

الدوري  
الفرنسي السابق  
عادل رامي:

"قصة بن طالب مذهلة..  
هو يستحق ذلك لأنه  
إنسان طيب"

# SPORT

www.dzair-tube.dz

يومية رياضية جزائرية

الخميس 20 فيفري 2025 الموافق لـ 21 شعبان 1446 العدد: 1166 الثمن: 30 دج

عزز أرقامه الاستثنائية مع الترجي التونسي

## بلإيلي العاشر

بلإيلي يضغط  
على بيتكوفيتش للتواجد في  
تربص "الخضر"

بهدف وأسيست عالمي... بلإيلي  
يقود "الترجي" إلى تحقيق  
ريمونتادا مثيرة على "جرجيس"

مبديا إعجابه بإمكانيات لاعب "الخضر"..  
جيمي كاراغر:

"آيت نوري لاعب يظهر جودة  
حقيقية كلما شاهدت  
وولفرهامبتون"

قال إن مريزاق  
هو من شجعه  
بالقدوم إلى  
الدوري  
الروسي

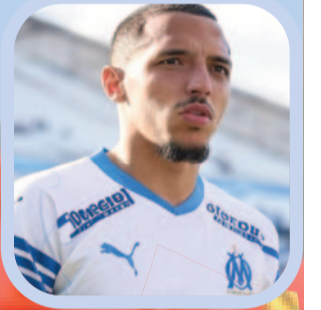
عززي:  
"مخاشكالا  
بوابتي  
للاتحاق  
بالخضر  
وأحلم باللعب  
في البريمرليغ"

بعد برمجة اللقاء على سا 15:00 زوالا

"الخضر"  
يتحدون الحرارة  
والصيام أمام  
بوتسوانا في تصفيات المونديال



بن ناصر:  
"جئت لحصد  
الألقاب وهذا  
الفرق بين  
الأجواء  
في مارسييليا  
وميلان"



بعد برمجة اللقاء على 15:00 زوالا

## "الخضر" يتحدون الحرارة والصيام أمام بوتسوانا في تصفيات المونديال

أعلنت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، رسميا، عن موعد ومكان إجراء مباراة المنتخب الوطني الجزائري وبوتسوانا، ضمن الجولة الخامسة من تصفيات كأس العالم 2026، والمقررته شهر مارس المقبل، غير أن "الخضر" تلقوا مفاجأة غير سارة، تتعلق بتوقيت اللقاء. وينزل المنتخب الوطني ضيفا على منتخب بوتسوانا، يوم 21 مارس المقبل، بميلعب "فرنسيسبتاون" بداية من الساعة 15:00 ( 14:00 بتوقيت الجزائر) بمدينة "فرانسيس تاون"، لحساب الجولة الخامسة من تصفيات مونديال 2026 الذي سيقام في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك، في توقيت غير مناسب بالنظر للظروف المناخية الصعبة التي سيواجهها أشبال النخب الوطني فالديمير بينتوكوفيتش، إذا اختار الاتحاد البوتسواني اللعب ظهرا بدلا من السهرة رغم توفر الملعب على الإنارة والأضواء الكاشفة، فضلا على أن المباراة ستقام في شهر رمضان المبارك، ليكون "الخضر" أمام ظروف مناخية قاسية ومعقدة بالنظر للحرارة والرطوبة العاليتين. وتأتي هذه الخطوة، محاولة من مسؤولي منتخب بوتسوانا لمجابهة تشكيلة المنتخب الوطني المرشحة للتأهل عن المجموعة السابعة من التصفيات الإفريقية، وذلك بالنظر لفرق المستوى بين المنتخبين، ليكون الطاقم الفني لـ "الخضر" واللاعبين مجبرين على التعامل مع كل هذه الظروف من أجل تحقيق النقاط الثلاث والعودة بفوز يقرب المنتخب الجزائري من التأهل إلى المونديال. يذكر أن المنتخب الوطني سبق له أن فاز على بوتسوانا في عقر ديارها بهدف نظيف يوم 18 نوفمبر 2019، ضمن تصفيات كأس إفريقيا 2021، بينما انتهت آخر مواجهة بين الفريقين بفوز "الخضر" بخمسة نظيفة بميلعب مصطفى تشارك بالبلدية لحساب ذات المنافسة. وضمن تريض مارس أيضا، سيواجه المنتخب الجزائري الضيف موزمبيق يوم 24 مارس بميلعب "حسين آيت أحمد" بتييزو، ووزو، لحساب الجولة السادسة من تصفيات المونديال في سهرة ورضائية واعدة.

عبد المجيد

قدم مستوى متوسط أمام ميلان

## حاج موسى يساهم في تأهل فينورد لثمن نهائي "شامبيونزليغ"

حقق الدولي الجزائري أنيس حاج موسى، تأهلا رائعا مع فريقه فينورد روتدرايم الهولندي إلى الدور ثمن النهائي من منافسة رابطة أبطال أوروبا، بعدما تعادل على ميدان ميلان الإيطالي بنتيجة (1-1) بميلعب "سان سيرو"، في إياب ملحق الدور 16 في مرحلة الدوري للمنافسة القارية، مستفيدا من الفوز في لقاء الذهاب بهدف نظيف. وشارك نجم "الخضر" أساسيا في المواجهة إلى غاية 87، مساهما في المضاجعة المدوية التي حققها ناديه فينورد بإقصائه ميلان من ملحق الدور 16، ورغم أن حاج موسى لم يقدم مستويات كبيرة، إلا أنه ترك بصمته من خلال منح تمريرة مفتاحية جاء منها هدف التعادل في الدقيقة 73، كما تسبب الجناح الجزائري في تعرض اللاعب الفرنسي ثيو هيرنانديز للطرده، بعدما تلقى هذا الأخير بطاقة صفراء في الدقيقة 44 إثر مسك قميص حاج موسى، قبل أن ينال الظهير الأيمن الإنذار الثاني ما يعني مغادرة الميدان في الدقيقة 51، تاركا زملائه بـ10 لاعبين ما سهل مهمة النادي الهولندي. وحصل حاج موسى على تقييم 6.7 من 10 حسب موقع "سوفاسكور" لإحصائيات كرة القدم، وخلال الدقائق التي لعبها، لمس الكرة 50 مرة، بنسبة تمريرات ناجحة ضعيفة لم تتجاوز الـ65، فيما جاءت حصيلته من التسديدات والتمريرات الحاسمة صفرية، مكنتها بتمريرة مفتاحية وحيدة، ونجح اللاعب الجزائري في القيام بمراوغة واحدة من أصل 4 محاولات، مع تضييعه 19 كرة كاملة، كما عجز عن القيام بأدوار دفاعية لافتة، حيث ذهب ضحية المراوغة في 3 مرات. يذكر أن فينورد تأهل للدور ثمن النهائي لأول مرة منذ 50 سنة، وسيواجه نادي أرسنال الإنجليزي أو إنتر ميلان الإيطالي.

عبد المجيد

مبديا إعجابه بإمكانيات لاعب "الخضر" .. جيمي كاراغر:

## "آيت نوري لاعب يظهر جودة حقيقية كلما شاهدت وولفرهامبتون"

أبدى الدولي الإنجليزي السابق، جيمي كاراغر، إعجابه الكبير بالمستويات الباهرة التي يقدمها الدولي الجزائري ريان آيت نوري مع ناديه وولفرهامبتون منذ بداية الموسم الكروي الجاري، معتبرا إياه أحد أخطر لاعبي "الوولفز". وأثنى أسطورة نادي ليفربول الإنجليزي، مطولا على الإمكانيات التي يمتلكها نجم "الخضر" وذلك قبيل المباراة الأخيرة لـ "الريدز" أمام وولفرهامبتون يوم الأحد الماضي، في الجولة الـ 25 من الدوري الإنجليزي الممتاز، معتبرا أن آيت نوري لاعب يلتفت انتباهه دائما، مضيفا في تصريحات لشبكة "سكاي سبورتس": "الرجل الذي اعتقد أنه لاعب ذو جودة حقيقية كلما شاهدت وولفرهامبتون يلعب هو هذا الرجل (تتبع الكاميرا آيت نوري)". وتابع كاراغر لقد ذكرت المشاكل التي يمكن أن يسببها كونيا لثرينت أرنولد، ولكن هذا الرجل يساعد أيضا في دور الظهير الأيسر في التقدم للأمام، وبالفعل شهدت مباراة ليفربول وولفرهامبتون تألق نجم المنتخب الوطني بشكل لافت للأنظار، فرغم الهزيمة التي تعرض لها أشبال المدرب فيتور بيريرا (0-1)، إلا أن آيت نوري كان أحد أفضل اللاعبين وهو ما جعل جماهير ليفربول تطالب المدرب أرن سولت بالتعاقد معه خلال فترة التحويلات الصيفية المقبلة. وفي ذات الصدد، أبرز موقع "مولينو" الذي يهتم بأخبار نادي وولفرهامبتون بأن الظهير الأيسر لـ "الخضر" مرشح بقوة لمغادرة الفريق خلال الميركاتو الصيفي المقبل، في ظل تزايد الاهتمام بخدمته من قبل عمالقة "البريميرليغ" في صورة ليفرپول ومانشستر يونايتد، مشيرا أن إدارة "الوولفز" ستواجه معركة كبيرة للاحتفاظ به الموسم القادم. ويصم آيت نوري، على مستويات كبيرة منذ بداية الموسم الحالي، حيث شارك في 27 مباراة مع وولفرهامبتون في جميع المسابقات، سجل خلالها 4 أهداف ويصم على 5 تمريرات حاسمة، جعلت منه كأحد أفضل المدافعين مساهمة تهاديفية في الدوريات الأوروبية الخمس الكبرى.

عبد المجيد

الدولي الفرنسي السابق عادل رامي:

## "قصة بن طالب مذهلة .. إنه يستحق ذلك لأنه إنسان طيب"

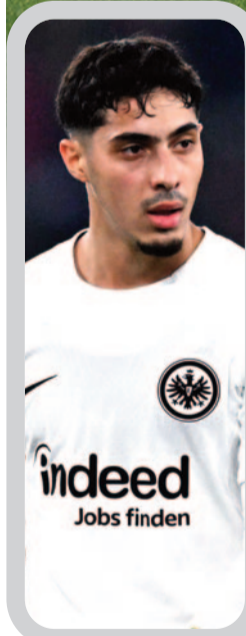
أشاد الدولي الفرنسي السابق عادل رامي، بالعودة التاريخية لنجم المنتخب الوطني الجزائري نبيل بن طالب مع ناديه ليل الفرنسي، وذلك بعد غيابه لمدة 8 أشهر كاملة عن الملاعب بسبب تعرضه لازمة قلبية شهر جوان الماضي. وبدأ لاعب نادي ليل السابق، متأثرا بما جرى للدولي الجزائري، الذي اضطر لتركيب جهاز مزبل رجفان القلب للعودة مجددا إلى الملاعب، وقال في تصريحات نقلها موقع "lepetitlillois" المهتم بأخبار نادي ليل: «نبيل. أعتقد أنه شكل ثنائيا رائعا مع بنيامين (أندريه) في خط الوسط. لقد فقدت المسار بعد ذلك. اعتقدت أنه توقف عن لعب كرة القدم، أيها المسكين. لقد تركتني أشعر بالحزن بسبب ما حدث له " ولم يتوقف عادل رامي الذي خاض 36 مباراة دولية مع المنتخب الفرنسي عن الإشادة بالعودة القوية لنجم "الخضر" حينما سجل الهدف الأول لفريق ليل، الرجل يعود، لقد صق له الجميع. لقد سجل في رين، وهذا أمر جميل حقا. هذه القصة جميلة، وأو -> أنت تستحق ذلك بن طالب، أنت رجل طيب، لديك نجم محظوظ". وكان متوسط ميدان "الخضر" قد خاض أول مباراة رسمية مع ناديه ليل هذا الموسم، يوم الأحد الماضي أمام نادي رين في الجولة الـ 22 من "الليغ 1"، ولم تكن تلك المباراة عادية بعدما تمكن من التسجيل بعد 4 دقائق فقط من دخوله احتياطيا، لييصم بذلك نبيل بن طالب على بداية أذهلت الجميع.

عبد المجيد

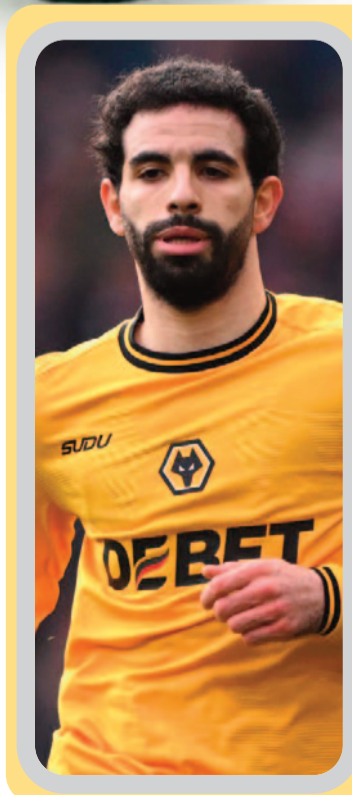
بعدها خرج نهائيات من مخططات مديره توبمولر

## شايببي مرشح لمغادرة فرانكفورت الصيف المقبل

رجحت تقارير صحفية ألمانية، مغادرة اللاعب الدولي الجزائري فارس شايببي لناديه إنترراخت فرانكفورت الألماني، خلال فترة التحويلات الصيفية المقبلة، بعدما خرج من مخططات مديره دينو توبمولر بشكل نهائي. ووصف موقع "magazin.comunio" الألماني، في تقرير له أمس، بأن متوسط ميدان "الخضر" هو الخاسر الأكبر في تشكيلة فرانكفورت بعدما تحوّل من لاعب أساسي في بداية الموسم إلى احتياطي، في غالب الأحيان، مضيفا بأنه وعلى الرغم من انتقال المصري مرموش إلى نادي مانشستر سيتي في الميركاتو الشتوي المنصرم إلا أنه فشل في إيجاد مكانة له في تشكيلة فرانكفورت، وتابعت المصادر ذاتها بأن مشاركته أصبحت نادرة وفرصة التواجد ضمن التشكيلة الأساسية في الدوري الأوروبي باءت هي الأخرى بالفشل، وهي الوضعية التي ستحتّم عليه دون شك إيجاد حل خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة، كما أن إدارة النادي الألماني، ستكون مستعدة لدراسة العروض التي يتلقاها اللاعب السابق لنادي تولوز الفرنسي، رغم أن عقده ينتهي جوان 2028 مع الفريق. ويقر شايببي بوضعية صعبة في المرحلة الأخيرة رفقة إنترراخت فرانكفورت حيث لم يشارك في آخر ثلاث مباريات في الدوري وبقى حبيس دكة البدلاء طيلة 90 دقيقة من كل موعد وذلك بالرغم من عدم معاناته من أي إصابة، حيث أن غيابه يعود لأسباب هنية محضة، ما يعني أنه فقد ثقة مديره دينو توبمولر بشكل نهائي، وهو ما سيؤدي الأمور تعقيدا ما اقترب تريض المنتخب الوطني الجزائري شهر مارس المقبل، تحسبا لمواجهة بوتسوانا وموزمبيق ضمن فعاليات الجولتين الخامسة والسادسة من تصفيات المونديال، حيث يتوقع المنتهجون غيابه عن قائمة المدرب فالديمير بينتوكوفيتش بالنظر إلى الوضعية التي يمر بها حاليا، واكتفى شايببي بالمشاركة في 24 مباراة مع إنترراخت فرانكفورت في جميع المسابقات منذ بداية الموسم، سجل خلالها هدفين دون تقديم أي تمريرة حاسمة.



عبد المجيد



عبد المجيد



عبد المجيد

قال إن ميريزيق هو من شجعه للقدوم إلى الدوري الروسي

## عززي: "مخاشكالا بوابتي للاتحاق بالخضر وأحلم باللعب في البريمرليغ"

عبر الوافد الجديد لنادي دينامو ماخاشكالا الروسي، محمد عززي، عن طموحه الكبير بالاتحاق بصوف المنتخب الوطني الأول لكرة القدم في المستقبل القريب، مؤكداً أن انتقاله للعب في الدوري الروسي خطوة مهمة بالنسبة له في مسيرته الكروية. وقال عززي في حوار خاص مع قناة "ماتش تي في" الروسية: «بالنسبة لي، الانتقال إلى هنا هو خطوة إلى الأمام، أريد حقاً أن يتم استدعائي للمنتخب الجزائري، ولهذا السبب ذهبت للعب في أوروبا، إنها خطوة مهمة بالنسبة لي، ولهذا السبب اخترت هذا النادي».

### "لم يكن من السهل بالنسبة لي مغادرة شباب بلوزداد والذهاب لبطولة أخرى"

واستهل محمد عززي حديثه عن مغادرته لشباب بلوزداد والانتقال إلى فريق ماخاشكالا الروسي في تجربة احترافية هي الأولى له في أوروبا قائلاً: «هذه أيام صعبة بالنسبة لي، قرار صعب، لقد غيرت فريقتي لأول مرة منذ ست سنوات وانتقلت أيضاً إلى بلد آخر للمرة الأولى، لم يكن من السهل بالنسبة لي اتخاذ هذا القرار».

### "ميريزيق هو من نصحتني بالانضمام إلى ماخاشكالا"

وأكد عززي البالغ من العمر 22 عاماً، أن حسام ميريزيق هو من شجعه على خوض التجربة في الدوري الروسي قائلاً: «لقد استشرت صديقتي حسام ميريزيق، الذي يلعب هنا مع ماخاشكالا، ونصحتني بالقدوم إلى هنا، كل شيء يسير على ما يرام هنا والظروف جيدة، قبل أن يضيف: «كل ما أعرفه عن البلد هو أن الجو بارد جداً هنا! أستطيع أن أقول عن البطولة الروسية إنها ليست سهلة يدنياً، فهناك الكثير من الأندفاع والتكتيكات الدور الرئيسي هنا»، وتابع: «قال لي حسام إن المناخ هنا في داغستان ليس هو نفسه الموجود في بقية أنحاء روسيا، كما أنها تقدم المأكولات المحلية اللذيذة للغاية، ويوجد أيضاً بعض مقاتلي UFC المشهورين جداً هنا مثلاً خبيب (نورماغوميدوف) ومن دواعي سروري أن أقبله».

### «البطولة الروسية من أفضل 6 بطولات في أوروبا»

كما تطرق محمد عززي للحديث في حوار «ماتش تي في» عن مستوى البطولة الروسية مبرزاً أنه جاء هنا لاكتساب المزيد وقال في هذا الصدد: «اعتقد أن البطولة الروسية هي واحدة من أفضل 6 دوريات في أوروبا. جئت لأتعلم شيئاً جديداً».

### "أرغب باللعب في البريمرليغ ومانشستر سيتي فريقتي المثالي"

اعترف عززي الذي يخوض أول تجربة احترافية خارج الجزائر، بأنه يحلم باللعب في الدوري الإنجليزي تحت ألوان المان سيتي وقال في هذا الإطار: «أود أن أعب في إنجلترا، النادي المثالي هو مانشستر سيتي».

وسيم



## زرقان ضمن أغلى 10 لاعبين أفارقة في الدوري البلجيكي

تواجد الدولي الجزائري، آدم زرقان، متوسط ميدان رويال شارلوروا البلجيكي، ضمن قائمة أغلى اللاعبين الأفارقة في مسابقة "جويبلر برووليج".

وكشف تقرير أعده موقع "أفريكا فوت" استناداً لبيانات منصة ترانسفير ماركت المختصة في سوق لاعبي كرة القدم، عن ترتيب أغلى 10 لاعبين أفارقة في الدوري البلجيكي والذي عرف وجود لاعب "الخضر"، آدم زرقان، الذي يمتد عقده مع ناديه البلجيكي حتى صيف 2027.

وحسب المصدر ذاته، فإن خريج مدرسة أتلتيك بارادو، جاء في المركز السادس في قائمة أغلى اللاعبين الأفارقة

قيمة سوقية في الدوري البلجيكي، والتي وصلت إلى 5 مليون أورو، علماً أن اللاعب يتقاضى راتباً سنوياً قدره 271.440 أورو. وتصدر النجم النيجيري، رافائيل أونيديجا، متوسط الميدان الهجومي لنادي أفسى بروج في صدارة قائمة أغلى اللاعبين الأفارقة في بلجيكا بقيمة تسويقية تبلغ 16 مليون أورو.

ويتصدر زرقان ترتيب إحصاءات رقمية تتعلق بمختلف أنواع التمريرات في جميع مناطق اللعب وفقاً لحساب "widescouting" المتخصص في تحليل البيانات. جدير بالذكر، شارك آدم زرقان البالغ من العمر 25 عاماً في 27 مباراة بواقع 2424 دقيقة لعب، سجل خلالها هدفاً واحداً وأقدم 4 تمريرات حاسمة.

وسيم



فيما سجل توغاي هدفاً هو الآخر

## بهدف وأسيست عالمي... بلايلي يقود "الترجي" إلى تحقيق ريمونتادا مثيرة على "جرجيس"

واصل الثنائي الجزائري، يوسف بلايلي ومحمد الأمين توغاي، عروضهما المميزة رفقة الترجي، بعدما نجحا في ترك بصمتهما في ريمونتادا فريقهما على ضيفه الترجي الجرجيسي بالفوز عليه بنتيجة (4-2)، في المواجهة التي جمعتهما، أمس الأربعاء، على ملعب حمادي العقربي في رادس، ضمن منافسات الجولة 20 للدوري التونسي. واختتم محمد أمين توغاي رباعية فريق الترجي في الدقيقة 85.

وتمكن يوسف بلايلي من أن يعيد فريقه في المباراة بعد أن كان متأخراً في النتيجة بهدفين دون رد، حيث، استطاع أن يقلص الفارق بتسجيله هدف في الدقيقة 33 من ركلة جزاء، ليعود ويصنع تمريرة ساحرة أدرك بها أشرف الجبري التعادل في الدقيقة الخامسة من الوقت بدل الضائع، قبل أن يضاعف الترجي الغلة بتوقيع ثلاثة أهداف أخرى، كان لمحمد الأمين توغاي هو الآخر نصيب منها بعدما اختتم المهرجان التهديفي بتسجيل الهدف الرابع في الدقيقة 85. وبهذا الانتصار، رفع الترجي بهذه النتيجة رصيده إلى 45 في صدارة جدول ترتيب الدوري،

يتواجد الترجي الجرجيسي في المركز الثالث بـ 38 نقطة.

وسيم

حقق



## جنوب السودان 0 - الجزائر 5

### سيادات "الخضر" يضربن بالخماسية في مستهل تصفيات "الكان"

المنتخب الجزائري لكرة القدم للسيادات فوزاً ثميناً على مضيفه جنوب السودان بخماسية نظيفة، في اللقاء الذي جمعتهما، أمس الأربعاء، على

ملعب جوبا، في إطار ذهاب الدور الأول من التصفيات المؤهلة لكأس أمم إفريقيا 2026. وتداول على تسجيل الأهداف في الشوط الأول كل من طالب مولر في د9 وعبادو في د41، ليواصل سيادات "الخضر" توهجهن في المرحلة الثانية وتمكن من مضاعفة الغلة التهديفية عبر بوهني د49، كرشوني في د56، قبل أن تعود عبادو الخامسة في د89 والثاني لها في المقابلة. وبهذه النتيجة، يكون المنتخب الوطني للسيادات وضع قداماً بنسبة كبيرة في الدور الثاني قبل مباراة الإياب. ويشارك 38 منتخباً في التصفيات، للتنافس على 12 بطاقة مؤهلة إلى النهائيات، إلى جانب البلد المضيف المغرب الذي يتاهل تلقائياً.

وسيم

## بن ناصر: "جئت لحصد الألقاب وهذا الفرق بين الأجواء في مارسيليا وميلان"

أكد الدولي الجزائري، اسماعيل بن ناصر، أنه جاء إلى الدوري الفرنسي من أجل حصد الألقاب أولمبيك مارسيليا وليس للعب أدوار ثانوية رافعا بذلك صنف الظموحات لمشاق نادي الجنوب الفرنسي.

وقال بن ناصر على هامش جلسة توقيع داخل أحد المتاجر الرسمية لناديهما أولمبيك مارسيليا: «أريد أن أقدم كل شيء من أجل مارسيليا، أريد الفوز، لقد وصلت إلى هذا النادي لحصد الألقاب لا للفوز ببضعة مباريات، الظموحات كبيرة، وأسعى لمساعدة الفريق بجميع الطرق الممكنة».

ورد القلب النابض للمحاربين عن الفوارق بين أجواء الدوري الفرنسي والدوري الإيطالي باعتبار أنه لعب لسنوات في الكالتشيو بين إمبولي وأسي ميلان قائلاً: «بصراحة، لا يوجد أي فرق، لقد عشت ليالٍ كبيرة مع ميلان في دوري أبطال أوروبا، وبعد أول مباراة لي مع مارسيليا في ملعب فيلودروم، اكتشفت بأن الأجواء هنا خاصة أيضاً، رغم أن المباراة كانت في الدوري فقط».

وبخصوص الجماهير العاشقة لألوان مارسيليا التي جاءت بقوة لحضور جلسة التوقيعات: «إن تشاهد هذا العدد الكبير من الجماهير حاضراً من أجل جلسة توقيع أمر رائع جداً، نحن سعداء بالتواصل مباشرة مع جمهورنا الكبير»، وأضاف: «الجالية الجزائرية حاضرة بقوة، وأقول لهم بانني سأقدم كل شيء من أجل منتخبنا ومن أجل نادي مارسيليا الذين يشجعونه بقوة أيضاً، وأمر مؤثر بالنسبة لي تواجد العلم الجزائري في كل مكان هنا».

وسيم



"سوسطارة" ترتقي إلى الوصافة مؤقتا

# باكيثا يحقق بداية قوية مع اتحاد العاصمة

الجزائر. ويعد هذا اللقاء هو الثالث بين الناديين منذ بداية الموسم. فبعد التعادل السلبي في مباراة الذهاب، أقصى النادي العاصمة نظيره "النجم" في الدور ثمن النهائي لكأس الجزائر (0-1) في مباراة لعبت يوم 10 فبراير بملاعب جويلية.

باكيثا: «حققنا 3 نقاط مهمة جدا وأشكر اللاعبين»

ثمن مدرب اتحاد الجزائر، ماركوس باكيثا، الفوز الذي حققه فريقه في مباراة أمام نجم مقرة، لحساب البطولة المحترفة، مساء أول أمس بملاعب نيلسون مانديلا ببراق، عقب نهاية مباراة اتحاد الجزائر، قال باكيثا: «حققنا ثلاثة نقاط جد مهمة، وأشكر لاعبينا على الأداء الذي قدموه». كما أضاف: «فريقنا يملك لاعبين بمواهب فردية جيدة، لكن علينا العمل على تنظيمها لفائدة المجموعة».



حقق مدرب نادي اتحاد العاصمة، ماركوس باكيثا بداية قوية، في أول مباراة له على رأس العارضة الضمنية لـ "سوسطارة" خلفا للمدرب التونسي نبيل معلول الذي غادر الفريق بسبب تواضع النتائج. وقاد التقني البرازيلي، اتحاد العاصمة لتحقيق فوز ثمين أمام الضيف نجم مقرة، بثنائية دون مقابل، على ملعب نيلسون مانديلا ببراق، لحساب الجولة الـ 17 للرابطة المحترفة الأولى، ليرتقي بذلك إلى وصافة الترتيب مؤقتا بـ 29 نقطة مناصفة مع شباب بلوزداد ويفارق نقطتين عن المتصدر مولودية الجزائر. وافتتح نادي "سوسطارة"، الذي كان محروما من خدمات ثلاثة لاعبين أساسيين: بوختوش، غشة وعليلات، باب التسجيل عن طريق رأسية وسط الميدان الكونغولي ليكونزا (37). و في الشوط الثاني تمكن الاتحاد من إضافة الهدف الثاني بواسطة المستقدم الجديد في الميركاتو الشتوي مرغم (59). وبعد هذا الفوز، ارتقى الاتحاد إلى مركز الوصافة بجانب فريق بلوزداد برصيد 29 نقطة، على بعد نقطتين عن الرائد مولودية



الجولة الـ 17 للرابطة المحترفة الأولى

وسطيف - ش. بلوزداد

## "السياربي" للإتحاق بالصدارة وسطيف من أجل التدارك

تواصل فعاليات الجولة 17 من الرابطة المحترفة الأولى، اليوم الخميس، بلعب مباراة كلاسيكية كبيرة، تلك التي ستجمع بين نادي وفاق سطيف وشباب بلوزداد، على ملعب 08 ماي، بداية الساعة 17:45، في مواجهة من دون جمهور، بعد العقوبة المسلطة على أصحاب الدار من قبل لجنة الانضباط التابعة للاتحادية الجزائرية لكرة القدم. وسيدخل النسر السطيفي (م 21، ن 9)، لمواجهة المهمة أمام شباب بلوزداد (م 2، ن 29)، وعينه على إبقاء النقاط بملعبه، وتحسين مرتبته في جدول البطولة الوطنية، وبالتالي وضع حدا لسلسلة النتائج السلبية التي يعاني منها الفريق، تحت قيادة المدرب التونسي العائد إلى الفريق نبيل الكوكي. بالمقابل، يسعى نادي شباب بلوزداد، المواصل في سلسلة نتائجه الإيجابية مؤخرا، واستغلال الوضعية الصعبة التي يمر بها منافسه، للعودة بالزاد كاملا من مدينة الهضاب، والارتقاء إلى صدارة المحترف الأول، رغم الغيابات التي سببها عن الفريق على مستوى التشكيلة، على غرار الظهير الأيمن حسين بن عيادة ومتوسط الميدان حسين سالم بسبب الإصابة التي يعاني منها اللاعبين.

وتعول تشكيلة الشباب على استغلال غياب الأنصار، بداعي العقوبة المسلطة على وفاق سطيف، من أجل تحقيق الفوز والعودة إلى الديار بنقاط الصدارة، وبالرغم من أن المهمة لن تكون سهلة، أمام منافس جريح، يبحث بدوره عن العودة إلى السكة الصحيحة، والوصول إلى النقطة 24، إلا أن أشبال راموفيتش، عازمون على تكرار سيناريو، آخر سريفة إلى سطيف، بحقق الشباب فوزا بثلاثية كاملة لهدف، خلال الموسم المنقضي 2023-2024.



سفيان ع.

## أكد أن الرحيل عن اتحاد العاصمة كان أمرا صعبا.. بلقاسمي: مشروع الأهلي الليبي جذبني كثيرا ومتحمس لبداية هذه المغامرة



عبر اللاعب الجزائري إسماعيل بلقاسمي عن سعادته الكبيرة بالانضمام إلى نادي أهلي طرابلس الليبي في أول تجربة احترافية خارج الجزائر. وقال بلقاسمي في حوار لموقع العربي الجديد: «أنا سعيد للغاية بالانضمام إلى عملاق الكرة الليبية، نادي الأهلي طرابلس. لقد وقعت عقدا لمدة موسمين ونصف، وأتطلع بشغف لبداية هذه المغامرة الجديدة وفي بلد جبار، أتمنى أن أكون عند حسن ظن إدارة النادي والجماهير. عمل جاهدا لتقديم الإضافة المرجوة في الخط الأمامي، وأن أوطف خبرتي في خدمة هذا الفريق العريق».

ويخصوص مقارفة ناديه السابق اتحاد العاصمة قال بلقاسمي، «بعدها قضيت خمس سنوات رائعة مع اتحاد العاصمة الجزائري، شعرت بأن الوقت قد حان لخوض تحد جديد، طبعاً تلقيت عروضاً عدة من داخل الوطن وخارجه، لكن المشروع الرياضي الكبير لنادي الأهلي طرابلس جذبني كثيرا. النادي يمتلك كل مقومات النجاح، كما أن وجود لاعبين مميزين مثل حمدو الهوني ومؤيد الألفي حفزني أكثر على قبول هذا التحدي». وواصل «كانت هناك بعض الصعوبات في البداية، خاصة أنني كنت من ركائز التشكيلة وأحد اللاعبين القدامى في الفريق، لكن بعد مناقشات مع إدارة النادي، وتوضيحي لرغبتي القوية في خوض تجربة جديدة، وافقوا على انتقالي، خصوصا أن الصفقة لم تكن مجانية، بل حصل النادي على مبلغ محترم قدره 450 ألف دولار، أنا ممتن لهم على تفهمهم وأتمنى كل الخير لاتحاد العاصمة الذي يبقى فريقا كبيرا وقادرا على الذهاب بعيدا في المنافسات المحلية وكذلك في بطولة الكونفيدرالية الأفريقية». وختم «في النهاية قررت خوض تجربة جديدة، وأنا متحمس لمواصلة تحقيق النجاحات مع الأهلي طرابلس، الذي يبقى كذلك فريقا كبيرا وقادرا على تحقيق الألقاب، أعرف أنهم يملكون تشكيلة مميزة تسمح لنا بتحقيق الأهداف المرجوة وأسعاد الجماهير العريضة لهذا الفريق».

سفيان ع.

