

نجوم "الخضر" يرفعون التحدي ويصرون
على تحقيق مشاركة مشرفة في "الكان"



تشریف الجزائر

يومية رياضية جزائرية

الخميس 18 ديسمبر 2025 الموافق 27 جمادى الثانية 1447 هـ العدد: 1381 الثمن: 30 دج

مانديا:

"فخور بالعودة

للمنتخب الوطني

ومستعد لتقديم

الإضافة"



شايب:

"سند هب

إلى المغرب

من أجل التتويج باللقب"



رئيس "الكاف" باتريس
موتسيبي في تصريح
حصري لـ "دزاير توب":

"الخضر مرشحون

للتتويج بالكان..

وقادرون على بلوغ

الدور الثاني في

المونديال"

استعدادا
لكأس
أفريقيا 2025
المنتخب الوطني
يجري حصته
التدريبية
الثالثة وشرقي
يواصل التدريب
على أفراد

نجم ميلان ومنتخب البرازيل سابقا ألكسندر باتو
حصري لـ "دزاير توب":

"مجموعة الجزائر قد تحمل مفاجآت
ويجب التركيز أمام الأرجنتين"



كبال:
"هدفتنا لتقديم
نسخة مميزة في
الكان وتشريف
الألوان
الوطنية"

صادي على
رأس الوفد
"الخضر"
غدا في
المغرب
لاستعادة
الهيبة
الضائعة



■ رئيس "الكاف" باتريس موتسيبي
في تصريح حصري لـ "دزايرتوب":

**"الخضر مرشحون للتتويج
بالكان... وقداميون على بلوغ
الدور الثاني في المونديال"**

رشح رئيس الاتحادية الإفريقية لكرة القدم، باتريس موتسيبي المنتخب الوطني الجزائري، لنيل لقب كأس أمم إفريقيا 2025 المقرر إجراؤها خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر إلى 18 جانفي المقبل. ويتواجد "الخضر" في تريبس إعدادي بمركز تحضير المنتخبات بسبيدي موسى منذ يوم الاثنين الماضي، حيث يعمل الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش على تحضير لاعبيه جيدا، قبل التنقل إلى المغرب يوم غد الجمعة لاستكمال التحضيرات هناك تحسبا للجولة الأولى أمام السودان يوم 24 من ديسمبر الحالي. ويتواجد المنتخب الوطني على رأس المجموعة الخامسة، التي سيستهلها يوم الأربعاء المقبل، بمواجهة "صقور الجديان" في أول اختبار حقيقي لرفقاء القائد رياض محرز، قبل ملاقاته يوم الأحد 28 ديسمبر (سا 18:30)، ثم غينيا الاستوائية يوم الأربعاء 31 ديسمبر (سا 17:00) في ختام دور المجموعات. ويرى رئيس "الكاف"، بأن محاربو الصحراء "يملكون كل المقومات للمنافسة بقوة على لقب كأس إفريقيا، مؤكداً في تصريحات حصرية لقناة "دزاير توب" الإلكترونية، على هامش تواجده في حفلا جوائز "The Best" بقطر مساء أول أمس، بالعاصمة القطرية الدوحة أن الجزائر تعتبر من بين أبرز المرشحين لنيل النسخة الـ 35 من بطولة كأس أمم إفريقيا 2025، قائلا : "المنتخب الجزائري مرشح للتتويج بكأس أمم إفريقيا 2025"، وذلك في إشارة منه إلى أن الجزائر من بين أكبر المنتخبات في القارة السمراء على الرغم من المشاركة في آخر نسختين من المنافسة القارية، عقب الخروج من الدور الأول. كما نوه الجنوب إفريقي باتريس موتسيبي، بقدرته "الخضر" على تحقيق مشاركة مشرفة خلال نهائيات كأس العالم 2026، المقرر إقامتها بكل من الولايات المتحدة الأمريكية، كندا والمكسيك الصيف المقبل فرغم وقوع أشبال بيتكوفيتش في مجموعة قوية تضم بطل العالم الأرجنتيني، النمسا والأردن، إلا أن رئيس "الكاف" عبر عن تفاؤله بتجاوز الجزائر لدور المجموعات في المونديال. وهذا وتعمل الجماهير الجزائرية، أمالا كبيرا على زملاء النجم المتألق ابراهيم مازة، لطفي نكستي "كان" الكاميرون وكوت ديفوار، والذهاب بعيدا في كأس أمم إفريقيا القادمة بالمغرب، خاصة وأن الظروف ستكون مواتية بالنظر إلى تشابه الأجواء مع الجزائر، وهو ما يعتبر نقطة قوة بالنسبة لكتيبة بيتكوفيتش للمنافسة بقوة على اللقب وترصيع قميص "الخضر" بالنجمة الثالثة.

عيد المجيد



نجم میلان ومنتخب
البرازیل سابقا
الکسندر باتو حصريا
لـ"دزايرتوب":

**"مجموعة
الجزائر قد تحمل
مفاجآت ويجب
التركيز أمام
الأرجنتين"**

علق النجم البرازيلي ألكسندر باتو عن مجموعة المنتخب الوطني الجزائري في كأس العالم 2026، وخاصة لقاء الأرجنتين الذي سيكون افتتاحية "الخضر" في المونديال الذي سيقام في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك، مؤكدا على ضرورة التركيز من أجل

تقديم مشاور مهير - وعلى هامش حفل جوائز "دبيست" المقدمة من طرف الاتحاد الدولي لكرة القدم "الفيفا" التي اقيمت بالعاصمة القطرية الدوحة، تحدث نجم ميلان السابق عن مجموعة المنتخب الوطني التي تضم الاردن والنمسا الى جانب بطل العالم الأرجنتيني، حيث شدد على انها ستشهد تنافسا كبيرا بين المنتخبات، وقال في تصريح حصري لـ "فزاير توب" الالكتروني: "لا يمكن القول ان مجموعة الجزائر هي كأس العالم مقعدة أو صعبة... لكننا مجموعة ستشهد الاثارة والمتعة"، مضيفا: "أرى أنه من الصعب التنبؤ بنتائج اللقاءات، ومن الممكن حدوث عد أشياء، يجب ان يبقى المنتخب الجزائري مركزا، ستكون مباراة 11 ضد 11، وستشهد إثارة كبيرة".

متحدثا عن منتخب بلاده البرازيل: "أتمنى أن

ستكون مباراة 11 ضد 11، وسنشهد إثارة كبيرة متحدثا عن منتخب بلاده البرازيل، "أتمنى أن ويتوج باللقب، رغم أن الأمور ستكون صعبة للغاية". يذكر أن المنتخب الوطني الجزائري سينافس ضمن المجموعة السابعة وسيستهل المونديال بملاقاة منتخب الأرجنتين يوم 17 جوان. ثم بعدها في "أرابي" عربي أمام الأردن يوم 23 من نفس الشهر ليختتم دور المجموعات أمام النمسا يوم 28.

عبد المجيد



ينافس إنتروجوفنتوس على خدمات مدافع "الخضر"

روما يدخل
سباق التعاقد
مع بلغالي

انضم نادي روما الإيطالي لسباق التعاقد مع الدولي الجزائري رفيق بلغالي، المتواجد حاليا في ترخيص المنتخب الوطني، استعدادا لـ "الكأس"، حيث يناهس عملاقا "الكالتشيو" جوفنتوس وإنتر ميلان على الخطر بخدمات الظهير الأيمن لنادي هيلاس فيرونا خلال فترة التحولات الشتوية المقبلة. وكشف موقع "فوتبال إيطاليا" أمس، في خبر وصفه بـ "الحصري"، عن دخول نادي العاصمة الإيطالية روما إلى الصراع على مدافع "الخضر" الذي جذب الأنظار مع بداية الموسم الجاري. بفضل مستوياته الباهرة مع نادي فيرونا، حيث كان بلغالي قد اقتنع بهذا الأخير خلال فترة التحولات الصيفية الماضية، قادما من نادي ميشلين البلجيكي، في صفقة كلفت إدارة هيلاس فيرونا 1.5 مليون أورو + مكافآت، قبل أن ترفع قيمته بـ 10 أضعاف كاملة، في منتصف الموسم الجاري. وأبرزت المصادر ذاتها، بأن تاليف "مكافآت" الجزائري، جعله محط أنظار عصابات الدوري الإيطالي، مشيرة أن إدارة "اليوفي" مهتمة به جدا، فيما استفسر إنتر ميلان عنه قبل إصابة دينزل دومفريز وخضوعه للجراحة. وأضافت بأن نادي روما يتابع مدافع "الخضر" أيضا، رغم وجود ويسلي على الجناح، وقد أجرى محادثات بالفعل مع فيرونا. وأكد الموقع الإيطالي، أن هيلاس يامل في الإبقاء على بلغالي حتى نهاية الموسم، إذ يحتاج إلى كل مساعدة ممكنة لتجنب الهبوط، لكن هذا سيتوقف على العروض التي يتلقاها، في الميركاتو. وجدير بالذكر أن بلغالي يشارك حاليا في ترخيص المنتخب الوطني، استعدادا لكأس أمم إفريقيا 2025، التي قد تكون بوابته نحو الانتقال إلى إحدى الأندية الكبيرة في إيطاليا.

عيد المجيد

ضمن الاستفتاء الذي طرحته "الفيفا"

هكذا صوّت بيتكوفيتش ومحرز لجوائز "ذا بيست"

أزاح الاتحاد الدولي لكرة القدم الستار عن أصوات قادة ومدربي المنتخبات الوطنية في اختبارات جوائز "ذا بيست"، التي أعلنت مساء أمس الثلاثاء، في حفل بالعاصمة القطرية الدوحة، حيث أدلى الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش والنجم رياض محرز بصوتيهما في استفتاءات "الضيفاء" للأفضل في العام 2025. وحصد الفرنسي عثمان ديمبلي نجم باريس سان جيرمان، جائزة "ذا بيست" لأفضل لاعب في 2025، ليجمع بينها وبين الكرة الذهبية المقدمة من مجلة "فرانس فوتبول"، بينما نال مدربه لويس إنريكي جائزة أفضل مدرب، واختار رياض محرز نجم الأهلي السعودي عثمان ديمبلي في المركز الأول خلال تصويته لأفضل لاعب ثم أشرف حكيمي في المركز الثاني وكيليان مبابي في المركز الثالث، أما على صعيد اختياراته لأفضل مدرب، فقد فضل لويس إنريكي مدرب باريس سان جيرمان الفرنسي ثم ميكيل أرتيتيا مدرب أرسنال، يليه إنتسو ماريسكا مدرب تشيلسي الإنجليزي. وذهب تصويت رياض محرز لجائزة أفضل حارس مرمى في العالم إلى الإيطالي جيانلويجي دوناروما، ثم البلجيكي تيبو كورتوا ثم الهولندي هويتشيك تشيزني. وفيما يتعلق بتصويت الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش فقد جاء كاتالي، أفضل لاعب عثمان ديمبلي ثم كيليان مبابي يليه هاري كين، وأفضل مدرب لويس إنريكي، الهولندي أرنو ستوت والألماني هانسي فليك، بينما اختار بيتكوفيتش أفضل حارس مرمى في العالم جيانلويجي دوناروما ثم تيبو كورتوا وأخيرًا السويسري يان سومر.

عبد المجيد



حسب مواقع مختصة في رواتب اللاعبين

محرز يتصدر قائمة الأعلى أجرا في كأس إفريقيا للأمم 2025

تصدر الدولي الجزائري رياض محرز، قائمة الأعلى دخلا في نهائيات كأس إفريقيا 2025، المقرر انطلاقها يوم الأحد المقبل إلى غاية 18 جانفي 2026، متجاوزا بذلك نجوم سياتافوس مع منتخب بلادهم في النسخة من 35 من المسابقة القارية. وسعد قائد "الخضر" في صدارة اللاعبين الذين يتقاضون الأجر الأعلى في نهائيات "الكان"، حسب أرقام غير رسمية نشرتها مواقع مختصة في الرواتب، مثل "Capology" و "AISScore" وغيرهما، ووفقا لأجور عن الموسم الحالي 2025-2026، مع الأهلي السعودي، يتبعه محرز في الصدارة بفارق كبير، حيث يبلغ راتبه السنوي مع النادي الجداوي 52 مليون يورو، يليه الشطالان ساديو ماني لاعب النصر وكاليدو كوليبالي مدافع الهلال بواقع 40 مليونا و35 مليون يورو تواليا. ليحل التثالث في التناطح في دوري "روشن" في الطليعة محمد إمام القوة المالية للأندية السعودية، بينما جاء في الترتيب الرابع المصري محمد صلاح نجم ليفربول. براتب سنوي يتناهز 23 مليون يورو، علما أنه خاض أكبر أجر في الدوري الإنجليزي بعد إيرلينغ هاجم مانشستر سيتي، الذي يتقاضى سنويا نحو 30 مليون يورو، ويليه النيجيري فيكتور أوسيمين لاعب غلاتا سراي التركي بواقع 19 مليون يورو، ثم المصري عامر مرموش نجم مانشستر سيتي الإنجليزي بـ18 مليون يورو، وحل المغربي أشرف حكيمي لاعب باريس سان جيرمان في الترتيب السابع، براتب سنوي يقارب 14 مليون يورو النادي الباريسي، ثم فرانك كيسي الإيفواري في نادي أهلي جدة السعودي بـ4 مليون يورو. يوازي بنو حارس الهلال بـ10 مليون يورو، وفي المركز العاشر النيجيري محمد قدوس براتب سنوي يصل إلى 11 مليون يورو مع نادي الهلال الجزائري.

عبدالمجيد



ماندرييا: "فخور بالعودة للمنتخب الوطني ومستعد لتقديم الإضافة"

عبر حارس المنتخب الوطني الجزائري، أنتوني ماندرييا، عن ارتياحه الكبير لسير تحضيرات "الخضر"، مؤكداً أن التشكيلة الوطنية دخلت الترتيب الحالي في ظروف مثالية وعلى أعلى مستوى من الجاهزية. وخلال تصريحاته في المنطقة المختلطة، أمس الأربعاء، أوضح ماندرييا أن اللاعبين التحقوا بالمعسكر مباشرة بعد نهاية التزاماتهم مع أنديةهم، دون تسجيل أي انقطاع في نسق العمل، قائلاً: "نحن نحضر بشكل جيد جداً، لم تكن هناك أي قطعة، لأن جميع اللاعبين قدموا من أنديةهم وهم في كامل الجاهزية البدنية" وأضاف حارس "الخضر"، أن الطاقم الفني يركز حالياً على الجوانب التكتيكية والتقنية، بهدف الوصول إلى الانسجام المطلوب قبل الاستحقاقات المقبلة، مؤكداً أن العمل يتم بطريقة مدروسة ومحكمة. وفي ختام تصريحاته، لم يخف ماندرييا مشاعره تجاه تواجد مع المنتخب الوطني، حيث قال: "أنا سعيد جداً وفخور بكوني هنا، وشرف كبير لي أن أكون ضمن المنتخب الوطني وأن أساعده على تحقيق أهدافه".

وسيم

قال إن لاعبه محبط لعدم استدعائه لخوض الكان ألكسندر ديجو: "عبدلي في أفضل حالاته وفرصه للمشاركة في كأس العالم تبقى قائمة"

أبدى ألكسندر ديجو، مدرب نادي أونجي الفرنسي، رأيه حول وضعية الدولي الجزائري، حيماد عبدلي، بعد استبعاده من قائمة المنتخب الوطني للمشاركة في كأس إفريقيا المقبلة. وأكد ديجو في تصريحات صحفية خاصة بمباراة "هي هيريبي" ضمن الدور 32 من كأس فرنسا، أن عبدلي يعيش فترة رائعة من حيث الأداء مع ناديه، قائلاً: "حيماد عبدلي هو بالفعل لاعب في أفضل حالاته في الوقت الحالي". وأضاف المدرب الفرنسي، أن اللاعب يشعر بالإحباط الطبيعي نتيجة عدم استدعائه، لكنه شدد على أن هذا الاستبعاد لا يقلل من إمكانياته أو مردوده: "من الطبيعي أن يكون محبطاً، لكن مستواه الحالي يؤهله للحصول على فرص مستقبلية". واختتم ديجو تصريحاته بنبرة تفاؤلية تجاه مستقبل عبدلي الدولي: "أنا مقتنع بأنه إذا حافظ على نفس مستوى الأداء، فإن فرصه للمشاركة في كأس العالم تبقى قائمة. الكرة الآن في ملعبه".

