



في انتظار رد الكاف:

بلماضي يختار 7 سبتمبر
لاستقبال تنزانيا



www.algeriematch.dz

أول يومية وطنية إخبارية تربوية شاملة ، تهتم بكل الفئات وكل الرياضات.

حماد يستقبل
أبطال ذوي
الهمم
المنتارين
في البطولة
العالمية
للألعاب القوى



الجزائر تختتم موعد باريس
ب7 ميداليات



والي العاصمة يكرم نثباب بلوزداد



نثبيبة القبائل تعين
جمال مناد مديرا رياضيا

حماد يستقبل أبطال ذوي الهمم المُنْتَارِكين في البطولة العالمية لألعاب القوى



استقبل مساء يوم الثلاثاء، وزير الشباب والرياضة عبد الرحمن حماد بقاعة الشرقية بمطار هواري بومدين الدولي أبطال ذوي الهمم العالمية قادمين من العاصمة الفرنسية باريس بعد مشاركتهم في البطولة العالمية لألعاب القوى. وعرف هذا الحدث الرياضي تألق أبطال الجزائر بإحرازهم لـ 3 ميداليات ذهبية، وميدالية فضية، و3 برونزيات، محتلين بذلك المركز 21 عالميا بمشاركة أكثر من 100 دولة كما تأهل 12 رياضيا للالعاب البارلمبية باريس 2024. كما أشاد وزير الشباب والرياضة عبد الرحمن حماد، بتأهل 12 رياضيا جزائريا إلى أولمبياد باريس 2024.

وقال الوزير، على هامش استقبال وفد الجزائر، المشارك في بطولة العالم لألعاب القوى لذوي الهمم الثلاثاء: «الحمد لله كانوا وقيمين لعاداتهم و12 رياضيا تأهل للأولمبياد. ولا تزال هناك دورات أخرى لتتأهل».

كما هنا حماد، في تصريحات إعلامية، الرياضيين المتأهلين إلى الأولمبياد. وكل المتحقلين على الميداليات في مونديال ألعاب القوى لذوي الهمم، التي جرت بباريس، مؤكدا أنه من الواجب موافقتهم.

وزير الشباب والرياضة، عبد الرحمن حماد تطرق أيضا، لقضية السباح الجزائري جواد صويد، مع رئيس الاتحادية محمد حكيم بوغادي. وصرح الوزير حماد قائلا: «كل شخص عليه تحمل مسؤوليته». وأضاف حماد: «قضية السباح جواد صويد لم يكن من الممكن التطرق إليها أثناء مناقشة بحجم الألعاب العربية، خاصة وأن الجزائر تحضن فعالياتهما». وكان وزير الشباب والرياضة قد أوقف رئيس اتحادية السباحة محمد حكيم بوغادي، بسبب تصريحاته بحق السباح جواد صويد.

وفيما يخص قضية استقالة رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم «فان» جيب زفيزف من منصبه، رفض وزير الشباب والرياضة عبد الرحمن حماد، التعليق حول الموضوع حيث رد قائلا: «لا يوجد تعليق على الاستقالة. هو حر وكل شخص من حقه الاستقالة». كما أوضح حماد، بأنه ستكون هناك إجراءات تتبع بعد الاستقالة وفق القوانين المعمول بها.

والي العاصمة يكرم منتخب بلوزداد



حظي فريق شباب بلوزداد، بتكريم من طرف والي العاصمة، عبد النور راجحي، نظير تويجهم بلقب البطولة الوطنية لموسم 2022-2023. وكشفت إدارة شباب بلوزداد، عبر صفحتها الرسمية، عن استقبال والي العاصمة راجحي، لكرة الفريق، بمقر الولاية، في مدينة عشاء، بحضور عدة مسؤولين، وشخصيات فنية. كما حرص والي الولاية عبد النور راجحي، على تكريم أعضاء إدارة الفريق، وطاقته الفني، والطبي، بالإضافة لسلاطين. وبتروها قامت إدارة النادي البلوزدادي، بتكريم والي العاصمة عبد النور راجحي، بأهائه القمص الرسمي للفريق.

إدارة شباب بلوزداد تتصبغ عبد القادر شنيوني منبرا للاتصال

تدعت خلية الإعلام والاتصال في فريق شباب بلوزداد، بالصحفي الجزائري عبد القادر شنيوني، في شعار الفريق منصب مدير خلية الإعلام. ونشرت إدارة الشباب بيان عبر الصفحة الرسمية للفريق، أعلنت من خلاله عن تصدب عبد القادر شنيوني، كما استعرض مسؤولي النادي البلوزدادي، المسيرة المهنية لشنيوني، مشيرة في ذات الوقت لتعلقه الكبير ومناصره لشباب بلوزداد. يذكر أن الشخير عبد القادر شنيوني، يعتبر من أعمدة الصحافيين الجزائريين، كما أصدر عدة كتب في المجال الرياضي. بلوزداد تضع نجمة على الرابعة على التوالي، في إنجاز غير مسبق.

قامت إدارة فريق شباب بلوزداد، يوم الأربعاء، بتحديث شعار الفريق، عقب تويجه هذا الموسم بلقب البطولة الوطنية. ونشرت إدارة النادي البلوزدادي، عبر الصفحة الرسمية للفريق، الشعار الجديد للفريق، والذي تعنيه نجمة. كما تأتي هذه الفرجة من مسؤولي الشباب، بالنظر لتتمكن لسفريق من محمد عشر بطولات وطنية في تاريخه. يذكر أن فريق شباب بلوزداد، تال هذا الموسم لقب البطولة الوطنية للمرة الرابعة على التوالي، في إنجاز غير مسبق.

إدارة العميد تجدد ثققتها في المدرب بوميل وتستهدف الدولي مهدي زرقان

حسم حكيم حجاج رجم، رئيس مجلس إدارة مولودية الجزائر، مستقبل التسنقي الفرنسي بسترين بوميل، مؤكدا بأن الأخير يبقى في السفريق لموسم إضافي. كما وعد حجاج رجم، عقب تنويع رفيف البطولة بكأس الجمهورية أمام شباب بلوزداد، بتبليغ جميع مطّاب الفرنسي بوميل، في الميركاتو الصيفي، من أجل أن يكون السفريق في المستوى وأضاف رئيس المولودية: «الميركاتو انطلق قبل 24 ساعة فقط، نسعى لتلبية مطالب المدرب.. أماننا أكثر من 30 يوما وكل شيء في وقته. وبخصوص أهداف السفريق، أوضح حجاج رجم: «أهم شيء أننا في الطريق الصحيح، سنواصل على نفس المنوال.. لم نتمكن من حجز مشاركة قارية، ولكن سنشارك في المواسم المقبلة في البطولات الإفريقية». وختم: «هدفنا تكوين فريق تنافسي يلعب على الألقاب وليس ضمان مشاركة إفريقية فقط».

كشفت تسفاريير إعلامية فرنسية، عن إستهداف إدارة نادي مولودية الجزائر، التعاقد مع لاعب دولي جزائري، خلال الميركاتو الصيفي الحالي. وحسب مسكف موقع «SPORTS.FR» الفرنسي، فإن إدارة العميد تستهدف التعاقد مع متوسط الميدان الهجومى بورنو الفرنسي السابق مهدي زرقان. وحسب ذات المصدر، فإن مدرب المولودية بسترين بوميل، أجرى اتصالات مع اللاعب صاحب 24 سنة زركان مهدي لضمه لصفوف المولودية بجر الإشارة، بتواجد اللاعب مهدي زركان دون فريق بعد إنتهاء عقده مع نيم. الميركاتو الحالي حيث شارك اللاعب في 9 مواجهات وقدم تمريرة حاسمة في البيع 2. كما تقرر القيمة التسويقية للاعب مهدي زركان حوالي 450 ألف أورو، حسب الموقع المتخصص «ترانسفر مارك».



الطباعة / مؤسسة الطباعة للوسط S.I.A ALGER
لطباعة / مؤسسة الطباعة للشرق
التوزيع / SARL ARINAS PROD
سحب من العدد السابق 2000 نسخة
مدير النشر / ربيع خودري
الحساب البنكي /

ARINAS PROD SARL - Domiciliation bancaire: C.P.A
103 - Les Halles - Alger - 004 00103 4000009939 30
من أجل إظهاركم توجهوا إلى / المؤسسة الوطنية للنشر والإشهار
، رقم 01 نهج باستور - الجزائر - ANEP
الهاتف / 021 73 71 28 - 021 71 16 64
الفاكس / 021 73 99 19 - 021 73 95 59
كل الوثائق التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر.

المقر الاجتماعي: 01، شارع عبد العزيز
موزاوي - الجزائر.
الإدارة و التحرير: 64، تعاونية عصيات إيدر
- بني مسوم - الجزائر
الهاتف و الفاكس: 023346674

مكتب الشرق / 34، شارع الثورة، الحمة - سطيف.
الهاتف:
0553 74 73 94
036 48 35 90 / الفاكس
WWW.ALGERIEMATCH.DZ
CONTACT@ALGERIEMATCH.DZ



«الجزائر ملتش» يومية رياضية تصدر عن الشركة ذات المسؤولية المحدودة «أريناس برود» رأسمالها 100000 د.ج.
SARL ARINAS PROD

سليماني مطلوب في الدوري البرازيلي

وبراهن النادي البرازيلي على عدة عوامل من أجل الاستفادة من صفقة إسلام سليمان، وفي مقدمتها إتقانه اللغة البرتغالية وهو الأمر الذي سيسهل مهمة اندماجه في النادي البرازيلي. فضلا عن تجربته الكبيرة في العديد من الدوريات، ما يشكل ورقة رابحة لدى كورتينا الباحث عن ضمان البقاء في الدوري البرازيلي الممتاز. ويرتبط إسلام سليمان عاطفيا بمدينة كورتينا البرازيلية منذ عام 2014، عندما قاد آنذاك منتخب الجزائر للتأهل إلى الدور ثمن النهائي لكأس العالم، بعد التعادل في المواجهة الثلاثة من الدور الأول أمام منتخب روسيا (1-1)، وسجل سليمان هدف التعادل في المباراة التي احتضنها ملعب أرينا دا بايشادا بمدينة كورتينا.

بالتعاقد مع المهاجم الجزائري، إسلام سليمان، نجم أندلخت البلجيكي السابق، «مضيفا: سليمان لاعب تجربة معروف خاض مونديال 2014 مع منتخب الجزائر، ولعب لأندية معروفة، مثل أولمبيك ليون بفرنسا وسبورتنغ لشبونة في البرتغال وفريخشة التركي وليستر سيتي الإنجليزي». ولا يعرف إن كان اهتمام النادي البرازيلي المفاجئ من طرف واحد في ظل عدم معرفة موقف نجم الجزائر ولا حتى الإشارة إليه، خاصة أن سليمان كان رفض الرد على العروض الخليجية وأبدى رغبة قوية في مواصلة معاقمته في الدوريات الأوروبية، وهو الذي يستهدف المشاركة في كأس أمم أفريقيا 2023 بكونت ديفوار.

كشفت الصحف البرازيلي، روجيرو سكاربوني، عن مفاجأة من العيار الثقيل بخصوص الدولي الجزائري، إسلام سليمان، الموجود دون نأ حاليا لانتهاه عقده مع فريق أندلخت البلجيكي، عندما أكد بأن الهدف التاريخي لمنتخب الجزائر مطلوب في نادي كورتينا البرازيلي الناشط في الدوري البرازيلي الممتاز. ومنذ انتهاء عقد سليمان (35 عاما) مع أندلخت الشهر الماضي تم تداول اسمه في العديد من الأندية في بلجيكا والخليج، مع احتمال تنفيذ تجربته مع النادي البلجيكي؛ لكن العرض المالي لإدارة الأخير لم يقع نجم ليستر سيتي الإنجليزي السابق. ونشر الصحفي البرازيلي تغريدة على حسابه الرسمي في «تويتر»، قال فيها: «كورتينا مهتم

بطل الدوري الجزائري يقترب من «صفقة الموسم»

وأهدى تمريرين حاسمتين، ويحل دوري روميرو المركز 32 في ترتيب أفضل هدافي السعالم في عام 2023، مناصفة مع البرويجي إيرفينغ هالاند هداف مانشستر سيتي الإنجليزي. تجدر الإشارة إلى أن المهاجم الدومينيكي يملك خبرة دولية كبيرة، حيث سبق له أن خاض 21 مع منتخب بلاده سجل فيها 5 أهداف وأهدى 3 تمريرات حاسمة.

عقد دوري أبطال أفريقيا ويخطط نادي العاصمة الجزائرية للذهاب إلى بعد ما يكون خلال السنة المقبلة من دوري أبطال أفريقيا، وذلك على أمل كسر عقد عدم التأهل للمربع الذهبي للمنافسة، وفشل النادي الجزائري في تجاوز عقبة ربع النهائي في آخر 3 مشاركاته له في أمم الطولات القارية لانتدبة. في عام 2021، خسر شباب بلوزداد أمام الترجي التونسي بركلات الترجيح، بعد انتهاء مجموع مباراتي الذهاب والإياب بنتيجة التعادل بهدفين لمتله.



بات بطل الدوري الجزائري على أعقاب استقطاب صفقة الموسم خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية الموسم الماضي من الدوري الجزائري 2022-2023 شهد تتويج فريق شباب بلوزداد باللقب للمرة الرابعة على التوالي، ليواصل هيمنته على كرة القدم المحلية في السنوات الأخيرة. ويسعى بطل الجزائر لمواصلة هيمنته، من خلال التعاقد مع العديد من الصفقات القوية خلال الميركاتو الصيفي الحالي. وتنتظر شباب بلوزداد رهانات كبيرة خلال الموسم المقبل، من بينها بطولنا كأس الملك سلمان للأندية العربية، بجانب دوري أبطال أفريقيا، بالإضافة للسلطات المحلية. وضم شباب بلوزداد لصفوفه المهاجم الدولي السابق أسامة درفو، كما يسعى لتجديد إعارة الموجه إسحاق يوسف من لوميل البلجيكي. الصفقة الأهم التي يخطط لها بطل الجزائر تتحقق بالمهاجم الدومينيكي دوري روميرو، الذي تألق بلك لافت خلال العام الحالي مع نادي Always Read البوليفي. خاض روميرو 18 مباراة خلال عام 2023 في الدوري البوليفي، سجل فيها 15 هدفا

تتبية القبائل تعين جمال مناد مديرا رياضيا



عينت إدارة شبيبة القبائل المدرب الدولي السابق جمال مناد مديرا رياضيا للفرق، وذلك حسب ما أفادت به الصفحة الرسمية للفرق على الفيسبوك. ورحبت الصفحة الرسمية للفرق بجمال مناد قائلا: «جمال مناد واحد من ضناع التاريخ الكبير لشبيبة القبائل، لقد تم تعيينه مديرا رياضيا». كما إدارة الشبيبة يوسف بوزيني مدربا مدريا للحراس.

معاينة ملاعب بطولة الرابطة الثانية هواة

ستشرع لجنة معاينة وتأهيل الملاعب التابعة للرابطة الوطنية لكرة القدم للهواة في زيارات تقييمية إلى جميع الملاعب المحتمل أن تحتضن مباريات رسمية لبطولة الموسم المقبل 2023-2024، وذلك خلال تواريب سيتم إعلانها لاحقا. وفق بيان رسمي للهيئة الكروية. وأضاف البيان الذي نشرته الرابطة على موقعها الرسمي: «تطلب من جميع الأندية وملاك الملاعب اتخاذ جميع التدابير اللازمة والضرورية من أجل تسهيل مهمة لجنة معاينة وتأهيل الملاعب». ونشأت لجنة معاينة وتأهيل الملاعب جميع الأندية السهر خلال زيارات المعاينة والتفقد

هذا هو تقسيم مجموعتي الرابطة الثانية

- مجموعة عين مليلة - شباب باتنة - اتحاد ورقلة - شباب برج منايل - مولودية العلمة - مولودية قسنطينة - نادي التلازمة - اتحاد عنابة - اتحاد خميس الخشنة - وفاق سور الغزلان - جمعية الخروب - اتحاد الحراش - هلال شلغوم السعيد - أولمبيك أقبو - أولمبيك المقرن - مولودية باتنة.
- مجموعة وسط غرب: جمعية وهران - شباب تيموشنت - عالي معسكر - ستقيل واد سلي - راند القبة - صفاء خميس مليانة - واد بوفاريك - شبيبة تيارت - شباب المشرية - ترجي مستغانم - أولمبي المدينة - نصر حسين داي - أمل الأربعاء - واد مستغانم - اتحاد القليعة - شبيبة العبادلة.

حيث جندت الثقة في خدماته حسب ما ورد في الصفحة الرسمية لـ «الكتاري». وكان بوزيني قد تولى الإشراف على العارضة الفنية للفرق منذ شهر ماي الماضي، حيث قاد في 11 مباراة مساهما في إنقاده من السقوط فيما تم تعيين كل من محمد لاسات ومراد أيت طاهر كمساعدين له، وكذا الحارس الدولي السابق للفرق لونس قاواوي مدريا للحراس.

ألعاب القوى (ذوي الهمم)/موندiales 2023 :

الجزائر تختتم موعد باريس ب7 ميداليات

عودته بنيات لمناسبة تحسبا لأولمبياد باريس 2024. وأضاف مواطنه أحمد مبيدب برونزية أخرى للجزائر في رمي الصولجان (ف-32) برمية بطول 37.50 متر (أحسن نتيجة له في الموسم). فيما عادت ذهبية المسابقة للصيني ب(46.60 م) (رقم عالمي جديد) والفضية لمواطنه ليو لي ب(40.90 متر). وبالإضافة إلى هذه الميداليات، تمكنت أغلب العناصر الجزائرية المشاركة في المونديال، من تحسين أرقامها الشخصية ومنها من تمكنت حتى من تحطيم أرقام أفريقية. من ناحية أخرى، كانت الخيبة غير المتوقعة من عداء السرعة، الحائز على ذهبية فضية في دورة طوكيو 2020 للألعاب البرالمبية لذوي الهمم على التوالي في 400 م و100م (ت 13)، إسكندر جميل عثمانى الذي تأخر عن الحضور في الوقت المحدد في غرفة المناداة النهائي 100 متر الذي تأهل له ببراعة في ليلة النهائي. هذه السقطلة لا يمكن تفسيرها من وجهة نظر الفنيين الرياضيين باعتبار أن « غرفة المناداة هو إجراء روتيني و تنظيمي مؤخر من قبل رسميين. ففي مسابقات ألعاب القوى الكبرى، يتم تثبيت ساعة توقيت ضخمة في غرفة الإحماء تشير باللون الأحمر إلى الوقت والوقت المتبقي قبل الدخول في غرفة المناداة ويتعين على الرياضي احترام هذا التوقيت والتواجد بالعضض للقيام بعملية الإحماء». وباستثناء هذا الحادث المؤسف، يمكن وصف المشاركة الجزائرية بأنها «مقبولة» إجمالا على حد تقدير المدربين الوطنيين استنادا على عدة معايير، وعلى وجه الخصوص عدم مشاركة غالبية الرياضيين في منقبات دولية التي تعد العنصرية الوحيدة التي تمكثهم من تقييم وتحسين مستواهم.

وستكون فرصة ثانية متاحة للرياضيين لاقطاع تأثيره التأهل للألعاب البرالمبية-2024، خلال مونديال كوبي باليابان التي تأجل لمرة قبل أن يثب لتاريخ شهر مايو المقبل والذي سيكون المحطة الأخيرة للتأهل إلى موعد باريس-2024.



السباق للأرجنتيين الكيسين سيباستيان (12 و30ج) وفي كان ديدان قد حطم الرقم الأفريقي في نصف النهائي (12 و33ج). وحاز إنجاز العداء ديدان «إشادة وتقدير المختصين الجزائريين الذين توسعوا فيه الفترة على تحقيق نتائج أحسن في المستقبل». بدورم، توج العداء عبد الطيف بقة ببرونزية 1500 متر (ت13)، قاطعا المسافة في 44 و101 و13ج، وراء كل من الإسباني إوحادي العتاني (44 و100 و91 ج) والبطل العالمي الجديد التونسي جبالي روي (44 و100 و23ج)، وتستحق ميدالية بقة كل التقدير باعتبار أنه سجل

من جينتها، تمكنت النخبة الوطنية عند الذكور، حتى وإن لم تتمكن من حصد الذهب مثل المستأجر، من احراز أربع ميداليات (1 فضية و برونزيتين). واستطاع الوافد الجديد على المستوى العالمي بمناصفة موندبال باريس-2023، مختار ديدان من الظفر بفضية 100 متر (ت36) بعد أن قطع مسافة السباق في زمن قدره 9911 و99ج (رقما أفريقيا جديدا) وراء كل من الأسترالي جاسس تورنر ب(11 و85ج) وهو صاحب الخبرة الكبيرة وحامل الرقم القياسي للسباق (11 و72ج)، فيما عادت برونزية

اختتمت النخبة الوطنية الجزائرية لألعاب القوى، لذوي الهمم، مشاركتها في بطولة العالم بباريس (9 إلى 17 يوليو)، بحصولها مشرفة ومقبولة قوامها سبع ميداليات في المجموع (3 ذهبيات/1 فضية/3 برونزية)، واحتلت بفضلها المركز 21 في الترتيب العام من بين 61 دولة متواجدة في جدول الترتيب بالإضافة إلى تحطيم أرقام أفريقية وتسجيل عدة أرقام خاصة بالنسبة لبعض الرياضيين.

لمن بين تعداد النخبة الوطنية المشاركة في هذا الموعد العالمي المقدر ب23 رياضيا، تمكن ستة منهم من العودة بنتائج جيدة موزعة بشكل متساوي في العدد بين الإناث والذكور، لكن مع أفضلية الفئة النسوية من حيث لون الميداليات المتحصّل عليها، وكانت عداة رمي القرص نسيمه صابلي (54ف)، الأولى التي فحمت طريق التتويج لأملائها، من خلال احرازها لذهبية الاختصاص على حساب عاقلة الاختصاص، محققة رمية بطول 34.22 متر (الأحسن لها هذه السنة)، منقطعة على الأزورباكستانية كامانوف موخيغل (30.51 متر) والمكسيكية ايسترادا فلوريدا ب(30.49 متر).

وبعد هذا الإنجاز بإيام، تمكنت مواطنتها صافية جلال(ف57) من التتويج باللقب العالمي في رمي الجلة، مع تحسين رقمها العالمي بسنتيمتر واحد، وذلك في ريمتها الأولى برمية (11.57 متر). ولم تترك جلال أي فرصة لمنافستها المباشرة الصينية كسو ماين (10.51 متر)، فيما عادت البرونزية لمواطنتها نسيمه صابلي ب(10.51 متر) محرزة بذلك الميداليتين الثنتين في هذا الموعد العالمي.

وتلا هذا التتويج، إنجازا آخرًا للبطلة اسمهان بوجدار التي أهدت ثالث ميدالية ذهبية للجزائر في رمي الجلة (ف-33)، برمية بطول 7.06 متر (رقم أفريقي جديد)، وذلك في المحاولة السادسة والأخيرة لها، منقطعة على الأسترالية ماريا ستورنغ ب(6.82 متر) والبولونسية أوليكتور جوانسة ب(6.70 متر).

تجديف/موندiales أقل من 23 سنة:

الجزائر ممثلة بجذافين في موعد بلغاريا

جزائريين آخرين في الألعاب الأفريقية الشاطئية (23-30 يونيو)، منهم شمس الدين بوجمعة، ولكن لم يسعف الحظ أحد منهم في اقتكاح أي ميدالية، و هؤلاء الرياضيون، هم عبد النور زواد وشريف بوكوس (رجـ)، بالإضافة إلى شيماء هلال وفروال بروان زيتوني (سيدات).

بقيادة المدرب الوطني رياض غاردي، حسبما أوضحته الهيئة الفدرالية، وأدى بن شادلي، مشاور جيدا في الألعاب الأفريقية الشاطئية التي جرت في يونيو الماضي بالحمامات (تونس)، حيث احراز ميدالية فضية في مسابقة السولو رجـ، و شارك خمسة جذافين

يمثل الجزائر، جذافان في بطولة العالم للاختصاص، لفئة أقل من 23 سنة، المقررة من 19 إلى 23 يوليو الجاري بمدينة لوفديف ببلغاريا، حسبما علمت لوائح يوم الإثنين من الاتحادية الجزائرية لتجديف والكائوي كيبالك، و الجذافان هما: شمس الدين بوجمعة (ذكور) ونهاد بن شادلي (إناث).

كرة السلة/كأس الجزائر (رجال):

اجراء المباراة النهائية يوم الثلاثاء 25 جويلية بقاعة حرننتة



(65-73) الشوط الأول (36-37) في مباراة نصف النهائي الثانية. وكان واد بوفاريك قد توج بكأس النسختة الماضية على حساب طليعة درارية (74-60) في النهائي الذي احتضنته قاعة حرنشة يوم 9 يونيو 2022. برنامج نهائي كأس الجزائر في كرة السلة: الثلاثاء 25 جويلية (قاعة حرنشة/الجزائر): - نهائي لآل من 18 سنة : سا 14.00 - نهائي لآل من 21 سنة : سا 15.30 - نهائي صنف الأكبر: واد بوفاريك - نادي جسر قسنطينة (18.00)

تقام المباراة النهائية لكأس الجزائر في كرة السلة (أكبر - رجال) بين واد بوفاريك (حامل الكأس) و نادي جسر قسنطينة، يوم الثلاثاء المقبل 25 يوليو على الساعة 18.00 بقاعة حرنشة حسان (الجزائر العاصمة)، حسبما أفادته الاتحادية الجزائرية لكرة السلة اليوم الثلاثاء، وكان ناديا جسر قسنطينة و واد بوفاريك قد تأهلا للدور النهائي على حساب كل من نادي سطوالي و اتحاد البلدة خلال الدور نصف النهائي الذي جرى بداية الشهر الجاري. وجاء تأهل نادي جسر قسنطينة على حساب نادي سطوالي (بطل الموسم 2021-2022) بنتيجة (62-65)، الشوط الأول (26-31)، فيما أقصى واد بوفاريك، جاره اتحاد البلدة ب

الكرة الطائرة/ البطولة الافريقية للسيدات:

المنتخب الوطني في تربية تحضيرية ب لاتفيا

توجه المنتخب الوطني لكرة الطائرة- سيدات اليوم الإثنين إلى لاتفيا، لغرض تربية اعدادي من 17 إلى 27 يوليو، تحسبا للاختقافات الدولية المقبلة، حسبما علم من الهيئة الفدرالية. ويجري هذا التجمع التحضيري ما قبل التنافسي، الذي يدوم لعشرة أيام، في مدينة دينبورغ حيث يشمل البرنامج تنشيط مباريات ودية، حسبما أوضحته الاتحادية الجزائرية لكرة الطائرة. ومن المواعيد الرياضية

التي تستعد لها النخبة الوطنية للعبة، البطولة الأفريقية للأمم- 2023، المقررة من 14 إلى 24 أغسطس المقبل ببلاتوينا بباكويرون، يذكر أن المنتخب الوطني لكرة الطائرة توج بالميدالية الذهبية في الألعاب الرياضية العربية- 2023، التي تنظمها بالجزائر، بفضله في النهائي على نظيره التونسي ثلاثة الشواطئ (23-25، 23-25 و 23-25) يوم الجمعة الماضي بقاعة حرنشة حسان (الجزائر العاصمة)

الأهلي السعودي يحسم صفقة محرز رسميا

مانشستر سيتي يتطلع إلى التعاقد مع البرازيلي رافينيا، مهاجم برشلونه الإسباني، الذي تحوم الشكوك حول مستقبله مع النادي الكتلوني هذا الصيف.

تقارير صحفية إلى أن محرز اتفق مع أهلي جدة على تقاضي راتب سنوي (43 مليون إسترليني).

وسجل محرز 15 هدفا إضافة إلى 13 تمريرة حاسمة خلال مشاركته في 47 مباراة مع سيتي في الموسم الماضي، وساهم في الإنجاز التاريخي لناديه بتحقيق ثلاثية البريميرليج والكأس ودوري أبطال أوروبا.

وحدد مانشستر سيتي الإنجليزي، خليفة لاعبه الجزائري رياض محرز، الذي بات على بُعد خطوة واحدة من الانضمام إلى صفوف الأهلي في دوري روشن السعودي. وحسب «فوت ميركاتو» فإن

تج نادي الأهلي السعودي في حسم صفقة التعاقد مع رياض محرز، نجم مانشستر سيتي، ليصبح على بعد ساعات فقط من الانضمام الرسمي للأهلي. وذكرت صحيفة «تيلجراف» البريطانية، أن الأهلي توصل بالفعل إلى اتفاق مع نظيره سيتي على قيمة الصفقة، حيث سينتقل الجناح إلى الجانب السعودي في صفقة تبلغ قيمتها 35 مليون يورو (30 مليون ثابتة + 5 مليون متغيرات).

وأضافت أن محرز من المقرر أن يجري الفحوصات الطبية اليوم الخميس قبل الانضمام بشكل رسمي. لافتة إلى أنه سيوقع على عقد لمدة ثلاث سنوات مع خيار التمديد لعام إضافي. وتشير عدة

كرة القدم-سيديات:

انهزام المنتخب الجزائري امام نظيره السنغالي 0-4

الجزائري منذ تعيينه على رأس المنتخب الوطني في ديسمبر المنصرم، خلفا لراضية فرتول.

ويلاقي المنتخب الوطني للسيدات نظيره الاوغندي في الدور الاول من تصفيات كأس افريقيا للأمم لسيدات 2024. وتلعب مباراة الذهاب خارج ارض الوطن، بينما اللقاء الثاني يجري بالجزائر. وفي حالة تأهلهم، تلاقى اللاعبات الجزائريات، الفائز من المقابلة المزدوجة ما بين المنتخبين، البورندي والاثيوبي.



انهزم المنتخب الوطني الجزائري لكرة القدم للسيدات امام نظيره السنغالي بنتيجة 0-4 الشوط الاول (0-3) في مباراة ودية جمعت بينهما مساء الثلاثاء، بملعب لات ديور دي تيس. وسجل اهداف المباراة نغينسار ندياي (15د)، (1+90)، ماما ديوب (34د)، كوركا فال (44د) للسنغال. وتعتبر هذه الخسارة الثانية لممثلات الجزائر، بعد الاولى يوم الجمعة الماضي بنتيجة 1-3. للتذكير، استدعى المدرب الوطني فريد بن ستي 22 لاعبة، تحسبا للمبارتين الوديتين امام السنغال. كما ان هذا الترتيب هو الاول بالخارج للتقني

استقالة جماعية للمكتب المسير لمولودية البيض

بالنادي إلى المكانة التي هو عليها حاليا. الحمد لله أن مجيودتا لم تذهب سدى بما أننا حققنا صعودا تاريخيا إلى الرابطة الأولى التي أننا فيها مشورا جدمشرف. لكن الوضعية المالية للمولودية لا تشجع على الاستمرار. سيما وأننا مطالبون بتسوية أجور اللاعبين المتأخرة حيث لم يستلموا طبلة الموسم إلا أربعة أجور شهرية فقط". وأوضح نفس المتحدث أنه اضطر إلى الاستقالة باسمه الخاص من أجل التكفل بالنادي في الوقت الذي لم يستفد فيه الأخير إلا من مبلغ 70 مليون دينار من طرف السلطات المحلية وبعض الممولين، مبدئا تشاومه بخصوص تحسين الوضعية من هذا الجانب تحسبا للموسم القادم "وهو الأمر الذي سيؤدي بالتأكيد بالنادي إلى السقوط إلى الرابطة الثانية"، على حد تعبيره. وأشار إلى أن ما لا يقل عن خمسة لاعبين تلقوا عروضاً رسمية للاتحاق بفرق أخرى ما دفعهم للمطالبة بوثائق تسريتهم مقابل التنزّل عن مستحقته المتأخرة، "وهو ما سيؤدي في تعقيد وضعية المولودية الموسم القادم في حال مغادرة هؤلاء اللاعبين"، مثلما قال.



أعلن رئيس مولودية البيض عبد القادر نعماني، استقالة جماعية للهيئة المسيرة لهذا النادي الناشط في الرابطة الأولى لكرة القدم بعد أيام قليلة من إنهاء فريقه البطولة في المرتبة الرابعة في أول تجربة له بهذا القسم. و أرجع نعماني، الذي كان يتحدث في ندوة صحفية، قرار الانسحاب الجماعي إلى "الوضعية المالية الصعبة" التي يمر بها نادي الجنوب السفري "الذي أصبح عاجزا على تسديد الأجور المتأخرة للاعبين والمقتررة بثمانيه أجور ومبلغ إجمالي يناهز 80 مليون دينار" على حد قوله. وكان الرئيس المستقل قد تلقى زمام الأمور في مولودية البيض في 2016، عندما كان النادي ينشط في الأقسام السفلى، حيث تمكن من قيادته إلى غاية الرابطة الأولى التي صعد إليها في نهاية موسم 2021-2022. وأضاف نعماني في هذا الشأن: "لقد عندما عدة توضيحات للوصول

وطبنا معضدا من طرف الاخاتبة المذكورة. ويهدف تنظيم هذه البطولة إلى تطوير مستوى الرياضيين المشاركين لاسيما الفئات الصغرى و التعريف برياضة الكامبو وتشجيع ممارستها فضلا عن تحضير الوداي لتظاهرات الوطنية المزمجة للموسم الرياضي المقبل حسب السيد فروج. كما يسمح هذا الموعد الرياضي باستكثار منالخب المرحوم أحمد طيبي الذي يعد من مؤسسي رياضة الكامبو ببلاندا.

مصارعة يمثلون أزيد من 20 ناديا من تمنع ولايت غرب البلاد و ذلك في صفي الأصاغر و الأثبات حسبما أوضحه لواج المدير التقني بذات الرابطة مزاد فروج. و يتضمن برنامج اليوم الأول من المنافسة إجراء المنزلات التصفيوسية في اختصاصات كاتا (الحركات الجماعية) و الدفاع الذاتي و النزول الأرضي و الفوقي على أن تقام النهائيات في اليوم الموالي استنادا إلى نفس المصدر الذي أضاف بأن هذه المنافسات سيخير ها 20 حكما

سختصن القاعة ممتعدة الرياضات بالقطب الرياضي «الشهيد جبار محمد» لمعسكر يومي الجمعة و السبت المغلبي البطولة الجهوية لرياضة الكامبو باسم «المرحوم أحمد طيبي». حسبما علم اليوم الأربعاء لدى المنطيين. و ستعرف هذه التظاهرات المنظمة بمبادرة من الرابطة الولائية للكامبو بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية ذات الاختصاص و مديرية الشباب و الرياضة مشاركة أزيد من 150 مصارعا و

معسكر تحتضن منافسة يومي الجمعة و السبت البطولة الجهوية لرياضة الكامبو

الرياضات المائية أنواعها وطرق ممارستها

للرياضة أشكال متعددة منها الرياضات المائية وهي تلك التي يتم ممارستها سواء تحت الماء أو على سطح الماء، وهي حقا من الرياضات المحببة للنفس فهي تدخل السرور على القلب وتسبب المرح وفي الوقت نفسه من أهم أسباب جفائه على صحته ولباقته البدنية ونشاطه، ولهذا يقبل الكثير عليها. وتعتبر الرياضات المائية بشكل أوضح وأعم فهي عبارة عن مجموعة من الأنشطة والفعاليات التي لها أشكال متنوعة وتنظيمات تتم بصورة محددة، فالأمر لم يعد قاصرا على الهوايات فقط، بل هناك العديد من البطولات المحلية والعالمية التي تقام ويتابعها عدد مهم من الجمهور وعشق الرياضة.



يقوم الممارس بتحريك جسمه سواء بمفرده أو عن طريق استخدام مجموعة من الأدوات والوسائل التي تساعده على ذلك، فبالإضافة إلى ممارسة الرياضة في البحر كتنسيف كثيرا عن ممارستها على اليابس ولهذا الممارس بحاجة إلى بعض الأدوات والوسائل التي تساعده على الحركة في الماء باتباعها سواء كانت حمامات سباحة، بحور أو أنهار، حيث يتم تصنيف الرياضات المائية وفقا لطبيعة الوسط المائي الذي تقام عليه.

ماهية الرياضات المائية:

تعتبر الرياضات المائية من الأنشطة الرياضية التي تمارس من خلال البيئة المائية حيث تعتمد على الوسط المائي اعتمادا كبيرا وكذلك فإن إجابة السباحة شرط أساسي لممارستها. وعند دراسة الاختلاف بين هذه الرياضات في القواعد المنظمة لها وطرق ممارستها وادائها وأساليب تقييمها والأوضاع التي يتخذها جسم اللاعب عند ممارستها والخبرة والأدوات المساعدة يمكن أن نعطينا صورة واقعية عن هذه الرياضات.

أسس تقسيم الرياضات المائية:

وتتعدد الأنواع المختلفة للرياضات المائية طبقا للأسس التالية:

- 1- الوسط الذي تمارس فيه.
- 2- عدد الممارسين.
- 3- الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- 4- حساب النتائج.
- 5- وضع الممارس أثناء الأداء.
- 1- الوسط الذي تمارس فيه:
- 2- عدد الممارسين.
- 3- الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- 4- حساب النتائج.
- 5- وضع الممارس أثناء الأداء.
- داخل الماء:
- السباحة (القصيرة، الطويلة، التوقعية).
- كرة الماء.
- الغوص.
- الغطس (الجزء النهائي من الحركة).
- خارج الماء:
- (التجديف، الانزلاق على الماء، الشراع)
- 2- عدد الممارسين:
- فردي.
- سباحة (القصيرة، الطويلة، التوقعية).
- الشراع - الغطس - التجديف.
- زوجي.
- (الشراع، التجديف، السباحة التوقعية)
- رباعي.
- السباحة (القصيرة، التوقعية).
- التجديف.
- الشراع.
- جماعي:

(التجديف، الشراع، كرة الماء، السباحة التوقعية).

- 3- الأدوات والأجهزة المستخدمة:
- بدون أدوات وأجهزة:
- السباحة (القصيرة، الطويلة).
- باستخدام أدوات وأجهزة:
- (السباحة التوقعية، كرة الماء، الغطس، الشراع، التجديف، الانزلاق).
- (4) حساب النتائج:
- التقدير الموضوعي.
- الزمن:
- السباحة (القصيرة، الطويلة) - الغطس.
- الشراع - التجديف.
- المسافة الانزلاق، الغوص
- التقدير الذاتي:
- أهداف: (كرة الماء)
- نقط: (الغطس، السباحة التوقعية)
- 5- وضع الممارس أثناء الأداء:
- الألفسي: (السباحة القصيرة، السباحة الطويلة).
- الوقوف: (الانزلاق).
- الجلوس: (التجديف).
- الوضع المتغير: (الشراع، الغطس، الغوص،

الرياضة التوقعية (السباحة التوقعية).

تتمثل في تكوين شخصيته المتكاملة، وينكر «وليام ويليام» في كونها تحديد خط سير للسباحين، وتتطلب هذه الرياضة صفات خاصة لا بد من توافرها في السباح مثل الجسد والتحمل وقوة الإرادة، وفي هذا النوع يكون الحكام في قارب بجانب السباحين في الماء فلها لا يلتزم الفرد باتباع قواعد خاصة وطريقة معينة للسباحة، وإنما يترك للفرد حرية اختيار الوقت والطريقة.

وبالإضافة إلى ذلك فإن هذا النوع من مجالات السباحة يمارس في فصل الصيف على الشواطئ وفي حمامات السباحة، وتكون السباحة الترويحية بغرض المرح وقضاء وقت الفراغ. وهذا النوع تمارسه جميع الطبقات، وكذلك في جميع الأعمار، ومن أهم أهدافه: استثمار وقت الفراغ في نشاط بناء محبب إلى النفس.

ب - السباحة التنافسية: Competitive Swimming

والسباحة التنافسية تمارس وفقا لقوانين وقواعد محددة ومعروفة ينظمها الاتحاد الدولي للسباحة للهواة والذي تنبثق منه الاتحادات الأهلية في جميع دول العالم وتلك من حيث عدد المسابقات أو الطريقة المعينة المميزة لكل سباحة وكذلك البدء والدوران. ويخضع اللاعب غالبا في هذا النوع من السباحة لبرنامج تدريبي مقنن يتطلب بذل الكثير من الوقت والجهد، فقد يلزم للتدريب وفق هذا البرنامج إخضاع اللاعب لعدة وحدات تدريبية في الأسبوع ليقطع السباح مسافة تتراوح بين خمسة عشر وعشرين كيلومترا، وذلك حتى يستطيع اللاعب تحقيق مستوى رقمي معين. ويتطلب ذلك من اللاعب بذل الكثير من الجهد والوقت للالتزام في تلك الوحدات التدريبية. ويجدر بالذكر أن للسباحة التنافسية عدد محدود من المنافسات التي يشارك فيها السباحين.

وقد يؤدي ذلك إلى تغير في أنماط حياة اللاعب من حيث التغذية وتنظيم فترات التدريب والراحة بالإضافة إلى النواحي الصحية والحياتية الأخرى، ويظهر ذلك بصفة خاصة في المستويات الرياضية العليا وتشتمل

مجالات السباحة: أ - السباحة الترويحية: Recreation Swimming

والسباحة الترويحية تمارس وفقا لقوانين وقواعد محددة ومعروفة ينظمها الاتحاد الدولي للسباحة للهواة والذي تنبثق منه الاتحادات الأهلية في جميع دول العالم وتلك من حيث عدد المسابقات أو الطريقة المعينة المميزة لكل سباحة وكذلك البدء والدوران. ويخضع اللاعب غالبا في هذا النوع من السباحة لبرنامج تدريبي مقنن يتطلب بذل الكثير من الوقت والجهد، فقد يلزم للتدريب وفق هذا البرنامج إخضاع اللاعب لعدة وحدات تدريبية في الأسبوع ليقطع السباح مسافة تتراوح بين خمسة عشر وعشرين كيلومترا، وذلك حتى يستطيع اللاعب تحقيق مستوى رقمي معين. ويتطلب ذلك من اللاعب بذل الكثير من الجهد والوقت للالتزام في تلك الوحدات التدريبية. ويجدر بالذكر أن للسباحة التنافسية عدد محدود من المنافسات التي يشارك فيها السباحين.

وقد يؤدي ذلك إلى تغير في أنماط حياة اللاعب من حيث التغذية وتنظيم فترات التدريب والراحة بالإضافة إلى النواحي الصحية والحياتية الأخرى، ويظهر ذلك بصفة خاصة في المستويات الرياضية العليا وتشتمل



السباحة التنافسية على المسابقات التالية:

- 1- مسابقات السباحة الحرة (100 - 200 - 400 - 1500 متر للرجال، 800 متر للسيدات).
- 2- مسابقات سباحة الزحف على الظهر (100 - 200 متر).
- 3- مسابقات سباحة الصدر (100 - 200 متر).
- 4- مسابقات سباحة الفراشة (100-200 متر).
- 5- مسابقات الفردي المتنوع (200-400 متر).
- 6- مسابقات التتابع الحرة (4x 100) (4x 200) (4x 100) للرجال فقط
- 7- مسابقات التتابع المتنوع (4x 100 x متر).

ويحدد قانون السباحة تنظيم سباق الفردي المتنوع بحيث يبدأ المتسابق بسباحة الفراشة ثم سباحة الظهر ثم سباحة الصدر، وأخيرا سباحة الزحف على البطن. كما يحدد قانون السباحة تنظيم سباق التتابع المتنوع حيث يبدأ المتسابق بسباحة الظهر ثم سباحة الصدر ثم سباحة الفراشة، وأخيرا سباحة الزحف على البطن.

ج- سباحة المسافات الطويلة: تجري هذه المسابقات في الأنهار والبحيرات التي يتم فيها تحديد خط سير للسباحين، وتتطلب هذه الرياضة صفات خاصة لا بد من توافرها في السباح مثل الجسد والتحمل وقوة الإرادة، وفي هذا النوع يكون الحكام في قارب بجانب السباحين في الماء غالبا ما تستترك في هذه الرياضة المحترفون من السباحين وفي مصر يوجد اتحاد السباحة الطويلة.

د - السباحة الإقاعية (التوقعية):

وهي عبارة عن حركات فنية مصاحبة للموسيقى تمارسها الفتيات دون الرجال ويشتملها الأداء الجماعي، وهذا النوع يتضمن العديد من المهارات الموسيقية وطرق السباحة المختلفة، والدورات وحركات الرشاقة في إطار منسق جميل يجذب انتباه الآخرين.

تعرف السباحة الإقاعية أو التوقعية بأنها نشاط مائي يمارسه الفتيات دون الرجال وتشتمل على الطرق الفنية المائية، والحركات التي تنظم وتخطط الأداء الجماعي في تناسق مع المصاحبة الموسيقية المختارة.

وتسمح الحركات المطلوبة على أساس الموسيقى المصاحبة المختارة، حيث يقوم المختص بالاستماع وتحليل الموسيقى المصاحبة، ثم يختار الطرق الفنية المناسبة من أنواع السباحة أو حركات الأكروبات المائية والتي تعبر عن الموسيقى، ثم يبدأ في تنظيم ممارسة هذه الحركات، أولا كتدريبيات أرضية ثم بعد ذلك في الجزء الضحل وأخيرا في الجزء العميق من الماء. وعادة فإن السباحة التوقعية تتضمن العديد من المهارات الموسيقية وطرق السباحة المختلفة، والدورات والالتفاتات وحركات الرشاقة في إطار متناسق جميل.

وتؤدي هذه السباحة في أحواض السباحة أو الأنهار أو البحيرات، مع وجود أجهزة للتسجيل أو أجهزة إدارة الأسطوانات الموسيقية مع توفر الميكروفون المائي لسماع الإقاع تحت الماء.

م- سباحة المعوقين (الأشخاص): اكتسب المعوقين مسرور الوقت اهتماما خاصا، باعتبار أن الإعاقة من المأساة الإنسانية، بلها تأثير على النمو العام للفرد في الجوانب الحركية والنفسية والاجتماعية، وقد استخدمت السباحة كوسيلة لعلاج المعوقين كما نظمت لهم مسابقات ومنافسات إقليمية ودولية يتم تقسيمها وفق مستوى الإعاقة وقد حدد القانون المصري لتأهيل المعوقين رقم 13 لسنة 1975م أن المعوق هو الشخص الذي أصبح غير قادر الاعتماد على النفس في مزاولته عمله أو القيام بعمل آخر والاستقرار فيه أو نقصت قدراته على ذلك نتيجة لظهور عضوي أو عظمي أو حسي أو نتيجة عجز خلقي منذ الولادة عادة اتصل الفرد بمجتمعهم وتنمية ميوله وقدراته.

ويعتبر تعليم المعوقين للسباحة من الأشياء التي تتطلب رعاية خاصة، ورعاية متميزة، كما يتطلب التعامل مع هذه الفئة من الأفراد التقسيم الواعي لخصائص حالة المعوق الذي يتعامل معه ومعرفة خصائص مراحل النمو المبسرة له عظميا واجتماعيا وانفعاليا، ويفضل عادة الاستفادة من توجيهات وإرشادات الطبيب المختص والتعاون بينه وبين المدرس والمترجم في تحديد طرق السباحة التي تلائم الشخص المعوق وكيفية الجهد المطلوب بذله.

الأولمبية وبطولات العالم فإن المسابقات تتكون من دور تمهيدي ودور نهائي .
أنواع مسابقات العطن:
أ- مسابقة السلم المتحرك (متر واحد)
ب- تتكون مسابقة السيدات للسلم المتحرك للمتر الواحد في الدور التمهيدي من 6 غطسات مختلفة، بينما تتكون مسابقة الدور النهائي من 6 غطسات مختلفة من خمس مجموعات غير محددة درجة الصعوبة

ب- تتكون مسابقة الرجال للسلم المتحرك متر واحد في الدور التمهيدي من 7 غطسات مختلفة، 3 غطسات محددة درجة الصعوبة (5، 7) و (4) غطسات مختلفة غير محددة درجة الصعوبة.
ب- مسابقات السلم المتحرك 3 أمتار:
ب- تتكون مسابقة السيدات (3 أمتار) في الدور التمهيدي من (6 غطسات، 3 غطسات) محددة الصعوبة (5، 8)، (3 غطسات) غير محددة الصعوبة، أما في الدور النهائي فتتكون من (10 غطسات) مختلفة، (5 غطسات) من مجموعات مختلفة مختلفة في درجة صعوبتها (9، 5) و (9، 5) و (د) غطسات غير محددة درجة الصعوبة.

ب- تتكون مسابقة الرجال للسلم المتحرك (3 أمتار) في الدور التمهيدي من (7 غطسات) مختلفة، (3 غطسات) مختار من مجموعات مختلفة محددة درجة صعوبتها (8) (5، 4 غطسات) من أربعة مجموعات غير محددة درجة الصعوبة. أما في الدور النهائي فتحتوي على (11 غطسة)، (5 غطسات) من مجموعات مختلفة مختلفة درجة الصعوبة (9، 5) و (6) غطسات غير محددة درجة الصعوبة.

ج- مسابقات السلم الثلاثي:
ب- تتكون مسابقة السيدات للسلم الثلاثي في الدور التمهيدي من 6 غطسات مختلف، (3 غطسات) محددة درجة الصعوبة (1، 6)، (1، 6) غير محددة درجة الصعوبة. أما في الدور النهائي فتتكون المسابقة من 8 غطسات مختلفة، (4 غطسات) محددة درجة الصعوبة (6، 7) و (4 غطسات) غير محددة درجة الصعوبة.

ب- تتكون مسابقة الرجال للسلم الثلاثي في الدور التمهيدي من (7 غطسات)، (3 غطسات) محددة درجة الصعوبة (1، 7) و (4 غطسات) غير محددة درجة الصعوبة. بينما في الدور النهائي فتتكون المسابقة من 10 غطسات 4 غطسات محددة درجة الصعوبة (6، 7) و (6) غطسات غير محددة درجة الصعوبة.
ب- تؤدي الغطسات من منصة ارتفاع 5 أمتار، 5، 7، 5 متر، 10 أمتار، عدا في الألعاب الأولمبية وبطولات العالم تؤدي جميع الغطسات من ارتفاع 10 أمتار.
أجهزة العطن:
السلم المتحرك:

يجب ألا يقل المسافة بين السطح المثبت عليه قاعدة السلم المتحرك وبطنية اللوحة عن 25 سم، وذلك عندما يكون محور الارتكاز (75 سم) على بعد 25 سم من حافة السطح المثبت وأي زيادة في المسافة تخلف من الحافة (5 سم) تزداد في الارتفاع 5م. الحد الأدنى للمسافة بين مؤخره لوجه العطن والمنصف مجسور الارتكاز تقسره المصنع المنتجة للسلم المتحرك، ويجب أن تكون السلم المتحركة في الوضع الأفقي تماما عندما يكون محور الارتكاز في المنصف، ويمكن وضع السلم المتحرك على أحد الجانب المنصبة أو على الجانبين، ويجب أن تكون حرارة الماء (26 درجة) يسمح بزيادة درجة أو أقل درجة.
ب- السلم الثابت:

يجب أن تكون المنصات صلبة (ثابتة).
سلم ثابت: ارتفاع من (60 إلى متر واحد)، عرض 60 متر - طول 5 أمتار.
سلم ثابت: ارتفاع من (60، 2 إلى 3 أمتار)، عرض (5 متر)، طول (5 أمتار).
سلم ثابت: ارتفاع من (5 أمتار)، عرض (1.5 متر)، طول (6 أمتار).
سلم ثابت: ارتفاع من (7 أمتار)، عرض (1.5 متر)، طول (6 أمتار).
سلم ثابت: ارتفاع من (10 أمتار)، عرض (متران)، طول (6 متر).

ويجب ألا يزيد سمك الحافة الأمامية للسلم الثابت عن (20 سم)، وأن تكون رأسية أو زاوية ميل للخط لا تزيد على (10 درجات) من المسط الراسي لخط المنصف (كما يجب أن تكون مقدم المنصفت (10 أمتار، 5 متر) بارزة للأمام عن حافة (50 1 متر) على الأقل والمنصفت (60، 2-3 أمتار) و 5 أمتار يقل البروز (25، 1 متر)، وبالنسبة للمنصفت (60، 1 متر) يقل البروز (75، 1 متر) وعندما تكون المنصفت (75، 1 متر) على الأقل ويفضل (50، 1 متر) عن المنصفت التي أسفلها.

يجب أن تحافظ المنصات بسياج من القضبان من الخلف والأجانب ما عدا منصة 1 متر وبفواصل للزوية لا تقل عن (8، 1 متر) بارتفاع لا يقل عن (1 متر). وترتد كل منصة بسلام مناسبة يمكن الوصول إليها، كما يفضل عدم إنشاء المنصات يمكن الوصول إليها. (ثابتة / ثابتة).



أنواع القوارب:
الرجال:
- زوجي بقائد دفة - زوجي مزدوج المجداف.
- زوجي بدون قائد دفة - فردي مزدوج المجداف.
- زوجي بقائد دفة - زوجي نظام الوقت الإضافي (أي شوطين) حتى تحسم النتيجة لأحد الفريقين ما عدا أنه بين كل شوطين تحسب الراحة لمدة 3 دقائق.
- أي مساعة للميسرة مرئية لا بد أن تشير إلى الوقت بطريقة تنازلية، أي لبيان الوقت المتبقي من الشوط وليس الوقت المنصرف.
- عند بدء كل شوط من المباراة يجب على اللاعبين أن يأخذوا أماكنهم على خط مراهم بحيث يتعد كل لاعب عن الآخر بحوالي متر، وعلى يحد متر واحد على الأقل من قلمي المرمى.

الشراع:
تعتبر هذه الرياضة من الرياضات باهظة التكاليف، وذلك فإن عدد ممارسيها محدود، وتمارس رياضة الشراع في الأنهار والبحيرات والبط لـ! ويستخدم بها أنواع متعددة من القوارب، وتخصص لقوانين وقواعد خاصة.
أنواع القوارب الشراعية:
وتنقسم القوارب الشراعية إلى ثلاثة أنواع:
- المراكب الشراعية ذات الشراع الواحد.
- القوارب الشراعية، وهي أصغر حجما من النوع السابق.
- القوارب الشراعية الخاصة بالمسابقات وهي على أنواع

الانزلاق على الماء:
تمارس هذه الرياضة في البحار والأنهار ويتبعها على ممارسيها أن يجنوا السباحة بمستوى عال نظرا لتعرضهم للسقوط في الماء أثناء لعب القارب البخاري الغوص
وهي رياضة محببة للنفس، تتطلب إمكانيات خاصة، وهي باهظة التكاليف ومن أهم أوتارها:
- بذلة الغوص - أنوية أكسجين - نظارة - زعانف - ساعة تتحمل ضغط الماء.
التجديف:
تمارس في الأنهار والبحيرات والبحار، وتقام لها مسابقات عديدة على جميع المستويات، والأدوات الأساسية التي تستخدم في هذه الرياضة هي: المجداف والقوارب، وسوف نستعرض بعض لوائح هذه الرياضة:

المسابقات:
ب- بطولات العالم (رجال وسيدات). - بطولات القارات (رجال وسيدات).
- بطولة الاتحاد الدولي للناشئين والناشئات. (رجال وسيدات)
- بطولة الاتحاد الدولي في الوزن الخفيف (رجال وسيدات).
يجب على كل اتحاد أهلي وفي ترسيخ لا يجاور 30 نوفمبر من كل عام أن يقوم بإخطار مسكارية الاتحاد الدولي بقائمة المسابقات الدولية التي ستقام في دولته في خلال العام التالي، مع تحديد تواريخ إقامة هذه المسابقات، ويجب أن يتضمن الإخطار تفاصيل عن أبعاد المياه بالمجرى والمنشآت القوية اللازمة التي يسير عليها المسابقة، مع تحديد مستويات المجدافين ودرجات القوارب.

المستويات:
- الناشئين (رجال وسيدات).
- ممتازين ب (رجال وسيدات).
- ممتازين أ (رجال وسيدات).
- الكبار (رجال وسيدات).
قائدو الدفة:
فانسو الدفة هم أعضاء في الفريق، وعلى هذا فإن أي فريق سيدات لا يفوق دفته رجل، أو فريق رجال لا يفوق دفته سيدا، ولا يحدد سن قائد الدفة فيما عدا فريق الناشئين فإن قائد الدفة يجب أن يكون أيضا ناشئا.

وتنكس يتطلب فوز أحد الفريقين. في هذه الحالة يتم لعب وقت أصلي وذلك بعد راحة مدتها 5 دقائق، ويتم ذلك بداية الوقت الإضافي الذي يتكون من شوطين مدة كل شوط 3 دقائق لعبا فعبا، ويتخللها فترة راحة لمدة دقيقة لتبديل أماكن الفريقين. ويستمر نظام الوقت الإضافي (أي شوطين) حتى تحسم النتيجة لأحد الفريقين ما عدا أنه بين كل شوطين تحسب الراحة لمدة 3 دقائق.
- أي مساعة للميسرة مرئية لا بد أن تشير إلى الوقت بطريقة تنازلية، أي لبيان الوقت المتبقي من الشوط وليس الوقت المنصرف.
- عند بدء كل شوط من المباراة يجب على اللاعبين أن يأخذوا أماكنهم على خط مراهم بحيث يتعد كل لاعب عن الآخر بحوالي متر، وعلى يحد متر واحد على الأقل من قلمي المرمى.

الشراع:
تعتبر هذه الرياضة من الرياضات باهظة التكاليف، وذلك فإن عدد ممارسيها محدود، وتمارس رياضة الشراع في الأنهار والبحيرات والبط لـ! ويستخدم بها أنواع متعددة من القوارب، وتخصص لقوانين وقواعد خاصة.
أنواع القوارب الشراعية:
وتنقسم القوارب الشراعية إلى ثلاثة أنواع:
- المراكب الشراعية ذات الشراع الواحد.
- القوارب الشراعية، وهي أصغر حجما من النوع السابق.
- القوارب الشراعية الخاصة بالمسابقات وهي على أنواع

الانزلاق على الماء:
تمارس هذه الرياضة في البحار والأنهار ويتبعها على ممارسيها أن يجنوا السباحة بمستوى عال نظرا لتعرضهم للسقوط في الماء أثناء لعب القارب البخاري الغوص
وهي رياضة محببة للنفس، تتطلب إمكانيات خاصة، وهي باهظة التكاليف ومن أهم أوتارها:
- بذلة الغوص - أنوية أكسجين - نظارة - زعانف - ساعة تتحمل ضغط الماء.
التجديف:
تمارس في الأنهار والبحيرات والبحار، وتقام لها مسابقات عديدة على جميع المستويات، والأدوات الأساسية التي تستخدم في هذه الرياضة هي: المجداف والقوارب، وسوف نستعرض بعض لوائح هذه الرياضة:

المسابقات:
ب- بطولات العالم (رجال وسيدات). - بطولات القارات (رجال وسيدات).
- بطولة الاتحاد الدولي للناشئين والناشئات. (رجال وسيدات)
- بطولة الاتحاد الدولي في الوزن الخفيف (رجال وسيدات).
يجب على كل اتحاد أهلي وفي ترسيخ لا يجاور 30 نوفمبر من كل عام أن يقوم بإخطار مسكارية الاتحاد الدولي بقائمة المسابقات الدولية التي ستقام في دولته في خلال العام التالي، مع تحديد تواريخ إقامة هذه المسابقات، ويجب أن يتضمن الإخطار تفاصيل عن أبعاد المياه بالمجرى والمنشآت القوية اللازمة التي يسير عليها المسابقة، مع تحديد مستويات المجدافين ودرجات القوارب.

المستويات:
- الناشئين (رجال وسيدات).
- ممتازين ب (رجال وسيدات).
- ممتازين أ (رجال وسيدات).
- الكبار (رجال وسيدات).
قائدو الدفة:
فانسو الدفة هم أعضاء في الفريق، وعلى هذا فإن أي فريق سيدات لا يفوق دفته رجل، أو فريق رجال لا يفوق دفته سيدا، ولا يحدد سن قائد الدفة فيما عدا فريق الناشئين فإن قائد الدفة يجب أن يكون أيضا ناشئا.

وتنكس يتطلب فوز أحد الفريقين. في هذه الحالة يتم لعب وقت أصلي وذلك بعد راحة مدتها 5 دقائق، ويتم ذلك بداية الوقت الإضافي الذي يتكون من شوطين مدة كل شوط 3 دقائق لعبا فعبا، ويتخللها فترة راحة لمدة دقيقة لتبديل أماكن الفريقين. ويستمر نظام الوقت الإضافي (أي شوطين) حتى تحسم النتيجة لأحد الفريقين ما عدا أنه بين كل شوطين تحسب الراحة لمدة 3 دقائق.
- أي مساعة للميسرة مرئية لا بد أن تشير إلى الوقت بطريقة تنازلية، أي لبيان الوقت المتبقي من الشوط وليس الوقت المنصرف.
- عند بدء كل شوط من المباراة يجب على اللاعبين أن يأخذوا أماكنهم على خط مراهم بحيث يتعد كل لاعب عن الآخر بحوالي متر، وعلى يحد متر واحد على الأقل من قلمي المرمى.

الشراع:
تعتبر هذه الرياضة من الرياضات باهظة التكاليف، وذلك فإن عدد ممارسيها محدود، وتمارس رياضة الشراع في الأنهار والبحيرات والبط لـ! ويستخدم بها أنواع متعددة من القوارب، وتخصص لقوانين وقواعد خاصة.
أنواع القوارب الشراعية:
وتنقسم القوارب الشراعية إلى ثلاثة أنواع:
- المراكب الشراعية ذات الشراع الواحد.
- القوارب الشراعية، وهي أصغر حجما من النوع السابق.
- القوارب الشراعية الخاصة بالمسابقات وهي على أنواع

الانزلاق على الماء:
تمارس هذه الرياضة في البحار والأنهار ويتبعها على ممارسيها أن يجنوا السباحة بمستوى عال نظرا لتعرضهم للسقوط في الماء أثناء لعب القارب البخاري الغوص
وهي رياضة محببة للنفس، تتطلب إمكانيات خاصة، وهي باهظة التكاليف ومن أهم أوتارها:
- بذلة الغوص - أنوية أكسجين - نظارة - زعانف - ساعة تتحمل ضغط الماء.
التجديف:
تمارس في الأنهار والبحيرات والبحار، وتقام لها مسابقات عديدة على جميع المستويات، والأدوات الأساسية التي تستخدم في هذه الرياضة هي: المجداف والقوارب، وسوف نستعرض بعض لوائح هذه الرياضة:

المسابقات:
ب- بطولات العالم (رجال وسيدات). - بطولات القارات (رجال وسيدات).
- بطولة الاتحاد الدولي للناشئين والناشئات. (رجال وسيدات)
- بطولة الاتحاد الدولي في الوزن الخفيف (رجال وسيدات).
يجب على كل اتحاد أهلي وفي ترسيخ لا يجاور 30 نوفمبر من كل عام أن يقوم بإخطار مسكارية الاتحاد الدولي بقائمة المسابقات الدولية التي ستقام في دولته في خلال العام التالي، مع تحديد تواريخ إقامة هذه المسابقات، ويجب أن يتضمن الإخطار تفاصيل عن أبعاد المياه بالمجرى والمنشآت القوية اللازمة التي يسير عليها المسابقة، مع تحديد مستويات المجدافين ودرجات القوارب.

المستويات:
- الناشئين (رجال وسيدات).
- ممتازين ب (رجال وسيدات).
- ممتازين أ (رجال وسيدات).
- الكبار (رجال وسيدات).
قائدو الدفة:
فانسو الدفة هم أعضاء في الفريق، وعلى هذا فإن أي فريق سيدات لا يفوق دفته رجل، أو فريق رجال لا يفوق دفته سيدا، ولا يحدد سن قائد الدفة فيما عدا فريق الناشئين فإن قائد الدفة يجب أن يكون أيضا ناشئا.

و-السباحة التعليمية: Learning Swimming:
تهدف السباحة التعليمية إلى اكتساب الفرد مهارات وطرق السباحة المختلفة في ضوء مبدأ الترويح والأمن والسلامة، كما أنها المرحلة الأولى للانتقال للتدريب للوصول إلى المستويات المتقدمة. وهي ضرورية للممارسين لوظائف الصيد والغوص تحت الماء وطلاب الكليات العسكرية والرياضة.
من السباحة العلاجية:
في عبارة عن مجموعة من التمرينات، تؤدي في الوسط المائي، ولها برامج خاصة وتؤدي تحت إشراف مختصين في العلاج الطبيعي.
فوائد السباحة:
- السباحة رياضة ترويقية، تمارسها بعد عشاء غليظ أو عطشي يدخل السعادة إلى النفس، وتثير المرح والسرور لممارسيها.
- السباحة تعالج الترهلات التي توجد في الجسم

- اكتساب الممارسين العادات الصحية السليمة لما يلزمها من أخذ حمام قبل السباحة وبعدها.
- تحسين الحالة البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين) والمصحة عموما.
2- كرة الماء:
من الألعاب الجماعية التي تتم في شكل مباراة بين فريقين ويمارسها السباحون الذين يجيدون السباحة بمستوى عال، حيث أن هذا النوع من الرياضات المائية يتطلب سرعة فائقة في الهجوم والدفاع وتغيير المكان والدفاع. ولعبة كرة الماء من الألعاب التي لها قوانين وقواعد معينة من حيث:

الملاعب:
طول الملعب بين خطي المرميين يجب ألا يقل عن 20 مترا ولا يزيد على 30 مترا، وعرض الملعب يجب ألا يقل عن 10 أمتار ولا يزيد على 20 مترا، وفي حالة مباريات السيدات لا يزيد طول الملعب على 25 مترا، والعرض لا يزيد على 17 مترا، وحدود الملعب يجب أن تكون 30 سم خلف خط المرمى.

وهناك علامات توضع على جانبي الملعب لتوضيح التالي:
- علامة بيضاء - لخط المرمى ومتصف الملعب.
- علامة سراء - لخط المرمين من خط المرمى.
- علامة صفراء - لخط الأمتار الأربعة من خط المرمى

توضع علامة حمراء عند نهاية الملعب على بعد 2 متر من جانب ركن الملعب في الجانب المقابل لطاولة السكرتارية لتدل على منطقة نزول اللاعب المطرود. خاصة المرميين:

يجب أن تكون قوائم وعارضة المرمى من مادة قوية ومستطيلة القطاع، المسافة بين قلمي المرمى من الداخل 3 أمتار، ويكون الجانب السفلي من عارضة المرمى من النايلون على ارتفاع 9 متر فالكثير وتكون على ارتفاع 2،5 متر من قاع الحمام إذا كان عسق الماء أقل من 4، 5 متر.

كرة الماء مستديرة، ومصنوعة من مادة لا يتخللها الماء بسدون أربعة خارجية، ووزن الكرة يجب ألا يقل عن 400 جرام، ولا يزيد على 450 جراما، وألا يقل محيط الكرة عن 68 متر، لا يزيد على 71 متر، وأن يكون الضغط داخل الكرة من 90 إلى 97 «كيلو بسكال»

بينما في مباريات السيدات يجب ألا يقل محيط الكرة عن 65 متر، ولا يزيد على 71 متر، والضغط داخل الكرة من 83 إلى 90 أمتار:

حكم المباراة يجب أن يكون مزودا بعضا طولها 7 متر، فست في أحد طرفيها علم أبيض، والطرف الأخر علم أزرق.
مراقبو الأهداف يترددوا برأية حمراء وأخرى بيضاء. وثلاثة زرقاء.
أعطية الراي:

أحد الفريقين يرتدي لاجسهو الأعطية البيضاء والفريق الأخر الأعطية الزرقاء، بينما يرتدي حارس المرمى أعطية الرأس الحمراء، كما يجب تزويد غطاء الرأس بواق لين للأنثيين

ويتم ترقيم أعطية الرأس من كلا الجانبين، ويرتدي حارس المرمى غطاء رأس يحمل رقم (1) بينما يرتدي لاعبو الفريق أعطية تحمل الأرقام من 2-13.

يتكون كل فريق من سبعة لاعبين. من ضمنهم حارس المرمى، والأ يزيد على ستة لاعبين احتياطيين يمكن استبدالهم كبدلاء، وغير مسموح للاعبين بوضع شحم أو زيت.

زمن المباراة:
تتكون المباراة من أربعة أشواط مدة كل شوط 7 دقائق

- تحسب فترة دقيقتين راحة بين كل شوط من أشواط المباراة، وعلى اللاعبين والمدربين والإداريين لكل فرق تبديل أماكنهم مع الفريق الأخر قبل بداية شوط جديد.

- في حالة ما إذا كان المطلوب حسب نتيجة إحدى المباريات

اتلتيك بيلباو يخطط لاستعادة لايبورت من مانشستر سيتي

أستون فيلا يقدم عرضه الثاني لضم موسى ديابي



كشفت تقارير صحافية، اليوم الثلاثاء، أن نادي أستون فيلا الإنجليزي، قدم عرضه الثاني من أجل التعاقد مع جناح نادي باير ليفركوزن الألماني، موسى ديابي، في سوق الانتقالات الصيفية الجاري. وكان أستون فيلا قد قدم عرضاً مبدئياً بقيمة 35 مليون يورو بالإضافة إلى 10 ملايين يورو كمكافآت لديابي، لكن النادي الألماني رفض العرض على الفور.

ووفقاً لموقع «The Athletic»، فإن النادي الإنجليزي قدم عرضاً جديداً قيمته تصل إلى 50 مليون يورو (42.9 مليون جنيه إسترليني) للظفر بخدمات اللاعب الفرنسي. ويحسب أستون فيلا والمدرب الفني للفرق أوناي إييري على وجه التحديد، من أجل إنجاز صفقة اللاعب البالغ من العمر 24 عاماً، حيث يضمنه المدرب الإسباني هدفاً رئيسياً في الخط الهجومي هذا الموسم.

ويرغب إييري في إضافة المزيد من العمق إلى فريقه بعد أن ضمن المشاركة الأوروبية الموسم القادم، حصوله على المركز السابع في الدوري الإنجليزي الممتاز، وبعد ديابي خيراً ماثلها لذلك. من المقرر أن تستمر المحادثات بين الجانبين في الفترة القادمة، ويتطلع الفيلانز إلى حسم الصفقة قبل أن يحدث ما حدث في صفقة ماركو أسينسيو، الذي وقع لباريس سان جيرمان في الأخير، خاصة أن اللاعب لديه عرض آخر من النصر السعودي. جدير بالذكر أن ديابي قد شارك في 48 مباراة مع باير ليفركوزن الموسم الماضي بجميع المسابقات، ونجح في تسجيل 14 هدفاً وصناعة 11 هدفاً.

راشفورد يوقع عقداً جديداً مع مانشستر يونايتد



أعلن نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي، أن نجم الفريق، ماركو راشفورد، وقع عقداً جديداً يمتد لخمس سنوات قادمة، حتى جوان 2028. وكان عقد الدولي الإنجليزي، البالغ من العمر 25 عاماً، من المقرر أن ينتهي في صيف 2024، لكنه جدد إقامته مع الفريق بعقد محسن، يقال إنه الأعلى بين لاعبي يونايتد.

وقال النادي في بيانه الرسمي: "وقع ماركو راشفورد عقداً جديداً، ليمسده إقامته مع مانشستر يونايتد حتى 30 يونيو 2028" وبعد راشفورد واحداً من أبناء مانشستر يونايتد إذ ترعرع في جميع الفرق السنية حتى وصل للفريق الأول في عام 2016، وتضع الجماهير أمالاً كبيرة على المهاجم السريع.

من جانبه عبر راشفورد عن مسعته بهذا العقد إذ قال: "انضمت إلى مانشستر يونايتد عندما كنت طفلاً في السابعة من عمري وكان لدي حلم. لا يزال هذا الشرف والفخر والتصميم على النجاح يدفعني في كل مرة ألتحق فيها بارتداء هذا القميص".

وأضاف: "بصفتي من مشجعي يونايتد طوال حياتي، أعرف المسؤولية التي تأتي مع تمثيل هذه الشارة وأشعر بالارتفاعات والانخفاضات مثل أي شخص آخر. يمكنني أن أؤكد لكم أنني سأبذل قصارى جهدي لمساعدة الفريق في الوصول إلى المستوى الذي نلحقه قانديرون عليه، ويمكنني أن أشعر بنفس التصميم في غرفة الملابس. لا يمكنني أن أكون محتمساً أكثر للمستقبل تحت قيادة هذا المدرب". جدير بالذكر أن راشفورد قد شارك مع من يونايتد في 56 مباراة الموسم الماضي بجميع المسابقات، ونجح في تسجيل 30 هدفاً وصناعة 11 هدفاً.

مع الكرواتي جوسكو غرادنول، مقابل صفقة قياسية وحسب تقرير موقع "ريليفو" الإسباني فإن إدارة بيلباو تسمى جاهدة لإقناع لاعبيها السابق للعودة إلى بيته الأول، كما أنها مستعدة لدفع قيمة مالية مقابل ذلك والتي قد تصل إلى 30 مليون يورو، وهو الشرط الذي وضعه سيتي مقابل تسريح لاعبه حسب ما أكتته منصة "مانشستر إيفينغ نيوز" في وقت سابق. وعلى الرغم من المشكلات المالية التي تواجهها الأندية الإسبانية ونادي بيلباو على وجه الخصوص، فإن المدرب إيرنيستو فالغبردي يريد التعاقد مع لاعبين مميزين هذا الصيف، علماً أن اللاعب كان مطلوباً في برشلونة قبل أن يصرف عنه النظر بسبب قوانين اللعب المالي النظيف، وتخييط البلوغرانا بسبب نقص الموارد المالية.

وإلى جانب بيلباو الذي يريد خدماته، يوجد لايبورت على رادار أندية أخرى، أبرزها يوفنتوس الإيطالي الذي يريد تعزيز خطوته الدفاعية، في ظل اقتراب رحيل قائده المخضرم ليوناردو بونوتشي، حيث يرى النادي بقيادة مديره الرياضي الجديد كريستيانو جيونولي، أن لايبورت سيكون الخيار المناسب لقيادة دفاع السيدة العجوز في الموسم المقبل.

وعلى لايبورت (30 عاماً) خلال الموسم الماضي مع المدرب غوارديولا، إذ اكتفى بالمشاركة في 24 مباراة مختلف المسابقات منها 12 مواجهة في مسابقة الدوري الإنجليزي، وهذا ما يؤكد اقتناعه لثقافة غوارديولا، هذا الأخير بات يعتمد كثيراً على رون ديزلر ومانويل أكانجي وجون ستونز في قلب الدفاع.



يخطط أتلتيك بيلباو لتعزيز خط دفاعه هذا الصيف، ويستهدف مدافعه السابق إيمريك لايبورت، لاعب مانشستر سيتي حالياً، للتعاقد معه واستغلال وضعيته في فريقه بعد خروجه من التشكيلة الأساسية للمدرب بييب غوارديولا خلال الموسم الماضي.

ولعب لايبورت في صفوف بيلباو بين عامي 2011 و2018، قبل أن ينضم إلى مانشستر سيتي في صفقة بلغت قيمتها 65 مليون يورو، لكنه بات أحد المرشحين لمغادرة النادي السماوي هذا الصيف للحصول على موارد مالية إضافية، في ظل رغبة الأخير في التعاقد

توتنهام يدرس التعاقد مع إيفان توني بديلاً لهاري كين



توني قد شارك مع برينتفورد في 35 مباراة بجميع المسابقات الموسم الماضي، ونجح في تسجيل 21 هدفاً وصناعة 5 أهداف.

الانضمام إلى الفريق في السابق، لكن تعاقد توتنهام مع كارلوس فينيسوس على سبيل الإحصاءة من بنفكا بدلاً منه. جدير بذكره أن

أشارت تقارير صحافية، اليوم الثلاثاء، إلى أن نادي توتنهام هوتسبير يدرس إمكانية التعاقد مع مهاجم نادي برينتفورد، الدولي الإنجليزي إيفان توني، بديلاً لمهاجم السبيرز هاري كين المرشح للرحيل هذا الصيف. واقترب كين، قائد المنتخب الإنجليزي وهدافه التاريخي، من الرحيل عن صفوف الفريق في سوق الانتقالات الصيفية الجارية، مع رغبة بايرن ميونخ في الحصول على خدماته. ووفقاً لموقع «Football Transfers» الإنجليزي، فإن توتنهام وجه انتباهه إلى إيفان توني، بعد اقتراب مواطنه هاري كين من الرحيل عن صفوف الفريق هذا الصيف. وأكد التقرير أن نادي شمال لندن على استعداد للانتظار حتى نافذة الانتقالات الشتوية في العام المقبل للتعاقد مع مهاجم إنجلترا الدولي البالغ من العمر 27 عاماً.

ويفضي توني حالياً إيقافاً عن ممارسة النشاط لمدة 8 أشهر ينتهي في 16 يناير بسبب خرقه لقواعد المقامرة والمراهات، في حين أن المهاجم لديه أيضاً قيود على التدريب حتى سبتمبر القادم. وبعد المهاجم الهداف واحداً من المهاجمين الذين يتمتعون بإعجاب رئيس نادي توتنهام، دانييل ليفي؛ إذ إنه كان قريباً من

جيرونا يعلن ضم موهبة برنتلونة بابلو توري

أعلن نادي جيرونا، اليوم الثلاثاء، تعاقد مع اللاعب الإسباني الشاب بابلو توري، قائداً من نادي برشلونة على سبيل الإعارة لمدة موسم. وقال جيرونا عبر موقعه الرسمي: "سيدافع بابلو توري عن ألوان نادي جيرونا هذا الموسم، بعد أن توصلنا لاتفاق مع نادي برشلونة لانتقال لاعب كاتالونيا حتى 30 "جوان 2024".

ويعد لاعب خط الوسط، البالغ من العمر 20 عاماً، واحداً من مواهب النادي الكتالوني الشابة، منذ أن وفد إلى برشلونة في صيف 2022 قادماً من فريق راسينغ الإسباني مقابل 5 ملايين يورو. ومن المقرر أن يكون انتقال توري جزءاً من صفقة التعاقد مع متوسط الميدان المخضرم أوربول روميو (32 عاماً)، حسيماً نشرت بومية "موندو ديبورتيفو"، أمس الإثنين.

جدير بالذكر أن توري لم يستطع حجز مكان في التشكيلة الأساسية للمدرب تشافي هيرنانديز؛ إذ ظهر في 13 مباراة فقط لكل البطولات، ونجح في تسجيل هدف وحيد.



الخليفي: لا يوجد اي لاعب أكبر من باريس سان جيرمان!

جوردي ألبا على أعتاب التوقيع لإنتر ميامي



بات الدولي الإسباني جوردي ألبا على بعد خطوة واحدة من الانضمام إلى نادي إنتر ميامي الأمريكي، بعد اتفاق مع مسؤولي النادي على كل شيء، إذ يتبقى فقط توقيع العقود وإعلان الصفقة، حسب ما أشارت إليه صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية اليوم الثلاثاء. وستتحق ألبا بزميله السابقين في برشلونة، الأرجنتيني ليونيل ميسي ومواطنه سيرخيو بوسكيتس، الذين رسما مؤخرا التحاقهما بالفريق الأمريكي بعدد مدته عامين، وتم تقديمهما أمام حضور جماهير كبير على الملعب الخاص بالفريق. وقرر ألبا الرحيل عن برشلونة بعد نهاية عقده معه، وفضل الانتقال بزميله على العروض الأخرى التي وصلتته من أندية أوروبية وأخرى سعودية، لتتأكد مقولة إن "إنتر ميامي سينجذب برشلونة إلى ميسي"، في ظل عدم قدرة "البروغوت" على العودة إلى البلوغرانا بسبب المشكلات المالية التي يعانيها النادي. وحسب "موندو ديبورتيفو"، فإن راتب ألبا مع إنتر ميامي لن يكون عاليا كما هو الحال مع ميسي وبوسكيتس؛ بسبب قوانين الدوري الأمريكي، حيث سيكون عقده مختلفا مقارنة بزميله، وستتقاضى راتبا قدره 2 مليون يورو شهريا على الأكثر، بينما سيجري إجراء تعديلات على العقد خلال الموسم الثاني من وجوده في النادي. من ناحية أخرى، يستهدف النادي الأمريكي لاعبا آخر كان يلعب في صفوف برشلونة ويتعلق الأمر بالأوروغوياني لويس سواريز، مهاجم غريميو البرازيلي الحالي، والذي يستمر عقده معه حتى صيف 2024، إذ يريد إنتر تعزيز صفوفه في كل الخطوط تحسبا للمنافسة في الألقاب المحلية والقرارية. وبعد ألبا (34 عاما) صديقا مقربا من ميسي، وسبق أن لعب معه لمدة 9 أعوام كاملة وبالتحديد بين عامي 2012 و2021، كما لعب بجانب بوسكيتس 11 عاما، كان آخرها الموسم الماضي، والذي حققا فيه معا لقب الدوري الإسباني بعد غياب استمر لأربعة أعوام.

بايرن ميونخ منفتح على بيع جوشوا كيميشت لتمويل صفقة هاري كين



قالت مجلة كيكير «Kicker» الألمانية إن نادي بايرن ميونخ -بطل ألمانيا في المواسم الـ 11 الماضية- منفتح على بيع لاعب الوسط جوشوا كيميشت (28 عاما) في سوق الانتقالات الصيفية للعام الحالي 2023. وذكرت المجلة واسعة الانتشار في ألمانيا، أن المدرب الجديد لبايرن ميونخ، توماس توخيل، يهدف إلى عملية إحلال وتجديد في صفوف الفريق، ومنح الموافقة على بيع كيميشت، من أجل تمويل صفقة التعاقد مع هاري كين من توتنهام. ومع تبني عامين على نهاية عقد كيميشت مع بايرن ميونخ، هناك أطراف عديدة أبدت اهتماما ملحوظا بنيل خدمات اللاعب مؤخرا، أبرزهم برشلونة الإسباني ومانشستر سيتي وليفربول من الدوري الإنجليزي. ليفربول كان قد تعاقد بالفعل مع صفتين في خط الوسط، وهما المغربي دومينيك سوبوسلاي من ريال لايذغ الألماني، والأرجنتيني الفائز بكأس العالم قطر 2022، أليكسيس ماك أليستير من برايتون الإنجليزي. وأوضحت يومية دنلي ميل «Daily Mail» البريطانية، أن فرص ليفربول في التعاقد مع كيميشت ازدادت بعد طرح بايرن ميونخ اللاعب للبيع، حيث من المفترض أن يحل كيميشت بديلا لفابيو الذي يوشك على الانتقال إلى الاتحاد السعودي. ويدافع كيميشت عن قميص بايرن ميونخ منذ عام 2015، عندما انضم من شوتلغارت الألماني مقابل 8.5 ملايين يورو. ويحتضنها إلى الفريق خاض 347 مباراة في كل المسابقات سجل خلالها 40 هدفا ومنح 94 تمريرة حاسمة.

جيرمان. سعيد بوجودي هنا». ووجه الخليفي رسالة غير مباشرة إلى نجم الفريق كيليان مبابي، بالقول: «النادي أكبر من أي شخص هنا وأكبر مني، أتوقع أن تقدموا 200% في التدريب.. أنتم في أفضل مركز تدريب في العالم، يجب أن تتفخروا بذلك وتستفيدوا منه، لديكم كل شيء لتتجروا هنا ولا ينقصكم شيء، لا يوجد عذر لعدم النجاح. من الضروري أن تعملوا بجد. أريد أن أستمع عندما أرى فرقي يلعب». وشهدت الفترة الأخيرة توترا في العلاقة بين الخليفي ومبابي؛ بسبب رفض الأخير التوقيع على تجديد عقده حتى عام 2025، وإعلام ناديه برغبته في الرحيل بعد نهاية الموسم المقبل، ليرد الخليفي على هذا التصرف بتصريحات قوية، قبل أن يخرج مبابي مرة أخرى بتصريح مؤثر انتقد فيه الفريق وقل من حجمه. وواصل الخليفي حديثه للاعب، قائلا: «يجب عليكم أيضا احترام داعمينا وروعتنا، كل هذا جزء من عملكم، يجب أن تكونوا سعداء وفخورين بفعل ذلك، العلاقة لم تكن في أفضل حال في الموسم الماضي صحيح، لكن أريدكم أن تحترموا الجماهير منذ المباراة الأولى، إنهم يدفعون مقابل العمي، لو ربيتم ودعكم. عليكم احترام ذلك حتى لو كان صعبا في بعض الأحيان».

من جهة أخرى، ذكرت قنوات «RMC SPORT» أن الخليفي لم يكن له حديث خاص مع مبابي خلال زيارته إلى مركز تدريبات الفريق اليوم، وهو ما يؤكد مرة أخرى أن العلاقة بينهما متوترة إلى درجة كبيرة، ما يجعل احتمال رحيل اللاعب هذا الصيف أمرا واردا للغاية.



البريكي الذي اعتبره المسؤول الأول عن الفريق. ونقلت صحيفة «ليكيب» الفرنسية ما جاء على لسان الخليفي للاعب: «إذ قال في البداية: «نحن معا، نحن بحاجة لأن نسير في الطريق نفسه، وأن تكون فخوريا للعب لهذا النادي. ومن أجل القمصين وباريس سان

القي ناصر الخليفي، رئيس نادي باريس سان جيرمان الفرنسي، خطابا حماسيا على لاعبي الفريق اليوم الثلاثاء، قبل انطلاق الحصة التدريبية بحضور جميع اللاعبين تحضيرا للموسم الجديد، مشددا على ضرورة احترام النادي وتاريخه، وكذلك احترام المدرب لويس

جواو فيليكس يعلن رغبته في اللعب لبرشلونة



الضوء الأخضر لإدارته من أجل التعاقد مع اللاعب، في ظل رغبة أتلتيكو في التخلص منه وكشفت تقارير صحفية إسبانية مؤخرا، أن أتلتيكو مدريد يتطلع لبيع نجمه البالغ من العمر 23 عاما، في الأسابيع المقبلة، مشيرة إلى أن بيعه سيكون مقابل 50 مليون يورو، لكن هذا الرقم يبقى مستعصبا على برشلونة في الوقت الحالي على الأقل. وخاض فيليكس 21 مباراة بقميص نادي تشيلسي في الموسم المنقضي، منها 16 بمسابقة الدوري الإنجليزي، ولكنه لم ينجح في ترك بصمة قوية، واكتفى بتسجيل 4 أهداف فقط، ما جعل النادي اللندني لا يطلب من نادي العاصمة الإسبانية تجديد فترة إعارته لموسم إضافي على الأقل. وكان باريس سان جيرمان يسعى للتعاقد مع فيليكس في سوق الانتقالات الصيفية الحالية، قبل أن يصرف عنه النظار، بعد ضمان خدمات ماركو أسينسيو من ريال مدريد بشكل مجاني، ما جعل مستقبل البرتغالي غامضا حتى الآن، مع تبقي 4 مواسم كاملة من عقده مع «الروخي بلانكوس».

أعلن البرتغالي جواو فيليكس رغبته صراحة في حمل قميص برشلونة، بعد الخروج من أتلتيكو مدريد الذي لعب له حاليا، مؤكدا أن اللعب للنادي الكتلوني يعد حلم طفولته وبريد تحقيقه، معلنا بذلك بشكل غير مباشر أمه في إيجاد طريقة مناسبة للرحيل عن أتلتيكو. وتحدث فيليكس في تصريحات حصرية للصحفي الإيطالي «فابريسيو رومانو» نشرها في حسابه الرسمي على «تويتر»، إذ قال: «أود أن أعب لبرشلونة. برشلونة كان دائما خيارا الأول وأحب الانضمام إلى هذا النادي». وتابع النجم البرتغالي الذي حمل قميص تشيلسي في مرحلة الإياب من الموسم الماضي على سبيل الإعرارة، يقول: «اللعب في برشلونة كان حلمي منذ أن كنت طفلا، إذا حدث ذلك، فسكون حتما بتحقيق البنسنة إلى». ويبدو أن انتقال فيليكس إلى برشلونة في الميركاتو بعد أمرا ليس بالهين، في ظل المشكلات المالية التي يعانيها البلوغرانا، فيما يبقى خيار ضم اللاعب على سبيل الإعارة واردا، في حال ما منح تشيلسي هيرنانديز

تشيلسي يدرس التعاقد مع ماغواير بعد إصابة فوفانا

أفادت تقارير صحفية، اليوم الثلاثاء، بأن نادي تشيلسي يفكر في التعاقد مع مدافع نادي مانشستر يونايتد، هاري ماغواير، بعد إصابة ويسلي فوفانا بقطع في الرباط الصليبي. وكان البلوز قد تعرض لضربة موجعة بعد خضوع مدافعه الفرنسي فوفانا لعملية جراحية في الرباط الصليبي الأمامي، وتأكد غيابه عن الفترة التحضيرية هذا الصيف. ووفقا لموقع «90Min» الرياضي، فإن تشيلسي يقوم الآن بتقييم الخيارات الدفاعية المتاحة في نافذة الانتقالات الحالية، خاصة بعد أن سمح بالفعل لكلايدو كوليبالي وسيزار أزابيكويتسا بمغادرة النادي هذا الصيف، وبعد ماغواير واحدا من الخيارات. ومن المحتمل أن يغيب فوفانا (22 عاما) أيضا عن نصف موسم 2023-24 نتيجة لإصابته،

ما دفع تشيلسي للاستفسار بالفعل عن إمكانية التعاقد مع المدافع البالغ من العمر 30 عاما. ومع ذلك، يواجه البلوز منافسة من نيوكاسل يونايتد وست هام يونايتد للتعاقد مع ماغواير، حيث رفض الشياطين الأحمر عرضا من وست هام لاستعارة ماغواير حسب تقارير سابقة. وكان ماغواير قد أعلن، أمس الأحد، أنه جرد من شارة القيادة مع يونايتد من قبل مدربه إيريك تين هاج، وأكد أنه سيواصل العطاء بقميص مانشستر يونايتد، على الرغم من الخبرة الشديدة التي يشعر بها، لكنه قد يفكر في الرحيل وخوض تجربة جديدة الآن. جدير بالذكر أن المدافع الإنجليزي قد شارك مع مانشستر يونايتد في 16 مباراة فقط بالدوري الإنجليزي الموسم الماضي، بينما خاض 15 مباراة بالمسابقات الأخرى.





الجزائر ماتش

الثابت: 023346674
الجوال: 0555879734

البريد الإلكتروني: CONTACT@ALGERIEMATCH.DZ
الموقع الإلكتروني: www.algeriematch.dz

لكل اعلاناتكم اتصلوا بالوكالة الوطنية
للنشر و الإشهار:
01، شارع باستور- الجزائر.

الهاتف: 021711664 / 021737128
الفاكس: 021739559 / 021739919
021739919 / 021734694

البريد الإلكتروني:

agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz

الموقع الإلكتروني: www.algeriematch.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
ولاية الجزائر
الدراسة الإدارية بترقي
بلدية سراسي
NIF N° : 4100020001608501013

إعلان عن طلب عروض مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم: 2023/.../...

لتمن بلدية بترقي عن إجراء طلب عروض مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا طبقا للمواد 39-40-42 و 44 من المرسوم الرئاسي رقم 247-15 المؤرخ في 09/16/2015، متمم بتنظيم المسابقات العمومية والتوقيضات المرفق المعلق الخاص بالمعملية المسجلة تحت عنوان التالي:
أشغال ترميم العنصر الإداري لحي بن غازی.

بلدية بترقي

يمكن المؤسسات والشركات التي تتوفر فيها الشروط التالية:

1. التأهل المهني بتقديم شهادة الشاهدين والتخصص المهنيين الاختصاص نشاط رئيسي لأشغال البناء الدرجة (02) وما فوق سارية المصلاحة و أشغال عمومية نشاط ثانوي.
2. الأريحية المالية بتقديم معمل رقم أصقل سنوي، ثلاث سنوات الأخيرة يساوي أو يلقو 8 000 000,00 د.ج.

المشاور: وسبب نشر الشروط من مكتب المسابقات بلدية بترقي مقابل دفع مبلغ 3000,00 د.ج (ثلاث مائة وخمسة وتسعون ألف دينار جزائري) غير قابلة للتحويل. يجب أن تشمل العروض على مستلزمات من العرض (أسلحة) = (سمة حلق الأسلاك) على ملف الترشيح والعرض التقني والعرض المالي **ويضمن الطرف الأول ملف الترشيح على الوثائق التالية:**
- التصريح بالتزج مع ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- التصريح بالتزج مع ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- نسخ من الوثائق التي تعلق بالعروض التي تسمح للشخص بالزام المؤسسة
- القانون الأساسي بالشركة فقط (SPA SNC SARL EURL.....) نسخة من السجل التجاري.
- شهادة الوثائق الحالية.

المزيد من المعلومات تسع اليد 9 من فقر الشروط

ويضمن الطرف الثاني العرض التقني على الوثائق التالية:

- 1- التصريح بالانكباب ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- 2- مخطط تقني يبيو في آخر مسطحة على الحارة * قرين قرين * مكتوبة بخط اليد ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق وذلك ومسل المتبهم.
- 3- مكررة تقنية تسمح بتقييم العرض التقني: مخطط الأسلاك، ومدة مدة التسليم
- 4- **ويضمن الطرف الثالث العرض المالي على الوثائق التالية:**
- دراسة التمه ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- جدول الأسعار بالوحدة ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- تحليل كمي وتقدير ملو مسسسي وموزج وموشر عليه من طرف المشهد حسب النموذج المرفق.
- توضيح ملف الترشيح والعرض المالي والعرض التقني في آخره منسقة ومقلقة بالعامتج حسب النموذج المرفق.
- بعض هذا الإعلان بمثابة دعوة للمتقدمين لتصور وضمانات فتح العروض.

لا يلقا إلا من طرف لجنة فتح الأقرقة و تقييم العروض
التي سيهاو رئيس المجلس الشعبي البلدي بلدية بترقي
إعلان عن طلب عروض مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم: 2023/.../...
أشغال ترميم العنصر الإداري لحي بن غازی.
بلدية بترقي.

حدثت مدة تحضير العروض 15 يوم ابتداء من تاريخ أول نشر لهذا الإعلان في النشرة الرسمية للمتعامل العمومي، و في جريدتين وطنيتين باللغتين العربية و الفرنسية.

يتم إيداع الأقرقة في نفس اليوم الذي يصافق لآخر يوم تحضير العروض على الساعة 12:00 سا
إلا مساف يوم الإيداع عطلة أو يوم راحة قانونية أو عمل التزج إلى يوم العمل الفرنسي.
يتم فتح الأقرقة خلال جلسة علنية الذي يصافق لآخر يوم تحضير العروض على الساعة 13:30 سا بمقر البلدية.
المتقدمون يتزمن بحضورهم لمدة 03 شهر زائد مدة تحضير العروض، من أول يوم من نشر هذا الإعلان في النشرة الرسمية للمتعامل العمومي و بوبطين ووطنين .
بعض هذا الإعلان بمثابة دعوة للمتقدمين لتصور وضمانات فتح العروض.
ملاحظات هامة
* يتم المؤسسة وإو الشركة مطلوب عند سحب دفتر الشروط - عند حضور اجتماع لجنة فتح العروض وعند سحب رسالة تسمية العرض.
* فقر الشروط يجب سحبه مسبقا أو مملتا حقه بقرين.
* لا يلقا أي تطلب احترازا أو اشتراط إضافي في كل من رسالة تسمية/ جدول الأسعار بالوحدة و تحليل كمي وتقدير)

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية تيميمون
دائرة تيميمون
بلدية تيميمون

إعلان عن طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم: 2023 /...

يعلن رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية تيميمون عن إجراء طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم: 2023/.../...
صيا: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء وقصور بلدية تيميمون.

مصدر: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء وقصور بلدية تيميمون مجزة إلى حصنين

الخصصة 01: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء بلدية تيميمون.

الخصصة 02: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر قصور بلدية تيميمون.

على المؤسسات والمقاولات المؤهلة في ميدان البناء والتي تتوفر على:

أ- شهادة التأهيل والتصنيف المهنية درجة ثانية (02) أو أكثر نشاط رئيسي في مجال البناء تحتوي على الرمز الخاص بالمهنة 3912/341 أو 3913/341

ب- قد أنجز مشروع واحد (01) خلال 10 عت السنوات الأخيرة (2012-2022) في مجال البناء بتكلفة أكبر أو تساوي من 10.000.000,00 دج مبررة بشهادة حسن الإنجاز صادرة من طرف المصالح المتعاقدة العمومية.

تترب من مكتب المسابقات لبلدية تيميمون من أجل سحب دفتر الشروط مقابل دفع مبلغ: 5.000,00 دج خمسة آلاف دينار جزائري كحقوق

النسخ، وتوضيح العروض بمقر البلدية تيميمون الأمانة العامة

(NIS :095801099005039N°:ART 01090001002 TEL N°: 049300196 FAX N° :049300196)

تحتوي العروض على ملف الترشيح - عرض تقني - عرض مالي يوضع كل عرض في أقرقة منفصلة ومقلقة بالحكم بين كل منها تسمية ومراجع

طلب العروض وموضوعه وتتضمن عبارة " ملف الترشيح " أو " عرض تقني " أو " عرض مالي " حسب الحالة وتوضيح هذه الأقرقة الثلاثة في طرف

آخر مقل بالحكم ومجهول ويحمل الحارة التالية:

إعلان عن طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم: 2023/...

صيا: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء وقصور بلدية تيميمون

مصدر: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء وقصور بلدية تيميمون مجزة إلى حصنين

الخصصة 01: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر أحياء بلدية تيميمون

الخصصة 02: إنجاز وتوسيع الأثرارة العمومية عبر قصور بلدية تيميمون

لا يلقا إلا من طرف لجنة فتح الأقرقة وتقييم العروض

يتكون ملف المتبهم من الوثائق التالية:

I- ملف الترشيح :

01- التصريح بالتزج مع ملو، ماضي، مؤشر.

02- التصريح بالتزج مع ملو، ماضي، مؤشر.

03- القانون الأساسي للشركة(في حالة الشركات).

04- نسخة من شهادة التصنيف والتأهيل المهني في مجال البناء نشاط رئيسي 02 فما فوق.

05- نسخة من شهادة النشاط والحاصل المالية لسنة 2020 - 2021 - 2022 مسلمة من مصالغ الضرائب.

06- قائمة العمال مرفوقة بالتصريح لدى الصندوق الوطني للضمان الاجتماعي لكل عامل وشهادات النجاح (بيلووم).

07- قائمة العتد المخصص للمشروع مع شهادة التأمين والخص التقني سارية المفعول والبطاقات الرمادية للعتد.

08- شهادة حسن الإنجاز للتسليم المعتمدة المنجزة مسلمة من طرف المصلحة المتعاقدة عمومية.

09- وصل التسليم 5.000,00 د.ج.

II- العرض التقني :

01- التصريح بالانكباب ملو، ماضي، مؤشر.

02- دفتر الشروط ملو، ماضي، مؤشر يحتوي في آخر صفحته على عبارة " قرين قرين " مكتوبة بخط اليد.

03- المكررة التقنية والتبويية حسب النموذج المرفق ملو، ماضي، مؤشر.

04- زرنامة تنفيذ الأشغال

III- العرض المالي:

01- رسالة التمه ملو، ماضي، مؤشر.

02- جدول الأسعار الإجمالي ملو، ماضي، مؤشر.

03- الوصف الكمي والتفصيلي ملو، ماضي، مؤشر.

* **الوثائق التبويية:** يجب على المتبهم استكمال ملفه بالوثائق التالية في أجل انصاف عشرة (10) أيام من تاريخ تبليغه. نسخة من السجل التجاري، نسخة من سترج الضرائب مطلى أو جدول (في طور المصلاحة بتاريخ التبهد) نسخة من شهادة أداء المسابقات CNAS-CASNO مصالغ أو مبرولة، نسخة من شهادة أداء المسابقات CACOBATH، نسخة من شهادة الوثائق الحالية المتسول الماضي على رسالة العرض رقم (03) نسخة من بطاقة التقييم الجبتي.

حدثت مدة تحضير العروض 10 يوم ابتداء من تاريخ أول معلو الإعلان عن عرض وطني في جريدتين وطنيتين ووطنين أو نشرة صفقات المتعامل العمومي.

يتم إيداع العروض في اليوم العتشر من مدة تحضير العروض من 8:00 صباحا إلى 12:00 مساء.

يتم فتح الأقرقة ملف الترشيح، العرض التقني والعرض المالي في نفس اليوم على الساعة 12:00 مساء بمقر البلدية لعتة الإبتداعات وفي جلسة علنية ويكون هذا الإعلان بمثابة دعوة لتصور العروض، وإذا مساف هذا اليوم يوم عطلة أو راحة قانونية فإن مدة تحضير العروض تمدد في غاية يوم العمل المالي ويبقى المتبهمون ملتزمن بعروضهم لمدة 10+90 يوما ابتداء من تاريخ إيداع العروض.

ملاحظة: المتبهد الذي استند إليه العلية ملزم بأن يقدم لصاحب المشروع الوثائق المطلوبة وهذا في حدود مدة انصافا 05 أيام من تاريخ فتح الأقرقة لتعليق أجل منح الموقد.

صامويل إيتو متهم بالتورط في التلاعب بنتائج المباريات

كرة القدم لأن البعض منا لا يقوم بعمله». وأضاف إيتو، أنه اتصل برئيس اتحاد الحكام السيد فوكو وتوسل له، وقال له: «ياخذنا! هذا السيد يضع الكثير من الأموال في كرة القدم، ولا يمكننا إرسال الحكام لقتل هذا الرجل الذي يريد شيئاً واحداً فقط، أن يكون لديه أحد أفضل الفرق في دورينا». لكن يكشف التقرير في الختام، أن إيتو أعطى فعلاً تعليمات لصالح ترقية نادي أوبوبو إلى دوري الدرجة الأولى للبطولة الكاميرونية. ويعيش إيتو حلقة جديدة من الفضائح التي تلاحقه، والتي جاءت بعد أيام قليلة من التصريحات المثيرة للجدل لثانيه السابق في الاتحاد الكاميروني، نغالا كوان، الذي اتهمه بتزوير الحارس اندريه أوتانا من المنتخب الكاميروني.

المباريات، وبالتالي تحويل نتائج اللقاءات من الملاعب إلى أروقة الاتحاد الكاميروني للعبة، حيث عثر عن هذه المخاوف فووتشو رئيس نادي «أف سي جيكو» والعضو المستقل من اللجنة التنفيذية للاتحاد الكاميروني، بقوله: «ما جعلني الهلثف وأجانبني: يمكنني أن أسقط أي فريق أريده إلى الدرجة الأدنى». إيتو يدافع عن نفسه وأوضح تقرير «سبور نيوز أفريكا»، أنه في مواجهة الاتهامات بالتلاعب في نتائج المباراة التي تنقل كاهله، حاول إيتو إيجاد طريقة لتبرئة نفسه، حيث صرح قائلا: «في محادثة قمت فيها بحماية رئيس Opopo الذي يستثمر أمواله ويريد ترك

الأولى بالكامبيرون، بقوله: «يجب أن يصعد أوبوبو إلى الدرجة الأولى. إنه هدفنا (...). إنه اتحاذنا. نحن أربعة، أنت وشخصان آخران. فيكتوريا يونبايتد سوف يصعد». ويشير تقرير «سبور نيوز أفريكا»، أنه «بعد بضعة أشهر، تمت ترقية النادي (فيكتوريا يونبايتد)، الذي كان في أسفل الترتيب، بعد إعلان ملعب بيرتوا، الذي احتل المرتبة الثانية في البطولة، انسحابه من الاتحاد الكاميروني لكرة القدم. بالإضافة إلى ذلك، تم إيقاف العديد من الحكام من قبل الهيئة التي تتخذ من العاصمة ياوندي مقراً لها». وأوضح التقرير، أن هذا التسيير، يؤثر تساوالات حول التأثير المحتمل لصامويل إيتو في نتائج

كشف تسيير تسجيل صوتي لمكالمة هاتفية لرئيس الاتحاد الكاميروني لكرة القدم، صامويل إيتو، عن تورطه في التلاعب بنتائج مباريات دوري الدرجة الثانية الكاميرونية، بعدما وعد أحد رؤساء الفرق المغفورة بمساعدته بكل الطرق من أجل أن يصعد لدوري الدرجة الأولى الكاميروني. وقال تقرير لموقع «سبور نيوز أفريكا»، إن «التسجيل الصوتي الذي تم تداوله على نطاق واسع في مواقع التواصل الاجتماعي، يوم الثلاثاء، يُظهر صامويل إيتو خلال محادثة هاتفية مع رئيس نادي الدرجة الثانية المحلي، أوبوبو، المعروف باسم فيكتوريا يونبايتد». ويعود التسجيل الصوتي إلى شهر جاني 2023، حيث يلتزم فيه إيتو برفع النادي إلى بطولة الدرجة

بيكهام: الجماهير مطالبة بالصبر على ميسي في الدوري الأمريكي

وستحصل أشياء جيدة جداً». ويأتي انضمام ميسي المتوج بلقب مونديال قطر 2022، إلى صفوف إنتر ميامي الأمريكي في لحظة لم يحقق فيها الفريق الفوز منذ 11 مباراة متتالية. جذير بالذكر أن النجم الأرجنتيني سيخوض مباراته الأولى مع فريقه الجديد في 21 جويلية، أمام كروز أزول ضمن منافسات بطولة «ليجس كب»، وهي مسابقة جديدة بين فرق الدوريين الأمريكي والمكسيكي.

المستوى الحالي جيد بل ويمكن وصفه بالرائع». وسبق لميسي القول عقب تقديمه لاعباً في إنتر ميامي: «أريد حقاً أن أبدأ بالتصاريح، المنافسة. لدي نفس الرغبة التنافسية التي تمتعت بها على الدوام، الرغبة في الفوز، مساعدة النادي على الاستمرار في النمو. أنا سعيد جداً لأنني اخترت المجهي للعب في هذه المدينة مع عائلتي، لاختياري هذا المشروع. لا يساورني أي شك في أننا سنستمتع بالأمم كثيراً، سنقضي وقتاً ممتعاً

سيكون جاهزاً، إنه يبدو في حالة ممتازة الآن، لكن التكيف مع الأجواء الجديدة قد يستغرق وقتاً». واسترجع بيكهام في حديثه ذكريات انضمامه إلى لوس أنجلوس غالاكسي الأمريكي عام 2007، والتي شهدت العديد من العقبات قبل نجاحه في الظهور بمستواه المعهود. واختتم كلمته بالقول: «أسلوب كرة القدم هنا مختلف، والمستوى أقل عما اعتاد عليه النجوم الكبار في أوروبا، لكن

دعا النجم الإنجليزي السابق، ديفيد بيكهام، مالك إنتر ميامي الأمريكي، جماهير فريقه إلى الصبر على ليونيل ميسي عند ظهوره الأول مع الفريق، مؤكداً أن النجم الأرجنتيني قد يبدو في حاجة إلى بعض الوقت من أجل الانسجام في الدوري الأمريكي. وقال بيكهام في تصريحات نقلها موقع «economictimes»: «ميسي سيكون له دور كبير معنا، لكنه بحاجة إلى تحديد متى

لوريان الفرنسي يتعاقد مع بنجامين ميندي

الموسم الماضي 2022-23، بسبب محاكمته. وكان ميندي جزءاً من تشكيلة منتخب فرنسا المتوجة بكأس العالم «روسيا 2018»، لكن مباراته الدولية الأخيرة ترجع إلى نوفمبر 2019، ضد ألبانيا. بالتصفيات المؤهلة إلى نهائيات كأس الأمم الأوروبية «يورو 2020».

بيان رسمي، إن ميندي تخلى الفحص الطبي بالفعل، وإن اللاعب سيرتدي الفميص رقم 5 مع الفريق. وتوج ميندي بالكثير من البطولات مع مانشستر سيتي، أهمها في الدوري الإنجليزي الممتاز «بريميرليغ»، لكنه غاب عن تتويج الفريق بثلاثية «البريميرليغ وكأس الاتحاد الإنجليزي ودوري أبطال أوروبا»

مانشستر سيتي وانضم إلى ناديه الجديد عبر صفقة مجانية. وابتعد ميندي عن عالم كرة القدم بالعامين الماضيين، وقد أودع السجن ليعض الوقت. في أعقاب اتهامه بقضايا «اغتصاب واعتداء جنسي»، قبل أن يُبرأ اللاعب صاحب الـ29 عاماً من جميع التهم الموجهة إليه على مدار الأشهر الستة الماضية. وقال لوريان، في

أعلن نادي لوريان الفرنسي، يوم الأربعاء، تعاقد مع الظهير الأيسر بنجامين ميندي، قائداً من مانشستر سيتي الإنجليزي، بموجب عقد يمتد لموسمين قادمين؛ أي حتى 30 جوان 2025. ولم يوضح لوريان التفاصيل المالية للصفقة، لكن موقع «ترانسفير ماركيت» العالمي أفاد بأن اللاعب الفرنسي غادر

إنفانتينو يدعو النيوزيلنديين لحضور مباريات مونديال السيدات

بالنسبة للجميع». ويتوقع الفيفا أن تستقبل الملاعب مليون ونصف متفرج وأكثر من ملياري متابع على مستوى العالم، وهو رقم تاريخي مقارنة بالنسخ السابقة من البطولة. ومن ثم فإن إنفانتينو، على الرغم من إقراره بوجود هامش للتحسن، فقد أبرز أنه في هذا التوقيت من الضروري التركيز على ما يعنيه هذا الحدث بالنسبة للمرأة، وما يعنيه هذا الحدث لهذا الجزء من العالم وجميع أنحاء العالم الأخرى، وجميع المعاني الأخرى المهمة للغاية لكأس العالم للسيدات».

في سيدني. من جانبها أوضحت فاطمة سامورا الأمينة العامة للفيفا أنه تم بيع 1.34 مليون تذكرة حتى الآن للمباريات التي ستقام في نيوزيلندا وأستراليا حتى 20 أوت. ورغم أنها اعترفت بأن هناك تناكراً متاحة «لمعظم المباريات»، فإن كأس العالم 2023 تبدو بالفعل «الحدث الرياضي النسائي الأكثر حضوراً». وقالت سامورا خلال المؤتمر الصحفي: «إننا في طريقنا للوصول إلى أرقام قياسية، لذا، نعم، تم تلبية توقعاتنا، لكننا نريد أن يتمكن الجميع من مشاهدة الحدث، لأنه تجربة حياتية مميزة

وأكد أن النيوزيلنديين وكذلك الأستراليين يجب أن يكونوا «فخورين» باستضافة «ما سيكون أكبر حدث يتم تنظيمه هنا على الإطلاق، وليس على المستوى الرياضي فحسب»، متبناً حديثه بالقول: «العالم بأسره يشاهد علينا أن نفخر بذلك». وفي الأسابيع الأخيرة كان هناك بعض القلق بشأن وتيرة مبيعات التذاكر في نيوزيلندا، المقرر أن تستضيف المباراة الافتتاحية بين منتخبها والنرويج غدا الخميس، وبعد ساعات ستقام مواجهة بين منتخبها أستراليا وإيرلندا على ملعب أستراليا (أي إن زد)

دعا جيتاني إنفانتينو رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) مشجعي نيوزيلندا، اليوم الأربعاء، إلى «اعتنام الفرصة» وحضور مباريات بطولة كأس العالم للسيدات، التي تنطلق منافساتها غدا الخميس دون طلب كبير على تناكرها حتى الآن. وقال إنفانتينو: «رسالتنا الوحيدة التي أريد أن أنقلها هنا هي أن نكتنموا الفرصة، وتفخروا بما تمكثتم من تحقيقه في نيوزيلندا وأستراليا»، وذلك في مؤتمر صحفي في أوكلاند التي يحتضن ملعبها (اين بارك) افتتاح مونديال السيدات لكرة القدم.

مانشستر يونايتد يخطط لبيع مارسيل في حال حسم صفقة هويلوند

الوقت الحالي لحسم صفقة هويلوند سريعاً، وبعد ذلك سوف يعمل النادي على بيع مارسيل. ولم يُشارك مارسيل في أول مباراة ودية لمانشستر يونايتد قبل الموسم الصيفي ضد ليدز يونايتد الأسبوع الماضي، حيث يتعافى من مشكلة إصابة طفيفة.

تين هاغ في موسم 2022-23، ولكن سلسلة من الإصابات حرمت اللاعب من المشاركة كأساسي، حيث تعرض لإصابة في أوتار الركبة ووتر أكيليس وإصابة في الظهر وأخرى في الورك. وقالت الصحيفة إن مانشستر يونايتد يعمل في

وفقاً لما أوردته شبكة «سبورتس مول» البريطانية، فإن مانشستر يونايتد سيستمر في التفاوض مع مارسيل بمتابعة مسرح الأحلام «أولد ترافورد»؛ ولكن بشرط أن ينجح فريق «الشياطين الحمر» في التعاقد مع هويلوند. وكان مارسيل قد أثار إعجاب المدرب إريك

يخطط نادي مانشستر يونايتد للتخلي عن خدمات الدولي الفرنسي، أنتوني ماركسيال، مهاجم الفريق، في حال التعاقد مع الدولي الدنماركي، راموس هويلوند، مهاجم اتصالات، في سوق الانتقالات الصيفية الجارية.

يقاف لاعب التنس السويدي ميكائيل يميز 18 شهراً بسبب المنشطات



عُوقب السويدي ميكائيل يميز بالإيقاف لمدة 18 شهراً عن منافسات تنس المحترفين بعد أن تقدم الاتحاد الدولي للعبة بظن أمام محكمة التحكيم الرياضية بعد تفرغه رغم عدم الكشف عن مكانه في ثلاث مناسبات وأعلن يميز أنه تعرض لإتهام بمخالفة محتملة لقواعد مكافحة المنشطات في جاني 2022 بسبب غيابه عن ثلاثة اختبارات للكشف عن المنشطات، بعيداً عن البطولات، في غضون 12 شهراً. وقال الشاب البالغ من العمر 24 عاماً إنه دافع عن نفسه في التهم الموجهة إليه في جلسة استماع، كما برأته محكمة منسقلة في جوان حزيران 2022، لكن الاتحاد الدولي تقدم بظن على القرار.

وقالت المحكمة الرياضية إن الاتحاد الدولي طلب إيقاف يميز لعامين؛ إلا أن اللجنة أيدت جزئياً الظن وفرضت الإيقاف لمدة 18 شهراً. وأعرب يميز عن أسفه، لأنه أوقف عن اللعب من عدم استخدامه أو اتهامه بتعاطي مواد محظورة، واصفاً القرار بـ "غير العادل". وكتب يميز عبر حسابه الرسمي بمصلحة التواصل الاجتماعي "تويتز": "بعد أن تمت تبرئتي مرة، وفي ظل الواقع الذي يعكس عدم شعوري بأنني ارتكبت الخطأ الثالث، فإني أرى محاكمتي، ثم اعترابي بعد ذلك منذئذ هو قرار ظالم". وأضاف: "علاوة على ذلك، أجد صعوبة في استيعاب قضائهم بالإيقاف لمدة 18 شهراً وأنه يمثل عقوبة عادلة، لا أعتقد أنني خالفت تلك القواعد وضيمري مرات مع وجود الرب إلى جانبني شاكها". وأكدت المحكمة الرياضية أن يميز تغفل ارتكاب خطأ عدم الإبلاغ عن مكانه في أول مرتين في 22 أبريل نيسان و10 أوت 2021؛ لكنه طعن ضد المرة الثالثة في 7 نوفمبر تشرين الثاني، حيث ألقى حينها باللوم على سوء التواصل مع وكيله فيما قالت المحكمة الرياضية: "وجدت المحكمة الابتدائية أن مسؤول رقابة المنشطات فعل كل ما هو مطلوب منه لتحديد مكان اللاعب؛ لكن لا يمكن أن يُنسب أي إهمال إلى اللاعب أو وكيله". وأضاف: "لقد أقام اللاعب في فندق مختلف عن الفندق الذي طلبه عند إجراء الحوزة؛ لكن وكيله (الذي قام بتحديث مكان اللاعب نيابة عنه) لم يتلق نياً هذا التغيير، وبالتالي لم يتم إجراء التحديث اللازم". وخلصت المحكمة إلى أن يميز فشل في ضمان امتثاله للوائح مكافحة المنشطات عن طريق إغفال التحقق من مكان وجوده وعلى الفرض أنه سيتم تحديده عن طريق وكيله أو سلطات التنس. ويحتل يميز المركز الـ 51 بالتنس العالمي، وبلغ الثالث في بطولة ويمبلدون ويمبلدون بوزره على تابلور فريز المصنف التاسع هذا الشهر. الجدير بالذكر أن يميز كان أقصى من الدور الثالث لبطولة ويمبلدون هذا الشهر أمام الكولومبي دانيال غالان.

ختام بطولة الإمارات للمواي تاي



اختتمت بطولة الإمارات المفتوحة للمواي تاي للرجال والسيدات، التي أقيمت على مدار 3 أيام في دبي فيستفال أرينا وسط مشاركة 185 لاعباً يمثلون 35 نادياً، تحت إشراف وتنظيم اتحاد الإمارات للمواي تاي والكلي بوكسينغ. شهد اليوم الختامي للبطولة 20 نزاً بين المتأهلين للدور النهائي. وقال عضو مجلس إدارة اتحاد الإمارات للمواي تاي والكلي بوكسينغ، المدير التنفيذي للاتحاد، والمدير الفني محمد المهيدي: "فخورون بنجاحات بطولة الإمارات المفتوحة للمواي تاي للرجال والسيدات، وما شهدته من مشاركة كبيرة ومستويات فنية مميزة ومواجهات تنافسية قوية، أمنت على زيادة عدد الممارسين وحرص الأندية على المشاركة والتفاعل مع أندية الاتحاد". وأضاف: "نفخر بهذه النجاحات التي تمثل مكسباً مهماً لرياضة المواي تاي، وتدعم خططنا الطموحة لتوسيع قاعدة اللعبة، ورفع المنتخبات الوطنية بالمواهب الواعدة".

كارلوس ألكاراز أول المتأهلين إلى البطولة الختامية للتنس



كورونا. وبقي الروسي دانييل ميديفيدف، الذي وصل إلى نصف نهائي ويمبلدون في أفضل نتيجة له على ملاعب نادي عموم إنجلترا قبل أن ينتهي المشوار على يد ألكاراز، في المركز الثالث أمام الترويجي كاسبر رود. ولم يطرأ أي تعديل على ترتيب المصنفين العشرة الأوائل، فيما حقق الأمريكي تومي بول أفضل ترتيب له بصعود ابن الـ 26 عاماً مركزاً واحداً، مُحتلاً المرتبة الـ 14، على حساب الكرواتي بورنا تشوريتش. وعاد الألماني ألكسندر زفيريف إلى نادي العشرين الأوائل بعدما صعد مركزين وأصبح في الترتيب الـ 19، في حين حقق الروسي رومانو سايفولين أكبر قفزة في التصنيف الصادر، يوم الاثنين، بعدما صعد 49 مركزاً وابت في المرتبة الـ 43 في أفضل تصنيف له، وذلك نتيجة وصوله إلى ربع نهائي ويمبلدون. كما حقق الأمريكي كريستوفر إيبانكس، الذي وصل أيضاً إلى ربع نهائي البطولة الإنجليزية، أفضل تصنيف له بعدما صعد 12 مركزاً وأصبح في المركز الـ 31.

العشرة الأوائل في تصنيف المحترفين

- كارلوس ألكاراز (إسبانيا) 9675 نقطة.
- توماس ديوكوفيتش (صربيا) 8795.
- دانييل ميديفيدف (روسيا) 6520.
- كاسبر رود (النرويج) 5005.
- ستيفوس سميتسيان (اليونان) 4850.
- هولغر رونه (الدنمارك) 4825.
- اندريه روبليف (روسيا) 4525.
- جانيك سينر (إيطاليا) 3975.
- تابلور فريز (الولايات المتحدة) 3310.
- فرانسيس تياقوي (الولايات المتحدة) 3130.

فوندرسوسفا تتقحم قائمة العشر

الأوليات وعند السيدات، حيث بقيت الصدارة للولندية إيفا شيفوتنيك رغم خروجها من ربع نهائي البطولة الإنجليزية على يد الأوكرائية إيلينا سافينوتينا، كوفت فوندرسوسفا على إنجازها في ويمبلدون، حيث بلغت أول لاعبة غير مصنفة تحرز لقب، بصعودها من المركز الـ 42 إلى العاشر لأول مرة في مسيرة ابنة الـ 24 عاماً. وبقيت التونسية أسن جابر، التي خسرت النهائي للعام الثاني توالياً لتفشل في إحراز أول لقبها الكبرى، في المركز السادس، لكنها قطعت الفارق الذي يفصلها عن الفرنسية كارولين غارسيا الخامسة إلى الـ 19 نقطة. ونتيجة خروجها من ربع النهائي، تفصل الفارق بين شيفوتنيك وملاحقتها البولندية أرينا سابالينكا إلى النصف (470 نقطة)، نتيجة وصول الأخيرة إلى نصف النهائي قبل الخروج على يد جابر.

(ذلك هدفي منذ بداية الموسم". وسيسافر ألكاراز الخميس المقبل إلى مدينة نيس الفرنسية، حيث سيمثل إسبانيا في بطولة كأس هوبمان للتنس، وسيشارك ألكاراز في البطولة برفقة مواطنته ريبكا ماساروفا، بديلة بولا بانوسا، التي تعاني من إصابة في الظهر.

تصنيف التنس ألكاراز يعزز صدارته وقفزة كبيرة لفوندرسوسفا

عزز الإسباني كارلوس ألكاراز صدارته لتصنيف محترفي التنس؛ بعد فوزه، يوم الأحد، على الصربي توماس ديوكوفيتش في نهائي بطولة ويمبلدون، ثالثة البطولات الأربعة الكبرى التي ذهب لقبها عند السيدات لصالح التشيكية ماركيeta فوندرسوسفا ما سمح لها بدخول نادي العشر الأوليات. وبعد تويجه الأحد بلقب البطولة الإنجليزية لأول مرة في مسيرته الاحترافية وعلى حساب حامل لقب، ألكاراز بفارق 880 نقطة عن منافسه الصربي؛ لكن على ابن الـ 20 عاماً أن يدافع في سبتمبر عن 2000 نقطة في بطولة فلاشينغ ميدوز الأمريكية التي أحرز لقبها العام الماضي في ظل غياب ديوكوفيتش على خلفية رفضه تلقي اللقاح المضاد لفيروس

حسم كارلوس ألكاراز بفوزه ببطولة ويمبلدون المفتوحة، وتأكيد صدارته لتصنيف العالمي للتنس، تأهله إلى كأس الماسترز، التي ستقام في نوفمبر المقبل في مدينة تورينو الإيطالية. وسيحظى لاعب التنس الشاب ذو الـ 20 ربيعاً، بفرصة الظهور لأول مرة في منافسات بطولة التنس للنتس، وهي بطولة مخصصة لأفضل 8 لاعبين في الموسم، والتي لم يتمكن ألكاراز من المشاركة فيها العام الماضي بسبب الإصابة التي تعرض لها في البطن. والآن، وبعد مرور أول أسبوعين من شهر جويلية، يصبح ألكاراز أول لاعب يتأهل إلى هذه البطولة المرموقة، التي تمنح بطلها ما يصل إلى 1500 نقطة إذا حقق الفوز بمبارياته الخمسة، منها ثلاث في مرحلة المجموعتين، بالإضافة إلى نصف النهائي والنهائي.

وحقق ألكاراز انتصاراً ملحماً على الصربي توماس ديوكوفيتش في المباراة النهائية لبطولة ويمبلدون 2023، وذلك بنتيجة 1-6 و7-6 و6-1 و3-6 و6-4. ومصرح ألكاراز لرابطة لاعبي التنس المحترفين، بعد تأكيد تأهله إلى كأس الماسترز التي تعرف أيضاً بالبطولة الختامية: "أنا سعيد للغاية، لأنني سأتمكن من اللعب في تورينو في نهاية العام. لقد كان

تسليط عقوبة مالية على ديوكوفيتش بسبب تصرفه في نهائي ويمبلدون



جديري بالذكر أن ألكاراز، المصنف الأول عالمياً والبالغ من العمر 20 عاماً، قد تغلب على ديوكوفيتش بنتيجة 1-6 و7-6 (6)

تعرض النجم الصربي، توماس ديوكوفيتش، لعقوبة مالية كبيرة بعد تحطيم مضربه ضد عمود الشبكة خلال نهائي فردي الرجال، أمس الأحد، في بطولة ويمبلدون للتنس، ثالث البطولات الأربع الكبرى، ضد الإسباني كارلوس ألكاراز.

ووفقاً لما نقلته الصحف البريطانية، فإن نادي عموم إنجلترا للكر وكرة والتنس المشفي وقع عقوبة مالية على اللاعب البالغ من العمر 36 عاماً قدرها 8 آلاف دولار؛ بسبب "إساءة استخدام المضرب" خلال هزيمته أمام ألكاراز.

ولم يتماثل ديوكوفيتش أعصابه وضرب المضرب بقوة تعبيراً عن غضبه، بعد فشله في كسر إرسال ألكاراز، ثم خسر إرساله الخاص به خلال المجموعة الخامسة الحاسمة من اللقاء الذي جرى على الملعب الرئيسي. وأصدر حكم اللقاء أمبابير فيرغوس ميرفي على الفور تحذيراً ثانياً للصربي، بعد تحذيره مبكراً للتأخر في الاستراحة، كما أثار ديوكوفيتش صمجات الاستهجان من الجماهير في المدرجات.

4 ميداليات ملونة حصيلة قطر في البطولة الآسيوية للألعاب القوى



أنهى المنتخب القطري للألعاب القوى مشاركته في البطولة الآسيوية 25^{هـ} بالحصول على المركز الخامس في الترتيب العام، برصيد أربع ميداليات ملونة بواقع (ذهبيتين فضية وبرونزية)، وذلك في ختام البطولة التي أقيمت في العاصمة التبتلاندية بتوكو بمشاركة (41) بلداً، تنافسوا على الميداليات الملونة، والحصول على الأرقام المؤهلة لبطولة العالم المقررة في شهر أوت المقبل في هونغ كونغ وجنات الميداليات القطرية عن طريق كل من باسم حميدة، الذي حقق الفوز ذهبية سباق

ذهبيتا، و12 فضية، و9 برونزيات». وجرت مناسقات البطولة بميدان ومضمار الملعب الوطني بمشاركة قياسية من حيث عدد الرياضيين والرياضيات الذين فاق عددهم 500 رياضي ورياضية. وأصرب دحلان جعمان الحمدي رئيس الاتحاد الآسيوي للألعاب القوى، عن سعادته بنجاح البطولة من حيث عدد المشاركة والأرقام التي تحققت فيها، على مستوى الميدان والمضمار، مشيراً إلى القدرات الكبيرة التي أظهرها رياضيو ورياضيات القارة في التنافس على الميداليات الملونة والتأهل لبطولة العالم ودورة الألعاب الأولمبية المقبلة. واعتبر الحمدي نتائج البطولة مميزة من حيث التنوع بين مختلف دول القارة، مما يعني أن عملاً كبيراً تقوم به الاتحادات في تطوير رياضيتها، وهو ما ستظهر نتائجه في التحديات العالمية والأولمبية المقبلة لأبطال القارة وشدد رئيس الاتحاد الآسيوي في كلمته بختام البطولة، على ضرورة المتضي على طريق التميز الرياضي للقارة، والعمل على تحقيق الإنجازات، مؤكداً أن الاتحاد الآسيوي يدعم كل دول القارة لتحقيق التطور والارتفاع بمستوى ألعاب القوى، وتشجيع جميع الرياضيين على قيمة التنافس الكبير.

من جهته، أعرب محمد عيسى الفضالة، رئيس الاتحاد القطري للألعاب القوى، عن سعادته الكبيرة بظهور جيل جديد للألعاب القوى القطرية من الواعين بتحقيق المزيد من النجاحات في المستقبل، وقال في ختام البطولة: "إن حصول المنتخب القطري على المركز الخامس يمثل استمرارية على طريق النجاح، خصوصاً أن دولة قطر لم تغب عن مناسقات التتبع الغازية في كل نسخ البطولة الآسيوية عبر تاريخها.

ليبرون جيمس يعود للقميص رقم 23 تكريماً للأسطورة بيل راسل



أعلن نادي لوس أنجلوس ليكرز أن نجمه ليبرون جيمس سيعيد رقم قميصه من 6 إلى 23 في موسمته الحادي والعشرين من دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين NBA. وقال ريتش بول، وكيل جيمس، لشبكة "إي إس بي إن": "إن هذه الخطوة التي اكدها نادي ليكرز مساء السبت على وسائل التواصل الاجتماعي لتكريم الأسطورة كرة السلة الأمريكية الراحل بيل راسل الذي تم سحب قميصه رقم 6 العام الماضي بعد وفاته، وسمح للاعبين الذين كانوا يرتدون الرقم 6، مثل جيمس، بمواصل ارتداء القمصين الذي يحمل هذا الرقم. فعمل جيمس ذلك في موسم 2022-2023 تكريماً لبيل راسل، بطل الدوري 11 مرة وأفضل لاعب في الدوري خمس مرات، لكنه قرر التعبير عن احترامه للأسطورة الراحل هذا الموسم باختيار رقم آخر. وهو رابع تغيير في الدوري لرقم جيمس الذي عاد إلى الرقم 23 والذي ارتداه عندما كان في مستهل مسيرته الاحترافية مع كليفلاند كافالييرز، ثم توقف عن ذلك خلال سنتين من عمره في الدوري. وارتدى جيمس القمصين رقم 23 في المدرسة الثانوية وعندما لعب لأول مرة مع فريق كليفلاند كافالييرز. عندما غادر صفوف الأخير إلى ميامى هيت في عام 2010، ارتدى القمصين رقم 6 حيث سحب هيت القمصين رقم 23 تكريماً للأسطورة الدوري مايكل جوردان. في عام 2014، عندما عاد جيمس إلى فريق كافالييرز، ارتدى مجدداً الرقم 23 واحتفظ به حتى عام 2021، عندما عاد إلى الرقم 6 حتى يتمكن زميله الجديد في ليكرز أنتوني ديفيس من الحصول على الرقم 23، وهو رقم لم يأخذه ديفيس في النهاية. وكان جيمس الذي كان يرتدي الرقم 6 عندما حطم الرقم القياسي في عدد النقاط في تاريخ الدوري الموسم الماضي، أنهى، يوم الأربعاء، الموسم المحبط مستقبلاً وأكد "عدم نيته الاعتزال واستمرار رحلة تسخفه وحبته لكرة السلة". مشيراً إلى أنه سيخوض موسمته الـ 21 في الدوري. وسيلعب بطل الدوري أربع مرات وأفضل لاعب في الدوري أربع مرات أيضاً التاسعة والثلاثين من عمره في ديسمبر، وقال إنه يود اللعب في الدوري جنباً إلى جنب مع ابنه بروني الذي من المقرر أن يتم اختياره في درافت العام المقبل.

إمبيد يبدى رغبته في التتويج بدوري NBA ويصدم جماهير سيكسرز



صدم نجم فيلادلفيا سفثلي سيكسرز، الكاميروني جويل إمبيد، الجماهير في مقابلة انتشرت بغوة على وسائل التواصل الاجتماعي الإثنين، ناقش فيها رغبته في الفوز بلقب دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين "إي في بي (فيلادلفيا)... أو في أي مكان آخر". فثار إمبيد الموسم المنصرم بجائزة أفضل لاعب في الدوري في موسمته الثامن مع سفثلي سيكسرز. ولكن فيلادلفيا خرج من الدور نصف النهائي للمنطقة الشرقية أمام بوسطن سلتيكس، قبل أن يقبل المدرب دوغ ريفرز ويعين نورس منرب تورونتو رابترز السابق خلفاً له. وقال اللاعب في مقابلة مع صديق ليبرون جيمس وشريكه التجاري مافريك كارتر أقيمت الخميس خلال حدث في رياضي في هوليدود: "أريد فقط الفوز بالبطولة مهما كلف الأمر". تابع: "لا أعرف أين سيكون ذلك، سواء أكان في فيلي (فيلادلفيا) أم في أي مكان آخر، أريد فقط أن أحظى بفرصة لتحقيق ذلك. أريد أن أختبر شعور الفوز باللقب الأول، وبعد ذلك يمكنني التفكير بالثاني". وأردف ابن الـ 29 عاماً: "الأمم ليس سهلاً، يتطلب أكثر من لاعب أو اثنين أو ثلاثة. يجب أن يكون لديك أشخاص من حولك، وأنا أعلم بسجد كل يوم لأكون في أفضل مستوى حتى أتمكن من تحقيق ذلك. أعلم من أجل ذلك كل يوم". بحلول يوم الإثنين، انتشرت المقابلة على مواقع التواصل الاجتماعي تزامناً مع تكهات تشير إلى أن إمبيد قد يبحث قريباً عن صفقة تبادل. وأشارت تقارير إلى أن سفثلي سيكسرز يبحث عن خيارات من أجل رحيل جيمس هاردن في صفقة تبادل. ووقع إمبيد في 2021 على تعديده لمدة أربع سنوات بقيمة 213 مليون دولار ويمتد العقد حتى عام 2027، وقال في تصريحات الشهر الماضي، إنه يأمل في أن يقفز هاردن رأيه ويقرر البقاء.

الهولندي بويلز بطلاً للمرحلة الـ 15 من طواف فرنسا



فاز الهولندي فاوتر بويلز بالمرحلة الخامسة عشرة من النسخة 110 لطواف فرنسا للدراجات الهوائية، فيما واصل الدنماركي بولسان فينغينارد، حامل اللقب، تمسكه بالقميص الأصفر وصدارة الترتيب العام. وقطع بويلز البالغ من العمر 35 عاماً مسافة المرحلة البالغة 179 كم والرابطة بين نقطتي "لي جيتس" و"لو بونتيكس" بزم قدره 4:40.45 ساعات محققاً فوزاً الأول في مشاركته في الطوافات الكبيرة. كما هو الفوز الثاني في الطواف لفرقة "البحرين" الحزين لوفاء نزاچه السويسري، جينو مالدو، إثر سقوطه خلال طواف سويسرا في منتصف جوان الماضي. حيث تغد بويلز على البلجيكي فاوت فان أيرت بفارق 2:08 دقيقة، والفرنسي ماتيو بورغودو بفارق 3 دقائق. وحل فينغينارد في المركز السابع عشر بفارق بست دقائق وأربع ثوان خلف البطل، محافظاً على الصدارة بفارق 10 ثوان فقط أمام السلوفيني تادي بوغاتشار الذي أنهى مرحلة اليوم في المركز السادس عشر بالتوقيت ذاته للدنماركي.

فيتل يعود إلى الواجعة بتصريح يدافع فيه عن فيرستابن

دافع الألماني سبايتان فيتل، بطل العالم السابق في بطولات "فورمولا 1"، عن نجاحات السائق الهولندي المتألق، ماكس فيرستابن، الذي يهيمن على بطولة العالم هذا الموسم بشكل غير مسبق. واعتبر فيتل، أن ما يحققه فيرستابن، يعتبر استثنائياً، رغم أن البعض يعتقد أن الأمر سهل، لكن مثل هذه السيطرة تحتاج إلى مجهود كبير وصمود ذهني لتحقيق هذه الانتصارات، وقد عاد الألماني إلى الظهور الإعلامي، بعد أن اختار اعتزال المنافسات إثر سنوات من المجت. وقال فيتل، في تصريحات نقلها موقع



احذر من الإفراط في الرياضة حتى لا تصاب بهذه الأمراض

ممارسة الرياضة بشكل عام تعطي شعورا بالحيوية والصحة، لكن هل فكرت يوما في عواقب الإفراط في ممارستها؟! فإذا كنت تهوى الرياضة أو تمارسها لتحقيق الفوز في البطولات أو حتى لفقدان الوزن، فالإفراط يؤدي إلى مجموعة من الأمراض.



الرياضية، أم حتى متابعة أحداثها على التلفاز، أم التمتع بممارستها عبر ألعاب الفيديو. Volume جاءت أهمية الرياضة في المجتمع لأن الأمم المتحدة أعلنتها كحق مشروع من حقوق الإنسان فجاء نص هذا الحق كالآتي: (إن الرياضة واللعب حق من حقوق الإنسان يجب احترامها وتنفيذها في جميع أنحاء العالم، والاعتراف بها بشكل متزايد، واستخدامها كأداة منخفضة التكلفة، وعالية التأثير في الجهود الإنسانية والتنمية وبناء السلام) فوائد الرياضة

يمكن تلخيص فوائد الرياضة في النقاط الآتية:

تساعد الرياضة على تحسين المزاج، فمجرد الانخراط في النشاط البدني، فإن الدماغ يفرز مواد كيميائية تجعل الشخص يشعر بالسعادة، والراحة، وبالكثير من الاسترخاء. تحسين اللياقة البدنية من خلال الدخول في تحديات رياضية جديدة ضمن فريق اللعب. تسمح بإقامة علاقات اجتماعية وطيدة ضمن بيئة ترفيهية ناعمة. تحسين الذاكرة، وتساعد على الحفاظ على مستوى المهارات العقلية الرئيسية، كالتركيز، والإدراك، والتعلم، واسترجاع المعلومات، خصوصا مع التقدم في العمر، فقد أظهرت الأبحاث أن ممارسة

على الرغم من فوائدها الصحية والنفسية الكثيرة إلا أن الإفراط في ممارسة الرياضة قد يؤدي إلى الأرق أو الاكتئاب وربما إلى حدوث إصابات جسيمة. هذا ما أكدته المجلس الأمريكي للرياضة في موقعه على الإنترنت. ويقول ساسارينا جو، وهو مدرب رياضي، إن متلازمة الإفراط في التدريب تعتبر من أخطر الإصابات التي يمكن أن تؤدي لأمراض كثيرة مثل الاكتئاب والإجهاد والأرق وضعف المناعة. ويضيف أن «أول علامة على الإفراط في التدريب هي عندما يبدأ أداء الشخص في التمارين ينخفض مما يترتب عليه أعراض أخرى مثل اضطرابات النوم، وعدم وجود الحافز والمزاج المتقلب».

المشي والتمارين الرياضية لعلاج القلق

ويضيف جو ببارك، جراح عظام بجامعة فيرجينيا، أن متلازمة الإفراط في التدريب تحدث في الغالب للرياضيين من الفخبة. ولكن يمكن أيضا أن يصاب بها الرياضيون الهواة، مثل العدائين لمسافات طويلة. وربما يؤدي فرط التدريب إلى الإصابة بتمزق الأربطة والتهاب الكاحل أو القدم وربما شعور بالثقل في أجزاء متفرقة من الجسم. ويضيف ببارك أن الألم الناتج عن التمارين الطبيعية يختلف عن ذلك الناتج من فرط التدريب ويجب التفريق بينهما. فالألم الطبيعي يزول بعد ما يقرب من 10 أيام، أما إذا استمر فيجب استشارة الطبيب لتقييم حجم الإصابة. كما أن ممارسة الرياضة الزائدة قد تسبب في إصابة الجسم بالجفاف حيث يفرز الجسم العرق لتنظيم درجة حرارة الجسم، وزيادة فقدان الجسم للسوائل تتطلب زيادة كميات الاستهلاك اليومي لتعويض ما فقد. كما يتسبب الإفراط في التمارين في إفراز الجسم لهرمون الكورتيزول أو ما يعرف بهرمون الإجهاد مما يجعل الجسم عرضة للأمراض نتيجة إضعاف جهاز المناعة.

وبالنسبة للرياضيات الإناث، يمكن أن يكون غياب فترات الحيض أيضا علامة على فرط ممارسة الرياضة. وعلى الرغم من أن معظم الإناث يعتبرن ذلك مزيجا إلا أنه في حقيقة الأمر يسبب مشكلة في الهرمونات الأمر الذي يترتب عليه مشاكل صحية أخرى. واتفق الخبراء على أن زيادة التدريبات تدريجيا هي إحدى الطرق لتجنب أعراض الإفراط في التمارين. كما نصحوا بعدم تكثيف التمارين لتعويض الأيام التي لم تتمكن فيها من ممارسة الرياضة.

لعبت الأحداث الرياضية دورا محوريا في المجتمعات في جميع أنحاء العالم، وفي الوقت الحاضر أخذت دورا حيويا أكبر مع ازدياد الوعي نحو الاهتمام بالصحة، وتجنب أمراض العصر الناتجة عن السمنة، لئلا نجد أن معظم فئات المجتمع، وبفضل الإنترنت، والتلفاز يسعون إلى ممارسة الرياضة، سواء أكان من خلال الاشتراك في الأندية



المزمنة الناتجة عن السمنة، كمرض السكري، وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع الكوليسترول، وغيرها، ويأتي ذلك عن طريق ممارسة الرياضة الفردية كالجري، أو رفع الأثقال، أو ركوب الدراجات؛ لأنها جميعا طرق فعالة في حرق السعرات الحرارية في الجسم، وبالتالي لخفض الوزن. تعزز الثقة بالنفس، وتساعد على احترام الذات، وزيادة القدرة على التحمل، والشعور بالإيجابية، والطاقة المتجددة، مما يقود إلى النجاح في أداء مهمات عديدة سواء أكانت داخل الملعب أو خارجه.

أثر الرياضة على صحة الفرد

الرياضة وغيرها من الأنشطة البدنية أثر كبير في الصحة الجسدية للأفراد، يمكن تلخيصها فيما يأتي: فقدان الوزن تعزز الرياضة من فقدان الوزن، وتزيد من معدلات الأيض في الجسم، مما يزيد الكتلة العضلية، ويقلل الكتلة الدهنية الضارة المسببة بالسمنة، فعلى الرغم من أن معدل حرق الدهون يختلف من شخص لآخر بحسب نوع الجسم، وطبيعة النشاط البدني المبذول، إلا أن ممارسة الرياضة تحافظ على الحفاظ على وزن صحي وجسم رشيق. فأكادت وزارة الصحة والخدمات الإنسانية في الولايات المتحدة على أن ممارسة النشاط البدني المعتدل لمدة تتراوح من ساعتين ونصف إلى خمس ساعات في المتوسط يمكن أن تساعد على تحقيق استقرار الوزن، بينما ممارسة الرياضة عالية الكثافة، يمكن أن تساعد الأشخاص الذين يرغبون بإقاص وزنهم، أو تساهم في فقدان كبير في الوزن.

صحة القلب والرقبتين

تساعد الرياضة على المحافظة على صحة القلب والرقبتين والأوعية الدموية وتحسينها، فالنشاط البدني يساهم في التقليل بشكل كبير من خطر الإصابة بالسكتات الدماغية، ومرض الشريان التاجي، فقد أكد المكتب البرلماني البريطاني للمعلومات والتكنولوجيا أن حوالي أربعين بالمئة من الوفيات المرتبطة بمرض القلب التاجي، نتجت عن عدة أسباب أهمها: السمنة، وارتفاع ضغط الدم، وعدم كفاية النشاط البدني، كما يمكن للرياضة أن تساعد على حل هذه القضايا المادية، مما يقلل من خطر الإصابة بمرض الشريان التاجي بنحو خمسين في المئة.

الصحة النفسية

تعزز الرياضة الصحة النفسية عند الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية، فهي قد تكون شكل من أشكال العلاج النفسي لهم، خصوصا لمن يعانون من الاكتئاب، وفقدان تقدير الذات، كما يمكن أن تقلل من خطر التدهور المعرفي الذي يأتي مع الشيخوخة، إضافة لدورها في تقليل القلق عند المراهقين.]

التمارين الهوائية، مع التمارين العضلية لمدة نصف ساعة، وبمعدل ثلاث إلى خمس مرات أسبوعيا، يساهم بشكل كبير في رفع الفوائد الصحية، والعقلية للجسم.

تقلل من الإجهاد والشعور بالاكتئاب والتوتر، فممارسة الأنشطة البدنية تساعد على تحفيز إنتاج هرمون الإندورفين المسؤول عن تحسين المزاج، وتقلل من مستويات هرمونات التوتر في الجسم، مما يخفض احتمالية الشعور بالاكتئاب أو التوتر، كما أن هرمون الإندورفين يعمل على منح الشعور بالراحة، والاسترخاء بشكل أكبر بعد أداء التمارين الرياضية الشاقة، ومن الجدير بالذكر أن الخبراء يتفقون على أن هناك حاجة إلى إجراء مزيد من البحوث النوعية لتحديد العلاقة بين الرياضة والاكتئاب.

تساعد على تحسين نوعية النوم، فممارسة التمارين الرياضية، أو أي نشاط بدني آخر يساعد على النوم بسرعة وعمق مما يحفز الفترات العقلية للفرد في اليوم التالي، ويساهم في تحسين مزاجه، لذلك، ينصح بعدم ممارسة الرياضة في ساعات متأخرة من المساء لأنها ستتسبب بالقلق، وتقليل ساعات النوم. تحافظ على الوزن الصحي، وتمنع من السمنة، إذ توصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية (CDC)، بالمشاركة الرياضية المستمرة، كوسيلة صحية للحفاظ على الوزن، وتجنب الإصابة بالأمراض



الرياضة في الصيف.. فوائد محفوفة بالمخاطر



من النادر أن يصاب الرياضي الذي يتمتع بصحة جيدة بضربة الحرارة، لكن الأطفال، وكبار السن، والأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة، وحتى الحيوانات الأليفة، معرضون للإصابة بشكل كبير. ضربة الحرارة هي حالة متقدمة من ارتفاع درجة الجسم، وهي حالة طبية طارئة وتحتاج رعاية طبية عاجلة. يصاب الجسم بضربة الحرارة عند تعرض الرياضي لدرجة حرارة مرتفعة للغاية، وعندما يترقق الحصار مع الإصابة بالجفاف، مما يؤدي إلى عدم قدرة الجسم على السيطرة على درجة الحرارة، فقد ترتفع لتصلح 39.4 درجة مئوية أو أكثر. إن لم يتلق المصاب علاجاً فورياً فقد تصاب أعضاء الجسم مثل الدماغ بالضرر، وفي بعض الأحيان يموت المصاب في حال عدم تلقي العلاج في الوقت المناسب.

من الأعراض التي قد تظهر على المصاب بضربة الحرارة:

- ارتفاع درجة الحرارة إلى 39.4 درجة أو أكثر.
- احمرار وسخونة الجلد، مع اندام التورق.
- تسارع نبضات القلب.
- صداع شديد.
- دوخة.
- غثيان.
- تشنج زنجي.
- إغماء.

يجب الاتصال بالإسعاف في حال وجود شخص مصاب بضربة الحرارة، وأثناء انتظار الإسعاف يجب خلع ملابس المصاب، ومحاولة تبريده بالطرق المتاحة، مثل نقله إلى مكان مظلل وبارد، وتغطيته بأغطية مبللة، أو وضعه في حوض ماء بارد، وإعطائه ماء ليشرب إن كان واعياً.

نصائح لممارسة الرياضة بأمان في الحظس

الحار
إن كانت درجة الحرارة أقل من 27 درجة مئوية، يكون الحظس مناسباً لممارسة التمارين الرياضية فسي الخارج، ويمكن للرياضي البساج بعض النصائح البسيطة للحفاظ على صحته:

- شرب الكثير من الماء، خاصة إن كان الطقس حاراً، أو في حال ممارسة تمارين رياضية قاسية.
- عدم ممارسة تمارين رياضية عنيفة في الحار، وممارسة تمارين سهلة لفترات أقصر.
- محاولة البقاء في الظل.
- تجنب ممارسة الرياضة في الأوقات الأشد حرارة فسي اليوم، أي في وقت الظهيرة، والقيام بالمشي في الصباح الباكر، أو في المساء.
- ارتداء ملابس خفيفة ذات لون فاتح.
- التوقف عن ممارسة التمارين الرياضية فور ظهور علامات وأعراض الجفاف والإنتهاك الحراري، والانتقال إلى مكان مظلل لأخذ استراحة، وشرب الكثير من الماء.
- استخدام واقي شمس مناسب للبشرة.
- في حال كانت درجة الحرارة أكثر من 27 درجة، يجب أخذ مستوى الرطوبة أيضاً بعين الاعتبار، إذ أن ارتفاع أحدهما بدرجة كبيرة يزيد من خطر الإصابة بالجفاف، والإنتهاك الحراري، وضربة الحرارة. في حال ارتفع مستوى الرطوبة في الطقس الحار يمكن القيام بما يلي:
- توخي الحذر عند ممارسة التمارين الرياضية.
- البقاء في الظل.
- أخذ استراحات قصيرة.

عند تقوم فصل الصيف وتحسن الطقس، يبدأ الناس بالخروج والتزه وممارسة النشاطات الرياضية في الهواء الطلق. وفي هذه الفترة، يجب على الرياضي توخي الحذر لتجنب الإصابة بالأمراض الناتجة عن ارتفاع الحرارة، خاصة عندما يرتفع مستوى الرطوبة أيضاً في الطقس الحار.

عند ممارسة التمارين الرياضية تتوسع الأوعية الدموية القريبة من الجلد، وتعمل الأوعية بشكل أكبر، ويساعد تبخر العرق على خفض درجة حرارة الجسم، مما يساعد على الحفاظ على درجة حرارة الجسم الطبيعية.

لكن عندما يكون الجو رطباً وحاراً تصبح عملية التبخر صعبة، كما أن الهواء الساخن لا يساعد على تبريد الأوعية الدموية المتوسعة، مما يزيد من خطر الإصابة بالجفاف أو ضربة الحرارة.

مخاطر ممارسة الرياضة في الجو الحار

يوجد العديد من المشاكل الصحية التي قد تواجه الرياضي في حال ممارسة الرياضة في الجو الحار، سنعرض أهمها:

الجفاف

يصاب الرياضي بالجفاف عندما يعجز عن تعويض السوائل والأملاح المفقودة من الجسم أثناء التعرق الزائد. وتسبب الإصابة بالجفاف أعراضاً مزعجة للغاية وإن كان طفيفاً، كما يزيد خطر إصابة الرياضي بالإنتهاك الحراري وضربة الحرارة.

ومن الأعراض التي قد يعاني منها المصاب بالجفاف أو المتوسط:

- العطش.
- جفاف الفم.



الإنتهاك الحراري

يحدث الإنتهاك الحراري بسبب ممارسة التمارين الرياضية في طقس حار للغاية، وعدم تعويض السوائل والأملاح المفقودة من الجسم. والأكثر عرضة للإصابة هم كبار السن، والأطفال، ومرضى ارتفاع ضغط الدم.

عندما يصاب الشخص بالإنتهاك الحراري، يعجز الجسم عن التحكم بدرجة حرارة الجسم لوهلة، مما يؤثر في وظائف أعضاء الجسم الأخرى. وعندما يصاب الرياضي بالإنتهاك الحراري يصاب فجأة بالتعب، وعدم القدرة على ممارسة التمارين الرياضية.

من الأعراض التي قد يعاني منها الرياضي نتيجة الإنتهاك الحراري:

- التعرق الشديد.
- شحوب.
- تشنجات عضلية.
- عطش وجفاف الفم.
- إرهاق وتعب.
- ضعف جسدي.
- دوخة.
- صداع.
- غثيان وتقيؤ.
- إغماء.

لإسعاف الشخص المصاب بالإنتهاك الحراري، يجب نقله فوراً إلى مكان مظلل وبارد، ويجب مساعدته على خلع الملابس الزائدة، وإعطائه الماء ليشرب ويعوض السوائل المفقودة من جسمه. يجب على المصاب مراجعة الطبيب إن لم يشعر بالتحسن بعد ساعة.

ضربة الحرارة

يتجه الكثيرون من محبي ممارسة الرياضة في فصل الصيف إلى الأماكن المفتوحة القريبة من البحر، وكذلك الحدائق العامة، فالاعتقاد السائد لدى البعض بأن الأجواء الحارة من الممكن أن تقفد الجسم الكثير من الوزن في وقت قليل، وفي المقابل هناك من يحرص على ممارسة الرياضة في الأماكن المغلقة، وأكثرهم من مرضى القلب والسكري وارتفاع ضغط الدم وغيرهم ممن تمنعهم المشكلات الصحية من الجري في أماكن مفتوحة. إذ ماتت صحيفة يقول الدكتور ميشيل خوري، استشاري الأمراض القلبية في مركز الحصن لراحة اليوم الواحد في أبوظبي: «ممارسة الرياضة مهيسة لكل إنسان، وفي أي وقت من السنة، لكن لا يمكن التوقف عنها في فصل الصيف والكثير من أفراد المجتمع، ينهجون في الصيف إلى الأماكن المفتوحة، بحثاً عن التبريد والحفاظ على الوزن المثالي، وكذلك المرضى يفضلون ذلك من أجل تخفيف الأهم، لكن من الضروري أن ينتبه الأفراد الذين يعانون أمراضاً مزمنة، إذ يجب أن يضعوا في أذهانهم ضرورة استشارة الطبيب تجنباً للتعرض في أوقات صحية مفاجئة، حيث إنه يفضل لمرضى القلب والسكري والضغط أن يمارسوا الرياضة في الأماكن المغلقة، ويخصص تربية تتناسب مع حالاتهم، وأوضح أن الأفراد الأصحاء بإمكانهم ممارسة الرياضة في الأماكن المفتوحة مع الحفاظ على حالة الجسم الطبيعية من خلال تناول السوائل التي تعوض المفقود بعد أداء لتمرنات على أن يبدأ الفرد تدريجياً حتى لا يتعرض لاجهاد الميكرو، وأنه في حالة إعطاء الجسم إشارات توحي بأن الفرد في حالة إعياء، فإنه يتوجب عليه التوقف فوراً، والجلوس في مكان مائل، ومن ثم تناول السوائل. وينصح بممارسة الرياضة في الصباح الباكر أو بعد غياب الشمس وفي درجات حرارة منخفضة، ويذكر أن التوقف عن ممارسة الرياضة في الطقس الحار يجب أن يكون بسبب بعض الأعراض مثل الشعور بالضعف أو الصداع والدوخة والتشنجات العضلية والغثيان أو القيء، وضربات القلب السريعة، ومن ثم استشارة طبيب حتى لا تتفاقم المشكلة. شرب الماء ومن بين الذين يحرصون على ممارسة الرياضة في الأجواء الحارة في الأماكن المفتوحة أحمد الجبيني، معلم لعبة عربية، الذي يورد أنه يتجه يومياً إلى كورنيش أبوظبي، ويمشي لمدة 50 دقيقة، ومن ثم أداء بعض التمارين الرياضية، لافتاً إلى أنه يشعر براحة بعد هذه الجولة الرياضية اليومية، وأنه يوجه ارتفاع درجة الحرارة، ومن ثم التعلب عليها من خلال شرب كمية مناسبة من الماء واكل الموز، وكذلك التوقف عن المشي في حالة الشعور بالتعرق الشديد أو الخفقان أو أي شيء غير طبيعي يشعر به فضاء فصح وتلف إيمان مهدي، مهندسة، أنها تستمتع الفترة الصيفية في ممارسة الرياضة بكثافة أملاً في أن تنحسر من 10 إلى 15 كيلوجراماً، كما طلب منها الطبيب، وأنها تمارس رياضة المشي في الفضاء الفصح عبر مشي القرم في أبوظبي، وأنها تجد الكثير من أفراد المجتمع، ومن مختلف الفئات العمرية يمارسون رياضة المشي والجري، ويذوقون الكثير من التمارين الرياضية في الفترة المسائية، وأنها أصبحت تصر على ألا تتنازل عن يوم واحد بهدف تكثيف برنامجها الرياضي. بعداً عن الشمس وأشجار حاتم عبدالعزيز 50 عاماً إلى أنه يشعر بإرهاق شديد من ممارسة الرياضة في الأوقات الحارة، وأنه من خلال التجربة يختار الأوقات المسائية، بعداً عن أشعة الشمس الحارة، فضلاً عن أنه أصبح حالياً يؤدي التمارين في صالة مغلقة رياضية مكيفة.

مخاطر الجو الحار على الرياضيين



في انتظار رد الكاف:

بلماضي يختار 7 سبتمبر لاستقبال تزايا



مواجهة تزايا متوقف على قرار الكاف، التي تستقبل مقترحات الاتحادات، قبل ضبط المواعيد، خاصة وأن الجولة الأخيرة تلعب في نفس التوقيت. وحسب ذات المصادر، فإن المنتخب الوطني لم يفصل بعد في هوية الملعب الذي سيحتضن مواجهة تزايا، أين يفاضل بلماضي بين ملعبين عناية ونيلسون مانديلا، بحكم أن الأول أعجب به رفاقه محرز بمناسبة اللقاء الودي الذي احتضنه أمام منتخب تونس، أين أشارت النصر في تلك الفترة إلى رغبة العناصر الوطنية في العودة مجددا إلى مدينة بوننة، بالنظر إلى الظروف المواتية والاستقبال الرائع الذي حظي به أشبال بلماضي، وحتى الأرضية كانت جيدة، في وقت يسبق ملعب نيلسون مانديلا أيضا أحد المقترحين الموجودين على طاولة «الكوتش»، وكل شيء متوقف على برنامج الترميم الذي سيضبط بشكل نهائي في الأيام القليلة المقبلة، سيما بعد انسحاب رئيس الكاف جيهن زقريف. جدير بالذكر، أن مدرب الحضر ينتظر التعرف على برنامج تصفيات مونديال، من أجل تحديد هوية الملعب الذي يستقبل فيه، ولو أن الجزائر محظوظة، بما تلاكبها خمسة ملاعب مؤهلة للاحتضان مباريات من هذا النوع

يرغب الناخب الوطني جمال بلماضي، استقبال منتخب تزايا يوم 7 سبتمبر المقبل، وذلك لحساب الجولة السادسة من تصفيات كأس إفريقيا لأمم، بحكم أن التوقف الدولي المقبل ينطلق يوم 4 سبتمبر وينتهي يوم 13 من ذات الشهر، في انتظار الفصل في هوية الملعب الذي سيحتضن المواجهة. ويفضل الناخب الوطني استقبال منتخب تزايا يوم 7 سبتمبر حتى يتسنى له ضبط برنامج تدريبي، يتناسب مع التوقف الدولي القادم الذي يعرف أيضا حوض رفاقه محرز مواجهة ودية أمام منتخب السنغال يوم 12 من ذات الشهر، وهو الموعد الذي يولي له مدرب الحضر اهتماما كبيرا، كيف لا وهو الاختبار الحقيقي قبل دخول غمار تصفيات مونديال 2026، «كان» كوت ديفوار. وكما هو معلوم فإن المنتخب الوطني ضمن تواجده في المحفل القاري، إلا أن بلماضي يريد الاستفادة من التوقف الدولي المقبل لضمان أحسن تحضير للمواعيد القادمة، بداية بتصفيات مونديال 2026 قبل الوصول إلى «كان كوت ديفوار»، خاصة وأنه يدرك جيدا أهمية البدايات في مثل هكذا مواعيد، ما يسمح لرفقاء محرز بكتب ثقة أكبر، وبالمرة إرسال رسالة مشفرة إلى بقية المنتخبات، وما يتوجب الإشارة إليه، هو أن ترميم موعدا إجراء



غثثة يقترب من الترجي التونسي



أقرب اللاعب السابق لوفيق سطيف، والنشط حاليا في نادي أنطاليا سبور التركي، حسام الدين غثة، من حوض تجريرة جديدة في مشواره الكروي، ستقوده إلى التوري التونسي.

وكشفت تقارير صحفية تونسية صادرة يوم الأربعاء، بأن غثة، منح موافقته النهائية لنادي الترجي التونسي، من أجل حمل ألوان الفريق. كما أبرز المصدر ذاته، بأن لاعب الوفاق السابق، مرتقب اليوم الأربعاء، بتونس من أجل ترميم التحاقه بنادي «باب السويقة».

ولإشارة فإن أنطاليا وفق على رحيل غثة الصيف الجاري، بسبب عدم اقتناعه بمستوياته، وانتزعت النادي التركي قرابة 5 ملايين سنتيم لتسريح اللاعب ممثل في مستحقته العالقة بقيمة 50 ألف أورو (حوالي مليار سنتيم و200 ألف أورو) بقيمة بيع عنده. 4 ملايين سنتيم

بسكري يبرمج اجتماع عمل مع المدراء الفنيين للأندية المحترفة



برمج المدير الفني الوطني مصطفى بسكري، اجتماع عمل، اليوم الخميس، مع المدراء الفنيين للأندية المحترفة. وكشفت الاتحاد الجزائري لكرة القدم، عبر موقعه الرسمي، بأنه سيتم خلال هذا الاجتماع مناقشة عدة نقاط، على غرار التحضير وبرمجة بطولة الفئات الشبابية وعدة نسقراط أخرى. كما أضاف ذات المصدر، بأن هذا الاجتماع يعد الأول من نوعه، ويتم تكراره مرارا كلما استدعى الأمر ذلك.

من البريميرليغ..

ياسر العروسي يدعم المنتخب الوطني في تصفيات كأس العالم

سيكون المنتخب الوطني على موعد مع تدعيم صفوفه بلاعب جديد من الدوري الإنجليزي، قبل انطلاق تصفيات كأس العالم 2026 في نوفمبر. وكانت قرعة كأس العالم 2026 قد وضعت منتخب الجزائر ضمن المجموعة السابعة، مع كل من غينيا وأوغندا وموزمبيق وبوتسوانا والصومال.

ويسمى «محرابو الصحراء» لتأهل لثباتيات كأس العالم للمرة الخامسة في التاريخ، بعد أعوام 1982 و1986 و2010 و2014، والغياب عن آخر نسختين في 2018 و2022.

ومن أجل هذا الحلم، نجح الاتحاد الجزائري لكرة القدم خلال الفترة الأخيرة في خطف عدة مواهب من مزدوجي الجنسية، أبرزهم حسام عوار وريسان أيت نوري وفارس شعبي وبندر الدين بوعناني.

ويحسب ما أكتفته تقارير صحفية، فإن آخر الأسماء التي نجح اتحاد الكرة الجزائري في إقناعها بتمثيل «الخضر» هو الظهير الأيسر ياسر العروسي، المنتقل حديثا لنادي شيفيلد يونايتد الإنجليزي. ووفقا

لمصادر إعلامية، فإن العروسي قام بتوقيع الوثائق التي تسمح له بتغيير جنسيته الكروية من فرنسية إلى جزائرية. العروسي شارك مؤخرا مع منتخب فرنسا الأولمبي في نهائيات بطولة أمم أوروبا تحت 23 عاما، لكنه اختار تمثيل المنتخب الأول في الجزائر.

من هو ياسر العروسي؟

بدأ اللاعب صاحب الـ22 عاما مسيرته الكروية من بوابة نادي لوهاغر الفرنسي، الذي تخرج منه عدد كبير من نجوم كرة القدم العالمية، أبرزهم مواطنه رياض محرز نجم مانشستر سيتي. والتحق العروسي عام 2017 بفريق الشباب لنادي ليفربول، الذي خطف معه الأضواء، غير أنه اكتفى بالظهور في مناسبتين فقط مع الفريق الأول.

وجدد العروسي العهد مع كرة القدم الفرنسية عام 2021، حيث التحق بنادي تروا الذي شارك معه في 44 مباراة، سجل فيها هدفا وحيدا وأهدى تمريرتين حاسمتين. وقدم الظهير الأيسر الطموح مستويات قوية في الموسم الماضي، ما دفع نادي شيفيلد يونايتد، العائد حديثا ل«البريميرليغ»، لتتعاقد معه لموسم واحد على سبيل الإعارة.

