

شياخة

يسقة

"كوبنهاغن" برأسية
رائعة ويرد على
"بيتكوفيتش"

www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 10 نوفمبر 2025 الموافق 19 جمادى الأولى 1447 هـ العدد: 1353 الثمن: 30 دج

تعرض لها خلال لقاء
الترجي والأفريقي
إصابة بلايلي
تهدد مشاركته
في "الكان"
وكأس العرب



بكرار
هدافا
مع "دينامو"
زغرب قبل
الاتحاق
بتربص
"الخضر"

تجسبا لخوض وديتي زيمبابوي والسعودية

آخر محطة قبل "الكان"

بيتكوفيتش يعفي
بن سبعيني من تربص
المنتخب بسبب
الإصابة

"الخضر" يحطون
الرحال بجدة
للدخول في تربص
تحضير



أكد مشاركة آدم
وناس وبراهيمي
في كأس العرب

بوقرة
يقرر
غياب
بلايلي
ويدافع
عن
سليمان

تعداد
"المحاربين"
يكتمل
اليوم



قال إن خطوته كانت مدروسة ومن منظور رياضي ..

مأزاة: "لهذا السبب فضلت الانضمام إلى الجزائر على حساب ألمانيا"

عاد الدولي الجزائري إبراهيم مازة للحدث عن ظروف انضمامه إلى المنتخب الوطني، واختياره حمل ألوان "الخضر" بدلا من المنتخب الألماني الذي تدرج في جميع أصنافه السنوية، مجددا سعادته بالتواجد مع فريق بلده الأصلي. ويعيش نجم "الخضر" فترة زاهية مع فريقه باير ليفركوزن الذي يتألق معه في مختلف المسابقات ويصنع الحدث في ألمانيا عطفًا على المستويات الرائعة التي ظهر بها مؤخرا، على غرار لقاء هايدنهايم في الجولة العاشرة من "البوندسليغا" أول أمس، ويعد المباراة، تحدث مازة لشبكة

"سكاى سبورتس" الألمانية، وتطرق مسيرته الدولية، وتفضيله لتمثيل المنتخب الوطني على حساب ألمانيا، مؤكدا بأن قراره كان رياضيا وخطوة مدروسة، وأبرز مجيبا على سؤال حول إن كان المنتخب الألماني قد خسر خدماته: "لا، لا أقول ذلك. ألمانيا تمتلك لاعبين كبارا في هذا المركز. سيكون من الصعب جدا بالنسبة لي اللعب هناك. لديهم قوة كبيرة في هذا الجانب"، وأضاف: "في ذلك الوقت، كنت أرى الأمور من منظور رياضي واستشعاري، وفكرت في الأمر من ناحية مستقبلية بحتة"، وتابع "إيبو"، "في مركزي هناك في ألمانيا يوجد لاعبون كبار مثل موسيالا وفيرتس، ومن الصعب جدا أن أحصل على وقت للعب، بينما مع الجزائر أرى أن فرصتي في المشاركة بكأس العالم ستكون أكبر"، وختم: "لم يكن الأمر خسارة لألمانيا، لكنها كانت خطوة صائبة بالنسبة لي". وفي سياق آخر، تحدث مازة عن تغيير منصبه الجديد من قبل مديره الدنماركي كاسبر هيلوماند، قائلا: "من الصعب قول ذلك. لقد كنت لاعبا في المركز رقم 10 طوال حياتي - والآن ألب في المركز رقم 6، واستمتع بذلك كثيرا. أنت تكون منخرطا في اللعب باستمرار، تلعب الكرة كثيرا، وتخوض العديد من الالتحامات. وإذا وضعني المدرب هناك، سأبذل أقصى ما عندي أينما ألب". ويبدو أن رؤية صاحب 19 عاما المستقبلية بشأن رؤيته لمسيرته الدولية، قد بدأت تؤتي ثمارها، بالنظر للتطور الذي يعيشه والطفرة التي ظهرت في مشواره سواء مع ليفركوزن الذي انتقل إليه الصيف الماضي، أو مع "الخضر" أين أصبح رقما صعبا في تشكيلة بيتكوفيتش، الذي ينوي منحه فرصة أكبر في القريب العاجل والبدءية بتربص نوفمبر الذي ينطلق اليوم، ويتخلله مواجهتي زمبابوي والسعودية الوديتين يومي 13 و18 على التوالي.

عبد المجيد

شارك أساسيا مع رديف ناديه غانغون الفرنسي ناير يعود إلى الملاعب بعد غياب طويل

عاد الدولي الجزائري صهيب ناير إلى أجواء المنافسة بعد غياب طويل بسبب الإصابة، عقب مشاركته مع الفريق الرديف لناديه غانغون الناشط في دوري الدرجة الثالثة الفرنسي، ليعود تدريجيا إلى الميادين قبل موعد نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، حيث يسعى ليدخل مجددا لحسابات الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش. وكان مدافع "الخضر" قد تعرض لإصابة قوية مع نادي غانغون الناشط في "الليغ2"، الصيف الماضي خلال فترة التحضيرات تحسبا للموسم الحالي، قبل أن يعود الأسبوع الماضي إلى أجواء التدريبات مع زملائه، وفي تطور يعد إيجابيا لصهيب ناير، شارك المدافع المحوري مع الفريق الرديف في مباراة جمعه مع فيتري في الجولة الثامنة من الدوري الوطني الثالث أول أمس السبت، حيث تعادل خارج الديار، وهي المستجدات التي تؤكد تخلصه نهائيا من الإصابة وخطوة نحو تجديد العهد للتواجد مع فريق غانغون الأول خلال الجولات المقبلة. وتأتي عودة ناير في وقت قد يتيح له الفرصة لاستعادة مستوياته الفنية والبندية، وهو الذي يغيب عن الملاعب منذ شهر جويلية الماضي، إثر الإصابة الخطيرة التي تلقاها، حيث يأمل صاحب 23 عاما في لفت انتباه المدرب الوطني بيتكوفيتش مجددا، ولما لا يحجز مكانة في القائمة النهائية لـ"الكان"، وهو الذي شارك في تربص واحد فقط مع "الخضر" وكان ذلك في شهر مارس الماضي.

عبد المجيد

مؤكد أنه أكثر هدوء واتزانًا داخل الملعب وخارجَه

مدرب ليل الفرنسي يشيد بمستويات ماندي

أشاد مدرب نادي ليل الفرنسي، برونو جينيسيو كثيرا بالدولي الجزائري عيسى ماندي الذي يقدم مستويات باهرة منذ بداية الموسم الكروي الجاري معتبرا أن مدافع "الخضر" يتسم بالهدوء والاتزان مقارنة بما كان عليه الموسم الماضي، وهو ما جعله لاعبا لا يمس في التشكيلة الأساسية للفريق. وقال جينيسيو في ندوة صحفية: "هو (ماندي) لم يغير من حجمه أو مكانته، فقد سبق له أن أثبت امتلاكه كل الصفات التي تؤهله للعب في أعلى مستوى، لكنني أراه ربما أكثر هدوءا هذا العام. إنه يقدم أداء كبيرا"، وتابع "تحدثت مرارا عن صفاته، سواء التقنية، أو قراءته للعبة، أو قوته في الكرات الهوائية. إنه يفوز بعدد هائل من الثنائيات في الهواء"، وواصل التقني الفرنسي كلامه بخصوص صخرة دفاع المنتخب الوطني "إنه أكثر اتزانًا وطمأنينة، هذا هو التعبير الذي كنت أبحث عنه، سواء عندما يكون على أرض الملعب أو خارجها". وجاءت إشادة مدرب ليل، لتربح الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، بالنظر إلى مكانته الكبيرة في صفوف "الخضر"، حيث يراهن التقني السويسري كثيرا على تائق ماندي وخبرته الكبيرة، خلال كأس أمم إفريقيا القادمة، وذلك من أجل تحقيق مشاركة مشرفة بعد النكسة التي شهدتها النسختين الماضيتين في الكامبيرون وكوت ديفوار على التوالي بعد الخروج من الدور الأول. وعلى صعيد آخر، كشف موقع "mediasportif" أن إدارة نادي ليل شرعت في البحث عن بديل محتمل للدولي الجزائري عيسى ماندي خلال فترة التحويلات الشتوية المقبلة، وذلك بسبب مشاركته مع المنتخب الوطني في كأس أمم إفريقيا المقرر إجراؤها خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر إلى 18 جانفي المقبلين، وأبرزت ذات المصادر، أن إدارة النادي الفرنسي، تسعى جاهدا لتعزيز خطها الخلفي في ظل الغياب المحتمل لماندي لأزيد من شهر عن الفريق بسبب المشاركة في "الكان".

عبد المجيد

بسبب معاناته من إصابة على مستوى الظهر بيتكوفيتش يعني بن سبعيني من وديتي زمبابوي والسعودية

قرر الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، إعفاء الدولي الجزائري رامي بن سبعيني، من المشاركة في تربص "الخضر" بمدينة جدة، تحسبا لخوض وديتي زمبابوي والسعودية، وذلك بسبب معاناته من الإصابة. وأعلنت "الظاف" في بيان لها، أمس، أن الظهير الأيسر للمنتخب الوطني لن يكون حاضرا في تربص شهر نوفمبر الذي سينطلق رسميا اليوم، بسبب معاناته من الظهر، وأضافت ذات المصادر، أن الناخب الوطني، فلاديمير بيتكوفيتش، بعد تنسيقه مع نادي بوريسا دورتموند، والتشاور مع الطاقم الطبي للخضر، بشأن حالته الصحية، قرر إعفاء بن سبعيني، من التنقل إلى السعودية، لتفادي أي مضاعفات وضمان تعافيه بشكل تام قبل العودة إلى المنافسات الرسمية. وفي ذات الصدد، كان الدولي الجزائري، قد غاب عن مواجهة ناديه بوروسيا دورتموند أمام مستضيفه هامبورغ، مساء أول أمس، برسم الجولة العاشرة من الدوري الألماني، بسبب الإصابة، حيث رفض الطاقم الفني المجازفة وفضل منحه الراحة لاستعادة جاهزيته، وكان مدرب النادي الألماني نيكو كوفاتش قد أكد في تصريحاته يوم الجمعة الماضي، أن رامي بن سبعيني يعاني من إصابة على مستوى الظهر منذ حوالي 3 أسابيع، وهو ما جعله يقرر إبقائه على دكة البدلاء خلال مواجهة هامبورغ التي انتهت بالتعادل الإيجابي بهدف لمتله، وجدير بالذكر، أن بن سبعيني كان قد غاب عن مواجهة فرانكفورت في كأس ألمانيا يوم 28 أكتوبر الماضي بسبب تلك الإصابة، قبل أن يعود بعدها إلى التشكيلة الأساسية بعد 3 أيام من ذلك، في لقاء أوغسبورغ في الجولة التاسعة من "البوندسليغا"، ويبدو أن مدافع "الخضر" الألام لم تغادر مدافع "الخضر" وهو ما جعل مدرب دورتموند يقرر إراحته مجددا مساء أول أمس. عبد المجيد

الصحافة البلجيكية اختارته كأحسن لاعب أمام ويستريكلو

تيطراوي يلتحق بـ"الخضر" بمعنويات في السماء

سيكتشف اللاعب الجزائري ومتوسط ميدان نادي شارلوروا البلجيكي ياسين تيطراوي، اليوم أجواء المنتخب الوطني، لأول مرة، وذلك خلال مشاركته في التربص الذي سينطلق بمدينة جدة السعودية تحسبا لمواجهتي زمبابوي والسعودية الوديتين، ضمن التحضيرات لكأس أمم إفريقيا 2025. ومن المقرر أن ينضم تيطراوي إلى "الخضر" بمعنويات في السماء بعد تألقه اللافت في مباراة ناديه أمام ويستريكلو مساء أول أمس، في الجولة الرابعة من الدوري البلجيكي الممتاز، حيث تمكن اللاعب السابق لنادي أتلتيك بارادو من تسجيل هدف عالمي في المباراة التي انتهت بفوز شارلوروا بثلاثية دون مقابل، ليرفع بذلك رصيده إلى هدفين منذ بداية الموسم الجاري، وفي ذات الصدد، حظي اللاعب البالغ من العمر 22 سنة، بإشادة كبيرة من قبل الصحافة البلجيكية التي أثنت على المستويات التي يقدمها مع الفريق منذ بداية الموسم، ومنح موقع "وال فوت" البلجيكي، اللاعب الجزائري 10/8 كأعلى علامة في المواجهة، وذلك نظير مساهمته الكبيرة في فوز شارلوروا، وأبرزت ذات المصادر "كمنظم متضبط أمام خط دفاعه، بذل الكثير من الجري لتوجيه نسق اللعب"، وواصلت ثناءه على تيطراوي "كان صاحب أول تسديدة لشارلوروا وصاحب هدف الافتتاح بتسديدة رائعة بالقدم اليسرى. تحكم بلطف في إيقاع المباراة، التي كانت مهددة بأن تقلت في بداية الشوط الثاني". وجدير بالذكر، أن تيطراوي تلقى أول استدعاء له من قبل الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش للمشاركة في تربص "الخضر" بداية من اليوم، تحسبا لخوض وديتي زمبابوي والسعودية، حيث سيكون حريخ مدرسة أتلتيك بارادو أمام تحد كبير لتأكيد إمكاناته وضمان مكانة مع "محاربي الصحراء" خلال كأس أمم إفريقيا التي ستنتقل يوم 21 ديسمبر وتودم إلى غاية 18 جانفي.

عبد المجيد



أكد مشاركة آدم وناس وبرايمي في كأس العرب

بوقرة يبرر غياب بلايلي ويدافع عن سليمان

الخضر بطريقة تليق بتاريخه"، مشيرا إلى أن البطولة لا تحتمل الأخطاء وتحتاج لاعبين قادرين على تحمل الضغوط.

برايمي وناس سيكونان ضمن خياراتنا القادمة

كما طمأن بوقرة بخصوص بعض المصابين على غرار برايمي، وناس، موضحا أنهم يخضعون لبرنامج خاص استعدادا للعودة قريبا، «برايمي وناس يعانيان من إصابات خفيفة، لم نرغب في المجازفة بهما، لكنهما يظان ضمن خياراتنا القادمة.

"كأس العرب ستكون أكثر تنافسية"

كما شدد مجيد بوقرة على أن النسخة المقبلة من كأس العرب ستكون أكثر صعوبة، قائلا: «كأس العرب القادمة أكثر صعوبة من الدورة الماضية، الجميع ينتظرنا وعلينا أن نكون في المستوى».

"بلايلي لم يغلق ملفه بعد وكل شيء سيتضح قريبا"

تطرق المدرب الوطني للاعبين المحليين، إلى الجدل الدائر حول غياب يوسف بلايلي، مؤكدا أن اللاعب لم يستبعد بشكل نهائي، وأن مصيره سيتحدد لاحقا بعد اجتماع مرتقب مع فلاديمير بيتكوفيتش، وقال: «بالنسبة لي بلايلي ليس غائبا وقد يلعب كأس أفريقيا مع المنتخب الأول و لاعبين موهوبين مثل بلايلي نحتاجهم مع المنتخب الأول».

"نحن أبطال النسخة الماضية، وعلينا أن نبرهن"

وختم مجيد بوقرة ندوته الصحفية بالتأكيد على أن الهدف الرئيسي، هو الدفاع عن اللقب العربي، مشيرا إلى أن المنتخب يسير بثبات نحو بناء مجموعة متكاملة تمتلك المؤهلات اللازمة لرفع التحدي في قطر "نحن أبطال النسخة الماضية، وعلينا أن نبرهن أننا قادرون على تكرار الإنجاز، بالعمل والالتزام والعزيمة نفسها".

وسيم

نشط مدرب المنتخب الوطني المحلي، مجيد بوقرة، أمس الأحد، ندوة صحفية بقاعة المحاضرات "محمد صلاح" لمعجب نيلسون مانديلا، تحدث فيها عن تفاصيل المعسكر الإعدادي للمحليين والذي يتخلله المواجهتين الوديتين المقررتين أمام منتخب مصر، تحضيرا لبطولة كأس العرب 2025.

"القائمة ليست نهائية وأسى لاختيار الأفضل"

أكد بوقرة أن القائمة التي أعلن عنها لشهر نوفمبر، والمتكونة من 29 لاعبا، ليست نهائية، مشيرا إلى أن القائمة النهائية التي ستطير إلى قطر ستضم 23 لاعبا فقط. وأوضح في هذا الصدد: «هناك أسماء جديدة أريد رؤيتها ومنحها الفرصة، وأسى لاختيار أفضل قائمة للدفاع عن لقبنا». وأضاف المدرب الوطني أن هناك إمكانية لتعزيز بعض المراكز، خاصة بعناصر ذات خبرة قادرة على قيادة المجموعة في المنافسة المقبلة.

الخبرة أساس الدفاع عن لقبنا

تحدث بوقرة عن أهمية المزج بين اللاعبين الشباب وأصحاب الخبرة في البطولة، مؤكدا أن وجود أسماء مخضمة مثل إسلام سليمان، رياض بودبوز، سعيد برايمي، وعبد القادر بدران سيكون ضروريا. وقال في هذا السياق: «في كأس العرب يجب أن يكون لدينا لاعبون أصحاب خبرة وشخصية قوية، خلال بطولة الشان لاحظت أن بعض اللاعبين افتقدوا للتجربة وتسيير العواطف في المباريات الحاسمة».

"البطولة العربية تتطلب لاعبين ذوي خبرة وسليمان واحد منهم"

الماجيك دافع عن استدعاء المخضرم إسلام سليمان والعائد رياض بودبوز، مؤكدا أن كأس العرب تتطلب لاعبين ذوي خبرة وشخصية قوية، مثل ياسين برايمي وأمير سعيود وعبد القادر بدران، وأضاف: «سليمان يمتلك العزيمة لإنهاء مسيرته مع



عبدلي يعود إلى دائرة اهتمامات "أولمبيك مارسيليا"

يبدو أن نادي مارسيليا الفرنسي يعتزم إعادة النظر في خيار التعاقد مع الدولي الجزائري، حيماد عبدلي، والذي يلعب حاليا في صفوف نادي أونجي ووفقا لمصادر موقع

"Footmarseillais" يعد عبدلي ضمن الأسماء التي تدرس إدارة "لوم" التعاقد معها، خاصة في ظل الوضعية التعاقدية للاعب، والتي قد تسمح بالاستفادة من شروط انتقاله وأوضح المصدر ذاته، أن اهتمام مارسيليا بعبدلي ليس جديدا، بل سبق وأن وضع النادي الفرنسي الدولي الجزائري ضمن قائمة اهتماماته في المواسم السابقة. وأشار المصدر نفسه،

أن أولمبيك مارسيليا يواصل مراقبة سوق الانتقالات عن كثب، مع التركيز على الفرص المتاحة في الانتقالات الشتوية، مع وضع خطة واضحة للتحركات المحتملة خلال الميركاتو الصيفي المقبل. جدير بالذكر ينتهي عقد حيماد عبدلي مع نادي أونجي في جوان القادم، ورفض اللاعب عرض التجديد مع الفريق الفرنسي، مما يفتح الباب أمام عدة أندية أوروبية، من بينها مارسيليا، للتعاقد معه بشكل مجاني بعد نهاية عقده. خاض حيماد عبدلي 8 مباريات في الدوري الفرنسي، سجل خلالها هدفا واحدا، ويبدو أنه يخطط لإنهاء الموسم الحالي مع أونجي قبل الانتقال إلى نادي جديد.

وسيم



تعرض لها خلال لقاء الترجي والأفريقي

إصابة بلايلي تهدد مشاركته في "الكان" وكأس العرب

تعرض الدولي الجزائري، يوسف بلايلي، لإصابة خطيرة قد تحرمه من التواجد مع المنتخب الوطني في كأس أمم إفريقيا وكأس العرب، بعد مقارنته مبكرا للديربي العاصمة التونسية بين الترجي والنادي الإفريقي، وترك بلايلي أرضية الملعب بعد مرور 21 دقيقة فقط من بداية المباراة، إثر تدخل عنيف من مدافع النادي الإفريقي، أسفر عن إصابة على مستوى الركبة، وتشير التوقعات إلى أن فترة غيابه ستكون طويلة، مما يقلص فرصه في التواجد مع المنتخب الأول خلال نهائيات كأس أمم إفريقيا، وكذلك مع المنتخب المحلي في كأس العرب. ويستعد المنتخب الوطني، لخوض منافسات كأس أمم إفريقيا بالمغرب في الفترة من 21 ديسمبر 2025 حتى 18 يناير 2026، بينما سيشارك المنتخب المحلي في كأس العرب المقامة في قطر بين 1 و18 ديسمبر 2025.

وسيم

شياخة يسقط "كوبنهاغن" برأسية رائعة ويرد على "بيتكوفيتش"

قدم المهاجم الجزائري، أمين شياخة، واحدة من أبرز مبارياته هذا الموسم في الدوري الدنماركي، بعدما قاد ناديه فايلي لفوز ثمين ومفاجئ على فريقه السابق كوبنهاغن بنتيجة (2-0)، في لقاء الجولة 15 من البطولة، ليرد بطريقته على قرار مدرب المنتخب الوطني، فلاديمير بيتكوفيتش، باستبعاده من تربيص الفريق الوطني لشهر نوفمبر الجاري. شياخة، المعار من كوبنهاغن إلى فايلي، دخل المباراة بعزيمة كبيرة وأظهر روحا قتالية عالية أمام ناديه الأم، ليتوج مجهوده بتسجيل الهدف الثاني لفريقه في الدقيقة 89، هدف حسم اللقاء وأشعل فرحة أنصار فايلي الذين احتفلوا بأول انتصار لهم منذ الجولة الثانية. وكان أمين شياخة أحد أبرز نجوم المباراة، إذ أظهر شخصية قوية على أرض الملعب وساهم بشكل مباشر في بناء الهجمات المنظمة لفريقه. شياخة المعار من كوبنهاغن، رفع رصيده إلى هدفين في 12 مباراة، مؤكدا أنه يسير بخطى ثابتة نحو فرض نفسه في الدوري الدنماركي، وموجها رسالة قوية إلى بيتكوفيتش الذي لم يمنحه فرصة المشاركة في الوديعتين المقبلتين للمحاربين أمام زيمبابوي والسعودية.

شياخة: "كوبنهاغن في قلبي.. لكنني اليوم هنا مع فايلي لتسجيل الأهداف"

اعترف المهاجم الجزائري أمين شياخة، بأنه عاش لحظات مؤثرة بعد تسجيله هدفا في مرمرى كوبنهاغن الذي غادره الصيف الماضي على سبيل الإعارة صوب فايلي. وقال شياخة في تصريحات إعلامية عقب اللقاء: «أنا سعيد بفوز فايلي لأننا كنا في أمس الحاجة إليه، لكنني في الوقت نفسه أحب نادي كوبنهاغن لأنه قريب إلى قلبي». وتحدث شياخة عن مشاعره بعد الهدف قائلا: «التسجيل في مرمرى فريقى السابق كان شعورا غريبا للغاية. مرت المباراة ببطء شديد بعد الهدف، شعرت كأن الزمن قد توقف. لم أستطع الاحتفال حقا، لأنه ناد أعشقه». وأضاف: «أدعي كوبنهاغن في قلبي، لقد بدأت مسيرتي معه وتعلمت فيه الكثير. كان الأمر غريبا، لكنني اليوم هنا مع فايلي لتسجيل الأهداف ومساعدة فريقتي».

وسيم



"الخضر" يحطون الرحال في "جدة" استعدادا لمباراتي 'زيمبابوي' و"السعودية" الوديعتين

حطت بعثة المنتخب الوطني الجزائري، أمس الأحد، بمدينة جدة السعودية، استعدادا لخوض مباراتين وديتين أمام منتخبي زيمبابوي والسعودية، وذلك في إطار التحضيرات المكثفة لـ"الخضر" لكأس أفريقيا 2025. وذكرت الصفحة الرسمية للمنتخب الجزائري على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك"، أن وفد "الخضر" غادر أرض الوطن صباح أمس متوجها نحو مدينة جدة، حيث أرفقت المنشور بعدد من الصور التي توثق لحظات مغادرة البعثة من مطار هواري بومدين الدولي. وضمت البعثة الجزائرية كامل الطاقم الفني والإداري والطبي، إلى جانب اللاعبين الذين استدعاهم المدرب فلاديمير بيتكوفيتش، لهذا التربيص التحضيري، على غرار رامز زروقي، ياسين تيطراوي، رفيق بلغالي، سمير شرقي، وإيلان كبال.

ويعتزم الطاقم الفني، بقيادة بيتكوفيتش، تنفيذ برنامج تدريبي متكامل يجمع بين الجانبين البدني والتكتيكي، مع التركيز على تجربة بعض الأسماء الجديدة والوقوف على جاهزية اللاعبين قبل المواعيد الرسمية المقبلة. وتأتي هذه الوديعات كاختبار حقيقي للمدرب من أجل تقييم مستوى التشكيلة، خصوصا في ظل عودة بعض

العناصر الأساسية التي غابت عن آخر التربيصات، ما يمنح الطاقم الفني فرصة أوسع لاعداد تشكيلة متجانسة وقادرة على المنافسة في الاستحقاق القاري المقبل ومن المنتظر أن يواجه "الخضر" منتخب زيمبابوي أولا، قبل أن يلتقي نظيره السعودي في مواجهة ثانية قوية، تعد محطة ضمن سلسلة التحضيرات الجادة نحو كأس إفريقيا المقبلة.

وسيم

هو الثامن له في جميع المسابقات هذا الموسم

بكرار هدافا مع "دينامو زغرب" قبل الالتحاق بتربيص "الخضر"

واصل المهاجم الجزائري، منتصف بكرار، تألقه في الدوري الكرواتي مع نادي دينامو زغرب، بعدما وقع هدفا جديدا، أمام إسترا 1961، في لقاء انتهى بهزيمة فريقه بنتيجة (2-1)، ضمن الجولة الثالثة عشرة من البطولة. ورغم خسارة دينامو، كان منتصف بكرار الذي شارك في كامل أطوار المقابلة، النقطة المضيئة في صفوف فريقه، إذ قلص الفارق في الدقيقة 81 من المباراة، موقعا هدفة الرابع هذا الموسم مع دينامو زغرب في الدوري الكرواتي والثامن له في جميع المسابقات. وبهذا الهدف، يؤكد بكرار جاهزيته العالية قبل التحاقه المرتقب بتربيص المنتخب الوطني الجزائري، الذي يستعد لخوض مباراتين وديتين أمام كل من زيمبابوي والسعودية ضمن تحضيراته لكأس إفريقيا 2025.

وسيم

البطولة المحلية

بعدما بدر منه خلال لقاء الداربي أمام اتحاد العاصمة

مزيان يقدم اعتذاره لراموفيتش وجماهير شباب بلوزداد

تقدم لاعب نادي شباب بلوزداد، عبد الرحمان مزيان، باعتذاره إلى أنصار الفريق ومديره سيد راموفيتش، عقب التصرف الذي بدر منه أثناء تغييره في مباراة "الداربي" أمام اتحاد العاصمة، مساء أول أمس، لحساب الجولة الحادية عشر من الرابطة المحترفة الأولى. وكان مزيان قد قام بتجاهل مديره لما توجه إليه لمصافحته بعد أن لجأ لتغييره في الشوط الثاني من مواجهة اتحاد العاصمة، ولكن راموفيتش لم يتجاهل بالمقابل سلوك لاعبه، حيث قام بتعنيفه بقوة في صورة أشارت استياء جماهير أبناء "العقبة" خاصة وأن النتيجة لم تكن في مستوى التطلعات بعدما اكتفى الفريق بالتعادل السلبي، مع العلم أنه هو المستقبل - وقال مزيان في "ستوري" عبر حسابه الرسمي على "إنستغرام": "إلى أنصارنا الأعزاء، وإلى مدربي، أود أن أقدم اعتذاري الصادق على التصرف الذي صدر مني تجاه المدرب أثناء تغييره خلال هذا الداربي الأخير، كان سلوكي ورد فعلي غير لائقين ولا يعكسان قيمتي ولا قيم نادي شباب بلوزداد الكبير". وأضاف اللاعب موضحاً سبب تصرفه: "كانت ردة فعل عاطفية في تلك اللحظة، لأنني كنت أرغب في مواصلة اللعب وتقديم الأفضل من أجل الفوز بهذا اللقاء، خاصة وأنني لم ألمس الكرة كثيراً خلال الدقائق التي لعبتها". وختم مزيان منشوره برسالة احترام وتابع: "اعترف بخطئي تماماً، فالتنادي يعلو فوق كل شيء، وسأواصل تقديم أفضل ما لدي من أجل تشريف أوائه بكل كرامة والتزام".



راموفيتش غير راض على خط الوسط والهجوم

وعلى صعيد منفصل، أكد مدرب شباب بلوزداد، سيد راموفيتش، عدم رضاه على الأداء الذي يقدمه لاعبو خط الوسط والمهاجمين على حد سواء، في بداية الموسم الكروي الجاري، وذلك، عقب التعثر أول أمس، أمام الجار اتحاد العاصمة، وأبرز التقني الألماني أن فريقه لعب الداربي في بعض فتراته ببطء شديد، وأمام منافس اعتمد على كتلة منخفضة وكرات طويلة وهجمات معاكسة، مضيفاً: "في مثل هذه المباريات تحتاج إلى الصبر، ولكن أيضاً إلى المزيد من الجراءة في التحرك العمودي نحو الأمام". قبل أن يحدد مكن الخل في التشكيلة قائلاً: "علينا أن نكون أكثر نشاطاً في وسط الميدان، وأن نتحرك بشكل أفضل بين الخطوط، ونهاجم المساحات الحرة بسرعة أكبر.. يجب أن تكون سرعة دوران الكرة وتغيير الاتجاهات أكثر وضوحاً وديناميكية، لأن ذلك يفتح لنا المساحات تلقائياً في الثلث الهجومي"، وتابع "أتوقع من فريقتي المزيد من الجسم والطموح في الشق الهجومي.. وتحسين البنية الهجومية هو هدفنا الواضح في المرحلة القادمة".

فيما فتح النار على أعراب رواج يرمي المنشقة ويفتح النار على أعراب



أعلن مدرب نادي وفاق سطيف توفيق رواج عن استقالته من منصبه بصفة رسمية، مباشرة بعد نهاية مباراة أولمبيك أقبو برسم الجولة الـ 11 من بطولة الرابطة المحترفة التي انتهت بالتعادل الإيجابي بهدف في كل شبكة على ملعب 8 ماي بسطيف. وأكد رواج في تصريحات خلال ندوة الصحفية أن "الوقت قد حان من أجل اتخاذ القرار، أنا منسحب من وفاق سطيف، وأتمنى التوفيق للفريق"، قبل أن يفتح النار على المدير الرياضي عز الدين أعراب، محملاً إياه مسؤولية النتائج التي حققها الفريق منذ بداية الموسم الجاري، وأوضح: "المدير الرياضي للفريق، يختار دائماً عشية أي

مباراة، من أجل نشر أخبار تزيد الضغط على الفريق". وأردف: "أتأسف كثيراً على السلوكات التي حدثت، يحصر مشكلة الوفاق في شخص توفيق رواج، لذا أنا منسحب من قيادة الفريق، وسنرى ما سيقدّمه الأشخاص الذين أرادوا تحميلي كل المسؤولية". وأشار ذات المتحدث إلى أن أعراب هو من كان وراء التعاقد مع المدرب الألماني أنطوان هاي وحوالي 70 ألف من اللاعبين الذين استقدمهم الفريق خلال الميركاتو الصيفي الماضي، قائلاً "المدير الرياضي للفريق هو من أشرف على 70 ألف من الاستقدامات الصيفيّة، وهو من جلب المدرب، والتاريخ يسجل". وتابع توفيق رواج: "مشكلة وفاق سطيف، هي حرب مصالح، بعض الأطراف جاءت لخدمة مصالحها الشخصية، مدير الفريق الذي يدعي حب الوفاق، له أهداف سياسية، خارجة عن القدر".

سفيان ع.

عمروش يشيد بلاعبيه ويثمن التعادل أمام وفاق سطيف

عبر مدرب أولمبيك أقبو، لطفي عمروش، رضاه التام، عن مردود فريقه، عقب تعادلهم في مواجهة مضيفهم وفاق سطيف، مساء أول أمس، لحساب الجولة الحادية عشر من الرابطة المحترفة الأولى، وأشاد عمروش خلال ندوة صحفية عقدها بملعب 08 ماي بسطيف، بالجهودات التي قدمها لاعبيه طيلة اللقاء وأبرز: «المباراة كانت صعبة على الفريقين، وأنا راض عن مردود لاعبينا الذين أظهروا شخصية قوية»، كما أضاف: «بعد تلقينا هدف، كان شرف لنا، أن نتجح في التهديد عن طريق لاعب بديل، والذي تلقى تمريرة حاسمة، من لاعب بديل آخر»، وتابع لطفي عمروش: «وفاق سطيف فريق عالمي، وأشكر الجماهير السطيفية التي كانت في القمة طيلة التسعين دقيقة». يذكر أن فريق أولمبيك أقبو، فرض التعادل (1-1)، على مضيفه وفاق سطيف، ضمن الجولة الـ 11 من البطولة المحترفة.

سفيان ع.

تأجيل كأس السوبر إلى 17 جانفي

الرابطة تحدد موعد نهاية مرحلة الذهاب والمباريات المتأخرة

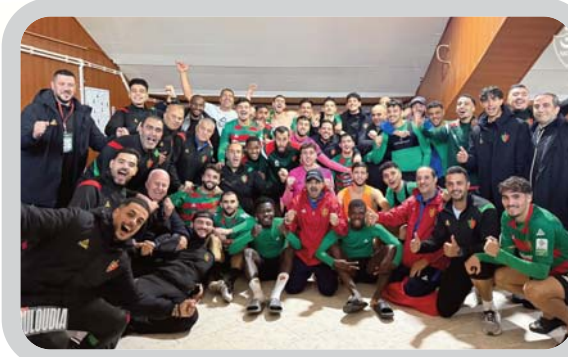
أعلنت الرابطة المحترفة لكرة القدم، عن برنامج المباريات المتبقية من مرحلة الذهاب للقسم المحترف الأول، مع تحديد تواريخ المباريات المتأخرة، فيما تقرر تأجيل نهائي الكأس الممتازة بين مولودية الجزائر واتحاد العاصمة إلى غاية 16 جانفي المقبل. وجاءت خطوة الرابطة من أجل مجازاة فترة التوقف القادمة، التي ستعرف مشاركة المنتخب الأول في كأس أمم إفريقيا والمنتخب الرديف في البطولة العربية. مع الأخذ بعين الاعتبار مشاركات الأندية الجزائرية قارياً. وحددت الهيئة الكروية، أيام 17 و20 و21 و22 نوفمبر الجاري، موعداً لإجراء لقاءات الجولة الـ 12. على أن تتوقف المنافسة بعدها، أين ستكون الأندية المعنية بدوري الأبطال وكأس الكونفدرالية، على موعد مع خوض لقاءات الجولة الـ 2 من المجموعات يوم الجمعة الـ 28 نوفمبر. وتنطلق بطولة كأس العرب يوم الفاتح ديسمبر، أين تم في أيام الـ 4 والـ 5 والـ 6 الشهر ذاته، إجراء لقاءات الدور الـ 32 من كأس الجزائر. مع خوض لقاءات الدور الـ 16 أيام الـ 11 والـ 12 والـ 13. على أن تستأنف منافسة البطولة المحترفة في جولتها الـ 13، أيام الـ 19 والـ 20 والـ 21 من شهر ديسمبر، والجولة الـ 14 ستقام أيام الـ 26 والـ 27 والـ 28 من الشهر ذاته. وقبل ذلك، تم برمجة أول لقاءين متأخرين عن جولة الافتتاح. الأولى بين شبيبة القبائل واتحاد العاصمة والثانية بين مولودية الجزائر وشباب بلوزداد، واللذان ستلعبان يوم الأربعاء الـ 24 ديسمبر. وتتواصل خلال شهر جانفي برمجة اللقاءات المتأخرة. بداية من مواجهة المولودية ونجم بن عكنون، المقرر في الفاتح من جانفي 2026 ضمن تسوية الجولة الـ 3. وتلعب يومي الـ 3 والـ 4 من شهر جانفي مواجهتين ضمن تسوية الجولة الـ 8. بين كل من اتحاد العاصمة، أمام مستقبل الرويسات. وشباب بلوزداد أمام وفاق سطيف، وفي الـ 5 من الشهر ذاته. يواجه شبيبة القبائل الضيف مولودية الجزائر، في "كلاسيكو" مثير متأخر عن الجولة الـ 6. على أن تقام لقاءات الجولة الـ 15 من البطولة المحترفة، أيام 8 والـ 9 والـ 10 جانفي 2025. متبوعة بأخر اللقاءات المتأخرة عن الجولة الـ 12. والتي سيكون أطرافها معنيون بخوض لقاءات إفريقية في موعدها المحدد أيام 17 و20 و21 و22 نوفمبر الجاري. بينما تم تأجيل "السوبر" بين حامل لقب البطولة مولودية الجزائر والجار اتحاد العاصمة. المتوج بكأس الجزائر، رسمياً إلى تاريخ الـ 17 جانفي 2026. بعدما كان مبرمجاً مسبقاً يوم الـ 26 ديسمبر الجاري.

سفيان ع.



الجولة الـ 11 من الرابطة المحترفة الأولى

مولودية الجزائر تستعيد الصدارة و"الكناري" يسقط في قسنطينة



استعاد مولودية الجزائر صدارة ترتيب الرابطة المحترفة الأولى من مولودية وهران، بعد الفوز الجديد في البيض. فاز المولودية على مولودية البيض بهدف وحيد، من توقيع العربي شابيبي، مساء أمس في ملعب زكريا مجدوب. وحقق المولودية 7 انتصارات متتالية في بطولة الموسم الأول، وتعادل في أول لقاء مع اتحاد الجزائر. ويواصل بطل الجزائر، السيطرة على

المنافسة محلياً للموسم الثالث تالياً رغم عدم استقرار الطاقم الفني. ويتصدر الفريق العاصمي البطولة برصيد 22 نقطة، يليه مولودية وهران برصيد 22 نقطة، ثم أولمبيك أقبو برصيد 18 نقطة. ويشار إلى أن المولودية تنتظر ثلاث مباريات متأخرة، ما يرشحه لتعميق الفارق أكثر عن ملاحقيه. في الشلف، انتهت مواجهة جمعية الشلف أمام نجم بن عكنون، بفوز كبير للزوار في المباراة التي احتضنها ملعب الشهيد محمد بومرزاق بهدفين مقابل هدف، وعرفت أداء متكافئاً بين الفريقين طيلة أطوار اللقاء، قبل أن يسجل العاصميين هدفاً قاتلاً في الدقائق الأخيرة. أما في قسنطينة، فقد تمكن شباب قسنطينة من تحقيق فوز ثمين على حساب شبيبة القبائل بهدف دون رد بملعب الشهيد محمد حملاوي، ليواصل النادي القسنطيني نتائجه الإيجابية داخل الديار. وفي بشار، عاد نادي بارادو بانتصار مهم من ميدان شبيبة الساورة بنتيجة هدفين مقابل هدف، في لقاء مثير احتضنه ملعب 20 أوت 1955، ليؤكد الفريق العاصمي صحوته بعد سلسلة من النتائج المتذبذبة في الجولات الماضية.

سفيان ع.

الاتحادية الجزائرية لكرة اليد:

تعيين مراد كراوبي مديرا فنيا مساعدا ومسؤولا مكلما بالمشروع الرياضي الفيدرالي



أعلنت الاتحادية الجزائرية لكرة اليد، في بيان لها عبر موقعها الرسمي، عن تعيين مراد كراوبي في منصب مساعد المدير الفني الوطني، ومديرا للمشروع الفيدرالي لتطوير الرياضة. وأوضحت الاتحادية أن هذا التعيين يشكل مرحلة جديدة في مسار تنفيذ المشروع الفيدرالي للتطوير الفني لهذا الاختصاص، الذي يضع التكوين والكفاءة و الأداء المستدام في صلب عملية إعادة بناء كرة اليد الوطنية. ويرتكز المشروع الفيدرالي، حسب الاتحادية، على إنشاء مراكز للتطوير الرياضي، وهي آلية تهدف إلى اكتشاف المواهب وتكوين اللاعبين الشباب، فضلا عن تطوير المدربين ودعم الكفاءات التقنية على المستوى الجهوي. كما يهدف هذا البرنامج أيضا إلى خلق ديناميكية جهوية مستدامة قائمة على الكفاءة وتبادل الخبرات والتطور التقني، من خلال إشراك الأندية و الرابطات والإطارات المحلية بشكل فعال. وفي مرحلة ثانية، سيتم تدعيم هذه الديناميكية بإنشاء أقطاب جهوية لاكتشاف المواهب، وهي هياكل عالية المستوى مخصصة لاكتشاف وتكوين ومرافقة أفضل العناصر الوطنية، بما يضمن تجديدا مستمرا للنجبة الرياضية الجزائرية.

وستكفل هذه الأقطاب بضمان انسجام أساليب التدريب على المستوى الوطني، بهدف ترسيخ هوية تقنية اتحادية واضحة ومشتركة. وبهذا الخصوص، أكد مراد كراوبي، أنه يتعين على «كرة اليد الجزائرية أن تستعيد جذورها الجهوية المتينة (...) الهدف هو بناء سلسلة تقنية اتحادية متماسكة ترافق تطوير اللاعبين الشباب إلى المستويات العليا، اعتمادا على مدربين مؤهلين، تجهيزات عصرية، ومعايير تقنية حديثة». وخلصت الاتحادية الجزائرية إلى التأكيد على أن هذا التعيين يعكس الإرادة الكبيرة التي تحذو الجميع في ضرورة التجديد التقني الذي يعد خطوة ملموسة نحو إعادة بناء مستدامة لكرة اليد الوطنية من خلال مشروع فيدرالي منظم، قابل للقياس، ويجمل رؤية مستقبلية مدروسة ودقيقة.

مهدي

كأس الجزائر لتحدي اللياقة البدنية :

تتويج نادي "أبطال المحمدية" للجزائر العاصمة

توج نادي أبطال المحمدية للجزائر العاصمة بلقب كأس الجزائر لمنافسة تحدي اللياقة البدنية، التي اختتمت سهرة أول أمس بالقاعة متعددة الرياضات "بوعباية ساعد" ببرج بوعرييج. وتمكنت عناصر نادي أبطال المحمدية من فرض سيطرتهم على المنافسة وتأكيد تفوقهم في عدة مستويات، ما سمح لهم بافتكاك المراكز الأولى حسب الفرق. وتميزت المنافسة عموما، بمستوى فني "جيد"، كما استقطبت حضورا كبيرا من هواة رياضة بناء الأجسام، حسب مدير المنافسة، السيد مغاسل سفيان. كما شكلت فرصة لاكتشاف بعض المواهب الواعدة من أجل تدعيم المنتخبات الوطنية المقبلة على المشاركة في كأس العالم لتحدي اللياقة البدنية شهر ديسمبر المقبل بالمملكة العربية السعودية، حسب نفس المصدر. وقد شارك 60 رياضيا يمثلون 18 رابطة ولائية من الوطن في هذا الحدث الرياضي، المنظم على مدار يومين من

والحمل والحملة بالقوة لبرج بوعرييج ومديرية الشباب والرياضة بالولاية. وفي ختام المنافسة، تم توزيع الجوائز على الفائزين بحضور أعضاء الاتحادية الجزائرية لبناء الأجسام واللياقة البدنية والحمل بالقوة وممثلي مديرية الشباب والرياضة لولاية برج بوعرييج.

مهدي

نصف ماراطون

"الزعاشة"

الوطني:

تألق عدائي

المنتخب

العسكري في

منافسات الطبعة

الرابعة

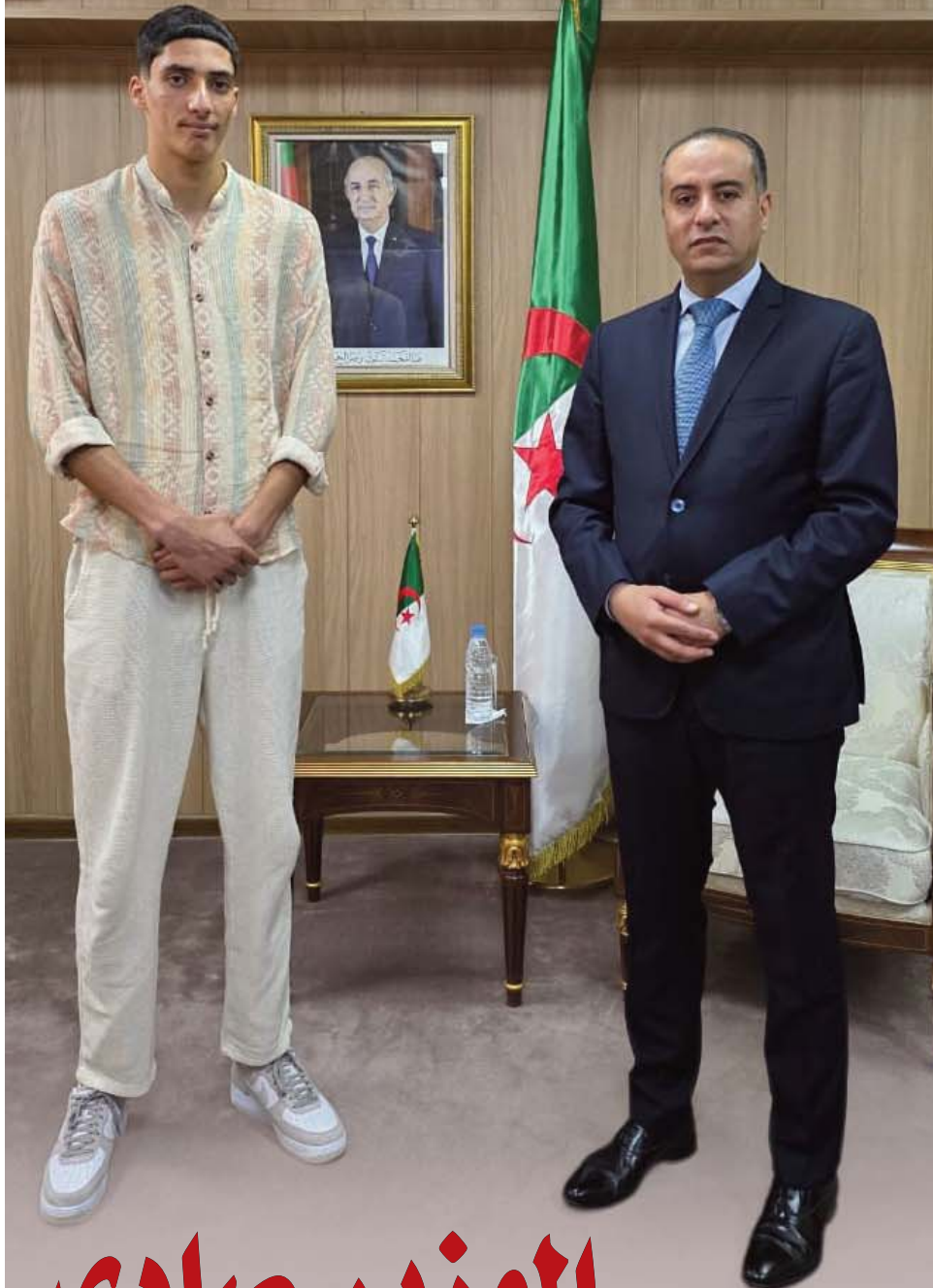
تألق عداؤو

لنصف ماراطون "الزعاشة" الوطني التي احتضنتها أول أمس بلدية طولقة بولاية يسكرة. وقد جاء في ريادة الترتيب العام للتظاهرة في صنف الرجال، عدااء المنتخب منصور حراوي متبوعا بزميله رمضان ورغي فيما حل في المرتبة الثالثة يوسف بن كرداغ من نفس المنتخب. وقد تمكنت العدااء نوال عباس من بجاية من اهتكاك لقب السيدات فيما احتلت المرتبة الثانية حورية مسعودي من ولاية باتنة و حلت في المركز الثالث نوال زنداوي من قسنطينة. وتميز هذا الحدث الرياضي الذي شارك فيه أكثر من 550 عدااء من الجنسين من 40 ولاية، بتنافس شديد بين العدائين الذين تمكنوا من قطع مسافة السباق كاملة، كما أضفى حركية على المنطقة التي استقطبت جمهورا كبيرا من محبي هذا الاختصاص الرياضي. وقد جرى هذا السباق على مسافة 10 كلم انطلاقا من بلدية بوشقرون مروراً بالموقع الأثري المخلد للمقاومة الشعبية للزعاشة ثم النواة القديمة لبلدية ليشانة مروراً بالدرسة الأثرية بقرية فرفار (بلدية طولقة) والعودة إلى المركب الرياضي بذات البلدية. واختتمت التظاهرة التي حضرتها السلطات المحلية بحفل لتسليم الميداليات والشهادات التقديرية للفائزين بالمراكز الثلاث الأولى في كل فئة. ونظمت هذه التظاهرة الرياضية بالتنسيق مع الرابطة الولائية لألعاب القوى بيسكرة والمديرية المحلية للشباب والرياضة، وبمساهمة المجلس الشعبي الولائي و جمعيات رياضية محلية.

المنتخب الوطني العسكري خلال منافسات الطبعة الرابعة

لنصف ماراطون "الزعاشة" الوطني التي احتضنتها أول أمس بلدية طولقة بولاية يسكرة. وقد جاء في ريادة الترتيب العام للتظاهرة في صنف الرجال، عدااء المنتخب منصور حراوي متبوعا بزميله رمضان ورغي فيما حل في المرتبة الثالثة يوسف بن كرداغ من نفس المنتخب. وقد تمكنت العدااء نوال عباس من بجاية من اهتكاك لقب السيدات فيما احتلت المرتبة الثانية حورية مسعودي من ولاية باتنة و حلت في المركز الثالث نوال زنداوي من قسنطينة. وتميز هذا الحدث الرياضي الذي شارك فيه أكثر من 550 عدااء من الجنسين من 40 ولاية، بتنافس شديد بين العدائين الذين تمكنوا من قطع مسافة السباق كاملة، كما أضفى حركية على المنطقة التي استقطبت جمهورا كبيرا من محبي هذا الاختصاص الرياضي. وقد جرى هذا السباق على مسافة 10 كلم انطلاقا من بلدية بوشقرون مروراً بالموقع الأثري المخلد للمقاومة الشعبية للزعاشة ثم النواة القديمة لبلدية ليشانة مروراً بالدرسة الأثرية بقرية فرفار (بلدية طولقة) والعودة إلى المركب الرياضي بذات البلدية. واختتمت التظاهرة التي حضرتها السلطات المحلية بحفل لتسليم الميداليات والشهادات التقديرية للفائزين بالمراكز الثلاث الأولى في كل فئة. ونظمت هذه التظاهرة الرياضية بالتنسيق مع الرابطة الولائية لألعاب القوى بيسكرة والمديرية المحلية للشباب والرياضة، وبمساهمة المجلس الشعبي الولائي و جمعيات رياضية محلية.

مهدي



الوزير صادي يستقبل البطل الصاعد يونس عياشي

استقبل أمس، وليد صادي، وزير الرياضة، البطل الصاعد يونس عياشي، أحد أبرز المواهب الشابة في اختصاص القفز العالي. وحسب بيان نشرته وزارة الرياضة، فقد استمع صادي، خلال هذا اللقاء إلى انشغالات البطل الشاب واطلع على مسيرته الرياضية وبرنامجه التحضيري. كما أكد صادي، حرص الوزارة على مرافقة الرياضيين الموهوبين وتوفير أفضل الظروف لتطورهم وتألقهم. مسديا تعليماته لمرافقة يونس عياشي وتسخير كل الامكانيات اللازمة لتحضيره لمختلف المواعيد الدولية المقبلة. كما شدد وزير الرياضة، على أن الدولة الجزائرية واقفة مع شبابها. ولن تدخر جهدا في التكفل بهم ومساندتهم لتحقيق طموحاتهم الرياضية. بدوره، ثمن البطل الصاعد في القفز العالي، هذا الاستقبال والدعم. معتبرا عن امتنانه لاهتمام وزارة الرياضة وتشجيعها للمواهب الصاعدة، ومؤكدا عزمه على مواصلة العمل والتألق لرفع الراية الوطنية في المواعيد القادمة. للتذكير فإن يونس عياشي كان قد حطم الرقم القياسي الوطني والعربي لفئة تحت 18 سنة، خلال المنافسة الولائية لفئات تحت 18-20 سنة والأكابر، التي نظمتها رابطة بجاية لألعاب القوى، خلال شهر ماي الماضي. وقفز عياشي إلى ارتفاع 2.20 مترا، متفوقا على رقمه السابق البالغ 2.18 مترا.

مهدي

اتحاد اللجان الاولمبية الوطنية العربية:

إعادة انتخاب الجزائري برباري عضوا في الهيئة الرياضية بالرياض

أعيد انتخاب الأمين العام للجنة الاولمبية والرياضية الجزائرية السيد خير الدين بربراري، عضوا في اتحاد اللجان الاولمبية الوطنية العربية، عقب الانتخابات التي جرت أول أمس على هامش ألعاب التضامن الإسلامي الجارية بالرياض، حسب ما أفادت به الهيئة الاولمبية في بيان لها. وأشار المصدر إلى أن هذه الانتخابات، هي بمثابة مكسب آخر للرياضة الوطنية بعد انتخاب السيد بربراري الشهر المنصرم في اللجنة المديرية للاتحاد الدولي للدراجات. واتحاد اللجان الاولمبية الوطنية العربية هو هيئة رياضية غير ربحية مستقلة ذات شخصية اعتبارية، مرجعيته مجلس وزراء الشباب والرياضة العرب ويضم في عضويته 22 لجنة اولمبية عربية. وتأسست الهيئة الاولمبية العربية في 7 مايو 1976

بمدينة الرياض بالسعودية وأطلق عليها اسم الاتحاد العربي للألعاب الرياضية واتخذ من مدينة الرياض مقرا دائما له وبعدها تم تعديل تسميته إلى اتحاد اللجان الاولمبية الوطنية العربية في اجتماع الجمعية العمومية ال12 في جدة يوم 2 مارس 2008.

مهدي



دي زيربي ينتقد إقامة السوبر الفرنسي على الأراضي الكويتية



شن الإيطالي روبرتو دي زيربي مدرب مارسيليا الفرنسي، هجوماً لاذعاً على فكرة إقامة السوبر الفرنسي عبر نسخته المقبلة، التي ستجمع مارسيليا بمنافسه باريس سان جيرمان، على الأراضي الكويتية. أعلنت الرابطة الفرنسية المحترفة لكرة القدم، في بيان رسمي خلال وقت سابق، احتضان الأراضي الكويتية لمواجهة السوبر الفرنسي عبر نسخته المرتقبة، التي ستجمع بين باريس سان جيرمان بطل الدوري والكأس، مع وصيفه أولمبيك مارسيليا، وذلك في 8 جانفي للعام المقبل 2026. وسيكون استاد جابر الأحمد الدولي الذي يتسع لأكثر من 60 ألف متفرج، مسرحاً للمواجهة المرتقبة بين باريس سان جيرمان وأولمبيك مارسيليا، بحثاً عن أول ألقاب الفريقين الرسمية خلال العام المقبل 2026. يأتي ذلك، في إطار المساعي الجادة التي يقوم بها المسؤولون من أجل الترويج للكرة الفرنسية، حيث سبق لدول أخرى احتضان السوبر الفرنسي على غرار الولايات المتحدة، الصين، قطر، المغرب، وتونس. لم يخف المدرب الإيطالي الذي اشتهر بتصريحاته الجريئة، انزعاجه الكبير من فكرة السفر صوب الشرق الأوسط خلال منتصف الموسم، من أجل المشاركة في السوبر

الفرنسي على الأراضي الكويتية. قال دي زيربي عبر تصريحات نقلها موقع "فوت ميركاتو": "حتى اللحظة لا أفهم سبب ذهابنا للعب مباراة السوبر في الكويت، الآن نبدو مطالبين بخوض مواجهة بعيدة دون خدمات عدة لاعبين أمثال نايف أكرد". واختتم دي زيربي كلماته بالقول: "نعيش شهراً حاسماً في دوري أبطال أوروبا، لذلك لا تبدو فكرة لعب مباريات في مناطق بعيدة أمراً جيداً خلال الوقت الراهن، لكننا ن نجد أنفسنا ملزمون بفعل ذلك، كل ما أتمناه أن نتجاوز هذه الفترة بشكل جيد، وأن نستعيد خدمات لاعبينا المصابين". جدير بالذكر أن أولمبيك مارسيليا يعيش موسماً جيداً، حيث يحتل صدارة ترتيب الدوري الفرنسي في الوقت الراهن برصيد 25 نقطة، جمعها من 8 انتصارات، تعادل وحيد، و3 هزائم، لكن مشوار الفريق لا يبدو جيداً في دوري أبطال أوروبا، حيث يحتل المركز 25 على سلم ترتيب مرحلة المجموعة، برصيد 3 نقاط، جمعها من انتصار وحيد و3 هزائم

شبح الإصابات يهدد مجدداً موسم سان جيرمان!

لا يزال شبح الإصابات يخيّم على باريس سان جيرمان عقب خسارته مجدداً خدمات عنصرين أساسيين في تشكيلته خلال مواجهته ضيفه بايرن ميونيخ الألماني (1-2) هما جناحه الدولي عثمان ديمبيلي ومدافعه المغربي أشرف حكيمي، الثلاثاء الماضي في دوري أبطال أوروبا، فيما لم يسلم باقي لاعبي الفريق من الإحراق أيضاً. ولم يعد باريس سان جيرمان الذي لم يعان كثيراً الموسم الماضي من المشاكل البدنية، قادراً على تحمل العدد المتزايد لقائمة مصابيه. وبعدها خاض مواجهة بايرن ميونيخ بتشكيلة شبه مكتملة، باستثناء جناحه الدولي الآخر ديزيري دوي المصاب، بات النادي الباريسي يحبس أنفاسه الآن بشأن نجم الكرة الذهبية لعام 2025 والظهير الدولي المغربي. وبعده إصابة دوي في الفخذ خلال مباراة ضد لوريان في الدوري الفرنسي (1-1)، فضل المدرب الإسباني لويس إنريكي التركيز على «استعادة» معظم لاعبيه مؤخراً، لكنه لم يتمكن سوى من تسجيل المزيد من الأضرار. وكما تبدو بعيدة تلك الابتسامة التي ارتسمت على محيا ديمبيلي في مسرح شاتليه خلال حفل الكرة الذهبية في 22 سبتمبر. ففي مواجهة البايرن على ملعب «بارك دي برانس»، كان وجهه عابساً. ولم يكن السبب هدفه الملغى من حكم «الضار»، بل شعوره السيئ من الناحية البدنية. وأكد إنريكي أن خروج ديمبيلي من المباراة «لا علاقة له، بالإصابة التي تعرض لها في العضلة الخلفية للفخذ الأيمن في سبتمبر الماضي والتي أيعدت صاحب الرقم 10 لمدة شهر ونصف الشهر عن الملعب، ويبدو أنها عاودته ضد نيس السبت الماضي في الدوري أما حكيمي الذي كان بمنأى حتى الآن عن المشاكل البدنية، فقد كان ضحية لسوء حظ، ليس بسبب إصابة ناجمة عن الإحراق بعد موسم طويل، بل نتيجة تدخل عنيف من الخلف للجناح الكولومبي لبايرن ميونيخ لويس دياز الذي أصابه في كاحل قدمه اليسرى. وصرخ حكيمي وذرف الدموع من شدة الآلام وخرج من الملعب بمساعدة جهاز طبي مذعور. وسيجري اللاعبان فحوصات، بينها تصوير بالرنين المغناطيسي للاعب المغربي، وفق ما أفاد به النادي، من دون تحديد طبيعة الإصابة. وقال قائده الدولي البرازيلي ماركينوس بأسف: «من الصعب جداً خسارتهما، فهما مهمان بالنسبة لنا».

وتسود حالة من القلق الشديد، لا سيما بشأن حكيمي الذي قدّم أداءً مبهراً وثابتاً على مدار العامين الماضيين. ورغم أن صحفية رصدت القائد الثاني لنادي العاصمة وهو يبتسم خلف الكواليس بعد المباراة، وساقه اليمنى موضوعة في حذاء طبي، فإن المغرب يرتجف خوفاً على قائده وأفضل لاعبيه مع اقتراب انطلاق كأس الأمم الإفريقية على أرضه في 21 ديسمبر. وابتعاده لأسابيع عدة سيسلب الضوء حتماً على غياب بديل حقيقي له في مركز الظهير الأيمن. وسيجد باريس سان جيرمان الذي قرر عن وعي عدم التعاقد مع لاعبين في مركزه هذا الصيف، نفسه مضطراً مرة أخرى إلى التكيف مع الوضع.

رونالدو: تسجيل الأهداف في الليغا أسهل من الدوري السعودي

لا يزال كريستيانو رونالدو يقدم أداءً قوياً مع النصر السعودي، ويهز الشباك بشكل مستمر على الرغم من بلوغه الأربعين من عمره. لكنه يعتقد أن سجله سيكون أفضل لو كان لا يزال يلعب في الدوري الإسباني. وواصل "الدون" هز الشباك مع النصر في جميع المبارقات رافعا رصيده إلى 953 هدفاً كأفضل هداف في تاريخ كرة القدم. ومنذ انضمام الأسطورة البرتغالية إلى صفوف النصر في جانفي 2023 أحرز 109 أهداف، لكنه يواصل الصيام عن تحقيق الألقاب مع النادي السعودي، بعد إقصاء فريقه من كأس خادم الحرمين الشريفين. وتعد هذه البطولة رقم 13 التي يفشل رونالدو في الفوز بها منذ انتقاله التاريخي إلى "العالمي".

في المقابل قضى رونالدو 9 مواسم حافلة بالألقاب مع ريال مدريد بين عامي 2009 و2018، سجل خلالها 450 هدفاً في 438 مباراة فقط. وهو يعتقد أنه لا يزال على نفس المستوى، على الرغم من مرور 7 سنوات على تلك الفترة.

في وقت سابق من هذا الأسبوع، أجرى رونالدو مقابلة مع الإعلامي البريطاني بيرس مورغان، مشيراً إلى أن مستوى كرة القدم في السعودية حالياً أعلى من مستوى الدوري الإسباني. وصرح النجم البرتغالي بأنه من الأسهل تسجيل الأهداف في الدوري الإسباني مقارنة بالدوري السعودي، مشيراً إلى أن درجات الحرارة المرتفعة تلعب دوراً رئيسياً. وقال "بعض الناس يبحثون عن الأعذار، وهذا أسهل طريق. بعد عام، أواصل تسجيل المزيد من الأهداف حتى في أسوأ مواسمي، سجلت 25 هدفاً".

وأضاف "هؤلاء الذين يتحدثون لم يأتوا إلى هنا قط، ولم يلعبوا هنا أبداً. إنهم لا يعرفون معنى الركض في درجة حرارة 40 درجة مئوية. ومع ذلك، ما زلت أقدم أفضل ما لدي".

وتابع "بالنسبة لي، كان تسجيل الأهداف في إسبانيا، في الدوري الإسباني، أسهل من التسجيل في السعودية".

وتساءل رونالدو عن عدم احتساب أهداف الدوري السعودي عند منح جائزة الكرة الذهبية قائلاً "إنه أفضل بكثير من الدوري البرتغالي، وحتى الدوري الفرنسي، لأنه في فرنسا لا يوجد سوى باريس سان جيرمان. لماذا لا تحتسب جائزة الحذاء الذهبي للاعب الدوري السعودي؟".

وأضاف "انظروا إلى هدافي الدوري واسألوا اللاعبين الذين لعبوا هنا. بالنسبة لي، كان التسجيل أسهل في إسبانيا منه في الدوري السعودي للمحترفين".

وختم "إذا لعبت في الدوري الإنجليزي الممتاز الآن، في فريق كبير، فسأسجل نفس العدد من الأهداف".

ميسي

يقود إنتر ميامي لتأهل تاريخي ويصل لـ 400 تمريرة حاسمة في مسيرته

قاد ليونيل ميسي فريقه إنتر ميامي إلى نصف نهائي دوري كرة القدم الأمريكي بعد الفوز على ناشفيل 4-0. بعدما تألق وسجل ثنائية وصنع هدفاً. هذه هي المرة الأولى في تاريخه التي يتجاوز فيها إنتر ميامي الدور الأول من تصفيات الدوري الأمريكي لكرة القدم، بعد فشل العام الماضي بسقوطه في الدور الأول على أرضه أمام أتلانتا يوناييتد. فوز برعاية نظيفة كسر من خلاله ليونيل عقدة نصف نهائي دوري كرة القدم الأمريكي، ووصل للتمريرة الحاسمة رقم 400 في مسيرته في الدقيقة التاسعة، افتتح ليو التسجيل بهدف على طريقته الخاصة كما كان يفعل في برشلونة، بعدما أبهر الجميع بمرواغاته وتفوقه على ويليس بتسديدة من حافة المنطقة. بعد ذلك، في الدقيقة 39، أضاف بطل العالم الهدف الثاني بعد تمريرة من جوردي ألبا خلف المدافعين إلى سيلفييتي، الذي مهد الكرة للأرجنتيني، ولم يتهاون الأخير في وضعها بالشباك. وبهذا الهدف، رفع أسطورة إنتر ميامي رصيده إلى 42 هدفاً في 46 مباراة خاضها هذا العام مع الفريق الأمريكي، ليصبح على بعد 6 أهداف من الوصول إلى 900 هدف في مسيرته الكروية بالكامل. في الدقيقة 72، سجل ماتيو أليندي هدفاً بعد تبادل رائع للكرة بين جوردي ألبا وليونيل ميسي، ليمرر الأول إلى أليندي أمام المرمى الخالي، مسجلاً الثالث. بعد ثلاث دقائق، مرر ميسي تمريرة حاسمة بالقدم اليمنى، ضاربة دفاع الخصم بالكامل، لتذهب الكرة إلى أليندي محرزاً الهدف الرابع. بهذه التمريرة، وصل ميسي إلى 400 تمريرة حاسمة رسمية في مسيرته، والـ 37 مع إنتر ميامي متفوقاً على رقمه مع باريس سان جيرمان. وأصبح ميسي على بعد 5 تمريرات حاسمة فقط ليصبح أكثر لاعب صنع أهدافاً في التاريخ، متجاوزاً بوشكاش صاحب 303 تمريرات في مسيرته. جدير بالذكر أنه في نصف نهائي الدوري، سيخوض إنتر ميامي مباراة إقصائية واحدة خارج أرضه ضد إف سي سينسيناتي.



جولييان ألفاريز يغازل برشلونة ويثير الشكوك حول مستقبله

كسر المهاجم الأرجنتيني جولييان ألفاريز صمته، بخصوص ما يتردد عن إمكانية رحيله عن أتلتيكو مدريد، من أجل الانضمام إلى برشلونة خلال الفترة القادمة. وكان ألفاريز انضم إلى أتلتيكو مدريد صيف العام الماضي 2024، قادماً آنذاك من مانشستر سيتي الإنجليزي، مقابل 75 مليون يورو. وتمكن الدولي الأرجنتيني من فرض نفسه نجماً أولاً لأتلتيكو مدريد، مسجلاً 38 هدفاً مع تقديمه 12 تمريرة حاسمة، في 72 مباراة خاضها بقميص "الروخي بلانكوس" حتى الآن. استناداً إلى بيانات موقع "ترانسفير ماركيت" العالمي.

ويرتبط ألفاريز مع أتلتيكو مدريد بعقد يمتد حتى 30 جوان 2030، لكن تقارير صحفية متنوعة أشارت إلى إمكانية مغادرة المهاجم الأرجنتيني لقلعة "واندا ميتروبوليتانو"، من أجل الانضمام إلى برشلونة، الباحث فعلياً عن ضم مهاجم جديد.

وبخصوص هذه الفكرة تحديدًا، قال ألفاريز في تصريحات صحفية، "في إسبانيا، توجد أحاديث كثيرة عني وعبرشلونه. عندما وقعت لأتلتيكو العام الماضي، كانت هناك أحاديث كثيرة عن باريس (سان جيرمان)".

وأوضح ألفاريز أنه كانت هناك مفاوضات بالفعل، للانتقال إلى باريس سان جيرمان، قبل أن يستقر في نهاية المطاف على الانضمام إلى أتلتيكو مدريد، وتابع: "أنا مركز حالياً على أتلتيكو، وستقيم الوضع في نهاية الموسم". ويرى مراقبون أن تأجيل ألفاريز لتقييم وضعه مع أتلتيكو مدريد، قد يمثل إعلاناً عن وجود رغبة مبدئية من جانب المهاجم الأرجنتيني في مغادرة نادي العاصمة الإسبانية، والانضمام إلى "البارسا".

يسعى نادي برشلونة الإسباني لتدعيم دفاعه بلاعبين مميزين من أجل تحسين قوة خطه الخلفي في السنوات المقبلة، خصوصاً مع التراجع الكبير لمستوى خط الدفاع في موسم 2025-2026. تحت قيادة المدرب الألماني، هانس فليك، والاسم المطروح على الطاولة سيكون في متناول النادي الكتالوني.

وكشف موقع فيتساخيس الإسباني، عن اهتمام كبير من إدارة نادي برشلونة الإسباني بالمدافع الإنجليزي، جون ستونز (31 سنة)، لاعب نادي مانشستر سيتي الإنجليزي، لمحاولة التعاقد معه في ميركاتو صيف عام 2026، وذلك لتدعيم الخط الخلفي للنادي الكتالوني بقيادة المدرب هانس فليك، وهو اللاعب الذي يلعب في قلب الدفاع، وهي النوعية التي يحتاجها الفريق على الصعيدين، الفني والذهني. ويبلغ المدافع الإنجليزي جون ستونز من العمر 31 سنة، ولم يعد أساسياً في تشكيلة المدرب الإسباني، بيب غوارديولا، إذ خاض في موسم 2025-2026، خمس مباريات فقط حتى الآن في جميع المسابقات المحلية والأوروبية، وسبق له أن مثل سيتي في 295 مباراة وسجل 19 هدفاً، وكان أحد نجوم تشكيلة المدرب، بيب غوارديولا، في خط الدفاع خلال السنوات الماضية.

ويمكن لصققة جون ستونز أن تكتمل بنجاح لنادي برشلونة في ميركاتو صيف 2026، خصوصاً أنه سيصبح حراً في بداية العام الجديد، وبالتالي يمكنه مفاوضة النادي الكتالوني وإنهاء الأمور باكراً، في وقت يفضل فيه النادي الكتالوني الحصول على صفقات مجانية في ظل أزمته المالية التي اقتربت من النهاية بعد سنوات صعبة جداً عاشها النادي الإسباني وواجه صعوبات كثيرة للتعاقد مع أسماء كبيرة وقوية.

ريال مدريد يمر بأزمة اقتصادية طاحنة .. ومقترح بطرح النادي للاستثمار

كشفت تقارير صحفية، عن معاناة نادي ريال مدريد الإسباني، من الناحية الاقتصادية؛ بسبب ملعب سانتياغو بيرنابيو. ولو كان ريال مدريد قد قام بتجديد وتوسعة ملعب سانتياغو بيرنابيو في الموسم الماضي. ولكن يبدو أن طموح فلورنتينو بيريز لجعل سانتياغو بيرنابيو أحدث ملعب وأكثر ربحية في أوروبا إلى كابوس اقتصادي. ووفقاً لشبكة ABC-Es-pana، فإن التكلفة الإجمالية لمشروع التجديد تقترب، الآن من 1.163 مليار يورو، أي ما يقرب من ثلاثة أضعاف التقديرات الأولية، حيث إن المشروع، الذي بدأ في عام 2019 بميزانية قدرها 575 مليون يورو، سرعان ما خرج عن نطاق السيطرة مع الحصول على قرضين إضافيين بقيمة 225 مليون يورو و370 مليون يورو لإكمال العمل. ويهدف بيريز إلى تحويل بيرنابيو إلى ملعب، مفتوحاً 365 يوماً، وقادراً على استضافة الحفلات الموسيقية والفعاليات ومناطق كبار الشخصيات المريحة. لكن الواقع كان مختلفاً تماماً، حيث إن بعد ستة عشر حفلة موسيقية فقط، أجبرت شكاوى الضوضاء من السكان المحليين، النادي على تعليق الفعاليات، مما حرم ريال مدريد من مصدر دخل أساسي. وأوضح التقرير أنه في مواجهة هذه الأزمة المالية، فقل فلورنتينو بيريز ما يعرف بـ "الرافعة المالية"، أي بيع 20٪ من إيرادات الملعب المستقبلية (الحفلات الموسيقية، مواقف السيارات، المساحات التجارية) لشركتين أمريكيتين، مقابل حصول ريال مدريد على 360 مليون يورو مقدماً، وهو مبلغ يدفع مباشرة إلى خزائن النادي. ولكن وفقاً لشبكة "إيه بي سي إسبانيا"، كان ينبغي تسجيل هذا المبلغ كدين، وليس كأيرادات، كان من شأن هذه المعالجة المحاسبية أن تسمح لريال مدريد بتقديم ميزانية عمومية سليمة بشكل مصطنع وتجنب خفض سقف الرواتب الذي تفرضه رابطة الدوري الإسباني. ويؤكد موظف سابق في النادي أنه لولا هذه الحيلة، لكان ريال مدريد قد سجل خسائر تزيد عن 40 مليون يورو في ذلك العام، ويثير هذا الترتيب المالي الآن انتقادات لشفافية إدارة رئيس ريال مدريد. وذكر التقرير أن فلورنتينو بيريز يفكر في إجراء جذري، بتحويل ريال مدريد إلى شركة رياضية مساهمة، وهو وضع يسمح للمستثمرين من القطاع الخاص بالاستحواذ على حصة في النادي. ووفقاً لمصادر مقربة من الإدارة نقلاً عن ABC-Espana، فإن هذه الفكرة، التي لا تزال محظورة على العديد من أعضاء النادي، قيد الدراسة لجذب رؤوس أموال جديدة وتخفيف الديون الهائلة المرتبطة بالملعب، وبالتالي، سيفقد ريال مدريد، المملوك لأعضائه منذ أكثر من قرن، جزءاً من هويته، متبنياً نموذجاً مشابهاً لنموذج الأندية الإنجليزية أو الباريسية، حيث يدرِك بيريز أن مثل هذا القرار قد يُسبب اضطراباً مؤسسياً، لكن في ظل الأزمة المالية، لا يملك سوى بدائل محدودة وتتداول أوساط الأعمال في مدريد فكرة فتح رأس المال لصناديق استثمار أمريكية أو شرق أوسطية. وكما لو أن الأزمة المالية لم تكن كافية.

ويصر ريال مدريد أيضاً بفترة من الاضطراب المؤسسي، وقد يتم تعليق الجمعية العمومية المقرر عقدها في 23 نوفمبر بعد تقديم أحد أعضاء النادي التماساً إلى محكمة مدريد الإقليمية. يطعن هذا العضو في شرعية القائمة الانتخابية الحالية، مدعياً أنها تضم ما يصل إلى 20 ألف عضو غير مؤهل.

فليك يوجه رسالة هامة لمنتخب إسبانيا بسبب يامال

وجه الألماني هانز فليك، مدرب برشلونة، رسالة هامة لمنتخب إسبانيا بعد استدعاء لامين يامال للاستحقاقات المقبلة للماتادور في فترة التوقف الدولي القادمة، تزامناً مع بداية استعادة اللاعب لمستواه مع البلوغرانا بعد فترة صعبة من المشاكل مع منطقة العانة. وقال فليك، في تصريحات صحفية على هامش مواجهة برشلونة وسيلتا فيجو، مساء الأحد ضمن منافسات الدوري الإسباني "كل ما أريده هو الاعتناء به، هذا ما أطلبه، وهو نفس الأمر الذي أريده عندما يكون معنا في برشلونة". وأضاف مدرب برشلونة "يجب الاعتناء بلامين يامال، لقد تغير، وأصبح أفضل بكثير. أصبح أفضل في التدريبات ويواصل العلاج ويقدم عملاً ممتازاً، وهو شيء شديد الأهمية بالنظر لإصابة العانة التي يعاني منها". وواصل فليك حديثه "لامين يامال مازال غير جاهزاً بنسبة 100٪، لم يتخلص من الآلام حتى الآن، هناك بعض الانزعاجات لذلك يتوجب علينا الحفاظ عليه في النادي والمنتخب، وأظن أنهم هناك يضعون ذلك". وعن أهمية النجم في الفريق، قال "الأهم هو الفريق وليس الأفراد بكل تأكيد، رغم أن اللاعبين الكبار متواجدين دائماً".

ماك أليستر يحسم موقفه من الانتقال إلى ريال مدريد

حسم النجم الأرجنتيني أليكسيس ماك أليستر، متوسط ميدان ليفربول الإنجليزي، موقفه من الانتقال إلى ريال مدريد الإسباني. وارتبط نجم وسط ليفربول، خلال صيف العامين الماضيين، بخطوة الانتقال إلى النادي الملكي، نظراً لتألقه اللافت مع الفريق الإنجليزي. ويعد ماك أليستر، المتوج بكأس العالم 2022 رفقة الأرجنتين، ركيزة أساسية في تشكيل ليفربول، طيلة المواسم الثلاثة الماضية. بحسب ما ذكرته شبكة "footballinsider" الإنجليزية، فإن ماك أليستر لا يميل إلى قبول فكرة الانتقال إلى ريال مدريد. ويبحث العملاق الإسباني، بقيادة المدرب تشابي ألويسو، عن لاعب وسط مميز، يكون حلاً طويل الأمد، للشانلي السابق، توني كروس ولوكا مودريتش. وأكد التقرير أن ماك أليستر لا يهتم بالعروض المغرية، التي تصل إليه من كبار أوروبا، خاصة ريال مدريد، للحصول على خدماته في صيف 2026 وكان والد ماك أليستر قد اعترف من قبل، بأنه لا يستبعد الانتقال إلى ريال مدريد، في المستقبل، لكنه أوضح أن نجله سعيد في ليفربول حالياً. وكان النجم الأرجنتيني، قد أحرز هدفاً قاد به ليفربول، للفوز على ريال مدريد، بنتيجة (1-0) في الجولة الرابعة من دوري أبطال أوروبا. وخاض ماك أليستر خلال الموسم الحالي 15 مباراة بجميع البطولات، سجل خلالها هدفاً وقدم تمريرتين حاسمتين.



كومباني يفشل في معادلة إنجازي غوارديولا وفليك مع بايرن ميونخ

توقفت سلسلة انتصارات نادي بايرن ميونخ عند 16 فوزاً متتالياً في جميع بطولات هذا الموسم بتعادلته، أمام مضيفه يونيون برلين بنتيجة (2-2) في الجولة العاشرة من الدوري الألماني، ليفشل بذلك البلجيكي فينسنت كومباني مدرب الفريق البافاري في معادلة إنجازي الإسباني بييب غوارديولا والألماني هانز فليك المدربين السابقين للنادي. وكان البايرن قريباً من تلقي خسارته الأولى هذا الموسم على يد يونيون برلين، ولكن نجمه ومهاجمه الإنجليزي هاري كين، أنقذه من ذلك، وسجل له هدف التعادل في الدقيقة (90)، ليعزز بذلك النادي البافاري صدارته للدوري الألماني برصيد 28 نقطة. بتعادلته مع يونيون برلين توقفت سلسلة انتصارات البايرن عند 9 في أول 10 جولات من الدوري الألماني للموسم الحالي، ليجمع بذلك 28 نقطة من 10 انتصارات وتعادل واحد، ويفضل مدربه كومباني في معادلة إنجاز غوارديولا. وحقق بايرن ميونخ أفضل انطلاقة في تاريخه بالدوري الألماني تحت إشراف غوارديولا، بتسجيله 10 انتصارات متتالية في أول 10 جولات، وحدث ذلك موسم 2015-2016، ليتعادل بعد ذلك بنتيجة (0-0) أمام آينتراخت فرانكفورت في الجولة الـ 11، وتتوقف سلسلته الإيجابية، وذلك استناداً لبيانات موقع "Foot mercato" قبل تعادله مع يونيون برلين، حقق البايرن حقق 16 انتصاراً متتالياً (9 في الدوري الألماني، 4 في دوري أبطال أوروبا و2 في كأس ألمانيا) في كأس السوبر الألماني، وكان الفريق البافاري بقيادة كومباني قريباً من معادلة الرقم القياسي الذي حققه في عهد مدربه الأسبق هانز فليك. وتمكن البايرن عام 2020 من تحقيق السداسية التاريخية تحت إشراف فليك، بالإضافة إلى إحرازه 23 انتصاراً متتالياً في جميع البطولات، وكان كومباني قريباً من معادلة أو تحطيم هذا الرقم القياسي خلال الموسم الحالي، ولكن يونيون برلين وقف حجر عثرة في طريقه، وأوقف سلسلة انتصاراته عند حاجز الـ 16. للتذكير، فإن كومباني تولى مهمة تدريب البايرن صيف 2024، وبفضل النتائج المميزة التي يحققها مع الفريق هذا الموسم، قررت إدارة الفريق تجديد عقده إلى غاية صيف 2029، وذلك في خطوة أكدت من خلالها رغبتها في مواصلة العمل معه ضمن مشروع طويل الأمد.

كين ينقذ بايرن ميونخ من الخسارة الأولى في الموسم

تعثر بايرن ميونخ للمرة الأولى هذا الموسم، بالتعادل أمام مضيفه يونيون برلين بنتيجة (2-2)، على ملعب ألتين فورستري، مساء أول أمس، ضمن الجولة العاشرة من الدوري الألماني. وافتتح فريق يونيون برلين التسجيل في الدقيقة 27 من زمن الشوط الأول، عن طريق لاعبه دانييلو دوخي بعد تمريرة من جانيك هابيريير. وتمكن بايرن ميونخ من تعديل النتيجة في الدقيقة 38 من الشوط نفسه، عبر لاعبه لويس دياز. وعاد يونيون برلين للتقدم مجدداً في الدقيقة 83 من زمن اللقاء، قبل أن ينجح هاري كين في إدراك التعادل لبايرن ميونخ في الدقيقة الثالثة من الوقت بدل الضائع، بعد تمريرة حاسمة من توم بيشوف. وحاول الفريق البافاري تسجيل هدف الفوز في الدقائق الأخيرة، إلا أن دفاع يونيون برلين حافظ على تماسكه، لينتهي اللقاء بالتعادل الإيجابي 2-2. يتصدر بايرن ميونخ ترتيب مسابقة الدوري الألماني وفي جعبته 28 نقطة، وبفارق 6 نقاط عن المركز الثاني فريق لايبزيغ الذي يملك 22 نقطة. من جانبه، يحتل فريق يونيون برلين المركز العاشر في ترتيب الدوري الألماني، وفي جعبته 12 نقطة، من 10 جولات. وبعد التوقف الدولي المقبل، يستقبل بايرن ميونخ نظيره فرايبورج يوم السبت 22 نوفمبر، قبل أن يرحل لخوض مباراة مرتقبة أمام آرسنال يوم 26 نوفمبر في دوري أبطال أوروبا، ويعدّها يستقبل سانت باولي في الدوري 29 نوفمبر، ومن ثم يجدد الموعد مع يونيون برلين من جديد على نفس الملعب يوم 3 ديسمبر في ثمن نهائي كأس ألمانيا.

كومباني عن خطأ نوير: ماذا تتوقعون مني أن أقول؟

رغم تأخره مرتين في النتيجة، عاد بايرن ميونخ بتعادل ثمين (2-2) في اللحظات الأخيرة أمام يونيون برلين، مساء أول أمس ضمن لقاءات الجولة العاشرة من الدوري الألماني، بفضل الأداء القتالي، وهدف هاري كين في الوقت المحتسب بدل الضائع. ولخص القائد مانويل نوير الوضع قائلاً: "من الرائع بالطبع أننا مرة أخرى.. في النهاية، إنها نقطة جيدة جداً بالنسبة لنا". كما أشاد المدير الرياضي، كريستوف فرويند، بالفريق البافاري معلقاً: "أظهر الفريق عقلية رائعة، وسجل هدف التعادل المتأخر، وأثبت أنه لا يريد الخسارة". قال فينسنت كومباني، مدرب بايرن ميونخ، في تصريحات نقلها الموقع الرسمي للنادي: "لم نقدم ما يكفي في الشوط الأول، كنا متأخرين بخطوة أو اثنتين أو ثلاث خطوات، وخسرنا الكرة الثانية عدة مرات". وواصل، "كنا نعلم أن الكرات الثابتة هي أكبر نقطة قوة لدى يونيون، والأمر كان يتعلق بالتفاصيل. بدءاً من الدقيقة 30 فصاعداً، لا أستطيع أن أقول إن الأداء كان سيئاً، لقد كانت مباراة صعبة، لكن هذا ما توقعتناه هنا. لم نلعب مباراة سيئة حقاً، لكن يجب أن أقول إن الخصم قام بالعديد من الأشياء الصحيحة". وأضاف: "في سياق الصورة الكبرى للأمر، كانت هناك بعض الإيجابيات التي يمكن أن نأخذها من اليوم.. لا يبيزج خسر، والطريقة التي عدنا بها لتأمين نقطة التعادل، هذا جزء من الموسم". وسئل كومباني عن خطأ مانويل نوير في الهدف الأول، فأجاب: "ماذا تتوقعون مني أن أقول؟ هل تتوقع أن أقول شيئاً عن حارسي رقم 9؟ بالطبع لا، إنها لعبة جماعية.. عندما تستقبل هدفاً، هناك العديد من الأشياء والتسلسلات التي تحدث قبله، نحن ننظر إلى تلك اللحظات أيضاً". وبخصوص هدف لويس دياز الرائع، صرح: "كنا حقاً بحاجة إلى لحظة التألق تلك من لوتشو.. بالطبع كان يمكنه تسجيل هدف آخر بعد ذلك، لكن الجودة التي نمتلكها في هذا الفريق، هي ما نحتاجه لتحقيق أهدافنا خلال الموسم.. لقد سجل ثلاثة أهداف هذا الأسبوع، وهذا جيد له".

نوير: اتخذت قراراً خاطئاً

اعترف حارس نادي بايرن ميونخ الألماني، بالخطأ الذي اقترعه في مواجهة يونيون برلين مساء أول أمس، والذي كاد يكلف الفريق أول خسارة في الموسم الجاري، وقال نوير في تصريحاته: "في النهاية أعتقد أنها كانت نقطة جيدة.. الآن نحن متقدمون (في صدارة الدوري الألماني) بفارق 6 نقاط.. لقد عانينا في الدفاع أمام الكرات الثابتة، وقام يونيون بعمل جيد في هذا الجانب". وأردف: "اتخذت قراراً خاطئاً في الهدف الأول، وخسرنا الكرة الثانية في الهدف الثاني.. كانت المباراة صعبة اليوم ضد هذا الفريق، خاصة بعد لقاء الأربعاء (أمام باريس سان جيرمان في دوري أبطال أوروبا)، لكننا نؤمن بأننا سنعود قريباً إلى سكة الانتصارات". وعن الخطأ الذي ارتكبه في الهدف الأول، قال: "رؤيتي لم تكن مثالية، والمسافة لم تكن مثالية أيضاً، لكنني اتخذت القرار الخاطئ".

هاري كين يرد على توقف سلسلة بايرن ميونخ

توقفت سلسلة انتصارات بايرن ميونخ المميزة في الجولة العاشرة من الدوري الألماني، بالتعادل 2-2 خارج أرضه مع يونيون برلين. من جانبه، علق هاري كين، مهاجم بايرن ميونخ، على اللقاء قائلاً: "لقد كانت مباراة صعبة، توقعتنا معركة والكثير من الكرات الطويلة.. العديد من القرارات والأخطاء الصغيرة كانت ضدنا اليوم، لم تكن أفضل مباراة لنا، لكننا حافظنا على تركيزنا وتمكننا من التعادل.. هذه هي كرة القدم، هناك مباريات مثل اليوم تسير فيها الأمور ضدك.. سنأخذ النقطة". وتابع: "الطريقة التي عدنا بها، تظهر الروح والعزيمة في هذا الفريق.. كان الأسوأ أن ندخل فترة التوقف الدولي بهزيمة، يمكننا أن نحافظ على الزخم مع هذا التعادل.. 16 انتصاراً متتالياً أمر لا يصدق، لكن الآن بعد أن انتهت (السلسلة)، لن تكون الموضوع الرئيسي للحديث بعد الآن.. سنمضي قدماً".

أموريم: محبط بسبب التعادل.. ولاعب اليونائيتد تعرض للإصابة

أكد البرتغالي روبن أموريم، المدير الفني لمانشستر يونايتد، أنه يشعر بالإحباط لعدم فوز فريقه على مضيفه توتنهام، لكنه أشاد بروح لاعبيه خلال اللقاء. وخطف مانشستر يونايتد، تعادلاً درامياً مع مضيفه توتنهام، أول أمس، بنتيجة (2-2)، على ملعب الفريق اللندني، ضمن منافسات الجولة 11 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وبدأ يونايتد بالتسجيل عن طريق بريان مبيومو في الدقيقة 32، قبل أن يتعادل ماتيس تيل (84) للسبيرز. وسجل ريتشارليسون، هدف التقدم لأصحاب الأرض في الدقيقة (1+90). ولكن في الدقيقة (6+90)، صعد ماتيس دي ليخت، كل من في الملعب، بعد أن سجل هدف التعادل لمانشستر يونايتد. وقال أموريم في تصريحات لقناة TNT Sports "خلال المباراة، شعرنا أن النقاط الثلاث كانت في متناول أيدينا، ولكن بعد كل ما حدث، خروج هاري ماجواير وكاسيميرو وتلقي هدفين، سجلنا مرة أخرى، وهذه نقطة تحسب لنا". وأضاف "عندما لا تفتون، لا تخسر، وهذا ما فعلناه مرة أخرى، لدينا الكثير لتتطور به كفريق. لأن اليوم كان يومنا للفوز بهذه المباراة". وتابع أموريم "يجب علينا أن نراجع أنفسنا، لم تكن نضقت بنفس القوة، شعرنا بالراحة. لكننا بحاجة إلى أن نفهم أنه إذا تحلين بالمزيد من الشجاعة، سنحسم المباراة، لكن في بعض الأحيان يحدث هذا، يكون الشوط الأول أفضل من الثاني". وأكد "نحن نؤمن بقدرتنا على تسجيل الأهداف حتى اللحظة الأخيرة". وعن حارس فريقه سين لامينز، قال "إنه يقدم أداء رائعاً، ويفهم أن الكثير من الأشياء قد تحدث في المباراة، ولكن كحارس مرمى، علينا أن نضحي قدماً، إنها مباراة جديدة في كل مرة تكون فيها الكرة على أرض الملعب". وعن إصابة مهاجمه بنجامين سيسكو، أوضح أموريم "يجب علينا أن نتنظر، نعتقد أنه يعاني من مشكلة، لكن دعونا نرى". وأكمل "أشعر ببعض الإحباط، لكنني فخور أيضاً برد فعل اللاعبين بعد هدف توتنهام الثاني". وختتم "هذه ليست سوى البداية، نحن في بداية طريقنا لنصبح فريقاً قوياً، لذا أمامنا الكثير لنفعله".

تشيلسي يروض ذئاب وولفرهامبتون

تقدم تشيلسي إلى المركز الثاني مؤقتاً على سلم ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز، بفوزه مساء السبت على ضيفه وولفرهامبتون 3-0، ضمن الجولة الحادية عشرة. وسجل ثلاثية تشيلسي كل من مالو جوستو (51) وجواو بيدرو (65) وبيدرو نيتو (73). وارتفع رصيد تشيلسي بهذا الفوز إلى 20 نقطة في المركز الثاني، بفارق 6 نقاط عن المتصدر آرسنال، فيما بقي رصيد وولفرهامبتون نقطتين في المركز الأخير. بدأت المباراة بضغط هائل من تشيلسي منذ الدقائق الأولى، حيث أظهر الفريق نية واضحة لحسم اللقاء مبكراً. في الدقيقة الثانية، حصل الأرجنتيني أليخاندرو جاراتشو على خطأ بعد عرقلته من قبل سانتو بويتو على الجهة اليسرى، ليمنح فريقه فرصة مبكرة لتهديد المرمى من ركلة حرة مباشرة. ونفذ إنزو فيرنانديز الركلة الحرة بشكل مفاجئ بتسديدة مباشرة نحو الزاوية اليمنى العليا، إلا أن حارس وولفرهامبتون جونستون تصدى لها ببراعة وأبعدها إلى ركنية، مانعاً هدفاً محققاً. واصل تشيلسي ضغطه المكثف، وكاد جاراتشو يفتتح التسجيل في الدقيقة الخامسة عندما تلقى تمريرة مميزة من فيرنانديز خلف الدفاع، لكنه لم يسد الكرة بالشكل المثالي، لتصطدم بقدم الحارس وتضيع فرصة التقدم. واستمرت سيطرة البلوز في الدقائق التالية، حيث أطلق الظهير الأيسر الإسباني كوكوريا تسديدة من داخل المنطقة في الدقيقة السابعة، لكنها اصطدمت بفيرنانديز وتحولت بجوار القائم، وسط تراجع واضح من دفاع وولفرهامبتون الذي اكتفى بالمراقبة. واستمرت المحاولات اللندنية، وفي الدقيقة 22 تألق جونستون مجدداً بعدما تصدى لتسديدة قوية من فيرنانديز داخل المنطقة، رغم احتجاج لاعبي وولفرهامبتون على وجود خطأ ضد كوكوريا في بداية الهجمة. وبعد دقيقة واحدة فقط، كاد فيرنانديز أن يهز الشباك مجدداً عندما نفذ ركلة ركنية خادعة مرت فوق الحارس، قبل أن يبعدها أحد مدافعي وولفرهامبتون من على خط المرمى.

روح جديدة

مع بداية الشوط الثاني، دخل تشيلسي بروح جديدة بحثاً عن الهدف المنشود، ونجح بالفعل في كسر الصمت في الدقيقة 51 عندما أرسل جاراتشو كرة عرضية متقنة من الجهة اليسرى، قابلها الظهير الأيمن الفرنسي مالو جوستو برأسية قوية في الزاوية البعيدة، معلناً الهدف الأول للبلوز وسط فرحة كبيرة من الجماهير في مدرجات ملعب "ستامفورد بريدج". بعد الهدف، واصل تشيلسي ضغطه دون تراجع، وكاد المهاجم الشاب ليام ديلاي أن يضاعف النتيجة في الدقيقة 54 بتسديدة من حدود المنطقة، لكن الحارس جونستون أمسك الكرة بثبات. وعلى الجانب الآخر، انتظر وولفرهامبتون حتى الدقيقة 61 ليظهر للمرة الأولى هجوماً بتسديدة بعيدة من بيلجارد علت العارضة بقليل. لكن ذلك لم يمنع تشيلسي من توسيع الفارق بعد دقيقتين فقط، إذ أرسل البديل البرازيلي الموهوب إستيفاو عرضية أرضية مميزة بعد مجهود فردي رائع، اصطدمت بأحد المدافعين لتصل أمام جواو بيدرو الذي لم يتردد في تسديدها بقوة داخل الشباك، مسجلاً الهدف الثاني في الدقيقة 65. لم يكتف تشيلسي بتقدمه، بل واصل عزفه الهجومي بأداء جماعي متع. ففي الدقيقة 68، حاول فيرنانديز إضافة اسمه إلى قائمة المسجلين عبر تسديدة مقوسة من خارج المنطقة مرت بجانب القائم الأيمن. وجاءت اللحظة التي أنهت كل الشكوك في الدقيقة 73، عندما انطلق غاراتشو بسرعة فائقة على الجهة اليسرى، متجاوزاً سانتو بويتو بمهارة، قبل أن يمرر كرة أرضية دقيقة إلى بيدرو نيتو، الذي لم يجد أي صعوبة في إيداعها الشباك مسجلاً الهدف الثالث في مرمى فريقه السابق، ليؤكد تفوق البلوز التام على أرضه وبين جماهيره.

تشيلسي يقترب من صفقة مجانية في الصيف

اقترب نادي تشيلسي من التعاقد مع الحارس الفرنسي مايك مايتيان، لاعب ميلان، في صفقة انتقال حر خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة. وذكرت صحيفة "جازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، أن عقد مايتيان ينتهي بنهاية الموسم الحالي، وأن الحارس الفرنسي لا ينوي تجديد تعاقد مع ميلان. وأضافت الصحيفة أن مايتيان عازم على الانتقال إلى تشيلسي، خاصة أن "البلوز" حاول ضمه منذ فترة الانتقالات الصيفية الماضية. وأشارت إلى أن الحارس الفرنسي، البالغ من العمر 30 عاماً، دخل ضمن اهتمامات بايرن ميونيخ ويوفنتوس، إلا أنه يضع تشيلسي في مقدمة أولوياته. وانتقل مايتيان إلى ميلان عام 2021 قادماً من ليل الفرنسي، في صفقة بلغت قيمتها نحو 16 مليون يورو، بحسب موقع "ترانسفير ماركيت". وشارك الحارس الدولي الفرنسي مع ميلان في 174 مباراة في جميع المسابقات، المحلية والقارية. وتوج مايتيان مع ميلان بلقبين محليين، هما الدوري الإيطالي موسم 2022-2021، وكأس السوبر الإيطالي موسم 2024-2025.

أرتيتا: سندرلاند حقق مراده بالفوضى.. والنهائية مؤسفة

أكد الإسباني ميكيل أرتيتا، المدير الفني لفريق آرسنال أن مواجهة سندرلاند كانت صعبة على فريقه، مشيراً في الوقت ذاته، إلى أن ذلك يعود لصعوبة البطولة ككل. وأجبر آرسنال على فقد نقطتين هامتين في سياق المنافسة على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز، بعدما تعادل مع مضيفه سندرلاند، بهدفين لمثلهما، أول أمس، ضمن لقاءات الجولة 11 من المسابقة. وتقدم أصحاب الأرض أولاً عن طريق دانيال بالارد في الدقيقة 36، وفي الشوط الثاني نجح آرسنال خلال 20 دقيقة في تسجيل هدفين عن طريق بوكايو ساكا (54) ولياندرو ترويسارد (74). لكن بريان بروبي، أبى أن يخرج فريقه خاسراً على ملعبه، وسجل هدف التعادل في وقت قات، الدقيقة 4+90. وقال ميكيل أرتيتا في تصريحات لقناة "سكاى سبورتس" عقب انتهاء المباراة: "لقد كان اختباراً صعباً للغاية، كنا نعلم ذلك، طريقة لعبهم تحسب لهم لأنهم صنعوا الأمور علينا". وأضاف المدرب الإسباني: "يحاولون باستمرار الوصول إلى المناطق التي يريدونها، كان علينا التعامل مع ذلك، لكن للأسف الشديد، استقبلنا هدفاً في النهاية". وتابع: "الوقت بدل الضائع يخبرك كيف كان سيناريو المباراة، من الطبيعي أن يُحاول كل فريق بذل قصارى جهده، ونحن نضعل الشيء نفسه". وعن رسالته للاعبين بين الشوطين، قال: "ما كان علينا فعله بشكل أفضل، ما يفعلونه واضح، وهم يجيدونه حقاً، من الجيد إظهار ذلك ومحاولة التدريب عليه، ثم علينا تنفيذه على أرض الملعب". وأكد: "كنا نعلم أن المباراة ستكون طويلة جداً، نحتاج إلى هدف لنصدق، وقد فعلنا ذلك، لقد وضعنا سندرلاند في موقف دفاعي، وخلقنا العديد من الفرص، ثم نجحنا في تسجيل الهدف الثاني". وأكمل أرتيتا: "من كرة مباشرة أخرى، خسرنا التمريرة، وللانصاف حرك المهاجم ساقه بطريقة مذهلة لتوقع ديفيد وتسجيل الهدف". وعن الأهداف التي استقبلها آرسنال، قال: "كرتان مباشرتان، وخسرنا التمريرة. الهدفان متشابهان، وهذا أمر يحسب للمنافس، إنها ليست المرة الأولى التي يفعلون فيها ذلك". وواصل: "لقد دفعوا بالعديد من اللاعبين إلى الأمام مع بالارد ونجحوا في خلق فوضى. في أي لحظة يمكنهم تسجيل هدف، وهذا هو سبب وجودهم في هذا الوضع (المركز الثالث)". وعن صعوبة المنافسة على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز، قال مدرب آرسنال: "هذا يظهر كل أسبوع، ضد أي خصم، أنت تعرف فروق الفوز في مباريات كرة القدم، نحن نتفهم ذلك ونذكره". وأوضح: "نحن نفهم صعوبة الفوز بعشر مباريات متتالية والحفاظ على نظافة شباكتنا، الآن لدينا فترة توقف دولية، ونحن نشعر بخيبة أمل كبيرة لأننا كنا نريد النقاط الثلاث، لكن علينا أن نلعب مرة أخرى". وعن اللاعبين المصابين، قال: "لدينا 7 لاعبين مصابين غائبين عن خط الهجوم، لذا كانت خياراتنا محدودة للغاية، لكننا سنمر بهذه الفترات". ختم: "أعجبني طريقة رد فعل الفريق، سجلنا هدفين لتتقدم، من المؤسف أننا استقبلنا هدفاً في الدقيقة الأخيرة بهذه الطريقة، لكن هكذا هي طبيعة الدوري".

لوكماني ينسف جسور الود مع أتالانتا

في تطور درامي يعكس عمق الأزمة داخل نادي أتالانتا الإيطالي، أكد المدير الفني إيفان يوريتش أن الخلاف الذي نشب بينه وبين النجم النيجيري أديمولا لوكماني قد تم حله تماما. واعتبر يوريتش أن ما وقع بينهما يعد "أمرا عاديا يحدث دائما في كرة القدم"، لكن في الاتجاه المعاكس يبدو أن اللاعب لم يوافق مدربه واتخذ موقفا مختلفا. وأقدم لوكماني على خطوة حاسمة تؤكد انتهاء علاقته بالنادي، حيث ألغى متابعة حساب أتالانتا الرسمي على موقع "إنستغرام"، وحذف جميع المنشورات التي تتعلق بالفريق من صفحته الشخصية. بدأت شرارة الخلاف خلال مباراة أتالانتا أمام أولمبيك مارسيليا الفرنسي في مرحلة الدوري لدوري أبطال أوروبا، التي انتهت بفوز الفريق الإيطالي 1-0 بهدف متأخر في الدقيقة الأخيرة من عمر المباراة، عن طريق اللاعب لازار سامارديتش. المدرب يوريتش قرر استبدال لوكماني في الدقيقة 75 ودفع بدلا من اللاعب يونس موسى، وهو الأمر الذي أثار غضب المهاجم النيجيري الذي بدا متزعجا بشكل واضح أثناء خروجه من الملعب. ونتيجة لذلك دخل لوكماني في نقاش حاد مع مدرب أتالانتا، وتطور الأمر بينهما إلى حد أن أمسكه يوريتش من ذراعه ووجه له كلمات قاسية، مما دفع أعضاء الجهاز الفني للفريق إلى التدخل من أجل دفعه نحو مقاعد البدلاء ومنع تصعيد الموقف. في المؤتمر الصحفي الذي عقده يوريتش اليوم السبت، رد المدرب الكرواتي على أسئلة الصحفيين حول الحادثة قائلا: "هذه الأمور تحدث، نتحدث ونتبادل الآراء، وننتفض، ثم تصبح العلاقة أفضل مما كانت عليه من قبل. لوكماني شخص مميز. لقد تم حل كل شيء، نتجاوز الأمر ونتجاهله". وأضاف يوريتش أن لوكماني تدرّب بشكل طبيعي مع الفريق يوم الجمعة، مؤكدا أن "قضية مارسيليا أغلقت" وأن مثل هذه الاشتباكات يمكن أن تقوي العلاقات داخل الفريق. ومع ذلك، يبدو أن لوكماني لم يشارك مدربه الرأي نفسه. فقد قام اللاعب النيجيري بإلغاء متابعة تاديه على "إنستغرام"، وحذف كل المنشورات المتعلقة بأتالانتا، في خطوة تعبر عن غضبه الشديد وتؤكد أن علاقته بالنادي قد وصلت إلى طريق مسدود. وهذه ليست المرة الأولى التي يلجأ فيها لوكماني إلى وسائل التواصل الاجتماعي للتعبير عن احتجاجه: فقد فعل الشيء نفسه في الصيف الماضي احتجاجا على رفض أتالانتا بيعه إلى إنتر ميلان بأقل من 50 مليون يورو. التوتر بين لوكماني وأتالانتا ليس جديدا. في الميركاتو الصيفي الماضي، توصل اللاعب إلى اتفاق كامل على الشروط الشخصية مع إنتر ميلان، الذي كان يُعتبر وجهة مثالية له بفضل قدرته على المنافسة على كل البطولات، كما فعل في السنوات الأخيرة. غير أن مسؤولي أتالانتا أصروا على المماطلة وعدم الكشف عن السعر المطلوب، مما دفع إنتر إلى التراجع واللجوء إلى خيارات بديلة مع قرب انتهاء فترة الميركاتو الصيفي. وبسبب ذلك بقي لوكماني في برجامو، لكن علاقته بالنادي لم تعد كما كانت عليه، حيث استبعد لفترة طويلة قبل أن يعود لأجواء الفريق والمباريات بشكل تدريجي. يذكر أن لوكماني انتقل إلى أتالانتا صيف 2022 قادما من فريق لايبزيغ الألماني مقابل 10.8 مليون يورو فقط.

أليغري غاضب بعد تعثر ميلان؛ كُنّا شبه نائمين !

أطلق ماسيميليانو أليغري، مدرب آيه سي ميلان، تصريحاً غاضباً بعد تعادل فريقه أمام بارما بنتيجة 2-2 في الدوري الإيطالي. وسجل هدفي ميلان على أرض ملعب إينيو تارديني كل من أليكسيس ساليمبيكيس في الدقيقة 12 ورافائيل لياو في الدقيقة 25 من ركلة جزاء، فيما سجل هدفي بارما كل من أدريان برنابي في الدقيقة 1+45 وإريكو ديل براتو في الدقيقة 62. وقال أليغري، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا: «أهدرنا نقطتين، ولا أعلم كيف كانت ستنتهي المباراة إن أنهينا الشوط الأول بنتيجة 2-0، ولكننا كان يجب أن نلعب بصورة أفضل». وتابع: «بعيدا عن الهدف الأول الذي تلقيناه فإننا دخلنا الشوط الثاني بارتباك كبير، وسمحنا للمنافس بفرضيتين أو 3 فرص كبيرة قبل أن يسجلوا هدف التعادل»، وأضاف بنبرة حادة: «نحن كُنّا شبه نائمين». وأكمل قائلا: «بمجرد أن بدأنا في اللعب من جديد صنعنا 3 فرص للتسجيل لم نفتحها، وهذا عامل نفسي، المباراة بدت كما لو كانت في الطريق الصحيح، ولكن الخوف أصبح مسيطرا حينما سجلوا». ويحتل ميلان المركز الأول في جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 22 نقطة، وسيلعب الجولة المقبلة ضد إنتر ميلان يوم 23 نوفمبر.

مالك

نابولي

يطالب ببناء

ملعب جديد بديلا

لملعب مارادونا المهمل

وصف أوريليو دي لورينتيس، مالك نادي نابولي الإيطالي، ملعب ديفيو أرماندو مارادونا، معقل الفريق، بأنه «مهمل»، مؤكدا أن النادي بات في حاجة ملحة إلى إنشاء ملعب جديد يتناسب مع طموحاته ويواكب تطور الأندية الأوروبية الكبرى. وانتقد دي لورينتيس بشدة الوضع الحالي للملعب التاريخي، داعيا سلطات مدينة نابولي إلى منحه الإذن لبناء ملعب حديث يسهم في زيادة الإيرادات ويساعد النادي على مجاراة منافسيه في شمال إيطاليا وأوروبا. وذكرت «وكالة الأنباء البريطانية» (بي إيه ميديا) أن نادي ميلان وإنتر ميلان يحققان عشرات الملايين من اليورو سنويا من مباريات دوري أبطال أوروبا، في حين لا يتجاوز دخل نابولي من ملعبه نحو ثلاثة ملايين يورو فقط. وقال دي لورينتيس خلال مشاركته في منتدى أعمال كرة القدم في ميلانو: «نحصل فقط على نحو ثلاثة ملايين يورو من ملعب مارادونا المهمل، الفارق بيننا وبين أندية الشمال كبير جدا». وأضاف: «طالبت بالأمر نفسه عندما كان كارلو أنشيلوتي مدربا للفريق عام 2018. باريس سان جيرمان يدفع الإيجار نفسه الذي ندفعه، لكنه يمتلك حقوقا حصرية كاملة ويحقق أرباحا تصل إلى 100 مليون يورو سنويا، بينما نحن ندخل الملعب ثلاثة أيام فقط قبل المباراة وخلالها وبعدها».

تورينو يحبط جوفنتوس في الديربي وبارما يقدم هدية إلى نابولي بتعطيل ميلان

تعثر جوفنتوس أمام ضيفه تورينو في ديربي المدينة، وتعادل الفريقين من دون أهداف، في اللقاء الذي جمعهما على ملعب أليانز ستاديوم في تورينو، ضمن حساب الجولة 11 من الدوري الإيطالي. وانتهت أحداث المباراة بالتعادل السلبي بدون أهداف، ليحصل كل فريق نقطة واحدة، ويتعثر بيانكونيري لأول مرة مع مدربه الجديد لوتشيانو سباليتي في بطولة الدوري الإيطالي.

كان يوفي قد فاز في أول مباراة له مع سباليتي، بعدما حقق الفريق فوزا على كريمونيزي 2-1، لكنه فشل في اجتياز الديربي ليحصل أربع نقاط في 6 نقاط متاحة له.

بهذا التعادل يحتل يوفي المركز الخامس برصيد 19 نقطة، بفارق 3 نقاط عن المتصدر نابولي، مع مباراة أقل لبيانكونيري، بينما رفع تورينو رصيده إلى 14 نقطة يحتل بها المركز الحادي عشر في جدول ترتيب المسابقة.

من جانبه، نجح بارما في فرض التعادل الإيجابي 2-2 على ضيفه ميلان، في إطار الجولة 11 من عمر الدوري الإيطالي لكرة القدم.

وسجل ميلان، هدفين، عن طريق أليكسيس ساليمبيكيس في الدقيقة 12، ورافائيل لياو من علامة الجزاء في الدقيقة 25، فيما تعادل بارما، بثنائية من توقيع أدريان بيرنابي في الدقيقة (1+45) وإريكو ديلبيراتو في الدقيقة 62. وبهذا التعادل، رفع نادي ميلان، رصيده إلى 22 نقطة، وفشل في الانفراد بصدارة جدول ترتيب الدوري الإيطالي، بعدما تساوى مع المتصدر نابولي. وقدم بارما، الذي رفع رصيده إلى 8 نقاط في المركز 17، هدية شمينة إلى نابولي، الذي بات يمتلك فرصة الانفراد بصدارة الكالتشيو.

سباليتي؛ جوفنتوس بحاجة إلى التحسن

أكد لوتشيانو سباليتي، المدير الفني لفريق جوفنتوس، أن فريقه ما زال بحاجة إلى تحسين أدائه في بعض الجوانب، وذلك عقب تعادله السلبي أمام جاره تورينو ضمن منافسات الجولة الحادية عشرة من الدوري الإيطالي لكرة القدم.

واكتفى جوفنتوس بنقطة التعادل في ديربي تورينو الذي أقيم مساء السبت، في ثالث مباراة للفريق تحت قيادة سباليتي، الذي تولى المهمة خلفا للكرواتي إيجور تبودور بعد إقالته مؤخرا بسبب تراجع النتائج. وقال سباليتي في تصريحات لموقع النادي الرسمي: «في مباريات كهذه، نحتاج إلى المزيد من الجودة والإبداع، فقد افتقرنا إلى الدقة في تمرير الكرة ومباغطة المنافس. علينا أن نتحسن لأننا نملك الإمكانيات اللازمة لذلك. لم يكن أحد في غرفة الملابس سعيدا بهذه النتيجة، وهذا أمر مفهوم، فالمباريات الثلاث الأولى أظهرت ما كنت أؤمن به حول هذا الفريق، وهو أننا بحاجة إلى مزيد من الجودة في التمريرات والكرات البينية».

من جانبه، عبّر الحارس ميكيلي دي غريغوريو عن رأي مختلف نسبيا، حيث قال: «ما كان ينقصنا فقط هو تسجيل هدف. صنعنا الكثير من الفرص، لكننا افتقدنا اللمسة الأخيرة. لم نتلق سوى عدد قليل من الأهداف مؤخرا، وهذه التعادلات متقاربة جدا.

كانت اللعب في هذا العدد الكبير من المباريات يُعد امتيازًا لنا، وقد أظهرنا اللياقة أننا نحاول التسجيل حتى اللحظة الأخيرة». وأضاف الحارس الإيطالي: «المدرّب سباليتي واضح ومباشر جدًا في توجيهاته، ويطلب منا نحن حراس المرمى المشاركة في بناء اللعب من الخلف والمساهمة في تحريك الكرة».

غونزالو بيرغيسيو . . قصة هدايف حول ذكريات الملاعب إلى مشروع

يعد غونزالو بيرغيسيو (41 عاماً)، واحداً من المهاجمين الذين تركوا بصمة واضحة في كرة القدم الأرجنتينية خلال بطولتي "أبيرتورا" و"كلاوسورا"، في مطلع الألفية الجديدة. وتآلق المهاجم، الذي لقب بـ"لافاندينا"، بقوة مع فريق سان لورينزو، وبرز في كوبا ليبرتادوريس 2008. وبعد عام ونصف العام من اعتزاله، وبينما كان يستمتع بوقته مع عائلته، بدأ بيرغيسيو مشروعا شخصيا مرتبطا بعالم الكرة؛ إنشاء مجمع رياضي في سان مارتين. وبحسب تقرير خاص لموقع قناة تي واي سي الأرجنتينية، فقد بدأ "لافاندينا" مسيرته من فرق الشباب في نادي بلاتينسي في مطلع الألفية، ثم انتقل إلى راسينغ لخوض بطولة أبيرتورا 2006، بعد فترة قصيرة في إينستيتوتو دي قرطبة. ورغم أن الفريق كان يعيش فترة صعبة (أنهى موسمه في منتصف جدول الترتيب)، فإن بيرغيسيو سجل أرقاما جيدة: 12 هدفا في 35 مباراة. في تلك الفترة كان فكوندو سافا هو الهدف الأبرز، لكن العيون الأوروبية تابعت المهاجم القادم من قرطبة، فانتقل إلى بنفيكا البرتغالي. غير أن بيرغيسيو لم ينجح في فرض نفسه هناك، فعاد بعد ستة أشهر إلى الأرجنتين، لينضم إلى سان لورينزو. وتآلق اللاعب بشكل لافت في موسمه الأول، وكان البطل في المواجهة الشهيرة أمام ريفر بليت في ثمن نهائي كوبا ليبرتادوريس، حيث سجل هدفين في خمس دقائق، ليقدّم فريقه إلى انتصار تاريخي في "المونومنتال"، لكن مشوار سان لورينزو انتهى في الدور ربع النهائي أمام فريق ليفادي كيتو الإكوادوري، بعد خطأ الحارس الأرجنتيني أغوستين أوريون. وكانت تلك المرحلة من أفضل فترات بيرغيسيو في النادي، ونال خلالها ثلاثة استدعاءات إلى منتخب الأرجنتين، إذ شارك مرتين في تصفيات كأس العالم 2010 (الخسارة 0-1 أمام تشيلي و2-0 أمام الإكوادور)، كما لعب مباراة ودية أمام بنما، انتهت 3-1 وسجل خلالها ثنائية. وفي النصف الثاني من عام 2009، انتقل إلى سانت إتيان الفرنسي، ثم بعد فترة قصيرة إلى كاتانيا الإيطالي، الذي ضم عددا كبيرا من اللاعبين الأرجنتينيين تحت قيادة ديفو سيميوني، إلى جانب زملائه: ماكسي لوبيز وأليكساندرو غوميز وبابلو ليديسما وماريانو أندوخار. وبعد تجارب في سامبدوريا الإيطالي وأتلانتي المكسيكي، اختتم مسيرته في أميركا الجنوبية. وعاد لاحقا إلى سان لورينزو، ثم لعب لفترة قصيرة مع فيليز سارسفيلد (سجل هدفين في أربع مباريات)، قبل أن يخوض تجربة ناجحة استمرت أربع سنوات مع نادي ناسيونال الأوروغواياني، إذ أحرز 91 هدفا في 174 مباراة. وبعدها عاد إلى بلاتينسي، واختتم مشواره الكروي مع تريستان سواريز وهو في التاسعة والثلاثين من عمره. وبالتوازي مع استمتاعه بحياته العائلية، أسس بيرغيسيو مشروعا جديدا باسم "جي بي سبورتس"، وهو مجمع رياضي يضم ملاعب لكرة القدم والبادل، في منطقة سان مارتين بمقاطعة بوينس آيرس، كما أنشأ فريقا يحمل الاسم نفسه يتدرب هناك، وسيشارك قريبا في "كوبا بوترييرو". وفي جويلية الماضي، كشف بيرغيسيو أنه تلقى عرضا للترشح لرئاسة نادي سان لورينزو، لكنه رفض ذلك في الوقت الحالي.

نجم كوفنتري يسجل هدف الموسم ويُنقل عاجلا إلى المستشفى

سجل نجم نادي كوفنتري الإنكليزي إيفرون مايسون كلارك (26 عاما) هدف الموسم في الدقيقة 86 من مباراة فريقه ضد ستوك سيتي في دوري الدرجة الأولى "التشامبيونشيب"، ليمنح فريقه فوزا ثمينا خارج أرضه. ونفذ مايسون كلارك ضربة "مقصية" مذهلة أبهر بها الجماهير وزملاءه الملعب، ليضع الكرة في الزاوية العليا للشباك تكاد تكون مثالية. وسقط اللاعب على الأرض الهدف نتيجة تصادمه مع مدافع ستوك، مقطّع الهدف، ما أثار حالة من القلق بين الجماهير. وركض الطاقم الطبي لنادي إلى الملعب لتقديم الإسعافات الأولية، فيما كلارك يعاني ألما شديدة. وأوقف الحكم طويلا، حتى تمكّن الطاقم الطبي من تقييم ونقله بأمان على نقالة خارج أرض الملعب، وفقا ذا صن البريطانية اليوم السبت، ثم نقل اللاعب وجه السرعة إلى المستشفى لإجراء الفحوصات لاحقا أنه تعرض لارتجاج في المخ. وأشارت حالة من الصدمة بين جماهير كوفنتري الذين شاركوا على وسائل التواصل الاجتماعي تمنياتهم بالشفاء العاجل، خاصة أن حالة الخوف كانت كبيرة بسبب بقائه طويلا على أرضية الملعب قبل توجيهه عبر النقالة نحو سيارة الإسعاف، وبعدها إلى المستشفى، فيما كان هدفه حاسما لتحقيق الفوز بما أنه كان صاحب الهدف الوحيد. واحتفل زملاء مايسون كلارك بالهدف على الأرض، لكن الاحتفال تحول سريعا إلى قلق بعد سقوط اللاعب، وعدم قدرته على الحركة بضع ثوان. فيما أضاف الحكم إحدى عشرة دقيقة وقتا بدل ضائع، واستمر اللعب وسط حالة من القلق سادت بين اللاعبين. وأثبت ماسون كلارك مرة أخرى أنه لاعب قادر على قلب موازين المباريات، لكن فرحة الفوز في هذه المباراة لم تكتمل بسبب إصابته. في الوقت الذي يأمل الجميع أن يتعافى سريعا، ويعود ليكمل موسمه مع كوفنتري من دون مضاعفات صحية، وخاصة مدرّبه الذي لا يزال بحاجة لخدماته في هذا الوقت المهم من الموسم.

نادال يروي أسرار الفارق بين فيدرر وديوكوفيتش في التنس

روى أسطورة التنس المعتزل، الإسباني رافاييل نادال (39 عاماً)، أسرار الفارق بين منافسيه في مسيرته الاحترافية، وعلى رأسهم السويسري روجر فيدرر، والصربي نوفاك ديوكوفيتش، بعدما شكلوا في عالم كرة المضرب، ما بات يعرف بين الجماهير الرياضية ووسائل الإعلام العالمية بـ"الثلاثي الكبير"، الذي هيمن على الألقاب منذ عام 2003 (حصدا 66لقبا من أصل 81 في الفراند سلام). وقال نادال في حديثه، الذي نقلته شبكة إي إس بي أن الأميركية، السبت، أثناء حضوره جلسة لمنتدى الأعمال بالولايات المتحدة: "إن فيدرر شخصية مميزة على المستوى الإنساني، وساحر كلاعب في رياضة التنس، لأنه من منظوري عبارة عن موهبة نقية نجح في صقلها، وشاهدنا جميعا كيف نجح في حصد الألقاب، فيما يتمتع نوفاك أيضا بموهبة، لكن لديه أخلاقيات عمل خاصة، ويتمتع بعقلية تركز على كيفية تحقيق الانتصارات في البطولات الكبرى بكرة المضرب". وتابع نادال: "فيدرر وديوكوفيتش شخصيتان مختلفتان، لأنهما تمتعا دائما بأساليب مختلفة في العمل، بمسيرتهما الاحترافية، وسلكا مسارات خاصة بهما، حتى يحققا النجاح، وهذا سر التنافس بيننا، لأنهما لم يتوقفا دائما، عن التفكير بكيفية التطور، وتحقيق الأهداف، والرغبة في حصد الألقاب بأفضل طريقة ممكنة، وهو ما جعل الجميع يجد صعوبة في إيجاد مرشح لحصد أي بطولة، عندما كنا نشارك فيها". وختم نادال حديثه: "كان فيدرر وديوكوفيتش منافسين من الطراز الرفيع، وهو ما دفعني إلى تقديم أقصى ما لدي طوال السنوات الماضية في جميع البطولات التي شاركت فيها، رغم أن اللعب في وجود هذا الثنائي كفني الكثير، نظرا لأن الجماهير دائما ما طالبتني بضرورة حصد الألقاب، وفي النهاية شاهد العالم ولادة هذا الثلاثي القوي، الذي كان هامش التفوق بين أفرادهم ضئيلا للغاية، وهذا هو سر الفارق الذي حدث خلال السنوات الماضية بيننا".

لكن مشوار سان لورينزو انتهى في الدور ربع النهائي أمام فريق ليفادي كيتو الإكوادوري، بعد خطأ الحارس الأرجنتيني أغوستين أوريون. وكانت تلك المرحلة من أفضل فترات بيرغيسيو في النادي، ونال خلالها ثلاثة استدعاءات إلى منتخب الأرجنتين، إذ شارك مرتين في تصفيات كأس العالم 2010 (الخسارة 0-1 أمام تشيلي و2-0 أمام الإكوادور)، كما لعب مباراة ودية أمام بنما، انتهت 3-1 وسجل خلالها ثنائية. وفي النصف الثاني من عام 2009، انتقل إلى سانت إتيان الفرنسي، ثم بعد فترة قصيرة إلى كاتانيا الإيطالي، الذي ضم عددا كبيرا من اللاعبين الأرجنتينيين تحت قيادة ديفو سيميوني، إلى جانب زملائه: ماكسي لوبيز وأليكساندرو غوميز وبابلو ليديسما وماريانو أندوخار. وبعد تجارب في سامبدوريا الإيطالي وأتلانتي المكسيكي، اختتم مسيرته في أميركا الجنوبية. وعاد لاحقا إلى سان لورينزو، ثم لعب لفترة قصيرة مع فيليز سارسفيلد (سجل هدفين في أربع مباريات)، قبل أن يخوض تجربة ناجحة استمرت أربع سنوات مع نادي ناسيونال الأوروغواياني، إذ أحرز 91 هدفا في 174 مباراة. وبعدها عاد إلى بلاتينسي، واختتم مشواره الكروي مع تريستان سواريز وهو في التاسعة والثلاثين من عمره. وبالتوازي مع استمتاعه بحياته العائلية، أسس بيرغيسيو مشروعا جديدا باسم "جي بي سبورتس"، وهو مجمع رياضي يضم ملاعب لكرة القدم والبادل، في منطقة سان مارتين بمقاطعة بوينس آيرس، كما أنشأ فريقا يحمل الاسم نفسه يتدرب هناك، وسيشارك قريبا في "كوبا بوترييرو". وفي جويلية الماضي، كشف بيرغيسيو أنه تلقى عرضا للترشح لرئاسة نادي سان لورينزو، لكنه رفض ذلك في الوقت الحالي.



ممارسة الرياضة على معدة فارغة

تعد ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية من الأمور المهمة جداً للحفاظ على الجسم؛ حيث لا بدّ من التنويه على أنه كلما زادت الحركة والنشاط كلما زادت صحة الجسم وحيويته. ومن أهم فوائد الرياضة بشكل عام أنها تقلل من إمكانية الإصابة بأمراض القلب، تسيطر على الوزن وتحافظ عليه، تعدّ من أهم المصادر الصحية التي تؤدي إلى القضاء على الاكتئاب والتوتر، كما أنها تحسن من صحة جميع أعضاء الجسم. وفي هذا المقال سنتحدث عن فوائد ممارسة الرياضة على معدة فارغة. تؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية قبل تناول الطعام إلى تعويض الجسم السوائل والأملاح المعدنية المفقودة عند ممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية، كما أنها تمهد عمل المعدة لهضم جميع الأطعمة الدسمة لتلافي أي مشاكل من الممكن أن تحدث في المعدة مثل عسر الهضم. وتؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية قبل تناول الطعام إلى إنقاص الوزن، حرق السعرات الحرارية، والتخلص من الدهون المتراكمة في الأماكن غير المرغوب بها؛ حيث أن مخازن الكربوهيدرات تكون فارغة فيقوم الجسم بتزويدها بالطاقة اللازمة لها من الدهون المخزنة بالجسم، مع أهمية أن يحرص الفرد على عدم المبالغة في ممارسة التمارين الرياضية؛ لأن الاستنزاف الزائد عن الحد للطاقة المخزنة بالجسم يؤدي إلى عدم التركيز طوال اليوم، الإرهاق والتعب. كما تؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية قبل تناول الطعام إلى إفادة مرضى السكري؛ حيث أن ممارسة التمارين الرياضية تشجع العضلات بصورة ملحوظة على امتصاص الجلوكوز؛ مما يساعد على السيطرة على الأنسولين بصورة أفضل، وتؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية الهوائية في الهواء الطلق، مثل رياضة الجري أو رياضة المشي الهوائية قبل تناول الطعام إلى التقليل بدرجة كبيرة من التأثيرات السلبية، التي من الممكن أن يكتسبها الفرد أثناء العطلات كالنوم المتأخر والعادات الغذائية الضارة. وتؤدي ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية قبل تناول الطعام إلى تنشيط جميع عمليات الأوكسدة، الزيادة من نشاط الكبد، والتحسين والتنشيط من عمليات الأيض والتمثيل الغذائي. تؤثر ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية قبل تناول الطعام بصورة إيجابية على الجهاز العضلي، وتؤدي إلى تخلص الجسم من الشحوم التي من الممكن أن تتسبب بها السكريات. كشفت دراسة جديدة أن التمرين على معدة فارغة قد يؤدي إلى زيادة الفوائد الصحية للنشاط، ووفقاً لصحيفة "نيويورك تايمز" فإنه بشكل عام التمارين الرياضية تحسن من صحتنا لكن تشير الأبحاث إلى أن الأشخاص يستجيبون بشكل مختلف للتمارين المتماثلة، فحتى لو كان الجميع يقومون بنفس التمارين فإن بعض الأشخاص يصبحون أكثر خفة من غيرهم وبعضهم يفقدون وزناً أكبر أو يسيطرون بشكل أكبر على معدل السكر في دمهم. ويعتقد معظم العلماء أن الوراثة والوجبات الغذائية والعوامل الجسدية والمزاجية لها دور كبير في حياتنا وهي تشكل كيفية تفاعل أجسامنا مع التمارين. لكن بعض العلماء يشتبهون في أهمية توقيت الوجبة حيث أن العضلات تحتاج إلى سكر (جلوكوز) أو دهون أثناء التمرين، ويمكن أن يأتي من آخر وجبة تناولتها أو من المخزون الموجود في أجسادنا. بعض هذه الدهون تشكل مشاكل خاصة إذا ما تراكمت أكثر من اللازم. فهي تساهم في مقاومة الأنسولين وارتفاع مستويات السكر في الدم وزيادة مخاطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني والحالات الأيضية الأخرى، لذلك قام الباحثون في جامعة باث في إنجلترا وغيرها من المؤسسات في التساؤل عما إذا كان توقيت الوجبة قد يؤثر على مقدار الدهون التي تحرقها العضلات أثناء التمارين. وللتنظر في القضية قاموا بتجنيد 30 رجلاً من ذوي الوزن الزائد، اختبر الباحثون اللياقة البدنية لهم وحساسية الأنسولين وتم تقسيمهم لثلاث مجموعات، الأولى كانت كعنصر تحكم واصلوا حياتهم المعتادة، وبدأت المجموعتان بممارسة الرياضة (ركوب الدراجة) في الصباح ثلاث مرات أسبوعياً مع تتبع لمعدل ضربات القلب وكمية الدهون والسكر التي أحرقوها. كما تم منح مجموعة مشروب طاقة قبل ساعتين من ممارسة الرياضة (دون وجبة إفطار) والمجموعة الأخرى تناولت مشروباً وهمياً ولم تكن تعلم بذلك. وبعد التمرين تناول المشاركون الذين لم يحصلوا على شيء مشروب الطاقة والمجموعة الأخرى تناولت المشروب الوهمي. استمر هذا الروتين لمدة ستة أسابيع، ووجد الباحثون أن كلا المجموعتين حسنتا من لياقتهن الرياضية وضيقوا محيط الخصر. ومع ذلك فإن الدراجين الذين مارسوا الرياضة على معدة فارغة قاموا بحرق ضعف كمية الدهون من الأشخاص الذين تناولوا المشروب قبل الرياضة. يقول خافيير غونزاليس أستاذ علم وظائف الأعضاء والتغذية بجامعة باث الذي أشرف على الدراسة: "عموماً تشير هذه النتائج إلى أنه من المحتمل أن تحصل على المزيد من حرق السعرات الحرارية دون الزيادة في شدتها أو مدتها عن طريق التمرين قبل وجبة الإفطار". وقال إن أسباب زيادة حرق السعرات الحرارية على الأرجح لأن المجموعة التي مارست الرياضة على معدة فارغة اضطرت أجسادهم للجوء لمخازن الطاقة الداخلية للحصول على الوقود بما في ذلك الدهون المخزنة في العضلات (ومن التأثير للاهتمام أن الأشخاص الصائمين لم يشعروا بأنهم استنزفوا أكثر من المجموعة الأخرى وفقاً لأقوالهم بعد كل تمرين). وقال الدكتور غونزاليس: "نعتقد أن المفتاح الرئيسي هو الصيام لفترة طويلة عن الطعام ومن ثم ممارسة الرياضة ولا يوجد فرق بين فترة الليل أو النهار". لذا إذا كنت ترغب في تحفيز جسمك وزيادة مستوى الحرق لديك استيقظ مبكراً وابدأ ممارسة رياضتك المفضلة لكن الدكتور يحذر إذا كان جدولك لا يسمح من ممارسة الرياضة على معدة فارغة فلا تعرقها ويضيف "أي نشاط بدني هو مفيد للجسم وهو "أفضل من لا شيء". يمارس الكثير من الأشخاص الرياضة بهدف خسارة الوزن، كما تختلف أوقات ممارستها في اليوم، بالإضافة للقيام بها بعد الوجبات الغذائية بفترة زمنية محددة. ويعتبر عامل الوقت في ممارسة الرياضة أحد العوامل المهمة التي تؤدي إلى الاستفادة بدرجات متفاوتة من ممارستها. تشير الدراسات إلى فاعلية

من البدانة أو شملت 30 رجلاً



العلامات الدالة على خطورة التمارين الرياضية

تعدّ ممارسة التمارين الرياضية باستمرار من الأمور المهمة؛ للحفاظ على صحة الإنسان على الجانب النفسي والبدني، لكن من الممكن أن تسبب التمارين خطر على الفرد بسبب الإفراط في ممارستها، ولا بدّ من التنويه على أن عقل الإنسان وجسده يرسلان الكثير من الإشارات والعلامات، التي تدل على أن التمارين الرياضية أصبحت خطيرة على الفرد وتخبره بأهمية أن يأخذ قسط من الراحة. تعتبر الرياضة والتمارين البدنية من الأمور الهامة للحفاظ على اللياقة والصحة، وكذلك تنشيط الدورة الدموية وبعض العمليات الحيوية في الجسم مثل عملية الأيض، والحفاظ على التوازن الحركي وكذلك على الوزن المناسب لطول الجسم، ولكن لا بد من عدم المبالغة أو الإفراط في ممارسة الرياضة فتؤدي للعواقب الوخيمة على الجسم والنفس معاً. شعور الفرد بألم في العضلات بصورة مستمرة؛ حيث أن الشعور بألم في العضلات يُعدّ إحساس طبيعي من الممكن أن يشعر به الإنسان بعد ممارسة الرياضة، لكن استمرار الألم لفترة طويلة تفوق 72 ساعة يعد من العلامات القوية على حاجة عضلات الجسم الشديدة للراحة. حدوث تغيرات في القلب؛ حيث من أهم الأمور التي يجب الانتباه إليها بالنسبة للأفراد الذين يمارسون الرياضة هي كفاءة وانتظام ضربات القلب والشعور بأي تغير فيها دليل في غاية الخطورة على أن عضلة القلب تحتاج إلى الراحة. وتعزّض الفرد لإصابات المتكررة، حيث أن تجدد الشعور بالألم في أماكن الإصابات القديمة أو ملاحظة كثرة التعرض للإصابات بشكل مستمر، يحمل الكثير من الإشارات على وجوب خفض وتيرة وعنف وشدة التمارين الرياضية. وعند شعور الفرد بالعطش بصورة مستمرة؛ حيث لا بدّ من التنويه على أنه من الطبيعي أن يشعر ممارسي التمارين الرياضية بالعطش وشرب المياه لمنح العضلات الانتعاش، لكن الشعور المتكرر بالعطش حتى بعد شرب المياه بشكل مبالغ فيه بالنسبة للرياضي لا يُفسّر له سوى أن العضلات بدأت في استنزاف البروتينات المكوّنة له، لذلك لا بد من الراحة لمدة لا تقل عن 3 أيام متواصلة. وكلما تعرّض الفرد لمشكلة الأرق؛ حيث لا بدّ من التنويه على أن الرياضة تعزّز قدرة الإنسان على النوم وتجنّبه المعاناة من الحالات المزاجية المتقلّبة، لكن هذا لا ينفي أن عدم استعداد الجسم لتحمل المجهود البدني الذي يبذله الفرد أثناء ممارسة التمارين الرياضية، يسبب الأرق وفقدان القدرة على النوم والشعور بالقلق والاكتئاب. أما في حالة النتائج البطيئة؛ حيث أن عدم إحراز تقدم جيد على مستوى التحسين من حجم الكتلة العضلية، أو التنازل من الوزن تمثل رسالة استغاثة من عضلات الجسم، بأن الألياف المكوّنة لها أصابها الإنهاك الشديد بسبب الجهد العضلي الزائد عن الحد.

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

يومية رياضية جزائرية

من أجل اشارككم توجها إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشعار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01 نهج باستور-الجزائر.
الهاتف الثابت:
020.05.20.91 / 020.05.10.42
الفاكس:
020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz
agence.uram@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz



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

