

مازة
ثاني أفضل
مراوغ في الدرجة
الثانية
الألمانية

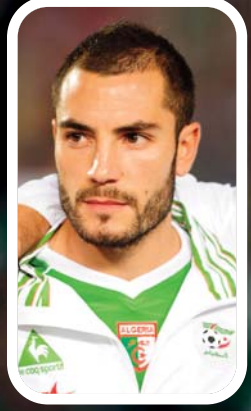
www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 27 جانفي 2025 الموافق لـ 27 رجب 1446 هـ العدد: 1151 الثمن: 30 دج

مراد مغني:

"ضحيت بمسيرتي
الكروية من أجل الجزائر
ولست نادما"



سجل هدفا وقدم تمريرة
حاسمة أمام الريـاض

محرز يواصل
إبداعه رفقة
الأهلي السعودي

سأحرق الأهلي

رد على منتقديه بطريقته
وأسكت المشككين

قائد "الخضر" يبصم على 18 مساهمة تهديفية في 24 مباراة هذا الموسم

المنتخب الوطني في المستوى الأول

"الخضر" يتعرفون
اليوم على منافسيهم
في "كان 2025"



ساهم في الانتصار الثمين
للترجي على المنستيري

بلايلي يستعيد نعمة التهديف
في الدوري التونسي
ويصل للمساهمة 21
هذا الموسم



غزال
هدافا
ويقود
"ريزا سبور"
لفوز ثمين
في الدوري
التركي

بينما
سيغيب
عن
المواجهة
بداعي
العقوبة

ماندي؛

"نستحق

التعادل أمام

ستراسبورغ

ويجب التفكير

في مباراة فينورد"

تعرض لانتقادات من سامباولي رغم
تألقه ضد موناكو

ريبن يرفض

عرض مرسيليا

لتسريح غويري

كشفت تقارير صحفية فرنسية أمس، أن انتقال الدولي الجزائري إلى أولمبيك مرسيليا أصبح مهددا بالفشل، بعد رفض إدارة ناديه ستاد رين مقترح صفقة تبادلية تضم اللاعب إسماعيل كوني. وأفاد موقع "أوروسبور" الفرنسي في تقرير له، أن المدير الرياضي لنادي رين، فريدريك ماسارا، رفض اقتراحا قدمه نظيره من أولمبيك مرسيليا، المهدي بن عطية، يقضي بضم هدف "الخضر" إلى نادي الجنوب، على شكل صفقة تبادلية تتضمن متوسط الميدان الكندي إسماعيل كوني، وأضاف المصدر بأن أمين غويري يبتعد عن "لوام" ولن ينتقل إليه خلال فترة التحويلات الشتوية الحالية، وأنه يتجه للبقاء في فريقه رين حتى الصيف المقبل على الأقل، خاصة وأن إدارة مرسيليا شرعت في البحث عن مهاجم آخر لتعويض رحيل نجمه إيلي واهي إلى آينتراخت فرانكفورت الألماني.

سامباولي؛ "غويري لا يزال بعيدا عن مستواه"

في سياق منفصل، تعرض صاحب 24 عاما لانتقادات من طرف مدربه خورخي سامباولي، وذلك عقب الضسارة التي تعرض لها رين أمام موناكو أول أمس، لحساب الجولة 19 من الدوري الفرنسي. وبالرغم من الهدف الذي سجله النجم الجزائري بديلا في الشوط الثاني، إلا أنه لم يسلم من انتقادات التقني الأرجنتيني الذي أكد عدم اقتناعه بمستوياته التي يقدمها، وقال في تصريحات نشرها موقع "أوتز مونديال" الفرنسي: "أمين غويري ليس اللاعب الذي عرفته عندما كنت في مرسيليا، ما زال أمامه العمل لاستعادة مستواه الحقيقي". وتأتي هذه التصريحات الضغوط التي يعيشها غويري خلال الموسم الجاري، لاسيما وأنه اعترف بتراجع مستوياته عكس الموسم الماضي، إذ اكتفى بتسجيل 3 أهداف وتقديم تمريرتين حاسمتين في 19 لقاء خاضه مع رين، ما جعله يفكر في تغيير الأجواء خلال فترة الانتقالات الشتوية الجارية.

عبد المجيد

عبر الدولي الجزائري عيسى ماندي عن حسرته بعد الهزيمة التي تعرض لها رفقة ليل أمام ستراسبورغ أول أمس، بنتيجة (2-1)، ضمن الجولة 19 من الدوري الفرنسي، مؤكدا بأن فريقه يستحق نقطة التعادل على الأقل، بينما شدد على ضرورة تجاوزه هذه الضسارة والشروع في التفكير في مباراة فينورد روتردام الهولندي، هذا الأسبوع في رابطة أبطال أوروبا. وشارك مدافع "الخضر" أساسيا في جميع أطوار مباراة ستراسبورغ، إلا أنه لم يكن راضيا عن النتيجة النهائية، بعدما تعرض فريقه ليل للهزيمة غر هدفين تلقاهما في الشوط الثاني في وقت أنهى عيسى ماندي وزملاءه المرحلة الأولى متفوقين بهدف نظيف، وفي هذا الخصوص قال لاعب المنتخب الوطني بعد المواجهة، في تصريحات نقلها موقع "le1hdf": "سيطرنا على المباراة في الشوط الأول، لا اعتقد أننا كنا سيئين في الشوط الثاني. ضيعنا العديد من الفرص، ربما أكثر من الشوط الأول"، وأضاف: "المنافس كان أكثر واقعية لأنه تحصل على فرصتين أو ثلاثة وتمكن من تجسيدهم"، وأردف: "تسعر بخيبة أمل كبيرة لأننا أردنا النقاط الثلاث. لقد قدمنا كل ما لدينا لتحقيق ذلك، اعتقد أننا كنا نستحق التعادل على أقل تقدير". وأكد صاحب 33 على ضرورة النهوض بسرعة ونسيان الهزيمة أمام ستراسبورغ، والتفكير في اللقاء المهم أمام نادي فينورد هذا الأربعاء، لحساب الجولة الثامنة والأخيرة من مرحلة الدوري في رابطة أبطال أوروبا، وفي هذا الشأن قال ماندي: "سنركز على المباراة المهمة للغاية ضد فينورد، ثم سانت إتيان يوم السبت. لا وقت للتفكير. سنتعافى جيدا، ونعود إلى العمل"، وختم: "نحن نلعب جميع المسابقات بكل قوة. مصممون على تحقيق كافة النقاط. اليوم لم ينجح الأمر معنا. يتعين عليك أن تنهض ونمضي قدما". يذكر أن ماندي سيغيب عن لقاء فينورد بداعي العقوبة، بعد تعرضه للطرده في المباراة الماضية ضد ليرببول، حيث يسمي نادي ليل لتحقيق الفوز وضمان على الأقل التأهل إلى الدور التصفيي.

تمهيدا لعقد الجمعية الانتخابية

انعقاد الجمعية العامة العادية

لـ"الفاف" في الفاتح فيفري المقبل

تعقد الجمعية العامة العادية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم لموسم 2024 يوم السبت المصادف للفتاح من فيفري المقبل بالنادي الوطني للجيش ببني مسوس (الجزائر العاصمة)، حسبما كشفت عنه "الفاف" في بيانها على موقعها الإلكتروني. وستسبق هذه الجمعية العامة العادية لموسم 2024 الجمعية العامة الانتخابية للمهدة الأولمبية 2025-2029

المقررة ليوم 25 فيفري المقبل بالجزائر (1000). وأوضحت الهيئة القدرية، أنه يتعين على الأشخاص الراغبين في الترشح لمختلف المناصب على مستوى المكتب القدرية إرسال ملفات ترشحهم عن طريق البريد في الأجل المحددة أو التسليم عن طريق اليد يتم بعدها الحصول على تأكيد الترشح على مستوى الأمانة العامة للاتحادية الجزائرية لكرة القدم. ومعلوم، أن أعضاء الجمعية العامة العادية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم (فاف) كانوا قد صادفوا بالإجماع على مطابقة قوانين "الفاف" مع قوانين "الفيفا" وقوانين الجزائر التي تم القيام بها خلال جلسة استثنائية انعقدت يوم السبت بالنادي الوطني للجيش ببني مسوس (الجزائر). وعرفت هذه الجمعية العامة الاستثنائية، حضور 66 عضواً من بين مجموع أعضاء الجمعية المقدر بـ 91 عضو، وجرت أشغالها تحت قيادة وإشراف رئيس الاتحادية وليد صادي رفقة ممثلين عن الاتحادية الدولية لكرة القدم (فيفا) والكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم (كاف).

عبد المجيد

أمير سعيود ضمن "توب 5" لأفضل المراوغين في الدوري السعودي

التحق الدولي الجزائري أمير سعيود، بقائمة أفضل المراوغين في دوري "روشن" السعودي منذ بداية الموسم الجاري. وكشف موقع "سوفاسكور" المختص في الإحصائيات، بأن متوسط ميدان "الخضر" يصم على رقم مميز خلال مباراة ناديه الرائد أمام الخلود مساء أول أمس، لحساب الجولة الـ 16 من البطولة السعودية، والتي انتهت بخسارة الرائد بثنائية مقابل هدف وحيد، وأبرزت ذات المصادر بأن أمير سعيود، خطف الأنظار بتواجده في قائمة الأكثر مراوغة ناجحة، وأشار الموقع العالمي، إلى أن هناك 5 لاعبين فقط وصلوا أو تجاوزوا سقف 40

مراوغة ناجحة في دوري "روشن" هذا الموسم، ويتصدر القائمة، نجم ضمك، الكاميروني كيفن نكودو بـ 49 مراوغة، متبوعا بميزيان ماويليدا من جزر القمر بـ 48، ثم الكاميروني كريستيان ياسوغوغ بـ 45 مراوغة، فيما يقتسم أمير سعيود رفقة السعودي همام الهمامي المركز الرابع بـ 40 مراوغة لكل منهما. وجدير بالذكر، أن يلعب المنتخب الوطني، يمتلك في رصيده في الموسم الجاري إلى 9 مساهمات تهديفية. بواقع 4 أهداف و5 تمريرات حاسمة، في 18 مباراة، خاضها بأنوان الرائد. عبد المجيد



مارة ثاني أفضل مراوغ في الدرجة الثانية الألمانية

حل الدولي الجزائري ونجم هيرتا برلين الألماني، إبراهيم مازة، في المركز الثاني لأفضل المراوغين في الدرجة الثانية الألمانية منذ بداية الموسم الكروي الحالي. وشارك موهبة "الخضر" أساسيا، في المباراة التي سقط فيها ناديه بنتيجة 3-2، على يد الضيف هامبورغ، برسم الجولة الـ 19 من البطولة الألمانية، قبل أن يغادر في الدقيقة 85. وحسب موقع "سوفاسكور" المختص في الأرقام والإحصائيات، فقد بات مازة ثاني الأكثر نجاحا في المراوغة في "البوندسليغا 2" هذا الموسم، مشيرا أن صاحب الـ 19 ربيعا يصم على 44 مراوغة ناجحة، وبنسبة نجاح بلغت 1 كـف.. للإشارة فإن مازة، يملك 10 مساهمات تهديفية في 22 مباراة خاضها مع فريقه الألماني هذا الموسم، بواقع 8 أهداف وتمريرتين حاسمتين. وجدير بالذكر، أن متوسط ميدان "الخضر" يتواجد محل اهتمام عدة أندية أوروبية أبدت رغبتها في التعاقد معه بعد المستويات الباهرة التي ظهر بها مع ناديه هيرتا برلين، حيث كشفت العديد من التقارير الصحفية بأن مازة مطلوب من قبل عمالقة الدوريات الأوروبية في صورة مانسستر سيتي، ونيوكاسل، وليستر سيتي الإنجليزي فضلا عن أتلتيكو مدريد الإسباني، وشتوتغارت الألماني، مع العلم أن اللاعب الجزائري يفضل إكمال موسم مع ناديه قبل التفكير في مستقبله الصيف المقبل.

عبد المجيد



عبد المجيد

وصل للمساهمة التهديفية رقم 18 هذا الموسم

محرز

يسجل ويصنع في الفوز الكاسح للأهلي على "الرياض"

واصل الدولي الجزائري رياض محرز، عروضة القوية رفقة الأهلي بعدما صنع وسجل هدفا في الفوز العريض لفرقه على الرياض بخمسة نظيفة في اللقاء الذي جمعهما، أمس الأحد، على ملعب "الجوهرة المشعة" ضمن منافسات الجولة الـ17 لدوري روشن السعودي للمحترفين. ومثلما جرت العادة، بدأ رياض محرز المقابلة أساسيا من جانب الأهلي، وقدم مستوى جيد طيلة أطوار المقابلة، إذ كان وراء الهدف الأول لزميله المهاجم إيفان توني، قبل أن ينهي مهرجان فرقه التهديفي بتوقيع الخامس في الدقيقة 88 بعد كوتترول خرافي. ورفع رياض محرز، رصيده من المساهمات التهديفية إلى 18 هدفا (سجل 8 وصنع 10) من أصل 24 مقابلة لعبها مع الأهلي إلى حد الآن، بمختلف المسابقات

اختير رجل المباراة وتحصل على تنقيط 8.7

وتحصل المحارب الجزائري على أفضل تنقيط في مباراة فريقه الأهلي أمام الرياض، بحصوله على تنقيط 8.7 من 10 وفقا لموقع "سوفاسكور". وحسب أرقام سوفاسكور، فقد لمس محرز الكرة 65 مرة، وقام بـ32 تمريرة صحيحة من أصل 36 بتسوية نجاح تساوي 86%، وقدم تمريرتين مفتاحيتين اثنتين، وسدد كرة واحدة على المرمى، وقام بـ3 مرواغات ناجحة من أصل 5.

وسيم



نال ثاني أعلى تقييم في لقاء "أصنة ديمرسبور"

غزال هدافا ويقود "تشايكور ريزا سبور" لفوز ثمين في الدوري التركي

نجح الدولي الجزائري، رشيد غزال، في قيادة فريقه تشايكور ريزا سبور لتحقيق فوز مثير على ضيفه أصنة ديمرسبور بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدفين، أمس الأحد، في إطار المرحلة الـ21 من الدوري التركي الممتاز. وشهدت المقابلة مشاركة، رشيد غزال، أساسيا من جانب تشايكور ريزا سبور، حيث، بصم على هدفة الشخصي من ركلة جزاء عند الدقيقة 69 من زمن الشوط الثاني، قبل أن يقوم مدربه باستبداله في الدقيقة 89. فضلا عن تسجيله لهدف في اللقاء، قدم غزال مستوى رائع خلال الدقائق التي لعبها، بديل حصوله على ثاني أعلى تقييم في المقابلة، حيث، منحه موقع هوسكورد تنقيط 8 من 10. ويعد الهدف الذي وقعه صاحب الـ32 عاما في مرعى أصنة ديمرسبور، هو الثاني له مع تشايكور ريزا سبور هذا الموسم جمعها من أصل 15 مباراة فضلا عن حوزته على تمريرة حاسمة واحدة فقط بواقع 1031 دقيقة لعب.

وسيم



مغني: "ضحيت بمسيرتي الكروية من أجل الجزائر" ولست نادما على ذلك

استذكر اللاعب الدولي الجزائري السابق مراد مغني، الملقب بـ "زيدان الصغير"، مسيرته مع "الخضر" وكيف انضم إلى الفريق الوطني بعد قانون الباهاماس. وقال مغني في مقابلة صحفية مع "التيكتوكر" الجزائري "Kobiliann": "قلت نعم الجزائر على الفور، الأمر كان سهلا، ولم تكن هناك مفاوضات، لم أتحدث عن المال ولم أتحدث عن المشاريع لا شيء". وكشف مغني، أنه وضع مسيرته في خطر للدفاع عن ألوان الجزائر. ومع ذلك، لا يشعر بأي ندم على اختياره قائلا: "وضعت مسيرتي جانبا من أجل الجزائر، ولكن بالنسبة لي الأمر عادي، ولم أقم بأي شيء مميز". وكان مغني قد ساهم في التأهل التاريخي لكأس العالم 2010 على حساب مصر، لكن دون أن يتمكن من المشاركة فيها بسبب إصابة على مستوى الركبة. ثم تضافت مع إصراره على خوض كأس 2010. وتحدث مراد مغني عن مدى الحب الذي يتلقاه من الجزائريين، حيث، أكد في هذا الإطار أنه ما يزال إلى حد اللحظة يتلقى رسائل تشجيعية من طرف الشعب الجزائري.

وسيم

بن ناصر يشارك بديلا في ريمونتادا فوز "ميلان" على "بارما"

خطف نادي ميلان الذي يضم في صفوفه الدولي الجزائري، اسماعيل بن ناصر، فوزا صعبا ومثيرا على ضيفه بارما بنتيجة (3-2) في المواجهة التي جمعت بينهما، أمس الأحد، على ملعب سان سيرو، ضمن الأسبوع 22 من الدوري الإيطالي الممتاز. وشارك اسماعيل بن ناصر، بديلا من جانب الروسونيري، حيث، دفع به المدرب سيرجيو كونسيسو، مع بداية المرحلة الثانية مكان زميله رافائيل لياو، وساهم بفضل أداءه في خط الوسط في الفوز الدرامي لميلان من أنياب منافسه بارما. ونال بن ناصر علامة 6.7 بحسب موقع "هوسكورد" المختص في إحصائيات اللاعبين، وحسب المصدر ذاته نجح بن ناصر في القيام مراوغتين وقدم تمريرة مفتاحية واحدة، ووصلت نسبة دقة تمريراته إلى 84 بالمائة. جدير بالذكر أن ميلان يحتل المركز الثامن بجدول الترتيب برصيد 31 نقطة، بواقع 8 نقاط عن المربع الذهبي المؤهل لدوري أبطال أوروبا.

وسيم

الخضر

يتعرفون اليوم على منافسيهم في "كأس 2025"

ساعات قليلة ويتعرف المنتخب الوطني لكرة القدم على منافسيه خلال نهائيات بطولة كأس أمم إفريقيا 2025 (21 ديسمبر - 18 جانفي 2026). بمناسبة إجراء عملية القرعة المقررة اليوم الإثنين بمدينة الرباط المغربية ابتداء من الساعة 19:00 بالتوقيت الجزائري. سحب حفل قرعة كأس أفريقيا 2025، سيشهد تقسيم 24 منتخبا متأهلا إلى ست مجموعات في الجولة الأولى للنهائيات، على أن تقسم المنتخبات إلى 4 مستويات مختلفة. وستقام القرعة بحضور ممثلي المنتخبات التي تأهلت إلى نهائيات كأس إفريقيا، وضمت القائمة كلا من: الجزائر، مصر، أنغولا، البنين، بوتسوانا، بوركينافاسو، الكاميرون، جزر القمر، كوت ديفوار، الكونغو الديمقراطية، غينيا الاستوائية، الغابون، مالي، المغرب، الموزمبيق، نيجيريا، السنغال، جنوب إفريقيا، السودان، تنزانيا، تونس، أوغندا، زامبيا وزيمبابوي. جدير بالذكر أن الاتحاد الأفريقي، اعتمد المنتخب الوطني في المستوى الأول، ما يعني بأنه سيتنافس إحدى المجموعات الست في الدور الأول، ويجنبه بالتالي، مواجهة بعض المنتخبات الإفريقية الكبيرة من البداية، على غرار كوت ديفوار والسنغال ومصر ونيجيريا والبلد المستضيف للطبعة الـ35.

بيتكوفيتش وين ياسين يشاركان في ورشة عمل "الكاف"

شارك الناحب الوطني، فلاديمير بيتكوفيتش رفقة المناجير العام للفريق الوطني، إبراهيم بن ياسين، أمس الأحد، في أشغال ورشة عمل منظمة الاتحاد الإفريقي لكرة القدم بالمغرب. وقال الكاف في بيان له أمس: "شارك المدير الفني لجميع المنتخبات المتأهلة لكأس الأمم الأفريقية في المغرب 2025 البالغ عددهم 24 اليوم الأحد 26 جانفي ورشة عمل لمدة يوم واحد في الرباط لمناقشة الخدمات اللوجستية حول البطولة. وحسب المصدر ذاته، شمل المناقشات المواضيع المتعلقة بفساد القرض والسفر والخدمات اللوجستية ليوم المباراة وجدول المباريات وتعريف المدربين بالمفهوم الجديد لمسكرات قاعدة الفريق". وأشار الكاف، أن ورشة العمل تهدف إلى مواكبة خطط الاتحاد الإفريقي لكرة القدم واللجنة المنظمة المحلية للطبعة 35 لكأس أفريقيا بالمغرب في الفترة ما بين 21 ديسمبر 2025 و 18 جانفي 2026. ومن المرتقب، أن يكون الناحب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، حاضرا اليوم في عملية سحب قرعة نهائيات "كأس 2025".

وسيم

ساهم في الانتصار الثمين للترجي على المنستير

بلايلي يستعيد نغمة التهديف في الدوري التونسي ويصل للمساهمة 21 هذا الموسم

ساهم الدولي الجزائري، يوسف بلايلي، في الفوز الثمين الذي حققه الترجي الرياضي خارج قواعده على حساب الاتحاد المنستيري بالتغلب عليه بثنائية نظيفة، في اللقاء الذي جمع بينهما، أمس الأحد، ضمن المقابلة المؤجلة عن الجولة الخامسة عشرة لبطولة الدوري التونسي الممتاز. وكالعادة شارك يوسف بلايلي أساسيا من جانب الترجي الرياضي، ونجح عند الدقيقة 69 في افتتاح التسجيل لصالح الترجي بسديدة متقنة سكنت الشباك ليضعف زميله بوشنيبة في د 90+ الغلة بتوقيع الهدف الثاني. وبهذا الهدف، رفع يوسف بلايلي غلته إلى 10 أهداف مع الترجي بجميع المسابقات، ووصل للمساهمة التهديفية رقم 21 إلى حد الآن رفع الترجي بهذا الانتصار رصيده إلى 30 نقطة في المركز الخامس، بينما يتواجد الاتحاد المنستيري في المركز الثاني بـ33 نقطة.

وسيم

تحصل على أضعف تنقيط في مباراة "كيتشيوري-تقونجو"

مسعودي يطرد بالحمراء في ظهوره الأول مع "بانديرماسبور"

عاش المهاجم الجزائري، بلال مسعودي، بداية كارثية مع فريقه تكسوت بانديرماسبور، بعدما تعرض لعقوبة الطرد بالبطاقة الحمراء، في أول مباراة رسمية له مع ناديه في الدوري التركي. وخاض الجناح الأيسر الجزائري، لنادي ليتاندريما سبور المعار من كورتريك البلجيكي، هذه المواجهة أساسيا، وتلقى إنذارين في الدقيقتين الـ54 و الـ4+90 ما كلفه الطرد بسبب احتجاجه على قرارات الحكم لبشهر الأخير في وجه الصفراء الثانية والحمراء مباشرة. ووفقا لإحصائيات موقع سوفاسكور، تحصل بلال مسعودي على أضعف تنقيط في اللقاء، حيث، منحه علامة 6.1 من 10 نظير مستواه المتواضع وعملية الطرد التي تعرض لها في المقابلة. وبهذا التعثر الجديد، بات بانديرماسبور المركز الرابع برصيد 34 نقطة جمعها من أصل 21 مباراة في الدوري (9 انتصارات و7 تعادلات و5 هزائم).

وسيم



بعد فسخ عقد إعاره لاعبا خوجة مع مولودية البيض

مولودية الجزائر تمهد الطريق أمام رحيل ديلور



باللقب الشتوي الرمزي، مع الإشارة إلى فوز لمولودية الجزائر سيسمح لها بخطف صدارة الرابطة المحترفة الأولى قبل اختتام مرحلة الذهاب بمواجهة أخيرة أمام ترجي مستغانم الأحد المقبل.

واتارا يعود إلى التدريبات على أفراد

وعلى صعيد آخر، شهدت الحصنة الاستئناف مساء أول أمس، التي أجراها "العميد" بمركز التدريبات "بابا حمود" بزرالدة، عودة المهاجم الأيفواري روماريك واتارا إلى أجواء التدريبات بعد غيابه لفترة طويلة عن الملاعب بسبب الإصابة، وكان واتارا قد تعرض لإصابة خطيرة في ماضي على مستوى الرابطة الصليبية للركبة استدعت خضوعه لعملية جراحية، ليبعد منذ تلك الفترة عن الملاعب، قبل أن يعود مؤخرا إلى التدريبات الفردية في انتظار تلقيه الضوء الأخضر للانضمام مع المجموعة خلال الأيام القليلة المقبلة.

سفيان ع



اللاعبون يدخلون أجواء مواجهة الساورة وين يحيى بصر على الفوز

وعلى صعيد منفصل، باشرت تشكيلة نادي مولودية الجزائر مساء أول أمس تحضيراتها على قدم وساق تحسبا لمواجهة نادي شبيبة الساورة يوم الأربعاء المقبل على ملعب 5 جويلية الأولمبي ضمن تسوية رزنامة الرابطة المحترفة الأولى، وفضل التقني العودة إلى التدريبات دون منح لاعبيه أي راحة بعد الداربي الكبير أمام الغريم التقليدي اتحاد العاصمة مساء الجمعة الماضي وهي المواجهة التي حسمها رفقاء نعيجي لصالحهم بثلاثية دون رد، ويبرهن بن يحيى على تجهيز لاعبيه جيدا للقتمة المرتقبة أمام الساورة هذا الأربعاء خاصة وأنه يعلم جيدا أنها ستكون حاسمة في التتويج

قامت إدارة مولودية الجزائر بخطوة جديدة تؤكد رغبتها في التخلي عن الدولي الجزائري أندي ديلور خلال فترة الانتقالات الشتوية الجارية في ظل الاهتمام الذي يحظى به من قبل ناديه السابق مونتوليه الفرنسي. وقررت إدارة حاج رجم أمس فسخ عقد إعاره لاعبا ديلور حسان خوجة مع مولودية البيض خلال الميركاتو الجاري، قبل الفصل في مستقبله بشكل نهائي وتحويله لإحدى الأندية التي طلبت خدماته. وأقدم مسؤولي النادي العاصمي على هذه الخطوة، بسبب قوانين الاتحادية الجزائرية لكرة القدم التي تمنع إعاره أكثر من 3 لاعبين في موسم واحد، وهو ما يحول دون تحويل ديلور إلى مونتوليه على اعتبار أن هذا الأخير يسعى لاستعارته إلى نهاية الموسم وليس شراء عقده بشكل كلي. وبما أن مولودية الجزائر كانت تمتلك 3 لاعبين معارين، وهم كل من خوجة، بوزكري وقلاتش فإنها وجدت نفسها مضطرة

لفسخ عقد إعاره خوجة، بعد وصول عرض النادي الفرنسي. وفشل مهاجم "الخضر" في أن يكون عند حسن تطلعات جماهير مولودية الجزائر التي كانت تراهن عليه كثيرا لقيادة

معتاللة رابع استقدمات شبيبة الساورة في الميركاتو

أعلنت إدارة نادي شبيبة الساورة، عن تعاقدها مع لاعب نادي شبيبة القبائل، سيد أحمد معتاللة، على شكل إعاره إلى غاية نهاية الموسم الجاري، ليرتفع بذلك عدد المستقدمين في الميركاتو الشتوي الحالي إلى 4 صفقات حتى الآن. وكشفت إدارة "نسور الجنوب" في بيان عبر صفحتها الرسمية "توصلت إدارة فريق شبيبة الساورة لاتفاق نهائي مع فريق شبيبة القبائل من أجل ضم اللاعب سيد أحمد معتاللة وسط ميدان دفاعي كإعارة رفقته نسور الصحراء إلى غاية نهاية الموسم". وأصبح معتاللة بذلك 4 استقدمات شبيبة في فترة التحويلات الشتوية الجارية، وذلك بعد كل من المدافع المالي دومبيا باكوبا، جوبا أوقاسي والحارس عبد القادر مرسل. وتوسع إدارة نادي الجنوب لتعزيز صفوف فريق بأسماء من شأنها تقديم الإضافة المرجوة لتشكيلة المدرب اليعقوبي خلال النصف الثاني من الموسم الكروي الحالي للرابطة المحترفة الأولى، وذلك عقب النتائج المخيبة للفريق، وآخرها الإقصاء من الدور الـ 16 لكأس الجمهورية على يد رائد القبة. من جانب آخر، تواصل تشكيلة شبيبة الساورة تحضيراتها على قدم وساق خلال تريبصا الإعدادي بالعاصمة، وذلك استعدادا لمواجهة مولودية الجزائر يوم الأربعاء المقبل ضمن تسوية رزنامة البطولة الوطنية. وتحتل شبيبة الساورة المرتبة الرابعة عشر برصيد 16 نقطة بفارق 4 نقاط فقط عن أقرب المراكز المؤدية للسقوط إلى القسم الثاني هواة.

سفيان ع



شباب قسنطينة لخضاري يحفز اللاعبين قبل مواجهة بلوزداد

تستعد تشكيلة نادي شباب قسنطينة للمواجهة المقبلة أمام نادي شباب بلوزداد هذا الخميس في لقاء متأخر عن الجولة الـ 13 للرابطة المحترفة الأولى، في مواجهة ستكون مهمة جدا بالنسبة لأشبال المدرب خير الدين ماضي خاصة بعد السقوط المفاجئ أمام مولودية البيض يوم السبت الماضي. وقام رئيس مجلس إدارة الشركة الرياضية ذات الأسم للنادي الرياضي القسنطيني، وديع لخضاري، بزيارة اللاعبين صبيحة أمس قبل بداية الحصنة التدريبية، قصد تحفيزهم ودعمهم في ظل التحديات التي تنتظرهم في البطولة وكأس الجمهورية. وأكد الجهاز الإداري بقيادة وديع لخضاري، سعيه بكل حزم وعزيمة وإصرار على السهر من أجل توفير كل الظروف المناسبة لتحقيق الأهداف المسطرة والحرس على بقاء الإدارة دائما قريبة من اللاعبين.

سفيان ع

إلى حين التعاقد مع مدرب جديد

إدارة بلوزداد تنهي ارتباطها بعمراني وحوحو مدربا مؤقتا

رسمت إدارة نادي شباب بلوزداد رحيل المدرب عبد القادر عمراني عن العارضة الفنية، فيما كلفت سمير حوحو بتولي تدريب الفريق مؤقتا. وكشفت إدارة النادي العاصمي في بيان لها، أن المدرب عمراني قرر الاستقالة من منصبه ومغادرة الفريق نهائيا، ووصفت هذه المرحلة بـ "الانتقالية" وأن المدرب المساعد سمير حوحو، سيشرف على الفريق إلى حين تعيين مدرب رئيسي جديد، كما أكدت حرصها على دراسة كافة الخيارات بعناية لضمان اختيار مدرب يتماشى مع رؤية النادي وأهدافه وقيمه، وأن العملية ستكون مبنية على أسس مدروسة تهدف إلى ضمان توافق المدرب القادم مع طموحات النادي ومشروعه الرياضي.

كداد يغيب أسبوع وإصابة عزي مطمئنة

من جانب آخر، أعلنت إدارة نادي شباب بلوزداد، عن غياب مدافع الفريق، شعيب كداد، لمدة أسبوع، بسبب اصطدامه مع حارس أتلتيك بارادو، فراحي مختار خلال المباراة التي جمعت الفريقين مساء أول أمس. وهو الأمر الذي استدعى نقل الثنائي إلى المستشفى على جناح السرعة. وأوضح بيان إدارة "السياري"، أن الفحوصات التي أجراها اللاعب كداد، عن طريق الأشعة السينية، أكدت على سلامة اللاعب. وتم وضع غرز جراحية على مستوى حاجبه الأيسر، ما دفع الطاقم الطبي لمنح اللاعب مدة راحة قدرها أسبوع على الأكثر، بعدها يعود لأجواء التدريبات، وبالمقابل طمأنت إدارة بلوزداد بخصوص الوضع الصحي للاعب محمد عزي، عقب الإصابة الأخيرة التي تعرض لها. ونشرت إدارة شباب بلوزداد، بيانا عبر صفحتها الرسمية على "فايس بوك"، كشفت فيه عن خضوع عزي، لفحوصات طبية على مستوى الكتف الأيمن. كما أوضح ذات المصدر، بأن نتائج هذه الفحوصات، أكدت بأن إصابة الظهير الأيمن، مجرد كدمة بسيطة، لا تستدعي القلق.

سفيان ع

ثاني صفقات الفريق الشتوية النيجيري كينغسلي يلتحق رسميا بوفاق سطيف

أعلن نادي وفاق سطيف، تعاقدته مع اللاعب النيجيري كينغسلي إيدو، لموسم ونصف. ولعب المهاجم النيجيري (28 سنة) لعدة أندية تونسية آخرها النادي الإفريقي التونسي. ورحل كينغسلي إيدو معانا من النادي الإفريقي، بعدما توصل مع إدارة النادي خلال الشهر الماضي، إلى اتفاق لفسخ عقده. ويعد المهاجم النيجيري ثاني صفقة للوفاق خلال فترة التحويلات الشتوية، بعدما تعاقد مؤخرا مع المغرب بوجمعي محمد كريم، لمدة موسم ونصف. وعلى صعيد آخر، باشر المدرب الجديد لوفاق سطيف، لوفاق سطيف، التونسي نبيل الكوكي عمله بشكل رسمي على رأس العارضة الفنية للفريق خلفا للمدرب رضا بن دريس المستقل، وذلك من خلال إشرافه على أول حصنة تدريبية له مع التشكيلة السطيفية تحضيراً للنصف الثاني من البطولة ومنافسة كأس الجزائر. وورع التقني التونسي في مهامه بمساعدة مواطنه نادر الكبير إضافة للتونسيين قيس الغطاس في منصب محضر بدني أول وأبيس كمون الذي يتولى مهمة محضر بدني ثان مكلف بالمتابعة بالفيديو والإحصاء مع الإبقاء على الحارس السابق للوفاق عمار بلهاني لتولي تدريب الحراس.

سفيان ع



باعتقاده ضمن شعار كأس أمم إفريقيا 5202 محاولة بأسة لـ "المخزن" من أجل السطو على تراث "الزليج"

واصل نظام المخزن المغربي، محاولاته البائسة لسرقة كل ما هو جزائري، ونسبه إلى المغرب، سواء تعلق الأمر بالثقافة أو التقاليد والعادات. وكشفت الجامعة المغربية لكرة القدم، عن الشعار الرسمي لكأس أمم إفريقيا، المقررة بالمغرب ما بين الـ 21 ديسمبر 2025 والـ 18 جانفي 2026، والذي تزين به "الزليج الجزائري". ونشرت وسائل إعلام مغربية، صورة لـ "تميمة" الـ "كان" مزينة بالزليج الجزائري. وعلقت على أنها من التراث والحضارة المغربية، في خرجة ليست جديدة. على اعتبار أنها ليست أولى محاولات سرقة التراث الجزائري. وكان المنتخب الوطني، السابق لترصيع قميصه بـ "الزليج الجزائري" الأصلي، وحمل قميص الأخضر، "النجمة الثمانية" المتواجدة جداريتها بمتحف شرشال، قبل 1600 سنة. ويشكل الزليج تراثا ماديا وحضاريا للجزائر خصوصا، حيث تذكر "الموسوعة الإسلامية" أو مثلما تعرف encyclopaedia of islam والتي تم نشرها تحت إشراف مارتين ثيودور هوتسما عضو الأكاديمية الملكية الهولندية للفنون والعلوم، أن هذا الفن ظهر لأول مرة في شمال إفريقيا بقلعة "بني حماد" بالمسيلة في بداية القرن الـ 11 ميلادي. غير أن "أبواق المخزن" حاولت ولا تزال بشتى الطرق، سرقة هذا التراث والسطو عليه، بالرغم من أن التاريخ يؤكد بأن "الزليج جزائري".

مهدي



علي مراح رئيسا جديدا للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية



تم انتخاب علي مراح رئيسا جديدا للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، خلال الجمعية العامة الانتخابية التي عقدت أول أمس على مستوى قاعة الندوات التابعة للمركز الرياضي "ميلود هدي" بوهران، و نال مراح، الذي يشغل منصب رئيس رابطة البويرة للرياضة المدرسية، 60 صوتا من بين المشاركين في عملية الاقتراع من أعضاء الجمعية العامة الذين حضروا هذا الموعد وعددهم 114 عضوا من أصل 130 شخصا يشكلون تركيبة هذه الهيئة. وحل الرئيس المنتهية عهده عبد الحفيظ إيزام في المرتبة الثانية بعد أن جمع 40 صوتا، فيما جاء المدير الفني الوطني السابق رشيد حفصاوي في المركز الثالث بـ 11 صوتا وتحصل المترشح الرابع والأخير، وهو الأمين العام لرابطة الجزائر مشنان أحمد، على ثلاثة أصوات. وأكد الرئيس الجديد

للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية خلال عرضه لبرنامجها أمام أعضاء الجمعية العامة، بأنه سيعمل على جعل المدرسة "خزانة يعتمد عليها لتمثيل الجزائر في المحافل الدولية والقارية". وأضاف أنه سيعتمد بشكل خاص على الرقمنة "كوسيلة تكنولوجية حديثة لتسيير جميع الأنشطة الرياضية وتقديم إحصائيات دقيقة تمكن من ضبط مخطط عمل دقيق متحكم فيه ومتابعة التلاميذ الرياضيين المتميزين عبر مراحل التعليم الثلاث". والتزم ذات المتحدث بإعطاء التكوين المستمر للمؤطرين الأهمية التي يستحقها من خلال الاستعانة بالكفاءات التابعة لقطاع الرياضة، وكذا تشجيع المواهب والمؤطرين بمنحهم تحفيزات مادية، والأمر نفسه ينطبق على الفرق المتأهلة إلى المنافسات المحلية والوطنية في مختلف الاختصاصات الرياضية. وتابع مراح بأن القفزة النوعية التي يصبو إليها في قطاع الرياضة المدرسية تمر كذلك عبر "المشاركة القوية في الألعاب الرياضية الجماعية والفردية"، مشددا على ضرورة "الاستغلال الأمثل للمرافق الرياضية التابعة لقطاع الشباب والرياضة والملاعب الجوية والبلدية".

مهدي

البطولة الوطنية الشتوية للسباحة (براعم) بوهران

تتويج فريق مولودية الجزائر باللقب

سيطر عناصر نادي مولودية الجزائر على منافسات البطولة الوطنية الشتوية للسباحة (براعم) التي أقيمت بالمركز المائي للمركب الأولمبي "ميلود هدي" لوهران، بفوزهم بـ 21 ميدالية من بينها 12 ذهبية. وفاز فريق مولودية العاصمة بالمرتبة الأولى في الترتيب العام حسب الفرق في هذه المنافسة التي اختتمت سهرة أول أمس بعدما جمع 21 ميدالية (12 ذهبية و 5 فضية و 4 برونزية) متبوعا باتحاد العاصمة الذي تحصل عناصره على 21 ميدالية (7 ذهبية و 9 فضية و 5 برونزية) بينما حقق نادي رواد فوكة الصف الثالث بـ 10 ميداليات منها 7 ذهبية و 3 برونزية. وفي المجموع العام جاء نادي مولودية الجزائر في المرتبة الأولى برصيد 36828 نقطة وحل النادي اتحاد العاصمة في المركز الثاني برصيد 22698 نقطة و نادي القصر في المركز الثالث برصيد 22598 نقطة. ونال جائزة أفضل سباح وسباحة في هذه البطولة كل من مكي أنس من اتحاد العاصمة وروبي ميليسا من نادي رواد فوكة بعد تحصلهما على ثلاث ميداليات ذهبية لكل منهما. وبخصوص المستوى التقني للمنافسة فقد أعرب المدير الفني الوطني رضا زموري عن رضاه بالنتائج التي حققها بعض السباحين مشيرا إلى أن مستوى المنافسة كان مقبولا. وعرفت هذه البطولة الشتوية، المنظمة على مدار ثلاثة أيام من طرف الرابطة الولائية لوهران بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للألعاب المائية، مشاركة 540 سباح وسباحة من 92 ناديا من مختلف الرابطة الولائية. وفي الختام تم توزيع الجوائز على الفائزين بحضور أعضاء من الاتحادية الجزائرية للألعاب المائية وممثلي مديرية الشباب والرياضة لوهران وبعض الوجوه الرياضية من غرب البلاد.

مهدي



البطولة الولائية للكراتي دو للأشبال والأمال لوهران

تائق عناصر أولمبيك الباهية وساموراي بطيو

تائق عناصر كل من نادي أولمبيك الباهية و نادي ساموراي بطيو في منافسات البطولة الولائية للكراتي دو للأشبال والأمال لوهران في اختصاص الكوميتي فردي وحسب الفرق التي أقيمت بالقاعة المتعددة الرياضات "العقيد لطفى". وتمكن رياضيو أولمبيك الباهية إناث و نادي ساموراي بطيو ذكور من الفوز في عدة منازلات نهائية برمجت في هذه الظاهرة، التي اختتمت سهرة أول أمس، وضمت 180 رياضيا ورياضية ينتمون إلى 19 ناديا من ولاية وهران. وتميزت هذه المنافسة المنظمة من طرف الرابطة الولائية بالتنسيق مع مديرية الشباب والرياضة والاتحادية الجزائرية للكراتي دو بمستوى "مقبول"، مما سمح باكتشاف بعض المواهب الشابة التي قد يكون لها مستقبل زاهر في هذه الرياضة حسب رئيس الرابطة الوهرانية للكراتي دو الهواري فاتح. ومن خلال هذه البطولة الولائية تأهل الأربعة الأوائل في كل وزن ذكور وإناث في الفردي وحسب الفرق إلى المرحلة الجهوية المقررة نهاية شهر فيفري المقبل بمدينة مستغانم.

مهدي

التحدي الوطني "عبدو سغواني" لاخترق الضاحية

فوز عبد القادر حجلوي وغنية رزيق باللقب عند الأكابر

التحدي الوطني "عبدو سغواني" لفتني، أقل من 18 و 20 سنة (ذكور وإناث) وحدهم الذين سينتقون للمشاركة في البطولة العربية لاخترق الضاحية. وأيضا ستختار الاتحادية الجزائرية لألعاب القوى الرياضيين الأوائل الأحسن في الترتيب في كل فئة عمرية لكلا الجنسين للمشاركة في الموعد العربي. وبالإضافة إلى 12 رياضيا المتوجين، اختارت المديرية الفنية الوطنية كل من: هاجر بوعيسى، سارة ترجمان، ريتاج حمام، رفيف جلايلية ووفاء بن خوجة، عند فئة أقل من 18 سنة- إناث وصديق تكفي، عادل تيرة، جمال كروم، عقبة بن نبيلة وزكرياء بوقطاية، لد الذكور في نفس الفئة العمرية. وبالنسبة لفئة أقل من 20 سنة وحسب ترتيب منافسات التحدي الوطني "عبدو سغواني"، تم اختيار: مليسة زين، تنهينان أوناس، سنداس بركاهم غمان، مليسة أكهام أنيا أوقاسي، لدى السيدات، بالإضافة إلى يوسف وزناني، إسحاق فتوشة، محمد أمين سوكو، إسحاق بشن وجيلاي ميوت، عند الرجال في نفس الفئة. للتذكير، تجرى الطبعة الثانية لاخترق الضاحية، لفئة أقل من 18 و 20 سنة (منطقة شمال) في 25 فيفري المقبل بتيزي وزو، بينما تقام البطولة العربية في 15 فيفري المقبل على ضفاف البحر الميت بالأردن. وجاء قرار اختيار عدد الرياضيين المشاركين في هذين الموعدين الدوليين، خلال الاجتماع الأخير للمكتب الفدرالي (9 جانفي) بالجزائر العاصمة.

مهدي



فاز العداءان عبد القادر حجلوي وغنية رزيق، بلقب طبعة 2025 لمنافسات التحدي الوطني "عبدو سغواني"، الذي جرى أول أمس بميدان الغولف بدالي إبراهيم (الجزائر العاصمة) وأكمل منصة التتويج عند الرجال كل من، رمضان اوراعي (الثاني) وعمري بن سعيد (الثالث). بينما عند السيدات، نالت مليكة بن دربال المرتبة الثانية أمام نور كومان (الثالثة). ولدى الذكور (أقل من 20 سنة)، توج باللقب، العداء فادي سوكو، أمام محمد أمين بن صيبي (الثاني) وعبد الحق خوني (الثالث)، فيما عادت المرتبة الأولى عند الإناث (نفس الفئة) للشابة الصاعدة، عابد نسرين، أمام دنيا هديل علاء (الثانية) ورحمة بوكتر (الثالثة). وأخيرا، أحرز اللقب لدى فئة أقل من 18 سنة، زكرياء طواهرية وكريمة عيش. عند الذكور، نال عبد المعز بلجهداد المركز الثاني وأحمد عبد الناصر ميسابيس (الثالث)، بينما لدى الإناث حصلت رندة موسى على المرتبة الثانية أمام فاطمة دحماني (الثالثة). وتعد منافسات التحدي الوطني "عبدو سغواني"، محطة هامة للطواقم الفني من أجل اختيار الرياضيين الذين يمثلون الجزائر في قادم الاستحقاقات الدولية، منها البطولة العربية لاخترق الضاحية، لفتني (أقل من 18 سنة) و(20 سنة)، لمنطقة شمال والبطولة العربية للاختصاص. وسيتم انتقاء الثمانية العدائين الأوائل لكل فئة عمرية (ذكور وإناث) وأيضا اختيار مدرب الرياضي الفائز لكل فئة عمرية وجنس، كما أن الثمانية الأوائل في منافسات

إنريكي؛ واجهها فريقًا صعبًا، ومستعدون لمواجهة دوري الأبطال

عقب تعادل فريقه 1/1 مع ريمس في الدوري الفرنسي، أكد مدرب باريس سان جيرمان، لويس إنريكي أنه ليس غاضبًا من النتيجة، بل اعتبر أن إدارة الأسبوع كانت إيجابية في ظل جدول المباريات الضاغط، حيث يستعد الفريق لملاقاته الشتوية في دوري الأبطال يوم الأربعاء المقبل.

وقال إنريكي: «المباراة كانت صعبة، خاصة أنها جاءت بين مباراتين في دوري الأبطال، كنا نعلم أن ريمس فريق قوي، وكان علينا استثمار الفرص التي سنحت لنا، بالطبع كنا نطمح للفوز، لكن لم نتمكن من خلق الكثير من الفرص بسبب الضغط الدفاعي الجيد من خصمنا».

وفيما يتعلق بتأثير مباراة مانشستر سيتي السابقة في دوري الأبطال، أوضح: «الطاقة التي تم استهلاكها في تلك المباراة ربما أثرت قليلاً، فقد أجرينا ستة تغييرات في التشكيلة، ورغم ذلك، تمكنا من إدارة هذا الأسبوع بشكل جيد استعداداً للمباريات القادمة».

وتابع إنريكي: «الفريق يتمتع بمستوى بدني عالٍ، ولا أشعر بالقلق بشأن الجوانب البدنية، لدينا جدول مباريات مكثف، ونحن مستعدون لذلك، نعلم أنه يتعين علينا الفوز أو التعادل في مباراة شتوتجارت للتأهل في دوري الأبطال».

وتطرق المدرب الإسباني إلى سبب استبعاد ماركينوس أشرف حكيمي من مباراة ريمس، مشيرًا إلى: «لقد منحتم راحة نظرًا للظروف، واعتقدنا أن ذلك كان مناسبًا لهم، الجميع مستعد للعب في مباراة شتوتجارت». وأكد إنريكي أن اللاعبين سيظلون مركزين على التحضير لمباراة دوري الأبطال المقبلة ضد شتوتجارت، مؤكدًا أهمية الاستعداد البدني والذهني في ظل التقلبات التي يشهدها جدول المباريات.

الدوريات الأكثر إنفاقًا في العالم خلال الميركاتو الحالي

يتصدر الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم قائمة دوريات العالم من حيث الإنفاق خلال سوق الانتقالات الشتوية الحالية (2025).

وذكرت صحيفة "أس" الإسبانية أن أندية البريميرليغ أنفقت حتى الآن 292.9 مليون يورو خلال الميركاتو الشتوي، أكثر من نصفها تقريبًا صرفها مانشستر سيتي بطل الدوري الإنجليزي في المواسم الأربعة الماضية.

ودفع مانشستر سيتي 152 مليون يورو في 3 لاعبين، هم المصري عمر مرموش (75 مليونًا) والأويزكي عبد القادر خوسانوف (40 مليونًا) والبرازيلي فيتور ريس (37 مليونًا). ويأتي الدوري البرازيلي في المركز الثاني في هذه القائمة، حيث أنفقت أندية ما يقرب من 43 مليون يورو، يليه الدوري الفرنسي بحوالي 124 مليون يورو، ثلثها هذا المبلغ أنفقه باريس سان جيرمان من أجل ضم الجورجي خفيشا كفاتراتسيخيليا من نابولي الإيطالي. الصادم في هذا أن أندية الدوري الإسباني أنفقت أقل من 3 ملايين يورو (2.63)، قبل أسبوع من غلق فترة الانتقالات الحالية، وضعت الليغا في المركز الـ34 من بين دوريات العالم من حيث الإنفاق وفق "أس".

وقالت الصحيفة "في الوقت الحالي يتخلف الدوري الإسباني عن جميع الدوريات الأوروبية الكبرى والصغرى من حيث الإنفاق في سوق الشتاء، لدرجة أن أندية الدرجة الثانية في بلجيكا وروسيا والثالثة في إسبانيا أنفقت أكثر من نظيراتها في الليغا".

وشهدت القائمة المكونة من 20 بطولة في مختلف دول العالم دوريين عربيين هما الدوري القطري (13) والسعودي (19).

ليونيل ميسي

يعلن عن وجهته القادمة بعد مغادرة إنتر ميامي

إنتر ميامي

يبدو أن النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي ينوي إنهاء مسيرته الاحترافية لاعبًا في ناديه القديم، برشلونة الإسباني، رغم ما يتردد عن اقتراب اللاعب الملقب بـ"البلوغا" من تجديد عقده مع إنتر ميامي الأمريكي.

وينتهي تعاقده مع إنتر ميامي في 31 ديسمبر القادم. وتجزم تقارير صحفية بأن قائد منتخب الأرجنتين سيجدد عقده بصحبة النادي المنافس ببطولة الدوري الأمريكي للمحترفين.

لكن ميسي لا يخطط للبقاء في إنتر ميامي حتى نهاية مسيرته الاحترافية، حسبما أفادت به الإعلامية الأرجنتينية الشهيرة يانينا لاتوري، التي ترتبط مع عائلة "ليو" بعلاقة صداقة، وقد زارت منزل النجم الأرجنتيني في ميامي مؤخرًا.

وقالت يانينا، في تصريحات أبرزتها صحيفة "ميرور" بنسختها الأمريكية: «أخبرني ميسي أنه سيعود إلى برشلونة، عندما تنتهي تجربته هنا (في ميامي)». وبدأ ميسي واضحًا للغاية في حديثه إلى لاتوري: حيث قال: «مكاني ليس هنا»، وذلك في إجابته عن سؤال بخصوص إمكانية بقاءه في النادي الأمريكي.

ويعد ميسي اللاعب الأبرز في تاريخ برشلونة، حيث ترعرع بأكاديمية النادي "لا ماسيا"، قبل أن يحقق نجاحات استثنائية مع الفريق الأول لفريق "البلوغرانا".

ويحتل ميسي المركز الأول في ترتيب اللاعبين الأكثر خوضًا للمباريات بقميص برشلونة (778 مباراة)، كما يُعد ليونيل الهدف التاريخي للفريق الكتالوني، برصيد 672 هدفًا.

وتوج ميسي مع برشلونة بـ34 لقبًا، بواقع 10 ألقاب في الدوري الإسباني، و7 ألقاب في كأس ملك إسبانيا، و7 ألقاب في كأس السوبر الإسباني، و4 ألقاب في دوري أبطال أوروبا، و3 ألقاب في كأس السوبر الأوروبي، و3 ألقاب في كأس العالم للأندية.

ورحل ليونيل ميسي عن برشلونة صيف 2021، بسبب الأزمة المالية للنادي الكتالوني، لينضم إلى باريس سان جيرمان الفرنسي عبر صفقة مجانية. وأمضى "ليو" موسمين لاعبا في سان جيرمان، قبل أن يلتحق بإنتر ميامي في جويلية 2023.

وخاض ميسي 39 مباراة مع إنتر ميامي حتى الآن، مسجلاً 52 هدفاً (سجل 34 هدفاً، قدم 18 تمريرة حاسمة)، استناداً إلى بيانات موقع "ترانسفير ماركت" العالمي.

صالح أبو نخاع الرئيس السابق لنادي ضمك:

"الأندية السعودية تستأجر جماهيرها من الجاليات"

أكد صالح أبو نخاع، الرئيس السابق لنادي ضمك، أن مشكلة العزوف الجماهيري عن حضور مباريات الدوري السعودي للمحترفين مزعجة.

وشهدت مباريات في الجولة 17 حضوراً جماهيرياً ضعيفاً، حيث حضر 1792 مشجعاً في المباراتين.

وحتى مباراة الخلود والراند 1092 مشجعاً، فيما تواجد 700 مشجع فقط في مباراة الوحدة والاتفاق.

وقال أبو نخاع، في تصريحات لبرنامج "أكشن مع وليد"، المذاع على قناة "إم بي سي أكشن"، «بعض الأندية المتوسطة مثل ضمك والفتح والاتفاق تستأجر جماهير من الجاليات لحضور المباريات مقابل مبالغ مالية».

وأضاف رئيس ضمك السابق "يتم استئجار الجماهير من الجنسيات المختلفة، وهذا ما يحدث بكل صراحة".

يشهد دوري الدرجة الثانية الفرنسي أزمة حقيقية بعد عودة أحداث العنف والعنصرية في الملاعب، وسجل الإعلام المحلي تجاوزات تصدرت المشهد في الأسبوع الـ20، ما يطرح تساؤلات حول جدوى المتابعات القضائية التي يعمل بها الأمن لمحاربة الإساءات، في وقت تبحث فيه الهيئات الدولية مثل فيفا عن السبل لضمان السلامة للأندية واللاعبين.

وجاءت بداية الأحداث، قبل مواجهة جمعت فريقين لا فال وتروا، في ملعب فرانسيس لوباسير، إذ التقى مشجعو الفريقين وتناجروا بينهم مستخدمين الألعاب النارية، إذ حاول أحد مشجعي نادي لا فال إحراق حانة عبر إلقاء شعلة نارية داخلها، بعدما شاهد مجموعة من عشاق تروا هناك، ثم تبادل الطرفان رمي الكراسي بهدف إصابة الطرف الثاني، وفقاً لما نشره موقع راديو آر أم سي سبورت الفرنسي.

واستقبل نادي باستيا ضيفه باو، بملعب آرمان سيزاري في أجواء مكهربة، نتجت عنها أحداث كثيرة مثل تعرض حارس الفريق الضيف، بينغورو كامارا، لإساءات عنصرية، كما فقد المدير الفني لنادي باستيا، بينوا تافينو، أعصابه في الشوط الثاني، واشتبك مع مدافع المنافس جوردي غاسبار، قبل أن يتجمع مشجعو النادي الكورسيكي أمام مخرج موقف السيارات لمنع حافلة المنافس من مغادرة الملعب.

وسجل رجال الإسعاف إصابة أربعة مشجعين في مباراة لا بيريشون ونيم، في دوري الدرجة الثالثة، بعدما شكل مشجعو الأخير مجموعة من 30 فرداً اعتدوا على ضحاياهم باستعمال عصي حديدية، ولم ينجح الأمن في التعرف على هوياتهم بسبب ارتدائهم أقنعة سوداء، فيما لا يزال التحقيق جارياً لكشف المتورطين والأسباب التي قادتهم إلى هذا الفعل الخطر.

وقد محبو نادي كان الفرنسي، الذي يملكه مهاجم نادي ريال مدريد، كيليان مبابي، السيطرة على أنفسهم بعد تراجع نتائج فريقهم بالخسارة ضد نادي غانغون داخل الديار، إذ اقتحموا أرضية الميدان للتعبير عن غضبهم الشديد وعدم رضاهم عن تسير فريقهم بطريقة لا تناسب طموحاتهم، ما يرشح الوضع للانفجار.



أنشيلوتي: سرعة مبابي زادت.. ولدينا ميزة في الليغا

أبدي الإيطالي كارلو أنشيلوتي، المدير الفني لريال مدريد، سعادته بالانتصار 0-3 على بلد الوليد، في الجولة 21 من الليغا. وحملت ثلاثية الفريق الملكي، توقيع النجم الفرنسي كيليان مبابي، في الدقائق 30 و 57 و (1+90). وبهذا الانتصار، يبتعد ريال مدريد بصدارة الليغا برصيد 49 نقطة، بفارق 4 نقاط عن أتلتيكو مدريد الوصيف. وقال أنشيلوتي خلال المؤتمر الصحفي "مبابي يساهم كثيرا معنا، لقد زادت سرعته، ومن الواضح أنه يمثل إضافة قوية لنا". وأضاف "يجب أن يكون لدينا توازن داخل الملعب، لأن الدوري الإسباني طويل، ولا يمكننا الاعتقاد بأنه انتهى، والآن لدينا ميزة تصدر الليغا، ونأمل في الاستفادة منها". وتابع "الشيء المهم هو تسجيل النقاط، ففي كل مباراة عليك القتال والمنافسة، وتعاملنا بشكل جيد مع لقاء اليوم". ولفت "كنا في عجلة من أمرنا لضرب إيقاعنا، وعندما افتتحنا التسجيل، كانت المباراة أقل تعقيدا من المعتاد". واختتم بالحديث عن أسينسيو بقوله "لقد كان جيدا وسريعا في مركز الظهير الأيمن، تماما كما كان تشواميني جيدا، والآن يقترب من العودة للتشكيل الأساسي".

فالفيدي: أحاول المساعدة.. ونجم الريال مذهل

أكد الأوروغوياني فيدي فالفيدي، لاعب ريال مدريد، أن فوز فريقه على بلد الوليد، تسبب في زيادة الثقة. وحقق ريال مدريد الانتصار بنتيجة (0-3) خلال مواجهة أول أمس، ضمن منافسات الجولة 21 من الليغا. وقال لاعب وسط الميرنغي في تصريحات لقناة "3 نقاط أخرى، هذا الانتصار يمنحنا والارتقاء في الجدول، في كل شهر باربعة أكثر، المهم هو الاستمرار خطوة تلو الأخرى والتركيز على ما نقوم به". وعن كيليان مبابي، محرز الريال، صرح فالفيدي "مبابي مذهل، كنا معه دائما نحاول أن نساعد بالطرق الممكنة ليشعر بالراحة مع الفريق، لم يحتاج الكثير من المباريات للتسجيل، نحن سعداء بأدائه كثيرا". وبشأن مشاركته في بداية اللقاء كلاعب وسط وفي الدقائق الأخيرة كظهير أيمن، أوضح فالفيدي "واثق للغاية فيما أفعله وفخور باستمرار المدرب في الاعتماد علي". وواصل "أحاول المساعدة في أي مكان، وبالرغم من احتمالية كوني أفضل في مركز عن الآخر، إلا أنني أبذل قصارى جهدي أينما تواجدت". وبهذا الانتصار ابتعد ريال مدريد بصدارة الليغا برصيد 49 نقطة، بفارق 4 نقاط عن أتلتيكو مدريد الوصيف، كما تجعد بلد الوليد عند 15 نقطة متديلا جدول الترتيب.

الدوري السعودي يطارد بيدري.. وبرشلونة يتحرك فوراً

تستهدف أندية الدوري السعودي، الحصول على توقيع بيدري، لاعب وسط برشلونة، خلال الموسم الحالي. ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، تسعى أندية السعودية لضم بيدري، كما أجرت محاولات سابقة للتوقيع مع فينيسيوس جونيور نجم ريال مدريد. وأشارت إلى أن المسؤولين في الدوري السعودي استغلوا إقامة كأس السوبر الإسباني في المملكة مؤخرا، وأبلغوا هيكاتور بيريس، المدير التنفيذي للوكالة التي تمثل بيدري، بالرغبة في التوقيع مع اللاعب، استغلالا لأن عقده ينتهي بعد عام ونصف. وعلى الرغم من المحاولات السعودية، يظل بيدري ملتزما بالبقاء مع برشلونة، حيث يقدم موسما استثنائيا ويرغب في الاستمرار مع ناديه. وقالت "سبورت": "من المتوقع أن يتحرك برشلونة ويجدد عقد بيدري خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية". واختتمت: "لن يفقد مسؤولو السعودية الأمل في التوقيع مع بيدري، وسواصلون محاولاتهم لإقناع اللاعب، حتى يتم الإعلان رسميا عن تجديد عقده".

أسينسيو: حققنا الهدف المنشود.. وقميص الريال الأعظم

سلط راؤول أسينسيو، لاعب ريال مدريد، الضوء على ثلاثية فريقه أمام بلد الوليد (0-3)، أول أمس، مؤكدا أن الفريق الملكي حقق "هدفه" المتمثل في توسيع الفارق بينه وبين الوصيف، أتلتيكو مدريد، الذي تعادل، أمام فياريال، بهدف لمتله. وقال مدافع الريال في تصريحات لقناة ناديه: "نغادر بشعور إيجابي للغاية، كما حققنا هدفنا وهو الابتعاد بشكل أكبر عن صاحب المركز الثاني". وأضاف أسينسيو "لدينا سلسلة إيجابية، وأيضا نملك الثقة لمواصلة العمل وتحقيق الأهداف". وأضاف مدافع فريق الناشئين الذي حظي بفرصة اللعب للفريق الأول مجددا "استغل كل دقيقة بهذا القميص الأعظم في العالم، سابذل قصارى جهدي في أي مركز أشارك به".

ولعب أسينسيو في مركز الظهير الأيمن، أمس، رغم أنه قلب دفاع في الأساس. وبهذا الانتصار يبتعد ريال مدريد بصدارة الليغا برصيد 49 نقطة، بفارق 4 نقاط عن أتلتيكو مدريد الوصيف، كما تجعد رصيد بلد الوليد عند 15 نقطة متديلا جدول الترتيب.

مبابي بعد الهاتريك: عملية التكيف انتهت.. وليفاندوفسكي خارج حساباتي

أبدي الفرنسي كيليان مبابي نجم ريال مدريد، سعادته بقيادة فريقه للانتصار (0-3) على حساب بلد الوليد، مساء أول أمس، ضمن منافسات الجولة 21 من الليغا. وسجل كيليان مبابي "هاتريك" الفوز على بلد الوليد في الدقائق 30، 57، و (1+90). وقال مبابي خلال تصريحات نقلتها صحيفة أس الإسبانية: "أنا سعيد للغاية، لكن الأهم بالنسبة لي هو الفوز. أقول ذلك كل أسبوع، لكن هذه المباراة كانت مهمة جدا بعد تعثر أتلتيكو مدريد". وأضاف: "شعرنا ببعض الضغط، وكانت لدينا فرصة كبيرة. بدأنا المباراة بشكل جيد، ضغطنا على الخصم، لعبنا كرة جيدة ونجحنا في التسجيل من هجمة جماعية رائعة". وتابع: "في الشوط الثاني، تغير الأداء لفترة قصيرة إذ خالفنا المطلوب في 10 دقائق، لكن بعد الهدف الثاني، أصبحت الأمور أكثر سلاسة. أنا سعيد جدا". وعند سؤاله عن الأداء الجماعي للفريق، قال: "هذا النوع من المباريات يمنحنا ثقة كبيرة. لكن كما تعلمون، حتى الجولة 38، لم ينته شيء. علينا أن نواصل العمل، نعم، بثقة، ولكن بتواضع أيضا". وحوّل إشادة مدرب الفريق كارلو أنشيلوتي ووصفه بأنه "أفضل مهاجم في العالم"، قال: "كما قلت منذ اليوم الأول، يمكنني اللعب في جميع مراكز الهجوم". وأكد: "كنت بحاجة للتكيف، والآن أعتقد أن الجميع يرون أنني قادر على اللعب كمهاجم أو جناح، وفي أي مركز. عملية التكيف انتهت، وأشعر أنني أقدم أداء مميزا. ما أقدمه في الملعب يأتي بشكل طبيعي". وبين أن منافسة ليفاندوفسكي نجم برشلونة على لقب الهدف، خارج حساباته، إذ لا يراها ضمن خططه الرئيسية. وأوضح: "هدف في الرئيسي هو مساعدة زملائي سواء فينيسيوس، رودريجو أو أي لاعب آخر. الأهم أن يفوز ريال مدريد". واستدرك: "إن أصبحت هداف الدوري، سيكون ذلك أمرا رائعا، وقد حققت ذلك كثيرا في مسيرتي، لكن ما يسعدني أكثر هو الفوز باللقاب. في النهاية، الفوز بالدوري هو الأهم". وفيما يتعلق بالمباراة المقبلة ضد بريست، اختتم: "أعرفهم جيدا، ستكون مباراة صعبة. يلعبون بشكل جيد على أرضهم، إلا أنه لن يكون سهلا. علينا تحقيق الفوز، لأن ريال مدريد دائما ما يسعى للفوز".

مبابي لا يكتفي بالهاتريك.. وردريجو يرد عليه

بعث كيليان مبابي، نجم ريال مدريد، برسالة إلى مشجعي الميرنغي عقب مباراة بلد الوليد، أول أمس، في الجولة الـ 21 من الليغا. وأحرز مبابي 3 أهداف "هاتريك" ليضد الميرنغي للفوز بنتيجة 0-3 على ملعب "نيوفو جوسي زوربيلا". ونشر مبابي صورة احتفاله بأحد الأهداف من المباراة، على حسابه بشبكة "انستغرام"، وكتب عليها: "جائع للمزيد.. يحيا مدريد". وعلق زميله رودريجو جويس على الصورة، قائلا: "ولد كي يلعب هنا". وبهذا الانتصار يبتعد ريال مدريد بصدارة الليغا برصيد 49 نقطة، بفارق 4 نقاط عن أتلتيكو مدريد الوصيف، كما تجعد رصيد بلد الوليد عند 15 نقطة متديلا جدول الترتيب.

كيميتش يعلق على ارتباطه بريال مدريد

أشاد جوشوا كيميتش نجم بايرن ميونخ، بالانتصار الصعب الذي حققه فريقه، على حساب مضيفه فرايبورغ، أول أمس السبت.

واستعاد بايرن ميونخ، توازنه، بعد خسارته الأوروبية أمام فينورد، بالتغلب 1-2 على فرايبورغ، في الجولة 19 من الدوري الألماني.

وقال كيميتش "نعم هو انتصار للعقلية فقط، لقد لعبنا مباريات أفضل من قبل، ولكن فوز اليوم يفيدينا كثيرا". وأضاف "بعد التقدم 2-0، فقدنا السيطرة بعض الشيء، أما فرايبورغ فقد سجل من لا شيء، لم يكن الأمر وكأنهم كانوا في مرحلة من الضغط".

وتابع "لا يمكننا دائما السيطرة على كل لقاء بنسبة استحواذ 85٪، فهناك مباريات مثل اليوم، تحصل خلالها على فرصتين أو 3 فرص، وحينها عليك تسجيل هدفين مع الدفاع بقوة".

وبالنظر إلى مستقبله وارتباط اسمه بالانتقال إلى ريال مدريد، علق "تحدثت بوضوح عن هذا الأمر كثيرا، ولم يتغير أي شيء". وسبق لكيميتش، التأكيد على أنه تحدث مع البايرن، ولا يريد وضع الكثير من الضغط على نفسه، مع نهاية عقده في صيف 2025، كما قال "سأفكر في الأمر وسأأخذ قرارا جيدا، وبالطبع من العوامل المؤثرة، هي كيف سيبدو شكل الفريق في السنوات المقبلة".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

كومباني : قصة بايرن ميونخ كانت مختلفة منذ 6 أشهر

أعرب فنستت كومباني، مدرب بايرن ميونخ عن سعادته الكبيرة بعد تغلب فريقه على مضيفه فرايبورغ بنتيجة (2-1)، مساء أول أمس ضمن لقاءات الجولة 19 من الدوري الألماني. وقال كومباني عن مستوى فريقه في تصريحات عقب اللقاء: "هذه ربما ليست أفضل مبارياتنا، ولكن هذا واحد من أفضل انتصاراتنا، لمعرفتنا بمدى صعوبة الأمر هنا في فرايبورغ أمام ثاني أفضل فريق يحقق نتائج على ملعبه في الدوري". وأكد: "كان الأسبوع صعبا علينا بخوض 3 مباريات على التوالي". وعن عودة هاري كين للتسجيل من اللعب المفتوح للمرة الأولى منذ شهرين، علق: "لم يشكك هاري أبدا في نفسه، تحلى بالهدوء وواصل العمل الجاد". واستطرد: "بالطبع يمكننا التحدث عن هدفه اليوم، ولكنه دافع بعمق كبير وهذا ساعد الفريق كثيرا وهذا يتحدث عن شخصيته، هو حقا يقدم كل شيء للفريق كي يكون ناجحا". وتطرق إلى عودة بالينيا وستانيسيتش، فصرح: "أنا سعيد بعودتهما، أمامنا أسابيع محتدمة مرة أخرى ولم نشكك عندما سارت الأمور معنا بصورة خاطئة وعانيتنا من الإصابات". وبين: "ستاني يمنحنا خيارا إضافيا، وليس من السهل تقديم المستوى الذي قدمه بعد غياب 5 أشهر، أظهر أنه سيساعدنا بكل تأكيد في المستقبل والأمر يتعلق أيضا بجواو". وزاد: "في بعض الأحيان يكون الأمر رفاهية ولكن في حالتنا من المهم امتلاك قائمة كاملة". وعن نتائج الأسبوع الماضي قال كومباني: "لم تكن الأمور مضطربة، تحليت بالهدوء، لا يمكننا تغيير ما حدث في روتردام (الخسارة أمام فينورد في دوري الأبطال)، لكن كان لدينا اليوم تأثير يظهر ما قد يحدث هنا وهذا ما ركزنا عليه". وأكمل: "اتفهم أن المعايير مرتفعة للغاية هنا، لكنني أتحدى بالهدوء دائما. لا يجب نسيان أن قصة بايرن ميونخ منذ 6 شهور كانت مختلفة". وأتم: "ومن الجيد الآن أن يتوجع علينا الفوز بكل شيء وهذا ما نريده، يجب اتخاذ خطوات ولن نحصل على الجائزة دون المرور بلحظات صعبة".

مونشنغلا دباخ يعمق جراح بوخوم في البوندسليغا

عمق بوروسيا مونشنغلا دباخ، محنة ضيفه بوخوم، وفاز عليه 3-0، في المرحلة 19 من عمر دوري الدرجة الأولى الألماني. وانتهى الشوط الأول بتقدم مونشنغلا دباخ بهدف، حمل توقيع روكو ريتز في الدقيقة 34. وأضاف روبن هاك، الهدف الثاني في الدقيقة 55، وتبعه تيم كلينيست بتسجيل الهدف الثالث في الدقيقة 86. وسجل غلادباخ، انتصاره الأول بعد 3 هزائم متتالية، وفوزه الثامن هذا الموسم مقابل 8 هزائم و3 تعادلات. فيما خسر بوخوم للمرة 13 هذا الموسم مقابل انتصاريين و4 تعادلات. ورفع بوروسيا مونشنغلا دباخ رصيده إلى 27 نقطة، ليتقدم إلى المركز الثامن، فيما ظل بوخوم في المركز الأخير برصيد 10 نقاط.

دورتموند يكذب نبا رحيل لاعبه للكالتشيو

أكد سيباستيان كيل، عن مدرب جديد، المدير الرياضي لبوروسيا دورتموند، أن ناديه يواجه موقفا صعبا، بشأن البحث لخلافة نوري شاهين، الذي أقيل من منصبه. وصرح كيل عبر قناة سكاى "لدينا دراية تامة بالمديرين المتاحين في السوق، لكن هذا ليس الوقت المناسب لتغيير المديرين". وأقال دورتموند، مديره نوري شاهين، قبل أيام قليلة بعد الخسارة أمام بولونيا في دوري أبطال أوروبا، والتي كانت الهزيمة الرابعة على التوالي للفريق الألماني هذا الموسم. ويقود دورتموند حاليا، مايك تولبيرغ مدرب فريق الشباب بالنادي تحت 19 عاما، وتعادل الفريق تحت قيادته أمام بريمن بنتيجة 2-2، في مباراة أكملها دورتموند بعشرة لاعبين. وقال لارس ريكين المدير التنفيذي لدورتموند، إن تولبيرغ مستمر في قيادة الفريق خلال مواجهة شاختار الأوكراني في الجولة الأخيرة بدوري أبطال أوروبا يوم الأربعاء المقبل. أما سيباستيان كيل، فقد نفى عبر قناة سكاى، ما تردد بأن مهاجم الفريق كريم أديمي في طريقه للانتقال إلى نابولي. وأكد كيل "هذه الأخبار كاذبة، ولا أساس لها من الصحة". وذكرت تقارير أن النادييين اتفقا على انتقال أديمي مقابل 40 مليون يورو، علما بأن تعاقده اللاعب مع دورتموند ينتهي في عام 2027.

إصابة نجم بايرن ميونخ أمام فرايبورغ

أصيب نجم بايرن ميونخ، خلال مباراة فريقه أمام فرايبورغ، على ملعب يوروبا بارك ستاديون، ضمن لقاءات الجولة 19 من الدوري الألماني.

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".

وأشاد كيميتش، بهاري كين، صاحب الهدف الأول، قائلا "لقد ساعدنا كثيرا في الجانب الدفاعي، حتى أنه تحصل على بطاقة صفراء". وأتم "بعيدا عن الهدف الذي سجله كين، فما قدمه اليوم هو ما نحتاج إليه بالضبط، الأمر لا يتعلق دائما بتسجيل الهاتريك".



مدافع اليونانيد السابق: كدت أبكي بسبب خوسانوف

شعر مدافع مانشستر يونايتد السابق، غاري نيفيل، بالشفقة على مدافع سيتي، عبد القادر خوسانوف، بعد بدايته المروعة في البريميرليغ. المدافع الأوزبكي البالغ من العمر 20 عاما، والذي انضم إلى سيتي، قادما من لانس، في صفقة بلغت 34 مليون إسترليني، شارك أساسيا في تشكيلة المدرب بييب غوارديولا أمام تشيلسي، مساء أول أمس. فبعد أقل من 3 دقائق على انطلاق المباراة، ورط خوسانوف، فريقه السماوي، بخطأ فادح، نتج عنه هدف مبكر للبلوز. فعدما حاول خوسانوف، إعادة الكرة برأسه إلى الحارس إيدرسون، جاءت تمريرته قصيرة، لينقض عليها نيكولاس جاكسون، قبل أن يرسلها إلى مادويكي، الذي أودع الكرة الشباك متقدما (0-1). وظهر خوسانوف، متوترا بعد هذا الخطأ القاتل، ليرتكب مخالفة ضد كول بالمر، نتج عنها حصوله على بطاقة صفراء، في الدقيقة الرابعة من المباراة. وقرر بييب غوارديولا مدرب سيتي، استبدال خوسانوف مبكرا، وبالتحديد في الدقيقة 53، خاصة بعدما زادت أخطاء لاعبي الخط الخلفي والوسط في مستهل الشوط الثاني. وقال نيفيل، عبر شبكة سكاى سبورتنس "إنها لحظة تشعر فيها وكأنك ستبكي من أجل هذا الشاب، هذا كابوس بالنسبة إليه". وأضاف "هذا الفتى يبلغ من العمر 20 عاما، وهذه الدقائق الثلاث ستكون من أصعب اللحظات التي مر بها في حياته".

بالأرقام.. حدث نادر في مسيرة فودين

لعب فيل فودين دورا حاسما في فوز فريقه مانشستر سيتي على ضيفه تشيلسي (3-1)، أول أمس، في مباراة أقيمت لمصلحة الاتحاد ضمن منافسات الجولة 23 من الدوري الإنجليزي الممتاز. لاعب سيتي الشاب استطاع تسجيل الهدف الثالث في الدقيقة 87، ليطلق رصاصة الرحمة على البلوز. ولأول مرة في مسيرته، ينجح فودين في هز الشباك خلال 4 مباريات متتالية في البريميرليغ، حسبما ذكرت شبكة "سكواكا" للإحصائيات. وتمكن الدولي الإنجليزي من تسجيل 6 أهداف في آخر 4 مباريات، بعدما أحرز ثنائية ضد برينتفورد وإيسويتش تاون، فيما اصطاد شياك وست هام وتشيلسي مرة واحدة في كل لقاء. ووصل صاحب 24 عاما لهدفه العاشر هذا الموسم بمختلف البطولات خلال 27 مباراة خاضها حتى الآن. لكن على مستوى البريميرليغ، سجل فودين 7 أهداف، جاءت جميعها في آخر 7 جولات بعد صيام تهديفي دام 4 أشهر.

أرتيتا عن التحكيم أنا غاضب للغاية

انتقد الإسباني ميكيل أرتيتا، مدرب أرسنال، حكم مباراة فريقه أمام وولفرهامبتون بشكل غير مباشر، بسبب طرد لويس سكيلبي. وحقق أرسنال، فوزا صعبا على حساب وولفرز، بهدف دون رد، أول أمس، على ملعب مولينيو، ضمن لقاءات الجولة 23 للبريميرليغ. وشهد اللقاء، طرد الظهير الشاب لويس سكيلبي، في الدقيقة 43. وقال أرتيتا، في تصريحات لشبكة "سكاى سبورتنس": "ما فعله اللاعبون مرة أخرى أمر لا يصدق، بسبب سيناريو اللقاء الذي أقمنا فيه، كان الأمر يتعلق بالشخصية وشخصية الفريق والشجاعة والذكاء للعب المباراة التي أردنا لعبها، كان الأمر استثنائيا". وعن البطاقة الحمراء التي حصل عليها سكيلبي، قال: "أترك الأمر لكم يا رفاق، أنا غاضب للغاية، ولكنني أترك الأمر لكم، لأنه واضح للغاية.. لا أعتقد أن كلماتي ستساعد". ويسأله، هل حصل على تفسير من حكم المباراة، قال: "لا". وبخصوص إمكانية تقديم استئناف بشأن طرد سكيلبي، قال: "هذا الأمر متروك للنادي ليقرر ما هو القرار الأفضل، أعتقد أنه واضح للغاية، ربما لا نحتاج حتى إلى ذلك". وحول أداء سكيلبي، أكمل: "إنه سعيد حقا الآن بعد فوز الفريق ووجدنا طريقة للفوز" بهذه النتيجة، واصل أرسنال مطارده ليفربول المتصدر، بوصوله للنقطة 47 في المركز الثاني، فيما توقف وولفرز عند نقطة في المركز 17.

غوارديولا يلوم ثلاثي سيتي بسبب مرموش

أبدى بييب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، إعجاباه بما رآه من مهاجمه المصري عمر مرموش في أول ظهور له مع الفريق خلال مواجهة تشيلسي، أول أمس. ويعد انضمامه إلى الفريق من أينتراخت فرانكفورت الخميس الماضي، بدأ مرموش مباراة السبت في التشكيلة الأساسية مباشرة، ليشهد فوز سيتي (3-1) ضمن منافسات الجولة 23 من الدوري الإنجليزي الممتاز. وخلال تصريحات أبرزتها قناة "إن بي سي سبورتنس"، قال غوارديولا عن مرموش: "لقد واجه منافسا صعبا وقويا للغاية، مثل ريس جيمس القوي بدنيا".

لكن المدرب الإسباني أشار إلى تميز الدولي المصري في التحرك بدون الكرة، لكنه لام على ثلاثي الوسط، لعدم قراءة تلك التحركات. وعن ذلك قال: "اللاعب الوسط لم يرون هذه التحركات، ولهذا فإن جوندوجان وكوفاسيتش وكذلك برناردو، كانوا بحاجة لأن يكونوا أكثر ذكاء". واستطرد: "لكننا بحاجة لمزيد من الوقت، لفهم تحركاته جيدا". وفي ختام تصريحاته، أكد غوارديولا غياب مرموش عن مباراة فريقه ضد كلوب بروج يوم الأربعاء المقبل، في ختام الدور الأول من دوري أبطال أوروبا. ويخوض سيتي مباراة مهمة للغاية في الجولة الأخيرة، يهدف خلالها للفوز من أجل حجز بطاقة التأهل للدور الفاصل، نقاديا للخروج المبكر. ولا يحق لمرموش أو أي من الوافدين الجدد المشاركة في الجولة الأخيرة، نظرا لحمية نهاية الدور الأول وتسجيلهم لاحقا مع بداية الأدوار الإقصائية، بحسب لوائح الاتحاد الأوروبي لكرة القدم.

ماريسكا يلمح للتضحية بأحد نجوم تشيلسي بعد صفقة سيتي

ألحح مدرب تشيلسي إنزو ماريكا إلى احتمال التضحية بأحد نجوم الفريق خلال الفترة المقبلة، بعد تعثر البلوز أمام مانشستر سيتي. وكان الفريق اللندني متقدما بهدف قبل أن يسقط بثلاثية أمام سيتي، مساء أول أمس، ضمن الجولة 23 من الدوري الإنجليزي الممتاز.

وخرج حارس مرمى تشيلسي روبرت سانشيز من مرماه دون مبرر، ليسهل الأمور على إيرلنغ هالاند الذي لعب الكرة من فوقه مسجلا الهدف الثاني للأزرق السماوي في الدقيقة 68، قبل أن يجهز فودين على ضيوف ملعب الاتحاد بالثالث في الدقيقة 87.

وارتكب الحارس الإسباني خمسة أخطاء أسهمت في تسجيل أهداف بمرماه هذا الموسم، واستبعده ماريكا مرتين بالفعل من تشكيلة الأساسي.

وحل فيليب يورجنسن مكان سانشيز في المباراتين ضد ساوثهامبتون وإيسويتش، وقد يبدأ أساسيا في مباراة تشيلسي المقبلة أمام وست هام يوم الاثنين المقبل.

وقال ماريكا في تصريحات نقلتها صحيفة "ديلي ميل": "ثق في روبرت باتاكيد، لكنه في نفس الوقت يعلم أنه يرتكب أخطاء".

وأضاف: "لدينا أسبوع كامل لرؤية رد الفعل واتخاذ القرار بشأن المباريات المقبلة". وفي تصريحات سابقة، اعترف ماريكا بأن سانشيز ما يزال بعيدا جدا عن المستوى المأمول، داعيا إياه لتقديم مستويات أفضل.

مرموش: هالاند يساعدني منذ قدومي لسيتي

علق المصري عمر مرموش، على ظهوره الأول بقميص مانشستر سيتي، خلال مواجهة تشيلسي لمصلحة الاتحاد، أول أمس، ضمن منافسات الجولة 23 من الدوري الإنجليزي الممتاز. صاحب 25 عاما، انضم إلى سيتي، الخميس الماضي، قادما من أينتراخت فرانكفورت مقابل 75 مليون يورو، ليدفع به مديره بييب غوارديولا في التشكيلة الأساسية أمام البلوز بعد يومين فقط على وصوله. وخلال مقابلة عقب المباراة مع شبكة بي إن سبورتنس، تحدث مرموش عن هدفه الملقى، قائلا "عندما سجلت الهدف، كان شعورا مذهلا، والأهم هو انتصارنا". وتابع "لكن كان من الممكن، أن يكون ظهورا ممتازا، حال نجاحي في تسجيل هدف، إلا أنني أحمد الله على ذلك". وعن الانسجام المحلوظ بينه وبين إيرلنغ هالاند في خط الهجوم، أوضح "إنه شخص مميز ولاعب خرافي، ومنذ أن وصلت إلى النادي وهو يتحدث معي ويحاول مساعدتي على التأقلم مع الفريق". وفي رسالة مصورة نشرها الحساب الرسمي لناديه بموقع "إكس"، قال مرموش "أهلا بمرموش، أنا سعيد جدا بظهوري الأول والنقاط الثلاث.. الأجواء كانت جنونية وأحببت دعمكم لنا". وعبر صفحته الرسمية بموقع "فيس بوك"، كتب الدولي المصري "شرف لي تسجيل ظهوري الأول مع مانشستر سيتي بـ 3 نقاط ثمينة".



صفقة رونالدو سببت خسائر مالية كبيرة لجوفنتوس

فشل نادي جوفنتوس الإيطالي في تعويض خسائره، منذ التعاقد مع البرتغالي كريستيانو رونالدو (39 عاماً)، قادماً من ريال مدريد الإسباني، في صيف عام 2018، في واحدة من كبرى الصفقات في كرة القدم العالمية، بما أن "الدون" يُصنّف من أساطير اللعبة، ولم يكن متوقعاً أن يرحل عن النادي الملكي، ويخوض مشواراً في الدوري الإيطالي، وقد تواصلت التجربة ثلاثة مواسم، قبل أن يرحل "الدون" إلى الدوري الإنجليزي، ويرفع التحدي مع فريقه السابق، مانشستر يونايتد.

وأكد موقع سبورت إين الفرنسي، أن جوفنتوس حقق أرباحاً مالية، قبل التعاقد مع اللاعب البرتغالي، ولكن منذ عام 2018، وميزانية "البيانكونيري" تشهد خسائر، ومن أهم أسبابها صفقة رونالدو، الذي كان يحصل على 31 مليون يورو سنوياً، وفشل النادي في تعويض هذه النفقات الكبيرة، خصوصاً بعد الأزمة التي عانتها كل الأندية تقريباً، بسبب انتشار فيروس "كورونا" في العالم، والخسائر التي تسبب فيها، بعد إقامة المباريات دون حضور الجمهور، إضافة إلى تراجع عائدات البث التلفزيوني، وغيرها من الأزمات التي ضربت كرة القدم العالمية.

ووفق الموقع الفرنسي، فإن جوفنتوس خسر بين عام 2018، تاريخ انضمام رونالدو إلى الفريق، وصيف عام 2024، مبلغاً مالياً كبيراً قارب 900 مليون يورو، إذ لم يستطع الفريق تعويض نفقات الصفقة التاريخية التي عقدها، والتي تواصلت بعد رحيل اللاعب البرتغالي، كذلك فإن النادي فشل رياضياً في مرحلة ثانية، بعد أن عجز عن حصد لقب الدوري المحلي منذ عام 2020، وحصاده في المواسم الأخيرة بعد رحيل البرتغالي، كان دون المأمول، واقتصر على التتويج بكأس إيطاليا في الموسم الماضي.

ويأمل الفريق الإيطالي إيجاد الحلول المالية سريعاً، بعودته إلى دوري أبطال أوروبا، إضافة إلى مشاركته في كأس العالم للأندية، التي ستدعم ميزانيته، نظراً لأن الاتحاد الدولي لكرة القدم رصد مبلغاً مالياً مهماً للأندية المشاركة في البطولة، علماً بأن خلافاً مالياً نشأ منذ عدة أشهر بين رونالدو وإدارة جوفنتوس، إذ يُطالب اللاعب البرتغالي بالحصول على 10 ملايين يورو، ولجأ "الدون" إلى القضاء من أجل إجبار إدارة الفريق الإيطالي على دفع مستحقاته.

موتا: دفعنا ثمن جدول المباريات المزدحم، وسعيد بأداء اللاعبين

كشف تياغو موتا، مدرب نادي جوفنتوس، عن سبب الهزيمة 1/2 أمام نابولي في الجولة الأخيرة من الدوري الإيطالي، مؤكداً أن التعب الناتج عن جدول المباريات المزدحم كان له تأثير كبير على أداء الفريق في الشوط الثاني. وفي تصريحات صحفية بعد المباراة، قال موتا: «أشعر بالإحباط من هذه الخسارة، قدمنا شوطاً أول جيداً، تسببتنا في مشاكل كبيرة لنابولي، هم ليسوا متصدين بسبب الحظ، لديهم مدرب رائع وكان لديهم الفرصة للاستعداد لهذا اللقاء طيلة الأسبوع». وأضاف: «لكننا لم نتمتع بهذه الرفاهية، وهذا كان واضحاً في الشوط الثاني، ما فعلناه جيداً في الشوط الأول لم نتمكن من تكراره في الثاني، لذلك لم نتمكن من الفوز». وأشار موتا إلى تأثير المباريات المتواصلة، قائلاً: «نحن جننا من مباراة مرهقة في دوري الأبطال ضد كلوب بروج، لم نتمكن من الضغط بشكل جيد في الشوط الثاني لأننا فقدنا الكثير من الكرات، وهذا منح نابولي الفرصة للسيطرة على اللقاء».

وتابع: «لقد أدينا بشكل جيد في العديد من المواقف السابقة، لكننا لم نتمكن من فعل ذلك اليوم، جوفنتوس لم يفضح هنا منذ 2019، وهذه هي الهزيمة السادسة المتتالية في ملعب نابولي، وهذا يعكس صعوبة اللعب في هذا المكان». وأبدى موتا رضاه عن أداء كولو مواني، الذي سجل هدفه الأول مع جوفنتوس في الشوط الأول، ولكنه أشار تساؤلات بشأن إشراك دوسان فلاهوفيتش في الدقائق التسع الأخيرة فقط.

كايل ووكر يكشف سبب انضمامه لميلان واختياره القميص رقم 32

كشف المدافع الإنجليزي كايل ووكر عن أسباب انضمامه رسمياً إلى نادي ميلان الإيطالي لكرة القدم على سبيل الإعارة قادماً من مانشستر سيتي. وقال ووكر في حديثه مع وسائل الإعلام الإيطالية إن قراره بالانتقال إلى ميلان جاء بعد مشورة من صديقه القديم ومواطنه تامي أبراهام، الذي يلعب حالياً في ميلان. وأضاف اللاعب الإنجليزي: «تاممي (أبراهام) أخبرني أنني يجب أن أتي إلى ميلان. لقد ساعدني في اتخاذ القرار». وتابع كايل ووكر: «جماهير ميلان هنا رائعة، سمعهم يغنون سيكون أمراً عاطفياً». وعن اختياره القميص رقم 32 في نادي ميلان، أوضح ووكر: «اخترت الرقم 32 تكريماً لديفيد بيكهام، أسطورة الكرة الإنجليزية الذي ارتدى الرقم ذاته خلال فترته مع «الروسونيري». وكان بيكهام ارتدى القميص رقم 32 خلال فترته مع ميلان بين عامي 2009 و2010، حيث لعب 33 مباراة وسجل هدفين خلال فترتين قضاهما مع النادي الإيطالي على سبيل الإعارة من لوس أنجلوس غلاكسي».

نابولي ينهي سلسلة جوفنتوس دون هزيمة في الكالتشيو

وضع فريق نابولي نهاية لنجاح فريق جوفنتوس في الدوري الإيطالي، بعدما ألحق بطل «الكالتشيو»، في الموسم قبل الماضي، الهزيمة الأولى بضيفه، على ملعبه ديفيدو أرماندو مارادونا، وانتصر عليه بنتيجة (1:2)، في منافسات الأسبوع 22، ليبقى فريق باريس سان جيرمان الفرنسي الوحيد دون خسارة في الدوري المحلي، في الدوريات الأوروبية الخمسة الكبرى.

ورغم أن جوفنتوس سجل هدفاً في الشوط الأول، عبر الوافد الجديد، كولو مواني، فإن نابولي قلب الطاولة في الشوط الثاني، بفضل ثنائية حملت توقيع الكاميروني زامبو أنغويسا، ثم سجل البلجيكي روميلو لوكاكو هدف الحسم من ركلة جزاء، ليرفع نابولي رصيده إلى 53 نقطة في المركز الأول، بينما يوجد جوفنتوس بعيداً عنه بفارق 16 نقطة في المركز الخامس، ومن ثم فإنه ودّع منطقياً فرص التتويج، وذلك في انتظار أن يخوض حامل اللقب، إنتر ميلانو، مبارياته المؤجلة.

وكان لوكاكو نجم المباراة دون منازع، إذ تحرك باستمرار طوال اللقاء، وأربك توازن دفاع جوفنتوس، كذلك فإنه نجح بالتسجيل مجدداً في مرمرى «البيانكونيري»، بعد أن سجل سابقاً بقميص إنتر وكذلك روما، قبل أن يسجل بقميص نابولي في شباك جوفنتوس، وانتقم من جماهير «البوفي»، التي هاجمته قبل موسمين، وتعرض لانتهاكات عنصرية في مباراة الكأس، في واحدة من أشهر قضايا الانتهاكات العنصرية في إيطاليا، وقد سجل تسعة أهداف في الدوري، حتى الآن.

وتؤكد هذه النتيجة أن نابولي مصر على الحصول على اللقب، بينما سيواجه جوفنتوس انتقادات قوية، باعتبار أنه كان أكثر الفرق الإيطالية إنفاقاً في «الميركاتو»، ولكن نتائجه في «الكالتشيو» كانت بعيدة عن توقعات الجماهير، خصوصاً أن الفريق خسر في نصف نهائي كأس السوبر منذ أيام قليلة، ويات المدرب تياغو موتا مهدداً، بسبب عجزه عن استغلال قدرات لاعبيه، وكذلك فشل معظم الصفقات التي اختارها في «الميركاتو» الصيفي.

كونتي: أظهرنا قوة شخصيتنا، وما وصلنا إليه ليس صدفة

عبر المدير الفني لنادي نابولي، أنطونيو كونتي، عن سعادته بعد فوز فريقه على أتالانتا ويوفنتوس في مباراتين متتاليتين، مؤكداً أن ذلك يعزز الثقة بالنفس، في المنافسة على اللقب هذا الموسم.

وفي تصريحاته، أكد كونتي أن الفوز على أتالانتا ويوفنتوس يمنح اللاعبين إيمانا كاملاً بما يقومون به، مشيراً إلى أنه رغم المواقف الصعبة التي مر بها الفريق مؤخراً مثل إصابة أوليفيرا وطلبات الرحيل من أوسيمين وكفار اتسخيليا، فإن اللاعبين أظهروا قوة شخصية كبيرة. وقال كونتي: «الفوز في مباراتين متتاليتين ضد أتالانتا ويوفنتوس يعزز ثقتنا بأنفسنا، نحن قادرين على التعامل مع المواقف الصعبة التي قد تكون قاتلة لأي فريق آخر، ولكننا نجحنا في تجنب الشعور بالندم وأثبتنا قوتنا».

وأضاف: «في بعض الأحيان أتساءل ما الذي ينقص هذا الفريق، ولكن كقائد حقيقي يجب أن تقيم ما لديك، لدينا لاعبين يتقنون تماماً ما يقومون به، وقد أظهرنا ذلك في المباريات الأخيرة، في الماضي كان هناك فارق كبير بين نابولي وفريق مثل يوفنتوس وإنتر، لكن اليوم قمنا بقلب الوضع ضدنا، وهذا هو الدليل على قوتنا».

وبشأن الفارق الكبير الذي حققه نابولي هذا الموسم، قال كونتي: «نابولي يلعب بأسلوب كرة قدم أوروبي، وهذا ما يميزنا، نحن لم نصل إلى هنا بالصدفة، بل كان نتيجة العمل الجاد والتحضير الجيد».

كما أشار كونتي إلى أجواء الحماس الكبيرة في نابولي، حيث قال: «نابولي حقاً يجعلك تشعر بالحماس، وهذا يظهر في الأجواء الرائعة التي نشهدها، وإذا لم أجد المكبر بيدي في المطار، ربما كنا لا نزال هناك وسط الجماهير».

ومع هذه الانتصارات المتتالية، أصبح نابولي يتصدر الدوري الإيطالي برصيد 53 نقطة، مما يعكس التحسن الكبير الذي أحرزه الفريق مقارنة بالموسم الماضي.



ونستون كوو. قصة حارس مرمرى خطف الأنظار بيد واحدة

في بداية القرن العشرين، بدأت كرة القدم الأرجنتينية في التطور، ومن بين القصص الأكثر غرابة في تلك الأوقات، منذ ما يقرب من 120 عاماً، تبرز قصة الأيرلندي ونستون كوو حارس المرمرى الذي تألق مع نادي باراكاس، رغم أنه كان يملك يداً واحدة فقط. وبحسب تقرير موقع قناة تي واي سي الأرجنتينية، مساء الجمعة، ففي 12 أوت 1906، وقبل أيام قليلة من بدء الدوري الأرجنتيني، لم يكن لدى فريق باراكاس حارس مرمرى، وفي ظل غياب الخيارات بدأ الجهاز الفني للفريق في تجربة اللاعبين بهذا المركز. وقدم ونستون كوو الذي كان يلعب في مركز الظهير الأيمن، حلاً غير متوقع، إذ قال للمدرب: "إذا أردت، فسأقدم لك يد المساعدة، رغم أنني قد لا أستطيع فعل ذلك"، ونظراً إلى عدم وجود بدائل، وافق المدرب على اقتراحه، ولعب في المباراة الأولى ضد إستوديانتيس دي بوينس آيرس، وقوبل ظهور كوو لأول مرة، بالهتافات والاستهجان من الجمهور منذ اللحظة التي دخل فيها الملعب، وهو بذراع واحدة، ورغم الهزيمة 1-2، فاجأ أداءه الجميع، وأشادت صحيفة لا برينسا بأداء كوو، إذ كتبت حينها: "لقد تصدى كوو، الذي يملك يداً واحدة، للعديد من التسديدات، إن طريقتة في إيقاف الكرة والأمان والثقة التي يتعامل بها تستحق الثناء". وظل كوو في حراسة مباراتين أخريين، على الرغم من أن كلتا المواجهتين انتهت بهزيمتين صعبتين: 0-1 أمام متصدر البطولة، ريفورم، و5-0 أمام ألومني.

وبيئت رواية أخرى للمؤرخ دانييل بالماسيدا أن كوو حرس المرمرى في المباراة ضد ريفورم فقط، لأن ثلاثة من زملائه في الفريق، بمن في ذلك حارس المرمرى الأساسي، وولفريدو ديغز، فاتهم القطار الذي كان من المقرر أن يقلهم إلى ملعب اللقاء. وعلى هامش هذه المباراة، ظل اللاعب في الذاكرة إلى الأبد، بعد أن تألق بيد واحدة، ليبقى واحداً من أصعب الألفاظ التي حضرت، في تاريخ كرة القدم الأرجنتينية.

كيف منح ترامب عفواً لبطل أولمبي أميركي في السباحة؟

احتفى السباح الأميركي السابق كليتي كيلر (42 عاماً)، الحائز على العديد من الميداليات الأولمبية، بالعضو الذي أصدره الرئيس الأميركي دونالد ترامب عن نحو 1600 شخص اقتحموا مبنى الكابيتول في يناير / كانون الثاني 2021 خلال تنصيب جو بايدن رئيساً للولايات المتحدة. ويعد كيلر أحد المستفيدين من هذا القرار، لأنه شارك بشكل فعال في الاعتداء. وقال كيلر، في مقابلة مع صحيفة واشنطن بوست أمس الأربعاء: "إنه شعور لا يصدق بالارتياح". السباح، الذي حصل على الميدالية البرونزية في سباق 400 متر حرة والميدالية الفضية في سباق 200x4 متر حرة في سيدني، والميدالية البرونزية مرة أخرى في سباق 400 متر حرة في أثينا 2004 والميدالية الذهبية في سباق 200x4 متر حرة في أثينا وألعاب بكي، تم التعرف إلى هويته من خلال زملاء سابقين له ومسؤولين في اتحاد السباحة الأميركية، وقد تم توجيه التهمة إليه بالمشاركة في عملية الاقتحام حينها. وبحسب تقرير لصحيفة ماركا الإسبانية، فقد طلب الادعاء الحكم عليه بالسجن لمدة عشرة أشهر، لكن القاضي الفيديريالي منحه ستة أشهر من الإقامة الجبرية وثلاث سنوات من المراقبة، وكان عليه أيضاً إكمال 360 ساعة من الخدمة المجتمعية، والتي كانت عبارة عن محاضرات لتلاميذ المدارس، يوضح فيها الأخطاء التي دفعته إلى المشاركة في تلك الجريمة. وبعد قرار ترامب بالعفو عنه قال، في تصريحات نقلتها "ماركا": "لم أشعر بأن الأمر حقيقي بالنسبة لي. عندما استيقظت هذا الصباح، شعرت وكأنني أقول يا الهي لقد انتهى الأمر. لم أعد مضطراً للتواصل مع ضابط الإفراج المشروط الخاص بي. إنه شعور لا يصدق بالارتياح". وفي المقابلة نفسها، اعترف كيلر بأنه لم يكن مدركاً تماماً لمدى سلوكه في الكابيتول، مضيفاً: "أعلم أن أفعالي أغضبت وأحقت الأذى بملايين الأميركيين. لقد قلت هذا للقاضي وكنت جاداً. لقد تصرفت دون تفكير. أنا نادم حقاً على ما فعلته، وممتن جداً لأنني حصلت الآن على الفرصة للمضي قدماً".

إساءات عنصرية تلاحق زوجة رافينيا بعد مواجهته لجماهير بنفيكا

لاحقت إساءات عنصرية زوجة نجم نادي برشلونة، رافينيا دياز (28 عاماً) بعد مواجهته لجماهير بنفيكا، التي تجاوزت حدود الروح الرياضية وأسأت له خلال مباراة الفريقين في الأسبوع السابع من دوري أبطال أوروبا، مما دفعه للرد عليهم مبرراً ذلك بأنه لا يتقبل السكوت عند تعرضه لتجاوزات غير مبررة، مع العلم أنه كان وراء هدف فوز النادي الكتالوني في الثواني الأخيرة (4-5). ونشرت نتاليا رودريغز بيلولي على حساباتها بمواقع التواصل الاجتماعي، وفقاً لما أشار له موقع راديو "أر أم سي سيورث" الفرنسي، الجمعة، بعضاً من الرسائل العنصرية التي بلغتها من مشجعي نادي بنفيكا: "نادراً ما أكتشف عن هذا النوع من الأشياء، وغالباً ما تصلني من مشجعي الأندية المنافسة لبرشلونة، لكن هذه المرة قررت أن أكتشف ما وقع، لتروا مدى جنون بعض الأشخاص في العالم". وتابعت: "تضاديت مشاهدة رسائل إنستغرام ولم أرتب في الاطلاع على ما تعرض له زوجي وولدي اللذان كانا ضحيتين للهجوم، لكن يجب أن أعرض عليكم هذا لتروا خطورة الأمر، هذا جزء بسيط مما نتعرض له"، فيما حملت الرسائل عبارات عنصرية وإساءات خطيرة جداً طاولتها بوصفها أنها "قرء"، وهي كلمات استهدفت رافينيا، كما لاحقت ابنها الذي تمنى المتورطون في القضية موته، مع العلم أن سنه لا يتجاوز سنتين. وعاش النجم البرازيلي فترات صعبة بعد نهاية المباراة، ونجاحه في عودة برشلونة وفوز فريقه بنتيجة خمسة أهداف مقابل أربعة، بعدما تأخر مرتين بثلاثة أهداف لواحد ثم أربعة أهداف لاثنتين، ليبرندي رافينيا ثوب البطل، بما أنه سجل الهدف الخامس المعادل لتأهل رسمي نحو الدور الثاني، مما جعله هدفاً للاستفزاز والإساءة، فرد عليها مباشرة قبل الدخول إلى غرف تغيير ملعب "دا لوش"، في العاصمة البرتغالية لشبونة. وأصبح لاعبو نادي برشلونة هدفاً للعنصرية في الأيام الأخيرة، وآخرهم المدافع أليخاندر بالدي حين واجهه وفريقه نادي خيتافي، وذلك من طرف الجماهير عندما كان على أرض الملعب، وهي اعتداءات دونها الحكم في التقرير الذي يعقب المواجهة، وتسلمته رابطة كرة القدم الإسبانية، على أن تصدر قراراتها قريباً.



متى يظهر تأثير الرياضة على الجسم؟

ربما يكون هدفك من لعب الرياضة هو بناء العضلات، جعل العضلة ذات الرأسين تبدو أكبر أو أجمل، زيادة القدرة على التحمل أثناء الركض، أو ربما ترغب فقط في الحصول على جسم متناسق ومظهر جذاب، أو الحصول على بعض الراحة من القلق. مهما كانت أهدافك من ممارسة الرياضة، فمن المؤكد أنها تحتاج بعض الوقت والالتزام بالطبع لرؤية تلك التغييرات الإيجابية، البدنية والعقلية على حد سواء. وإذا كنت تريد رؤية بعض التحولات والنتائج الإيجابية في القوة العضلية وشكل الجسم، فمن المحتمل أن يستغرق الأمر حوالي ثمانية أسابيع. بطبيعة الحال، ثمانية أسابيع ليس رقما صعبا وسريعا، وبالرغم من اعتباره قاعدة بالنسبة لمعظم المتمردين، إلا أنه لا ينطبق على الجميع، حيث قد تختلف مدة ظهور النتائج باختلاف الأعمار، الجنس، طريقة التمرين، شدة التمرين، عدد مرات تكرار التمرين في الأسبوع، وطبيعة الغذاء المتناول أثناء فترة التمرين. للتأكد من أنك على الطريق الصحيح مع تحقيق أهدافك تأكد من تطوير عادات متناسقة تساعد جسمك على تحقيق أهدافه، مثل التمدد قبل التمرين وبعده، تناول وجبات متوازنة والسماح لنفسك بالراحة عند الحاجة إليها، ومن المهم أن تتذكر أهمية الشكل المناسب عند إجراء أي تمرين، خاصة عندما يتعلق الأمر بتدريب القوة. ضمان شكل صحيح للتمرين يجعل جسمك يتحرك في الاتجاه الصحيح نحو النتائج التي تريدها، وسوف تمنع إصابة غير ضرورية على طول الطريق أيضا، والحفاظ على تمرين صحيح وأوزان خفيفة قد يعني أنك لا تستطيع الحصول على النتائج بالسرعة التي تريدها، أو قد لا تتمكن من القيام بعدد كبير من التكرارات في التمرين الواحد، وكذا تحقيق أهدافك والحفاظ على سلامتك أمران أكثر أهمية من سرعة الإنجاز، حيث ستري النتائج في أقل من شهر، لاسيما إذا لم تكن قد تدربت بمثل هذه الطريقة (تمارين القوة) منذ فترة طويلة. من حيث التدريب على القوة، يمكنك أن ترى زيادة بنسبة 10 في ما يمكنك رفعه من الأثقال كل شهر خلال الأشهر الأربعة إلى الستة الأولى، وعند هذه النقطة ستتباطأ التعديلات وستوجب عليك تغيير التدريبات للحفاظ على سلامتك، بالنسبة لتضخم العضلات، قد تستغرق النتائج الملحوظة وقتا أطول قليلا من 4 إلى 8 أسابيع من التدريب المستهدف مع نتائج قابلة للقياس بشكل كبير خلال أربعة إلى ستة أشهر. ويمكن للمبتدئين أن يلاحظوا ما يصل إلى 2 ونصف باوند من العضلات شهريا، لكن هذا سيزداد تدريجيا مع ازدياد الخبرة في التمرين، على الرغم من أن قياس الوزن قد لا يظهر ذلك، لأن الميزان سوف لا يظهر أي خسارة في الدهون يمكن أن تحصل. كما تختلف احتياجات السرعات الحرارية بشكل كبير بين الناس، بينما يؤدي نقص السرعات الحرارية إلى فقدان الوزن، والنقص الكبير في السرعات قد يؤدي إلى الاحتفاظ بالدهون، وفائض السرعات الحرارية مثالي لبناء العضلات، لذا بدلا من التعلق والتفكير الكبير في حساب السرعات الحرارية، ركز على الطعام كوقود. يمكن أن تزيد تدريبات القوة من حرق السرعات الحرارية، حتى أثناء عدم ممارسة الرياضة لمدة تصل إلى 72 ساعة بعد مغادرة صالة الألعاب الرياضية وفقا لبحث نشر في المجلة الأوروبية لعلم وظائف الأعضاء التطبيقي، إضافة إلى ذلك، فإنه يبني عملية الأيض للعضلة ويزيد من قوة الأداء، وقم بقضاء وقت للتعافي امنح نفسك يوم راحة كامل واحد على الأقل في الأسبوع ولا تتدرب لنفس المجموعة العضلية مرتين خلال فترة ثلاثة أيام، وخطط التدريبات الخاصة بك وشدتها للسماح لجسمك بالتعافي. من الطبيعي أن تشعر ببعض الألم بعد 24 إلى 48 ساعة من التدريبات، خاصة في البداية، لكن لا يجب أن تشعر بالوهن أو عدم القدرة على المشي، إضافة إلى تبديل التمرينات بعد ستة إلى 12 أسبوعا، وللحفاظ على جسمك يتكيف باستمرار، من المهم تغيير التمرينات الخاصة بك كل ستة إلى 12 أسبوعا. قد يعني ذلك تغيير عدد مرات التكرار في التمرين أو تجربة تمارين جديدة أو تجربة السباحة الأسبوعية وتغيير نمط القيام بالتمارين، بخلاف ذلك يمكن أن يتأقلم جسمك بشكل جيد مع التمرين الاختياري الذي لم يعد يرى له فائدة على العضلات.



أهمية ممارسة الرياضة لكبار السن

يعود النشاط البدني لكبار السن بفوائد جمة على صحتهم الجسدية، كما يزيدهم بالطاقة، ويخفف من شعورهم بالآلم، ويزيد من استقلاليتهم مما يمكنهم من تلبية احتياجاتهم الشخصية، بالإضافة إلى الحفاظ على صحتهم العقلية، ولذلك يوصى بمزاولة النشاط البدني المعتدل لمدة 150 دقيقة على مدار الأسبوع، تقسم إلى جلسات تتراوح مدة الجلسة الواحدة من 10 إلى 15 دقيقة يوميا. وقد اعتبر هذا التراجع أمر طبيعى ونتيجة حتمية للشيخوخة، إلى أن نشرت دراسة عام 1994 أظهرت أنه من الممكن تجاوز التدهور الوظيفي الذي يصيب كبار السن، عن طريق ممارسة التمارين الرياضية، حتى عند النساء الأكبر سنا والأكثر ضعفا، حيث قام مجموعة من كبار السن الذين تتراوح أعمارهم بين 72 عاما و98 عاما، بممارسة تمارين المقاومة 3 مرات أسبوعيا لمدة عشرة أسابيع، وفي نهاية هذه المدة أصبحوا قادرين على رفع أوزان أقل، وتسلق المزيد من السلالم، والمشي بشكل أسرع وأبعد بالمقارنة مع المجموعة الأخرى من كبار السن، الذين استمروا في التراجع وخسارة العضلات. وتشمل الأنشطة البدنية المناسبة لكبار السن التمارين الرياضية الهوائية والتي تمد الجسم بالطاقة، وتزيد من قدرته على التحمل، وذلك عن طريق تقوية عضلة القلب وبالتالي زيادة قدرتها على أداء وظيفتها في ضخ الدم. عضلة القلب مثل باقي عضلات الجسم تضعف نتيجة لتقدم السن ونمط الحياة الخامل، كما تعمل هذه التمارين على تنشيط الدورة الدموية في الجسم، والتقليل من خطر الإصابة ببعض الأمراض مثل السرطان، والسكري، والاكنتاب. ومن أمثلة التمارين الهوائية التي يمكن ممارستها من قبل كبار السن هي المشي الذي يعد أحد أفضل التمارين الهوائية لكبار السن، ومن فوائده أنه يعمل على الحفاظ على كثافة العظام. يعد الحفاظ على قوة الجسم عند كبار السن من أهم الطرق لضمان استقلاليتهم، والذي يمكن تحقيقه عن طريق ممارسة تمارين تقوية العضلات والتي تعمل على بناء العضلات، فتقوم بتعويض ما يحدث من فقدان كتلة العضلات مع تقدم العمر، كما تقلل من خطر السقوط عند كبار السن والإصابة بكسور في العظام تساعد تمارين التوازن في التقليل من خطر السقوط، والذي قد يؤدي إلى مضاعفات كبيرة تهدد كبار السن. وقد أشارت دراسة حديثة، أن ممارسة اليوغا مرتين أسبوعيا لمدة ثمان أسابيع تحسن التوازن والمشي، وبالتالي تقلل بشكل كبير من خطر السقوط عند كبار السن. تصبح العضلات أقل مرونة مع تقدم السن، مما يجعل ممارسة تمارين المرونة أو ما يعرف أيضا بتمارين الإطالة ضروريا قبل البدء بجلسة التمارين الهوائية وتمارين القوة، أو في نهاية الجلسة لمدة 15 دقيقة فهي تساعد على تمدد العضلات وتزيد من مرونتها. كبار السن الذين يعانون من مشاكل في القلب أو السكري أو هشاشة العظام أو التهاب المفاصل أكثر عرضة للإصابة بمضاعفات صحية نتيجة لممارسة التمارين، ولذلك ينبغي مراجعة الطبيب قبل البدء بممارسة التمارين الرياضية. تزيد حساسية كبار السن، الذين تزيد أعمارهم عن 70 عاما، لدرجات الحرارة الشديدة، مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالجفاف، والإجهاد المفرط، وضربة الشمس، وإصابات البرد. مما يجعل تتبع معدل ضربات القلب باستخدام جهاز مراقبة معدل ضربات القلب ضروري، للحد من خطر الإجهاد المفرط. يجب التوقف عن المشي فوراً وأخذ قسط من الراحة، في حالة الشعور بضيق في التنفس، أو ألم في الصدر، أو دوام، أو عدم وضوح في الرؤية.

تسعة 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، فالفكرة الأولى هي أن الشخص البدني فقط يحتاج إلى النشاط البدني لكن في الحقيقة الصحة الجيدة تعني أن لديك قلب قوي وسليم، ولديك رنتين وعضلات وعظام ومفاصل قوية تعمل بصورة جيدة. والفكرة الثانية هي أن النشاط البدني يعتبر من السلوكيات الترفيحية، لكن في الحقيقة أن التمارين هي حاجة وليست ترفيحية. إن كل إنسان يفتقر 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 والرنتين، 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 بدنيا، 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. وأخر فكرة هي تناول الكثير من البروتين يساعد في بناء العضلات، لكن في الحقيقة أن البروتين له فوائد صحية، ولكن تناول الكثير منه لن يساعد على زيادة كتلة العضلات بل العكس.



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

الطابع: **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 بارقم 05-الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

من أجل اشهاركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01 شج باسور-الجزائر.

الهاتف الثابت:

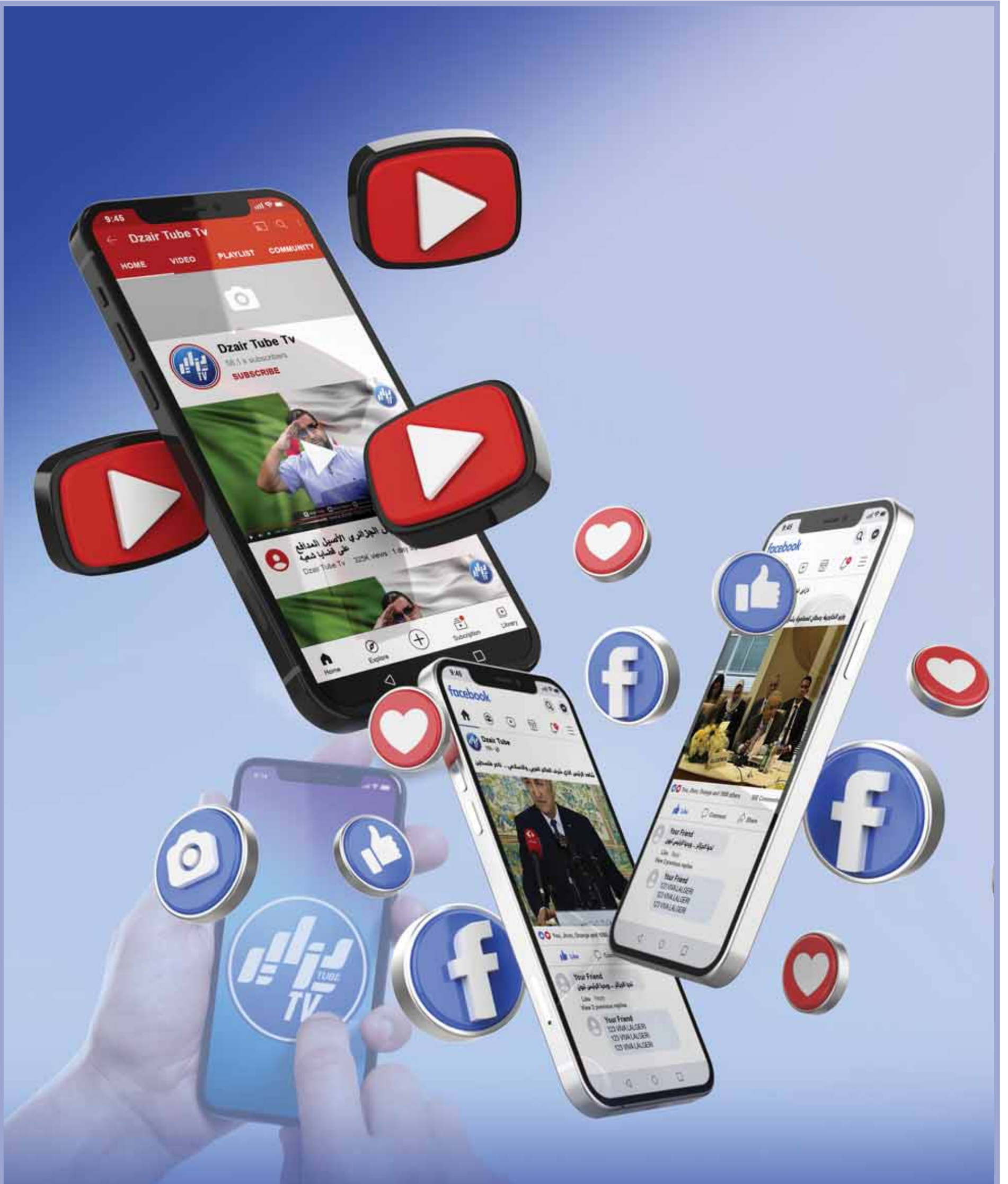
020.05.20.91 / 020.05.10.42

الهاتف:

020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77

البريد الإلكتروني:

agence.regie@anep.com.dz
agence.ora@anep.com.dz
agence.annuaire@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz



لإشهاراتكم:

تابعونا على
مواقع التواصل الإجتماعي:

📍 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