وسيم

صادي على رأس الوفد

"الخضر" يطفرون غدا إلى المغرب حاملين آمال الجماهير الجزائرية في المنافسة الأفريقية

يطير المنتخب الوطني الجزائري لكرة القدم، غدا الجمعة، إلى المغرب، على متن رحلة خاصة تنطلق من مطار هواري بومدين الدولي، وذلك تحسباً للمشاركة في نهائيات كأس أمم مححلة جديدة يسعى من خلالها الصحراء إلى تأكيد طموحاتهم القارية. ويتألف وفد المنتخب الوطني إلى المغرب، في خطوة تؤكد دعم الفاف الكامل للتشكيلة الوطنية وحرصها على توفير أفضل الظروف لمشاركة "الخضر" في العرس الكروي الأفريقي. واكتفى الناخب الوطني، فلا ديمير بيتكوفيتش، بإجراء معسكر تحضيري قصير بمركز تحضير المنتخبات الوطنية بسيدي موسى، دام أربعة أيام فقط، ركز خلاله على الجوانب البدنية والتكتيكية، إلى جانب تصحيح بعض التفاصيل الفنية، في ظل ضيق الوقت وكثافة البرنامج التنافسي الذي ينتظر التشكيلة الوطنية. وشهد الترتيب أجواء من الانضباط والتركيز الكبيرين، حيث حرص المدرب على رفع جاهزية اللاعبين بدنياً وذهنياً، مع العمل على خلق الانسجام بين عناصر التعداد، خاصة في ظل وجود بعض الوجوه الجديدة التي تسعى إلى فرض نفسها داخل المجموعة. وسيخوض المنتخب الجزائري منافسات كأس أمم إفريقيا ضمن المجموعة الخامسة، التي تبدو متوازنة وتعرض على "الخضر" خوض المباريات بكامل الجدية منذ الجولة الأولى. وسيستهل المنتخب الوطني مشواره بمواجهة منتخب السودان يوم 24 ديسمبر، في لقاء يطمح خلاله رفقاء القائد إلى تحقيق انطلاقة قوية تمنحهم أفضلية معنوية لبقية المشوار، وسيكون الموعد الثاني أمام منتخب بوركينا فاسو، يوم 28 ديسمبر، في مواجهة مرتقبة أمام منافس معروف بقوته البدنية وانضباطه التكتيكي، قبل أن يختم "محاربو الصحراء" دور المجموعات بملاقاة منتخب غينيا الاستوائية، يوم 31 ديسمبر. ويراهن الشارع الرياضي الجزائري كثيراً على هذه المشاركة، أملاً في رؤية منتخب قوي، منظم وقادر على الذهاب بعيداً في المنافسة، خاصة في ظل الخبرة التي بات يتمتع بها العديد من اللاعبين.

وسيم



استعدادا لكأس أفريقيا 2025

المنتخب الوطني يجري حصته التدريبية الثالثة وشرقي يواصل التدريب على انفراد

أجرى المنتخب الوطني الجزائري، أمس الأربعاء، حصته التدريبية الثالثة في إطار معسكره التحضيري الجاري بمركز سيدي موسى، تحسباً للمشاركة في كأس أمم إفريقيا 2025، وذلك وسط أجواء إيجابية تعكس جدية اللاعبين وتركيزهم الكبير لدخول المنافسة الإفريقية بكل قوة. وشهدت الحصة، التي جرت تحت إشراف الناخب الوطني فلا ديمير بيتكوفيتش، تركيزاً واضحاً على الجانبين البدني والتكتيكي، حيث عمل الطاقم الفني على رفع نسق العمل وتصحيح بعض الجوانب المتعلقة بالتمرکز وبناء اللعب، ضمن البرنامج المسطر لهذا الترتيب. وفي المقابل، واصل المدافع سمير شرقي التدريب على انفراد، حيث يخضع لبرنامج خاص أعد الطاقم الطبي، بهدف تمكينه من استعادة جاهزيته بشكل تدريجي، تضادياً لأي مضاعفات محتملة، على أن يتم تقييم وضعيته الصحية قبل التحاقه بالتدريبات الجماعية. ومن المنتظر أن يواصل المنتخب الوطني، تحضيراته بالمغرب مباشرة بعد الوصول، من خلال حصص تدريبية ميدانية للتأقلم مع الأجواء والظروف المناخية، وضبط آخر اللمسات قبل صافرة بداية المشوار الإفريقي.

وسيم

شايببي: نطمح لبداية قوية والذهاب بعيداً في "كان" المغرب

أكد لاعب أينتراخت فرانكفورت، فارس شايببي، أن المنتخب الوطني يدخل كأس أفريقيا 2025، بطموحات كبيرة وعزيمة قوية، مشدداً على أهمية تحقيق انطلاقة موفقة منذ المباراة الأولى. وأوضح شايببي خلال تصريحاته في المنطقة المختلطة، أن الأجواء داخل المجموعة إيجابية للغاية، قائلاً: «التحضيرات تسير في أفضل الظروف، وسط انسجام واضح بين اللاعبين وتركيز كبير على هدف واحد يتمثل في تشريف الألوان الوطنية». وأضاف: «الحمد لله، الأمور تسير على ما يرام، الأجواء رائعة داخل المجموعة، ونحن نستعد بكل قوة لتحقيق بداية قوية في الكان» وعبر شايببي عن سعادته بالتواجد ضمن التشكيلة الوطنية، مؤكداً أن جميع العناصر عازمة على الذهاب بعيداً في النسخة المقبلة من العرس القاري وقال في هذا الصدد: «سعيد جداً بتواجدي مع المجموعة، وكل اللاعبين لديهم الرغبة نفسها في تقديم بطولة كبيرة، نحن المنتخب الجزائري، نلعب دائماً من أجل الفوز، وهذا ما نسعى لتحقيقه في المغرب». كما شدد شايببي على أهمية اللقاء الافتتاحي أمام السودان، واصفاً إياه بالمشاق الحقيقي لدخول أجواء المنافسة، «تحدثنا كثيراً فيما بيننا عن المباراة الأولى لأنها أساسية ومفصلية، ومواجهة السودان ستكون قوية ومهمة، وعلينا التعامل معها بكل جدية وتركيز».

وسيم

التلفزيون الجزائري يقتطع بث حقوق بث مباريات "الخضر" وأبرز قمم "كان 2025"

أعلن التلفزيون العمومي الجزائري، عن اقتنائه حقوق بث 15 مباراة من نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، بتقديمها جميع مباريات المنتخب الوطني الجزائري كاملة، إضافة إلى عدد من أقوى المواجهات الإفريقية المرتقبة خلال البطولة. ووفق ما تم الإعلان عنه، تشمل الحقوق التي اقتناتها التلفزيون الجزائري كافة مباريات المنتخب الوطني في دور المجموعات، إضافة إلى مباريات الأدوار الإقصائية في حال تأهل "محاربو الصحراء"، ما يضمن تغطية متواصلة لمختلف محطات البطولة التي ينتظرها الشارع الرياضي الجزائري بشغف. ولم تقتصر البرمجة على مباريات المنتخب الوطني فقط، بل تمتد لتشمل أبرز المواجهات الإفريقية التي ستعدها كأس أفريقيا 2025، بما في ذلك اللقاءات التي تجمع بين المنتخبات المرشحة للتتويج، إلى جانب مباريات تخص الدول الشقيقة التي تحظى بدورها باهتمام واسع من قبل المشاهد الجزائري. ومن المنتظر، أن ترافق هذه التغطية برامج تحليلية واستوديوهات فنية قبل وبعد المباريات، بمشاركة محللين وتقنيين، قصد تقديم قراءة شاملة لأطوار المنافسة وأداء المنتخبات.

وسيم



كبال: "هدفنا تقديم نسخة مميزة في الكان وتشريف الألمان الوطني"

أكد لاعب المنتخب الوطني، إيلان كبال، أنه يعيش أجواء إيجابية للغاية قبيل انطلاق منافسات كأس أفريقيا في المغرب، معبرا عن سعادته الكبيرة بتواجده ضمن تشكيلة "الخضر". وفي تصريحاته الصحفية أمس، شدد كبال على جدية التحضيرات قبل السفر إلى المغرب، قائلاً: «نحن نستعد بكل جدية، وهدفنا تقديم نسخة مميزة في الكان وتشريف الألوان الوطنية» وأضاف: «كل العناصر جاهزة وواعية بحجم المسؤولية الملقاة على عاتقنا، خصوصاً في ظل تأطير رائع من الطاقم الفني، مع وضع بعض اللمسات الأخيرة قبل المغادرة». وعن حظوظ المنتخب الوطني في الحدث القاري، قال كبال في هذا الصدد: «حظوظنا ستكون على أرضية الميدان وليس على الورق، والأهم هو التركيز على اللعب من أجل تحقيق التأهل من دور المجموعات».

وسيم

البطولة المحلية



ال الجولة الـ13 من الرابطة المحترفة الأولى

العميد "لتعزيز الصدارة .. وداربي مثير بين "الشفاوة" و"الحمراء"

انطلاق الموسم تحسنا تدريجيا. وفي لقاءات الجمعة، يبقى الصراع على أشده بين أندية وسط الترتيب، حيث يحتضن ملعب 8 ماي بسطيف، قمة كروية ساخنة بأهداف متباينة بين الوفاق المحلي (م.13 - 12 ن) وشبيبة القبائل (م.8 - 15 ن). فالوفاق يعرف تحسنا ملحوظا منذ تولي الصربي ميلوتان سردوفيتش شؤون العارضة الفنية، يطمح إلى بحث مشواره من جديد أمام جمهوره، في الوقت الذي سجل فيه "الكناري" هزيمتين متتاليتين، أهمها الإقصاء المر من منافسة كأس الجزائر، حيث يحاول تدارك أزمته والاقتراب من الخمسة الأوائل. من جهته، ينتقل اتحاد خنشلة (م.5 - 17 ن) إلى البيض لمواجهة المولودية المحلية، صاحبة المركز 16 والأخير برصيد (3 ن) والتي تعتبر كل مبارياتها مصيرية لضمان البقاء. من جهته، يستقبل شباب قسنطينة (م.9 - 15 ن)، نادي بارادو (م.12 - 13 ن) في حوار مباشر بلموحات مشتركة، حيث سيكون "السنافر" مطالبين بتوخي الحذر من تشكيلة "البالك" التي سجلت ستة انتصارات على التوالي منها اثنان في منافسة "السيدة كأس". وأخيرا، تستضيف شبيبة الساورة (م.7 - 16 ن) إحدى أندية أسفل الترتيب ويتعلق الأمر بترجي مستغانم (م.15 - 9 ن). فأبناء الجنوب الغربي الذين لم يتذوقوا طعم الفوز في البطولة منذ خمس جولات، يطمحون للعودة لسكة الانتصارات، بينما يحاول الترجي تحقيق أفضل نتيجة تخرجه من وضعيته الحالية، علما بأنه اكتفي بنقطة يتيمة خلال مبارياته الست الأخيرة.

برنامج مباريات الجولة 13 :

الخميس 18 ديسمبر
جمعية الشلف - مولودية وهران 17:00
مستقبل الرويسات - مولودية الجزائر 17:00
اتحاد الجزائر - نجم بن عكنون 20:00

الجمعة 19 ديسمبر:
مولودية البيض - اتحاد خنشلة 14:30
شباب قسنطينة - نادي بارادو 17:00
وفاق سطيف - شبيبة القبائل 18:00

السبت 20 ديسمبر:
شبيبة الساورة - ترجي مستغانم 15:00
شباب بلوزداد - أولمبي أقبو 18:00

سفيان ع

تنطلق فعاليات الجولة 13 من المحترف الأول "موبيليس" اليوم الخميس، بإجراء ثلاث مباريات ستكون في غاية الأثارة والتشويق، يتقدما لقاء الرائد مولودية الجزائر الذي سينزل ضيفا على مستقبل الرويسات بمدينة ورقلة، فيما سيشهد الانظار "داربي" الغرب بين جمعية الشلف ومولودية وهران، فضلا على "الداربي" العاصمي بين اتحاد الجزائر ونجم بن عكنون. ويسعى "العميد" للحفاظ على مشواره بدون انهزام والاحتفاظ بكرسي الريادة لدى تنقله إلى ورقلة لملاقاة مستقبل الرويسات، المولودية التي تنصدر الترتيب (25 نقطة، ناقص ثلاث مباريات)، تنوي تأكيد دورها كالمارش الأول للتتويج باللقب الثالث على التوالي، في تنقل صعب إلى معقل الصاعد الجديد، مستقبل الرويسات (م.11 - 13 ن) الذي يتواجد على سلسلة ست مقابلات بدون فوز، بكل المنافسات. وسيستبج الفوز لأصحاب اللوينين "الأحمر والأخضر" بتحسين مركزهم الريادي والاقتراب خطوة أخرى من اللقب الرمزي لمرحلة الذهاب، فيما سيزيد ثقل جديد للمستقبل، تعقيدا والدفع به إلى منطقة الخطر. وتبقى المنافسة على أشدها خلف المولودية، حيث يتنافس كل من أولمبي أقبو ومولودية وهران مركز الوصافة برصيد 21 نقطة لكل فريق. وسينزل الأولمبي ضيفا على شباب بلوزداد (م.10 - 14 ن) في لقاء صعب، بينما لا زالت مولودية وهران تحت وقع الإقصاء من منافسة كأس الجزائر أمام ترجي مستغانم (1-2)، وستسعى لتحقيق التدارك في الشلف أمام جمعية أولمبي الشلف (م.14 - 10 ن) في مباراة محلية مثيرة للغرب الجزائري وأمام التشكيلة الشلفية التي تحتل مكان المهدد الثاني بالسقوط، مطالبة بالفوز للخروج من المنطقة الحمراء.

