



يومية رياضية مستقلة

www.algeriematch.dz

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



في تعليمة وجهت لجميع الرابطات:

«الفاف» تلزم اللاعبين بتسديد غرامة الاحتجاج!

في بيان للرابطة المحترفة لكرة القدم :

الجماهير تعود هذا الأسبوع..



في فترة التحويلات الشتوية:

نحو السماح بانتداب  
5 لاعبين في  
المحترف



بلايلي يقود المولودية  
لاستعادة صدارة الدوري

وفاق سطيف .. 3 بصمات  
لدوما ورد فعل الإدارة



بلماضي في ندوة صحفية أمس :



«نعمل على عدم التعثر  
في أي مباراة من  
تصفيات المونديال»

# بلايلي يقود المولودية لاستعادة صدارة الدوري



قاد يوسف بلايلي فريقه مولودية الجزائر لتحقيق فوز مهم خارج أرضه، أمام أولمبي الشلف بنتيجة 0-1، لحساب الجولة الخامسة من الدوري الجزائري، ليستعيد «العديد» صدارته للبطولة من نادي بارادو. ونجح بلايلي في تسجيل هدف المباراة الوحيد، عند الدقيقة الثالثة من عمر المواجهة، عن طريق ركلة جزاء، ثم احتفل بهدفه بطريقة خاصة أمام عدسات الكاميرات، وفي غياب الجماهير على مدرجات ملعب «محمد بومزارق».

وواصل نجم الترجي السابق في تعزيز أرقامه في الدوري الجزائري هذا الموسم، بتوقيعه على الهدف الخامس له من 5 جولات، متربعا على صدارة جدول هدافي البطولة، أمام إبراهيم ذيب لاعب شباب قسنطينة صاحب المركز الثاني برصيد 4 أهداف. وعلى الرغم من تألقه في بداية الموسم الحالي، إلا أن بلايلي ما يزال خارج حسابات جمال بلماضي، مدرب المنتخب الجزائري، حيث لم يوجه إليه الدعوة ليكون حاضرا في المعسكر المقبل، تحسبا لمباراتي الصومال وموزمبيق، في الجولتين الأولى والثانية من تصفيات كأس العالم 2026، يومي 16 و19 من شهر نوفمبر/ تشرين الثاني الجاري.

اتحاد بسكرة يباغت اتحاد خنشلة على ملعبه في مباراة ثنائية، باغت اتحاد بسكرة مضيفه اتحاد خنشلة على ملعب «العالية»، وفاز عليه بهدف نظيف (0-1)، سجله محمد العربي خوالد في الدقيقة الرابعة من الوقت المحتسب بدل الضائع من المواجهة.

بهذا الفوز، رفع اتحاد بسكرة برصيده إلى 6 نقاط، وضعت في المركز الثالث عشر، بينما جمعد رصيده اتحاد خنشلة عند 9 نقاط، جعلته يتراجع إلى المركز الرابع.

وحسنت نتيجة التعادل السلبي مباراة شبيبة الساورة وضيفه مولودية البيض، على ملعب «20»

الخامسة للرابطة المحترفة.

أغسطس» بمدينة بشار، ليضيف كل فريق نقطة إلى رصيده، جعلت الساورة في المركز الخامس برصيد 8 نقاط، بينما يأتي البيض في المركز التاسع برصيد 7 نقاط.

نجم مقرة يحقق الفوز الثاني هذا الموسم تفوق نجم مقرة على ضيفه نجم بن عكنون بثلاثة أهداف لواحد، مساء اليوم السبت برسم الجولة

## اتحاد العاصمة ..

### جاريدو يكتنف سر البداية مع بطل الكونفيدرالية

فرضت الأفرح نفسها على أروقة نادي اتحاد العاصمة بعد فوزه على شباب بلوزداد بهدفين لهدف في النبري الكبير بينهما في الجولة الخامسة من عمر دوري موبيليس. وشهدت كواليس اتحاد العاصمة اشادة كبيرة من حساب الإسباني خوان كارلوس جاريدو المدير الفني بأداء لاعبيه في مباراة اتحاد العاصمة مع شباب بلوزداد وحصد الانتصار الأول مع المدرب خوان كارلوس جاريدو على حساب حامل اللقب شباب بلوزداد. وقررت إدارة اتحاد العاصمة صرف مكافأة مالية للاعبين الفريق بعد الفوز العالي ووعد بمنح مالية أخرى في حال الفوز خلال لقاءات مقبلة له والتواجد بين الثلاثي الأوائل في جدول ترتيب الدوري الجزائري لهذا الموسم.

## أول رد فعل بعد الصدارة و موقف بوميل

قرر حجاج رجم رئيس نادي مولودية الجزائر صرف منح مالية للاعبين الفريق العاصمي في أعقاب فوز الفريق على مضيفه أولمبي الشلف بهدف دون رد في خامس جولات دوري موبيليس لموسم 2024-2023، ورغم الفوز الصعب إلا أن باتريس بوميل مدرب مولودية الجزائر أعرب عن سعادته بالعودة من ملعب منافسه بـ 3 نقاط عالية حقق بها فوزه الرابع في الموسم الجاري وأسفرد بقمسة جدول ترتيب دوري موبيليس وحرض باتريس بوميل على توجيه الشكر للاعبين مولودية الجزائر وأشاد بمستوى مدافعيه في اللقاء والقدرة على التصدي لهجمات المنافس والحفاظ على التفوق مشيرا إلى وجود أزمة واحدة تتمثل في عملية بناء الهجمات.

وفاز مولودية الجزائر على أولمبي الشلف بهدف دون رد في خامس جولات دوري موبيليس لموسم



مدير النشر/ رابع خودي

الحساب البنكي/

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

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

الهاتف الثابت: 021 74 99 81 / 021 73 76 78 / 021 73 71 28  
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 الشرق/ 34، شارع الثورة، العلة - 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

منح من العدد السابق 2000 نسخة



«الجزائر ماتش» بومبة 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 والتحرير: 64، تعاونية عيسات إيدير - بني موسم - الجزائر الهاتف والفاكس: 023346674

## جمال بلماضي في ندوة صحفية أمس :

# «نعمل على عدم التعثر في أي مباراة من تصفيات المونديال»

## «كل المباريات صعبة وجهزنا كل شيء من أجل التأهل»



تحدث الناخب الوطني جمال بلماضي، على أهمية التكوين، وضرورة الاهتمام بهذا الجانب على مستوى الأندية الوطنية، وصرح بلماضي، في هذا الخصوص: «تابع منذ أيام شبان فريق شباب بلوزداد في ملعب براقي، وهذا أمر مفرح أن ترى أندية تهتم بالشبان».

كما أضاف: «أنا خريج مركز تكوين، وشاركت في تكوين فريق في قطر، الذي أصبح حاليا من بين أفضل مراكز التكوين في قطر». وأردف: «حاليا في الجزائر هناك فريق واحد يقدم أكثر اللاعبين للمنتخب، ويعمل على ضمان انتقال لاعبينا المحليين إلى أوروبا». وتابع جمال بلماضي: «أتمنى أن تأخذ كل الأندية الجزائرية التكوين بجديّة أكبر، خاصة وأن هذا الأمر يعود بالفائدة عليهم».

طلق الناخب الوطني، جمال بلماضي، تصريحات صادمة بخصوص التشكيك في يوسف بلايلي ويساين براهمي، الذي أثار غيابه عن الخضر، الكثير من الجدل، بسبب تألقه المستمر رفقة مولودية الجزائر والفرقة القطرية على التوالي.

وسئل بلماضي، خلال الندوة الصحفية التي نشطها اليوم الأحد، بسبدي موسى، تحسبا لمواجهتي الصومال وموزمبيق، حول إمكانية تواجد بلايلي وبراهمي، في قائمة الـ «كأس» بالنظر إلى خبرة كل منهما في الفكرة السراء.

ورد مدرب الخضر: «صحيح براهمي يقدم مستويات كبيرة في الوقت الحالي، ولكن مكان من سلبه؟ هناك عمورة وهناك غويري أيضا، عليكم أن تختاروا مكان من سيأتي».

وواصل بلماضي: «براهمي أو بلايلي، مثلما قلت هناك عمورة وغويري، وهناك أيضا سعيد بن رحمة، لا يمكننا جلب 5 لاعبين في منصب واحد، بل يمكن استقدام اثنين فقط».

وهي التصريحات التي أغلق بها بلماضي، نهائيا ملف عودة بلايلي وبراهمي إلى الخضر، على الأقل في الفترة الحالية مع اقتراب موعد نهائيات كأس أم إفريقيا.

التكويني ومن ثم الاقتراب منها، وإقاعها بحمل ألوان المنتخب الوطني. دافع الناخب الوطني، جمال بلماضي، عن خيار إعادة بغداد بونجاح، إلى التشكيلة الوطنية، بعد غيابه عن ترويض أكتوبر الفارط، وواجه بلماضي، انتقادات كبيرة بسبب تهميشه المتواصل لأندي ديولور، المتعلق في سماء النوري القطري، رفقة أم صلال، لصالح بونجاح، الذي يمر بفترة صعبة مع المد القطري.

ورد بلماضي، خلال ندوته الصحفية الخاصة بمواجهتي الصومال وموزمبيق، ضمن تصفيات كأس السعالم 2026: «قمنا بمراجعة كبيرة لقائمة المنتخب، البعض يغيب، والبعض الآخر يعود». مضيفا بخصوص قضية بونجاح: «أعتقد بأنه في موقف لا يزال قادر على تقديم أشياء كثيرة للمنتخب الوطني».

تحدث الناخب الوطني، جمال بلماضي، حول حظوظ لاعب نادي ميلان الإيطالي، إسماعيل بن ناصر، في المشاركة رفقة الخضر في نهائيات كأس أم إفريقيا بركوت ديفوار.

وقال بلماضي، في ندوته الخاصة بمواجهتي الصومال وموزمبيق ضمن تصفيات مونديال 2026: «الحديث عن عودة بن ناصر إلى المنتخب سابق لأوانه، لأنه يخضع حاليا لعمل خاص، وإن وصل إلى الجاهزية المطلوبة سيعدو طبعاً لمنتخبنا». وأضاف مدرب الخضر: «بن ناصر، ليس جاهزا حاليا لأنه لم يدخل في التدريبات الجماعية، ولكننا نعمل من أجل ذلك ليكون حاضرا في الكأس».

الناخب الوطني جمال بلماضي عاد، للحديث مجددا عن وضعية اللاعب ياسين علي، وإمكانية التحاقه بالخضر، وصرح بلماضي: «تحدثت عدة مرات مع علي، والكرة في مزاج حاليا». كما أضاف الناخب الوطني: «قمت بشرح مشروع الخضر لياسين علي، بصفتي ناخب وطني، والأمر متروك له حاليا». وتابع جمال بلماضي: «عند ما يبدي ياسين علي، استعدادا لتمثيل الخضر، سنباشر الإجراءات اللازمة ليصبح متاحا للمنتخب الوطني».

الظروف التي تعودنا عليها في إفريقيا، سيبدأ من صعبتها». وتابع جمال بلماضي: «نحن نقرب من موعد كأس إفريقيا، وكل مباراة ستكون معيارية بالنسبة لنا».

كما عرّج مدرب الخضر، جمال بلماضي، خلال ندوته الصحفية الخاصة بمواجهتي الصومال وموزمبيق، للحديث عن قضية ثاني «الليغا» الإسبانية، ريان بلعيد ويساين صنهاجي، وكان التشكيك الناشط في أتليتيكو مدريد وريال بيتيس، قد رفض دعوة من المنتخب الوطني لفضة أقل من 20 سنة، تحسبا للمشاركة في دورة «لوناغ» من أجل تمثيل منتخب إسبانيا لأقل من 19 سنو هي القضية التي أسالت الكثير من الحبر، لاسيما استدعاها مدرب فئة أقل من 20 سنة، ياسين متاع، لترويض أكتوبر الأخير.

وعلق بلماضي، عن القضية بأنه قد تم التعامل معها بنوع من «النية»، مضيفا: «الكشف عن قائمة المنتخب خطأ لأن المنافس سيتحرك لقطع الطريق (يقصد منتخب إسبانيا)».

وتحدث الناخب الوطني جمال بلماضي، عن التصفيات المؤهلة لكأس العالم 2026، والمشوار الطويل الذي ينتظر الخضر ليسلوع هدفهم، وصرح بلماضي: «تصفيات كأس العالم كما يعلم الجميع مهمة جدا، ويجب الفوز في أول مباراة داخل الديار أمام منتخب الصومال» كما أضاف: «نحن مجبرين على تحقيق النقاط الثلاثة لتسجيل انطلاق موفقة في هذه المجموعة نظريا مباراة موزمبيق التي لن تكون سهلة بالنظر للظروف التي تواجهنا على غرار المناخ، وتوقيت المباراة».

وتابع جمال بلماضي: «التصفيات للمونديال عبارة عن بطولة مصغرة تتخللها كأس أم إفريقيا ما يجعلها تصفيات مطولة ولا يجب علينا ارتكاب أي خطأ ليلوغ مونديال 2026».

كما أوضح الناخب الوطني، بأن رايه في قضية الثاني صنهاجي ويسلعيد، هو ترك كل منهما بكل مساره

تحدث الناخب الوطني جمال بلماضي في الندوة الصحفية التي عقدها أمس الأحد بسبدي موسى، عن التحضيرات التي تسيق نهائيات كأس أم إفريقيا 2023، على غرار مقر إقامة الخضر بساحل العاج، وصرح بلماضي: «بالنظر لخبرة التي اكتسبناها في الدوريتين السابقتين لكأس أم إفريقيا، استخلصنا الدروس، لتفادي ارتكاب الأخطاء». كما أضاف: «مقر إقامتنا في كأس أم إفريقيا المقبلة يجب أن تكون في المستوى، لضمان التركيز الكامل للاعبين على مبارياتهم».

وأردف: «رئيس الفاف، عاين مقر الإقامة بركوت ديفوار، وتباحثنا في الموضوع، واتفقنا كبيرة في خبرته لوضع المنتخب في أفضل الظروف». وتابع جمال بلماضي: «التواجد بمقر إقام موحّد مع بقية المنتخبات الإفريقية خلال الكأس، ليس في صالحنا، لذا سنجد حلول أخرى». وأكد مدرب المنتخب الوطني، جمال بلماضي، بأنه يملك فكرة عن القائمة النهائية التي سيعدّد عليها في نهائيات كأس أم إفريقيا 2023، المقررة بركوت ديفوار، ما بين الـ 13 جانفي والـ 11 فيفري 2024.

وأوضح بلماضي، في الندوة الصحفية التي عقدها يوم الأحد، بالمركز التقني للمنتخبات الوطنية، بسبدي موسى، بأن كل مباراة وكل ترويض له حقيقته وطبيعته مع اقتراب موعد الكأس.

ميززا بأنه مجبر على جسم التشكيلة المعينة بـ «الكان» في المستقبل القريب، كما أشار إلى أنه سيجري تغييرات في لبقاء الصومال وموزمبيق. وختم بلماضي: «سأجري تغييرات ما بين الفايين، لدينا لا نملك وقت للاستراخ وستكون أمانا سفيرة، لكن أمك فكرة عن الفريق الذي سأسافر به إلى كوت ديفوار». مدرب المنتخب الوطني اعترف، بصعوبة مواجهة الثانية من تصفيات كأس العالم والتي ستجمع الخضر بمنتخب موزمبيق، وصرح بلماضي: «في هذا الخصوص: «مباراة موزمبيق ستكون صعبة، بدليل النتيجة التي حققها مؤخرا أمام السنغال».

كما أضاف: «خصوص هذه المباراة خارج الديار، في ظل

## بلماضي يتحرك لمساعدة لاعبي الخضر قبل رحلة مابوتو الشناقة

المنتخب الجزائري سيكون قبل ذلك أمام رحلة شاقّة ومباشرة من الجزائر قد تدوم أكثر من 9 ساعات، ما دفع المدرب جمال بلماضي إلى البحث عن أدنى فرصة تسمح له وللاعبيه بالوصول إلى مابوتو في وقت أبكر، من أجل أخذ قسط من الراحة وتفادي الإرهاق الذي من الممكن أن يؤثر بمستوى منتخب «الخضر» في هذه المواجهة.

ملعب «نيلسون مانديلا» في العاصمة الجزائر، بعد أن كانت مقررة في تمام الساعة الثامنة بالتوقيت المحلي (التاسعة بتوقيت القدس المحتلة)، وهذا بناء على رغبة المدرب جمال بلماضي الذي يريد السفر إلى موزمبيق بعد اللقاء مباشرة.

وستلعب مباراة موزمبيق ضمن الجولة الثانية من هذه التصفيات يوم 19 نوفمبر، ما يعني أن

القدم عن معلومات تفيد بأنه يطلب من المدرب، جمال بلماضي، اتّفق على تغيير توقيت مباراة الصومال المقررة يوم 16 نوفمبر، وذلك قبل السفر إلى مابوتو لمواجهة موزمبيق في 19 من الشهر نفسه.

ووفقا للمعلومات نفسها، فإن مباراة الصومال ستلعب بداية من الساعة الخامسة مساء بتوقيت الجزائر (السابعة بتوقيت القدس المحتلة) على

يفتح المنتخب الوطني مشواره في تصفيات كأس السعالم 2026 بمواجهتي الصومال وموزمبيق الأسبوع المقبل، وفيهما سيعيشون رفقاء القائد، رياض محرز، ضغطا كبيرا بسبب رحلات السفر التي تنتظر اللاعبين بين المباراتين في ظرف قصير.

وفي هذا الإطار حصل «السوري الجديد»، الجمعة، من مصدره في الاتحاد الجزائري لكرة

# والي الجزائر يعاين أئتنغال إنجاز مسابح تننبة اولمبية و يسدي هذه التعليمات

المسداة وهذا مع نهاية سنة 2024. بكل من بلديات الأبيار، بني مسوس، بن طلحة براق، بن مراد رايس، الدار البيضاء، الكاليتوس، الرويبة (المركب الأولمبي) والمرادية. وفي ذات السياق سيتم الانطلاق في إنجاز 07 مسابح شبة اولمبية أوائل سنة 2024.

وهذا على مستوى كل من بلدية باش جراح، برج الكيفان، بوروبة، سيدي عبد الله، برج البحري، عين النينان والرويبة تحديدا بحي «السواسي». هذا إضافة إلى الـ 05 مسابح التي انطلقت بها الأشغال والتي تمت زيارة مواقع بعض منها اليوم، والمتواجدة بكل من بلديات واد قريش، باباحسن، المحمدية بلوزداد، والشراقة. فيما يتم حاليا دراسة مشاريع إنجاز 05 مسابح أخرى تتواجد بكل من بلديات العشاورة، الحراش، درارية، دالي ابراهيم وواد السمار.

ويجدر الإشارة، تمت هذه الزيارة التفقدية بحضور كل من الولاية المتدنيين، رؤساء ونواب رؤساء المجالس الشعبية البلدية للبلديات المعنية، المدراء التقنيين، أعضاء المجلس الشعبي الولائي، أعضاء المجلس الأعلى للشباب، وإطارات الولاية. وقد استمع والي خلال الزيارة إلى انتشغالات المواطنين وأسدت تعليمات للتكفل بها وفتح الأبواب واستقبال المواطنين.



حيث سيتم استلام 06 مسابح خلال الثلاثي الأول من السنة المقبلة. والتي تم على مستواها انتهاء الأشغال، بكل من بلدية أولاد الشويل، الساحلة بجسر قسنطينة، سيدي موسى، عين طاية، هراوة وسويدانية. ومن المقرر أن يتم استلام 08 مسابح أخرى تتم على مستواها الأشغال بوتيرة متسارعة تطبيقا للتعليمات

أكدت ولاية الجزائر في ذات النبان، أن المنشآت الرياضية بولاية الجزائر، ومن خلال استراتيجية الوصول إلى إنجاز مسابح على مستوى كل بلدية. وبعد الـ 20 مسابحا شبة اولمبي مستغل حاليا، ستردع بـ 31 مسابحا شبة اولمبي كاملا، سيتم إنجازها لتعزيز الحضرة الرياضية.

لإنجاز المسابح - العمل على اختيار وإنجاز واجهات عصرية للمسابح - العمل طيلة أيام الأسبوع - العمل على رفع العراقل الحائلة دون تقدم سيرورة الأشغال - حضرة المنشآت الرياضية بولاية الجزائر ستردع بـ 31 مسابحا شبة اولمبي:

قام والي الجزائر العاصمة، محمد عبد النور رابحي، يوم السبت، بزيارة ميدانية قادته إلى عدد المواقع بإقليم الولاية، عاين على إثرها والي انطلاق أشغال إنجاز مسابح شبة اولمبية، ووقف على معاينة أشغال إنجاز مسابح قيد الإنجاز. وأوضح بيان الولاية، عبر صفحتها الرسمية عبر الفيسبوك، أن هذه الخطوة جاءت لتعزز حضرة المرافق الرياضية. وذلك في إطار استراتيجية الوصول إلى إنجاز مسابح على مستوى كل بلدية. وأضاف بيان الولاية في بيانها، أن والي استهل الزيارة التفقدية ببلدية واد قريش، بتفقد الفضاء الذي تم تخصيصه لإنجاز مسابح شبة اولمبي. بعدها تم الاستماع إلى عرض من طرف المؤسسة المنجزة حول إنجاز المشروع.

ولتقف بعدها والي، على سيرورة إنجاز مسابح شبة اولمبي ببلدية سويدانية المكون من حوضي سباحة، الذي سيتم استلامه قريبا. وبالإضافة لهذا، تفقد والي رابحي، الأوعية العنقارية المخصصة لإنجاز مسابح على مستوى كل من بلديات باباحسن، المحمدية، وبلوزداد. وأسدى والي تعليمات صارمة خلال الزيارة للمؤسسات المنجزة بمختلف المسابح، تقضي ب: - ضرورة تقليص الأجل المحددة

## اتحاد بلعباس يبحث عن الاستقرار

ومساعده الرئيسي ياسين سيدهم. السلاب على التوالي في بطولة ما بين الجهات لكرة القدم، على استقرار تشكيلته لمحاربة رفع التحدي، حسب إدارة هذا النادي الذي كان ينشط في الرابطة الأولى منذ ثلاثة مواسم فيمجموعة تضم لاعبين من الفئات الشابة تم تكويتها الموسم الماضي، بدأ الفريق تحضيراته مبكر البطولة الموسم الجديد التي أعطيت الشارة انطلاقها أمس الجمعة.

لكن لا يزال يتعين على أصحاب القمصين «الأخضر والأحمر» الانتظار لسندخول في اجواء المنافسة الرسمية بعد تأجيل مبارياتهم الأولى أمام مولودية سعيدة، وهو التأجيل الذي قررته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم لدراسة ملف المناقش بخصوص الإجراءات التي قام بها لإلغاء عقوبة المنع من الانتساب التي يخضع لها منذ فترة طويلة.

وهي العقوبة التي لا تزال سارية على اتحاد بلعباس، إلا أن هذا النادي لم ير ضرورة لبدء الإجراءات المعمول بها لإلغائها، على الرغم من التسهيلات الأخيرة التي أقرتها «اللقاب» لمساعدة الأندية المعنية على تأهيل لاعبيها الجدد، من خلال السماح لها بدفع ديونها على أربع دفعات.

وإذا لم نلتزم بإدارة اتحاد بلعباس بهذا المسعى، فذلك لأنها اكتفت بالتجديد لنفس تشكيلة الموسم الماضي التي حلت في المركز الرابع في ترتيب البطولة، رغم أنها خسرت خدمات موهبتين شابتيين انتقلتا هذا الموسم إلى فريق مولودية الجزائر لأول من 21 سنة متلما علم من هذا النادي، وبقيادة المدرب الهالمني بخدة

يعول اتحاد بلعباس، الذي يلعب موسمه الثاني على التوالي في بطولة ما بين الجهات لكرة القدم، على استقرار تشكيلته لمحاربة رفع التحدي، حسب إدارة هذا النادي الذي كان ينشط في الرابطة الأولى منذ ثلاثة مواسم فيمجموعة تضم لاعبين من الفئات الشابة تم تكويتها الموسم الماضي، بدأ الفريق تحضيراته مبكر البطولة الموسم الجديد التي أعطيت الشارة انطلاقها أمس الجمعة.

لكن لا يزال يتعين على أصحاب القمصين «الأخضر والأحمر» الانتظار لسندخول في اجواء المنافسة الرسمية بعد تأجيل مبارياتهم الأولى أمام مولودية سعيدة، وهو التأجيل الذي قررته الاتحادية الجزائرية لكرة القدم لدراسة ملف المناقش بخصوص الإجراءات التي قام بها لإلغاء عقوبة المنع من الانتساب التي يخضع لها منذ فترة طويلة.

وهي العقوبة التي لا تزال سارية على اتحاد بلعباس، إلا أن هذا النادي لم ير ضرورة لبدء الإجراءات المعمول بها لإلغائها، على الرغم من التسهيلات الأخيرة التي أقرتها «اللقاب» لمساعدة الأندية المعنية على تأهيل لاعبيها الجدد، من خلال السماح لها بدفع ديونها على أربع دفعات.

وإذا لم نلتزم بإدارة اتحاد بلعباس بهذا المسعى، فذلك لأنها اكتفت بالتجديد لنفس تشكيلة الموسم الماضي التي حلت في المركز الرابع في ترتيب البطولة، رغم أنها خسرت خدمات موهبتين شابتيين انتقلتا هذا الموسم إلى فريق مولودية الجزائر لأول من 21 سنة متلما علم من هذا النادي، وبقيادة المدرب الهالمني بخدة

## لعقاب و مداح يفوزان بالمرحلة الثالثة لجائزة الجزائر للدراجات



نادي ديالي ابراهيم بنفس التوقيت. فيما فازت مواطنته ياسمين المداح بذات المرحلة على مسافة 48,8 كلم ، في زمن قدره 1سا 20د 30ثا ، امام خديجة اراوي بنفس التوقيت و سهام بوصبع من من نادي الرويبة ب 1سا 22د 06ثا. وكان الدراجان عبد الكريم فركوس (رجال) وياسمين مداح (سيدات) قد قازا أمس الجمعة ، بسباق المرحلة الثانية التي جرت بين بنر توتوسة وزرالددة، وقطع فركوس مسافة السباق 65.5 كلم في زمن قدره 1سا 11د و 19ثا امام حمزة

فاز الدراجان عز الدين لعقاب (رجال) وياسمين مداح (سيدات) بالمرحلة الثالثة، للطبعة 18 من الجائزة الكبرى الوطنية لمدينة الجزائر للدراجات (أكبر و اوسط اناث و ذكور)، التي جرت اليوم السبت من زرالددة نحو حجوط على مسافة قدرت بـ 96,4 كلم. وفاز الدراج الدولي عز الدين لعقاب بالمرحلة الثالثة للجائزة الكبرى الوطنية لمدينة الجزائر على مسافة 96,4 كلم ، في زمن قدر ب 2سا 11د و 12ثا ، امام محمد نجيب عسال بنفس التوقيت و أسامة ميموني من

فاز الدراجان عز الدين لعقاب (رجال) وياسمين مداح (سيدات) بالمرحلة الثالثة، للطبعة 18 من الجائزة الكبرى الوطنية لمدينة الجزائر للدراجات (أكبر و اوسط اناث و ذكور)، التي جرت اليوم السبت من زرالددة نحو حجوط على مسافة قدرت بـ 96,4 كلم. وفاز الدراج الدولي عز الدين لعقاب بالمرحلة الثالثة للجائزة الكبرى الوطنية لمدينة الجزائر على مسافة 96,4 كلم ، في زمن قدر ب 2سا 11د و 12ثا ، امام محمد نجيب عسال بنفس التوقيت و أسامة ميموني من

# 3 عوامل ساهمت في عودة بونجاح للمنتخب

جمال بلماضي لواصل الاستمرار في خياره على المخضرم إسلام سليماني المحترف في فريق كورينثيا البرازيلي، في حين أثبت الوجه الجديد أمين غويري لاعب رين الفرنسي، أنه يُحسن أكثر اللعب كمهاجم ثامن في مركز الجناح الأيسر، وهو حل الشاب محمد الأمين عمورة، الخيرة الألفية.

ويعود السبب الثالث الذي يقف وراء عودة بونجاح إلى الخيرة الأفريقية الكبيرة التي يمتلكها المهاجم السابق للنجم الساحلي التونسي، فمن يرى القسامة التي أعلنها جمال بلماضي سيقف على أنها الأقرب للمشاركة في كأس أمم أفريقيا المقبلة في ساحل العاج، ماعدا إمكانية حدوث تغيير أو تغييرين كحد أقصى، وفي هذا الموعد القاري سيكون منتخب الخضمر بحاجة إلى مهاجم بوزن وخبرة بونجاح للذهاب بعيدا في هذه البطولة.

موعدى سيبتمبر بسبب الإصابة ثم أكتوبر لخيارات فنية، أما عودته في موعد الشهر الجاري فيعود على الأرجح إلى ثلاثة عوامل.

تألقه مع السد أول عامل ساهم في عودة بونجاح لمنتخب الجزائر في معسكر نوفمبر/ تشرين الثاني هي الحالة الجيدة التي يعيشها اللاعب مع ناديه السد، على غرار تسجيله لهاتريك خلال الانتصار الساحق على الفيصلي الأردني ضمن منافسات دوري أبطال آسيا لكرة القدم، وكذلك مواصلة تسجيله للأهداف في مسابقة الدوري القطري.

نقص المهاجمين أما العامل الثاني فهو متعلق بالتركيبة البشرية لمنتخب الجزائر، فتشكيلة الخضمر الحالية لا تحتوي على رأس حربة حقيقي مهمته تسجيل الأهداف، وهذا من الأسباب التي دفعت

شهدت كاتسمة المنتخب الوطني المسعوبة بمسعر نوفمبر الحالي، عودة المهاجم المخضرم بونجاح، حيث يستعد مع زملائه لمواجهة الصومال يوم 16 داخل الديار ثم موزمبيق في 19 من الشهر نفسه بالعاصمة مابوتو، ضمن أول جولتين من تصفيات كأس العالم 2026.

وعاد بونجاح بونجاح لتشكيلة المنتخب الجزائري منذ مسعر 8\* hk؛ الماضي، في حين أنه غاب عن



## عمورة يضع بلماضي في ورطة قبل مواجهة الصومال وموزمبيق



أعلن الطاقم الفني لفريق روابل سانت جلوباز عن غياب الدولي الجزائري محمد أمين عمورة عن مباراة الأحد التي تجمع فريقه بالضيف نادي كورتري في الدوري البلجيكي. وستجري المباراة ضمن الجولة 14 من الدوري البلجيكي بملعب «جوزيف ماريان».

وكشفت إدارة الفريق البلجيكي، عبر الصفحة الرسمية لها على «الفايسوك» يوم السبت، عن القاتمة المعينة بالمباراة المرتقبة، التي عرفت عدم تواجد اسم ابن مدينة جيجل.

ويبدو أن عمورة أصيب في تدريبات نادي جلوباز بعد الجهد الكبير الذي بذله طيلة الأيام السابق وخاصة في مباريات الدوري الأوروبي. كما وضع عمورة المنتخب الوطني جمال بلماضي في ورطة حقيقية خاصة وأنه مقبل على تربع تحضيره لمواجهة الصومال وموزمبيق في تصفيات المونديال.

## تغيير توقيت لقاء الصومال مرتين.. و التنقل إلى مابوتو مباثرة بعد اللقاء

لربح بعض الساعات قد تمكنها من التحضير الجيد، رغم أن اللقاء كان بإمكانها تغيير موعد اللقاء يوم أو يومين مملما تنص عليه لوائح الاتحاد الدولي خاصة إذا كانت الرحلة الجوية تفوق الست ساعات، وهو ما لم تنتبه له الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، جزئيات سيعمل الطاقم الفني وبالتشاور مع الاتحادية على تعديلهما في قادم اللقاءات، علما أن الرئيس وليم صادي وضع كل الإمكانيات للطاقم الفني من أجل النجاح في مهمته، ومستعد بحسب ما أكده في تصريحات سابقة مضاعفتها خدمة المنتخب الوطني الذي تنتظره استحقاقات قادمة.

الرسمية. وسيلعب اللقاء الأول للخضمر بملعب بيلسون مائديلا أمام المنتخب الصومالي بداية من الساعة الخامسة مساءً، حتى ينسحب لرقاء محرز السفر مباشرة بعد اللقاء إلى مابوتو على الساعة (23.00)، والتواجد صباحة يوم 17 نوفمبر بالموزمبيق تحضير للمواجهة، خاصة وأن الاتحاد الجزائري وفر طائرة مستقلة مباشرة دون توقف (على غير العادة) في رحلة شاقة قد تكوم أكثر من 10 ساعات كاملة.

الاتحاد الجزائري الجديد وبالتشاور مع المدرب الوطني جمال بلماضي، تم تقديم اللقاء الأول أمام الصومال بساعة كاملة حتى تتمكن التشكيلة الوطنية

كشفت المنتخب الوطني جمال بلماضي عن قائمة تضم 23 لاعبا تحضيريا للبعثتين ضد الصومال يوم الخميس 16 نوفمبر ثم التنقل إلى مابوتو يوم 19 من نفس الشهر، لمواجهة تنحالا في إطار الجولتين الأولى والثانية من تصفيات كأس العالم 2026، التي ستخاضها الولايات المتحدة الأمريكية، كندا، المكسيك، علما أن المنتخب الوطني أرسل مملما جرت عليه العادة قائمة أولية تضم 35 لاعبا اختار منها 23 لاعبا، وبمكثته أن يجري تغييرات عليها قبل اللقاءات

## وفاق سطيف.. 3 بصمات لدوما ورد فعل الإدارة



سونلغاز

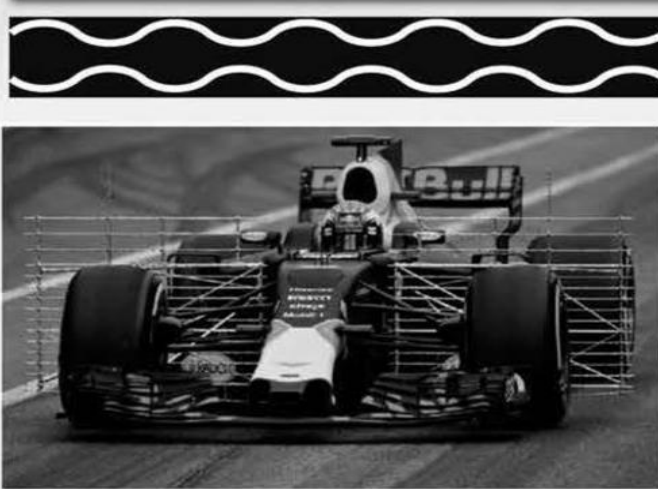
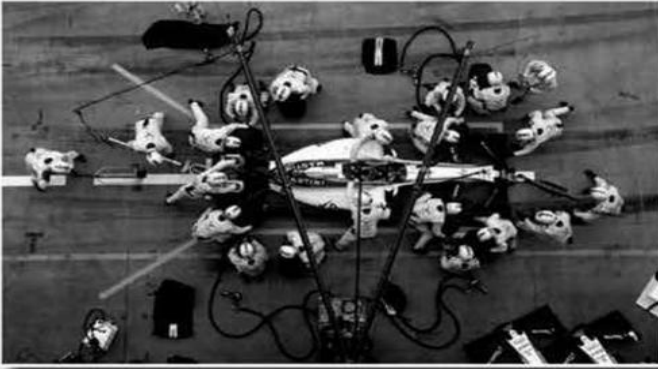


sonelgaz

الوفاق الرياضي السطايفي

دعم كبير حاز عليه فرانك دوما مدرب فريق وفاق سطيف من إدارة ناديه بعد نجاحه في حصد أول 3 نقاط له بعد استئناف بطولة دوري موبيليس لموسم 2023 / 2024 وشهدت الساعات الأخيرة داخل وفاق سطيف أشداة إدارة النادي بإدارة فرانك دوما مدرب وفاق سطيف للاعبين في مباراة شنيبة القبائل في الجولة الخامسة. وظهرت بصمة فرانك دوما في وفاق سطيف عبر 3 نقاط فنية تتمثل في الأولى تحسین المنظمة للفاعية له عن لقاء وفاق سطيف ومولودية الجزائر في وقت سابق وأما الثانية فهي مراقبة مصادر الخطورة لدي شنيبة القبائل وقراءة المنطق بخلاف حالة التصميم والروح القتالية لدي اللاعبين التي ساهمت في حصد الانتصار في التفاق الأخيرة. قرر مسئولو نادي وفاق سطيف صرف منحة مالية إلى لاعبي الفريق السطايفي بعد الفوز على شنيبة القبائل بهدف دون رد في خاسم جولات دوري موبيليس لموسم 2023/2024 وودعت إدارة وفاق سطيف لاعبي الفريق ب منحة مسابقة في حفل استمرار الانتصارات والقحام منطقة المربع الذهبي.

# سيارات الفورمولا 1.. لهذه الأسباب هي خارقة



والحرارة الناجمة عنها إلا أن عجلات سيارات الفورمولا 1 لا يمكنها إكمال سباق كامل بأي حال من الأحوال، فيغضب النظم عن تعرض العجلات للتلف وحتمية تغييرها أثناء السباق، هناك سبب آخر مهم يؤثر بشكل مباشر على سرعة أداء السيارة، مما يعني أهمية استبدال زوجي العجلات بأخر جديد، وهو أنها ومع المراحل المتقدمة من السباق تفقد العجلات ما يمكن قياسه بنصف كيلو من حجم الهواء بداخلها.

## 6- عجلة قيادة سيارة الفورمولا 1

يمكننا القول إن جميع الأشياء المتعلقة بصناعة سيارات الفورمولا 1 غير تقليدية، بداية من أصغر أجزاء تلك السيارات، وصولاً إلى عجلة القيادة الخاصة بها التي تحتوي على مجموعة متعددة من الأزرار مختلفة المهام، التي يجب أن يحفظ سائقها وظافتها عن ظهر قلب ويستخدمها خلال السباق.

ومن المثير في الأمر أن التكنولوجيا المتقدمة، والخامات المستخدمة في صناعة عجلة قيادة سيارة الفورمولا 1، تجعل أسعارها تبدأ من الـ 25000 دولار أميركي.

## 7- سيارة الفورمولا 1 وعجلة التروس

بشكل تأكيد لا تمتلك سيارات الفورمولا 1 عجلة تروس أوتوماتيكية، فالأداء القوي للسيارات بمختلف أنواعها، وخصوصاً الرياضية منها، يقترن باختونها على عجلة تروس يدوية تعزز أداء السيارات وسرعتها، ولأن سرعة سيارات الفورمولا 1 غير عادية، فإن سائقها مضطرون تقريباً إلى تبديل عملية نقل التروس أثناء القيادة تقريباً بمعدل كل ثمانية.

## 8- سيارة الفورمولا 1 والارتفاع

بعد سنوات عديدة من محاولة فرق الهندسة التابعة لكل شركة، تشارك في سباقات الفورمولا 1، تم التوصل إلى أحد أهم العناصر التي تعزز أداء سيارات الفورمولا 1 على الصعيد الديناميكي، وهو ارتفاع السيارة عن سطح الأرض، الذي يتراوح ما بين 5 و1 سم فقط، لمنح السيارة أعلى معدلات الأداء لها على حلقات السباقات.

## 9- خوذة سائق سيارة الفورمولا 1

وقوع العديد من الحوادث المميتة في الماضي جعل صانعي السيارات بطورون معايير لإنتاج الخوذة الخاصة بالسائقين، ولعل الخوذة التي تصمي الرأس هي أهم عناصر تلك المعايير التي من شأنها المحافظة على حياة السائق، لهذا تتميز الخوذة المخصصة لسائق سيارة الفورمولا 1 بالصلاية الكبيرة التي تجعلها مصادرة للاختراق والقسوة على مقاومة 800 درجة مئوية من حرارة النيران، عند التعرض المباشر لها لـ 45 ثانية.

## 10- عيوب صناعة سيارة الفورمولا 1

خلال عملية صناعة سيارات الفورمولا 1، لا مجال لوقوع أي أخطاء صناعة على الإطلاق، وذلك لأن سيارات الفورمولا 1 ليست كأي مركبات عادية، يمكن سحبها من الأسواق وإعادة إصلاح الخلل، فربما يكون الأمر عسيراً قابل للتصديق، ولكن إذا كنت تعتقد أن عدد الأجزاء الموجودة صغير وبسيط، نود أن نوضح لك أن الصواب قد جاتيك؛ لأن هناك 80000 جزء مختلف تحتوي عليه سيارة الفورمولا 1 الواحدة، لذلك حدوث أي خطأ في الصناعة يعني بشكل قاطع حدوث خلل في الأداء أو وقوع حادث.

## 11- سعر سيارة الفورمولا 1

إن التكنولوجيا المتطورة والمتطلبات المتعددة لرياضة سباقات الفورمولا 1 من قطع غير وصناعة مستمرة للمركبات، تجعل سعر سيارة الواحدة يبدأ من 6.8 مليون دولار أميركي.

## 12- حرارة سيارة الفورمولا 1

إن الطاقة الحرارية الناجمة عن احتكاك عجلات سيارة الفورمولا 1 بسرعة كبيرة على طرق الحلقات، والتي تبلغ 120 درجة مئوية، تضمن ظهور البويض بسهولة كبيرة في حالة وضعه على عجلات سيارات الفورمولا 1، ولكن درجة حرارة العجلات لا تقارن بالـ 950 درجة مئوية الصادرة من العادم، والتي يمكنها صهر الألمنيوم بكل سهولة ودون عناء.

بكل تأكيد، تعد سباقات الفورمولا 1 هي أقوى أنواع سباقات السيارات المعتمدة على السرعة في العالم، فلك الرياضة ذات الشعبية الكبيرة بين محبي رياضة المحركات، استمدت عراقها منذ تنظيم أول سباقاتها، تحت مسمى الجائزة الأوروبية الكبرى، خلال عشرينيات وثلاثينيات القرن الماضي، لتتوقف بعد ذلك عمليات التفكير في تنظيم مسابقة دولية، بسبب نشوب الحرب العالمية الثانية، ثم يأتي عام 1947؛ ليشهد أول استحداث الاتحاد الدولي للسيارات لإنشاء بطولة عالمية دولية، ليحقق الحلم رسمياً بتاريخ 10 من أبريل لعام 1950.

ومع استمرار التطور الذي شهده سباقات الفورمولا 1 فيما يخص إنشاء حلقات السباق ومعايير الأمان ومحاولة صانعي السيارات استخدام التكنولوجيا الحديثة عاماً بعد عام لتزويد سياراتهم بها، بهدف تحقيق الفوز، تحولت سيارات سباقات الفورمولا 1 من مجرد سيارات سريعة إلى سيارات خارقة بكل ما تحمله الكلمة من معنى.

لذلك وإذا كنت تظن أن سيارات الفورمولا 1 ما هي إلا سيارات فائقة السرعة فقط، فإن التفكير التالي سوف يغير وجهة نظرك عن سيارات الفورمولا 1 وسائقها إلى الأبد، بحسب موقع hotcars.com.

## 1- مكابح سيارات الفورمولا 1 والألياف

من الممكن أن يكون الأمر غير قابل للتصديق، ولكن في الحقيقة إن ضغط سائقي سيارات الفورمولا 1 على المكابح، من أجل تخفيف سرعة السيارات، أمر يصاحبه توليد طاقة خارقة وغير طبيعية، فعلى سبيل المثال يولد الضغط الناتج عن محاولات تخفيف سرعة سيارات الفورمولا 1 عبر كبح المكابح للانتقال من سرعة 255 كم/ساعة إلى 183 كم/ساعة طاقة، تستطيع أن تقذف بديل بالغ إلى الأعلى لمسافة 32 قدماً كاملة.

## 2- فريق سيارات الفورمولا 1

فريق الصيانة الذي يتمركز في النقاط الخاصة بجانب حلقات سباقات الفورمولا 1، ليس مجرد خبراء على قدر كبير من الخبرة والمهارة، فحسب جميع صانعي السيارات لا يمنحون الثقة لأي شخص، عندما يتعلق الأمر بإعادة تغيير العجلات خلال السباق، لأن الأمر يتطلب أن يتمتع كامل أعضاء الفريق باللياقة البدنية العالية وسرعة البديهة والقدرة الجسدية على إنجاز مهمة تغيير كامل عجلات سيارة الفورمولا 1 خلال السباق، خلال فترة زمنية لا تتجاوز 3 ثوان فقط، ليتابع السائق مهمته في محاولة العودة مجدداً إلى السباق.

## 3- أماكن محركات سيارات الفورمولا 1

محركات سيارات الفورمولا 1 ليست كأي محركات تقليدية للسيارات الأخرى، فهي يجب ألا تتوقف عن العمل أو التعرض لأي انخفاض لدرجة الحرارة، وذلك لأن أي تغيير في درجات الحرارة، قد يؤدي إلى إتلاف الأجزاء المكونة لها، ومن الوارد جداً أن تكسر تلك المحركات بكل سهولة لأقل الأخطاء.

وللحفاظ على درجة حرارة محركات سيارات الفورمولا 1، فإنها لا تتوقف عن العمل على الإطلاق، كما أنه يتم وضعها على الجانب العلوي الأيمن للسيارة، مع الحرص على إمدادها بالزيت الخاص بها والمياه.

والجدير بالذكر أن محركات سيارات الفورمولا 1 لا تصلح لنحول السيارة في سباق جديد، فالعمر الافتراضي للمحرك ينتهي بانتهاء السباق؛ ليتم التخلص منه بعد ذلك.

## 4- وزن سيارة الفورمولا 1

في عالم السيارات، هناك قاعدة أساسية تنص على أنه كلما خف وزن السيارة زادت سرعتها، وتلك القاعدة أيضاً تشمل سيارات الفورمولا 1 أسرع سيارات السباقات ذات المقعد الواحد على مستوى العالم، والتي تبلغ معدلات أوزانها الـ 636 كجم، وتولد محركها متوسطت قوى تزيد على الـ 810 حصنة.

## 5- إبطارات سيارة الفورمولا 1

على الرغم من استخدام العديد من المواد المخصصة لإكمال السرعة العالية قوى الاحتكاك

# اتحاد لعبة الركبي ما الفرق بين الرغبي وكرة القدم الأمريكية؟

الرئيسة المتعلقة بهذه اللعبة وهي تنظيم وإقامة المؤتمرات، وتنظيم المباريات الدولية، بالإضافة إلى تنقيف وتدريب اللاعبين والمسؤولين عن الفوائد الدولية، وذلك من خلال تقديم مجموعة من التعليمات والقواعد للعب من أجل تدريب اللاعبين بالشكل الصحيح وعلى أسس القواعد اللازمة [5] [المراجع 4] وكرة القدم الأمريكية، فإتباعاً رياضتان متشابهتان، يجري فيهما الشخص بالكرة حتى يضربه شخص آخر، ثم يتركمون فوق بعضهم البعض، وتتكرر الحالة.

الرجبي وكرة القدم الأمريكية من أنجح الرياضات على مستوى الشعبية الاقتصادية في العالم، وهذا دليل على قدرتهما لجذب الناس، مما يعني أنهما لعبتان ممتعتان عندما تفهم ما يجري على أرض الملعب، لكن رغم تشابه منطلق اللعبتين من بعيد، هناك فروق عديدة.

**الأصل هو الرجبي .. لكن كيف انشقت كرة القدم الأمريكية؟**

بالأصل، الرياضة هي الرجبي، أي أنها لعبة أقدم، ووصلت أمريكا وكندا مع المستعمرات البريطانية وجنودها لعبة الرجبي التي تأخذ شكلاً قانونياً في القرن الثامن عشر، في حين أن أصول كرة القدم الأمريكية تعود للقرن التاسع عشر، وهي لعبة نشأت متأثرة بممارسة طلاب الجامعات الأمريكية لها.

في نفس وقت وصول اللعبة لجامعات أمريكا، كانت هناك كرة القدم التي نعرفها كتشتر، فحاولت جامعات منها هارفارد ونيو يورك وكولومبيا وبرينستون تغيير بعض القوانين، بشكل يعطيها مرونة، ويسرع من رتمها مستفيدين من كرة القدم العادية، ومن أهم الأمثلة جعل عدد اللاعبين 11 بدلاً من 15.

يقال إن السبب في هذا الانشقاق ليس فقط وصول كرة القدم إلى أمريكا مع وصول الرجبي، بل لأن الأمريكيين بشكل عام أرادوا التميز بكل شيء بمارسونه، فهم مثلاً امتلكوا قوانين مختلفة في كرة السلة حتى زمن قريب، وكذلك الحال لديهم قواعد خاصة في البيسبول.

**عدد اللاعبين والتبديلات**

كرة القدم الأمريكية يلعبها 11 لاعباً على أرض الملعب، بعدد لا يختلف عن التغيرات بطريقة تشبه كرة السلة بحيث يعود من تم استبداله.

في حين يلعب الرجبي 15 لاعباً، مع وجود 7 تبديلات بقاعدة من يخرج لا يعود، إلا لو لم يبتق غيره في الاحتياط بسبب الإصابات.

**الرجبي هي كرة قدم أمريكية للرجال!**

في أي نقاش بخصوص عشاق الرجبي مع نظرائهم الأمريكيين بخصوص اللعبة، يكون هناك جواب شهير "إن لم تعرفوا الرجبي، فهي كرة قدم أمريكية للرجال".

الرجبي أكثر من حيث الاحتكاكات، كما أن لاعبيها لا يرتدون الملابس الواقية، باستثناء واقى الأسنان حسب القانون، مع شرعية ارتداء اللاعب لبعض الواقية البسيطة على رأسه وكتفاه لكن بجنونيات متقدمة مثل كرة القدم الأمريكية.

ومما يذعمر رأي هؤلاء، أن لاعب الرجبي الواحد يتعرض لـ 16 احتكاكاً وضربة مباشرة في المباراة، مقابل 4 ضربات لنظيره في كرة القدم الأمريكية، مع فارق أن قوة الضربة في الأخيرة يكون أعلى بسبب ضم السرعة إليها.

فارق السرعة هو ما يجعل الكرة الأمريكية عادة أفضل للمشاهدة لمن لا يعرف القانون، وهو ما يجبر اللاعبين على ارتداء ملابس واقية خصوصاً للرأس، لأن في الرجبي شكل الدفاع يشبه الصورة التالية، حيث ينتظر خط الدفاع المستوحذ على الكرة، وبالتالي لا يجري كثيراً ولا يذهب سريعاً، فتكون الضربة أقل قوة، في حين أن كرة القدم الأمريكية لا تأخذ نفس الشكل الدفاعي مما يجعل الضربة أقوى، وحسب التقديرات فإن الضربة في الكرة الأمريكية أقوى 3 مرات من الرجبي.

**طريقة التسجيل والنقاط**

الاختلاف الأساسي في اللعبتين يأتي من طريقة التسجيل، فكرة القدم الأمريكية تقوم على حمل الكرة لما يسمى خلف خط الخصم، وعندما تصل إلى هناك تسمى هذه النقطة "لمس الأرض"، في حين هناك النقطة التي يتم تسجيلها من خلال الركل بين قائمي المرعى وتسمى نقطة الملعب.

في الرجبي يتشابه المفهوم، حيث يجب حمل الكرة إلى خط الخصم فيما يعرف بنقطة المحاولة، أو بالتسديد من بعيد بين القائمين فيما يسمى نقطة الإسقاط.

هذا فارق بسيط بين نقطة لمس الأرض الأمريكية ونقطة المحاولة في الرجبي، ففي أمريكا لا ينبغي أن تضع الكرة على الأرض لتحسب النقطة، ويكفي أن يجاز اللاعب الخط معها، في حين مع الرجبي لا بد من وضع الكرة على الأرض.

طبعاً هناك فارق في احتساب النقاط، في كرة القدم الأمريكية نقطة لمس الأرض تعتبر 6 نقاط، في حين أن نظيرتها "المحاولة" تساوي 4 نقاط في الرجبي، مع وجود فرصة النقاط الإضافية في اللعبتين، حيث يتم منح الفريق المسجل فرصة التسديد.

أما نقطة الملعب مقابل نقطة الإسقاط، فهي تعادل 3 نقاط في أمريكا وكذلك الحال في الرجبي، علماً أنها كانت 4 نقاط في الرجبي حتى عام 1984. الفارق في نقطة الملعب مقابل نقطة الإسقاط، أن في أمريكا هناك مختص بالتسديد، ولكن في الرجبي تؤخذ الأمور بعفوية أكثر.



كرة القدم لعبة كرة القدم والتي يطلق عليها باللغة الإنجليزية مصطلح Football، من الرياضات العالمية المشهورة والتي يتنافس فيها فريقين يتكون كل فريق منهما من 10 لاعبين أساسيين وحارس مرعى، حيث يقوم اللاعبون باستخدام أي جزء من أجسامهم مثل الأقدام والرأس أو الصدر باستثناء الأيدي والذراعين، وتم المنافسة في مباريات كرة القدم على كرة دائرية الشكل مصنوعة من الجلد يتم تسديدها من قبل الفريق باتجاه الفريق الخصم، ويحسب الهدف في مباريات كرة القدم عند تمرير الكرة ووصولها إلى مرمى الخصم ودخل الشبكة، وهناك أنواع مختلفة لرياضة كرة القدم مثل لعبة كرة القدم الخماسية ولعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية.

**لعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية**

لعبة كرة الركبي أو كرة القدم الأمريكية هي لعبة من ألعاب كرة القدم المختلفة يتم لعبها من خلال كرة بيضاوية الشكل، حيث يتم ممارسة اللعبة على نوعين الأول لعبة اتحاد الركبي حيث تضم هذه اللعبة 15 لاعباً، والثانية لعبة دوري الركبي حيث تضم هذه اللعبة 13 لاعباً، وتعود أصول اتحاد الركبي ودوري الركبي إلى أسلوب لعب كرة القدم في مدرسة الركبي في إنجلترا، وتعد لعبة الركبي أو لعبة اتحاد الركبي من الرياضات الشعبية خاصة في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا، والغرض من اللعبة هو تحطيم لاعبي الفريق الخصم والوصول إلى نهاية منطقة الخصم لإحراز النقاط اللازمة للفوز. بالإضافة إلى ذلك تعد لعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية رياضة شعبية يتم ممارستها في العديد من دول العالم، حيث توجد أندية وفريق وطنية متخصصة لهذه اللعبة في أماكن متنوعة من دول العالم مثل اليابان وجورجيا والأوروغواي وإسبانيا، ويرتدي اللاعبون في لعبة الركبي العديد من المعدات الرياضية التي تساهم في توفير أكبر قدر ممكن من الحماية لهم من الإصابات أثناء ممارسة اللعبة، حيث تمتاز هذه اللعبة بالقوة والإثارة مما أسهم في زيادة الإقبال عليها، وانتشرت في لعبة الركبي بسرعة من أصولها في إنجلترا واسكتلندا وإيرلندا إلى شمال إنجلترا وجنوب أفريقيا وأستراليا ونيوزيلندا، وامتدت أيضاً إلى أمريكا الشمالية، حيث تحولت إلى نمط جديد لكرة القدم العالمية.

**نشأة كرة القدم الأمريكية**

بشكل عام بدأت رياضة أو لعبة كرة القدم من قبل الرومان والإغريق في العصور القديمة، حيث كان يطلق على لعبة الكرة الرومانية في ذلك الوقت اسم هازباستوم وهي لعبة كرة كانت شهيرة في عصر الإمبراطورية الرومانية، حيث كانت تمارس من خلال كرة صغيرة، بدأت لعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية في القرن التاسع عشر، حيث أصبح الجري باستخدام الكرة أمراً شائعاً في ثلاثينيات القرن التاسع عشر في مدرسة الركبي وأصبحت كرة قدم مدرسة الركبي شائعة في جميع أنحاء المملكة المتحدة في خمسينيات القرن التاسع عشر وسبعينيات القرن التاسع عشر، وفي عام 1845 تم تبني أول مدونة قواعد متعلقة بلعبة الركبي مكتوبة في مدرسة الركبي من قبل ويليام ديلافلد أرنولد، وروسي ديبلو سبرلي وفريدريك هنتنيز. وفي ديسمبر من العام 1857 أقيمت أول مباراة للعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية في اسكتلندا، وفي عام 1876 تم وضع مجموعة من القواعد التي تدرس قوانين لعبة الركبي عن طريق ويليام ويب الين وهو مخترع ومؤسس كرة الركبي، وبعد ذلك استمرت لعبة الركبي بالتطور حتى أصبحت من أشهر أنواع كرة القدم والتي يتم ممارستها بشكل أساسي في الولايات المتحدة الأمريكية وهي من أشهر الرياضات التي يتم ممارستها هناك.

**قوانين كرة القدم الأمريكية**

يتم ممارسة لعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية وفقاً لمجموعة من القوانين أهمها أن اللعبة يتم ممارستها من خلال كرة بيضاوية الشكل لها مقاسها ومواصفاتها الخاصة، إضافة إلى ذلك في لعبة الركبي يتم إحراز الهدف من خلال التقدم وتحطيم خط الهدف في منطقة الخصم دون توقف، أو رمي الكرة للاعب آخر موجود بعد خط الهدف، أو رمي الكرة عالياً بين العمودين الموجودين أعلى نهاية منطقة الفريق الخصم، حيث يعد الفريق الفائز في حالة إحراز أكبر عدد من النقاط والأهداف في الوقت المحدد للعبة، ويتكون الفريق في لعبة الركبي من 13 لاعباً وهؤلاء اللاعبون مقسمون بحسب الوظيفة التي يؤديها كل منهم أثناء المباراة إلى ثلاثة فرق وهي الهجوم، والدفاع، والظهر الرباعي، وهؤلاء في الغالب لديهم مجموعة من المهارات التي تميزهم عن باقي أفراد الفريق، لأن وظيفتهم هي إتاحة الفرص أمام زملائهم من الفريق لإحراز مجموعة من النقاط الإضافية أثناء المباراة.

**اتحاد لعبة الركبي**

اتحاد لعبة الركبي أو كرة القدم الأمريكية الذي يطلق عليه باللغة الإنجليزية Rugby Football Union، وهو الهيئة الإدارية للعبة الركبي التي تم تشكيلها في عام 1871 في إنجلترا ويقع المقر الرئيسي لهذا الاتحاد في توكينهام، حيث تم تأسيس هذا الاتحاد لوضع قواعد للعبة الركبي التي لعبت لأول مرة في مدرسة الركبي في عام 1823، وبعد فترة من الزمن وتم تنظيم مجموعة من النقابات المماثلة لاتحاد لعبة الركبي في أيرلندا واسكتلندا ونيوزيلندا وأستراليا وفرنسا، بالإضافة إلى كندا وجنوب أفريقيا، والولايات المتحدة الأمريكية، ويختص اتحاد لعبة الركبي بوضع مجموعة من الأنشطة

# نجوم برنتلونة يعقدون "مأدبة الطوارئ" لإنقاذ الموسم

لحل المشاكل الداخلية بين النجوم  
مبادرة 4 لاعبين

وتحدث قادة الفريق وهم، الحارس نير شستين، ولاعب خط الوسط فرينكي دي بونغ، وشاتي الدفاع رونالد أرواخو وسيزجي روبرتو عن ضرورة عقد اجتماع سريع، وهي مبادرة لقيت استحسان الرباعي وحسّى اللاعبين الذين حضروا الاجتماع.

## نقاش فني

وكان أول موضوع تناوله اللاعبون وناقشوه هو التراجع الفني لعدة لاعبين، إذ طرح القادة عدة أسئلة حول الأسباب التي أدت لانخفاض المستوى غير المبرر، خاصة من النجوم الذين اعتادوا على تقديم الإضافة حتى في الأوقات الصعبة.

## عقاب المجموعة

ومن ضمن المواضيع التي ناقشها اللاعبون خلال المأدبة هي تراجع العلاقة بين اللاعبين، وكذلك سوء التعامل في الوضعيات الصعبة بعد التشرعات، خاصة أن بعض النجوم خرجوا لانقراض زملانهم علائقة، ومن بينهم الثنائي الكندي غندوغان والبولندي روبرت ليفاندوفسكي.

## اتفاقيات صريحة

وعقد الحاضرون مجموعة من الاتفاقيات الغرض منها تحسين نتائج نادي برنتلونة وإدائه في المباريات المقبلة، ولعل أهمها هو عدم التصريح لوسائل إعلامية بما يدور داخل غرف تغيير الملابس، وكذلك التركيز على مضاعفة الجهد في المباريات، وهذا ما سيساعد الاستقرار وسط المجموعة.



هزّت الهزيمة الأخيرة لنادي برنتلونة في دوري أبطال أوروبا أمام مضيفه شختر دويتشك البيتل الكتلونسي، ودقّ اللاعبون ناقوس الخطر لإيجاد حلول تتقدم من موسم سين، وذلك قبل مباراة

## تشافي يكشف عن السبب الحقيقي لتراجع برشلونة



كشّف تشافي هرنانديز، مدرب برشلونة، عن السبب الحقيقي الذي يسف وراء ضعف نتائج الفريق مؤخرًا، وذلك قبل مواجهة الأيبس، مساء الأحد، على ملعب "أويس كومينيس الأولمبي"، ضمن الجولة الـ13 من الدوري الإسباني. وقال المدرب الكتلونسي في مؤتمر صحفي عقبه، اليوم السبت، ونقلت وكالة الأنباء الإسبانية أهم ما جاء فيه: «مشكلة الفريق كروية أكثر منها ذهنية. في العام الماضي كانت هناك انتقادات أيضًا، لكن تم تحقيق موسم رائع». وأضاف تشافي بقول: «لا يمكن الحديث عن أزمة، بل عن عشرة»، ولكنه أقر في الوقت ذاته بأنه ينبغي قبول النقد. وأوضح مدرب البرسا أن لاعبيه يعانون من «مشكلة تنظيم وتمركز، تتطلب استعادة هويتهم للحصول على نتائج جيدة، ومن ثم فتح الباب أمام إعادة ضبط أمور والقرح بعض التغييرات». وتحدث تشافي عن علاقته برئيس الفريق خوان لابورتا قائلا: «بعد كل مباراة نتحدث إلى الرئيس، وهو هادئ وداعم للفريق». وبخصوص الغيابات أمام الأيبس، أكد تشافي أن فرينكي دي بونغ مازال لم يتعاف من إصابة في كاحله الأيمن، وكذلك بالنسبة إلى غالي الموقوف، لكنه أكد جاهزية بيدري غونزاليس، الذي لعب بعض الدقائق ضد شاختار دونيتسك، يوم الثلاثاء الماضي. بالمقابل، سيعود رونالد أرواخو بكامل إمكانيته، بعدما أنهى مواجهة شاختار دونيتسك وهو يعاني من الام عضلية، وعنه قال تشافي: «رونالد سيكون مهتمًا للغاية، وفي جميع المباريات، فهو متاح». إنه يوفّر الأمان، وهو أحد القادة. وجوده يمثل ضمانًا بالنسبة للينا الآن، وهو أحد الذين يدفعون الفريق إلى الأمام رغم ضعف النتائج مؤخرًا». وبشأن مباراة الأيبس، أكد تشافي قائلا: «الفريق سيواجه الأيبس بأقصى قدر من الحماس، بعد مباراتين سيئتين، الخصم فريق صلب ويتمسك بالهجومية، ويتقن اللعب المباشر».

## عصابة إجرامية وجيش متمرد. القبض على 4 من خافي والد دياز



اعتقلت الشرطة الكولومبية 4 من أشخاص، ضلعوا في اختطاف والد لاعب كرة القدم ونجم فريق ليفربول الإنجليزي، لويس دياز، حسب بيان رسمي صادر أمس الجمعة، السبت 11 نوفمبر/ تشرين الثاني. واختطفت مجموعة من جيش التحرير الوطني المتمرد (ELN)، والذي دياز، سيلينيس مارولانو ولويس ماتويل دياز، قبل أسبوعين، غير أنه أفرج عن سيلينيس بعد ساعات، وظل لويس محتجزًا. وأفرج أفراد جيش التحرير الوطني عن والد دياز الجمعة الماضية، بعد أن قضى 12 يومًا محتجزًا في مناطق جبلية بولاية غواخيرا، شرقي البلاد، نتيجة جهود دولية مكثفة، شارك خلالها مندوبون من الأمم المتحدة، والرئيس الكولومبي

## بيريز يضع الريال في مواجهة يويفا مجددا ويقلل من قيمة دوري الأبطال



عاد رئيس ريال مدريد فلورنتينو بيريز لإثارة الجدل مجدداً بشأن بطولته دوري المسور الأوربي "مسور أبع"، حين طرح خلا خلال الجمعية العمومية للنادي، حيث وصف صيغة بطولته دوري الأبطال الجديدة بأنها «مشروع سخيف». وقال رئيس النادي الملكي اليوم السبت: «كرة القدم تعالي من أزمة مؤسسية غير مسبوقه على كل الصعد، في إسبانيا أو عموم أوروبا، الوضع خطير للغاية، يجب اتخاذ ردة فعل وتغيير هذا المسار، أو لن تكون على الوضع نعيشه حالياً، المشكلة الرئيسية أن هناك إدارات تتصرف من دون التفكير بالمشجعين ولكن نحن نريد إرضاء طموحاتهم». واعتبر بيريز أن إنشاء «المسور أبع» لن يؤثر على الدوريات الوطنية، حيث عرض الخطوط الرئيسية لمشروع حديث يرتقي إلى تطلمات العصر الحالي على حد قوله. وأضاف بيريز: «كرة القدم الأوروبية لا تنتمي لرئيس يويفا، ولا كرة القدم الوطنية تنتمي لرابطة الليغا، لهذا فإن بطولته المسور أبع ضرورية أكثر من أي وقت مضى، الهدف تقديم أفضل منافسة، الأندية هي من يجب أن تقرر مصيرها». وأردف بيريز أيضاً: «أرقام دوري الأبطال كراته على المستوى الاقتصادي، وذلك بعد بيع حقوقها مقابل 360 مليون يورو، ويوجد 64 مباراة إضافية بسببها مبلغ 64 مليون يورو، وهذا سيقلل سعر المباراة الواحدة بنسبة 41% في الصيغة الجديدة للبطولة، هو نموذج سيكون بعيدا تماما عن المشجعين وخاصة الشباب، وهو ما تحتاجه كرة القدم».

## لويس إريكي ينتقد مبابي رغم الهاتريك: لست سعيداً بمرودوده

قاد النجم الفرنسي كيليان مبابي فرقه باريس سان جيرمان إلى تصدر الدوري، بعد أن سجل «هاتريك» مميزاً، خلال المباراة التي فاز بها ناديه على ريمس خارج أرضه بنتيجة 3-0، ضمن الجولة الـ12 من المسابقة. وانتقد المدير الفني الإسباني لويس إريكي مرودود اللاعب رغم الأهداف التي سجلها، وذلك في تصريحات نقلها السبت، موقع «أوتز مونديل» الفرنسي، حيث قال: «لست سعيداً حقاً بكيليان اليوم، ليس لدي ما أقوله عن الأهداف، ولكنه يمكن أن يكون أفضل على مستويات أخرى، سياتخذ في الأمر معه أولاً لأنه لا يمكن أن يكون ذلك في الملعب. نعتقد أن كيليان هو أحد أفضل اللاعبين في العالم دون شك، لكننا نحتاجه للقيام بالمزيد من الأشياء، ربما أنا على خطأ». ويحتل مهاجم منتخب فرنسا صدارة ترتيب الهادفين في المسابقة برصيد 13 هدفاً، ويفارق كبير عن أقرب ملاحقه، النيجيري إكور آدماس، لاعب فريق مونتلبليه الذي سجل 7 أهداف. وارتقى الفريق الباريسي بهذا الانتصار إلى المركز الأول في ترتيب الدوري الفرنسي برصيد 27 نقطة، بينما تجدد ريمس عند النقطة 20، في المرتبة الرابعة.



# بينهم مودريتش ودي برونين.. أفضل 5 لاعبين في خط الوسط منذ عام 2020

مركزه خلال السنوات الماضية.

## الهولندي دي برون

رغم المشاكل التي عانى منها الهولندي فرينكي دي برون مع نادي برشلونة الإسباني، لكنه استطاع في النهاية تحقيق الانتصار، وتقديم ما يتبعه من موهبة فنية كبيرة، جعلته أحد أبرز لاعبي خط الوسط خلال السنوات الماضية. ويتميز دي برون بقدرته على التقدم بالكرة، وإعطاء تمريرات حاسمة، بالإضافة إلى نقله بين مراكز خط الوسط، بفضل أسلوبه الديناميكي في اللعب، حيث يبرز دوره في رؤية المساحات والتحكم بالكرة، ما جعله أحد أفضل لاعبي خط الوسط، بحسب موقع "سبورتس كيدز" العالمي.

## كاسيميرو

كان كاسيميرو بلا شك أحد أفضل لاعبي خط الوسط في عالم كرة القدم في السنوات الأخيرة، ورغم المشاكل التي تلاحقه في الموسم الحالي مع نادي مانشستر يونايتد، لكن الجماهير لن تنسى ما فعله في موسمه الأول بالدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم. البرازيلي يتميز بالرعاية الدفاعية، والذكاء التكتيكي، الأمر الذي جعله أحد أعضاء التشكيلة الأساسية مع ناديه السابق ريال مدريد، ومنتخب بلاده، بسبب قدرته على قراءة المباريات، واعتراض التمريرات، والفوز بالتدخلات الحاسمة، ما دفعه ليكون أحد أفضل لاعبي خط الوسط الدفاعي في العصر الحديث. وبالإضافة إلى أدواره الدفاعية، يمتلك كاسيميرو القدرة على إعطاء تمريرات منقطة، وتسديدات قوية من خارج منطقة الجزاء، وهو ما فعله مع ناديه السابق ريال مدريد، الذي هيمن على بطولة دوري أبطال أوروبا.

## الألماني غوندرغان

لا يحظى التمدد الألماني إيلكاي غوندرغان بالتقدير بين أبناء جيله، رغم الموهبة الكبرى التي يتمتع بها، وأظهرها مع ناديه السابق مانشستر سيتي الإنجليزي، الذي قاد إلى تحقيق الثلاثية التاريخية في الموسم الماضي (دوري أبطال أوروبا، البريميرليغ، كأس الاتحاد الإنجليزي). غوندرغان يتميز بقدرته على التحكم في الكرة، التمريرات، التمرير، التحكم في الحركة بين الخطوط بانسدادية، التكيف مع الأدوار المختلفة التي يطلبها من الجهاز الفني، بالإضافة إلى تحوله إلى صانع ألعاب وتسجيل الأهداف الحاسمة.



لأنه قادر على التحرك في أصعب الظروف، وينسب من المساحات الضيقة، بفضل مهارته المذهلة في المراوغة، وهذا ما فعله أيضا مع منتخب بلاده، بعدما ساهم في نيلهم الميدالية البرونزية في مونديال قطر 2022.

## دي برونين

يمكن اعتبار البلجيكي كيفن دي برونين أعظم لاعب خط وسط في جيله، بعدما كان محور مشروع بيب غوارديولا الناجح للغاية في مانشستر سيتي، عبر إبهار الجماهير بقدرته المذهلة على التمرير، ورغم تجارزه 32 من صرعه. وأظهر دي برونين طبيعته القتالية، سواء في خط الوسط أو إيراز مسووليتيه في الدفاع مع رفاقه، ما جعله أحد القادة الحظماة لنادي مانشستر سيتي الإنجليزي، والعقل المدبر لصناعة الثلاثية التاريخية في الموسم الماضي. دي برونين حصل على جائزة أفضل لاعب في الدوري الإنجليزي خلال موسمي 2019-2020، و2020-2021، وحصد جائزة أفضل لاعب خط وسط في دوري أبطال أوروبا في موسم 2019-2020، واحتل المركز الثالث في سباق الكرة الذهبية عام 2022، ما يجعله أحد أفضل اللاعبين في

بعد نجوم خط الوسط في كرة القدم الحديثة القلب النابض لأنديةهم، بفضل قدرته على الجمع بين الصفات الفنية المميزة والإصرار على أخذ أدوار جديدة أكثر ديناميكية من أي وقت مضى في تاريخ اللعبة الشعبية الأولى في العالم. وخلال السنوات الماضية، استطاع "الساند" خط الوسط المبدعين خطف الأضواء وبغوة، من خلال تمريراتهم الدقيقة، والرؤية الثاقبة لسير المواجهات، والقدرة على التحكم في إيقاع المباريات، وهذا اخترا لـ أبرز 5 نجوم منذ عام 2020.

## لوكا مودريتش

حصل لوكا مودريتش على الحق في اعتباره أحد أفضل لاعبي خط الوسط على الإطلاق، حيث قدم أسطورة ريال مدريد أورااق اعتماده من الفريق الإسباني خلال العقد الماضي، وما زال يعطى الكثير رغم تقدمه في السن (38 عاما). مودريتش ساعد ريال مدريد في تحقيق لقب دوري أبطال أوروبا في موسم 2021-2022، بفضل رويته المذهلة في خط الوسط، ونطاق تمريراته التي لا مثيل لها في عالم كرة القدم. الكرواتي يجعل الجماهير الرياضية تراقب ما يفعله عندما تكون الكرة بين قدميه،

# نيكو تاكاهاشي موهبة برشلونة.. ابن اللاجئ الذي أصبح محل صراع 3 منتخبات

حيث ذهبا إلى المدرسة، والتقيت كوري، والده نيكو اليابانية».



وأردف: "إنه فخر كبير بالمسبة إلى أن أعود إلى هنا، لأكون مع عائلتي وأن أتمكن من الاستمتاع بابني وهو يلعب مع منتخب

خطف الدفاع الأيسر للمنتخب الياباني لفة أقل من 20 عاما، نيكو تاكاهاشي، الأنظار خلال بطولة العالم الأخيرة، خصوصا أنه يعتبر اللاعب الأصغر سنا في قائمة مدرجه كويتشي توغاشي، من بين قائمة تضم 21 لاعبا وقامت دعوتهم، وذلك بفضل مستواه العالي في جميع المباريات. كان اللاعب قبل أشهر يلعب مع منتخب إسبانيا لفة أقل من 16 عاما، لكنه فضل الانضمام إلى اليابان بلد والدته، وذلك للحصول على فرصة أكبر للعب، وقد تمكن من المشاركة في كأس آسيا، قبل أن يرسم نفسه أساسيا منذ المباراة الأولى في المونديال التي فازت بها اليابان على السغال بنتيجة 1-0، وقد قال والده بشأنه في تصريحات للموقع الرسمي للاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا": "لقد وقعت به كثيرا، لقد كان أداءه جيدا جدا، ويفضل مصداقات الحياة اليوم، نحن هنا في الأرجنتين، في مدينتي، حيث ولدت، اخوتي الأربعة و"الرجل المعجوز" (والده) أوصنا من الإلتصاق، كنا نعيش هناك، ولكن في عام 1976، في ظل الديكتاتورية العسكرية، كان علينا أن نذهب إلى المنفى في إسبانيا، وبالتحديد في برشلونة، لقد نشأنا في كتالونيا

# هاري كين يربح هدافي البوندسليغا برقم استثنائي



قاد الإنجليزي، هاري كين، فريقه بايرن ميونخ، اليوم السبت، بغوز متبر على حساب هايندهايم بنتيجة 4-2، برسم الجولة الحادية عشرة من الدوري الألماني، بتسجيله ثنائية عزز بها صدارته لجدول ترتيب هدافي المسابقة. ورفع كين رصيده إلى 17 هدفا في موسمه الأول في ألمانيا، ليكسر رقم هداف الموسم الماضي، الذي حققه لاعبنا بالشرارة، هاس نيكلاس فولكر وروغ مهاجم بوروسيا دورتموند، وكريستوف توكو لاعب لايبزيغ السابق، المنضم إلى تشيلسي الصيف الماضي، حيث سجل 16 هدفا طوال الموسم (34 جولة). ولم تمر سوى 11 جولة حتى نجح قائد المنتخب الإنجليزي في تسجيل أهداف أكثر من هدافي الموسم الماضي (2022-23)، في رقم مهم يربح اللاعب لكسر أرقام تهاديفية أخرى، خاصة وأن أمامه 23 جولة أخرى قبل انقضاء الموسم. ونجح كين في منح التقدم لبائرن أمام هايندهايم عند الدقيقة (14)، بتسديدة قوية مستغلا تمريرة حاسمة من ليروي ساني، قبل أن يعود الأخير ليصنع الهدف الثاني لنجم توتنهام السابق عند الدقيقة (44)، من خلال تزيعة من نقطة الراكبة، استقبلها الهدف بضربة راسية رائعة. بهذا الفوز، حطفت بايرن ميونخ صدارة ترتيب البوندسليغا مؤقتا، بفارق نقطة واحدة أمام باير ليفركوزن الذي يستضيف، غدا الأحد، يونيون برلين على ملعبه، في مهمة استعادة الزعامة قبل فترة التوقف الدولي الأخيرة في العام الحالي. باحتساب جميع المسابقات، يكون كين قد وصل إلى هدفه رقم 21 هذا الموسم بقميص بايرن ميونخ، منها 4 في دوري أبطال أوروبا، كما نجح اللاعب البالغ من العمر 30 عاما في صناعة 5 أهداف في الدوري الألماني، وهدفين في دوري الأبطال. جدير بالذكر أن الدولي الإنجليزي انضم إلى صفوف النادي البافاري في الميركاتو الصيفي الماضي، بصفحة انتقال فاقست قيمتها 95 مليون يورو، بعدما قضى أغلب مشواره الاحترافي في نادي توتنهام هوتسبير الإنجليزي.

# مانشستر يونايتد يكشف موقفه من رحيل قائده إلى السعودية



كشفت تقارير صحفية عن رفض مانشستر يونايتد الإنجليزي بيع قائده، البرتغالي برونو فرنانديز، إلى أحد أندية الدوري السعودي، خلال فترة الانتقالات الصيفية القادمة. وأثار التوقيع المفاجئ للنجم البرتغالي، كريستيانو رونالدو، مع النصر في الميركاتو الشتوي 2023، ضجة كبيرة في عالم كرة القدم. وكان هذا التوقيع بمثابة علامة فارقة في تاريخ كرة القدم السعودية، إذ أثبت أن دوري روشن قادر على جذب كبار اللاعبين من أوروبا. وبحسب شبكة "ستريتبي نيوز" البريطانية، فإن مانشستر يونايتد أعلق الباب تماما أمام أي مفوضيات بشأن انتقال برونو فرنانديز إلى أحد أندية الدوري السعودي، خاصة بعد أشهر قليلة فقط من تعيينه قائدا للفريق. ويبدل برونو عامه الثالث مع مانشستر يونايتد، ولديه عامان متبقين في عقده الحالي. ويعلم اللاعب البرتغالي أنه مایل آل أمامه الكثير من العمل إذا كان يريد تحقيق أهدافه مع الفريق. ويعتقد مسؤولو يونايتد أن لاعب سبورتنغ لشبونة السابق، هو أحد اللاعبين الذين يمكنهم قيادة الفريق إلى تحقيق الألقاب في المستقبل، ولذلك، فإنهم مستعدون للتصديق به حتى لو تلقوا عروضاً كبيرة من الأندية الأخرى. وسأهم فرنانديز في 24 هدفا من أصل 49 هدفا سجلها مانشستر يونايتد في جميع المسابقات، هذا الموسم، ما يجعله اللاعب الأكثر مساهمة في الأهداف مع الفريق.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية غرداية  
مديرية الأشغال العمومية  
NIF: 408015000047019

المشروع: إنجاز مزائق أمنية لمحلول للمدخل الشمالي لمدينة بريان على مستوى مفترق الطرق للطريق الوطني رقم 01 والطريق الاجتياهي بريان عند ن ك 548 ون ك 559 .

إعلان عن منح مؤقتة للصفقة

طبقاً للمرسوم الرئاسي رقم 15-247 الصادر بتاريخ 16/09/2015 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوقيض المرفق العام، وتوضيات المرفق العام، تعلم مديرية الأشغال العمومية لولاية غرداية، كافة المشاركين في طلب عرض مفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم 2023/13 والمتعلقة بمشروع: " إنجاز مزائق أمنية لمحلول للمدخل الشمالي لمدينة بريان على مستوى مفترق الطرق الوطني رقم 01 والطريق الاجتياهي بريان عند ن ك 548 ون ك 559 "، و الصادرة في الجرائد (جريدة planet sport وجريدة الجزائر ماتش بتاريخ 2023/10/25) أنه بعد إجراء عملية تقييم العروض وفق المعايير المحددة في دفتر الشروط، حصلنا على النتائج التالية:

المتعهد المختار	مبلغ العرض بكل الرسوم (دج)	مدة الإنجاز	نقطة العرض التقني	الملاحظة
SARL SPSPRS NIF : 099916000756214	24.922.646,00	60 يوم	55/55	أقل عرض مالي

يمكن لأي متعهد معارض لهذا الإختيار أن يودع طعنا أمام اللجنة الولائية للصفقات العمومية لولاية غرداية الكائنة بمقر الولاية في أجل عشرة (10) أيام ابتداء من أول تاريخ هذا الإعلان في الجرائد أو في ن.ر.ص.م.ع كما يمكن لأي عارض لم يختار أن يتقرب من مصالح مديرية الأشغال العمومية لولاية غرداية لمعرفة كيفية تنقيط عرضه وذلك في أجل ثلاثة (03) أيام ابتداء من تاريخ نشر هذا الإعلان في الصحافة.

ANEP réf.2316027479 يومية " الجرائد ماتش " العدد: 1121 بتاريخ 13 نوفمبر 2023

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية بومرداس  
مديرية الشباب والرياضة  
رقم التعريف الجبالي: 099 035 015 037 135

الإعلان عن المنح المؤقت للصفقات

طبقاً لأحكام المادة 65 من المرسوم الرئاسي رقم 15-247 المؤرخ في 16/09/2015 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوقيض المرفق العام، وبناء على تقييم العروض التقنية والمالية تعلم مديرية الشباب والرياضة لولاية بومرداس كافة المتسهمين المشاركين في طلب العروض المقروء مع اشتراط قدرات دنيا رقم 03 م ش ر/2023 المتعلق بترميم المؤسسات الرياضية على مستوى الولاية على شكل حصص، أن الصفقات تمنح مؤقتاً للمؤسسات التالية:

المشروع	رقم الإعلان	الصفة	المؤسسة	رقم العرض من	المبلغ المالي بمجموع الرسوم	التقنية	مدة الإنجاز	ملاحظة	
ترميم المؤسسات الرياضية على مستوى الولاية 03 م ش ر/2023		الصفة 05: ترميم قاعة متعددة الرياضات بطن القعدة	مؤسسة ثقافتنا في مقلق	12	7 078 568,70 دج	41,5 نقطة	03 أشهر	مواظبا	
			مرحلة إيمان كرم رقم التعريف الجبالي: 198435140030437						
			مؤسسة ثقافتنا في مقلق	20	24 733 912,00 دج	44 نقطة	02 أشهر	مواظبا	
			مرحلة حويلى زراء رقم التعريف الجبالي: 254261200204150						
			مؤسسة ثقافتنا في مقلق	20	3 748 816,00 دج	41,5 نقطة	02 شهرين	مواظبا	
			مرحلة حويلى زراء رقم التعريف الجبالي: 254261200204150						
الصفة 05: ترميم قاعة متعددة الرياضات بطن القعدة		الصفة 05: ترميم قاعة متعددة الرياضات بطن القعدة	مؤسسة ثقافتنا في مقلق	09	14 637 515,17 دج	42,38 نقطة	06 أشهر	مواظبا	
			مؤسسة ثقافتنا في مقلق	12	6 453 071,31 دج	41,77 نقطة	03 أشهر	مواظبا	
			مرحلة إيمان كرم رقم التعريف الجبالي: 197255140087530						
			مؤسسة ثقافتنا في مقلق	24	3 032 936,34 دج	42,5 نقطة	02 شهرين	مواظبا	
			مرحلة كرويات بونف رقم التعريف الجبالي: 162350900089191						
			مؤسسة ثقافتنا في مقلق	12	6 453 074,40 دج	41,77 نقطة	03 أشهر	مواظبا	
مرحلة إيمان كرم رقم التعريف الجبالي: 198435140030437									

طبقاً لأحكام المادة 82 من المرسوم الرئاسي رقم 15-247 المؤرخ في 16/09/2015 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوقيض المرفق العام، يمكن لكل متعهد أن يعارض هذا المنح وتقييم طعنا لدى لجنة الصفقات العمومية لولاية بومرداس في خلال 10 أيام من تاريخ أول صدور لهذا الإعلان في الجرائد والنشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي BOMOP. على المرشحين والمتعهدين الراغبين في الاطلاع على النتائج المفصلة لتقييم ترشيحهم وعروضهم التقنية والمالية، الاتصال بمديرية الشباب والرياضة لولاية بومرداس - مصلحة الاستشارات والتجهيز- في أجل أقصاه ثلاثة (03) أيام، ابتداء من اليوم الأول لنشر إعلان المنح المؤقت للصفقات لتبليغهم هذه النتائج كتابياً.

ANEP réf.2316027467 يومية " الجرائد ماتش " العدد: 1121 بتاريخ 13 نوفمبر 2023



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 بـ 01 نهج باستور-الجزائر.

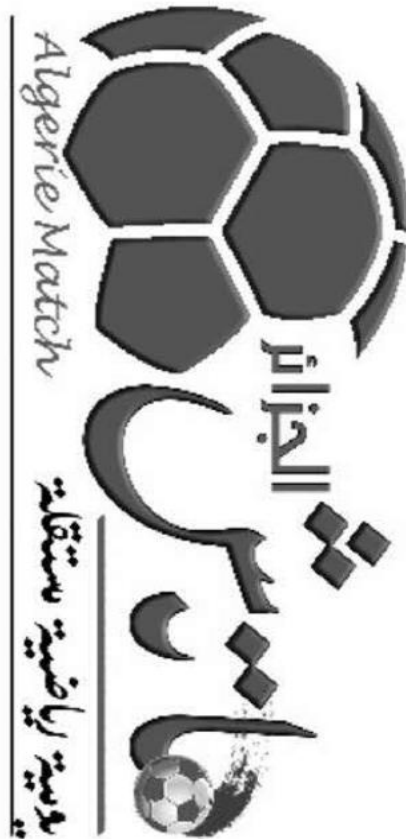
الهاتف الثابت: 021 73 71 28

/ 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



## تشافي يعلق على فوز برشلونة «القاتل» على سوسبيداد

(أمس) لا يمكننا أن ننظر إلى النتيجة فحسب، لم تلعب بشكل جيد، هذه ليست الطريقة التي ينبغي أن تؤدي بها المباريات». ونقلت هذه النتيجة برشلونة إلى المركز الثالث في جدول ترتيب الدوري الإسباني، لكنه ظل بفارق أربع نقاط عن المتصدر جبرونا، مفاجأة «لا ليغا».

الأسبوع الماضي، فقد لعبنا بشكل أفضل من ريال مدريد، لكننا خسرتنا وكنا نستحق الفوز، واليوم (أمس) هو العكس، ريال سوسبيداد يستحق أكثر من ذلك بكثير (من الخسارة)». وتابع «لم تكن أقرباء بما فيه الكفاية، خاصة في الشوط الأول. يجب أن ننتقد أنفسنا، لقد لعبنا الأسبوع الماضي بشكل جيد جدا ولم نغز. الناس ينظرون فقط إلى النتيجة واليوم

بدلا من الضائع. وقال تشافي عقب اللقاء، إن ريال سوسبيداد قدم عرضا طيبا وكان يجب أن يتعادل على الأقل، وألقى باللوم في الأداء الذي قدمه فريقه على هزيمة الأسبوع الماضي أمام ريال مدريد (2-1). وأضاف المدرب الإسباني «لدي اليوم (أمس) إحساس مختلف عما كان لدي

لم يبد مدرب برشلونة، تشافي هيرنانديز، سعادته بالفوز الذي حققه فريقه بهدف نظيف على مضيفه ريال سوسبيداد بالدوري الإسباني أمس السبت، مؤكدا أن الفريق المضيف كان يستحق نتيجة أفضل. وسجل المدافع الأوروغوياني رونالد أراوخو، الهدف الوحيد في المباراة بضرية رأس في الدقيقة الثالثة من الوقت المحتسب

## أبرز 5 صفقات للفيربول في عهد كلوب.. الذكاء الاصطناعي يصدّم صلاح

قدرتهم مع ليفربول، يمتلك مهارات رائعة، مما ساهم في الاستقرار الدفاعي لنادي ليفربول في البطولات الكبرى».

1- فيرجيل فان دايك تصدر المدافع الدولي الهولندي قائمة أفضل الصفقات لنادي ليفربول في عهد كلوب حسب الذكاء الاصطناعي، وذلك بعد انضمامه لـ«الريدز» في 2018 قادما من ساوثهامبتون مقابل 75 مليون جنيه إسترليني. ومنذ توقيعه للفيربول أصبح فان دايك أحد أفضل المدافعين في الدوري الإنجليزي الممتاز والعالم، ويقول الذكاء الاصطناعي عن المدافع الهولندي: «كان أداءه دائما مميزا مع ليفربول وساعد الفريق في الفوز ببطولة الدوري الإنجليزي ودوري أبطال أوروبا ولديه شخصية قيادية مميزة».

مهاجم متعدد الإمكانات والمراكز وديناميكي يسجل الأهداف، كان جزءا أساسيا من ثلاثي الهجوم في ليفربول مع محمد صلاح وروبرتو فيرمينو».

3- محمد صلاح وصل صلاح من روما في عام 2017 مقابل حوالي 34 مليون جنيه إسترليني، ويقول الذكاء الاصطناعي: «كان محمد صلاح آلة تسجيل للأهداف مع ليفربول وواحد من أكثر الأجنحة تهييفا في الدوري الإنجليزي الممتاز». 2- أليسون وقع كلوب مع الحارس الدولي البرازيلي من روما في عام 2018 مقابل 66 مليون جنيه إسترليني، ويقول الذكاء الاصطناعي عن أليسون: «هو أحد أعلى الحراس في العالم منذ ذلك الوقت، يظل أحد اللاعبين الموثوقين في

كلوب مع ليفربول ولم تكن صلاح، رغم أرقامه القياسية المميزة. وفي ما يلي ترتيب أبرز صفقات ليفربول في عهد كلوب حسب الذكاء الاصطناعي:

5- أندرو روبرتسون انتقل الدولي الاسكتلندي من هال سيتي إلى ليفربول مقابل 8 ملايين جنيه إسترليني في 2017. ويقول الذكاء الاصطناعي: «كان روبرتسون بمثابة اكتشاف في مركز الظهير الأيسر، لديه قدرات مميزة مثل السرعة والمساهمة في النواحي الدفاعية والهجومية في 275 مباراة». 4- ساديو ماني انتقل الجناح السنغالي من ساوثهامبتون إلى ليفربول في عام 2016 مقابل 34 مليون جنيه إسترليني، ويقول الذكاء الاصطناعي: «ماني

حقق المدرب الألماني يورغن كلوب، نجاحا كبيرا منذ تسلمه مهمة تدريب ليفربول في العام 2015، حيث فاز مع الفريق بالدوري الإنجليزي ودوري أبطال أوروبا وكأس الاتحاد الإنجليزي وكأس كاراباو. ومنذ توليه مسؤولية تدريب عملاق إنجلترا، تعاد كلوب مع 37 لاعبا في ثمانية أعوام، وكان ماركو جروجيتش هو أول صفقة يبرمها المدرب الألماني بعد تعيينه على رأس الإدارة الفنية لنادي ليفربول، والأخيرة هي لاعب ساين ميونخ، ريسان غرافنبرخ في الميركاتو الصيفي الماضي. وتساءلت صحيفة «ميرور» البريطانية بشأن أفضل توقيع للفيربول في عهد كلوب الذي شهد تعاقده النادي مع النجم المصري محمد صلاح في العام 2017. واستعانت «ميرور» بالذكاء الاصطناعي من أجل اختيار أفضل صفقة أبرمها

## مارسيلو بعد تتويجه بكأس ليبرتادوريس:

## هذا اللقب هو الأهم في مسيرتي وسيفهمون ذلك في ريال مدريد

وهذا اللقب هو الـ 30 لمارسيلو في مسيرته الحافلة. علما بأنه كان قد رحل عن ريال مدريد في العام 2022 بعد أن أصبح اللاعب الأكثر تتويجا بالألقاب في تاريخ النادي الملكي برصيد 25 لقباً بينها خمسة القاب في دوري أبطال أوروبا، وأربعة في كأس العالم للأندية، وثلاثة في كأس السوبر الأوروبي.

مستوى الأندية، لأنه النادي (فلوميننسي) الذي نشأت فيه وترعرعت فيه». وأضاف: «لقد حققت لقباً مهما جدا مع فريقتي المفضل، الذي منحني كل الأدوات لبناء مسيرتي، مع الموظفين الذين رأوا تطوري. ليس هناك شيء أكثر قيمة من ذلك. إنه لا يقدر بثمن».

وقال مارسيلو (35 عاما)، الذي سبق له الدفاع عن ألوان نادي ريال مدريد الإسباني لـ 16 موسما، لشبكة «ESPN» العالمية عقب تتويج فريقه التاريخي: «في ريال مدريد سيفهمون ذلك. إنه أهم لقب في مسيرتي على

وصف الظهير الأيسر المخضرم لنادي فلوميننسي البرازيلي، مارسيلو، تتويجه بلقب كأس ليبرتادوريس الأمريكية الجنوبية لكرة القدم، بأنه الأهم في مسيرته مع الأندية التي لعب لها. وتوج فلوميننسي بلقب كأس ليبرتادوريس للمرة الأولى في تاريخه، بفوزه على بوكا جونيورز الأرجنتيني 1-2 بعد التمديد (الوقت الأصلي 1-1) في المباراة النهائية يوم الأحد.

## محمد قدوس يسجل واحدا من أجمل الأهداف

## في الدوري الإنجليزي

الهدف وصف من قبل الكثير من المتابعين عبر منصات التواصل الاجتماعي بأنه واحد من أجمل الأهداف في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم. ولسوء حظ قدوس، فرغم هدفه الرائع، فقد

الهدف وصف من قبل الكثير من المتابعين عبر منصات التواصل الاجتماعي بأنه واحد من أجمل الأهداف في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم. ولسوء حظ قدوس، فرغم هدفه الرائع، فقد

المسابقة. وسجل قدوس هدف التعادل (1-1) لفريقه في الدقيقة 19، بعد كرة عرضية وصلت له، ليسدها على الطائر بطريقة أक्रوباتية في المرمى.

أحرز الغاني محمد قدوس، واحدا من أجمل الأهداف في الدوري الإنجليزي هذا الموسم، وذلك خلال لقاء فريقه وست هام يونايتد مع برينتفورد، أمس السبت ضمن منافسات الأسبوع الـ 11 من

## الدوري الإيطالي.. ميلان يواصل نزيف النقاط

أبطال أوروبا، وستكون مواجهة النادي الباريسي الفرصة الأخيرة تقريبا لميلان للإبقاء على آماله في المنافسة على بطاقتي الترتيم النهائي.

فوزه الأول هذا الموسم بعد سبعة تعادلات وثلاث هزائم. وجاءت خسارة ميلان قبل القمة الحاسمة المرتقبة الثلاثاء المقبل أمام ضيفه باريس سان جيرمان الفرنسي في دوري

في الدقيقة 61 من ركلة جزاء. وهذه هي الخسارة الثانية لميلان في مبارياته الثلاث الأخيرة التي لم يحقق فيها الفوز فتجد رصيده عند 22 نقطة في المركز الثالث، فيما حقق أودينزي

وأصل نادي ميلان نزيف النقاط بخسارته أمام أودينزي بهدف وحيد لحساب الجولة الـ 11 من بطولة إيطاليا لكرة القدم يوم السبت وسجل الأرجنتيني روبرتو بيريرا هدف فوز أودينزي

## أوساكا تعود إلى منافسات التنس من بوابة دورة بريزبين الأسترالية



ستكون دورة بريزبين الأسترالية بوابة اليابانية ناومي أوساكا من أجل العودة إلى منافسات كرة المضرب. وتمتد دورة بريزبين التي تنطلق في اليوم الأخير من ديسمبر، تحضيرية لبطولة أستراليا المفتوحة التي أحرزت أوساكا لقبها في 2019 و 2021، منتصف يناير. وكانت أوساكا (26 عاما) أشارت في سبتمبر الماضي إلى أن ابتعادها عن المنافسات "أقرب حقا للثقل في داخلي".

وانجبت النجمة اليابانية ابتهاج شاشي في يوليو ولم تلعب منذ سبتمبر 2022 حين شاركت في دورة طوكيو، حيث انسحبت من مباراتها في ضد البرازيلية بياتريز حداد مايا بسبب الإغماء في البطن. قالت أوساكا التي تتوقع عودة كاملة إلى دورات رابطة المحترفات العام المقبل "أحببت دوما إطلاق موسمي في بريزبين وأتوق للعودة".

وبعدما تصدرت تصنيف رابطة المحترفات عام 2019، تراجعت أوساكا، الفائزة بلقب فلاشينغ ميوزم عامي 2018 و 2020 إلى جانب لقبها في أستراليا المفتوحة، حتى المركز 603 لابتعادها عن الملاعب. وكانت في 2022 الرياضية الأعلى اجرا في العالم وفق مجلة "فوربس" وبلغت عائداتها 51.1 مليون دولار.

ولم يتمكن نجاحها المالي على أرض الملعب في 2022، فعادت من هزائم في الدور الأول في كل من رولان غاروس والولايات المتحدة و انسحبت من ويمبلدون بسبب إصابة في وتر أخيل وخرجت من الدور الثالث في أستراليا المفتوحة. وغابت أوساكا لفترة طويلة عن المنافسات خلال 2021 بسبب مشاكل نفسية ومعالجتها مع الضغط الإعلامي.

## إيقاف 7 لاعبين في التنس بسبب التلاعب بنتائج المباريات

تواصل الوكالة الدولية لنزاهة التنس جهودها للقضاء على التلاعب بنتائج المباريات في كرة المضرب بتخاذ قرارات صارمة ضد كل من يذنب وكشفت صحيفة "ماركا" الإسبانية، السبت، أن الوكالة أوقفت 7 لاعبين من بلجيكا قد تورطوا في شبكة للتلاعب بنتائج المباريات، حيث جرى الإعلان عن العقوبات بعد الانتهاء من قضية جنائية مؤخرًا تتعلق بحصافة للتلاعب بالنتائج.

وأدى التعاون بين الوكالة والسلطات البلجيكية إلى الحكم بالسجن مدة خمس سنوات على الزعيم النقابي غريغور سركسيان، بينما تتعلق قضية الإيقاف باللاعبين أرنو غرايس، آرثر دي غريف، جوليان ديبل، رومان باربوزا، ماكسيم أوتوم، عمر سلمان واليك وينيمور.

وتتراوح الأحكام بين سنتين وأربع سنوات، وذلك بعد أن أوقف ثلاثة لاعبين مؤقتًا منذ مايو/أيار 2021، وهم وينيمور ودي غريف وباربوزا، ضمًا جرى توجيه الاتهام إليهم رسميًا في إجراءات جنائية في بلجيكا، وتشير لوائح الاتحاد الدولي للعبة إلى أنه أثناء إيقاف اللاعبين، يُحظر عليهم اللعب أو التدريب أو حضور أي حدث رياضي يتعلق بكرة المضرب مهما كان حجمه.

## قرعة البطولة الآسيوية لكرة اليد: مواجهات خليجية منتظرة

شهدت قرعة البطولة الآسيوية الـ 21 لكرة اليد، مجموعة قوية للغاية بين المنتخبات المنافسة، على البطولات المؤهلة إلى بطولة كأس العالم 2025، التي ستقام في ثلاث دول، وهي الترويح، الدنمارك، بالإضافة إلى كرواتيا.

وفي المجموعة الأولى، ستكون الجماهير الرياضية السعيدة لكرة اليد، على موعد مع مواجهات خليجية قوية للغاية، بعدما أسفرت القرعة عن وجود منتخب قطر، الكويت، سلطنة عُمان، بالإضافة إلى الصين تايبيه.

أما المجموعة الثانية، فضمنت كلا من إيران، كوريا الجنوبية، الصين والمغرب، الهند، اليابان، في حل منتخب البحرين بالمجموعة الرابعة مع منتخب الإمارات، هونغ كونغ، كازاخستان.

يذكر أن البطولة الآسيوية الـ 21 لكرة اليد ستقام في البحرين خلال لافتة من 11 إلى 25 يناير/كانون الثاني القادم، وستتأهل 4 منتخبات عن القارة الصفراء إلى بطولة كأس العالم القادمة، ما يجعل الدور الرئيس أمراً حاسماً لجميع المنتخبات التي تطمح بالوصول إلى المسابقة الدولية.

# القطري علي العبيدي يتوج ببطولة العالم للسنوكر



بعد مباراة قوية حوّل فيها اللاعب القطري تأخره (1-3) إلى فوز ثمين. وفي دور ثمين، 32، تحطى القطري الإماراتي عبد الرحمن سيف بنتيجة 4-3، ثم تغلب في الدور ثمن النهائي على نظيره داريل هيل من جزيرة أيل أوف مان بنتيجة 5-1، وبعدها، تفوق في الدور ربع النهائي على الأيرلندي روس بولمان بنتيجة 5-2، ثم فاز على الصيني دينغ هواي بنتيجة 5-1 في نصف النهائي. وأعرب العبيدي عن سعادته بالفوز العالمي الذي حققه للسنوكر القطري والعربي، مُعتبراً أن هذا الإنجاز جاء بعد عمل وجهد كبيرين خلال الفترة الماضية، إلى جانب الدعم المستمر من الاتحاد القطري للبيارد والسنوكر.

### رئيس الاتحاد الدولي للسنوكر: بطولة مثالية

وتوعد رئيس الاتحاد الدولي للسنوكر، مبارك الخبارين، بالنجاح الكبير لدولة قطر في استضافة بطولة العالم للسنوكر لفردي الرجال، أولى البطولات الدولية التسعة في السنوكر والبيارد الإنجليزي التي تقام في العاصمة القطرية الدوحة بصورة متزامنة.

وأكد الخبارين أن منافسات البطولة خرجت بصورة مثلى على الصعيد الفني والتنظيمي، مُتمنياً في الوقت نفسه دور الاتحاد القطري في تطوير رياضة السنوكر ونشرها على الصعيد العالمي والقطري. وقال الخبارين: "إن بطولة العالم للسنوكر لفردي الرجال حققت الكثير من النجاحات سواء على الصعيد الفني أو التنظيمي، إلا أن النجاح الأكبر الذي شهده (البطولة) يتمثل في فوز القطري علي العبيدي باللقب العالمي، ليكون أول قطري وعربي يحقق هذا الإنجاز".

فاز اللاعب القطري علي العبيدي بلقب بطولة العالم للسنوكر لفردي الرجال، أولى البطولات العالمية التسعة التي تستضيفها قطر في السنوكر والبيارد الإنجليزي وينظمها الاتحاد القطري للبيارد والسنوكر، بمشاركة أكثر من 200 لاعب ولاعبة يمثلون نحو 40 دولة، على أن تستمر منافساتها حتى الـ 24 من نوفمبر/ تشرين الثاني الجاري. وجاء توج العبيدي باللقب، بعد فوزه المستحق على نظيره تشيونغ كا واي من هونغ كونغ بنتيجة 6-1 في اللقاء النهائي، حسب ما أفاد به تقرير خبري لوكالة الأنباء القطرية "قنا". وشهدت المواجهة النهائية ندية من اللاعبين، واستهلها العبيدي بقوة وتقدم في النتيجة 1-0، إلا أن بطل هونغ كونغ اندرك التعادل بنتيجة 1-1. بعد التعادل في النتيجة، عاد العبيدي بقوة وتلّقى بصورة لافتة، وسيطر على اللقاء تماماً حيث حقق الفوز في 5 أشواط متتالية، ليحسم اللقاء لصالحه بنتيجة 6-1، مُستغلاً أخطاء منافسه، وخاض العبيدي مشواراً طويلاً في طريقه نحو حصد اللقب، استهله بتصدر المجموعة الخامسة بعد الفوز في جميع مبارياته الثلاثة على كل من اليميني أحمد جيهان (4-0)، والمنغولي بويانتو غس بويرف (4-0)، وأخيرًا الفنلندي باتريك تيهونين بنتيجة (4-3).

### رئيس الاتحاد الآسيوي: توقيت العبيدي إنجاز كبير للرياضة القطرية

بشوره، أكد رئيس الاتحاد الآسيوي للسنوكر وأمين السر العام للاتحاد القطري للبيارد والسنوكر، محمد سالم النعيمي، أن فوز اللاعب علي العبيدي بلقب بطولة العالم لفردي السنوكر يمثل إنجازاً كبيراً للرياضة القطرية عموماً، والاتحاد القطري والسنوكر خصوصاً، منوهاً في الوقت نفسه بالنجاح الكبير الذي حققته

## ليكرز يعود إلى الانتصارات في دوري السلة الأميركي



للكبيرز والخامسة له هذا الموسم مقابل ثلاثة انتصارات. وفي مباريات أخرى، تغلب مينيسوتا تيمبروولفز على سان أنتونيو سبيرز 117 - 110، ويوسطن سلتيكس على بروكلين نت 121 - 107، وساكرامنتو كينجز على أوكلاهوما سيتي ثنדר 105 - 98. وتغلب هيوستن روكتس على نيو أورليانز بيكانرز 104 - 101، ويوتا جاز على ممفيس جريزليس، 127 - 121 وتشارلوت هورنتس على واشنطن ويزاردز 124 - 117.

سجل النجم ليريون جيمس 32 نقطة و 11 متابعاً وست تمريرات حاسمة وأضاف دانجيلو راسيل 19 نقطة، ليعود لوس أنجلز ليكرز إلى طريق الانتصارات بعد ثلاث هزائم متتالية وتغلب على فينيكس صنز بـ 122 نقطة مقابل 119 صباح السبت ضمن منافسات دوري كرة السلة الأميركي للمحترفين. وكان كيفن دورانت أبرز عناصر فينيكس صنز خلال المباراة وسجل 38 نقطة وأضاف براندلي بيل 24 نقطة، لكن الفريق تلقى الهزيمة الخامسة هذا الموسم مقابل أربعة انتصارات.

وسجل جويل إيميد 33 نقطة و 16 متابعاً ليقود فيلادلفيا سفنتي سيكسرز إلى الفوز السابع على التوالي حيث تغلب على ديترويت بيستونز بـ 114 نقطة مقابل 106. وأضاف تيريس ماكسي 29 نقطة وعشر تمريرات حاسمة لسيسكرز الذي حقق الانتصارات السبعة المتتالية بعد الهزيمة في أول مباراة له في الموسم أمام ميلواكي بكس.

بينما سجل كيليان هابس 23 نقطة لديترويت بيستونز الذي تلقى الهزيمة السابعة على التوالي والثامنة له هذا الموسم مقابل انتصارين. وتغلب دالاس مافريكس على لوس أنجلوس كليبرز بـ 144 نقطة مقابل 126 مستفيداً من تألق لوكا دونتشيتش الذي سجل 44 نقطة، وقد حقق الفريق بذلك الفوز السابع له هذا الموسم مقابل هزيمتين.

وكانت الهزيمة هي الرابعة على التوالي

# أليكس ماركيز يحقق المفاجأة ويفوز بسباق السرعة في ماليزيا

## بانيايا ينطلق من المركز الأول في ماليزيا بتسجيله رقما قياسيا



نجح بطل العالم الإيطالي فرانسيسكو بانيايا، متسابق فريق دوكاتي، في خلف مركز الإنطلاق في سباق جائزة ماليزيا الكبرى للدراجات النارية الذي سيقام غداً. ونجح بانيايا دراج دوكاتي، اليوم السبت، في تسجيل رقم قياسي جديد، حين حقق أسرع لفة، وهو دقيقة واحدة و 57,491 ثانية، ليؤكد قدرته على الحفاظ على اللقب الذي ينافس عليه بقوة الإسباني خورخي مارتين من فريق براكام ريسينغ. وأظهر بانيايا أداءً رائعاً في اللفة الأخيرة على حلبة "سبينانغ" الدولية ليضمن المركز الأول بين المتنافسين، وللمرة الأولى منذ جائزة كاتالونيا الكبرى في شهر سبتمبر/ أيلول الماضي. ويتطلع بانيايا، صاحب 26 عاماً، للظفر باللقب الثاني في مسيرته، مع العلم أن الإسباني مارتين سينضم إليه في الخط الأول عند الإنطلاق إلى جانب الإيطالي إنيبا باستيانيني من فريق دوكاتي. ويتخلف مارتين في الترتيب العام للبطولة عن بانيايا بفارق 13 نقطة، وكل الاحتمالات مفتوحة حتى اللحظة الأخيرة لتحديد هوية المنتصر في هذا الموسم المثير.

وتعني هذه النتيجة في سباق السرعة تقلص الفارق الذي يتفوق به بانيايا على مارتين إلى 11 نقطة قبل آخر ثلاثة سباقات من الموسم. وقال بانيايا "بالتأكيد قصاري جهنما لكنه لم يكن كلفيا اليوم لتحقيق الفوز.. علينا استيعاب هذا السباق أولاً، وهو أمر مطلوب من أجل الغذاء. لم يكن شعوري جيداً بالتأكيد". وبالتأكيد سيسعى مارتين للتفوق على بانيايا مع تبقى ثلاثة سباقات قبل نهاية الموسم وتكرار تفوقه الذي حققه في جائزة تايواند الكبرى الشهر الماضي. وقال مارتين "كان سباقاً مذهلاً، وكانت السرعة هائلة. أعتقد أن جميع المنافسين كانوا في قمة مستواهم. لم أسمع الفوز لكنني سعيد للغاية بتحقيق المركز الثاني متفهماً على منافسي الشرف سعيد بالأداء". واحتل إنيبا باستيانيني المركز الرابع في سباق السرعة لتسيطر دراجات دوكاتي على المركز الأربعة الأول بينما احتل براد بيندر من فريق كيه.تي.إم. وهو من جنوب أفريقيا المركز الخامس ليصبح صاحب أفضل أداء بعد دراجات دوكاتي. وحصل الأسترالي جاك ميلر على المركز السادس بينما احتل ماركو بيزيتشي المنافس على اللقب أيضاً المركز السابع. ويحتل بيزيتشي المركز الثالث في الترتيب العام للبطولة. وحصل الفرنسي يوهان زاركو والإيطالي لوكا ماريني على نقاط أيضاً. واستمرت متاعب اللاعب الإسباني مارك ماركيز بطل العالم سابقاً ست مرات بعد تعرضه لحادث للمرة 27 هذا الموسم. وبعد سباق اليوم الأحد توجه البطولة إلى قطر ثم فالنسيا الإسبانية في وقت لاحق من شهر نوفمبر الجاري.



فجر الإسباني أليكس ماركيز متسابق فريق جريسيني ريسينغ مفاجأة كبيرة عندما فاز بسباق السرعة في جائزة ماليزيا الكبرى للدراجات النارية، السبت، متفوقاً على بطل العالم الإيطالي فرانسيسكو بانيايا متصدر الترتيب العام وملاحقه الميائتر الإسباني خورخي مارتين الذي ينافس مع فريق براكام ريسينغ. واحتل مارتين وبانيايا المركزين

## برشلونة يودع "سوبر غلوب" ومواجهة المانية في النهائي



دارت السبت، مباراتاً الدور نصف النهائي لبطولة كأس العالم للأندية في كرة اليد، أو ما يعرف باسم "سوبر غلوب"، وذلك في صالة وزارة الرياضة بالمملكة العربية السعودية. وحقق فريق فوكسي برلين الألماني مفاجأة قوية، بانتصاره على نادي برشلونة الإسباني، صاحب الرقم القياسي في التتويج باللقب برصيد 5 تتويجات، والذي كان يبحث عن لقبه السادس في البطولة. وفاز الفريق الألماني في المواجهة بنتيجة 34-35، وذلك إثر مباراة مثيرة، انتهى شوطها الأول بنتيجة 13-13، بينما انتهى اللقاء في وقته القانوني بنتيجة 29-29، قبل أن يحسم الألمان النتيجة لقاتنتهم في الحصة الإضافية الأولى بنتيجة 6-5. وفي مواجهة الدور نصف النهائي الثاني، فاز ماغديبورغ الألماني على كيلسي البولندي بنتيجة 24-28، إثر مواجهة قوية لم يتم حسم نتيجتها النهائية إلا في اللحظة الأخيرة من اللقاء، لتكون المنافسة الماثلة في المباراة النهائية. وفي المباريات الترتيبية، فاز الأهلي المصري على الكويت الكويتي بنتيجة 25-35، بينما انتصر الخليج السعودي على النجمة البحريني بنتيجة 24-27، وسيلعب الأهلي والخليج من أجل الحصول على المرتبة الخامسة في البطولة. يذكر أن البطولة شهدت مشاركة 12 فريقاً من مختلف القارات، وقد انطلقت يوم 7 نوفمبر الجاري، بينما ستكون المواجهة النهائية يوم الأحد في الـ 12 من الشهر نفسه.

## جائزة لاس فيغاس لفورمولا 1: معلومات عن السباق الباهر والمخيب للأمال



المحتمل أن تنخفض درجة الحرارة إلى ما بين 5 و 10 درجات مئوية، ما قد يسبب العديد من المشكلات، خاصة في ما يتعلق بالإطارات، إذ جرى تصميم إطارات فورمولا 1 لتوفير الثبات الأمثل في درجات حرارة مرتفعة، والإن ربما لا يؤدي ذلك إلى ارتكاب مخالفات فريدة، لكنه قد يكون مكلفاً أكثر في مسار على أحد الشوارع الضيقة. لا يشعر الجميع بسعادة عامة بشأن احتمالية القيادة في لاس فيغاس، خاصة في نوفمبر. وفي معرض حديثه عن السباق، قال بطل العالم ماكس فيرستابين: "المفلس أكثر برودة. حلبة الشوارع جديدة للجميع. أعتقد أنها ستكون مليئة بالمفاجآت بالتأكيد". وأضاف الهولندي قائلاً: "ما زلت بحاجة لاستخدام جهاز المحاكاة، لأنني صافياً، ما زلت لا أعرف المسار حتى، في المرة الأخيرة التي قمت بها في تجربة بلعة فورمولا 1، اصطدمت بالحائط أكثر مما كنت أسبق بشكل مستقيم". وفي الوقت نفسه، انتقد الهولندي السباق بولندي إيكستون الجذب بشدة، وقال: "أنا لا أتطلع إلى هذا السباق حقاً. لا علاقة له بفورمولا 1".

بينهم، حيث يتقاضون 26 دولاراً على الساعة، ولديهم تأمين صحي. **مشجعون غاضبون** ذكرت الصحيفة البريطانية أن بعض المشجعين سائحون بعدما جرى الكشف عن تخفيضات كبيرة في أسعار فنادق لاس فيغاس قبل الجائزة الكبرى. ووفقاً للبحث الذي قامت به شركة «Oversteer48» في أكبر 22 فندقاً في قطاع فيغاس الشهير، حيث قارنت الأسعار الأخيرة بأسعار العام الماضي، حين أعلن عن الحدث وإقامة السباق في فيغاس، تبين تمشك فندق واحد بنفس الأسعار، فيما قامت الفنادق الأخرى بتخفيضات وصلت إلى 58%. وعلى عكس توقعات مسيزي فورمولا 1، لم تبع تذكر بشكل هائل بعد، ولهذا السبب جرى تخفيض أسعار الفنادق، وأقدم بعض المشجعين على الحصول على ترميز جبراه ذلك، لكن آخرين حجوزاتهم غير قابلة للاسترداد. تقليدياً، تقام سباقات الفورمولا 1 في مناخات دافئة، ولكن بالتأكيد لن يكون هذا هو الحال في فيغاس. ونظراً للموسم واندلاعه متأخراً، المقرر أن يكون أحد أبرز السباقات في تاريخ فورمولا 1 بحسب صحيفة "ذا صن"، حيث من

تجده الأتظار إلى سباق لاس فيغاس، في جائزة العالم لفورمولا 1، وسط ظروف متغيرة، بعدما حصد السائق الهولندي ماكس فيرستابين في وقت سابق لقب بطولة العالم للمرة الثالثة على التوالي. **عودة بعد سنوات طويلة** ستعود بطولة العالم لفورمولا 1 مرة أخرى إلى لاس فيغاس، تحديداً لأول مرة منذ أكثر من أربعة عقود، وهو الذي أنفق عليه أكثر من نصف مليار دولار، في محاولة لجعله السباق الأكثر جذابة في القائمة. وسيقام الحدث على حلبة شوارع مؤقتة، يوم 18 نوفمبر 2023، وسيكون الأول منذ جائزة "فيسر فيسر" عام 1982، مع العلم أن الولايات المتحدة الأميركية ستشهد هذا العام 3 سباقات، وهو أمر لم يحصل منذ عام 1982. **حول الحلبة** تتميز حلبة الشوارع التي يبلغ طولها 3.853 أميال (6.201 كم) بـ 17 زاوية، وهي تسير عكس اتجاه عقارب الساعة، وتبدأ المنافسة من ساحة انتظار مهجورة، في حين تتميز الزاوية الأولى بمنحطف حاد، وبعد ذلك، ينحني المسار قليلاً إلى اليسار، ثم إلى اليمين السريع، وينتقل من الحلبة إلى شوارع المدينة. **اضطراب كبير** ذكرت صحيفة "ذا صن" البريطانية أن الأشهر القليلة الماضية شهدت جدلاً كبيراً في لاس فيغاس، حيث طلب العديد من المشجعين باسترداد أموالهم، ووصفت أن الحدث "في حلة فوضوية"، مؤكدة أن السائقين ليسوا متحمسين تماماً للسباق هناك. وأشارت الصحيفة: "في حين أن سباق لاس فيغاس لديه القدرة على أن يكون السباق الأكثر سحراً هذا العام، إلا أن هناك خطراً كبيراً من أن يغادر المشجعون بخيبة أمل ويخسروا أموالهم". ووفقاً لنفس المصدر، فإن هناك عشرات الآلاف من عمال الضيافة في فيغاس مستعدون للإضراب قبل السباق في عطلة نهاية الأسبوع، ما لم يجر التوصل مع الفنادق والمطاعم والكازينوهات التي توظفهم إلى رفع الرواتب، بعدما انتهت عقود ما بين 40 ألفاً و 60 ألف موظف، لكنهم ما زالوا يعملون بينما تستمر المفاوضات فيما

# ممارسة الرياضة في الواقع الافتراضي أفضل من الذهاب إلى صالة الألعاب

الواقع الافتراضي كإداة في برامج إدارة الوزن، خاصة لأولئك الذين يكافحون من أجل تنظيم تناولهم للطعام.

وأظهرت الدراسات أيضا أن الانغماس في الواقع الافتراضي يمكن أن يصرّف انتباه المستخدم عن الأسم الجسدي. ويمكن أن ينطبق هذا عند ارتداء سماعة رأس أثناء جلسة التمرين، ويشعر المستخدم بغرزة قادمة، أو تبدأ عضلاته في الشعور بالألم. ووجد العلماء في مركز طبي في ماساتشوستس وبالولايات المتحدة أن مرضى الجراحة يحتاجون إلى تخدير أقل عند تجربة الواقع الافتراضي.

الانغماس في الواقع الافتراضي يمكن أن يصرّف انتباه المستخدم عن الألم الجسدي، وقاموا بدراسة ردود أفعال المرضى الذين ارتدوا سماعة رأس أثناء حضورهم لجراحة اليد وتمكنوا من طلب المسكنات أثناء العملية.

وانتهى الأمر بهذه المجموعة بتلقي جرعات أقل من أولئك الذين لم يستخدموا الواقع الافتراضي، وقضوا أيضا وقتا أقصر في وحدة رعاية ما بعد التخدير.

ووجدت دراسة أجريت عام 2019 أن مشاهدة مقاطع فيديو الواقع الافتراضي المهدنة بما في ذلك مشاهدة القطب الشمالي تساعد أيضا في تخفيف "الألم الحرجة الشديدة"، وخفض مستويات الألم المتصورة والمسببة للمنبهات المؤلمة، والتي اعتقد باحثو إمبريال كوليدج لندن أن سببها تشتت انتباهه من برتديها. كما اعتقدوا أيضا أنه يمكن أن يؤدي في الواقع إلى إطلاق أنظمة مكافحة الألم الداخلية في الجسم.

وقد لعبت التكنولوجيا في الحجر العنقلي دورا مهما في حياة الأشخاص خلال جائحة كورونا، واستطاعت إخراجهم في الكثير من الأحيان من حالات الخمول أو الكآبة عن طريق الربط المتصاعد للأشخاص أو ممارسة النشاطات بتكنولوجيا الواقع الافتراضي، فمن خلال نظارة "أوكولوس كويست" للواقع الافتراضي وتطبيق لياقة بدينية يسمى "بوكس في آر" يمكن للشخص تقوية لياقته بوضرب الأجرام في وجهه بالتزامن مع موسيقى الروك أو البوب مصحوبة بالرقص أو الطبل. وتقوم هذه التكنولوجيا بتحويل الألعاب إلى تمارين لياقة جيدة تحفز المستخدم على المشي، وتناول الطعام الصحي.



يمارس الناس الرياضة لفترة أطول مما قد يفعلون مع التمارين التقليدية كما شاركوا في مهمة تعضيل الطعام بالكمبيوتر، حيث تم إظهارهم خيار تناول الأطعمة بمستويات مختلفة من الحلاوة والسرعات الحرارية.

وأخيرا، تم تقديم بوفيه من الطعام لهم وطلب منهم أن يأكلوا حتى شعروا بالشبع بشكل مريح، وتم قياس عدد السعرات الحرارية التي يتناولونها. وأظهرت النتائج أن ركوب الدراجات في الواقع الافتراضي يؤثر قدرًا أكبر من المتعة والأحاسيس من ركوب الدراجات التقليدية ولم يغير من المجهود البدني المنصور، والشهية المتصورة وتفضيل الأطعمة الحلوة أو المالحة أو كثيفة الطاقة.

ومع ذلك، تناول المشاركون طعاما أقل في البوفيه بعد تمرين الواقع الافتراضي، وهو ما يعادل انخفاضا بنسبة 12 في المئة في تناول السعرات الحرارية. ويقول الباحثون إن هذه كمية "ذات مغزى سريري" لشخص يمارس تمارين رياضية منتظمة إما لفقدان الوزن أو الحفاظ على وزن صحي.

وبنساء على النتائج، يفترحون أنه يمكن استخدام

أشارت العديد من الدراسات إلى أن التمرين في الواقع الافتراضي هو في الواقع أفضل للشخص من القيام بذلك في العالم الحقيقي. وهذا لأن التكنولوجيا (سماعة رأس الواقع الافتراضي) يمكن أن تساعد على التمرين لفترة أطول، وتجعله يشعر بألم أقل، وتقلل من رغبته في الإفراط في تناول الطعام بعد ذلك، على حد زعم الخبراء.

وقال الدكتور ديفيد نيومان، من جامعة جريفيث في أستراليا، إن الفوائد النفسية لممارسة الواقع الافتراضي ترجع إلى "جذب الانتباه بعيدا عن الجسم ونحو البيئة الافتراضية". وأضاف "تم قضاء وقت أقل في التفكير في التعب والوجع في العضلات. إن حداثة البيئة أو واقعيته يمكن أن تعمل على تشتيت انتباه الناس بعيدا عما يمكن أن يجعل التمرين غير سار".

وفي دراسة نُشرت في مجلة "هيومن سبوراند اغرس سايز" في عام 2020 قام باحثون في جامعة ولاية نيويورك في أوسويغو بالتحقيق في تأثيرات الواقع الافتراضي على معدل ضربات القلب والأحاسيس الجسدية الأخرى أثناء التمرين. وضربت قلب الطلاب كانت أعلى أثناء ركوب الدراجات وارتداء نظارة الواقع الافتراضي، وكثروا بحرقون المزيد من السعرات

وقاموا بتجنيد 29 طالبا جامعا لركوب دراجة تمرين لمدة ست دقائق في "تحول سريع"، ثم مرة أخرى ولكن أثناء ارتداء نظارات الواقع الافتراضي. وتعرض سماعة الرأس مشهدا خارجيا، كما لو كانوا يركبون الدراجات على الرصيف في يوم صيفي.

وتم تسجيل معدل ضربات قلبهم في الدقيقة السادسة من كل رحلة باستخدام سماعة أبل، وخصفوا أحاسيسهم الجسدية ورضاهم بعد بقياس من ضمن نظارة الواقع الافتراضي. ووجد أن معدل ضربات قلب الطلاب أعلى أثناء ركوب الدراجات وارتداء نظارة الواقع الافتراضي، ما يشير بدوره إلى أنهم يحرقون المزيد من السعرات الحرارية.

وأفاد 62 في المئة من المشاركين أيضا بأنهم شعروا بأنهم يستطيعون التمرين لفترة أطول باستخدام سماعة الرأس، وقال أكثر من نصفهم إنهم وجدوا أنه من الأسهل التركيز.

وقال الدكتور نيومان "هذه دراسات تشير إلى أن التمرين القائم على الواقع الافتراضي يميز حالات الشعور الإيجابي مثل المتعة ويقفل من المشاعر السلبية مثل الإجهاد والتعب والألم. وهذا يجعل من المرجح أن يمارس الناس الرياضة لفترة أطول، أو

**قد يفعلون مع التمارين التقليدية.**

## المشي يخفف خطر الإصابة بالسكري وارتفاع ضغط الدم

المناسبة للتقليل الجاد من مخاطر الأمراض، بما في ذلك السمنة وتوقف التنفس النومي ومرض الارتجاج المعدي المريني واضطراب الاكتئاب الشديد. ووجد الباحثون أيضا أن الذين يعانون من زيادة الوزن والذين زادوا من خطواتهم اليومية من 6000 إلى 11000، كانوا أقل عرضة للإصابة بالسمنة بنسبة 64 في المئة من أولئك الذين حافظوا على نفس عدد الخطوات اليومية.

وفي حين أن هذه الإحصائيات لا تظهر علاقة السبب والنتيجة المباشرة (هناك الكثير من العوامل الأخرى المتضمنة أيضا)، فإن الارتباط قوي بما يكفي للإشارة إلى أن اتخاذ المزيد من الخطوات كل يوم، وبوتيرة أسرع، يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالمرض.

ويشير الباحثون إلى أن الدراسة تتضمن بعض التفاصيل، حيث كان المشاركون صغارا في السن نسبيا، ومعظمهم من البيض، والإناث، ومستوى تعليم جامعي، وكانوا يمتلكون أجهزة "فيت بيت" وكانوا، في المتوسط، أكثر نشاطا من معظم البالغين. ورغم ذلك، يرى الباحثون في الدراسة أن هذا أمر إيجابي. وقال الباحثون "حقيقة إننا كنا قادرين على اكتشاف ارتباطات قوية بين الخطوات والأمراض العرضية في هذه العينة النشطة تشير إلى وجود ارتباطات أقوى في السكان الأكثر استقرارا (يتبعون نظام حياة مستقرا أي أقل نشاطا)".

ويسعى الفريق الآن إلى إجراء المزيد من الأبحاث باستخدام عينات أكبر وأكثر تنوعا من المشاركين، بما في ذلك أولئك الذين لديهم مستويات نشاط تعكس بشكل أكبر عامة السكان.



مشارك، مع اعتماد العينة على الأشخاص الذين ارتدوا سماعة "فيت بيت" الخاصة بهم لمدة 10 ساعات أو أكثر يوميا على مدى ستة أشهر على الأقل.

ويبدو أن نحو 8200 خطوة وما فوق هي الطريقة

يساعد المشي يوميا على منع زيادة الوزن ودرء الأمراض مثل مرض السكري وارتفاع ضغط الدم، وفقا لدراسة نُشرت في مجلة "بيثنر ميديسن".

ونظرا للباحثون من جامعة فاندر بيلت في متوسط أربع سنوات من البيانات من أجهزة تتبع النشاط التي يرتديها 6042 أميركيا بالغا لمقارنة عاداتهم ونتائجهم الصحية. ووجدوا أن اتخاذ ما لا يقل عن 8200 خطوة في اليوم كان مرتبطا به انخفاض خطر الإصابة بالسمنة والاكتئاب وتوقف التنفس النومي والارتجاج الحمضي، وزادت الفوائد مع كل 1000 خطوة إضافية.

وارتبط المشي أيضا بانخفاض خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني وارتفاع ضغط الدم، ولكن بمجرد وصول الأفراد إلى نحو 8000 و9000 خطوة في اليوم، استقرت فائدة إضافة المزيد من الخطوات. وبالنسبة للأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن، فإن القيام بـ11000 خطوة يوميا يقلل من خطر الإصابة بالسمنة بنسبة 64 في المئة، وفقا للبيانات.

وبينما توصلت الدراسات السابقة إلى استنتاجات مماثلة، فإن هذه الدراسة الحديثة هي الأولى التي تعتمد على أجهزة تتبع النشاط، والتي يشجع استخدامها كجزء من الحياة اليومية، والمرتبطة بالسجلات الصحية الإلكترونية، وفي هذه الحالة كجزء من برنامج أبحاث "أول أوف أس" التابع لمعهد الصحة الوطنية الأميركي.

وتقدم هذه البيانات "دليلا تجريبيا جديدا على مستويات النشاط المرتبطة بمخاطر الأمراض المزمنة، وتري أن دمج بيانات الأجهزة التجارية القابلة للارتداء في السجلات الصحية الإلكترونية قد يكون ذا قيمة لدعم الرعاية السريرية"، كما كتب

المحققون في ورقته المنشورة.

انخفاض خطر الإصابة بالسمنة والقلق والاكتئاب كان مرتبطا باتخاذ ما لا يقل عن 8200 خطوة في اليوم.

وتم تسجيل ما متوسطه أربع سنوات من النشاط لكل

# الرياضة والتغذية السليمة تعملان على تنشيط أيض العظام



يربط خبراء اللياقة البدنية بين صحة العظام وأداء التمارين الرياضية والتغذية السليمة، ويرون أن الوفاة من الإصابة بهشاشة العظام ممكنة عن طريق اتباع نظام غذائي جيد، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام. ويؤكد الخبراء أن سوء التغذية عن طريق تناول الأطعمة غير الصحية وعدم ممارسة النشاط البدني باستمرار يمكن أن يؤدي إلى إعادة برمجة وراثية للخلايا في الجسم والمفاصل.

قال البروفيسور أوفه ماوس إن المواظبة على ممارسة الرياضة والتغذية السليمة تعمل على تقوية العظام. وأوضح طبيب العظام الألماني أن الرياضة تعمل على تنشيط أيض العظام، ومن ثم تقلل وتخزين المزيد من الكالسيوم في الهيكل العظمي، مما يساهم في الحفاظ على كثافته واستقراره، ومن ثم الوفاة من خطر السقوط وما ترتب عليه من خطر الكسور.

وللحفاظ على صحة العظام، ينبغي إمداد الجسم بالكالسيوم على نحو وفير، وذلك من خلال تناول الأغذية الغنية به مثل الحليب والجبن الصلب والسمك والمياه المعدنية.

وكي يتمكن الجسم من امتصاص الكالسيوم جيدا، فإنه يحتاج إلى فيتامين "د" والذي يمكن إمداد الجسم به من خلال التعرض لأشعة الشمس على نحو كاف وتناول الأغذية الغنية به كالأسماك البحرية الدهنية مثل السلمون والرنجة والماكريل والسردين.

وأظهرت دراسة بريطانية حديثة أن الوفاة من الإصابة بهشاشة العظام ممكنة عن طريق اتباع نظام غذائي جيد، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام. وأوضح الباحثون أن دراستهم كشفت عن الصلة الحاسمة بين عمليّة التمثيل الغذائي وهشاشة العظام، حيث وجدوا أن سوء التغذية عن طريق تناول الأطعمة غير الصحية وعدم ممارسة النشاط البدني باستمرار يمكن أن يؤدي إلى إعادة برمجة وراثية للخلايا في الجسم والمفاصل.

وتشدد الباحثون على أن هذه التغييرات في التمثيل الغذائي تؤثر على قدرة الخلايا على إنتاج الطاقة، وتؤدي إلى التهاب عضروف المفاصل الذي يعوق الحركة ويسبب الألم.

وقال قائد فريق البحث الدكتور علي موباشيري أستاذ

وإذا كان الشخص يمارس الرياضة في الصباح، بنصحه الخبراء بالاستيقاظ مبكراً بما يكفي لتناول وجبة الإفطار قبل بدء التمرين بساعة واحدة على الأقل. والأكل جيداً عند ذهابه إلى التمرين. وتشير الدراسات إلى أن تناول أو شرب الكربوهيدرات قبل التمرين يمكن أن يحسن من أداء التمرين وقد يسمح للشخص بالتمرين لفترة أطول أو بكثافة أعلى. وإذا لم يتناول الطعام، فقد يشعر بأنه بطيء أو مصاب بنوار عند ممارسة الرياضة.

وإذا كان يخطط لممارسة الرياضة في غضون ساعة بعد الإفطار، بنصحه الخبراء بتناول إفطار خفيف أو تناول شئيه مثل مشروب رياضي والتركيز على الكربوهيدرات للحصول على الطاقة القصوى.

الخبراء يحذرون من المبالغة في كمية الطعام التي يتناولها الفرد قبل ممارسة الرياضة.

وتشمل خيارات الإفطار الجيدة حبوب الإفطار أو الخبز كامل الحبة والحليب قليل الدسم والعصير والموز واللبن. ويحذر الخبراء من المبالغة في كمية الطعام التي يتناولها الفرد قبل ممارسة الرياضة.

وتشير المبادئ التوجيهية العامة إلى الوجبات الكبيرة، والتي ينبغي تناولها قبل مدة تتراوح بين 3 و4 ساعات على الأقل من ممارسة الرياضة.

الصغيرة أو الأطعمة الخفيفة بين الوجبات، والتي تناول قبل مدة تتراوح بين ساعة واحدة و3 ساعات على الأقل من ممارسة الرياضة.

وقد يُشعر تناول الكثير من الطعام الشخص قبل ممارسة الرياضة بالحمول. كما أن تناول كميات قليلة للغاية من الطعام قد لا يمنحه الطاقة التي يحتاج إليها للشعور بالقوة خلال التمرين.

ويمكن لمعظم الأشخاص تناول أطعمة خفيفة بين الوجبات مباشرة قبل ممارسة الرياضة. وإذا استمر التمرين لمدة أقل من 60 دقيقة، ولكن قد تمنع الأم الجوع المشتتة للاتباء. وإذا طُلغ التمرين من 60 دقيقة، فقد يستفيد الشخص من إضافة الطعام أو المشروبات الغنية بالكربوهيدرات خلال التمرين.

فسيولوجيا الجهاز العصبي الهيكلي أن مرض التهاب المفاصل يفترض أنه جزء لا يتجزأ من التقدم في السن، والوقاية منه في بداية هذه الحالة المولمة. وأضاف أنه "من المهم عدم التقليل من شأن اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة، لأنها لا يؤديان إلى تحسين الحالة الصحية العامة للجسم فحسب، بل يمكن أن يحدثا تغييرات في الخلايا والأنسجة والأعضاء وبالتالي الحد من هشاشة العظام والأم المفاصل".

وكانت دراسة سابقة كشفت أن تناول وجبات عالية الدهون المشبعة والكربوهيدرات، وعلى رأسها الوجبات السريعة، تزيد من خطر الإصابة بهشاشة العظام التي تظهر في صورة مشاكل والتهاب المفاصل. ويتمثل نمط التغذية الجيد في تناول الخضروات والفاكهة والأطعمة الغنية بالألياف

## تمارين اليقظة تساعد على الوصول إلى أفضل مستويات التدريب

يؤكد خبراء اللياقة البدنية على أهمية تمارين اليقظة في الوصول إلى أفضل مستويات التدريب، مشيرين إلى أنها أصبحت نمطا علاجيا واعدة قد يساهم في علاج بعض الاضطرابات النفسية، ويمكن لأي شخص الاستفادة منه. وشدد الخبراء على ضرورة أداء تمارين اليقظة بصورة منتظمة حتى تظهر فوائدها. رغم أن أصولها تعود إلى الفلسفة الشرقية والبوذية، فإن تمارين اليقظة والاستماع بوقتها لا تتعلق بالاعتقادات الدينية، بل تفصلت هذه التمارين حاليا لتصبح نمطا علاجيا واعدة قد يساهم في معالجة بعض الاضطرابات النفسية، ويمكن لأي شخص الاستفادة منه كذلك.

وذكر عالم النفس الرياضي دكتور جيوكو أن تمارين اليقظة يمكن أن تساعد الرياضيين على تحسين الأداء والوصول إلى أفضل مستويات التدريب. وأوضح عالم النفس الرياضي في معهد كارلسروه للتكنولوجيا ذلك بقوله «تساعد تمارين اليقظة المنتظمة على تحسين القوى العقلية»، حيث يقوم الأشخاص الذين يتمتعون بالاستقرار العاطفي بتقييم المواقف بشكل إيجابي بدلا من التركيز على الصعوبات، وهو ما ييسر سبل الحياة بشكل عام والتمارين الرياضية بشكل خاص.

ويمكن القيام بتمارين اليقظة مثل تبادلية تمارين العضلات، حيث يتم التركيز على اللحظة الحالية، بمعنى الإدراك الواعي بأحاسيس الجسد والأفكار والمشاعر دون تقييمها. وإلى جانب تمارين التركيز تهدف تمارين اليقظة إلى تعليم المرء كيفية مراقبة أفكاره ومشاعره وعدم السماح لها بالتحكم فيه. وشدد عالم النفس الألماني على ضرورة أداء تمارين اليقظة بشكل منتظم حتى تظهر فوائدها، حيث يمكن تدريب الفترة الخاصة بالمحافظة على التركيز والتحكم في العواطف والمشاعر بنفس طريقة تدريب العضلات.

تمارين اليقظة يمكن أداءها مثل تمارين العضلات، حيث يتم التركيز على إدراك أحاسيس الجسد وتعني اليقظة الذهنية تركيز الوعي على اللحظة الحالية وانتباه الفرد إلى مشاعره وأفكاره والبيئة المحيطة به وذلك لأنه أي عليه أن يتجنب اجترار

نوع من أنواع التأمل الذي يركز فيه على الانتباه القوي إلى ما تحسه وتشعر به في الحاضر دون تأويل أو إصدار أحكام. وتطوّر ممارسة اليقظة الذهنية على طرق للتنفس والتخيل الموجه وغير ذلك من الممارسات التي تهدف إلى إرخاء الجسم والعقل والمساعدة على التقليل من التوتر. وقد تكون تمضية وقت زائد في التخطيط أو حل المشكلات أو أحلام اليقظة أو التفكير بشكل سلبي أو عثواني نشاطا مستهلكا للطاقة ويمكن أن تجعل الفرد أكثر عرضة للضغط العصبي والقلق وأعراض الاكتئاب. وقد تساعد ممارسة تمارين اليقظة الذهنية على صرف انتباه الفرد نحو اللحظة الحالية، ويمكن أيضا القيام بتمارين التأمل الواعي بطريقة منظمة، مثل:

- ▶ تأمل الجسد: وذلك بأن يستلقي الشخص على ظهره وساقاه ممدودتان وذراعيه بجانبه وكفا يديه ملتصقان إلى أعلى.
- ▶ ثم يركز انتباهه ببطء وتأن على كل جزء من جسده بالترتيب، من أصابع قدميه إلى رأسه أو من رأسه إلى أصابع قدميه. ويكون يقظا ومنتبها لكل إحساس أو شعور أو فكرة عن كل جزء من جسده.
- ▶ التأمل في وضعية الجلوس: يمكن أن يجلس جلسة مريحة يكون ظهره مشدودا، وقدماه منبسطين على الأرض ويدها في حجره.
- ▶ وينبغي أن يتفلسف من أفه، ويركز على حركة أفهامه وهي تدخل وتخرج من جسده. إذا تشتت انتباهه بشعور جسدي أو فكرة، فيستجيب لتلك الملاحظة ثم يتابع التركيز على نفسه.
- ▶ التأمل أثناء المشي: يجب أن يبحث الشخص عن مكان هادئ يمكنه المشي فيه مسافة تتراوح بين 3 و6 أمتار، ويمشي ببطء.
- ▶ ويمكن أن يركز على المشي في حد ذاته، ويتأمل في إحساس الوقوف والحركات البسيطة التي تساعده على الحفاظ على توازنه. وعندما يصل إلى نهاية الممر يستدير ويضع المشي، مع الحفاظ على تركيزه على كل حواسه.



الماضي ولا يشغل بالتطلع إلى المستقبل ويفقد وعيه بالوقت الحاضر. واليقظة ببساطة هي أن يعمل الفرد على زيادة الوعي بالمحظرات الحسية، فيلاحظ التنفس والحواس والأفكار.

والفكرة الأساسية في كل ذلك هي الوعي باللحظة الحالية، وهناك أشكال مختلفة تقوم عليها تمارين اليقظة، مثل تأمل مسح الجسم، وتأمل التنفس، وتأمل الملاحظة. ويحسب الخبراء تساعد اليقظة على إرخاء الجسم والعقل وتقليل التوتر. ويرى الخبراء أن قضاء الكثير من الوقت في التخطيط للمستقبل أو حل المشكلات أو أحلام اليقظة أو التفكير في الماضي وتذكر اللحظات الالهية أو البرهق الفرد تماما ويعرضه لخطر الاكتئاب. وممارسة تمارين اليقظة تجنب الشخص مثل هذه السلبيات، وتوجه انتباه الفرد بعيدا عن هذا النوع من التفكير، وتساعد على التفاعل مع العالم وتعزز قدرته على الانتباه ونقل الإرهاق الوظيفي.

وفي دراسة نشرتها دورية «جورنال أوف كلينيكال سايكياتري» تمت دراسة تأثير اليقظة في أعراض اضطرابات القلق لدى عدد من المصابين باضطراب القلق العام، ليجد الباحثون انخفاضاً في أعراض القلق وفترة أكبر على التعامل مع الضغوط اليومية، بعد التدخل القائم على اليقظة لمدة أسبوع.

ويعرف خبراء «مانيو كلينيكال» اليقظة الذهنية بأنها

## في تعليمة وجهت لجميع الرابطات:

# «الفاف» تلزم اللاعبين بتسديد غرامة الاحتجاج!



## مدرّب نيس ينتيد بنجمه الجزائري بعد ظهوره الأساسي الأول

الأخيرة التي شارك فيها بشكل أساسي، وهذا ما قد يدفع باللاعب للتفكير في تغيير الأجواء في الميركاتو الشتوي المقبل، والانتقال صوب فريق يضمن له اللعب بشكل منتظم، ويساعده على تفجير إمكانياته.

من جهة أخرى، شارك هشام بوداوي بشكل أساسي في تعادل فريقه أمام مونيبييه (0-0)، بل نال جائزة أفضل لاعب في فريقه حسب ما أعلنه نادي نيس في حساباته بمواقع التواصل الاجتماعي، اليوم، كما سيكون اللاعب معنياً بالمشاركة في معسكر الخضر، تحضيراً لمواجهة الصومال وموزمبيق بتصفيات مونديال 2026.



أشاد فرانثيسكو فاربولي، مدرب نيس الفرنسي، بلاعبه الجزائري الشاب، بدر الدين بوغعاني، بعد أول ظهوره الأساسي له مع الفريق في الدوري الفرنسي هذا الموسم، خلال مباراة مونيبييه، سهرة الجمعة، لحساب الجولة الثانية عشرة.

وقدم بوغعاني مردوداً جيداً في الجهة اليمنى من خط هجوم نيس، نال على إثره علامة 7,1 من أصل 10 حسب منصة «Sofascore».

قبل أن يترك مكانه في حدود الدقيقة (60) لزميله غايتان لابورد، المعتاد على شغل منصب الجناح الأيمن في الفريق منذ بداية الموسم.

وتحدثت فاربولي عن لاعبه الشاب في المؤتمر الصحفي الذي أعقب المباراة، قائلاً: «بوغعاني استحق فرصته في اللعب، كنت أرغب في منحه وقتاً للعب منذ عدة أسابيع، ونظرًا لحدة المواجهات السابقة، كان من الصعب إشراكه بشكل أساسي».

وعبر المدرب الإيطالي عن رضاه بالمرء الذي قدمه صاحب 18 عامًا، بقوله: «بوغعاني قدم مباراة جيدة على المستويين الهجومي والدفاعي، أنا راض عن اختياري، وعن الأداء الذي قدمه اللاعب».

ولا يشارك بوغعاني بانتظام في تشكيلة نيس منذ بداية هذا الموسم، وهذا ما جعله يخرج من مخططات جمال بلماسني، مدرب المنتخب الجزائري خلال المعسكر المقبل، بعدما سجل حضوره في المعسكرات السابقة بشكل مستمر.

ولعب خريج أكاديمية ليل، هذا الموسم، مع نيس ما مجموعه 55 دقيقة فقط، مقسمة على 4 مباريات، قبل مواجهة مونيبييه

احتجاج، وهو ما تضمنته التعليمة المرسلّة إلى جميع الرابطات، والتي تحدثت أيضا عن رفع قيمة الغرامة المالية، من خلال تحديد قيمة الغرامة المالية بالنسبة للمحترف ب 10 ملايين سنتيم، بعدما كانت سابقا 3 ملايين سنتيم، على أن تكون 5 ملايين سنتيم بالنسبة للاعب الذي ينشط في القسم الثاني هواة و 2 مليون سنتيم بالنسبة لقسم ما بين الرابطات ومليون سنتيم للجولة الجهوية و 5 آلاف دينار بالنسبة للجولة اللولائية. جدير بالذكر، أن التعليمة دخلت حيز الخدمة بداية من يوم الجمعة 10 نوفمبر، ما يعني أن الإنذارات التي تحصل عليها اللاعبين في مختلف البطولات التي لعبت نهاية الأسبوع تؤخذ بعين الاعتبار.

قررت الإتحادية الجزائرية لكرة القدم، إحداث بعض التعديلات على مستوى قانون العقوبات لجميع البطولات وبمختلف الأقسام، فيما يتعلق بإنذار الاحتجاج، وذلك بعد مصادقة أعضاء المكتب التنفيذي خلال الاجتماع الأخير، على المقترح المقدم من طرف اللجنة المختصة في تعديل القوانين، والمتمثل في تكفل اللاعبين بالغرامة المالية المترتبة عن تلقي إنذار احتجاجي تأهيل العنصر المعني الموسمالمقبل، في حال عدم تسديد القيمة المالية الموجودة على عاتقه. وحسب التعديل الجديد، فإنه سيتم إلغاء عقوبة المنع من المشاركة في اللقاء المقبل، بالنسبة للاعب الذي يتلقى إنذار

## تحضيرا لمباراتي الدور الأخير المؤهل للكان:

## «الفاف» تتعهد بمرافقة سيدات الخضر

البورندي يوم 30 نوفمبر في الجزائر، برسم

ذهاب الدور التصفيي الأخير المؤهل إلى نهائيات كأس أم إفريقيا (2024)، حيث تمنى رفيفات المتألّفة لنا بوساحة النفس في تحقيق نتيجة مطمئنة، قبل لقاء الأياب الذي سيلعب في ظروف صعبة، كما جرت عليه العادة في كل التنقلات خارج الديار. وكان المنتخب النسوي قد تخطف عقبة نظيره الأوغندي في الدور الماضي، بعد أن فازت رفيفات نجمة إنترميلان غوغية كرشوني بهدفين لهدف فيلقاه الذهاب الذي جرى خارج الديار، بينما اكتفين بالتعادل في لقاء الأياب بملعب ميلود هندي في بوهران، بهدف لمتله.



تطرق المكتب التنفيذي في اجتماعه الأخير المنعقد الخميس الماضي، للمبارتين المهمتين للمنتخب النسوي نهاية الشهر الجاري، عند ملاقة منتخب بورندي، برسم الدور التصفيي الأخير المؤهل إلى نهائيات كأس أم إفريقيا للسيدات. وتعددت الإتحادية الجزائرية لكرة القدم بقيادة الرئيس وليد صادي بضرورة وضع المنتخب الوطني فريد بن ستوبولا عيّناته في أفضل الظروف، من أجل تمكينهم من تخطف عقبة المنتخب البورندي، ولما لا حجز مكانة في نهائيات الكان المقبلة. وبإتاق المكتب التنفيذي النسوي نظيره

## في فترة التحويلات الشتوية:

## نحو السماح بانتداب 5 لاعبين في المحترف

كشفت مصادر حسنة الإطلاع لسنصر، بأن رئيس الإتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي، وأعضاء المكتب التنفيذي ينهجون نحو السماح لأندية المحترفة، بانتداب خمسة العيين خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، بعدما تم التطرق لهذا الموضوع خلال الاجتماع المنعقد يومي الأربعاء والخميس بقر الفاف، وذلك نزولا عند رغبة غالبية رؤساء الفرق، الذين تحدثوا إلى المسؤول الأول على رأس الفاف، خلال اللقاء الأخير الذي جمعه بهم.

ومن المرتقب أن يصدر في الأيام القليلة المقبلة القرار بصفة رسمية، وذلك بعد الحسم في تاريخ انطلاق فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، بعدما كاتفكر رئيس الفاف في تقديمه إلى الفاتح ديسمبر المقبل، غير أن التوقف الاضطرابي للبطولة لفترة قرابة الشهر، قد يدفع صادي وأعضاء مكتبه للاحتفاظ بالتاريخ السابق والمتمثل في 15 ديسمبر، وذلك لكون البطولة المحترفة، تلعب خامس جولتها فقط.

وتساعني بعض الفرق في صورة الإتحاد الرياضي السوفي، من مشكلة عدم تأهيل اللاعبين المستخدمين خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، وهو ما جعل المكتب التنفيذي الحالي، يبحث عن صيغة لمساعدة مثل الجنوب، بعد مراملة الإتحاد التولي للعبة، في انتظار الرد النهائي، خاصة وأن الصاعد الجديد للمحترف، لم ينجح في تسجيل سوى 12 العا جيدا.

كشفت مصادر حسنة الإطلاع لسنصر، بأن رئيس الإتحادية الجزائرية لكرة القدم وليد صادي، وأعضاء المكتب التنفيذي ينهجون نحو السماح لأندية المحترفة، بانتداب خمسة العيين خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة، بعدما تم التطرق لهذا الموضوع خلال الاجتماع المنعقد يومي الأربعاء والخميس بقر الفاف، وذلك نزولا عند رغبة غالبية رؤساء الفرق، الذين تحدثوا إلى المسؤول الأول على رأس الفاف، خلال اللقاء الأخير الذي جمعه بهم.