



**المنتخب الوطني النسوي  
للملاكمة يراهن على  
التأهل لأولمبياد باريس**

# ماتش الجزائر

Algerie Match

www.algeriematch.dz

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

## جمال بلماضي يصرح:



**«أنا مدرب  
المنتخب الوطني  
و لست مسؤولاً  
على أرضيات مركز  
سيدي موسى»**

**إعادة افتتاح ملعب  
5 جويلية الأولمبي  
بداية أكتوبر..**

**البطولة الافريقية 2023  
لكرة الطائرة رجال:**

**الجزائر تستهل  
المنافسة امام  
بوروندي**

## كأس أمم أفريقيا 2023



**«الخطر» بتتنكييلة  
تنابة امام تنزانيا  
غدا..؟**

**5 أسباب دفعت  
تنباب بلوزداد  
لاستقدام  
مبولحي**





# «الخضر» يواصلون التحضيرات وسط أجواء مميزة

يواصل المنتخب الوطني للتحضيرات مع نظيره في نادي روما من أجل أخذ فكرة موسعة عن طبيعة الإصابة، وهو الأمر الذي زاد من التأكيد على استعجاله تواجدهم في عوار، الذي تواصل أيضا مع الناخب الوطني وشرح له الوضعية كاملة، حيث فضل الناخب الوطني منح الفرصة من أجل البقاء مع فريقه للعلاج، وتغادي التنقل من روما إلى الجزائر.

لا ينوي بلماضي تعويض غياب عوار، حيث يراهن على المجموعة الموجودة خاصة الثنائي عبد السلي وحمادي، اللذين سيتوليان مسؤولية تعويض نجم روما خلال المواجهتين المقبلتين، مع التأكيد على أهمية تواجدهم لأعباء خيرة كبير مثل فيغولي، حيث سيقلل من تأثير غياب عوار. تواجدهم فيغولي مع المنتخب كان في الوقت الحاضر، حيث يحتاج فيه وسط الميدان إلى قائد حقيقي في ظل غياب عناصر مؤثرة على غرار بن ناصر وبن طالب، إضافة إلى عوار وهو الأمر الذي كان سيتفك فراغا كبيرا لولا أن عودة فيغولي من جديد أعادت التوازن إلى وسط الميدان.

تعد التحضيرات للتحضيرات الوطني تجري بمعدل حصص تدريبية كل يوم على أرضية ملعب الشيد حملاوي بفسطاطية وبمخصص ظروف الإقامة لا يمكن إلا التأكيد على أنها «فصحة» على مستوى النادي العسكري بفسطاطية، والذي وفر كافة الإمكانيات اللازمة من أجل راحة اللاعبين والجهز الفني.

يواصل المنتخب الوطني تحضيراته بفسطاطية تحسبا لمواجهة منتخب تنزانيا هذا الخميس، في إطار مباراة الجولة السادسة من تصفيات كأس أمم إفريقيا، حيث تجري التحضيرات بمعدل حصص تدريبية يومية بملعب الشيد حملاوي، في الوقت الذي اكتمل فيه التعادل.

تعد التحضيرات للتحضيرات الوطني تجري على قدم وساق بمدينة «الجسر المعققة» بفسطاطية، حيث أبدى اللاعبين والجهز الفني سعادة كبيرة بالإمكانيات التي وفرتها الدولة الجزائرية لهم من أجل ضمان أفضل تحضيرات تحسبا للموعد المقبلة بداية بمواجهة تنزانيا، وبعدها التنقل إلى دكاكر لمواجهة «أسود التبتاغا» وديا. الناخب الوطني الذي كان قد أبدى استيائه من عدم جاهزية ملاعب الترتيب بمرکز سيني موسى، عثر عن إعجابه بالمبائل التي تتوفر عليها مدينة بفسطاطية، وهو الأمر الذي يؤكد أن الجزائر لديها كامل الإمكانيات اللازمة التي تسمح بالتحضير الجيد. باب المنافسة متفتح بين كل اللاعبين وعلى كل المنافس، خصوصا مع غياب نجم روما الإيطالي الجديد حسام عوار عن الترتيب، هو الذي تعرض لإصابة خلال مواجهة ميلان، وهي التي منعت عن التواجد في الترتيب رفقة زملائه اللاعبين، حيث يبدو اللاعب غير محظوظ بما أن الناخب الوطني يعطى عملا أكبر لقيادة مشروع اللعب الجديد.



## وفاق سطيف يحقق فوزا معنويا جديدا و يواصل تحضيراته بجدية

واصل فريق وفاق سطيف تحضيراته وفاز على النادي الرياضي القروي التونسي، بهدف نظيف، بعد التغييرات التي قام بها، عصراني، خلال الشوط الثاني، الذي شهد عدة تغييرات من جانب الوفاق، تمكن اللاعب بن توشة من تسجيل الهدف الوحيد في المباراة، مع العلم أن الوفاق يحضر حاليًا بمرکز عين الزاهم بتونس، استعدادا لانطلاق الموسم الجديد من البطولة المحترفة.

## زغودو يبرمج الاستئناف اليوم

قرر مدرب فريق اتحاد بسكرة منير زغودو منح لاعبيه 3 أيام راحة، من أجل الاسترجاع قبل العودة إلى أجواء التحضيرات الخاصة بالموسم الجديد، وذلك بعد نهاية الترتيب التحضيري بالعاصمة، والذي خاضت خلاله تشكيلة الاتحاد 13 حصص تدريبية طيلة 10 أيام كما لعب الفريق 4 لقاءات ودية، أمام كل من نجم بن عكنون، نصر حسين داي واتحاد الجرائش، وهذا في انتظار النخول إلى المرحلة من التحضيرات اليوم الأربعاء بمدينة بسكرة.

## كأس أمم أفريقيا 2023 «الخضر» بتتلكيلة تنقابة امام تنزانيا غدا..؟



بعد أن ضمن المنتخب الوطني تأهله إلى بطولة كأس أمم أفريقيا 2023 المقررة في ساحل العاج مطلع العام المقبل، ستكون مباراة تنزانيا ضمن الجولة الأخيرة من هذه التصفيات المحددة غدا على ملعب عنابة فرصة للمدرب جمال بلماضي لتجريب أفكار ولاعبين جدد. مصادر إعلامية كشفت على أن المدرب جمال بلماضي قرر النخول بتشكيلة بديلة أمام تنزانيا، على أن يعتمد على تشكيلة أخرى، والتي تعد الأساسية على الورق، أمام السنغال في اللقاء الذي سيجمع المنتخبين وديا يوم 12 سبتمبر في العاصمة دكاكر.

وتفيد نفس المعلومات بأن بلماضي سيعتمد على الحارس مصطفى زغبة، الذي من المتوقع أن يكون الحارس الثاني خلف أنطوني مانتريا في الاستحقاقات المهمة. أما خط الدفاع فيستشكل بنسبة كبيرة من الرباعي كيفن غيتون وهيثم لوصيف، في مركزي الظهير الأيمن والأيسر وتوبيا، على أن يشغل الثاني أمين توغاي وأحمد توبة محور الدفاع. وفي خط الوسط الذي أسس بشكل صداعا في رأس المدرب جمال بلماضي، خصوصا مع غياب الثلاثي إسماعيل بن ناصر وحسام عوار ونبيل بن طالب لأسباب مختلفة، فإن مباراة تنزانيا ستشهد بنسبة كبيرة مشاركة الثلاثي الشاب هشام بدوي، آدم زرقان وعبد القهار قادري، اللذين تخرجوا من أكاديمية نادي بارادو قبل الاحتراف في أوروبا. وسيشهد خط الهجوم كذلك تغييرات كبيرة مع نية جمال بلماضي الاعتماد على الثلاثي الشاب محمد الأمين عمورة في مركز الجناح الأيسر، وكذلك الصاعد بدر الدين بوغاني مينا، أما قلب الهجوم فيشارك فيه اللاعب أيمن محيوض.

مدير النشر/ رايح خودي

الحساب البنكي/

ARINAS PROD SARL- Domiciliation bancaire: C.P.A  
103 - Les Halles - Alger- 004 00103 4000009939 30

من أجل إشهاركم توجهوا إلى: المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار وكالة ANEP، المتواجدة ب 01 نهج باستور-الجزائر.

الهاتف الثابت: 021 73 71 28 / 021 73 76 78 / 021 74 99 81  
الفاكس: 021 73 95 59

البريد الإلكتروني: agence.regie@anep.com.dz  
programmation.regie@anep.com.dz

كل الوثائق التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

مكتب للشرق/ 34، شارع الثورة، العلةمة - سطيف

الهاتف: 0553 74 73 94

الفاكس: 036 48 35 90

WWW.ALGERIEMATCH.DZ

CONTACT@ALGERIEMATCH.DZ

الطباعة/ مؤسسة الطباعة للوسط S.I.A ALGER

الطباعة/ مؤسسة الطباعة للشرق

التوزيع/ SARL ARINAS PROD

سحب من العدد السابق 2000 نسخة



«الجزائر ماتش» بومية رياضية تصدر عن الشركة ذات المسؤولية المحدودة «أريناس برود» رأس مالها 100000 دج SARL ARINAS PROD المقر الاجتماعي: 01، شارع عبد العزيز موزاوي - الجزائر. الإدارة و التحرير: 64، تعاونية عيسات أيدر - بني مسوس - الجزائر الهاتف و الفاكس: 023346674

## جمال بلماضي يصرح:

# «أنا مدرب المنتخب الوطني و لست مسؤولا على أرضيات مركز سيدي موسى»

## «أتأسف لغياب عوار و لن نستدعي أحدا لتعويضه»

وجه جمال بلماضي انتقادا للمسؤولين على مركز «سيدي موسى» الخاص بتدريبات المنتخب الوطنية الجزائرية، إضافة إلى انتقاده لوضعية أرضيات الملاعب، مشيرا إلى أنه لا يوجد أي ملعب جاهز في البلاد حاليا، وذلك قبل مواجهتي «محاربي الصحراء» أمام تنزانيا في تصفيات كأس أمم أفريقيا 2023، وأمام السنغال في مباراة ودية.

وقال بلماضي في تصريحات للصحفيين يوم الاثنين، موجهاً انتقاده للمسؤولين: «يجب توجيه السؤال للمسؤولين على المركز التقني سيدي موسى عن سبب وضعيته، وإسألهم أيضا لما لا يوجد ملعب هذا المركز حاليا في أفضل أحواله». وكان اتحاد الكرة الجزائري، يستعزم إجراء معسكر المنتخب الأول بمركز سيدي موسى، قبل أن يعلن في بيان رسمي عن نقله إلى مدينة طبرقة التونسية، وبعدها تراجع الاتحاد وأكد إجراء المعسكر بمدينة سططينة شرقي البلاد.

وتابع بلماضي: «انتقلت إلى قسنطينة و قفقت على حالة الملعب و أشكر كل من مَد يد المساعدة لوضعا في أفضل الظروف. نقلت مساعدي إلى غابة لكن للأسف أرضية ملعب 19 ماي ليست في أفضل أحوالها مثلما كانت عليه شهر جوان الماضي».

وصرح مدرب «الخضر» بنيرة غاضبية: «ليس لدينا خيار سوى اللعب في غابة رغم أن أرضيته ليست كما كانت عليه في السابق. أنا مدرب المنتخب الوطني ولست مسؤولا على أرضيات مركز سيدي موسى. دوري كمدرب مركز على الجانب التقني والفني وما حدث ليس بالجديد». وعن بعض المناوشات التي تحدثت بينه وبين بعض الصحفيين، قال بلماضي: «الصحفيون ليسوا كلهم ضدي فقط هناك 7 أو 8 أشخاص فقط الله يهديهم. أو يأخذهم!» ويستعد منتخب «الخضر» لخوض مواجهتين أمام كل من تنزانيا في تصفيات كأس أمم أفريقيا الخميس المقبل والسنغال وديا في 12 سبتمبر المقبل.

وعن المواجهتين، تحدث المدرب: «مباراة تنزانيا والسنغال مختلفتان ويمكن أن يمنحنا دروساً جيدة. ضد تنزانيا سئلنا أمام فريق يبحث عن نقطة من أجل التأهل، سيقت كل شيء من أجل الخروج بالتعادل». وتابع: «هذا النوع من اللقاءات سنراه في كأس أمم أفريقيا، وسنلاقي في مجموعتنا فريقين على الأقل بنفس طريقة لعب تنزانيا. أما منتخب السنغال هو حامل لقب كأس أفريقيا فيرمحز جيدا للفوز علينا لأننا انتصرنا عليه مرتين في كأس أفريقيا 2019».

بحسب الجدل بشأن مشاركة محرز في لقائتي تنزانيا

والسنغال و كشف جمال بلماضي عن موقف النجم الأول للفريق، رياض محرز. لاعب لسنادي الأهلي السعودي، من المشاركة في المعسكر التحضيري لـ«المحاربين» والذي انطلق الاثنين وتخلله مباراة في تصفيات كأس أمم أفريقيا 2023، ومباراة ودية.

وقال بلماضي في تصريحات للصحفيين، في سؤال حول مشاركة محرز في المعسكر والمبارتين، بعد أن قام بعقد قرانه الاثنين في إنجلترا: «ولكنني أعتقد بأنه سيكون معنا، قبل أن يضيف: «التوقع بأنه رياض يمكنه أن يصل اليوم إلى الجزائر».

وقطع مدرب المنتخب الوطني، الشك باليقين بتصريحته هذه خاصة بعد أن تناقلت وسائل إعلام، خير قيام محرز بعقد قرانه في اليوم الأول لمعسكر «الخضر». إذ ألمحت إلى أن ذلك قد يمنعه من المشاركة في جزء من المعسكر التحضيري، أو على الأقل غيابه عن مباراة تنزانيا «غير المهمة» حسابيا، كون الجزائر ضمنت تأهلها مكررا إلى النهائيات القارية.

وكان رياض محرز قد صنع الحدث قبل كأس أمم أفريقيا 2021 في الكاميرون، مطلع العام الماضي، إذ وضع المعسكر التحضيري الذي سبق المنافسة. وبخصوص مطالبة الجماهير الجزائرية بتواجد بعض الأسماء، ضمن قائمة المنتخب، اعتبر الناخب الوطني، جمال بلماضي، بأن هذا الأمر طبيعي. حيث قال: «من حق الجمهور إبداء رأسه حول خياراتي». كما أضاف: «نملك أربعين مليون مناصر، ومدرب، يجبون منتخبهم، لذا من حقهم إبداء رأيهم حول لاعبيهم المفضلين».

أبدى الناخب الوطني جمال بلماضي، أسفه لغياب عدة أسماء عن ترينس سبتمبر الجاري، معتبرا ذلك النقطة السلبية الوحيدة المسجلة كما أضاف: «هناك نقطة سلبية صغيرة في هذا الترينس وهي عدم جاهزية كل اللاعبين». كما أوضح: «بعض الأسماء تغيب عن هذا الترينس بداعي الإصابات، كما أن هناك لاعبين آخرين حاضرين معنا، لكنهم يعانون من نقص المنافسة». وتابع جمال بلماضي: «رغم ما أشرت إليه، إلا أن مباراتنا المقبلة اعتبرها مرجحية، مهما كانت النتيجة».

الناخب الوطني تأسف على غياب لاعب روما الإيطالي، حسام عوار، عن مواجهتي تنزانيا والسنغال، في وقت حساس للغاية، بداعي الإصابة.

وقال بلماضي: «عوار مصاب ولم يتمكن للأسف من المشاركة في هذا الترينس». بلضيف: «ترينس سبتمبر مهم للغاية باعتبار أن الكان اقترت والتصفيات المؤهلة

للموندiales ستطلق نوفمبر القادم.. كنت أريد حضور الجميع ولكن هذه هي كرة القدم». ونفى بلماضي في المقابل، الأخبار التي تحدثت عن استعاده لاعب آخر، من أجل تعويض عوار، في ترينس سبتمبر الجاري، وقال: «كنا 25 لاعبا وستصبح 24».

وتتبع الجزائر يوم الخميس القادم 7 سبتمبر أمام تنزانيا بملعب غابة شرقي البلاد، في الجولة السادسة والأخيرة من تصفيات أمم أفريقيا 2023، وفي يوم 12 سبتمبر سيواجه ريفاء القارة رياض محرز، منتخب السنغال في دكاكر في لقاء ودي.

إمكانية إعطاء بن بوط من سفيرة دكاكر في انتظار أن يسعفي المنتخب الوطني جمال بلماضي، بالتشاور مع مدرب الحراس عزيز بوراس، إعطاء الحراس أسامة بن بوط من سفيرة سفيرة السنغال، وذلك للسماح له بالتحضير الجيد مع فريقه اتحاد الجزائر، المعنى بنهائي كأس السوبر الإفريقي في 15 سبتمبر الجاري بمدينة أهباء بالسعودية.

وحسب ذات المصادر، فإن لعب ودية السنغال بمدينة دكاكر يوم 12 سبتمبر الجاري، والعودة في ساعة من اليوم الموالي، في وقت

أن اتحاد الجزائر سيقتل يوم 13 من ذات الشهر إلى السعودية، جمال الناخب الوطني يفكر جديا في إعفاء الحراس بن بوط من سفيرة السنغال، وذلك لتفادي تعرض ابن مدينة عين مليلة للإرهاق، والسماح له بضمان أحسن تحضير مع فريقه اتحاد الجزائر، لهذا الموعد القاري، خاصة وأن أشبال بن شخبة يبحثون عن ثنائي إنجاز قاري هذه السنة، بعد الفوز بكأس الكونفدرالية الإفريقية.

وفي السياق ذاته، فإن الناخب الوطني، سيقتل مع الحارس بن بوط، رغم أن إدارة الاتحاد لم تقدم بعد بأي طلب حسب ما أشارت له نفس المصادر، إلا أن مدرب الخضر يريد مساعدة ممثل الجزائر في النهائي القاري، ويعتبر بن بوط المعصر المحلي الوحيد المتواجد في الترينس، وذلك بعد نجاحه في كسب ثقة الناخب الوطني جمال بلماضي، إلى جانب استغفاته من إعلان الحارس أو كينجدة اعتراله الدولي، ناهيك عن تأخر توقيع الحراس ميلوحي مع شباب بلوزداد، وكسلبها عوامل صيت في صالحة، على عكس زميليه شيتة وبلعيد.

## 5 أسباب دفعت لتثبيت بلوزداد لاستقدام مبولحي



اعن نادي شباب بلوزداد، يوم الجمعة الماضي، استقدام لاعب جنيد لقرية الأول، وهو الحارس الأمطوري للمنتخب الجزائري، رايس وهاب مبولحي بعد بندا لموسم. وسيجب الحارس الرحلة أول تجربة له في البطولة الجزائرية خلال مسيرته الرياضية، بعدما صال وحال عبر عدة دوريات في أربع قارات مختلفة، ومن أبرز الأندية التي لعب لها ستاد رين الفرنسي والافق السعودي.

قوم مبولحي لشباب بلوزداد في سن 37 أحدث العديد من ردود الأفعال لدى العصار الشدي بين مؤيدين لقرار الإدارة باستقدامه وآخرين متشككين من هذه الصفقة التي ستكلف خزينة النادي أكثر من 600 مليون سنتيم شهريا.

أول سبب دفع مسؤولي نادي شباب بلوزداد لاستقدام مبولحي هو الخبرة الكبيرة التي يتمتع بها بعد سنوات قضاه في عدة أندية أوروبية وأسيوية وحتى أمريكية. إضافة إلى مشواره الحافل مع المنتخب الجزائري منذ 2010 بمناسبة مونديال جنوب أفريقيا.

إمكانية العالمة أثبت مبولحي من خلال مسيرته أنه حارس ذو إمكانيات كبيرة بالطبع، ونجاحه في الحفاظ على منصفه حراس أساسي للمنتخب لأزيد من 13 سنة مع فوزه بلقبين (كأس أفريقيا للأمام 2019 وكأس العرب 2021) والمشاركة في مونديالين خير دليل على ذلك.

شخصية قيادية يتمتع مبولحي بشخصية قيادية قوية بشهادة زملائه في المنتخب الجزائري، وهو القائد الفعلي لمحاربي الصحراء داخل المستطيل الأخضر وخارجه بالإضافة لإمكانياته الكبيرة التي تجعله لاعبا مهما داخل أي تشكيلة.

بعت المنافسة واحد من أبرز أهداف استقدام مبولحي لبلوزداد هو بعت المنافسة على منصب الحارس رقم 1 في الفريق، إذ سيقع وصول الحارس الجزائري حراس بلوزداد الحالي لكسيس فنونز إلى العمل أكثر في الموسم الجديد للحفاظ على مكانه الأساسي، وهو ما سيخلق منافسة بين الحارسين تصب في مصلحة الفريق المقبل على عدة تحديات، خاصة في دوري أبطال أفريقيا.

اختيار الرئيس أحياء، وحسب ما حصلنا عليه من معلومات، استقدام مبولحي لشباب بلوزداد كان بقراح وإصرار من شرف الدين عمار، المدير العام لـ«مدار» الشركة المالكة للنادي، والذي لديه علاقة خاصة مع الحارس منذ فترة رئاسته للاتحاد الجزائري. ويعرف عماره جيدا ما يمكن أن يقدمه الحارس لناديه، خاصة على المستوى الأفريقي، وذلك أمر على الرئيس مهدي رابحي لانتدابه.

## دورة السنتغال الإفريقية للملاكمة (سيدات)

# المنتخب الوطني النسوي للملاكمة يراهن على التأهل لأولمبياد باريس



طوكيو 2021، بثلاثة أسماء، والأمر يتعلق بكل من إشراف شايب، روميسة بوعلام وإيمان خليف. وهذه المرة، ومع بروز عدد من الأسماء التي قالت كلمتها في عدة تطاهرات قوية، على غرار حبيبة خليف وفاطمة الزهراء حجلة، تلتمح المديرية الفنية للهيئة الفيدرالية، إلى التواجد في باريس بكامل التعداد. وينظر إلى الخلاف الموجود بين اللجنة الأولمبية الدولية والاتحاد الدولي للملاكمة، فإن مهمة الإشراف على الدورة توكل بصفة رسمية إلى «سيو»، الأمر الذي يخدم الملاكمة إيمان خليف، التي أقيمت من نهائي بطولة العالم بالهند بطريقة تصفية، لأنها شاركت في الدورة المؤهلة، وبإمكانها المشاركة في الألعاب الأولمبية، بالتالي فهي من بين أبرز المرشحين لإهداء ميدالية أولمبية للجزائر. وإعادة الفن النبيل الجزائري إلى منصة التتويج، بعدما غاب لفترة طويلة، آخرها كان في دورة سيدني 2000، بفضل ميدالية محمد علاو البرونزية، بالإضافة إلى روميسة بوعلام وكذا إشراف شايب، للإشارة. فإن الملاكمة الجزائرية تراجعت بشكل كبير خلال البطولة الإفريقية، التي جرت بالكامبيون، بعدما كان الفريق الوطني في المركز الأول، تراجع إلى المرتبة الثالثة بـ 7 ميداليات فقط، منها 4 ذهبية، فضيًّا وبرونزيًّا واحدة في طيبة الكامبيون، في حين أفتت الجزائر، السنة الماضية، 15 ميدالية بالموزمبيق، منها 4 ذهبية، 5 فضية و6 برونزية.

براهن المنتخب الوطني النسوي للملاكمة، على كسب عدد من تأشيرات التأهل بركب المتأهلين إلى الألعاب الأولمبية القادمة باريس 2024، باتت المعن القيس في دورة السنتغال الإفريقية المؤهلية ما بين 15 و9 سبتمبر الجاري بأكبار، في ظل استئثار الجزيرة المكتسبة من المشاركات الدولية الأخيرة، أبرزها البطولة الإفريقية، التي جرت بالكامبيون من 25 جويلية إلى 5 أوت الفارط. قبل ثلاثة أيام من انطلاق الملحق التصفي المؤهل لأولمبياد باريس 2024، استغلت سيدات الملاكمة الجزائرية من تحضيرات مكثفة بالخاصة، حيث ارتكز الطاقم الفني، بقيادة عبد الهادي كزوي، عمله على الجانبين البدني والتكتيكي، من أجل كسب التجهيز الكافي لسجود الخطة السنتغالية في أحسن حال، من جهة، وتجاوز بطولة الكامبيون التي عرفت تراجعًا كبيرًا في النتائج، وعلمه، فإن الفريق الوطني مطالب بإعادة النظر في العديد من الأمور، من أجل تفادي تكرار الأخطاء بالعودة إلى أهمية موعد دكار، لأنه الفرصة الأخيرة المؤهلة للألعاب الأولمبية بباريس 2024، وحسب الاتحادية الجزائرية لذات الفرع، فإن العمل الجاد للملاكمات، جاء بعد دورة الكامبيون، لتصبح الأخطاء المسجلة على مستواها، لاسيما أن الزمان المسطر يتطلب مجهودًا كبيرًا للتأهل، مع العلم أن الملاكمة النسوية الجزائرية سجلت حضورها بقوة، ولأول مرة، في هذا السهل الكبير في أولمبياد

## كرة اليد: المنتخب الوطني في تربية بالدوحة

المؤهلة للألعاب الأولمبية باريس 2024. قائمة اللاعبين المعينين: — زوشي يحيى، خليل إسلام، بوحال عزيز، عبروس ريان، أمقران عبد الرحيم، عمورة وليد، بن شقال محمد، بليدة نضال الدين، بليدة محمد غزال، بوناب هاني، عبد الرقيق، جعوط بلال، جمعة أسامة، هلال نور الدين، ملازم وائل، لوسيف محمد، بن مسعود ياسين.

الوطنية رجال تعود إلى الألعاب الرياضية العربية (5-15 جويلية 2023) حيث اكتسفى السباعي الجزائري بالميدالية البرونزية إثر فوزه في المباراة الترتيبية على نظيره العراقي بعد أشواط إضافية بنتيجة 31-29. وتحضر التشكيلة الوطنية للمواعيد الرسمية وفي مقدمتها بطولة إفريقيا للأمم المقبلة المقررة بمصر و

شرح المنتخب الوطني لكرة اليد رجال، في تربية تحضيري بالدوحة (قطر) سيستمر إلى غاية 7 سبتمبر تتخلله مباراتين وديتين ضد المنتخب القطري الأول والثاني حسبما أعلنته الاتحادية الجزائرية لكرة اليد. ويشارك في هذا الترتيب 16 لاعبا ينشطون في البطولة الوطنية تحت قيادة المدرب الوطني صالح بوشكرو. يذكر أن اخر ظهور للتشكيلة

## البطولة الافريقية 2023 لكرة الطائرة رجال:

### فوز الجزائر أمام بروندي



الأحد، وتعرف البطولة الإفريقية في طيعتها إلى 25 مشاركة 15 منتخبا موزعا على أربع مجموعات. وستأهل كل الفرق إلى الدور ربع النهائي المقرر يوم الجمعة المقبل. المنتخب التونسي حامل اللقب يوجد في المجموعة الثانية رفقة كل من مالي و تنزانيا و تشاد. وضمت المجموعة الثالثة منتخبات الكامبيون و كينيا و غانا و ليبيا بينما تكون المجموعة الرابعة من المغرب و رواندا و السنغال و غامبيا. لتتكرر جرت النسخة الأخيرة لبطولة إفريقيا للأمم (رجال) عام 2021 بروندا و توج بلقبها المنتخب التونسي أمام الكامبيون (3-1).

فاز المنتخب الوطني للرجال لكرة الطائرة أمام نظيره البروندي بنتيجة 3 أشواط مقابل صفر (10-25، 09-25، 17-25) ضمن الجولة الثانية للبطولة إفريقيا للأمم (14-3 سبتمبر)، أسس الثلاثة بالمركب الأولمبي «كايرو ستاديو» بالقاهرة. وسواجه المنتخب الجزائري الذي أوقعه القرعة في المجموعة الأولى سواجه اليوم الأربعاء على الساعة 18:00 نظيره المصري. وكان منتخب القرعة قد فاز في خرجته الأولى في البطولة أمام بروندي بنتيجة 3 أشواط دون مقابل (11-25، 08-25، 10-25) لحساب الجولة الأولى التي جرت

## المهرجان الدولي الاول للشطرنج:

### انطلاق فعاليات المنافسة لمدينة وهران في اختصاص اللعب الخاطف



انطلقت الأحد بالمكتبة الجهوية «بختي بن عودة» بوهرا فاليات المهرجان الدولي الأول للشطرنج في اختصاص اللعب الخاطف، بيوم خمسة أيام. وتعرف هذه التطاهرة في الرياضة الفكرية المنظمة من طرف النادي الهواي «الخلف» للشطرنج بالتنسيق مع مديرية الشباب والرياضة والاتحادية الجزائرية للشطرنج مشاركة 150 رياضيا ورياضية من بينهم أربع تونسين وواحد من موريتانيا. وتجري هذه المنافسة وفق النظام السويسري من تسع جولات بوتيرة 3 دقائق بنظام اللعب السريع مع إضافة ثانيتين لكل نقلة تحت إدارة الحكم الدولي علي بن مينة بمساعدة 12 حكما فيدراليا. وعلى هامش المهرجان ستعظم سيرة فنية بالإضافة إلى زيارة المعالم الأثرية والمواقع السياحية لوهران.

## «الفاف» تكتنف برنامج الخضر في تربص قسنطينة

15 دقيقة من أجل أخذ الصور. موضحة بأن المنتخب سيعود يوم الجمعة 8 سبتمبر الجاري، إلى قسنطينة بعد مواجهة تنزانيا الخميس، من أجل خوض حصة تدريبية. في حين قالت «الفاف» إن حصة السبت القادم المقررة بملعب «حسلاوي» ستجري بحضور أطفال مرضى بالتنظيف الكيسي، فيما ستجري العناصر الودية، حصة أخيرة بنفس الملعب يوم الأحد القادم. وتعاقد التشكيلة الوطنية الاثنين إلى السنغال، ابن سكونو بداية من الساعة 19:00، على موعد مع إجراء حصة تدريبية بملعب «عبدلوي واد» الذي سيحتضن وديتهم أمام السنغال، تسبقها ندوة صحفية للناخب الوطني بنصف ساعة.

كشفت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، امس الثلاثاء، عن البرنامج الخاص بتربص الخضر الجاري بقسنطينة، والذي تتخلله مواجهتين أمام كل من تنزانيا يوم الخميس 7 سبتمبر الجاري والسنتغال الثلاثاء المقبل 12 من نفس الشهر. وأقادت الاتحادية عبر موقعها الإلكتروني، بأن العناصر الوطنية، ستجري منقطة معتادة بملعب الشهيد حملاوي، اليوم الثلاثاء، بداية من الساعة 18:00، قبل الحصة التدريبية المسائية. كما أبرز «الفاف» بأنه سيتم فتح تدريبات الخضر، في اليوم الموالي الأربعاء، والتي ستجري بملعب 19 ماي 56 بجاية، الذي سيحتضن لقاء تنزانيا، أمام رجال الإعلام لـ

# كرة الماء

## الرياضة التي نشأت في إنجلترا وسبحت نحو أحواض العالم أجمع ...



1900، قبل أن تصبح اللعبة عالمية بامتياز، عقب اعتمادها ضمن المنهاج الخاص بالألعاب الأولمبية اعتباراً من عام 1900، لتصبح واحدة من أقدم الألعاب الجماعية الممتدة في الدورات الأولمبية. دخلت كرة الماء منهاج الألعاب الأولمبية منذ عام 1900 كواحدة من أقدم الألعاب الجماعية المعتمدة أولمبيا وشهد عام 1908 حدثاً بارزاً في تاريخ اللعبة، تمثل بتأسيس الاتحاد الدولي للرياضات المائية "FINA"، الذي تولى تنظيم المسابقات الخاصة باللعبة، والتي بقيت مقصورة على المنافسات الأولمبية حتى عام 1973، الذي شهد إطلاق بطولة العالم للألعاب المائية، والتي تعد لعبة كرة الماء إحدى فعاليتها الدائمة منذ إنطلاقها وحتى الآن. واعتباراً من عام 1979، أطلقت FINA مسابقة عالمية مختصة باللعبة تحت اسم "كأس العالم لكرة الماء"، وأضفت مسابقة رابعة للعبة اعتباراً من عام 2002، هي الدوري العالمي لكرة الماء، الذي يُقام بشكل سنوي على مدار العام.

وإذا نظرنا إلى أبرز المنتخبات التي احتكرت بطولات كرة الماء عبر تاريخها، نجد في مقدمتها المجر، التي تزيح سجلاتها بـ9 أولمبية، و3 ألقاب في بطولة العالم للألعاب المائية، ومثلها في كأس العالم، وتنافسها على الريادة جارتها صربيا وروسيا وفرنسا والسعودية، التي تتضمن خزانة 4 ألقاب أولمبية، و5 في بطولة العالم للألعاب المائية، ومثلها في كأس العالم، فضلاً عن سيطرتها المطلقة على مسابقة الدوري العالمي منذ إنطلاقها، حيث أحرز الصرب لقبها 10 مرات.

تعتبر المجر وصربيا لدى الرجال، وأمريكا وهولندا لدى السيدات، أبرز القوى العالمية التاريخية في لعبة كرة الماء، أما على صعيد السيدات، فتعتبر الأمريكيات أصحاب اليد الطولى في عالم اللعبة، حيث حققن لقبين أولمبيين منذ اعتماد اللعبة أولمبيا للسيدات عام 2000، و4 ألقاب في بطولة العالم للألعاب المائية، و3 في كأس العالم، فضلاً عن 10 ألقاب في الدوري العالمي، وتعتبر هولندا أبرز منافس للولايات المتحدة على ريادة كرة الماء النسائية، حيث تتضمن خزانة لقباً أولمبيا، وآخر في بطولة العالم للألعاب المائية، فضلاً عن 8 ألقاب في كأس العالم.

وأخيراً، نرحب على واقع اللعبة في بلداننا العربية، فعلى الرغم من سهولة توفير متطلباتها وتجهيزاتها، لا تحظى كرة الماء بالأهتمام والدعم الكافيين، إذ تخلو خزانة جميع المنتخبات العربية من أي إنجاز يُذكر على الصعيد العالمي، سواء على المستوى الأولمبي، أو على مستوى المسابقات العالمية الأخرى، ويقتصر الظهور العربي في بطولات اللعبة على بعض الإطلاقات الخجولة للمنتخب المصري في الدورات الأولمبية وبطولات العالم للألعاب المائية، ومثلها لبطولة منتخبات عرب إفريقيا في مسابقة الدوري العالمي، علماً أن جميع تلك المشاركات لم تر إلى مستوى التنافسية، وانتهت بالخروج من الأدوار الأولى.

للفريق الخصم، أو ركلة جزاء إذا كانت المخالفة داخل منطقة الـ5 أمتار، كما يُعاقب اللاعب الذي يرتكب خطأ متعمداً بالاستبعاد المؤقت، حيث يبقى فريقيه 5 لاعبين في الملعب حتى تسجيل هدف أو مرور مدة 45 ثانية، وعند تكرار استبعاد اللاعب مؤقتاً 3 مرات، يُستبعد نهائياً من المباراة، على أن



يشارك بديل له بعد مرور 45 ثانية على استبعاده أو بمجرد تسجيل هدف.

ولم تات جميع تلك القوانين دفعةً واحدة، بل نتاجاً لتطور اللعبة عبر أكثر من 150 عاماً، حيث تعود جذور تلك اللعبة التاريخية إلى أواسط القرن الـ19، عندما كان الإنجليز والإسكتلنديون يمارسون لعبة شبيهة بها تدعى "رجبي الماء"، بقوانين مماثلة للعبة الرجبي التقليدية التي كانت معروفة آنذاك، قبل أن يظهر أحد أبطال السباحة الإسكتلنديين ويدعى ويليام ويلسون، ويخترع قوانين خاصة باللعبة، وبغير اسمها لتصبح: كرة الماء Water Polo.

يعود تاريخ ظهور لعبة كرة الماء بشكلها الحالي إلى أواسط القرن الـ19 وطارت شهرة اللعبة الوليدة بين الجزر البريطانية، فأصبح لها أنديتها ومبارياتها وبطولاتها، ويذكر التاريخ أن أول مباراة في كرة الماء وفق قوانينها الجديدة لعبت في نادي لندن للسباحة عام 1873، فيما شهد عام 1888 انطلاق أول بطولة رسمية بكرة الماء وهي دوري مدينة لندن، أما أول مباراة دولية في اللعبة، فجُمعت بين منتخب إنجلترا وإسكتلندا عام 1890، وانتهت بفوز أصحاب القلوب الشجاعة بـ4 أهداف نظيفة.

ولم تبق ممارسة كرة الماء مقصورة على المملكة المتحدة، بل شقت اللعبة طريقها نحو بقية بلدان العالم، فموسم في كندا والولايات المتحدة، وفي عدد من البلدان الأوروبية كإيطاليا وفرنسا وإيطاليا وبلجيكا والنمسا والمجر، في العقد الأخير من القرن

على رؤوسهم قبعات بلاستيكية تُطوّر أرقامهم وشعار فريقهم ولونه، ويُمنع ارتداء أي البسة الأخرى أو قلاند أو خواتم معدنية، كما يحظر على اللاعبين دهن أجسامهم بالزيوت أو أي مواد لزجة.

يتألف فريق كرة الماء الأساسي من 6 لاعبين وحراس مرمويلع زمن المباراة 32 دقيقة لعب فعلية، مقسمة على 4 أشواط مدة كل منها 8 دقائق، تتصل بينها 3 استراحات مدة كل منها دقيقتين، ويُحسم التعادل عبر وقت إضافي مدته 3 دقائق، ثم عبر ركلات الجزاء الترجيحية في حال استمرار التعادل، ويحق لكل مدرب طلب وقتين يستقطعين خلال زمن المباراة، مدة كل منهما دقيقة واحدة.

ويدير المباراة حكيمان رئيسيان يوجدان على طرفي الحوض، يُزود كل منهما بعصاة طويلة تحمل راية ملونة يستعملانها عند اتخاذ القرارات إلى جانب الصافرة، ويساعدهما عدد من الحكام والقضاة حول الملعب، مهمتهم تسجيل الأخطاء ومراقبة التبديلات والأهداف، إضافة إلى ضبط زمن المباراة الفعلي دون التوقفات.

وتحكم مباراة كرة الماء قوانين صارمة، منها منع استخدام اليدين معاً في الإمساك بالكرة إلا لحراس المرعى، وحظر الغطس أو إغفاء الكرة تحت الماء، وتحديد مدة الهجمة لكل فريق بـ30 ثانية، وعدم احتساب الأهداف إلا بعد تمرير الكرة بين لاعبين أو أكثر من الفريق، وعدم السماح للاعبين بدخول منطقة المترين عدا حراس المرعى، إضافة إلى منع الضرب والمسك ورش المياه عمداً في وجه

كرة الماء هي لعبة رياضية جماعية تُمارس في الماء. ويمكن وصف اللعبة بأنها مركبة من السباحة، وكرة القدم، وكرة السلة، وهوكي الجليد، والرغبي، والمصارعة، يتألف كلا الفريقين من ستة لاعبين بالإضافة إلى حارس مرعى. الهدف في اللعبة - كما هو الحال مع كرة القدم - تحقيق أكبر عدد من الأهداف بواسطة تمرير الكرة خلف خط مرعى الخصم لاحتساب نقطة للفريق.

**تاريخ اللعبة**

لعبة كرة الماء بشكلها الحديث تألفت كشكل من رياضة الرغبي التي تمارس في الأنهار والبحيرات في إنجلترا وإسكتلندا بواسطة كرة مصنوعة من المطاط الهندي.

كانت اللعبة حاضرة في الأولمبياد منذ أولمبياد 1900 بالنسبة للمسابقات الرجالية، وقد كانت من الرياضات التي كانت جزءاً من الأولمبياد لأول مرة مع كل من الكريكيت، والرغبي، والبولو، وغيرهم. أما كرة الماء النسائية فإطلقت منذ الألعاب الأولمبية الصيفية عام 2000 التي أقيمت في سيدني، أستراليا بعد احتجاجات من قبل منتخب أستراليا لكرة الماء النسائي.

كل عامين إلى 4 أعوام منذ 1973، تقام بطولة عالمية لكرة الماء للرجال وهي بطولة العالم لكرة الماء، وتنضمها الفيفا (FINA). أضافت كرة الماء النسائية عام 1986. كما توجد مسابقة أخرى وهي كأس العالم لكرة الماء والتي تنضمها أيضا الفيفا، وهي تتضمن منذ عام 1979. وفي عام 2002، تضمنت الفيفا أول دوري دولي لكرة الماء وهو الدوري العالمي لكرة الماء.

قد تبدو لعبة كرة الماء سهلة للعب، ربما هي كذلك بشكلها الشهي البسيط الخالي من القوانين، ولكنها ليست كذلك على المستوى الاحترافي، فهي واحدة من أكثر الألعاب الجماعية صعوبة، نظراً لما تتطلبه في ممارستها من مهارات، ليس أقلها إتقان السباحة والوقوف والحرك داخل الماء، فضلاً عن مهارات الاحتفاظ بالكرة وتمويهها وتسيدها.