اتحاد الجزائر يستهدف "البوديوم" أمام نجم بن عكنون

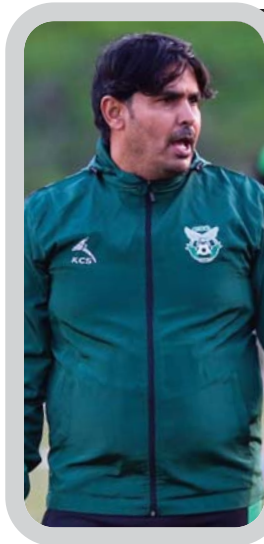
بدوره، سيكون نادي اتحاد الجزائر (م.4 - 18 ن)، صاحب المركز الرابع، أمام حتمية مواصلة استبقائه لدى استضافته لنجم بن عكنون (م.6 - 16 ن)، فتشكيلة سوسطارة التي لم تنهزم منذ عشر مباريات، مرشحة لتحقيق الفوز أمام تشكيلة النجم الذي يشرف على تدريبها منير زغدود، أحد اللاعبين السابقين للاتحاد. فالاتحاد يولي أهمية كبيرة لهذه المباراة الذي قد تمنحه فرصة اللحاق بثلاثا لمقدمة، أمام الصاعد بن عكنون الذي يمر بدوره بفتره جيدة والذي يعرف منذ

رغم اعترافه بصعوبة
المأمورية بسبب
الغيابات .. غاريدو :

"مواجهة الشلف مهمة وعلينا مواصلة حصد النقاط"



أكد مدرب نادي مولودية وهران خوان كارلوس غاريدو على أهمية مباراة أولمبي الشلف، مساء اليوم، بداية من الساعة الخامسة، بملعب محمد بومرزاق، لحساب الجولة الـ13 من الرابطة المحترفة الأولى، مشددا على ضرورة العودة بالنقاط الثلاث من أجل تعويض نكسة الكأس وتعزيز مركز "الحمراء" في جدول الترتيب. وقال المدرب الإسباني في تصريحاته مساء أول أمس، فعلى هامش آخر حصة تدريبية بملعب ميلود هدي قبل التنقل إلى مدينة الشلف، لمواجهة الأولمبي: «مواجهة الشلف صعبة ومهمة في هذه المرحلة من الموسم، هدفنا هو تحقيق نتيجة إيجابية ومواصلة حصد النقاط». وأبرز غاريدو أن الفريق استغل فترة التوقف الأخيرة بشكل جيد، حيث سمحت اللقاءات الودية بمنح وقت لعب أكبر لعدة عناصر، ومن جانب آخر، اشتكى المسؤول الأول على العارضة الفنية لـ "الحمراء" من الغيابات العديدة التي ضربت صفوف الفريق قبل داربي الغرب، وذلك بسبب الإصابات والعقوبات، وأردف قائلا: «نعاني من مشكل بعض الغيابات في تعدادنا، بسبب الإصابات والعقوبات المفروضة على لاعبيننا»، قبل أن يضيف: «عدم مشاركة بعض اللاعبين في مباراتنا المقبلة ضد الشلف، سيمنح الفرصة لبقية زملائهم من أجل كسب وقت لعب وإظهار إمكانياتهم». وختم "رغم الغيابات لكنني واثق من أن لاعبيننا الذين سيشاركون ضد الشلف سيقدمون أفضل ما لديهم". وفي السياق ذاته، سيكون المدرب الإسباني تحت ضغط كبير في مواجهة الشلفاوة. وذلك بعد تضبيب هدف الكأس، عقب إقصاء الفريق المخيب أمام نادي ترجي مستغانم في الدور الـ32، وعليه لن يكون أمام غاريدو خيارا غير العودة بنتيجة إيجابية من الشلف، إذا ما أراد البقاء على رأس العارضة الفنية.



حينما يواجه أتلتيك بارادو غدا الجمعة

الدريدي في أول اختبار له مع "السياسي"

سيكون مدرب نادي شباب قسنطينة، لسعد الدريدي يوم غد الجمعة على موعد مع أول اختبار له مع "السياسي" حينما يواجه ضيفه أتلتيك بارادو، بداية من الساعة الخامسة مساء، لحساب الجولة الـ13 من الرابطة المحترفة الأولى، حيث يطمح التقني التونسي لتحقيق بداية قوية مع النادي الرياضي القسنطيني تؤكد طموحاته في تحقيق الأهداف المسطرة من قبل إدارة عرامة. ويلتقي رفقاء القائد إبراهيم ذيب، مساء غد، بأتلتيك بارادو، الذي يحقق نتائج إيجابية في الفترة الماضية، وآخرها التأهل إلى الدور ثمن النهائي من كأس الجزائر، أمام اتحاد الفويفور، وهو ما يضع المدرب الدريدي في اختبار حقيقي من أجل تحقيق نتيجة إيجابية وإبقاء النقاط الثلاث داخل القواعد. وكان خليفة البوسني سفيكو، قد باشر مساء أول أمس، مهامه على رأس العارضة الفنية للفريق، بإشرافه على أول حصة تدريبية، وهي الحصة التي شهدت مشاركة مشاركة المتقدم الجديد للفريق، اللاعب سفيان بهلول، الذي باشر هو الآخر مهامه مع الفريق، بالتضبيب لمرحلة العودة. ويعول مسؤولو النادي الرياضي القسنطيني، على مدريهم الجديد لسعد الدريدي، لإعادة الفريق إلى السكة الصحيحة، انطلاقا من مباراتهم المقبلة. ويحتل "الخضورة" المركز الثامن في جدول ترتيب الرابطة المحترفة الأولى برصيد 15 نقطة، بفارق 6 نقاط كاملة عن صاحب المركز الثالث، وهو ما يفرض على الفريق عدم تضبيب أي نقاط فيما تبقى من مرحلة الذهاب من البطولة، إذا ما أراد تعزيز حظوظه في المنافسة على مركز في "البوديوم" مع نهاية الموسم.

سفيان ع

موكينا يستعد لإجراء تغييرات عديدة على التشكيلة

خليف ينضم إلى قائمة الغائبين أمام الرويسات

ينزل نادي مولودية الجزائر، مساء اليوم، بداية من الساعة 17:00 ضيفا ثقيلًا على مستقبل الرويسات، بملعب 18 فيضري بورقلة، ضمن فعاليات الجولة الـ13 من الرابطة المحترفة الأولى، في مباراة يسعى من خلال متصدر ترتيب البطولة الوطنية، للعودة بالنقاط الثلاث والابتعاد قدر الإمكان عن الملاحقين. ويتسلح لاعبو "العميد" بالمعنويات المرتفعة بعد النتائج الإيجابية التي حققوها في الفترة الماضية، وآخرها التأهل إلى الدور الـ16 من كأس الجزائر، عقب التغلب على اتحاد خنشلة يوم السبت الماضي، وهو ما سيمنحه دفعة معنوية من أجل تحقيق الفوز الـ11 هذا الموسم في جميع المسابقات، وبالمقابل يسعى النادي العاصمي للاستثمار في المشاكل التي يعاني منها أصحاب الأرض في ظل تراجع النتائج بشكل رهيب وعجزهم عن تحقيق أي فوز خلال آخر 5 لقاءات، حيث اكتفى الصاعد الجديد بـ3 تعادلات وهزيمتين. إلى ذلك، يرتقب أن تشهد التشكيلة الأساسية لمولودية الجزائر، عدة تغييرات، مقارنة بالتشكيلة التي تأهلت في الكأس، أمام اتحاد خنشلة السبت الماضي، ويغيب عن لقاء الرويسات، كل من محمد زوغرنا بسبب مشاركته في "الكان" مع بوركينافاسو، إلى جانب عبد اللاوي، الذي سيتواصل غيابه بداعي العقوبة، بينما يحضر رولاني موكينا، لإعادة فرحات وثابتي ونعيجي إلى التشكيلة الأساسية مع إمكانية الاعتماد على بن خماسة، الذي تعافى بعد غيابه عن اللقاء الأخير، فيما ستشهد مواجهة الرويسات غياب الظهير الأيسر للمولودية مروان خليف، بنسبة كبيرة جدا بسبب الإصابة التي كان قد تعرض لها السبت الماضي، وهو الذي غادر لقاء خنشلة ما بين الشوطين اضطراريا.

سفيان ع





"الفاف" تشارك في أشغال لجان "الفيفا" بالدوحة

شارك الأمين العام للاتحادية الجزائرية لكرة القدم نذير بوزناد ومديرة المالية السيدة سليمة بن عيسيتي، أول أمس بالعاصمة القطرية الدوحة، في الاجتماع العام للجان الاتحاد الدولي "فيفا"، بحضور رئيس الهيئة الكروية العالمية جيانى إنفانتينو، حسب ما أفادت به الفاف على موقعها الرسمي. وأوضح نفس المصدر، بأنه تخطل الاجتماع التنصيب الرسمي لمختلف لجان الفيفا، قبل أن تتواصل الأشغال خلال الفترة المسائية بعقد اجتماعات خاصة بكل لجنة، ما مكن الأعضاء المعيّنين حديثاً من الشروع في مهامهم كل حسب اختصاصه. للتذكير، فقد تم تعيين نذير بوزناد عضواً في لجنة كرة القدم داخل القاعات (الفوتسال) التابعة للفيفا، فيما تم تعيين السيدة سليمة بن عيسيتي عضواً في لجنة الاستشارة التجارية والتسويق للهيئة ذاتها. جدير بالذكر، أن رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وليد صادي، كان قد عين نائباً لرئيس لجنة الملاعب والأمن التابعة للفيفا، في تأكيد على الحضور الوزاري للجزائر ضمن هيئات اتخاذ القرار في كرة القدم العالمية.

مهدي

البطولة
الجهوية للكراتي
دو ما بين مصالحي
الشرط

اختتام المنافسة بسكيدكة بتتويج الفائزين



اختتمت أمس بالقاعة المتعددة الرياضيات محمد بوشوخ بحي العربي بن مهيدي ببلدية سكيدكة، فعاليات البطولة الجهوية للكراتي دو ما بين مصالحي الشرط لنادية الشرق بتتويج الفائزين. وقد أشرف على اختتام هذه التظاهرة التي دامت يومين المفتش الجهوي لشرطة الشرق بقسنطينة مراقب عام للشرطة عبد السلام بوصوف رفقة والي ولاية سكيدكة سعيد أخروف وبحضور إطارات بسلك الأمن الوطني. وقد شهدت التظاهرة تتويج الفائزين في 10 اختصاصات للكانا والكميتي حيث تحصل الفريق (رجال) فريق أمن ولاية سكيدكة على المرتبة الأولى لتعود المرتبة الثانية لفريق أمن ولاية جيجل و الثالثة لفريق أمن ولاية عنابة. وفي تخصص كانا فردي (رجال) حاز سيف الدين بوطاجين من أمن ولاية جيجل المرتبة الأولى، في حين عادت المرتبة الثانية لأحمد بولحواط من أمن ولاية الطارف و عبد الحميد لباد من أمن ولاية قالمة. وفي اختصاص كانا فردي (سيدات)، المرتبة الأولى لصافية عزوز من أمن ولاية باتنة، فيما نالت المرتبة الثانية ليلي سلامة من أمن ولاية عنابة و الثالثة مناصفة كذلك بين عبير بن هبال من أمن ولاية عنابة و جهاد خميري من أمن ولاية الطارف. و أبرز المفتش الجهوي لشرطة الشرق قسنطينة مراقب عام للشرطة عبد السلام بوصوف عقب إسداد الستار على هذه المنافسة الجهوية، أن النتائج المحققة خلال هذه البطولة "تعد نتاجا لعمل دؤوب ومتواصل من طرف جميع المشاركين متمنيا المزيد من التناقل للفائزين". وقد شارك في هذه البطولة الجهوية المؤهلة للبطولة الوطنية و التي انطلقت يوم الثلاثاء، 72 رياضيا من بينهم 14 رياضية يمثلون 14 ولاية بشرق البلاد.

مهدي

الضروسية: انطلاق منافسات البطولة الوطنية للقفز الحواجز بوهران

انطلقت، أمس بمركز الضروسية "مونتي كريستو" ببلدية السانية (وهران)، منافسات البطولة الوطنية للقفز الحواجز فردي أكابر. وينظم هذا الحدث الرياضي على مدار أربعة أيام من طرف الاتحادية الجزائرية للضروسية بالتنسيق مع نادي "مونتي كريستو" للضروسية، بمشاركة نخبة من أحسن الفرسان والفارسات الأكابر على خيول يبلغ عمرها ست سنوات فما فوق من مختلف الأندية على المستوى الوطني. وسيتنافس المشاركون عبر عدة أشواط بميدان "مونتي كريستو" بوهران المجهز بمنشآت عصرية مطابقة للمعايير الدولية، مما يسمح لهم بإبراز مواهبهم من أجل الظفر بلقب بطل الجزائر لهذا الموسم. كما ستقام يوم السبت في ختام هذه البطولة "الجائزة الكبرى" تخليدا لروح الفارس الشاب الراحل أيمن بكير بن الشيخ، الذي توفي مؤخرا في حادث مرور بقسنطينة وهو بطل الجزائر لفئة الأواسط لهذا الموسم وكان من أبرز المواهب الصاعدة في رياضة الضروسية. ويشرف على إدارة هذه البطولة رئيس النادي الهواي "مونتي كريستو" مصطفى كازي ثاني فيما يتولى محمد أيمن لحول الإشراف التقني.

مهدي



اللجنة

الأولمبية ترد على محاولات تشويه صورة الجزائر



وضعت اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية، حدا لمحاولات تشويه صورة الجزائر، من خلال نشر أخبار مغلوطة، حول ظروف إقامة الوفد الجزائري في الألعاب الإفريقية للشباب الجارية حاليا، بـ"لواندا" الأنغولية. وأفادت الهيئة الأولمبية، أنه قد تم عبر مواقع التواصل الاجتماعي، تداول صورة مرفقة بمعلومات مغلوطة، تزعم أنها تظهر طريقة تناول الرياضيين الجزائريين لوجباتهم خلال الألعاب الإفريقية للشباب. مبرزة في بيان لها، أن الوفد الجزائري يتواجد في ظروف جيدة ومحترمة. بفضل جهود طواقم اللجنة الأولمبية والرياضية الجزائرية بالتنسيق مع اللجنة المنظمة مع الدعم الكبير، والمتواصل لطاقم سفارة الجزائر في أنغولا. كما أوضحت في بيانها الذي أرفقته بـ "فيديو" مقتضب يظهر الظروف المميزة، التي يتواجد فيها الوفد الجزائري. أن كل هذه الجهود، سمحت بتوفير كل الشروط اللازمة، لضمان راحة وسلامة الوفد طيلة فترة المنافسات. أما بخصوص الصور المتداولة، فقد أكدت أنه تم التقاطها في لحظة عضوية وخارج أي سياق رسمي. وتم استغلالها بشكل متعمد من بعض الصفحات التي لم تنشر أي نتيجة من نتائج أبطاننا الشباب أو حتى صورة إيجابية وتحفيزية لهم منذ بداية الألعاب الإفريقية للشباب. ولكنها سارعت في المقابل، إلى نشر أخبار كاذبة ومضللة لا تمت للحقيقة بصلة بغرض تشويه صورة الجزائر. وفي السياق ذاته، أوضحت اللجنة الأولمبية أن شأن الجزائر، مثل باقي الوفود المشاركة يتناولون وجباتهم الأساسية، في المطعم المعتمد داخل القرية الأولمبية وتحت متابعة الطاقم المرافق خاصة الطاقم الطبي. أما خلال المنافسات أو التدريبات في أماكن بعيدة عن مقر الإقامة ونظراً لاختلاف الظروف البيئية والمناخية والعادات الغذائية، من منطقة إلى أخرى. والتي قد لا يتقبلها جميع المشاركين تم اعتماد وجبات مغلقة ونظيفة ومراقبة صحية. وفي المقابل استنكرت اللجنة الأولمبية، خطوة تصوير رياضيين قصر ونشر صورهم خارج سياقها الحقيقي، معتبرة الأمر انتهاكا صارخا لخصوصيتهم ولبدءاً حماية الطفولة. مشيرة إلى أنه سلوك "مخز"، يعاقب عليه القانون. مؤكدة في الأخير، أن هدفها الأول والمقدس هو الحفاظ على صحة وسلامة أبنائنا الرياضيين.

مهدي

مهدي

كأس الجزائر المدرسية لكرة القدم

انطلاق المرحلة النهائية بوهران

انطلقت بولاية وهران، المرحلة النهائية من منافسة كأس الجزائر لكرة القدم المدرسية التي ستواصل إلى غاية يوم السبت، حسبما أفادت به الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (فاف) عبر موقعها الرسمي. وأوضحت الهيئة الفدرالية في بيانها أن "المنافسة"، التي تنظم في إطار الشراكة بين الاتحادية الجزائرية لكرة القدم والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، تعد محطة هامة في مسار تطوير وترقية كرة القدم في الوسط المدرسي كما تشكل محطة حقيقية لاكتشاف وتثمين المواهب الشابة الجزائرية التي ستتاح لها فرصة إبراز قدراتها على المستوى الوطني. وقد جرت عملية سحب قرعة هذه المرحلة النهائية يوم الأحد الماضي، بمقر الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، بحضور ممثلي الهيئتين المنظميتين. وتشمل كأس الجزائر المدرسية الأعمار التعليمية الثلاثة (الابتدائي، المتوسط والثانوي)، وذلك بالنسبة لفئتي الذكور والإناث. وتجرى المنافسة بداية بدور أول بنظام الإقصاء المباشر، قبل إجراء الدور نصف النهائي يومي 18 و19 ديسمبر، على أن تلعب النهائيات يوم 20 ديسمبر. وستحتضن مختلف المباريات عدة منشآت رياضية بمدينة وهران وهي: ملاعب الشهيد أحمد زبانة، الكرمة، ملعب بوعقل، السانية وحاسي بن عقبة.

