

عزوف جماهيري غير مسبوق ولقجع في مازق

# "كان" 2025 بمدرجات فارغة..

## بوادر الفضل تلوح في الأفق!



ال الجولة الأولى من المجموعة الخامسة لكأس أمم إفريقيا 2025



(اليوم 16:00)

# مفتاح "الكان"

"الخضر" لتحقيق  
بداية قوية  
وتأكيد  
ظموحاتهم  
القارية

## يومية رياضية جزائرية

الأربعاء 24 ديسمبر 2025 الموافق 4 رجب 1447 هـ العدد: 1386 الثمن: 30 دج

"الكاف"  
تعيين حكما  
مثيرا للجدل لإدارة  
مباراة  
السودان

بونجـاح:  
"أدرسنا  
السودان  
جيذا ونسعى  
لانطلاقة  
موفقة  
في  
الكان"



قال إنه من الخطأ التفكير في  
إخفاق آخر نسختين... بيتكوفيتش:

## "جاهزون لمباراة السودان وهدفنا إسعاد الجماهير الجزائرية"

## محرز:

"كأس إفريقيا  
بالمغرب فرصة لكتابة  
تاريخ جديد، ولا  
أعذار هذه المرة"

ماندي:  
"نعيش  
الحاضر  
ونسعى  
لانطلاقة  
مثالية  
أمام  
السودان"

## حجام:

"لا يهم سواء  
كنت أساسيا أو  
احتياطيا المهم  
مصلحة المنتخب"



الجولة الأولى من المجموعة الخامسة لـ"كان 2025" الجزائر - السودان (اليوم 16:00)

# "الخضر" لتحقيق بداية قوية وتأكيد النوايا مبكرا

موقفه من التشكيلة التي ستدخل اليوم، ويتجه التقني السويسري للحفاظ على تقاليده بعدم إحداث تغييرات كثيرة، واعتماد خطة 4-3-3، ومن المتوقع أن يكون في الحراسة لوكا زيدان ويشكل الخط الدفاعي كلا من رفيق بلعالي وجوان حجام على الرواقين، بجانب عيسى مانهدي ورامي بن سبعيني في المحور، فيما يتشكل خط الوسط من الثلاثي إسماعيل بن ناصر وهشام بوداوي وإبراهيم مازة، وفي الهجوم من المرجح أن يبدأ برياض محرز ومحمد الأمين عمورة على الرواقين وبغداد بونجاح في قلب الهجوم. في المقابل، يأمل منتخب السودان في الظهور بشكل مشرف وتحقيق مفاجأة أمام المرشح الأول في المجموعة، والخروج بنتيجة إيجابية تعزز آمالهم في التأهل للدور التالي.

عبد المجيد

التي يستهدفونها، وهذا يمر عبر تضادي التعثر الذي سيدخل الشك في النفوس، على غرار ما حدث في نسخة الكاميرون، أين تعرض "الخضر" لهزيمة مفاجئة أمام غينيا الاستوائية وهو ما عجل بخروج المنتخب من الدور الأول، ثم عاش الفريق سيناريو مشابه في دورة كوت ديفوار الأخيرة، بعد تعادل ضد أنغولا في الجولة الأولى ينهار بعدها أشبال المدرب جمال بلماضي آنذاك ويودعون البطولة مبكرا.

## بيتكوفيتش يتجه للحفاظ على تقاليد بعدم إحداث تغييرات كثيرة

ومن الناحية الفنية، ركز المدرب بيتكوفيتش في آخر حصتين على الجانب البدني والتكتيكي تحضرا للقاء السودان، حيث يكون قد حسم

تدوين اسمهم بأحرف من ذهب في تاريخ "الخضر"، بمزيج من لاعبي الخبرة والشباب، وهي التركيبة التي يعمل عليها الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش من أجل تقديم مشوار كبير في "الكان"، خاصة وأن التشكيلة تضع نصب عينيه إحقاق آخر نسختين من المنافسة القارية، حيث خرج "الخضر" من الدور الأول في كأس إفريقيا 2021 بالكاميرون ثم دورة 2023 بكوت ديفوار، ما يؤكد أن الفريق يعيش قليلا من الضغط، وشبح تكرار السيناريو الماضي، إلا أن الجميع يسعى لمحو آثاره والبدءية بتجاوز عقبة السودان وتحقيق الفوز الذي يمهد الطريق نحو التأهل إلى الدور ثمن النهائي من المسابقة، ما يؤكد أهمية مباراة "صقور الجديان" التي ستمنح الثقة لرفقاء القائد رياض محرز وترسم لهم طريق النجمة الثالثة

يفتتح المنتخب الوطني الجزائري مشواره في نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، اليوم، عندما يلاقي منتخب السودان بداية من الساعة 16:00 بالتوقيت الجزائري، على ملعب "مولاي الحسن" بالرباط، ضمن فعاليات الجولة الأولى من المجموعة الخامسة في "داربي" عربي خالص بطعم إفريقي، أين يسعى "الخضر" لتحقيق انطلاقة قوية تؤكد عزمهم الذهاب بعيدا في النسخة 35 من "الكان". ويدخل المنتخب الوطني البطولة الإفريقية وعينه على استعادة الهيبة القارية والمنافسة بقوة على اللقب، وهو مدعوم بسجل قوي من النتائج على الصعيد القاري، حيث يهدف لتحقيق بداية مثالية تمنحه أفضلية مبكرة في صدارة المجموعة، التي تضم أيضا غينيا الاستوائية وبوركينا فاسو، متسلحا بكتيبة من النجوم الذين يريدون



قال إنه من الخطأ التفكير في إحقاق آخر نسختين ...

## بيتكوفيتش: "جاهزون لمباراة السودان وهدفنا إسعاد الجماهير الجزائرية"

أكد الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش على جاهزية المنتخب الجزائري لدخول غمار كأس إفريقيا 2025، والبدءية بمباراة السودان المقررة اليوم، مشددا على ضرورة تحقيق بداية مثالية وفتحة في لاعبيه لمنح كل ما لديهم لإسعاد الجماهير الجزائرية، معترفا بصعوبة المهمة أمام "صقور الجديان".

### "جاهزون للمواجهة وحذرت اللاعبين من التفكير في الماضي"

وعقد المدرب السويسري ندوة صحفية رفقة القائد رياض محرز، سبقت مباراة السودان، حيث تحدث عن المواجهة وقبلها التحضيرات التي أجراها "الخضر" سواء في الجزائر أو في مدينة الرباط، مؤكدا رضاه التام بما قدمه لاعبيه خلالها والجدية التي أظهرها مع يؤكد جاهزيتهم للموعد القاري مع عودة جميع العناصر، وقال: "اعتقد أننا راضون عما قمنا به حتى الآن. الفريق يسير بشكل جيد، ولحسن الحظ استعدنا جميع اللاعبين باستثناء عوار. المجموعة تعمل بجهد، وأنا واثق أننا سنبدأ البطولة بصورة إيجابية"، قبل أن يشير إلى ضرورة التفكير في المستقبل ونسيان إحقاق آخر نسختين من "الكان"، وأكد أن التركيز ينصب حاليا على الحاضر والمستقبل، بعيدا عن نتائج النسخ الماضية، معتبرا إياها صفحة طويت، وقال: "طلبت منهم عدم التفكير في الأمس، لأن الأهم هو ما يقدمه الفريق اليوم". وأضاف "المنتخب يحضر من أجل مواصلة هذه المقامرة بثقة وإيجابية وهذوء". وأوضح التقني السويسري: "العمل الذي قام به اللاعبون خلال الفترة الماضية كان جيدا، سواء من حيث التحضيرات أو التدريبات، المجموعة جاهزة. وجميع الأسماء حضرت بشكل جيد، الهدف هو إسعاد الجماهير والأناص، والجميع سيقوم بكل ما في وسعه لتحقيق ذلك".

### "اللقاء الأول دائما يكون صعبا وسنواجه منتخبا نخودنا اللعب ضده"

وفيما يخص المنافس، أوضح بيتكوفيتش أن الطاقم الفني قام بمتابعة منتخب السودان، سواء خلال مشاركته في كأس العرب أو عبر تحليل مبارياته التسع الأخيرة، مؤكدا أن الاستعداد كان دقيقا نظرا لخوض المنتخب السوداني بطولتين متتاليتين، وأشار الناخب الوطني إلى أن المباراة الأولى دائما ما تكون صعبة، لكنها مفتاح استعادة الثقة ورفع المعنويات لبقية المشوار، واصفا إياها بالمباراة الصعبة، وأردف: "حللنا جيدا المنافس في آخر 9 مباريات في الشأن وبطولة العرب، المنتخب يدخل البطولة من أجل تقديم أفضل ما لديه ومنح الثقة للاعبين، مع الحفاظ على الهدوء والثقة الكبيرة داخل المجموعة"، مشيرا في نفس الوقت أن الطاقم الفني ما يزال ينتظر الحصة التدريبية الأخيرة لحسم التشكيلة الأساسية وقائمة اللاعبين المعنيين بالمواجهة.

### "يجب احترام المنافس وثق في قدراتنا"

وختم بيتكوفيتش الندوة مؤكدا أن احترام المنافس يبقى أمرا أساسيا، وأن الثقة موجودة داخل الفريق، وأن الهدف هو تقديم كل ما لديهم فوق أرضية الميدان. رافضا تقديم أي مؤشرات بخصوص الخيارات التي ينوي القيام بها فيما يخص التشكيلة الأساسية التي ستخوض المباراة، وأكمل "الفريق يعمل بشكل جيد، وسنتنظر إلى ما بعد التدريب الأخير لمعرفة التشكيلة. نحن جاهزون وواجبنا أن نرضي الجماهير، وأن نبدأ البطولة بثقة وإيجابية".

عبد المجيد

له سوابق مع "الخضر" وتخوفات من أدائه

## "الكاف" تعيين حكما مثيرا للجدل لإدارة مباراة السودان

أسندت لجنة التحكيم التابعة للاتحاد الإفريقي لكرة القدم، مهمة إدارة مباراة المنتخب الوطني الجزائري والسودان، اليوم، في الجولة الأولى من دور مجموعات كأس إفريقيا للأمم 2025، للحكم الغابوني بيير غيزلان آتشو حكما رئيسيا، بمساعدة السنغالي عيسى سي (41 عاما) مسؤولا عن تقنية حكم الفيديو المساعد "الفار". وأحدث هذا القرار جدلا واسعا في الوسط الرياضي الجزائري، بالنظر لسوابق التي يمتلكها هذا الحكمان على صعيد الأداء الذي يقدمانه والأخطاء الكثيرة التي يرتكبونها، أين كان المنتخب الوطني أحد ضحايا هذا الحكم، حيث سبق للسنغالي عيسى سي إدارة مباراة "الخضر" أمام أنغولا في الجولة الأولى من دور مجموعات كأس أمم إفريقيا 2023، والتي انتهت بالتعادل (1-1)، بينما كان الغابوني آتشو مسؤولا عن "الفار"، واتخذ بعض القرارات التي أثار غضب وامتعض الجماهير الجزائرية. وعاد بعدها الحكم الغابوني آتشو ليكون مسؤولا عن تقنية "الفار" في مباراة المنتخب الوطني أمام بوركينا فاسو في الجولة الثانية، وانتهت بالتعادل (2-2)، فيما كان الجنوب إفريقي توم أبونجيل حكم الساحة، وتسبب آتشو مرة أخرى في اتخاذ قرارات مثيرة للجدل وغير مفهومة ضد "الخضر"، وهو الأمر الذي دفع الاتحادية الجزائرية للعبة للتقدم بشكوى ضده لدى "الكاف"، التي لم تعاقبه، بل أنه كافاه بإدارة مباراة منتخب كوت ديفوار والسنغال في ثمن النهائي كحكم رئيسي. ولم يتعامل الحكم الغابوني آتشو بطريقة جيدة مع هدية "الكاف"، حيث اتخذت الهيئة الكروية قرار معاكسا، واستبعدته من إدارة مباريات "الكان" في كوت ديفوار بسبب ارتكابه لأخطاء فادحة في المباراة بين منتخب كوت ديفوار والسنغال في ثمن النهائي، والتي تأهل فيها "الأفيال" بركلات الترجيح، بينما تلقت "الكاف" عدة شكاوى تخص هذا الحكم من مختلف المنتخبات، ما يجعل التخوفات تزيد بشأن مباراة اليوم، واستغراب من قرار لجنة التحكيم وإصرارها على الاعتماد على حكام مثيرين للجدل.

عبد المجيد





# محرز:

## "كأس إفريقيا بالمغرب فرصة لكتابة تاريخ جديد، ولا أعذار هذه المرة"

أكد قائد المنتخب الوطني، رياض محرز، أن تحقيق انطلاقة موفقة يبقى عاملا حاسما في مسار أي منتخب خلال بطولة كأس أمم إفريقيا، مشددا على أن "الخضر"، يطمحون لفتح صفحة جديدة وتعويض الإخفاقات السابقة. وأوضح محرز، خلال المؤتمر الصحفي عشية مواجهة السودان لحساب الجولة الأولى من منافسات المجموعة الخامسة، قائلا: «البطولة القارية تشكل محطة مفصلية للمنتخب الوطني، هذه المنافسة فرصة لكتابة تاريخ جديد، قبل أن يضيف: «علينا أن نصنع الفارق ونقدم أفضل ما لدينا، لا توجد أعذار هذه المرة». وأكد محرز، أن الحارس لوكا زيدان يتمتع ببساطة وتواضع كبيرين داخل الفريق، وأنه اندمج بشكل جيد مع المجموعة دون أن يجعل إرث اسمه عبئا على زملائه. ومن جهة أخرى، عبر محرز عن سعادته الكبيرة بالتواجد في المغرب، البلد الذي تنتمي إليه والدته، مؤكدا أن مشاركته في هذه البطولة تحمل طابعا خاصا بالنسبة له، مشددا في الوقت ذاته على أن المغرب بلد شقيق، وأن الهدف الأساسي يبقى تقديم أفضل ما لديهم من أجل تحقيق إنجاز مشرف في هذه الدورة. وفي ختام حديثه، تطرق محرز إلى مسألة تنظيم كأس أمم إفريقيا كل أربع سنوات، موضحا أنه لم يفكر كثيرا في هذا التغيير، خاصة وأن اللاعبين اعتادوا على خوض المنافسة كل عامين، غير أنه يرى بأن هذه الخطوة قد تضيف مزيدا من التدية والإثارة على البطولة القارية.