تعتبر كرة الماء من الألعاب الجماعية الصعبة الممارسة على المستوى الاحترافي تمارس اللعبة عبر كرة مطاطية يتراوح وزنها بينها 400 و450غ، ومحيطها بين 68 و71سم، ضمن حوض مائي مستطيل الشكل، يتراوح طوله بين 25 و30 متراً، وعرضه 20 متراً، فيما لا يقل عمق المياه فيه عن 180 سم، وتُثبت في طرفيه مرميان على سطح الماء، يعرض 3 أمتار وارتفاع 90 سم، وتوضع علامات ملونة على أطراف الملعب لتحديد الخطوط الرئيسية والمسافات، فتكون العلامات البيضاء لتحديد خط المنتصف وخطي المرعى، والحمراء لتحديد منطقتي حراسي المرعى بعد مترين عن المرعى، والصفراء لتحديد منطقتي الجزاء بعد 5 أمتار عن المرعى.

ويُتألف فريق كرة الماء الأساسي من 6 لاعبين وحراس مرعى، إضافة إلى مثلث من البدلاء الذين يمكنهم المشاركة في أي وقت من المباراة، ويرتدي اللاعبون لباس مسباح من قطعة واحدة، ويضعون



# أسطورة ألمانيا... وعميد لاعبيها اليوم « لوثر ماتتيوس » الساحر الألماني الذي أبكى مارادونا



مستويات زملاته نظرا لصفاته القادية وقدرته على تحفيز اللاعبين داخل الملعب وبفضل موهبته برز نجمه وسط عظماء الكرة الإيطالية مارادونا وميشيل بلاتيني و رود خوليت.

لم يقتصر تألق لاعب خط الوسط فقط على مستوى الأندية، بفضل مهارته و قيادته و تألقه الشديد مع الفريق قاد منتخب ألمانيا للفوز ببطولة كأس العالم عام 1990 التي أقيمت في إيطاليا.

لم تكن الأجواء الإيطالية غريبة على اللاعب، حيث تألق الألماني وسجل 3 أهداف ساهمت في صعود المنتخب من دور المجموعات ليعود مرة أخرى إلى التسجيل في الدور نصف النهائي أمام منتخب تشيكوسلوفاكيا العنيد ليصعد بالمنتخب إلى النهائي لمواجهة منتخب الأرجنتين.

قدم الألماني أداء كبيرا خلال هذه المباراة حيث كان كالغول في الملعب، فإذا نظرت في أي مكان ستجد بين الدفاع أو الهجوم. تألق اللاعب للغاية لدرجة أن البعض قالوا أنه إذا استمرت المباراة ليومين سيظل ماتيو يركض بنفس القوة والصلابة بحثا عن الكأس الذهبية، وانتهت المباراة لصالح المنتخب بنتيجة 1-0 بعد أن سجل المدافع الترياس برهيم الهدف من ضربة جزاء جاءت في الدقيقة 85 من عمر اللقاء.

لم يتوقف ماتيو عن عشاق الكؤوس ففي نفس العام حقق الألماني بطولة الدوري الأوروبي مع الإنتر بعد أن فاز على فريق روما في المباراة النهائية بنتيجة 2-1 لينتهي مسيرته الحافلة في إيطاليا بفضل شكله ويعود مرة أخرى إلى موطنه ضمن صفوف فريق بايرن ميونيخ في موسم 1992.

على الرغم من الهبوط الحاد في مستوى اللاعب البندقي إلا أن قدراته الفنية لم تخله يوما، حيث استطاع بخبرته وقدراته الفنية المميزه أن حقق 4 القاب دوري ألماني مع البايرن ولعب خلال فترته الثانية 189 مباراة سجل خلالها 28 هدفا.

شارك اللاعب مع منتخب بلاده في بطولة يورو 2000 وكانت هذه آخر بطولة دولية للاعب حيث اعتزل بعدها اللعب الدولي بعد أن ارتدى قميص منتخبه الوطني في 150 مباراة و أصبح رابع لاعب في التاريخ يشارك في 4 نهائيات كأس العالم خلال

أنجبت ألمانيا العديد من المواهب الكروية المميزة على مدار التاريخ وخاصة في مركز حراسة المرمى وخط الوسط. لم يأت لقب الماكنبات الألمانية من فراغ حيث تحلى دائما اللاعبين الألمان بالدقة والمهارة والقوة التي ساهمت بشكل كبير في فوز ألمانيا بكرة 4 الكأس عالم تاريخية.

وفي وسط التغييرات التاريخية والسياسية التي شهدتها العالم خلال فترة الستينيات ولد ماتيو ليصبح أحد أساطير الكرة الألمانية الذي ساهم بشكل كبير في تغيير الخريطة الكروية للمانشافت.

ولد لوثر هاربرت ماتيو في شهر مارس لعام 1961 في مدينة إيرلاجن الألمانية ليُشاهد العالم ولادة واحد من أبرز الأساطير الكروية على مدار التاريخ.

تمتع ماتيو بكل الصفات واجاد اللعب في عدة مراكز ليصبح وبدون أدنى شك أحد أكثر لاعبي كرة القدم تكاملا في التاريخ. تألق الألماني في صفوف المانشافت بشكل كبير للدرجة التي جعلت أن يأتي لاعب مثله أمر شبيه مستحيل، فلطالما كان ماتيو سلاحا فتكا ضد الخصوم. فقد تمتع بقدرات دفاعية مميزة مكنته من السيطرة على مهاجمي الخصوم وفي نفس الوقت كان صاحب موهبة هجومية شرسة للغاية ارتكبت دفاعات الخصوم وساهمت بشكل كبير في صناعة وتسجيل الأهداف المهمة للمنتخب الألماني.

بدأ الألماني الموهوب مسيرته ككاشفي في صفوف نادي بروسيا مونشنغلاذباخ حيث لعب معه لمدة 5 مواسم بين عامي 1979 حتى عام 1984 لينتقل بعدها إلى صفوف فريق بايرن ميونيخ الألماني في صيف موسم 1984 ليبدأ في كتابة أمجاده الكروية. لم يتأخر لوثر كثيرا في إظهار موهبته، حيث سجل خلال موسمه الأول مع البايرن 16 هدفا خلال 33 مباراة في الدوري ليُساهم بشكل كبير في فوز الفريق ببطولتي دوري متتاليتين لعام 1985 و عام 1986. إنتقل الدولي الألماني إلى صفوف فريق إنتر ميلان في موسم 1988 ليكمل مسيرة تألقه على الملاعب كما قاد اللاعب منتخب المانشافت للفوز ببطولة يورو 88 ليضيف لنفسه ومنتخبه بطولة دولية جديدة هي خزانة الكؤوس.

ماتيو للدوري الإيطالي في الوقت الذي كانت تُلقب فيه إيطاليا "جنة كرة القدم"، نظرا لوجود العديد من المواهب والكروية والملاقة وقوة المنافسة خلال هذه الفترة وكانت هذه الأجواء بمثابة الأرض الخصبة وترعرعت فيها موهبة الأثمن.

التي تمت الحول ظهر لوثر بشكل كبير على الفريق الإيطالي حيث لعب معه 115 مباراة وسجل 40 هدفا، ولم يساهم فقط في تحسين نتائج الفريق بل ساهم أيضا في رفع

مركز ماتيو مع فريقه لاعب وسط، وقد أداء جميلا جدا جذب إليه أنظار الجمهور وكشافة الفرق الأخرى، فحاولت عدة أندية ألمانية التعاقد معه، بيد أنه قرر الاستمرار مع ناديه بروسيا لمدة 5 مواسم. وفي عام 1984، قدم نادي بايرن ميونيخ عرضا رسميا لماتيو، فلم يقف على رفض إغراء الانضمام إلى صفوف أكبر أندية ألمانيا، فوافق على الطلب وأصبح لاعبا رسميا في صفوف بايرن.

وطيما شهدت فترة وجود ماتيو مع بايرن تألقا لافتا للاعب، فقد قدم مستويات مبهرة ساعدت النادي في تحقيق لقب الدوري الألماني على مدار ثلاثة مواسم متتالية بدءا من سنة 1984، وساهم ماتيو كذلك مع زملائه في بلوغ بايرن نهائي دوري أبطال أوروبا عام 1987، غير أنه خسر في المباراة النهائية أمام بورته البرتغالي. وفي عام 1988، قرر ماتيو خوض مغامرة جديدة خارج ألمانيا، فالتزم إلى صفوف فريق إنتر ميلان الإيطالي، متعبا بذلك خطى زميله الألماني رومينغيه، الذي انتقل في وقت سابق إلى النادي. وحافظ ماتيو خلال تلك الفترة على أدائه المميز، ومع أنه كان يشغل أكثر من مركز في خط الوسط، فإنه نجح فيها جميعا، وكان عنصرًا رئيسًا في تتويج فريقه بلقب الدوري الإيطالي وكأس الاتحاد الأوروبي.

وبالمجمل أمضى ماتيو في صفوف نادي إنتر ميلان أربعة مواسم، أحرز خلالها 40 هدفا في 115 مباراة.

وبعد انتقاه المواسم الأربعة، عاد ماتيو مجددا إلى نادي بايرن ميونيخ ليختتم مسيرته الكروية هناك، فلعب في صفوفه مدة 8 سنوات محرزا خلالها لقب الدوري الألماني 3 مرات وكأس الاتحاد الأوروبي. ولكن الحظ لم يسعفه لتحقيق حلمه بالفوز بدوري أبطال أوروبا، فحضر المباراة النهائية أمام مانشستر يونايتد عام 1999.

وعلى صعيد المنتخب الألماني، استدعي ماتيو للمشاركة مع المنتخب في بطولة الأمم الأوروبية عام 1980، ولكنه لم يلعب كثيرا خلال البطولة. وبعدها بعامين استدعي مجددا للمشاركة في كأس العالم الذي أقيم في إسبانيا، فلعب خلاله مباراتين وأحرز المركز الثاني بعد الخسارة في النهائي أمام إيطاليا. ومنذ ذلك الوقت، أصبح ماتيو جزءا أساسيا لا غنى عنه في المنتخب الألماني، وكان أهم النجوم الذين شاركوا في بطولة كأس العالم عام 1986، فقد أداء كبيرا وقاد منتخب بلاده إلى المباراة النهائية أمام أرجنتين مارادونا، لكنه خسر بها بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدفين.

مسيرته. قضى لوثر ماتيو 21 عاما في ملاعب كرة القدم، حيث صال وجال في معظم البطولات المحلية والدولية وعلى الرغم من فشله في تحقيق دوري أبطال أوروبا إلا أنه حقق الكثير من الكؤوس وقدم أداءا لن يستطيع أي لاعب تقديمه لوظل الغول الألماني أسطورة خالدة في أذهان عشاق الكرة على مدار التاريخ.

### نبذة عن ماتيو

لوثر ماتيو لاعب كرة قدم ألماني شهير حقق عددا كبيرا من الإنجازات المهمة على الصعيدين المحلي والدولي. كان بداية مسيرة ماتيو المهنية مع فريق بروسيا مونشنغلاذباخ، ثم تألق بعدها في صفوف فريق بايرن ميونيخ وإنتر ميلان الإيطالي، وحقق معهم القاب الدوري الألماني والإيطالي وكأس الاتحاد الأوروبي.

نجح ماتيو في الفوز بكأس العالم وبطولة أمم أوروبا رفقة المنتخب الألماني، وبعد الاعتزال انصرف إلى التدريب لكنه لم يحقق إنجازات مهمة.

### بدايات ماتيو

ولد لوثر هيربرت ماتيو في مدينة إيرلاجن الألمانية بتاريخ 21 آذار/مارس سنة 1961، وعاش طفولته في فترة شهدت بدء تعافي البلاد من آثار الحرب العالمية الثانية، وازدهار النشاط الرياضي فيها، ولاسيما كرة القدم، لذا، كان ماتيو - على غرار أبناء مولعا بهذه الرياضة ومحبا لها منذ الصغر، فالتزم إلى نادي Herzogenaurach ليلعب في صفوف الناشئين. وطويما لم يكن هذا النادي بالفريق الكبير في بلاده، ولكن ماتيو تعلم منه أساسيات اللعبة وصعوباتها.

### إنجازات ماتيو

بدأ ماتيو مسواره الاحترافي في عالم الكرة في عصر الثمانينات، حين انضم إلى صفوف نادي بروسيا مونشنغلاذباخ عام 1979. وكان النادي حينها من أندية النخبة في ألمانيا، فقد حقق لقب البطولة عام 1977. كان



57 هدفاً، قبل أن يرحل في عام 1988 إلى نادي إنتر ميلان الإيطالي، الذي شارك معهم في 115 مباراة وسجل 40 هدفاً.

وقرر لوثر ماتيسوس العودة من جنيد إلى ألمانيا وأيضاً لنادي بايرن ميونخ في عام 1992 ولعب لمدة موسمين فقط، وشارك خلال تلك الفترة في 189 مباراة وسجلاً 28 هدفاً.

واختتم قائد المنتخب الألماني المعتزل مسيرته في كرة القدم من بوابة نادي مترو ستارز الأمريكي، ولعب بقميص 16 مباراة ولم يسجل أي هدف.

### إنجازات ماتيسوس الجماعية والفردية

لوثر هيربرت ماتيسوس الذي حصل على الكرة الذهبية من صحيفة "فرانس فوتبول" الفرنسية لأفضل لاعب في العالم عام 1991، حقق الكثير من الألقاب الفردية والجماعية خلال مسيرته في كرة القدم. ولقد حقق لوثر هيربرت ماتيسوس مع نادي بايرن ميونخ 6 ألقاب دوري ألماني، بالإضافة إلى لقب وحيد كأس ألمانيا، وبطولة كأس الاتحاد الأوروبي بالإضافة إلى الوصول للنهائي في عام 1999 للمرة الثانية.

ولم يكفني عند حصوله على هذا العدد من البطولات مع نادي بايرن ميونخ الألماني، بل حقق أيضاً الكثير من الإنجازات مع نادي إنتر ميلان الإيطالي، وبطولة كأس العالم 1990 مع منتخب بلاده ألمانيا.

### مركز ماتيسوس خلال مسيرته الاحترافية

كان هيربرت ماتيسوس أحد أفضل اللاعبين بالعالم في مركز النبر وهو اللاعب الذي كان يغطي وراء ثنائي قلب الدفاع، قبل أن يلغي هذا المركز مع تطور كرة القدم في العالم وخاصة أوروبا.

ثم اتجه ماتيسوس إلى اللعب في مركز قلب الدفاع، وكان يلعب أيضاً في الكثير من الأوقات بمركز خط وسط الدفاع.

### ماذا قدم لوثر ماتيسوس مع إنتر ميلان؟

قدم الألماني لوثر ماتيسوس مستويات

رأية

وفي عام 1988، كان ماتيسوس في عداد اللاعبين الذي سار كوا في بطولة أمم أوروبا التي أقيمت في ألمانيا، وكان من المتوقع تتويج المنتخب الألماني بالبطولة لولا تألق نظيره الهولندي بقيادة فان باستن، الذي أقصى الماتيسات من الدور نصف النهائي. ولكن ماتيسوس ورفاقه لم يستسلموا لهذا المهم السابعة، فغزمو على الفوز بكأس العالم عام 1990، وقدموا مستويات كبيرة خلال مراحل البطولة، ليتوجوا جهودهم بالتغلب على الأرجنتين في المباراة النهائية، وبهذا ثار ماتيسوس من هزيمته سنة 1986. واستمر ماتيسوس في المشاركة مع المنتخب الألماني طيلة الأعوام الثمانية اللاحقة، فحافظ بطولة كأس العالم مرتين عامي 1994 و 1998، وشارك أيضاً في كأس الأمم الأوروبية عام 1996، وتوج بلقبها بعد فوز المنتخب الألماني على نظيره التشيكي بهتفين لهذب واحد.

وبعد مسيرة حافلة في الملاعب، قرر ماتيسوس اعتزال كرة القدم والتحول إلى مهنة التدريب، فاشرف على تدريب فريق SK Rapid Wien لمدة عام واحد، وبعدها انتقل إلى صربيا لتدريب فريق SK Partizan في الدوري الصربي. وقد نجح ماتيسوس خلال مهمته التدريبية هناك في الفوز بلقب البطولة، وقادة إلى تحقيق لقب الدوري. وأخيراً أبتلى أوروبا. ونتيجة لهذه الإنجازات المهمة، قرر الاتحاد المجري لكرة القدم التعاقد مع ماتيسوس لتدريب المنتخب، فحاول ماتيسوس جاهداً تأهيل المجر إلى بطولة كأس العالم عام 2006، ولكنه أخفق في ذلك إختفاً ثريفاً، لذا قدم استقالته وأعلن تخليه عن منصبه.

بعدها تولى ماتيسوس تدريب نادي Atletico Paranaense البرازيلي لفترة وجيزة، ثم عاد إلى أوروبا ليدير فريق ريد بول سالزبورغ النمساوي، وقاده إلى تحقيق لقب الدوري. وأخيراً تولى ماتيسوس الإدارة الفنية للمنتخب البلغاري، لكنه أقبل من منصبه نتيجة فشله في التأهل إلى بطولة أمم أوروبا. وفي الوقت الحالي يعمل ماتيسوس نادياً رياضياً في عدد من المجالات والقنوات التلفزيونية.

### حياة ماتيسوس الشخصية

تزوج لوثر ماتيسوس خمس مرات خلال حياته، فقد اقترن بزوجته الأولى سيلفيا عام 1981، ودام زواجهما 11 عاماً أنجبا خلالها ابنتين. وفي عام 1994 تزوج ماتيسوس من لوليتا مورينو وأنجب منها ابناً واحداً، ثم انفصل عنها بعد 5 سنوات. ومن ثم تزوج من ماريلينا كوستيك عام 2003، واستمر زواجهما 5 أعوام، وبعدها تزوج من عارضة الأزياء الأوكراينية كريستينا ليليانا شوبنوا، ولكنهما ما لبث أن تطلقا بعد عامين. وأخيراً اقترن ماتيسوس بآنستازيا كليموكو، وما يزالان متزوجين حتى الآن!

### إنجازات و مركز لوثر ماتيسوس ..

#### أسطورة منتخب ألمانيا

المعلق الألماني لوثر هيربرت ماتيسوس الذي ولد يوم 21 مارس 1961 في بلدة صغيرة في بافاريا بالقرب من نورمبرج، وكان قائد المنتخب الألماني الذي فاز ببطولة كأس العالم 1990.

بدأ  
لوثر



كوكبة من النجوم من أمثال بورغن كلينسمان، ورودي فولر، وأندرياس مولر، ولينباريسكي وأندرياس بريمه، وديريها قيصر الكرة الألمانية فرائز بكنباور.

وفي حديث مع مجلة «كيكس» الرياضية الألمانية الشهيرة في عدد الإلتين (22 يونيو/ حزيران 2015) يتذكر ماتيسوس (54 عاماً) بمناسبة الوبيل الفضي للفوز بكأس العالم يتذكر النجم أن الترابط بين لاعبي الماتيسات كان الأبرز في تلك البطولة: «لقد شاركت في بطولات كبيرة، لكن الترابط في تلك البطولة لم يتكرر بعد، لقد كنا قوة مترابطة من اللاعب رقم 1 وحتى اللاعب رقم 22».

ويتسور النجم الألماني، الذي كان عميداً للاعبين العالم، إلى أنه شارك في كأس العالم 1982، و1986 وأنه شاهد بنفسه نزاعات وغيرة، مشيراً أن تلك الأشياء كانت موجودة أيضاً بالتأكيد في 1990، «بعد أنه كان هناك دائماً شعور بأن كل واحد منا يهدي الفوز للآخر»  
وقال ماتيسوس إن علاقة رائعة كانت تربطه مع أندرياس بريمه، الذي سدد ركلة الجزاء، محرراً الفوز على الأرجنتين في المباراة النهائية لمونديال إيطاليا. وكان يتقاسم معه الغرقة واستفاد منه وأفاده، كما يصنّف. وقد كان الجميع يلاحظ ذلك خارج الساحة الخضراء وداهلها: «كان كل منا يبحث عن



ماتيسوس مسيرته في عالم كرة القدم من بوابة نادي بوروسيا مونشنغلادباخ الألماني من عام 1978 حتى عام 1984 شارك خلال هذه الفترة في 162 مباراة وسجل معهم 36 هدفاً.

وفي عام 1984 قرر لوثر ماتيسوس الانتقال إلى المعلق البافاري بايرن ميونخ ولعب بقميص الفريق لمدة 4 سنوات وشارك في 113 مباراة سجل خلالها



الأخر ويجده».

### «مباراة يوغوسلافيا الأفضل في 150 مباراة»

عند الحديث عن مونديال إيطاليا يأخذ لوثر ماتيسوس الحين حق في فترة حقق فيها النجاح الأكبر في مسيرته الرياضية. هو نفسه كان يلعب في التري ميلان الإيطالي مع بريمه، وكنت الكرة في إيطاليا آنذاك هي الأفضل في العالم، إضافة إلى أن البطولة كانت مفعمة بالحماس الشديد.

هناك صغور من مونديال إيطاليا تزور طينف ماتيسوس ورغم مرور زمن طويل عليها وأهمها مباراة يوغوسلافيا السابقة والمباراة النهائية أمام الأرجنتين وركلة الجزاء التي جلبت الكأس لألمانيا، وكذلك الحديث الغاضب مع بكنباور في رحلة على مركب في بحيرة «كومو» الإيطالية. ويقول ماتيسوس في حديثه مع كيكس: «بالنسبة لي ربما تكون مباراة يوغوسلافيا هي الأفضل في 150 مباراة دولية خضتها. لكنني صوما أتذكر الألف الأشياء، ببساطة كانت فترة رائعة منذ الإقامة في أول معسكر تدريبي حتى عودتنا بالكأس واستقبالنا في ساحة الروم في فرانكفورت».

كانت مباراة يوغوسلافيا هي الأولى لألمانيا في مجموعتها التي ضمت أيضاً الإمارات العربية وكولومبيا. وتقدم ماتيسوس بهدف لألمانيا بتسديدة رائعة من خارج منطقة جزاء يوغوسلافيا، ثم أحرز كلينسمان الهدف الثاني. وفي الشوط الثاني سجلت يوغوسلافيا هدفاً. لكن ماتيسوس سجل بعدها هدفاً تاريخياً حيث استلم الكرة في نصف ملعب ألمانيا وتقدم بها إلى نصف ملعب يوغوسلافيا وراوغ لاعبا من يوغوسلافيا وقذفها من خارج منطقة الجزاء بشكل لا يمكن صدها مسجلاً بذلك هدفاً يعتبر بلا شك أحد أفضل الأهداف في تاريخ كأس العالم. ثم سجل رودري فولر الهدف الرابع لألمانيا لتنتهي المباراة 4-1 لصالح الماتيسات، ويقول ماتيسوس: «هذه النتيجة لم تكن ضد فريق ما وإنما ضد يوغوسلافيا التي كانت من بين المرشحين للفوز بالكأس. كان من الأهمية بمكان وضع النقاط على الحروف أمام فريق قوي مثله، سواء بالنسبة لنا أو بالنسبة للمنافسين».

### لزال عميد اللاعبين الألمان

أما المباراة الأخيرة في تلك البطولة فقد كانت أمام فريق الأرجنتين بقيادة الأسطورة مارادونا. وبعد فوز ألمانيا بالبطولة حمل ماتيسوس الكأس. وله لحظة شهيرة في الملعب وهو يحاول مواصلة مارادونا الذي شرع في البكاء.  
شارك لوثر ماتيسوس 5 مرات في مباريات كأس العالم وحل مع الماتيسات ثانياً في دورتين متتاليتين وفي الثالثة حمل الكأس وكان قائد الفريق للمرة الثانية على التوالي في البطولة التي جرت في الولايات المتحدة. ورغم أنه سجل هدف ألمانيا أمام بلغاريا إلا أن البلغار سجلوا هدفين لتخرج ألمانيا من ربع النهائي. وفي المرة الخامسة في فرنسا، حيث كان يبلغ عمره آنذاك 37 عاماً، خرجت ألمانيا من ربع النهائي بخسارة مفاجئة ومؤلمة أمام كرواتيا ب صفر-3. ثم انتهت مسيرة ماتيسوس مع الماتيسات. ورغم مرور 17 عاماً على اعتزاله اللعب دولياً فإنه لا زال حتى الآن صاحب الرقم القياسي في ألمانيا في عدد المباريات الدولية التي خاضها.

# دولة عربية وحيدة في القائمة.. أقوى 30 بطولة دوري على مستوى العالم في موسم 2023-2024



استعرضت شبكة متخصصة في إحصائيات وبيانات الأندية ولاعب كرة القدم قائمة بأقوى 30 بطولة دوري في العالم للموسم الجديد 2023-2024. وشهد التصنيف الذي أعدته شبكة opta بعض التغيرات في مكانة بعض الدوريات الكبرى التي شهدت تقدماً وتراجعا باستثناء الإنجليزي، الذي حافظ على مكانته في القمة دون أي منازع، بالنظر إلى قوة المسابقة على كافة المستويات من الناحية الرياضية والاقتصادية وكذلك المنافسة، كما أن أندية هفتفت لقب دوري أبطال أوروبا ثلاث مرات متتالية (2021، مانشستر سيتي 2023).

**أقوى 30 بطولة دوري على مستوى العالم**

وفي واحدة من أكبر المفاجآت حل الدوري الألماني في المركز الثاني رغم غياب المنافسة وهيمنة بايرن ميونخ على اللقب في آخر 11 موسما، لكن نتائج أندية على الصعيد الأوروبي سمحت له بالقدوم على الأمام، خاصة وصول الفريق "البافاري" دائما إلى أوار متقدمة في دوري أبطال أوروبا وتوزيع ابتراخت فرانكفورت بلقب الدوري

وبالإضافة إلى هذه البطولات فقد حظيت اثنتان جديدتان باهتمام إعلامي كبير خلال أشهر الصيف، بعد انضمام عدد من نجوم كرة القدم العالميين إليها، والحديث هنا عن الدوري الأمريكي للمحترفين ونظيره "روشن" السعودي. الدوري الأمريكي بات محل اهتمام كبيرا بعد وصول النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي إلى فريق إنتر ميامي بعد رحيله عن باريس سان جيرمان بانهاء موسم 2022-2023، وهو ما سلط الأنظار إلى البطولة التي انضم إليها صاحب الرقم القياسي في عدد مرات الفوز بجائزة الكرة الذهبية والمقدمة من مجلة فرانس فوتبول (7)، حيث باتت المسابقة في المركز الخامس عشر عالميا.

كما يتواجد هناك ريكى يويع لاعب برشلونة السابق الذي يلعب لفريق لوس أنجلوس غالاكسي والإيطالي لورينزو إنسيني مع تورونتو، ويتقدم الدوري الأمريكي بفارق واضح على نظيره السعودي الذي كان صاحب الاستقطاب الأكبر لنجوم كرة القدم في فترتي الانتقالات الأخيرتين، ولعل أبرزهم البرتغالي كريستيانو رونالدو الذي وقع للنصر بعد نهائيات كأس العالم في قطر 2022، ومن بعده دخلت الأندية السعودية سوق الانتقالات الصيفية بقوة لدرجة أنها تسبب بقلق كبير للأندية الأوروبية، لكن البطولة تحتل المركز 27 عالميا.

وعلى سبيل المثال تعاقبت أندية الدوري السعودي مع روين نيفيز وكاليدو كوليبالي وسيرجي ميليكوفيتش وسالومون مالكوم ونيما ألكسندر ميتروفيتش وباسين بونو (الهلال)، ونغولو كانتو وكريم بنزيما وفابيانو (اتحاد جدة)، جوردان هندرسون (الإنفاق)، إيوارد ميندي ورياض محرز وروبرتو فرمينيو وغابرييل فيغا وفانك كيسي (أهلي جدة)، ساديو ماني ومارسيلو برونوفيتش وإيمريك لابورت (النصر)، وسبق لكريستيانو أن أكد سابقا أن الدوري السعودي سيكون من بين أفضل الدوريات في العالم في غضون سنوات قليلة، مضيفا أن الدوريات الأوروبية بدأت تفقد جودتها. وقال كريستيانو: "خسرت أوروبا الكثير من الجودة، الدوري الوحيد الذي بعد من أفضل الدوريات هو الدوري الإنجليزي الممتاز، فقد خسرت الدوري الإسباني مستواه والبرتغالي ليس في القمة، كما فقد الدوري الألماني الكثير من الجودة". وأضاف: "الولايات المتحدة الأمريكية؟ لا البطولة السعودية أفضل بكثير، في عام واحد سيأتي المزيد من اللاعبين الكبار إلى السعودية، وفي ظرف عام واحد سيتفوق الدوري السعودي على الدوري التركي والدوري الهولندي".

## كيوان تيرني ضحية جديدة لفلسفة أرتيكا مع إرسال



توجه إرسال في يونيو 2020 إلى ملعب بارمالي لين لمواجهة شيفيد يونيفرديت في ربع نهائي كأس الاتحاد الإنجليزي في تحد كبير للضيوف الذين احتلوا إلى هدف داني سيبايوس في الوقت بدل الضائع، من أجل التأهل إلى نصف النهائي. حينها حصد كيوان تيرني جائزة رجل المباراة في ظهوره رقم 15 رفقة المنفعية، قبل أن ينجح في اكتساب مكانة لدى الجماهير بفضل دوره البارز في تويج إرسال بلقب كأس الاتحاد، والذي تضمن صناعة هدف الانتصار لبيير إيمريك أوباميانغ في نصف النهائي أمام مانشستر سيتي. وفي العامين التاليين زادت قيمة تيرني وأصبح محبوب الجماهير، وفي قلب مشروع إرسال، حيث كان المدرب ميكيل أرتيكا يراه مثالا للالتزام الذي يريده من اللاعبين في محاولته لتجديد ثقافة النادي، كما أن التزامه بالتعليمات حجز له مكانا دائما في التشكيل الأساسي، وكان تيرني عضوا بارزا بين مجموعة قادة إرسال، قبل أن يرتدي شارة القيادة للمرة الأولى في مارس 2022 أمام أستون فيلا، عندما تم استبدال القائد ألكسندر لاكازيت بين الشوطين، في أمسية وصل فيها تيرني إلى قمة ستواه. وتعرض بعدها لإصابة في الركبة تطلبت خصوه لراحة أبدتهه في باقي الموسم، وبعد أسبوعين من عودته في يوليو، وصل ألكسندر زينزينكو إلى المنفعية (من السيتي) ليتم تهميش تيرني، وعلى الرغم من إصابة الأوكرائي خلال الموسم الماضي، إلا أن تيرني لم يتمكن من العودة من جديد لتشكيل الأساسي. وبعد أن شارك أساسيا في 27 مباراة بالبريميرليغ موسم 2020-2021، و22 مباراة في موسم 2021-2022، لم يخض سوى 6 لقاءات أساسيا الموسم الماضي، وبالتالي لم تكن مفاجأة مغادرته على سبيل الإقارة منذ أيام إلى صفوف ريال سوسيداد. ويوضح مسار تيرني التطور الخططي لإرسال على مدار العام الماضي، فحول أرتيكا من الاعتماد على 3 لاعبين في الدفاع إلى نهج فيه استجابة أكبر في خط الهجوم، ولم يعد يرغب في الظهور الأيسر الذي يقحم خط التماس لإرسال عرضيات لمنطقة الجزاء، بل فضل قدرة زينزينكو على الدخول إلى وسط الملعب والمساهمة في بناء اللعب. وهو أسلوب لا يجده تيرني في ظل ضعف جودة التمريرات لديه، حيث بلغت نسبة إكماله للتمريرات في موسميه الأخيرين بالبريميرليغ 77.3 في المئة مقابل 86.4 في المئة لزينزينكو في 6 مواسم، بحسب "سكاي سورتس".

كما أن معدل إكمال تيرني للتمريرات في موسم 2021-2022 وصل إلى 42.4 تمريرة بالمباراة الواحدة، مقارنة بـ 71.8 لزينزينكو الموسم الماضي، وعلى الرغم من تهميشه، إلا أن تيرني لم يظهر منه أي سلوك سيء وكان رحيله لأسباب تكتيكية فقط ليصبح للاعبين الذين تطولهم نظرة أرتيكا الاستيعابية، لتحسين قائمة الفريق. ويبقى غياب إرسال الحالي هو قسلة في كسب الأموال من وراء المعاديين، بعد أن نجح بسوى 122.5 مليون جنيه إسترليني منذ عام 2019 من بيع اللاعبين، وهو الرقم الأضعف بين الأندية الكبرى، فيما حصد مانشستر سيتي 430 مليون إسترليني في الفترة نفسها.

## قادة منتخب إسبانيا يعبرون عن رفضهم تصرفات روياليس

عبر قادة المنتخب الإسباني لكرة القدم، اللذين، عن معارضتهم الشديدة لتصرفات رئيس الاتحاد الإسباني لويس رويباليس، خلال نهائي كأس العالم للسيدات في الشهر الماضي، والذي شهد تنويج إسبانيا بلقب للمرة الأولى في تاريخها. وقد قائد المنتخب الإسباني الحالي، الفارو موراتا، مؤتمرا صحافيا، تحدث خلاله باسم قادة المنتخب للتعير عن موقفهم الرافض لتصرفات رئيس الاتحاد ومساندة لاعبة التي قبلها رئيس الاتحاد في النهائي. وقال موراتا في تصريحات نقلتها صحيفة "مراكا" الإسبانية: "في البداية أود أن أعبر عن اعتزازنا واقتدارنا الكبير بالنجاح الذي حققه منتخب السيدات في نهائيات كأس العالم، لقد كان إنجازا تاريخيا لا يهيم الرياضة النسائية فقط بل مهم للرياضة الإسبانية بشكل عام". وتابع: نريد أن أعبر عن تضامنا الكبير مع اللاعبات ورفضنا القاطع لتصرفات رئيس الاتحاد، الذي قام بتصرف غير مقبول ولا يرتقي إلى مستوى المؤسسة التي يمثلها، نحن ندعم مبادئ الرياضة بشكل عام وكرة القدم الإسبانية كانت دوما في الصف الأول من أجل الدفاع عن عديد المبادئ". ورفض اللاعبون الذين انضموا لاحقا إلى موراتا الإجابة عن الأسئلة بخصوص موقفهم من رئيس الاتحاد، حيث أكد موراتا أن الجميع سيترك انطلاقا من الآن على إصدار المباريات التي تنتظر منتخب "الروخا" ولا مجال للحديث بأكثر تفاصيل عن القضية. ويواجه رئيس الاتحاد الإسباني موقفا صعبا للغاية بعد أن تزايدت الانتقادات والمطالبات برحيله بسبب تصرفه في نهائي كأس العالم، ورغم الحملة القوية التي يواجهها فإنه مازال متشبها بمنصبه ويرفض الاستقالة.

## مانتنستر يونيفرديت يعيش أزمة جديدة بين تين هاغ وجيدون ساننتو



دخل النجم الإنجليزي جيدون ساننتو، مهاجم نادي مانشستر يونيفرديت، في صراع مع مديره الفني إريك تين هاغ، عقب خسارة الفريق أمام إرسال، بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدف وحيد، في اللقاء الذي أقيم يوم الأحد الماضي، على ملعب "الإمارات" ضمن منافسات الأسبوع الرابع من الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم. وأشار تين هاغ في البداية إلى الأسباب التي دفعت لاستبعاد ساننتو من مواجهة "الغائز"، والتي تعود إلى تراجع مستواه في تدريبات فريق "الشياطين الحمر" خلال الفترة الأخيرة، ليقرر الاعتماد على أسماء أخرى مثل الدولي الإنجليزي ماركوس راشفورد، والبرازيلي أنتوني، بالإضافة إلى الأرجنتيني ألخاندرو غارنانتسو. وقال مدرب أياكس أمستردام الهولندي السابق، في تصريحات أوردتها صحيفة "ميرور" البريطانية، الأحد: "لم نحتر جاونو بسبب أدائه في التدريبات، يجب أن يرتفع مستواه كل يوم في ماتنستر يونيفرديت، يمكننا الاختيار في الخط الأمسي، ولماذا لم نختره في هذه المواجهة". وخرج ساننتو (23 عاما)، الذي انضم إلى صفوف مانشستر يونيفرديت من بوروسيا دورتموند الألماني في عام 2021، مقابل 73 مليون جنيه إسترليني، عن صمته ليرد ببين ناري عبر

حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "إكس (تويتر سابقا)". على تصريحات المدرب الهولندي. وكتب ساننتو في بداية الأمر: "من فضلكم، لا تصقلوا كل ما تقروونه، إن أسمح للأشخاص بأن يقولوا أشياء غير صحيحة على الإطلاق، لقد خضت التدريبات في هذا الأسبوع بشكل جيد للغاية، أعتقد أن هناك أسبابا أخرى تخص هذا الأمر لن أخوض فيها". وأضاف



## إشيبيلية يعلن ضم سيرخيو راموس



أعلن نادي إشيبيلية الإسباني رسمياً، يوم الإثنين، ضم المدافع الدولي السابق، سيرخيو راموس (35 عاماً)، في صفقة انتقال حر وبعد مدة موسمين. ونشر النادي الأندلسي فيديو عبر حسابه الرسمي على منصة "إكس" (تويتر سابقاً)، وعلق عليه: "العودة للبيت من جديد". كما كشف عن الرقم "35" الذي سيرتديه راموس مع الفريق. وعزّز راموس عن سعائه بالعودة إلى النادي الذي رحل عن صفوفه في عام 2005، مؤكداً أن العودة كانت أمراً مفروغاً منه، معرباً عن حماسه لبداية التدريبات مع باقي رفاقه في الأيام المقبلة. ويعود راموس إلى إشيبيلية بعد 18 عاماً من مغادرته صفوف الفريق الأندلسي للانضمام إلى ريال مدريد وبعد انتهاء عقده مع باريس سان جيرمان الفرنسي في 30 جوان الماضي. ويحتل إشيبيلية المركز الأخير في الدوري الإسباني بعد 4 مراحل، لكنه سيخوض دوري أبطال أوروبا إذ أوقعت القرعة في المجموعة الثابتة إلى جانب أرسنال الإنجليزي وبايدوهوفن الهولندي ولانس الفرنسي، وكان إشيبيلية قد توج بطلا للدوري الأوروبي (يوروبا ليغ) الموسم المنصرم.

## صفقات اللحظات الأخيرة تقلق إدارة بايرن ميونخ



قال أولي هونيس، الرئيس الشرقي لنادي بايرن ميونخ الألماني لكرة القدم، إنه يتعين أن يتفادى النادي الصفقات التي تحسم في اللحظات الأخيرة من سوق الانتقالات، وذلك بعد التجربة السلبية التي مر بها بايرن هذا الصيف. وأخفق بايرن ميونخ في إتمام صفقة ضم لاعب خط الوسط جواو بيلينا، حيث فشلت الصفقة في دقائق الأخيرة من سوق الانتقالات التي أغلقت الجمعة الماضي، نظراً لعدم موافقة فولهام الإنجليزي على رحيل اللاعب لعدم إيجاد البديل. وقال هونيس في تصريحات لصحيفة "سودويتشه تسايتونج"، "فيما عدا الحالات الاستثنائية، يجب ألا يكون في قلب الأحداث في اليوم الأخير من سوق الانتقالات مستقبلاً. لقد اعتدنا أن نضحك على أحداث اليوم الأخير". ووصف هونيس، وهو عضو أيضاً في المجلس الإداري لنادي بايرن ميونخ، البرامج التفاوضية الخاصة بالانتقالات بأنها "قفص مليء بالحصى". ويرى هونيس أن صفقات الانتقالات يجب أن تحسم مستقبلاً قبل اليوم الأول من التدريبات، أو على الأقل قبل نحو شهر من اليوم الأخير من فترة الانتقالات. ونظراً لرحيل عدة لاعبين عن بايرن، من بينهم المدافع بنجامين باقارد وحارس المرمى بان سومر والسفغالي سايو ماني، يضم الفريق الأول لبايرن الآن 22 لاعباً فقط، وقد أبدى المدير الفني توماس توخيل حالة من القلق إزاء تقلص القائمة. وكان توخيل قد طلب التعاقد مع جواو بيلينا، وعلق على فشل الصفقة قائلاً "إنه أمر محزن للغاية". كذلك لم يتمكن بايرن ميونخ من تعويض فجوة رحيل لاعب الظهير الأيمن بالفارد الذي انتقل إلى إنتر ميلان الإيطالي. وقد انتقل جوسيب ستانيسيتش، الذي كان يلعب دور البديل لباقارد، إلى باير ليفركوزن على سبيل الإعارة، قبل التوصل إلى اتفاق مع إنتر ميلان بشأن باقارد. وقال يان - كريستيان دريسن، الرئيس التنفيذي لبايرن، إن عمل توخيل يجب أن يكون أكثر إبداعاً، بينما تعهد هيربرت هاينر، رئيس النادي، بإبرام صفقات جديدة في سوق الانتقالات الشتوية المقبل إذا لزم الأمر. أكد لاعبوا بايرن ميونخ بعد الفوز 2-1 على فريق بوروسيا مونشغلادباخ أن فترة الانتقالات الأخيرة الخاصة بالنادي كانت من الممكن أن تكون أفضل وأن الفريق قد يواجه عواقب وخيمة. وقال لاعب خط الوسط ليوين جوريتسكا "من الواضح أن الأمور لم تسر كما كان يتخيل المسؤولون". ويشارك بايرن ميونخ هذا الموسم في بطولة الدوري الألماني (بونديسليغا)، وكأس ألمانيا، ودوري الأبطال، كما سيواجه لاعبو مع منتخبهم الوطني وسط جدول مباريات مزدحم.

# هل يصبح القميص رقم 10 محظوراً في برنثلوننة؟

لميسي"، وربما قد يواصل اللاعبون حذرهم، ليصبح الرقم "محظوراً" بقرار غير رسمي، دون الحاجة إلى استئذان إدارة النادي.

### أساطير الرقم 10

يبقى لميسي، الهذاف والقاتل التاريخي لبرشلونة، أبرز من ارتدى القميص رقم 10 في النادي الكتالوني، وذلك لمدة 13 عاماً متتالياً (2008-2021)، لكن هناك أساطير آخرين ارتدوا ذلك الرقم الأيقوني في قلعة "كامب نو". ويتعلق الأمر هنا بالبرازيليين رونالدنيو (08-2003) وريفالغو (2000-2002)، والأرجنتيني خوان رومان ريكلمي (2002-2003)، كما ارتدى القميص نفسه أنجيل كيولار (1995-96)، وجيوفاني سيلفا دي أوليفيرا (1999-99)، ويساري ليتمان (2000-1999)، وأنسو فاتي (2021-2023).

وبعنى ذلك أن 8 لاعبين فقط ارتدوا القميص رقم 10 في برنثلوننة، منذ اعتماد نظام الأرقام الموحد في الدوري الإسباني عام 1995، وقبل ذلك التاريخ، كان القميص ملكاً لنجوم استثنائيين آخرين، مثل الأرجنتيني ديبغو أرماندو مارادونا والبرازيلي روماريو.

### هل يعود لميسي؟

بدا ميسي قريباً من العودة إلى برنثلوننة هذا الصيف، بعد انتهاء تجربته "غير الموفقة" في باريس سان جيرمان، قبل أن يقرر قائد منتخب الأرجنتين الانتقال إلى الولايات المتحدة الأمريكية، وتحديداً إلى إنتر ميامي. وكان متوقعاً أن يستعيد ميسي القميص رقم 10 ببرشلونة، في حال عودته إلى النادي الكتالوني، لكن العودة لم تحدث ويحلم مشجعون لبرشلونة بأن تكون عودة ميسي قد تأجلت، ليس إلا، ليصاح معكاً في وقت ما أن يعود "البولغا" لارتداء قميصه التاريخي.

### الورث

عودة ميسي إلى برنثلوننة لا تعد أمراً مضموناً، مع توقعات باعتزال النجم الأرجنتيني لعب كرة القدم الاحترافية بانتهاء تجربته في إنتر ميامي. وسيعني عدم عودة ميسي إلى برنثلوننة أن القميص رقم 10 سيحتاج إلى ورث جديد يارتداه، ورث قادر على تكرار ما فعله "ليو" نفسه، حين خلف رونالدنيو بالقميص ذاته عام 2008.



التاريخي، البرتغالي كريستيانو رونالدو، حاول أكثر من لاعب التلق بالقميص رقم 7، لكن النتيجة في كل مرة كانت بمثابة التأكيد على عدم وجود من يعوض صاروخ ماديرا. ولا يمنع برنثلوننة ارتداء القميص رقم 10، كما لا يمنع ريال مدريد ارتداء القميص رقم 7، وفيما يظهر النادي العاصمي متفانياً هذا الموسم بقدرة البرازيلي فينيسوس جونيور على التلق بقميص رونالدو، بات قميص ميسي شاعراً في برنثلوننة.

وإحصائياً، لم يصبح القميص رقم 10 متاحاً في برنثلوننة، دون ارتدائه من طرف أي لاعب، منذ إدخال الأرقام الموحدة لقمصان اللاعبين إلى نظام الدوري الإسباني لكرة القدم موسم 1995-96، أي منذ 27 عاماً. ومن المؤكد أن يبقى الوضع نفسه حتى انقضاء الموسم في جانفي المقبل، وحينها قد يتجرأ أحد اللاعبين على تنصيب نفسه "خليفة

رحل المهاجم الإسباني الصاعد أنسو فاتي عن نادي برنثلوننة، كما كان متوقعاً، إذ حزم اللاعب صاحب الـ20 عاماً حقائبه، متجهياً إلى برايتون أند هوف البيتون الإنجليزي على سبيل الإعارة. لكن ما لم يكن متوقعاً أن يتجلبب لاعبو البرسا الآخرين، بمن فيهم الوافدون الجدد، اقتناء القميص رقم 10، خلفاً لفاتي، ليصبح ذلك الرقم الأيقوني شاعراً في قائمة برنثلوننة للموسم الكروي الجديد. ويعتقد خبراء أن تجربة فاتي المتواضعة في برنثلوننة، بعد حملته القميص رقم 10، قد دفعت اللاعبين الآخرين لتجنب الحصول على الرقم، الذي يبقى أيقوناً داخل قلعة "البولغا"، بعدما ارتداه نجوم سابقين للنادي، وفي مقدمتهم أسطورة الكرة الأرجنتينية ليونيل ميسي. ويبدو المشهد مماثلاً لما حدث أيضاً في ريال مدريد؛ فيبعد رحيل أسطورة النادي الملكي وهذاف

## برنثلوننة يشتكي من ظلم التحكيم ويتهم ريال مدريد بالاستفادة منه



الحكم سوتو غرادو ركلة جزء في لقاء خيتافي ضمن منافسات الأسبوع الأول من الليغا، ومن ثم وجود ركلتين جزء لصالح الفريق في لقاء الجولة الثانية ضد قادش، إحداهما من نصيب لامين بسمال والأخرى لصالح ليفاندوفسكي، لم يحتمسهما الحكم مونيز رويز، أما الأخيرة فتمتلل في هدف سورلوث، لاعب فيزيال، الذي كان في وضعية تسلل. وختمت "اس" تقريرها بأن حالة التلق داخل فريق برنثلوننة تتراد بشكل

برى نادي برنثلوننة أنه تضرر من القرارات التحكيمية واستفاد غر بيه التقليدي ريال مدريد في المقابل منها، لينجح الأخير في الانفراد بمسئارة الدوري الإسباني لكرة القدم، بالرغم من أنه لم يمر على انطلاق منافسات الموسم الكروي الجديد 2023-2024، سوى 4 جولات فقط. ووفقاً لصحيفة "اس" الإسبانية، الإثنين، فإن نادي برنثلوننة أعد قائمة بالأخطاء التحكيمية المتيرة للمدير الفني "الليغا"، إضافة إلى تصريحات المدير الفني للنادي الكتالوني تشافي هرنانديز، الذي عير عن قلقة من هذه القرارات وقلعة الاستماعة بتقنية الفيديو المساعد. وأضافت الصحيفة، في تقريرها، أن قائمة الأخطاء التحكيمية التي أهداها برنثلوننة تضم 4 حالات استفاد منها النادي الملكي، بداية من عدم احتساب الحكم جبل ماتزوني ركلة جزء لصالح أتلتيك بلباو في الجولة الأولى، ومن ثم وجود لمسة بد على النجم الإنكليزي جود بيلينغهام، لم يعطها الحكم سانشيز مارتينيز، قبل هدفه أمام الميريا في الأسبوع الثاني. وتواصلت قائمة الأخطاء التحكيمية حسب النادي الكتالوني، بتدوين قرار إلغاء الحكم ديباز دي ميلا هدف نادي سيلتا فيغو في الجولة الثالثة بسبب خطأ على الحارس كيبا. وأخيراً، احتسب هدف المهاجم الإسباني خوسيلو ضد خيتافي رغم أن بداية تلك الهجمة جاءت من تسلل، في المقابل، برى فريق "البلوغرانا" أنه تضرر من 3 حالات تحكيمية، تتعلق الأولى بعدم احتساب



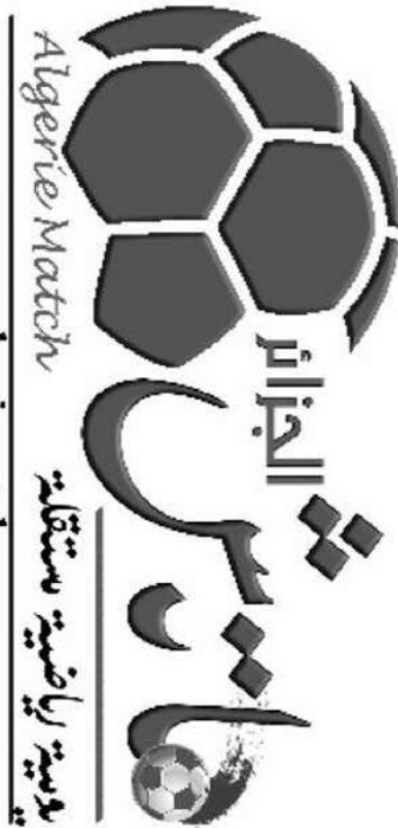
الجزائر ماتش

الثابت: 023346674  
الجوال: 0555879734

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

من أجل اشهاركم توجهوا الى:  
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والاشهار وكالة ANEP،  
المتواجدة ب 01 نهج باستور-الجزائر.  
الهاتف الثابت: 021 73 71 28  
/ 021 73 76 78 / 021 74 99 81  
الفاكس: 021 73 95 59  
البريد الإلكتروني: agence.regie@anep.com.dz  
programmation.regie@anep.com.dz

الموقع الإلكتروني: www.algeriematch.dz



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية : البليدة  
دائرة : بوفاريك  
بلدية : قسروا

رقم التعريف الجبائي : 098469279175600

طبقاً لأحكام المادة 65 من المرسوم الرئاسي رقم: 247/15 المؤرخ في 2015/09/16 المتعلقة بتنظيم الصفقات العمومية وتوضيحات المرفق العام وتبعا للإعلان عن طلب العروض المفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم 2023/06 الصادرة في الجزائر Matsh و Planète Sport بتاريخ 2023/08/14 و في النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي (BOMOP) المتعلقة بالعملية التالية:  
- انجاز ملعب جوارى لكرة قدم ببيدي عيسى.  
و بناء على محضر اجتماع لجنة فتح الاطرحة و تقييم العروض التقنية والمالية للبلدية يوم: 2023/08/31.  
فإن المكلّف بتسيير شؤون بلدية قروا يعلم كافة المتعهدين المشاركين في طلب العروض المقترح باشتراط القدرات الدنيا بأنه تم المنح المؤقت للصفقة كما هو مبين في الجدول التالي:

العتبة	المقونة	رقم التعريف الجبائي	التكلفة التقديرية	مبلغ العرض (ع.م)	مدة الإنجاز	ملاحظة
انجاز ملعب جوارى لكرة قدم ببيدي عيسى	مؤسسة طيب الرمضي محمد الكائن مقرها ببنتل - عين النقي	169441201098179	61.13 ن	14.064.610.00 ع.م	05 أشهر	خمس اذ عرض ملي

باستطاعة المؤسسات المتعددة المحتجة تقديم طعن للجنة الصفقات البلدية ، في أجل عشرة (10) أيام ابتداء من تاريخ أول ظهور لهذا الإعلان في الجرائد اليومية ، و هذا تطبيقا للمادة 82 من المرسوم الرئاسي المذكور أعلاه .  
فيما يخص المتعهدين الآخرين ، فإنه يمكن للراغبين الاطلاع على النتائج المفصلة لعروضهم التقنية و المالية ، و ذلك بالاتصال بمصالحها في أجل أقصاه ثلاثة (03) أيام ابتداء من اليوم الأول لظهور هذا الإعلان في النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي أو في اليوميات الوطنية و هذا طبقا للمادة 82 من المرسوم الرئاسي رقم 15/247 المؤرخ في 2015/09/16 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوضيحات المرفق العام .

ANEP réf.2316022217 يومية " الجزائر ماتش " العدد: 1075 بتاريخ 06 سبتمبر 2023

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية بسكرة

مديرية التعمير و الهندسة المعمارية و البناء

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

التعريف الجبائي: 097507019069808

إن مديرية التعمير و الهندسة المعمارية و البناء لولاية بسكرة الكائن مقرها ب: الحي الإداري العالية بسكرة رقم التعريف الجبائي المصطلحة المتعددة هو: 097507019069808 تعلن عن طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا كعدد الجزائر:

مشروع:

بلدية بسكرة

دراسة ومتابعة أشغال المصبات الرئيسية للصرف الصحي للتجزئات (3862 - 461-525-827-941)

شروط التأهيل الأخرى:

يمكن مكتب الدراسات المهتمة بهذا الإعلان و الوظيفة حسب الحصة أن تسحب قدر الشروط من مقر مديرية التعمير و الهندسة المعمارية و البناء لولاية بسكرة الكائن بالحي الإداري العالية بسكرة.  
للمشاركة في طلب العروض للمفتوح مع اشتراط قدرات دنيا العال يجب أن يكون المتقدم:

- 1- تمسحيل على شهادة اعتماد في الوي (سارية المفعول) او القانون الأساسي بالنسبة لمكتب الدراسات العمومية
- 2- ان يتوفر على الموارد البشرية الالهية:
- 3- خورقة مطروحة (مكونة من مهندس في طوبوغرافيا و فني ساسي في الضويفرافيا)
- 4- يتوفر على الوسائل المادية التالية:
- 5- مسطرة رفع طوبوغرافي مع شهادة المعايير تكون صالحة يوم فتح الأطرحة (CERTIFICAT D'ETALONNAGE)
- 6- سيارة راعية الدفع
- 7- ان يحوز على شهادة تثبت مئامته مشروع إنجاز أشغال الطرق والشبكات المختلفة لتسحب حضري صادرة من طرف أصحاب المشاريع العمومية
- 8- الحصان المالية للثلاث السنوات الأخيرة (2019-2020-2021) اكبر او تساوي 50.000.000,00

**تقديم العروض:**  
تقديم العروض يكون في ظرف مغلق بإحكام و مجهول المصدر يحمل العنارة التالية: ( لا يفتح الا من طرف لجنة فتح الأطرحة و تقييم العروض) طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا .  
و به ثلاثة اطراف منفصلة و مقفلة بإحكام ملف الترشيح ، العرض التقني و العرض المالي بين كل منها تسمية المؤسسة و مرجع طلب العروض و موضوعه طبقا للمادة 67 من المرسوم الرئاسي رقم 247/15 المؤرخ في 16 سبتمبر 2015 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية و توضيحات المرفق العام :  
- **ملف الترشيح :** يحتوي على تصريح بالترشيح و به الوثائق الصبينة في فقر الشروط  
- **العرض التقني:** يحتوي على فقر الشروط ممسحي و موزج و مكتوب فيه بخط اليد عبارة " قري و قبل " ، التصريح بالاكتاب و المذكرة التقنية التبريرية و كل وثيقة تسمح بتقييم العرض التقني .  
- **العرض المالي:** يحتوي على رسالة التمهيد ، جدول الأسعار بالوحدة ، تفصيل كمي و تقديري ، تحليل السعر الاجمالي و الجزائي

**مدة تحضير العروض و مكان ايداعها:**  
حددت مدة تحضير العروض ب 10 أيام ابتداء من تاريخ أول نشر لهذا الإعلان في الصحف اليومية الوطنية أو BOMOP وتودع العروض بمكتب أمارة مديرية التعمير و الهندسة المعمارية و البناء لولاية بسكرة الحي الإداري العالية بسكرة على الساعة ( 11 ) صباحا كالمسجد في اليوم العاشر من تاريخ أول نشر لهذا الإعلان في الصحف اليومية الوطنية أو BOMOP  
**مدة صلاحية العروض:** يتلقى المشهودون ملزمين بعروضهم لمدة 90 يوم + مدة تحضير العروض ابتداء من تاريخ ايداع العروض  
**تفتح الاطرحة ملف الترشيح ، التقنية و المالية:** في جلسة علنية واحدة بمقر مديرية التعمير و الهندسة المعمارية و البناء لولاية بسكرة مكتب لمدة الفتح في اليوم المحدد لإيداع العروض على الساعة العاشرة عشر و النصف صباحا H11:30، في حالة مساندة يوم الإيداع ليوم عطلة، تزم علنية ايداع العروض وفتح الاطرحة إلى يوم العمل الموالي بالنس للوقت، و يعتبر هذا الإعلان بمثابة دعوة .

ANEP réf.2316022300 يومية " الجزائر ماتش " العدد: 1075 بتاريخ 06 سبتمبر 2023

## فينيسيوس يسابق الزمن من أجل اللحاق بديربي مدريد

مواجهتي بوليفيا ويبرو في يومي 8 و 12 من الشهر الجاري في تصفيات كأس العالم 2026 بسبب ذات الإصابة. ومنذ بداية هذا الموسم، عانى ريال مدريد من الإصابات التي ضربت صفوفه، حيث يغيب عنه: فينيسيوس جونيور، وفيرلان ميندي، وداني سيبيوس، وأردا غولر، وتيبو كورتوا، وإيدير ميليتاو، وعكس تيار الإصابات الساعف، يتصدر النادي الملكي ترتيب الدوري الإسباني برصيد 12 نقطة بعد 4 انتصارات متتالية.

إلى الصلاخ ستقدم للمدير الفني الإيطالي، كارلو أنشيلوتي، حلولاً أفضل في خط الهجوم بالفترة القادمة، خاصة أنه يعتمد على الدولي الإنجليزي جود بيلينغهام بعد إصابة فينيسيوس. وكان ريال مدريد أعلن في بيان رسمي أن الفحوص التي أجراها الطاقم الطبي في النادي لفيني قد أظهرت أنه يعاني من إصابة في العضلة ذات الرأسين بساقه اليمنى. كما لم يتم استدعاء فينيسيوس إلى قائمة المنتخب البرازيلي في المعسكر الحالي لخوض

بطولة الدوري الإسباني بعد التوقف الدولي، ما يعني غيابه عن 3 مباريات فقط، وليس كما أعلن سابقاً عن غيابه لمدة طويلة تصل إلى 7 مباريات. وغاب فينيسيوس عن مواجهة خيتافي في الجولة الرابعة، ومن المؤكد غيابه عن مواجهة ريال سوسيداد في الجولة الخامسة، وكذلك عن مواجهة يونيون برلين في الجولة الأولى من دور المجموعات لدوري أبطال أوروبا. وأضافت ماركا بأن عودة فينيسيوس السريعة

قالت صحيفة «ماركا» الإسبانية أمس الثلاثاء، إن موعد عودة النجم البرازيلي فينيسيوس جونيور للمشاركة في مباريات نادي ريال مدريد، بعد الإصابة التي لحقت به خلال مباراة سيلتا فيغو بالدوري الإسباني، سيكون أقرب مما كان متوقفاً. وأكدت الصحيفة أن فينيسيوس يسابق الزمن، ويعمل مع الفريق الطبي بنادي العاصمة الإسبانية على العودة سريعاً واللحاق بالديربي أمام أتلتيكو مدريد في الجولة السادسة من

## إنتر ميلان يعلن تجديد عقد مدربه سيموني إنزاغي حتى 2025

مختلفة؛ هي دوري الدرجة الأولى الإيطالي، وكأس إيطاليا، وكأس السوبر الإيطالي، ودوري أبطال أوروبا. وأسفرت قرعة دور المجموعات لدوري أبطال أوروبا عن وقوع «الأفاعي» في المجموعة الرابعة، برفقة بنفيكا البرتغالي وريد بول سالزبورغ النمساوي وريال سوسيداد الإسباني.

ويشتهر إنزاغي في إيطاليا بأنه «رجل الكؤوس»، بسبب تميزه في خوض المواجهات الإقصائية، لكن هناك تقارير تشير إلى تركيز المدرب السابق للاتسيو على بطولة الدوري هذا الموسم، بعد انتدابات مهمة قامت بها إدارة «النيراتزوري» خلال سوق الانتقالات المنتهية مؤخرًا. وينافس إنتر ميلان هذا الموسم في 4 بطولات

كأس السوبر الإيطالي، مع بلوغ المباراة النهائية لدوري أبطال أوروبا الموسم الماضي 2022-23. وبدأ إنتر ميلان الموسم الجديد بشكل مميز؛ مع تحقيقه 3 انتصارات في أول 3 جولات من بطولة دوري الدرجة الأولى الإيطالي، ليتصدر الفريق جدول الترتيب، بغارق الأهداف عن أي سي ميلان (صاحب المركز الثاني).

أعلن نادي إنتر ميلان الإيطالي، أمس الثلاثاء، عن تجديد عقده مع المدرب سيموني إنزاغي، وقال الموقع الرسمي للنادي اللومباردي إن المدير الفني ذا الـ 47 عامًا قد وقع عقدًا جديدًا يمتد لعام 2025. وتولى إنزاغي تدريب إنتر ميلان في جوان 2021، قبل أن ينجح في قيادة الفريق للتتويج بـ 4 ألقاب؛ بواقع لقبين في كأس إيطاليا، ومثلثيها في

## فياريال يقلل سيتين بعد البداية المخيبة في الدوري الإسباني

فياريال سينتهي في جوان المقبل، وسيقوم مدير الكرة ميغيل أنخل تيئا بمهمة المدرب مؤقتًا في انتظار تعيين خليفة لسيتين. واستهل فياريال موسمه بخسارة على أرضه أمام ضيفه ريال بيتيس 1-2، ثم استعاد توازنه بفوز على مضيفه ريال مايوركا 1-0 في المرحلة الثانية؛ لكنه خسر مباراته الأخيرتين أمام ضيفه برشلونة 3-4 ومضيفه قادش 3-1.

الأوروبي بعد إنهائه الموسم في المركز الخامس في الدوري الإسباني». ولم يكن سيتين (64 عامًا) يشرف على أي فريق وقت تعاقده مع فياريال وتحديدًا منذ أن أقاله برشلونة في أوت 2020 عقب هزيمة 2-8 ضد بايرن ميونخ الألماني في الدور ربع النهائي لمسابقة دوري أبطال أوروبا. وكان عقد سيتين الذي أشرف سابقًا على تدريب لاس بالماس وريال بيتيس- مع

الكبيرين ويشكره هو وفريقه التدريبي على تولي المسؤولية في موقف معقد الموسم الماضي»، في إشارة إلى تسلمه منصبه في أكتوبر الماضي خلفًا لمواطنه أوناي إييري الذي انتقل وقتها إلى إنجلترا من أجل تدريب أستون فيلا. وتابع البيان: «تحت قيادته، قدم الفريق موسمًا ممتازًا، حيث سعد العديد من الشباب من مركز التدريب وتأهل إلى مسابقة الدوري

أعلن نادي فياريال صاحب المركز الخامس عشر في الدوري الإسباني لكرة القدم، أمس الثلاثاء، إقالة مدربه كيكي سيتين بعد تعرضه لثلاث هزائم في أربع مراحل. وقال نادي «الغواصات الصفراء» في بيان نشره عبر موقعه الرسمي: «يعلن نادي فياريال أن مدرب الفريق الأول، كيكي سيتين، سيتترك النادي». وأضاف: «يشيد النادي باحترافيته والتزامه

## يوفنتوس يتنفس الصعداء بعد الكشف عن طبيعة إصابة بوغبا

في الموسم الجديد 2023-24. ويستعد يوفنتوس بعد نهاية فترة التوقف الدولي الحالية، لخوض مواجهة صعبة على ميدانه وسط جماهير في «الباتز ستاديو» حيث يلتقي مع لاتسيو برسم الجولة الرابعة من الدوري الإيطالي يوم السبت بعد المقبل 16 سبتمبر 2023.

وأشار النادي في بيانه إلى أن المدافع الإيطالي، فيديريكو غالي، والذي أكمل المباراة حتى نهايتها، خضع لفحوص طبية حسال شعوره بالألم في الساق، وتبينت إصابته بالتواء في الكاحل الأيسر ولن يتعافى قبل نهاية سبتمبر. ويحتل يوفنتوس المرتبة الثالثة في سلم ترتيب الدوري الإيطالي (سيريا أ) برصيد 7 نقاط، بعد انتصاريه وتعادل

الخطية مما أثار الشكوك لدى الجماهير. وقال يوفنتوس عن تشخيص إصابة بوغبا: «لحسن الحظ، كانت النتائج اليوم مباشرة ولم يعان بوغبا من أي انزعاجات، وهناك فقط إجهاد زائد على العضلة شبه الغشائية بالفخذ اليمنى، وهو ما سيحمله يشارك في المباريات المقبلة بعد التوقف بدون مشاكل».

أعلن نادي يوفنتوس الإيطالي في بيان رسمي، تفاصيل الإصابة التي تعرض لها لاعبه الفرنسي، بول بوغبا، خلال مواجهة إيمبولي في السيريا. وكان بوغبا قد شارك بديلاً في المباراة التي انتهت بفوز السيدة العجوز (2-0)، وحل محل فابيو ميري في الدقيقة (62)، لكن مع نهاية المباراة شوهد وهو يمسك بالعضلة

## بنزيم يرفض تقديم أي وعود لجماهير الاتحاد في مونديال الأندية

يذكر أن بطولة كأس العالم للأندية تُقام بمدينة جدة السعودية خلال الفترة من 12 حتى 22 ديسمبر المقبل بمشاركة 7 أندية هي الاتحاد السعودي، الأهلي المصري، مانشستر سيتي الإنجليزي، كلوب ليون المكسيكي، أوراوا رينز الياباني، أوكلاه ستيتي النيوزيلندي، بالإضافة إلى ممثل أمريكا الجنوبية الذي سيحدد في أواخر نوفمبر المقبل.

فجمع الفرق تمك حظوظاً في كأس العالم للأندية، ومن الممكن أن تصل إلى النهائي». وأوقعت القرعة التي جرت يوم الثلاثاء الاتحاد السعودي في مواجهة أوكلاه ستيتي النيوزيلندي، وستتحت البطولة يوم 12 ديسمبر المقبل، ويواجه الفائز في المباراة الأهلي المصري؛ وذلك يوم 15 من الشهر ذاته.

عليها بكل قوة، خاصة أنها تُقام في ملعبنا وأمام جماهيرنا». وشدد النجم الفرنسي الذي تابع القرعة مرتدياً الزي العربي: «البطولة قوية ويشارك فيها العديد من الأندية ذات الخبرة الكبيرة وأسماء لامعة، نريد أن نقدم أنفسنا بشكل جيد في هذه البطولة ونذهب إلى أبعد نقطة». وواصل: «نتنظر جماهيرنا في بطولة كأس العالم للأندية؛ لا أعدهم بشيء».

رفض النجم الفرنسي كريم بنزيم، مهاجم الاتحاد السعودي، أن يعد جماهير فريقه بأي شيء بخصوص بطولة كأس العالم للأندية وشدد على أنه يتمتع بالخبرة الكافية في هذه البطولة، كما توقع وصول فريقه إلى النهائي. وقال بنزيم في تصريحات لشبكة «SSC» الرياضية السعودية عقب إجراء القرعة: «لدي خبرة في كأس العالم للأندية وسنعمل

# منافسة مفتوحة في ربيع نهائي مونديال السلة



يشهد ربيع نهائي كأس العالم لكرة السلة، الثلاثاء والأربعاء في الفلبين منافسة مفتوحة بين ثمانية منتخبات، بينما ستعقد في أوروبا، تبعتها عن خلافة إسبانيا، فيما تحاول الولايات المتحدة تخطي غياب نجوم دوري «NBA» الذين لمعمون رهاها مع كندا وسلوفاكيا والماني. وتقام البطولة للمرة الأولى في ثلاث دول هي الفلبين واليابان وإندونيسيا، بيد أن مباريات الأدوار الإقصائية تحتضنها باساي، إحدى ضواحي العاصمة الفلبينية مانيلا.

## جرس إنذار للمنتخب الأمريكي

بألم المنتخب الأمريكي في تعويض خسارته الأولى في البطولة أمام ليتوانيا (114-110)، عندما يلاقي إيطاليا التي تصدرت مجموعتها في الدور الثاني بعد فوزين على صربيا وبورتوريكو وبلغت ربع النهائي للمرة الأولى منذ 1998. ويبحث الأمريكيون عن مواصلة نهجهم الإيجابي أمام الفلبين، إذ فازوا عليهم 12 مرة مقابل خسارتين فقط، وكان المنتخب الأمريكي، حامل لقب أعوام 1954، 1986، 1994، 2010 و2014، قد أنهى النسبة السابقة في المركز السابع في الصين عام 2019. رأى مدربيه الأمريكي ستيف كير، إن فريقه يجب أن يستلهم في النهائي بشكل أفضل، قائلًا: «كننا بحاجة لإختبار هذا الأمر، تعين علينا السرعة، وفي المباراة المقبلة يجب أن نبدا كما خضنا الشوط الثاني ضد ليتوانيا». تابع مدرب غولدن ستايت ووريترز الذي يغيب عن تشكيلته نجوم الصنف الأول في دوري «ان بي ايه»، وكان أفضل مسجل في مباراته الأخيرة أنتوني إدواردز مع 35

## شاي وباريت لتابعة الحلم الكندي

بلغت كندا ربع النهائي للمرة الأولى منذ 1994 بعد إيجتها إسبانيا حاملية للقب 85-88، وستلاقي سلوفاكيا ونجمها لوكا دونتشيتش (دالاس مافريكس) التي ستخوض ربع النهائي للمرة الثالثة تواليًا. وتعمل كندا على نجميها شاي غيلوبس-الكسندر وأر جاي باريت لاعبي أوكلاهوما سيتي ثاندر ونينبورك نيكس في الدوري الأمريكي للمحترفين. قال غيلوبس-الكسندر الذي أنهى المباراة الأخيرة بثلاثين نقطة: «أرندا المزيد كنا نعرف ماذا ينتظرنا وحسنا المسألة». وعلى غرار الولايات المتحدة، ضمنت كندا التأهل إلى أولمبياد باريس العام المقبل، وستخوضه للمرة الأولى بعد غياب 24 عامًا عندما حلت سابعة في سيدني. وقال مدربها الإسباني جوردو فرندتيس: «التأهل إلى ربع النهائي والأولمبياد ليس الهدف النهائي. لا معنى أبدا للترشيح الآن». تابع المدرب المساعد أيضًا في ساكرامنتو كينغز الأمريكي: «يجب أن يعرف العالم أننا نطرق على الباب. نملك المهبة للتحضور في هذا الموقع لسنوات طويلة»، والتقى الطرفان مرة يتيمة عندما خرجت ليتوانيا فائزة في دورة التأهل لأولمبياد 2008.

## سجل نظيف للقطايات

لم تخسر ليتوانيا، ثلاثة 2010، في البطولة الحالية وتخوض ربع النهائي ضد صربيا منتشية من فوزها على الولايات المتحدة. أما صربيا التي تخوض البطولة دون بطل دوري «ان بي ايه» نيكولا يوكيتش، فموضت خسارتها أمام إيطاليا بفارق نقطتين في الدور الثاني، لتبلغ ربع النهائي للمرة الرابعة تواليًا، بينها المشوار المميز نحو الوصافة في 2014.

## التنافس نحو الأولمبياد

وفي ما يتعلق بطاقت التأهل إلى أولمبياد باريس الذي يتشهد مشاركة 12 منتخبًا، فقد ضمن حتى الآن المشاركة كل من فرنسا المنضوية، أستراليا (أوقيانيا)، اليابان (آسيا)، جنوب السودان (أفريقيا)، الولايات المتحدة وكندا (الأميريكات). وسيتقرر منتخبان أوروبيان من بين ستة سيخوضون ربع النهائي. أما البطاقت الأربعة المتبقية يتنافس عليها 24 منتخبًا في أربع بطولات تأهيلية من ستة منتخبات. ضمنت خمسة منتخبات هي باهاماس، البحرين، الكاميرون، كرواتيا وبولندا المشاركة بعد الفوز في بطولات تأهيلية، وينضم إليها 19 من النسخة الحالية لبطولة العالم (ثاني أفضل آسيوي وثاني أفضل أفريقي وثالث أفضل فريق عن الأمريكيتين في الترتيب النهائي، إضافة إلى أفضل 16 منتخبًا ممن لم يتأهلوا مباشرة إلى الألعاب الأولمبية). ومن المنتخبات الـ19 التي ستشارك في التصفيات الأولمبية، عُرف حتى الآن إسبانيا، مونتيفغرو، بورتوريكو، البرازيل، جمهورية الدومينيكان، اليونان، جورجيا، مصر، فنلندا، نيوزيلندا، ليشان الطين، المكسيك، أنغولا وكوت ديفوار، وستحدد أربعة منتخبات إضافية مع ختام الدور النهائي.

## فورمولا 1 : فوز جديد ورقم قياسي لفيرستابين



حقق سائق ريد بول الهولندي، بطل العالم ماكس فيرستابين، فوزه العاشر تواليًا في سباقات فورمولا واحد، في رقم قياسي جديد له، بعد انتصاره في سباق جائزة إيطاليا الكبرى، الأحد. وأدى انتصار الهولندي إلى تعزيز زخمه على زميله المكسيكي سيرجيو بيريز الذي حل ثانيًا، في صدارة بطولة السباقين، كما أكد حفاظ فريق ريد بول على سجله المثالي المتمثل في تحقيق 14 انتصارًا في 14 سباقًا هذا الموسم وسيطر بطل العالم على مناسبات يوم رابع على حلبة مونزا في شمال إيطاليا، تاركًا مشجعي فراري في حالة إحباط بعدما حل سائق الفريق الإيطالي، الإسباني كارلوس ساينز في المركز الثالث. وحتى الآن، حقق الهولندي ذو الـ 25 عامًا 12 انتصارًا هذا الموسم، وبات في حكم المؤكد حسمه للقب الثالث تواليًا في بطولة العالم للفورمولا واحد، بعدما كسر الرقم القياسي الذي كان اقتسمه مع الألماني سباستيان فيتيل بالفوز في زاندفورد نهاية الأسبوع الماضي. وحقق فيرستابين فوزه العاشر على التوالي في السباق الذي تأخر لمدة 20 دقيقة، واختصرت لقاؤه إلى 51 لفة، بعدما علقت سيارة ألفا توري بقيادة الهالفي بوكي تسونودا من عطل في وحدة الطاقة خلال لفة الإحماء.

## 8 سبتمبر انطلاق بطولة آسيا لمحترفي الجوجيتسو



أعلن اتحاد الإمارات للجوجيتسو، ورابطة أبوظبي لمحترفي الجوجيتسو AJP، عن تنظيم منافسات بطولة آسيا لمحترفي الجوجيتسو، في الفترة من 8-10 سبتمبر (أيلول)، في نادي شباب الأهلي. تحظى البطولة بأهمية خاصة ضمن أجندة بطولات الموسم الرياضي، وستتطلب مشاركة عدد من المصنفين الأوائل عالميًا، خصوصًا من حملة الجواشين الأسود والبنّي، إلى جانب مئات اللاعبين من مختلف الأندية والأكاديميات في فئات الناشئين والشباب والهواة والمحترفين والاستاذة من داخل الدولة وخارجها. وتعد البطولة واحدة من أهم البطولات التي تساهم في رفع تصنيف اللاعبين المشاركين، كما تمكنهم من رفع جاهزيتهم للمشاركة في النسخة 15 من بطولة أبوظبي العالمية لمحترفي الجوجيتسو، التي تستضيفها أبوظبي بعد أقل من شهرين. وقال الأمين العام لإتحاد الإمارات للجوجيتسو، فهد علي الشامسي: «محطة دولية مهمة أخرى تجسد التعاون النموذجي بين اتحاد الإمارات للجوجيتسو، ورابطة أبوظبي لمحترفي الجوجيتسو، والهدف إلى جمع نخبة اللاعبين في الساحتين المحلية والعالمية على سبيل المنافسة، بما يتماشى مع خطط رؤية الاتحاد في ترسيخ مكانة أبوظبي كعاصمة عالمية للرياضة، والوجهة الأولى للبطال، وأكثر تطور للجوجيتسو على مستوى العالم». وأضاف: «نحن على بعد أسابيع من انطلاق مجموعة من البطولات الدولية ذات الأهمية الاستثنائية، وعلى رأسها النسخة 15 من بطولة أبوظبي العالمية لمحترفي الجوجيتسو، ويتطلع المشاركون في تلك المنافسات إلى الوصول إلى أعلى معدلات الأداء التي تؤهلهم للمنافسة والتتويج، لذا تعتبر بطولة آسيا لمحترفي الجوجيتسو جسرا لعبورهم نحو تحقيق أهدافهم في ظل امتلاكها لجميع الموصفات الفنية المطلوبة». وأوضح المدير العام لرابطة أبوظبي لمحترفي الجوجيتسو، طارق البحري: «تعد بطولة آسيا لمحترفي الجوجيتسو محط اهتمام نخبة اللاعبين حول العالم، بالنظر إلى توقيتها وتأثيرها المباشر على تصنيف اللاعبين، وخير دليل على ذلك نسب الإقبال المرتفعة للمشاركة في منافساتها، خصوصًا أنها تمنح الفائزين بالمركز الأول في مختلف الفئات 1400 نقطة تصنيفية تعزز رصيدهم وفرصهم في التتويج بجائزة أبوظبي العالمية للجوجيتسو مع ختام الموسم». وتتشهد فعاليات اليوم الأول من البطولة تناقص فئات الناشئين والشباب، وتنطلق في اليوم التالي منافسات فتي الهواة والاستاذة، على أن يشهد اليوم الثالث منافسات فئة المحترفين.

## سائق فورمولا 1 يطارد اللصوص في ميلانو



اللص الذي كان يرتدي الساعة، بمساعدة اثنين من المواطنين كانا يهران في ذلك الوقت. وتم إيقاف الاثنين الآخرين على بعد مسافة قصيرة من قبل اثنين من أعضاء فريق فراري مع العديد من المارة. وألقت الشرطة القبض على اللصوص الثلاثة، وهم من الجنسية العربية وتتراوح أعمارهم بين 18 و20 عامًا، واقتادتهم إلى مركز الشرطة، حيث تقدم ساينز بلاغ، وتبلغ قيمة الساعة التي استعادها ساينز، وهي من طراز ريتشارد ميل، أكثر من 300 ألف يورو، وفقا لما ذكرته وسائل الإعلام.

تعرض سائق الفورمولا 1، الإسباني كارلوس ساينز لسرقة لساعته أمس السعد في مدينة ميلانو الإيطالية، لكنه تمكن من استعادتها بعد مطاردة اللصوص وإيقافهم، بمساعدة عدد من أعضاء فريقه وبعض المارة. وكان ساينز، الذي احتل المركز الثالث في سباق الجائزة الكبرى في إيطاليا يوم الأحد في مونزا، عند أبواب فندق ميلانو حيث كان يقيم، عندما اقترب منه ثلاثة أشخاص أحاطوا به وسرقوا ساعته، حسبما أفادت وسائل الإعلام المحلية. وبدأ سائق فراري، الذي اعتكف في البداية أنهم ثلاثة معجبين، بمطاردهم وتمكن من إيقاف

# تنازل ننته فيونتيك عن لقب "فلاشينغ ميدوز" وديوكوفيتش يواصل عودته



فرنسا المفتوحة العام الحالي، على أداء مليء بالأخطاء لتفوز 6-3 و5-7 و6-1 في مباراة الالعبه البالغة من العمر 27 عاماً في ربع النهائي، الرومانية سوراانا كريستيا المصنفة 30 التي تغلبت بعد ذلك على السويسرية بلندا بنشيتش المصنفة 15، وبلغت الرومانية المخضرمه (33 عاماً) أول ربع نهائي لها منذ 14 عاماً، إذ لعبت آخر مرة في دور الثمانية لبطولة كبرى في بطولة فرنسا المفتوحة عام 2009 لكنها تمكنت من الفوز على بنشيتش 6-3 و6-3، بعدما كانت تغلبت في الدور الثالث على الكازاخستانية ايلينا ريباكيينا المصنفة الرابعة.

## ديوكوفيتش يبلغ ربع النهائي

ولدى الرجال، واصل ديوكوفيتش عودته الموفقة إلى البطولة التي غاب عنها الموسم الماضي بسبب رفضه تلقي اللقاح المضاد لفيروس كورونا، وبلغ دورها ربع النهائي للمرة الثالثة عشرة في مسيرته بفوزه على الكرواتي بورنا غويو 6-2 و5-7 و6-4.

وبذلك، يواصل الصربي الذي سيستعيد صدارة تصنيف المحترفين من الإسباني كارلوس ألكازار، مساعده لإحراز لقبه الرابع في البطولة الأمريكية ومعادلة الرقم القياسي المطلق لعدد الألقاب الكبرى المسجل باسم الأسترالية مارغاريت كورت (24).

## ديوكوفيتش: جاهز للأدوار المقبلة

ويلتقي ابن الـ36 عاماً الذي أفلت من خروج مخرج في الدور السابق بعد خسارته المجموعتين الأولىين أمام مواطنه لاسلو جيجري قبل أن يعود من بعيد، في ربع النهائي الأمريكي تابلور فريزير التاسع والفائز بدوره على السويسري دومينيك ستر بيكر 7-6 (2) و6-4 و6-4، ويأمل ديوكوفيتش تأكيد تواجده التام على الأمريكي الذي خسر جميع مواجهاته السبعة السابقة مع الصربي، أخرجها في سنيناتي للماسترز الشهر الماضي. وعلق الصربي على مواجهة فريزير؛ إذ بقي اللاعب الوحيد الذي لم يخسر أي مجموعة في البطولة حتى الآن، قائلًا: "بقدم كرة مضرب رائعة لا سيما على أرضه هنا في الولايات المتحدة، من الجيد أن المباريات تستمتع أصعب اعتباراً من الآن وأنا جاهز". وحسم بن سيلتون المواجهة الأمريكية مع المصنف 14 تومسي بول في أربع مجموعات ليبلغ ربع النهائي في البطولات الأربعة الكبرى للمرة الثانية هذا العام، وثالث سيلتون البالغ من العمر 20 عاماً لخسارته أمام بول في ربع نهائي بطولة أستراليا المفتوحة، بفوزه 6-3، 6-3، 4-6، و6-4 ليصبح أصغر أمريكي يصل إلى ربع نهائي الرجال في نيويورك منذ اندي روديك عام 2002.

السيطرة». وبدورها قالت أوستابينكو: "أتوقع دانسا معركة قوية ضد إيفا. إنها لاعبة رائعة وفازت بالعديد من البطولات الكبرى وهي ثابتة الأداء». وتابعتم: "علمت أنه يتوجب عليه اللعب بعنادية وأنا ألبس بأسلوبي لأنها لا تحب ذلك. كلما فكرت به هو أنه يتوجب عليّ اللعب حتى النقطة الأخيرة، حتى تتفصح (تلقاه). شعرت أنني كنت أعب بشكل أفضل ولم أمنحها الكثير من الفرص».

## مواجهة ثارية لغوف

وتلتقي أوستابينكو في ربع النهائي الثاني لها هذا العام في البطولات الكبرى، بعد أستراليا المفتوحة، والخامس في مسيرتها على صعيد "الغرانديسلا"، الأمريكية كوري غوف السادسة التي أنهت بدورها مشوار النجمية كارولين فوزنياكي، العائدة من اعتزال دام ثلاثة أعوام، بالفوز عليها 6-3 و6-3 و6-1. وستكون مواجهة غوف صعبة على أوستابينكو؛ إذ أن الأمريكية البالغة 19 عاماً تقدم مستوى مدهلاً هذا الموسم وهي تخوض اللقاء على خلفية 15 انتصاراً في آخر 16 مباراة ضمن سلسلة قادتها إلى إحراز لقب دوري واشنطن وسينياتي الشهر الماضي. وستكون المواجهة ثارية للأمريكية التي خرجت بداية هذا الموسم من الدور الرابع لبطولة أستراليا المفتوحة على يد أوستابينكو في ثلثي لقاء بين الالعبتين، بعد أول عام 2019 حين فازت غوف في نهائي دورة ليزر النمساوية. وتأهلت إلى ربع النهائي التشيكية كارولينا موخوفا العاشرة بفوزها على الصينية وانغ شينيو في ثلاث مجموعات. وتغلبت التشيكية التي خسرت في نهائي بطولة

تتزلت البولندية إيفا شفيونتيك، المصنفة الأولى عالمياً، عن لقب بطولة الولايات المتحدة المفتوحة، أواخر البطولات الأربعة الكبرى للتلعب، بخسارتها في الدور الرابع أمام اللاتفية بلندا أوستابينكو 6-3 و3-6 و1-6، فيما واصل الصربي نوناك ديوكوفيتش المصنف الثاني، عودته الأمريكية الموفقة ببلوغه ربع النهائي. وتخلت شفيونتيك البطولة الأمريكية وهي المرشحة الأوفر حظاً للاحتفاظ باللقب ورفع رصيدها إلى خمسة ألقاب كبرى، بعد رولان غاروس 2020 و2022 وفلاشينغ ميدوز 2022. لكن أوستابينكو استعادت، يوم الأحد، شيئاً من البريق الذي خولها إحراز لقب رولان غاروس عام 2017 وبلغت ربع النهائي للمرة الأولى في البطولة الأمريكية. ويخروجها من الدور الرابع في خامس مشاركة لها في فلاشينغ ميدوز (تجاوزت هذا الدور مرة واحدة حين أحرزت لقب العام الماضي)، ستتزل البولندية البالغة 22 عاماً عن صدارة تصنيف رابطة المحترفات التي تربعت عليها طيلة 75 أسبوعاً، لصالح اليبلاوسية أرينا سابالينكا وتواصلت عقدة شفيونتيك أمام أوستابينكو؛ إذ حققت اللاتفية البالغة 26 عاماً انتصارها الرابع على منافستها من أصل أربع مواجهات بينهما، لكن لقاء الأحد كان الأهم بينهما على الإطلاق وقد حسمته المصنفة 21 عالمياً في ساعة و48 دقيقة. وعلقت شفيونتيك على خسارتها الجديدة أمام أوستابينكو بقول: "إنها تلعب جيداً ضدني، لطالما فعلت ذلك"، مضيفة: "لوجئت وحسب بتراجع مستواي بشكل كبير (في المجموعتين الثانية والثالثة). لا أعلم حقاً ما حصل، شعرت فجأة أنني فقدت

## سابالينكا: صدارة التصنيف كانت حلمي منذ الطفولة



كشفت لاعبة اليبلاوسية أرينا سابالينكا أن بلوغ قمة التصنيف العالمي للالعبات التلعب المحترفات كان حلمًا بالنسبة لها منذ الطفولة، وذلك بعدما ضمنت انتزاع المركز الأول من البولندية إيفا شفيونتيك، إثر خروجها من ثمن نهائي أميركا المفتوحة. وقالت سابالينكا، التي ستصحب في صدارة تصنيف لإعبات التلعب بعد انتهاء أميركا المفتوحة مباشرة، بعد 75 أسبوعاً من سيطرة شفيونتيك، في مؤتمر صحافي: "هذه هي المكافئة المثالية لكل العمل الشاق". وتابعت الالعبه: "هو شعور رائع أن التحق بقائمة عظيمة من الالعبات اللاتسي نلعبن في تحقيق هذا الإنجاز، عام 2023 كان رائعاً بالنسبة لي ولرفيقي". وأضافت: "هذا شرف عظيم أن أتمكن من أن أطلق على نفسي لقب المصنفة الأولى عالمياً، الوصول إلى رقم 1 في التصنيف الفردي شيء حلمت به منذ أن كنت طفلة". وتتواجه سابالينكا، التي فازت بأستراليا المفتوحة هذا العام، الروسية داريا كاستاكينا في ثمن نهائي البطولة الأمريكية، في حين خسرت شفيونتيك حاملة أميركا المفتوحة أمام اللاتفية بلندا أوستابينكو.

## افتتاح بطولة العالم لرفع الأثقال بالسعودية



أعلن نائب رئيس اللجنة الأولمبية السعودية فيد بن جلوي، انطلاق بطولة العالم لرفع الأثقال للرجال، الأحد، في الرياض إلى باريس 2024، في صلالة وزارة الرياضة بالرياض والتي يشترك فيها 2500 رياضي ورياضية يمثلون أكثر من 170 دولة. وحضر حفل افتتاح بطولة العالم لرفع الأثقال للرجال، رئيس الاتحاد الدولي لرفع الأثقال محمد جلود وروساء الاتحادات الوطنية المشاركة في البطولة. وكانت اللجنة المنظمة للبطولة قد أنهت كافة استعداداتها لافتتاح البطولة الأولى من نوعها عالمياً في تاريخ رياضة رفع الأثقال كون المشاركة فيها إجبارية للتلأه لأولمبياد (باريس 2024)، والتي يشترك فيها 2500 رياضي ورياضية يمثلون أكثر من 170 دولة من مختلف دول العالم. وخصصت اللجنة، 20 حافلة تعمل على مدار 16 ساعة يومياً لنقل الرياضيين من مقرات السكن لصالبة التدريبات والمنافسات، حيث تم توفير أكثر من 70 منصة تدريبية للرياضيين، والذي اعتمد الاتحاد الدولي لرفع الأثقال جدول تدريباتهم بداية من الثامنة صباحاً وحتى العاشرة مساءً. وأعلنت اللجنة المنظمة، السماح للجمهور بحضور افتتاح منافسات البطولة طوال أيام الدورة بشكل مجاني. وفقرت اللجنة، مقاعد مهابة للجمهور وقريبة من منصات المنافسة، للحصول على أفضل فرصة لمشاهدة نجوم الأثقال العالمية عن قرب. وتعد لجنة المنشطات، من أهم اللجان المشغلة في البطولة، حيث ستقوم يومياً بفحص أكثر من 50 عينة فحص، إضافة إلى نشرها لمنشورات توعوية مطبوعة في صالات التدريب، بهدف التوعية حول خطورة استخدام المنشطات على حياة الإنسان بشكل عام، والرياضي بشكل خاص. وخصصت القوات الرياضية السعودية عربتين للنقل التلفزيوني لفعلبات ومنافسات البطولة معده بأحدث التقنيات والأجهزة، وكلفت القاء، طعم عمل تلفزيوني متكامل من محلين ومصورين لتغطية البطولة من كافة الجوانب. وأنشأت اللجنة المنظمة للبطولة مركزاً إعلامياً متكاملًا مجهزاً من جميع النواحي، من ركن لتناول الطعام، وخدمة اتصال إنترنت سريع، وركن مخصص لإجابة على استفسارات أكثر من 60 إعلامياً.

## بطولة أمريكا المفتوحة : التشيكية موخوفا إلى ربع النهائي



ربع نهائي لها منذ 14 عاماً، إذ تعود آخر مرة له في دور الثمانية لبطولة كبرى حين لعبت في بطولة فرنسا المفتوحة عام 2009. لكنها

باتت التشيكية كارولينا موخوفا أولى المتأهلات إلى ربع نهائي بطولة الولايات المتحدة المفتوحة لكرة المضرب الأحد، بفوزها على الصينية وانغ شينيو في ثلاث مجموعات. وتغلبت التشيكية المصنفة عشرة، والتي خسرت في نهائي بطولة فرنسا المفتوحة العام الحالي، على أداء تحلته وفرة الأخطاء لتفوز 6-3 و5-7 و6-1 في مباراة استمرت ساعتين و34 دقيقة على ملعب لويس أرمسترونغ. وكانت وانغ تسعى لبلوغ دور الثمانية في إحدى البطولات الأربعة الكبرى للمرة الأولى، بعد مسيرتها الرائعة في دور الستة عشر في نيويورك. وكافحت الالعبه البالغة من العمر 21 عاماً، لتتدرك التعادل بعد فوزها بالمجموعة الثانية؛ لكنها انهزت في المجموعة الفاصلة، حيث خسرت موخوفا إرسالها مرتين لتسيطر على المباراة قبل أن تخطف الفوز. وتتواجه الالعبه البالغة من العمر 27 عاماً في ربع النهائي، الرومانية سوراانا كريستيا المصنفة 30 التي تغلبت على السويسرية بلندا بنتشيتش المصنفة 15، وبلغت الرومانية المخضرمه (33 عاماً) أول

# التدريب الرياضي عند الصغار



بالضرورة من خلال إضافة بروتين. فالاستهلاك الزائد للبروتينات من مركبات غذائية مكثفة، يولد في نهاية المطاف سمرا حرارية زائدة وبالتالي زيادة في الوزن، كما يؤدي هذا الإفراط إلى انهك الكلى وعملها الكثير.

ما مقدار التمارين الرياضية التي يحتاجها الطفل في اليوم؟  
إن الأطفال والمراهقين بدءاً من سن 6 أعوام فأكثر بحاجة إلى ممارسة النشاط البدني لمدة ساعة على الأقل يومياً. حيث يجب قضاء أغلب هذه المدة في ممارسة أنشطة هوائية قوية أو متوسطة. ينبغي إدراج النشاط القوي ثلاثة أيام في الأسبوع على الأقل. كما يجب على الأطفال المشاركة في أنشطة تقوية العضلات والعظام لمدة ثلاثة أيام على الأقل أسبوعياً.

يوصى بالنشاط البدني للأطفال في الأعمار من 3 إلى 5 سنوات طوال اليوم لتصين نموهم وتطورهم. يستطيع البالغون الذي يرون الأطفال أن يتوهم عدداً على المشاركة في اللعب النشط الذي يتضمن عدة نشاطات.

العديد من الأنشطة الشائعة في سن الالتحاق بالمدرسة — مثل اللعب على المعدات الموجودة في الملعب والقفز باستخدام الحبل — لها فوائد نفسها. يمكن أن تعمل الرياضات المنظمة مثل كرة السلة أو كرة القدم طريقة مثلى للحفاظ على اللياقة كذلك. ولكن الرياضات الجماعية أو دروس الرقص ليست هي الخيارات الوحيدة.

**كن مبدعاً في البحث عن الأنشطة الممتعة لطفلك**  
إذا كان لطفلك ميل فنية، ففكر في الذهاب لزيارة في الطبيعة لجمع أوراق الشجر والصخور التي يمكن لطفلك أن يستخدمها لتكوين ملصق. إذا كان طفلك يحب التسلق، فتوجه إلى أقرب ساحة لعب أو إلى أحد الجدران المخصصة لممارسة رياضة التسلق. إذا كان طفلك يحب القراءة، فيمكنك التمشي أو ركوب الدراجة للذهاب للمكتبة المجاورة لقراءة كتاب. أو ببساطة شغل شيئاً مفضلاً لطفلك من الموسيقى وارتقاصاً معاً.

مارس الرياضة مع طفلك لتحسين صحتك بينما تساعد في اكتساب عادات جيدة فيما يخص ممارسة الرياضة. أبت العطل الأعلى كوالد، ويرجع أن يكون طفلك نشطاً بدنياً إن جعلت النشاط البدني أولوية عائلية.

تتكرر أن دمج النشاط البدني في الروتين اليومي لطفلك يُرسخ أساس اللياقة البدنية والصحة الجيدة مدى الحياة. تشمل المزايا الأخرى تحسين اللياقة البدنية للألعاب الهوائية وقوة العضلات والتحمل لدى الأطفال في الأعمار من 6 إلى 17 سنة، وتحسين صحة العظم وحالة الوزن في الأطفال من 3 سنوات إلى 17 سنة، وتقليل مخاطر الاكتئاب في الأطفال من عمر 6 سنوات إلى 17 سنة. يمكن أن يحقق الأطفال في الأعمار من 6 سنوات إلى 13 سنة أيضاً تحسناً في الوظائف المعرفية، مثل مهارات التفكير والذاكرة، حال انتظامهم في النشاط البدني.

من الضروري أن يطلب الأهل من طبيب الأطفال المعالج تصريحا طبيا، يصرح سلامة الطفل وتمكنه من ممارسة الرياضة بأمان. الكلام موجه للتصبيان والبنات أيضا.

ما هي انواع الرياضة التي من الصحي ان يمارسها الأطفال ؟  
ينصح الأطفال بممارسة، رياضة هوائية مثل المشي، الركض، المشي، الرقص أو ركوب الدراجة من 3-4 مرات في الأسبوع، مدة كل تمرين 30-40 دقيقة على الأقل.

يجب دمج تمارين لينة في برنامج التمرين؛ اللبونة تساعد الطفل على التحرك تجرية وتحسن الثبات والتوازن. اللبونة هامة لأنها تقلل احتمالات الإصابة بالاطراف، الناتجة عن حركه غير سليمة. من المفضل الدمج ما بين 3-4 تمارين ممتعة وتمارين تنمية كتلة الجسم كل أسبوع.

في البداية يجب استعمال وزن الجسم الخالص في تمارين الممتعة، ونبدأ بزيادة اقل اخرى خارجة تدريجياً، لممتعة فعالية العضل، وهذا بالضبط عمل الماكينات في صالات التدريب الرياضية. من المهم أن يتم استعمال الأثقال بشكل صحيح، كي لا تسبب ضرر للظهر.

هل يختلف طعام الأطفال الذين يمارسون الرياضة عن غيرهم ؟  
يختلف البرنامج الغذائي من طفل إلى آخر، بحسب الجسد والوزن والفاعلية اليومية، أو بحسب الجهد الجسماني الذي يقوم به. فتمتد اختلاف في متطلبات الطاقة ومعدل النمو بين الأطفال.

تناسب الوزن مع الطول بحاجة لمركبات غذائية ضرورية حسب الجهد الجسماني الذي يقوم به

مشروبات الطاقة مضرّة للأطفال والأولاد، ويجب إخراجها من برنامجهم الغذائي، لأنها تحتوي على كميات كبيرة من الكافيين.

يعتبر الكافيين منشطاً يحسن القدرات العقلية والقدرة على التفكير، ويقطّل من التعب ويعطي شعوراً بالطاقة لأنه يعمل على الجهاز العصبي المركزي

مبيل أطفالنا قورن نضوجهم مؤخرًا إلى ممارسة الرياضة وشد العضلات، ويحتار الأهل بطرق التعامل مع الهواية الجديدة التي تشغل أطفالهم في هذا الجيل. أبحاث كثيرة تشير إلى وجود علاقة وطيدة بين الرياضة البدنية لدى الأطفال وصحتهم الجسدية والنفسية والاجتماعية.

النشاط البدني، كالتمشي أو الركض و تمارين المرونة وتقوية العضلات الملائمة خصوصاً للأطفال، تساعد الأطفال الذين يمارسونها على تحسين صحتهم الجسدية والنفسية وترفع من جودة حياتهم.

أبحاث علمية كثيرة تؤكد أن كثافة عظام الأطفال الذين يمارسون الرياضة ما بين 4-5 مرات أسبوعياً أكبر من كثافة عظام الأطفال الذين لا يتحركون رياضياً. كما أنّ كثافة العظام تكون أكبر وأقوى، ونشاط القلب والرئة أفضل، عند اتباع نشاط جسماني منتظم ووتير.

الرياضة لدى الأطفال وفعالية القلب تقوي الرياضة، على اختلاف أشكالها، عضلة القلب وتزيد من قدرتها على دفع المزيد من الدم إلى باقي الأجهزة، كما وتخفف من معدل نبض القلب، أي عند دقائق القلب أثناء الراحة، فهناك فارق كبير في معدل نبضات القلب بين الطفل الرياضي والطفل الغير رياضي. بالإضافة إلى ذلك فإن حجم الرئتين يكبر، وتزيد وبالتالي كمية الهواء التي يتنفسها الطفل مع كل شيق وزفير.

**الرياضة لدى الأطفال والصلوات الاجتماعية**  
تشير بعض الأبحاث إلى الفوائد الاجتماعية للرياضة، حيث تقيد بأن الأطفال الرياضيين يتمتعون بقدرة عالية على التواصل مع الآخرين. كما أثبتت الدراسات الطويلة المدى بأن الأطفال الذين مارسوا الرياضة في صغرهم يحظون بحياة اجتماعية أكثر تطوراً من غيرهم عند الكبر، كما ويتمتعون بصفات مثل: الصبر، تقبل الآخر، المودة، الاستقلالية، المثابرة والتحمل، ويكونون أقل عنفاً من أطفال لا يمارسون الرياضة.

**ما هو الجيل الأصغر لبدء ممارسة التمارين الرياضية ؟**  
6 سنوات هو الجيل الملائم لممارسة التمارين في معاهد الرياضة، ولكن من المهم أن يتمرن الأطفال في صالة رياضية ملائمة لأعمارهم واحتياجاتهم الجسمانية، من حيث التجهيزات والمعدات والإرشاد، والحرص على تواجد مرشد مؤهل لتدريب الصغار.

من المهم مراقبة الأثقال التي يستخدمها الأطفال في قاعة الرياضة، ومن الجدير أن تكون هذه الأثقال ملائمة لفعالية العضل بحسب قدرات الطفل الجسمانية ووزنه وجيله.

**تخطيط برنامج التمارين**  
عند تخطيط برنامج رياضي لطفلك، على مدرب الرياضة أن يأخذ بالحسبان جيل الطفل وقدرته الجسمانية، وزنه وطوله، تغذيته اليومية، والهدف الرئيسي من التدريب. إن أحد الأهداف المهمة من التدريب هو تأهيل أو تقوية عضلاته، والقيام بتجربة رياضية. كذلك على المدرب المعرفة بالأمراض المزمنة التي يعاني منها الطفل قبل تدريبه مثل الربو (الأزمة)، القلب وضغط الدم.

**الحصول على تصريح طبي بسلامة الطفل قبل التدريب**

من الضروري أن يطلب الأهل من طبيب الأطفال المعالج تصريحا طبيا، يصرح سلامة الطفل وتمكنه من ممارسة الرياضة بأمان. الكلام موجه للتصبيان والبنات أيضا.

ما هي انواع الرياضة التي من الصحي ان يمارسها الأطفال ؟  
ينصح الأطفال بممارسة، رياضة هوائية مثل المشي، الركض، المشي، الرقص أو ركوب الدراجة من 3-4 مرات في الأسبوع، مدة كل تمرين 30-40 دقيقة على الأقل.

يجب دمج تمارين لينة في برنامج التمرين؛ اللبونة تساعد الطفل على التحرك تجرية وتحسن الثبات والتوازن. اللبونة هامة لأنها تقلل احتمالات الإصابة بالاطراف، الناتجة عن حركه غير سليمة. من المفضل الدمج ما بين 3-4 تمارين ممتعة وتمارين تنمية كتلة الجسم كل أسبوع.

في البداية يجب استعمال وزن الجسم الخالص في تمارين الممتعة، ونبدأ بزيادة اقل اخرى خارجة تدريجياً، لممتعة فعالية العضل، وهذا بالضبط عمل الماكينات في صالات التدريب الرياضية. من المهم أن يتم استعمال الأثقال بشكل صحيح، كي لا تسبب ضرر للظهر.

هل يختلف طعام الأطفال الذين يمارسون الرياضة عن غيرهم ؟  
يختلف البرنامج الغذائي من طفل إلى آخر، بحسب الجسد والوزن والفاعلية اليومية، أو بحسب الجهد الجسماني الذي يقوم به. فتمتد اختلاف في متطلبات الطاقة ومعدل النمو بين الأطفال.

تناسب الوزن مع الطول بحاجة لمركبات غذائية ضرورية حسب الجهد الجسماني الذي يقوم به

مشروبات الطاقة مضرّة للأطفال والأولاد، ويجب إخراجها من برنامجهم الغذائي، لأنها تحتوي على كميات كبيرة من الكافيين.

يعتبر الكافيين منشطاً يحسن القدرات العقلية والقدرة على التفكير، ويقطّل من التعب ويعطي شعوراً بالطاقة لأنه يعمل على الجهاز العصبي المركزي

يختلف البرنامج الغذائي من طفل إلى آخر، بحسب الجسد والوزن والفاعلية اليومية، أو بحسب الجهد الجسماني الذي يقوم به. فتمتد اختلاف في متطلبات الطاقة ومعدل النمو بين الأطفال.



والتي يزيد من بذل الطاقة. لكن الكافيين في حالة استهلاكه بكثرة، أو الإفلاع عنه فجاءه، يؤدي إلى نتائج سلبية، كما يؤدي للإدمان أيضاً. أضرار استهلاك الكافيين بشكل مفرط:

1. الأرق
2. دقات قلب سريعة
3. عدم انتظام دقات القلب
4. ضيق في النفس
5. اضطرابات

ويعتبر الكافيين كذلك مسدداً للبول، وبذلك يؤدي إلى فقدان السوائل من الجسم. يُنصح بالامتناع عن تزويد الأطفال والمراهقين بمشروبات الطاقة، لأن وزن الطفل أصغر من وزن البالغ وتأثير الكافيين عليه أكبر.

**والكلمات الغذائية؟**  
يفضل تنقيف الأطفال الرياضيين على تناول الأطعمة المتنوعة الغنية بالبروتين، مثل: اللبن، البيض أو الجبن. تناولها أفضل من أخذها عن طريق المركبات المكتملة.

إن غالبية الأولاد والأطفال يستهلكون حاجتهم وأكثر من الكمية الموصى بها من البروتين (الزلال) في البرنامج الغذائي اليومي، ولا حاجة لإضافة كميات غذائية. يجب فحص قائمة الطعام التي يأكلها الطفل خلال اليوم أولاً، والتأكد من عدم وجود نقص في البروتين، مقارنة مع الجهد الجسماني الذي يبذله. في حال تبين أن هناك نقص، يجب تعويضه من خلال الطعام الطبيعي وليس



# التغذية الصحية للرياضيين وأهميتها



بالصوديوم الذي يزيد من الإحساس بالعطش، بالإضافة إلى أنها تفقد للعناصر الغذائية التي يحتاجها الرياضي.

يجب شرب كمية كافية من الماء قبل التمرين، فهو ضروري للقيام بوظائف الجسم مما يحسن من الأداء الرياضي، وذلك بمعدل 2 - 2.5 كوب قبل التمرين بساعة إلى ساعتين، وحوالي 1 كوب قبل التمرين بربع ساعة.

## نصائح غذائية خلال التمرين

ينصح بشرب الماء فقط، وذلك لأن امتصاصه يكون أسرع من السوائل الأخرى. حيث ينصح بشرب الماء بمعدل 1/2 - 1 كوب كل 15-20 دقيقة من التمرين.

حساب مؤشر كتلة الجسم  
تقوم هذه الحاسبة بحساب مؤشر كتلة الجسم، وهو عبارة عن وزن الشخص بالكيلوجرام مقسوماً على مربع طوله بالمتر، ويسعمل كقياس لتحديد ارتفاع دهن الجسم، وأداة لتقسيم الأوزان إلى فئات ترتبط مع زيادتها بتطور مشاكل صحية معينة مرتبطة بالسن.

تنبيه: مؤشر كتلة الجسم هو ليس بديلاً عن الفحص الطبي البسيط لارتفاع دهون الجسم والأمراض المرتبطة بها، ويجب عدم استعماله لهذه الأغراض.

## نصائح غذائية بعد التمرين

يجب شرب كمية كافية من الماء، كما يمكن تناول المشروبات الرياضية أو العصائر الطبيعية خلال الخمسة عشرة دقيقة بعد التمرين لتعويض فقدان السوائل والأملاح المعدنية.  
يفضل تناول وجبة تحتوي على البروتين (في الكروبيدات، وذلك بعد ساعة من التمرين في) حلة الرغبة في نزول الوزن)، وذلك من أجل تعويض مخزون الغلايكون وإعادة بناء العضلات التي أجهدت أثناء القيام بالتمرين.

## نصائح غذائية في حال الرغبة في زيادة الوزن أو بناء العضلات

يجب زيادة استهلاك السعرات الحرارية اليومية والتكيز على تناول كمية كافية من الكروبيدات والبروتينات.  
يفضل تناول الحليب ومشتقاته، والبيض، واللحوم، والدجاج، والأسماك، حيث تعد هذه الأطعمة والمأكولات من أفضل مصادر البروتين وذلك لاحتوائها على كافة الأحماض الأمينية التي يحتاجها الجسم، كما يمكن تناول البقوليات، والمكسرات، والحبوب.  
يمكن تناول مكملات البروتين في حال صعوبة الحصول عليه من مصادره الغذائية بكمية كافية، ولكن يجب أن يتم ذلك بعد استشارة طبية، وبحيث أن لا يتجاوز الاستهلاك الكلي للبروتين عن 1.90 غم/كلغ من وزن الجسم لمن يرغب في بناء العضلات، كما أنه لا يجب تناول مكملات البروتين بشكل عشوائي بالإضافة إلى تناوله من مصادره الغذائية فقد يسبب ذلك زيادة في استهلاك البروتين عن حاجة الجسم الطبيعية مما يسبب أضرار على الجسم مثل الإمساك، وزيادة في الوزن، ومشاكل في العظام، والكلبي على المدى البعيد.

## الفيتامينات والمعادن

تعد الفيتامينات والمعادن ضرورية لنمو الجسم والمحافظة على وظائفه. ومن أجل تعويض الفاقد من هذه الفيتامينات والمعادن خلال التعرق يجب على الرياضيين تناولها من المصادر الغنية بها خاصة تلك التي تعد غنية بفيتامين سي، وفيتامين ب، وفيتامين د، بالإضافة إلى الحديد، والكالسيوم، والفسفور.

## ما هي أهم الأطعمة الصحية الضرورية للرياضيين؟

السّمك: حيث يعد مصدر غني بالبروتينات ذات الجودة العالية، ويحتوي على أوميغا 3 التي تساعد على حرق الدهون. كما أن أفضل أنواع الأسماك هو السلمون والماكريل.  
الحبوب: تعد مصادر غنية بالبروتينات والأحماض الأمينية التي تساعد في بناء العضلات، ولكن يفضل أن يكون اللحم قليل الدهن.  
زيت الزيتون: فهو غني بالدهون المفيدة للجسم.

البيض: حيث يعد من الأغذية الغنية بالبروتين الضروري لبناء العضلات، كما يفضل تناوله مسلوقة بدلاً من قليه، ويمكن تناول بيض البيض بدلاً من الصفار.  
الدجاج: يعد مصدر غني بالبروتين وضروري لبناء العضلات وزيادة حجمها، كما يفضل تناول صدر الدجاج؛ كونه لا يحتوي على الكثير من الدهون مع مراعاة إزالة الجلد منه لتقليل من الدهون الموجودة فيه.

الخضروات: فهي تعد مصدر جيد للألياف الغذائية وتساعد على الهضم وتنشيط عمليات الأيض.  
الحليب: فهو مصدر غني بالبروتين والكالسيوم الضروريين لتقوية العظام، كما يفضل تناول الحليب الخالي الدسم أو القليل من الدسم.  
الشوفان: يعد مصدر غني بالألياف والكروبيدات المفيدة الضرورية لإنتاج الطاقة.

التفاح: الذي يعد غنياً بالألياف، والكروبيدات، والفيتامينات، ومضادات الأكسدة المفيدة.  
التوت: فهو غني بالفيتامينات ومضادات الأكسدة، كما يساعد في الحفاظ على قوة العضلات مع التقدم في العمر.

البقوليات: خاصة الفول، والعدس، والبالزلاء، حيث تعتبر مصادر نباتية للبروتين وهي غنية بالكروبيدات المعقدة، كما أنها مفيدة للرياضيين النباتيين الذين لا يتناولون اللحوم الحمراء.  
الموز: غني بالفيتامينات والعناصر المعدنية، وخاصة البوتاسيوم، التي يحتاجها الجسم لتنظيم السوائل ومنع تقلص العضلات والتشنجات.

السبانخ: حيث أنه غذاء مفيد وضروري لبناء العضلات، فهو غني بالحديد الضروري لنمو العضلات وكذلك الكالسيوم الموجود في السبانخ، كما أنه يساعد على إمتصاص العضلات لمنع التشنج أثناء التمرين الرياضي.

ذئور الكتسان: والتي تعد من أفضل المصادر النباتية لأحماض أوميغا 3 وكذلك الألياف التي تساعد على تعزيز الطاقة وزيادة القدرة على تحمل التمرين الرياضي.

إرشادات غذائية يجب أن يراعيها الرياضيين  
ضرورة تناول غذاء متوازن يحتوي على جميع العناصر الغذائية، ويستحسن تناول 3 وجبات

تعد التغذية دوراً أساسياً في حياة الإنسان، لذلك يجب أن يراعى في ذلك أسس التغذية الصحية وأن يكفى الغذاء لسد جميع احتياجات الجسم. أما بالنسبة للرياضيين، فتعتبر التغذية الجيدة والسليمة في كل الأوقات شيء أساسي من أجل تحسين الأداء الرياضي والبقاء البدنية لديهم.

ولكن والجدير بالذكر أن النظام الغذائي للرياضيين يختلف باختلاف العمر، والجنس، ونوع الرياضة التي يمارسها الشخص. فعلى سبيل المثال، عند القيام بالتمارين الرياضية رغية في تخفيف الوزن يجب أن يقلل الشخص من تناول السعرات الحرارية اليومية مع ضرورة الإلتزام بتناول الطعام من كافة المجموعات الغذائية وبكميات محسوبة، في حين عند القيام بالرياضة رغية في بناء العضلات عدداً قد يحتاج الرياضي إلى عدد كبير من السعرات الحرارية لبناء الأنسجة وتزويد الجسم بالطاقة اللازمة للقيام بالتمارين الرياضية الشاقة.

## ما هي أهمية الغذاء الصحي للرياضيين؟

يعد الطعام الصحي ضروري جداً للرياضيين؛ كونه يساعد على:  
القيام بالتمارين لفترة طويلة وبقوة عالية.  
تأخير الشعور بالتعب.  
استعادة النشاط بسرعة بعد التمرين.  
التأقلم السريع مع التمرين.  
تقوية الجسم.  
زيادة التركيز.  
زيادة مناعة الجسم.  
التقليل من الإم المعدة والتشنجات الحرارية.  
الطبي يوفر لك امثابه معتمدين لمساعدة كل أفراد عائلتكم.

## البروتينات

تعد البروتينات المادة الغذائية الأساسية في بناء أنسجة العضلات. يجب أن تشكل البروتينات 20% من إجمالي السعرات الحرارية اليومية، وعلى أساس 1 - 1.5 غرام لكل 1 كغم من وزن الجسم، أي ما يعادل 100 - 150 غرام يومياً.

## الكروبيدات

تعد الكروبيدات المصدر الأساسي لتزويد الجسم بالطاقة. يتم تخزين الكروبيدات في عضلات الجسم على شكل غليكوجين؛ حيث يتم تحويلها إلى جلوكوز للاستخدام عند الاحتياج لها أثناء الرياضة. يجب أن تشكل الكروبيدات حوالي 60 - 70% من إجمالي السعرات الحرارية اليومية، وعلى أساس 6 - 8 غرام لكل 1 كغم من وزن الجسم، أي ما يعادل 500 - 700 غرام يومياً. كما أنه يجب مراعاة تناول الكروبيدات المعقدة بنسبة أكبر من الكروبيدات البسيطة.

## الدهون

تعد الدهون مادة غذائية ضرورية للرياضيين، لكن الاحتياج إليها يكون بكميات صغيرة لا تتعدى 10 - 20% من إجمالي السعرات الحرارية اليومية، أي ما يعادل 50 - 60 غرام يومياً.

## الماء

قد تختلف احتياجات الجسم للماء، حيث تقدر احتياجات الرياضي للماء بمعدل 3 - 4 لتر يومياً، وذلك لتعويض السوائل المفقودة أثناء الرياضة، مع مراعاة شرب 1/2 - 1 كوب ماء كل 15-20 دقيقة أثناء الرياضة. كما يفضل شرب الماء البارد؛ لأن امتصاصه أسرع ولا يسبب شد عضلي مثل الماء



# إعادة افتتاح ملعب 5 جويلية الأولمبي بداية أكتوبر..



كشفت مصدر مسؤول بالمركب الرياضي الأولمبي محمد بوضياف، والذي يضم ملعب 5 جويلية 1962 بالعاصمة، عن موعد افتتاح هذا الأخير، وذلك بعد غلقه منذ منتصف شهر جويلية الماضي بقصد إجراء أعمال ترميم وصيانة.

وأغلق الملعب الأولمبي الذي يعد الملعب التاريخي في البلاد، مباشرة بعد نهاية الألعاب الرياضية العربية التي أقيمت شهر جويلية الماضي، إذ تخضع مرافقه للصيانة، ولن يكون متاحا لاستقبال المباريات عن قريب.

وقالت مصادر إعلامية إن مؤسسة (Natural Grass) المكلفة بوضع الأرضية الجديدة للملعب، قامت الأسبوع الماضي فقط بزرع البذور على طول المساحة المخصصة لذلك، مضيفا بأنه يجب انتظار ما بين 6 إلى 8 أسابيع على الأقل؛ كي ينمو العشب تماما وتصبح الأرضية جاهزة 100%.

وأكد نفس المصدر بأن موعد الافتتاح الرسمي للملعب مرتبط بتطور الأجواء المناخية في الفترة المقبلة، مشيرًا إلى أن التقديرات الأولية للعودة الرسمية

## رشيد غزال يعود بقوة و يرفع التحدي من جديد



عبر رشيد غزال، عن سعادته الكبيرة وبالعودة مجددا إلى الميادين مع ناديه بشكتاش التركي، بعد غياب طويل عن المنافسة بسبب الإصابة التي تلغهاها الموسم المنقضي، مؤكدا بأنه مر بفترات عصيبة ومشددا على رغبته في استعادة مستواه وتقديم موسم كبير لمساعدة ناديه على تحقيق أهدافه.

وعد المهاجم الجزائري رشيد غزال، إلى أجواء المنافسة بمناسبة لقاء أول أمس الذي جمع ناديه بشكتاش بالضيف سيفاس سيور، لحساب الجولة الرابعة من الدوري التركي الممتاز، في لقاء انتهى لأصحاب الأرض (0-2)، إذ دخل بدلا في الدقيقة 88 مكان زميله جيسون، في مساعدة الفريق وإسعاد الجميع.

## ناديا ستاندار دو لياج ولانس يتنافسان على ضم بلقبلة

دخل ناديا ستاندار دو لياج البلجيكي ولانس الفرنسي في منافسة لضم الدولي الجزائري هريس بلقبلة بصفته لاعب بطل بعد غلق يستهدفان ضم الأندية التي أبدت رغبته في ضم اللاعب الجزائري مطلع الأسبوع الجاري. كشفت تقارير إعلامية فرنسية، أن اللاعب مطلوب من نادي لانس الفرنسي الذي أبدى رغبته في ضم اللاعب، ليكون ثلثي الأندية التي تبدي اهتمامها باللاعب معه بعد فريق ستاندار دو لياج البلجيكي، الذي سبق

## ميلان يبعد بن ناصر عن قائمة الفريق المتشاركة في منافسات دور المجموعات لدوري أبطال أوروبا

جانبا بن ناصر، استبعد مدرب ميلان، الإيطالي ستيفانو بيولي، اثنين من وافيده الجدد، ويتعلق الأمر بكل من الأرجنتيني لوكا روميرو ومواطنه ماركو بيليجرينو، فيما ضم بيولي المهاجم يوفيتش، الذي التحق بالنادي في الساعات الأخيرة من سوق الانتقالات الصيفية.

وإجمالاً، لم تخل القائمة من اللاعبين الجزائريين؛ مع وجود لاعب الوسط مزدوج الجنسية «جزائري-فرنسي» ياسين عدلي، الذي لا يزال يكافح للحصول على أهمية كبرى في تشكيلة بيولي. يُذكر أن غياب بن ناصر عن قائمة ميلان الأوروبية يمكن وصفه بـ«المؤشر المقلق» لمنتخب الجزائر؛ إذ يستعد الأخير للمشاركة في نهائيات كأس الأمم الأفريقية «كوت ديفوار 2023» بداية العام المقبل، وسط شكوك حول جاهزية نجم ميلان للتحاق بالمنتخب الأفريقي.

قائمة ميلان الأوروبية  
حراسة المرمى: مايك ميانسان، ماركو سيورتيولو، فابيو ميرانتي.  
خط الدفاع: بيبير كالولو، سيمون كيبير، مالك ثياو، فيكاو توموري، ماتيا كالدارا، أليساندرو فلورينزي، دافيد كلابريسا، تيو هيرنانديز.  
خط الوسط: رادين كروينيتش، روبن لوفتوس تشيك، تيجاني ريندرز، ياسين عدلي، توماسو بوبينا، يونس موسى.  
خط الهجوم: صامويل تشوكويزي، أوليفيه جيرو، رافاييل لياو، نواه أوكافور، كرويسيتان بوليسيتش، لوكا يوفيتش.

أعلن آيه سي ميلان الإيطالي عن قائمة الفريق المشاركة في منافسات دور المجموعات لدوري أبطال أوروبا لكرة القدم، وقد شهدت القائمة حضوراً لافتاً لآخر صفقات الفريق، المهاجم الصربي لوكا يوفيتش، مع غياب للاعب الوسط الجزائري إسماعيل بن ناصر بداعي الإصابة.

وتعرض بن ناصر لإصابة قوية على صعيد الرباط الصليبي للركبة مع أواخر الموسم الكروي الماضي، ليصبح منطوقاً أن يغيب اللاعب الجزائري عن قائمة ميلان الأوروبية للتلصّف الأول من الموسم الكروي الجديد.

ومن المتوقع أن يستعيد بن ناصر مكانه في قائمة ميلان الأوروبية بداية من أدوار «خروج المغلوب»، شريطة تأهل الفريق اللومباردي إلى دور الـ16 في دوري أبطال أوروبا، أو احتلاله المركز الثالث على سلم الترتيب النهائي لمجموعته بالبطولة، لينتقل إلى منافسات الدوري الأوروبي.

ووقع ميلان في مجموعة جديدة بدوري أبطال أوروبا.