الجولة الـ 17 للرابطة المحترفة الأولى

## الداربي القبائلي بدون فائز ومولودية وهيران تسعيد نفمة الانتصارات

لعبت مساء أمس ثلاث مباريات أخريات، عن الجولة الـ 17 من عمر بطولة القسم الوطني الأول. وجلبت شبيبة القبائل نقطة من تنقلها إلى بجاية لمواجهة الجار أولمبيك أقبو، وتعادلا الطرفان سلبا. بينما فازت مولودية وهيران بهدف لصفر في مباراتها المحلية مع ترجي مستغانم. في حين افتقر اتحاد بسكرة وضيفه فريق مولودية البيض على نتيجة التعادل السلبي. وأمضى الهدف الوحيد في هذا المشهد، مهاجم مولودية وهيران مولاي عبد العزيز عبد القادر في الدقيقة الـ 26، مع الإشارة إلى أنه خاض ثاني مباراة له مع الفريق في البطولة، بعد قدمه في مطلع فيفري الحالي، حيث كان يرتدي زي نادي فيتا كلوب من الكونغو الديموقراطية. ولم تغز شبيبة القبائل في آخر 4 لقاءات رسمية لها، بينما لم ينهزم أولمبيك أقبو في خمس مباريات رسمية له. واستعادت مولودية الوهرانية نفمة الانتصارات بعد 3 هزائم متتالية في البطولة والكأس، أما الترجي المستغانمي فقد سقط في فخ أول خسارة، بعد 5 مباريات بلا هزيمة في المسابقتين. ولم تتلخخ مولودية البيض بوحل الهزيمة للمرة الخامسة تواليا في البطولة والكأس، عكس اتحاد بسكرة الذي لم يتدوَّق حلوة الانتصار، بعد خوضه 12 مباراة متتالية في البطولة.

بمناسبة قرعة ربع نهائي أبطال إفريقيا وكأس "الكاف"

## ممثلو الجزائر قاريا يتعرفون اليوم على منافسيهم

سيتعرف ممثلو الجزائر الثلاثة في مسابقات الأندية الإفريقية لكرة القدم، مولودية الجزائر، اتحاد الجزائر، وشباب قسنطينة، على منافسيهم في الدور ربع النهائي اليوم، بمناسبة عملية سحب القرعة المقررة بالعاصمة القطرية الدوحة بداية من الساعة 15:00 بتوقيت الجزائر. والأكيد أن مهمة كل من مولودية الجزائر (رابطة أبطال إفريقيا) واتحاد الجزائر وشباب قسنطينة (كأس الكونفيدرالية)، الذين قطعوا جميعهم مشوارا جيدا في مرحلة المجموعات سوف لن تكون يسيرة في الدور المقبل الذي تبدأ فيه مرحلة الإقصاء المباشر. ففي منافسة رابطة أبطال إفريقيا، سيكون عميد الأندية الجزائرية مجبرا على توظيف كل أوقافه المتاحة من أجل الذهاب بعيدا في المنافسة الأكثر شعبية في القارة السمراء، خاصة وأن أبناء المدرب التونسي خالد بن يحيى سيواجهون في هذا الدور فريق من بين ثلاثة أندية إفريقية قوية لها باع طويل في هذه المسابقة ويتعلق الأمر بـ: الترجي التونسي أو أورلاندو بيراتس الجنوب افريقي أو "الفار" المغربي. ومتاهلا في المركز الثاني عن المجموعة الأولى خلف الهلال السوداني، ستلعب مولودية الجزائر مباراتها الأولى بميدانها يوم الثلاثاء 1 أفريل 2025، قبل التنقل في لقاء الأياب على ميدان منافسها بعد أسبوع من المواجهة الأولى. وستسجل مولودية الجزائر، متصدرة ترتيب البطولة الوطنية للرابطة الأولى، بالمناسبة عودتها إلى نفس الدور من المنافسة الإفريقية، وذلك بعد أربع سنوات من آخر مشاركة لها في طبعة 2020-2021.

ومعلوم أن شباب بلوزداد، ممثل الجزائر الثاني في هذه المنافسة القارية الأبرز، كان قد أقصى في مرحلة المجموعات بعد أن أنهى مشوار التصفيات (المجموعة الثالثة) في المركز الثالث، وراء كل من أورلاندو بيراتس الجنوب إفريقي والأهلي المصري. وفي منافسة كأس الكونفيدرالية، سيكون فريق اتحاد الجزائر متصدرا المجموعة الثالثة في التصفيات، أحد أبرز الأندية المرشحة للتتويج باللقب الذي ظفر به لأول مرة في نسخة 2023. وفي الدور ربع النهائي يمكن أن يواجه رفاق القائد سعدي رضواني إحدى الأندية التالية: وستيلينبوش (جنوب إفريقيا)، نادي المصري (مصر) أو ممثل الجزائر الثاني في هذه المنافسة شباب قسنطينة، الذي أنهى مشوار التصفيات في المركز الثاني في المجموعة الأولى). وكان بإمكان شباب قسنطينة إنهاء دور المجموعات في المركز الأول، لولا انهزامه في الجولة السادسة والأخيرة خارج قواعده أمام نادي سيمبا التنزاني بنتيجة (2-0). وستقام عملية سحب قرعة الدور ربع النهائي من كأس الكونفيدرالية الإفريقية في حدود الساعة 15:00 بتوقيت الجزائر). تكون متبوعة بعد ساعة بقرعة الدور ربع النهائي لرابطة أبطال إفريقيا (16:00). ويدير مراسم القرعة الإعلامي القطري محمد سعدون الكواري، رفقة الدولي الجزائري الأسبق رايح ماجر، إلى جانب الفائز بلقب رابطة أبطال إفريقيا 2015 وكأس الكونفيدرالية الإفريقية 2016، اللاعب الزامبي راينفورد كالايا.

وكانت الكونفيدرالية الإفريقية قد أعلنت في وقت سابق أن الأندية المعنية بالقرعة، ستعرف كذلك على منافسيها المحتملين في الدور نصف النهائي من خلال سحب قرعة هذه المرحلة موضحة أن مباريات ذهاب رابطة أبطال إفريقيا ستقام يومي 1 و8 أفريل المقبل، بينما تجري لقاءات كأس الكونفيدرالية في 2 و9 أفريل 2025.

سفيان ع.

شباب

قسنطينة يواصل تزييف النقاط ويتعد عن الصدارة

## مضوي: "التعادل لا يرضينا وافتقدنا اللمة الأخيرة"

تحتضن مدرب شباب قسنطينة، خير الدين مضوي، على تضييع فريقه نقطتين أمام الضيف أولمبي الشلف، في اللقاء الذي جمع الفريقين مساء أول أمس، في غياب الأنصار. وفرض "الشلفاوة" على أبناء مدينة "الجسور المعلقة" اقتسام نقاط المباراة المتدرجة ضمن فعاليات الجولة الـ 17 من البطولة، والتي انتهت بالتعادل الإيجابي بهدفين لكل منهما. وقال مضوي، في تصريحات على هامش الندوة الصحفية التي نشطها بعد التعادل أمام الشلف: «في المرة الأولى حاولنا وصنعنا فرصا كثيرا، لكننا لم نستغلها وافتقدنا أحيانا للمة الأخيرة». وواصل مدرب "السياسي" مبررا التعادل الذي كان يطعم الهزيمة: «في الشوط الثاني لم تكن هناك حلول، سواء بالنسبة لنا أو للشلف. ولكن في إجراء تغييرات اضطرارية، واعتمدنا على الهجمات المعاكسة، ولكن في آخر ربع ساعة لاحظنا انهيار بدني من الجانبين». وختم مضوي: «الأولمبي استفاد من 48 ساعة راحة مقارنة بنا... على كل النتيجة لا ترضينا لأننا كل نطمح لتحقيق النقاط الثلاث». ويتواجد شباب قسنطينة مؤقتا في المركز الخامس للترتيب العام برصيد 25 نقطة، وعلى بعد 6 نقاط كاملة من المتصدر مولودية الجزائر، بنقص مباراة، بينما يحتل الشلفاوة المركز السادس، مؤقتا بـ 24 نقطة.

سفيان ع.



مؤسسة دزائر توب الإعلامية



لإشهاراتكم:

تابعونا على  
مواقع التواصل الاجتماعي:



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

00213 (0) 23 78 57 70 | 0541 76 26 27

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



المدرّب الجزائري محمد لمين كبير في تصريحات لـ "دزاير توب":

# "عشت تجربة لا تنسى مع الخضر... ولهذا السبب غادرت مولودية وهران"

لنادي شباب بلوزداد، الصربي الأثماني سيد راموفيتش، قائلا: "لمسة المدرّب راموفيتش بدأت تظهر للعيان، وقد نجح في مهمته في المبارتين الأخيرتين، كما أنني شاهدت أمورا أخرى تؤكد نجاح هذا المدرّب وهو تعامل اللاعبين معه حيث سارعوا لمعانقته وتحس بأنهم مرتاحين بالعمل معه، حيث تمكن من إزاحة الضغط الذي كان عليهم بتحقيق الفوز في اللقاء، وأيضا مباراة السوبر التي خسرها الفريق بركلات الترجيح، كان الفريق منهزمًا بثنائية دون مقابل واستطاع العودة في النتيجة وكان بإمكانه تسجيل أهداف أخرى".



**الأندية الجزائرية تتحمل مسؤولية مغادرة لاعبيها إلى الدوري الليبي**

وفي تعليقه على قضية هجرة اللاعبين الجزائريين نحو الدوري الليبي خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، وكان آخرها الثنائي اسماعيل بلقاسمي (اتحاد العاصمة)، طاهر بن عامر (أتلتيك بارادو)، قال لمين كبير: "سبق لي العمل في المنتخب الأول في ليبيا، وأرى أنه بعد الحرب بدأت أندية ليبية في تطوير مستوى الدوري بالتعاقد مع لاعبين كبار ومدربين كبار، وما يقومون به من خلال التعاقد مع العديد من لاعبي شمال إفريقيا في الفترة الماضية يؤكد طموحاتهم". ليضيف المدرّب السابق لنادي أولمبي الشلف "حاليا كل لاعب يتجاوز السن 30 فإن يفكر في مصلحته، حتى أن الفرق الجزائرية غير المنظمة من الناحية الإدارة تتحمل المسؤولية في مغادرة هؤلاء اللاعبين".

**قرار "الفاف" يمنع برمجة المباريات في رمضان قرار صائب**

وفي سياق منفصل، أيد المدرّب لمين كبير قرار الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، بمنع برمجة مباريات الفئات الشبانية خلال شهر رمضان المبارك، وأوضح: «أنا ببيع قرار الفاف بمنع برمجة مباريات الفئات الشبانية في النهار في رمضان»، وتابع: «من الصعب على اللاعبين الشبان اللعب صباحا وبيقوا طوال اليوم صائمين، كما أنهم سيجرون الامتحانات في شهر رمضان الفضيل، ومع نقص الإمكانيات التي تعاني منها الفرق فما قامت به الفاف هو الأصح».

**المدرّب الجزائري أثبت كفاءته ويستحق فرصة مع الأندية المحلية**

وفي ختام تصريحاته، دعى صيف "دزاير توب" رؤساء الأندية في مختلف الأقسام منح الفرصة للمدربين الجزائريين، الذين يثبتون في كل مرة كفاءتهم وجدارتهم، مضيفا في رده على تواجد بدون فريق في الوقت الراهن: «لمين كبير هو عينة فقط في الجزائر، هناك مئات من التقنيين العاطلين عن العمل، ومن هذا المنبر أقول أن الإطار الجزائري كفاء ويمتلك الكفاءة، والمعاهد تخرج إطارات كل سنة ويكلفون الدولة الجزائرية الكثير، وبالتالي يجب منحهم الفرصة، حتى ول لا يشتغلوا في المحترف الأول أو مع الأكابر فإن هناك فئات أخرى بحاجة إلى خبرتهم وإمكانياتهم»، وأنهى كلامه بهذه المناسبة أوجه رسالة للمسؤولين على الرياضة في بلادنا، سواء الوزارة أو الرابطات أو المنتخبات والفرق، حتى يضعوا شقتهم في المدربين الجزائريين، لأن الإحصائيات تؤكد بأنهم هم من يحققوا النتائج الإيجابية مع النخبة والفرق الجزائرية".

خضت آخر مباراة لي مع مولودية وهران أمام مولودية البيض، والتقيت بعدها مع المسيرين في اجتماع إداري، وبعد نهاية العقد الذي يربطني بالفريق ولم أعد أبدا، وتابع: "بالنسبة لي قضيت سنة لا تنسى في مولودية وهران، وبفضل تضافر جهود الجميع، استطعنا الإبقاء على الفريق في الرابطة المحترفة الأولى، والأنا ليست لسدي أي علاقة بمولودية وهران"، وعن المشاكل التي واجهها خلال عمله بالنادي الوهراني قال لمين كبير "المشاكل التي تواجه الكرة الجزائرية موجود في كل الفرق وليس مولودية وهران فقط، ليس لدينا احتراف حقيقي، المشكل هو الانقطاع على مستوى الطواقم الإدارية، كل أشهر رئيس جديد وإدارة جديدة، وهذا أمر يتم مع نهاية الموسم، حتى يكون بإمكان الإداريين الجدد تحضير الفريق من جميع النواحي".

**"بوزيدي رحمة الله عليه كان وراء إنقاذ الحمراء من السقوط"**

وعرج المدرّب الجزائري، على علاقته مع المدرّب يوسف بوزيدي رحمة الله عليه بالقول: «عشت مع يوسف بوزيدي رحمة الله 6 أشهر، كنا نسافر مع بعض، وكانت هناك بعض الأمور التقنية التي لم تكن نتفق فيها، لكنه إنسان يقوم بعمله على أكمل وجه، الموسم الماضي في مولودية وهران، كان كلمة السر في نجاة الفريق من السقوط، بدوره الكبير وبخبرته استطاع إعادة الفريق إلى السكة الصحيحة»، وتابع: «90 دقيقة ولا يتوقف عن الصراخ، حتى ولو يفوز الفريق تجده غاضب من الأخطاء ويفكر في المواجهة القادمة».

**"حظوظ شباب بلوزداد كبيرة في الكأس بعد تجاوزي المولودية"**

وعاد لمين كبير الذي سبق له العمل في العديد من الأندية الجزائرية، على غرار اتحاد العاصمة أولمبي الشلف وشباب قسنطينة، للحديث عن مباراة الداربي بين شباب بلوزداد ومولودية الجزائر في الدور الـ 16 لكأس الجزائر، والتي حسمها رفقاء محبوس بهدف دون مقابل ليتأهلوا إلى الدور ثمن النهائي، وأبرز "مقابلة الداربي كانت مختلفة عن النهائي، شباب بلوزداد وبعد النهائي الذي خسروه كانوا أكثر رغبة في الفوز وكان لديهم حماس فوق اللازم"، مضيفا "شاهدنا مباراة مغلقة من الجانبين، وكل طرف كان يسعى عن الضربة القاضية، حتى أن مولودية الجزائر لعبت بـ 3 مسترجعين"، وتابع صيف "دزاير توب" "الكأس هي من تختار الفريق الفائز وشباب بلوزداد الآن، لديه حظوظ كبيرة في التتويج، ولو أنه الجميع يعلم بأن كل المباريات صعبة في الكأس"، وزاد "اللقاء كان ثاري بالنسبة للاعبين شباب بلوزداد وكانوا محفزين أكثر من المولودية، خاصة وأنه كانوا يريدون استعادة ثقة الأنصار بعد النتائج السلبية وخسارة كأس السوبر".

**لمسة راموفيتش بدأت تظهر مع شباب بلوزداد** وأثنى ذات المتحدث على لمسة المدرّب الجديد

المتحدث ذاتها، بأن مباراة أم درمان أمام المنتخب المصري في المباراة الفاصلة كانت تاريخية بالنسبة لجميع الجزائريين، وأشار: "أتذكر يوما قبل المباراة ونحن متواجدين في مطعم ألقى المدرّب رايح سعدان كلمة على اللاعبين وكان عليه ضغط كبير بسبب مباراة أم درمان، هنا تقدم عنتر يحي وقال لشيخ المديرين بأن مهامك انتهت الآن أنت والطاقم الفني الآن جاء دور اللاعبين، وبالفعل تمكن من تسجيل الهدف الوحيد في المباراة"، وتابع كانت لدينا مجموعة جيدة، رغم النقائص التي كان يعاني منها المنتخب إلا أن الفريق كانت تعوض ذلك النقص، وفي مشاركتنا في كأس العالم قدمنا مباريات مقبولة لكن النتيجة الأولى أمام سلوفينيا والخطأ الذي ارتكبه شاوشى ضيعنا الفرصة".

ونوه أيضا إلى الدور الكبير التي لعبته الجماهير في تقديم الدعم المعنوي لرفقاء صايفي في لقاء "الضراعة" بعدما تنقلوا بقوة إلى مدينة أم درمان لدعم "الخضر"، "حينما شاهدنا الجماهير لم تكن نتخيل أننا في السودان، كنا نشاهد في التلفاز فقط، ويعدها بدأت الجماهير تتوافد على الفندق الذي كنا نقيم فيه بالأعلام الجزائرية، كنا نعتقد أننا في العاصمة الجزائرية، بالنسبة لي تلك المباراة كانت مفيدة جدا واستفدت كثيرا من هذه التجربة".

**غادرت مولودية وهران منذ جوان الماضي وما يشاع لا أساس له من الصحة**

وردًا للمدرّب الجزائري محمد لمين كبير على الإشاعات التي تم تداولها مؤخرا بخصوص إقالته من منصبه في مولودية وهران عقب الإقصاء المخيب من كأس الجزائر أمام اتحاد الحراش مشيرا أن غادر "الحمراوة" منذ شهر جوان الماضي، قائلا في هذا الصدد: "في شهر جوان الماضي

أكد المدرّب الجزائري محمد لمين كبير، بأن تجربته ضمن الطاقم الفني لـ "الخضر" لن تمحى من ذاكرته، بالنظر إلى الأحداث التي عاشها مع المنتخب في تلك الفترة وأبرزها التأهل إلى مونديال 2010 بعد ملحمة تاريخية في مدينة أم درمان السودانية، ضد المنتخب المصري، مشيرا أنه استفاد كثيرا من العمل إلى جانب شيخ المديرين رايح سعدان. وقال لمين كبير لدى نزوله ضيفا على حصة "دزاير سبور" على قناة "دزاير توب" الإلكتروني: "كانت أول تجربة لي مع المنتخب الوطني، وأول لقاء كان ضد السنغال أين انهزم المنتخب بهدف دون رد، ثم المباراة الثانية أمام ليبيا فزنا بثلاثية كاملة"، وواصل كلامه "المنتخب الوطني كان يمر بفترة سيئة بسبب النتائج السلبية، وكان قبلها قد ضيع التأهل إلى كأس أمم إفريقيا مع المدرب الفرنسي جون ميشال كفالي، الظروف لم تكن جيدة والمناصرين فقدوا الأمل، لكننا نجحنا في تحقيق الفوز على ليبيا بثلاثية دون مقابل، هنا بدأ شغف الجماهير يعود مجددا وانتصرنا أيضا أمام السنغال، قبل أن نقع في المجموعات مع مصر، تمكنا من الفوز هنا في البليدة، هناك بدأ الجميع يحلم بالتأهل إلى المونديال لأن الهدف الرئيس كان هو بلوغ كأس أمم إفريقيا".

**مباراة أم درمان كانت ملحمة تاريخية** وأبرز



## مانشي مرشح للاضمام إلى مارسييا

يقرب نادي أولمبيك مارسييا الفرنسي من التعاقد مع النجم السنغالي ساديو ماني، لاعب نادي النصر السعودي، خلال فترته الانتقالات الصيفية المقبلة، وفقا لتقارير صحفية.

ويحتل النصر المركز الثالث في جدول ترتيب دوري روشن للمحترفين برصيد 44 نقطة، بعد فوزه على الأهلي في كلاسيكو المملكة.

وتسعى إدارة النادي للاستغناء عن بعض اللاعبين لإفساح المجال أمام تعاقدات جديدة، خاصة بعد طلبات كريستيانو رونالدو بضم نجوم عالميين لدعم الفريق.

ووفقا لصحيفة "Africa Foot"، فقد أجرى مارسييا محادثات مع وكلاء ماني لاستكشاف إمكانية ضمه، في ظل اهتمام النادي الفرنسي بخدمات اللاعب.

ورغم ارتباط النجم السنغالي بعقد مع النصر حتى يونيو 2026، فإن إمكانية رحيله تظل قائمة، خاصة أنه سجل 5 أهداف في 20 مباراة هذا الموسم، وتبلغ قيمته السوقية 9 ملايين يورو. وكان ماني قد انضم إلى النصر في أغسطس 2023 قادما من بايرن ميونخ، بعقد يمنحه راتبا سنويا يبلغ 40 مليون يورو.

ومع اهتمام مارسييا، يبقى القرار النهائي بيد اللاعب وإدارة النصر حول مستقبله في الدوري السعودي.



## أوزيل: هذا أكثر شيء وددت لو غيرته في مسيرتي

تحدث النجم الألماني مسعود أوزيل خلال مشاركته في إحدى الضعاليات عن مسيرته في عالم كرة القدم، وعن أكثر شيء يود لو كان بالإمكان تغييره فيها.

وقال أوزيل: "الشيء الذي كنت أريد تغييره ربما كان بإمكانني البقاء لفترة أطول في صفوف ريال مدريد".

وتابع: "ربما سأغير ذلك. لكن بالطبع، استمتعت باللعب مع أرسنال في أفضل دوري في العالم، الدوري الإنجليزي الممتاز.

لكن كان بإمكانني اللعب لفترة أطول في مدريد". وحول إذا كان يفتقد ريال مدريد أو أرسنال أكثر أجاب: "في الواقع أنا لا أفتقد كليهما، لقد استمتعت بمسيرتي، ولكن أجمل وقت أفضيه هو مع العائلة بجانب أطفالي".

أوزيل الذي سجل 27 هدفا وصنع 81 بقميص ريال مدريد، قرر الانتقال إلى أرسنال ليكون الرجل الأول بالتبادل مع أليكسيس سانشير، وكان بمثابة معشوق جماهير المدفعية لسنوات، قبل أن تتوتر الأوضاع بناهية رحلته مع الثنائي الإسباني أوناي إييمري وميكيل آرتيستا.

لو كان استمر أوزيل في ريال، لكان حبيسا على دكة البدلاء، ولاعب مهمش حتى يقصد بريقه مبكرا ويبتعد تماما عن الصورة، ولكنه أنقذ نفسه حتى ولو بالانتقال لفريق ليس بنفس القوة التنافسية على الألقاب الكبرى.



## مجلس الشيوخ الفرنسي يسعى لحظر الحجاب والسجود في المباريات

بدأ مجلس الشيوخ الفرنسي، اليوم الثلاثاء، مناقشة مقترح مشروع قانون يحظر ما أطلق عليه الرموز الدينية في الرياضة، وهو قانون يستهدف حظر الحجاب بالملاعب ومنع السجود خلال الاحتفال بالأهداف.

وتقدم بهذا المقترح ميشال سافين ونواب آخرون من كتلة الجمهوريين التي تملك الأغلبية، إلى لجنة الثقافة والترقية والاتصال والرياضة.

ويريد نواب الكتلة تطبيق حظر على الرموز الدينية في قطاع الرياضة بدعوى الالتزام بعلمانية الدولة، في خطوة مماثلة للحظر الساري في المدارس الفرنسية.

ومن المتوقع أن يشير مثل هذا المقترح الجدل في بلد يضم أكبر جالية مسلمة في أوروبا. وتقرض بعد الاتحادات حظرا بالفعل على ارتداء الرموز الدينية مثل اتحادي كرة السلة وكرة الطائرة وكرة القدم في حين لا ترضى اتحادات أخرى مثل الرجبي والتنس والجودو وألعاب القوى هذا الحظر.

وتنقلت صحيفة "لوپاريان" عن ميشال سافين قوله: "يجد الحكام أنفسهم أمام وضعيات يتعين عليهم إدارتها أو أنهم يجدون صعوبة في التعامل معها، مثل وجود أشخاص ورياضيين ولاعبات يحملون رموزا دينية ويشكل خاص الحجاب".

ورغم أن كل المحظورات تستهدف اللاعبين المسلمين خاصة، قال سافين إن "المبادرة تشمل كل الأديان".

ويعني ذلك منع سجود اللاعبين بعد الأهداف، كما سيحظر إقطار اللاعبين في الملاعب كما كان يحدث سابقا. ويقترح مشروع القانون حظرا على تحويل المرافق الرياضية إلى بيت صلاة أو ارتداء لباس سياحة ديني في المسابح العمومية.

وستنظر اللجنة بمجلس الشيوخ في نص مشروع القانون المقترح وما إذا كان يتعين عليها إدخال تعديلات حتى جوان المقبل.

## كيليني يشرح الطريقة الوحيدة لإيقاف ميسي ورونالدو

رغم أن الثنائي الأرجنتيني ليونيل ميسي والبرتغالي كريستيانو رونالدو يعيشان حاليا الفصل الأخير من مسيرتهما الكروية المذهلة، لكن المقارنات بينهما لا تتوقف وتنقسم الآراء بشأن الأفضل بينهما ومميزات كل منهما. وغادر ميسي ورونالدو الملاعب الأوروبية بعد سنوات طويلة من التألق، إذ انضم الأول إلى إنتر ميامي الأمريكي، بينما اختار الثاني المملكة العربية السعودية للدفاع عن ألوان نادي النصر.

ويبلغ ميسي من العمر حاليا 37 عام، بينما احتفل رونالدو قبل أيام بعيد ميلاده الـ40، وهو ما يعني أن موعد اعتزالهما كرة القدم اقترب كثيرا، رغم أن أي منهما لم يحدد بعد تلك اللحظة. من بين النجوم الذين قارنوا بين ميسي ورونالدو المدافع الإيطالي الشهير جيورجيو كيليني نجم جوفنتوس السابق، الذي اعتزل كرة القدم في عام 2023 بعد مسيرة حافلة.

ولعل التصريح الأكثر شهرة لكيليني بخصوص ميسي ورونالدو كان عام 2016، حينما كشف عن الطريقة الوحيدة لإيقاف كل منهما حين كان اللاعب منافسا لهما. وقال كيليني وقتها "لإيقاف رونالدو يجب منعه من التسديد بالقدم اليمنى، أما إذا أردت إيقاف ميسي فعليك الصلاة قبل مواجهته".

وبعد سنوات وعقب انضمام رونالدو إلى جوفنتوس ولعبه بجواره، لم يتردد كيليني في اعتبار النجم البرتغالي الأفضل في العصر الحديث، وقتها أشاد بكل منهما لكنه انحاز إلى زميله. وانضم رونالدو إلى صفوف اليوفي في عام 2018 قادما من ريال مدريد في صفقة ضخمة بلغت قيمتها 112 مليون يورو. وشارك كريستيانو في 134 مباراة مع جوفنتوس بمختلف البطولات، وسجل 101 هدفا، وقدم 22 تمريرة حاسمة. وفاز النجم البرتغالي مع جوفنتوس بلقب الدوري الإيطالي (مرتين)، وكأس إيطاليا، وكأس السوبر الإيطالي (مرتين).

واعترف كيليني (40 عاما) كرة القدم عام 2023 بعد مسيرة حافلة، بدأها في الفرق العمرية مع ليفورنو الذي منحه عقده الاحترافي الأول عام 2000، قبل الانتقال إلى روما وصولا إلى رحلة التألق مع جوفنتوس، حيث لعب طيلة 17 موسما بين 2005 و2022، في مشوار تخلله اللعب لفيورنتينا على سبيل الإعارة موسم 2004-2005. وبصحبة يوفنتوس الذي دافع عن ألوانه حين أنزل إلى الدرجة الثانية عام 2006 بسبب فضيحة التلاعب بالنتائج، توج كيليني بلقب الدوري الإيطالي 9 مرات، وبالكأس 5 مرات، ووصل مع "السيدة العجوز" إلى نهائي دوري أبطال أوروبا عامي 2015 و2017. وانضم إلى لوس أنجلوس غالاكسي الأمريكي عام 2021، وتوج معه في نوفمبر 2022 بلقب الدوري على حساب فيلادلفيا يونيون. وعلى الصعيد الدولي، حاض كيليني 117 مباراة بالوان "لاتزوري"، وتوج معه بكأس أوروبا صيف 2021 بالفوز على إنجلترا بركلات الترجيح في ملعب "ويمبلي".

## كابيلو: ما فعله نجم ميلان غبني وطفولي!

فتح المخضرم فابيو كابيلو، المدير الفني السابق لميلان وريال مدريد، النار على ثيو هيرنانديز ظهر الروسونيري، بعد توديع الفريق منافسات دوري أبطال أوروبا. وتسبب ثيو بأخطاء ساذجة في خروج ميلان من الملحق المؤهل لدور الـ16، على يد فينورد، بعدما انتهى لقاء الإياب بالتعادل (1-1)، مساء اليوم الثلاثاء، بينما كان الفريق الهولندي قد فاز في ملعبه ذهابا 1-0. وقال كابيلو في تصريحات باستوديو قناة "سكاي سبورت إيطاليا": "في الشوط الأول، كان هناك الكثير من الفرص غير المستغلة. في كرة القدم عندما ترتكب خطأ هناك من هو غير متوقع مثل ثيو". وأضاف: "لقد تم إنذاره أولا لشيء سخيف وعمل طفولي، ثم فعل شيئا آخر، وكان قرارا صارما، لكنه عادل بعد التحليل على الحكم (للحصول على ركلة جزاء)، ثم تغيرت المباراة". وتابع كابيلو: "على أرض الملعب وعلى المستوى الدولي لا يمكنك تحمل أشياء بالفضل". وأوضح: "لقد ارتكب خطأين طرده فقيلا جدا لأن ميلان كان مسيطرا، سعيد". وأتم: "لماذا لم يكن ثيو سعيدا إنه سؤال عادل، إنه سلبى للغاية في المباريات ويبدو من دون طاقة، الأيسر كان الأفضل لميلان، واضحا لماذا لا يلعب مثلما دائما".



## يامال: لا يمكن لريال مدريد الشكوى من الحكام

أكد لامين يامال نجم برشلونة، أنه ورفاقه في الفريق الكتالوني، لم يتحدثوا بشأن أزمة الفريم ريال مدريد مع الحكام، في الفترة الماضية. وقال يامال، خلال تصريحاته لصحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية: "لم نتحدث في غرفة الملابس عن خطاب ريال مدريد بشأن الحكام".

وأضاف: "نحن نركز على الفوز ولا نولي اهتماما للضجيج الخارجي". وتابع: "فرق مثل ريال مدريد وبرشلونة وأتلتيكو مدريد، لا يمكنها الشكوى من الحكام، فهي تحاول القيام بأفضل ما يمكن". واستكمل: "الحكام يحاولون بذل قصارى جهدهم، مهمة الحكم صعبة للغاية، لأنه في النهاية إذا احتسب قرارا لصالح طرف، سيشتكي الطرف الآخر".

واختتم: "إذا لم يشتك أحد، فسيأتي شخص من فريق آخر لا يشارك في المباراة ليشتكي". ودخل ريال مدريد في عديد الصدامات مع منظومة التحكيم في الليغا مؤخرا، آخرها عقب لقاء أوساسونا الأخير (1-1). وأصدر الريال بيانا ضد حكم اللقاء، في ظل العديد من الحالات الجدلية، وأهمها طرد نجم الفريق جود بيلينغهام.

## سلسلة فالنسيا في مواجهة صعبة أمام جدار أتلتيكو مدريد

يخوض فالنسيا تحت إمرة كارلوس كوربيران، الذي هز شبك جميع منافسيه في الليغا منذ تولي المدرب مسؤولية الفريق في ديسمبر الماضي، اختيارا صعبا السبب المقبل، يتمثل في الوصول إلى مرمى أتلتيكو مدريد، الأقل استقبالا للأهداف هذا العام في الدوري الإسباني. وهز فالنسيا مرمى منافسيه تسع مرات منذ وصول كوربيران، خلفا لروين باراخا، ولم يفشل في التسجيل خلال أي مواجهة من الليغا، وفعل ذلك رغم خسارته أمام ريال مدريد 1-2 وعلى يد برشلونة 1-7، وأثناء تعادله مع إشبيلية 1-1 وفياريال 1-1 في ملعبيهما، وخلال انتصاراته الثلاثة على ريال سوسيداد 0-1 وسيلتا فيغو 2-1 وليغانيس 2-0. على الجانب الآخر، لم يتلق أتلتيكو مدريد سوى 16 هدفا على مدار 24 جولة من الدوري الإسباني، خرج في 10 منها بشباك نظيفة. بالتالي، تعد كتبيبة ديبغو سيميوني، التي تحت المركز الثالث خلف كل من ريال مدريد وبرشلونة، الأقل استقبالا للأهداف في الليغا، يليه خيتافي صاحب المركز الـ13 إلا أن شبكاه لم تهتز سوى 18 مرة. أما فالنسيا فنفسه، الذي يقبع في المركز قبل الأخير من الجدول، فقد كان نصيبه 38 هدفا في مرماه وهي نفس حصيلة الأفييس وسيلتا فيغو. بينما يعد بلد الوليد الأضعف دفاعا بعد أن مني مرماه 52 هدفا، ويعتبر لاس بالماس صاحب ثاني أسوأ دفاع بـ41 هدفا في شبكاه.

## مرشح جديد على رادار ريال مدريد لخلافة أنشيلوتي

تدرس إدارة نادي ريال مدريد الخيارات المتاحة أمامها في ملف المدرب الجديد للفريق الذي سيتولى المهمة بعد كارلو أنشيلوتي. وتشير تقارير إسبانية إلى أن الموسم الحالي سيكون الأخير في علاقة أنشيلوتي مع ريال مدريد، وهو الأمر الذي يفتح الباب أمام إمكانية التعاقد مع مدرب جديد. وبحسب تقرير نشره موقع فووتبول إسبانيا فإن تشابي ألونسو مدرب باير ليفركوزن هو المرشح الأوفر حظا للحصول على وظيفة مدرب ريال مدريد.

وشدد التقرير في الوقت ذاته على أن ألونسو لن يكون المرشح الوحيد لتدريب ريال مدريد في حالة رحيل أنشيلوتي. وفي هذا السياق، دخل المدرب الإسباني الشاب أندوني إيراولا في قائمة المرشحين لتدريب ريال مدريد، وذلك بعد تألقه هذا الموسم مع فريقه بورنموث في الدوري الإنجليزي. ونجح إيراولا في جذب اهتمام عدد من الأندية الإنجليزية مثل توتنهام هوتسبير. ويحتل بورنموث حاليا المركز الخامس في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي، وذلك برصيد 43 نقطة، ويتفوق الفريق على عدد من الأندية الكبرى في البريميرليغ مثل تشيلسي ومانشستر يونايتد. وسيكون من المثير معرفة هوية المدرب الجديد لريال مدريد في حالة رحيل أنشيلوتي بنهاية الموسم الحالي.

## تعليق

## جديد من تير شتيغن حول تعافيه

زف الألماني مارك أندريه تير شتيغن، حارس مرمى برشلونة، نيا سارا لجمهير الفريق الكتالوني. وتعرض تير شتيغن لتمزق كامل في وتر الرضفة في ركبته اليمنى بعد سقطة قوية. خلال مباراة فياريال في سبتمبر الماضي. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فقد تمرن تير شتيغن، بالكرة للمرة الأولى منذ تعرضه للإصابة. ونشر تير شتيغن عبر حسابه على "إنستغرام"، صورا له وهو يرتدي حذاءه وقضائه لأول مرة. وأضاف الصحفي أن التوقعات الأولية هي أن ارتداء قضائه وحذاءه لأول مرة. وأضاف الصحفي أن التوقعات الأولية هي أن يغيب تير شتيغن لمدة 8 أشهر، مما يعني أنه لن يتمكن من اللعب مرة أخرى حتى ماي المقبل. واستدركت، "لكن إذا استمر تقدم تير شتيغن بشكل إيجابي، فلا يمكن استبعاد أن يتمكن من تقليل المدة إلى حد ما، علما بأن الحارس الألماني والجهاز الفني ومن قبلهم الأطباء ليسوا في عجلة من أمرهم". وعندما تم تأكيد غياب تير شتيغن عن الموسم بأكمله، اختار النادي التعاقد مع البولندي فيوتشيك تشيزني، الذي أثبت نفسه كلاعب أساسي، إذ شارك في 10 مباريات، أضاف فيها برشلونة 9 انتصارات وتعادل واحد. كما حافظ تشيزني على نظافة شبكاه في نصف عدد المباريات التي شارك فيها حتى الآن (5).

## دي يونغ على رادار ليفربول

تخطط إدارة نادي ليفربول للتعاقد مع لاعب الوسط الهولندي فرينكي دي يونغ لاعب برشلونة لتعويض قدرات الفريق.

ويأتي عقد دي يونغ مع برشلونة في صيف 2026، الأمر الذي يعني أن الكتالان عليهم بيعه الصيف القادم إذا أرادوا تجنب خسارته مجانا. وبحسب تقرير نشره موقع فووتبول إسبانيا فإن ليفربول سيقدّم عرضا من أجل الحصول على توقيع دي يونغ ما لم يوقع عقدا جديدا مع برشلونة.

وذكر التقرير أن برشلونة سيقبل عرضا ماليا في حدود 35 مليون يورو لبيع دي يونغ، وذلك بهدف تجنب خسارة النجم الهولندي مجانا. وسيكون السعر مقبولا جدا لنادي ليفربول الذي لن يجد أي مشكلة في التعاقد مع اللاعب إذا توصلت الأطراف المعنية لاتفاق ملزم. وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن مصير مستقبل دي يونغ في حالة الرحيل عن برشلونة.

ويبلغ دي يونغ من العمر 27 سنة، ويجيد اللعب في مركز لاعب الوسط

المجوري، وكان قد انتقل إلى برشلونة في 2019 قادما من أياكس. ولعب دي يونغ بقميص

برشلونة في 237 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 19 هدفا، وصنع 22 هدفا لزملائه.

YOU'LL NEVER WALK ALONE



## إنكار ووعيد.. بيان رسمي من حكم مباراة ريال مدريد وأوساسونا

رد خوسيه لويس مونويرا مونتيرو، حكم مباراة ريال مدريد وأوساسونا، على إيقافه المؤقت من قبل الاتحاد الإسباني لكرة القدم. وفتح الاتحاد تحقيقا مع الحكم، بسبب مزاعم تتعلق بتضارب المصالح. وأصدر مونويرا مونتيرو بيانا عبر حسابه على "إنستغرام"، نضى فيه جميع الاتهامات، التي طالته.

وكشفت تقارير أن سبب خضوع الحكم للتحقيق، هو تأسيسه لشركة متخصصة في الاستشارات والإدارة الرياضية، ما يخالف - بحسب الادعاءات - القوانين التي تلزم الحكام بعدم وجود تعارض بين واجبات عملهم الأساسي، ومهامهم وأنشطتهم الأخرى.

وأنكر الحكم في البيان، ما نسب إليه، مؤكدا أن شركته لم تتعامل ماليا مع أي ناد أو اتحاد رياضي منذ تأسيسها، وأن نشاطها يقتصر على "نقل القيم الرياضية من خلال تجارب الرياضيين الشخصية" وتوعد الحكم الإسباني بأنه سيتخذ إجراءات قانونية ضد أي جهة "نشرت معلومات خاطئة أو مضللة"، معتبرا أن هذه الادعاءات تضر بسمعته المهنية وشخصيته. يذكر أن الاتحاد الإسباني قرر إيقاف مونويرا مونتيرو عن إدارة أي مباريات محلية أو دولية مؤقتا، حتى انتهاء التحقيقات. يأتي ذلك بعد أيام من الجدل الذي أثير حول قرارات الحكم في مباراة ريال مدريد وأوساسونا، بالدوري الإسباني. وطرد مونتيرو لاعب ريال مدريد جود بيلينغهام خلال المواجهة التي انتهت بالتعادل 1-1، فضلا عن عدة قرارات جدلية أخرى، أثارت غضب النادي الملكي وجماعته.





## غوريتسكا: ديفيز أنقذني من وضع صعب



أكد ليون غوريتسكا، متوسط ميدان بايرن ميونخ، على أهمية تحقيق النتائج في الوقت الراهن على حساب المستوى، وذلك بعد تعادل فريقه بصعوبة أمام ضيفه سيلتك (1-1)، أول أمس في إياب الملحق المؤهل لثمن نهائي دوري أبطال أوروبا. وقال غوريتسكا في تصريحات عقب المباراة نقلها موقع "سكاي ألمانيا" عن مدى شعوره بالمفاجأة من مستوى سيلتك: "لا أعرف هل هناك مفاجأة بعد ما شاهدناه في لقاء الذهاب، لكن بشكل عام اعتقد أننا كنا قادرين على جعل تلك الأهمية أسهل على أنفسنا مع عدم استقبال الهدف". وأضاف: "آخر 6 أيام وآخر 3 مباريات خضناها كان الأمر يتعلق فقط بالخروج بالنتيجة، لا نزال الفريق صاحب أكبر عدد من الأهداف المسجلة في أوروبا، والفريق الذي لعب كرة قدم مميزة لمدة طويلة هذا الموسم". وتابع: "الآن ببساطة الأمر يتعلق بتحقيق النتائج في آخر 6 أيام وحققنا ذلك بالفعل، نحن سعداء بذلك". وتابع: "سترى هل سنتوج باللقب في النهاية، لكن بالطبع هذه المراحل التي مررنا بها مهمة للغاية، الأيام الماضية كانت منهكة للغاية على الجانب البدني بسبب السفر، كما واجهنا فريقا جيدا للغاية يملك الجودة وأظهرها اليوم". وعن الفرصة الكبيرة التي أهدرها قبل الهدف: "كان لدي رغبة في منطقة الـ 6 ياردة، يمكن القول إنه كان يجب علي التسجيل (لقطة الهدف)، لكن شمايكل تألق". واختتم: "الأمر الإيجابي أن فوتزي (ديفيز) لم يتوقف وتابع الكرة وأراد صناعة الفارق، أنا ممتن له، فإن لم يفعل ذلك، لعانيت من موقف صعب، أنا مدين له بذلك".

## ديفيز: ما يهم هو التأهل

علق ألفونسو ديفيز، ظهير بايرن ميونخ، على التأهل الصعب لفريقه إلى ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا، بعد التعادل أمام ضيفه سيلتك (1-1) على ملعب أليانز آرنا، مساء الثلاثاء في إياب الملحق المؤهل لدور الـ 16. وتقدم سيلتك في الدقيقة 63، وفي الوقت الذي كانت تتجه فيه المباراة إلى الأوقات الإضافية، نجح ديفيز في تسجيل هدف التأهل في الدقيقة 90+4. وقال ديفيز في تصريحات عقب المباراة نقلها موقع "سكاي ألمانيا": "هذا هو دوري الأبطال، واجهنا نسخة جيدة من سيلتك، كنا نعلم أنهم سيلعبون بجدة وبالتالي كان يتوجب علينا معادلة ذلك". وأضاف: "هذه هي كرة القدم... وما يهم هو التأهل، ليس من السهل خوض العديد من المباريات، ومع ذلك دافعنا بصورة جيدة بعيدا عن هفوة واحدة ارتكبناها في الخط الخلفي، بشكل عام أهم شيء اليوم هو التأهل". وبنظرة إلى هدف التعادل الذي سجله: "كانت لدينا الكرة على حدود المنطقة، وبالتالي دخلت فقط إلى منطقة الجزاء ولم أفكر كثيرا، وعندما رأيت الكرة وضعت قدمي وسكنت الشباك، أنا سعيد بتسجيل هدف آخر في دوري الأبطال".

## نوير: أحب كل الخصوم.. وهذا ليس بايرن 2025

تحدث مانويل نوير حارس بايرن ميونخ، عن معاناة فريقه للتأهل إلى ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا. وخطف البايرون تعادلا متيرا على أرضه في الوقت القاتل، أمام سيلتك بنتيجة (1-1)، مساء أول أمس، في إياب الملحق، ليصعد بفضل فوزه ذهابا 2-1 في إسكتلندا. وقال نوير في تصريحات لشبكة "سكاي" عقب اللقاء: "افتقدنا للبريق، ولم نمر بأفضل أيامنا، لكن ما يهم هو المحصلة النهائية وهي التأهل". وأضاف: "ما أردنا تحقيقه منذ 6 أيام أصبح حقيقة، أيقينا على الفارق أمام ليفركوزن (8 نقاط في الدوري) وتأهلنا من الملحق". وأردف: "لم تقدم أفضل مستوى لنا، في آخر مباراتين لم يكن هذا هو بايرن ميونخ الذي عرفناه مع بداية العام الجاري". وأكد: "في النهاية عليك التحدث عن العقلية والشخصية، أظهرنا ذلك بالفعل ونجحنا في التعديل في نهاية اللقاء". وتابع: "هذه نتيجة مهمة بالنسبة لنا، ستكون هناك مباريات ستقدم فيها مستوى أفضل مرة أخرى في المستقبل القريب". واستطرد: "يمكننا القول مع ذلك إننا كنا الفريق الأفضل أيضا، لا أعتقد بأن سيلتك كان يستحق الانتصار هنا، بالطبع الأمر ليس سهلا في مثل تلك المباريات المهمة". وتابع: "الجانب الذهني يلعب دورا عندما لا تسير الأمور بصورة جيدة مع تألق كاسبر (شمايكل)، ورفض الكرة أن تسكن الشباك، وبعدها خروج هاري (كين) بين الشوطين، وهو أهم لاعب هجومي لدينا، هناك أمور سارت ضدنا". وعن الفريق الذي يفضل مواجهته بين ليفركوزن وأتليتيكو مدريد في ثمن النهائي، أجاب: "ليس لدي فريق مفضل، أنا أحب دوري الأبطال وأحب كل الخصوم".

## بايرن ميونخ يجتاز عقبة سيلتك بهدف 90+

### جوين قائدة جديدة لسيدات ألمانيا

اختار كريستيان فوك، مدرب منتخب ألمانيا للسيدات لكرة القدم، يوليا جوين، مدافعة بايرن ميونخ، لتكون قائدة للفريق، وستحل جوين محل المهاجمة المخضرمة ألكسندرا يوب، التي اعتزلت اللعب مع المنتخب الألماني العام الماضي، فيما تم تعيين جانينا مينج، مدافعة فريق فولفسبورغ الألماني، نائبة لجوين. وسوف تخوض جوين مباراتها الأولى كقائدة للمنتخب الألماني في مباراة الفريق ضد الهولندي ببطولة دوري أمم أوروبا، يوم الجمعة المقبل، حيث ستكون هذه هي أول مباراة للفريق في عام 2025. ولم يكن ترشيح جوين، قائدة للمنتخب الألماني للسيدات مفاجئا، حيث كانت تقود الفريق بالفعل بشكل مؤقت. ويقتصد منتخب ألمانيا، خدمات المدافعتين سارة دورسون وكاشرين هندريش في مباراتي هولندا والنمسا بسبب الإصابات. وغادرت اللاعبتان المعسكر التدريبي للفريق بسبب إصابات عضلية. وقرر فوك استدعاء ثورنز ماري مولر، لاعبة فريق بورتلاند، وصوفيا كينهييرن، لاعبة منتخب ألمانيا الأولمبي تحت 23 عاما، لتمويض غياب دورسون وهندريش.

حجز بايرن ميونخ بطاقة التأهل لثمن نهائي دوري الأبطال بشق الأنفس، بعد التعادل أمام ضيفه سيلتك بنتيجة (1-1) في إياب الملحق المؤهل لدور الـ 16، في اللقاء الذي احتضنه ملعب أليانز آرنا مساء أول أمس.

وسجل هدف سيلتك نيكولاس كوهن (63)، بينما سجل هدف بايرن ألفونسو ديفيز (94)، ليتأهل البافاري لثمن النهائي مستفيدا من فوزه ذهابا (2-1). شكل سيلتك الخطورة الأولى في المباراة في الدقيقة 7، بعدما افتك مكجريجور الكرة من أوليسيه بقرب وسط الملعب، وانطلق حتى وصل إلى المنطقة، فسدد بعدها كرة قوية مرت إلى جوار القائم. وكاد سيلتك يفتتح التسجيل في الدقيقة 16، بعدما تلقى كوهن الخالي من الرقابة تماما داخل المنطقة كرة عرضية، سددها فابعدها جيريرو من على خط المرمى. وتواصل زحف سيلتك تجاه مرمى بايرن، بعدما أخطأ أوباميكانو في تمرير كرة في الدقيقة 18، لتصل إلى كوهن الذي مررها سريعا إلى مايدا على حدود المنطقة، الذي حاول بدوره تسديدة كرة ساقطة مع تقدم نوير عن مرماه، إلا أن كرتة مرت إلى جوار القائم. وأتى الريم من بايرن في الدقيقة 22، بتسديدة قوية من كين من الجانب الأيمن للمنطقة، تصدى لها شمايكل.

وبعد فترة من الهدوء ظهر موسيالا في الدقيقة 31 بتسديدة أرضية من خارج المنطقة، ذهبت ضعيفة في يد شمايكل. وأهدر بايرن فرصة افتتاح التسجيل في الدقيقة 38، بعدما مهد ستانيسيتش الكرة إلى كيميتش إلى جواره داخل المنطقة، ليسدد كرة مباشرة مرت بقليل إلى جوار القائم. وظهر كين في الدقيقة 45، بعدما تلقى عرضية أرضية داخل المنطقة من قبل ستانيسيتش، ليسدد كرة مباشرة اصطدمت في العارضة، لينتهي الشوط الأول بالتعادل السلبي.

وبدأ بايرن الشوط الثاني بقوة، بانفراد تام لجوريتسكا أمام شمايكل في الدقيقة 47، تألق الحارس الدنماركي في التصدي له. وتبعه أوليسيه بتسديدة مقوسة من على حدود المنطقة في الدقيقة 49، مرت بقليل إلى جوار القائم.

وعاد موسيالا للمحاولة في الدقيقة 59، بتسديدة أرضية من على حدود المنطقة مرت أيضا بمحاذاة القائم.

ومع شعور بايرن بالخطر من تلك النتيجة، واصل محاولاته لافتتاح التسجيل بتسديدة من أوليسيه من داخل المنطقة أسك بها شمايكل في الدقيقة 62. وبالفعل افتتح سيلتك التسجيل في الدقيقة 63، بعدما أخطأ كيم في إبعادة بينية داخل المنطقة، لتصل الكرة إلى كوهن الذي انزرد بنوير وسدد كرة أرضية سكنت الشباك.

واستمر غوريتسكا في إهدار الفرص، بعدما تابع عرضية من كيميتش في الدقيقة 74، مسددا رأسية مرت بقليل إلى جوار القائم.

وعاند الحظ بايرن في الدقيقة 76، بتسديدة قوية من ساني من داخل المنطقة مرت بقليل إلى جوار القائم تحت أنظار شمايكل الذي اكتفى بمراقبة الكرة.

وأطلق كيميتش صاروخية من على حدود المنطقة في الدقيقة 79، وقف لها المتوهج شمايكل بالمرصاد محافظا على تقدم فريقه.

وسجل بايرن هدف التأهل القاتل في الدقيقة 90+4 بعدما سد جورييتسكا رأسية تألق شمايكل في التصدي لها وحاول فيركز إبعادها إلا أنها اصطدمت بديفيز وسكنت الشباك.

## كومباني يختار خصمه المفضل في ثمن نهائي الأبطال

تحدث فنسنت كومباني، مدرب بايرن ميونخ، عن التعادل (1-1) أمام ضيفه سيلتك، مساء أول أمس على ملعب أليانز آرنا، في إياب الملحق المؤهل لثمن نهائي دوري أبطال أوروبا. وسجل بايرن هدف التعادل في الدقيقة 90+4 عبر ألفونسو ديفيز، ليتأهل لثمن النهائي مستفيدا من فوزه ذهابا (2-1).

وقال كومباني في تصريحات نقلها موقع "سكاي ألمانيا" إن هذا التعادل يمكن اعتباره نتيجة عملية. وأكد: "خلفنا العديد من الفرص لتسجيل هدفين أو 3 في الشوط الثاني، وفي النهاية كنا بحاجة إلى ذلك الهدف الوحيد من (فوتزي) ديفيز". وأضاف: "يجب أيضا أن أتحدث عن السياق، نحن بذلنا جهدا كبيرا للغاية على مدار 6 أيام، وفي النهاية نتفوق بفارق 8 نقاط في الدوري، وتأهلنا لدور الـ 16 قاريا".

واسترسل: "الآن أمامنا وقت قبل المباراة المقبلة، ونريد بالطبع أن يكون الفارق بيننا والمنافسين كبيرا قدر الإمكان، لكن إذا لم يحدث ذلك، فعمليك العمل على مثل تلك النتائج". وبنظرة إلى الإيجابيات والسلبيات في اللقاء: "السياق مهم دائما، نحن في شهر فيفري ونخوض الكثير من المباريات حاليا". واستطرد: "بالطبع أريد أن تقدم أسلوبنا في أليانز آرنا بالطريقة التي قدمناها على مدار الموسم، لكن كنا في ليفركوزن منذ 3 أيام وفي سيلتك باريك منذ 6 أيام وحققنا النتائج التي عبرت بنا للدور التالي، في بعض الأحيان تتعلم أمور تتعلق بالعقلية". أما عن تبديل هاري كين في بداية الشوط الثاني فقال: "سترى، الأمر مخيب بكل تأكيد". وعن المضاضلة بين باير ليفركوزن أو أتليتيكو مدريد للقاء ثمن النهائي علق: "لا يهم بالنسبة لنا، نحن وباير أفضل فريقين في البوندسليغا حاليا، والمواجهات بيننا متقاربة دائما، نتطلع للدور التالي، وإذا كان ليفركوزن، فسيكون الأمر جيدا".

وبالنظر إلى عودة ألفونسو ديفيز: "الأمر باهر، عمل بقوة مع الفريق الطبي وفريق التأهيل، وشاهدنا على الفور ما يقدمه للفريق".



## تطورات جديدة ومعقدة في ملف تجديد صلاح مع ليفربول

أجرى الجناح المتألق وهداف الدوري الإنجليزي الممتاز، محمد صلاح، ووكيله معاهدات جديدة مع ليفربول بشأن مستقبله مع اقتراب عقده على الانتهاء. وضع محمد صلاح شروطه بوضوح من أجل إتمام المفاوضات بنجاح مع ليفربول ورغم ذلك لا يزال موقفه غير محسوم، وسط تكهنات حول إمكانية استمراره أو رحيله عن الريدز. وبحسب شبكة "Caught Offside" فإن وكيل محمد صلاح، رامي عباس، يواصل المفاوضات لتوقيع اللاعب على عقد جديد مع ليفربول، حيث يبدي اللاعب استعداده للبقاء إذا حصل على بعض التعديلات في عقده. ويسعى محمد صلاح إلى زيادة راتبه الأسبوعي البالغ 350 ألف جنيه إسترليني، بينما تحاول الأطراف المتفاوضة التوصل إلى اتفاق يرضي الجميع، في حين أن ليفربول أمام خيار تحسين عرضه أو المخاطرة بخسارة هدافه في المواسم الماضية. وزعمت الشبكة أن احتفال محمد صلاح بوضع يده على شعار ليفربول بعد تسجيله ضد إيشرتون يعكس رغبته في البقاء، لكن الأمور لم تحسم بعد، لأن المفاوضات لا تزال مستمرة، وقد تحدد الأيام القادمة مصير اللاعب. في حين لا يزال خيار الانتقال إلى الدوري السعودي قائماً، حيث يستعد المسؤولون هناك لتقديم راتب ضخم يتجاوز 130 مليون يورو سنوياً، ما يجعله أحد أعلى اللاعبين أجراً في تاريخ البطولة. الجدير بالذكر أن أندية الأهلي والاتحاد والنصر تراقب وضع محمد صلاح، وقد تتدخل بقوة إذا أصبح رحيله عن ليفربول أمراً حتمياً، ولا ننسى الهلال الذي يسعى بقوة لتدعيم صفوفه قبل كأس العالم للأندية 2025.

## جون أوبي ميكيل يشن هجوماً نارياً على إدارة تشيلسي وماريسكا

شن النيجيري جون أوبي ميكيل، لاعب تشيلسي الأسبق، هجوماً نارياً على إدارة النادي الإنجليزي، بسبب ما يتعرض له البلوز خلال الفترة الماضية.

جون أوبي ميكيل أحد قادة تشيلسي في السابق، لم يعجبه ما يحدث للبلوز في ظل التراجع الذي يتعرض له النادي تحت قيادة

ماريسكا

في الأسابيع الأخيرة. في آخر 9 مباريات، فاز تشيلسي في مباراتين فقط، وخسر 4 منها، ورغم ذلك يرى إنزو ماريسكا المدير الفني أن البلوز لا يزال في تقدم. جون أوبي ميكيل الفائز بالدوري الإنجليزي مرتين مع تشيلسي ودوري أبطال أوروبا من بين العديد من البطولات خلال 11 عاماً، سخر من تصريحات ماريسكا. وقال ميكيل في بودكاست عبر قناته على يوتيوب: "من الذي أخبر ماريسكا بأنه في تقدم؟ هل هو مزح؟ إنه مدرب لنادي تشيلسي ولا يمكنه أن يقول هذا العبث".

وأضاف: "نحن نادي بطل أوروبا من قبل، ولا يمكن أبداً أن تقول هذا بأنك تتقدم وتشعر أنك على الطريق الصحيح، ما هذا الهراء الذي تطلقه".

وأكمل: "لا، أنت لست تتقدم حسب الجدول الزمني مثلما تقول، أنت تتراجع، وتخسر العديد من النقاط، وعدم التأهل لدوري أبطال أوروبا الموسم المقبل سيكون كارثة. وأن ترسخ في أذهان اللاعبين بأنك على الطريق الصحيح أمر كارثي أكبر".

واستهدف جادون سانشو: "لقد شاهدت العديد من المباريات، لم يكن أحد ليقول لجادون سانشو بأنه يقدم مستوى سيئاً؟ ماذا يفعل بحق الجحيم، لقد خدعنا بمباراتين جيدتين، ولكن هذا ليس اللاعب الذي يمكنه قيادة الفريق للفوز".

واختتم: "على الجميع في تشيلسي أن يستيقظوا، كيف للاعب مثل جواو فيليكس ينضم بـ 40 مليون إسترليني، ثم يرحل بعد 3 أشهر؟ استيقظوا أيها الأصدقاء، إنكم بحاجة إلى الاستيقاظ ومعرفة ماذا يعني هذا النادي لجمهيره".

## مانشستر يونايتد يرسم خطة تعافي نجمه الشاب

رسمت إدارة نادي مانشستر يونايتد خطة التعامل مع إصابة النجم العاجي الشاب أماد ديالو. وكانت تقارير إنجليزية قد أشارت في وقت سابق إلى أن ديالو تعرض لإصابة في الكاحل، وسيغيب بسببها لنهاية الموسم. وأشار الصحفي فابريزيو رومانو إلى أن خطة يونايتد حالياً تتضمن خضوع ديالو لعملية جراحية الأسبوع المقبل، وذلك لمعالجة الإصابة التي لحقت بكاحله. وذكر رومانو أن ذلك يعني أن موسمته انتهى تقريباً، وأن الإدارة مكرزة حالياً في مسار تعافي ديالو ليكون في أفضل حالة بدنية الموسم المقبل. وبالتأكيد فإن ابتعاد ديالو عن الفريق لنهاية الموسم يمثل خبراً صادماً للمدرب رويين أموريه، خاصة أن النجم العاجي قدم مستويات رائعة للغاية هذا الموسم. ويبلغ ديالو من العمر 22 سنة، ويجيد اللعب في مركز الجناح الهجومي الأيمن، وينتهي تعاقدته مع يونايتد في يونيو 2030. ولعب ديالو بقميص مانشستر يونايتد في 57 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 12 هدفاً، وصنع 9 أهداف. وبالنظر لأرقامه هذا الموسم بشكل خاص نجد أنه لعب 36 مباراة في كل البطولات، وذلك بواقع 22 مباراة في الدوري الإنجليزي، و8 مباريات في الدوري الأوروبي، و3 مباريات في كأس الرابطة، ومبارتين في كأس الاتحاد الإنجليزي، ومباراة الدرع الخيرية. وسجل ديالو هذا الموسم 9 أهداف بقميص الشياطين الحمر، وصنع 7 أهداف.

## غوارديولا يعلق على تألق خوليان ألفاريز مع أتليكو مدريد

علق الإسباني بيب غوارديولا، المدير الفني لفريق مانشستر سيتي الإنجليزي، على تألق لاعبه السابق، خوليان ألفاريز، مع فريقه الجديد، أتليكو مدريد الإسباني، هذا الموسم. وقال غوارديولا، في تصريحات صحفية: "لا أشعر أنني كنت مسؤولاً عن رحيله عن السيتي، هو من قرر الحصول على كل الدقائق الممكنة، والتي لم يتمكن من منحها له هنا". وأضاف بيب: "شعر بسعادة كبيرة من أجله، هنا هم سعداء بشدة مما يقدمه، كان يريد أن يلعب أكثر بكثير مما كان يحصل عليه معنا، لكن في وجود إيرلينج هالاند كان الأمر صعباً". واستطرد مدرب السيتي: "كان يمكن أن يلعب أكثر، هذا شيء مؤكد مع كثرة الإصابات التي ضربت الفريق، لم أتحدث معه بعد تألقه، لكنني أعرف أنه سعيد بما يقدمه".

## ليفربول يستخدم ورقة نونيز لإبرام صفقة مميزة

يسعى نادي ليفربول للحصول على توقيع النجم السويدي الشاب ألكساندر إيزاك نجم نيوكاسل. وجاء اهتمام ليفربول بخدمة إيزاك في ظل تألقه الكبير هذا الموسم في الدوري الإنجليزي تحت قيادة المدرب إيدي هاو. وبحسب تقرير نشره موقع فوتبول إنسايدر فإن نادي ليفربول سيحاول إقناع نيوكاسل بجدوى خطوة بيع إيزاك عن طريق عرض المهاجم داروين نونيز عليهم لإبرام صفقة تبادلية. وأشار التقرير إلى أن أرنه سلوت مدرب ليفربول يرى إيزاك الخيار المثالي في مركز المهاجم رقم 9 في الفريق، وتشاركه إدارة النادي في هذا الرأي. وتأمل إدارة ليفربول أن يساهم إيزاك في الصفقة في تخفيض المطلوب مالياً للتعاقد مع إيزاك، حيث يطلب نيوكاسل مقابل مالياً يزيد

ليس

عن 100 مليون باوند. وذكر التقرير أن أرنه سلوت مقتنعاً بقدرات نونيز أو جوتا في مركز المهاجم الصريح، ويرغب في تعزيز قدراته بخيارات جديدة في الهجوم. ويبلغ إيزاك من العمر 25 سنة، ويجيد اللعب في مركز قلب الهجوم، وينتهي تعاقدته مع نيوكاسل في يونيو 2028. ولعب إيزاك بقميص نيوكاسل في 96 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 54 هدفاً، وصنع 9 أهداف.

## توخيل حديث الصحافة البريطانية بعد اتفاقه المثير

أصبح توماس توخيل، المدرب الجديد لمنتخب إنجلترا، حديث الصحافة البريطانية، بعد توصله لاتفاق مع الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم يسمح له بالسفر بانتظام إلى ألمانيا رغم أن ذلك سيمنع عدم حضوره عدة مباريات. وذكرت صحيفة (التايمز) البريطانية أن الاتحاد سمح بهذه المرونة للألماني الذي تم التعاقد معه رسمياً مطلع جانفي الماضي لكنه سيغود أول مباراة لمنتخب إنجلترا خلال التوقف الدولي المقبل أمام ألبانيا في 21 مارس ثم لاتيفيا في 24 من نفس الشهر. وأدى الاتفاق المبرم مع الاتحاد الإنجليزي إلى غياب عن مباريات في البريميرليغ، والجملة الثالثة من كأس الاتحاد الإنجليزي ونصف نهائي كأس الرابطة سواء لقاءات الذهاب أو العودة. وأصبح توخيل ثالث مدرب أجنبي في تاريخ إنجلترا، بعد كل من سفين جوران إريكسون وفابيو كابيلو، وسط تساؤلات حول اختيار مدرب غير إنجليزي (الأسود الثلاثة). وتحوم التساؤلات حول عدم نجاح مركز تدريب سانت جورج في تقديم أي مدربين يتمتعون بالجودة، ومنذ المؤتمر الصحفي الأول لتوخيل. وحضر توخيل أثناء أول 47 يوماً له كمدرّب لمنتخب إنجلترا، 17 مباراة للفريق الإنجليزي.

## كونسيساو: أتحمل مسؤولية خروج ميلان من دوري الأبطال

بدأ أن ميلان في طريقه للتقدم في دوري أبطال أوروبا لكرة القدم، بعدما كان الطرف الأكثر سيطرة أمام ضيفه فينورد، قبل أن يغير طرد تيو هرنانديز من مسار المباراة، لكن المدرب سيرجيو كونسيساو رفض أن يحمل مدافعه مسؤولية الخروج من البطولة.

وبعد خسارته 1-صفر في الذهاب، تعادل ميلان في مجموع المباراتين في الدقيقة الأولى لكن بعد حصول هرنانديز على البطاقة الصفراء الثانية بسبب ادعاء السقوط تعادل فينورد 1-1 ليتفوق 2-1 إجمالاً ويتقدم لدور الستة عشر.

وكان بإمكان ميلان تجنب خوض الجولة الفاصلة المؤهلة لدور الستة عشر إذا فاز على مضيفه دينامو زغرب في آخر مبارياته بمحلة الدوري، لكن خسر 2-1 في مواجهة شهدت طرد لاعبه يونس موسى.

وأبلغ كونسيساو الصحفيين: «إنه فشل بكل تأكيد، أردنا الوصول إلى دور الستة عشر. أظهرت هذه المباراة أننا أقوى من المنافس وأن الأحداث هي التي حسمت الأمر، كما حدث في زغرب، الطرد هناك والطرده هنا. يمكنك قول إن الحكم (سيمون مارتشينيكا) كان قاسياً للغاية، لكن كان علينا أن نكون أقوى من الناحية الذهنية. أنا المسؤول، وليس تيو. سنرى ما سيحدث داخل غرفة تبديل الملابس. لقد قدم تيو الكثير لميلان، لقد ارتكبت العديد من الأخطاء في مسيرتي. حتى حصول تيو على البطاقة الحمراء لم يكن فينورد يعرف كيف يصل إلى المرمى. نحن نشعر بخيبة أمل وغضب.»

وكان سانتياغو خيمينيز، المنضم حديثاً لميلان من فينورد، قد وضع صاحب الأرض في المقدمة لكن كونسيساو استبدل المهاجم المكسيكي في الشوط الثاني وأوضح المدرب قراره.

وقال كونسيساو: «كان لدينا نقص عددي. ثم كان علينا أن ندير (عدد دقائق مشاركة) سانتياغو، الذي كان يعاني من مشكلة في العضلة الضامة ويحتاج إلى عناية. وضعت جواو فيلكس في الهجوم وكان جيداً في الهجمات المرتدة، لكننا كنا نسيطر على المباراة على أي حال.»

وتولى كونسيساو المسؤولية خلفاً لباولو فونسيكا في نهاية ديسمبر (كانون الأول)، وفاز بكأس السوبر الإيطالية في أولى مبارياته مع الفريق، ويشعر أنه لا يتم الحكم عليه دائماً بشكل عادل.

وقال: «لقد وصلت قبل شهر ونصف، لكنهم يقارنونني بالمدربين الذين كانوا هنا لسنوات. لقد فزنا باللقب الوحيد الذي كان بوسعنا الفوز به، ونحن في الدور قبل النهائي من كأس إيطاليا وفي الدوري، ومنذ وصولي حصلنا على 14 نقطة (والمصدر) نابولي 15 نقطة. الأمر ليس مثالياً.

الأجواء هنا في ميلان ليست الأفضل والطرده يثبت ذلك. علينا أن نعمل على هذا. صدقتي، الأمر ليس سهلاً على الإطلاق.»

## إبراهيموفيتش يدافع عن ثيو وينتقد حكم مباراة فينورد

علق السويدي زلاتان إبراهيموفيتش، المستشار الأول لشركة ريد بيلد في نادي ميلان الإيطالي، على خروج الروسي فينورد من دوري أبطال أوروبا، بعد تعادله في إياب الملحق المؤهل لثمان النهائي، بهدف لمثله في سان سيرو، مع فينورد الهولندي.

وقال إبراهيموفيتش، في تصريحات لشبكة سكاي إيطاليا، عقب اللقاء «بالطبع نشعر بخيبة أمل كبيرة، غاضبون بشدة، الفريق لم يظهر النضج الكافي في المباراة، والحكم كان قاسياً في قراره في الإنذار الثاني لثيو هرنانديز.»

وأضاف النجم السابق لميلان «في مباراة مثل لقاء اليوم، كان ينبغي على الحكم أن يحذر اللاعب من تكرار فعلته، بالنظر للموقف التالي، كان قراراً قاسياً وتغيرت المباراة بعده.»

واستطرد إبراهيموفيتش «علينا تجاوز هذا الخروج، من المهم اتحاد المجموعة والتفكير في القادم، بالطبع ستكون ليلة صعبة على الجميع، لكن ستعود الأمور لطبيعتها في الغد.»

وواصل إبراهيموفيتش تصريحاته «لا أعتقد أن ثيو كان يمثل، إنه يحاول تقديم أفضل ما لديه دوماً، فينورد لم يكن أفضل منا، ولكن نحن من قتلنا أنفسنا بأيدينا.»

وحصل ثيو على بطاقة صفراء بسبب خطأ ضد لاعب فينورد في الدقيقة 44، ثم حصل على بطاقة صفراء ثانية في الدقيقة 51 بداعي التمثيل داخل منطقة جزاء الخمص. وأضاف ووكر: «لست متأكداً مما إذا كان ثيو قد ادعى السقوط أم لا، بالنسبة لي، لم يضل ذلك، كان هناك احتكاك. لكنني لم أشاهده مرة أخرى على شاشة التلفزيون.»

## بويان: نرى نسخة من ثيو هيرنانديز

ويخ النجم الكرواتي زهونيمير بويان، أسطورة نادي آيه سي ميلان، النجم الفرنسي للفريق ثيو هيرنانديز بعد إقصاء الروسي فينورد من دوري أبطال أوروبا.

وكان ميلان قد خسر فرصة الوصول لدور الـ 16 بعد أن اكتفى بالتعادل على أرضه أمام فينورد ورتروا بنتيجة 1-1 في جولة الإياب في الملحق.

ونجح فينورد في الوصول لثمان النهائي مستفيداً من فوزه في جولة الذهاب بنتيجة 1-0 على أرض ملعبه في روتردام ويحمل جمهور ميلان ثيو هيرنانديز مسؤولية الإخفاق بعد تعرضه للطرده في اللقاء عقب تلقيه الإنذار الثاني بعد أن وجده الحكم متحايلاً يُحاول الحصول على ركلة جزاء بشكل غير شرعي.

وقال بويان، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا، «ثيو هيرنانديز يقوم بهذه الأمور منذ سنوات، أنا متدهش من أن لا أحد تحدث معه بالفعل عن الأمر، أو قام بتقويم سلوكه.»

وتابع: «البطاقة الصفراء الثانية سخيفة، هذا أمر غير لائق، وليس له علاقة بالرياضة، عليك ألا تقوم بهذه الأمور، لا يوجد جدال حول الأمر.»

وأكمل أيقونة ميلان وصلة توبيخ هيرنانديز قائلاً: «منذ بداية الموسم رأينا نسخة من ثيو بعيدة كل البعد عن النسخة التي عرفناها جميعاً، هو لاعب كسول.»

وتابع: «في البداية لم يكن هيرنانديز جيداً جداً في الدفاع، ولكنه تطور كثيراً، ولكن في هذا الموسم يبدو كما لو كان لا يُحاول حتى.»

وأردف بالقول: «من الناحية الأخلاقية ثيو هيرنانديز ارتكب خطأ فادحاً، لماذا تقوم بالتمثيل؟ هو يملك السرعة لتجاوز اللاعب المنافس ويملك قوة بدنية عظيمة، كان عليه المضي قدماً.»

## ووكر: قرار الحكم غير مجرى المباراة، وكنا الفريق المسيطر

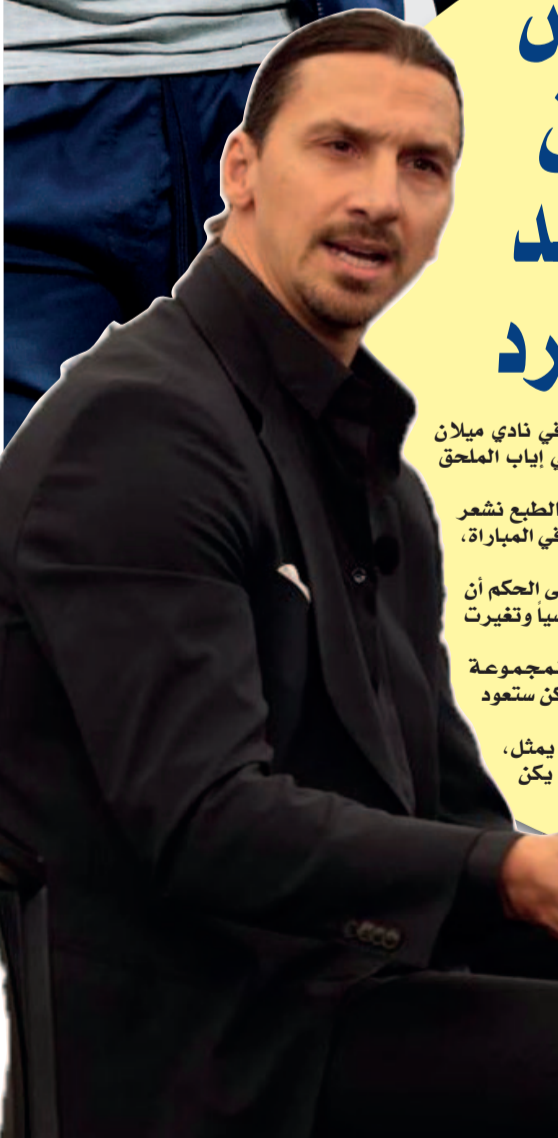
ظهر نجم فريق إي سي ميلان كابل ووكر في تصريحات صحفية بعد الإقصاء من دوري أبطال أوروبا على يد فينورد بعد التعادل 1-1 في إياب دور الإقصاءات، علماً أن مباراة الذهاب انتهت بفوز فينورد 1-0.

وقال اللاعب في حديثه: «بالتأكيد، بناء على كيفية سيطرتنا على المباراة في الشوط الأول وبداية الشوط الثاني، كان هناك فريق واحد فقط على أرض الملعب (يقصد ميلان).»

وحول قرار الحكم بطرده ثيو هيرنانديز: «لقد اتخذ الحكم قراراً، وتغير مجرى المباراة.»

وحصل ثيو على بطاقة صفراء بسبب خطأ ضد لاعب فينورد في الدقيقة 44، ثم حصل على بطاقة صفراء ثانية في الدقيقة 51 بداعي التمثيل داخل منطقة جزاء الخمص. وأضاف ووكر: «لست متأكداً مما إذا كان ثيو قد ادعى السقوط أم لا، بالنسبة لي، لم يضل ذلك، كان هناك احتكاك. لكنني لم أشاهده مرة أخرى على شاشة التلفزيون.»

وحصل ثيو على بطاقة صفراء بسبب خطأ ضد لاعب فينورد في الدقيقة 44، ثم حصل على بطاقة صفراء ثانية في الدقيقة 51 بداعي التمثيل داخل منطقة جزاء الخمص. وأضاف ووكر: «لست متأكداً مما إذا كان ثيو قد ادعى السقوط أم لا، بالنسبة لي، لم يضل ذلك، كان هناك احتكاك. لكنني لم أشاهده مرة أخرى على شاشة التلفزيون.»





**إشهاراتكم:**

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

2025/02/20 دزاير سيور

**الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية**

ولاية: تيزي وزو  
دائرة: تيزي وزو  
بلدية: تيزي وزو  
رقم التعريف الجبائي: 41000200001501901000

**الأعدار رقم 01**

بناء على المرسوم الرئاسي رقم 15-247 المؤرخ في 16 سبتمبر 2015 المتعلق بتنظيم الصفقات العمومية وتكليف المراق العام المؤسسة EPIC TAFAT N TIZI مقر ولاية تيزي وزو الحائز على الصفقة رقم 37 / 2024 بتاريخ 16 / 12 / 2024 والمتعلق بصيانة وتصليح الإنارة العمومية عبر مدينة تيزي وزو يتم توجيه إنذار لها بعد إرسال خدمة الإضاءة العامة التي تثبت:

- نقص اليد العاملة لتكوي العمليات المختلفة للتكليف و الصيانة.
- نقص في العتاد المتكفل.
- عدم إتسام العمليات المختلفة التي تم تكليف الشركة بها.
- وجود عدد كبير من الأطلال لاسيما في الأحياء.
- نقص في إمدادات المنتجات المختلفة المتعلقة بالصيانة (المصابيح الكابلات.....).
- غياب جولات الكفوش لاكتشاف الأطلال وفقا لالتزاماتها التعاقدية.

لهذا الغرض يتعين عليكم احترام التزاماتكم التعاقدية في غضون عشرة (10) أيام اعتبارا من تاريخ نشر هذا الأعدار في الصحافة الوطنية وإلا سيتم اتخاذ تدابير ضدكم وفقا للتشريعات المعمول بها

ANEP: 2516005499 دزاير سيور: 2025/02/20



**إشهاراتكم:**

تابعونا على موقعنا الإلكتروني باللغات العربية، الفرنسية، الإنجليزية:

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

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

2025/02/20 دزاير سيور



**إشهاراتكم:**

تابعونا على موقعنا الإلكتروني باللغات العربية، الفرنسية، الإنجليزية:

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

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

2025/02/20 دزاير سيور

## المجبري يتعرض للعنصرية في إنكلترا ونجم تونس يكشف التفاصيل

تعرض النجم التونسي حنبعل المجبري (22 عاماً) لموقف محرج، خلال مباراة فريقه بيرنلي ضد نادي بريستون، اليوم السبت، ضمن منافسات الأسبوع الـ33 من دوري الدرجة الأولى الإنكليزي لكرة القدم "تشامبيونشيب"، التي انتهت بالتعادل السلبي، بسبب تصرف عنصري من أحد لاعبي الفريق المنافس. وعند الدقيقة 56، خرجت الكرة إلى خط التماس، وكان حنبعل يتابع اللعب، ليتوجه إليه لاعب بريستون المونتينيغري ميلوتين أوسمايتش، ويأخذ بالركض خلفه، وهو يردد له كلمات منافية للأخلاق، وفقاً للصورة التي وردت في البث التلفزيوني، وكان الشاب التونسي يضحك في البداية وتقبل الأمر ببرود أعصاب، لكن يبدو أن أوسمايتش وجه كلمات أخرى حملت عبارات عنصرية أثارت استفزاز حنبعل، الذي سارع إلى الحكم وطلب منه إيقاف المباراة. وخاطب لاعب منتخب تونس الحكم قائلاً: "قف.. قف.. قف". وكانت إشارات يديه واضحة، وتدل على طلب إيقاف اللقاء، ليُدخل في حالة من الغضب، وسط مساندة كبيرة من زملائه، ما استوجب توقف المباراة بضع ثوان، وعاد المجبري إلى اللعب بشيء من العصبية، وكان ذلك واضحاً على تحركاته في الملعب، وهو ما أجبر المدير الفني لفريق بيرنلي على استبداله عند الدقيقة الـ71، رغم مستواه الجيد في المباراة. وكشف المجبري عن تعرضه للعنصرية من قبل لاعب بريستون مدوّناً على حسابه في موقع إنستغرام: "لن أصمت عما حدث اليوم، سأندد دائماً بالعنصرية، كلما سمعتها أو رأيتها، هذه هي الطريقة الوحيدة التي تتغير بها، سواء في الرياضة أو المجتمع، أنا شخص قوي، ولكن لا ينبغي لأحد أن يفعل ذلك، ويقوم بتلك الإساءة المثيرة للاشمئزاز على أرض الملعب". وتضامنت جماهير بيرنلي مع حنبعل بعد تعرضه إلى الأذى عنصرية من اللاعب المنافس، ليطلق العديد من الصفحات التابعة لمشجعي النادي على منصة إكس حملة مساندة للنجم التونسي، وطالبوا بمعاذرة اللاعب الصربي حتى يكون عبرة للجميع مستقبلاً. ويبر "نسر قرطاج" بفترة جيدة مع بيرنلي منذ انطلاق العام 2025، إذ نجح المجبري في اقتلاع مقعده في التشكيلة الأساسية خلال أربع مباريات متتالية، قدم خلالها تمريرة حاسمة وهافز مرتين برجل المباراة، وهو ما زاد من شعبيته لدى جماهير الفريق التي دعمته بقوة بعد مواجهة بريستون.

## زيدان يواصل توسيع إمبراطوريته الرياضية بإطلاق مجمع جديد في فرنسا

يحاول المدرب الفرنسي، زين الدين زيدان (52 عاماً)، استغلال ابتعاده عن الملاعب، من أجل توسيع مشاريعه الاقتصادية، إذ يمتلك بطل العالم 1998 مشروعاً خاصاً بملاعب كرة القدم الخماسية، والمعروف باسم "زاي فايف"، والمستوحى من حرف اسمه الأول، ورقم قميصه مع نادي ريال مدريد. ولم يشغل زين الدين زيدان، منذ مغادرته نادي ريال مدريد عام 2021، أي منصب في عالم كرة القدم، لكنه لم يتوقف عن توسيع نطاق مشاريعه الرياضية، فبعد افتتاح مجمعات إكس أون بروفانس، وإيستر، وتورينو، أعلن أسطورة كرة القدم الفرنسية إنشاء مجمع رياضي جديد في مدينة تولوز بفرنسا، بالقرب من بربينيان.

ويحسب صحيفة ليكيب الفرنسية، أمس الأحد، فإن زيدان يخطط لاستثمار أكثر من خمسة ملايين يورو في هذا المشروع، الذي سيضم ملاعب لرياضة البادل وكرة القدم الخماسية، ليكون إضافة مميزة لمنطقة البرينيه الشرقية. وجاء في بيان رسمي: "الموقع الاستراتيجي لمدينة تولوز، وقربها من إسبانيا، ووجود طريق سريع، بالإضافة إلى المناطق الاقتصادية، مثل ناتوروبول وغراند سانت شارل، فضلاً عن البيئة الطبيعية المميزة للمدينة، كانت كلها عوامل أساسية ساعدت في تسهيل المفاوضات بين العلامة التجارية زاي فايف، وعمدة المدينة نيكولا بارت". وكشف عدد من التقارير في وقت سابق عن اقتراب زيدان من خلافة مواطنه ديديه ديشان (56 عاماً)، على رأس منتخب فرنسا لكرة القدم، بعد موندiales 2026، لذلك يسعى المدرب الفرنسي ذو الأصول الجزائرية إلى استغلال هذه المرحلة لتوسيع نطاق استثماراته الرياضية، وتعزيز إمبراطوريته في عالم كرة القدم الخماسية، التي تشهد انتشاراً واسعاً في أوروبا.

## الشركة المصنعة لكرات الدوري البرازيلي تردّ على نيمار

بدأ النجم البرازيلي نيمار داسيلفا (33 عاماً) في إثارة الجدل مجدداً بعد عودته إلى الدوري البرازيلي والانضمام إلى ناديه السابق سانتوس، عقب تجربة قصيرة لم تتكلل بالنجاح مع الهلال السعودي، إذ بات محط حديث وسائل الإعلام بسبب تصريحاته الأخيرة، بخصوص الكرة المستعملة في الدوري البرازيلي. وكان نيمار صرح، عقب مباراة فريقه سانتوس ضد كورينثيانز في الدوري، مشتكياً من جودة كرة المباراة، معتبراً أنها أثرت على أدائه، وساهمت في خسارة فريقه بنتيجة (1-2).

وفي تصريحاته بعد اللقاء، قال نيمار: "الكرة سيئة جداً، إنها مختلفة تماماً، وقد لاحظت ذلك منذ أسابيع، هناك الكثير من الالتصاقات الهوائية، وشعرت أن طريقة تحرك الكرة غريبة بعض الشيء، وكأنها تسقط بطريقة غير طبيعية". بعد هذه الانتقادات، لم تتأخر شركة "بينالتي" المصنعة لكرة الدوري البرازيلي في الرد، حيث أصدرت بياناً رسمياً عبر موقع غلوبو سبور البرازيلي، أمس الجمعة، أوضحت فيه أن الكرة الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا"، ما جعلها أسرع وأكثر ديناميكية، واعترفت الشركة بأن التعديلات على الكرة قد تتطلب فترة تأقلم من اللاعبين، خاصة في الملاعب التي تعاني من مشاكل في جودة الأرضية. وجاء في البيان: "وفقاً لمعايير الفيفا، تم تطوير كرة 2025 لتكون أكثر سرعة وديناميكية، ما جعل المباريات هذا العام أكثر إثارة، والدليل على ذلك أن متوسط الأهداف قد ارتفع بنسبة 19٪ في عام 2025، حيث بلغ 2.4 هدف في المباراة الواحدة، مقارنة بـ 2.02 هدف في 2024".

وهذا يؤكد أن التغيير جعل المسابقة أكثر جاذبية للجماهير. ولم تكن هذه التصريحات الأولى من نوعها، حيث سبق لعدة نجوم انتقاد التغييرات التي تطرأ على كرات المباريات، معتبرين أن التعديلات التكنولوجية قد تؤثر على أسلوب لعبهم. وبينما يرى البعض أن الكرة أصبحت أكثر سرعة ومتعة للمشاهدين، يعتقد آخرون أن مثل هذه التعديلات قد تؤثر على دقة التسديدات والتمريرات.

## نجوم رياضة في تحدي أبطال ألعاب القوى.. مبابي الأشهر وهيل آخرهم

حرص العديد من نجوم الرياضة، على تحدي أبطال في ألعاب القوى (سباقات الجري للمسافات القصيرة)، آخرهم كان لاعب فريق ميامي دولفينز لكرة القدم الأميركية، تيريك هيل (30 عاماً)، والذي اتفق مع المتوج بالميدالية الذهبية لسباق 100 متر في أولمبياد باريس، نوح لايلز (27 عاماً)، مساء الخميس، على التنافس في سباق لمعرفة من هو الأسرع. وقال هيل في مقابلة سابقة مع مجلة بيبول: "هذا الأمر مستمر منذ فترة طويلة. وقد رأى الجميع هذا على وسائل التواصل الاجتماعي. لقد كنت مصمماً للغاية على إظهار سرعتي الحقيقية". ولعدة أشهر، انخرط نجم فريق دولفينز والبطل الأولمبي في جدال، حيث يدعي كل منهما أنه ملك السرعة، ليتفقا في النهاية على إقامة تحدّ حاسم في الربيع أو الصيف القادم، قبل أن يتنافس لايلز في بطولة ألعاب القوى في الولايات المتحدة، في 31 جويلية القادم. وقال نوح في تصريح نشرته صحيفة ماركا سابقاً: "حان الوقت لوضع حد لهذا الجدل. أنا الأسرع في العالم. لقد فعلت ذلك في الألعاب الأولمبية، وكذلك في بطولات العالم، وفي أي مكان يتطلب الأمر ذلك. وإذا كان عليّ أن أخوض سباقاً مع تيريك لايتز، أنني الأسرع في العالم، فسأفعل ذلك". ورغم تقدمه في السن، لا يزال هيل يتميز بسرعه، رغم أنه يتعين علينا أن نرى ما إذا كان لديه ما يكفي للتغلب على نوح لايلز، الذي ركض مسافة 60 متراً بـ 6.43 ثانية، في فيفري الماضي. وفي عام 2010، أبدى لاعب كرة القدم الأميركية، كريس جونسون (39 عاماً)، استعداداً لخوض سباق لمسافة قصيرة، ضد الأسطورة، الجامايكي أوسين بولت، معتمداً على سرعته "الانفجارية"، التي كانت تعتبر الأفضل بين لاعبي الدوري الأميركي في تلك الفترة، في الوقت الذي أكد فيه جونسون قدرته التغلب على بولت في مسافة 40 ياردة. وفي شهر ماي 2024، أعلن بولت، تحديه لنجم كرة القدم، الفرنسي كيليان مبابي (26 عاماً) في سباق لمئة متر، لكن الأخير اعترف في تصريحات نقلتها قناة "إرم أم سي" سبورت، بأنه ليست لديه أية فرصة للفوز على بولت في سباق 100 متر عدواً، حتى رغم اعتزال الأخير منذ عام 2017. وكان بولت، قد اختار أسرع لاعب كرة قدم قادر على مجارته على مضمار السباق. وفي حديث سابق لصحيفة "تالك سبورت" البريطانية، عام 2023، تحدث بولت عن هوية اللاعب الذي يرى أنه قادر على التفوق عليه في سباق يمتد 20 متراً.

# تأثير تناول الطعام قبل التدريب على صحة الرياضي

معظم الأشخاص يستفيدون عند المزج بين الأنواع المختلفة للتمارين الرياضية، مثل تمارين التحمل التي تزيد معدل نبضات القلب والتنفس، وتحافظ على صحة القلب والرنيتين، كالسباحة، ولتواثر الأسلوب الصحيح في الممارسة، وجب التناسق بين التدريب والنظام الغذائي وخصوصا وقت تناول الوجبات بعد أو قبل التمارين الرياضية. تناول الطعام قبل الرياضة ليس جيدا إذا تم تناول الطعام قبل الرياضة بفترة قصيرة، أما الذين يرغبون بالتخسيس وتخفيض وزنه فافضل لهم إجراء التمرينات الرياضية على معدة فارغة قبيل الإفطار على سبيل المثال. كما أن الرياضة تتطلب جهدا بدنيا وهي الطريقة المثلى لتخلص الجسم من الدهون والسعرات الحرارية، كما يلعب الوقت دورا هاما في التأثير على نشاط الجسم وبالتالي في التخلص على الدهون الزائدة. وعلى الأشخاص الذين يرغبون بتخفيض وزنه الانتظار ساعتين على الأقل حتى ممارسة الرياضة بعد تناول الطعام أو الأفضل عدم تناول الطعام أبدا قبل الرياضة، أي على معدة فارغة والسبب هو أن جسم الشخص البدين يقوم بإنتاج كمية أكثر من الأنسولين بعد تناول وجبة غنية بالكربوهيدرات بالمقارنة مع الشخص ذو الوزن الطبيعي وإن ارتفع مستويات الأنسولين يؤثر سلبا في إنتاج هرمونات أخرى في الجسم التي تنشط أثناء ممارسة الرياضة. ومن ضمن هذه الهرمونات التي تفرز في الجسم أثناء النشاط البدني هرمون التوتور، الذي يقوم بالتقاط الدهون من الخلايا وبالتالي وتساعد على تحويلها إلى طاقة، إضافة إلى أن الأنسولين بدوره لا يساعد على ذلك ويقوم بمنع هذا الهرمون من القيام بعمله على الوجه المطلوب كما تقول الطبيبة الرياضية. كما أن هناك عوامل أخرى سلبية تنتج عن ممارسة الرياضة بعد الطعام مباشرة، عندما يقوم الإنسان بممارسة الرياضة ومعدته مليئة فقد يسبب الغثيان وآلام في البطن. ويقوم الجسم بهضم الأغذية في أفضل وجه أثناء الراحة، وهذا يتطلب جهدا كبيرا لا نكاد نشعر به أحيانا، لذلك فإن ممارسة الرياضة مع معدة مليئة بالطعام يضعف جهد الجسم وبالتالي لا يقوم بدوره المطلوب، فلا يستفيد الإنسان بالشكل الكامل من الرياضة ولا من جميع العناصر الغذائية في الطعام. وبعد عدة ساعات تترجع مستويات الأنسولين إلى مستويات معتدلة من جديد، لهذا السبب يجب ممارسة الرياضة بعد ساعتين تقريبا إن تم تناول الطعام.

## الهرمونات وعلاقتها بالتدريب الرياضي

وبالتالي التمتع بصحة أفضل، وفقدان الوزن الزائد والغير مرغوب فيه من المعروف أن الهرمونات ليست سوى مواد كيميائية تفرز في الجسم بفعل الجهاز الهرموني المتمثل في عدد من الغدد الصماء ووظيفتها التأثير على كل الوظائف التي يقوم بها الجسم البشري وما يلي عرض وذكر للهرمونات الثمانية الهامة، مع الإشارة إلى وظائفها، والطريقة التي تؤثر بها التمارين الرياضية المنتظمة عليها:

يعتبر التستوسترون من الهرمونات الهامة والضرورية جدا لكل من الرجل والمرأة ولهذا الهرمون دور واضح وفعال في تنشيط العمليات الأيضية، كما أنه يعمل على تقليل من الدهون في الجسم، ويمتدح الفرد شعورا بالنفحة ويتم إفراز هذا الهرمون من المبايض في جسم المرأة أما في الرجل، فإن ' الخصية ' هي العضو الذكري المسؤول عن إفرازه وقد تمت الإشارة إلى أن جسم المرأة يفرز ما يقارب عشر الكمية التي يفرزها جسم الرجل من هذا الهرمون ويذكر أن معدل إفراز هرمون التستوسترون يزداد في الدم أثناء ممارسة التمارين الرياضية، وهذا ينطبق على كل من المرأة والرجل ويبقى الهرمون في الدم لفترة تتراوح من ساعة إلى ثلاث ساعات بعد الانتهاء من أداء التمارين ويساعد هرمون الإستروجين على تسريع عملية تدمير مخزون الدهون في الجسم، كما أنه يزيد من معدل عمليات الأيض الحيوية التي تتم في الجسم ويذكر أن هذا الهرمون يفرز من المبايض بمعدل أكبر عند النساء الجديرات بالذكر أن معدل إفرازه يزداد بممارسة التمارين الرياضية ويبقى الهرمون في الدم لفترة تتراوح من ساعة إلى أربع ساعات بعد الانتهاء من تادية التمارين تقوم الغدة الدرقية بإفراز هرمون ثايروكسين الذي يساعد على زيادة معدل عمليات الأيض الحيوية في كل خلايا الجسم تقريبا وهذا بدوره يشعرك بحيوية ونشاط وطاقا أكبر ليس هذا فحسب، بل يساعد الجسم على حرق كميات لا بأس بها من السعرات الحرارية وعلى هذا الأساس، فهو ضروري جدا ومفيد أيضا للتخلص من الوزن الزائد أما الكربوهيدرات المخزنة، فهرمون إبيبينفرين، حيث يفرز هذا الهرمون من الغدة الكظرية، ويعمل على زيادة كمية الدم الذي يضخه القلب كما أنه يساعد الجسم على التخلص من ' الجلاليكوجين '، وهي الكربوهيدرات المخزنة، في كل من العضلات والنشطة، والكبد وبالتالي يعاد استخدام تلك الكربوهيدرات كوقود للجسم ليس هذا فحسب، بل تمت الإشارة إلى أنه يعمل أيضا على تدمير الدهون المخزنة في العضلات والنشطة وتقتصد كمية هذا الهرمون على قوة التمارين والفترة الزمنية التي تستغرقها ويعتبر الإنسولين من الهرمونات الهامة جدا في الجسم، وذلك لأنه يعمل على تقليل من جلوكوز، أو سكر الدم ويتم إفراز هذا الهرمون من قبل البنكرياس ويذكر أن إفرازه يزداد كرد فعل ناتج عن إزدياد سكر الدم بعد الوجبات الغذائية، وكلما كانت الوجبة دسمة، بمعنى كلما كانت الطعام التي تتناولها الشخص كبيرة، أو كلما زاد استهلاك الفرد لسكر، كلما كانت استجابة الإنسولين أكبر ومن هذا المنطلق، يُنصح بتناول وجبات خفيفة ومعتدلة، والتقليل من استهلاك كل من السكريات، والباستا، والأرز، وقد ذكر أن معدلات الإنسولين تبدأ بالتناقص بعد مرور ما يقارب العشرة دقائق على بدء تمارين ' الأيروبيك ' وارتفاع السكر، هناك ما يسمى هرمون الجلوكاغون، وهو هرمون آخر يفرزه البنكرياس أما وظيفته، فتتمثل في رفع مستوى سكر الدم- الجلوكوز ويذكر أنه عندما تقل نسبة الجلوكوز في الدم عن المعدل الطبيعي، يتم إفراز هذا الهرمون الذي يعمل على تحرير الكربوهيدرات المخزنة، أو الجلاليكوجين، في الكبد ومن ثم يطلقها في مجرى الدم لرفع مستوى سكر الدم لتصل إلى المعدل الطبيعي كما أن هرمون الجلوكاغون يساعد الجسم على التخلص من الدهون المخزنة فيه، وبالتالي يستخدمها الجسم كوقود ومما تجدر الإشارة إليه هو أن إفراز هذا الهرمون يبدأ بعد مرور نصف ساعة على بدء ممارسة التمارين الرياضية، وذلك لأن نسبة سكر الدم تبدأ بالتناقص أثناء ممارسة التمارين الرياضية وكما لاحظنا، فإن للتمارين الرياضية تأثير قوي جدا على هرمونات الجسم وهذا التأثير إيجابي ويتمثل في مساعدة الجسم على التخلص من الوزن الزائد، والتمتع كذلك بصحة جيدة، وجسم خالي من الأمراض والعلل لذا، فإن من المهم جدا عند ممارسة الرياضة، التفكير في الأمور الرائعة التي تجري في الجسم بفعل الهرمونات وقد يساعد ذلك على الاستمرار في ممارسة المزيد من التمارين الرياضية التي لا يخلف أثنان على أهميتها لكل من الجسم والصحة العامة

تحدثت عديد التغييرات الكيميائية في جسم الرياضيين وهم يتمزنون في النادي الرياضي، فأشعور بالانخراح أثناء وبعد التمرين، إضافة إلى آلام العضلات التي قد تلحق بالتدريب بعد يوم واحد فقط، لا تظهر بشكل سحري في الحقيقة، إذ يتكون جسمك من ملايين التفاعلات الكيميائية التي تسبب بدورها مشاعرا جسدية ونفسية مختلفة، أفواظرة على بعض أبرز الهرمونات والمواد الكيميائية التي يتم إفرازها عند ممارسة التمارين الرياضية. فيتم إفراز هذه المواد الكيميائية على غرار الإندورفين، عبر الغدة النخامية، التي تقع في أسفل قاعدة الدماغ، حيث يجعلكم الإندورفين تشعرين بالبهجة والسعادة ويجنّبكم الشعور بالألم، لتتمكنوا من تحمل أي تعب ناجم عن ممارسة الرياضة. وهو السبب الحقيقي الذي يدفع الناس إلى الإدمان على الأنواع الشاقّة من التمرين وعلى اختبار إحساس ما يسمى بدشوة ' العدائين '، الإستروجين، فهرمون الإستروجين هو الذي يحدد فيما إذا كان الجسم سيستمد طاقته من الكربوهيدرات أو من الدهون خلال جلسة التمارين المكثفة. حيث تميل النساء إلى حرق الدهون كنوع من الوقود، في حين يميل الرجال إلى حرق الكربوهيدرات لذلك الهدف، ويرجع السبب في ذلك إلى امتلاك النساء لمستويات أعلى من الإستروجين. لذا، عندما تصل المرأة إلى مرحلة انقطاع الطمث، فعادة ما تختبر زيادة في الوزن بسبب انخفاض مستويات هرمون الإستروجين. الدوبامين وهي المادة الكيميائية المسؤولة عن الشعور بالمتعة. حيث أوجدت الدراسات أن المخ الذي يعاني من نقص في مستقبلات الدوبامين يكون صاحبه أكثر عرضة لزيادة الوزن، وذلك لأن تناول الطعام بسرعة يرفع من مستويات الدوبامين والحيولة دون الإفراط في تناول الطعام وزيادة الوزن. غالبا ما يرتبط الدوبامين برغبات الجماع. يساعد التمرين على تحفيز إفراز الدوبامين، وقد تؤدي زيادة مستويات الدوبامين إلى الشعور بالنشوة عند القيام بتمارين عضلات المنطقة الوسطى من الجسم، والعضلات الساتلة للانتقال إلى منطقة العضلات المتضررة، وإصلاح الضرر الذي ينتج عن التمرين، وتنظيم نمو الكتلة العضلية، بشكل متتابع. السيروتونين، وهي مادة كيميائية مسؤولة عن الشعور بالسعادة، وعن النوم المريح، والشهية الصحية للطعام. تزيد مستويات السيروتونين لديكم إذا كنتم تتمرنون بانتظام. ويعمل السيروتونين مع الإندورفين على جعل ممارسة الرياضة نشاطا ممتعا. صلاوة على ذلك، فإن السيروتونين من الطاقة لاشك



الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمار قاني**

المدير العام: **مجدوب بن صالح**

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 ب رقم 05- الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

من أجل اشارككم توجعوا الي  
المؤسسة الوطنية للتواصل والنشر والأخبار وكالة  
ANEP، المتواجدة بـ 01 فيج باستور-الجزائر.

الهاتف الثابت:

020.05.20.91 / 020.05.10.42

الفاكس:

020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77

البريد الإلكتروني:

agence.rg@anep.com.dz

agence.rg@anep.com.dz

agence.aran@anep.com.dz

agence.amaba@anep.com.dz

agence.atarla@anep.com.dz

agence.constantine@anep.com.dz



لإشهاراتكم:

تابعونا على  
مواقع التواصل الاجتماعي:

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

☎ 00213 (0) 23 78 57 70

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