مهدي

مبابي يكسب معركته القانونية ضد باريس سان جيرمان

أصدرت محكمة العمل الفرنسية حكماً يقضي بإلزام نادي باريس سان جيرمان بدفع غرامة مالية كبيرة لصالح نجمه السابق كيليان مبابي، لاعب ريال مدريد الحالي، على خلفية النزاع القائم بين الطرفين منذ رحيل اللاعب عن النادي الباريسي. وبحسب ما أفاد به موقع فوت ميركاتو الفرنسي، فإن المحكمة قررت إلزام باريس سان جيرمان بسداد مبلغ يناهز 61 مليون يورو لمبابي، وذلك بسبب مستحقات مالية متأخرة تعود إلى الفترة الأخيرة من عقده مع النادي، قبل انتقاله إلى ريال مدريد في صيف 2024.

وأشار التقرير إلى أن المحكمة منحت أيضاً باريس سان جيرمان حق نشر نص الحكم كاملاً لمدة شهر على الصفحة الرئيسية للموقع الرسمي للنادي، في خطوة تهدف إلى إظهار تفاصيل القرار للرأي العام.

وكان مبابي قد تقدم بشكوى رسمية ضد ناديه السابق، بسبب عدم حصوله على راتبه خلال أشهر أبريل ومايو ويونيو من عام 2024، وهو ما دفع المحكمة للتدخل والفصل في القضية.

يذكر أن كيليان مبابي انضم إلى ريال مدريد في صيف 2024 بعد نهاية عقده مع باريس سان جيرمان، ليبدأ مرحلة جديدة في مسيرته الكروية مع النادي الملكي.

مئات آلاف الدولارات.. تكلفة تحيةة ميسي والتصوير معه في الهند

كشف تقرير إسباني عن القيمة المالية الكبيرة التي دفعت من أجل مقابلة النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي لاعب إنتر ميامي الأمريكي والتصوير معه، خلال زيارته التاريخية للهند. وحسب تقارير محلية هندية، فإن كل شخص أراد مصافحة ميسي والتقاط صورة معه دفع نحو 10 آلاف يورو. وحسب صحيفة "موندو ديپورتيفو" الإسبانية، تضمنت "الحزمة الحصرية" -التي توفرت على عدد محدود من التذاكر- لقاء شخصياً مع ميسي، إضافة إلى صورة شخصية معه، وقميص رسمي للمنتخب الأرجنتيني موقع من "البرغوث"، وأخيراً الوصول إلى مقاعد مميزة للفعاليات الرياضية التي ظهر فيها اللاعب. وأشارت إلى وجود بعض اللقاءات الخاصة مع ميسي التي تمت خلف أبواب مغلقة، وتم تخصيصها للشركات الكبرى والمدعويين من الشخصيات البارزة في البلاد، وقد تجاوزت تكلفتها الرقم المذكور بكثير. وبلغت تكلفة تلك اللقاءات الخاصة نحو 10 ملايين روبية (أي ما يعادل 120 ألف دولار) لقاء الواحد. في هذه الأثناء بيعت تذاكر الفعاليات المفتوحة المخصصة للجماهير العادية بأسعار تبدأ من 3500 روبية (42 دولاراً). وتعد هذه الزيارة هي الأولى لنجم برشلونة الأسبق منذ 14 عاماً، إذ كانت السابقة عام 2011، وحينها خاض مع منتخب بلاده مباراة ودية فاز فيها على فنزويلا بهدف دون رد. وجرت الفعالية الأخيرة لميسي في الهند أمس الاثنين، بعد تلك التي أقيمت السبت الماضي في مدينة كلكتا، حيث اضطرت المنظمون لإيقاف حدث جماهيري في ملعب سولت ليك وإخراج اللاعب بعد 22 دقيقة من انطلاق الفعالية، نتيجة قيام بعض الحاضرين باقتلاع الكراسي من المدرجات ورميها على أرض الملعب في مشاهد صادمة. وبدأت الأزمة بعد شعور آلاف المعجبين بالغضب إزاء "مشكلات تنظيمية خطيرة"، إذ لم يتمكنوا حتى من رؤية ميسي رغم شرائهم تذاكر باهظة الثمن بسبب وجود رجال السياسة والمسؤولين وطواقم الأمن الذين حجبوا رؤيتهم. وفي إطار التحقيقات، اعتقلت الشرطة المنظم المسؤول عن الفعالية وحبس احترازيًا لمدة 14 يوماً، في حين أعلنت السلطات المحلية عن تشكيل لجنة لتحديد المسؤوليات.

كريستيانو رونالدو أول لاعب كرة قدم ملياردير

في عالم الرياضة، لا يقاس التألق فقط بما يسجله اللاعبون على أرض الملعب، بل بما يحققونه خارجها أيضاً، وكريستيانو رونالدو، النجم البرتغالي الأسطوري، لم يكتفِ بتسجيل الأهداف وتحطيم الأرقام القياسية، بل نجح في أن يصبح رمزاً عالمياً للأعمال والاستثمار الرياضي، ليكتسب اسمه كأول لاعب كرة قدم يصل إلى مرتبة الملياردير في عام 2025. بدأت رحلة رونالدو نحو المليار منذ عام 2022، حين كان يتواجد مع مانشستر يونايتد قبل أن ينتقل إلى نادي النصر السعودي في صفقة تاريخية قدرت قيمتها بحوالي 200 مليون دولار سنوياً. في العام نفسه، قدرت وسائل إعلام مثل فوربس وCelebrity Net Worth صافي ثروته بين 500 و600 مليون دولار، معظمها من رواتبه السابقة مع ريال مدريد ويوفنتوس، إضافة إلى أرباح ضخمة من عقود الرعاية مع علامات تجارية كبرى مثل ناايكي وهيربالايف. بحلول عام 2023، أصبح رونالدو الرياضي الأعلى أجراً في العالم، مع دخل سنوي تجاوز 136 مليون دولار، شكل راتبه من نادي النصر الجزء الأكبر منه. بالإضافة إلى عقده مع العالمي، كان هناك عقود الرعاية الدائمة، وفي هذا العام، واصلت علامته التجارية 7CR النمو، لتشمل فنادق ومتاجر ملابس وصالات رياضية في عدة دول. مع دخول عام 2024، واصل رونالدو تصدر قائمة اللاعبين الأعلى أجراً، حيث بلغ دخله السنوي بين 260 و275 مليون دولار، واستمر عقده مع قلعة العالمي في منحه رواتب ضخمة. وخارج الملعب، سجلت أعماله التجارية مع 7CR دخلاً ثابتاً، لتقدر وسائل الإعلام صافي ثروته بين 500 و800 مليون دولار في نهاية العام، قبل أن يقترب من حاجز المليار. عام 2025 كان عام الإنجاز التاريخي لرونالدو، حيث أشارت بيانات Bloomberg Billionaires Index إلى أن صافي ثروته وصل إلى 1.4 مليار دولار، ليصبح أول لاعب كرة قدم يحقق هذا الرقم. عقده المحدث مع أصفى الرياض قدر بحوالي 225 مليون دولار سنوياً، بالإضافة إلى أرباحه السنوية من عقده

شاملا الراتب والمكافآت وحقوق الصورة، مدى الحياة مع ناايكي.

كما يضيف دخله من شركات التجارية الخاصة 7CR، متوافقاً مع عالم

مثل هيربالايف، كبير، وعلامته ليصبح مجموع مصادر دخله تصنيفه كملياردير حقيقي في

الرياضة.

ورغم بلوغه سن الأربعين، يواصل رونالدو تقديم أداء مذهل مع النصر، محافظاً على قيمته العالية داخل وخارج الملعب.

ثروة كريستيانو رونالدو ليست مجرد أرقام، بل انعكاس لرؤية استثنائية تجمع بين الأداء الرياضي المتفوق والذكاء التجاري، لتصبح قصته نموذجاً فريداً في عالم كرة القدم وريادة الأعمال الرياضية.

ديمبيلي ينضم لقائمة "نجوم الجمع" بين الكرة الذهبية والأفضل بنفس العام

توج عثمان ديمبيلي، مهاجم باريس سان جيرمان والمنتخب الفرنسي، بجائزة أفضل لاعب في العالم «ذا بيست - The Best»، المقدمة من الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا»، وحصل اللاعب البالغ من العمر 28 عاماً، والذي فاز بجائزة الكرة الذهبية 2025 المقدمة من مجلة «فرانس فوتبول» الفرنسية، سبتمبر الماضي، على جائزة «فيفا»، بعد أن ساعد باريس سان جيرمان في الفوز بـ 4 ألقاب في موسم 2024-2025.

وساهم اللاعب السابق لبرشلونة وبروسيا دورتموند، الذي انضم إلى باريس سان جيرمان في عام 2023، في 51 هدفاً خلال 53 مباراة مع فريق لويس إنريكي، الموسم الماضي.

وينضم ديمبيلي إلى قائمة لامعة من الأسماء، من بينهم ليونيل ميسي «3 مرات، أعوام 2019, 2022, 2023» وكريستيانو رونالدو «مرتين أعوام 2016, 2017»، ممن فازوا بالجائزة منذ انطلاقتها بسمي The Best عام 2016.

كما فاز بها روبرت ليفاندوفسكي (بولندا) مرتان، أعوام 2020 - 2021، ومرة واحدة لكل من لوكا مودريتش (كرواتيا) 2018، فينيسيوس جونيور (البرازيل) 2024، عثمان ديمبيلي (فرنسا) 2025.

وأعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم عن جوائز FIFA The Best في عام 2016 بعد انفصال مجلة فرانس فوتبول عن «فيفا»، وانفرادها بجائزة الكرة الذهبية التي أقيمت بالتشارك بينهما بين عامي 2010 و2015.

ويتم التصويت على جائزة الكرة الذهبية حصرياً من قبل صحفيين متخصصين من أفضل 100 دولة مصنفة من قبل «فيفا»، بينما يتم التصويت على جائزة The Best. من قبل مدربي المنتخبات الوطنية للرجال 25، وقادة المنتخبات الوطنية للرجال 25، والصحفيين 25، والجماهير 25.

وتعد هذه الجائزة «ذا بيست» استئناف لجائزة «أفضل لاعب كرة قدم في العالم»، التي انقرض الاتحاد الدولي بتقدمها بين عامي 1991-2009، ويعد عثمان ديمبيلي اللاعب رقم 13 الذي يجمع بين الجائزتين الخاصة بالكرة الذهبية والأخرى المقدمة من قبل الاتحاد الدولي، في سنة ميلادية واحدة منذ عام 1991، حيث حدث ذلك في 17 مرة. وكان أول من حقق ذلك هو ماركو فان باستن، المهاجم الهولندي الذي فعل ذلك في عام 1992، بعد موسمه الرائع، إذ كان مفتاح الفوز بالدوري الإيطالي في ذلك العام.

لاعبون حققوا هذا الإنجاز:

- 1- ماركو فان باستن؛ (1992)
- 2- وروبرتو باجيو؛ (1993)
- 3- جورج ويا؛ (1995)
- 4- رونالدو؛ (1997, 2002)
- 5- زين الدين زيدان؛ (1998)
- 6- ريفالدو؛ (1999)
- 7- رونالدينيو؛ (2005)
- 8- فابيو كانافارو؛ (2006)
- 9- كاكا؛ (2007)
- 10- كريستيانو رونالدو؛ (2008)
- 11- لوكا مودريتش؛ (2018)
- 12- ليونيل ميسي؛ (2019, 2023, 2025)
- 13- عثمان ديمبيلي (2025)

أكثر اللاعبين حصولاً على جائزة The Best

من «فيفا»

- 1- ليونيل ميسي (الأرجنتين)؛ 3 مرات / 2019 - 2022 - 2023
- 2- كريستيانو رونالدو (البرتغال)؛ مرتان / 2016 - 2017
- 3- روبرت ليفاندوفسكي (بولندا)؛ مرتان / 2020 - 2021
- 4- لوكا مودريتش (كرواتيا)؛ مرة واحدة / 2018
- 5- فينيسيوس جونيور (البرازيل)؛ مرة واحدة / 2024
- 6- عثمان ديمبيلي (فرنسا)؛ مرة واحدة / 2025



خطة الـ100 مليون.. كيف ينوي برشلونة ضم جولييان ألفاريز؟

فليك: شتيغن هو قائد برشلونة.. ومواجهات الكأس ليست سهلة

يدرس برشلونة إمكانية الدخول في صفقة كبرى للتعاقد مع الأرجنتيني جولييان ألفاريز نجم أتلتيكو مدريد، في إطار بحثه عن مهاجم يقود الخط الأمامي في المرحلة المقبلة. ينتهي عقد روبرت ليفاندوفسكي، أحد أفضل الهادفين في السنوات الأخيرة، مع برشلونة في الصيف المقبل بعد 4 مواسم قضاها داخل أسوار النادي. ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، بات استمرار المهاجم البولندي مع برشلونة أمرا صعبا رغم أنه غير مستبعد بالكامل، لذا يستعد البارسا منذ فترة لمرحلة ما بعد ليفاندوفسكي، مع وجود ثقة من الجهاز الفني والإدارة الرياضية في فيران توريس، إلى جانب البحث عن مهاجم آخر لتعزيز القوة الهجومية.

مناورة خوان لابورتا

مع استبعاد خيار إيرلينغ بسبب تكلفته الباهظة وتجديد عقده مع مانشستر سيتي حتى عام 2034، برزت أسماء أخرى على طاولة النادي، مثل هاري كين (بايرن ميونخ) وجولييان ألفاريز (أتلتيكو مدريد)، الذي لا يزال هادفا رغم محاولة الرئيس خوان لابورتا تهدئة الأجواء واستبعاد علنا خلال تصريحات قالها في مأدبة عيد الميلاد مع وسائل الإعلام. وكان هدف لابورتا من ذلك خفض سقف التوقعات، إدراكا لصعوبة الصفقة وارتباطها بعدة شروط معقدة. ويحظى جولييان ألفاريز بإعجاب كبير داخل برشلونة منذ فترة طويلة، كما أن عمره البالغ 25 عاما يجعله صفقة قابلة للاستثمار بعقد طويل الأمد، إلا أن مسؤولي النادي يدركون أن التغيير في هيكل ملكية أتلتيكو مدريد، مع دخول صندوق الاستثمار الأمريكي "أبولو سيورتس كابيتال"، قد يزيد من تعقيد صفقة صعبة أصلا، خاصة أن النادي المديردي لا يعاني من أزمات مالية.

حلم الطفولة كلمة السر

يعد أحد هذه السيناريوهات مرتبطا برغبة اللاعب نفسه، إذ يعرف عن جولييان ألفاريز إعجابه الكبير بليونيل ميسي. كما أنه من محبي برشلونة منذ الصغر، وارتداء القميص الأزرق والأحمر يمثل حلما قديما بالنسبة له. وفي حال أنهى أتلتيكو مدريد الموسم الحالي دون التتويج بأي لقب، فقد يدفع ذلك اللاعب للتفكير في تغيير الأجواء بحثا عن مشروع رياضي قادر على المنافسة وحصد البطولات، ما قد يجعله يدعم فكرة الرحيل. في هذا السياق، ستكون رغبة المهاجم عنصرا حاسما لفتح باب التفاوض، خاصة أن شرطه الجزائي يبلغ 500 مليون يورو، ويمتد عقده الحالي حتى عام 2030، ما يعني أن أي تحرك رسمي سيحتاج إلى ضغط واضح من اللاعب نفسه لتسهيل المفاوضات بين النادييين.

طفرة اقتصادية منتظرة لبرشلونة

إلى جانب العامل الرياضي، يراهن برشلونة على تحسن وضعه الاقتصادي خلال الفترة المقبلة، ففي حال عدم حدوث أي طارئ، سينتهي النادي الموسم الحالي بوجود 60 ألف متفرج في ملعب "سبوتيفاي كامب نو"، على أن تصل الطاقة الاستيعابية في موسم 2026-2027 إلى أكثر من 100 ألف متفرج. كما يقترب برشلونة من العودة إلى قاعدة 1:1 المالية في قانون اللعب المالي النظيف، إلى جانب تحول الملعب إلى مصدر رئيسي للإيرادات، مع فائض يمكن توجيهه لتعزيز صفوف الفريق.

تضحية كبرى في الميركاتو

في حال قرر جولييان ألفاريز الضغط من أجل الرحيل، واضطر برشلونة للدخول في عملية قد تصل قيمتها إلى أكثر من 100 مليون يورو، فإن إدارة النادي تعلم جيدا أن ذلك سيتطلب بيع لاعب صاحب قيمة سوقية كبيرة. ورغم أن رحيل ليفاندوفسكي سيوفر مبلغا مهما من فاتورة الرواتب، إلا أنه لن يكون كافيا بمفرده، ما يستدعي تحقيق دخل إضافي لإتمام الصفقة.

برشلونة يُحقق رقما غائبا على أنقاض غوادالاخارا

حسم برشلونة عبوره لثمن نهائي كأس ملك إسبانيا، بالفوز بهدفين دون رد، على غوادالاخارا (فريق بالدرجة الثالثة)، مساء الثلاثاء، على ملعب بيدرو إسكارتين ضمن منافسات دور الـ32. وشارك الألماني مارك أندريه تير شتيغن، لأول مرة منذ فترة طويلة، بعد تعاينه من الإصابة بالرباط الصليبي، حيث حرس عرين البلوغرانا أول أمس. وبحسب شبكة "أوبتا" للاحصائيات، حافظ برشلونة على نظافة شبابه في مباراة خارج أرضه للمرة الأولى في جميع المسابقات منذ 16 أوت الماضي أمام مايوركا، في الدوري الإسباني. وبهذا الانتصار، أنهى البلوغرانا أسوأ سلسلة له من حيث استقبال الأهداف خارج أرضه (10 مباريات) منذ هيفري 2024 (12 مباراة).

أعرب هانز فليك المدير الفني لبرشلونة، عن سعادته بأداء اللاعبين، خلال الانتصار بهدفين دون رد على غوادالاخارا، وحسم التأهل للدور ثمن النهائي. وقال فليك، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "ماركا" الإسبانية: "أنا سعيد جدا بسلوك اللاعبين داخل الملعب وبالانتصار. مباريات الكأس دائما ما تكون صعبة، لكننا قدمنا أداء جيدا. الأهم هو الموقف الذهني والعقلي التي تحليلنا بها طوال اللقاء". وعن مشاركة تير شتيغن أوضح المدرب الألماني: "مارك هو قائد الفريق، ولعب عددا كبيرا من المباريات. تحدثنا داخل الجهاز الفني، وقررنا منحه فرصة المشاركة". وتابع فليك: "قلت ذلك من قبل، هذه المباريات ليست سهلة. أنا سعيد بما قدمه لاعبونا من التزام داخل الملعب، فهذه هي النقطة التي تفسر فوزنا. التسجيل في مثل هذه المواجهات لا يكون سهلا دائما، لكننا نجحنا في النهاية".



تكلفة باهظة تنتظر ريال مدريد في صفقة فيتينيا

ترغب إدارة نادي ريال مدريد في الحصول على توقيع النجم البرتغالي فيتينيا لاعب باريس سان جيرمان. ويعد فيتينيا من أبرز نجوم العالم هذه الأيام، وبالتأكيد سيشكل إضافة قوية لتشكيلة ريال مدريد في حالة إتمام الصفقة بالفعل. وبحسب تقرير نشرته صحيفة موندو ديبورتيفو الكتالونية فإن ريال مدريد يخطط لتعزيز خط الوسط بلاعب قادر على صناعة اللعب لتعويض رحيل الثنائي توني كروس ولوكا مودريتش.



وأشار التقرير إلى أن فيتينيا برز كخيار تعاقدي على طاولة ريال مدريد تمهيدا لإمكانية ضمه في صيف 2026. وأكدت الصحيفة الكتالونية على أن عقد فيتينيا يتضمن شرطا جزائيا بقيمة 90 مليون يورو سيكون متاحا للتفعيل اعتبارا من جوان القادم. وبالتأكيد فإن نادي ريال مدريد يملك قدرة حسم الصفقة بدفع قيمة الشرط الجزائي، وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن وجهته الجديدة في حالة الرحيل عن باريس سان جيرمان. ويبلغ النجم فيتينيا من العمر 25 سنة. ويجيد اللعب في مركز لاعب الوسط، وينتهي عقده مع باريس سان جيرمان في جوان 2029.

كريستينسن يُحدد سبب صعوبة فوز برشلونة على غوادالاخارا

تحدث المدافع الدنماركي أندرياس كريستينسن، مدافع برشلونة، عن سبب صعوبة الفوز على غوادالاخارا المغمور في كأس ملك إسبانيا. وكان برشلونة قد فاز بصعوبة على غوادالاخارا (أحد أندية الدرجة الثالثة في إسبانيا) بنتيجة 2-0 في دور الـ32. وسجل ثنائية الكتلان كريستينسن في الدقيقة 76 وماركوس راشفورد في الدقيقة 90. وقال كريستينسن، في تصريحات نقلتها صحيفة موندو ديبورتيفو الكتالونية، «مفتاح الفوز في مباراة اليوم تمثّل في التحلي بالصبر». وتابع: «في بعض الأحيان يُصبح من الصعب الحفاظ على جودة الأداء، وكان علينا أن نتحلى بالصبر وأن نبقي متحفزين». وأضاف قائلا: «كان علينا أن نتعامل مع كل موقف بجديّة، وهذا كان الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لنا، وأنا سعيد لأن الأمور سارت على ما يُرام».



وأكمل نجم برشلونة: «حاولنا التحكّم في إيقاع المباراة، ولكن يصعب الأمر صعباً جداً في بعض الأحيان». وأشار كريستينسن للصعوبات التي واجهتهم في اللقاء قائلا: «الأجواء هذه الليلة كانت باردة، وأرضية الملعب لم تكن مناسبة، أنا سعيد بالفوز وبالعقلية التي أظهرناها اليوم».

لابورتا عن قضية نيغريرا: ريال مدريد لديه هوس حاد اسمه برشلونة

فتح خوان لابورتا، رئيس نادي برشلونة النار على فلورنتينو بيريز، رئيس نادي ريال مدريد عقب تصريحاته الأخيرة التي تخص قضية نيغريرا والتحكيم الإسباني. وخرج بيريز، رئيس ريال مدريد في تصريحات الإثنين، ووصف قضية نيغريرا بأنها أخطر قضية في كرة القدم اليوم، جاءت تلك التصريحات عقب الفضيحة التحكيمية التي حدثت لفريق ريال مدريد أمام الألفيس حينما حرم من احتساب ركلة جزاء واضحة بعد عرقلة فينيسوس جونيور، جناح الفريق الأبيض. الحكم لم يحسب الكرة حتى أن حكم تقنية الفيديو لم يراجعها أو يطلب من زميله مراجعة الكرة وهذا الذي أثار جدلا كبيرا عقب المباراة. وقال لابورتا، في تصريحات عبر صحيفة "سبورت" الإسبانية: "ريال مدريد يعاني من هوس برشلونة الحاد، هذا الهوس الموجود هناك مفيد لنا للغاية". وأضاف: "مفيد لأنهم لا يقلقون بشأن ما يجب أن يقلقوا بشأنه، إنهم يواصلون توسيع قضية نيغريرا بشيء لا يسير على ما يرام لهم". كما أرسل لابورتا رسالة مباشرة إلى فلورنتينو بيريز بخصوص الدوري وتحالف برشلونة الجديد مع الاتحاد الأوروبي ودوري أبطال أوروبا: "إذا تغير الخطاب فسيتكون ذلك لأن هناك صدف في المشاريع السابقة". حاول الرئيس تجنب تكيف الأجواء قدر الإمكان قبل مباراة برشلونة وغوادالاخارا مختتما: "جئنا إلى غوادالاخارا للدفاع عن اللقب، نعلم أن المدينة ستشجع فريقها، هم متحمسون للغاية".

بعد غياب 164 يوما.. موسيوالا يعود إلى تدريبات بايرن ميونيخ

عاد نجم بايرن ميونيخ، اللاعب الألماني جمال موسيوالا، إلى المشاركة في التدريبات الجماعية للفريق، بعد غياب استمر لأكثر من 5 أشهر؛ بسبب الإصابة، في خطوة تمثل تطورا مهما في مسار تعافيه. وشارك موسيوالا (22 عاما)، أول أمس، في أجزاء من الحصة التدريبية للفريق التي أقيمت في مقر النادي بشارع زابنر شتراسه، وذلك للمرة الأولى منذ تعرضه لإصابة قوية جويلية الماضي. وظهر اللاعب بحالة تركيز واضحة خلال دخوله أرض الملعب برفقة زملائه. وكان موسيوالا قد تعرض لكسر في عظمة الشظية وتمزق في عدد من أربطة كاحله الأيسر، إثر اصطدامه بحارس باريس سان جيرمان آنذاك جيانلويفي دوناروما، خلال مباراة ربيع نهائي كأس العالم للأندية أمام الفريق الفرنسي في الخامس من جويلية، وهي المواجهة التي خسرها بايرن ميونيخ بهدفين دون رد. وخضع اللاعب لعملية جراحية في مدينة مورناو، أعقبها فترة تأهيل امتدت 23 أسبوعا، قبل أن يعود إلى أرضية الملعب في 23 أكتوبر ضمن برنامج علاجي خاص. وخلال الأسابيع الماضية، كثف موسيوالا تدريباته الفردية تحت إشراف مدرب التأهيل سيمون مارتينيلو، حيث شملت تمارين بالكرة، ومراوغات بسرعات عالية، وتسديدات على المرمى. وقال مدرب بايرن ميونيخ، فينسنت كومباني، قبل تعادل فريقه 2 - 2 مع ماينز في الدوري الألماني، إن موسيوالا بات قريبا من العودة، معربا عن أمله في مشاركته بعدد من الحصص التدريبية قبل عطلة أعياد الميلاد. وأضاف: «سيكون شعورا رائعا للفريق وله شخصيا».

وبعد يوم راحة للفريق يوم الاثنين، واصل خلاله موسيوالا تدريباته الفردية، عاد اللاعب للانضمام إلى المجموعة في أول حصة تدريبية لهذا الأسبوع، حيث شارك في الإجماع وبعض تدريبات التمرير، من دون الدخول في أي احتكاكات مباشرة. وأكد كومباني أن عودة موسيوالا للمباريات ستتم بشكل تدريجي ودون مخاطرة، مشيرا إلى أن أولى دقائق مشاركته الرسمية متوقعة في جانفي.

ولم يحسم بعد ما إذا كانت عودته ستكون خلال المباراة الودية أمام ريد بول سالزبورغ في السادس من جانفي، أم في افتتاح الدوري الألماني بعد ذلك بـ 5 أيام أمام فولفسبورغ على ملعب بايرن.

أديمي يريد مغادرة بوروسيا دورتموند

يبدو أن بوروسيا دورتموند على وشك أن يخسر أحد أهم لاعبيه في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة، بعد أن ظهرت تقارير عديدة تشير إلى أن النادي الألماني قد يفقد أكثر من لاعب إضافي في الأشهر القادمة بسبب اهتمام أندية أخرى، من بينهم نجوم مهمون جدا للفريق مثل أديمي. وبحسب صحيفة بيلد الألمانية، أبلغ اللاعب البالغ من العمر 23 عاما، كاتلين، إدارة "الجراد الأصفر" برغبته في تغيير المدينة بالكامل والانضمام إلى فريق أوروبي آخر. السبب الذي كشفتته الصحيفة نفسها لم يكن رياضيا؛ تاي أنال، اللاعب، لم يرغب في تغيير الفريق لأسباب فنية أو بحثا عن تجربة جديدة في المقام الأول. بل كان السبب الحقيقي هو أن صديقة اللاعب، لوريدانا زيفي، أرادت تجربة العيش في مدينة جديدة غير دورتموند، وهو ما دفع اللاعب لاتخاذ هذا القرار فعليا. رياح التغيير بدأت تحيط بكريم أديمي. في خطوة حاسمة، أنهى المهاجم الشاب علاقته بوكيله السابق، وعيّن وكيلًا جديدا بمهمة واضحة؛ البحث في تفاصيل عقده مع بوروسيا دورتموند بدقة. للعثور على أي بند يسمح له بالخروج الدرامي في أقرب فرصة ممكنة خلال سوق الانتقالات الشتوية القادمة. التقهونات حول وجهته القادمة تزداد يوما بعد يوم. طاحونة الشائعات، التي تغذيها وسائل الإعلام المختلفة، تضع اثنين من عمالقة الكرة الإنجليزية في صدارة السباق؛ أرسنال ومانشستر يونايتد، كلاهما أبدى اهتماما جديا ومستداما بالحصول على توقيع. بدأت رحلة أديمي إلى سيفنال إيدونا بارك عام 2022، حين ضمه دورتموند من ريد بول سالزبورغ مقابل 30 مليون يورو. ومنذ ارتدائه قميص "الأصفر والأسود"، شارك في 128 مباراة، وترك بصمته بتسجيل 32 هدفا وصناعة 22 هدفا آخر. ورغم ذلك، وببقده الحالي الممتد حتى صيف 2027، فإن أي صفقة انتقال ستطلب مبلغا كبيرا؛ حيث يقدر خبراء موقع "ترانسفير ماركيت" قيمة المهاجم الدنماركي حاليا بحوالي 60 مليون يورو.

مهاجم باير ليفركوزن يلتحق بمعسكر الكاميرون يوم افتتاح "الكان"

كشفت تقارير إعلامية فرنسية أن كريستيان كوفان لاعب باير ليفركوزن الألماني سينضم إلى معسكر منتخب الكاميرون قبل ساعات قليلة على انطلاق بطولة كأس أمم أفريقيا 2025 التي ستقام في المغرب خلال الفترة من 21 ديسمبر الجاري وحتى 18 جانفي المقبل. وذكر موقع lequipe أن نادي باير ليفركوزن توصل إلى اتفاق مع الاتحاد الكاميروني لكرة القدم يسمح بموجبه للاعب بالالتحاق بصفوف المنتخب عقب انتهاء مباراة فريقه أمام لايبزيغ، المقررة يوم السبت المقبل.

وأضاف التقرير أن إدارة النادي قامت بالتنسيق مع وكيل أعمال اللاعب، وأجرت اتصالات مباشرة مع الاتحاد الكاميروني، من أجل الإبقاء على كوفان مع الفريق حتى مواجهة لايبزيغ، قبل أن يسافر مباشرة للانضمام إلى منتخب الكاميرون الذي سيستهل مشواره في البطولة بمواجهة الغابون يوم 24 من الشهر الجاري. وجاءت قائمة الكاميرون كالتالي: حراسة المرمى: سيمون أوموسولا (رويال يونيو سان جيلوا) - ديبس إيباسي (دينامو) - سيمون نجاباندوتيو (مونبيليه) - إدوارد سومبانج (كولومب). الدفاع: كريستوفر ووه (سياراتاك موسكو) - جونيور بابتيسيت تشامادو (ستوك سيتي) - نوهو تولو (سياتل ساوندرز) - دارلين يونجوا (لوريان) - جيرزيتو نيامسي (لوكوموتيف موسكو) - محمدو ناجيدا (استاد رين) - جان تشارليس كاستيليتو (الدحيل) - جونيور صاويل كوتو (جينت) - فلافين إنزو بويومو (أوساسونا) - جونيور دينا إبيمي (بريست).

وسط الملعب: أوليفيه كيمين (باشكاشهير) - كارلوس بالييا (برايتون) - مارتن ندرزي (رايبند فيينا) - آرثر أفوم (لوريان) - فييديل بريس أمبينا (فاليرينجا، الهجوم: دانيي ناماسو (أوكسير) - براين ميومو (مانشستر يونايتد) - جان أوفانا (جنوى) - كريستيان باسوجوج - جورجيس كيفن نكوندو (الدرعية) - كارل إيتا إيونج (ليفانتي) - كريستيان كوفان (باير ليفركوزن) - سيرجي باتريك سوكو (أميريا) - فرانك ماجري (تولوز)

نائب رئيس الاتحاد الألماني يتعهد بحظر القميص رقم 88

صرح مسؤول في اتحاد كرة القدم بالعاصمة الألمانية برلين، بأنه سيواصل حملته لحظر الرقم 88 على قمصان فرق المدينة بعد رفض اقتراحه.

ويعتبر هذا الرقم، لدى النازيين الجدد، بمثابة تحية مقنعة لعبارة "هايل هتلر"، حيث أن حرف الهاء هو الحرف الثامن في الأبجدية. وحاول أوزجور أوزفاتان، نائب رئيس اتحاد كرة القدم ببرلين، حظر هذا الرقم في نوفمبر الماضي، لكن اقتراحه قوبل بالرفض بأغلبية 52 صوتا مقابل 48.

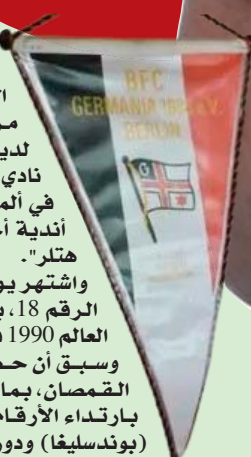
وقال أوزفاتان: "سأعيد طرح هذا الاقتراح مرارا وتكرارا"، مشيرا إلى أن الحظر سيساعد أندية برلين على رصد أي أعضاء محتملين من اليمين المتطرف في صفوفها. وأضاف أوزفاتان: "لا يمكنهم دائما مراقبة كل شيء، وإذا تم تطبيق هذا الحظر، فسيكون لديهم نظام إنذار مبكر". وأوضح أن الاقتراح تم رفضه لأن نادي برلين، بي إف سي جيرمانيا 1888، أقدم ناد لكرة القدم في ألمانيا، كان قلقا بشأن تأثير ذلك على اسمه، بينما خشيت أندية أخرى من حظر الرقم 18 أيضا بسبب ارتباطه بـ أدولف هتلر.

واشتهر يورغن كليسمان، مهاجم المنتخب الألماني، بارتدائه الرقم 18، بما في ذلك خلال فوزه مع منتخب (الماكينات) بكأس العالم 1990 في إيطاليا.

وسبق أن حظرت اتحادات ولايات ألمانية أخرى الرقم 88 على القمصان، بما في ذلك بافاريا وساكسونيا-أنهالت. ويسمح للاعبين بارتداء الأرقام من 1 إلى 49 فقط في الدوري الألماني لكرة القدم (بوندسليغا) ودوري الدرجة الثانية، لكن في باير ليفركوزن، على سبيل المثال، لا يتم السماح للجماهير بطلب الرقم 88 على قمصانهم. وفي العام الماضي، أوقف الاتحاد الألماني لكرة القدم وشركة (أديداس) للأدوات والمستلزمات الرياضية بيع قمصان المنتخب الألماني، التي تحمل الرقم 44، وذلك لأن تصميم الأرقام كان يشبه شعار قوات الأمن الخاصة النازية (إس إس) عن طريق الخطأ.

ليفركوزن الأكثر تأثرا بغياب نجومها خلال أمم إفريقيا

مع اقتراب انطلاق نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، التي تحتضنها المغرب، تدخل عدة أندية أوروبية مرحلة دقيقة من الموسم في ظل غياب لاعبيها الأفارقة، الذين سيلتحقون بمنتخباتهم الوطنية للمشاركة في العرس القاري. ويبرز الدوري الألماني (البوندسليغا) كأحد أكثر البطولات تأثرا بهذه الغيابات، خاصة أن المنافسة تكون في أوجها على الألقاب، المقاعد الأوروبية، وتضادي الهبوط. ويعد باير ليفركوزن من أكثر الأندية الألمانية تأثرا بغيابات المسابقة الأعرق في إفريقيا، إذ سيفقد عدة عناصر مهمة دفعة واحدة، ويتعلق الأمر بكل من البوركينابي إدوموند تاييسوبا، المغربي إلياس بن صغير، الجزائري إبراهيم مازة، والكاميروني كريستيان كوفاني، ما قد يضر على المدرب إعادة ترتيب أوراقه خلال فترة حساسة من الموسم.



الإصابات كلّفت أندية "البريميرليغ" أكثر من مليار جنيه إسترليني خلال 5 أعوام

كشفت بيانات حديثة صادرة عن شركة «هاودن» لوساطة التأمين أن الإصابات تسببت في خسائر مالية تجاوزت مليار جنيه إسترليني لأندية الدوري الإنجليزي الممتاز خلال المواسم الخمسة الماضية، في صورة رواتب دفعت للاعبين أثناء فترات غيابهم عن الملاعب. ووفق التقرير السنوي للشركة، ونشرته شبكة «The Athletic»، والذي جاء في وثيقة من 286 صفحة استندت إلى تحليلات شركات بيانات مستقلة، فإن معدل الإصابات في الدوري الإنجليزي انخفض بنسبة 25 في المائة خلال أربعة مواسم، من ذروته في موسم 2021-2022 (1289 إصابة) إلى موسم 2024-2025 (957 إصابة). تعرف «هاودن» تكلفة الإصابات بأنها الراتب الأساسي اليومي للاعب مضروباً في عدد أيام الغياب، وهو المؤشر الذي شهد تقلبات ملحوظة. فبعد ارتفاع مستمر عبر أربعة مواسم، بلغت تكلفة الإصابات ذروتها في موسم 2023-2024 عند 365.69 مليون جنيه إسترليني (نحو 490 مليون دولار)، قبل أن تنخفض في الموسم الماضي بنسبة 21.8 في المائة إلى 285.74 مليون جنيه.

وعلى مستوى الدوريات الخمسة الكبرى في أوروبا، بلغت تكلفة الإصابات ما يقارب 3 مليارات جنيه إسترليني خلال خمسة مواسم، استحوذ الدوري الإنجليزي وحده على 40 في المائة منها، رغم أن نسبة الإصابات فيه لم تتجاوز 24 في المائة من إجمالي الإصابات، وهو ما يعكس الفجوة الكبيرة في الرواتب والعوائد المالية مقارنة ببقية الدوريات. وحسب التقرير، تدفع أندية «البريميرليغ» في المتوسط أكثر من 220 ألف جنيه إسترليني كرواتب للاعب الواحد خلال فترة إصابته على مدار خمسة أعوام.

تعد أندية مانشستر يونايتد وتشيلسي ونيوكاسل أكثر الأندية تعرضاً للإصابات خلال المواسم الخمسة الماضية. وفي موسم 2023-2024 تحديداً، سجل مانشستر يونايتد أعلى تكلفة إصابات بين جميع أندية الدوري الأوروبية الكبرى خلال هذه الفترة. أما في الموسم الماضي، فكان مانشستر سيتي الأكثر تضرراً مالياً من الإصابات، رغم أن تشيلسي وآرسنال ومانشستر يونايتد وتوتنهام عانوا من عدد إصابات أكبر. ويعزى ذلك إلى غياب لاعبين محوريين، أبرزهم رودري، ما ضاعف الأثر المالي والفني للإصابات.

في المقابل، واجه آرسنال عدداً أكبر من الإصابات القصيرة الأمد، معظمها بين لاعبين خارج التشكيلة الأساسية، بينما سجل بورنموث بقيادة أندوني إيرولا أشد الإصابات حدة في موسم 2024-2025. أما برايتون، الذي يملك ثاني أصغر معدل أعمار في الدوري بعد تشيلسي، فقد كان الأكثر تعرضاً للإصابات إجمالاً. ورغم انخفاض عدد الإصابات، أظهرت البيانات أن حدة الإصابات ارتفعت بنسبة 30 في المائة منذ موسم 2020-2021 في الدوريات الكبرى. فقد ارتفع متوسط مدة الغياب من 14 يوماً قبل خمسة أعوام إلى 22 يوماً في الموسم الماضي.

تشير البيانات إلى أن اللاعبين دون 21 عاماً هم الأكثر عرضة للإصابات الخطيرة، مع تسجيلهم أعلى متوسط مدة غياب بين جميع الفئات العمرية، وهو ما يعكس صعوبة الانتقال البدني من مستوى الأكاديميات إلى كرة القدم الاحترافية.

وكان مهاجمو البريميرليغ دون 21 عاماً الفئة الأكثر تعرضاً للإصابات، يليهم لاعبو الوسط من الفئة العمرية نفسها. وبصورة عامة، يُعد المهاجمون أكثر المراكز عرضة للإصابة، مع ملاحظة ارتفاع في إصابات حراس المرمى من حيث التكرار والحدة، بسبب تطور دورهم الفني واعتمادهم المتزايد على اللعب بالقدم والخروج من مناطقهم.

وأظهرت البيانات حتى هذه المرحلة تأثيراً محدوداً لكأس العالم للأندية على معدلات الإصابات، إذ سجلت خمسة من أصل تسعة أندية أوروبية مشاركة تحسناً في جاهزية لاعبيها بين يونيو (حزيران) وأكتوبر (تشرين الأول) 2025 مقارنة بالفترة نفسها من العام السابق. لكن الباحثين حذروا من التسرع في الاستنتاجات، مؤكدين أن ذروة الإصابات عادة ما تقع بين نوفمبر وفبراير بسبب ضغط المباريات الشتوية في إنجلترا وغياب فترات التوقف.

عمالقة البريميرليغ يتسابقون على سيمينيو



دخل نادي مانشستر يونايتد بقوة في سباق التوقيع مع الجناح الغاني المتألق أنطوان سيمينيو لاعب نادي بورنموث، ليناكس بذلك جاره اللدود مانشستر سيتي وغريمه اللندني توتنهام هوتسبير على ضم اللاعب. ووفقاً لتقارير "سكاي سبورتس" فإن سيمينيو الذي يبلغ من العمر 25 عاماً، أصبح محط أنظار الأندية الكبرى بعد الأداء القوي الذي يقدمه. وسجل سيمينيو هدفاً في مرمى الشياطين الحمر خلال التعادل المثير 4-4 يوم في البريميرليغ. وتعد النقطة المحورية في عملية الانتقال المحتملة هي وجود شرط جزائي في عقد اللاعب بقيمة 65 مليون جنيه إسترليني، والذي من المقرر أن يصبح ساري المفعول بداية من 1 يناير المقبل. وينقسم هذا المبلغ إلى 60 مليون جنيه إسترليني كرسوم ثابتة، بالإضافة إلى 5 ملايين جنيه إسترليني كإضافات. بينما يرى البعض أن مانشستر سيتي هو المرشح الأقوى حالياً للحصول على توقيع اللاعب، يُعتبر مانشستر يونايتد منافساً جاداً، مع استمرار نادي ليفربول في مراقبة تطورات الموقف.



كان توقعت البطولة الأفريقية، التي تنطلق في المغرب يوم الأحد وتستمر حتى 18 جانفي 2026، مصدر إزعاج للمدربين حيث تأثرت أيضاً بطولات الدوري في بلجيكا وفرنسا وألمانيا وإيطاليا وهولندا والبرتغال وإسبانيا. وتؤثر استضافة البطولة في منتصف الموسم على نحو 58 في المائة من اللاعبين المشاركين في كأس الأمم، على الرغم من أن الاتحاد الأفريقي لعبة حاول التخفيف من التأثير بتقديم موعد انطلاق البطولة إلى ما قبل عيد الميلاد، بحيث تنتهي قبل الجولة التالية من مباريات دوري الأبطال. كما تم تخفيف التأخير على الأندية الأوروبية من خلال السماح لهم بترك اللاعبين لتنضم لمنتخباتهم قبل سبعة أيام، بدلاً من 14 يوماً الإلزامية قبل أي بطولة، مما يعني أنه كان بإمكانهم اللعب مع أنديةهم في مطلع الأسبوع الماضي. وغادر الآن إلى المغرب الثنائي الكونغولي الذي يلعب لسندرلاند والمؤلف من آرثر ماساكو ونواه صديقي، بالإضافة إلى الظهير رينيلدو (موزمبيق) ولاعب الوسط حبيب ديارا (مالي) وثنائي الهجوم شمس الدين طالب (المغرب) وبرتران تراوري (بوركينافاسو). ومن المفارقات أن غياب محمد صلاح عن ليفربول للعب مع منتخب مصر من شأنه أن يخفض من درجة التوتر في النادي بعد نوبة الغضب الأخيرة ضد المدرب أرنه سلوت، لكن مانشستر يونايتد سيفتقد ثلاثة لاعبين هم نصير مزاروي وبرايان مويمو وأمام دياو الذي سجل في التعادل 4-4، الاثنين، مع بورنموث. وتظهر فرنسا مرة أخرى باعتبارها الدولة التي تضم أكبر عدد من اللاعبين الذين سيتوجهون للمشاركة في كأس الأمم، ويوجد 51 لاعباً من أندية دوري الدرجة الأولى الفرنسي. لكن غيابهم أقل تأثيراً بكثير مما كان عليه الحال في السابق لأن الدوري الفرنسي توقف بعد مباريات مطلع الأسبوع الحالي ولن يستأنف حتى الثاني من يناير المقبل، وهو الوقت الذي ستكون فيه كأس الأمم قد وصلت إلى مراحل خروج المغلوب. وهناك 21 لاعباً من أندية الدوري الإيطالي، و18 لاعباً من الدوري الألماني و15 لاعباً من فرق الدوري الإسباني ضمن 24 منتخباً يشاركون في البطولة التي ستنتقل في المغرب الأسبوع المقبل.

صفقة تبادلية محتملة بين مانشستر يونايتد وريال مدريد

أفاد تقرير صحفي إنجليزي، بأن نادي ريال مدريد مهتم بضم كوبي ماينو لاعب مانشستر يونايتد في الصيف المقبل. ويميل ريال مدريد في السنوات الماضية، إلى ضم المواهب الشابة، للحفاظ على مستقبل الفريق ووضع في المنافسات. وبحسب صحيفة "ذا صن" البريطانية، فقد وضع ريال مدريد الإنجليزي كوبي ماينو، لاعب وسط مانشستر يونايتد، ضمن خطته للميركاتو الصيفي المقبل. وأكدت أن إدارة ريال مدريد تتابع ماينو منذ أشهر، وترى أنه لاعباً متكاملًا يستطيع منج الفريق الطاقة والتوازن والقدرة على اللعب في أكثر من مركز داخل الملعب. وقد يستغل مانشستر يونايتد، رغبة ريال مدريد في ضم ماينو، من أجل الفوز بصفقة الأوروغوياني فيدرليكو فالفيردي، لاعب وسط الميرنفي. ويحظى فالفيردي باهتمام كبير من مانشستر يونايتد، الذي يسعى لتدعيم صفوفه بصفقات من العيار الثقيل، من أجل العودة للمنافسة على الألقاب. وزعمت وسائل إعلام إسبانية أن مانشستر يونايتد قد يعرض خدمات ماينو على ريال مدريد كجزء من صفقة تبادلية لضم فالفيردي، إلى جانب 44 مليون جنيه إسترليني. ويسعى ريال مدريد لاستغلال وضع ماينو داخل مانشستر يونايتد وخروجه من حسابات مديره البرتغالي روبن أموريسم. وذكرت الصحيفة أيضاً أن ماينو يحظى باهتمام العديد من الأندية الأخرى مثل تشيلسي وبرشلونة وناپولي وبايرن ميونخ ونيوكاسل ووست هام

إصابة دوكو تبعده عن مان سيتي حتى العام الجديد

قال الإسباني بيب غوارديولا مدرب مانشستر سيتي، إن فريقه سيفتقد للجناح البلجيكي جيريمي دوكو حتى بداية العام الجديد. وتعرض دوكو لإصابة في الساق الأسبوع الماضي، وغاب عن الفوز على كريستال بالاس بثلاثية نظيفة. وقال غوارديولا إن دوكو سيقبض عن الملاعب لمدة قد تصل إلى 3 أسابيع. وعندما سئل عن موعد عودته المتوقعة، أجاب المدرب الإسباني: «جيريمي سيقبض لمدة أسبوعين أو 3. ربما يعود مع بداية العام الجديد أمام سندرلاند». ويشكل غياب دوكو ضربة كبيرة لغوارديولا في ظل أفضل فترات اللاعب مع النادي منذ انضمامه إليه قادماً من رين الفرنسي في عام 2023. وسجل ابن الـ 23 عاماً 3 أهداف مع 5 تمريرات حاسمة، ليقدّم أفضل مؤازرة للمهاجم الترويجي إيرلينغ هالاند الذي يقدم موسماً رائعاً آخر. وبالإضافة إلى مباراة برنتفورد على ملعب الاتحاد، يغيب دوكو عن المباراتين أمام وست هام في 20 الحالي، ثم أمام توتنهام فورست في 27 منه بالدوري الإنجليزي. وتشكل مباراة سندرلاند في اليوم الأول من العام الجديد الموعد المرجح لعودة دوكو. وفي ظل غيابيه، من المرجح أن يُمنح البرازيلي سافينيو الفرصة لاستعادة موقعه في التشكيلة الذي خسره في الأسابيع الأخيرة.



جوفنتوس يغلق باب الشائعات؛ تورام مستمر ولا صفقات تبادلية مع إنتر!

حسم نادي جوفنتوس الجدول الدائر مؤخرا حول مستقبل خيفرين تورام، موضعا موقفه من الشائعات التي ربطت لاعب الوسط الفرنسي بإمكانية الدخول في صفقة تبادلية مع إنتر ميلان تشمل دافيدي فراتيسي، مؤكداً أن تلك الأنباء لا أساس لها من الصحة.

تورام يُعد الحاضر والمستقبل في مشروع جوفنتوس، وهو ما شدد عليه جورجيو كيليني مؤخرا، عندما أكد تمسك النادي باللاعب بشكل قاطع. وقال كيليني قبل مواجهة بولونيا: «لن أتحدث عن فراتيسي احتراماً لإنتر، لكن ما يمكن قوله بوضوح هو أن تورام سيبقى لاعباً في جوفنتوس. قدم مستويات جيدة خلال عام ونصف العام، ولا توجد أي نية للتخلي عنه».

ورغم تراجع مردود تورام نسبياً في الأسابيع الأخيرة، فإن إدارة جوفنتوس ترى أنه يمتلك المؤهلات التي تؤهله ليكون عنصراً أساسياً على المدى الطويل، وتثق في قدرته على التطور واستعادة أفضل مستوياته.

وفي المقابل، يبقى اسم دافيدي فراتيسي مطروحاً في إطار اهتمام منفصل تماماً، ويرفض إنتر ميلان التفريط في لاعب الوسط الدولي الإيطالي بأقل من 35 مليون يورو، وهو رقم يقل قليلاً عن التقييم، الذي طرح خلال الصيف الماضي. وفي حال رغب فراتيسي في الرحيل، فإن الكرة باتت في ملعب وكيل أعماله، الذي فشل حتى الآن في إيجاد وجهة جديدة له خلال ثلاث فترات انتقال متتالية.

إنتر ميلان يُخطط للتعاقد مع الجوهرة الكرواتية موريس فالينتشيتش

تُخطط إدارة نادي إنتر ميلان للتعاقد مع النجم الكرواتي الشاب موريس فالينتشيتش لاعب دينامو زغرب الكرواتي. ويأتي اهتمام النادي الإيطالي بخدمات النجم الكرواتي الشاب بعد تألقه اللافت مع فريقه في الدوري الكرواتي. وبحسب تقرير نشره موقع تريبال فوتبول فإن اسم فالينتشيتش يبرز في قائمة الأهداف التعاقدية لنادي إنتر ميلان في سوق الانتقالات الشتوية في جانفي.

وتسعى الإدارة للحصول على خدمات فالينتشيتش ليكون بديلاً ممتازاً لظهير الجناح دينزل دومفريس.

الجدير بالذكر أن العلاقة بين إنتر ميلان ودينامو زغرب جيدة بعد إتمام صفقة بيتار سوتشيتش في وقت سابق من هذا العام.

ويبلغ فالينتشيتش من العمر 23 سنة، ويُجيد اللعب في مركز الظهير الأيمن، وينتهي عقده مع دينامو زغرب في يونيو 2029.

وكان النجم الشاب قد انتقل إلى زغرب في يوليو الماضي قادماً من أسترا، ومنذ ذلك الحين لعب 14 مباراة، صنع فيهم هدفين.

ويملك فالينتشيتش في رصيده الدولي مشاركات مع منتخبات الشباب الكرواتية، ولكنه لا يزال في انتظار المشاركة مع المنتخب الأول قريباً.

دومفريس يغيب 3 أشهر بعد جراحة في الكاحل

أعلن إنتر ميلان متصدر الدوري الإيطالي

خضوع ظهيره الأيمن دينزل دومفريس إلى جراحة في الكاحل.

قال إنتر ميلان في بيان رسمي: «خضع دينزل

دومفريس، بعد ظهر اليوم، لعملية جراحية

لتثبيت كاحله الأيسر في عيادة فورتيسوس بلندن».

وأضاف: «سيخضع الظهير الأيسر الهولندي لبرنامج تأهيلي خلال الأسابيع القادمة».

لم يكشف النادي الإيطالي فترة غياب اللاعب الهولندي عن الملاعب لكن شبكة "سكاي

سبورنس" أكدت أن اللاعب سيحتاج فترة تتراوح بين شهرين و3 أشهر حتى يكون قادراً على العودة إلى الملاعب مجدداً.

وقال المصدر نفسه إن إصابة دومفريس قد تجبر إنتر ميلان على تعويضه بلاعب بديل خلال سوق الانتقالات الشتوية التي تنطلق الشهر المقبل.

وقد يلجأ النيراتسوري إلى تغيير مركز الظهير الأيسر كارلوس أوغوستو ليشارك على الجبهة اليمنى بدلاً من دومفريس.

قبل إصابته، شارك دومفريس في 15 مباراة، 11 في الدوري و4 في دوري أبطال أوروبا، وسجل خلالها 3 أهداف.

راسبادوري يرغب في العودة إلى الكالتشيو

كشفت تقارير صحفية إيطالية، أن اللاعب الإيطالي جياكومو راسبادوري (25 عاماً) بات قاب قوسين أو أدنى من مغادرة أتلتيكو مدريد والعودة إلى الدوري الإيطالي خلال نافذة الانتقالات الشتوية المقبلة في جانفي 2026. المهاجم الدولي غير سعيد بوضعه الحالي في مدريد بسبب قلة الدقائق التي يحصل عليها تحت قيادة المدرب دييغو سيميوني، حيث شارك في 12 مباراة فقط منذ انضمامه في أغسطس الماضي، ويرغب في ضمان مكان أساسي للحفاظ على مركزه في تشكيلة المنتخب الإيطالي. تتجه أنظار راسبادوري صوب العاصمة الإيطالية، حيث يتنافس قطبا المدينة، لاتسيو وروما، بقوة للحصول على خدماته. يعتبر الناديان أن اللاعب يمتلك الإمكانيات الفنية التي تتناسب مع أساليب تدريبيهما ماوريسيو ساري وجيان بييرو غاسبريني على التوالي. أتلتيكو مدريد، من جانبه، لا يمانع رحيل اللاعب، فالنادي الإسباني مستعد للاستماع إلى العروض، ولكنه يصر على استرداد قيمة الاستثمار الذي قام به لضمه من نابولي، والذي بلغ حوالي 22 مليون يورو بالإضافة إلى المكافآت.



ميلان يخطط للتعاقد مع الألماني "فولكروغ" هذا الشتاء!

قد تشهد الملاعب العريقة لكرة القدم الإيطالية قريباً بروز بطل جديد على الساحة. ففي خطوة قد تكتب فصلاً جديداً في مسيرته، يقترب المهاجم الألماني المخضرم نيكلاس فولكروغ من خوض مغامرته الأولى في الدوري الإيطالي "سيري أ".

وبحسب تقرير الصحفي لا غازيتا ديلو سبورت لاشا كوكشيفيلي، فقد تم اتخاذ خطوة كبيرة نحو إتمام هذه الصفقة. حيث ذكر كوكشيفيلي: «نادي ميلان الإيطالي توصل إلى اتفاق مبدئي مع مهاجم وست هام البالغ من العمر 32 عاماً نيكلاس فولكروغ للانتقال في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة».

وبموجب الاتفاق المقترح، سينضم المهاجم المخضرم إلى سان سيرو على سبيل الإعارة مع خيار الشراء النهائي. وأوضح تقرير كوكشيفيلي أن "فولكروغ سينتقل إلى ميلان على سبيل الإعارة مع خيار الشراء، وقد أعطى اللاعب بالفعل موافقته على الصفقة". المرحلة الحاسمة من هذه

الملحمة الانتقالية باتت وشيكة. ومن المقرر أن تعقد جولة المفاوضات النهائية بين الناديين خلال هذا الأسبوع، مع توقع صدور القرار الرسمي في وقت قريب جداً.

رحيل فولكروغ المحتمل عن لندن يأتي بعد أشهر فقط من انضمامه الرفيع المستوى. فقد تعاقد معه وست هام قادماً من بوروسيا دورتموند في صيف 2024 مقابل 27 مليون أورو. ومنذ انضمامه إلى صفوف "الهامرز"، شارك في 32 مباراة، سجل خلالها 3 أهداف وقدم تمريرتين حاسمتين. ويمتد عقده الحالي مع النادي الإنجليزي حتى عام 2028، في حين تشير تقديرات موقع Transfermarkt إلى أن قيمته السوقية تبلغ الآن 8 ملايين أورو.

غاريت بيل يكشف تفاصيل علاقته مع رونالدو

تحدث الويلزي غاريت بيل عن علاقته مع زملائه السابقين خلال فترة لعبه في ريال مدريد، نافيا شائعات التوتر والمنافسة الحادة على قيادة الفريق الملكي خاصة مع كريستيانو رونالدو. وبعد سنوات من رحيله، كشف الدولي الويلزي السابق تفاصيل علاقته بالنجم البالغ من العمر 40 عاما. وقال الجناح الويلزي السابق لمجلة جي كيو "كنت دائما على وفاق مع الجميع. لم تكن لدي أي مشاكل مع أي شخص. لم تكن بيننا أي خلافات كبيرة. نتحدث وسائل الإعلام أحيانا عن وعن كريستيانو رونالدو، لكننا لم نكن على خلاف، ولم نتجادل، ولم نتخاصم، ولم يحدث بيننا أي شيء من هذا القبيل". ويؤكد نجم توتنهام السابق أن هذه المعلومات المغلوطة ساهمت في تشويه الصورة التي كانت لدى الناس عنه في مدريد. وتطرق اللاعب الدولي الويلزي السابق، البالغ من العمر 36 عاما، إلى تأثير هذه الشائعات على مسيرته وحياته اليومية، مؤكدا أنه حافظ دائما على احترافه رغم الانتقادات. وأشار أن القصص التي دارت حول علاقته برonaldو أو احترافه المزعوم لرياضة الغولف مبالغ فيها "كنت ألعب مرة كل أسبوعين أو ثلاثة أسابيع". والجدير بالذكر أن غاريت بيل تألق ضمن ثلاثي هجومي أسطوري إلى جانب كريستيانو رونالدو وكريم بنزيمة، وسجل في المجمع 106 أهداف في 258 مباراة في جميع المسابقات مع ريال مدريد. وشكل بيل إلى جانب رونالدو ثنائيا رائعا وأسهما معا في التتويج بخمسة ألقاب في دوري أبطال أوروبا لريال مدريد، تاركين بصمة خالدة. وبعد رحيله عن ريال مدريد عام 2020 على سبيل الإعارة إلى توتنهام، أظهر غاريت بيل تحسنا ملحوظا في مستواه بتسجيله 16 هدفا وصناعته 3 تمريرات حاسمة لكنه رغم ذلك لم ينجح في انتزاع مكان في التشكيلة الأساسية. ثم انتقل الويلزي كلاعب حر إلى لوس أنجلوس إف سي الأمريكي. وهناك لم يوفق في تحقيق النجاح المأمول، وفاجأ الجميع باعتزاله عام 2023.



ميسي في الهند.. جولة تاريخية تتحول إلى كارثة

تحولت زيارة النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي إلى مدينة كولكاتا الهندية إلى مشهد فوضوي، بعدما غادر أسطورة كرة القدم ملعب "سولت ليك" بعد أقل من 20 دقيقة، وسط غضب عارم من الجماهير التي ألقت زجاجات وكراسي من المدرجات احتجاجا على ما وصفته بـ«سوء التنظيم». وكان ميسي، برفقة زميليه في إنتر ميامي لويس سواريز ورودريغو دي بول، قد وصل إلى كولكاتا فجر السبت ضمن جولته المعلنه بـG.O.A.T Tour of India 2025. وسط استقبال جماهيري حاشد في شوارع المدينة غير أن الآمال الكبيرة التي علقها المشجعون على الزيارة سرعان ما تبددت. وبحسب الخطة المعلنة، كان من المفترض أن تستمر الفعالية في ملعب سولت ليك قرابة ساعتين، يتجول خلالها ميسي حول أرضية الملعب، قبل أن يلتقي عددا من الشخصيات البارزة، من بينهم نجم بوليوود شاه رخ خان، وأسطورة الكريكيت سوراف غانغولي، ورئيسة وزراء ولاية البنغال الغربية ماماتا بانيرجي. إلا أن أيا من هذه اللقاءات لم يتم. وأكد شهود عيان أن ميسي ظل محاطا بعدد كبير من المسؤولين والسياسيين فور دخوله الملعب، مما جعل الجماهير غير قادرة على رؤيته بوضوح. ومع مرور الدقائق من دون أي تفاعل حقيقي مع الجمهور، تصاعدت حالة الغضب، وبدأت صيحات الاستهجان، قبل أن يلجأ بعض المشجعين إلى رمي زجاجات المياه والكراسي من المدرجات. وقال أحد المشجعين الغاضبين: "كانت تجربة سيئة للغاية. جاء ميسي لمدة 10 دقائق فقط، ولم نره جيدا. دفعنا مبالغ طائلة من أجل التذاكر، ولم نشاهد شيئا. لم يسدد كرة واحدة، ولم ينفذ ركلة جزاء. كل شيء كان مضيقا للوقت والمشاعر". وأضاف مشجع آخر: "كان ميسي محاطا بالسياسيين والممثلين فقط. لماذا دعونا إذا؟ دفعنا 12 ألف روبية ثمن التذكرة، ولم نتمكن حتى من رؤية وجهه". وأمام حالة الفوضى المتصاعدة، قررت الجهات الأمنية اختصار جولة ميسي داخل الملعب، وتم إخراجها سريعا، لينتهي ظهوره في سولت ليك بعد نحو 20 دقيقة فقط.

ميسي خارج المستطيل الأخضر .. مدن عجزت عن احتواء جنون عشاقه

تكررت مشاهد الفوضى المصاحبة لظهور أو حتى غياب النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي (38 عاما)، خارج المستطيل الأخضر، في أكثر من محطة خلال مسيرته، نتيجة الإقبال الجماهيري الكبير أو سوء التنظيم، ما أدى في مناسبات عدة إلى تدافع

وغضب واسعين بين الجماهير. وحظيت جولة نجم كرة القدم الأرجنتيني ليونيل ميسي في الهند، اليوم السبت، بترقب جماهيري واسع، وسط أجواء مضطربة، بعدما شهد أحد الملاعب أعمال فوضى ومحاولات تخريب، إثر غضب عدد من المشجعين الذين لم يتمكنوا من مشاهدة نجمهم المفضل سوى لثوان، أو لم يشاهدوه إطلاقا. وذكرت صحيفة "ذا تايمز أوف إنديا"، أن عددا كبيرا من حاملي التذاكر اشتكوا من عدم رؤية ميسي، لا بشكل مباشر داخل الملعب ولا عبر الشاشات العملاقة، رغم انتظارهم لساعات طويلة، ما فجر موجة من الغضب في المدرجات. وعلى خلفية ما جرى، قدمت رئيسة وزراء ولاية البنغال الغربية، ماماتا بانيرجي، اعتذارا رسميا لميسي ولجماهير، معربة عن صدمتها من سوء التنظيم الذي رافق الفعالية في ملعب سالت ليك. وفي عام 2014، أثار غياب ليونيل ميسي عن المباراة الودية في هونغ كونغ موجة غضب واسعة في الصين، تحولت إلى فوضى، مع اتهامات له ولناديه إنتر ميامي بعدم احترام الجماهير. وتصاعد الجدل بعد مقارنته بظهوره المرتقب في اليابان، ما غذى الشكوك حول مبررات إصابته، وامتد الغضب إلى دعوات لمقاطعة العلامات التجارية المرتبطة باسمه، وسط خيبة أمل رسمية وشعبية من طريقة التعامل مع الحدث. وفي 2012، شهد مطار الرياض في السعودية، حالة من الفوضى والتدافع، عقب وصول النجم الأرجنتيني، نتيجة توافد أعداد كبيرة من الجماهير الراغبة في استقباله، ما استدعى تدخل قوات الأمن لتنظيم الوضع وتأمين اللاعب.



الذاكرة العضلية وأدوارها



أفكار خاطئة عن النشاط البدني

لدى الكثير من الأشخاص أفكار غير صحيحة حول النشاط البدني، نتيجة لنقص أو انعدام الوعي بالفوائد الصحية لممارسة النشاط البدني، لكن أمور سلبية تعززت مع مرور الزمن وتحتاج إلى جهود كبيرة لتغيير قناعات الناس حول فوائد النشاط البدني، ومن الأفكار الخاطئة حول النشاط البدني، الفكرة الأولى هي أن الشخص البدين فقط يحتاج إلى النشاط البدني، لكن في الحقيقة الصحة الجيدة تعني أن لديك قلب قوي وسليم، ولديك رذتين وعضلات وعظام ومفاصل قوية تعمل بصورة جيدة. والفكرة الثانية هي أن النشاط البدني يعتبر من السلوكيات الترفيفية، لكن في الحقيقة أن التمارين هي حاجة وليست ترفيه. إن كل إنسان بغض النظر عن فئته العمرية وحالته الصحية يحتاج إلى ممارسة الرياضة لأنها تعزز صحته. وثالثا عندما يقول الفرد لا أستطيع تلبية معايير النشاط البدني، لكن في الحقيقة اختيار أهداف غير واقعية هي السبب، فالأفضل البدء بوضع أهداف صغيرة ومن ثم وضع أهداف أكبر. أما رابعا فإن الركض هو أفضل من المشي، لكن في الحقيقة المشي هو وسيلة ممتازة للحصول على قوة القلب والرتين، ويقلل من خطر المرض. والفكرة الخامسة هي أن ممارسة النشاط البدني عملية باهظة التكاليف، لأنها تتطلب معدات وأحذية وملابس، لكن يمكن ممارسة النشاط البدني في كل الأماكن تقريبا، وليس بالضرورة، استخدام معدات معينة. أما الفكرة السادسة فيقول الشخص أن هناك طريقة واحد هي الأفضل لتكون نشطا بدينا، لكن الأصح هو هناك أنواع عديدة من النشاط البدني التي هي ممتعة ومفيدة للصحة بنفس الوقت. وسابع فكرة هي الشباب فقط المعنيون في النشاط البدني، لكن الدراسات أوضحت أن ممارسة النشاط البدني بانتظام من الأمور التي تسهم في تحسين وظائف الجسم لدى المسنين وتحسين نوعية حياتهم. وثامنا هناك من يقول ليس لدي الوقت الكافي لممارسة النشاط البدني، لكن يكفي ممارسة نشاط بدني بوتيرة معتدلة لمدة 30 دقيقة كل يوم وطيلة خمسة أيام في الأسبوع للحفاظ على الصحة. وآخر فكرة هي تناول الكثير من البروتين يساعد في بناء العضلات، لكن في الحقيقة أن البروتين له فوائده الصحية، ولكن تناول الكثير منه لن يساعد على زيادة كتلة العضلات بل العكس.

تذكر أنماط حركة العضلات، ورفع الأوزان الثقيلة وإعادة بناء القوة بسرعة أكبر. هذه ليست ذاكرة للعضلة ولكن ذاكرة في دماغ حركة عضلية معينة، يتم تخزينها في خلايا Perkinje المخيخ، حيث يقوم الدماغ بتشفير المعلومات ويسجل ما إذا كانت حركات معينة صحيحة أو خاطئة، ثم يركز الدماغ تدريجيا المزيد من الطاقة على الإجراء الصحيح ويخزنه في ذاكرتك طويلة المدى، وبمجرد تخزينه تحتاج إلى استخدام كمية أقل من الدماغ لتكرارها، وهو عندما تبدأ الحركة في الشعور الطبيعي. وعند تحريكك تقوم بتنشيط أجهزة استشعار تسمى أجهزة استشعار في العضلات والأوتار والمفاصل تتغذى على جهازك العصبي المركزي، يقول الدكتور جيم ريتشاردز، أستاذ الميكانيكا الحيوية في جامعة سنترال لانكشاير، "يتعلم الجسم تفسير كل هذه الحركات والحواس من المستقبلات الميكانيكية داخل المفضل أو مستقبلات الجلد أثناء تمدد الجلد، يتم تغذية جميع المعلومات إلى الدماغ فيما يتعلق بالنجاح"، أمسك كرة بيد واحدة وسوف تتذكر لا شعوريا. للتحقيق في ظاهرة الذاكرة العضلية، طلب الباحثون في جامعة مانشستر من أفراد الاختبار تكرار الحركات داخل التصوير بالرنين المغناطيسي، يقول ريتشاردز: "ما وجدوه بينما حاول الناس إعادة إنتاج مهام الحركة هذه هو أن نشاط الدماغ يتغير، تحصل على نشاط أكبر بكثير في مناطق الدماغ التي تتحكم في الجوانب اللاواعية للحركة والإدراك الذاتي"، قد لا تدرك ذلك، لكن الدماغ يخلق باستمرار ذكريات عضلية، حركة واحدة في كل مرة. ولكن لمجرد أن الحركات تشعر بأنك طبيعي وقمت بنجاح بتسجيل ذاكرة عضلية في اللاوعي الخاص بك، فهذا لا يعني بالضرورة أنك تفعل ذلك بشكل صحيح، أفضل مثال لشرح هذا التمييز هو ركوب الدراجة، هناك حقا تقنية واحدة فقط للحصول عليها بشكل صحيح - وليس بما في ذلك المثبتات - وبالتالي فإن أنماط العضلات المتأصلة في المخيخ صحيحة، هناك العديد من المتغيرات والطرق للقيام بذلك بشكل خاطئ لدرجة أن قضاء ساعة في نطاق القيادة يمكن أن تعمل بالفعل على ترسيخ ذكريات العضلات السيئة، وللأسف الطريقة الوحيدة لتصحيحها هي قضاء ساعات في فعلها بشكل صحيح. من المؤكد أن هذا أمر مزعج عندما تنظم إلى مجموعة جديدة من الأنشطة ولا تعرف الحركات الرئيسية وتبدأ بطريقة خاطئة، ولكن هذا الدليل على المرونة داخل النظام هو ما يجعل العلم وراء ذاكرة العضلات أكثر إثارة للاهتمام، على عكس ذكري معارك الدردشة مع أصدقائك في الغاية يوم الجمعة، يمكن تغيير ذكريات العضلات، أو على الأقل تكيفها، يقول ريتشاردز: "إذا كان كل ما نتعلمه هو نمط واحد محدد، فإن حدث شيء جديد فلن يكون لدينا القدرة على القيام بأي شيء حيال ذلك سنصبح مثل الآلة"، تعد موازنة الاستمرارية والتنوع أمرا بالغ الأهمية لتدريتنا على تعلم مهارات جديدة وهو أمر يمكن أن يقوم به جسم الإنسان بشكل جيد للغاية. على الرغم من حبسها في اللاوعي، فإن ذاكرة العضلات هي أيضا شيء يمكننا تسخيرها بوعي ولها آثار على مستقبل الرقابة من الإصابات، في عام 2005، بدأ البروفيسور ريتشاردز في البحث عن طرق للتأثير الخارجي على الإدراك الجسي، يقول ريتشاردز: "وجدنا أنه من خلال وضع القليل من الشريط على ركب الرياضييين، فإن سيطرتهم على وضع المفصل قد تحسنت بشكل كبير"، زاد ملاسة الشريط للجلد من الإحساس بالحمل ويسهل تكرار الحركات بالشكل المناسب، يمكن أن تعني هذه المعرفة الجديدة لاستدراك العقل والذاكرة العضلية نهاية القرصاء المتعرجة أو الرفع المميت المدعوم بالقوس - حماية المفاصل من فواتير العلاج الباهظة الثمن.

بعد قضاء أسابيع في رفع الأثقال الثقيلة وتناول البروتين وامتصاصه، قمت في النهاية بملء جسمك جيدا، وبدأت الرغبة في المشاركة على صالة الألعاب الرياضية، لكن ماذا يحدث عندما تتوقف؟ هل يختفي كل شيء؟ تقلص العضلات هو الخوف الذي يواجه كل من يذهب إلى صالة الألعاب الرياضية (وجدت دراسة نشرت في الطب والعلوم في الرياضة والتمرين أنك تفقد ما يصل إلى 12 ٪ من قوة عضلاتك مع 14 يوما فقط من الانفصال)، وهي أيضا واحدة من أهم الأسباب التي تمنع الناس من بدأ التدريب في المقام الأول، لذا يجب أن تكون الصالة الرياضية عادة تستمر مدى الحياة لكي تستحق ذلك، لكن مع تطور العلم تم إلغاء هذا المفهوم. يقول الدكتور مايكل كالاجان، أخصائي العلاج الطبيعي الإكلينيكي في جامعة مانشستر: "قبل سنوات عديدة كنا نعتقد أنه بمجرد ضمور عضلاتك، سواء من خلل أو إصابة، فلن تستعيدنا أبدا"، "اعتقدنا أن العضلات ماتت للتو وهذه هي نهايتها، لكننا ندرك الآن أننا كنا مخطئين طوال الوقت"، اتضح أن الباحثين كانوا ببساطة يبحثون في المكان الخطأ. إذن بعد اكتشاف الذاكرة العضلية التي هي القدرة على بناء قوة فائقة ولا تفقد العضلة أبدا، لنقل المهارات في المجال الرياضي ولحماية الإصابات في كل تمرين - كل ذلك دون الحاجة إلى التفكير في ذلك، اذهب إلى صالة الألعاب الرياضية وأبدأ في تحقيق أقصى حجم لعضلاتك والاستفادة منها. يكمن مفتاح حجم العضلات وقوتها في نواتها. تتحكم النواة في تخليق البروتينات وكلما كان لديك المزيد من البروتين، يمكنك تحويله إلى عضلات، التأثير الأول الذي يحدثه التدريب على عضلاتك ليس في الواقع النمو، إنها خلق المزيد من النوى، والتي تسهل في نهاية المطاف تطوير المزيد من الأنسجة وبناء العضلة ذات الرأسين التي تستمر في التضخم، العضلات كبيرة ونواة واحدة أو نواتين ليست كافية، ولهذا السبب عليك الانتظار وتطوير مكاسبك لتخرج من خاثة المبتدئين. لسنوات كان يعتقد أنه بمجرد ذبول إرادتك وبدأت في الضمور، ستموت هذه النوى ببساطة، ولن يسبق رؤيتها مرة أخرى، لكن في دراسات سابقة قام الباحثون بتحليل النوى الموجودة في الأنسجة الضامة، والتي تموت بعد التوقف عن التدريب، وافترض أن الشيء نفسه يتطبق على العضلات، ومع ذلك في مزيد من التحقيق، يبدو أن bis و tris لا يحدث لهما أي شيء. وأظهر الباحثون في جامعة أوسلو مؤخرا أن هذه النوى المكتسبة حديثا يتم الاحتفاظ بها أثناء ضمور العضلات بسبب الضمور، ولا يزال الجدل الذي يدور حول المدة التي يلتزمون بها غير محدد، فقد ذكرت دراسة PNAS فترة 3 أشهر، بينما وجدت مجلة علم وظائف الأعضاء أدلة تشير إلى أن هذه النوى الجديدة لم تضع أبدا؛ يؤدي تدريب المقاومة إلى حدوث تغييرات فسيولوجية دائمة في ألياف العضلات، هذا هو السبب في أن التدريب أسهل على الشخص الذي اعتاد على حمل الأثقال، عكس الشخص النحيل الذي لم يلمس الأثقال أبدا، فعندما يتم استئناف التدريب تكون العضلات قادرة على النمو بسرعة في الحجم لأن المرحلة الأولية من إضافة النوى يتم تخطيها، وبمجرد أن تستيقظ النواة، يمكن أن تبدأ في توليف البروتين بشكل حاد. ذاكرة العضلات هي أيضا السبب الذي يوصي به علماء الفيزياء من أجل ملء عضلاتك بأكبر عدد ممكن من النوى عندما تكون صغيرا. "لا يزال بإمكانك إدارة سباق ماراثون، ليس بالسرعة نفسها، ولا يزال بإمكانك رفع الأثقال، وليس الوزن الثقيل فقط"، الألياف من النوع الأول تهيم عندما تكبر، والألياف من النوع الثاني -الألياف سريعة الارتعاش- تميل إلى التهدئة، لكنها لا تزال موجودة، تزداد صعوبة بناء العضلات مع تقدمك في العمر، بينما تكون الصيانة سهلة، هل أنت قلق من التراجع عن عضوية في صالة الألعاب الرياضية؟ التزم بها اليوم ويمكنك اعتبارها استثمارا مدى الحياة. وعندما تعود في نهاية المطاف إلى صالة الألعاب الرياضية، فهذا هو النوع الآخر من ذاكرة العضلات التي ستجعل الطريق إلى التائق أسهل، وجدت المجلة الأوروبية لأبحاث علم وظائف الأعضاء التطبيقية أن التدريب يزيد من تنسيق مجموعات العضلات المختلفة، مما يساعدك على



الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني** | المدير العام: **مجدوب بن صالح**

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

من أجل اشارككم توجوها إلى، المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشعار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01هـج باستور-الجزائر.

الهاتف الثابت:

020.05.20.91 / 020.05.10.42

الهاتف:

020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77

البريد الإلكتروني:

agence.regie@anep.com.dz
programming.regie@anep.com.dz
agence.vraie@anep.com.dz
agence.annala@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطبع: **SAMPRAL** TD DIFFUSION COMMUNICATION

TD
DIFFUSION

رقم الحساب البنكي:

al salam bank algeria

03801603323071300789

الفاكس:

023-78-57-70

الهاتف:

0541-76-26-27

العنوان:

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

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

SPORT
يومية رياضية جزائرية



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:

