حلم كبير بالنسبة له، رافضا فكرة اللعب للمنتخب البلجيكي، وأوضح قائلا: "الجزائر؟ هذا الشتاء هناك كأس إفريقيا في المغرب والصيف كأس العالم في أمريكا.. هما الهدفين الأقرب لتحقيقهما، أريد ذلك بشدة، وأتمنى بتوفيق من الله تحقيق هذا الأمر"، وواصل مدافع نادي هيلاس فيرونا حديثه، مشيرا أنه سيعمل على مواصلة تألقه خلال الموسم الجاري لإقناع الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، وتابع "علي فقط أن أظهر إمكانياتي وأنا افعل ذلك.. كما أريد لعب منافسة دوري أبطال أوروبا". وحلّ رفيق بلغالي أمس بالجزائر، للمشاركة في تربص "محاربي الصحراء" بعد تلقيه دعوة التقني السويسري، لحمل قميص المنتخب الوطني لأول مرة، بعدما سبق له أن مثل سابقا منتخب أقل من 23 سنة.

الفرصة مواتية أمام بلغالي لضمان مكانة مع المنتخب

وسيكون نجم هيلاس فيرونا أمام فرصة كبيرة لإقناع المدرب فلاديمير بيتكوفيتش بإمكانياته خلال تربص شهر أكتوبر الجاري وذلك في ظل غياب الشناني يوسف عطال ومحمد فارسي بسبب الإصابات، حيث سيسعى بلغالي لاستغلال هذا الوضع من أجل تثبيت أقدامه في التشكيلة الأساسية، خلال مواجهتي الصومال وأوغندا المقررتين يومي 09 و 14 من شهر أكتوبر الجاري ضمن فعاليات الجولتين التاسعة والعاشر من تصفيات المونديال، وواجه المسؤول الأول على العارضة الفنية لـ "الخضر" مشاكل عديدة على مستوى منصب الظهير الأيمن وذلك في ظل إصابات يوسف وغياب بديل مناسب لتعويضه، وبالتالي ستكون بلغالي إذا ما أراد ضمان مكانته ضمن القائمة المعنية بالمشاركة في كأس إفريقيا المقررة خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر 2025 إلى 18 جانفي 2026.

عطال المتكررة
الفرصة سانحة أمام
بلغالي إذا ما أراد ضمان
مكانته ضمن القائمة المعنية
بالمشاركة في كأس إفريقيا المقررة
عبد المجيد

تألق أمام البياسجي واختير أفضل لاعب في المباراة

ماندي يطمئن بيتكوفيتش قبل مواجهتي الصومال وأوغندا

بعث الدولي الجزائري عيسى ماندي، رسائل طمأنة للناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، قبل دخول تربص "الخضر" الذي انطلق أمس، تحسبا لمواجهتي الصومال وأوغندا في تصفيات كأس العالم 2026، وذلك بعد الأداء الرائع الذي قدمه خلال مباراة فريقه ليل وباريس سان جيرمان، ضمن الجولة السابعة من الدوري الفرنسي. وشارك نجم "الخضر" أساسيا في جميع أطوار المباراة التي انتهت بنتيجة التعادل (1-1)، حيث ظهر المدافع بمستويات ملفتة وساهم بشكل كبير في إيقاف متصدر "الليغ 1"، واقتنص منه التعادل رغم إجراء اللقاء بملعب ليل، إذ اعتبرتها الصحافة الفرنسية نتيجة إيجابية لرفقاء عيسى ماندي، الذي اختير أفضل لاعب في المباراة، حيث استطاع بجدارة وتدخلاته الموقفة من عزل النجم البرتغالي لـ البياسجي" غونزالو راموس، كما ساهم في بعض الهجمات من خلال توزيعات في العمق كانت دقيقة، فضلا على تضييعه فرصة للتسجيل برأسية بعد تنفيذ ركنية في الدقيقة 32، ليتحصل على علامة 7 من 10، حسب إحصائيات منصة "سوفاسكور" المختصة في إحصائيات كرة القدم. وتحسنت وضعية ماندي خلال الفترة الماضية، بعدما تمكن من المشاركة في 5 مباريات كاملة في "الليغ 1" دون تضييع أي دقيقة، مستغلا الغيابات الموجودة في صفوف ليل، فضلا على مباراتين في "اليوروبا ليغ"، حيث حظي بإشادة كبيرة من الصحافة الفرنسية التي أكدت بأنه قطعة أساسية في تشكيلة نادي الشمال الفرنسي، رغم مروره بأوقات فراغ في الفترة الماضية. ويعتبر تألق صاحب 33 عاما أمام باريس سان جيرمان، امتداد لظهوره الرائع خلال المباريات الماضية، لاسيما أمام أولمبيك ليون في البطولة الفرنسية وأيضا أمام نادي روما الإيطالي في "اليوروبا ليغ"، وهي كلها مؤشرات تؤكد عودة ماندي لمستوياته وتطمئن المدرب فلاديمير بيتكوفيتش والجمهور الجزائرية، قبل أيام قليلة من مباراتي الصومال وأوغندا يومي 9 و 14 أكتوبر الحالي، لحساب الجولتين التاسعة والعاشر من تصفيات مونديال 2026، إذ تعرض ماندي لانتقادات لاذعة بسبب أدائه في تربص سبتمبر الماضي بمناسبة لقائي بوتسوانا وغينيا. وشارك بدوره زميله ومواطنه نبيل بن طاب أساسيا مع ليل، قبل أن يترك مكانه منذ الدقيقة 66، ليواصل الظهور مع ناديه خلال المواجهات الأخيرة.

عبد المجيد



خلال 9 مباريات لعبها مع ناديه الكرواتي هذا الموسم

بقرار يرفع رصيده لـ 7 مساهمات تهديفية مع دينامو زغرب

يواسل الدولي الجزائري منصف بقرار، التألق مع ناديه دينامو زغرب المنضم إليه خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، بعدما أسهم تهديفيا بالرغم من الخسارة التي تعرض لها فريقه بنتيجة (1-2) أمام لوكوموتيف، ضمن الجولة التاسعة من الدوري الكرواتي الممتاز. ورغم دخوله بدلا في الدقيقة 46 من الشوط الثاني، إلا أن لاعب "الخضر" ترك بصمته من خلال تقديم تمريرة حاسمة جاء منها هدف التقليل في الدقيقة 67، بينما كان دينامو زغرب منهزما بشنانية نظيفة، حيث لم يتمكن النادي الحريص من تفادي الهزيمة وهي الثانية له خلال الموسم الحالي، وتألق منصف بقرار رغم ظروف المواجهة، مؤكدا مستواه المتصاعدة وتواجده في أفضل حالاته منذ التحاقه بالفريق الكرواتي، لينال تقييم 10/6.5 حسب موقع الإحصائيات العالمي "سوفاسكور"، كما عزز أرقامه الملفتة، إذ يمتلك في رصيده 6 أهداف وتمريرة حاسمة في 9 لقاءات خاضها بجميع المسابقات من جهته، شارك زميله مواطنه إسماعيل بن ناصر أساسيا منذ بداية اللقاء، وقدم مردودا مميزا قبل أن يغادر أرضية الميدان عند الدقيقة 81، بعد حصوله على تقييم 10/7.5، ليؤكد مرة أخرى مستواه الرائع مع الفريق رغم الخسارة. ويذكر أن الشناني بقرار وبن نصر، لن يشاركا مع المنتخب الوطني في التربص الذي انطلق أمس بسيدي موسى، تحسبا لمواجهتي الصومال وأوغندا، ضمن آخر جولتين من تصفيات كأس العالم 2026، وذلك لأسباب فنية وخيارات المدرب فلاديمير بيتكوفيتش.

عبد المجيد

غويري ضمن التشكيلة المثالية في "الليغ 1"

اختير الدولي الجزائري، أمين غويري، ضمن التشكيلة المثالية للجولة السابعة من الدرجة الأولى الفرنسية بعد تألقه الالاف مع ناديه مارسيليا أمام ميتز يوم السبت الماضي، وكشف موقع "سوفاسكور" المختص في الأرقام والإحصائيات بكرة القدم، أمس الاثنين عن تشكيلة الأسبوع في "الليغ 1" والتي شهدت تواجد مهاجم "الخضر" لأول مرة هذا الموسم، عقب الانتفاضة الكبيرة التي حققها رفقة ناديه "لوان" بتسجيل هدف وتقديم تمريرة حاسمة في الفوز الباهر لأشبال دي زيربي أمام ميتز. وشارك غويري الذي تحصل على علامة 8.3 من قبل نفس المصدر، احتياطيا بداية من الدقيقة 64 بدلا من روبينيو فاز، وبعد ذلك بخمس دقائق، قدم تمريرة حاسمة في الهدف الثاني لزميله مات روليه. وحسم نجم "الخضر" انتصار مارسيليا بإضافة الهدف الثالث بعد مجهود فردي رائع في الدقيقة 76، ليساهم بذلك في أول هدفين له هذا الموسم مع مارسيليا بعد مرحلة فراغ مز بها هذا الموسم، حيث عجز خلالها عن تسجيل أي هدف في 6 مباريات كاملة، وهو ما شكّل ضغطا رهيبا عليه، وبهذا يؤكد أمين غويري جاهزيته للمشاركة في مواجهتي المنتخب الوطني أمام الصومال يوم الخميس المقبل بملعب ميلود هدي بوهران، ثم أمام أوغندا يوم 14 من أكتوبر بملاعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو لحساب الجولتين التاسعة والعاشر من تصفيات المونديال.

عبد المجيد



البطولة المحلية

مولودية الجزائر

"العميد" يواجه كولومب الكاميروني يوم 19 أكتوبر

رسمت الاتحادية الإفريقية لكرة القدم، مواجهة نادي مولودية الجزائر أمام مضيفه كولومب سبورتييف الكاميروني، ضمن ذهاب الدور التمهيدي الأول لمسابقة دوري أبطال إفريقيا، يوم 19 من شهر أكتوبر الجاري. ونشر النادي الكاميروني بياناً أمس الاثنين، أكد فيه إجراء اللقاء في ذات التاريخ، بداية من الساعة الـ 14:00 بالتوقيت المحلي، وذلك على أرضية ملعب "أحمدو أهيجو" الواقع بالعاصمة "ياوندي" والذي يتسع لحوالي 38 ألف متفرج. من دون شك فإن برمجة لقاء كولومب سبورتييف، في آخر الأيام التي حددتها الاتحادية الإفريقية لكرة القدم "كاف" ضمن مرحلة ذهاب الدور التمهيدي الثاني لـ "الشامبينز ليغ" سيريح كثيراً الطاقم الفني للمولودية بقيادة رولاني موكوينا، على اعتبار أن الوقت سيكون كافياً أمامه من أجل تحضير التشكيلة جيداً لهذا الموعد الهام، والأكثر من ذلك، فإن البرمجة ستتيح للطاقم الفني استعادة جميع العناصر الدولية مع اختتام أسبوع "الفيفا" يوم الـ 14 أكتوبر الجاري. يُشار إلى أن مواجهة الإياب بين المولودية وكولومب الكاميروني، ستقام بعد موقعة الذهاب، بملعب "علي عمار" بالديورة. في غياب الأنصار بسبب العقوبة المسلطة على بطل الجزائر، قارباً منذ الموسم الماضي.

موكينا يأمل في استعادة لاعبيه الدوليين دون إصابات

وعلى صعيد آخر، التحق أمس، لاعبو مولودية الجزائر، بتريصات المنتخبين الوطني الأول والمحلي، ويتعلق الأمر بكل من الحارس قندوز المنضم بالمنتخب الأول، بالإضافة إلى الرباعي حلاميية وين خماسة وبايزيد وغزالة، الذي التحق بتريص المحليين استعداداً للمواجهة الودية مزدوجة، أمام فلسطين، يومي 9 و13 أكتوبر الجاري بملعب 19 ماي 1956 بعنابة، إلى جانب غياب التحاق الغيني الحسن بانغورا، والبوركينابي محمد زوغرانا، بمنتخبيهما ضمن تصفيات مونديال 2026. وفي ذات الصدد، يأمل مدرب الفريق رولاني موكوينا، في استعادة لاعبيه الدوليين من دون إصابات، خاصة وأن الفريق مقبل على مرحلة مهمة، يخوض الدور التمهيدي الثاني من منافسة رابطة الأبطال الإفريقية، وكذا مباريات البطولة الوطنية، التي يطمح من خلالها الطاقم الفني لـ "العميد" للمواصل على وتيرة النتائج الإيجابية والارتقاء لصدارة الترتيب عقب استكمال المباريات المتأخرة من البطولة الوطنية، وذلك في رحلة الدفاع عن لقبه في الموسمين الماضيين.

سفيان ع



يوم الـ 17 أكتوبر الجاري

برمجة مواجهة حافيا كوناكري الغيني وبلوزداد في السنغال

قرر نادي حافيا كوناكري الغيني، برمجة لقاء ذهاب الدور التمهيدي الثاني من كأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم، أمام نادي شباب بلوزداد، بالسنغال، وذلك بسبب عدم وجود ملاعب مؤهلة في غينيا، وحسب ما تداولته العديد من التقارير، فإن حافيا كوناكري اختار السنغال، لاستقبال ممثل الكرة الجزائرية يوم الـ 17 أكتوبر الجاري، بعدما كان قد استقبل في الدور السابق نادي بهانتال السيراليوني، بملعب "الحسن واتارا" بمدينة أبيدجان بكون ديفوار. وعلى صعيد منفصل، كشفت مصادر مقربة من بيت شباب بلوزداد، أن إدارة الأخير أجرت الفصل في مستقبل المدرب سيد راموفيتش، على الرغم من النتائج السلبية التي يحققها الفريق تحت قيادته في بداية هذا الموسم، والذي جمع فيه الشباب 7 نقاط من أصل 18 ممكنة، وبرزت ذات المصادر، أن أن المدرب راموفيتش، وبقدر من مسؤولي الفريق باق في منصبه على الأقل إلى غاية خوض رفقاء بن عيادة، مواجهتي الدور التمهيدي الثاني لمنافسة كأس الكونفدرالية، أمام نادي حافيا كوناكري الغيني، والمقرر إقامتهما في الفترة ما بين الـ 17 إلى الـ 26 أكتوبر الجاري، وأشارت مصادرنا إلى أن إدارة شباب بلوزداد، وفي اجتماع جديد عقدته مطلع الأسبوع الجاري، أجمعت على أن إقالة راموفيتش، في الوقت الحالي سيضر بالفريق ومعنويات اللاعبين على حد سواء، لاسيما وأن الشباب مقبل على خوض الدور التمهيدي الثاني لكأس الكونفدرالية، أمام حافيا كوناكري الغيني، وبالتالي ترفض اتخاذ أي قرار من شأنه أن يضرب الفريق في هذا الوقت الحساس، خاصة وأن بداية الموسم لم تكن في مستوى التطلعات.

سفيان ع



شبيبة القبائل

التوقف الدولي فرصة لزيينباور لتحضير "الكناري" لمواجهة المنستيري

يراهن المدرب الألماني لنادي شبيبة القبائل، جوزيف زينباور، على فترة التوقف الدولي، من أجل إعادة ترتيب بيت "الكناري" وتحضير لاعبيه جيداً للمنافسة القارية، بمواجهة نادي المنستيري التونسي في الدور التمهيدي الثاني لرابطة الأبطال الإفريقية. ويعتزم المسؤول الأول على العارضة الفنية لـ "الكناري" للاستثمار في فترة التوقف من أجل التحضير الجيد للمواعيد القادمة، وتصحيح النقائص التي ظهرت في الجولات السابقة. ويأتي في مقدمة أولوياته رفع الجاهزية البدنية للاعبين وتحسين الانسجام الدفاعي، وهما العاملان اللذان يعتبرهما زينباور أساسيين قبل مواجهة المنتظرة أمام الاتحاد المنستيري التونسي في "الشامبينز ليغ"، ورغم رضاء عن النتائج الإيجابية التي حققها الفريق في الآونة الأخيرة، إلا أن المدرب الألماني لم يخف انزعاجه من بعض الأخطاء الدفاعية، ما جعله يضع خطة عمل دقيقة لتصحيحها خلال فترة التوقف الحالية. هدفه الأساسي هو تجهيز الفريق بدنياً وتكتيكياً لضمان أفضل استعداد ممكن للموعد القاري المقبل. وقد نجح المدرب في تحرير لاعبيه نفسياً بعد البداية الصعبة في الموسم، ويراهن الآن على سلسلة انتصارات جديدة للحفاظ على الزخم الإيجابي داخل المجموعة. المهمة لن تكون سهلة، غير أن المدرب الألماني يؤمن بقدرات لاعبيه، الذين عبروا بدورهم عن وعيهم بالمسؤولية ورغبتهم في تقديم موسم ناجح يرضي أنصار النادي. إلى جانب التحضيرات البدنية والتكتيكية، يفكر الطاقم الفني في برمجة مباراة ودية واحدة على الأقل خلال فترة التوقف الدولي، للحفاظ على نسق المنافسة استعداداً لمواجهة الاتحاد المنستيري، المقررة بين 16 و18 أكتوبر الجاري. ويهدف زينباور من خلال هذه الخطوة إلى تعزيز الانسجام بين اللاعبين، خاصة وأن الفريق لم يكمل تحضيراته الصيفية بالعدد الكامل من العناصر، ما جعله يفتقد الجاهزية التامة في بداية الموسم.

سفيان ع

في انتظار الكشف عن نتائج الفحوصات الطبية

إصابة محروز تؤرق الطاقم الفني لـ "سوسطارة"

تلقى الطاقم الفني لنادي اتحاد العاصمة، وجماهير الفريق على حد سواء، أنباء غير سارة بعد تعرض اللاعب المتألق ريان محروز، لإصابة خلال المواجهة الأخيرة أمام شباب قسنطينة، منعتة من استكمال المواجهة، وهو ما يثير المخاوف بخصوص فترة غيابه عن الملاعب. ووفقاً للمعلومات الأولية، فإن اللاعب شعر بالآلام على مستوى العضلة المقربة اليمنى، وسيخضع لفحص بالأشعة خلال الساعات القادمة لتحديد طبيعة الإصابة ومدة غيابه المحتملة. هذا المستجد أثار قلق المدرب عبد الحق بن شيخة والأنصار على حد سواء، إذ أصبح محروز في الأسابيع الأخيرة عنصراً أساسياً في منظومة الفريق، بفضل نشاطه الكبير على الجهة اليمنى، وصلابته الدفاعية، وقدرته على دعم الهجوم وخلق التفوق العددي في الأمام. وفي حال تأكد غيابه لفترة

طويلة، فسيكون ذلك ضربة موجعة لاتحاد العاصمة الذي يعيش فترة صعبة من حيث النتائج. ويأمل الجميع أن تكون الإصابة خفيفة، وأن يعود اللاعب سريعاً إلى الميادين، خاصة وأن الأسبوع المقبل سيكون حاسماً لمعرفة تطور حالته ومدى جاهزيته للمواعيد القادمة التي لا تحتل إضاعة المزيد من النقاط في موسم لم يرق بعد إلى مستوى التطلعات.

سفيان ع

عقب بدايته الرائعة هذا الموسم

الساورة تؤكّد أحقية لاعبيها أقاسم ريان بدعوة بوقرة

أكدت إدارة شبيبة الساورة، في بيان رسمي على حسابها عبر "فيسبوك" أن مدافعيها المحوري أقاسم ريان، يستحق التواجد ضمن قائمة المنتخب المحلي. وأوضحت إدارة فريق "تسور الجنوب" أن أقاسم، كان أفضل لاعب في البطولة المحلية خلال شهر سبتمبر الماضي. مضيفاً في هذا الصدد: "يكل صراحة هو من يستحق تقمص ألوان الخضر تحت إشراف المدرب مجيد بوقرة حالياً وبدون منازع". يُشار إلى منتخب الرديف، يستعد للدخول في تربص مستمر لأسبوع في إطار فترة التوقف الدولي الحالية. وتتلخص مواجهة ودية مزدوجة أمام منتخب فلسطين، ضمن التحضيرات الخاصة ببطولة كأس العرب، المقرر بقطر ما بين الـ 1 و18 ديسمبر 2025.

سفيان ع





الجمعية العامة العادية 47 لـ "الكاف"

صادي يشارك في الاجتماع الخاص بمنطقة اتحاد شمال إفريقيا

شارك رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وليد صادي، الأحد، في الاجتماع الخاص بمنطقة اتحاد شمال إفريقيا لكرة القدم، على هامش أشغال الجمعية العامة العادية 47 للاتحادية الإفريقية لكرة القدم (كاف)، التي جرت أمس الاثنين بالعاصمة الكونغولية كينشاسا. وكان رئيس "الكاف" مرفوقا بالأمين العام، نذير بوزناد، بحضور المسؤولين الرئيسيين للاتحادات الأعضاء، وتزامن مع هذه الجمعية، انعقد الأحد الاجتماع الخاص بمنطقة اتحاد شمال إفريقيا لكرة القدم "لوناك" بحضور المسؤولين الرئيسيين للاتحادات الأعضاء، حيث تم خلاله التطرق إلى برمجة مختلف دورات المنطقة، لاسيما دورة أقل من 18 سنة المقرر تنظيمها بالجزائر شهر ديسمبر المقبل. واستضافت العاصمة الكونغولية كينشاسا، الاثنين، أشغال الجمعية العامة العادية 47 لكاف، برئاسة، باتريس موتسيبي، وبحضور رؤساء ومسؤولي الاتحادات الوطنية الـ 54 الأعضاء. وقبل الجلسة العامة، شرع رئيس "الكاف" في عقد سلسلة لقاءات مع الاتحادات الإقليمية، حيث شارك في اجتماعات اتحاد وسط إفريقيا ومجلس الجنوب الإفريقي، قبل أن يترأس اجتماعات اتحادات غرب إفريقيا، وشرق إفريقيا، واتحاد شمال إفريقيا.

مهدي



"موبيليس" تمنح رحلة كاملة لمشجعي شبيبة القبائل

تنظم شركة "موبيليس" مسابقة خاصة لجمهور شبيبة القبائل تمنح الفائز فرصة فريدة لترحل رحلة شاملة التكاليف لمرافقة الفريق إلى تونس لخوض مباراة ذهاب الدور التمهيدي لرابطة أبطال إفريقيا لكرة القدم، أمام نادي اتحاد المستنير التونسي يوم الجمعة 17 أكتوبر الجاري حيث سيعيش تجربة "استثنائية" من انطلاق الفريق من الجزائر وحتى نهاية المباراة الحماسية. وحسب بيان الشركة تشمل الرحلة كافة المصاريف، من السفر إلى المطار، والإقامة في الفندق، وحضور المباراة من المدرجات، بالإضافة إلى العودة مع الفريق بعد انتهاء اللقاء. ولمعرفة طريقة المشاركة وشروطها، ترقبوا الإعلان الرسمي قريباً عبر قنوات "موبيليس" وصفحات التواصل الاجتماعي والشركة.

بالفريق وفريق شبيبة القبائل مباراة ذهاب الدور التمهيدي، أمام نادي اتحاد المستنير التونسي بملعب "الطيب المهيري" بمدينة صفاقس ابتداء من الساعة 15.00.

مهدي

الدورة الوطنية للدراجات بتيبازة : إجراء الطبعة الـ 29 في ثلاث مراحل من 9 إلى 11 أكتوبر

تجرى الطبعة الـ 29 من الدورة الوطنية لمدينة تيبازة على ثلاث مراحل، من 9 إلى 11 أكتوبر 2025، حسب ما أوردته الاتحادية الجزائرية للدراجات. وتنطلق المرحلة الأولى يوم الخميس 9 أكتوبر على (09:00) ببلدية حمر العين لتعبر القافلة على بلديتي بورقيقة وسيدي راشد قبل العودة إلى حمر العين، على مسافة إجمالية تقدر بـ 100 كلم. المرحلة الثانية من المنافسة، المقررة في اليوم الموالي على (09:00)، ستعبر من مدينة سيدي راشد إلى غاية القليعة على مسافة 100 كلم مروراً على عدد من المدن. أما المرحلة الثالثة المبرمجة يوم السبت 11 أكتوبر (09:00)، فستقام من مدينة تيبازة إلى غاية بلدية أغبال على مسافة 107 كلم. وسيخصص هذا السباق لفئتي الأوساط والكبار، وسيُعقد الاجتماع الفني يوم الأربعاء 8 أكتوبر ابتداء من (17:30). هذه المنافسة ستسمح باكتشاف عدد من البلديات التابعة لولاية تيبازة على غرار دواودة، فوكة، قورايا، الداموس، النافطور، حجوط وغيرها.

مهدي

دورة وطنية للشطرنج يومي الجمعة والسبت بالشف

ستقام دورة وطنية مفتوحة للشطرنج يومي الجمعة والسبت بالمركب الرياضي "محمد صلاواتشي" بالشف، حسبما علم أمس من المنظمين. وستنظم هذه التظاهرة الرياضية الفكرية المنظمة تحت شعار "ذكرى الوفاء" من طرف النادي الهاوي أكتيك مولودية الشلف للشطرنج بالتنسيق مع الرابطة الولائية والمجلس الشعبي البلدي للشلف، بمناسبة الذكرى الخامسة والأربعين للزلزال الذي ضرب الولاية يوم 10 أكتوبر سنة 1980. وحسب المنظمين سيعرف هذا الحدث مشاركة أكثر من 90 رياضياً ورياضية من مختلف الفئات من عدة ولايات من الوطن. وستجرى المنافسة وفق النظام السويسري من سبع جولات بزم من قدره 25 دقيقة مع إضافة 10 ثوان لكل نقلة ملعوبة تحت إدارة الحكم الدولي نصر الدين عثون.

مهدي

المتوجين في بطولة العالم لألعاب القوى بنيدلهي

رئيس الجمهورية يهنئ أبطال الجزائر

هنأ رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، مساء أول أمس، أبطال الجزائر المتوجين في بطولة العالم لألعاب القوى بنيدلهي. وكتب رئيس الجمهورية عبر حسابه الرسمي على مواقع التواصل الاجتماعي: "صايفي نسيم، فرحاح وليد، جلال صقية، مهيدب أحمد، بودراع عبد الهادي، حمري ليندا، عمشي محمد نجيب وكرجنة كمال.. أنتم أبطال الجزائر، شرفتمونا مجدداً في بطولة العالم لألعاب القوى بنيدلهي ورفعتم الراية عالياً. فآلف شكر لكم ولكل الطاقم الفني والتقني على هذا الإنجاز".

مهدي



بطولة ألعاب القوى لذوي الاحتياجات الخاصة

كمال كرجنة يختتم المشاركة الجزائرية ببرونزية في رمي الجلة

اختتم الرياضي الجزائري كمال كرجنة مشاركة الجزائر في بطولة العالم لألعاب القوى لذوي الاحتياجات الخاصة 2025، بإحرازه ميدالية برونزية في منافسات رمي الجلة (فئة F33)، خلال النهائي الذي أقيم أول أمس على ملعب جواهر لال نهرو بالعاصمة الهندية بنيدلهي، ضمن اليوم التاسع والأخير من المنافسة. وتمكن كرجنة، في منافسة قوية، من تحقيق أفضل رمية له هذا الموسم (11.90 متراً)، وذلك في محاولته الأولى. وقال كرجنة عقب حفل تسليم الميداليات: "أنا جد سعيد بهذه الميدالية، فهي ثمرة عمل جماعي ساهم فيه نادي مولودية الجزائر، والطاقم الفني والطبي، دون أن أنسى الاتحادية التي وفرت لنا ظروفًا ممتازة للتحضير. هذه الميدالية تحفزني على تقديم الأفضل مستقبلاً". وعادت ذهبية المسابقة للكرواتي ديني تشيرني برمية قدرها 12.17 متراً، متفوقاً على الكسندر خرويين (تحت راية محايدة) الذي سجل 11.19 متراً. من جانبه، حل مختار ديدان في المركز التاسع وقبل الأخير في نهائي القفز الطويل (فئة T36)، بفوزه بلغت 5.35 متراً، وهي أفضل نتيجة له هذا الموسم. أما الميداليات الثلاث فعدت إلى كل من إيفغيني توروسونوف (تحت راية محايدة) الذي حقق رقماً قياسياً عالمياً جديداً بفوزه قدرها 6.14 متراً، متقدماً على النيوزيلندي ويليام ستيدمان (5.83 متراً) والأوكراني أليكساندر ليتفينينكو (5.81 متراً). وفي نهاية منافسات اليوم التاسع والأخيرة، اختتمت الجزائر مشاركتها في النسخة الثانية عشرة من بطولة العالم لألعاب القوى لذوي الاحتياجات الخاصة بحصولها على 9 ميداليات، 3 ذهبيات و3 فضيات و3 برونزيات، محتلة المرتبة 19 في جدول الترتيب، من بين 65 دولة حصدت ميداليات، من أصل نحو 100 دولة شاركت في هذه النسخة الأولى من بطولة العالم في العهدة البارالمبية الجديدة (2025-2028). وقد ضمت البعثة الجزائرية 16 رياضياً ورياضية، بينهم 6 فتيات، جمعوا بين أصحاب الخبرة والمشاركين لأول أو ثاني مرة في بطولة عالمية.

مهدي



إنتر ميامي... سيرجيو بوسكيتس يعرف بالفعل ماذا سيفعل بعد اعتزاله المهني

قبل أيام قليلة، أعلن سيرجيو بوسكيتس أنه سيعلق حذاءه في نهاية الموسم في الدوري الأمريكي. أسطورة برشلونة قد اختار بالفعل مهنته المستقبلية. منذ عدة أيام، يترقب عالم كرة القدم في إسبانيا بفارغ الصبر ما الذي سيقدمه سيرجيو بوسكيتس للكرة بعد أن أدهش جماهير "البلوغرانا" في كاتالونيا. ويأتي ذلك تحديداً بعد قرار اللاعب اعتزال اللعب مع نهاية الموسم الحالي في MLS.

وفي هذه الليلة، كرم نادي إنتر ميامي سيرجيو بوسكيتس بعد فوزهم الكبير على نيو إنجلاند ريفولوشن، في مباراة تألق فيها ليونيل ميسي بصناعة ثلاث تمريرات حاسمة وسجل كل من جوردي ألبا وتاديو ألياندي ثنائياً. لاعب الوسط الإسباني أعلن رسمياً اعتزاله بنهاية الموسم. لكن، لا مجال لبطل العالم وأوروبا مع إسبانيا أن يترك كرة القدم نهائياً. بوسكيتس لديه بالفعل فكرة واضحة عن الدور الذي ينوي لعبه في المستقبل القريب. « ربما خلال عام ونصف أبدأ التحضير لدخول مجال التدريب »، صرح بذلك بعد المباراة. كما أوضح بوسكيتس أنه سيستمر في متابعة فريقه المفضل دائماً، ولكن عن بعد: « أنا مشجع لبرشلونة، وحتى إن كان دوري في الفريق ما يزال بعيداً، سأواصل متابعة كل مباراة ».

4 أندية لم تخسر حتى الآن في الدوريات الأوروبية الخمس الكبرى

نجحت 4 أندية فقط من الدوريات الأوروبية الخمس الكبرى، حتى الآن، في تجنب كابوس السقوط للمرة الأولى في فخ الهزيمة بالموسم الرياضي 2025-2026، وسط إثارة كبيرة تشهدها المنافسات في إنجلترا وإسبانيا وفرنسا وإيطاليا وألمانيا.

انضم برشلونة إلى قائمة المهزومين للمرة الأولى في الدوريات الأوروبية هذا الموسم، بعد سقوط النادي الكتلوني بنتيجة قاسية أمام إشبيلية 4-1، وهو أمر تكرر مع كريستال بالاس الذي خسر للمرة الأولى في الدوري الإنجليزي أمام إيفرتون 2-1 لتتقلص قائمة غير المهزومين إلى 4 فقط حتى اللحظة في الدوريات الأوروبية الخمس الكبرى.

علاقان ألمان بلا هزيمة في الدوريات الأوروبية

يتصدر بايرن ميونخ المشهد كأبرز الأندية التي لم تخسر حتى اللحظة في الموسم الرياضي الراهن، بعد خوض العملاق البافاري تحت قيادة فينست كومباني 6 مواجهات في الدوري الألماني، حقق الفوز فيها جميعاً، ليتصدر البوندسليغا بالعلامة الكاملة، في طريقه لحصد لقب جديد في المسابقة التي يسيطر عليها بشكل كامل. وفي المنافسات ذاتها، يظهر بروسيا دورتموند كضيق جديد لم يتعرض للهزيمة هذا الموسم، بخوضه 6 مواجهات في الدوري الألماني، حقق الفوز في 4 مباريات منها، وتعادل في اثنتين، ليجمع في رصيده 14 نقطة وضعته في الوصافة.

ناديان من إيطاليا بلا هزيمة

وبالانتقال إلى الدوري الإيطالي، يبدو المشهد مختلفاً عن ألمانيا، حيث يظهر ناديان بلا هزيمة في الكالتشيو، رغم وجودهما في مراكز متأخرة إلى حد ما على سلم ترتيب البطولة. يبرز جوفنتوس الذي يقوده ماسيميلانو أليغري في صدارة المشهد، بعد خوض "السيدة العجوز" هذا الموسم 6 مباريات، انتصر في 3 منها، وتعادل في 3، جامعا في رصيده 12 نقطة وضعته في المركز الخامس. أما أتلانتا الذي يحتل المركز السادس برصيد 10 نقاط من انتصارات و4 تعادلات، فلم يتلق أي هزيمة حتى اللحظة، في الوقت الذي يتصدر نابولي ترتيب المنافسات برصيد 15 نقطة، من 5 انتصارات وهزيمة واحدة.

الجميع يخسر في البريميرليغ والليغا

وفي البطولات الأبرز، حينما يتعلق الأمر بالدوري الإسباني والدوري الإنجليزي، سقطت كافة الأندية في فخ الهزيمة، فخسر ريال مدريد وبرشلونة مرة واحدة لكل منهما في الليغا، مع سقوط ليفربول مرتين في البريميرليغ، مقابل هزيمتين تعرض لهما مانشستر سيتي، وهزيمتين لتشيلسي،

وهزيمة واحدة لكل من أرسنال وتوتنهام هوتسبير، مع 3 هزائم تعرض لهما مانشستر يونايتد، أما الدوري الفرنسي، فشهد هزيمة واحدة تعرض لها باريس سان جيرمان هذا الموسم، وجاءت أمام مارسيليا بهدف وحيد في الجولة قبل الماضية من الموسم الحالي.

ليونيل ميسي يصل إلى 100 مساهمة تهديفية في 80 مباراة مع إنتر ميامي

في أقل من موسمين، وقع ليونيل ميسي على واحدة من أسرع البصمات التهديفية في تاريخ الدوري الأمريكي لكرة القدم، بعدما بلغ حاجز 100 مساهمة تهديفية بقميص إنتر ميامي، موزعة على 66 هدفاً و34 تمريرة حاسمة، خلال 80 مباراة فقط.

ميسي، حتى بعد تخطيه حاجز 38 عاماً، لا يزال يحتفظ بتوهجه كأحد أعظم صنّاع الفارق في تاريخ اللعبة.

في المباراة التي جمعت فجر الأحد بين إنتر ميامي ونيو إنجلاند ريفولوشن، لم يسجل ميسي، لكنه صنع ثلاثة أهداف كاملة، ليقود فريقه لفوز كاسح بنتيجة 4-1. بهذا الهاتريك من التمريرات الحاسمة، رفع قائد "التانجو" رصيده هذا الموسم إلى 41 مساهمة تهديفية (24 هدفاً + 17 أسبست)، في مشهد بعيد إلى الأذهان نسخة ميسي المتكاملة التي أبهرت العالم لعقد ونصف.

معدل لم يسبق أن حققه أي لاعب في تاريخ الدوري الأمريكي خلال أول 80 مباراة له، ويضع ميسي ضمن الأعلى تأثيراً في كل المسابقات العالمية، وليس فقط في MLS.

ما يفضله ميسي في ميامي يتجاوز حدود الأرقام، فهو لا يلعب فقط كمهاجم أو صانع لعب، بل كقائد فني داخل الملعب، يؤسس لهوية الفريق، ويمنح زملاءه الثقة والديناميكية.

ورغم انتقاله من برشلونة إلى باريس سان جيرمان ثم إلى إنتر ميامي، حافظ "البرغوث" على ثبات أدائه وفاعليته الهجومية، حيث وصل إلى 1279 مساهمة تهديفية في مسيرته الكاملة، ما بين المنتخب والاندية، بينها 395 تمريرة حاسمة كأكثر من صنع أهدافاً في تاريخ اللعبة.

الأرجنتيني يقترب من تحطيم رقم كارلوس فيلا، الذي حقق 49 مساهمة تهديفية في موسم واحد بالدوري الأمريكي مع لوس أنجلوس إف سي.

تبقى عدة مباريات في الموسم الجاري، فإن تخطي هذا الرقم واصل ميسي إيقاعه الحالي.

ميسي لا يقدم أداء جيداً بالنسبة لعمره، بل يقدم أداء خارقاً بأي مقياس، سواء في التسجيل، الصناعة، أو التأثير النفسي على خصومه وزملائه، يثبت ميسي أن الأعمار مجرد أرقام، وأنه في إنتر ميامي ليس بصدد إتمام مسيرته، بل كتابة فصل جديد من المجد الكروي.

ومع كل تمريرة حاسمة أو هدف، يقترب ميسي من ترسيخ إرثه قد لا يعاد في ملاعب أمريكا الشمالية.

تحت أنظار كيليان... إيثان مبابي "ينتقم" من باريس سان جيرمان

فشل باريس سان جيرمان في تحقيق الفوز، للمباراة الثانية توالياً بالدوري الفرنسي، بتعادلته مع مضيئه ليل 1-1 في الجولة السابعة. وبعد شوط أول سلبي، سجل البرتغالي نونو مينديز هدف التقدم لبطل أوروبا في الدقيقة 66 من ركلة حرة مباشرة، ليرفع رصيده إلى 4 مساهمات بكل المسابقات هذا الموسم. ونجح ليل في إدراك التعادل قبل 5 دقائق من نهاية الوقت الأصلي، عندما أطلق البديل إيثان مبابي تسديدة يسارية قوية، بعد دخوله بأربع دقائق.

إيثان شهد أمسية مثيرة جداً تحت أنظار شقيقه كيليان مبابي، إذ سجل ثاني أهدافه كلاعب محترف، واحتفل على طريقة نجم ريال مدريد، الذي كان سعيداً جداً بهدف "عائلي" ضد فريقه السابق. وكان إيثان (18 عاماً) سجل أول أهدافه كمحترف، في 14 سبتمبر ضد تولوز، وكشف آنذاك تلقيه رسالة من كيليان.

وشكل هدف إيثان رداً "ميدانياً" على نادي العاصمة، الذي دفعه للرحيل بعدم تجديد عقده، إثر مغادرة شقيقه الأكبر إلى ريال مدريد.

إلى جانب مبابي، كان ليني يورو مدافع مانشستر يونايتد حاضراً في ملعب "ديكاتلون أرينا"، وأعطى ركلة البداية لمباراة فريقه السابق ضد باريس سان جيرمان، وسط تحية كبيرة من الجمهور.

مورينيو بعد التعادل مع بورتو:

"لعبنا بذكاء وجعلناهم يعانون"

أكد جوزيه مورينيو، مدرب بنفيكا، أنه دخل مواجهة بورتو بهدف الحصول على نقطة واحدة فقط، معتبراً أن التعادل السلبي في ملعب خصم قوي يعد نتيجة إيجابية. وأوضح أن الفريق لعب بتركيز كبير لتجنب الخسارة، خاصة أن سبورتينغ تعادل أيضاً، ما أبقى المنافسة مفتوحة.

وقال مورينيو لقناة Sport TV: "لم نرد المخاطرة، سيطرنا على المباراة، وحارصنا لم يتعرض لأي اختبار حقيقي. بورتو سدد في القوائم فقط". ورغم تعرضه لصيحات استهجان ومقذوفات من جماهير بورتو، علق المدرب البرتغالي قائلاً: "الأمر ممتاز، لا مشكلة". وأشار "سيشيل وان" إلى أن بنفيكا يتطور تدريجياً، مشيداً بشخصية لاعبيه وقدرتهم على التحكم بإيقاع اللقاء أمام فريق متصدر للدوري.

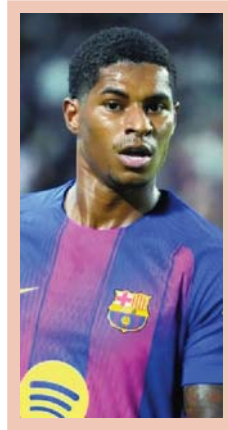


أراوخو ينفجر ضد الحكام: دائما ضدنا

لم تكن هزيمة برشلونة في ملعب "سانشيز بيزخوان" مجرد خسارة ثقيلة بالأربعة أمام إشبيلية، بل كانت أيضا واحدة من أكثر الليالي إثارة للجدل في الموسم، بعدما تحولت قرارات الحكم أليخاندرو مونيز رويز إلى محور النقاش في الإعلام الإسباني، وسط غضب واضح من لاعبي البارسا، وعلى رأسهم القائد الأوروغوياني رونالد أراوخو، الذي لم يتمالك أعصابه بعد احتساب ركلة جزاء مثيرة للجدل في بداية المباراة. توجه أراوخو إلى غرف الملابس بين شوطي اللقاء وهو في قمة الإحباط، وعدسات الكاميرات التقطته يتمتم غاضبا: "دائما ضدنا! دائما ضدنا!". كلمات عكست الشعور العام داخل الفريق، الذي رأى أن القرارات التحكيمية كانت سببا مباشرا في انهيار توازنه خلال الشوط الأول. بعد المباراة، كشفت منصة "DAZN" عن التسجيل الصوتي للحوار الذي دار بين حكم الفيديو ديل سيرو جراندي ومونيز رويز أثناء مراجعة اللقطة المثيرة. يقول ديل سيرو: "المدافع - من وجهة نظرنا - يتعثر ويسبب عرقلة بوضع قدمه بين قدمي المهاجم". ورد عليه الحكم الرئيسي: "أرني اللقطة من زاوية أوسع، أريد رؤية حركة أراوخو بالكامل". وبعد مشاهدات إضافية، بضيف مونيز: "لا توجد فرصة لعب على الكرة ولا وضعية حرمان من هدف محقق. هناك تلامس في الأسفل". ثم يؤكد قراره: "سنذهب مع ركلة جزاء، دون بطاقة. لم يلمس الكرة. دعني أتأكد من ذلك". لتجيبه حكم الفيديو: "لم يلمس الكرة أبدا، لم يلعبها". في النهاية يقول مونيز: "القدم في المقدمة، واضحة. نذهب مع ركلة جزاء". هذا الحوار، الذي انتشر سريعا في وسائل الإعلام الإسبانية، أعاد إشعال الجدل حول معايير استخدام تقنية الفيديو في الدوري الإسباني، لا سيما في المباريات التي يكون برشلونة طرفا فيها.

تطورات إصابة راشفوردي في مباراة برشلونة وإشبيلية

كشفت إذاعة كادينا كوبي صباح أمس، عن آخر التطورات المتعلقة بإصابة ماركوس راشفوردي، جناح نادي برشلونة، والتي تعرض لها خلال مواجهة إشبيلية بالدوري الإسباني. ومضى نادي برشلونة يواصل هزيمته له في بطولة الدوري الإسباني هذا الموسم، أمام إشبيلية بهدف واحد يوم الأحد.



تقديم المستوى المطلوب ولعب البلوغرانا صدارة الدوري مدريد والذي انتصر يوم السبت الماضي على فياريال 3-1. كذلك في لقاء الأحد، حيث المباراة وبدا أن الدولي الإنجليزي وأفادت كادينا كوبي، أن راشفوردي أصيب بكدمة بعدما غادر اللاعب ملعب رامون سانشيز بيزخوان وهو يشعر بعدم الراحة. وأكدت كوبي، أن الضحوصات الأولية التي أجريت على راشفوردي مطمئنة، ولا يعاني اللاعب البالغ من العمر 27 عاما من أي إصابة في كاحل قدمه اليسرى.

راشفوردي انضم إلى صفوف نادي برشلونة خلال صيف العام الحالي، وذلك قادما من نادي مانشستر يونايتد على سبيل الإعارة حتى نهاية الموسم الجاري، مع وجود أحقية الشراء النهائي للنادي الكتلوني مقابل 35 مليون يورو.

دي يونغ يلق كارثة برشلونة على شماعة الإرهاق

اعترف الهولندي فريتيكي دي يونغ، لاعب وسط برشلونة، بأن فريقه الكتلوني لم يقدم أداء جيدا ضد إشبيلية. وتلقى برشلونة، خسارة هي الأكبر له تحت قيادة مدربه الألماني هانز فليك، بعدما سقط على يد مضيئه إشبيلية، بنتيجة 1-4 أول أمس، على ملعب رامون سانشيز بيزخوان، ضمن لقاءات الجولة الثامنة من عمر الليغا. وقال دي يونغ في تصريحات لشبكة موفيستار "عندما تخسر، تشعر بخيبة أمل، في الشوط الأول لم نلعب جيدا، وفي الشوط الثاني كنا أفضل، لكن للأسف خسرننا". وأشار دي يونغ إلى أن الجدول الزمني المزدحم والإرهاق البدني، أثرا على أداء برشلونة في الأونة الأخيرة. وأضاف "اعتقد أن جزءا من ذلك يعود لتراكم الإرهاق، هذا هو الواقع، لعبنا 7 مباريات خلال 21 يوما، لكن أحيانا يكون مطاردة الكرة، أكثر إرهاقا من أي شيء آخر".



صحيفة ماركيا: إشبيلية يلقن فليك درسا قاسيا

دخل برشلونة الإسباني ملعب رامون سانشيز بيزخوان وهو يسعى لاستعادة صدارة الدوري الإسباني ومحو آثار السقوط الأوروبي أمام باريس سان جيرمان الفرنسي، لكن الواقع كان مغايرا تماما، فبدلا من الانتفاض، وجد الفريق الكتلوني نفسه غارقا في فوضى تكتيكية أمام إشبيلية الذي اتهم منافسه منذ الدقيقة الأولى، في شوط أول تاريخي لم يتجاوز فيه لاعبو برشلونة منتصف الملعب. وذكرت صحيفة

"ماركا" الإسبانية أن العرض الذي قدمه أصحاب الأرض في أول نصف ساعة كان مذهلا من خلال فرص متتالية وتسديدات لا تتوقف، فيما بدت ملايح الصدمة على وجوه لاعبي برشلونة الذين لم يفهموا ما يحدث، مع تصدى الحارس تشيزني ببراعة لعدة فرص محققة وأنقذ فريقه من نتيجة كارثية، لكن سيطرة إشبيلية لم تتراجع. وفي الشوط الثاني، ورغم تحسن طفيف من برشلونة، جاءت ركلة الجزاء

المهكرة من ليزاندرو فاسكي لتفتتح الباب أمام انهيار جديد، حيث استغل أصحاب الأرض المساحات ليضاعفوا النتيجة عبر مرتدات قاتلة. الغضب الكتلوني بلغ ذروته بعد احتساب ركلة جزاء مثيرة للجدل على رونالد أراوخو إثر التهام مع إسحاق روميرو، إذ رأى الحكم مونيز رويز أن الخطأ يستحق العقوبة بعد مراجعة تقنية الفار، وسط احتجاجات شرسة من لاعبي برشلونة ومدربهم هانزي فليك. وأوضحت الصحيفة أنه في المقابل، تألق أليكسيس سانشيز بشكل لافت، حيث كان الأكثر نشاطا في الهجوم الأندلسي وسجل الهدف الأول من ركلة الجزاء، مؤكدا عودته القوية، كما قدم تشيزني واحدة من أفضل مبارياته هذا الموسم رغم الهزيمة، فيما تحول ليزاندرو فاسكي من رمز للحسم إلى عنوان للخيبة بعد إهدار ركلة الجزاء الحاسمة التي كانت كفيلة بإعادة فريقه للمنافسة. وفي النهاية، خرج برشلونة من الأندلس بخسارة ثقيلة وأداء مقلق، ليخسر الصدارة ويغرق أكثر في دوامة الشك قبل فترة التوقف الدولي، في مباراة ستبقى بلا شك واحدة من أسوأ عروض الفريق هذا الموسم.

فليك:

هذه أصعب هزيمة عشتها... وأزمة برشلونة ليست تكتيكية

الهزيمة المدوية التي تلقاها برشلونة أمام إشبيلية بنتيجة 4-1 في الجولة الثامنة من الدوري الإسباني، كانت بمثابة جرس إنذار داخل أروقة الفريق الكتلوني، ليس فقط بسبب النتيجة الثقيلة، بل أيضا بسبب الصورة الباهتة التي ظهر بها اللاعبون، خصوصا في الشوط الأول على ملعب رامون سانشيز بيزخوان. المدير الفني هانز فليك، لم يخف خيبة أمله، واعترف بأن فريقه لم يكن على مستوى الحدث، مؤكدا في الوقت نفسه أن فترة التوقف الدولي المقبلة قد تكون فرصة لإعادة ترتيب الأوراق ومعالجة الأخطاء. بدأ فليك، حديثه، بتقييم الأداء العام، مشيرا إلى أن برشلونة قدم واحدة من أسوأ مبارياته في الشوط الأول. وقال المدرب الألماني "الشوط الأول لم يكن جيدا من جانبنا، لقد كانوا عدوانيين للغاية، بينما لم نجد نحن الحلول المناسبة. كانوا يذهبون إلى المواجهات الفردية ويفوزون بها". وفي الشوط الثاني تحسنا وأظهرنا ردة فعل جيدة، وهذا ما أقدره للفريق. لكن لا أريد الحديث عن الأهداف أو الأعداء. قلت للاعبين إن علينا أن نتعلم من هذه المباراة ونرى الاتجاه الذي سنأخذ". ودافع المدرب الألماني عن منظومته التكتيكية، رافضا تحميل الخطة، مسؤولية السقوط، وقال في هذا السياق "لا أعتقد أن المشكلة في النظام أو البنية، بل في الأخطاء الفردية التي ارتكبتها في الشوط الأول". ولفت "يمكن أن نتحدث عن أمور كثيرة، لكن الحقيقة أننا لم نظهر بالمستوى المطلوب في البداية، ثم تحسنا لاحقا. الآن هذه المباراة أصبحت من الماضي، لكن علينا التعلم منها ومن مواجهة باريس سان جيرمان أيضا. بعد التوقف أتمنى أن يعود بعض المصايين، لأننا نلعب من أجل النادي والجماهير، واليوم الكل غير راض". وفي تعليقه على طبيعة الهزيمة، قال فليك إن الخسارة كانت قاسية لكنها يجب أن تكون نقطة انطلاق جديدة "أصب هزيمة عشتها كانت في نصف نهائي دوري الأبطال أمام إنتر ميلان، واليوم يجب أن أتقبل الهزيمة أيضا". وزاد "ما أراه هو أن علينا أن نكون إيجابيين ونغير ما لم نتم به جيدا، خصوصا في الشوط الأول. ارتكبنا الكثير من الأخطاء ولم نتحكم في الكرة كما يجب، ولم نكن في المستوى الذي يتعين أن نكون عليه".

بشكل صاخب... سانشيز: لهذا السبب احتفلت أمام برشلونة



كشف التشيلي أليكسيس سانشيز، لاعب إشبيلية المخضرم، عن سبب احتفاله الصاخب بهدفه أمام فريقه السابق برشلونة، رغم تصريحه بأنه لن يحتفل إذا سجل بشباك البلوغرانا. وسجل سانشيز هدفا في فوز إشبيلية على برشلونة، برعاية لهدف، أول أمس، على ملعب رامون سانشيز بيزخوان، ضمن لقاءات الجولة

الثامنة لليغا. وقال سانشيز، في تصريحات نشرتها صحيفة "ماركا" الإسبانية: "أخبروني أننا لم نفز هنا منذ 10 سنوات، وهذه فترة طويلة". وأضاف عن الاحتفال الصاخب: "هذه الأمور تحدث في كرة القدم، وعندما ترى فرحة الجماهير بالخارج، لا يسعني سوى أن أرفع القبة لزملائي، وإن كان هناك وقت مناسب للفوز، فهو هذا الوقت". وتابع: "لم نكن نفوز هنا منذ مباريات كثيرة، وأنا موجود منذ شهر واحد فقط، وسعيد بذلك، اعتدت دائما على تحطيم الأرقام القياسية في كل الأندية التي لعبت لها، وعندما تنتهي المباراة وترى كيف يحتفل اللاعبون ومن في مقاعد البدلاء، يكون مشيدا جميلا حقاً". وأكمل: "لطالما كنت أشارك في الاحتفالات داخل الملعب ولم أعشها يوما جالسا على الدكة، وأحيانا أجلس فقط لاستمتع بتلك اللحظة الرائعة". وأكد: "كان شعورا رائعا، الأجواء هنا فريدة من نوعها، لقد زرت العديد من الملاعب، وجماهير إشبيلية تشعر بك بشغف هذا النادي وقميصه، وهذا واضح". وأتم: "كنت قد قلت إنني لن أحتفل. لكن أحيانا القلق أو الرغبة الجامحة يتغلبان علي، خرج الأمر عن إرادتي، والحقيقة أنني أكن لبرشلونة محبة كبيرة".



منتخب ألمانيا يغلق الباب في وجه نوير

الدوري الألماني يرفض السير على خطى الدوريات الأوروبية الكبرى



رئيس البايرن يحسم الجدل بشأن مستقبل أوباميكانو

أكد رئيس نادي بايرن ميونخ، هيربرت هاينر، أن إدارة النادي بدأت محادثات رسمية من أجل تجديد عقد المدافع الفرنسي دايو أوباميكانو خلال الفترة المقبلة. وقال هاينر في تصريحات لصحيفة AZ الألمانية: «المحادثات جارية حالياً لإنهاء الاتفاق بشأن العقد الجديد، وبالطبع أمل أن يبقى دايو معنا لفترة طويلة قادمة». ويعد أوباميكانو أحد الركائز الدفاعية الأساسية في صفوف بايرن، حيث يعتمد عليه المدرب فينسنت كومباني بشكل أساسي في بناء اللعب من الخلف بفضل قدراته البدنية والتمريرية.

في وقت تتسابق فيه الدوريات الأوروبية الكبرى على إقامة مبارياتها في الخارج لتعزيز عائداتها المالية، حسمت ألمانيا موقفها بشكل قاطع. رابطة الدوري الألماني والاتحاد المحلي أكدوا رفضهما التام لفكرة خوض مباريات «البوندسليغا» خارج البلاد. أكد مسؤولو الدوري الألماني لكرة القدم (البوندسليغا) أنهم لا يتوون السير على خطى الدوريات الأخرى مثل الدوري الإسباني والفرنسي والإيطالي، التي بدأت في دراسة أو تنفيذ فكرة إقامة بعض مبارياتها الرسمية خارج القارة الأوروبية. وشددت رابطة الدوري والاتحاد الألماني لكرة القدم على أن المنافسات المحلية ستظل تقام داخل الأراضي الألمانية فقط. رافضين أي مقترحات لتنظيم لقاءات في الشرق الأوسط أو الولايات المتحدة بهدف رفع المداخيل التجارية. وقال يان كريستيان دريسن، رئيس نادي بايرن ميونخ، في تصريح لصحيفة فيلت أم زونتاج: «يجب ألا ننسى جذورنا أيضاً. من المهم أن تبقى مباريات الدوري تلعب في ألمانيا، فهي جزء من هوية بطولتنا وجماهيرنا». وأضاف: «صحيح أن إقامة مباراة مثل السوبر الألماني في الخارج قد تجذب اهتماماً أكبر من المباريات الودية، لكن مباريات الدوري يجب أن تبقى هنا في وطنها». من جانبه، كان هانس يواخيم فاتسكه، المدير التنفيذي للاتحاد الألماني لكرة القدم، أكثر صرامة في موقفه قائلاً: «الامر بسيط جداً: طالما أنا على رأس الاتحاد، لن تقام أي مباراة من البوندسليغا في الخارج. نقطة نهاية». ويأتي هذا الموقف في وقت بدأت فيه الليغا الإسبانية والدوري الفرنسي والسيرى الإيطالي في دراسة جدوى إقامة مباريات رسمية في الخارج لزيادة الانتشار الجماهيري وتوسيع قاعدة المتابعين حول العالم. لكن ألمانيا، على ما يبدو، تفضل حماية تقاليد الكروية على حساب العائدات المالية، متمسكة بفكرة أن «كرة

هاري كين من قناص إلى مايسترو في بايرن ميونخ . . الأرقام توضح

مع استعداد بايرن ميونخ لمواجهة بوروسيا دورتموند يوم 18 أكتوبر الجاري، تتجه الأنظار إلى الدور الجديد الذي بات يلعبه النجم الإنجليزي هاري كين في خطة المدرب فينسنت كومباني، والذي يبدو أنه وجد في المهاجم الهدف صانع ألعاب قادر على تحويل غياب أحد أهم مفاتيح اللعب في الفريق. وبحسب ترانسفير ماركت، منذ انتقاله إلى بايرن، سجل كين 10 أهداف وصنع 3 خلال 742 دقيقة هذا الموسم، بمعدل 1.70 مساهمة تهديفية لكل 90 دقيقة، وهو رقم يتجاوز ما قدمه في أي موسم سابق سواء مع توتنهام أو حتى خلال مواسمه الأولى في ميونخ. هذا المعدل يعادل تقريباً ضعف ما حققه الموسم الماضي، ويمثل ارتفاعاً بنسبة 55% عن أعلى معدل تهديفي له خلال آخر عشر سنوات. غياب جمال موسيالا بسبب الإصابة، بدأ كين يشغل مساحات أعمق في الملعب، متراجعا للربط بين الوسط والهجوم. لم تعد تحركاته محصورة داخل منطقة الجزاء، بل أصبح ينشط بشكل أكبر في الثلث الأوسط من الملعب، ارتفعت لمساته هناك من 12.5 إلى 16.4 لمسة في المباراة هذا الموسم. تشير الإحصائيات إلى أن لمسات كين داخل الثلث الأخير انخفضت من الموسمين الماضيين إلى 62 في هذا الموسم، ما يوضح تغيير دوره التكتيكي. إلى جانب ساعدت نوعية اللاعبين حول كين في التحرك وصناعة اللعب، مع تواجد سيرجي غنابري، لويس دياز، نيكولاس ومايكل أوليس، الذين يشكلون أمام تمريراته. وفي مباراة دوري بافوس، لعب كين كمهاجم ثان خلف ثنائية، كما كرر الأمر نفسه أمام وستل هاتريك، مما يؤكد أنه يتأقلم الدور الجديد. صحيح أن كين يعد أعلى صفقة هجومية في تاريخ بايرن، لكن أرقامه الحالية والتي تتضمن 120 مليون يورو كقيمة سوقية توضح أن الأمر لا يقتصر فقط على التهديد، بل يمتد إلى التأثير الشامل في المنظومة الهجومية. تطور كين من رأس حربة كلاسيكي إلى لاعب متعدد الأدوار يعيد للأذهان نماذج مثل كريم بنزيما وروبرت ليفاندوفسكي في مراحل معينة من مسيرتهما. هاري كين لم يعد مجرد مهاجم ينهي الهجمات، بل أصبح محوراً هجومياً يبنى حوله اللعب. كومباني يدرك هذا التحول ويبدو أنه يعيد صياغة هجوم بايرن ليمنح قائد منتخب إنجلترا الحرية والمسؤولية مفا. ومع استمرار غياب موسيالا، قد يكون كين هو صانع اللعب الفعلي الجديد في أليانز آرينا.

حيث

نسبة
73 في

يعكس

غياب موسيالا،

منحه الحرية

أسماء مثل

جاكسون،

خيارات متنوعة

الأيصال ضد

جاكسون وسجل

هوفنهايم

بسرعة مع هذا

الدور الجديد.

صحيح أن كين يعد أعلى صفقة هجومية في تاريخ

بايرن، لكن أرقامه الحالية والتي تتضمن 120 مليون يورو كقيمة

سوقية توضح أن الأمر لا يقتصر فقط على التهديد، بل يمتد

إلى التأثير الشامل في المنظومة الهجومية. تطور كين من رأس

حربة كلاسيكي إلى لاعب متعدد الأدوار يعيد للأذهان نماذج مثل

كريم بنزيما وروبرت ليفاندوفسكي في مراحل معينة من

مسيرتهما. هاري كين لم يعد مجرد مهاجم ينهي الهجمات، بل

أصبح محوراً هجومياً يبنى حوله اللعب. كومباني يدرك هذا

التحول ويبدو أنه يعيد صياغة هجوم بايرن ليمنح قائد منتخب

إنجلترا الحرية والمسؤولية مفا. ومع استمرار غياب موسيالا، قد

يكون كين هو صانع اللعب الفعلي الجديد في أليانز آرينا.

أكد رودي فولر، المدير الرياضي للمنتخب الألماني لكرة القدم، أن عودة الحارس المخضرم مانويل نوير إلى صفوف الفريق ليست واردة في الوقت الحالي. واعتزل نوير، الذي توج بكأس العالم عام 2014، اللعب الدولي العام الماضي، لكن ثمة دعوات تظمه خاصة في ظل الوضع الذي يحيط حالياً بالحارس الأساسي الجديد مارك-أندريه تير شتيغن. ويغيب تير شتيغن عن الملاعب حالياً بعد خضوعه لجراحة في الظهر، ولم يعد الحارس الأساسي في نادي برشلونة الإسباني، وربما يواجه صعوبة في الحصول على دقائق لعب كافية قبل كأس العالم العام المقبل. ويتولى أوليفر باومان، حارس هوفنهايم، مهمة الحارس البديل حالياً، وصرح فولر لمحطة (سكاى) التلفزيونية، بأن عودة نوير ليست واردة، مع أنه يعرف أن الأمر مثير للاهتمام. وقال فولر: «حارس مرعى مثل مارك-أندريه تير شتيغن يستحق في النهاية المشاركة في كأس العالم. رغم أن أوليفر باومان يقدم أداء جيداً، بالتأكيد نأمل أن يعود مارك-أندريه». وأكد فولر أن تير شتيغن سيحتاج إلى خوض مباريات مع ناديه، ليكون مرشحاً للعب في كأس العالم، التي تستضيفها الولايات المتحدة والمكسيك وكندا العام المقبل. واستبعد نوير نفسه العودة قبل ثلاثة أسابيع، قائلاً: «قررت بتفسي عدم اللعب مع المنتخب الوطني بعد الآن»، مشدداً على أن هذا القرار نهائي. ويلعب منتخب ألمانيا ضد لوكسمبورج، يوم الجمعة المقبل، ثم ضد أيرلندا الشمالية بعد ثلاثة أيام في الجولتين المقبلتين بمجموعته في التصفيات الأوروبية المؤهلة لكأس العالم 2026.

باير ميونخ الفريق الأوروبي الوحيد الذي فاز بجميع مبارياته هذا الموسم

يسير فريق بايرن ميونخ تحت قيادة مديره فينسنت كومباني بشكل رائع في الدوري الألماني، حيث حقق إنجازاً رائعاً حتى الآن بين فرق الدوريات الخمس الكبرى. وحقق البايرن إنجازاً تاريخياً بعدما استهل موسم 2025-2026 بانطلاقة قوية، تمثلت في سلسلة انتصارات متتالية، وصلت إلى 10 مباريات بجميع المسابقات. وجاء الفوز العاشر في هذه السلسلة، على حساب آينتراخت فرانكفورت، بنتيجة 3-0 ضمن منافسات الدوري الألماني، ليصبح بايرن ميونخ أول فريق في الدوريات الأوروبية يحقق 10 انتصارات متتالية في بداية الموسم. ويتصدر بايرن ميونخ جدول ترتيب الدوري الألماني، بالعلامة الكاملة، بعدما جمع 18 نقطة من 6 مباريات، وسجل الفريق خلال هذه الجولات 25 هدفاً، بينما استقبلت شباكه 3 أهداف فقط. يؤكد بذلك تفوقه الهجومي والدفاعي منذ بداية الموسم. وكان يشاركه هذا الإنجاز فريقاً برشلونة والنشي الدوري الإسباني، ولكن البارسا سقط في فخ الخسارة أمام إشبيلية بنتيجة 4-1، فيما خسر إتش تي أم دي بورتيغو ألافيس بنتيجة 3-1. وعلى صعيد الدوري الإنجليزي، فإن جميع الفرق خسرت أو تعادلت في مبارياتها، ويتصدر جدول آرسنال برصيد 16 نقطة بعد مرور 7 جولات وخسر في مباراة وحيدة، ويأتي خلفه ليدربول برصيد 15 نقطة وعانى الخسارة في مباراتين. وفي الدوري الإيطالي يتصدر جدول المسابقة فريق نابولي برصيد 15 نقطة بعد مرور 6 جولات، حيث خسر في مباراة واحدة، حتى الآن، ويأتي خلفه روما برصيد 15 نقطة أيضاً ولكنه يتخلف بفارق الأهداف.



سلوت يواجه أكبر اختبار في مسيرته

للمرة الأولى في مسيرته التدريبية، يجد أرني سلوت نفسه في موقف لا يحسد عليه: ثلاث هزائم متتالية، وأداء مرتبك، وأسئلة كثيرة بلا إجابات واضحة. بعد الخسارة الدرامية أمام تشيلسي في «ستامفورد بريدج»، بهدف متأخر من إستيڤاڤو، دخل ليفربول فترة التوقف الدولي وهو في أمس الحاجة إليها. ليس لاستعادة الزخم، بل لإعادة ترتيب الصفوف. وبحسب شبكة «The Athletic»، فإن سلوت جاء إلى ليفربول برؤية واضحة: تحويل الفريق إلى منظومة أكثر استحواداً وسيطرة، قادرة على تفكيك الدفاعات المغلقة بذكاء، وليس فقط بالسرعة والانقضاض. لذلك أنفقت الإدارة نحو 450 مليون جنيه إسترليني على أسماء هجومية لامعة مثل ألكسندر إيزاك وفلوريان فيرتز وهوغو إكيتيكي. لكن مع هذا التجديد الجذري، ضاع شيء من هوية الفريق الذي اكتسح الجميع الموسم الماضي. لم يعد هناك انضباط تكتيكي ولا توازن ولا هيمنة. باتت خطوط ليفربول مفتوحة بشكل مقلق إذ استقبل الفريق هدفين أو أكثر في ست مباريات من أصل 11 هذا الموسم، بينما لم يحدث ذلك في الموسم الماضي قبل أواخر أكتوبر. المدرب الهولندي يواجه كذلك تراجعاً جماعياً في مستوى أعمدته الأساسية. محمد صلاح، الذي أضاع فرصاً بالجملة في عودته إلى ستامفورد بريدج، يبدو بعيداً عن ذروة مستواه. كوناوتي وماكنيستر وغاكيبو يعيشون الوضع ذاته. كما يعاني سلوت من صدام في المراكز الدفاعية: غياب ترنت ألكسندر-أرنولد أريك الجبهة اليمنى، بينما لا يزال كيركيز على اليسار مشروعا غير مكتمل. حتى روبرتسون، الذي شارك بديلاً وتسبب في هدف الفوز، خرج مصاباً. وفي مشهد غريب، أنهى ليفربول اللقاء باثنين من لاعبي الوسط في قلب الدفاع: دومينيك سوبوسلاي كظهير أيمن، وريان غرافنبرخ إلى جانب فان دايك في العمق.

سلوت لم يتردد في المخاطرة: أخرج كوناوتي المصاب وأشرك كورتيس جونز في خط الدفاع، كما أدخل فيرتز بدل كونيور برادلي بحثاً عن الإبداع. لكن ما أثار الاستغراب هو تجاهله للاعب الأكثر جاهزية وثقة في الفريق حالياً، فيديريكو كيبيزا، الذي بقي على مقاعد البدلاء. حتى عندما كان ليفربول الطرف الأفضل، بدأ الأداء هشاً ومفتقراً للتماسك.

كاراغر: هالاند أعظم هداف في تاريخ الكرة الإنجليزية

امتدح جيمي كاراغر، أسطورة ليفربول السابق، المهاجم النرويجي إيرلينغ هالاند بعد قيادته مانشستر سيتي للفوز على برينتفورد بهدف نظيف في الدوري الإنجليزي. وقال كاراغر في تصريحات لشبكة سكاي سبورت: «أعتقد أننا نشاهد أعظم هداف في تاريخ كرة القدم الإنجليزية». وأضاف أن هالاند يقدم مستوى غير مسبوق، مشيراً إلى أنه يتفوق حتى على أسماء تاريخية مثل جاري لينيكير، آلان شيرر، وإيان راش، موضحاً الفارق بين «المهاجم العظيم» والهداف الضريد.

واختتم حديثه قائلاً: «ما يفعله هالاند لم نره من قبل، وحتى سيرجيو أجويرو، الهداف التاريخي للسيتي، لم يصل لمستواه. هالاند في مستوى مختلف تماماً، إنه الأفضل».

هالاند

أعيش أفضل أيام حياتي

أبدى إيرلينغ هالاند، نجم مانشستر سيتي سعادة كبيرة بتسجيله هدفه التاسع في الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم هذا الموسم، ليساعد فريقه على الفوز 1/ صفر على برينتفورد، أول أمس. هز هالاند الشباك في 22 من أصل 23 ملعباً لعب فيها في الدوري الإنجليزي، وسجل أيضاً في تسع مباريات متتالية مع ناديه ومنتخب بلاده هذا الموسم بواقع 6 أهداف في مباراتين مع الترويج، و10 في 7 مع الفريق الإنجليزي، ليحتفل بأطول سلسلة تهديفية له في الدوري الإنجليزي أو مسيرته الدولية. وسئل هالاند عقب المباراة عما إذا كان يعيش أفضل فترة في حياته، ليجيب بلا تردد «نعم»، لم يسبق لي الوصول لهذه الحالة». وأضاف في تصريحات نقلها الموقع الرسمي لناديه «لقد وصلت إلى هذه الحالة بفضل التحضير والاستعداد للمباريات، فالجاهزية البدنية لا تكفي، بل لا بد أيضاً من الجاهزية الذهنية». تابع «بصراحة، لقد استفدت كثيراً من ابني، لأنني انعزل عن العالم أكثر من أي وقت مضى، ولا أفكر إطلاقاً في كرة القدم، عندما أعود إلى المنزل، أحاول الاسترخاء أكثر، لذا طفلي الصغير يستحق التحية فيما وصلت له». وعن الفوز على برينتفورد، واصل المهاجم النرويجي «كانت مباراة صعبة، وتذكرت فريق ستوك سيتي مع روري ديلاي قبل 15 عاماً، لقد حققنا فوزاً مهماً ورائعاً». وأوضح «برينتفورد فريق قوي بدنياً، ويعتمدون بشكل كبير على رميات التماس، لذا تبقى مواجهته صعبة، ولكننا نجحنا في التعامل معهم بفضل التحليل الجيد لهم، وخط دفاعنا قام بعمله بامتياز، ويستحقون التحية أيضاً». واختتم هالاند تصريحه بالقول «للاعب ضد دفاع متكامل من ثلاثة لاعبين من ذوي القوة الجسدية مع شتاتي قوي أمامهم، يبقى مهمة صعبة، لأنني أكون محاطاً دائماً بخمسة لاعبين، وهذا ليس سهلاً».

غوارديولا يحقق 250 فوزاً في الدوري الإنجليزي في زمن قياسي

حقق جوسيب غوارديولا مدرب مانشستر سيتي 250 فوزاً في 349 مباراة خاضها في الدوري الإنجليزي الممتاز، وذلك بعد الفوز 1/ صفر على برينتفورد، أول أمس. وواصل السيتي سلسلة نتائجه الجيدة في الفترة الأخيرة بهدف مبكر سجله إيرلينغ هالاند، ليحقق غوارديولا رقماً قياسياً جديداً في الدوري الإنجليزي الممتاز في مسيرته الاستثنائية. أوضح الموقع الرسمي للنادي الإنجليزي على شبكة الإنترنت أن غوارديولا حقق هذا المعدل من الانتصارات بفارق 55 مباراة عن أليكس فيرجسون الذي خاض 404 مباريات مع مانشستر يونايتد في الدوري الإنجليزي الممتاز، للوصول لهذا الرقم من الانتصارات، يليه أرسين فينغر، الذي خاض 423 مباراة للوصول إلى هذا العدد. وأضاف أن غوارديولا حقق أعلى نسبة من الانتصارات 16/7 في تاريخ الدوري متفوقاً على أليكس فيرغسون 2/65 ثم أنطونيو كوني 9/62. وأشار أيضاً إلى أنه في 10 مواسم، قاد غوارديولا مانشستر سيتي للفوز بلقب الدوري الإنجليزي ست مرات، وسيطر على الألقاب المحلية بشكل غير مسبوق خلال مسيرته مع مانشستر. وأوضح أنه بعد إعادة بناء الفريق في موسمه الأول، قاد غوارديولا مانشستر سيتي للفوز بالدوري موسميين متتاليين في 2017/ 2018 و2018/ 2019. ويبقى موسم 2017/ 2018 رقماً قياسياً في الدوري الإنجليزي الممتاز، حيث فاز مانشستر سيتي في 32 مباراة من أصل 38 مباراة، وجمع 100 نقطة، وتكرر الرقم القياسي في الموسم التالي بالفوز في 32 مباراة أيضاً. وحقق مانشستر سيتي انتصارات بمتوسط 28 فوزاً في الموسم الواحد خلال أربعة ألقاب متتالية بين موسمي 2020/ 2021 و2023/ 2024. وأدى هذا الإنجاز إلى احتلال غوارديولا المركز الثاني من حيث عدد ألقاب الدوري الإنجليزي الممتاز، خلف أليكس فيرغسون. وأجمالاً حقق غوارديولا 18 لقباً مع مانشستر سيتي في 9 مواسم، وترك بصمة مميزة لا تمحى في الدوري الإنجليزي الممتاز.

إصابة مقلقة تضرب رودري مع مانشستر سيتي

تلقى نادي مانشستر سيتي ضربة موجعة بعد تعرض نجمه الإسباني رودري لإصابة عضلية قوية خلال الشوط الأول من مواجهة برينتفورد، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة السابعة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وظهر رودري متأخراً بشدة أثناء خروجه من الملعب، حيث بدت عليه ملامح الحزن وانهمرت دموعه، في مشهد نادر يعكس مدى ارتباطه بالمشاركة مع الفريق. ورغم تقدم مانشستر سيتي بهدف نظيف مع نهاية الشوط الأول، إلا أن إصابة رودري أثقت بظلالها على أجواء اللقاء، وسط قلق واضح من الجهاز الفني بقيادة بيب غوارديولا. ومن المقرر أن يخضع اللاعب لفحوصات طبية خلال الأيام المقبلة لتحديد مدى خطورة الإصابة ومدة غيابه المحتملة، وسط مخاوف من أن تبعده عن الملاعب لفترة طويلة، خاصة بعد أن أنهى الموسم الماضي مصاباً. ويعد رودري أحد الركائز الأساسية في منظومة غوارديولا، بفضل قدرته على التحكم في وسط الملعب وصلابته الدفاعية ودوره القيادي داخل الفريق، ما يجعل غيابه المحتمل خسارة كبيرة لبطل إنجلترا.

أرسنال يوضح طبيعة إصابة أوديفارد

أعلن أرسنال، أول أمس، استبعاد قائده مارتن أوديفارد، من معسكر منتخب النرويج، خلال فترة التوقف الدولي في أكتوبر الجاري، بسبب الإصابة التي تعرض لها في ركبته اليسرى. وأعلن أرسنال عبر موقعه الرسمي: «سيستمر مارتن في الخضوع للتقييم والعلاج من قبل الفريق الطبي في مركز التدريب خلال فترة التوقف الدولي، بهدف العودة إلى الملاعب في أقرب وقت ممكن». وتم استبدال أوديفارد في الدقيقة 30 من فوز فريقه بهدفيين على وست هام يونايتد، أمس السبت، بعد اصطدام ركبته بساق كريستيانو سامرفيل، وكانت هذه هي المرة الثالثة هذا الموسم التي يجبر فيها أوديفارد، على مغادرة الملعب بسبب الإصابة خلال الشوط الأول من مباراة في الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال المدرب ميكيل أرتيتا بعد مباراة السبت: «شعر بعدم الارتياح فوزاً، ولقد تحدثت معه للتو، وهو غير متفائل بشأن حالته، فهو يرتدي دعامة، وعلينا انتظار رأي الأطباء، لكننا لم نكن محظوظين أيضاً». ويخوض أرسنال مباراته التالية بعد فترة التوقف الدولي، حيث يسافر إلى كرافن كوتيدج لمواجهة فولهام في 18 أكتوبر الجاري. وتتصدر النرويج مجموعتها في تصفيات كأس العالم، بفارق نقطتين عن النمسا صاحبة المركز الثاني. وبحسب شبكة «أوبتا» للإحصائيات، فإن مارتن أوديفارد بات أول لاعب في تاريخ البريميرليغ، يستبدل قبل نهاية الشوط الأول في 3 مباريات متتالية بدأها أساسياً.

بعد إنزاغي.. جيلاردينو يمنح فرصة العمر لنجل بوفون في الدوري الإيطالي

خاض لويس توماس بوفون، نجمل أسطورة حراسة المرمى جيانلويجي بوفون، مباراته الأولى في الدوري الإيطالي مع فريق بيزا خلال الخسارة 4-0 أمام بولونيا اليوم الأحد. ودخل المهاجم الواعد بوفون (17 عاما) أرض الملعب في الدقيقة 77، عندما كان بولونيا متفوقا بالفعل بأربعة أهداف، مستفيدا من طرد لاعب الوسط الألماني إدريس توريه في الدقيقة 36. وفي مارس الماضي، شارك توماس لأول مرة في دوري الدرجة الثانية بالموسم الماضي مع رديف بيزا، تحت قيادة المدرب فيليبو إنزاغي، زميل والده بوفون في المنتخب الإيطالي الفائز بكأس العالم 2006. وجاء ظهوره الأول اليوم في دوري الدرجة الأولى تحت قيادة البرتو جيلاردينو، الذي كان أيضا ضمن تشكيلة إيطاليا في مونديال ألمانيا. لكن توماس بوفون اتخذ قرارا صادما باختيار تمثيل منتخب التشيك، موطن والدته، بدلا من إيطاليا. ولا يزال بإمكانه اللعب لمنتخب الأزوري إذا قرر تغيير رأيه مستقبلا، في حال لم يشارك في مباريات رسمية مع منتخب التشيك الأول.

كونتي يتحدث عن "الموسم الأصعب" لنابولي ويطلب تقييم إصابة بوليتانو

تحدث أنطونيو كونتي مدرب نابولي عن أن فريقه يخوض "الموسم الأكثر صعوبة"، فيما طلب بخضوع ماتيو بوليتانو وستانيسلاف لوبوتكا للكشف بعد إصابتهما. وقلب نابولي تأخره بهدف إلى فوز 2-1 على جنوى، ليتقدم إلى صدارة الدوري الإيطالي برصيد 15 نقطة. وقال نابولي لقب الدوري في الموسم الماضي، حيث اقتصرت مشاركته على البطولة في ظل غيابيه عن البطولات الأوروبية. لكن الفريق يشارك في دوري أبطال أوروبا في الموسم الحالي، وهو ما يعني زيادة عدد المباريات. وقال كونتي لمنصة "DAZN": "نسير في طريق مجهول، وكما أقول دائما، فالموسم الحالي سيكون الأصعب لأننا نشارك في دوري أبطال أوروبا، وفي العام الماضي لم نشارك في أي بطولة أخرى". وأضاف: "لم يكن لدينا فريق مجهز بشكل مناسب للتعامل مع هذه الالتزامات، مقارنة مع فرق أخرى، والان، نجد أنفسنا أمام وضع جديد تماما مع مجموعة من اللاعبين الجدد". وتابع: "عندما تضم تسعة لاعبين جدد، فهذا يعني أنك بحاجة إلى الوقت والصبر، كما أن العديد منهم ربما ليسوا مستعدين بعد، وما زالوا بحاجة إلى التأقلم".

أكد أن الموسم سيكون معقدا، وأنا على يقين بأن هذا الموسم سيكون الأساس الذي نبني عليه من أجل المستقبل، فنحن نبني من الصفر، فلم تكن هناك أسس من قبل". تعرض الإيطالي بوليتانو والسلفاكي لوبوتكا لإصابتين قبل بداية فترة التوقف الدولي. وسينضم بوليتانو إلى منتخب إيطاليا لمباراتي إسرائيل وإستونيا في تصفيات كأس العالم 2026، لكن مشاركته مع المنتخب الوطني أصبحت غير مؤكدة. ومن المقترح أن يشارك لوبوتكا مع سلفاكي في مباراتي أيرلندا الشمالية ولوكسمبورغ في تصفيات كأس العالم أيضا. وقال كونتي: "بوليتانو شعر بإرهاق عضلي، لذا لا أريد الخوض في تفاصيل لا تخصني. بما أنني كنت مدربا لمنتخب الوطني من قبل، فأنا أحترم المنتخب وكل ما يتعلق به، سيتحدث الأطباء إلى بعضهم البعض ويقيمون الوضع"، وأضاف: "لوبوتكا انزلق على أرض الملعب، وشعر بألم حاد في منطقة الفخذ، ويحتاج إلى الخضوع للكشف".

هولوند: العمل الجاد وتشجيع كونتي سر توهجي مع نابولي

واصل النجم الدنماركي راسموس هولوند التأقلم مع فريقه الجديد نابولي في الدوري الإيطالي. ونجح هولوند في منح فريقه نابولي انتصارا صعبا على جنوى بنتيجة 2-1، وذلك بعد أن سجل الهدف الثاني في الدقيقة 75. وقال هولوند، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا: «لا أعتقد أنني تغيرت كثيرا، أنا فقط أقوم بعملي». وأضاف: «أنا أصعب كل يوم، وأحاول إعطاء أفضل ما لدي، وأريد جلب الفائدة للفريق». وتابع حديثه الكاشف لسر تألقه قائلا: «كونتي يشجعني من على الخط». وأضاف: «كونتي شاهدني مرهقا، وطلب مني أن استخدم عقلي، وهذا هو ما أحتاجه مني، فقد كان يرغب في الحصول على قدر من الوضوح لأنعاش نفسي ومواصلة اللعب». وأكمل هولوند: «الضوء مرتين في أسبوع واحد على أرض ملعب مارادونا أمر هائل»، وتابع: «ربما اليوم لم نقدم أفضل أداء لنا، ولكن حصص النقاط الثلاثة كان الأمر الأكثر أهمية».

نجم في الميزان.. هدايا مودريتش تضعه على قمة جوفنتوس وميلان

واصل مودريتش، التأكيد بأدائه المميز على أن العمر مجرد رقم، لا أهمية له على أرض الملعب، فمُنذ وصوله لميلان، يقدم اللاعب الكرواتي أداء ثابتا في كل مباراة، ويظهر بشكل ممتاز في المباريات الكبيرة وهو ما ظهر للجميع مؤخرا وتحديدا في مباراتي نابولي وجوفنتوس. وأمام نابولي، كان الكرواتي أحد أفضل نجوم المباراة بفضل تمريراته الصحيحة والبيئية والتي تضرب دائما دفاع الخصم، ليستمر نجم الروسونيري في إبداعه بخط الوسط. أما ضد جوفنتوس فكان لوكا عنصرا بارزا لميلان، وقدم هدايا مهمة لزملائه، فبإحدى تمريراته الطولية ساهم في وضع زميله سانتياجو خيمينيز في مواجهة المرمى، ليحصل على ركلة جزاء بعد عرقلة داخل المنطقة، لكن الفريق لم يستغلها بالشكل الجيد بعدما أهدر كريستيان بوليسيتش الركلة بتسديدها فوق المرمى. وفي الدقيقة الأخيرة من وقت المباراة الأصلي، قدم مودريتش، لمحة فنية رائعة بتمريرة بيئية كسرت خطوط جوفنتوس وجعلت الدفاع في مهب الريح، ومرر بوجه القدم كرة إلى زميله رافائيل لياو لم يستغلها بالشكل الأمثل، ليسددها في المرمى ويتألق الحارس دي جريجوريو في التصدي لها. تمريرات مودريتش دائما ما يكون لها مفعول السحر، إلا أنه بحاجة إلى من هو قادر على استغلالها بالشكل الأمثل في الثلث الأخير من الملعب. وخلال 90 دقيقة، مرر لوكا 68 تمريرة صحيحة من أصل 76، فيما خلق فرصتين على المرمى، وقدم مراوغة واحدة ناجحة، بينما مرر الكرواتي 6 تمريرات طويلة ناجحة من أصل 10 قام بها.

أما على مستوى المساهمة الدفاعية والمبارزات الثنائية، فقام لوكا بتدخل ناجح وشتت الكرة مرتين بالرأس، مع استعادة الكرة 4 مرات، مقابل تخليص الكرة من لاعبي جوفنتوس مرتين، فيما فاز بثلاث صراعات أرضية من أصل أربعة، وصراع هوائي واحد من اثنين.

جوفنتوس

تودور: ميلان منافس قوي وتوقعنا صعوبة اللقاء

قال المدرب الكرواتي إيفغور تودور، مدرب جوفنتوس، إن التعادل مع ميلان في الدوري الإيطالي كان نتيجة عادلة. وخرجت المباراة التي استضافها ملعب أليانز توريينو بنتيجة التعادل السلبي (0-0). تودور: ميلان منافس قوي وتوقعنا صعوبة اللقاء وقال تودور، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا: «مباراة اليوم كانت من نوعية المباريات التي توقعناها». وتابع: «اللقاء كان صعبا ضد منافس قوي، لقد أردنا الانتصار، والفريق صنع فرصا للتسجيل، وفي النهاية التعادل كان نتيجة عادلة». وأضاف مدرب البوهي: «تبدلتي في اللقاء؟ يلدز وكونسيساو ودافيد كانوا متعبين، لقد لعبوا كثيرا، وحاولنا إنهاء المباراة بمزيد من الطاقة». وأكمل: «بتسجيل الأهداف يمكننا تحقيق الانتصارات، هذه هي كرة القدم، علينا أن نواصل العمل، سنظل دائما على المسار الصحيح». ويأمل جمهور جوفنتوس أن ينجح تودور في إعادة الفريق لمنصات التتويج في الكالتشيو هذا الموسم بعد مواسم مخيبة ابتعد فيها اللقب عن قلعة توريينو. ويحتل جوفنتوس حاليا المركز الخامس في جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 12 نقطة، وسيلعب الجولة المقبلة ضد كومو يوم 19 أكتوبر على أرض المنافس.

حين همس جوردان في أذن إدواردز... وصية قد تغير مستقبله

يحلم كل نجم شاب في كرة السلة بسماع كلمة أو إشارة، أو حتى نصيحة، من الأسطورة الأميركية، مايكل جوردان (62 عاماً). لأن أي لاعب يعرف أن أحد أعظم الرياضيين في التاريخ لا يمنح وقته أو أسراره بسهولة، لكن الوجه الجديد لفريق مينيسوتا تمبروولفز أنتوني إدواردز عاش هذه اللحظة النادرة في صيف قد يحدد شكل مسيرته المقبلة. وفي جلسة إعلامية مع فريقه، بدأ إدواردز مختلفاً، لأنه كان يتحدث بثقة، لكن بلمسة حماس طفولي يخفيها بالكاد، وهو يروي تفاصيل لقائه مايكل جوردان، عندما قال في تصريحاته التي نقلتها صحيفة موندو ديبورتيفو الإسبانية الأربعاء: "علمني كيف أتحرك وأطلق فوق المدافعين"، قالها وهو يبتسم، قبل أن يضيف: "معظم اللاعبين يستخدمون الجزء السفلي من الظهر عند التمرركز، لكنه كان يستند إلى الجزء العلوي من ظهره. هذا ما جعل حركته فريدة وصعبة الإيقاف". وتبدو الكلمات بسيطة للوهلة الأولى، لكن لمن يعرف كرة السلة جيداً، فهي تعني الكثير، لأن جوردان لم يكن مجرد هدف، بل كان يملك أسراراً صغيرة في الجسد والذهن صنعت لاعباً عظيماً وأسطورة لا تتكرر. ويدرك إدواردز أن تلقي مثل هذه الوصية هو امتياز لا يناله إلا القلائل، خاصة أنه وضع "تمبروولفز" على أعقاب إنجاز تاريخي، في الموسم الماضي، حين كانوا على بُعد خطوات من نهائي المؤتمر الغربي، قبل أن يوقفهم أوكلاهوما سيتي ثاندر، لكن تلك الخيبة لم تحبط إدواردز، بل أشعلت داخله ناراً أكبر، بعدما أكد أنه لم يسمح لأي لاعب بأن يعمل أكثر منه في الصيف، وأن كل يوم في التدريبات هو معركة شخصية ليصبح أقوى وأسرع وأكثر صلابة. ويشعر إدواردز الذي لا يخفي ثقته، وربما غروره الرياضي، بأن هذا الصيف لم يكن عادياً. فقد حصل على دفعة إضافية، لا من المدربين أو زملائه، بل من الرجل الذي يرمز إلى القمة المطلقة، إذ لم يمنحه جوردان مجرد حركة فنية، بل منحه شعوراً بأنه يستحق المقارنة، وأنه قد يسير يوماً على الدرب نفسه، لأن البعض قد يقول إن الحديث عن "خليفة جوردان" أصبح تقليداً يتكرر مع كل موهبة جديدة، لكن هناك شيئاً مختلفاً في هذه القصة، فالمقارنة لم تأت من الإعلام فقط، بل من علاقة مباشرة، من حوار قصير ترك أثراً عميقاً، وبينما يستعد مينيسوتا لموسم جديد مليء بالطموحات، يبدو أن إدواردز بات يحمل في جعبته سلاحاً جديداً، وربما إيماناً أكبر بأنه ليس بعيداً عن أن يكتب اسمه في التاريخ.

صديق قديم يكشف أسرار هالاند

كشف زميل سابق للنرويجي إيرلينغ هالاند، مهاجم فريق مانشستر سيتي الإنجليزي، عن المسلسل المفضل للدولي النرويجي. وتزامن ماغنوس لوندال، الذي يلعب حالياً مع فريق بايرن ميونخ في دوري القسم الرابع النرويجي، مع هالاند في المنتخب الوطني 16 عاماً. وأوضح ماغنوس لوندال في تصريحات نشرتها صحيفة "أس" الإسبانية أن هالاند "كان يشاهد مسلسل هانا مونتانا"، ويضحك كثيراً، كاشفاً عن سر آخر لنجم مانشستر سيتي قائلاً "في إحدى المرات، دخلت المصعد متأخراً عن التدريب، وكان هالاند يطلب إغلاقه بسرعة، قبل أن يراه المدربون، وكان معه كيس من الحلوى". وأكمل، "إيرلينغ شخص لطيف، وكان من المضحك مشاركة الغرفة معه". أحد الأمور الأخرى التي كشف عنها ماغنوس لوندال هو إعجاب هالاند الكبير بالمهاجم الإسباني ميتشو الذي كان يدافع عن ألوان فريق سوانزي سيتي الإنجليزي بين 2012 و2014. وبعد ظهور إيرلينغ هالاند في مقاطع فيديو يغني عبر موقع "يوتيوب" العالمي، أكد لوندال أنه ينوي الاتجاه للموسيقى، وأعلن عن رغبته في الغناء وترجمة أغاني الراب التي يحبها للغة الأم.

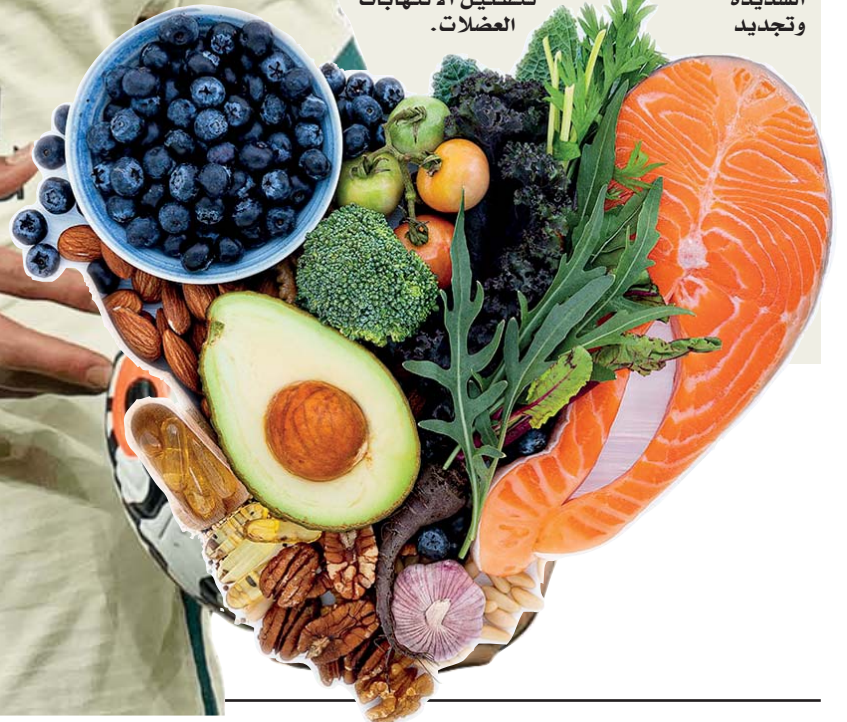


من التألق في الكرة الأرجنتينية إلى دراسة الإدارة الرياضية؛ قصة برينر بونيا

استعاد مشجعو فريق بوكا جونيورز الأرجنتيني، أمس الاثنين، ذكريات انتصار فريقهم على غريمه التقليدي ريفر بليت، في "السوبر كلاسيكو"، بقيادة قلب الدفاع برينر بونيا (39 عاماً). وعلى الرغم من مرور عدة سنوات، فقد أصبحت هذه المباراة مادة للسخرية، بسبب أن الفريق الأزرق والأصفر كان قادراً على الفوز، حتى في أوقات ضعف الأداء. وبحسب تقرير موقع قناة تي واي سي الأرجنتينية، فعلى الرغم من تألق بونيا في هذا اللقاء، فإنه لم يدم ظهوره طويلاً في الفريق، إذ خاض اللاعب الكولومبي ثلاث مباريات فقط، وتعرض خلالها لحادثة عنصرية مؤلمة. ووصل بونيا إلى الفريق الثاني في بوكا عام 2009، وفي مقابلة مع موقع إنفو بيا الأرجنتيني عام 2023، كشف المدافع الكولومبي أنه كان أمامه اختبار في شتوتغارت الألماني بالتوازي مع عرض بوكا، لكنه فضل الأخير. ورغم وصوله في 2009، فإنه لم يتمكن من الظهور إلا بمطلع 2010 في مباراة ودية أمام ريفر بليت في سالتا، إذ كان يعاني تكلساً في كاحله اليميني، بسبب إصابة سابقة. وفاز ريفر بليت بركلات الترجيح بعد التعادل 1-1. وقال اللاعب في حوار: "لم أشارك في ركلات الترجيح لأنني لم أتحمّل الألم. كنت لاعب بجرح مفتوح، ورغم ذلك فرضوا عليّ المشاركة، لأنني كنت في الاحتياط منذ فترة، وكانوا بحاجة إلى إشراكي". في 25 مارس 2010، وبعد تأجيل المباراة السابقة بسبب الأمطار الغزيرة، هزم فريق أبيل ألفيس بوكا جونيورز بقيادة ليوناردو أسترا 2-0، بثنائية التشيلي غاري ميديل. ومع إصابة هوغو إيبارا وكلاودو موريل رودريغيز، خاض بونيا أول مباراة رسمية له أساسياً في قلب الدفاع، إلى جانب البرازيلي لويس ألبرتو، بعدما تحول إزيكيل مونيوز إلى الظهير الأيمن. وعن هذا أضاف المدافع الكولومبي الذي يدير اليوم أكاديمية كرة قدم: "احتفظت بقميص ذلك اليوم. أحياناً أخرج بذلك القميص والناس يطلبونه مني". ورغم بدايته الواعدة، لم يخض بونيا سوى مباراتين بعدها بالقميص الأزرق والأصفر؛ خسارة 2-1 أمام روزاريو سنترال في "لا بومبونيرا"، ثم مواجهة كولون، التي غيرت مسيرته للأبد. يومها كان بوكا متأخراً، فقام بونيا بتدخل عنيف على فكوندو بيرتولو، أحد أبرز مواهب كولون حينها، فتم عرض للطرد المباشر، ووايل من الشتائم والإهانات العنصرية من لاعبي المنافس. ومع وصول كلاوديو بورخي لتدريب الفريق خرج بونيا من الحسابات. وفكر اللاعب في الانتقال إلى تشاكاريتا، ولكن نصحوه بالبحث عن وجهة أخرى، بسبب التوتر القائم هناك. وفي النهاية شد الرحال إلى سيورتيغ كريستال في بيرو. وتنقل بونيا بعدها بين أندية كولومبيا (كوكوتا، ديبورتيس توليما، فورتاليزا، ريال كارتاخينا)، وأوروغواي (إقامة قصيرة مع ديفنسور سيورتيغ 2016)، والإكوادور (أورينسي وليغا دي لوجا)، وهندوراس (ريال سوسيداد دي توكوا) حيث أنهى مسيرته، ولم يرتد أبداً قميص منتخب بلاده. وبعد فترة بطالة، قرر تأسيس مدرسة لكرة القدم، بلغ عدد المنتسبين فيها أكثر من 70 شاباً. كما يدرس اليوم الإدارة الرياضية، ويطمح للدخول في هذا المجال، وإدارة مشاريعه الخاصة.

الكشف عن النظام الغذائي للمصري محمد صلاح

يوصل النجم المصري محمد صلاح، قائد هجوم ليفربول الإنجليزي، إثارة الإعجاب داخل الملاعب وخارجها بفضل قدرته الاستثنائية على الحفاظ على لياقته البدنية رغم بلوغه 33 عاماً في جويلية 2025. الملك المصري يعد أفضل لاعبي الدوري الإنجليزي، والموسم الماضي أنهى بلقب الهداف وتوج بالبطولة وجوائز أفضل لاعب من رابطة الأندية الإنجليزية ورابطة النقاد الرياضيين والاتحاد الإنجليزي. ورغم التقدم في العمر إلا أن محمد صلاح يمتلك لياقة بدنية وجسد مثالي كلاعب كرة قدم. يعتمد محمد صلاح على نظام غذائي دقيق يشرف عليه طام خاص، مهمته إعداد الوجبات المثالية التي تمد جسده بالطاقة وتحافظ على جاهزيته. ويعد البروكلي عنصراً أساسياً في معظم وجباته، بجانب أطعمة مثل البطاطا الحلوة، والأسماك، والدجاج والسلطات حيث تمدّه بالعناصر الغذائية التي يحتاجها جسمه. كما كشف أنه يفضل السوشي كوجبة خفيفة، بينما يضع لنفسه حداً صارماً في تناول البيتزا بواقع مرة واحدة شهرياً فقط، أما البرجر فيكاد يختفي من نظامه الغذائي لأنه يجعله يشعر بالثقل. ولا يقتصر اهتمام صلاح بجسده على الطعام فقط، بل يمتد إلى أسلوب حياة متكامل. فداخل منزله في إنجلترا يوجد صالونان رياضيتان مجهزتان بأحدث الأجهزة، بالإضافة إلى غرفة أوكسجين مضغوطة تساعد الرئتين على ضخ الأوكسجين بكفاءة أكبر، إلى جانب أجهزة العلاج بالتبريد التي تعتمد على البرودة الشديدة لتقليل الالتهابات العضلات. وتجديد



الطريقة المثلى للتخلص من الإصابات الرياضية

تماما. ويمكن تخفيف الألم عن طريق وضع الثلج على المنطقة بانتظام خلال الأيام القليلة الأولى راجع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي إذا كانت المنطقة متورمة، إن كان الألم شديداً أو إن لم يتحسن خلال أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، ومن المرجح أنه يمكن لألم الساق أن يوقظك عن الجري بشكل كلي. خذ قسطاً من الراحة لمدة أسبوعين أو ثلاثة قبل البدء مرة أخرى تدريجياً. ويمكن أن يحدث ألم أو تورم في كعب أو أسفل القدم إذا قمت بالجري كثيراً فجأة، وإذا قمت بالجري بشكل شاق أو إذا كان حذاءك لا يساعدك بشكل جيد أو إذا كان بالياً. وإن الاسم الطبي لألم الكعب هو التهاب اللقافة الأخمصية، فغالبا ما يكون ألم الكعب حاداً ويحدث عندما تركز وزنك على الكعب. يمكن أن يجعلك تشعر كأن أحداً يضع شيئاً حاداً في كعبك، أو كما لو كنت تمشي على حجارة حادة. يوصي الأخصائيون بوضع الثلج على المنطقة، وتقول أن أفضل طريقة للقيام بذلك هي أن تجمد زجاجة صغيرة من الماء، ثم ضعها على الأرض ولها ذهاباً وإياباً تحت قدمك لمدة 20 دقيقة. لا تضع الثلج مباشرة على جلدك أبداً، هناك أيضاً العديد من تمارين التمدد التي يمكنك القيام بها لتخفف من آلام الكعب. توقف عن الجري وراجع طبيبك على الفور إذا كان هناك تورم كبير في كعب أو منطقة تحت قدمك، خلاف ذلك، راجع طبيبك بعد أسبوع إلى 10 أيام في حال أن الألم لم يزل، ولئن يكون بإمكانك الجري مع وجود ألم الكعب، إذا قمت بعلاج الألم في وقت مبكر بما فيه الكفاية، فسوف يزول بشكل طبيعي خلال 2-3 أسابيع، وبعد ذلك يجب أن تكون قادراً على البدء بالجري مرة أخرى.

الطبيعي، وسوف يعتمد مدى الوقت الذي تحتاجه لتستطيع الجري ثانية على سبب ألم الركبة وشدته، يستطيع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي أن يقدم لك النصح. ووتر أشيل هو الوتر المشدود، المطاطي في الجزء الخلفي من الكاحل الذي يربط العضلات بالعظم. قد يسبب الجري الدائم إتهاك وتمزق الوتر مع مرور الوقت، وقد يكون لديك ألم وتورم في الجزء الخلفي من الكاحل أو الكعب. قد يكون الألم بسيطاً ولكنه مستمر، أو أنه يمكن أن يكون مفاجئاً وحاداً. قد يكون أسوأ في بداية الأمر في الصباح. ولعلاج ألم أشيل في المنزل، توصي آندي بوضع الثلج على المنطقة إذا كنت تشعر بتشنج هناك (لا تضع الثلج مباشرة على جلدك أبداً). يمكنك أيضاً تدليك المنطقة بأصابعك بلطف، ويمكنك أيضاً محاولة استخدام أسافين كعب في حذاءك. احصل على المشورة حول هذا الأمر من متجر للرياضة والجري، راجع طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي إذا كان لديك ألم أشيل ولم يزل بعد ثلاثة إلى أربعة أسابيع. إذا كان لديك ألم حاد و مفاجئ، ربما يكون وتر أشيل لديك قد تمزق. راجع طبيبك على الفور إذا واجهت هذه الحالة. سيوفكك الألم الحاد عن الجري تماماً، حتى إن لم يكن الألم شديداً، فإنها فكرة جيدة أن تستريح حتى يزول الألم، ودع طبيبك يقوم بفحصه إن لم يزل. كما يصيب ألم الساق الجزء الأمامي من الساق، وتحت الركبة. وغالباً ما يشار إليه باسم جيبتر حرف الظنبوب، فغالبا ما يدرك العدائون وجود ألم خفيف في الساق ولكنهم يتابعون الجري. إلا أن ذلك من شأنه أن يسبب زيادة الضرر بالمنطقة، والذي يمكن أن يؤدي إلى ألم حاد مفاجئ يوقفك عن الجري

من مركز ديفيد روبرتس للعلاج الطبيعي في مانفستر أن آلام الركبة تشكل الحالة الأكثر شيوعاً بين الحالات التي تعالجها لدى العدائين. أثناء قيامك بالجري، قد تشعر بألم في الجزء الأمامي من الركبة، حول الركبة أو خلف الركبة. قد يكون خفيفاً أو ربما يكون حاداً وشديداً، ولتخفيف ألم الركبة في المنزل، توصي آندي بوضع الثلج على الركبة و التمدد، ضع الثلج (قم بتجريب كيس من البازلاء المجمدة ملفوفاً بمنشفة مبللة بالشاي) على المنطقة المؤلمة لحوالي 20 دقيقة عدة مرات في اليوم. لا تضع الثلج مباشرة على جلدك أبداً. لتمدد المنطقة يوصى بالاستلقاء على جانبك مع وضع الساق المصابة في الأعلى، قم بثني ساقك العليا بحيث ترجع قدمك للخلف باتجاه مؤخرتك، ثم ثبتها بيدك في تلك الوضعية وحافظ على بقاء ركبتيك متلامستين. حافظ على هذا التمدد لمدة 45 ثانية على الأقل، مع التنفس بعمق والشعور بالتمدد في الفخذ. كرر هذا الأمر حوالي ست مرات في اليوم. أما النوع الثاني من الإصابات هو التهاب أوتار الركبة (رأس الركبة) وتؤثر هذه الإصابة على الوتر الذي يربط الركبة أو رأس الركبة بعظم الظنبوب (الساق)، وتحدث الإصابة عندما يتعرض الوتر لحمل كبير للغاية. إذا كان الألم شديداً أو الركبة متورمة، راجع طبيبك على الفور. إذا كان ألم الركبة غير شديد، توقف عن الجري ودع طبيبك أو أخصائي علاج طبيعي يقوم بفحصها إذا لم يخف الألم بعد أسبوع، بإمكانها أيضاً أن يوصي بالتمديد أو التمارين لمساعدتك على الشفاء، ولا تجر إذا كان لديك ألم في الركبة، إذا كنت لا تزال تشعر بالألم بعد أسبوع من الراحة، راجع طبيبك أو أخصائي العلاج

يخاطر ممارس رياضة العدو بالتعرض لإصابات متفاوتة الخطورة عندما يكون أسلوب ادائهم لهذه الرياضة خطأ أو عندما يجهدون أنفسهم. وعندما يصبح العدو مؤلماً تكون الراحة أفضل علاج حسب الأطباء. يمكن أن يقلل التعرض للإصابة من اندفاعك، لذلك قمنا أيضاً بتضمين نصائح حول كيفية النهوض بنفسك والعودة للجري مرة أخرى فور تعافيك، ومهما تكن إصابتك، فإنه لأمر هام أن تستمع لما يقوله جسمك، لا تقم بالجري وأنت تشعر بالألم، فإبداء بذلك ثانية عندما تتعافى بشكل تام. كما يرجح أن تؤثر إصابات الجري على أي شخص، من العدائين ذوي الخبرة الذين يقومون بدفع أنفسهم بشدة و انتهاء بالمبتدئين الذين لم تمتد عضلاتهم على الجري، ستتعرف أيضاً على نصائح حول كيفية تجنب التعرض لإصابات في المقام الأول، مثل اختيار الأحذية المناسبة والإحماء بشكل صحيح. وأبرز أنواع الإصابات الشائعة الحدوث متلازمة التهاب المفصل العظمي للركبة، وتعرف أيضاً بمصطلح "ركبة العداء"، وهي كما يشير الأستاذ في قسم طب التشوهات الرياضية بجامعة ميونخ الضنية أندرياس إيمهوف أكثر الإصابات المرتبطة بالعدو شيوعاً. وأهم الأعراض الرئيسية لهذا النوع من الإصابات وجود ألم في جانب الركبة يسبب التهاب الجزء الخلفي من النسيج الرابط بين الفخذ ورأس الركبة (صابونة أو رضفة الركبة). وقال إيمهوف إن "ركبة العداء" تحدث بسبب الإجهاد غير السليم وخاصة عندما يكون العداء يعاني من تقوس الساقين، آلام الركبة، وتسمى أيضاً ركبة العداء. ويمكن أن يكون لها أسباب كثيرة، مثل التورم تحت الركبة، تقول آندي بيرن

تمارين حرق الدهون

تدعم الجهاز المناعي في الجسم وتقويه، كما تعمل على التحسين من المظهر الخارجي للجسم من خلال حمايته من التعرض للترهلات الناتجة عن خسارة الوزن، حمل الأوزان وذلك بما يتناسب مع جنس من يحملها (ذكر أو أنثى)، و المشي وهو من أفضل الرياضات لحرق الدهون، حيث أنه يتم حرق ما نسبته 50ف من دهون الجسم؛ لذلك يجب ممارسة المشي ما لا يقل عن 40 دقيقة بمعدل ثلاث إلى أربع مرات في الأسبوع. ركوب الدراجة الهوائية وإذا لم تستطع ركوبها، من الممكن النوم على الظهر مع وضع اليدين خلف الرأس واتخاذ وضعية ركوب الدراجة، حيث تقوم بثني الركبة حتى الصدر بشكل متبادل، ويمكن تكرار هذا التمرين من 12-24 مرة يومياً، وكذا السباحة وتمارين القوة، فيجب ممارسة أنشطة تقوي العضلات من ثلاث إلى أربع مرات أسبوعياً. المشي هو أسهل رياضة لانقاص الوزن، وأكثرها أمناً، فحتى الأشخاص الذين يعانون من السمنة والذين لم يمارسوا الرياضة منذ أن كانوا في المدرسة الإعدادية، يستطيعون ممارسة هذه الرياضة بسهولة، إضافة إلى سهولتها وأمنها من الإصابات، للمشي فوائد أخرى كثيرة مثل تحسين الدورة الدموية، تحسين التنفس، وتحسين المزاج. لا يفضل أن تمارس التمارين الرياضية على معدة خاوية وقبل وجبات الطعام؛ لأن ذلك يزيد من الشعور بالجوع، مما يساعد على تناول كمية كبيرة من الطعام، خاصة الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية، بينما تناول فطور صحي أو وجبة خفيفة قبل التمرين يمكن أن يقلل من الرغبة في تناول الوجبات غير الصحية.

ممارسة التمارين الرياضية، أو وجود اضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق أو الخوف، أو سوء عملية الهضم، أو تناول بعض الأدوية، أو الإجهاد والتعب، إضافة إلى الشيخوخة والتقدم في العمر وما يصاحبها من انقطاع للطمث عند النساء مثلاً، وأسباب أخرى كثيرة. لانقاص الوزن وحرق الدهون على الرياضي الوثب في المكان بما لا يقل عن 45 مزة يومياً، و تمارين الأيروبيك تنظم من الدورة الدموية في الجسم وتنشطها، وبالتالي

من ساعات الجلوس، والاستغناء عن ما يقلل من حركاتنا مثل ركوب السيارات والصعود باستخدام المصعد، والابتعاد عن تناول الوجبات السريعة؛ لأنها تحتوي على سعرات حرارية كثيرة، واستبدالها بأكلات صحية ولا تحتوي على دهون مشبعة قدر الإمكان، وتجنب الأكل بشكل سريع وكذلك قلة النوم. يعاني البعض من مشكلة زيادة الوزن وذلك لعدة أسباب، ومنها زيادة نسبة الدهون والسعرات الحرارية في الجسم، أو قلة

تعد تمارين حرق الدهون من التمارين الرياضية و الطرق التي تساعد على تخفيف الوزن وتقليل نسبة الدهون في الجسم، فهي تغني عن القيام بالعمليات الجراحية المكلفة، أو استخدام أدوية وعقاقير ذات أضرار جانبية سيئة على صحة الإنسان، كما أنها مفيدة وتمنع ضعف وخمول الجسم، حيث أنه بعد حوالي 20-30 دقيقة من بداية التمرين يلجأ الجسم إلى استهلاك الاحتياطي المخزون من الطاقة على هيئة دهون، وبالتالي يقلل من كمية الدهون الموجودة. أما عن الرغبة في التخلص من الدهون فيجب الحد





لإشهاراتكم:

تابعونا على
مواقع التواصل الاجتماعي:

📍 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