وسيم

# ماندي:

## "نعيش الحاضر ونسعى لانطلاقة مثالية أمام السودان"

شدد الدولي الجزائري، عيسى ماندي، على أهمية الدخول بقوة في منافسات كأس أمم إفريقيا، مؤكدا أن المنتخب الوطني يركز على الحاضر ويمكك مجموعة جديدة قادرة على تحقيق الأهداف المسطرة، وذلك عشية مواجهة السودان في الجولة الأولى من دور المجموعات. وأوضح ماندي في تصريحاته خلال المنطقة المختلطة، أن الوقت لم يعد مناسباً للعودة إلى الماضي، مشددا على أن المنتخب الوطني يركز على الحاضر ويمكك مجموعة جديدة وجيدة، قادرة على رفع التحدي، وقال في هذا السياق: «دعونا لا نعود إلى الماضي، نحن نعيش الحاضر ونمتلك مجموعة جديدة وجيدة، وهدفنا تحقيق الفوز غدا وتسجيل أفضل انطلاقة ممكنة في البطولة». وبخصوص مواجهة السودان، أشار ماندي إلى أهميتها دون اعتبارها لقاء مصيريا، مبرزا أن حسابات التأهل لا تحسم من مباراة واحدة فقط،

مضيفا: «مباراة السودان مهمة لكنها ليست مصيرية، فمسير المجموعة سيتحدد عبر ثلاث مباريات وليس مواجهة واحدة فقط» وفي حديثه عن قائد المنتخب رياض محرز، أبرز ماندي مكانته الكبيرة في تاريخ الكرة الجزائرية، مؤكدا أن خبرته الطويلة في أعلى المستويات تجعله قادرا على تحمل المسؤولية وقيادة الفريق رغم الانتقادات التي اعتاد عليها خلال مسيرته الاحترافية. كما وجه ماندي رسالة خاصة لانتصار المنتخب الوطني، عبر فيها عن شكره وامتنانه للدعم المتواصل، مؤكدا أن اللاعبين يخوضون المنافسة من أجل الشعب الجزائري. ولم يفوت ماندي الفرصة لتوجيه رسالة شكر لانتصار المنتخب الوطني، مؤكدا أن دعمهم يمثل عنصرا أساسيا في مشوار الفريق، وأضاف: «نشكر أنصارنا، ونؤكد لهم أننا نلعب من أجل الشعب الجزائري، ونتمنى حضورهم بقوة غدا، وكما كانوا سندنا لنا داخل الديار، نحن واثقون أنهم سيكونون دعما كبيرا لنا هنا أيضا». وختم ماندي تصريحاته بالتأكيد على هوية المنتخب الجزائري وطموحه الدائم في المنافسة، قائلا: «ندخل كل المباريات بهدف الفوز، نحن الجزائر ونرغب في تحقيق الانتصار في المباراة الأولى من كأس الأمم الأفريقية»

وسيم

براهيم تيام الدولي المالي السابق:

# "مأزة مرشح ليكون أحد نجوم كان 2025"

تحدث الدولي المالي السابق، إبراهيم تيام، عن أبرز المواهب الإفريقية التي يمكن أن تترك بصمة في كأس أفريقيا 2025، حيث اختار اثنين فقط من بين العديد من اللاعبين المميزين، مؤكدا على أنهم قد يكونون النجوم المنتظرين. وقال تيام في تصريحات نقلها موقع "أونز مونديال": «هناك العديد من اللاعبين المميزين، لكن سأختار اثنين فقط: إيمان نداي من السنغال، وبراهيم مأزة من الجزائر. أتابعهم في أنديتهم في إنجلترا وألمانيا، وأرى فيهم القدرة على التألق في أي بطولة». وتابع تيام: «فدى وإيمان ومزا يتمتعون بإمكانات كبيرة، ويمكن أن يكونوا نجوم البطولة القادمة. لدي الكثير من اللاعبين الآخرين في ذهني، لكن هذان هما أبرز ما لفت انتباهي». وتعتبر تصريحاته تأكيداً على صعود جيل جديد من اللاعبين الشباب في إفريقيا، خاصة برااهيم مأزة الذي بدأ في جذب الأنظار بفضل مستواه المتميز مع ناديه باير ليفركوزن ومع المنتخب الجزائري.

وسيم

# أبياه:

## "هدف السودان في الكان إسعاد الشعب رغم التحديات"

أكد كواسي أبياه، مدرب منتخب السودان، أن هدف فريقه في كأس أمم أفريقيا 2025 يتجاوز النتائج الفنية، ليصل إلى إسعاد الشعب السوداني وإعادة البسمة إلى وجوهه في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها. وقال أبياه في الندوة الصحفية التي عقدها، أمس الثلاثاء، قبل مواجهة الجزائر في الجولة الأولى: «أنا سعيد بمشاركة المنتخب السوداني، وأتمنى أن ترسم تلك المشاركة البسمة على أوجه الشعب السوداني في ظل الحرب القائمة هناك». وأشار المدرب إلى أن الاستفادة من كأس العرب كانت جزءا من خطة الإعداد للبطولة القارية، موضحا: «كأس العرب بطولة مختلفة عن كأس أفريقيا التي تشارك فيها المنتخبات بأفضل لاعبيها، لكننا استغللنا البطولة لتحديد نقاط القوة والضعف في الفريق». وأكد أبياه أن غياب الدوري السوداني خلال السنوات الثلاث الماضية شكل تحديا كبيرا قائلا: «لم يكن هناك دوري في السودان خلال آخر 3 سنوات، وبدلنا كل ما نستطيع لتجهيز الفريق وتقديم أداء مشرف، الأجواء هنا رائعة والاتحاد الإفريقي لكرة القدم يقوم بعمل جيد». ولفت المدرب إلى التحديات النفسية الكبيرة التي واجهها اللاعبون، قائلا: «كنا نلتقي أحيانا أخبار وفاة لأفراد أسر اللاعبين، لذلك ركزنا على الجانب النفسي أكثر من الجوانب التكتيكية والفنية، بهدف أن يشعر كل سوداني بالفخر والاعتزاز بمنتخب بلاده».

وسيم

# حجام:

## "لا يهم سواء كنت أساسيا أو احتياطيا المهم مصلحة المنتخب"

أكد لاعب المنتخب الوطني، جوان حجام، أنه يشعر بحالة جيدة مع انطلاق الموسم الحالي، معبرا عن رغبته في تقديم أفضل ما لديه لخدمة المنتخب كما يفعل مع فريقه. وقال حجام في تصريحات صحفية: «سواء كنت أساسيا أو احتياطيا، وسواء شاركت 90 دقيقة أو 5 دقائق، بالطبع أرغب في اللعب لأطول وقت ممكن، لكن الأهم هو الهدف المشترك للفريق». وأضاف: «حضرنا جيدا، ونحن جاهزون ومتحفزون لافتتاح البطولة بأفضل طريقة، وسنقدم كل ما لدينا داخل أرضية الميدان».

وحت حجام جماهير المنتخب على مواصلة دعمهم: «نتمنى حضور أنصارنا بقوة لمساندتنا، ونحن واثقون أنهم سيكونون في الموعد كعادتهم، دعم الجماهير المستمر يمنحنا دفعة معنوية كبيرة، فهم حاضرون يوميا أمام الفندق قبل انطلاقنا نحو التدريبات».

وسيم

# بونجاح:

## "درسنا السودان جيدا ونسعى لانطلاقة موفقة في الكان"

أكد الدولي الجزائري، بغداد بونجاح، جاهزية المنتخب الوطني لمواجهة السودان، المقررة اليوم، لحساب الجولة الأولى من منافسات كأس أفريقيا، مشددا على أهمية تحقيق الفوز في اللقاء الافتتاحي للبطولة. وأوضح بونجاح، في تصريحات خلال المنطقة المختلطة أمس، أن الطاقم الفني ركز خلال التحضيرات على تحليل طريقة لعب المنافس عبر حصص فيديو دقيقة، شملت الجانبين الدفاعي والهجوم، ما سمح للاعبين بالتعرف جيدا على نقاط القوة والضعف لدى المنتخب السوداني. وأضاف مهاجم "الشمال" القطري أن التحضير كان محكما وعلى أعلى مستوى، مؤكدا سعي المجموعة لاستغلال هذه المعطيات من أجل فرض أسلوب اللعب الجزائري داخل أرضية الميدان، قائلا: «مع المدرب قرأنا جيدا طريقة لعب المنافس، ونذكر أن صنع اللعب والدفاع ككتلة واحدة أمر ضروري للسيطرة على المباراة». وأشاد بونجاح بالعمل الذي قام به الطاقم الفني، خلال فترة الأعداد، معتبرا أن كل عناصر المنتخب معنية بتقديم الإضافة، سواء من اللاعبين الأساسيين أو البدلاء، من أجل ضمان أداء جماعي متكامل يحقق الأهداف المسطرة.

وسيم

# خميس:

## "مواجهة الجزائر في الكان تجربة جديدة وسنعمل لإسعاد الشعب السوداني"

أكد خميس، قائد منتخب السودان، أن المباراة المقبلة أمام الجزائر في كأس الأمم الإفريقية ستكون مختلفة تماما عن المواجهات السابقة. وقال خميس في المؤتمر الصحفي أمس: «لقد واجهنا الجزائر مرتين خلال الأشهر الماضية، حيث تاهلنا عليهم في بطولة الشان، وتعادلتا في كأس العرب، لكن مباراة الكان القادمة ستكون تجربة جديدة تماما». وأضاف: «الجزائر تمتلك منتخبا قويا ويستحق كل احترامنا، وسنعمل كل ما في وسعنا لإسعاد الشعب السوداني» وتطرق خميس إلى الظروف الصعبة التي يمر بها اللاعبون بعيدا عن الوطن، «نمر بظروف صعبة للتواصل مع عائلاتنا في السودان، لكن نحمد الله على نجاحنا في التغلب على ذلك وتقديم مستوى جيد خلال التصفيات» وختم قائد المنتخب السوداني حديثه بتوجيه رسالة دعم وتشجيع للشعب: «نوجه تحية كبيرة للشعب السوداني، الصامد والصبور، وسنبذل كل جهدنا لنفخر به».

وسيم





## البطولة المحلية

بلغ 12 مباراة دون أي هزيمة

# اتحاد العاصمة يخطف إلى الوصافة وينذر "العميد"

واصل نادي اتحاد العاصمة سلسلة نتائجه الإيجابية عقب فوز الثمين أمام الضيف مستقبل الرويسات مساء أول أمس، بثنائية دون مقابل في مباراة احتضنها ملعب 5 جويلية الأولمبي ضمن تسوية رزنامة الجولة الثالثة من الرابطة المحترفة الأولى، وتمكن أشبال المدرب عبد الحق بن شيخة، في العودة مجددا إلى سكة الانتصارات بعد التعادل المخيب في اللقاء الأخير أمام نجم بن عكنون. وسجل ثنائية الاتحاد كل من المدافع آدم عيللات في الدقيقة الـ 16، مفتتحا عداد التهديف في البطولة، بينما رفع رصيده إلى توقيعين باحتساب هدف آخر أمضاه في مسابقة كأس "الكاف"، إلى جانب متوسط الميدان الكونغولي غلوري ليكونزا في الدقيقة الـ 77، الذي بات يملك حصيلة هدفين في البطولة. وبهذه النتيجة يكون المدرب عبد الحق بن شيخة، قد حافظ على سجله خال من الهزائم في 12 مباراة على التوالي في جميع المسابقات هذا الموسم، ليعيد بذلك الهدوء إلى بيت الاتحاد بعد المشاكل التي عاشها في بداية الموسم الجاري، ورفع أبناء "سوسطارة" رصيدهم إلى 22 نقطة في مركز الوصافة بفارق 3 نقاط فقط عن مولودية الجزائر الذي تنقصه 3 مباريات متأخرة.

**بن شيخة: "لا نفكر في السوبر وتركيزنا منصب على مواجهة أقبو"**

ورغم الفوز الثمين الذي حققه الاتحاد، إلا أن المدرب عبد الحق بن شيخة اعترف بصعوبة الوضعية التي يعيشها النادي في ظل كثافة الرزنامة والغيابات العديدة التي يعاني منها الفريق بسبب الإصابات، حيث قال في تصريحاته خلال الندوة الصحفية: "تسير المجموعة الحالية ليس أهرا سهلا، لدينا لاعبين اثنين مع منتخباتهم الوطنية، كما أننا نعاني من عدة إصابات، وقمت بترقية 6 لاعبين أقل من 20 سنة"، وواصل "نحن نعمل على تسخير المباريات قدر الإمكان خاصة وأن نخوض مباراة في كل 3 أيام"، مشيرا في ذات الصدد إلى أن تعداد اتحاد العاصمة غير متوازن، حيث يمتلك 6 لاعبين على الرواق يتنافسون على مركزين فقط فيما يفتقد لاعبين في وسط الميدان، وتابع "ليس لدينا تعداد للعب على 3 جبهات، وحينما أنظر إلى كرسي الاحتياط لا أجد ما أحاجة"، وفي ختام تصريحاته أكد عبد الحق بن شيخة أن كل تركيزه منصب على مواجهة أقبو المقبلة، وأن التفكير في كأس السوبر أمام مولودية الجزائر أمر سابق لأوانه.

**الإيفواري كاماغاتي درامان أول المستعدين**

على صعيد منفصل، أمضى المهاجم الإيفواري كاماغاتي درامان مع اتحاد العاصمة عقدا يمتد لخمس سنوات، ليكون أول استقدمات الفريق في الميركاتو الشتوي المقبل، وأوضح النادي العاصمي في بيان له عبر صفحته الرسمية "فايسبوك"، تعلن إدارة اتحاد الجزائر أن الإدارة العامة للرياضة قد أنهت جميع تفاصيل انتقال المهاجم الإيفواري كاماغاتي درامان بعد توقيعه لعقد يمتد لخمس سنوات. وأشار المصدر نفسه إلى أن اللاعب سيصل إلى الجزائر في الأيام المقبلة لاستكمال الإجراءات الإدارية قبل الانضمام إلى الفريق. وسجل اللاعب الذي يبلغ 20 عاما فقط 14 هدفا هذا الموسم مع نادي سان بيدرو الإيفواري، مما يؤكد إمكانياته الهجومية في الدوري المحلي وفي كأس الكونفدرالية الإفريقية. وبعد فسخ عقد المهاجم الدولي الليبيري إيمانويل إرنست بالتراضي دخلت إدارة اتحاد الجزائر في سوق الانتقالات الشتوية، في انتظار وصول لاعبين آخرين لتعزيز صفوف الفريق تحت قيادة المدرب عبد الحق بن شيخة.

سفيان-ع



الساورة تسقط أمام اتحاد العاصمة وتعود لنقطة الصفر

## حجار: "هدفنا تحقيق البقاء مبكرا وتفادي الحسابات"

أيدى مدرب نادي مستقبل الرويسات الشريف حجار، حسرته على الهزيمة التي تلقاها أمام المستضيف اتحاد العاصمة بثنائية دون مقابل، في مباراة متأخرة عن الجولة الـ 3 من البطولة المحترفة مؤكدا أن هدفه هو إنهاء مرحلة الذهاب بأفضل طريقة ممكنة. وقال حجار في تصريحاته خلال الندوة الصحفية، أن مستقبل الرويسات كان قادرا على تحقيق نتيجة إيجابية، بالنظر إلى الفرص العديد التي لاحتاله غير أن نقص الفعالية والخبرة حالت دون ذلك، وأبرز «المواجهة كانت صعبة منذ البداية خاصة أمام اتحاد العاصمة الذي يمتلك خبرة وتشكيلة في المستوى، في 15 د الأولى لم ندافع جيدا وتلقينا هدفا من ركنية، وبعدها كان الضرق يعود تدريجيا تلقينا الهدف الثاني الذي حرر المنافس»، وأردف «كنا قادرين على العودة في النتيجة ولكن للأسف كنا نفتقد الفعالية ونقص الخبرة في الهجوم»، وشدد حجار على ضرورة طي صفحة اتحاد العاصمة والتفكير فيما هو قادم، مشيرا أن الهدف الرئيسي هو ضمان البقاء مبكرا وتفادي حسابات السقوط، وأوضح: «لحد الآن الفريق ليس في وضعية حسنة، سنحاول في ما تبقى من مرحلة الذهاب، أن نجمع أكبر عدد ممكن من النقاط حتى نبتعد عن الخطر». ويخصوص احتياجات الفريق في الميركاتو الشتوي، قال حجار بأن الفريق سيعمل على التعاقد مع 3 لاعبين، وخاصة على مستوى الهجوم، رغم اعترافه بأن التعاقد مع أسماء بإمكانها تقديم الإضافة المرجوة لن يكون بالأمر السهل وأشار «الميركاتو الشتوي دائما ما يكون صعبا، إلا في حالة اللجوء إلى اللاعبين المقربين أو تغيير اللاعبين الأفارقة، نحن بحاجة إلى إثني أو ثلاثة لاعبين لتدعيم التشكيلة وخاصة في الهجوم».

سفيان-ع



**قرر فسخ عقده من جانب واحد**

## تـابـسـوبا يلجأ إلى "الفيفا" ويورط إدارة شباب قسنطينة

قرر متوسط ميدان نادي شباب قسنطينة، ساليو تابسوبا، فسخ عقده من جانب واحد واللجوء إلى الاتحادية الدولية لكرة القدم، من أجل الحصول على مستحقاته المالية، في خطوة ستزيد الأمور تعقيدا بالنسبة لإدارة عاصمة. وقبل انطلاق فترة التحويلات الشتوية المقبلة. وحسب مصادر مقربة من بيت "السياسي"، فإن الدولي البوركيناابي، أشعر إدارة الفريق، بفسخ عقده من طرف واحد، بعدما أنهى كل الإجراءات الإدارية، وقيامه في وقت سابق بتوجيه إعداار للمسيرين، من أجل تسوية مستحقاته العالقة، على اعتبار أنه يدين ببعض الرواتب المتأخرة، قبل أن يقرر المغادرة بشكل نهائي، والتوجه إلى المحكمة الدولية، لتقديم شكوى ضد النادي القسنطيني، في خطوة من أشنها أن تزيد الأمور تعقيدا، وذلك بعد أيام قليلة فقط من قيام الطاقم الفني بقيادة المدرب البوسني روسمير سفيكو بتفسي الأمر، بعدما فسخ العقد من جانب واحد وقرر اللجوء إلى "الفيفا"، وهو ما يهدد بحرمان النادي الرياضي القسنطيني من الاستقدمات خلال فترة التحويلات الشتوية المقبلة. وعلى صعيد منفصل عادت تشكيلة "الخضرة" إلى أجواء التحضيرات تحسبا للمواجهة القادمة، أمام اتحاد خنشلة يوم الجمعة المقبلة لحساب الجولة الرابعة عشر من الرابطة المحترفة الأولى، ويستفيد المدرب التونسي لسعد الدريدي من معنويات اللاعبين المرتفعة بعد الفوز الثمين أمام أتلتيك بارادو بثنائية دون مقابل، على أمل مواصلة النتائج الإيجابية والاقتراب أكثر من مقدمة الترتيب قبل نهاية مرحلة الذهاب من البطولة، هذا فيما تحوم الشكوك حول مشاركة اللاعب نسيم الفول بسبب تعرضه لإصابة في المواجهة السابقة، فرغم التطمينات التي تلقاها الطاقم الفني إلا أن المدرب لا يزال نتائج الفحوصات المعمقة قبل الفصل في إمكانية مشاركته من عدمها.

سفيان-ع

**شبيبة القبائل**

## "موبيليس" تجدد ثقتها في ولد علي وتنتظر انتفاضة "الكناري"

جذدت شركة "موبيليس" مالكة أغلبية أسهم نادي شبيبة القبائل، ثقتها في رئيس مجلس الإدارة الهادي ولد علي رغم، مشددة على ضرورة تحقيق الانتفاضة المرجوة خلال المواجهات المقبلة بداية بلقاء أولمبي الشلف يوم السبت القادم، وعاش النادي القبائلي، مرحلة حرجة بسبب توالي النتائج السلبية في جميع المسابقات، وهو ما جعل عشاق اللونين "الأصفر والأخضر" يرفعون مطالبهم بضرورة إجراء تغييرات جذرية على مستوى الطاقم الإداري والفني، وعقدت شركة "موبيليس" مساء أول أمس، اجتماعا طارئا مع مجلس إدارة شبيبة القبائل، أين استقرت على سبب تراجع النتائج رغم الإمكانيات الكبيرة التي سخرتها من أجل العودة إلى منصات الألقاب خلال الموسم الجاري، وأشارت مصادر مقربة من بيت "الكناري" أن "موبيليس" جذدت ثقتها في الرئيس الهادي ولد علي، لقيادة النادي لتحقيق الأهداف المسطرة، كما طالبت بضرورة الانتفاضة في المواجهات القادمة، وذلك لإعادة الهدوء إلى بيت الشبيبة وإنعاش حظوظها في المنافسة على لقب البطولة المحترفة الأولى، وذلك بعد تضيق هدف كأس الجزائر، وعلى صعيد ذي صلة، أكدت المصادر ذاتها، بأن المناجير كريم دودان باق في منصبه وأن أخبار استقالته لا أساس لها من الصحة. وعلى صعيد منفصل، عادت تشكيلة شبيبة القبائل، مساء أول أمس، إلى أجواء التحضيرات استعدادا لمواجهة أولمبي الشلف يوم السبت المقبل، على ملعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو، ضمن فعاليات الجولة الـ 14 من البطولة الوطنية، واستأنف زملاء رياض بودبوز التدريبات بمعنويات منحنة بعد الخسارة الأخيرة أمام نادي وفاق سطيف. وقبل انطلاق الحصة التدريبية اجتمع المدرب جوزيف زينباور باللاعبين، أين شدد معهم الملحمة بسبب النتائج السلبية داعيا إياهم لضرورة التدارك في المواجهة القادمة أمام أولمبي الشلف خاصة وأن ستكون مصيرية سواء بالنسبة للفريق الذي يطمح للحفاظ على حظوظه في المنافسة على اللقب، أو بالنسبة للمدرب الألماني الذي بدأ يفقد الإجماع داخل النادي القبائلي، وأي تعثر آخر من شأنه أن يرهق بقاءه على رأس العارضة الفنية.

سفيان-ع





عزوف جماهيري غير مسبوق ولقجع في مازق

# "كان" 2025 بمدرجات فارغة.. بوادر الفشل تلوح في الأفق!



يبدو أن بداية منافسة كأس أمم إفريقيا 2025 الجارية وقائعها بالمغرب إلى غاية 18 جانفي المقبل، لم تكن كما تتنمناها الاتحادية الإفريقية لكرة القدم ولا رئيس الجامعة الملكية فوزي لقجع الذي وجد نفسه في ورطة كبيرة بسبب عزوف الجماهير المغربية عن التنقل إلى الملاعب خلال مباريات الجولة الأولى من دور المجموعات، صورة تحمل بوادر الفشل للنسخة الـ 35 من "الكان" وتخالف التوقعات التي رسمتها الدعاية المغربية، ففي وقت كانت فيه أبواق نظام "المخزن" تتغنى بنجاح مزيف تفاعا جميع بالحقيقة الصادمة، نكهة المباريات التي ألفناها عن الجماهير الإفريقية غائبة تماما وكان الأمر يتعلق بمباريات الهواة. فباستثناء لقاء المنتخب المغربي في افتتاح "الكان" أمام جزر القمر الذي حضره حوالي 60 ألف متاصر، وبنسبة قليلة مباراة مصر وزيمبابوي التي حضرها عدد معتبر بعد فتح الأبواب مجانا، فإن كل المباريات التي لعبت في الأيام الثلاثة الأولى جرت بمدرجات شاغرة تماما، في صورة تعكس الواقع الحقيقي بخصوص أن كأس الأمم الإفريقية تعتبر آخر اهتمام الشعب المغربي المغلوب على أمره، والذي يعيش تحت وطأة الأزمات في ظل تراجع القدرة الشرائية بشكل رهيب.

المستجدات، بدأت الأسئلة تطرح حول تنظيم المغرب لكأس العالم (2030)، برفقة إسبانيا والبرتغال، إذ تراقب "الضياف" عن كثب التفاصيل التي تصاحب كأس إفريقيا الحالية فيما يتعلق بالجانب التنظيمي والحضور الجماهيري الذي يعتبر ضعيفا جدا في بداية نسخة "الكان"، إذ تساءل الكثير عن مدى قدرة نظام "المخزن" وبوقه فوزي لقجع في تفسير هذا العزوف الجماهيري وتبريره للاتحاد الدولي للعبة، الذي سيكون أمام هاجس تكرار ما يحدث في "الكان" خلال المباريات التي يحتضنها المغرب في موندنيل 2030، ولحسن الحظ أن بالاشتراك مع إسبانيا والبرتغال اللذان سيتحملان العبء الأكبر فيما يتعلق باللقاءات الهامة والأدوار المتقدمة مع الموندنيل.



المغربي عن متابعة مباريات كأس أمم إفريقيا لكرة القدم، فإن النقطة السوداء الأخرى هي استيلاء "السماسرة" على معظم التذاكر من أجل إعادة طرحها في السوق السوداء بأثمان باهظة، فـ رغم تأكيدات الاتحادية الإفريقية على أن تذاكر اللقاء الافتتاحي نفذت عن آخرها إلا أن ما شاهده المتابعون هو عكس ذلك، حيث بدت المدرجات غير ممتلئة، مما أثار تساؤلات حول مصير التذاكر وكيفية توزيعها، وحسب بعض التقارير الصحفية فإن السبب وراء هذه الفجوات يعود إلى ذهاب عدد مهم من التذاكر إلى السوق السوداء، حيث تم احتكارها من قبل السماسرة والمضاربين، لإعادة طرحها بأسعار خيالية، إذ بلغت تذاكر المباراة الافتتاحية حوالي 4 آلاف درهم في وقت أن ثمنها الحقيقي هو 150 درهم. وفي بلد يعاني فيه جزء واسع من السكان من صعوبات معيشية وانتشار الفقر، تبدو هذه الأسعار بعيدة عن متناول العائلات والشباب، وهو ما يفسر غياب الجماهير عن المدرجات، والمقارنة أن البطولة القارية، التي يفترض أن تكون عرسا شعبيا، تحولت إلى حدث نخبوي، في وقت تتعالى فيه أصوات ترى أن الأولوية يجب أن تكون للتعليم والصحة وتحسين المعيشة بدل إنفاق الملايير على التظاهرات الرياضية.

جعل الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وعلى رأسها وليد صادي، تتدخل بقوة لدى نظيرتها الإفريقية مطالبة بإعادة فتح عملية بيع التذاكر لعشاق "الخضر"، في خطوة فضحت ما يجري بالمغرب، وأكدت أن نفاذ التذاكر في وقت قياسي ليس معناه الأقبال الكبير على متابعة مباريات "الكان"، بل هو محاولة للاستثمار في الشفط الجماهيري لأنصار المنتخب الجزائري.

## مطالب بفتح المدرجات مجانا للجماهير

وفي ظل الأزمة الكبيرة التي تهدد بفشل ذريع لكأس الأمم الإفريقية، ارتفعت فيه المطالب من قبل المغاربة لفتح المدرجات مجانا أمام الجماهير من أجل التنقل بقوة إلى الملاعب وإنقاذ ما يمكن إنقاذه، خاصة وأن الغياب الجماهيري أثار الكثير من الجدل والانتقادات لدى العديد من المتابعين في الدول العربية والإفريقية.

## العزوف الجماهيري.. سيناريو يخيف "الضياف"

وعلى ضوء هذه

## تذاكر مباريات الجزائر تفصح المستور

ورغم أن الاتحادية الإفريقية لكرة القدم أعلنت في وقت سابق عن نفاذ تذاكر مباريات المنتخب الجزائري في دور المجموعات لكأس الأمم الإفريقية 2025، إلا أن المضاجاة الصادمة هي استعواذ المغاربة بشكل شبه كلي عليها في محاولة لإعادة بيعها لأنصار "الخضر" بأسعار مضاعفة، حيث وجد الجزائريون الذين تنقلوا إلى مدينة الرباط لدعم الناحب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش وأشباهه لتحقيق مشاركة مشرفة في "الكان"، وجدوا أنفسهم بدون تذاكر أمام جشع "السماسرة" الذين أعادوا طرحها بأسعار مضاعفة في السوق السوداء، الأمر الذي

## فشل غير مسبوق في تاريخ كأس أمم إفريقيا

وبعكس الغياب الكلي للجماهير المغربية عن متابعة مباريات كأس الأمم الإفريقية الفشل الذريع للنسخة الحالية من المنافسة الأعلى في "القارة السمراء" حتى الآن، فالبرغم من الدعاية الكبيرة لنظام "المخزن" وتسخير كل الوسائل الممكنة من أجل الترويج للعرس القاري، وحث الجماهير على التنقل بقوة إلى المدرجات، إلا أن التركيز على مباريات البلد المضيف ومقاطعة بقية المنتخبات الأخرى وضع يوق "المخزن" فوزي لقجع في مازق أمام "الكاف"، على اعتبار أن الحضور الجماهيري في النسخ الفارطة وحتى في البلدان التي تعاني على مستوى المعيشة والبنية التحتية كان كبيرا جدا مقارنة بالمغرب.

## غياب الجماهير الإفريقية.. صفة أخرى

ولم يقتصر الغياب على الجمهور المحلي، بل شمل أيضا الجماهير الإفريقية التي عادة ما تنقل بقوة لدعم منتخباتها في معظم الدول الإفريقية، على غرار ما حدث في النسخ الثلاث الماضية بكل من مصر الكاميرون وكوت ديفوار على التوالي، وهو ما يفتح الباب أمام التأويلات، بخصوص الأسباب وراء ذلك، وفي مقدمتها غلاء تكاليف الإقامة والتنقل، فضلا عن مخاوف حقيقية من أساليب التعامل الأمني وقمع الشرطة، كما يتداول في أوساط جماهيرية وإعلامية إفريقية، إلى جانب ذلك، فإن الصورة العامة لغلاء المعيشة وارتفاع الأسعار في المغرب، خاصة خلال فترة التظاهرات الكبرى، ساهمت في تثبيط عزيمة العديد من المشجعين الأفارقة، الذين فضلوا متابعة منتخباتهم من بلدانهم، بدل خوض مغامرة غير مضمونة.

## "السماسرة" يعبثون بتذاكر "الكان"

والى جانب العزوف الكبير للجمهور

## يعد تدخل الرئيس وليد صادي "الكاف" تستجيب لطلب "الفاف" وتطرح تذاكر مباريات "الخضر" مجددا

قررت الاتحادية الإفريقية لكرة القدم إعادة فتح بيع تذاكر مباريات المنتخب الوطني الجزائري، الخاصة بدور المجموعات من نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025، وذلك عقب تدخل رسمي من رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي، قبل ساعات على انطلاق مغامرة "الخضر" بمواجهة السودان مساء اليوم الأربعاء لحساب الجولة الافتتاحية من "الكان". وجاء هذا الإجراء استجابة لانشغالات الجماهير الجزائرية، التي واجهت صعوبات في اقتناء التذاكر خلال المرحلة الأولى من عملية البيع، خاصة بالنسبة لمباريات "الخضر" في الدور الأول، وتشمل التذاكر التي أعيد طرحها للبيع مختلف مباريات المنتخب الوطني في مرحلة المجموعات، ما يمنح فرصة جديدة لأنصار من أجل ضمان حضورهم ومساندة رفقاء رياض محرز في الموعد القاري. ورغم أن اللجنة المنظمة أعلنت في وقت سابق عن نفاذ مباريات المنتخب الوطني في دور المجموعات من كأس أمم إفريقيا، إلا أن الجماهير الجزائرية التي تنقلت بقوة إلى مدينة الرباط لدعم لاعبي "الخضر" وجدت نفسها من دون تذاكر قبل المواجهة الأولى أمام "سقور الجديان"، بعدما استحوذ عليها السماسرة والمضاربين، لإعادة طرحها في السوق السوداء بأسعار مضاعفة. ويخوض "محاربو الصحراء"، مساء اليوم بداية من الساعة الرابعة بالتوقيت الجزائري، أول اختبار حقيقي بمواجهة السودان، على أمل تحقيق انطلاقة قوية وتأكيد طموحاتهم في الذهاب بعيدا في "الكان". مهدي



# "الفيفا" يختبر تقنية حديثة في رصد خروج الكرة من الملعب والتسلل

يختبر الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" تقنيات حديثة، تستهدف تحديد ما إذا كانت الكرة قد خرجت من الملعب قبل تسجيل أهداف، في إطار مساعيها لتقليص الجدل التحكيمي وتحسين دقة القرارات. وتعد تقنية "الخروج من الحدود" Out of Bounds إحدى الابتكارات التي اختبرت خلال 3 مباريات في كأس إنتركونتيننتال بقطر هذا الشهر. كذلك وسع "فيفا" استخدام تقنية إعادة المحاكاة ثلاثية الأبعاد في الوقت الحقيقي، من أجل تسريع وتوضيح قرارات التسلسل المرتبطة بخط الرؤية. وتعتمد التقنية الجديدة على تغذيتين افتراضيتين، متاحيتين لحكم الفيديو المساعد (VAR) ومشاهدي التلفزيون، وتحاكيان زاوية رؤية حارسي المرمى.

وأشارت BBC إلى "تطوير هذه التقنيات بالتعاون بين فيفا وشركة هوك أي إنوفيشنز، على أن يبقى مستقبل تطبيقها في البطولات المحلية قيد التقييم خلال المرحلة المقبلة".

شهد الدوري الإنجليزي الممتاز في المواسم الأخيرة حالات كثيرة المثيرة للجدل، كان ممكناً أن تساهم هذه التقنيات في حسمها، وتستخدم تقنية الخروج من الحدود، البيانات نفسها ونقاط التتبع ذاتها المعتمدة في نظام التسلسل شبه الآلي المتقدم.

ورغم أن التقنية لا تزال في مرحلة الاختبارات غير المباشرة، فإن الفرصة أتاحت لها لإثبات مدى موثوقيتها، خلال كأس إنتركونتيننتال. وفي نهائي البطولة بين فلامنغو وباريس سان جيرمان، ألغى هدف للنادي الفرنسي سجله فابيان رويز بعد تدخل تقنية الفيديو، التي أكدت خروج الكرة قبل التسجيل.

كذلك أجرى "فيفا" اختبارات إضافية على نظام التنبيهات الصوتية الفورية للتسلل، المرسل مباشرة إلى الحكام المساعدين، وهو نظام ظهر للمرة الأولى في كأس العالم للأندية الصيف الماضي.

## جراحة جديدة تهدد حلم نيمار بالمشاركة في مونديال 2026

تراجعت فرص النجم البرازيلي نيمار دا سيلفا في التواجد مع منتخب بلاده خلال نهائيات كأس العالم 2026، بعدما تقرر خضوعه لعملية جراحية جديدة في الركبة خلال الأيام القليلة المقبلة. وذكرت صحيفة "ليكيب"، الفرنسية أن طبيب المنتخب البرازيلي سيتولى إجراء جراحة تهدف إلى علاج إصابة الغضروف الهلالي، التي تسببت في غياب نيمار وتأثر مستواه خلال المباريات الأخيرة التي خاضها مع فريقه سانتوس في الدوري البرازيلي.

وأوضحت الصحيفة أن فترة غياب نيمار المتوقعة عن الملاعب قد تمتد لنحو ثلاثة أشهر، على أن يعود للمشاركة بداية من شهر مارس المقبل، ما يزيد من تعقيد موقفه الدولي في المرحلة المقبلة. وأضاف التقرير أن خضوع نيمار لجراحة جديدة في الركبة يقلص بشكل كبير من حظوظه في الانضمام لقائمة منتخب البرازيل المشاركة في مونديال 2026، خاصة في ظل تكرار الإصابات خلال السنوات الأخيرة. ويذكر أن نيمار لم يظهر بقميص المنتخب البرازيلي منذ شهر أكتوبر 2023، عقب تعرضه لإصابة بقطع في الرباط الصليبي، أبعدته عن المنافسات لفترة طويلة.

# مودريتش يتجاهل ميسي ورونالدو ويختار مارادونا الأفضل بالتاريخ

أحد أكثر النقاشات إثارة في عالم كرة القدم يتمحور حول من الأفضل بين الأسطورتين، الأرجنتيني ليونيل ميسي والبرتغالي كريستيانو رونالدو. ولكن أمير الحرب ونجم كرواتيا لوكا مودريتش لديه وجهة نظر أخرى بخصوص "الماعز" (الأفضل في تاريخ كرة القدم).

وكشف نجم نادي إيه سي ميلان الإيطالي مجدداً عن ولعه الشديد بالأسطورة الأرجنتيني الراحل ديفغو مارادونا. «ديغو مارادونا هو الأعظم. ميسي وديغو هما الأعظم، لكن ديفغو يبقى ديفغو»، هكذا أجاب مودريتش في أحد الحوارات مؤخراً، مؤكداً أن مثله الأعلى هو نجم نابولي السابق.

ليست المرة الأولى التي يظهر فيها لوكا إعجابه الشديد ببطل العالم عام 1986. ففي حوار سابق مع اليوتيوبر الإسباني "ذا ريال يسوس"، اختار الكرواتي البالغ من العمر 39 عاماً ديفغو مارادونا ضمن أفضل 5 لاعبين في التاريخ، إلى جانب البرازيلي رونالدو نازاريو داليمبا والإيطالي فرانيسكو توتي، ومواطنه الكرواتي زفونيمير بوبان، والفرنسي زين الدين زيدان. وبالنسبة، استبعد مودريتش الغريمين ليونيل ميسي وكريستيانو رونالدو مجدداً. وفي مناسبة أخرى، بدا على مودريتش التأثر الشديد عندما تسلم قميص مارادونا خلال بطولة أمم أوروبا 2024 من مراسل إحدى القنوات التلفزيونية، وقال حينها: «إنه لمن دواعي سروري. أنا سعيد جداً بهذا القميص. ديفغو هو الأعظم. لقد أثرت بي هذه الهدية». وخلال فترة لعبه بقميص ريال مدريد، وعقب مواجهة نابولي عام 2017 في دوري أبطال أوروبا، عبر لوكا مودريتش مازحاً عن ارتيابه لعدم مواجهة أسطورة كرة القدم ديفغو مارادونا، قائلاً: «الحمد لله أن مارادونا لا يلعب! نحن سعداء بذلك»، قبل أن يضيف بإعجاب كبير: «إنه شخص رائع وأحد أعظم لاعبي كرة القدم على مر التاريخ». في تصريح يعكس شغف مودريتش الكبير واحترامه اللا محدود بمارادونا. على الرغم من أنه لعب في الحقبة نفسها مع اثنين من أعظم نجوم كرة القدم، ليونيل ميسي وكريستيانو رونالدو، إلا أن لوكا مودريتش لم يختار أيًا منهما كأفضل لاعب في التاريخ.

وعاصر النجم الكرواتي الأسطورتين خلال مسيرته الطويلة، حيث تألق مع ريال مدريد بين عامي 2012 و2025، خاض خلالها 591 مباراة وسجل 43 هدفاً، وشارك في أنجح مراحل مسيرته الكروية إلى جانب كريستيانو رونالدو. وفي المقابل، واجه مودريتش ليونيل ميسي في العديد من المناسبات، سواء في مواجهات الكلاسيكو أمام برشلونة أو أثناء تمثيله لمنتخب كرواتيا. وكان آخر لقاء جمعهم في نصف نهائي كأس العالم 2022 في قطر، والذي انتهى بفوز الأرجنتين بثلاثية نظيفة، قبل أن يتوج ميسي ورفاقه باللقب العالمي.

ويستعد لوكا مودريتش لخوض نهائيات كأس العالم للمرة الخامسة في مسيرته، إذ أوقعت القرعة منتخب كرواتيا في مجموعة تضم إنجلترا وغانا وبنما، على أن يستهل مشواره بمواجهة إنجلترا الأربعاء 17 جوان 2026 على ملعب دالاس في الولايات المتحدة الأمريكية.

روبرتو مارتينيز مدرب البرتغال:

## "أتمنى من قلبي أن يتوج رونالدو بكأس العالم 2026"

تحدث الإسباني روبرتو مارتينيز مدرب البرتغال عن دور قائد فريقه كريستيانو رونالدو وأهميته في كأس العالم 2026 رغم اقتراب الساعات من الداعي.

كريستيانو رونالدو عامه الحادي والأربعين في الخامس من فترتيه المقبل لكن ينتظر بعد هذا التاريخ بأكثر من 4 أشهر أن يقود البرتغال في كأس العالم 2026. وتلعب البرتغال ضمن المجموعة 11 من مونديال أمريكا والمكسيك وكندا، إلى جانب كولومبيا وأوزبكستان والفريق المتاهل من ملحق ما بين القارات (مسار 1) والذي يضم كالدونيا الجديدة والكونغو الديمقراطية وجامايكا. وقال مارتينيز في تصريحات لصحيفة "ماركا" الإسبانية: «إن كريستيانو رونالدو لديه شغف بالتميز. يتقلبه بشكل مبدع إلى زملائه على أرض الملعب».

ويرى مارتينيز أن سر استمرار رونالدو في منتخب البرتغال رغم كبر سنه بل واستمراره أساسياً له عدة أسباب: «هناك 3 ركائز تحللها باستمرار: الموهبة، والخبرة، والروح التي يضيئها على المنتخب. إن التزامه الدائم بالتواجد والمساهمة هو ما يمكنه كقائد من التواجد بشكل مستمر». وأكمل: «إن شغفه بالتميز مبدع في الملعب. 25 هدفاً في 30 مباراة كمهاجم يؤكد أن ما يقدمه على أرض الملعب يساهم بشكل كبير في نجاح المنتخب».

وأعرب مدرب البرتغال عن رغبته في تتويج رونالدو بلقب كأس العالم الصيف المقبل، معتبراً أن هذا هو ما يتمناه من صميم قلبه. وعن تأثير الدون على أرض الملعب على المدافعين علق: «رونالدو بدأ كجناح وأصبح الآن أقرب لمركز رأس الحربة وهذا يضر زيادة معدلاته التهديفية. إنه يؤثر على الخصوم كذلك، يفتح المساحات لزملائه لأن هناك 2 يراقبونه هو فقط».

## باريس سان جيرمان يخطط لتمديد عقد لويس إنريكي حتى 2033

كشفت تقارير صحفية عن تحركات داخل نادي باريس سان جيرمان الفرنسي لتأمين مستقبل المدير الفني الإسباني لويس إنريكي، من خلال تقديم عرض جديد لتجديد عقده الحالي، الذي ينتهي في جوان 2027. وذكرت صحيفة «ماركا» الإسبانية أن إدارة النادي الباريسي تسعى لمنح لويس إنريكي عقداً طويل الأمد، تقديراً للنجاحات الكبيرة التي حققها مع الفريق خلال الفترة الماضية، والتي عززت ثقة المسؤولين في مشروعه الفني.

وأوضحت الصحيفة أن باريس سان جيرمان يخطط لتمديد عقد المدرب الإسباني لمدة ست سنوات إضافية، ليظل على رأس القيادة الفنية للفريق حتى عام 2033. وأضاف التقرير أن لويس إنريكي يبدي ترحيباً بفكرة الاستمرار مع النادي، في ظل حالة الاستقرار التي يشعر بها، إلى جانب العلاقة القوية التي تربطه بإدارة باريس سان جيرمان. ويذكر أن المدرب الإسباني حقق موسماً تاريخياً مع النادي الباريسي، بعدما قاده للتتويج بخصماسة غير مسبوقة شملت دوري أبطال أوروبا، وكأس السوبر الأوروبي، والدوري الفرنسي، وكأس فرنسا، إلى جانب كأس السوبر الفرنسي.

الفرنسي.

والكوونغو الديمقراطية وجامايكا. وقال مارتينيز في

تصريحات لصحيفة "ماركا" الإسبانية: «إن كريستيانو رونالدو

لديه شغف بالتميز. يتقلبه بشكل مبدع إلى زملائه على أرض الملعب».

ويرى مارتينيز أن سر استمرار رونالدو في منتخب البرتغال رغم كبر سنه بل

واستمراره أساسياً له عدة أسباب: «هناك 3 ركائز تحللها باستمرار: الموهبة،

والخبرة، والروح التي يضيئها على المنتخب. إن التزامه الدائم بالتواجد

والمساهمة هو ما يمكنه كقائد من التواجد بشكل مستمر».

وأكمل: «إن شغفه بالتميز مبدع في الملعب. 25 هدفاً في 30 مباراة كمهاجم يؤكد أن ما يقدمه على أرض الملعب يساهم

بشكل كبير في نجاح المنتخب».

وأعرب مدرب البرتغال عن رغبته في تتويج رونالدو بلقب كأس العالم

الصيف المقبل، معتبراً أن هذا هو ما يتمناه من صميم قلبه.

وعن تأثير الدون على أرض الملعب على المدافعين علق: «رونالدو بدأ

كجناح وأصبح الآن أقرب لمركز رأس الحربة وهذا يضر زيادة معدلاته

التهديفية. إنه يؤثر على الخصوم كذلك، يفتح المساحات لزملائه لأن

هناك 2 يراقبونه هو فقط».



## إنذار نهائي يدفع تير شتيغن خارج أسوار برشلونة

تلقى الألماني تير شتيغن، حارس برشلونة، رسالة حاسمة خلال الساعات الماضية، قربته كثيرا من الرحيل عن البارسا خلال الميركاتو الشتوي المقبل. ووفقا لصحيفة "أس" الإسبانية، فإن شتيغن تلقى رسالة مفادها إما اللعب أو الاستبعاد من المنتخب الألماني، في الفترة المقبلة. وتحدث رودي فولر، المدير الرياضي للمنتخب الألماني، عن مستقبل مارك أندريه تير شتيغن ودوره مع المانشافت. وحذر اللاعب السابق من أن حارس مرمى برشلونة يواجه "أسابيع حاسمة"، إذ أن قلة مشاركاته في المباريات منذ تعافيه من الإصابة، قد تؤثر على مشاركته في كأس العالم. وفي حديثه لصحيفة "كيكر"، أوضح فولر: "لا يهم إن بقي في برشلونة أو انتقل إلى ناد آخر، ففي النهاية عليه أن يلعب. وحينها ستكون جميعا سعداء لأجله إذا ما أتاحت له الفرصة، بعد سنوات طويلة قضاها كحارس مرمى عالمي في ظل مانويل نوير، للعب في كأس العالم". وأكد أن الاتحاد الألماني يتابع عن كثب وضع حارس المرمى، موضحا أن تير شتيغن على اتصال وثيق بمدير حراس المرمى، أندرياس كرونبرغ، ما يعكس حرص الجهاز الفني على جاهزيته للمنافسة.

ومع تفضيل هانز فليك، مدرب برشلونة، لخوان جارسيا كحارس مرمى أساسي لبرشلونة، وتألقه بشدة مؤخرا، تشير كل الدلائل إلى أن الحارس الألماني الدولي سيضطر للبحث عن ناد آخر خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة. لضمان حصوله على وقت اللعب الذي يحتاجه. ترك فولر ترتيب حراس المرمى مفتوحا، متطلعا إلى أولى المباريات الدولية في مارس 2026، ورغم اعترافه بصعوبة تحديد ما إذا كان على المدرب جولييان ناغلسمان وضع ترتيبا نهائيا بحلول ذلك الوقت، أضاف: "قد يبقى الأمر مفتوحا بعض الشيء، لأن الكثير يعتمد على مارك أندريه. كيف حاله؟ وماذا يفعل؟". وفي هذا السياق، لم ينس فولر تسليط الضوء على منافس حارس مرمى برشلونة الحالي في المنتخب الألماني، "أوليفر باومان (هوفنهايم) يقدم أداء رافعا حتى الآن".

## ورطة دفاعية تفرض على برشلونة التحرك مبكرا في الميركاتو الشتوي

أقر المدرب هانسي فليك، عقب مواجهة برشلونة وفاريال، بأن النادي الكتالوني يدرس بجدية خيار التعاقد مع قلب دفاع خلال فترة الانتقالات الشتوية، في ظل تعقد الوضع الدفاعي خلال الأسابيع الماضية. فقد افتتح برشلونة سلسلة أزماته بغياب رونالد أراوخو لفترة غير محددة بسبب ظروف نفسية، مع احتمالية عودته تزامنا مع أسبوع التدريب، بعدما يكون قد ابتعد عن الملاعب قرابة شهر كامل. ولم تلبث الأمور أن ازدادت صعوبة بإصابة أندرياس كريستنس، التي كان يُعتقد مبدئيا أنها ستبعده عن المنافسات لمدة أربعة أشهر، ما جعل فليك يعتمد حاليا على خيارين أساسيين فقط في قلب الدفاع، هما إريك غارسيا وباو كوبيارسي. وتقلص البدائل المتاحة أمام الجهاز الفني إلى خيار مؤقت يتمثل في جيرارد مارتي، إلى جانب إمكانية اللجوء إلى جول كوندي في حالات استثنائية، رغم أن هذا الاحتمال يظل ضعيفا نظرا لغياب ظهير أيمن بديل، فضلا عن إصابة عناصر من الفريق الريد، أبرزهم لاندري فاري وتشافي إسبارت. وأمام هذا الواقع، بات لزاما على إدارة برشلونة، بقيادة المدير الرياضي ديكو، تقييم الخيارات الممكنة في سوق الانتقالات. وتعود جذور هذه الأزمة إلى رحيل إينغو مارتينيز إلى الدوري السعودي في صفقة انتقال حر خلال الصيف الماضي، في وقت فضل فيه النادي عدم تعزيز مركز قلب الدفاع، رغم ما يتسم به هذا المركز من قابلية للتعرض للإصابات، إضافة إلى محدودية الصلاية البدنية لدى كريستنس. وقد كشفت التطورات الأخيرة، سواء المتعلقة بأراوخو أو اللاعب الدنماركي، عن الحاجة الملحة إلى تدعيم هذا الخط بلاعب يتمتع بالقوة والخبرة. غير أن المهمة تبدو معقدة أمام ديكو، خاصة أن استراتيجية النادي كانت تركز على التعاقد مع قلب دفاع من الطراز الرفيع ابتداء من موسم 2026-2027، حيث تداولت تقارير صحفية أسماء بارزة مثل يوشكو غفاردول وأليساندرو باستوني، كما طرح اسم الألماني نيكو شلوتريك، مدافع بوروسيا دورتموند. إلا أن استخدام أي من هذه الأسماء خلال منتصف الموسم يُعد أمرا شبه مستحيل في ظل الظروف الحالية.

## لاعب ريال مدريد يطلب الحصول على راحة

كشف تقرير صحفي إنجليزي، عن أسباب تراجع لاعب ريال مدريد، خلال الفترة الماضية. وتراجع مستوى أكثر من لاعب في ريال مدريد خلال الفترة الماضية، ما أسفر عن تدهور نتائج الفريق في بطولة الليغا وفقدان الصدارة. ويأتي على رأس هؤلاء اللاعبين، الإسباني دين هويسين، والذي انضم للريال في الصيف الماضي، قادما من بورنموث، مقابل 60 مليون يورو، ولمدة 6 مواسم. وبحسب صحيفة "ذا أثلتيك" البريطانية، فإن مصادر مقربة من هويسين عبرت عن إحباطها من الانتقادات الموجهة للاعب. وأضاف المصدر، أن هويسين يعاني من الإجهاد بسبب ضغط المباريات، وهو أمر لا تضعه الجماهير في الاعتبار. وغاض هويسين حوالي 50 مباراة خلال عام 2025، سواء مع ريال مدريد أو ناديه السابق بورنموث أو منتخب إسبانيا. ولت المصدر وفقا للصحيفة البريطانية، إلى أن محيط هويسين يرى أن اللاعب يجب أن يحصل على فترة راحة كي يتعافى من الناحية البدنية بشكل جيد. ويلتقي ريال مدريد مع نظيره ريال بيتيس، يوم 3 يناير المقبل، ضمن لقاءات الجولة 18 لليغا.

## ريال مدريد يتخلص من إندريك باتفاق ثلاثي

توصل نادي ريال مدريد الإسباني لاتفاق بشأن التخلص من مهاجمه البرازيلي الشاب، إندريك، خلال فترة الانتقالات الشتوية في جانفي المقبل. كشفت صحيفة "ليكيب" الفرنسية أن إندريك سينتقل إلى صفوف أولمبيك ليون على سبيل الإعارة لمدة ستة أشهر حتى نهاية الموسم الجاري. أضافت "اتفاق الناديين على الصفقة، حيث سيدفع ليون 6 ملايين يورو مقابل استعارة المهاجم البرازيلي الشاب". ولفتت إلى أن النادي الفرنسي اتفق أيضا على تحمل 50% من راتب إندريك، طوال مدة الإعارة. وغاب إندريك البالغ من العمر 19 عاما عن حسابات تشابي ألونسو، مدرب ريال مدريد، حيث أشركه في 3 مباريات فقط منذ بداية الموسم الجاري. وانضم إندريك لصفوف ريال مدريد في صيف 2024 بأكثر من 60 مليون يورو، قادما من بالميراس البرازيلي. وفي موسمه الأول بقميص الريال، سجل إندريك 7 أهداف في 37 مباراة تحت قيادة المدرب الإيطالي المخضرم، كارلو أنشيلوتي، المدير الفني الحالي لمنتخب البرازيل.

## تيباس: أزمة الريال فيلم مكرر.. ومقارنة الليغا بالبريميرليغ حماقة

جدد رئيس رابطة الدوري الإسباني خافيير تيباس هجومه ضد نادي ريال مدريد، متهمًا إياه بأنه المسؤول الرئيسي عن التوتر والاحتقان في الكرة الإسبانية، خاصة ضد الحكام والبطولة بشكل عام. وذلك في مقابلة مع صحيفة "سبورت" الكتالونية. وأكد تيباس أن النادي الملكي من خلال قنواته التلفزيونية الرسمية وتصريحات رئيسه فلورنتينو بيريز يبني رواية خاطئة ومضللة تربط الأخطاء التحكيمية الحالية بقضية نيغيرا القديمة المتورط فيها برشلونة بين عامي 2017 و2019. وقال تيباس: "ما يولد التوتر في هذه الحالة ليس برشلونة، ولا الأندية الأخرى، إنما ريال مدريد هو من يهاجم الجميع. إنه ضد برشلونة وضد الحكام وضد كل شيء. وأعتقد أن ذلك يتم بطريقة خاطئة ومغلوطه، مع رواية غير مفيدة على الإطلاق". وأضاف رئيس الليغا أن هذه الحملة تسبب احتقانًا مستمرا. وشدد على أن الرابطة كانت أول من قدم شكوى رسمية إلى النيابة العامة بشأن قضية نيغيرا، مطالبة بالتحقيق الكامل وفرض العقوبات الرياضية إن لزم الأمر، "رغم أن الجريمة قد سقطت بالتقادم في إسبانيا" وفق قوله.

### تنافسية الليغا وصعوبة فوز الكبار

وانتقل تيباس إلى الحديث عن مستوى التنافسية العالي في الدوري الإسباني، مؤكدا أن الأندية الكبرى مثل ريال مدريد تواجه صعوبة كبيرة في الفوز خارج أرضها، حيث غالبا ما تكون المباريات متقاربة وتنتهي بتعادلات أو هزائم. مفاجئة وأشد بفرق مثل فياريال على تنافسيتها المستمرة، ويعرق أخرى مثل سيلتا فيجو التي تحقق نتائج إيجابية غير متوقعة مما يعكس عدم وجود نتائج محددة، وصعوبة الفوز للجميع. رفض تيباس فكرة وجود أزمة حقيقية في ريال مدريد، واصفا الحديث عنها بأنه "فيلم مكرر شاهده كثيرًا". وأوضح أن الضغط الإعلامي يفرض على الأندية الكبرى الفوز دائما وبأسلوب جذاب، وأن عدم تحقيق ذلك في بعض الجولات يؤدي فورًا إلى الحديث عن أزمات رغم أن الفريق نفسه بنفس اللاعبين والمدرّب كان ينهي المواسم السابقة بقوة ويوسع الفارق إلى 6 أو 7 نقاط.

### المقارنات مع البريميرليغ؟.. هذه حماقة!

كما انتقد تيباس "المقارنات السريعة" بين أداء الأندية الإسبانية والإنجليزية في دوري أبطال أوروبا، خاصة في مرحلة المجموعات، واصفا إياها بـ "الحماقات الحقيقية"، ودعا إلى تقييم الأداء على مدى مواسم متعددة، مشيرًا إلى استحالة الحفاظ على أعلى مستوى في جميع البطولات لسنوات طويلة، وأنه "حتى الأندية الإنجليزية تعاني من مخاوف مشابهة أمام الإيطاليين".



# فولر ينصح شتيفن بمغادرة برشلونة حفاظا على فرصه في مونديال 2026

وجه رودي فولر، أسطورة الكرة الألمانية والمدير الرياضي لمنتخب ألمانيا، نصيحة مباشرة إلى مارك أندريه تير شتيفن، حارس مرمى نادي برشلونة الإسباني، بضرورة الرحيل عن صفوف الفريق الكتالوني خلال الفترة المقبلة، من أجل الحفاظ على حظوظه في التواجد مع منتخب الماكينات في كأس العالم 2026. ونقلت صحيفة «موندو ديبورتيفو» الإسبانية تصريحات فولر، التي أكد خلالها أن شتيفن مطالب بحسم موقفه مع برشلونة، سواء بجل مشكلته الحالية داخل النادي أو البحث عن تجربة جديدة خلال سوق الانتقالات الشتوية في شهر جانفي المقبل. وأوضح فولر أن الأهم بالنسبة له هو مشاركة شتيفن بشكل منتظم، مشيرًا إلى أن مكان تواجدته سواء داخل برشلونة أو خارجه لا يمثل أهمية بقدر حصوله على فرصة اللعب، وهو ما سينعكس إيجابيا على مستواه وحضوره الدولي. وأضاف المدير الرياضي لمنتخب ألمانيا أن شتيفن ظل لسنوات طويلة حارسا من الطراز العالمي في ظل وجود مانويل نوير، إلا أن الفرصة أصبحت مواتية الآن ليكون الحارس الأساسي لمنتخب في نهائيات كأس العالم المقبلة، بشرط استمراره في المشاركة. وأشار فولر إلى أن هوية الحارس الأساسي لمنتخب ألمانيا في المونديال لا تزال مفتوحة، مؤكداً أن الأمر يعتمد بشكل كبير على قرارات شتيفن ومستواه خلال المرحلة القادمة، يذكّر أن تير شتيفن بات الخيار الثالث في ترتيب حراس مرمى برشلونة خلال الفترة الحالية، خلف الثنائي خوان جارسيا وفويتشيك تشيزني.

## فولر: بلوغ ربع نهائي "مونديال 2026" سيُعد نجاحاً لألمانيا

أعرب رودي فولر، مدير المنتخب الألماني لكرة القدم، عن ترحيبه بعودة حارس مرمى برشلونة، مارك أندريه تير شتيفن، إلى الملاعب، بعد تعافيه من الإصابة، لكنه وجه له رسالة واضحة مفادها أن المشاركة بانتظام في المباريات هي الشرط الأساسي للوجود بقائمة الماكينات في «مونديال 2026»، بأميركا وكندا والمكسيك. وتسلم تير شتيفن راية الحارس الأول لمنتخب ألمانيا بعد اعتزال مانويل نوير دوليا، لكن لعنة الإصابات والأزمات الداخلية في نادي برشلونة حذت من طموحاته، ورغم عودته للمشاركة في فوز فريقه، الأسبوع الماضي، ببطولة كأس ملك إسبانيا، شدد فولر، في تصريحاته لمجلة «كيكر شپورتس»، على ضرورة مشاركة الحارس بصفة مستمرة، سواء استمر في برشلونة أم انتقل لناد آخر في جانفي المقبل؛ لضمان استقلال فرصته التاريخية في حراسة مرمى ألمانيا في كأس العالم بعد سنوات طويلة من الوجود بديلا لنوير.

وأثنى فولر، الفائز مع منتخب ألمانيا بلقب «مونديال 1990»، على الانطلاقة الصاروخية للمهاجم الشاب نيك فونتمانيد، الذي انتقل من شتوتغارت إلى نيوكاسل يونايتد الإنجليزي، في صفقة ضخمة بلغت 80 مليون يورو، مشيرًا إلى أن تسجيله 7 أهداف في 14 مباراة جعل من هذا المبلغ «صفقة رابحة» نظرا لمهارته الاستثنائية. وفيما يتعلق بسقف طموحات المنتخب الألماني تحت قيادة المدرب يولييان ناغلسمان في «المونديال»، ألمح فولر إلى أن الوصول الدور نجا، وعد أن الأمر يعتمد على الأداء داخل الملعب، خاصة في ظل قوة منتخب فرنسا وإنجلترا.

# بتنازلات لضمان الاستمرار... بايرن يفتح ملفاته التمديد والرحيل

يعمل بايرن ميونخ على استغلال فترة التوقف الحالية المرتبطة بالعطلة الشتوية، من أجل حسم بعض الملفات المهمة، سواء المتعلقة بضم لاعبين جدد أو بتجديد عقود آخرين، إلى جانب إنهاء المسات الأخيرة في مفاوضات الراحلين. ويتصدر بايرن ميونخ ترتيب الدوري الألماني برصيد 41 نقطة بعد مرور 15 جولة، مقدما عروضاً مميزة على الصعيدين المحلي والأوروبي، ليؤكد نفسه مرشحا قويا للمنافسة على جميع الألقاب هذا الموسم.

## تنازلات

يدرس بايرن ميونخ تقديم تنازلات للمدافع الفرنسي دايو أوباميكانو من أجل التوصل أخيرا إلى اتفاق نهائي بشأن تمديد عقده. ورغم وجود اتفاق مبدئي بين النادي واللاعب حول الشروط المالية، فإن نقطة الخلاف الرئيسية التي عطلت التوقيع حتى الآن تتمثل في الشرط الجزائي. ويطالب ممثلو أوباميكانو بوضع شرط جزائي تبلغ قيمته نحو 65 مليون يورو، غير أن الخلاف الحقيقي يدور حول موعد سريان هذا البند، بحسب صحيفة بيلد الألمانية. ويصر وكلاء اللاعب على أن يكون الشرط الجزائي قابلا للتفعيل في وقت مبكر جدا، وتحديدًا في العام الأول بعد التمديد (أي في 2027)، بينما كان موقف إدارة بايرن ميونخ، حتى وقت قريب، يتمثل في أن يبدأ مفعول هذا البند بعد عام واحد من ذلك الموعد (أي في 2028). ومع ذلك، وتجنباً لانتهيار المفاوضات، تدرس إدارة العملاق البافاري حاليًا النزول عند رغبة اللاعب، والموافقة على تفعيل الشرط في 2027، لضمان حسم العقد الجديد.

## ضغوط

تأتي هذه الرغبة في تقديم تنازلات من جانب بايرن في ظل الضغوط والمنافسة الشرسة من أندية كبرى، مثل ريال مدريد وباريس سان جيرمان، اللذين يراقبان وضع المدافع الفرنسي عن كثب. وتدرك إدارة النادي أنها بحاجة إلى تقديم عرض لا يقتصر على الجوانب الرياضية والمالية الجاذبة فحسب، بل يشمل أيضا مرونة في بنود العقد لضمان استمرار اللاعب. فالموافقة على هذا الشرط ستضمن لبايرن بقاء أوباميكانو لموسم إضافي على الأقل، مع تأمين مبلغ 65 مليون يورو في خزينة النادي حال قرر اللاعب الرحيل مستقبلا، بدلا من المخاطرة بفقدانه مجانا في حال فشل التوصل إلى اتفاق.

## بايرن ميونخ يبدأ فترة التوقف الشتوي... ويتطلع لاستعادة المصاين

يبدأ نادي بايرن ميونخ فترة التوقف الشتوي وهو في قمة مستوياته الفنية، محققا حصيلة هائلة بلغت 22 انتصارا في 25 مباراة خاضها هذا الموسم. ورغم الهيمنة الواضحة للنادي البافاري وتصدره للدوري الألماني بفارق 9 نقاط عن أقرب ملاحقيه، فإنه يأمل في استغلال فترة التوقف الشتوية لاستعادة لاعبيه المصاين، بعدما اضطر لخوض مواجهته الأخيرة ضد هايدنهايم بقائمة محدودة للغاية من اللاعبين المتاحين. واكتسح بايرن فريق هايدنهايم برعاية نظيفة تزامنا مع تسجيل النجم الإنجليزي هاري كين رقما قياسيا تاريخيا، إذ أصبح أسرع لاعب في تاريخ «البوندسليغا» يصل إلى 100 مساهمة تهديفية خلال موسمين ونصف موسم فقط، مما يجعله العنصر الأهم في مساعي المدرب فينسنت كومباني لتحقيق الثلاثية (البوندسليغا وكأس ألمانيا ودوري أبطال أوروبا). لكن بايرن يعاني من أزمة غيابات وصفتها كومباني بأنها تشبه ظروف أزمة كورونا، حيث افتقد الفريق جهود مانويل نوير وجوشوا كيميشت وجمال موسيالا بسبب الإصابات، بالإضافة إلى غيابات أخرى مفاجئة بسبب المرض طالت ألكسندر بافلوفيتش وساشا بوي. ويتطلع العملاق البافاري إلى عودة معظم المصاين مع استئناف المنافسات في 11 جانفي المقبل، بمواجهة فولفسبورغ، خصوصا فيما يخص جمال موسيالا الذي غاب لفترة طويلة بسبب إصابته بكسر في الساق.

## بايرن ميونخ يعزز دفاعه بموهبة شاببة في الميركاتو الشتوي

حسم نادي بايرن ميونخ الألماني اتفاقه على تدعيم الخط الخلفي للفريق بصفقة جديدة، تمهيدا لإتمامها خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة. وذكر خبير سوق الانتقالات فابريزيو رومانو، عبر حسابه الرسمي على منصة «إكس»، أن إدارة النادي البافاري توصلت إلى اتفاق نهائي مع نادي أوكاس الإكوادوري للتعاقد مع المدافع الشاب فيرجيليو أولايو، على أن يتم حسم الصفقة خلال شهر يناير المقبل. وأشار رومانو إلى أن اللاعب يستعد لتوقيع عقده مع بايرن ميونخ خلال الساعات القليلة المقبلة، بعقد يمتد لمدة أربع سنوات ونصف، في إطار خطة النادي لدعم الفريق بعناصر شابة ذات مستقبل واعد. وعلى صعيد المنافسات المحلية، يستعد بايرن ميونخ لمواجهة فولفسبورغ ضمن منافسات الجولة السادسة عشرة من بطولة الدوري الألماني، والمقرر إقامتها يوم 11 جانفي المقبل. يذكّر أن بايرن ميونخ يتصدر جدول ترتيب الدوري الألماني برصيد 41 نقطة، مواصلا نتائجته القوية هذا الموسم.



## ليفربول يفكر باستعادة لاعبيه المعمار لتعويض إيزاك



مع تراجع البدائل الهجومية، يفكر نادي ليفربول باستعادة لاعبيه المعمار إلى أستون فيلا لتعويض الغياب الطويل لإيزاك ريجح أسطورة ليفربول جيمي كاراغر وجود «فرصة كبيرة، لعودة هارفي إليوت إلى صفوف الريذرز، وإنهاء إعارته غير الموفقة مع أستون فيلا، وذلك في أعقاب الإصابة الخطيرة التي تعرض لها ألكسندر إيساك. وجاءت إصابة المهاجم السويدي، التي يشتهب في كونها كسرا في الساق، عقيب تسجيله هدفا خلال فوز ليفربول على توتنهام بنتيجة 2-1، في لقاء السبت الماضي. وكانت هذه الإصابة ضربة موجعة

للاعب الذي بدأ أخيرا في استعادة مستواه، وهو المستوى الذي دفع إدارة ليفربول إلى استثمار مبلغ قياسي بلغ 125 مليون جنيه إسترليني للتعاقد معه الصيف الماضي، قبل أن يجبره الغياب المرتقب على الابتعاد عن الملاعب لفترة طويلة. وتمثل هذه المستجدات حسب ما نشرت صحيفة مترو البريطانية، أزمة حقيقية للمدرب أرني سلوت، لا سيما في ظل الغيابات المتزامنة التي يعاني منها الفريق، أبرزها غياب محمد صلاح بسبب مشاركته في كأس الأمم الإفريقية، وإصابة كودي جاكبو، إلى جانب خضوع لاعب الوسط واتارو إندو للعلاج. وفي هذا السياق، يرى كاراغر أن استعادة هارفي إليوت قد تشكل أحد الحلول الممكنة للتعويض من أزمة الإصابات، خاصة أن اللاعب يجيد اللعب في أكثر من مركز، سواء كصانع ألعاب (رقم 10)، أو كجناح أيمن، أو حتى في دور متأخر في خط الوسط عند الحاجة.

## يونايتد أم سيتي؟ ..

## تحديد

## موعد القرار

## النهائي لسيمينيو

لا يزال الصراع محتدما بين كبار الدوري الإنجليزي، للظفر بصفقة الغاني أنطوان سيمينيو نجم بورنموث، خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة. وأشارت شبكة "سكاي سبورتنس" إلى أن أندية مانشستر يونايتد ومانشستر سيتي وليفربول وتوتنهام تتصارع للفوز بخدمة سيمينيو في جانفي المقبل. وأوضحت الشبكة أنه في الوقت الحالي، يتقدم قطبا مدينة مانشستر السابق، بينما يدرس ليفربول خياراته خاصة بعد إصابة مهاجمه ألكسندر إيزاك، فيما يبدو توتنهام بعيدا عن السباق وقد يتجه نحو خيارات أخرى. وأضافت "سكاي سبورتنس"، أنها علمت من مصادرها بأن النجم الغاني سيحسم قراره النهائي خلال يومين. ولا يزال سيمينيو حائرا بشأن قراره، خاصة أنه لا يضمن مكانا أساسيا في مانشستر سيتي، كما أن رحيل المدرب بيب غوارديولا المحتمل عن السيتيزنز بنهاية الموسم الحالي، قد يؤثر على قراره. على الجانب الآخر، لا يزال مانشستر يونايتد يبني فريقا جديدا مع المدرب روين أموري، لكنه لا يشارك في المسابقات الأوروبية في الموسم الحالي، وهو ما يفتقده النجم الغاني. 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 جانفي المقبل. وينقسم هذا المبلغ إلى 60 مليون جنيه إسترليني كرسوم ثابتة، بالإضافة إلى 5 ملايين جنيه إسترليني كإضافات.

## توتنهام يستهدف ضم عمر مرموش في جانفي

كشف تقرير صحفي إنجليزي، عن رغبة نادي توتنهام في ضم المصري عمر مرموش، مهاجم مانشستر سيتي، في جانفي المقبل. وانضم مرموش إلى مانشستر سيتي، في جانفي الماضي، قادما من أينتراخت فرانكفورت، ورغم بدايته المميزة في النصف الثاني من الموسم الماضي، ومشاركته بشكل مستمر، إلا أن بالكاد يحصل على فرص للمشاركة هذا الموسم. وبحسب شبكة "تيم توك" الإنجليزية، فإن السبيرز يسعون لضم مرموش، في فترة الانتقالات الشتوية، بعد فشلهم في ضم البرازيلي سافينيو، جناح السيتي أيضا، في الصيف الماضي. ولفت التقرير، إلى أن توتنهام اتجه للتعاقد مع مرموش، كبديل لأنطوان سيمينيو، لاعب بورنموث، والذي يفضل الانتقال لصفوف ليفربول. وأضاف التقرير، إلى أن بيب غوارديولا، مدرب السيتي، يتمسك ببقاء عمر مرموش، رغم عدم الاعتماد عليه بشكل أساسي، لكن توتنهام يرغب في استعارته خلال شهر جانفي مع وضع بند خيار الشراء. وسيراقب توتنهام المستويات التي سيقدمها مرموش خلال بطولة أمم إفريقيا مع منتخب مصر، قبل بدء مفاوضات ضمه من صفوف مانشستر سيتي.

## غلاسكو: الكرة الإنجليزية لا تحترم "دوري المؤتمر"!

قال

التمساي  
أوليفر  
غلاسكو،  
المدير  
الفني  
كريستال  
كرة القدم  
تظهر  
الكافي  
المؤتمر  
جدول



وذكرت

البريطانية

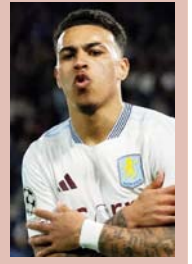
الإنجليزية المسؤولة عن أندية الدرجة الثانية والثالثة والرابعة والتي تنظم كذلك بطولة كأس الرابطة المحترفة، وتم رفض الطلب الذي تقدم به كريستال بالاس للاتحاد الأوروبي (يوييفا) بتأجيل مباراته بدوري المؤتمر، مع كوبس الفلندي لتقام في موعد مبكر عن مواعدها الأصلي، بينما تم نقل مباراة كأس الرابطة التي كان من المقرر إقامتها يوم 16 ديسمبر الحالي. وأضاف مدرب كريستال بالاس بعد الهزيمة أمام ليدز 1 - 4، السبت، «هذا هو انتقادي الوحيد لرابطة الأندية». وتابع: «أعتقد أن إقامة جولة من الكأس في موعد مباريات (دوري المؤتمر الأوروبي) تظهر عدم الاحترام لتلك البطولة، لأنهم لن يفعلوا ذلك في وقت تقام فيه مباريات دوري الأبطال والدوري الأوروبي». وأوضح: «أظن أن المشكلة الآن هي أن علينا خوض تلك المباراة، وكذلك علينا خوض مباراة أخرى بعد 3 أيام».

## روني: أستون فيلا لن ينافس آرسنال وسيتي على البريميرليغ

يعتقد واين روني أسطورة مانشستر يونايتد، أن أستون فيلا لن يستطيع منافسة آرسنال ومانشستر سيتي على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز، في الموسم الحالي. ويحتل آرسنال صدارة جدول ترتيب البريميرليغ برصيد 39 نقطة، بفارق نقطتين عن مانشستر سيتي صاحب المركز الثاني، فيما يحتل أستون فيلا المركز الثالث برصيد 36 نقطة. واتفق جاري نيفيل نجم مان يونايتد السابق مع رأي زميله في الشياطين الحمر روني، مؤكدا أن الصراع سيقصر على الثنائي آرسنال ومانشستر سيتي. وقال نيفيل في تصريحات نقلتها صحيفة "ميرور" الإنجليزية: «أستون فيلا يستحق الاحترام، لكنه لن يفوز بالدوري». وأضاف: «سأندش إن حدث ذلك، يجب أن تسوأ الأمور كثيرا بالنسبة لآرسنال ومانشستر سيتي حتى يفوز أستون فيلا بالدوري». ورد روني آراء زميله السابق، فبعد أن صرح مهاجم أستون فيلا بالدوري: «وردد روني برنامج "ماتش أوف ذا داي" بأن فيلا لا يزال في المنافسة، سئل روني عن رأيه، فأجاب على الفور: "لا، لا أعتقد ذلك، وهذا لا يعني التقليل من شأن أستون فيلا". وتابع: «إنهم ليسوا بمستوى آرسنال ومانشستر سيتي. إنهم يقدمون أداء ممتازا، بل رائعا، لكن الفوز باللقب يتطلب الكثير، ولا أعتقد أنهم سينافسون على اللقب». وعند سؤاله عن سلسلة انتصارات فيلا وخبرة مدربه أوناي إيمري، أضاف روني: "نعم، لكنني أعتقد أن الفوز بلقب البريميرليغ يتطلب شيئا مميزا، ولا أعتقد أن أستون فيلا في مستوى آرسنال أو مانشستر سيتي".

## روجرز: لا يوجد نادٍ أكبر من مانشستر يونايتد

يرى الإنجليزي مورجان روجرز نجم أستون فيلا، أنه لا يوجد نادٍ أكبر من مانشستر يونايتد، وذلك بعد التفوق عليه (2-1)، في الجولة 17 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وسجل روجرز هدفي أستون فيلا، فيما أحرز ماتبيوس كوتيا هدف



مانشستر يونايتد الوحيد، في المباراة التي أقيمت على ملعب فيلا بارك. وقال روجرز في تصريحات نقلتها شبكة "بي بي سي": «حققتنا فوزا ثمينًا في مباراة مهمة، ولا يوجد نادٍ أكبر من مانشستر يونايتد، دائما يكون خصما صعبا، ولم تكن جيديين أمامهم في المباريات الأخيرة، لذا أردنا تصحيح الوضع». وأضاف: «اللعب أمام الجماهير مختلف تماما عن اللعب دون جماهير، فهم دائما روح كرة القدم». وتابع: «اللعب على ملعبنا ممتع، الجماهير تساندنا دائما وهذا واضح في أذاننا، كل هذا يجعل اللعب هنا رائعا». وعن هدفه في مرمى مانشستر يونايتد بالتسديد في الزاوية العليا للمرمى أوضح: «هذا يتطلب جهدا كبيرا وساعات طويلة من التدريب، فقط عليك المحاولة، أحيانا يكون اليوم يومك، وفي أحيان أخرى لا، أمام اليونايتد كان يومي، وأنا سعيد بذلك».

وبهذا الانتصار رفع أستون فيلا رصيده 36 نقطة في المركز الثالث بفارق 3 نقاط عن آرسنال المتصدر، علما بأنه حقق 10 انتصارات متتالية في جميع البطولات لأول مرة منذ 100 عام.





## كونسييساو: إدارة ميلان خذلتني.. وبكيت بعد مواجهة إنتر

## كونتي: قدمنا بطولة مثالية، وسأكون كاذباً لو قلت هذا الأمر

استعاد البرتغالي سيرجيو كونسييساو، مدرب اتحاد جدة، ذكريات الأشهر الخمسة التي قضاها على رأس القيادة الفنية لميلان، مستعرضاً المحطات البارزة في مسيرته القصيرة مع "الروسونيري". قال كونسييساو، في تصريحات لصحيفة "لاغازيتا ديللو سبورت" الإيطالية: "أتذكر أياماً من العمل المكثف على مستوى تحليل الفيديو، والتحفيز، والخطابات التي تهدف إلى الدخول سريعاً إلى عقول اللاعبين. فزنا على يوفنتوس الذي كان يضم نجلي، ثم قلبنا النتيجة أمام إنتر وبكيت". وأضاف: "السيجار كان وعداً. اللاعبون، بعدما شاهدوا بعض المقاطع المصورة، طلبوا مني أن أدخنه في حال الفوز. مع بورتو فعلت ذلك 11 مرة، أي بعد الفوز باللقاب. أنا المدرب الذي فاز بأكثر عدد من البطولات هناك، ولذلك كررت الأمر".

أوضح المدرب البرتغالي عن تقييمه للفترة: "إيجابية. منذ عام 2017 وحتى اليوم، هناك مدربان فقط فازا باللقاب مع ميلان: بيولي، بلقب الدوري، وأنا. إذا جمعنا النقاط التي حصدها في فترتنا، فسنجد أننا كنا نسير بوتيرة تؤهلنا للدوري الأوروبي، أي المركز الخامس. النتائج كانت موجودة: أفكر في الفوزين في الديربي، والانتصار على روما. من المؤسف خسارة نهائي كأس إيطاليا، لكن بعض الأمور لم تعجبني".

تابع: "كان هناك عدم استقرار على المستوى الإداري، والبيئة المحيطة بالفريق لم تكن جيدة. لهذا أتمسك بما حققناه. إضافة إلى ذلك، لم أحصل على دعم من الإدارة. أضرب مثالا، بعد الفوز بكأس السوبر لعبنا أمام كالياري، وفي تلك الفترة كانت الشائعات تتردد حول بحث النادي عن مدربين آخرين. أنا كنت أفكر فقط في العمل والفوز، تحت ضغط النتائج. لم يكن لدي الوقت الكافي للعمل على جميع المستويات". وواصل: "هل كنت سأستمر؟ نعم، لكن مع بعض التغييرات. اللاعبون لم يخونوني أبداً، بل كانوا إلى جانبي. حتى ثيو هيرنانديز قال ذلك، بعد مباراة فينورد، عندما قال الناس إنه تعمد الحصول على بطاقة حمراء، دافعت عنه. كثيرون كتبوا لي عندما غادرت. أنا أطالب بالانضباط والصرامة، ثم أسمح للاعب بوزن عندما يحين وقته. إذا حضر لاعب بوزن زائد، أو تأخر، أو أمور مشابهة، فلا يمكنني تقبل ذلك. بالنسبة لي، في النهاية، جميع اللاعبين متساوون". وعن نجلة قال المدرب البرتغالي: "فرانشيسكو يقدم مستوى جيداً مع يوفنتوس. في المنزل نحاول الحديث عن كرة القدم بأقل قدر ممكن. الأهم أن يتركوا الهواتف في جيوبهم أثناء العشاء. طالبت بذلك أيضاً في بورتو وميلان. نجلي ظهر لأول مرة معي في البرتغال. في عام 2020، خلال فترة الإغلاق، قلت له: إذا كنت جاثماً فاشرب الماء. لقد كان ممتازاً قليلاً. التميز يتطلب التضحية والعقلية، ولو استطعت لأعرتة نهمي للنجاح؛ ليس لأنه يفتقر إليه، لكن لأن ظروفه كانت مختلفة، ففي سن الـ 16 كنت أعيل عائلتي لتأمين القوت، ومع ذلك أمنت به دائماً وهو كذلك".

في ختام حديثه، كشف كونسييساو عن كواليس مفاوضاته السابقة ومستقبله، قائلاً: "كانت هناك اتصالات مع لاتسيو وأندية أخرى، وتلقيت عروضاً حتى قبل التوقيع مع الاتحاد. الدوري هنا (في السعودية) تنافسي والطموحات عالية، والتدريبات تقام عصراً وليس صباحاً، عليك التكيف مع الثقافة المحلية، وهذا تحد أعشقه". وعن إمكانية العودة للكالانشيو، أجاب بحسم: "بالتأكيد، أعلم تماماً أنني سأعود للتدريب في إيطاليا يوماً ما".

### الصفقة الفاشلة..

## ميلان يتخلص من كابوس أوريغي

أكدت عدة مصادر إيطالية، أن نادي ميلان أنهى عقده مع البلجيكي ديفوك أوريغي، مهاجم الفريق، بعد أشهر طويلة من المفاوضات لإنهاء العقد. فبحسب ما ذكرته صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، فإن ميلان بعد اقتراب إعلان التعاقد مع نيكلاس فولكروغ مهاجم وست هام يونايتد، نجح النادي في التوصل إلى اتفاق وتوقيع الأوراق اللازمة لإنهاء عقد أوريغي بالتراضي. كان من المفترض أن يستمر العقد حتى جوان 2026، وكان اللاعب مهمشاً فعلياً لمدة عام ونصف، لكنه رفض إنهاء الصفقة قبل موعدها، فيما كانت آخر مباراة له بقميص ميلان في ماي 2023. انضم أوريغي إلى ميلان كلاعب حر قادماً من ليفربول في يوليو 2022، لكنه أثبت أنه أحد أسوأ الصفقات في تاريخ النادي. شارك في 27 مباراة وسجل هدفين، ضد مونزا وساسولو، ثم انتقل على سبيل الإعارة إلى نوتنجهام فورست لموسم 2023-2024. على الرغم من عودته إلى النادي في جويلية 2024، إلا أنه لم يلعب مجدداً، وتم إلحاقه بفريق شباب ميلان فوتورو في محاولة يائسة لإجباره على الرحيل. بحسب الصحيفة، بلغت قيمة هذا العقد 300 ألف يورو شهرياً، أي ما يقارب 4 ملايين يورو صافية في الموسم.

## غاتسي يتصدر خيارات أليغري الدفاعية وسط اهتمام ميلان

كشفت تقارير صحفية عن أبرز الأسماء التي يفضلها ماسيميليانو أليغري لتدعيم الخط الدفاعي، حيث يُعد المدافع الإيطالي فيديريكو غاتي الخيار الأقرب لقناعة المدرب الفنية خلال الفترة المقبلة. ورغم أن غاتسي لا يُفكر حالياً في الرحيل عن صفوف يوفنتوس، إلا أن هناك شعوراً إيجابياً وتقديراً متبادلاً بين اللاعب وأليغري، مدرب ميلان، ما يعزز من احتمالية التحرك لضمه في المستقبل.

ويُعد غاتسي من الركائز الدفاعية البارزة في جوفنتوس خلال المواسم الأخيرة، بفضل قوته البدنية والتزامه التكتيكي، وهو ما يتماشى مع فلسفة أليغري الدفاعية.

ومن المنتظر أن تتضح ملامح هذا الملف خلال الفترة المقبلة، خاصة في حال قرر ميلان تعزيز دفاعه بصفقة قوية من داخل الدوري الإيطالي.

## إنتر ميلان يفتح باب الرحيل أمام فراتيسي

أشارت تقارير صحفية إيطالية إلى أن نادي إنتر ميلان حسم موقفه بشأن مستقبل لاعب الوسط الدولي دافيدي فراتيسي، بعدما قرر إدراجه على قائمة البيع. خلال سوق الانتقالات الشتوية المقبلة، لكن بشرط واحد واضح. كصفقة بيع نهائي فقط، وبقيمة لا تقل عن 30 مليون يورو. فراتيسي، البالغ من العمر 26 عاماً، بات مرشحاً لمغادرة إنتر في يناير أو الصيف المقبل، بعدما تغيرت قناعة النادي تجاهه مقارنة بالموسم الماضي، حين كان غير مطروح للبيع. ووفقاً لـ "لاغازيتا ديللو سبورت"، و"سكاى سبورت إيطاليا"، فإن إدارة "النيراتزوري" باتت منفتحة على العروض التي تلبي شروطها المالي. بينما الاهتمام الأبرز يأتي من يوفنتوس، حيث أكدت التقارير اجتماع وكيل اللاعب بيبي ريزو مع مسؤولي "السيدة العجوز"، ما يعكس جدية الاهتمام. وفي المقابل، لا يزال نيوكاسل يونايتد يراقب الوضع، لكنه لم يحسم تحركه بعد. ويُفضل فراتيسي البقاء في الدوري الإيطالي لتضادي صعوبات التأقلم خارجياً، خاصة مع اقتراب الاستحقاقات الدولية، ورغم انفتاح إنتر على فكرة صفقة تبادل مع يوفنتوس، تتضمن الفرنسي كيرين تورام، فإن موقف "البينالكونيري" يبدو رافضاً للتضريط في لعبه، ما يجعل الحسم مرهوناً بعرض نقدي مباشر.



ونوه: «إذا نظرنا إلى عدد الفرص التي صنعناها، كان بإمكاننا أن نكون أكثر حسماً. كان أداء رانغا من الفريق بكل المقاييس. الهدف الأول جاء من لحظة سحر فردي، لكن باقي الفرص جاءت نتيجة تحضير وتحليل لكيفية إزعاج بولونيا». وأوضح: «مهمتنا كمدرسين هي زيادة معرفة اللاعب وجعله أقوى. أشعر أن كل من عملت معهم تطور، سواء في الفهم التكتيكي والتحركات أو في الذهنية. بالطبع تحتاج إلى الجودة لحسم المواقف، لكنك تحتاج أيضاً إلى فريق منظم يضع اللاعبين في الظروف المناسبة لاستخدام تلك الجودة». وعن راسموس هويوند، الذي قدم أداءً مميزاً بعكس فترته المخيبة في مانشستر يونايتد، أختتم كونتي: «كانوا يقولون إن راسموس لم يلعب في مانشستر، وكذلك ماكتوميني، فلماذا؟ أسألو أنفسكم بعض الأسئلة. كان على الجهاز الفني وأنا عمل نقوم به، وهناك سبب لوجودنا هنا في النهاية».



ظهر مدرب فريق نابولي في تصريحات صحفية عقب الفوز على بولونيا 2-0 في نهائي كأس السوبر الإيطالي، على ملعب الأول بارك، ليتوج نابولي باللقب للمرة الثالثة في تاريخه. وقال المدرب: «اللاعبون يستحقون التهئة على بطولة مثالية، سواء أمام ميلان أو بولونيا. أظهرنا مدى رغبتهم في هذا اللقب من أجل الجماهير، وسنحتفل الآن بعيد ميلاد مميز مع كأس جديدة في الخزانة. نأتي بعد الفوز بالسكوديتو وكأس السوبر الإيطالي، بعد التغلب على فرق قوية مثل إنتر وميلان وبولونيا».

وأضاف: «الفائزون هم من يبقون في التاريخ. لا تنسوا أن نابولي خسر نهائي السوبر قبل عامين أمام إنتر، وقليلون فقط يتذكرون ذلك. قدمنا مشواراً استثنائياً للفوز بالسكوديتو، وتغلبنا على فريق كبير مثل ميلان في نصف النهائي، فكانت رحلة رائعة، لكن في كرة القدم الشيء الوحيد الذي يهم هو من فاز».

وشدد: «لا أحد يهتم بالبحث عن الوصيف، لأنني خسرت العديد من النهائيات لأعباء ومدرباً. لا أحد يتذكر أنني كنت وصيف كأس العالم، أو نهائي أمم أوروبا، أو خسرت ثلاث نهائيات دوري أبطال أوروبا. ما يتذكرونه أنني هزمت بدوري أبطال أوروبا وكأس إنتركونتيننتال كلاعب».

واستطرد: «الخسارة في النهائي تزيد من عزيمتك، وتحاول ألا تعيش تلك اللحظات القبيحة مجدداً. إنها مؤلمة لأنك تعلم أنك قدمت مشواراً جيداً، لكن لا بد من وضع الكرز فوق الكعكة». وأردف: «أريد تهنئة بولونيا، لأنهم أصبحوا الآن من أبطال كرة القدم الإيطالية. فازوا بكأس إيطاليا، وأقصوا إنتر من نصف النهائي، وكانوا منافسين بقوة هذا المساء. فينتشينزو إيطاليانو واللاعبون والنادي يستحقون الإشادة على ما يقدمونه».

وعن سؤال حول ما إذا كان نابولي أصبح القوة الأولى في إيطاليا بعد الفوز بلقبين من آخر ثلاثة مواسم في الدوري، والتتويج بالسوبر، رد كونتي: «لا، لا أشعر أنني أستطيع قول ذلك على الإطلاق، سأكون كاذباً لو قلت هذا. فزنا باللقب الموسم الماضي بتشكيلة محدودة للغاية، وأدخلنا العديد من اللاعبين الجدد هذا الصيف، لذلك نحن غير جاهزين تماماً للسيطرة، إذا نظرت إلى جدول الدوري، علينا محاولة البقاء قريبين من مراكز دوري أبطال أوروبا لأطول فترة ممكنة، لأن هذا سيكون عاماً صعباً للغاية. توقع الأربعة الأوائل سيكون معقداً جداً».

واستطرد: «بتواضع، علينا أن ندرك أن العمل هو الطريق الوحيد للتقدم. لا أستطيع القول إننا جاهزون للقيادة، لأننا لسنا قريبين من ذلك على الإطلاق».

ونوه: «إذا نظرنا إلى عدد الفرص التي صنعناها، كان بإمكاننا أن نكون أكثر حسماً. كان أداء رانغا من الفريق بكل المقاييس. الهدف الأول جاء من لحظة سحر فردي، لكن باقي الفرص جاءت نتيجة تحضير وتحليل لكيفية إزعاج بولونيا». وأوضح: «مهمتنا كمدرسين هي زيادة معرفة اللاعب وجعله أقوى. أشعر أن كل من عملت معهم تطور، سواء في الفهم التكتيكي والتحركات أو في الذهنية. بالطبع تحتاج إلى الجودة لحسم المواقف، لكنك تحتاج أيضاً إلى فريق منظم يضع اللاعبين في الظروف المناسبة لاستخدام تلك الجودة». وعن راسموس هويوند، الذي قدم أداءً مميزاً بعكس فترته المخيبة في مانشستر يونايتد، أختتم كونتي: «كانوا يقولون إن راسموس لم يلعب في مانشستر، وكذلك ماكتوميني، فلماذا؟ أسألو أنفسكم بعض الأسئلة. كان على الجهاز الفني وأنا عمل نقوم به، وهناك سبب لوجودنا هنا في النهاية».



# جون تيري : فكرت في الانتحار بسبب إهدار ركلة جزاء بنهائي دوري الأبطال



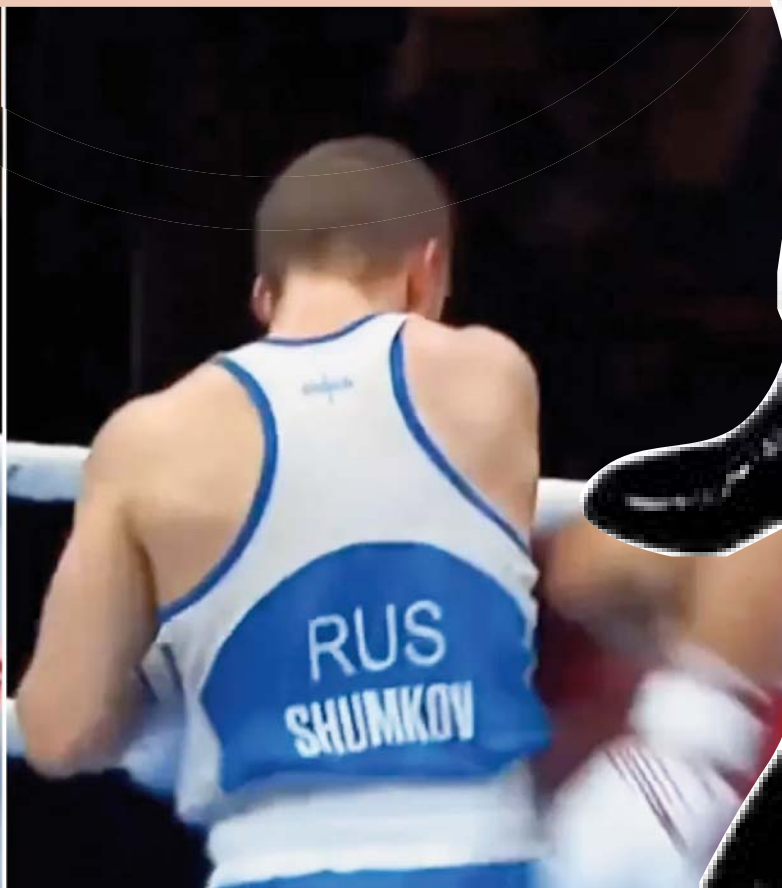
أقر الدولي الإنجليزي المعتزل جون تيري بأنه فكر في الانتحار بعد إضاعته لركلة ترجيح في نهائي دوري أبطال أوروبا نسخة 2007/2008. وأهدر تيري ركلة الترجيح الخامسة والحاسمة في مباراة فريقه الأسبق تشلسي ضد مواطنه مانشستر يونايتد التي جرت على ملعب لوجنيكي بالعاصمة الروسية موسكو. وتقدم تيري لتنفيذ الركلة الخامسة لكنه انزل لُق قبل التسديد بلحظات لترطم كرتة بالقائم، ومن سوء حظه فإن مانشستر يونايتد هو الذي خطف اللقب بعد فوزه بركلات الترجيح 6-7، بعد انتهاء تلك المباراة بالتعادل الإيجابي بهدف لكل فريق. وقال تيري (45 عاما) إنه دخل في حالة انهيار نفسي، وراودته فكرة مجنونة وذلك بالانتحار بالقفز من ارتفاع كبير في الفندق الذي كان يقيم فيه تشلسي حينها. وأضاف في بودكاست "ميني توكس" (Minnie Talks) "بعد المباراة عدنا إلى الفندق، وكنت في الطابق 25، نظرت من النافذة وقلت لماذا؟ لماذا حدث ذلك؟ كنت سأقفز. لا أقول إنه إذا مررت بنفس التجربة أنني سأقفز، لكن في تلك اللحظة تمز في رأسك أفكار كثيرة". وتابع تيري "بعدها صعد زملائي إلى الغرفة وأخذوني إلى الأسفل. إنها لحظة ماذا لو؟ التي لا تعرف معها ماذا يمكن أن يحدث". يذكر أن جون تيري دافع عن ألوان تشلسي لفترة طويلة امتدت بين عامي 1998 و2017، ونجح خلالها في الفوز بدوري الأبطال مرة واحدة. وغاب تيري عن المباراة النهائية التي جمعت بين تشلسي وبايرن ميونخ موسم 2011/2012، بداعي الإيقاف بعد حصوله على بطاقة حمراء في إياب نصف النهائي بتلك النسخة أمام برشلونة. وخلال مسيرته الطويلة مع تشلسي توج تيري بـ5 ألقاب في الدوري الإنجليزي الممتاز، إضافة إلى عدد من البطولات الكبرى الأخرى أبرزها الدوري الأوروبي مرة واحدة أيضا، مع ذلك لم تكن تلك الإنجازات كافية لمحو أثر زلة ركلة الجزاء تلك من رأسه. وتابع تيري "حتى اليوم ما زالت تلك الركلة في ذهني، صحيح أن تأثيرها قد خفت مع مرور السنوات، لكنها ما زالت تؤثر بي كثيرا". وزاد "أحيانا أستيقظ في منتصف الليل وأقول لقد حدث ذلك فعلا (إهدار تلك الركلة)، لماذا؟ لا أعتقد أن ذلك سيزول يوما". وختم تيري "في تلك اللحظة اكتشفت بسرعة كبيرة من هم أصدقائي الحقيقيين ومن هم الأشخاص الذين اهتّموا بي وهم قلة في كرة القدم لكن الحقيقيين يظهرون في الأوقات الصعبة، كان راي ويلكينز أول من اتصل بي ليتأكد أنني بخير، إضافة إلى عدد من الأشخاص الآخرين". وارتدى تيري قميص تشلسي في 717 مباراة بجميع

## مقتل بينيدا لاعب برشلونة الإكوادوري رميا بالرصاص

لقي المدافع الدولي الإكوادوري ماريو بينيدا مصرعه رميا بالرصاص في مدينة غواياكيل الساحلية الأربعاء، وفق ما أعلن نادي برشلونة إس سي. وياتت مدينة غواياكيل بؤرة للعنف المرتبط بالعصابات وتجارة المخدرات، حيث تعرض العديد من لاعبي كرة القدم في الإكوادور للاستهداف في الأشهر الأخيرة. وكان بينيدا، (33 عاما)، ضمن تشكيلة المنتخب الإكوادوري في كأس العالم 2018 ولكنه غاب عن مونديال 2022، كما ارتدى أيضا على سبيل الإعرار قميص نادي فلومينينسي البرازيلي في العام ذاته. وقال برشلونة إس سي في منشور على منصة "إكس": "نأسف لأبلاغكم، ببالحزن، أنه تم إخطارنا رسميا بوفاة لاعبنا ماريو بينيدا، وهو حدث وقع عقب هجوم تعرض له في غواياكيل". وطالب النادي من مشجعيه أن "يصلوا من أجل راحة نفسه وشجاعة جميع أفراد أسرته". وأكد وزير الداخلية الإكوادوري نبأ وفاة بينيدا، معلنا عن تكليف وحدة شرطة خاصة "للتحقيق في القضية". وذكر موقع "بريميباس" الإخباري أن بينيدا تعرض لهجوم من قبل شخصين يستقلان دراجة نارية، أطلقا النار عليه وعلى والدته وامرأة أخرى توفيت أيضا. وفي سبتمبر، قتل 3 لاعبين من دوري الدرجة الثانية في الإكوادور، ويزعم أن أحدهم متورط في مراهقات رياضية. وبعد شهر، أصيب اللاعب براين أنغولا في إطلاق نار. وياتت الإكوادور، التي كانت تعد من أكثر دول أميركا اللاتينية أمانا، مركزا رئيسا لعبور الكوكابين بين أكبر منتجيه، كولومبيا وبيرو والمستهلكين حول العالم.

## واقعة "عضة" تايسون الشهيرة تتكرر ببطولة العالم للهواة

شهد نهائي وزن الخفيف في بطولة العالم للملاكمة للهواة منعطفا دراميا أعاد للأذهان الحادثة الشهيرة لأسطورة الملاكمة العالمية مايك تايسون. ففي نزال محمود على الميدالية الذهبية لوزن 60 كيلوغراما أقيم في دبي، التقى الروسي "فيسفولود شومكوف" بالبطل الأولمبي الأوزبكي "عبد مالك خالوكوف" دخل خالوكوف النزال كمرشح قوي للفوز، خاصة أنه يحمل ذهبية بطولة العالم التي أقيمت في ليفربول مطلع العام الجاري، وفرض سيطرته في البداية بنسق سريع. إلا أن شومكوف استعاد توازنه في الجولات الأخيرة لينتهي النزال لصالحه بقرار الحكام (النقاط). والمفاجأة لم تكن في خسارة خالوكوف فحسب، بل في تعرضه لـ"عضة" في أذنه خلال المواجهة؛ ففي الجولة الثالثة، وأثناء تشابك الملاكمين عند الحبال، ظهر شومكوف بوضوح وهو يهاجم أذن خصمه، في مشهد يطابق واقعة تايسون وإيشاندر هوليفيلد الشهيرة عام 1997. المثير للدهشة أن الحكم لم يخصص أي نقاط من الملاكم الروسي، بينما يبدو أن خالوكوف فضل الهدوء وتجاوز الموقف في حينه، قبل أن ينشر لاحقا عبر حساباته صورة تظهر بوضوح الضرر الذي لحق بأذنه. ورغم تواري الواقعة عن عين الحكم، فإنها لم تفت على عشاق الملاكمة؛ حيث غرد أحد المتابعين واصفا تصرف شومكوف بـ"القذر" وأنه استحق الاستبعاد، في حين طالب آخر (يحمل العلم الأوزبكي) بضرورة معاقبة شومكوف، مؤكدا أن ما حدث "انتهاك صارخ للقواعد". يذكر أن الملاكم الأسطوري مايك تايسون استبعد من نزاله الشهير عام 1997، كما سحبت لجنة "نيقادا" الرياضية رخصته وفرضت عليه غرامة قدرها 3 ملايين دولار؛ وهي العقوبة القصوى حينها. وبالإضافة إلى الإيقاف لمدة عام، فقد هوليفيلد جزءا من أذنه نتيجة اعتداء تايسون الذي برر فعلته لاحقا باعتقاده أن هوليفيلد كان يتعمد نطحه برأسه باستمرار. ومع مرور السنوات، تصالح العملاقان ولا تزال تجمعهما علاقة طيبة. أما في الواقعة الأخيرة بين خالوكوف وشومكوف، فما زال الاتحاد الدولي للملاكمة يلتزم الصمت حيال المخالفات المرتكبة، وسط مؤشرات على اعتماد النتيجة رسميا. وفي المقابل، لم تهدأ الأصوات في أوزبكستان؛ حيث شن صحفيون ومسؤولون رياضيون هجوما حادا، مطالبين بإلغاء النتيجة وتجريد الملاكم الروسي من الفوز بسبب هذا السلوك "غير الرياضي".





# مساهمة الرياضة في إنقاص الوزن

يظن الكثيرون أن بإمكانهم تناول كل شيء من الحلويات والساكر لأنهم يمارسون الرياضة وأن الآثار السيئة لمثل هذه الأغذية سوف تذهب بمجرد ممارستها. لكن الحقيقة تكمن أنه لا هروب من الغذاء السيء. للرياضة العديد من الجوانب الإيجابية لكن النشاط البدني لوحده لا يساعد على تخفيض الوزن كما يقول الأطباء. يعلل الأطباء ذلك بأن الحركة والنشاط البدني قد زاد نسبياً في العالم الغربي في السنوات الثلاثون الأخيرة لكن في نفس الوقت إزدادت أيضاً السمنة والبدانة. الغذاء السيء أضر من التدخين والكحول، فالسبب الذي يجعل الكثير منا يزداد وزناً هو ليس بالضبط قلة الحركة بل هو نوعية وكمية السعرات الحرارية الزائدة التي نتناولها. يقول الأطباء أن اتباع نظام غذائي غير صحي يسبب المزيد من الأمراض بالمقارنة مع شرب الكحول والتدخين وقلة الحركة. كما قام الأطباء في الدراسة بانتقاد الشركات الغذائية بشكل حاد. على سبيل المثال شركة كوكا كولا التي تبين للجمهور أنه لا مشكلة من شرب منتجاتها في حال ممارسة الرياضة، وهذا غير صحيح على الإطلاق كما صرح به الخبراء في الدراسة. حيث يعلق طبيب و يقول أن الشخص الذي يعاني من السمنة ليس في حاجة فقط لممارسة الرياضة لتخفيف وزنه، لكن عليه فقط الإقلاع أو التقليل من تناول مثل هذه الأغذية أو بشكل عام تناول بكميات أقل مهما كان نوع الغذاء وهذه هي الحقيقة والسر في تخفيف الوزن. تناول بكميات أقل هو الذي يساعد بشكل مباشر في تخفيض الوزن. ويرى الأطباء أن المشكلة الأساسية هي كمية السعرات الحرارية من السكر. بزيادة كمية السعرات الحرارية يزداد خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني. أظهر الأطباء أن تناول 150 سعرة حرارية على شكل سكر يومياً يزيد من احتمال الإصابة بمرض السكري تسعة أضعاف، لكن نفس الكمية من السعرات الحرارية المستمدة من الدهون أو البروتين أقل بكثير من هذه النسبة. ووصل الأطباء إلى قناعة أن السعرات الحرارية المستمدة من السكر هو السبب الرئيسي في إنتشار السمنة والبدانة وناشداو الحكومات بإجراء المزيد من الجهود وحظر الإعلانات والدعايات التي تروج للمشروبات الغازية والوجبات السريعة. وصرح البروفيسور مارك بيكر من المعهد الوطني الصحة والرعاية في ألمانيا أمام هيئة الإذاعة البريطانية أن للرياضة دور كبير في تخفيف الوزن لكن فوائده تظهر إن تم التقليل من تناول السكريات ونصح جميع المؤسسات الرياضية ونواديها بحظر منتجات تحتوي على السكر كي يكونوا على الأقل قدوة لعامة الناس.

## الانتظام الرياضي

الانتظام الرياضي من بين المستحيل بالنسبة للبعض، وبالنسبة للبعض الآخر هو حلم ورغبة يريده حتى يكون لديه جسم رياضي يحلم به أو يراه في أحد أصدقائه. سواء كان شاباً أو بنتاً، كبيراً أو صغيراً، يرغب الجميع في ذلك، ولكن كما نعلم، فإن الأعمال ليست تفكيراً بالتمني بل هي اجتهاد. هذه هي المشكلة القوية التي يواجهها جميع الأشخاص في كثير من الأحيان في موضوع الانتظام الرياضي، حيث يحتاج جسم الإنسان إلى عمل مكثف لفترة طويلة للوصول إلى هذا الجسم الحالم، ول سوء الحظ يختلف كل جسد عن الآخر، على سبيل المثال هناك الجسم النحيل، الذي له أسبابه التي سنتحدث عنها ونجد أن هذا الشخص يريد أن يكون أكبر في عضلاته وجسمه، وهناك الدهون التي لا تحب أن تكون مترهلة ولا تمدد وغالباً ما تعاني في كل شيء، سواء المشي أو الجري وتساق السلم أو بذل أي جهد، وكل ذلك مع وجود رواسب على الكبد والعضلات وزيادة نسبة الكوليسترول في الدم مما يؤدي إلى تصلب الشرايين وزيادة خطر تجلط الدم. الموضوع ضار حقاً، حتى لو لم تدرك أنه خلال سنوات شبابك، ولكن غالباً ما بعد الثلاثين ستبدأ في تحديد ما إذا كنت نحيفاً أم سميناً، وكلاهما غير صحي بالنسبة لك. لذلك، فإن الانتظام الرياضي واجب في مثل هذه الحالات حتى تتمكن من التحكم في جسمك. واسمحوا لي أن أخبرك بخبر جيد، وهو أنه في بداية الانتظام الرياضي فقط، ستحتاج إلى أن تكون شديداً، ولكن بعد الوصول إلى الشكل الذي تريده، لن تحتاج إلى أن تكون شديداً، ولكنه سيكون كافياً بالنسبة لك لتنظيم مرة أو مرتين في الأسبوع حتى يعتاد جسمك على الجهد ويحافظ على حالته الجديدة. هذه هي المشكلة التي يضعها الوقت لا يتناسب الجميع وإذا افترضنا أن الشخص لديه الإرادة اللازمة، فليس لديه الوقت لممارسة الرياضة. ولكن هنا ستوفر لك المعرفة والتنظيم لشئوك التي قد تضيق إذا كان لديك الدافع، وغالباً ما يحتاج الجسم في البداية إلى مزيد من الوقت في صالة الألعاب الرياضية، مما يعني أن التدريبات ستأخذ معك في البداية الوقت لأنك غير عادي وهذه المرة ستكون تقريباً في غضون ساعتين، وهو وقت ليس على الإطلاق أبداً في البداية، لا تكن متحمساً للغاية وتذهب كل يوم لمدة ساعتين لأن الحماس الإضافي في كثير من الأحيان تتحول البدايات بشكل يائس بعد فترة. لسوء الحظ، يعتقد الكثير من الناس أنهم إذا استمروا لمدة أسبوعين في اليوم سيصبحون أرثوذكس تشيسنجر، لكن الحقيقة ليست كذلك. للوصول إلى أي مستوى بدني، تحتاج على الأقل إلى ستة أشهر من الانتظام الرياضي. بعد ذلك، سيكون العمل فقط للحفاظ على شكل الجسم ولا يحتاج إلى التماثل بنفس الشدة. لذلك، إذا كنت متحمساً جداً في البداية، فهذا ليس جيداً لأنك ستكون فخوراً، وبالتالي أوصيك بثلاثة أيام في الأسبوع لمدة ساعتين لمدة ستة أشهر. هذا أمر جيد للغاية مع ما مجموعه ست ساعات من التمارين في الأسبوع و 50 دقيقة في اليوم. هذا ليس كثيرًا حقاً. واجعل وقت التمرين يوماً للتمرين ويوماً بدون تمرين حتى تأخذ العضلات الراحة وتنمو في يوم الراحة. وستجد البشائر في النصف الثاني من الشهر الثاني، مما يعني أنه بعد شهر ونصف، إذا كنت نحيفاً، ستجد أن مستوى عضلاتك أصبح أكبر وأن قوتك العصبية أصبحت أكثر شدة، بينما سيجد السمين أنه فقد الكثير من الوزن وأصبح أعضابه أكثر توافقاً مع عضلاته التي تتراكم الدهون. ولكن خلال نهاية الشهر الثالث، ستكون مختلفاً تماماً عن اليوم الأول الذي قررت فيه المشاركة في الرياضة. لذلك لن تكون قد وصلت إلى الجسم المثالي تماماً، ولكن سيظهر الفرق وسيجعلك هذا تكمل رحلتك. ما الضرر الذي يلحقه بطريقتك في الحياة، وأن وقتك في صالة الألعاب الرياضية هو يوم إجازتك، وتسمع الموسيقى أثناء الجري، وتشعر بالتخلص من التوتر، إذا كنت تفكر في الرياضة المنتظمة كمساحة لك وليس وزناً، فهذا سيجعلك أنت تريد هذه الساعات الست في الأسبوع، خاصة وأن الموسيقى تزيد من الحماس والمشاعر العاطفية بشكل كبير، وقد تكون هذه هي الموسيقى التي تحفزك على ممارسة الرياضة جيداً أو القيام بالتمرين على محمل الجد دون الكسل، أما

بالنسبة لنوع الموسيقى، فإن رأيي الشخصي يجب أن يكون نوعاً متحمساً بمعنى أنه ليس من الجيد أن تركز وانت تسمع بيانو رقيقاً، لأنه غير ثابت، فانت تبذل جهداً، ولكن أذنك تريد شيء يمنحك من بذل المزيد من الجهد. رياضياً، لديك دافع أو دافع، لذلك على سبيل المثال، تجد أشخاصاً مفرمين بالرياضة يضعون الصور من الرياضيين كمثال مثالي لهم في غرفهم، والسبب هو أن هؤلاء الناس يريدون أن يصبحوا رياضيين، هذا في حد ذاته هو نوع من الدافع، أيضاً، في الصالات الرياضية، تجد دائماً شاشات تظهر مشاهير كمال الأجسام يمارسون في الروابط الرياضية حتى يراها المتدرب منهم ويرى مقدار الجهد الذي يبذلونه، ويحبهم، كل هذا جيد جداً، ولكن يجب أن يكون لديك نوع أعلى من كل هذا من حيث الدافع وهو الحافز الداخلي. وفقاً للدراسات الأمريكية، يمكن أن تمتد حياة أكثر بخمس سنوات من أولئك الذين لا يمارسون الرياضة، وخمس سنوات ليست قليلة على الإطلاق، وهذا معدل متوسط يعني أنه يمكن أن يكون أكثر. بخلاف ذلك، تجعلك الرياضة جميلة ومقبولة للمجتمع. دائماً ما يتمتع الشخص الجميل بحضوره دون بذل جهد اجتماعي لأن الجميع يحب الجمال، ويحب الشخص بشكل خاص جمال الجسم، سواء كانت امرأة أو رجل، وبالتالي، فإن وجود جسم رياضي سيجعلك محبوباً ومرموقاً حقاً، ولن يقلل أحد من شأنك سواء كنت سميناً أو نحيفاً. بخلاف كل هذه الثقة بالنفس، وحقيقة أن معظم أولئك الذين لديهم جسم متناغم هم شخصيات واثقة للغاية لأنهم يشعرون بالكمال ولديهم بنية الجسم المثالية وهذا مطبوع على شخصيتهم لذلك هم شخصيات وقادة أقوياء وسيقبل الناس بسهولة قيادتهم لأن أجسادهم مثالية نعم هذه حقيقة، وهناك دراسة قاموا بتطبيقها على المديرين مع هيئة منسقة وعلى المديرين المنتظمين، وبنسبة كبيرة جداً، جاءت النتائج التي قام بها الموظفون لا تمنع في قرارات الهيئة المنسقة، لكن المدير مترهل أو رفيع المظهر، وعادة ما تكون قراراته غير مرغوبة للموظفين. أخيراً، النظام الرياضي ليس مستحيلاً ولا تحتاج إلى الوقت الكبير الذي تعتقد أنك بحاجة إليه بل بالأحرى أن تتخذ القرار في حياتك وتواجه نفسك جسمك له الحق ويجب أن يكون لديك جسم رياضي وأنت صغير. سيوفر لك هذا الكثير خلال رحلة حياتك في بناء علاقات شخصية ناجحة، حيث أن معدل قبولك للأشخاص سيكون أكثر من 95 في المئة، لذلك لا تتوقف ولا تكون كسولاً بشأن هذا القرار، واعتقد أن ست ساعات في الأسبوع ليست كثيرة، ولكن يمكنك توفيرها من وقت فراغك في الأسبوع بكل بساطة.

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

SPORT  
يومية رياضية جزائرية

من أجل اشارككم توجهوا إلى:  
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار 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  
programmation.regie@anep.com.dz  
agence.ora@anep.com.dz  
agence.annuaire@anep.com.dz  
agence.ouargla@anep.com.dz  
agence.constantine@anep.com.dz





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:

