

رئيس
الجمهورية
يكرم
الرياضيين
المتوجين
ولاعبى
"الخضر" بقصر
الشعب



مجددا دعمه الكبير
وتشجيعه لأبطال
الجزائر

www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الخميس 16 أكتوبر 2025 الموافق 24 ربيع الثاني 1447 هـ العدد: 1336 الثمن: 30 دج

تكريم رؤاسي

أبطال الجزائر يجمعون:

"تكريم الرئيس حافز لتحقيق
المزيد من الإنجازات
وإعلاء الراية الوطنية"

قال إن ما تحقّق
من نتائج وألقاب
هو ثمرة رؤية
وطنية

صادي:

"الرئيس تبون
المشجع الأول
والداعم
الأكبر للرياضة
في الجزائر"



شرقي:
الرئيس تبون شرف
وفخر كبير لي



قدوز: "فخر كبير
أن نكرم من طرف
الرئيس تبون"

المنتخب الوطني

تربص أكتوبر سمح لبيتكوفيتش بمعاينة لاعبيه قبل ضبط قائمته النهائية

"الخضر" يطوون صفحة المونديال.. ويصوبون أنظارهم نحو "الكان"

في وسط الميدان، منصبا نفسه سائح ألعاب جديد في التشكيلة يمكن الاعتماد عليه ويمكن أن يكون قطعة هامة في تشكيلة بيتكوفيتش مستقبلا، في انتظار تصحيح الأخطاء في وسط الميدان بعد الأداء الغير مقنع لهشام بوداوي وأدم زرقان.

وديدا نوفمبر لضبط القائمة النهائية الخاصة بـ"الكان"

وبعد أن طوى "الخضر" صفحة المونديال، سيكون الشهر المقبل حاسما وحافلا بالنسبة للاعبين والطاقم الفني، وهو الذي سيشهد فترة التوقف الدولي الأخيرة قبل كأس إفريقيا 2026. سيخوض المنتخب الوطني مواجهتين وديتين سيتم تحديد هويتهم قريبا، إذ سيقتف بيتكوفيتش على مدى جاهزية أشباله للتحدي الإفريقي، وسيتم على إثرهما ضبط القائمة المعنوية بالمشاركة في "الكان"، والتي قد تشهد عدة تغييرات ومفاجآت، بالنظر لثراء التعداد وكذا عدم اقتناع المدرب ببعض العناصر التي ستجد نفسها خارج الحسابات.

عبد المجيد

حقيقيا ورقما صعبا في تشكيلة بيتكوفيتش، بالإضافة إلى الحارس لوكا زيدان، ورغم أنه لم يختبر كثيرا ولا يتحمل مسؤولية هدف أوغندا، غير أنه أظهر مستويات لا بأس بها، ويعد المنافسة في حراسة المرمى، وهو ثراء للكتيبة "الخضر" في انتظار عودة إسماعيل بن ناصر وحيماد عبدلي في المواعيد القادمة، أين ستكون المناصب جد غالية لضبط القائمة المعنوية بالمشاركة في "الكان".

دخول موفق لحاج موسى ومازة يؤكد أنه قطعة مهمة

وسيتذكر أنيس حاج موسى طويلا مباراة أوغندا، التي قد تكون انطلاقته الحقيقية مع المنتخب الوطني، وذلك بعدما دخل بديلا في المرحلة الثانية وقدم أفضل مستوى له بألوان "الخضر"، إذ أنقش كثيرا الرواق الأيمن وكان سما قاتلا في دفاعات المنافس، حيث أبان نجم فينورد على إمكانيات باهرة بفضل توغلاته وتمريراته الدقيقة لزملائه، ليسكب هو الآخر نقاطا عديدة، شأنه شأن إبراهيم مازة الذي شارك لأول مرة أساسيا وقد مباراة كبيرة

إفريقيا المقررة من 21 ديسمبر 2025 و 18 جانفي 2026، إذ استخلص التقني البوسني العديد من الدروس خاصة فيما يتعلق بالمرودود الفردي والجماعي للاعبين، خاصة وأنه حافظ تقريبا على نفس التركيبة التي تعود الاعتماد عليها، باستثناء بعض التغييرات، ودون شك فإن لقاء أوغندا سيكون معيارا بالنسبة للطاقم الفني في انتظار آخر موعد تحضيري قبل "الكان" وهو وديتي شهر نوفمبر.

الجدد لم يخيبوا وعودة مرتقبة لبن ناصر وعبدلي

واستغل المدرب بيتكوفيتش الفرصة في لقاء أول أمس، من أجل تجريب عدد من العناصر خاصة منها الجديدة على غرار مهدي دورفال وسهير شرقي، فبالرغم من دخول الثاني بديلا في الشوط الثاني إلا أنهما اكتسبا الكثير من النقاط وأقنعا بشكل كبير بالنظر للمرودود الملفت الذي قدما، فضلا على الظهير الأيمن رفيع بلغالي الذي خاض ثاني لقاء رسمي مع "الخضر"، وقدم أداء جيدا بالرغم من بعض الأخطاء التي ارتكبها دفاعيا، وهو ما يجعل هذا الثلاثي مكسبا

اختتم المنتخب الوطني الجزائري تربصه التحضيري لشهر أكتوبر الذي تخللته مواجهتي الصومال وأوغندا ضمن تصفيات كأس العالم 2026، وشهد ضمان "الخضر" بطاقة العبور إلى المونديال للمرة الخامسة في تاريخه وبعد غياب دام 12 سنة، بينما سيكون أشبال النخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش أمام تحد جديد سيكون قريبا وهو نيابات كأس إفريقيا 2025، والتي يسعى من خلالها المنتخب للذهاب بعيدا وتسيان خيبتي آخر نسختين من "الكان".

مباراة أوغندا أول محطة تحضيرية للمنافسة القارية

وكان "الخضر" قد حسموا التأهل إلى المونديال مرتقب في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك خلال مباراة الصومال في الجولة التاسعة، بعد الفوز بثلاثية نظيفة، لتكون الجولة الختامية أمام أوغندا شكلية واحتفالية، غير أن الجميع تعامل معها بجدية والتزام كبيرين بدليل الفوز بثلاثية لواحد، واعتبرت بأنها أول محطة تحضيرية لكأس



فيما أكد أن عملا كبيرا ينتظره مع المنتخب.. بيتكوفيتش:

"المنصب ستكون غالية وتحديد قائمة الكان أمر صعب"

ورغم تحقيق التأهل، يؤكد أن أماننا عملا كبيرا ينتظرنا من أجل بلوغ المستوى التنافسي الأمثل، وسنعمل على ذلك في المرحلة المقبلة

"سنستغل وديتي نوفمبر لتصحيح الأخطاء"

وأشار المدرب السويسري فلاديمير بيتكوفيتش، إلى أن المناصب أصبحت غالية في المنتخب الوطني، بعد تدعيمه بأسماء جديدة، في التربين الأخير في صورة كل من الحارس لوكا زيدان، سهير شرقي، رفيع بلغالي ومهدي دورفال الذين أظهروا إمكانيات كبيرة، قائلا "نسعى لتحسين الانسجام أكثر بين اللاعبين قبل كأس إفريقيا.. إقحام الجدد يكون أسهل في وجود تشكيلة أكثر تماسكا، ما يساعدنا على تحقيق نتائج أفضل"، وأردف: "المناصب غالية، وهذا ما قلته بعد مباراة الصومال.. اختيار القائمة الموسعة أصبح صعبا، فكيف سيكون الحال عند تحديد قائمة كأس إفريقيا؟"، وأردف "أتمنى أن تباعد عنا الإصابات حتى نكون في أحسن حال قبل كأس إفريقيا.."، كما شدد على ضرورة تصحيح الأخطاء خلال التربين المقبل المقرر شهر نوفمبر القادم، والذي ستتخلله مباراتين وديتين إحداهما أمام السعودية. وعن إمكانية ضم لاعبين جدد لتشكيلة "محاربي الصحراء"، قال المدرب السويسري: "متلما سبق وأن أشرت إليه، تغيير المجموعة الحالية، يبدو أمرا صعبا ومعقدا". وواصل: "نحن مقبلون على نهائيات كأس أمم أفريقيا، وبعدها سنبدا التحضير لكأس العالم، هذه الفترة علينا العمل جيدا، وليست فترة لتجريب عناصر جديدة، لقد طلبت من عناصري أن تحافظ على أعلى مستوى من الجاهزية في الفترة القادمة".

"أتمنى لا تكون إصابة غويري خطيرة"

وبخصوص الإصابة التي تعرض لها مهاجم مارسيليا الفرنسي أمين غويري، في الدقائق الأخيرة، عقب تعرضه لتدخل خشن من قبل حارس أوغندا، عبر بيتكوفيتش عن أمله في ألا تكون خطيرة، في انتظار ما ستسفر عنه الفحوصات الطبية، وختم "وفيما يخص لاعبا أمين غويري، فقد أظهرت الفحوصات الطبية الأولى إصابته على مستوى الرأس والكتف، وهو يجري حاليا فحوصات معمقة. نأمل أن تكون النتائج مطمئنة وأن لا تكون الإصابة خطيرة".

عبد المجيد



أكد النخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش أن المناصب ستكون غالية في "الخضر" قبل نهائيات كأس الأمم الإفريقية المقرر إجراؤها خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر 2025 إلى 18 جانفي، معتبرا في الوقت ذاته بأن تحديد القائمة الموسعة أصبح أمرا صعبا مع تأاق العديد من اللاعبين خلال تربص شهر أكتوبر الذي تخللته مواجهتي الصومال وأوغندا في الجولتين التاسعة والعاشر من تصفيات كأس العالم 2026. واستغل التقني السويسري، مساء أول أمس، ندوته الصحفية لمعلم حسين آيت أحمد، بالحديث عن مواجهة أوغندا التي حسمها رفقاء القائد رياض محرز بثلاثية مقابل هدف وحيد قائلا: "تلقينا هدفا منذ الدقائق الأولى من اللقاء، وهو ما أخلط حساباتنا نوعا ما، لأننا لم نكن نتوقع ذلك. هذا ما يفسر أيضا صعوبة عودتنا السريعة في النتيجة. خلال فترة الاستراحة، قمنا بإعادة التنظيم، وقد أثمرت جهودنا في الشوط الثاني"، وتابع "أود أن أوجه شكرى الكبير للمجاهير الحاضرة، والتي ساهمت بشكل كبير في قلب الموازين على أرضية الميدان. كما لا يفوتني أن أعبر عن امتناني لأنصارنا الذين ساندونا في الملاعب الأخرى قبل هذه المباراة، فقد كانوا بدورهم سندا حقيقيا لنا".

"أماننا عمل كبير بلوغ المستوى التنافسي الأمثل"

ومن جانب آخر، اعترف النخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، أنه لا يزال أمامه عمل كبير من أجل بلوغ الجاهزية المطلوبة للمشاركة في "الكان"، مشيرا أن مواجهة أوغندا كانت فرصة لتجريب اللاعبين الجدد وأوضح "مواجهة أوغندا كانت فرصة لإشراك بعض العناصر الجديدة، وهذا ليس بالأمر الجديد بالنسبة لي، فكل لاعب جاهز هو عنصر يمكن الاعتماد عليه، بغض النظر عن كونه قديما أو جديدا في التشكيلة"، وأردف "



أكد أن الأجل لا يزال أمام المنتخب

عمورة يوجه رسالة لجماهير "الخضر" قبل "الكان"

عبر المهاجم الدولي الجزائري، محمد الأمين عمورة، عن سعادته الكبيرة بقيادة "الخضر" للفوز أمام أوغندا مساء أول أمس، بمعلم حسين آيت أحمد، في الجولة العاشرة والأخيرة من تصفيات المونديال، مؤكدا أن القادم سيكون أفضل، وسجل مهاجم فولفسبورغ الألماني، ثنائية المنتخب الوطني ليقلب تأخره إلى فوز ثمين بثلاثية مقابل هدف وحيد، وقال عمورة في تصريحاته عقب نهاية اللقاء: "أهدي هذا التأهل إلى كل الشعب الجزائري، مع تحية خاصة للجماهير التي كانت تحضر باستمرار إلى الملاعب لتشجيعنا. كانوا دائما خلفنا، حتى في الأوقات الصعبة، وغالبا ما ساهمت مساندتهم في قلب النتيجة كما حدث اليوم ضد أوغندا"، بالنسبة لنا، الجزء الأصعب قد مضى، والأجل ما زال أماننا". في رسالة قوية قبل كأس أمم إفريقيا المقرر انطلاقها شهر ديسمبر المقبل، وبخصوص تنويجه بلقب هدف تصفيات كأس العالم 2026 عن القارة الإفريقية بعد تسجيله 10 أهداف كاملة اختتم عمورة "فيما يخص المستوى الذي ظهرت به إلى حد الآن، لم يكن ليتحقق لولا مساندة زملائي في المنتخب".

عبد المجيد



لوكا زيدان: "فخور بارتداء قميص الخضر"

أبدى حارس المنتخب الوطني الجزائري، لوكا زيدان، عن فخره الكبير بارتداء قميص "الخضر" لأول مرة خلال مشاركتة الأساسية أمام منتخب أوغندا مساء أول أمس، على ملعب حسين آيت أحمد بتييزي وزو، في الجولة العاشرة والأخيرة من تصفيات كأس العالم 2026. ونشر زيدان عبر حسابه الرسمي على "إنستغرام" صورة له من المباراة، مرفقة بتعليق مؤثر كتب فيه: "فخر كبير بارتداء هذا القميص للمرة الأولى"، مبرزا بأنه عاش أجواء خيالية منذ التحاقه بـ"الخضر" خلال تربص أكتوبر الجاري الذي تخللته مواجهتي الصومال وأوغندا وتابع "فاندر بانتصارين وتأهل إلى كأس العالم، أجواء خيالية من البداية إلى النهاية، شكرا للجميع على الدعم، مشاعر لا توصف".

عبد المجيد

شرقي: لقاء الرئيس تبون شرف وفخر كبير لي

عبر لاعب المنتخب الوطني الجزائري، سمير شرقي، عن سعادته الكبيرة بلقاء رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، مؤكداً أن تلك اللحظة كانت مفعمة بالفخر والاعتزاز. وقال شرقي في تصريح للتلقيين العمومي: "الرئيس تبون كنت أراه في التلفاز فقط، واليوم أتيت لي فرصة لقائه لأول مرة، وهذا فخر كبير بالنسبة لي كلاعب وكجزائري".

وسيم



أليكسيس قندوز: فخر كبير أن نكرم من طرف الرئيس تبون

عبر الحارس الدولي الجزائري، أليكسيس قندوز، عن فخره الكبير واعتزازه بلقاء رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، عقب تأهل المنتخب الوطني إلى نهائيات كأس العالم 2026. وقال قندوز في تصريح للتلقيين العمومي عقب الحفل التكريمي الذي خص به الرئيس عناصر "الخضر": "دائماً نفس الشرف ونفس الفخر في رؤية الرئيس تبون، وسعادتي كبيرة عندما يهنئنا لأننا نشعر فعلاً بأننا أنجزنا شيئاً مهماً لبلدنا".

وسيم

حاج موسى: الرئيس تبون يهتم بكل التفاصيل التي تخص المنتخب وسعيد جداً لرؤيته

عبر الدولي الجزائري، حاج موسى، عن سعادته الكبيرة وفخره بلقاء رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، وذلك خلال الحفل التكريمي الذي أقيم على شرف المنتخب الوطني بعد تأهله إلى نهائيات كأس العالم 2026. وقال حاج موسى في تصريح للتلقيين العمومي: "هذه أول مرة أزور فيها هذا المكان، وأنا فخور وسعيد جداً بلقاء الرئيس تبون وكل من يحيط به فعلاً، نرى أنه يولي اهتماماً بكل التفاصيل ويتابع كل شيء عن قرب".

وسيم



بعدما نجح في قيادة "الخضر" للمونديال "الكان" . . الهدف القادم لبيتكوفيتش

بعد أن ضمن المنتخب الوطني لكرة القدم، تذكرة المشاركة في نهائيات كأس العالم 2026، طوى أشبال المدرب، فلاديمير بيتكوفيتش، صفحة التصفيات بنجاح، ليبدأوا مرحلة جديدة عنوانها "التحضير الجاد لكأس إفريقيا المقبلة". التقى السويسري، فلاديمير بيتكوفيتش، وبعد ضمان بطاقة المونديال، يسعى إلى ترسيخ هوية واضحة لـ "الخضر" تقوم على التوازن بين الصلابة الدفاعية والفعالية الهجومية، مع الحفاظ على روح الانتصار التي ميّزت المجموعة. المرحلة القادمة، ستكون فرصة أمام الطاقم الفني لتجريب بعض الخيارات التكتيكية وتوسيع المنافسة داخل التشكيلة، خصوصاً في ظل توفر ترسانة من المواهب الصاعدة. ويبرهن بيتكوفيتش على عامل الاستقرار الذهني والانسجام الجماعي كركيزة للتحضير الأمثل لـ "الكان"، خاصة بعد الانتقادات التي طالت الخضر في النسختين الماضيتين من البطولة الإفريقية، كما يتوقع أن يبرمج الاتحاد الجزائري سلسلة من المباريات الودية عالية المستوى قبل انطلاق المنافسة، من أجل اختبار الجاهزية وتصحيح بعض النقص التي ظهرت خلال التصفيات. ويبدو المدرب السويسري، مصمماً على كتابة فصل جديد في تاريخ المنتخب الوطني، فبعد إنجاز التأهل إلى المونديال، يبقى الهدف الأسمى هو إعادة الجزائر إلى عرش القارة السمراء عبر التتويج باللقب القاري ورغم أن الطريق نحو اللقب لن يكون مفرّوشاً بالورود، إلا أن أجواء التفاؤل تسود بيت المنتخب، خاصة في ظل امتلاك الفريق لمزيج متناسق من الخبرة والحيوية، بقيادة أسماء لامعة على غرار رياض محرز، أمين غويري، وإبراهيم مازة، ما يجعل الطموحات أكبر للذهاب بعيداً في المنافسة الإفريقية.

وسيم

حسب مؤشر المرمص الدولي لكرة القدم

بن سبيعني ثاني أفضل مدافع في الصراعات الأرضية عالمياً

واصل الدولي الجزائري رامي بن سبيعني تألقه في القارة الأوروبية، بعدما صنّفه المرمص الدولي لكرة القدم (cies)، في المركز الثاني ضمن قائمة أفضل المدافعين في الصراعات الأرضية خلال الفصل الأخير، وفقاً لمؤشر الأداء الذي يعتمد على تحليل شامل لفاعلية اللاعبين في المواجهات الدفاعية وتأثيرهم على مجريات اللعب. وحسب المؤشر ذاته، فقد نال بن سبيعني تنقيطاً مميزاً بلغ 95.5 متفوقاً على العديد من الأسماء اللامعة في القارة العجوز. ليكرس مكانته كأحد أفضل المدافعين في القارة الأوروبية من حيث الصلابة الدفاعية والانضباط التكتيكي والنجاعة في المواجهات الثنائية. ويضعه ضمن أبرز المدافعين على مستوى الدوريات العالمية. ويأتي هذا التتويج الإحصائي، ليؤكد مرة أخرى القيمة الكبيرة للمدافع الجزائري، الذي أثبت قدرته على التأقلم في واحد من أقوى الدوريات في العالم، رغم المنافسة الشرسة داخل تشكيلة دورتموند.

وسيم

برصيد 44 تمريرة حاسمة

رياض محرز في مصاف الأفضل عالمياً بصناعة الأهداف مع "الخضر"



يواصل قائد المنتخب الجزائري، رياض محرز، فرض حضوره وتألقه مع "الخضر"، ليصبح واحداً من أبرز صناع الأهداف في تاريخ المنتخب الوطني. وفقاً لموقع Transfermarkt، نجح محرز في تقديم 44 تمريرة حاسمة خلال 106 مباراة دولية، ليضعه هذا الإنجاز ضمن أفضل عشرة لاعبين عالمياً من حيث صناعة الأهداف على مستوى المنتخبات الوطنية. وتصدر الأرجنتيني، ليونيل ميسي، قائمة الأفضل بعدد التمريرات الحاسمة بـ 63 تمريرة خلال 195 مباراة مع المنتخب، بينما جاء البرازيلي نيمار في المركز الثالث، يليه البلجيكي كينغس دي بروين في المركز الرابع. تعكس هذه الأرقام، مستوى محرز الفني الاستثنائي وقدرته على صناعة الفارق، إذ لم يقتصر دوره على تسجيل الأهداف فقط، بل ساهم بشكل مباشر في رفع مستوى زملائه وتمكينهم من التسجيل في اللحظات الحاسمة. وتبرز هذه الإحصائية الدور الكبير الذي يلعبه محرز ضمن خطط المدرب الوطني، خاصة في المباريات المهمة ضمن تصفيات كأس العالم وكأس الأمم الإفريقية.

وسيم

إبراهيم مازة: "الأجواء في تيزي وزو كانت خرافية.. ونتطلع للتتويج بالكان"

أبدى لاعب المنتخب الجزائري، إبراهيم مازة، سعادته بالفوز على أوغندا والتأهل لكأس العالم، مؤكداً أن الأجواء في ملعب تيزي وزو كانت استثنائية. وقال مازة في المنطقة المختلطة التي أعقبت لقاء أوغندا: "الحمد لله على الفوز والتأهل، كانت لي بعض الأخطاء في المباراة، وسأحاول تصحيحها لاحقاً". وأضاف مازة في السياق ذاته: "المباراة كانت معقدة نوعاً ما، ولكننا حققنا الهدف المنشود، الأجواء في ملعب تيزي وزو كانت خرافية، وال جماهير قدمت لنا دعماً لا ينسى". وشدد اللاعب على الجهود الكبيرة التي بذلها الفريق للوصول إلى هذا الإنجاز، وتابع: "لقد عملنا بجد للوصول إلى هذا الإنجاز، ونحن سعداء للغاية. هذا ليس أمراً عادياً، لكننا نجحنا. الآن نتطلع إلى شهر نوفمبر وكأس أمم إفريقيا، وإن شاء الله سنفوز بها". وحول استعدادات الخضر للكان، أوضح مازة: "نحن متحمسون، نقوم بتحليل الفرق المنافسة وتدريب بجدية كبيرة. وبعد ذلك سنرى النتائج على أرض الملعب". كما تحدث مازة عن حملته الرقم 10 في المنتخب، معبرا عن فخره بالثقة التي منحها له الطاقم الفني والقادماً: "إنه لشرف كبير، ويحمل معه مسؤوليات ضخمة، لاعبون كبار مثل بلالي وبن رحمة حملوه من قبل، وأنا سعيد بهذه الثقة".

وسيم

إصابة غويري تضع مشاركته في كأس إفريقيا على المحك

تلقى المنتخب الجزائري لكرة القدم، خبراً غير سار، بعد تعرض مهاجمه، أمين غويري، لإصابة معقدة خلال المواجهة التي جمعت المحاربين بمنتخب أوغندا، وانتهت بفوز أشبال بيتكوفيتش بثنائية مقابل هدف، على أرضية ملعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو. في ختام تصفيات كأس العالم 2026. وأكدت الفحوص الطبية الأولية التي خضع لها مهاجم أولمبيك مرسيليا الفرنسي، أنه يعاني من خلع على مستوى مفصل الكتف، إثر تدخل قوي من حارس مرمى أوغندا، وهي إصابة بدت مقلقة منذ الدقائق الأولى بعد سقوط اللاعب متألماً وغادر الميدان على الفور. وفي الندوة الصحفية التي أعقبت اللقاء، أوضح الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش أن "غويري تلقى ضربة قوية على مستوى الرأس والكتف، وحالته تتطلب فحوصاً دقيقة لتحديد مدى خطورتها"، مضيفاً أنه يأمل ألا تكون الإصابة خطيرة، لأن اللاعب يعد من الركائز الأساسية في التشكيلة. وبحسب التقديرات الطبية الأولية، من المرجح أن يخضع غويري لعملية جراحية خلال الأيام المقبلة، ما سيضطره للابتعاد عن الميدان لفترة تتراوح بين ثلاثة وخمسة أشهر، وهو ما يجعل مشاركته في نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025 المقررة بالمغرب بين 21 ديسمبر و18 جانفي، شبه مستحيلة.

وسيم



بلومي يطمئن الجماهير حول إصابة نجله: "بشير يواصل العلاج وسيعود إلى الميادين في غضون شهر"

طمأن أسطورة كرة القدم الجزائرية لخضر بلومي جماهير المنتخب الوطني بخصوص الحالة الصحية لنجله بشير بلومي، لاعب نادي هال سيتي الإنجليزي، بعد الإصابة التي تعرض لها مؤخراً. وكان بشير بلومي، قد تعرض لإصابة على مستوى العضلة الخلفية خلال المباراة التي جمعت فريقه بساوثهامبتون يوم 20 سبتمبر الماضي، ما اضطره للابتعاد عن الميادين خلال الأسابيع الأخيرة. وفي تصريح لقناة الجزائر الدولية، قال لخضر بلومي: "الحمد لله، بشير يواصل العلاج من الإصابة الثانية وليست تلك المتعلقة بالاربطة، الجميع يعلم أن الدوري الإنجليزي يتميز بالاندفاع البدني الكبير"، وتابع: "سيعود إلى الميادين في غضون شهر إن شاء الله".

وسيم

الجولة الثامنة من الرابطة المحترفة الأولى

قمة مثيرة بين "الحمراوة" والساورة .. وداربي واعد بين مستغانم والشلف

تستأنف فعاليات منافسة الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس" غدا الجمعة، بعد فسح المجال لفترة التوقف الدولي، بإجراء مواجهتين ضمن الجولة الثامنة، ويتعلق الأمر بلقاء أولمبيك أقبو الذي يستقبل مولودية البيض، فيما يلاقي ترجي مستغانم الضيف جمعية الشلف في "داربي" الغرب الواعد. المفاجأة السارة لحد الآن، نادي أولمبيك أقبو (المرتبة 3، 11 نقطة)، الذي تعثر في آخر جولتين (خسارة وتعادل)، فيسكون أمام فرصة لاستعادة التوازن عند استضافته لمولودية البيض، القابع في المركز قبل الأخير بـ 3 نقاط، ومنتظر أن يكون فريق أقبو في موقع قوة أمام جمهوره، لكنه مطالب بالحذر أمام "فريق جريج"، حيث ستسعى مولودية البيض، بقيادة مدربيها الجديد، محمد لاسات، الذي تم التعاقد معه خلفا لشريف حجار، إلى تحقيق مفاجأة في بداية والشرع في مسيرة الصعود في جدول الترتيب، ويذكر أن مولودية البيض، إلى جانب متذيل الترتيب نادي بارادو، لم يحقق أي فوز منذ انطلاق البطولة. أما في غرب البلاد، فإن "داربي" الغربي بين ترجي مستغانم (المرتبة 8، 9 نقاط) وأولمبي الشلف (المرتبة 11، 7 نقاط)، يتوقع أن يكون مفتوحا على جميع الاحتمالات. ويسعى الترجي، الذي لم يهزم على ميدانه لحد الآن، إلى التعويض بعد خسارته في الدوري أمام حامل لقب مرتين متتاليتين، مولودية الجزائر (0-1). من جانبه، يأمل أولمبي الشلف في الحفاظ على سجله الخالي من الهزائم منذ الجولة الرابعة، وهو ما يتطلب أداء قويا في مستغانم أمام لاعبين عازمين على استعادة نغمة الانتصارات. وفي مواجهتي السبت، ستقوم شبيبة الساورة، المتصدر الحالي لبطولة الرابطة الأولى "موبيليس"، بتنقل صعب إلى غرب البلاد لمواجهة مولودية وهران، وقدمت شبيبة الساورة (المرتبة 1، 14 نقطة) بداية موسم مقنعة جعلتها تتصدر جدول ترتيب البطولة، حيث لم تعرف أي الخسارة منذ ست مباريات (4 انتصارات وتعادلان). غير أن المهمة ستكون صعبة على ميدان ملعب نادي مولودية وهران (المرتبة 5، 10 نقاط)، الذي لم يفرط في نقاط ملعبه سوى مرتين (10 نقاط من أصل 12 ممكنة). وستعتمد على أبناء بشار تقديم أداء كبير في "الباهية" للحفاظ على الديناميكية الإيجابية أمام "الحمراوة" الذين لا يفكرون سوى في الفوز من أجل الصعود إلى منصة التتويج والتعويض عن الخسارة الأخيرة أمام اتحاد خنشلة (0-2). سيكون الصاعد الجديد، نجم بن عكنون، والمنتشي بفوزه الأخير خارج الديار أمام مولودية البيض (1-2)، على موعد مع اختبار حقيقي، حين يستضيف شباب قسنطينة، الذي يتقاسم معه المرتبة السابعة برصيد 9 نقاط لكل فريق. ويدخل الفريق العاصمي اللقاء بسلسلة إيجابية من خمس مباريات دون هزيمة (انتصارين و3 تعادلات)، طامحا في مواصلة نتائج الإيجابية أمام فريق قسنطينة يعاني من تذبذب في المستوى. بالمقابل، سيسعى شباب قسنطينة، المتعادل في مبارياته الثلاث الأخيرة، إلى تحقيق ثاني فوز له خارج الديار، بعد ذلك الذي حققه في الجولة الافتتاحية أمام مولودية البيض (0-2). وتستكمل مباريات الجولة الثامنة يومي الثلاثاء والأربعاء المقبلين بمواجهتين واعدتين: شبيبة القبائل - اتحاد خنشلة، مولودية الجزائر - نادي بارادو، فيما تم تأجيل مباريات شباب بلوزداد - وفاق سطيف، واتحاد الجزائر - مستقبل الرويسات، إلى موعد لاحق.

سفيان ع

ذهاب الدور التمهيدي الثاني من رابطة أبطال إفريقيا

الاتحاد المنستيري - شبيبة القبائل (غدا سا 15:00 بملعب صفاقس)

"الكناري" للعودة بنصف التأشيرة من تونس

سيكون فريق شبيبة القبائل، ممثل الجزائر في رابطة أبطال إفريقيا، على موعد مع تنقل صعب إلى تونس، عندما يواجه اتحاد المنستير، غدا الجمعة بداية من الساعة 15:00 زوالا، على ملعب "المهيري" بمدينة صفاقس، ضمن ذهاب الدور التمهيدي الثاني للمنافسة القارية، في لقاء يسعى من خلاله "الكناري" للعودة بنتيجة إيجابية تمهّد له الطريق من أجل التأهل إلى دور المجموعات. سيتحدث فريق شبيبة القبائل (وصيف بطولة الموسم الماضي)، نادي اتحاد المنستير التونسي في قمة مغربية تعد بكثير من الإثارة والتشويق والفرجة، إذ ستكون مهمة "الكناري" صعبة أمام تشكيلة المنستير الذي أفضى الموسم الماضي في نفس الدور من نفس المنافسة من قبل مولودية الجزائر (ذهاب بـ 0-1 وإيابا بـ 0-2)، وعليه، يتعين على رفاق رياض بودوز، المدعومين معنويا بسلسلة النتائج الإيجابية في جميع المنافسات، توظيف كل أوراقهم الناجحة في المقابلة، من أجل تعزيز حظوظهم في الذهاب بعيدا في المنافسة القارية التي يرغبون من خلالها في العودة إلى الساحة الإفريقية من بابها الواسع وبعد ثلاثة مواسم من الغياب. والأکید، أن فريق شبيبة القبائل الذي لم يجد

صعوبة تذكر في تجاوز منافسه الغاني نادي بيبيناي غولد ستار في الدور التمهيدي الأول (ذهاب 0-2 وإيابا 5-0)، سيكون هذه المرة أمام اختبار صعب وعسير باعتبار أن اتحاد المنستير يبقى من بين الفرق المنتظمة في النتائج في البطولة التونسية وسيحرص دون شك على مواصلة المغامرة الإفريقية بدءا من بلوغ مرحلة المجموعات التي فشل في تحقيقها الموسم الماضي.

ومن أجل العودة من سفيرة تونس بنتيجة إيجابية، يتعين على المدرب الألماني لشبيبة القبائل، جوزيف زينبورا، إيجاد الصيغة والتوليفة المناسبة لتجاوز تشكيلة اتحاد المنستير التي تعيش حاليا فترة جيدة بـ 11 مقابلة دون هزيمة في جميع المنافسات. والأمر الإيجابي بالنسبة للمدرب زينبورا أنه سيخوض هذه الواجهة بتعداد مكتمل سيسهل عليه اختيار التشكيلة المناسبة، باعتبار أن الفريق لا يعاني من أي غيابات في الفترة الحالية.

سفيان ع



لمواجهة نادي كولومب سبور تيف في "الشامبينز ليغ" بعثة "العميد" تطير اليوم إلى الكاميرون

تطير تشكيلة مولودية الجزائر، صبيحة الخميس، في رحلة خاصة من مطار هواري بومدين، نحو ياوندي الكاميرونية، تحسبا لملاقاة كولومب سبور تيف، في ذهاب الدور التمهيدي الثاني لدوري أبطال إفريقيا، المقررة يوم الأحد المقبل. ومن المقرر أن يسافر "العميد" صبيحة اليوم إلى الكاميرون، في رحلة ستنتقل عند الساعة 09:00، على أن يخوض الفريق حصة استرخائية مساء اليوم الخميس، فور وصوله، قبل الدخول في الأمور الجديدة غدا ويوم السبت. وعلى سعيد آخر، اكتمل تعداد مولودية الجزائر، في حصة أمس، التي جرت بمرکز "بابا حمود" بزرالدة، بعد التحاق العناصر الدولية، بمن فيها حارس المنتخب الأول أليكسيس قندوز، أين خاض "العميد" ولأول مرة تدريباته بتعداد شبه مكتمل منذ قرابة أسبوعين بسبب أسبوع "الضيقة"، بينما سيلتحق الثلاثاء بالحسن بانفورا ومحمد زوغرانا، بالفريق اليوم الخميس بمدينة ياوندي، بقرار من المدرب موكوينا، الذي رخص لثنائي الالتحاق مباشرة بالفريق في الكاميرون عوض القدوم إلى الجزائر، بعد نهاية التزامات بانفورا وزوغرانا مع منتخبها غينيا وبوركينا فاسو على التوالي. ويعتول ممثل الكرة الجزائرية على العودة بنتيجة إيجابية من الكاميرون لتسهيل أموريتهم في مباراة العودة بعد أسبوع من ذلك بملعب علي لا بوانت بالدويرة.

سفيان ع

محمد ميخازني مديرا رياضيا بأولمبيك أقبو

أعلن نادي أولمبيك أقبو الناشط في الرابطة المحترفة الأولى موليليس، أمس، تعيين محمد ميخازني مديرا فنيا رياضيا بعقد طويل الأمد. ونشرت إدارة أولمبيك أقبو بيانا، كشفت فيه عن تعيين التقني محمد ميخازني مديرا فنيا رياضيا جديدا، بعقد يمتد لأربع مواسم، وأضافت: "يعلن نادي أولمبيك أقبو عن تعيين ميخازني محمد مديرا تقنيا رياضيا (DTS) للنادي بعقد يمتد لأربعة مواسم"، وتابع البيان: "ويأتي هذا التعيين في إطار استراتيجية النادي الرامية إلى تعزيز هيكله الفني وتطوير مشروعه الرياضي على أسس احترافية تهدف إلى الارتقاء بمستوى التكوين والأداء داخل مختلف الفئات"، وختم: "ويعد ميخازني أحد أبرز الأسماء في مجال التسيير الفني، حيث راكم خبرة واسعة من خلال عمله في أندية عدة على غرار مولودية الجزائر، اتحاد الجزائر ونصر حسين داي، كما قاد المنتخب الوطني لأقل من 20 سنة كمدرّب رئيسي". وخاض ميخازني عدة تجارب في عدة أندية أبرزها مولودية الجزائر الذي غادره في نهاية الموسم الماضي، عقب انقضاء عقده، حيث عمل لمدة ثلاثة مواسم موسم، وقام بعمل كبير من خلال اكتشاف المواهب وجلب عدة لاعبين بارزين تم تصعيدهم إلى فريق الأكاير على غرار مهدي بوشريط والحارس رمضان عبد اللطيف وباسين - حمادوش ومسلم أناتوف وأسامة بن حوة ورستم دنداوي ومحمد إسلام سيوس وغيرهم.

فيصل ب

اللاعبون عازمون على تحقيق بداية قوية في كأس "الكاف" شباب بلوزداد يحل اليوم بالسنگال لمواجهة حافيا كوناكري



تشّد تشكيلة نادي شباب بلوزداد، اليوم رحالها نحو مدينة تيبس السنغالية، تحسبا لمواجهة نادي حافيا كوناكري الغيني، ضمن ذهاب الدور التمهيدي الثاني من منافسة كأس الكونفدرالية، وخاضت تشكيلة ممثل الكرة الجزائرية، صبيحة أمس، آخر حصة تدريبية لها بملعب 20 أوت بالعاصمة، أين عمل المدرب سيد راموفيتش على تجهيز لاعبيه جيّدا من جميع النواحي، على أمل دخول غمار المنافسة الإفريقية بقوة، وتدارك النتائج المخيبة في بداية الموسم الجاري، في الرابطة

المحترفة الأولى. هذا وشهدت تدريبات أمس الأربعاء، التي جرت بملعب 20 أوت 55 بالعناصر، التحاق الرباعي الدولي، بن غيث وخاسف ومزيان ويوكرشاوي، بعدما أنهى التزاماته مع منتخب الرديف، بمواجهة ودية ثانية أمام فلسطين سيرة الاثنين الماضي، واستفاد الرباعي الدولي من راحة الثلاثاء، قبل أن يسجل أمس، انضمامه إلى المجموعة، تحسبا للسفيرة المقررة اليوم نحو السنغال. وفصل الطاقم الفني لـ "السياري" التنقل مبكرا من أجل إراحة لاعبيه بعد السفيرة الشاقة نحو السنغال، ومحاولة التعود على الأجواء هناك قبل مواجهة حافيا كوناكري يوم الأحد المقبل، وهي المباراة التي يسعى من خلالها أبناء "المقبية" للعودة بنتيجة إيجابية من هناك من أجل تحقيق بداية مثالية وتسهيل أموريتهم في التأهل خلال مباراة العودة بالجزائر أسبوعا بعد ذلك بملعب نيلسون مانديلا ببراق.

بن غيث: "مباراة حافيا كوناكري ستكون صعبة، ونأمل الرجوع بنتيجة إيجابية"

من جانب آخر، عبّر قائد نادي شباب بلوزداد عبد الرؤوف بن غيث، عن أمله في العودة بنتيجة إيجابية من السنغال أمام المستضيف حافيا كوناكري، حيث قال في تصريحاته أمس: "ستكون مباراتنا الأولى في منافسة كأس الكونفدرالية الإفريقية أمام حافيا كوناكري، المعروف في إفريقيا، ندرك بأننا المهمة ستكون صعبة لكن الطاقم الفني واللاعبين واعين بالمسؤولية وسنعود بنتيجة إيجابية بإذن الله". وتابع "سيكون علينا ضغط، لكن كل اللاعبين يمتلكون الخبرة في المنافسة الإفريقية، لذلك سنعلم على تسيير المباراة بذكاء وتحقيق نتيجة إيجابية". ويخصوص الإصابة التي تعرض لها بن غيث مع المنتخب الوطني المحلي في ودية فلسطين، أكد لاعب شباب بلوزداد أن مجرد إصابة خفيفة ولن تمنعه من المشاركة أمام حافيا كوناكري الأحد المقبل.

سفيان ع



مجددا دعمه الكبير وتشجيعه لأبطال الجزائر

رئيس الجمهورية يكرم الرياضيين المتوجين ولاعبين "الخضر"

أشرف رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، أمس الأربعاء بالجزائر العاصمة، على حفل تكريم الرياضيين الجزائريين المتوجين في البطولة العالمية لذوي الهمم بتيودلهي والبطولة العالمية لألعاب القوى بطوكيو وكأس العرب لكرة السلة بالبحرين والمنتخب الوطني لكرة القدم، المتأهل إلى كأس العالم 2026. وقد جرى حفل التكريم، بقصر الشعب بحضور كبار المسؤولين في الدولة وأعضاء من الحكومة وإطارات سامية وممثلين عن الأسرة الرياضية. وفي نهاية هذا الحفل، أخذ رئيس الجمهورية صورة جماعية مع الرياضيين الجزائريين المكرمين. وتأتي خطوة الرئيس تبون، بتكريم أبطال الجزائر، في مختلف المحافل الرياضية، لتعكس حرصه الشديد على دعم الرياضة الجزائرية وتعزيز مكانتها عالميا وقاريا وإقليميا.

مهدي

رئيس
الاتحادية
الجزائرية لكرة
السلة مهدي أوصاف:

"الرئيس تبون
أكد لنا وقوف الدولة
الدائم ودعمها للرياضة
بكل اختصاصاتها"

حيا رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة السلة مهدي أوصاف، مبادرة رئيس الجمهورية، من خلال استقبال الأبطال الجزائريين المتوجين في مختلف المنافسات القارية والعالمية، معتبرا بأن هذه الخطوة تعتبر دعما وحافزا لكل الرياضيين قائلا: "إنه لشرف كبير لنا ومن خلالنا للرياضات الجماعية أن نحظى باستقبال رئيس الجمهورية الذي عودنا على دعمه الكبير للرياضة ومرافقة الرياضيين". و اعتبر أوصاف هذا التكريم بمثابة محفز للشباب وللاتحادية لتقديم الأفضل وتشريف الراية الوطنية، خاصة وأن رئيس الجمهورية "أكد لنا وقوف الدولة الدائم ودعمها للرياضة الوطنية بكل اختصاصاتها".

محمد نجيب عمشي:

"نهدي هذا الإنجاز للشعب الجزائري
ونشكر الرئيس على تكريمه لنا"

عبر البطل الجزائري، محمد نجيب عمشي، عن سعادته الكبيرة بعد نيله الميدالية البرونزية في بطولة العالم لذوي الاحتياجات الخاصة، مؤكدا أن الوصول إلى هذا الإنجاز لم يكن بالأمر السهل، بل جاء نتيجة عمل وجهد متواصلين ومنافسة شديدة. وقال عمشي في تصريحه خلال الحفل التكريمي الذي أقيم على شرف الرياضيين المتألقين: «نشكر رئيس الجمهورية على هذا التكريم، وأقول له ربي يحفظك ليينا، الأمور لم تكن سهلة من أجل الحصول على هذه المرتبة بعد مجهود كبير، وكانت المنافسة قوية، ونهني هذه الميدالية للشعب الجزائري".

مهدي

عبد القادر بوعامر:

"شرف كبير لنا وتشجيع لحصد
المزيد من الميداليات"

نوه المصارع البارالمبي في اختصاص الجيدو، عبد القادر بوعامر، بمبادرة رئيس الجمهورية ودعمه المتواصل للرياضيين وتشجيعه لهم، حيث قال في تصريحاته أمس على هامش استقبال الرئيس تبون لأبطال الجزائر ولاعبين المنتخب الوطني بقصر الشعب "أصبحت في عهدة النتائج الرياضية نتحسن تدريجيا، وأشكره جزيل الشكر على هذه الالتفاتة وهذا شرف كبير لنا ويشجعنا على حصد ميداليات أكثر مستقبلا".

مهدي

قال إن ما تحقق من نتائج وألقاب هو ثمرة رؤية وطنية

صادي: "الرئيس تبون المشجع الأول
والداعم الأكبر للرياضة في الجزائر"

أكد وزير الرياضة، رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي، أن الإنجازات المحققة من قبل رياضيي النخبة والمنتخب الوطني الذي حقق تأهلا مستحقا إلى المونديال، بفضل الرؤية الوطنية والدعم اللامتناهي لرئيس الجمهورية عبد المجيد تبون. وقال صادي في خطاب ألقاه على هامش استقبال الرئيس تبون لأبطال الجزائر ولاعبين المنتخب الوطني أمس بقصر الشعب تكريما لهم على الإنجازات المحققة "السيد رئيس الجمهورية إن ما تحقق من نتائج وألقاب هو ثمرة رؤية وطنية وتخطيط يتطلع دوما إلى المزيد من التميز باستغلال الإمكانيات المتاحة عبر تشييد المرافق الرياضية الحديثة ودعم الممارسة الرياضية إضافة إلى دعمكم المتواصل والحديث وواصل "كنتم ولازلتهم المشجع الأول والداعم الأكبر والمتابع باهتمام لكا يحققه رياضيونا ومنتخبنا من إنجازات مشرفة داخل الوطن وخارجه" وتمهد الرجل الأول في قطاع الرياضة على العمل على مواصلة النتائج المشجعة لرسم صورة مشرفة تليق بصورة الجزائر بين الأمم وختم "وانطلاقا من توجهاتكم السامية نجدد التزامنا الراسخ بمواصلة العمل على جعل الرياضة ثقافة حياة من خلال توسيع القاعدة الممارسة في الجامعات والمراكز التربوية والتكوين المهني والأقطاب العمرانية مع الاهتمام بالرياضة العسكرية وتكريس ثقافة التكوين وتأهيل الكفاءات الإدارية والفنية وتعزيز مبادئ الحوكمة والشفافية في تأطير الرياضة ومرافقة رياضيي النخبة كل ذلك لرسم صورة مشرفة تليق بمكانة الجزائر بين الأمم".

مهدي

الأمين العام للاتحادية الجزائرية لذوي الهمم، مهدي عصماني:

"التكريم سيعطي دفعا جديدا لرياضة ذوي
الاحتياجات الخاصة"

أكد الأمين العام للاتحادية الجزائرية لذوي الهمم، مهدي عصماني، أن هذا التكريم الذي حظي به الأبطال البارالمبيين الجزائريين المتوجين في البطولة العالمية الأخيرة لألعاب القوى بتيودلهي، هو حافز ودعم معنوي للمضي قدما نحو الأمام وتحقيق المزيد من التتويجات والإنجازات، وقال عصماني في تصريحاته على هامش استقبال رئيس الجمهورية للرياضيين المتوجين والمنتخب الوطني بقصر الشعب: "هذا التكريم سيعطي دفعا جديدا لرياضة ذوي الاحتياجات الخاصة، وللرياضيين والطواقم الفنية للمضي قدما نحو نجاحات وتشريفات أخرى للراية الوطنية، في المنافسات القادمة، على غرار البطولة الافريقية لكرة الجرس (رجال-سيدات) في ديسمبر القادم بمصر والتي نسعى خلالها إلى التتويج باللقب القاري".

مهدي

جمال سجاتي:

"هذا التكريم أكبر حافز
لإسعاد الشعب الجزائري"

قدم البطل الجزائري جمال سجاتي صاحب الميدالية الفضية العالمية لسباق 800 م بطوكيو، شكره لرئيس الجمهورية على التكريم الذي حظي به أمس في قصر الشعب، مهنتا جميع الرياضيين بالتتويج الذي أحرزوه، مضيفا أنه "أكبر حافز لنا تحسبا للمواعيد الهامة القادمة من أجل إسعاد الشعب الجزائري".

مهدي



السويد تقيل توماسون بعد تراجع النتائج في تصفيات كأس العالم

أعلن الاتحاد السويدي لكرة القدم، رسمياً، إقالة المدرب يون دال توماسون من منصبه كمدير فني للمنتخب السويدي. وذلك بعد سلسلة من النتائج السلبية خلال مشوار الفريق في تصفيات كأس العالم 2026.

وجاء القرار عقب خسارة المنتخب السويدي المقابلة أمام كوسوفو بهدف دون رد، مساء أمس الإثنين، ضمن منافسات الجولة الأخيرة من التصفيات، وهي الهزيمة التي أشعلت غضب الجماهير السويدية ودفعته الاتحاد للتحرك سريعاً لإنقاذ الموقف.

وأوضح الاتحاد السويدي في بيان عبر موقعه الرسمي أن قرار الإقالة جاء «بعد تقييم شامل

لأداء المنتخب ونتاجه في الفترة الأخيرة»، مؤكداً أن الهدف الآن هو «إعادة بناء الفريق

وتهينته للعودة إلى المسار الصحيح قبل استئناف المنافسات المقبلة».

ويعد توماسون، الذي تولى قيادة السويد العام الماضي، أحد أبرز المدربين الذين علق

عليهم الاتحاد آمالاً كبيرة لإعادة المنتخب إلى المنافسة القارية والعالمية، إلا أن النتائج

لم تكن على مستوى الطموحات.

جدير بالذكر أن منتخب السويد يتنزل جدول ترتيب مجموعته في التصفيات برصيد

نقطة واحدة فقط، بعد تعادل وخسارتين، ما جعله بعيداً تماماً عن دائرة المنافسة

على التأهل إلى مونديال 2026. وبذلك، يدخل الاتحاد السويدي في سباق مع الزمن

لاختيار مدير فني جديد، قادر على إعادة الروح لمنتخب «الفايكينج» واستعادة

الثقة المفقودة في الشارع الرياضي السويدي.



ليونيل ميسي يصبح أكثر اللاعبين صناعة للأهداف في تاريخ المنتخبات

بواصل ليونيل ميسي، قائد المنتخب الأرجنتيني الانفراد بالأرقام القياسية في مسيرته الكروية، بعدما انضرد بصدارة قائمة أكثر اللاعبين صناعة للأهداف في المباريات الدولية. وقاد ميسي منتخب بلاده الأرجنتين للفوز وديا على بورتوريكو بستة أهداف دون رد (6-0). وساهم ميسي في الفوز الكبير للمنتخب الأرجنتيني بتقديمه تمريرتين حاسمتين لزملائه في المباراة. ونجح صاحب الكرة الذهبية لأفضل لاعب في العالم 8 مرات في الوصول إلى 60 تمريرة حاسمة في المباريات الدولية مع منتخب بلاده. وتخطى ميسي زميله السابق ونجم المنتخب البرازيلي نيمار (58 تمريرة حاسمة) والنجم الأميركي السابق لاندون دونوفان (58 تمريرة حاسمة). ويات ميسي على بعد تمريرتين حاسمتين من الوصول إلى الرقم 400 في مسيرته الكروية.

مدرب اليابان: الفوز التاريخي على البرازيل ثمرة عمل عشرات السنوات

يرى هاجيمي مورياسو مدرب المنتخب الياباني، أن الفوز الودي التاريخي الذي حققه «الساموراي الأزرق»، على نظيره البرازيلي 2-3، كان ثمرة عمل على مدى عقود من الزمن، مشجعاً لاعبيه على استخدامه كنقطة انطلاق نحو الفوز بكأس

العالم. فاجأت اليابان مضيفتها البرازيل بثلاثة أهداف في الشوط الثاني لتحول تخلفها

بهدفين في طوكيو إلى فوز تاريخي هو الأول لها على أبطال العالم خمس مرات في 14 مباراة. وأعرب مورياسو عن سعادته بلاعبيه لنجاحهم أخيراً في تحقيق

الفوز المنتظر، مشيداً أيضاً بالتشكيلات اليابانية التي مهدت الطريق لتحقيق هذا الانتصار التاريخي، قائلًا «لم تفز اليابان على البرازيل من قبل، لكن

اللاعبين الذين سبقونا كانوا دائماً على قدر التحدي في محاولة التغلب عليهم، ويفضلهم تمكنا من الفوز اليوم».

وتابع «هذه النتيجة تجسد جهود الجيل الحالي والأجيال السابقة من اللاعبين

اليابانيين». وفازت اليابان على ألمانيا وإسبانيا في كأس العالم 2022 في قطر قبل أن تخسر

بركلات الترجيح أمام كرواتيا في ثمن النهائي. ورفع مورياسو التحدي بقوله إن اليابان تطمح للفوز بكأس العالم الصيف

المقبل في الولايات المتحدة وكندا والمكسيك، وحث لاعبيه على مواصلة التحسن، مرحباً بدفعة الثقة التي تلقوها قبل قرابة على انطلاق النهائيات

العالمية. وقال «سنواصل ما كنا نفعله، وسنسعى لرفع مستوانا خطوة بخطوة. لن تكون

كأس العالم سهلة، واعتقد أن البرازيل ستعود أقوى، لذا علينا أن نواصل العمل

خطوة بخطوة». وأشعلت النتيجة احتفالات صاخبة في المدرجات، حيث حضر قرابة 45 ألف

مشجع لمشاهدة هذا الإنجاز التاريخي. وقال المهاجم شوتو ماشينوان مينامينو الذي كان قائدا للفريق بدلا من واتارو

إنندو المصاب، حفر اللاعبين قبل المباراة، مضيفا «كنا نلعب ضد فريق لم

ننزهه من قبل، وطلب منا تاكمي أن نجعل هذه المباراة تغير تاريخنا. وهذا ما حصل».

هذا هو الفوز الأول لليابان على البرازيل في 14 مواجهة بين المنتخبين. كما

أنها الخسارة الثانية للبرازيل منذ أن تولى الإيطالي أنشيلوتي دفة القيادة في

مايو، بعد خسارتها السابقة أمام بوليفيا 1-0 ضمن تصفيات كأس العالم

2026. وسبق أن ضمن المنتخبان البرازيلي والياباني التأهل إلى نهائيات

كأس العالم المقبلة التي تقام في الولايات المتحدة وكندا والمكسيك.

وأجرى أنشيلوتي تعديلات على تشكيلته التي سحقته كوريا الجنوبية وديا

5-0، حيث أبقى هداقي اللقاء السابق إيسيتيوا ورودريغو على مقاعد

البدلاء إلى جانب ماتيو كوني، وأشرك مارتينيلي وهنريكي إلى جانب

فينيسوس جونيور نجم ريال مدريد الإسباني في خط الهجوم.

وافتقدت اليابان من جانبها عددا من لاعبيها الأساسيين المصابين، من

بينهم الجناح كاورو ميتوما لاعب برايتون الإنكليزي ولاعب وسط ليفربول

واتارو إنندو. وافتقدت البرازيل التسجيل بعد سلسلة تمريرات وصلت إلى هنريكي الذي

سدد كرة زاحضة إلى المرمى (26). وأضاف مارتينيلي الثاني مستغلا

عرضية من لوكاس باكيثا (32).

لكن مينامينو قلص الفارق بعد خطأ فادح من المدافع فابريسيو برونو

(52) الذي سجل حول تسديدة كيتو ناكامورا نحو المرمى (62)

وفي الدقيقة 71 سجل أويدا هدف الفوز برأسية متابعاً ركنية نفذها

البديل جونيا إيتو (71).

رينارد: أمي أوصتني بالتأهل لكأس العالم مع السعودية

كشف الفرنسي هيرفي رينارد، المدير الفني للمنتخب السعودي، عن وصية خاصة من والدته قبل وفاتها، تتعلق بالتأهل إلى نهائيات كأس العالم 2026. وقاد هيرفي رينارد المنتخب السعودي للتأهل إلى نهائيات كأس العالم للمرة السابعة في تاريخه، والثالثة على التوالي، والثانية تحت قيادته، بعد أن قاده للتأهل إلى مونديال 2022 في قطر. وتأهل المنتخب السعودي بعدما تعادل مع نظيره العراقي سلبياً، في المباراة التي جمعت المنتخبين مساء أمس الثلاثاء على ملعب الإنماء، ليتصدر المجموعة الثانية من الملحق الآسيوي، بفارق الأهداف المسجلة فقط عن المنتخب العراقي. وقال المدرب الفرنسي في تصريحات خلال المؤتمر الصحفي عقب المباراة: «المباراة اليوم كانت عاطفية، أمتي توفيت في فبراير الماضي، وكانت معنا حينما فزنا على الأرجنتين». وأضاف: «شاهدتها آخر مرة في يناير الماضي، وقالت لي إنني لن أستطيع مشاهدة كأس العالم، ولكن يجب أن تكون متواجداً رفقة المنتخب السعودي». وتابع: «أتحدث مع عائلتي وزوجتي قبل مثل هذه المواجهات، زوجتي كانت موجودة في الملعب، ولكن أطفالتي لم يكونوا موجودين، وهم دائماً يدعمونني».

"منح التأهل لقطر والسعودية" ..

مدرب العراق يفتح النار على الاتحاد الآسيوي

هاجم الأسترالي غراهام أرنولد، المدير الفني للمنتخب العراقي، الاتحاد الآسيوي لكرة القدم بسبب إقامة مباريات ملحق كأس العالم 2026 في السعودية وقطر، وذلك بعدما نال "الأخضر" بطاقة التأهل إلى المونديال على حساب "أسود الرافدين". وتأهل منتخب السعودية إلى نهائيات كأس العالم، بتعادله مع نظيره العراقي بدون أهداف في ثالث جولات دور الملحق الآسيوي المؤهل للمونديال.

وقال أرنولد في المؤتمر الصحفي عقب نهاية اللقاء: فخجور بأداء اللاعبين خاصة بالطريقة التي لعبنا بها في هذه المجموعة. الفريقان اللذان حصلوا على فترة راحة 6 أيام تأهلا لكأس العالم، في إشارة لمنتخبي قطر والسعودية. وأضاف مدرب العراق: تم

إبلاغي سابقاً بأن الملحق الآسيوي سيلعب في أرض محايدة، المنتخبان المتأهلان هما صاحبا

الأرض والجمهور. وأوضح: لم نستقبل أي هدف في هذه البطولة، وخرجنا بفارق

الأهداف فقط ومازال أمامنا فرصة عبر الملحق. وزاد المدرب

الأسترالي: الاتحاد الآسيوي أخبرنا في

بداية الأمر بأن الملحق سيقام على أرض محايدة،

وعند حضوري للقرعة أخبرونا بأن الملحق سيقام في أرض

المنتخب الأعلى في التصنيف. ومن المقرر أن يلتقي منتخب

العراق نظيره الإماراتي في الملحق الشهر المقبل، على

أن يتأهل الفائز منهما إلى الملحق العالمي.



رافينيا يدلي باعتراف عن العرض السعودي

أكد البرازيلي رافينيا نجم برشلونة أنه فكر في الرحيل عن صفوف الفريق الكتالوني في صيف 2024 بعد تلقيه عرضاً مغرياً من السعودية. وقال رافينيا في مقابلة مع شبكة "ESPN Brazil": "بالطبع فكرت في الرحيل، ظننت أن الوقت قد حان لكن بعد ذلك تحدثت مع المدرب فليك أولاً عبر الهاتف ثم في بداية فترة ما قبل الموسم وتمكن إقناعي بالبقاء، والحمد لله أنه فعل ذلك". ومع ذلك اعترف رافينيا: "العرض الذي تلقيناه من السعودية جعلني أتردد كثيراً لأنه كان سيحل أموراً كثيرة في حياتي الشخصية وحياة وحياتي ابني وحياتي الكثيرين". وأضاف: "العب كرة القدم منذ أن كنت في الخامسة عشرة من عمري مرت بتجارب جيدة وأخرى سيئة في كل مكان وجاء وقت شعرت فيه بضرورة الاعتناء بنفسني وعائلتي". وأردف: "لأنني لم أكن اللاعب الذي توقعوه أراد الكثيرون رحيلي عن النادي ظنوا أنني لن أحظى بمستقبل هنا". وتابع: "لم يكن الأمر مسألة إحساس خاطئ لقد كان أمراً ملموساً للغاية لا أستطيع ذكرهم جميعاً ربما لم أكن أفعل ما رأوه مناسباً لي". وأكمل: "لطالما كان ضميري مرتاحاً بشأن ما يمكنني تقديمه لقد قدمت أقصى ما لدي ربما توقعوا أن أسجل 30 هدفاً في كل موسم لكنني لست مهاجماً صريحاً أنا أساعد كثيراً بالجهد والتفاني والعمل؛ هذا هو رافينيا ساينزل قصاري جهدي دائماً". وانفجر رافينيا في موسم 2024/25 وكان حاسماً في معظم الأوقات حيث سجل 34 هدفاً وقدم 26 تمريرة حاسمة وجدد برشلونة عقده حتى صيف 2028.

راشفوردي أنقذني من شبح الحرمان

قال الإنجليزي ماركوس راشفوردي، جناح برشلونة الإسباني المعار من مانشستر يونايتد الإنجليزي، أن البارسا أنقذه من شبح الحرمان من التواجد في قائمة منتخب إنجلترا خلال الفترة المقبلة، مع اقتراب كأس العالم 2026 في الولايات المتحدة الأمريكية، كندا، والمكسيك. وصرح راشفوردي، لشبكة ITV التلفزيونية قائلاً: "بالطبع انتقلنا إلى برشلونة بحسن من فرص في المشاركة بالمونديال، لا أظن أن استمرار في مانشستر يونايتد كان سيضعني أحصل على الاستدعاء للعب مع المنتخب". وأضاف اللاعب: "سأصل إلى أفضل نسخة عندما أصل لأقصى ما يمكن تقديمه في الملعب، وحينها سأكون أكثر سعادة بكل تأكيد، وستكون النسخة الأفضل مني التي شعرت بها في حياتي بالكامل، وسأساعد برشلونة ومنتخب إنجلترا في النهاية". من جهته، رد المدرب الألماني توماس توخيل، المدير الفني للمنتخب الإنجليزي، وقال في تصريحات للشبكة ذاتها: "يجب أن تثبت نفسك الآن، إنها لحظتك الحاسمة، حان وقتك ولا أظن أن يكون هناك أي لحظة أخرى". وواصل توخيل: "على راشفوردي أن يقدم الدليل على أنه يريد أن يكون لاعباً من الطراز العالمي".

ضربة مدوية لبرشلونة قبل الكلاسيكو

تعرض البرازيلي رافينيا دياز، نجم برشلونة، لانتكاسة أثناء عملية تعافيه من الإصابة، بحسب تقرير صحفي إسباني. وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فقد اتضح أن إصابة رافينيا في العضلة الخلفية كانت أقوى مما ظهرت عليه في البداية. وأضافت الصحيفة، أن اللاعب شعر بعدم ارتياح أثناء محاولة العودة إلى أرض الملعب، وعادوه الشعور بالألم في منطقة العضلة الخلفية. وكان من المفترض أن يعود للاعب بشكل تدريجي بداية من الأسبوع الحالي، من خلال الحصول على دقائق في مباراتي جيرونا وأولمبياكوس، ولكنه تعرض لانتكاسة غير متوقعة. ولفتت الصحيفة، إلى أن مشاركة رافينيا ضد ريال مدريد في الكلاسيكو بنهاية الشهر الحالي، أصبحت محل شك. ويواصل الجناح البرازيلي حالياً التدريب داخل صالة الألعاب الرياضية، ولم يشارك في المران الجماعي مع الفريق. وشارك رافينيا منذ بداية الموسم الحالي في 7 مباريات وتمكن من تسجيل 3 أهداف وصناعة هدفين.

فان باستن؛ دي يونغ مخيب للأمال مع هولندا بعكس برشلونة

انتقد الأسطورة الهولندي ماركو فان باستن، مهاجم ميلان التاريخي، أداء مواطنه فريينكي دي يونغ، نجم وسط برشلونة، مع منتخب بلاده. وكانت صحيفة الإسبانية، قد أفادت بأن دي يونغ سيوقع عقداً جديداً مع يوم الأربعاء المقبل، سيكون سارياً لمدة 4 سنوات أخرى، أي حتى صيف 2029. الخطوة تحمل بعداً مالياً واضحاً من جانب برشلونة، إذ تتيح له إدارة أفضل لتوازنات الرواتب وهيكّل الإنفاق في ظل سياسة ترشيح النفقات يتبعها النادي منذ عدة مواسم، في محاولة للالتزام بلوائح المالي التنظيم التي تفرضها رابطة الدوري الإسباني. وأعرب فان أملة في أداء دي يونغ، مشيراً إلى أنه توقع المزيد من الحركة للاعب يسرع فريينكي من وتيرة اللعب، لكنه لم يفعل، لقد وجدت ذلك مخيباً للأمال". وأضاف: "دور دي يونغ هو نقل الكرة بسرعة من الخلف إلى الأمام، لكنه نادراً ما كان يفعل ذلك، إنه لأمر مؤسف لأنه يمتلك الرؤية والمهارات اللازمة للقيام بذلك، يلعب بيدري أسرع ويخاطر أكثر في الهجوم، هذا ما نتوقعه من فريينكي". وأتم: "في برشلونة، دي يونغ أكثر إنتاجية لكن مع المنتخب الوطني يفعل كل شيء ببطء شديد". وأوضحت الصحيفة، أن راتب دي يونغ للفترة المتبقية من الموسم الحالي سيكون حسب الاتفاق القديم، بينما سيبدأ راتبه الجديد بدءاً من 1 جويلية المقبل مع بداية موسم 2026/27. ولفتت الصحيفة، إلى أن قيمة الشرط الجزائي في عقد دي يونغ ستبلغ 500 مليون يورو بدلاً من الحالي الذي يُقدر بـ 400 مليون يورو. وشارك دي يونغ في فوز منتخب هولندا على فنلندا برعاية نظيفة، ضمن تصفيات أوروبا المؤهلة لكأس العالم 2026.

مبابي؛ هذا هو الفارق بين ريال مدريد وسان جيرمان

كشف الفرنسي كيليان مبابي، نجم ريال مدريد الحالي وباريس سان جيرمان السابق، عن الاختلافات بين النادييين. وانضم مبابي لصفوف ريال مدريد في صيف 2024، في صفقة انتقال حر، بعد انتهاء عقده مع باريس سان جيرمان. وقال مبابي، في تصريحات لشبكة "موفي ستار" الإسبانية: "الاختلاف الوحيد بين ريال مدريد وباريس سان جيرمان هو أن الريال هو النادي الأفضل في العالم". وأضاف: "تقول لنفسك في ريال مدريد أنا في أفضل ناد في العالم وعلي أن أحقق الانتصارات، وأن أكون قدوة لزملائي وللعلماء". وتابع: "لا شيء يقارن بثقل شعار ريال مدريد، قميصه لا يكتفي أحد بارتدائه، بل يجب تمثيله بأفضل شكل ممكن". وأوضح: "عندما غادرت مونكو كان الهدف الواضح هو اللعب في ريال مدريد، لكن كان هناك كريستيانو رونالدو وكريم بنزيما وجاريت بيل، ولم أكن أريد الجلوس على مقاعد البدلاء". وختم: "كان من الرائع اللعب في باريس سان جيرمان، لكن بالطبع كان لدي حلم الانضمام لريال مدريد". وخاض مبابي (26 عاماً) 13 مباراة مع الريال في الموسم الحالي وسجل 15 هدفاً وصنع هدفين.

وكان من المقرر أن ينضم مبابي لصفوف ريال مدريد في صيف 2022، حيث أتم اتفاقه مع النادي على كل شيء، قبل أن يتراجع فجأة ويقرر تجديد عقده مع باريس سان جيرمان لمدة موسمين جديدين. ورغم حالة الغضب التي انتابت مسؤولي ريال مدريد بسبب قرار مبابي، إلا أنه شرح موقفه لرئيس الميرننجي فلورنتينو بيريز، الذي قرر منحه فرصة جديدة وضمه مجاناً في صيف 2024. وتعرض مبابي لإصابة في الكاحل الأيمن خلال مواجهة فرنسا ضد أذربيجان، ليغيب على أثرها عن مباراة آيسلندا التي انتهت بالتعادل 2-2.

نجم أتلتيكو مدريد يحقق رقماً تاريخياً مع منتخب إسبانيا

حقق مدافع منتخب إسبانيا وفريق أتلتيكو مدريد، روبن لو نورماند، رقماً تاريخياً مع كتيبة لا روخا، خلال مشاركته في مباراة إسبانيا ضد بلغاريا، مساء الثلاثاء، في تصفيات كأس العالم 2026 بكتندا، أمريكا، والمكسيك. مدافع الأتلتيكي صنع الهدف الأول للماتادور في الشوط الأول من اللقاء والذي حمل توقيع ميكيل ميرينو عند الدقيقة 35، ليصبح أول قلب دفاع في تاريخ إسبانيا يصنع هدفين في مباراتين متتاليتين مع منتخب إسبانيا بعدما صنع هدفاً في المباراة الماضية ضد جورجيا لزميله بيريمي بيتو. ويملك روبن لو نورماند في مسيرته الدولية هدف يتيم، علماً بأن أول ظهور له مع إسبانيا كان في منتصف يونيو 2023، وشارك في 26 مباراة من ذلك الحين مع كتيبة لا روخا.

وحقق مدافع الأتلتيكي لقب دوري الأمم الأوروبية مع إسبانيا في موسم 2022 - 2023، كما توج بلقب بطولة الأمم الأوروبية الماضية في ألمانيا، يورو 2024. ويقدم لو نورماند مستويات مميزة رفقة أتلتيكو مدريد حيث شارك في 1157 دقيقة هذا الموسم، مسجلاً هدفاً في 8 مباريات بالدوري الإسباني، وهدفاً في دوري أبطال أوروبا من مباراتين، كما شارك في مونديال الأندية بأمريكا وصنع هدفاً في 3 مباريات.

دي لا فوينتي؛ إسبانيا ليست بيدري فقط!

رفض لويس دي لا فوينتي، مدرب منتخب إسبانيا، اختزال قوة وأفضلية الماتادور في لاعب وسط برشلونة، بيدري، رغم اعتراجه بالجودة المبهرة التي يملكها اللاعب. وهدفت الجماهير الإسبانية في إتشبي وولد الوليد باسم بيدري خلال آخر مباراتين، وسط تصفيق حار، وهو أمر علق عليه دي لا فوينتي بعد الانتصار الساحق على بلغاريا، برعاية دون رد، في تصفيات كأس العالم 2026، مساء الثلاثاء. وقال دي لا فوينتي، في تصريحات بالموتمر الصحفي عقب اللقاء: "الجمهور الإسباني يقدر اللاعبين، ولديه ذوق رفيع، لذلك رأينا التصفيق والتهاف باسم بيدري في مباراة اليوم، إنها ليست المرة الأولى التي نعيش فيها هذا الأمر، على مدار التاريخ كانت إسبانيا تملك لاعبين بجودة عالية مثله، ودوماً هناك تقدير لهم". وأضاف مدرب إسبانيا: "لكن لا يجب أن ننسى العمل الرائع لبقية اللاعبين، إسبانيا لديها العديد من اللاعبين على المستوى العالمي، لهذا أفضل أن أضع تركيزي على العلاقة بين كل اللاعبين".

واستطرد دي لا فوينتي: "بالنسبة لي دوماً أقول أن الأفضل هو الفريق بالكامل، والأفضل في منتخب إسبانيا هو الفريق نفسه".



الصحافة العالمية تنتقد ألمانيا؛ منتخب باهت.. قليل الأفكار

لا يزال منتخب ألمانيا لم يققن الصحافة العالمية، رغم انتصاره على أيرلندا الشمالية، مساء الاثنين، بنتيجة (0-1) في تصفيات مونديال 2026.

وعززت ألمانيا من صدارتها لمجموعتها في التصفيات الأوروبية المؤهلة لمونديال 2026 الذي سيقام في الولايات المتحدة والمكسيك وكندا، بالتغلب على مضيفتها أيرلندا الشمالية، في اللقاء الذي أقيم على ملعب ويندسور بارك في بلفاست.

وسجل هدف ألمانيا الوحيد نيك فولتيماده مهاجم نيوكاسل في الدقيقة 31. في إسبانيا، يتحدثون عن منتخب ألماني "باهت"، وتشيد وسائل الإعلام الإسبانية بالكثير من الجهد، لكنها ترى "قلة الأفكار". بينما في إنجلترا، يتم فحص اللاعبين الأجانب فلوريان فيرتز صانع ألعاب ليفربول ونيك فولتيماده مهاجم نيوكاسل. ويعرض موقع SPOX الألماني مجموعة مختارة من تعليقات الصحافة على المباراة

تعليق الصحافة الإسبانية

وعلقت صحيفة "ماركا": "هدف بكتف فولتيماده يمنح ألمانيا الفوز على منتخب أيرلندا الشمالية الذي واجه بطل العالم أربع مرات على قدم المساواة، وكان على ألمانيا أن تكافح أكثر مما كان متوقعا. لم تكن هذه أفضل مباراة للألمان، لكنهم تمكنوا من الفوز، وحصدوا الآن تسع نقاط، وأصبحوا على وشك التأهل إلى كأس العالم". بينما قالت صحيفة "أس"، "فولتيماده يقود ألمانيا للفوز؛ هدف مهاجم نيوكاسل ينقذ منتخب ألمانيا الباهت في بلفاست، الذي عانى مرة أخرى أكثر من اللازم. في العطلة الدولية المقبلة في نوفمبر، ستقام المباراة الحاسمة للتأهل المباشر إلى كأس العالم".

ردود فعل الصحافة الإيطالية

أما في إيطاليا قالت صحيفة "جازيتا ديلو سبورت": "ألمانيا تفوز، لكنها تعاني كثيرا للحصول على ثلاث نقاط مهمة. بعد أن خرج المنتخب من الدور الأول في آخر بطولتين لكأس العالم، أصبح الآن يواجه صعوبات كبيرة حتى في مواجهة الفرق الأضعف. فريق ناغلسمان يفوز، لكنه لا يققن على الإطلاق". وعلقت "كورييري ديلو سبورت": "ألمانيا تهزم أيرلندا الشمالية التي تلعب بجدية كبيرة، لكن بأفكار قليلة. فولتيماده يمنح ناغلسمان فوزا ثمينًا". وقالت توتوسبورت، "ألمانيا لا تسمح لنفسها بأي خطأ وتفوز على أيرلندا الشمالية - مع فولتيماده في أفضل حالاته. تظهر هذه المباراة أن ألمانيا تجد صعوبة متزايدة في التغلب على خصوم لا يرقون عادة إلى مستواها".

ماذا قالت الصحف الإنجليزية والفرنسية؟

وقالت صحيفة "الجارديان": "من كان يبحث في بلفاست عن تأكيد أن فلوريان فيرتز يستحق قبضة انتقاله البالغة 116 مليون جنيه إسترليني، لم يجد ما يبعث عنه". وأضافت: "بدلاً من ذلك، كان نيك فولتيماده هو من أكد مكانته كرجل الساعة في ألمانيا بفضل هدفه الأول في المباراة الدولية. بدون ألمانيا، لن تكون هناك بطولة كأس العالم، وبدون ألمانيا، لن تكون هناك بالتأكيد بطولة كأس العالم. ومع ذلك، من الواضح أنهم لم يصلوا إلى هدفهم بعد". وأشارت صحيفة إندبندنت، "أكد هدف نيك فولتيماده الأول في المباريات الدولية هزيمة أيرلندا الشمالية 0-1 أمام ألمانيا في مباراة تصفيات كأس العالم في وندسور بارك. المهاجم الذي كلف نيوكاسل 69 مليون جنيه إسترليني سجل في الدقيقة 31 بكتفه من ركلة ركنية من ديفيد راوم - ربما بطريقة غير تقليدية، لكنها كانت كافية لحسم مباراة صعبة، حيث لم تظهر خوفاً من خصمها الشهير فريق مايكل أونيل الشاب في مباراته المأنة كمدرّب".

من جانبها أوضحت صحيفة "ليكيب" الفرنسية: "لم يكن هناك وقت أو مكان أفضل من ويندسور بارك في بلفاست، حيث لم تخسر أيرلندا الشمالية منذ ما يقرب من عامين (0-1 ضد سلوفينيا في 17 أكتوبر 2023)، لتسجيل أول هدف". وأضافت: "بفضل الهدف الأول الذي سجله نيك فولتيماده (31)، حافظت ألمانيا على المركز الأول في مجموعتها. للتأكد من أن الهزيمة في المباراة الافتتاحية في براتيسلافا (0:2) الشهر الماضي لن تظل عبئا ثقيلا حتى النهاية، يجب إنهاء المهمة الشهر المقبل في لوكسمبورج ثم على أرضها ضد سلوفاكيا".

موسيوالا: الإصابة جعلتني أقدر كرة القدم أكثر

بينما كان معظم زملائه في بايرن ميونخ مع منتخباتهم الوطنية أو يتدربون في "ساينتر شتراسه"، يوم الاثنين، كان نجم الفريق البافاري جمال موسيوالا يعمل بجهد مع مدربي اللياقة البدنية من أجل العودة، حيث يغيب اللاعب رقم 10 الجديد عن الملاعب منذ إصابته بكسر في الساق والكاحل في كأس العالم للأندية الصيف الماضي. وقال موسيوالا، في تصريحات نقلها الموقع الرسمي لبائرن ميونخ: "أعتقد أنك تتعلم الكثير خلال الإصابة، على سبيل المثال، أرى كم المتعة التي تحصل عليها عادة، وكم أحب كرة القدم، ولديك وقت لتتأمل بهدوء إلى كل شيء يمكنك القيام به بشكل أفضل، ليس لديك هذا الوقت للتفكير في كل شيء وأنت على أرض الملعب، ومن الواضح أنني أريد العودة بشكل أفضل". وشارك موسيوالا في 44 مباراة في جميع المسابقات الموسم الماضي، نجح خلالها في تسجيل 21 هدفا وصنع 8 آخرين، وتوج مع العملاق البافاري بلقب الدوري الألماني. وعبر موسيوالا عن حماسه للعودة والمشاركة في نجاحات الفريق الحالية: "يمكنك أن ترى كم تلعب بشكل جيد، وكم يستمتع الجميع، أريد أن أكون جزءا من ذلك وأعود إلى الملعب، وكذلك مع فونزي (الفونسو ديفيز)، نريد أن نستمتع بعد إصاباتنا ونتأكد من أننا نفوز بالكثير كفريق". ويقضي موسيوالا فترة تعافيه إلى جانب ديفيز (الذي عانى من قطع في الرباط الصليبي) وهيروكي إيتو (كسر في مشط القدم)، وقد تقرب الثلاثة من بعضهم البعض خلال فترة التعافي المكثفة ويدفعون بعضهم البعض إلى الأمام. وكشف ديفيز، في وقت سابق: "نحن نرى بعضنا البعض كل يوم ونحاول الحفاظ على التحفيز عاليا لبعضنا البعض، يساعدك أن يكون لديك أشخاص جيدون حولك".

فولتيماده يحتفل بـ "هدفه الأهم"

وصف نجم نيوكاسل يونيوند نيك فولتيماده هدفه الأول بقميص المنتخب الألماني بأنه «غاية في الأهمية» بالنسبة له على الصعيد الشخصي، رغم أنه جاء بطريقة غير تقليدية بعد أن اصطدمت الكرة بكتفه ودخلت المرمى خلال الفوز الصعب على أيرلندا الشمالية في بلفاست، مساء الاثنين، ضمن التصفيات المؤهلة إلى كأس العالم 2026. وحسب شبكة «The Athletic»، فإن فولتيماده، الذي تعرض لانتقادات حادة في الأسابيع الماضية بسبب عجزه عن التسجيل في أول خمس مباريات دولية له، كسر نحسه أخيرا بهدف منح «المانشافت»، فوزا ثمينًا في مباراة مغلقة وملينة بالنديية على ملعب وندسور بارك. وقال فولتيماده لوسائل الإعلام الألمانية بعد اللقاء: «كان من المهم جداً بالنسبة لي أن أسجل أول هدف دولي لي اليوم. بصراحة، لم أكن راضيا عن أدائي مع المنتخب حتى الآن، وربما من المناسب أن يأتي الهدف بكتفي؛ لم تكن مباراة جيدة، لكنها من تلك المباريات التي يجب أن تفوز بها مهما كان». وأضاف مهاجم نيوكاسل: «نعم، هذا الهدف مهم جداً بالنسبة لي. يبدو جميلاً أن يقال إنك سجلت للمنتخب الأول. لقد لعبت في كل منتخبات الفئات الستية، والآن أنجح في التسجيل للمنتخب الأول، وهذا شعور رائع، خصوصا بعد مباريات صعبة لم تكن سهلة علي إطلاقاً؛ لذلك أنا سعيد بأنني ساهمت أخيرا بهدف». وتابع: «الآن أصبح الأمر أكثر راحة. أعلم أن الصحافة تحب الحديث عن المهاجم الذي لم يسجل بعد، لكن بالنسبة للاعب نفسه الأمر ليس ممتعا. ومع ذلك، هذه هي حياة المهاجم الضغط دائما موجود، ولهذا يكون الشعور رائعا عندما ترى الكرة تعانق الشباك أخيرا». وقال فولتيماده عن المباراة: «كنا نعرف تماما ما ينتظرنا. كانت مباراة صعبة جدا في أجواء حماسية، كل كرة طويلة وكل كرة ثابتة كانت تشكل تحديا حقيقيا».

أوديفارد يغيب عن 7 مواجهات حاسمة مع أرسنال

تلقى نادي أرسنال الإنجليزي، ضربة قوية بعد إعلان غياب قائده مارتن أوديفارد حتى ما بعد فترة التوقف الدولي في نوفمبر بسبب إصابة في الركبة. وتعرض أوديفارد لإصابة في الرباط الجانبي الداخلي للركبة إثر اصطدام ركبتيه مع جناح وست هام كريستيانو سومرفيل خلال فوز الفريق 2-0 على ملعب الإمارات في الدوري الإنجليزي الممتاز. وأكد أرسنال في بيان رسمي أن أوديفارد، الذي بدأ الموسم متأثراً بعدة إصابات، لن يشارك مع منتخب التروييج خلال فترة التوقف الدولي الحالية. ومن المتوقع أن يظل اللاعب خارج الملاعب حتى منتصف نوفمبر، في وقت يسعى فيه فريق ميكيل أرتيتا للاستمرار في بدايته القوية في الدوري الإنجليزي الممتاز ودوري أبطال أوروبا وكأس رابطة المحترفين الانجليزية. وتصل مدة غياب أوديفارد إلى سبع مباريات قادمة تشمل الدوري الإنجليزي الممتاز، دوري أبطال أوروبا، وكأس كاراباو، على أن يأمل المدرب الإسباني في عودة اللاعب البالغ من العمر 26 عاماً في الوقت المناسب لمواجهة ديربي شمال لندن ضد توتنهام بعد فترة التوقف الدولي.

جاكبو ليفربول يستهدف الفوز بكل البطولات

أكد الدولي الهولندي كودي جاكبو، جناح نادي ليفربول، أن فريقه نصب عينيه الدفاع عن لقب الدوري الإنجليزي الممتاز خلال الموسم الحالي، مشيراً إلى أن المجموعة تمتلك المقومات اللازمة لتحقيق ذلك. ويستعد ليفربول لمواجهة غريمه التقليدي مانشستر يونايتد، يوم الأحد المقبل، على ملعب "أنفيلد"، ضمن منافسات الجولة الثامنة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال جاكبو في الموقع الرسمي للنادي: "ليفربول للغاية، يعمل فيه رائعون، ولدينا تدعينا في كل خطوة، لا يمكننا أن نأتمنى فريقاً أفضل من هذا". وأضاف: "عندما ينضم لاعبون جدد، يكون من الطبيعي أن يحتاجوا إلى بعض الوقت للتأقلم مع المجموعة، خصوصاً بعد رحيل لاعبين مثل لويس دياز وداروين نونيز الذين تواجدوا هنا لفترة طويلة، لكننا نحاول التكيف سريعاً، واعتقد أن الأمور تسير بشكل جيد". وتابع النجم الهولندي: "نحن نحاول التعرف على بعضنا البعض أكثر داخل وخارج الملعب، ومن المؤسف أن ألكسندر إيزاك لم يشارك في فترة التحضير للموسم الجديد، لكننا سنجد الطريقة المناسبة للمضي قدماً".

وأشار جاكبو إلى أن طموح الفريق واضح هذا الموسم، قائلاً: "هدفنا كفريق هو الدفاع عن لقب الدوري الإنجليزي، واعتقد أننا نمتلك المجموعة المناسبة لتحقيق ذلك". واختتم تصريحاته بقوله: "نرغب أيضاً في تقديم أداء أفضل في دوري أبطال أوروبا مقارنة بالموسم الماضي، نحن ننافس على أربع بطولات هذا الموسم، وهدفنا هو الفوز بها جميعاً، لأن هذا ما نطمح إليه في كل موسم، وأثق أن لدينا الفريق القادر على تحقيق هذا الطموح". ويحتل ليفربول حالياً المركز الثاني في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز برصيد 15 نقطة، متأخراً بفارق نقطة واحدة عن أرسنال المتصدر.

مانشستر يونايتد يُحدد شرطه لتجديد عقد كاسيميرو

حدد نادي مانشستر يونايتد شرطاً حاسماً لتجديد العقد مع النجم البرازيلي المخضرم كاسيميرو. وينتهي عقد كاسيميرو مع اليونايتد في نهاية الموسم الحالي، ولم يتم التوقيع على عقد جديد حتى الآن. وبحسب تقرير صحيفة ديلي ميل البريطانية فإن إدارة مانشستر يونايتد تدرس فكرة تمديد عقد كاسيميرو، ولكن في حالة واحدة تتمثل في قبوله تخفيض راتبه. وتأمل إدارة اليونايتد أن تنجح مساعيها في اقناع كاسيميرو بخطوة تخفيض راتبه الحالي البالغ 375 ألف باوند في الأسبوع. وتتمسك الإدارة باستمرار كاسيميرو للاستفادة من خبراته الكبيرة في الفريق الحالي الذي يقوده روبن أمورييم. الجدير بالذكر أن عقد كاسيميرو يتضمن بنداً يتيح التمديد لموسم إضافي. وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن مصير مستقبل كاسيميرو في ظل المعطيات الراهنة. ويبلغ كاسيميرو من العمر 33 سنة، ويجيد اللعب في مركز لاعب الوسط الدفاعي، وكان قد انتقل لليونايتد في 2022 قادماً من ريال مدريد. ولعب كاسيميرو بقميص اليونايتد في 131 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 18 هدفاً وصنع 12 هدفاً.

أندية البريميرليغ تضاعف حيرة ليفاندوفسكي

كشف تقرير صحفي إنجليزي، عن آخر المستجدات بشأن مستقبل البولندي روبرت ليفاندوفسكي، مهاجم برشلونة، حال رحيله عن الفريق. وينتهي عقد ليفاندوفسكي (37 عاماً) مع برشلونة بنهاية الموسم الجاري، وسط تكهنات برغبة برشلونة في ضم رأس حربة جديد. وشارك ليفاندوفسكي في مباراة بولندا، يوم الإثنين، ضد ليتوانيا في تصفيات قارة أوروبا المؤهلة إلى كأس العالم نسخة 2026، وسجل هدفاً في فوز منتخب بلاده بهدفين. وقدم ليفاندوفسكي مستويات متميزة مع برشلونة خلال السنوات الماضية، ولعب دوراً كبيراً في حصول الفريق الكتلوني على الثلاثية المحلية، الدوري، كأس السوبر وكأس الملك، في الموسم الماضي 2024-25. وبحسب شبكة "فوتبول إنسايدر" الإنجليزية، فإن ليفاندوفسكي سيكون في حيرة بسبب كثرة الفرق التي ترغب في ضمه في حال رحيله عن برشلونة. وأضاف التقرير، أن ليفاندوفسكي سيبلغ 38 عاماً في أوت المقبل، لكنه أظهر في الآونة الأخيرة أنه لا يزال يمتلك الجودة المطلوبة ليكون مهاجماً على أعلى مستوى. ولضمت الصحيفة إلى أن عدداً من أندية الدوري الإنجليزي الممتاز ترغب في ضم ليفا، ولم يكشف التقرير عن أسماء هذه الأندية، لكنه أكد أن ليفاندوفسكي سيكون هدفاً لعدد من أندية الدوري الإنجليزي وكذلك

مهاجم فرنسا يفتح الباب أمام مانشستر يونايتد

دخل النجم الفرنسي جيان فيليب ماتيتا، لاعب كريستال بالاس، إلى دائرة اهتمام نادي مانشستر يونايتد. ويأتي اهتمام اليونايتد بخدمات ماتيتا في ظل رغبة الإدارة في تقوية صفوف الفريق خلال الفترة المقبلة. وأشار تقرير نشرته صحيفة موندو ديبورتيفو الكتالونية إلى أن كريستال بالاس وضع سعراً قدره 50 مليون يورو للموافقة على بيع النجم الشاب. وذكرت الصحيفة أن ماتيتا أبدى ترحيباً بشكل غير مباشر بخطوة الانتقال إلى مانشستر يونايتد. وقال ماتيتا: «بطبيعة الحال فإن أي لاعب يرغب في خوض التحديات الكبيرة». وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن مصير ماتيتا في حالة الرحيل عن كريستال بالاس في الفترة المقبلة. وبالتأكيد سيُمثل ماتيتا إضافة قوية لأي فريق يلعب له بالنظر إلى قدراته الفنية والبدنية الرائعة. ويبلغ ماتيتا من العمر 28 سنة، ويجيد اللعب في مركز قلب الهجوم، وينتهي عقده مع كريستال بالاس في جوان 2027. ولعب ماتيتا بقميص كريستال بالاس في 164 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 50 هدفاً، وصنع 11 هدفاً لزملائه، وسبق له اللعب لاندية ليون ولوهافر في فرنسا ومانينز في ألمانيا.

بيلينغهام يقترب من الدوري الإنجليزي

اقترب الإنجليزي جوب بيلينغهام لاعب نادي بوروسيا دورتموند الألماني، من الانضمام إلى الدوري الإنجليزي في الموسم المقبل، بعدما أصبح هدفاً للعديد من الأندية هناك. وقالت صحيفة بيلد الألمانية أن اسم بيلينغهام الصغير بدأ يتردد بقوة داخل أروقة الأندية الإنجليزية، التي تتابع تطوره عن كثب منذ انتقاله إلى بوروسيا دورتموند الصيف الماضي قادماً من سندرلاند، وأضاف التقرير أن ما يعكس صفو الأمور في دورتموند هو الاهتمام المتزايد من أندية البريميرليغ، التي ترى في جوب بيلينغهام صفقة مستقبلية مثالية. ووفقاً لتقارير بيلد فإن هناك ناديين يرجح أن يكونا ليفربول ومانشستر يونايتد يعدان أبرز المهتمين بالتعاقد مع اللاعب في الصيف المقبل، كلا الناديين يخططان لتجديد خط وسطهما بالاعتماد على عناصر شابة وموهوبة، ويريان في جوب خيلاً ذكياً يمكن أن يقدم إضافة فنية واقتصادية في الوقت ذاته. وأكدت الصحيفة أن ليفربول على وجه الخصوص يعد الوجهة الأكثر منطقية للاعب، خاصة بعد التجربة الناجحة التي يعيشها شقيقه جود في ريال مدريد، إذ يرغب جوب في السير على نفس النهج من حيث التطور السريع والانخراط في منظومة فريق كبير.

الدوري الإيطالي

نيمار يقرب من الدوري الإيطالي مجانا

يقرب البرازيلي نيمار لاعب سانتوس البرازيلي من العودة إلى أوروبا خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، وفقا لما كشفته تقارير صحفية إسبانية.

وقالت صحيفة "موندو ديبورتيفو" أن نابولي وانتير ميلان يدرسان حاليا إمكانية التعاقد مع نيمار خلال فترة الانتقالات الشتوية القادمة مجانا، وأضافت الصحيفة أن نيمار يريد العودة إلى صفوف منتخب البرازيل والذي يديره حاليا كارلو أنشيلوتي، إذ يسعى لإقناع المدرب الإيطالي باستدعائه للمشاركة في كأس العالم 2026 المقبل في الولايات المتحدة والمكسيك وكندا. وينتهي عقد نيمار مع سانتوس في ديسمبر المقبل وبالتالي يمكنه التفاوض مع أي نادي، ويغيب نيمار عن منتخب البرازيل منذ معسكر مارس 2023، إذ عانى من إصابات عديدة جعلته يغيب عن العديد من المباريات.

"بريمر" يغيب عن صفوف "جوفنتوس" لمدة تتراوح بين خمسة وستة أسابيع على الأقل

خضع المدافع البرازيلي، جليسون بريمر، لجراحة في ركبته اليسرى التي أبعدته شهرا عدة عن الملاعب الموسم الماضي، بحسب ما أعلن ناديه جوفنتوس الإيطالي، فيما أشارت وسائل إعلام محلية، إلى أنه سيغيب عن الملاعب حتى ديسمبر المقبل. وأوضح خامس ترتيب دوري كرة القدم في بيان «خضع بريمر لجراحة استئصال غضروف الركبة اليسرى بالمظار». وأضاف «سارت العملية على ما يرام، وسيبدأ اللاعب برنامجا التأهيلي في الأيام المقبلة لاستئناف نشاطه الاحترافي»، من دون تحديد موعد لعودته. ووفقا لصحيفة «غازيتا ديلو سبورت»، وقناة «سكاي سبورت»، سيغيب المدافع البرازيلي البالغ 28 عاماً عن صفوف «السيدة العجوز» لمدة تتراوح بين خمسة وستة أسابيع على الأقل. ويعود بريمر هذا الموسم من إصابة خطيرة في نفس الركبة اليسرى التي أجبرته على إنهاء موسم 2024-2025 في أكتوبر. كما يفتقد جوفنتوس لجهود مدافعه الكولومبي خوان كايال الذي من المتوقع أن يغيب لشهر ونصف الشهر. بعدما تعرض لإصابة في فخذه الأيمن في التعادل أمام فياريال الإسباني 2-2 في الجولة الثانية من دور المجموعة الموحدة في دوري أبطال أوروبا. ويحتل جوفنتوس، الذي سقط في فخ التعادل في مبارياته الخمس الأخيرة في مختلف المسابقات، المركز الخامس في الدوري برصيد 12 نقطة، وذلك قبل مواجهة كومو ضمن منافسات المرحلة السابعة.

إنتر ميلان يتنافس على ضم مارك جويهي

كشفت تقارير صحفية، إيطالية، عن دخول إنتر ميلان التعاقد مع مارك جويهي، خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة. وذكرت صحيفة "توتو سبورت"، الإيطالية، أن نادي إنتر ميلان في سياق التعاقد مارك جويهي، خلال الانتقالات المقبلة، لتدعيم صفوفه الدفاعية. ويستعد نادي إنتر لتدعيم خط دفاعه استعدادا للموسم المقبل، في ظل اقتراب رحيل لاعبين مثل ستيفان دي فراي، وفرانشيسكو أتشيري عن صفوف الفريق. وعلى الرغم من اهتمام إنتر، مازال نادي ليفربول صاحب الحظوظ الأكبر في التعاقد مع جويهي، الذي يجذب اهتمام العديد من الأندية الأوروبية بسبب صغر سنه وقدراته القيادية واستمرارية أدائه في الدوري الإنجليزي. مارك جويهي من ناشئي نادي تشيلسي، وتدرج في المراحل العمرية بالنادي قبل التصعيد للفريق الأول في يناير 2020، وأعتبر لنادي سوانزي سيتي لستة أشهر، ثم جددت الإعارة لمدة موسم آخر. وكان نادي ليفربول الإنجليزي قريباً من ضم مارك جويهي لصفوفه، خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية.

"طيران الإمارات" تجدد الشراكة التاريخية مع ميلان

أعلنت «طيران الإمارات» عن تمديد شراكتها التاريخية مع نادي أتيه سي ميلان الإيطالي، بما يعزز واحدة من أطول وأبرز الشراكات نجاحاً في عالم كرة القدم. وبموجب الاتفاقية الجديدة، تواصل «طيران الإمارات» شراكتها المتميزة مع النادي الإيطالي العريق شريكا رئيسيا، والناقلة الجوية الرسمية، والشريك الرسمي لقمصان الفريق الأول للرجال.

وتتضمن الاتفاقية استمرار ظهور شعار طيران الإمارات المميز Fly Better، على قمصان الفريق الأول لنادي ميلان في جميع البطولات الكبرى، بما في ذلك الدوري الإيطالي، وكأس إيطاليا، وبطولات الاتحادين الأوروبي والدولي لكرة القدم، إضافة إلى المباريات الودية الدولية، كما سيتسع نطاق الشراكة ليشمل قمصان فرق أكاديمية النادي، في خطوة تهدف إلى دعم مسيرة التميز الرياضي ورعاية جيل جديد من المواهب الكروية، من الناشئين، وصولاً إلى أعلى المستويات العالمية.

وتستفيد «طيران الإمارات» من مجموعة واسعة من الحقوق، تشمل عرض شعارها عبر الشاشات الإعلانية الرقمية في الملاعب ومراكز التدريب خلال المباريات المقامة على أرض النادي، إلى جانب محتوى رقمي حصري، وتجارب تفاعلية للجماهير، وخدمات ضيافة مميزة، كما تتضمن الشراكة الموسعة مبادرات مبتكرة للتواصل مع المشجعين حول العالم، من بينها تنظيم فعاليات جماهيرية لمتابعة المباريات في عدد من الوجهات الدولية المختارة.

وقال السير تيم كلارك، رئيس «طيران الإمارات»: «سعداء بتمديد شراكتنا مع نادي أتيه سي ميلان العريق، حيث يستند هذا التعاون على قيم مشتركة والتزام متبادل بالتميز، وأنشور عن تجارب لا تنسى لملايين المشجعين حول العالم، وانطلاقاً من علاقتنا الراسخة بالسوق الإيطالي، تمثل هذه الاتفاقية الجديدة خطوة طبيعية نحو المستقبل، فيما نواصل ربط ميلانو ومدن إيطالية أخرى بالعالم عبر دبي،



غاتوزو: إيطالي لن تستخف بأي خصم في الملحق الأوروبي

أبدى مدرب المنتخب الإيطالي جينارو غاتوزو حرصه على عدم الاستخفاف بأي خصم محتمل، في ملحق التأهل إلى «موندوال 2026»، المرجح أن يخوضه أبطال العالم 4 مرات، بعد فوزهم على إسرائيل 0-3، الثلاثاء، في التصفيات الأوروبية.

وسجل ماتيو ريتيغي ثنائية. وأضاف جانلوكا مانشيني الهدف الثالث في مباراة الثلاثاء في أوديني. تتضمن إيطاليا بذلك خوضها الملحق القاري، على أقل تقدير، مع حظوظ ضئيلة جداً بتأهل المركز الأول المؤهل عن المجموعة التاسعة إلى النهائيات.

وقبل جولتين على نهاية التصفيات، تتخلف إيطاليا بفارق 3 نقاط عن النرويج المتصدرة، مع أفضلية كبيرة للأخيرة من ناحية فارق الأهداف (26+ مقابل 10+ لإيطاليا)، ما يجعل إرنينغ هالاند ورفاقه الأوفر حظاً لتأهل مباشرة، حتى لو خسروا أمام رجال غاتوزو في الجولة الأخيرة، منتصف الشهر المقبل. ويتخوف الإيطاليون من تكرار كابوس الموندوالين الأخيرين، اللذين غابوا عنهما بعدما فشلوا في تجاوز الملحق القاري.

وإدراكاً منه بأن الكارثة قد تتكرر في حال عدم التصرف بمسؤولية وجدية، قال غاتوزو: «كرة القدم قد تغيرت. ففي هذه الأيام، يمكنك أن تخسر أمام أي فريق، وندرك أنه لا يمكننا الاستخفاف بأي فريق... خاصة بعد ما مررنا به».

وتابع: «نأتي من أعوام نحن غير قادرين فيها على الاستخفاف بأي فريق (بسبب تراجع مستوى المنتخب ومكانته بين الكبار)، ونكنّ احتراماً كبيراً للجميع، ونحن الفريق الذي يجب أن يؤدي عمله كما ينبغي».

سبقت المباراة مظاهرة حاشدة مؤيدة للفلسطينيين، انتهت باشتباك مجموعة صغيرة مع الشرطة، بعدما بدأت كمسيرة سلمية، إلى حد كبير، احتج فيها ما لا يقل عن 10 آلاف شخص على إقامة المباراة.

واستخدمت الشرطة مدافع المياه والغاز المسيل للدموع ضد مجموعة من المتظاهرين، الذين شاركوا في أعمال شغب بشوارع أوديني، في نهاية

لمباراة كانت تعني لكثيرين أكثر من مجرد النقاط ولم يخفف اتفاق وقف إطلاق النار في غزة، الذي المطالبات بمقاطعة رياضية لإسرائيل، في أعقاب عامين على قطاع غزة، وأسفر عن مقتل أكثر من بدأت الحملة العسكرية على قطاع غزة، على أثر هجوم «حماس» الفلسطينية المسلحة على إسرائيل في 7 (تشرين الأول) 2023.

وحضر مباراة الثلاثاء 10 آلاف مشجع فقط، بينما لم يشجع إسرائيل سوى قرابة مائة. وقال غاتوزو، بعد

المباراة: «لا جدوى من إخفاء الأمر، لم علينا أيام عدة ظننا فيها أنه أنها لن تكون أجواء احتفالية، شعرنا بذلك». وتابع: «أمل أن تكون الأمور أكثر هدوءاً في المستقبل، أعتمد ذلك، لا أعرف ما المشاكل الأخرى التي قد تظهر».



«الروسونيري»، المنتشرة في شبكتنا العالمية من ناديهم المفضل ولاعبيه». وقال مايكل أوتيلي، المدير التجاري لنادي ميلان: «يجسد تجديد شراكتنا مع «طيران الإمارات» واحدة من أعرق وأجمل الشراكات في عالم كرة القدم، ودليلاً على رحلة مشتركة نتطلع من خلالها إلى المستقبل بطموح ورؤية واضحة، وتواصل طيران الإمارات دعمنا في ترسيخ مكانة النادي القوية، وربط أجيال جديدة من المشجعين حول العالم من خلال تجارب استثنائية تتجاوز حدود الملعب».

توماس برولين .. من وصيف الكرة الذهبية إلى بائع مكانس

فاجأ توماس برولين (55 عاماً) العالم حين انتقل من مجد كرة القدم إلى مهنة لا تخطر على البال، مجسداً فعلاً عنوان قصته: "من وصيف الكرة الذهبية إلى بائع مكانس". فبعد أن لامس القمة مع منتخب السويد ونادي بارما الإيطالي، قرر النجم الذهبي في نهاية التسعينيات أن يطوي صفحة المجد ليبدأ حياة جديدة بعيداً عن الملاعب وضياع



الجهامير. واختار برولين التوقف في سن الـ28، وهو العمر الذي عادة يبلغ فيه اللاعب ذروة عطائه. وبزرق قراره بأن كرة القدم فقدت معناها بالنسبة إليه "بعدما تحولت من متعة إلى عمل روتيني مرهق". ومع ذلك، حملت سنواته القليلة في الملاعب إنجازات لافتة، إذ قاد السويد إلى المركز الثالث في كأس العالم 1994، وحصد مع بارما القاب أوروبية كبرى، بينها كأس الاتحاد الأوروبي وكأس الكؤوس وكأس السوبر. كما نال المركز الرابع في ترتيب الكرة الذهبية عام 1994 خلف البلغاري خريستو ستويتشكوف والإيطاليين روبرتو باجيو وباولو مالديني. وانجذب برولين لاحقاً إلى فكرة غريبة غيرت مسار حياته بالكامل، إذ اقترب منه مخترع سويدي واقترح عليه تصميم كنيسة كهربائية مبتكرة، وفقاً لما نشره موقع راديو "إر إم سي سيورث" الفرنسي أمس الأربعاء، ولم يتردد اللاعب السابق في خوض المغامرة، فاستثمر في المشروع وأسس شركة متخصصة في بيع المكانس، ليجد في عالم التجارة شغفاً جديداً يملأ فراغ الاعتزال. ولم يندم برولين على قراره رغم الانتقادات التي لاحقته، وأكد أن الحياة قصيرة ولا تستحق أن تقضى في ما لا يحب الإنسان، كما أوضح أنه أراد ببساطة أن يعيش تجارب مختلفة ويكتشف عوالم أخرى خارج المستطيل الأخضر، قائلاً: "كنت بحاجة إلى شيء آخر. كان ذهني يبحث عن تجارب جديدة، وقد ساعدني كوني رجل أعمال في ذلك، اكتشفت عالماً جديداً، وتعلمت مهنة، وعدت إلى التحدي من جديد.

اليوم، عندما أسترجع الماضي، أقول لنفسي إنني كنت دائماً أرغب في تجاوز نفسي في كل المجالات. فعلت ذلك في كرة القدم، وفعلته أيضاً في عالم الأعمال". وواصل النجم السويدي السابق البحث عن تجارب جديدة بعد توقفه عن بيع المكانس، فخاض مغامرة احتراف البوكر قبل أن يتعد عنها أيضاً. واليوم، في الـ55 من عمره، يعيش حياة هادئة بين متابعة مباريات ناديه السابق بارما وممارسة رياضات مثل الغولف والبال، محتفظاً بابتسامته الدائمة، ويقناعته أن السعادة الحقيقية لا ترتبط بالشهرة، بل بحرية الاختيار. وهكذا، يختصر توماس برولين قصة نادرة في عالم كرة القدم، قصة نجم رفض أن يكون أسيراً للمجد الماضي، فاختار طريقاً مختلفاً يبحث عن معنى الحياة خارج الأضواء. من وصيف الكرة الذهبية إلى بائع مكانس، أثبت النجم السويدي أن النجاح لا يقاس بما يصفق له الجمهور فقط، بل بما يرضي القلب ويشعل الشغف من جديد.

نجم تشلسي السابق يعترف: تعمّدت الحصول على البطاقات الصفراء

اعترف قائد خط وسط نادي تشلسي الانكليزي السابق، المكسيكي أوليسيس دافيل (34 عاماً)، بأنه قاد عملية احتيال ضخمة، من خلال حرصه على تلقي البطاقات الصفراء في المواجهات، التي خاضها مع فريقه في الدوري الأسترالي لكرة القدم، من أجل الحصول على مبالغ مالية.

وذكرت صحيفة ذا صن البريطانية، الخميس، أن نجم تشلسي السابق، الذي انضم إلى صفوف "البلوز" في عام 2011، قاد مجموعة من المحتالين، عبر قيامه بتلقي ما يقرب من 100 ألف جنيه إسترليني، مقابل حرصه على تلقي البطاقات الصفراء في المواجهات التي يخوضها، بعد إدانته من رابطة الدوري الأسترالي، بسبب ما فعله خلال موسمي 2023 و2024. وتابعت أن نجم تشلسي السابق



حرص في شهر ديسمبر 2023 على تلقي بطاقة صفراء مع ناديه ماك آرثر، بعدما تمرد ضرب بعيداً، في المواجهة أمام فريق سيدني إف سي، ما جعله يحصل على أربعة إنذارات متتالية، ما أثار استغراب الجماهير الرياضية، التي بدأت طرح أسئلتها عبر وسائل التواصل، حول السبب الحقيقي الذي يدفع لاعباً إلى تعمّد تلقي البطاقات الصفراء. وأوضحت أن أوليسيس دافيل قام بإشراك لاعبين من فريقه في هذه الشبكة الاحتيالية، لكن المحكمة قامت بتبرئتهما، إلا أن إدارة النادي قامت بفسخ عقودهما. وختمت الصحيفة البريطانية تقريرها، بأن نجم نادي تشلسي السابق، أوليسيس دافيل، ينتظر الحكم النهائي في المحكمة الأسترالية يوم 19 ديسمبر المقبل، ومن المرجح أن يقضي وقتاً في السجن، لأن الاتهامات بحقه، هي: قيادة عصابة احتيالية، هدفها تلقي الأموال من المراهقات بطريقة غير مشروعة، بالإضافة إلى إنشاء جماعة إجرامية.

رونالدو يحقق إنجازاً تاريخياً .. أول لاعب في نادي المليارديرات

حقق النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو (40 عاماً)، إنجازاً تاريخياً بعدما أصبح أول لاعب كرة قدم في العالم تتجاوز ثروته حاجز المليار جنيه إسترليني في عام 2025، وفق دراسة جديدة لوكالة بلومبيرغ، وذلك بعد تحليل مفصل لمداديله المهنية واستثماراته وصفقاته الإعلانية، مع مراعاة معدلات الضرائب والأداء الاقتصادي العالمي. وذكرت صحيفة ذا صن البريطانية، الأربعاء، أن رونالدو سيحتل موقعا مذهباً يقدر بـ492 مليون جنيه إسترليني خلال العامين المقبلين، ما رفع إجمالي ثروته إلى 1.045 مليار جنيه إسترليني (نحو 1.4 مليار دولار)، ويأتي هذا بعد انضمامه إلى نادي النصر السعودي عام 2023 قادماً من مانشستر يونايتد الإنكليزي، ووقع حينها عقداً قياسياً بلغت قيمته 173 مليون جنيه إسترليني سنوياً، قبل أن يجدد عقده مع النادي براتب أعلى من السابق ليعزز مكانته بصفته أغنى لاعب في العالم. وأضافت الصحيفة أن ثروة رونالدو لم تقتصر على عقود الأندية الكبرى التي لعب لها، مثل مانشستر يونايتد وريال مدريد ويوفنتوس، بل امتدت لتشمل سلسلة طويلة من العقود التجارية الضخمة، إذ يمتلك النجم البرتغالي عقداً مع شركة نايفي بقيمة إجمالية تصل إلى 745 مليون جنيه إسترليني، وهو أكبر عقد تجاري في مسيرته، كما يرتبط بشراكات مع علامات عالمية، مثل تاغ هوير وأرماني.

ويواصل رونالدو تطوير علامته التجارية العالمية "CR7"، التي تشمل العطور والملابس الداخلية، فيما يُعتبر الأكثر متابعة على موقع "إنستغرام" بـ665 مليون متابع، ما يشكل مصدر دخل إضافي من الإعلانات والرعاعات. ويُعتبر الفارق بين رونالدو وبقية اللاعبين الحاليين كبيراً للغاية، إذ يأتي الأرجنتيني ليونيل ميسي خلفه بفارق 400 مليون جنيه إسترليني، ويتجاوز "الدون" غريمه التقليدي، المحترف في صفوف نادي إنتر ميلامي الأميركي، والذي تبلغ ثروته حالياً نحو 620 مليون جنيه إسترليني، ومع ذلك، تشير الدراسة إلى أن الفارق قد يتقلص لاحقاً، إذ يُتوقع أن يحصل ميسي على حصة كبيرة في ملكية ناديه بعد اعتزاله. ويحتل النجم البرازيلي نيمار جونيور المركز الثالث بثروة تقدر بـ280 مليون جنيه إسترليني، يليه الفرنسي كيليان مبابي بثروة تبلغ 186 مليون جنيه، ثم مواطنه كريم بنزيمة في المركز الخامس بـ150 مليون جنيه، كما تضم قائمة العشرة الأوائل كلا من الفرنسيين بول بوغبا وأنطوان غريزمان، والكوري الجنوبي سون هينونغ مين، والمصري محمد صلاح والبولندي روبرت ليفاندوفسكي، فيما يقترب النرويجي إيرلينغ هالاند والجزائري رياض محرز من دخول هذه القائمة قريباً. وتحدث نجم منتخب البرتغال ونادي النصر السعودي، كريستيانو رونالدو، خلال تسلمه جائزة "غلوبو بريستيغيو" في حفل نظمه الاتحاد البرتغالي لكرة القدم، أمس الثلاثاء، عن ما تبقى من مسيرته الكروية وما يفكر فيه حالياً وقال أمام الحاضرين في الحفل: "هذه الجائزة، وطول مسيرتي، سبب كبير للفخر. أريد أن أستمر في اللعب، ولكن ليس لسنوات كثيرة". ويبدو أن رونالدو ويذكره أنه سيستمر لكن ليس لسنوات كثيرة، نيه بأن موعد النهاية اقترب كثيراً، خصوصاً مع وصوله إلى سن الـ40 وما زال يلعب مع النصر السعودي والمنتخب البرتغالي، وهو الذي من المتوقع أن يشارك مع منتخب بلاده في بطولة كأس العالم 2026 (في حال تأهل البرتغال رسمياً)، مع العلم أن بطل أوروبا في عام 2016، اقترب كثيراً من حسم التأهل، ويحتاج إلى الفوز في المباراتين القادمتين على أرضه من أجل وضع قدم ونصف في النهائيات العالمية.



المحافظة على اللياقة البدنية

التمارين الرياضية هي من أفضل الممارسات الصحية التي تجعل الإنسان أكثر رشاقة وسعادة، في ظل الانشغالات الكثيرة والأعمال اليومية يجب على كل شخص مهما كان إنشغاله تخصيص وقت للتمارين الرياضية، قد لا تجد الوقت الكافي لممارسة الرياضة ولكن هناك بعض التمارين البسيطة التي لا تحتاج إلى الكثير من الجهد والوقت، ومع تنظيم الوقت تستطيع أن تجد الوقت دائما لممارسة تمارين بسيطة تخفف مستوى الإجهاد. وفي هذا الإطار، يطرح التساؤل حول تخصص اللياقة البدنية "كيف تنظم وقتك بحيث تحافظ على اللياقة البدنية لجسمك؟" وردا على هذا السؤال يجب على كل شخص تخصيص نصف ساعة يوميا لممارسة الرياضة، فاللياقة البدنية من أهم الأشياء في حياة أي شخص لأنها ترفع من كفاءة الجسم وتقلل الشعور بالتعب وتحافظ على شكل صحي وجميل وحتى تحسن من الحالة النفسية للإنسان. ويمكن لأي شخص مهما كان إنشغاله تخصيص نصف ساعة يوميا صباحا أو مساء لممارسة التمارين الرياضية وإذا كان من الصعب ذلك فثلاثة أيام في الأسبوع تكفي ويفضل ممارسة التمارين خارج المنزل في الهواء الطلق لأن للأوكسجين التنظيف دور هام جداً أثناء ممارسة الرياضة بالإضافة إلى الغذاء الصحي والمتوازن". ويمكن تخصيص ساعتين أو ثلاث من الوقت لممارسة التمارين الرياضية في النادي أو في البيت، ويفضل أن يقوم بذلك صباحاً قبل الذهاب للعمل حتى يحافظ على النشاط خلال اليوم بأكمله، والاستيقاظ قبل موعد الدوام بساعة أو ساعتين لممارسة بعض التمارين كما يمكن الخروج للركض أو المشي السريع صباحاً، فهذه من أهم التمارين التي تحافظ على اللياقة البدنية. ويمكن تخصيص 5 دقائق يوميا لمدة أسبوع لممارسة تمارين رياضية بسيطة ومن ثم إطالة الوقت في الأسبوع القادم وهكذا حتى تصبح التمارين الرياضية جزء من روتين الحياة اليومية. تذهب أغلب الإجابات إلى أن الاستيقاظ المبكر أو الاكتفاء بممارسة رياضة المشي يوميا يساعد الإنسان على تنظيم يومه بشكل يتيح له ممارسة الرياضة يوميا. وليس من الضرورة ممارسة الرياضة في النادي لكي تحصل على لياقة بدنية عالية، فيمكن تخصيص ساعة واحدة 3-4 مرات يوميا لممارسة الرياضة في المنزل، وفي حال لا يمكن شراء جهاز رياضي يمكن شراء بعض الأدوات البسيطة كالأنقال، كما يمكن أيضا ممارسة التمارين الرياضية بدون الحاجة لأي أدوات. القيام بالبحث عن التمارين الرياضية

الممكن ممارستها بالمنزل على الإنترنت، والأهم يجب أن تكون لدى الفرد الإرادة والالتزام ليتمكن من القيام بذلك". ويرى آخرون بأن الاستيقاظ المبكر يعطي الفرد وقت أكبر لممارسة الرياضة، حيث يقولون أنهم كانوا يعانون من هذه المشكلة لأن ساعات العمل طويلة و لا يستطيعون ممارسة الرياضة بعد العودة من العمل، حيث وجدوا أن أفضل حل بالنسبة لطبيعة عملهم هو الاستيقاظ المبكر عند الخامسة صباحا ساعة جري صباحية بعد صلاة الفجر ومن ثم العودة إلى البيت للتحضير إلى الذهاب إلى العمل.

نصائح طبية للرياضيين

من أجل الحفاظ على الصحة العامة للرياضي، يجب عليه اتباع خطوات مهمة تضمن له بإذن الله أن يكون دائما في صحة جيدة. أولا يجب القيام بالفحص الطبي، حيث يجب بدء برنامجك الرياضي باتباع نصائح أهل الخبرة والاختصاص، استشر طبيبك في مدى حاجتك لممارسة تمارين معينة وما إذا كانت هناك أية قيود طبية تمنعك من ممارستها، فاختصاصي اللياقة البدنية هو الذي يساعدك على تخطيط برنامج التمارين المناسبة لك، لأنه يضع في اعتباره مستوى لياقتك الحالي وعمرك وحالتك الصحية وفوائد هذه التمارين والبدء بالمستوى الذي يتناسب مع بنائك الجسماني وإسداء النصائح التي تساعدك على تحقيق مستويات لياقة متقدمة بمعدلات مأمونة. إن كنت تتدرب على رفع الأثقال، ضع في اعتبارك دائما اتباع الطريقة الصحيحة للتدريب فهي أهم بكثير من ضخامة الأوزان التي ترفعها، فإذا لم تستطع رفع الثقل بطريقة صحيحة ومأمونة، فذلك يعني أن الثقل المرفوع أكثر من طاقتك على احتماله. وثانيا، الإحماء والاسترخاء، حيث يجب أن تبدأ كل تمرين بإحماء لمدة تتراوح من 5 إلى 10 دقائق من الحركات الخفيفة حتى تنشط الدورة الدموية في العضلات التي ستتحمل الجهد أثناء تادية التمرين، وبالمثل يجب أن تختتم كل تمرين باسترخاء لمدة تتراوح ما بين 5 و10 دقائق من الحركة البسيطة مع بعض التمديد للعضلات التي تحملت الجهد أثناء تادية التمرين. أما رابعا، فوجب الحفاظ على اتخاذه هو ملابس التمرينات، فيجب أن تكون الملابس المستخدمة مريحة ومناسبة لطبيعة التمرين، ابتعد عن ارتداء الملابس المصنوعة من الألياف اصطناعية كالمطاط أو البلاستيك، لأنها تمنع تبخر العرق فتساعد على ارتفاع حرارة الجسم إلى درجة خطيرة. اختر الأحذية المخصصة لنوع الرياضة التي تمارسها، وتأكد من ملائمتها لمقاس قدميك، واستخدم دائما ملابس وأدوات الوقاية الشخصية الملائمة لتنوعية التمارين. أما رابعا، فوجب الحفاظ على كفاية السوائل في جسمك، حيث أوصلت الكلية الأمريكية للطب الرياضي بأن شرب الماء هو أفضل ما يعوض الجسم عما فقده من سوائل، باستثناء بعض الحالات الخاصة. أشرب كمية وافرة من الماء قبل 10-20 دقيقة من بدء نشاطك الرياضي للحفاظ على نسبة السوائل في الجسم، واشرب كوبا من الماء كل 15 دقيقة أثناء التمرين، وبعد الانتهاء من التمرين، اشرب من الماء أكثر مما يحتاجه جسمك لتلبية إحساسه بالعطش؛ فالعطش في حد ذاته لا يعد مقياسا دقيقا لكمية السوائل المراد تعويضها. وكمقياس خامس، امتنع عن ممارسة التمارين العنيفة بعد الأكل بثلاث ساعات على الأقل؛ نظرا لأن عملية الهضم تلقى بمزيد من الأعباء على الدورة الدموية، والجمع بين متطلبات التمرين والهضم في آن واحد قد يؤدي لدى العديد من الناس إلى فشل الجهاز الدموي في أداء وظائفه. وأخيرا، عند ممارسة الرياضة في الهواء الطلق، إحم نفسك من التعرض لأشعة الشمس المباشرة، ولكي تقني نفسك من الإصابة بالأمراض الناجمة عن ارتفاع درجات الحرارة لا تمارس النشاط البدني في أكثر أوقات النهار حرارة ووطوية.

تأثير ممارسة الرياضة على صحة الإنسان

يتألف اليوم الواحد من أكثر من 1440 دقيقة، ويجب استغلال 30 دقيقة منها بالتمارين الرياضية، حيث أن التمارين المنتظمة جزء هام في الحفاظ على التوازن الصحي ومنع تطور الامراض مثل السكري وامراض القلب وبعض أنواع السرطانات، ويجب على الانسان أن يختار التمرين المناسب لصحته، كما يجب أن يكون هذا التمرين ممتع للحفاظ على استمراريته وتحقيق الفائدة. وتساعد الرياضة على مكافحة التوتر النفسي وعوامل القلق والاكتئاب من خلال تحسين شعور الشخص بالرضا عن نفسه، فهي تقوي العضلات وتخفف الوزن الزائد وتساعد على تجنب زيادته، وتزود التمارين الجسم بطاقة أكبر وتحسن قدرته على التحمل دون الشعور بالتعب والارهاق. كما تساعد الرياضة المنتظمة على مكافحة عوامل السكتة الدماغية؛ (ارتفاع مستوى الكوليسترول، السكري، ارتفاع الضغط، السمنة، التوتر النفسي). تساعد ممارسة الرياضة على التعرف على أشخاص جدد وتحسين الحياة الاجتماعية أثناء تادية التمارين. ولتحسين الحياة الصحية والبدء بنشاطات بسيطة يبدأ الفرد بالصعود على الأدراج في أماكن العمل والإقامة بدلا من المصاعد، والذهاب لاستلام الطلبات بدلا من خدمة التوصيل، السير السريع للمساعد أو المراكز التجارية، والقيام بالأعمال المنزلية مثل تنظيف المنزل. ويصنف الأشخاص حسب نشاطهم الجسدي إلى غير نشيط خامل، ومن يمارس النشاطات اليومية، بالإضافة إلى من يمارس التمارين بانتظام. ويجب اختيار وممارسة النشاطات المناسبة حيث يتم اختيار النشاطات المسلية والممتعة للشخص. تقسيم التمارين نصف ساعة في اليوم على ثلاثة اقسام عشرة دقائق كل مرة، وكذا الزيادة التدريجية في مدة التمارين وشدتها، والبدء بالتحمية قبل اجراء التمارين. وإذا كان الهدف من التمارين إنقاص الوزن فيجب إنقاص السرعات الحرارية بالتزامن مع التمارين المنتظمة. التمارين المجهدة والنصائح المتبعة لتحقيق الفائدة والمخاطر حيث يجب على الممارس أن يرتاح يوم واحدا على الأقل بين الجلسات، عدد الجلسات مرتين أو ثلاث على أكثر تقدير، يجب القيام بتمارين التحمية لمدة 10-15 دقائق قبل البدء، والبدء بالأوزان الخفيفة التي يمكنه حملها بسهولة ثم الزيادة تدريجيا. ويجب على الرياضي أن يقرأ تعليمات السلامة المكتوبة على الأجهزة، وأن يسأل المدربين عن كيفية استعمال المعدات، على الرياضي أن يفر عنده رفع الثقل، وأن يشق عند إعادة الثقل إلى نقطة البدء، مما يسمح له بأخذ الهواء الكافي للقيام بعملية حرق السكريات الهوائية أي بوجود كمية كافية من الاوكسجين (توليد طاقة أكبر ومنتجات تدر ك واضار أقل). وعلى الرياضي أن يزيد عدد مرات التمرين دون زيادة الوزن مما يعزز قدرة التحمل لديه، واختيار التمارين التي تحرك المجموعات العضلية الأساسية؛ مثل الصدر والذراعان والكتاف والأوراك والرجلين وعدم الإقتصار على مجموعة عضلية واحدة. ومن المخاطر والاختلاطات الواجب الحذر منها عند التمارين، يجب استشارة طبيبك أولا قبل البدء بممارسة التمارين إذا كنت تعاني من أمراض قلب خلقية أو سكري. انتظر لمدة ساعتين على الأقل بعد تناولك وجبة خفيفة الدسم قبل ممارسة الرياضة، حيث أن الدسم تحتاج وقت طويل للهضم في المعدة (حوالي 4-5 ساعات) ويسبب ممارسة التمارين يتحول الدم والاكوكسجين للعضلات مما يؤدي لحدوث عسرة هضمية. تقيد بتدابير السلامة مثل ارتداء الخوذة عند ركوب الدراجة الهوائية، والنظارات الواقية عند لعب كرة المضرب، وارتدي الاحذية ذات النوعية العالية، لحماية المفاصل من التعب والاجهاد، واختيار الملابس الدافئة اذا كان الطقس باردا، وتجنب التعرض للبرودة بعد ممارسة التمارين. يحال تطور احساس بالألم وضيق الصدر أثناء تادية التمارين الرياضية، فقد يكون ذلك تنبها لبداية نوبة قلبية عندها يجب عليك ايقاف التمرين والراحة، ومراجعة أقرب مركز طبي، وإذا شعرت بالدوار أثناء ممارسة التمارين فيجب عليك التوقف مع شرب كمية من السوائل، وانتبه من خسارة السوائل والتعرض لضربة شمس أثناء ممارسة الرياضة. وفي الختام فإن الممارسة الرشيدة للرياضة يحقق لك الفائدة العظمى من الأهداف ويجنبك المخاطر والأضرار التي قد تنجم عنها.



المدير العام : **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

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

الطبع: **SAMPRAL**

TD DIFFUSION COMMUNICATION



رقم الحساب البنكي:

al salam bank algeria

03801603323071300789

الفاكس:

023-78-57-70

الهاتف:

0541-76-26-27

العنوان:

مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 05- الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com



لإشهاراتكم:

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

☎ 00213 (0) 23 78 57 70

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

تابعونا على
مواقع التواصل الاجتماعي:

