



عبدلي  
ضمن تشكيلة  
الأسبوع في  
"الليغ 1"

بعدما غاب عن زيارة الشباك لـ 175 يوما  
بوداوي يستعيد حسه  
التهديفي ويؤكد جاهزيته  
لتربص "الخضر"

www.dzair-tube.dz  
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الثلاثاء 25 فيفري 2025 الموافق لـ 26 شعبان 1446 هـ العدد: 1172 الثمن: 30 دج



من مخالفة... مباشرة...

بن رحمة  
يسجل أول  
أهدافه  
مع  
"نيوم"  
السعودي

شدد على أهمية الإعلام الرياضي في الدفاع عن صورة الجزائر

# الرهان... لقب "الكان"

صادي:  
"كأس"  
أفريقيا  
مناسبة  
مهمة  
ولم الـ  
العودة  
باللقب  
من  
المغرب"

"كرة"  
اليد تحظى  
برعاية خاصة  
من رئيس  
الجمهورية"

"الجمع"  
بين مسؤولي  
الوزارة والـ  
يتمثل إشكالا مادمت  
في خدمة  
بلدي"

"خبر"  
من الصحافة  
الجزائرية من تغطية  
كأس أفريقيا غير صحيح،  
وسندخل  
إذا حدث أي  
مشكل"

"الرئيس تبون لديه  
رؤية لاستعادة  
الدبلوماسية  
الرياضية  
وأشكره  
على ثقته  
في شخصي"

الجمعية الانتخابية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم اليوم

نحو تزكية صادي لعهد جديد  
على رأس "الفاف"





## الجمعية الانتخابية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم اليوم

# نحو تركيبة صادي لعهد جديد على رأس "الفاف"

تشهد الأنظار صبيحة اليوم إلى نادي الجيش بيني مسوس بالعاصمة الذي سيحتضن الجمعية العامة الانتخابية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم، لتجديد الثقة في الرئيس الحالي وليد صادي لعهد جديد على رأس أعلى هيئة كروية في الجزائر. وستكون الجمعية العامة صبيحة اليوم، مدعوة للتصويت وترشيح المرشح الوحيد والأوحد في هذه الانتخابات، وليد صادي، وإلى جانبه قائمة أعضاء مكتبه الضداري لأجل تسيير وإدارة شؤون الكرة الجزائرية، خلال العهدة الأولمبية المقبلة 2025-2029.

### استكمال مسار الإصلاح والنهوض بالكرة الجزائرية

ويطمح الرجل الأول في مبنى دالي إبراهيم، لمواصلة استكمال مسار الإصلاح الذي بدأ بتاريخ سبتمبر 2023، خلفا لجهيد زفيرف الذي كان ثاني رئيس على التوالي يستقيل من رئاسة "الفاف"، بعد شرف الدين عمارة، حيث عمل وليد صادي خلال الفترة الماضية على إعادة رسم خارطة طريق للنهوض بالكرة الجزائرية واستعادة هيبة الجزائر في دوايب الحكم في الاتحادية الإفريقية لكرة القدم.

### هذه هي قائمة المكتب الضداري الجديد لـ "الفاف"

وجاءت قائمة الوحيدة التي أعلنت عنها لجنة الانتخابات كالتالي: وليد صادي (رئيس)، ناصر شارب، (نائب رئيس)، مسلق محمد الأمين، (نائب رئيس)، أحمد خرشى (عضو)، رضوان نقادي (عضو)، لحسن تمبوكتو (عضو)، عماد أميسي (عضو)، فضيل مغارية (عضو)، حسان غولة (عضو)، نجمة دراجي (عضو)، نسرين قطاي (عضو)، عادل بن صيف (عضو)، إلى جانب 5 أعضاء احتياطيين، ويتعلق الأمر بكل من: عجال طويل، جميل ولد عمار، علي مليك، عبد الله محمد حابرق، محمد أمين بشير.

### وجوه جديدة في الجمعية العامة

وتشهد هذه الانتخابات حضور عشرة رؤساء جدد يمثلون الرابطة الولائية المستحدثة بموجب التقسيم الإداري الجديد، وهي ولايات: عين صالح، برج باجي مختار، أولاد جلال، جانت، بني عباس، وإن صالح، حيث سيكون تواجدهم رمزيا بصفة ملاحظين في انتظار ترسيم انضمامهم بعد عقد جمعية عامة استثنائية لهذا الغرض. كما عرفت الجمعية العامة الانتخابية تغييرات مهمة، حيث تم إقصاء رؤساء الهيئات غير النشيطين، وفقا للتعدلات التي أقرت خلال الجمعية العامة العادية الماضية.

### العهد الأولي.. حصيلة إيجابية ونجاح باهر

وبالعودة إلى حصيلة رئيس "الفاف" وليد صادي خلال العهدة السابقة فقد كانت إيجابية وناجحة بكل المقاييس بشهادة المتابعين والمختصين، حيث تمكن وزير الرياضة في 18 أشهر التي أشرف فيها على مبنى دالي إبراهيم خلفا لجهيد زفيرف من تحقيق أهدافه المتمثلة في التمهيد إلى 21، على غرار إعادة الهيكلة التنظيمي للاتحادية الجزائرية، وكذا التخلص من الأزمات المالية التي بلغت حوالي 800 مليار سنتيم ديون في عهد الرؤساء السابقين، قبل أن تحقق "الفاف" فائضا قدره 450 مليار سنتيم حسب آخر تقرير مالي للهيئة الكروية، هذا فضلا عن حل مشكل ديون الفرق المحترفة والهاوية التي كانت تهدد عداة أندية بالأفلاس، وإعادة تصحيح مشروع الاحتراف، وإصلاح منظومة التحكيم، إلى جانب دعم الكرة النسوية، وبعث كرة القدم المدرسية والجامعية وفق سياسة رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، وهي كلها ملفات عرفت تطورا كبيرا في الموسمين الماضيين. كما شهد المنتخب الوطني الجزائري تحولا كبيرا في عهد الرئيس الحالي وليد صادي، وذلك بعد الهزات الارتدادية عقب الإقصاء من الدور الأول في مناسبتين متتاليتين بكأس أمم إفريقيا بجزر من الكاميرون 2021 وكوت ديفوار 2023، وشهد "الخضر" تحولا جذريا منذ قدوم المدرب السويسري فلاديمير بيتكوفيتش، حقق نتائج باهرة بضمأن التأهل مبكرا إلى كأس أمم إفريقيا 2025، فضلا عن قطع شوط كبير نحو بلوغ نهائيات كأس العالم 2026 المزمع إجراؤها في الولايات المتحدة الأمريكية، المكسيك وكندا. ومن ضمن النقاط الإيجابية التي تحسب لرئيس "الفاف" هو إعادة الجزائر مجددا إلى دوايب الحكم في الاتحادية الإفريقية لكرة القدم، وذلك بعد غياب طويل استمر 8 سنوات كاملة، أي منذ عهد الرئيس الأسبق محمد روراوة، حيث من المنتظر أن يتم ترسيم فوز وليد صادي بمنصب عضوية المكتب التنفيذي لـ "الكاف" خلال الانتخابات المزمع إجراؤها شهر مارس المقبل، وذلك بصفة مترشحا وحيدا عن منطقة شمال إفريقيا.

عبد المجيد

## بعدهما غاب عن زيارة الشباك 175 يوما

# بوداوي يستعيد حسه التهديفي ويؤكد جاهزيته لتربص "الخضر"

ساهم الدولي الجزائري هشام بوداوي في الفوز الذي حققه ناديه نيس أمام مونبلييه (2-0)، أول أمس، لحساب الجولة 23 من الدوري الفرنسي، مستعيدا حسه التهديفي بعد غياب طويل عن زيارة شبك المنافسين، ليمنح إشارات قوية على جاهزيته لتربص المنتخب الوطني المقرر شهر مارس المقبل، ضمن تصفيات كأس العالم 2026. وشارك نجم "الخضر" أساسيا، قبل أن يترك مكانه لزميله تانفاي ندومبيلي في الدقيقة 87 من المباراة، وذلك بعد أن قدم مستويات كبيرة ومردودا لافتا من الناحية الدفاعية واسترجاع الكرات وأيضا هجوميا، إثر تسجيله الهدف الثاني في الدقيقة 65، بعد هجمة مرتدة سريعة تابعها في الشباك بعدما ارتدت من مدافعي مونبلييه، أمّن به نتيجة اللقاء الذي حسمه نادي الجنوب على حساب رفقاء الدولي الجزائري الأخر أندي ديلور الذي شارك هو الآخر أساسيا إلى غاية الدقيقة 69، ليرفع نيس رصيده إلى النقطة 43 في المركز الثالث، بينما تجعد رصيد مونبلييه عند النقطة 15 آخر ترتيب "الليغ 1". وبهذا، وصل بوداوي للهدف الثاني بالإضافة إلى صناعته لملهما في 25 لقاء خاضه مع نيس في جميع المسابقات خلال الموسم الجاري مع نيس، لكن الأهم هو استعادته حسه في زيارة الشباك، إذ سجل أول أهدافه في الموسم الحالي يوم 1 سبتمبر من العام الماضي 2024، خلال مواجهة أونجي بالجولة الثالثة من "الليغ 1"، أي منذ نحو 175 يوم، خاصة وأن هذه الاستفاقة جاءت في وقتها، إذ يستعد المنتخب الوطني للعودة إلى أجواء المنافسة الرسمية من بوابة تصفيات كأس العالم 2026، عندما يلاقى بوتسوانا وموزمبيق يومي 21 و 25 مارس المقبل، ليمنح حلولا للمدرب فلاديمير بيتكوفيتش ويطمئن بشأن مستواه، على غرار نجوم "الخضر" الآخرين الذين يتناقون مع أنديتهم العربية والأوروبية.

## بوداوي: "سعيد بهذا الهدف وأحاول دائما أن أكون حاسما"

وعبر هشام بوداوي عن رضاه بالهدف الذي سجله وساهمته في الفوز على مونبلييه، مشيرا في تصريحات للموقع الرسمي لنادي نيس، بأنه يعمل جاهدا من أجل أن يكون حاسما، وأضاف: "كانت المباراة صعبة نوعا ما في البداية، ثم مع مرور الوقت تمكنت من التحكم في زمامها، ونحن سعداء جدا بهذا الفوز"، وفي سؤال حول الهدف الذي سجله، قال: "أعمل بجهد طيلة الأسبوع حتى أكون حاسما في المباريات وأساعد فريقي على تحقيق نتائج جيدة، أتمنى أن أوصل على هذا النحو، انتظرت طويلا من أجل استعادة حسه التهديفي وداوما أحاول التقدم إلى الهجوم، أنا سعيد جدا بذلك".

عبد المجيد

## قاد نادية يونغ بويغ لتحقيق فوز ثمين أمام لوغانو

# حجسام يسجل أول أهدافه في الدوري السويسري هذا الموسم

قاد الدولي الجزائري جوان حجسام فريقه يونغ بويغ لثمين، على حساب لوغانو (0-1)، ضمن الجولة 25 من الدوري السويسري الممتاز، مؤكدا مستواه الذي يقدمه خلال الموسم الحالي، مع اقتراب تربيص المنتخب الوطني المقرر شهر مارس القادم. وكعادته، شارك مدافع "الخضر" في جميع أطوار اللقاء، وقدم مردودا كبيرا من الناحية الدفاعية والهجومية، خاصة في الشوط الثاني، أين تمكن من تسجيل الهدف الوحيد، مانحا فريقه ثلاث نقاط ثمينة، وجاء هدف حجسام، الذي وعلى غير العادة شارك في منصب الجناح الأيمن خلال اللقاء، بطريقة رائعة جدا، بعدما توغل من الجانب الأيمن لفريقه، وسد كرة بقدمه اليسرى سكنت شبك الزوار في الدقيقة 84، ليساهم في ارتقاء نادي يونغ بويغ إلى المركز السابع في جدول ترتيب الدوري السويسري برصيد 37 نقطة، وبفارق خمس نقاط عن المتصدر بازل. وبعد 22 مباراة في الدوري السويسري، منها 17 كأساسي 15329 دقيقة كاملة، نجح حجسام في تسجيل أول أهدافه بجانبة تمريرة حاسمة ساهم بها في فوز كبير ليونغ بويغ بنتيجة 6-1 أمام بافرون سبور ضمن الجولة 22. وكان حجسام الذي يملك عقدا إلى غاية 2028 مع يونغ بويغ، قد ارتبط بالرحيل في "الميركاتو" الشتوي الفارط، وذلك في ظل الاهتمام الكبير بخدمته، حيث تحدثت العديد من المصادر عن اهتمام جدي من نادي إنتر ميلان وفيرورتينا الإيطاليين، قبل أن يدخل بيشكناش التركي على الخط، في حين بعث رسائل طمأنة للمدرب فلاديمير بيتكوفيتش، قبل أقل من شهر عن مواجهتي بوتسوانا وموزمبيق ضمن الجولتين الخامسة والسادسة من تصفيات كأس العالم 2026، يومي 21 و 25 مارس على التوالي.

عبد المجيد



## عبدلي ضمن تشكيلة الأسبوع في "الليغ 1"

تواجد الدولي الجزائري حيماد عبدلي ضمن التشكيلة المثالية للجولة 23 من الدوري الفرنسي، وذلك بعد تألقه الكبير مع ناديه أونجي خلال لقاء سانت إيتيان أول أمس. وأدرجت صحيفة "ليكيب" الفرنسية الشهيرة، اسم عبدلي ضمن تشكيلة الأسبوع من "الليغ 1"، نظير المستويات الكبيرة التي قدمها خلال لقاء سانت إيتيان، حيث سجل هدفين واحدا منهما عن طريق ضربة جزاء، ليساهم بشكل فعال في عودة فريقه بالتعادل من خارج ميدانه، في مباراة انتهت بنتيجة (3-3). ورفع عبدلي رصيده إلى 6 أهداف في البطولة الفرنسية، بالإضافة إلى تمريرة حاسمة، مؤكدا مستواه خلال الموسم الحالي بالنظر لما يقدمه مع أونجي، وهو ما جعله يدخل حسابات الناخب

الوطني فلاديمير بيتكوفيتش الذي استدعاه لأول مرة تربيص نوفمبر الماضي، مع إمكانية تواجده في تربيص مارس ومواجهتي بوتسوانا وموزمبيق في تصفيات كأس العالم 2026.

عبد المجيد



## تيطراوي يقود تشكيلة الأسبوع في الدوري البلجيكي

اختير اللاعب الجزائري، ياسين تيطراوي، متوسط ميدان نادي روابال شارلوروا، ضمن تشكيلة المرحلة 27 من الدوري البلجيكي "جوبيلر بروليغ". ونشرت الصفحة الرسمية لراديو وتلفزيون بلجيكا بموقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"، أمس الإثنين، قائمة أفضل 11 لاعبا في الجولة المنقضية يتقدمهم خريج مدرسة أتليتيك بارادو ياسين تيطراوي. وجاء تواجد تيطراوي ضمن التشكيلة الأفضل لهذا الأسبوع، بعد مساهمته في الفوز العريض الذي عاد به فريقه شارلوروا من ميدان ويسترنلو بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدف، وشارك متوسط ميدان "الخضر"، أساسيا في المواجهة، وقدم كعادته مردودا جيدا طيلة 88 دقيقة لعب، جعلت منه أفضل لاعب في اللقاء، حسب صحيفة "lavenir" البلجيكية التي منحتة علامة 8 من 10 كأعلى تقييم في المباراة. تجدر الإشارة، شارك ياسين تيطراوي، في 20 مباراة مع روابال شارلوروا بجميع المسابقات حتى الآن بواقع 1306 دقيقة لعب، سجل خلالها هدف واحد فقط دون أن يقدم أي تمريرة حاسمة، في حين تبلغ قيمته السوقية 2 مليون أورو وفقا لبيانات موقع ترانسفير ماركيت الألماني. وسيم

### من مخالصة مباشرة...

## بن رحمة يسجل أول أهدافه مع "نيوم" السعودي

افتتح الدولي الجزائري، سعيد بن رحمة، عذابه من الأهداف بألوان فريقه نيوم السعودي، بمناسبة مواجهة الحزم، في إطار الجولة الـ 23 بدوري يلو. وجاء هدف سعيد بن رحمة، في الدقيقة 81، بعدما سد ركلة حرة مباشرة بطريقة رائعة داخل الشباك مضاعفا النتيجة لفريقه نيوم الذي أنهى اللقاء لصالحه بهدفين دون رد. وبهذا الفوز، عزز نيوم رصيده إلى 50 نقطة في المركز الأول في جدول ترتيب دوري يلو، بينما بقي الحزم في المركز الثاني برصيد 42 نقطة. وسيم

## عمورة في قائمة أحسن اللاعبين للأهداف في الدوريات الخمسة الكبرى

تواجد الدولي الجزائري، محمد الأمين عمورة، مهاجم فولفسبورغ الألماني، في قائمة أحسن اللاعبين الأفارقة صناعة للأهداف في الدوريات الخمسة الكبرى. ونشر موقع "أفريكا فوت" المتخصص في أخبار اللاعبين الأفارقة ترتيب أفضل اللاعبين الممربين حاسمين في أوروبا والذي عرف وجود اسم مهاجم "الخضر"، محمد الأمين عمورة. ويعد مهاجم الخضر، واحد من بين أفضل المهاجمين في الدوري الألماني خلال الموسم الكروي الحالي. يذكر أن عمورة، خاض منذ انضمامه إلى فولفسبورغ الصيف الماضي 23 مباراة بجميع المسابقات بواقع 1900 دقيقة لعب، تمكن من المساهمة في 18 هدفا "سجل 9 وصنع 9" في حين تصل قيمته السوقية إلى 22 مليون أورو، وفقا لآخر تحديث لمنصة "ترانسفير ماركيت". وسيم

## مارة مطلبوب في نيوكاسل الإنجليزي

كشفت تقارير اعلامية ألمانية أن الدولي الجزائري ولاعب نادي هيرتا برلين الألماني، إبراهيم مارة، بات مطلوبا من أحد الفرق الكبيرة في البريميرليغ وأشارت "بيلد" إلى أن نادي نيوكاسل الإنجليزي ومديره الرياضي، بول ميتشل، متحمسان كثيرا للظفر بخدمات إبراهيم مارة، من خلال تجهيز خطة محكمة تضمن شراء عقده الصيف المقبل. المصدر ذاته أوضح أن نيوكاسل متخوف من منافس وحيد في سوق التحويلات، وهو مواطنه مانشستر سيتي، الذي أبدى هو الآخر رغبة في استقدام صانع اللعب الجزائري، ويمتلك قدرات مادية أكبر بكثير من "الماكايبيرز" من أجل حسم المفاوضات مع هيرتا برلين. وأوضحت "بيلد" أن المدير الرياضي لنيوكاسل يرى أن ناديهم قادر على إقناع مارة بالالتحاق بصوفه، من خلال مقترح رياضي ومادي مفر. إدارة نادي هيرتا برلين من جهته، لا ترفض فكرة التخلي عنه ولكنها تسعى للاستثمار في صفقة يبعه حيث لا تريد أقل من 9.5 ملايين أورو من أجل تسريحه للأندية التي ترغب في ضمه خلال الصيف المقبل. يذكر، أن مارة شارك هذا الموسم في 26 مباراة مع هيرتا برلين، سجل خلالها 7 أهداف وقدم 5 تمريرات حاسمة، فيما ينتهي عقده مع نادي العاصمة الألماني صيف 2027، علما أن قيمته السوقية في سوق الانتقالات تبلغ 12 مليون أورو حسب موقع ترانسفير ماركيت الألماني. وسيم

## شدد على أهمية الإعلام الرياضي في الدفاع عن صورة الجزائر

# صادي: "كأس أفريقيا مناسبة مهمة ولما لا العودة باللقب من المغرب"

دعا وزير الرياضة ورئيس الاتحاد الجزائري لكرة القدم، وليد صادي، إلى توحيد جهود الصحافة الوطنية والرياضية على وجه الخصوص للدفاع عن صورة الجزائر في المحافل الدولية، مشددا على أهمية التزام الصحافة الرياضية بأخلاقيات المهنة، وتحري الدقة والموضوعية. وقال وليد صادي خلال مشاركته في لقاء مفتوح بقاعة الندوات بملاعب 5 جويلية لمناقشة واقع الصحافة الرياضية ودورها في تغطية الشأن الرياضي الوطني رفقة وزير الاتصال، دور الصحفيين لا يقل أهمية عن دور الرياضيين، فهم سفراء الجزائر في المحافل الخارجية وأضاف: «نعول كثيرا على الصحافة الرياضية في الدفاع عن صورة الجزائر في المحافل والمناسبات الرياضية الدولية». وتابع: «الرياضة تلعب دورا هاما في حروب القوة الناعمة وقضية ايمان خليف خير دليل على قوة التأثير الكبير لمختلف الصحف لوسائل الإعلام الرياضية وواصل في السياق ذاته: «يجب المحافظة على وحدة الصف والعمل على تنوير الرأي العام بكل موضوعية، دعونا نختلف في مناقشة المواضيع لكن الهدف الأسمى هو خدمة وحدة الوطن والعمل معا لابرز أفضل ما في رياضتنا وتميز دور الدبلوماسية الرياضية».

## "الرئيس تبون لديه رؤية لاستعادة الدبلوماسية الرياضية وأشكره على ثقته في شخصي"

وحرص وليد صادي، على توجيه رسالة شكر إلى رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون: «أشكر الرئيس تبون على ثقته في شخصي، رئيس الجمهورية لديه رؤية لاستعادة الدبلوماسية الرياضية»، وأضاف: «من الواجب تقوية الجبهة الإعلامية، اليوم هناك تحديات كبيرة وبعض الدول تتدخل في شؤون دول أخرى».

## "هدفي خدمة وطني من هذين المنصبين"

من جهته، أكد وزير الرياضة الجزائري، وليد صادي، أنه لا يرى أي تعارض بين مسؤولياته كوزير للرياضة ورئيس للاتحاد الجزائري لكرة القدم، مؤكدا أن هدفه الأساسي هو خدمة وطنه من خلال هذين المنصبين.

## "نرفض إهانة رجال الصحافة في الملاعب الجزائرية، وساتكفل شخصيا بهذا الموضوع"

وأكد وليد صادي، أن هيبته الكروية لا تقبل بالمطلق إهانة الصحفيين بالمركبات الرياضية، وقال إنه «ستكون هناك تسهيلات لصالحهم، السلطات العليا أسدت تعليمات بفتح وشرائح للرياضة سيتم تنظيمها قريبا، وستكون فيها ورشة خاصة للإعلام الرياضي».

## "التقد الرياضي يجب أن يبتعد عن التجريح والتعصب"

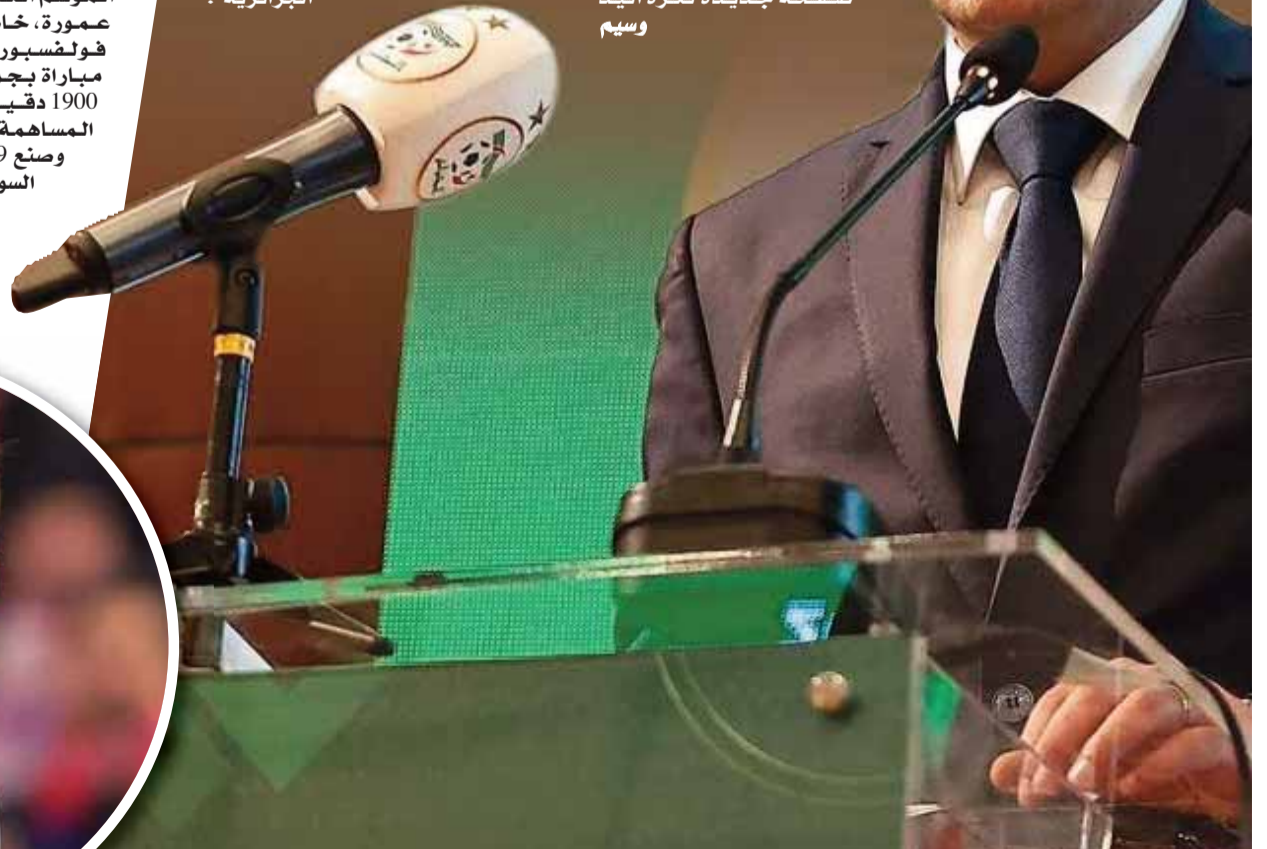
ودعا وزير الرياضة إلى الابتعاد عن التجريح والتعصب مبرزا أن ما يصدر من صحفيين رياضيين يؤثر على صورة الرياضة بأكملها مشددا على ضرورة نبذ ظواهر السب والشتم وكل الأمور السيئة.

## "خبر منع الصحافة الجزائرية من تغطية كأس أفريقيا غير صحيح، وسندخل إذا حدث أي مشكل"

وفيما يتعلق باعتماد الصحفيين لتغطية كأس أفريقيا بالمغرب، كشف صادي أنه هناك تنسيق مستمر مع الاتحاد الأفريقي لكرة القدم لضمان اعتماد الصحفيين الجزائريين وقال في هذا الصدد: «خبر منع بعض الصحفيين الجزائريين من تغطية كأس أمم إفريقيا بالمغرب لا أساس له ولكن إذا فيه مشكل سننصف مع الصحفيين الجزائريين»، معربا عن أمله في أن يعود المنتخب الوطني الجزائري بالكأس من المغرب.

## "كرة اليد تحظى برعاية خاصة"

وتطرق وليد صادي لملف اتحادية كرة اليد الجزائرية بعد مشاركته الكارثية في بطولة العالم الأخيرة قائلا: «تابعنا النتائج السلبية للمنتخب الوطني لكرة اليد في بطولة العالم الأخيرة، وحتى الرئيس استاء لما حدث، صفحة جديدة لكرة اليد وسيم



## مولودية وهران تستنفذ عقوبة اللعب دون جمهور أمام "السياسي"

كشفت إدارة نادي مولودية وهران، بأن عقوبة اللعب بدون جمهور المسطرة من قبل لجنة الإنضباط التابعة للرابطة المحترفة الأولى، ستستنفذ بتاريخ 21 مارس المقبل، وذلك بمناسبة لقاء نادي شباب قسنطينة في الجولة الـ 22 من البطولة الوطنية. وأبرزت إدارة "الحمراوة" في بيان لها، أنها قامت بمراسلة الرابطة المحترفة للاستفسار حول تاريخ استنفاد عقوبة اللعب دون جمهور داخل وخارج الديار، وذلك لضمان وضوح الأمور أمام أنصار النادي بعيدا عن أي مغالطات، مضيفة "وبعد الرد الرسمي المفصل من الرابطة، تبين استمرار عقوبة عدم التنقل خارج الديار حتى نهاية عقوبة اللعب دون جمهور داخل الديار، وليست كما كان يُعتقد سابقا على أساس أن العقوبة منقسمة إلى أربعة لقاءات داخل الديار وأربعة لقاءات خارج الديار باحتساب لقاءات كأس الجمهورية". وواصل "وبناء على ذلك، فإن جمهورنا سيستنفذ العقوبة رسميا في لقاء أولمبيك أقبو داخل الديار، ولقاء النادي الرياضي القسنطيني خارج الديار". مشيرة في الختام أن الإدارة سبق لها أن تقدمت بطعن في العقوبة مرتين، لكن الرد كان سلبيا.

### الرئيس المدير العام لـ "هيبروك" يدعم "الحمراوة"

حظيت تشكيلة مولودية وهران، بزيارة خاصة أمس، قبل المباراة المحلية، التي ستجمعها غدا الثلاثاء، بنظيرتها من أولمبي الشلف. ونشر الحساب الرسمي للنادي الوهراني، على "فيسبوك" صورة من الزيارة التحفيزية. التي حظي بها الفريق، من طرف عادل شرواطي، الرئيس المدير العام لشركة "هيبروك" المالكة لأغلبية أسهم الفريق. ويحل اليوم، فريق مولودية وهران، ضيفا ثقيلًا على ملعب "محمد بومرزاق" بالشلف، لملاقاة الأولمبي المحلي، في قمة تندرج ضمن الجولة الـ 18 من البطولة المحترفة.

سفيان ع

في لقاء مولودية الجزائر الجمعة المقبل

## منع أنصار "السياسي" من التنقل إلى العاصمة

تقرر منع أنصار النادي الرياضي القسنطيني من التنقل لملاعب 5 جويلية في مواجهة مولودية الجزائر المنتظرة سهره هذا الجمعة لحساب الجولة الـ 18 للرابطة

المحترفة الأولى. وخلص الاجتماع الأمني الخاص بمواجهة رائد الترتيب مولودية الجزائر والنادي القسنطيني، الذي انعقد أمس، إلى عدم تنقل "السياسي" إلى العاصمة وذلك لتفادي أي تجاوزات غير محمودة العواقب في ظل الحساسية الموجودة بين أنصار الفريقين. سفيان ع

سفيان ع



## عمّقت الفارق عن الوصافة لـ 5 نقاط كاملة المولودية تمهد طريقها نحو الاحتفاظ باللقب

واصل نادي مولودية الجزائر سهره أول أمس نتائجه الباهرة في الرابطة المحترفة الأولى عقب تغلبه على مستضيفه أتلتيك بارادو في المواجهة التي احتضنها ملعب 5 جويلية الأولمبي، لحساب الجولة الـ 17 من المنافسة، ليعمق بذلك "العديد" الفارق عن صاحبي الوصافة شباب بلوزداد واتحاد العاصمة إلى 5 نقاط كاملة. ونجح أشبال المدرب التونسي خالد بن يحيى في استعادة ثقة الأنصار مجددا عقب الإقصاء المخيب من الدور الـ 16 لكأس الجزائر، وذلك بعدما تمكنوا من الإطاحة ببارادو أداء ونتيجة حيث قدمت تشكيلة المولودية مستويات كبيرة وكانت قادرة على تسجيل أهداف أخرى لولا التسرع في الذي حرم زملاء نعيجي من نتيجة عريضة. بالنظر إلى المعطيات الحالية وفارق النقاط الخمس عن الوصافة، فإن المولودية تسير بخطى ثابتة نحو تحقيق الهدف الرئيسي هذا الموسم وهو الحفاظ على لقب البطولة، ولو أن الحديث عن ذلك، سابق لأوانه بعد مرور جولتين فقط من مرحلة العودة، إلا "العديد" سيكون مطالبًا بالتأكد فيما تبقى من الموسم الجاري والبداية بمواجهة شباب قسنطينة يوم الجمعة المقبل لملاعب 5 جويلية، أين سيكون رفقاء الحارس موسوي مطالبين بالإبقاء على النقاط الثلاث داخل القواعد وتأكيد طموحاتهم في تعزيز الصدارة والاقتراب شيئا فشيئا من اللقب.

### عثمان النجار: "كنا قادرين على الفوز بنتيجة أكبر"

وضمن مساعد المدرب عثمان النجار، الفوز الباهر في الدربي أمام بارادو، مؤكداً أن الفريق كان قادرا على تحقيق نتيجة أكبر لو أحسن التعامل مع الفرص السانحة للتسجيل، وقال مساعد بن يحيى في تصريحاته خلال الندوة الصحفية: «هنتي أنصارتنا على فوزنا أما بارادو، أين أظهرنا قوة شخصيتنا أمام منافس قوي»، وتابع "كنا قادرين على إنهاء المباراة بنتيجة أفضل، لولا تسرع لاعبيننا أمام المرعى، خاصة في الشوط الأول"، وشدد ذات المتحدث على ضرورة طي صفحة بارادو والتفكير في المواجهة القادمة أمام نادي شباب قسنطينة هذا الجمعة في الجولة الـ 18 للرابطة المحترفة الأولى واختتم "علينا أن نحطو صفحة بارادو، بعد تحقيقنا النقاط الثلاث، وعودة الثقة للمجموعة، على أمل أن يكون القادم أفضل".

### حلايمية: "أطلب من أنصارنا مساندتنا والقادم أفضل"

ومن جانبه، قدم مدافع مولودية الجزائر، رضا حلايمية اعتذاره لـ "الشناوة" على الإخفاق المخيب في كأس الجزائر عقب الخروج من الدور الـ 16 على يد الجار شباب بلوزداد، وقال حلايمية في تصريحاته للتلفزيون العمومي عقب نهاية اللقاء: "أريد تقديم اعتذارنا لأنصارنا على الإخفاق في الكأس"، وفي رده على سؤال بخصوص قدرة "العديد" على التعويض محليا وأيضا على الصعيد القاري، ورد حلايمية: "القادم أفضل.. أطلب من أنصارنا مواصلة مساندتنا ومساعدتنا، من أجل إسعادهم".

سفيان ع

### شباب بلوزداد

## عودة المصابين تريـح راموفيتش قبل مواجهة بسكرة

يختتم اليوم، تشكيلة شباب بلوزداد، تحضيراتها الخاصة بلقاء الجولة الـ 18 من البطولة المحترفة، والذي سيجمعها غدا الأربعاء، بالضيف اتحاد بسكرة، في مواجهة يسمي خلالها "أبناء لعقيبة" للعودة مجددا إلى سكة الانتصارات وتدارك خيبة الهزيمة في اللقاء الأخير أمام وفاق سطيف. وتجري تحضيرات "أبناء لعقيبة" لهذه المباراة التي تعتبر جد مهمة للبقاء على مقربة من المتصدر مولودية الجزائر، الذي وسع الفارق إلى 5 نقاط، بحضور جميع اللاعبين بمن فيهم الثلاثي الغائب عن لقاء وفاق سطيف الأخير، بداعي الإصابة، ويتعلق الأمر بحويوس وسالمي وبن عيادة، وهو الأمر الذي أراح كثيرا الطاقم الفني، بقيادة سيد راموفيتش، لاسيما بعدما انعكس غياب الثلاثي بشكل سلبي على أداء التشكيلة في الجولة الماضية.

### تحويل مواجهة بسكرة إلى ملعب براقى

من جانب آخر، أعلنت الرابطة المحترفة لكرة القدم، سهره الأحد، عن تغيير الملعب الذي سيستضيف مباراة شباب بلوزداد وضيفه اتحاد بسكرة، ضمن فعاليات الجولة الـ 18 من الرابطة المحترفة الأولى، والمقرر إجراؤها هذا الأربعاء. وأفادت الرابطة المحترفة في بيان عبر موقعها الإلكتروني، بأن لقاء بلوزداد وبسكرة، تم تحويله إلى ملعب "تيلسون ماندبيل" ببراقي، على أن ينطلق بداية من الساعة 20:00، بعدما كان مقررا في وقت سابق في ملعب 05 جويلية الأولمبي. وستكون هذه المباراة مهمة لأبناء لعقيبة لتدارك الهزيمة التي تلقاها في سطيف أمام الوفاق المحلي وتقليص الفارق عن المتصدر نادي مولودية العاصمة إلى نقطتين، فيما يتواجد نادي اتحاد بسكرة في المرتبة الـ 15 برصيد 14 ن، وبالتالي سيكون لزاما عليه العودة بنتيجة إيجابية من العاصمة، وهي التي من شأنها تعيد بعض الهدوء لأبناء الزيبان قبل المباريات المقبلة. سفيان ع



## الجولة الـ 18 للرابطة المحترفة الأولى قمة محلية واعدة بين أولمبي الشلف و"الحمراوة"

تنتقل مساء اليوم الثلاثاء، مباريات الجولة الـ 18 من الرابطة المحترفة الأولى، والتي ستشهد عدة لقاءات واعدة ومثيرة على غرار القمة بين الرائد مولودية الجزائر وشباب قسنطينة المقرر الجمعة القادم، فيما يستقبل أولمبي الشلف ضيفه نادي مولودية وهران في مواجهة مفتوحة على كل الاحتمالات. ويحتضن ملعب بومرزاق بالشلف، لقاء، جمعية الشلف (م - 6 - 24 ن)، المتواجدة في منحى تصاعدي، أمام مولودية وهران (م - 10 - 21 ن) في مباراة يصعب التكهّن بنتيجتها خاصة وأن مبارياتهما السابقة كانت شديدة التكاثر. "الشلفاوة" الذين سجلوا تعادلا مثيرا في خرجتهم الأخيرة إلى قسنطينة (2-2) سيكونون مطالبين بالوقوف بالفوز أمام "الحمراوة" الذين استعادوا البسمة بعد انتصارهم الأخير على ترجي مستغانم (0-1) بعد سلسلة سلبية من ثلاث هزائم متتالية. وإذا كانت الجمعية تطمح في الاقتراب من البوديوم، فالمولودية الوهرانية تحاول من جهتها الخروج من منطقة الخطر، وهو أمر رهان لهذه المباراة بالنسبة لها. وفي مباراة ثانية تلعب اليوم، سيكون فريق ترجي مستغانم، أمام حتمية الفوز حينما يستضيف نادي اتحاد خنشلة، وذلك من أجل الخروج من مؤخرة الترتيب العام وانعاش آمالهم في البقاء ضمن حظيرة الكبار، ويسعى أشبال المدرب نذير لكاوي استغلال وضعية المنافس الذي يتواجد بدون مدرب بعد استقالة المدرب السابق شريف حجار بسبب أزمة النتائج. سفيان ع



نجم ريال مدريد الإسباني روديفر يدعم خليف

## "إلى إيمان... إبقي قوية دائما"

تلقت الملاكمة الجزائرية إيمان خليف دعما غير متوقع من نجوم ريال مدريد الإسباني، وذلك في خضم معركة شرسة تخوضها ضد محاولات التهميش والاضغوط التي يمارسها الاتحاد الدولي للملاكمة (IBA) عليها. وسط الأضواء التي تسلطت عليها بعد فوزها بالميدالية الذهبية في أولمبياد باريس 2024، ما زالت إيمان تواجه تحديات لا تقل صعوبة عن النزال داخل الحلبة، لكنها تحظى بمساندة واسعة من جماهيرها، وحتى من شخصيات بارزة في عالم الرياضة، كان آخرهم مدافع "الميرينغي"، الألماني أنطونيو روديفر. نجحت خليف في تحقيق إنجاز تاريخي بحصدها الذهب، وهو ما جعلها رمزا للفخر الجزائري والعربي، إلا أن فرحتها لم تكتمل بسبب استمرار الاتحاد الدولي للملاكمة في التشكيك بأهليتها للمشاركة في المنافسات النسائية، بحجة ارتفاع مستوى هرمون التستوستيرون لديها عن الحد المسموح به. ورغم أن اللجنة الأولمبية الدولية (CIO) قد أكدت أحقية الملاكمة الجزائرية في المنافسة ومنحتها الضوء الأخضر لخوض الأولمبياد، فإن (IBA) لم تتوقف عن حملتها ضدها، في محاولة واضحة لزعزعة استقرارها وإقصائها عن الساحة الدولية.

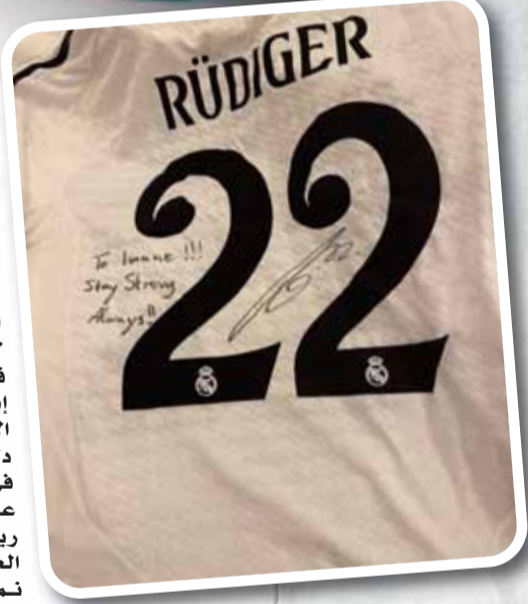
لكن الملاكمة الجزائرية إيمان خليف لم تستسلم، وواصلت مسيرتها بكل إصرار وقوة، مستمدة طاقتها من دعم محبيها، الذين يعبرون عن مساندتهم لها على مواقع التواصل الاجتماعي، ويرفضون محاولات التشويه التي تتعرض لها. وسط هذه الأجواء المشحونة، أظهر الألماني أنطونيو روديفر نجم ريال مدريد بطل دوري أبطال أوروبا الموسم الماضي 2023-24، دعمه العلني لإيمان خليف بطريقة مميزة، حيث أهدى لها قميصه موقفا برسالة خاصة كتب فيها: "إلى إيمان، ابقي قوية. دائما". هذه اللفتة الإنسانية من لاعب كبير بحجم روديفر تحمل دلالات كثيرة، أبرزها أن خليف، ليست وحدها في هذه المعركة، وأن قضيتها باتت تجد صدى عالميا يتجاوز حدود الملاكمة ليصل إلى رياضيين كبار في مجالات أخرى. رغم العواصف التي تحاول النيل منها، تبقى إيمان نموذجا للرياضية الصلبة، التي لا تهاب التحديات، ولا تتحني أمام الضغوط. لقد تمكنت من تحقيق الذهب الأولمبي متجاوزة كل العقبات، ومثلما فعلت داخل الحلبة عندما أبهرت العالم بلحمتها القوية، ففي اليوم تخوض نزالا آخر ضد البيروقراطية الرياضية التي تسعى لإقصائها. الدعم الذي تلقتته الملاكمة الجزائرية

إيمان خليف سواء من الجماهير الجزائرية أو من نجوم ريال مدريد روديفر، يؤكد أنها ليست مجرد ملاكمة موهوبة، بل أصبحت رمزا للعدالة والمقاومة في وجه الظلم، وهو ما يجعلها أكثر عزيمة على الاستمرار في مسيرتها المشرفة، مهما كانت قوة الخصوم.

تنتطلق اليوم الثلاثاء بمخيمات اللاجئين الصحراويين التظاهرة الدولية "صحراء ماراطون" في نسختها الـ 25، في مناسبة يمتزج فيها البعد الرياضي التنافسي بالبعد التضامني الإنساني لتشكل محطة مهمة لدعم القضية الصحراوية ونضال شعبها من أجل الحرية والاستقلال. وتعد تظاهرة "صحراء ماراطون" التي تعرف في كل مرة مشاركة دولية متزايدة من جميع قارات العالم، وسيلة انطلاقها المتضامن مع القضية الصحراوية منذ أكثر من عقدين من الزمن للتعريف بنضال الشعب الصحراوي الذي يخوضه من أجل الحرية والاستقلال، لتوظف إلى أساليب تضامنية أخرى مثل الفن والسينما. وفي هذا الإطار، أكد وزير الثقافة الصحراوي، موسى سلمى، في تصريح لـ /واج، أن التظاهرة الدولية "صحراء ماراطون" تحمل العديد من الدلالات في مقدمتها استمرار هذه التظاهرة في التأكيد على تضامن الرياضيين من كامل بقاع العالم مع الشعب الصحراوي وقضيته العادلة. كما تعد مناسبة للشعب الصحراوي ليعبث عبرها رسالة مقادها أن "الرياضة هي وجه آخر من أوجه المقاومة والصمود والرسائل الإنسانية"، كما قال الوزير الصحراوي الذي اعتبر الحدث "فرصة لتلاقي جميع الرياضيين والمتضامنين من مختلف الدول على أرض اللجوء وبين ظهري اللاجئين الصحراويين". وتتميز التظاهرة في طبيعتها

التي وفق ما كشف عنه وزير الثقافة الصحراوي، بالعدد الكبير للدول المشاركة التي بلغت هذه السنة حوالي 32 دولة وأيضاً أعداد العدائين المشاركين فيها الذي بلغ لحد الآن حوالي 300 عدا من مختلف دول العالم، مشيراً إلى تواصل تلقي طلبات كثيرة للمشاركة في هذا الحدث الرياضي. وبالمنااسبة، أكد الوزير على أن كافة الظروف والإمكانات تم تسخيرها من أجل إنجاز هذه الطبعة التي ستشهد أيضاً عددا من الأنشطة الجانبية من معارض فنية وسهرات ودورات تكوينية وحلقات للنقاش والتلاقي خدمة لأهداف المعركة المصيرية. وتعد التظاهرة وسيلة ابتدعها المتضامنون مع القضية الصحراوية منذ أكثر من عقدين من الزمن للتعريف بنضال الشعب الصحراوي الذي يخوضه من أجل الحرية والاستقلال. وهو في نفس الوقت رسالة سلام من الشعب الصحراوي إلى العالم وجبهة أخرى من جبهات الكفاح من أجل الحرية والاستقلال. كما تعد التظاهرة تعريزا للبعد التضامني الذي تحظى به القضية الصحراوية من خلال الرياضة. كما أنها فرصة لتعزيز الرياضة الصحراوية من خلال الوقوف على جاهزية العدائين الصحراويين ومدى قدرتهم على التفوق في المنافسات الدولية.

مهدى



تصفيات كأس إفريقيا للأمم 2026

## سيدات "الخضر" في مهمة سهلة أمام جنوب السودان

سيستقبل المنتخب الوطني الجزائري لكرة القدم للسيدات نظيره من جنوب السودان، اليوم الثلاثاء بملاعب مصطفى تشاركر بالبلدية (1900)، في مقابلة شكلية، تهدف خلالها لتشكيلية الوطنية تأكيد الفوز العريض المسجل في مباراة الذهاب بنتيجة (5-0)، لحساب ذهاب الدور الأول من التصفيات المؤهلة لكأس إفريقيا للأمم-2026. لاعبات المدرب الوطني فريد بن ستيتي، اللاتي سجلن فوز سهلا يوم الأربعاء الماضي بجوبا، سيكن أمام مهمة تبدو سهلة للغاية ستسمح لهن تأكيد التأهل إلى الدور الثاني من المنافسة القارية أمام منتخب جنوب السودان الذي لم يرق مستواه إلى المطلوب في لقاء الذهاب. وأمام تشكيلية تنقصها الخبرة الكافية حيث تشارك للمرة الثانية في تصفيات كأس إفريقيا للأمم، سيطرت لاعبات الجزائريات سيطرة مطلقة على مجريات لقاء الذهاب وتأقت خلاله لاعبة نادي أورليان الفرنسي ليا عبادو، صاحبة ثنائية. وفور عودتها لأرض الوطن يوم الجمعة الماضي، وصلت التشكيلية الوطنية تحضيراتها بالمركز الفني الوطني بسيدي موسى في أجواء مضغمة بالجديبة والتحفيز وبروح معنوية عالية. وتشهد التصفيات المؤهلة لكأس إفريقيا للأمم للسيدات 2026 مشاركة 38 منتخبا حيث تم إعفاء ستة منتخبات من الدور الأول، وهي جنوب إفريقيا وزامبيا والكاميرون وغانا ونيجيريا وكوت ديفوار. يذكر أن النسخة الـ 15 من نهائيات كأس إفريقيا للأمم، التي كان من المقرر إقامتها في 2024، تم تأجيلها فيما آخر المطاف إلى الفترة الممتدة من 5 إلى 26 جويلية 2025. وقد تأهلت الجزائر لنهائيات من هذه النسخة من كأس إفريقيا للأمم 2024، في ديسمبر 2023 بالفوز على بوروندي 5-1 ثم 0-1 وقد أقيمت المباراتان بالملاعب الأولمبي 5 جويلية بالجزائر العاصمة. وفي نهائيات كأس إفريقيا للأمم 2024 للسيدات، ستلعب التشكيلية الوطنية في المجموعة الثانية، إلى جانب نيجيريا وتونس وبوتسوانا.

## كعروف يشرع في مهامه مع شبيبة بجاية

عين التقني، مراد كعروف، مدربا جديدا لفريق شبيبة بجاية لكرة القدم خلفا لأحمد عيدر الذي تمت إقالته، حسبما أعلن عنه النادي المنتمي لقسم رابطة ما بين الجهات، مجموعة "وسط-شرق" في بيان له. ووقع اختيار رئيس شبيبة بجاية، فاروق ميلال، على المدافع الدولي الجزائري السابق، بعد أيام من رحيل عيدر الذي تم استقدامه في شهر ديسمبر الماضي. ويوضح نفس المصدر أن "كعروف سيعمل بمساعدة عمر حمناذ وسيشرع الثلاثاء في عمله الأحد (أول أمس)". ويعتبر المدرب كعروف، الذي بدأ الموسم الكروي الجاري على دكة راند القبة (الرابطة الثانية للهواة - مجموعة، وسط-غرب)، رابع تقني يتولى تدريب النادي البجاوي منذ بداية هذا الموسم، بعد كل من خالد لوني، توفيق شبيحة وأحمد عيدر. فريق شبيبة بجاية، الذي انهزم بميدانه يوم السبت 15 فيفري أمام أمل بريكة (2-1)، يحتل المركز العاشر في الترتيب العام برصيد 23 نقطة. بعد الجولة الـ 18 بحصيلة 6 انتصارات، 6 تعادلات و 6 هزائم)، علما بأن الفريق عوقب بخمسة نقطة من رصيده. وفي كأس الجزائر، أقيمت شبيبة بجاية في الدور الثاني والثلاثين بميدانها أمام أمل العلامة (0-1) بعد الوقت الإضافي في المباراة التي جمعتهما يوم 10 جانفي الماضي.

مهدى

مناسبة متجددة للتضامن مع الشعب الصحراوي ونضاله من أجل حريته واستقلاله

## انطلاق التظاهرة الدولية "صحراء ماراطون" اليوم



بلغت هذه السنة حوالي 32 دولة وأيضاً أعداد العدائين المشاركين فيها الذي بلغ لحد الآن حوالي 300 عدا من مختلف دول العالم، مشيراً إلى تواصل تلقي طلبات كثيرة للمشاركة في هذا الحدث الرياضي. وبالمنااسبة، أكد الوزير على أن كافة الظروف والإمكانات تم تسخيرها من أجل إنجاز هذه الطبعة التي ستشهد أيضاً عددا من الأنشطة الجانبية من معارض فنية وسهرات ودورات تكوينية وحلقات للنقاش والتلاقي خدمة لأهداف المعركة المصيرية. وتعد التظاهرة وسيلة ابتدعها المتضامنون مع القضية الصحراوية منذ أكثر من عقدين من الزمن للتعريف بنضال الشعب الصحراوي الذي يخوضه من أجل الحرية والاستقلال. وهو في نفس الوقت رسالة سلام من الشعب الصحراوي إلى العالم وجبهة أخرى من جبهات الكفاح من أجل الحرية والاستقلال. كما تعد التظاهرة تعريزا للبعد التضامني الذي تحظى به القضية الصحراوية من خلال الرياضة. كما أنها فرصة لتعزيز الرياضة الصحراوية من خلال الوقوف على جاهزية العدائين الصحراويين ومدى قدرتهم على التفوق في المنافسات الدولية.

## انتخاب أوزيل في المجلس المركزي لحزب إردوغان



انتخب الدولي الألماني السابق مسعود أوزيل في المجلس المركزي للحزب الذي يتزعمه الرئيس التركي رجب طيب إردوغان، وفق ما أعلن حزب «العدالة والتنمية». وأصبح صانع ألعاب ريال مدريد الإسباني وأرسنال الإنجليزي السابق، الذي فاز بكأس العالم 2014 مع المنتخب الألماني، عضواً في المجلس المركزي المسؤول عن اتخاذ القرارات في حزب «العدالة والتنمية». خلال المؤتمر الذي عقد في أنقرة، وأعيد خلاله انتخاب إردوغان، للمرة التاسعة رئيساً للحزب الإسلامي المحافظ والموجود في السلطة منذ عام 2002. ولم يخف أوزيل، الذي أنهى

مسيرته الكروية في عام 2023 بالدوري التركي، دعمه للرئيس التركي الذي كان إشبينه في حفل زفافه خلال عام 2019 من ملكة جمال تركيا السابقة أمنة غولشيه. وشهدت مسيرة أوزيل تحولاً كبيراً في عام 2018، عندما التقط صورة برفقة زميله في «دي مانشافت»، الكاي غوندوغان، وهو أيضاً من أصل تركي، إلى جانب إردوغان الذي كان آنذاك في خضم حملته لإعادة انتخابه. وأثارت الصورة جدلاً واسعاً، حيث اتهمت برلين أنقرة بالتجاوزات القمعية، وتعرض على أوزيل لحملة انتقادات واسعة، ولا سيما من اليمين المتطرف في ألمانيا. وكان أوزيل، الذي يعد رمزاً لألمانيا متعددة الثقافات، قد أعلن اعتزاله الدولي، على خلفية الانتقادات التي تعرض لها، متهمًا الاتحاد الألماني لكرة القدم بالعنصرية.

## ماسكيرانو: "ميسي يلعب كالطفل ولا يريد الخسارة"

أثنى الأرجنتيني خافيير ماسكيرانو مدرب إنتر ميامي الأمريكي على إمكانات مواطنه وقائد فريقه، ليونيل ميسي.

وصنع ليونيل ميسي هدفين أمام نيويورك سيتي، لينتقد إنتر ميامي من الخسارة ويمنحه التعادل 2-2 في مباراته الأولى بالدوري الأمريكي. وقبلها بـ3 أيام، سجل ليونيل ميسي في أولى لقاءات إنتر ميامي هذا الموسم هدف الفوز 1-0 على سبورتنغ كانساس سيتي في ذهاب الدور الأول لكأس أبطال الكونكاكاف. ومن جانبه كان ماسكيرانو تزاملاً مع ميسي في منتخب الأرجنتين خلال الفترة من 2005 إلى 2018 وهي برشلونة ما بين 2010 و2018. وقال خافيير ماسكيرانو في تصريحات نقلتها صحيفة «يو إس إيه توادي» الأمريكية: «بالنسبة لنا، وجود ميسي ميزة كبيرة جداً، من أجل هذه الروح نريد الاحتفاظ به». وأتبع: «الامر لا يتعلق فقط بما يقوم به على أرض الملعب، ولكن ما يترجمه إلى زملائه في الفريق، وكل ما يفعله في هذا العمر».

وبنتهي عقد ميسي (37 عاماً) مع إنتر ميامي في نهاية 2025 ولم يتم تحديد ما إذا كان سيستمر مع الفريق ويمدد عقده أم سيستهدف وجهة أخرى.

وواصل ماسكيرانو إشارات ميسي: «إنه روح هذا الفريق، ظهر هذا على أرض الملعب، إنه يلعب كالطفل ولا يريد الخسارة».

## رونالدو: تشرفت بلقاء ولي العهد في كأس السعودية

أبدى النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو نجم النصر المنافس في الدوري السعودي للمحترفين لكرة القدم، سعادته البالغة لحضور منافسات كأس السعودية 2025، لسباق الخيل في ذكرى يوم التأسيس، الذي شرفه الأمير محمد بن سلمان ولي العهد رئيس مجلس الوزراء السعودي. وتشر رونالدو، عبر حسابه الرسمي بمنصة «إكس»، صورة له مع ولي العهد وعلق عليها: «يسعدني أن أحتفل بيوم التأسيس مع ولي العهد الأمير محمد بن سلمان، ويشرفني حضور حفل كأس السعودية لسباق الخيل في الرياض». وظهر كريستيانو رونالدو يرتدي ثوباً سعودياً، ويقف بجانب الأمير محمد بن سلمان، إذ بدا كأنه يستمتع لحديثه. وحضر الأمير محمد بن سلمان، حفل سباق الخيل على كأس السعودية، وذلك بميدان الملك عبد العزيز للفرس في الرياض. وبعد نهاية السباق توجه ولي العهد السعودي إلى منصة التتويج، وقدم التهنئة لممثلي مالك الجواد الفائز فور إيضر يونغ الياباني فوجيتا سيسوما، حيث رفع كأس السعودية، كما قدم التهنئة لمدرّب الجواد ياهاجي يوشيتو والخيال يوسي ساكاي، اللذين تسلما مجسم حسان، وخوذة الخيال، ثم التقطت الصور التذكارية بهذه المناسبة.

## تصريحات رئيس مرسيليا حول الفساد التحكيمي تثير غضب الاتحاد الفرنسي

انضم فيليب ديالو، رئيس الاتحاد الفرنسي لكرة القدم للحكام الفرنسيين، وأدان التصريحات التي أدلى بها بايلو لونغوريا، رئيس نادي أولمبيك مرسيليا، بشأن وجود فساد تحكيمي في البلاد. وأبدى ديالو غضبه من تصريحات لونغوريا، التي أدلى بها عقب الخسارة القاسية التي تعرض لها مرسيليا صفر - 3 أمام أوكسير، ببطولة الدوري الفرنسي لكرة القدم. وهذه ليست المرة الأولى التي يشكك فيها مسؤولو مرسيليا في قرارات التحكيم هذا الموسم، لكن النادي لم يذهب إلى هذا الحد في اتهاماته وأعرب لونغوريا عن إحباطه الشديد بعد الهزيمة الخامسة التي مني بها مرسيليا ببطولة الدوري، التي جعلته يتأخر بفارق 10 نقاط عن باريس سان جيرمان (المتصدر)، حيث تحدث عن «فساد حقيقي»، وأشار إلى أن ناديه كان ضحية مؤامرة منظمة. وتبدو الفرصة مواتية أمام سان جيرمان لتوسيع الفارق مع أقرب ملاحقيه مرسيليا إلى 13 نقطة، حال فوزه على مضيفه أولمبيك ليون، في وقت لاحق اليوم.

وصرح ديالو في بيان: «أدين بأشد العبارات التصريحات التي أدلى بها رئيس ومسؤولو أولمبيك مرسيليا ضد التحكيم الفرنسي بشكل عام وحكم مباراة الأمس جيريمي ستينات بشكل خاص الذي أعرض عليه دعوى الكمال». وأضاف ديالو، «التشكيك في نزاهة حكامنا أمر تشهيري وغير مقبول ومستهجن. مثل هذه التعليقات تلحق ضرراً خطيراً بصورة بطولة الدوري الخاصة بنا». وأثارت تصريحات لونغوريا غضب رابطة الحكام الفرنسيين، التي أعلنت أنها بصدد تقديم شكوى إلى لجنة الأخلاقيات التابعة للاتحاد للنظر في الأمر، واتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة. وذكرت الرابطة: «سيتم رفع دعاوى قضائية بتهمة التشهير ضد كل من يقف وراء رسائل الكراهية والتهديدات بالقتل التي تلقيناها منذ الليلة الماضية». واعترض لونغوريا على قرار الحكم جيريمي ستينات، الذي أدار المباراة، بطرد ديريك كورنيليوس، لاعب مرسيليا، في الشوط الثاني لحصوله على الإنذار الثاني، حينما كانت النتيجة تشير إلى تأخر الفريق صفر - 1 قبل أن تستقبل شباهه هدفين آخرين في ربع الساعة الأخير من عمر اللقاء. وأحرز المدافع البرازيلي جوبال الهدفين الثاني والثالث لأوكسير، حيث كان أحدهما من ركلة جزاء، ليقود فريقه لإنهاء سلسلة انتصارات مرسيليا، التي استمرت في مبارياته الثلاث الماضية بالبطولة. وفي وقت سابق من العام الحالي، تم إيقاف المغربي مهدي بنعطية، مدير كرة القدم في مرسيليا، لمدة ثلاثة أشهر، بسبب موقفه تجاه ستينات خلال خسارة الفريق أمام ليل بكأس فرنسا، حينما كان ستينات حكماً رابعاً.

ورغم اعترافه بأن مرسيليا لم يلعب بشكل جيد، وأن أوكسير يستحق الفوز، قال روبرتو دي زيري، مدرب مرسيليا، إن طرد كورنيليوس كان بمثابة «فضيحة». وأضاف دي زيري: «لم يكن الحكم هادئاً خلال المباراة. ربما أثرت الخلافات السابقة على قراراته. لم يكن أي من الحكام على مستوى اللقاء. أتمنى ألا ترى البطاقة الحمراء التي حصل عليها كورنيليوس خارج فرنسا؛ لأنها تعطي صورة سيئة لكرة القدم الفرنسية».

كما أبدى فابريزيو رافانيلي، لاعب مرسيليا السابق، الذي يعمل الآن مستشاراً للنادي، غضبه الشديد من النتيجة، حيث اتهم حكم المباراة بأنه «لا يعرف ماذا يفعل». كما تحدث رافانيلي ضد قرارات التحكيم السابقة ضد قائد مرسيليا ليوناردو باليردي، الذي تم إيقافه عن اللعب في مباراة أوكسير.

وتعني الصوابية السياسية التوافق مع الرأي الليبرالي أو الراديكالي السائد، من خلال تجنب أشكال التعبير أو العمل الذي ينظر إليها على أنها تستبعد أو تهتمش أو تهين مجموعات من الأشخاص المحرومين اجتماعياً أو الذين يتعرضون للتمييز. وفي مقابلة مع صحيفة «ديلو» في موطنه سلوفينيا، نشرت أول أمس الأحد، أبدى سيفرين

مخاوفه بشأن مستقبل أوروبا. وقال سيفرين: «لقد سئمتنا جميعاً من الصوابية السياسية. هنا في العالم الغربي، لم تعد حرية التعبير موجودة. لم يعد بإمكانك أن تقول ما تفكر فيه». وأضاف سيفرين: «من ناحية، هناك الشعبويون اليمينيون الذين يتبنون خطاباً بسيطاً - المهاجرون يأخذون وظائفكم ويتورطون في الجريمة، والدعاية للمثلية الجنسية ستجعل العائلات غير موجودة، وسوف يدمرون أطفالكم، وما إلى ذلك. هذا خطاب شعبي تبسطي للغاية بحيث يمكن لأي شخص أن يفهمه». وتابع: «من ناحية أخرى، تخاطب كل السياسات الغربية الرئيسية تقريباً ومعظم وسائل الإعلام الرئيسية الناس من على أرض مرتفعة فكرياً وبشكل متعطر». أوضح سيفرين: «يقول هذا التيار السائد، (لا تجرؤ على مناقشة هذا أو الجدل معنا). ولهذا السبب يعتقد بعض الناس أن الشعبويين اليمينيين هم ثوريون يعارضون التيار السائد. لكنهم ليسوا كذلك. ينبغي على السياسة السائدة أن تسأل نفسها ما الخطأ الذي ارتكبهته تجعل كل هذا يحدث». وحذر رئيس «يويفا»، من أن الوضع السياسي يبدو خطيراً كما كان في ثلاثينيات القرن الماضي قبل اندلاع الحرب العالمية الثانية.

ألكسندر تسيفرين رئيس يوييفا:

"ما يجري حالياً يشبه ما قبل الحرب العالمية الثانية"



## لاعب برشلونة السابق: ريال مدريد الأفضل في العالم

وصف أحد لاعبي برشلونة السابقين، ريال مدريد، بالنادي الأفضل في العالم، وذلك بعد خسارة فريقه جيرونا (0-2) أمام الملكي، مساء أول أمس، في الدوري الإسباني. ويتعلق الأمر بالبرازيلي آرثر ميلو الذي لعب في صفوف برشلونة 72 مباراة بين عامي 2018 و2020 قبل أن ينتقل إلى يوفنتوس، لكن لم يثبت أقدامه رفقة السيدة العجوز لتتم إعارته في الميركاتو الشتوي الماضي لجيرونا حتى نهاية الموسم الحالي. وقال ميلو في تصريحات عقب خسارة فريقه أمام الريال بحسب ما نقلت صحيفة "ماركا": "كل مباراة نلعبها نحاول خلالها تقديم أفضل مستوى لدينا، نريد الفوز دائما ولكنك تلعب أمام ريال مدريد في الليبراليو". وأضاف لاعب جيرونا: "بالنسبة لي هو النادي الأفضل في العالم ويملك ثقة كبيرة، رغم أننا نلعب ضد أي فريق بحثا عن الفوز". وأشاد ميلو بالهدف الأول الذي سجله الكرواتي لوكا مودريتش من صاروخية من خارج المنطقة قائلا: "كانت لعبة عبقرية، لا يوجد شيء يمكنك فعله، لا يوجد أي تكتيك يمكنه الدفاع أمام مثل تلك اللقطة، هنأته بعد المباراة على تسجيل هذا الهدف الرائع، لقد كان عرضا عالي الجودة".



## أنشيلوتي: مودريتش يشبه أسطورة ميلان.. وهو "هدية"

أعرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي، المدير الفني لريال مدريد، عن سعادته بالفوز الذي حققه فريقه على جيرونا بنتيجة 2-0، مساء أول أمس، في الجولة 25 من الدوري الإسباني، مشيدا بأداء نجوم الفريق، وعلى رأسهم لوكا مودريتش وفينيسيوس جونيور. تألق النجم الكرواتي لوكا مودريتش في المباراة وسجل هدفا رائعا من تسديدة صاروخية، ما دفع الجماهير لتحيته بحرارة. وعند سؤاله عن إمكانية استمرار مودريتش في التألق حتى يبلغ 40 عاما، قال أنشيلوتي: "مودريتش هدية لكرة القدم، يجب أن يبقى معنا طالما أراد ذلك، إنه أسطورة حقيقية، وما زال يقدم مستويات رائعة بفضل جديته، جودته، واحترافيته". وتابع: "لقد دربت من قبل لاعبا استمر حتى الـ40 وهو باولو مالديني، يمكن مقارنة مودريتش به، لأنهما نموذج رائع للاعب كرة القدم المثالي". وشدد: "الوصول لهذا العمر مع هذا الأداء ليس صدفة، فالأمر لا يتعلق فقط بالجينات، بل أيضا بالالتزام والسلوك الاحترافي". كما أشاد المدرب الإيطالي بأداء فينيسيوس جونيور، الذي سجل الهدف الثاني، قائلا: "لقد رأيت في أفضل مستوياته، ربما لم يكن حاسما في بعض اللحظات، لكن في الشوط الثاني كلما انطلق بالكرة كان يسبب الخطر. قدم مباراة مذهلة". وعن سبب تعديل خطته بين الشوطين، كشف: "في الشوط الأول لعب رودريغو على اليسار ودياز على اليمين. لكن في الشوط الثاني غيرنا مراكز اللاعبين، فوضنا فينيسيوس في اليسار ودياز بين الخطوط". واسترسل: "فينيسيوس أكثر خطورة على الجناح، وودريغو يسبب الأذى في الجبهتين". وعن مستوى المدافع النمساوي ديفيد ألبا، الذي عاد من إصابة طويلة علق: "لقد لعب 60 دقيقة بشكل جيد جدا". ومضى يقول: "كان ألبا هادئا ومتمركزا بشكل صحيح. قد يكون جاهزا للعب في دوري الأبطال. يحتاج فقط المزيد من الدقائق، المهم أننا نجننا في إراحة رودريغو وفالفييري، فقد كانا يعانيان بعض المشاكل البسيطة". وعن شعور كيليان مبابي لعدم تسجيله أهداف، أكد أنشيلوتي: "كان سعيدا بصناعة الهدف الثاني لفينيسيوس". وأردف: "لقد كان خطيرا جدا في أكثر من لقطة، وقام بتحكم رائع في الكرة. الأهم بالنسبة له هو تحقيق الفوز".

## مبابي يعادل رافينيا ويواصل ملاحقة ليفاندوفسكي وكييل يامال لريال مدريد: أخرجوه من رؤوسكم!

يسمى برشلونة لتجديد عقد واحد من أهم نجومه، وهو لامين يامال، الذي يمتد تعاقدته حتى صيف 2026، مع شرط جزائي يبلغ مليار يورو. وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الكتالونية، وافق النادي وعائلة اللاعب ووكيله خورخي مينديز على تمديد العقد حتى عام 2030، والذي سيصبح رسميا عندما يبلغ يامال السن القانوني (18 عاما)، يوم 13 جويلية المقبل. وأشارت الصحيفة إلى وجود العديد من الضمانات لبرشلونة، بشأن تجديد يامال عقده، حيث يملك الإسباني الرغبة والترحيب التام بالاستمرار رفقة البلوغرانا. ويملك الوكيل مينديز علاقة مميزة برئيس برشلونة، خوان لابورتا، والمدير الرياضي ديكو. ومن المنتظر أن يجتمعوا في لشبونة، عند زيارة البارسا لبثيكا في دوري أبطال أوروبا، لمواصلة المحادثات. ويتحلى برشلونة بالهدوء في محادثات التجديد، في ظل شعار الواضح الذي أطلقه وكيل الأعمال البرتغالي في السوق، بأن لامين يامال ليس للبيع ولا يستمع للعروض.



بلاحق الفرنسي كيليان مبابي نجم ريال مدريد، روبرت ليفاندوفسكي مهاجم برشلونة، في إحصائية مميزة، بعدما ساهم في انتصار الملكي ضد جيرونا. وصنع مبابي هدف ريال مدريد الثاني الذي سجله فينيسيوس جونيور، ليؤمن انتصار المرينغي (2-0) أمام جيرونا، أول أمس، في الجولة 25 من الدوري الإسباني. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فقد وصل مبابي إلى 20 مساهمة تهديفية في الليغا بالموسم الحالي، حيث سجل 17 هدفا وصنع 3 أخرى. بهذا يتساوى في المركز الثاني مبابي مع رافينيا لاعب برشلونة صاحب الـ20 مساهمة تهديفية (13 هدفا و7 تمريرات حاسمة)، فيما تصدر القائمة ليفاندوفسكي بـ22 مساهمة (20 هدفا وتمريرتان حاسمتان). وأشار إلى أن انتصار ريال مدريد رفع رصيده إلى 54 نقطة في وصافة جدول ترتيب الليغا، بفارق الأهداف عن المتصدر برشلونة. بينما تجمد رصيد جيرونا عند 31 نقطة في المركز الثاني عشر.

### مودريتش يحسم مصيره مبكرا

حسم النجم الكرواتي، لوكا مودريتش، قراره بشأن الاستمرار مع ريال مدريد مبكرا، بحسب تقرير صحفي إسباني. وقدم مودريتش عرضا قويا، خلال الفوز على جيرونا (2-0)، مساء أول أمس، ضمن منافسات الليغا، وسجل الهدف الأول بصاروخية من خارج منطقة الجزاء. ورغم تقلص دقائق مشاركته في المباريات، هذا الموسم، إلا أنه يبقى حاسما في قيادة فريق المدرب كارلو أنشيلوتي. كما أن اللاعب المخضرم، البالغ من العمر 39 عاما، يحظى باحترام كل عناصر الفريق. وبحسب شبكة "ريليفو" الإسبانية، فإن مودريتش اتخذ قراره بالفعل بشأن التوقيع على عقد جديد، وذلك في وقت مبكر، بالمقارنة مع قراراته في المواسم السابقة. وأشاد أنشيلوتي بمودريتش كثيرا، عقب لقاء الأحد، قائلا: "مودريتش هدية لكرة القدم.. يجب أن يبقى معنا طالما أراد ذلك". وأضاف: "إنه أسطورة حقيقية، ولا يزال يقدم مستويات رائعة بفضل جديته، جودته، واحترافيته".

### أجر ضعيف

وتهتم أندية عديدة بضم يامال، خاصة في ظل الأجر المالي الضعيف الذي يحصل عليه مع البارسا (32 ألف يورو أسبوعيا)، حيث يعد من أقل اللاعبين أجرا في الفريق، بل أنه يجني من المكافآت أكثر من الراتب. ويتفاوض مينديز حاليا على تعديل أجر يامال، حيث أنه حتى في حال مضاعفته، لن يكون رقما يتماشى مع مقدمه اللاعب. وهو الأمر الذي يرغب ريال مدريد في الاستفادة منه، من خلال سؤال مينديز باستمرار عن وضع الدولي الإسباني، بحسب "موندو ديبورتيفو". لكن وكيل الأعمال البرتغالي دائما ما أخبر النادي الملكي، بضرورة إخراج يامال من رأسه، خاصة أن الأخير صرح قبل أيام بأنه لن يلعب لريال مدريد، وإذا رحل عن برشلونة، فلن يلعب في إسبانيا. ولا يشعر مينديز بالقلق بسبب مشاكل التعاقدات والتجديدات الخاصة ببرشلونة، في ظل لوائح اللعب المالي النظيف، حيث لم يخبره لابورتا في أي اجتماع سابق بأن تحسين راتب يامال سيكون محل شك، بسبب أزمة الأجر في النادي.

## "فساد في الاتحاد" موجة احتجاجية رهيبة من جماهير ريال مدريد

هتفت جماهير ريال مدريد، ضد الاتحاد الإسباني لكرة القدم، خلال مواجهة جيرونا، مساء أول أمس، ضمن منافسات الجولة 25 من الليغا، في معقل الميرنفي ملعب "سانتياغو برنابيو". وقبل أن يطلق الحكم صافرة البداية، تعالت أصوات الاحتجاجات في مدرجات سانتياغو برنابيو بهتاف واحد: "فساد في الاتحاد". وبات هذا المشهد سائدا في مواجهات ريال مدريد الأخيرة، بعد ما حدث في الديربي مدريد أمام أتلتيكو، حيث شهدت المباراة صافرات استهجان ماثلة، لكنها هذه المرة جاءت بحجم أكبر، وبحماس أشد. وجاءت هذه الموجة الاحتجاجية بعد رسالة النادي الرسمية إلى الاتحاد الإسباني، والتي وصف فيها ما يحدث بأنه "تشويه للمنافسة لم يعد بالإمكان تجاهله". كما سبق هذه المباراة جدل تحكيمي واسع عقب لقاء أوساسونا، الذي شهد طرد النجم الإنجليزي جود بيلينجهام بطريقة مثيرة للجدل، وفتح تحقيق ضد الحكم خوسيه مونويرا مونتيرو. وقادت مجموعة "Grada Fans" هذه الحملة، بدعم من آلاف المشجعين الذين استجابوا لدعوة تحويل البرنابيو إلى منصة غضب ضد التحكيم. وتم الترويج لهذه الحملة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، تحت وسم "M12Corrupción-Federación"، حيث نشرت دعوات للجماهير لحمل الأوشحة والتماديل البيضاء والهتاف الجماعي. ومع دخول الحكام إلى أرضية الملعب، انطلقت صافرات الاستهجان، وازدادت حدتها عند الإعلان عبر مكبرات الصوت عن أسماء الطاقم التحكيمي بقيادة جيريرو كوادرا فرنانديز في الملعب. ولم تكدم تمر لحظات حتى وصل المشهد إلى ذروته، حين وقف لاعبو الفريقين لالتقاط الصورة الجماعية أمام لافتة الاتحاد الإسباني التي تحمل عبارة: "دعونا نحترم الحكام.. دعونا نحترم كرة القدم"، لتتعالى الصافرات أكثر، في مشهد يعكس التوتر المتصاعد بين ريال مدريد والهيئات التحكيمية في إسبانيا.



### الأبا: كنت مستعدا للعب أساسيا.. ومودريتش لا يصدق

عاد النمساوي ديفيد ألبا ليحلب أساسيا في تشكيل ريال مدريد بعد 434 يوما على إصابة الركبة الخطيرة التي تعرض لها الموسم الماضي. وقال الأبا عقب الفوز على جيرونا بهدفيين في الليغا، مساء أول أمس: "أنا سعيد جدا، بعد كل هذا الوقت الذي عشته مع الإصابة، أصبحت مستعدا للعب أساسيا". وبخصوص الفوز قال: "إنه انتصار مهم جدا بالنسبة لنا. إنها لحظة جيدة. نعمل معا ونحن نعمل معا، نخلق خطورة في الأمام. ودافعنا أيضا معا بشكل جيد". وبخصوص هدف الكرواتي لوكا مودريتش الرائع قال: "إنه لا يصدق. مودريتش لاعب مهم بالنسبة لنا في الملعب وخارج جه. إنه أسطورة وشخص جيد". وسجل هدفي ريال مدريد أمام جيرونا لوكا مودريتش وفينيسيوس جونيور في الدقيقتين 41 و84. ورفع ريال مدريد رصيده إلى 54 نقطة في الوصافة، بفارق الأهداف عن المتصدر برشلونة.

# بايرن ميونخ يرهق شباك فرانكفورت

# مولر يرد على واقعة إهانة كومباني له

تغلب بايرن ميونخ على ضيفه آينتراخت فرانكفورت برعاية نظيفة، مساء أول أمس، في اللقاء الذي أقيم على ملعب أليانز آرنا ضمن لقاءات الجولة 23 من الدوري الألماني. وسجل رابعية بايرن مايكل أوليسيه (ق45) وهيروكي إيتو (ق61) وجمال موسيالا (ق83) وسيرجي غنابري (ق90). وعزز بايرن صدارته لجدول الترتيب بعدما رفع رصيده إلى 58 نقطة، بينما تجمد رصيده فرانكفورت عند 42 نقطة في المركز الثالث. شكل فرانكفورت الخطورة الأولى في المباراة في الدقيقة 7، بعدما أرسل أوزون عرضية أرضية داخل المنطقة، تابعها إيكيتيكي بتسديدة مباشرة مرت بقليل إلى جوار القائم. وأتى الرد من بايرن بعدها في الدقيقة 9، بتسديدة من مولر اصطدمت بدفاع فرانكفورت، وتابعها أوليسيه بتسديدة من داخل منطقة الـ6 ياردة، مرت بغرابة إلى جوار القائم. وأهدر بايرن فرصة محققة للتسجيل في الدقيقة 15، بعدما مهد ساني الكرة لموسيالا إلى جواره داخل المنطقة، لتسدد كرة أبعدها كريستينسين من على خط المرمى. وواصل بايرن زحفه تجاه مرمى فرانكفورت، بتسديدة أرضية من أوليسيه من الجانب الأيمن للمنطقة في الدقيقة 21، تآلق تراب في التصدي لها. وبعد فترة من الهدوء سدد مولر كرة قوية من على حدود المنطقة في الدقيقة 30، تصدى لها تراب. وتعرض بايرن لضربة قوية في الدقيقة 43 بإصابة كيمييتش ومغادرته أرض الملعب ليحل مكانه غوريتسكا. وافتتح بايرن التسجيل في الدقيقة 45 بتوغل ميميز من ساني في الجانب الأيسر لمنطقة الجزاء، أنهاه بتمريرة سحرية لأوليسيه في منطقة الـ6 ياردة أمام المرمى الخالي، لتسدد بسهولة في الشباك، فأنتهى الشوط الأول بتقدم البافاري بهدف دون رد. وبدأ بايرن الشوط الثاني بقوة بانطلاق سريعة من ساني في الدقيقة 53، وصل من خلالها إلى منطقة الجزاء قبل أن يسدد كرة اصطدمت بقدم كولينز ومرت إلى جوار القائم. وقتل بايرن المباراة بإضافة الهدف الثاني في الدقيقة 61، بعدما أخطأ تراب في الخروج لعرضية من ركنية، لتصل الكرة بصدر كريستينسين وتتمهد لإيتو أمام المرمى الخالي فسد بسهولة في الشباك. وتلاعب أوليسيه بدفاع فرانكفورت في الدقيقة 74، قبل أن يسدد كرة أرضية قوية من داخل المنطقة أمسك بها تراب. وهرط ساني بغرابة في فرصة إضافة الهدف الثالث في الدقيقة 78، بعدما اقتك الكرة من سخيري لينفرد بتراب ويسدد من داخل المنطقة كرة مرت بجوار القائم. وأطلق موسيالا رصاصة الرحمة على فرانكفورت بإضافة الهدف الثالث في الدقيقة 83، بعد انطلاقة من وسط الملعب تلاعب خلالها بكرستينسين وتوغل قبل أن يسدد كرة من داخل المنطقة لمست أصابع تراب وسكنت الشباك. وفي الدقيقة 90 سدد كين كرة أرضية من داخل المنطقة مرت بقليل إلى جوار القائم. ووقع غنابري على الهدف الرابع بعدها مباشرة، بعدما تلقى بينية من كومان لينفرد بتراب ويسدد كرة من بين قدميه سكنت الشباك، لينتهي اللقاء بفوز بايرن نظيفة.

برباعية

مهاجم بايرن ميونخ، بالفوز الكبير الذي حققه فريقه على حساب ضيفه آينتراخت فرانكفورت برعاية نظيفة، مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة رقم 23 من الدوري الألماني. وقال مولر في تصريحات عبر "DAZN": "استمتعنا بمباراة اليوم أكثر من المباريات السابقة، في تلك المرحلة الأمر يتعلق بالنتائج، ولكن يمكننا اليوم العودة للمنزل والقول بأننا حظينا بيوم جيد، نستحق الفوز بنتيجة (4-0)، جلبنا الهدوء إلى أرض الملعب، ولدينا شعور جيد".

ورد مولر على تصريحات لوثار ماتيسوس أسطورة بايرن ومنتخب ألمانيا، بشأن تعرضه للإهانة بمشاركته لمدة 24

ثانية فقط أمام في إياب الملحق نهائني دوري "علاقتي جيدة متواجدا عندما لم يكن به أي إهانة". وأضاف: "كل لاعب في القائمة يضع نفسه تحت خدمة الفريق، والمدرّب يتخذ أفضل القرارات بالنسبة لمعرفته، كل شيء على ما يرام". بدوره قال ماكس إيبيرل، المدير الرياضي لبايرن ميونخ عن إصابة جوشوا كيمييتش بخروجه مستبدلا قبل نهاية الشوط الأول أمام فرانكفورت، إن الدولي الألماني سيجري فحوصات ولا يزال من المبكر الحديث عن طبيعة الإصابة. كما علق أيضا على خروج جمال موسيالا قبل نهاية اللقاء، مشيرًا إلى أن استبداله كان إجراء احترازيًا.

## ألمانيا تستدعي حارسة بايرن ميونخ بعد إصابة صوفيا

أعلن الاتحاد الألماني لكرة القدم، عبر حسابه الرسمي على منصة اكس، أن الحارسة صوفيا فينكلر ستغيب عن مباراة النمسا بدوري أمم أوروبا، المقرر لها الثلاثاء المقبل، بسبب إصابة خطيرة في الركبة. وأوضح بيان الاتحاد الألماني، أن فينكلر تعرضت للإصابة أثناء التدريبات، وأضاف أنه تم استدعاء إيما محمودوفيتش حارسة مرمى بايرن ميونخ بدلا من اللاعبة المصابة. وتعتبر فينكلر، التي ستنتقل من فريق إيسن إلى غريمه المحلي آينتراخت فرانكفورت في الصيف المقبل، أملا كبيرا للمستقبل في الكرة الألمانية. من جانبه، أكد كريستيان فوك مدير ألمانيا في وقت سابق، أن فينكلر لديها فرص جيدة للتواجد في القائمة التي ستخوض بطولة أمم أوروبا 2025 التي ستقام في سويسرا في الفترة من 2 إلى 27 جويلية. وتولت أن كاترين بيرجر، حارسة مرمى منتخب ألمانيا في المباراة التي انتهت بالتعادل 2-2 مع هولندا يوم الجمعة الماضي، وتضم القائمة أيضا الحارسة ستينا يوهانس.

## كومباني؛ إصابة كيمييتش طبيعية. والانتقادات لا تهمني

علق فنسنت كومباني، مدرب بايرن ميونخ، على الانتصار الكبير الذي حققه فريقه (4-0) أمام ضيفه آينتراخت فرانكفورت، مساء أول أمس، ضمن لقاءات الجولة رقم 23 من الدوري الألماني. وقال كومباني، في تصريحات صحفية عقب المباراة عن إصابة لاعبه جوشوا كيمييتش، وخروجه مستبدلا قبل نهاية الشوط الأول: "لا أعتقد أن الإصابة سيئة".

وواصل: "تحنن في مرحلة من الموسم، نخوض خلالها العديد من المباريات، ومن الطبيعي ألا يكون بعض اللاعبين جاهزين بنسبة 100%". وحول تألق البايرن في مباراة أول أمس، قال: "تحليلنا بالهدوء (بعد مباراتي باير ليفركوزن وسيلتك)، وسنحافظ على نفس الهدوء الآن.. الحصول على يومين إضافيين من الراحة منحنا الكثير، وظهر ذلك اليوم في أرض الملعب". وأضاف

## كيمييتش يصدّم جماهير بايرن ميونخ

تعرض بايرن ميونخ لضربة قوية خلال مواجهة ضيفه آينتراخت فرانكفورت، على ملعب أليانز آرنا، ضمن لقاءات الجولة رقم 23 من الدوري الألماني، أول أمس. ففي الدقيقة 43، سقط لاعب وسط الفريق البافاري، جوشوا كيمييتش، على أرض الملعب مصابا. وبعد حديث مع الجهاز الطبي لبايرن، غادر كيمييتش الميدان ليحل مكانه نيون غوريتسكا. وخاض كيمييتش كل المباريات رفقة بايرن ميونخ هذا الموسم، دون غياب، حيث شارك في 35 لقاء بجميع المسابقات، نجح خلالها في تسجيل هدف واحد وصناعة 10. وأنهى بايرن ميونخ الشوط الأول من مباراة فرانكفورت متقدما بهدف، سجله مايكل أوليسيه في الدقيقة الثانية من الوقت بدل الضائع.

وواصل: "تحنن في مرحلة من الموسم، نخوض خلالها العديد من المباريات، ومن الطبيعي ألا يكون بعض اللاعبين جاهزين بنسبة 100%". وحول تألق البايرن في مباراة أول أمس، قال: "تحليلنا بالهدوء (بعد مباراتي باير ليفركوزن وسيلتك)، وسنحافظ على نفس الهدوء الآن.. الحصول على يومين إضافيين من الراحة منحنا الكثير، وظهر ذلك اليوم في أرض الملعب". وأضاف

المدرّب البلجيكي: "قدما ما أردناه بالضبط.. لعبنا بصورة جيدة للغاية، وخلقنا العديد من الفرص وعملنا بجهد.. الآن نركز على المباراة التالية، التي نريد الفوز بها أيضا". وعن مدى رغبته في أن يحظى بالإشادة من وسائل الإعلام بعد المباريات الجيدة، كما يتم انتقاده عقب المباريات السيئة، أجاب كومباني: "هذا ليس مهما بالنسبة لي.. أقوم بعمل من أجل الفريق والنادي والجماهير، ووظيفتي أن أركز فقط على المباريات، وما يقال ويكتب في الخارج لا يهم".



## هوفنهايم يفلت من السقوط أمام شتوتغارت

نجا هوفنهايم من الخسارة وسط جمهوره بهدف، وتمكن من إدراك التعادل بشق الأنفس (1-1) مع شتوتغارت، مساء أول أمس، في إطار الجولة الـ23 من الدوري الألماني. وعلى ملعب بريستيرو آرنا، معقل هوفنهايم، تقدم الضيوف بهدف مبكر في (9)، حمل توقيع المهاجم نيك فولتماده. وحافظ شتوتغارت على تفوقه حتى الدقيقة (74)، حينما أدرك أصحاب الأرض هدف التعادل أخيرا، عبر المهاجم جيست أوربان. بهذه النتيجة، ارتفع رصيده هوفنهايم إلى 22 نقطة، في المركز الرابع عشر بجدول ترتيب البوندسليغا، ورصيد شتوتغارت إلى 36 نقطة، في المركز السابع.



## مدافع سيتي السابق: أرسنال سيندم على ما فعله



يعتقد لاعب مانشستر سيتي السابق ميكال ريتشاردز، أن أرسنال سيحضر بندم كبير بسبب عدم تعزيزه لصفوفه خلال فترة الانتقالات الشتوية، وذلك بعدما وسع ليضربول الفارق في صدارة الدوري الإنجليزي الممتاز بفوزه على مانشستر سيتي (2-0) مساء الأحد. وتعرضت آمال الغانرز في تحقيق لقبه الأول منذ 21 عاما لضربة قوية بعدما خسر (1-0) أمام وست هام في ملعب الإمارات. بعد هذا التعثر، أصبح فريق ميكيل أرتيتا متأخرا بفارق 8 نقاط عن ليضربول المتصدر، الذي نجح في تحقيق فوز مريح على حامل اللقب مانشستر سيتي ليعزز موقعه في الصدارة بفارق 11 نقطة، علما بأن الغانرز لعب مباراة أقل. وتحدث ريتشاردز، لشبكة "سكاي سبورتنس" بعد صافرة النهاية، معبرا عن استيائه من فشل أرسنال في التعاقد مع مهاجم قوي خلال فترة الانتقالات الشتوية. وقال مدافع مانشستر سيتي ومنتخب إنجلترا السابق: "لو كان لدى أرسنال فريق مكتمل وجاهز، ربما كان الأمر مختلفا، لكن غياب ساكا وإصابة هافيرتز تركا الفريق دون أي حلول هجومية".

وأضاف: "أرسنال سيحضر بالندم الشديد لأنه لم يبرم أي صفقة في جانفي. بالطبع، لا يمكنك توقع الإصابات، ولكن كان عليهم اتخاذ الاحتياطات اللازمة". وتابع: "أما ليضربول، فهو فريق يعرف كيف يتكيف. لعبوا بأسلوب الكرة الهجومية السريعة، والأين يمكنهم العودة للدفاع بكتلة منخفضة والاعتماد على الهجمات المرتدة". وواصل: "كل شيء في هذا الفريق مذهل، لديهم القدرة على إيجاد طريقة للفوز. أعتقد أنهم لم يكونوا في قمة مستواهم طوال الموسم، ولكنهم عرفوا كيف يديرون المباريات بشكل مثالي". كما أشاد ريتشاردز بأداء قائد دفاع ليضربول فيرجيل فان دايك، معتبرا أن وجوده المستمر كان عاملا حاسما في موسم أرسنال الأول الراجح مع الفريق. وأوضح: "ليضربول لديه عمود فقري قوي جدا في الفريق، والألاعبون الرئيسيون نادرا ما يتعرضون للإصابة، وهذا عامل مهم للغاية". وأكمل: "عندما أصيب فان دايك في أحد المواسم، عانى الفريق بشدة، ولكن بعودته الآن، أصبح الوضع مختلفا تماما. يمكنك رؤية الثقة تتدفق داخل الفريق".

## كاراغر: 5 لاعبين لا يحظون بثقة سلوت

يعتقد مدافع ليضربول السابق، جيمي كاراغر، أن هناك "4 أو 5 لاعبين" في صفوف الريدز، لا يحظون بثقة المدرب أرنه سلوت، الذي سيحاول استبدالهم في نهاية الموسم. وحتى الآن، لم يعقد النادي سوى صفقة واحدة تحت قيادة المدرب الهولندي، حيث ضم فيديريكو كييزا في صفقة متواضعة، بقيمة 10 ملايين جنيه إسترليني. لكن اللاعب الإيطالي لعب دوزا محدودا، حيث شارك في التشكيلة الأساسية 3 مرات فقط، طوال الموسم. وبعد فوز ليضربول على مضيفه مانشستر سيتي (2-0)، أول أمس، ضمن منافسات البريميرليغ، قال كاراغر عبر شبكة "سكاي سبورتنس": "ما يمكنني قوله، وهو أمر متير للغاية بالنسبة ليضربول، إن سلوت لم يقم بأي تعاقدات حقيقية بعد". وأضاف: "لقد تعاقدوا مع كييزا في اللحظات الأخيرة، كخيار بديل لصالح في حالة إصابته.. المدرب يعرف فريقه الآن بشكل أفضل بكثير، مقارنة ببداية الموسم.. وإذا كنا صادقين، فهو لم يعتمد سوى على 14 أو 15 لاعبا". وتابع: "هناك على الأرجح 4 أو 5 لاعبين لا يحظون بثقة سلوت.. لست أنتقدهم، لكن المدرب على الأرجح يعرف الآن بالضبط ما يحتاجه.. ورغم أن الفريق في طريقه لحصد لقب الدوري، لا يزال هناك 3 مراكز يمكن تحسينها بشكل كبير".

وأوضح كاراغر: "أعتقد أن ليضربول بحاجة إلى التعاقد مع ظهير أيسر، ومهاجم صريح، ولاعب وسط هجومي.. إذا تم تعزيز هذه المراكز، فإن الفريق سيصبح أقوى.. هذا أمر متير، لأن ليضربول على الأرجح لديه أموال لإفناقها في سوق الانتقالات".

## كين عن ليضربول: نشاهد الآن أبطال البريميرليغ

اعتبر قائد مانشستر يونايتد السابق، روي كين، أن المنافسة على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز قد حسمت، بعد فوز ليضربول السهل 2-0 على مضيفه مانشستر سيتي.

وتقدم رجال المدرب أرنه سلوت، بهدفين نظيفين في الشوط الأول، من توقيع محمد صلاح ودومينيك سوبوسلاي، قبل أن ينهي المباراة بأقل مجهود. وقال كين خلال تحليله للمباراة، على شبكة سكاي سبورتنس "ليضربول كان رائعا. أنت تنظر إلى الأبطال هناك، لقد كانت عطلة نهاية أسبوع رائعة لهم حتى الآن". وجاء انتصار ليضربول، بعد أن تعرض منافسه المباشر أرسنال، لهزيمة مفاجئة 1-0 على ملعبه أمام وست هام، السبت، مما منح الريدز، دفعة معنوية إضافية.

وواصل كين، إشارات بالريدز، محذرا إياه من التراخي في الجولات المقبلة، قائلا "لا يمكنهم الاسترخاء الآن، عليهم إنهاء المهمة". وأضاف "أحب مشاهدة القسوة في الرياضة على أعلى مستوى، السيتي كان رائعا خلال السنوات الأخيرة، لكن الآن نحن نشاهد ليضربول (الأبطال الجدد)، لقد كانوا مذهلين". وأتم "لا يزال لدى ليضربول، المزيد من الأهداف في جيبته، لقد فازوا بأكبر عدد من المباريات وسجلوا أكثر عدد من الأهداف، وهم متمعن للمشاهدة". ورفع ليضربول، رصيده إلى 64 نقطة في الصدارة، موسعا الفارق مع أرسنال إلى 11 نقطة، مع خوض الأخير مباراة أقل.



## غوارديولا: بعض الكبار سيرحلون.. وفعلا شيئا لم نجربه من قبل

اعترف الإسباني بيب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، بأن عددا من اللاعبين الكبار لن يستمروا في صفوف الفريق في الموسم المقبل. وفاز ليضربول على مانشستر سيتي، بهدفين دون رد، أول أمس، على ملعب الاتحاد، ضمن لقاءات الجولة 26 للبريميرليغ. وقال غوارديولا، في تصريحات لشبكة "سكاي سبورتنس" عقب المباراة: "لقد لعبنا بشكل جيد للغاية، ربما افتقدنا المزيد من الإنتاجية في التسديدات، لكننا لعبنا ضد فريق رائع، ربما كانت النتيجة 50-50 في البداية ولم تتمكن من التسجيل". وأضاف: "في الشوط الثاني دافعوا بعمق شديد، لقد فعلنا شيئا لم نجربه من قبل في العديد من المباريات، وهو إضرامهم إلى منطقة جزائهم ومحاولة التغلب عليهم هناك". وتابع: "كانت التكتيكات هي الوصول إلى الثالث الأخير والخط الجانبية وقد حدث ذلك كثيرا لكننا لم نسجل". وبين: "لقد افتقدنا الجزء التالي قليلا ومع العرضيات يكاد يكون من المستحيل القيام بذلك بسبب طول لاعبيهم، لم نتمكن من إيجاد الخطوة التالية". وبتسأل، هل استهدفت وضع دوكو ضد ألكسندر أرنولد، قال: "سافينيو فعل الشيء نفسه، لدينا أجنحة جيدة، يدافعون من الداخل وصلاح دافع اليوم أكثر من المباريات السابقة".

وصرح: "أعلم أن الناس لا يصدقون ذلك، وأعلم متى لعبنا بشكل جيد حقا، وقد فعلنا ذلك في لقاء اليوم". وأكمل: "إذا خسرت، فعليك أن تقبل بذلك بطريقة اليوم". وواصل: "باستثناء كيفن دي بروين وربما ناشان أكي، جميع اللاعبين صفار جدا، ما يقرره النادي بعد ذلك للمستقبل، هناك مستقبل مشرق لهذا النادي في السنوات المقبلة. وأردف: "يعلم الجميع أننا سنحتفظ بمكان هنا في الموسم المقبل لبعض اللاعبين الأكبر سنا، لكن علينا أن نبنى للخطوة التالية، هذه مسألة وقت". وأردف: "حتى مع عدد الغيابات لدينا، لعبنا بشكل جيد. إنهم (ليضربول) يكسرون الخطوط ويمكنهم اختراق خطك الخلفي". وزاد: "إنهم يستطيعون تهديتنا حقا، لكننا وصلنا إلى مناطق الخطورة لديهم، وكل ما فاتنا هو أنه في الثالث الأخير، يعتمد الأمر على الموهبة في المراوغة أو التسديد في اللحظة المناسبة، من هناك، نبنى للمستقبل". وختتم: "نحن بعيدون، سترى في المستقبل، ما فعلناه في المواسم السابقة جيد، ولكننا الآن بعيدون عنهم، لقد لعبنا بشخصية رائعة وكان ذلك جيدا حقا".

## نيفيل: مباراة سيتي كانت لحظة إثبات الذات لليضربول

أصر مدافع مانشستر يونايتد السابق جاري نيفيل، على أن ليضربول سيحقق لقبه العشرين في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم، ليعادل رقم مانشستر يونايتد في عدد مرات التتويج باللقب. وحقق الريدز فوزا مقنعا على مانشستر سيتي بنتيجة 2-0 بفضل هدفي محمد صلاح ودومينيك سوبوسلاي، أول أمس، في قمة الجولة 26 للبريميرليغ، وهو ما وصفه نيفيل بأنه "انتصار تاريخي يحمل رسالة واضحة". وعزز هذا الانتصار تقدم فريق أرنه سلوت بفارق 11 نقطة عن أقرب ملاحقيه أرسنال، رغم أن الأخير لعب مباراة أقل. وأكد أسطورة مانشستر يونايتد أن ليضربول لن يقع في فخ التراخي، في حين انتقد أرسنال بسبب "تخبطة في سياق اللقب".

تعرض أرسنال لهزيمة (1-0) على ملعبه أمام وست هام السبت، كما يعاني من غياب العديد من لاعبيه الأساسيين بسبب الإصابات، إلى جانب فشله في تعزيز صفوفه خلال سوق الانتقالات الشتوية.

وفي تحليله للمباراة على شبكة "سكاي سبورتنس"، قال نيفيل: "لا أرى أي خطر من التراخي على ليضربول. لديهم خبرة كبيرة ويبدون مسيطرين على الوضع. لقد تأقلموا بشكل رائع طوال الموسم. الإصابات هي العائق الوحيد". وأضاف: "في العادة، الفريق الذي يطارد المتصدر يكون جاهزا لاستغلال أي تعثر، لكن الفريق الذي يلاحق ليضربول لا يبدو مستعدا لذلك.. إنهم متخبطون".

وواصل حديثه مازحا: "المطر الذي ترونه الآن هو دموع تنهمر من السماء لأن ليضربول سيفوز بلقبه العشرين". وأشار نيفيل إلى أهمية الفوز على مانشستر سيتي، معتبرا أنه كان "لحظة إثبات الذات" بالنسبة لفريق سلوت، مضيفا: "أحيانا تأتي مباراة حاسمة، ولقد فقد ليضربول بعض النقاط في الأسابيع الماضية، حيث تعادل 4 مرات في آخر 8 مباريات، ما منح أرسنال فرصة جديدة".

وأردف: "لكن تأتي لحظة تقول فيها: حان الوقت لإثبات الذات، ويبدو أن هذه المباراة كانت تلك اللحظة بالنسبة لليضربول". وأكمل: "لاعبو ليضربول ذهبوا إلى الفراش ليلة أمس وهم سعداء بسقوط أرسنال، وهم يدركون أن الفوز اليوم ليس مجرد فوز عادي، بل يمكن أن يكون خطوة حاسمة نحو اللقب، وبدون كرفيق يمتلك الخبرة والنضج المطلوب لتحقيق اللقب.. لا يوجد أي ارتباك".

## إنزاغي يمدح جنوى.. ويبرر غياب فراتسي

أصر سيموني إنزاغي، المدير الفني لانتير ميلان، على أن فريقه قدم أداء جيدا أمام جنوى، في الفوز الصعب بهدف نظيف، لحساب الجولة 26 من الدوري الإيطالي.

وفي تصريحاته لشبكة "سكاي سبورت إيطاليا"، قال إنزاغي: "يجب أن نهنتى جنوى وفييرا، لأنهما قدما مباراة جيدة للغاية، لم أتفاجأ برؤيتهما هذا الموسم".

وأضاف: "أريد أيضا تهنئة لاعبي فريقتي، كانت هذه هي المباراة رقم 37 هذا الموسم، خاصة بالنسبة لأولئك الذين لديهم واجب دولي، لقد أظهروا تصميمًا كبيرًا، ونرى كل أسبوع في الدوري الإيطالي أن أي مواجهة ليست سهلة ولم نسمح لهم إلا بفرصة كبيرة واحدة تصدى لها مارتينيز ببراعة".

وتابع: "لقد ضربنا العارضة مرة أخرى وخلقنا الكثير واختبرنا حارس مرمى جنوى، أنا سعيد للغاية لكنني كنت سأقول نفس الشيء عن هذا الأداء حتى لو لم نضف، لأنهم بذلوا جهدًا كبيرًا حقًا".

وأكمل المدرب: "فتراتسي كان سيشارك لكنه عانى من بعض مشاكل اللياقة البدنية ولم يكن جاهزًا للعب، ولتسوء الحظ، انتقلت المشاكل إلى الهجوم الآن".

وأتم سيموني: "لقد رأيت مشجعونا وأنا واجهنا بعض الصعوبات لكنهم ظلوا معنا، لدينا الكثير من المباريات في الأسابيع الثلاثة المقبلة، وكنا قادمين من هزيمة مؤلمة حقًا (أمام جوفنتوس) لكننا جميعًا نعمل بنفس الاتجاه ونأمل في إسعاد مشجعينا".

## لاوتارو: ما قيل عني كان مؤلما

وجه لاوتارو مارتينيز، مهاجم إنتر ميلان، رسالة إلى جماهير فريقه مطالبًا إياهم بعدم التشكيك في اللاعبين. وسجل "التورو" هدف إنتر الوحيد في الفوز على جنوى (1-0)، أمس السبت، بمناسبة الجولة 26 من الدوري الإيطالي. وقال لاوتارو لشبكة "سكاي سبورت إيطاليا": "كنا نعلم أننا قادمون من خسارة (ضد جوفنتوس) أضرت بنا كثيرا، نحن نفهم الجماهير ونركز على عملنا وتحديثنا فيما بيننا". وأضاف "الشيء المهم هو أن يظل الفريق متحدا ويعطي كل ما لديه من أجل الإنتر". وواصل الأرجنتيني: "لا ينبغي للناس أن يشككوا أبدا في أن هذه المجموعة ستبذل قصارى جهدها من أجل إنتر". وأكمل "لقد فقدنا نقاطا مهمة على طول الطريق، ونحن ندرك ذلك، يجب أن نستمر في التحسن، يمكن أن تحدث مباريات مثل هذه فرقًا على مدار الموسم". وكانت هناك دعوات لإيقاف لاوتارو بعد أن تم تصويره وهو ينطق بعبارة غاضبة بعد الخسارة ضد جوفنتوس، لكن لم يتم اتخاذ أي إجراء. وفي هذا الصدد، علق التورو "ما قيل عني كان مؤلما للغاية".

لوكا بركاسي الرئيس التنفيذي لاتالانتا:

## "عملنا مع غاسبريني لتسع سنوات وسنحترم قراره بعدم تجديد عقده"

قال لوكا بركاسي الرئيس التنفيذي لاتالانتا، إن النادي الإيطالي سيحترم قرار مديره جيان ببيرو غاسبريني، إذا أراد الرحيل الصيف المقبل. عقد غاسبريني ينتهي في جوان 2026، لكنه المبح إلى رحيله الصيف المقبل، بعد خلافه مع المهاجم أديمولا لوكمان إثر الخروج من دوري أبطال أوروبا. غاسبريني (67 عاما) يدرّب أتالانتا منذ جوان 2016، وقاده للتتويج بلقب الدوري الأوروبي عام 2024. وقال بركاسي لشبكة "سكاي سبورتس" بإيطاليا: "عملنا مع المدرب لتسع سنوات، لذلك فهذه أمور لا نتطرق إليها إلا في نهاية الموسم وليس في هذا الوقت المبكر. ولكن نظرا إلى علاقتنا القوية به، سنحترم قراره بعدم تجديد عقده، وستتفهم الأمر ونتعامل معه". وأضاف: "في الوقت ذاته، هناك عقد وستناقش أي قضية أخرى في نهاية الموسم، وهدفنا التركيز على بقية الموسم". بركاسي رفض الإجابة عن سؤال بشأن دور محتمل للخلاف بين غاسبريني ولوكمان، في تلميح المدرب. وقال: "لا أعلم، عليك توجيه هذا السؤال إليه، ولحسن الحظ يمكنك التحدث إليه مباشرة، نظرا لوجود مباريات كثيرة. أعتقد بأنه من الأفضل التركيز على كرة القدم، لأن الحديث عن الأمر سيثير جدلا، ويلقي بظلاله على الموسم الرائع للفريق". ويحتل أتالانتا المركز الثالث، برصيد 51 نقطة من 25 مباراة، ويتأخر بست نقاط عن إنتر ميلان المتصدر.

## موتا: يلدز لاعب مهم، وعلينا التركيز في المرحلة القادمة

ظهر المدير الفني لنادي جوفنتوس، تياغو موتا، في تصريحات صحفية هامة عقب الفوز أمام كالياري بنتيجة 0/1، ضمن منافسات الجولة 26 من بطولة الدوري الإيطالي. وقال موتا: "قدمنا مباراة جيدة، كنا نعلم صعوبة الأجواء في كالياري وتمكنا من السيطرة على اللقاء، كنا نملك أفضلية فنية وأردنا الاستحواذ بشكل جيد، لكن كان علينا حسم النتيجة مبكرا". كما أشاد بمستوى الشاب كينان يلدز، قائلا: "يلدز لاعب مهم جدا لنا، لكنه بحاجة إلى تحسين إنهاء الهجمات، يمتلك القدرة البدنية على التسجيل وسيصل إلى ذلك مع الوقت". وعن مسار الفريق في الدوري، أوضح: "نحن في المرحلة الحاسمة من الموسم وعلينا التركيز مباراة بعد مباراة، فالمنافسة متوازنة جدا". واختتم حديثه بالتطلع إلى المباريات القادمة: "اليوم حصلنا على ثلاث نقاط مهمة، والآن علينا التركيز على كأس إيطاليا ثم مواجهة هيلاس فيرونا، الفوز دائما هو هدفنا".

## كونتسي: أتحمل مسؤولية الخسارة في كومو

قال أنطونيو كونتي، مدرب نابولي، إن فريقه افتقر للرغبة في الشوط الثاني، خلال هزيمته المضاعفة 2-1 أمام كومو الصاعد حديثا لدوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم، الأحد، ليهدر فرصة العودة للصدارة، لكنه رفض إلقاء اللوم على لاعبيه.

وتسببت خسارة نابولي الأولى في 11 مباراة بالدوري، في التخطيط في فرصة استعادة صدارة الترتيب، ليظل في المركز الثاني ولديه 56 نقطة من 26 مباراة، متأخرا بنقطة واحدة عن إنتر حامل اللقب، فيما يحتل كومو المركز 13.

وعلى الرغم من تعافي نابولي في الشوط الأول بعدما سجل مدافعه أمير رحمان بالخطأ في مرماه مع الدقيقة، لكنه بدا بعيدا عن أفضل حالاته بعد الاستراحة؛ إذ سجل أساني دياو هدف الفوز لصاحب الأرض في الدقيقة 77.

وأبلغ كونتي الصحفيين: «لست راضيا عن الشوط الثاني الذي لن يرضي أي شخص... أسف للخسارة بسبب الافتقار للرغبة، ولكن يجب علينا جميعا محاولة فهم السبب. تهاوننا على ما يضعه هؤلاء الرجال (كومو)، وجدنا أنفسنا تحت ضغط بسبب جدارتنا، والآن يتعين علينا أن نفهم ما إذا كنا جديدين في تحمل ذلك».

وأردف مدرب جوفنتوس ومنتخب إيطاليا السابق: «يتعين علينا النهوض وتخطي جراحنا. يمكننا (تقبل) الخسارة خطيا ولكن ليس للافتقار للرغبة وللحدا. أنا المسؤول الأول لأنني لم أتمكن من نقل هذا الشعور (للاعبين)».

ودخل نابولي إلى المباراة بعد 3 تعادلات في الدوري الإيطالي، وقال كونتي إن فريقه كان يضغط على نفسه بينما واصل إنتر الضغط عليه.

واحتل نابولي، الذي فاز بلقب الدوري الإيطالي في موسم 2022-2023، المركز العاشر في الموسم الماضي. وقال كونتي إن فريقه ظهر بوجهين مختلفين مضيقا أنه لا يبحث عن الأعداء. وتابع: «أنا أسف لكن اللاعبين لم يكن لهم أي علاقة بالأمر، أنا من لم يلاحظ تباطؤ التركيز والرغبة. ومع ذلك، فإننا نضع ضغوطا على أنفسنا. يجب أن نحافظ على ما حققناه. علينا أن نبذل قصارى جهدنا، فهذا يؤلما لأن الهزيمة لا يمكن التسامح معها».



## مبابي يغادر مباراة جيرونا منزعجا

كشفت تقارير صحفية عن خروج كيليان مبابي، لاعب ريال مدريد، منزعجا من ملعب مباراة فريقه أمام جيرونا، والتي جمعت بينهما مساء يوم الأحد، بالرغم من انتصار الميرينجي. ساهم مبابي، في فوز ريال مدريد، على جيرونا، مساء اليوم بهدفتين دون رد في المباراة التي جمعت بينهما على ملعب سانتياجو برنابيو، ضمن مواجهات الجولة الـ 25 من الدوري الإسباني. وافتتح لوكا مودريتش، أهداف الميرينجي، بطريقة مميزة بعد تسديدة صاروخية من خارج منطقة الجزاء في الدقيقة 41، وقبل نهاية الوقت الأصلي للمباراة بسبع دقائق مرر مبابي، تمريرة لفينيسيوس جونيور، الذي سجل الهدف الثاني بتسديدة أرضية. بحسب التقرير الذي نشرته صحيفة "ماركا" فإن مبابي، غادر الملعب عقب المباراة بشكل سريع وظهرت عليه علامات الانزعاج، خاصة بعد إهداره فرصة هدف مؤكد في الدقائق الأخيرة من اللقاء. وكان يطمح النجم الفرنسي، لمواصلة التسجيل مع ريال مدريد، والتقدم في سباق هدافي الدوري الإسباني، وملاحقة روبرت ليفاندوفسكي، لاعب برشلونة، على القمة. ويتصدر ليفاندوفسكي، قائمة هدافي الدوري الإسباني برصيد 20 هدفا، ويأتي خلفه كيليان مبابي، برصيد 17 هدفا، وكان يسمى النجم الفرنسي، لاستغلال فشل لاعب برشلونة، في التسجيل هذا الأسبوع، وتضييق الخناق عليه في سباقهما على لقب الهداف. و بعد فوز اليوم ارتفع رصيد ريال مدريد إلى النقطة 54 في المركز الثاني من ترتيب الليجا، ويشارك الأهداف عن برشلونة المتصدر، بينما يأتي أتلتيكو، في المركز الثالث ومعه 53 نقطة.

## لامين يامال يسخر من التحكيم بصورة صادمة

سخر لامين يامال جناح فريق برشلونة من العنف الذي تعرض له خلال مباراة فريقه مع لاس بالماس، أمس السبت. وحافظ برشلونة على صدارة ترتيب فرق الدوري الإسباني بالفوز على لاس بالماس بثنائية من توقيع فيران توريس وداني أومو. وتعرض لامين يامال وبقية لاعبي فريق برشلونة لتدخلات عنيفة من نظرائهم في ملعب لاس بالماس وكان يامال أحد ضحايا هذا الأمر. ونشر لامين يامال صورة لإصابة تعرض لها في قدمه عبر حسابه بموقع "إنستغرام" للتواصل الاجتماعي مع عبارة غاضبة ساخرة، "لم يحتسب خطأ". وأشار لامين يامال إلى لعبة في الدقيقة 59 شهدت تدخلا عنيفا من قبل أليكس مونوز عليه، مما أدى إلى تلطيخ جواربه بالدماء، وهي الصورة التي نشرها إلى جانب وجهين ضاحكين بسخرية، وثالث صامت تعبيراً عن عدم التصديق. ورغم كل هذا العنف، فإن يامال كان حاسما بتمريرة كرة الهدف الأول لداني أومو بعد 62 دقيقة من اللقاء. يشار إلى أن الألماني هانز فليك مدرب برشلونة يحرص دائما على مطالبة لاعبيه بعدم التحدث للحكام أو الاعتراض عليهم كون القرارات لن يتم العودة فيها على عكس الفريق الأزلي ريال مدريد. ولعل هذا ما جعل لامين يامال يلجأ إلى شكل جديد في الاعتراض وهي مواقع التواصل الاجتماعي للتعبير عن غضبه.

## هالاند يرد السخرية لفتى أرسنال الواعد

رد النرويجي إيرلينغ هالاند مهاجم مانشستر سيتي على السخرية التي صدرت سابقا بحقه من ميليس لويس سكيللي لاعب أرسنال الشاب، بشكل غير مباشر. وتعرض أرسنال لهزيمة مفاجئة أمس السبت بهدف دون رد أمام وست هام يونايتد مما أضر على حظوظ الفريق في المنافسة على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز. وقبل أسبوعين فاز أرسنال بنتيجة 5-1 على مانشستر سيتي في مباراة شهدت سخريه سكيللي من هالاند من خلال تقليد احتفال اللاعب النرويجي المتمثل في الجلوس والتأمل على طريقة اليوغا. وتعرض سكيللي للطرد خلال الخسارة 1-0 أمام وست هام يونايتد لعرقلة محمد قدوس مهاجم الهامرز بعد الاستعانة بتقنية الفيديو المساعد للحكم "فار". ونشرت صفحة "سيتي إكسپرس" المعنية بأخبار السماوي صورة لمشجعين من وست هام وهم يقلدون احتفال هالاند للسخرية من سكيللي. ومن جانبه، رد الدولي النرويجي على ذلك الأمر من خلال وضع علامة إعجاب في إشارة منه على سعادته بالسخرية من سكيللي. يذكر أن الصراع بين سكيللي وهالاند قد بدأ في لقاء مانشستر سيتي وأرسنال في الدور الأول للدوري الإنجليزي الممتاز والذي حسمه التعادل الإيجابي 2-2.

## فينيسيوس يحتفل بالفوز على جيرونا بمنشور على الانستغرام

شارك فينيسيوس جونيور لاعب ريال مدريد اساسيا في الفوز على جيرونا بهدفتين دون رد، في الجولة الـ 25 من منافسات الدوري الإسباني. فينيسيوس كتب عبر حسابه الرسمي على موقع انستغرام عقب الفوز: "فترة ما بعد الظهر جميلة في البرنابيو". وكان فينيسيوس قد سجل الهدف الثاني لفريقه أمام نادي جيرونا، ليحصده الفريق ثلاث نقاط ثمينة واصل من خلالها صراع التنافس على الدوري الإسباني الذي يتصدر ترتيبه برشلونة. و يمر ريال مدريد بفترة مميزة خلال الفترة الماضية خاصة بعد تأهله على حساب مانشستر سيتي الإنجليزي إلى الدور الـ 16 من مسابقة دوري أبطال أوروبا مستفيدا من هزؤه ذهابا وإيابا.

## البرازيل تحرم نيمار من أسطول سياراته

موقف غريب يعاني منه نيمار في البرازيل، بعدما انتقل إلى سانتوس، عقب إنهاء تعاقد مع الهلال السعودي، ويكمن في عدم قدرته على الاستفادة من السيارات الكثيرة التي يملكها، وجميعها ممنوعة من دخول البلاد، بحسب القانون الذي يحظر استيراد السيارات المستعملة من الخارج، من أجل دعم الصناعة المحلية، وتجنب المنافسة غير العادلة، مع وجود استثناء للسيارات التي تتجاوز 30 عاما على صنعها، حيث يهوى البعض جمع المركبات القديمة. ويملك نيمار أسطولا من السيارات خلال رحلته مع برشلونة وباريس سان جيرمان والهلال السعودي، ولم يتمكن النجم الشهير من مشاهدة السيارات حتى الآن، مما يجعله يفكر في العودة إلى الدوريات الأوروبية من جديد. يذكر أن نيمار، 33 عاما، سبق له خوض 186 مباراة بقميص برشلونة، وأسهم في 181 هدفا، سجل 105 أهداف، و76 تمريرة حاسمة، وتوج مع البارسا بـ 8 ألقاب، بواقع 3 ألقاب في كأس ملك إسبانيا، ولقبين في الدوري الإسباني، ولقب دوري أبطال أوروبا، وكأس السوبر الإسباني، وكأس العالم للأندية. واستغل نيمار وجود شرط جزائي بقيمة 222 مليون يورو في تعاقد مع برشلونة، ليفسخ عقده مع النادي في أغسطس 2017، قبل أن ينضم إلى سان جيرمان، ومنه التحق بالهلال، صيف 2023.

# ألم العضلات بعد استئناف ممارسة الرياضة



هل سبق وأن استيقظت في اليوم التالي لممارسة التمارين الرياضية وتساءلت عن الذنب العظيم الذي ارتكبه لتستحق هذا الألم الشديد في العضلات نحن نتحدث عن ذلك الألم الذي يمكن أن ينجم عن عدة أسباب، ومعرفة الأمور التي من شأنها أن تساعدك على علاج ذلك بأفضل شكل، وإيجاد سبل للوقاية من حدوث ذلك في المستقبل. يقول توماس بريكنر، وهو رئيس فريق الأطباء لعدد من الألعاب الرياضية في جامعة نورث كارولينا: "هناك ألم عضلي قد ينجم عن التدريب على رفع الأثقال على سبيل المثال، والذي يمكن أن يسبب ما نسميه ألم العضلات المتأخر، وهو نوع من الألم المنتشر في العضلات، وعادة ما يبدأ بعد يوم أو يومين من البدء بتمارين جديدة، أو بتمارين رياضية لست معتادا عليها". ألم العضلات المتأخر هو ذلك النوع الذي يحدث في اليوم التالي بعد البدء بالتمارين الرياضية أو الركض لأول مرة منذ عدة أشهر، أو محاولة رفع الأثقال لأول مرة، وعلى الرغم من أنه قد يسبب الشعور بعدم القدرة على الحركة إلا بالكاد، إلا أنه يمكنك مذل الأمر حتى عندما تسوء الحالة كثيرا. ويحدث ألم العضلات المتأخر بسبب الإصابات المجهرية المنتشرة في العضلات بحد ذاتها والالتهاب الذي ينتج عنه، (من الخراشات الشائعة أنه ينتج عن تراكم حامض اللاكتيك، حيث أن حمض اللاكتيك يسبب الشعور بالحرقنة الشديدة خلال آخر حركة من التمرين أو عندما تكون العضلات على وشك التعرض للقوة، ولكن يمكن للجسم التخلص منه من الدم خلال بضع دقائق). ويقول بريكنر، "عادة ما يكون ألم العضلات المتأخر هو نوع من عدم الراحة في العضلات بحد ذاتها والذي يكون منتشرًا إلى حد ما، ولكن الألم عادة ما يكون من النوع الخفيف ولا تخسر العضلات عادة الكثير من حركتها". ويقول أيضا بأنه لا يحدث عادة الكثير من التورم في المنطقة، فعلى سبيل المثال، إذا قمت بإجراء بعض تمارين العضلة ذات الرأسين في اليوم السابق، فقد تصبح تلك العضلة مؤلمة، ولكنك ستبقى قادرا على مذل المرفقين. بالنسبة لألم العضلات المتأخر، فإن بعض أنواع التمارين الرياضية قد تسبب الألم أكثر من غيرها، وخاصة التمارين التي تشمل ما يسمى بالتقلصات غير المركزية - أي تلك التي تسبب استرخاء العضلات وتقلصها في نفس الوقت. وهناك طريقة جيدة لتصور ذلك من خلال تخيل القيام بوضعية القرفصاء، حيث تبدأ العضلات رباعية الرؤوس في العضلات بالتمدد كلما قمت بخفض جسمك، ولكنها تتقلص أيضا حتى لا تنخفض بسرعة كبيرة، كما أن الركض نزولا يمكن أن يسبب هذا أيضا، كما يقول بريكنر. وعادة ما يزول هذا النوع من ألم العضلات من تلقاء نفسه في غضون يومين. ولكن عندما تشعر بشدته، فهناك خطوات يمكنك إجراؤها لتشعر بحال أفضل ريثما يزول الألم، وقد تسمح للعضلات بالشفاء بشكل أسرع أيضا. إذ يقول بريكنر بأن شرب كمية كافية من السوائل مهم للغاية. حيث أن خلايا العضلات تحتاج إلى الماء لترميم الأنسجة التالفة بشكل صحيح من خلال تركيب البروتين. ويقول بأنه إذا كان الشخص جريئا، ويمكنه فعل ما يسمى بالحمام التبايني - أي التبدل بين حمام دافئ وحمام بارد - فيمكن أن يكون ذلك مفيدا أيضا. وتؤدي الحمامات التباينية إلى فتح وإغلاق الأوعية الدموية، مما ينجم عنه "تأثير المضخة" والذي يقلل من الألم والالتهاب في المنطقة. وليس من الخطأ أيضا تدليك العضلات المؤلمة بشكل لطيف. يعتبر ألم العضلات المتأخر موحعا، ويمكن أن يفسد عليك أنشطتك اليومية. ولكن يجب أن تبقى قادرا على القيام ببعض الأشياء، وإن كان ببطء أكبر. ولكن، إذا كنت غير قادر على مذل ذراعك بعد بضعة أيام من ممارسة تمارين العضلة ذات الرأسين، فمن المحتمل أن يكون الوقت قد حان لمراجعة الطبيب. ويقول بريكنر بأن ذلك هو علامة على انحلال العضلات المخططة الهيكلية، والذي يعد إصابة شديدة للعضلات نتيجة التمرين المفرط. إذ أن الإفراط في التمارين يمكن أن يتسبب فعلا بموت الخلايا العضلية. وعندما تموت الخلايا، فإنها تطلق السموم في مجرى الدم، والتي يمكن أن تسبب انعدام حركة العضلات المسؤولة، بالإضافة إلى الصلابة والتورم، وتحرير الميوغلوبين إلى الكلى، والذي يمكن أن يجعل البول يبدو دمويا، وهذا أمر غير جيد. ويقول بريكنر: "يذهب الكثير من الناس ويمارسون التمارين الرياضية بقوة ويعتقدون بأن ألم العضلات هو أمر طبيعي، ويحدث بشكل عادي جراء التمارين. ولكن قد لا يكون الأمر كذلك. فقد يكون ناجما عن انحلال العضلات المخططة الهيكلية، وهذا هو نوع غير طبيعي من ألم العضلات. وإذا كان لديك وعي حول ذلك، فهذا أمر مهم جدا". هذا الانحلال نادر الحدوث، ولكن إذا كان عانيت من صلابة شديدة في العضلات، وألم وتورم يترافق مع بول بلون أحمر أو بني، فمن الأفضل أن تراجع الطبيب أو تتوجه إلى غرفة الطوارئ. يمكن لأي شخص أن يقع ضحية ألم العضلات، سواء كان لاعب كرة سلة حاصلا على لقب البطولة أو مجرد شخص يصعد على الدرج. كل ذلك يتناقض عند عدم إجهاد نفسك كثيرا، وخاصة إذا كنت لا تزال حديث العهد فيما يتعلق بالتمارين الرياضية. ويقول بريكنر: "أرى هذه الحالة عند الرياضيين في كثير من الأحيان"، وكثيرا ما يكونون بأجساد رائعة ومن رياضيي الدرجة الأولى، ولكن ربما عادوا للتو من عطلة الشتاء أو الصيف وقاموا بالكثير من تمارين الرفع على القضبان المعلقة، بشكل أكثر مما قاموا به خلال أسابيع أو أشهر، ويقول بأنه على الرغم من أن أجسادهم رائعة، إلا أنهم قاموا بالإفراط في ذلك، والنتيجة هي ألم العضلات. وعند إجراء تمارين رياضية جديدة، يجب أن تشعر بأنه يمكنك أن تقوم بالتمرين بشكل أصعب قليلا إذا أردت ذلك، ويوصي بريكنر من أجل حمل الأثقال باختيار الوزن الذي لا يسبب لك التعب. فالوزن الذي تحمله يجب أن يجعلك تعتقد بأنه يمكنك أن ترفح أكثر من ذلك خلال المرات الأولى. أما بالنسبة للعدائين المبتدئين، فيقول بريكنر بأنه إذا لم تكن تركز من قبل، فابدأ بذلك يوما بعد يوم، وربما عليك محاولة شيء مثل الركض لمسافة كيلو متر ونصف ثم المشي لمسافة كيلو متر ونصف لزيادة المسافة بشكل تدريجي. بالإضافة إلى عدم إجهاد نفسك في المرحلة الأولى، قد يفيدك شرب كمية مناسبة من السوائل وتناول التغذية الملائمة للتمارين التي تقوم بممارستها، كما أن الإحماء والتبريد ضروريان لحماية نفسك من الإصابة. ويقول: "يمكن أن يحدث ألم العضلات عند أفضل الرياضيين المدربين، ويمكن أن يحدث عند الرياضيين الأقل تدريبا. واعتقد بأنه يمكن أن يحدث لأي شخص، ولكن الوقاية - بغض النظر عن خلفية الشخص - تكون بأن تبدأ بالقيل بآي نشاط لست معتادا عليه".

## خطر العطش على الأداء الرياضي

يجتوي الجسم البشري على كمية من الماء تفوق 60 قف من وزن الجسم وكلما كان الجسم عضليا زادت نسبة الماء فيه وتقل إذا كان الجسم دهنيا، وتكون موزعة في الخلايا والتجاويف التي تغطي الخلايا وفي بلازما الدم إذ يوجد 62 قف داخل الخلايا و38 قف في مص الدم واللحاح والغدد وحول الأعصاب والمعدة وتشكل نسبة الماء في العضلات حوالي 75 قف من وزن العضلات. ويحتاج الإنسان العادي لاستهلاك من 2 إلى 4 لتر ماء في اليوم لتغطية المتطلبات اليومية العادية، بينما يصل استهلاك الرياضي ما بين 6 إلى 12 لتر في اليوم في حالة ممارسة مجهود بدني يتجاوز 70 دقيقة في مناخ تبلغ حرارته 35 درجة مئوية. الأرقام لشخص بالغ غير نشيط بدنيا يصرف طاقة يومية تقدر 2200 كيلو حريرة، الماء المفقود في البول 1300 ملي لتر، الماء المفقود في البراز: 60 ملي لتر، الماء المفقود من التعرق والتنفس: 1220 ملي لتر، المجموع: 2580 ملي لتر، فهذه القيمة يمكن أن تتضاعف لشخص رياضي وتزداد حسب رطوبة ودرجة حرارة البيئة التي تقام فيها التدريبات والمنافسة. يجب على الرياضي أن يشرب الماء بطريقة عقلانية وذكية (قبل أثناء وبعد) ممارسة الجهد البدني ولا يتنظر الإحساس بالعطش حتى يتفطن لشرب الماء لأنه في هذه المرحلة يكون الرياضي قد خسر نسبة معتبرة من وزن جسمه والتي قد تصل إلى 05 قف في حالة الجهد البدني الشاق. يجب أن يتناول الرياضي ما لا يقل عن 500 ملي لتر لكل ساعة تدريب تكون مسبقة بشرب 300 ملي لتر ماء قبل 03 إلى 05 دقائق من انطلاق التدريب ويقوم الرياضي بشرب هذه الكمية (500 ملي لتر لكل ساعة تدريب) على فترات (كل 15 دقيقة ما بين 100 إلى 150 ملي لتر)، ودرجة حرارة السائل المائي الذي يجب أن يتناوله الرياضي خلال التدريب، من 10 إلى 15 درجة مئوية. تعتمد كمية الماء المفقود على مدة التمرين والظروف البيئية، إذ يجب تلبية حاجة الرياضي من الماء لأهميته في تنظيم درجة حرارة الجسم، إذ أن الحرارة الناتجة من تمرين لمدة بضع دقائق تكون كافية لإتلاف بروتين العضلات لولا وجود الماء من خلال التخلص منها عن طريق التعرق، إذ تقدر كمية الماء المفقودة. نقص الماء والسوائل من داخل الجسم تؤدي إلى نقص حجم البلازما مما يؤدي إلى نقص أو تقليل في (حجم الضربة، الدفع القلبي، انخفاض ضغط الدم، ويفقد رياضي التحمل كمية من الماء تصل إلى (4 لتر) أي (2-4) كغ من وزن الجسم خلال ساعة من التدريب أو السباق. ينخفض أداء الرياضي إذا فقد 3 قف من ماء جسمه ويؤدي ذلك إلى ضعف أداء العضلات وعدم الاستمرار في النشاط، انخفاض في حجم الدم ويطء عمل القلب، ودوران الدم في الكلى، قلة استهلاك الأوكسجين، نفاذ مخزون الغليكوجين من الكبد، قلة كفاءة تنظيم الحرارة. أما إذا فقد الرياضي كغ من وزن الجسم تبقى الأجهزة ساخنة ويصاب بضربة الحرارة، والرياضي الذي يفقد من وزنه 4-7 قف يحتاج إلى 36 ساعة للتعويض التام، ويتسبب الجفاف في الكثير من الإصابات الرياضية كالتشنج العضلي، التمزق العضلي، إصابة الأوتار.



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

من أجل إخباركم توجها إلى:  
المؤسسة الوطنية للإعلام، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ 01 هنج باستور-الجزائر.  
الهاتف الثابت:  
020.05.20.91 / 020.05.10.42  
الهاتف:  
020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77  
البريد الإلكتروني:  
agence.regie@anep.com.dz  
agence.ora@anep.com.dz  
agence.ana@anep.com.dz  
agence.ourgl@anep.com.dz  
agence.constantine@anep.com.dz

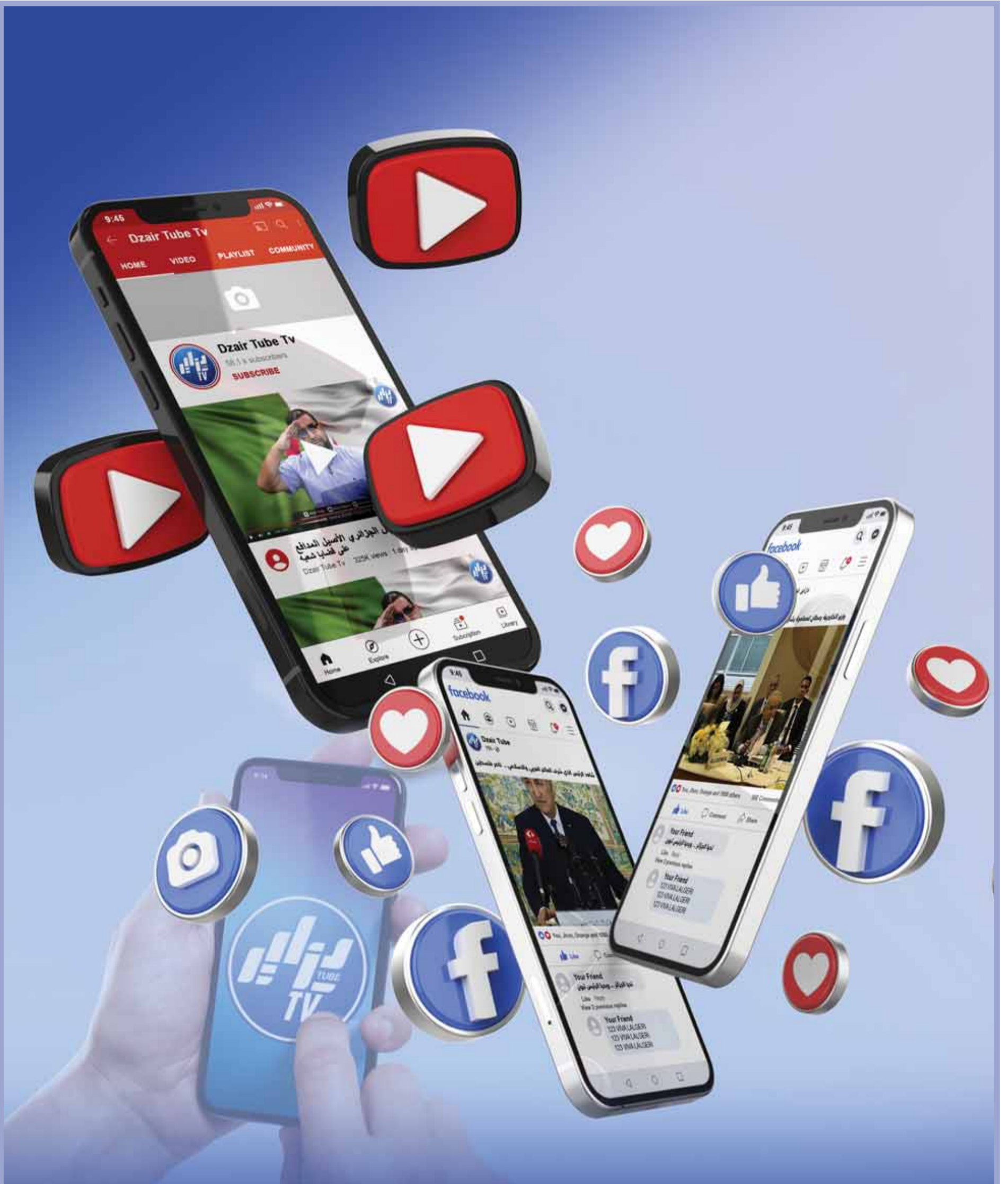
الطبع: SAMPRAL  
TD DIFFUSION COMMUNICATION  
البريد الإلكتروني:  
agence.regie@anep.com.dz

رقم الحساب البنكي:  
al salam bank algeria  
03801603323071300789

الفاكس:  
023-78-57-70  
الهاتف:  
0541-76-26-27

العنوان:  
مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 05-الجزائر-  
البريد الإلكتروني:  
Dzairtube13@gmail.com

يومية رياضية جزائرية



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

