

سيف غزال :

"بلوغ القمة صعب و لكن البقاء فيها أصعب ..  
و رابطة الأبطال الإفريقيّة تحدّينا القادم" ص 6 و 7

ص 4

**سزي : صراع بين**  
النجم والترجي للفوز  
بخدمات هذا اللاعب

ص 8

**خاص : الرياضية**  
تنشر تفاصيل عقد  
أومارو مع الترجي

الاثنين 03 جويلية 2023

عدد 198

الثمن :  
1500 مليون

# الرياضية

صحيفة رياضية أسبوعية شاملة

ص 10

عرض رسمي  
لوسام يحيي  
والسايبني  
يتمسك بالبدوي

**رسميا : أمين**

قارة يغادر قناة  
الحوار وينتقل الى  
السعودية ص 9

عصام  
الحضري  
مدربا للحراس  
في الترجي ؟  
ص 5

**خاص : الإفريقي**

يرفض بيع العبيدي  
بـ 3 مليارات ص 10



# بطولة

# قنطاوي..

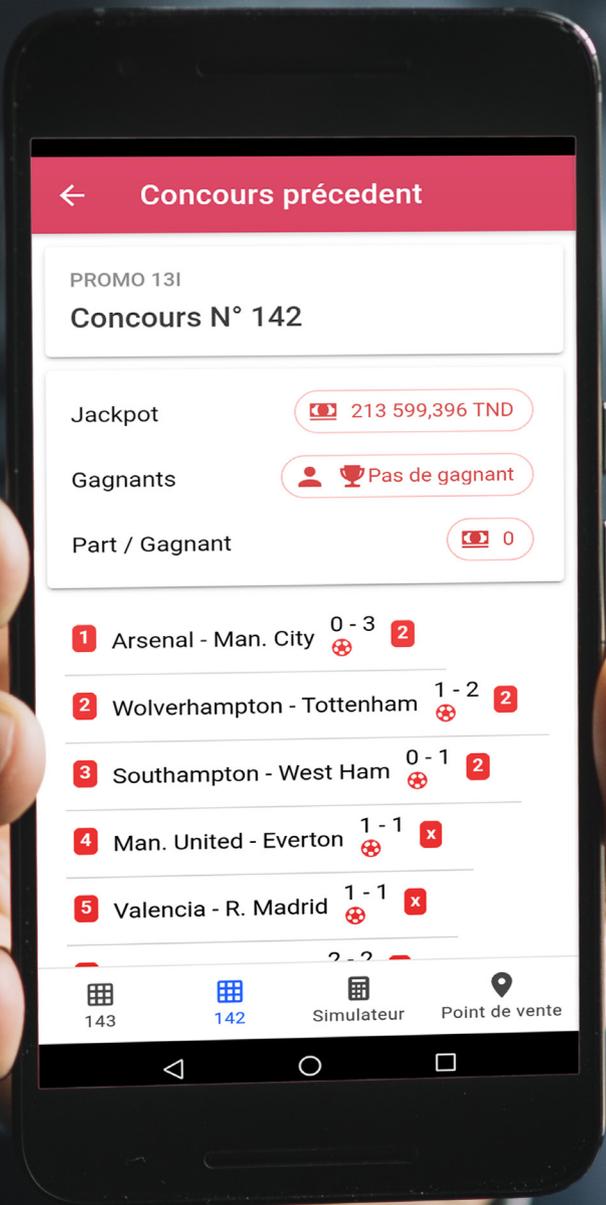
# شبابية

# سوسنة !

البدري يفرض  
شروطه للمواصلة...  
والهيئة تؤجل  
الحسم ! ص 4

هذا موعد  
جلسة الحسم  
بين جنيح  
والبنزرتي ! ص 5





**PROMOSPORT**

**حمل التطبيق الآن**



App Store



Google Play

## خاص: الترجي يحوّل الوجهة نحو مهاجم الاتحاد المنستيري

الرياضية - آدم بن عمر

يوصل الترجي الرياضي التونسي رحلة البحث عن مهاجم أجنبي جديد قادر على تقديم الإضافة لفريق باب سويقة في الموسم المقبل، وتفيد مصادرنا أن أغلب اللاعبين الأفارقة الذين تفاوض معهم الترجي حددوا وجهتهم القادمة وتعاقدوا مع أندية أخرى خصوصا وأن الامكانيات المادية لعبت دورا هاما في المنافسة مع أندية خليجية أو حتى الأفريقية، وتبعاً لذلك أكد مصدر مطلع للرياضية أن المدرب معين الشعباني بالتنسيق مع المدير الرياضي طارق ثابت وضعا المهاجم المالي للاتحاد المنستيري بوبكر تراوري كأحد الحلول الممكنة في خط الهجوم اذا تعطلت المفاوضات مع باقي اللاعبين، وقد تم الاتصال فعلا بتراوري وهيئة الاتحاد المنستيري وانطلقت مرحلة جس النبض تمهيدا لتقدم المفاوضات ربما في الأيام القادمة، علما وأن تراوري (23 سنة) يملك بعض الاتصالات الأخرى من أندية فرنسية وخليجية.



## تفاصيل المفاوضات بين الإفريقي والسايبي من أجل التجديد

الرياضية - محمد علي

من جديد. في نفس السياق، علمنا بأن هيئة العلمي قد أجلت تحديد موعد العودة إلى التحضيرات للموسم الرياضي الجديد إلى يوم 21 جويلية في انتظار ما ستسفر عنه التطورات في ما يخص الترشيحات لقيادة النادي في الفترة النيابية القادمة

جلس إلى يوسف العلمي مباشرة بعد نهاية الجولة الأخيرة من مرحلة التتويج لبطولة الرابطة المحترفة الأولى ضد الإتحاد الرياضي ببنقردان وقد اتفق الطرفان على تأجيل المفاوضات إلى حين اتضاح الرؤيا في خصوص الهيئة المديرية وما ستفرزه الانتخابات القادمة

مع نهاية الموسم الرياضي الحالي يبدو أن علاقة سعيد السايبي بالنادي الإفريقي قد أصبحت مرتبطة أساسا بالجلسة العامة الانتخابية التي ستعقد نهاية هذا الشهر. حيث علمت "الرياضية" من مصادر لها الخاصة بأن السايبي قد

## اسامة بوقرة يتنازل للأولمبي الباجي عن هذا المبلغ قبل الانتقال للترجي

الرياضية - آدم بن عمر

شهدت الجولات الأخيرة من بطولة الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم غياب الهدف أسامة بوقرة عن تشكيلة الأولمبي الباجي وسط تساؤلات عديدة في صفوف الأحياء حول سبب الغياب، وفي هذا السياق أفادت المعلومات القادمة من باجة أن بوقرة طلب ترخيصا رسميا من ادارة الأولمبي الباجي للغياب عن باقي مباريات الموسم وذلك بعدما وقّع رسميا على عقده مع الترجي الرياضي التونسي في المقابل تنازل بوقرة عن جزء هام جدا من مستحقاته المادية أي ما يقارب 75 الف دينار وهي حركة رائعة من هدايا الفريق ووجدت استحسانا من الهيئة المديرية خصوصا وأن الفريق يعاني من أزمة مادية خانقة





## البدري يفرض شروطه للمواصلة والهيئة تؤجل الحسم

الرياضية - محمد علي

مع نهاية الموسم الرياضي الحالي، يبدو أن مصير مدرب النادي الرياضي الصفاقسي حسام البدري أصبح مرتبطا بعدد التفاصيل التي قد تحكم في مستقبله مع النادي. حيث علمت "الرياضية" من مصادر مقربة جدا من الهيئة التسييرية للنادي بأن البدري قد عبر عن غضبه في الفترة الأخيرة بسبب عدم استجابة هيئة النادي لطلباته في خصوص التعزيزات والتحويلات التي ينويها المدرب المصري في الرصيد البشري للفريق خاصة وأن نادي عاصمة الجنوب سيخوض خلال هذا الأسبوع الدور التمهيدي الأخير والمرشح لمرحلة المجموعات للبطولة العربية. وفي هذا السياق علمنا بأن البدري قد فرض بعض الشروط على إدارة النادي الصفاقسي من أجل المواصلة مع الفريق، أولها تسوية وضعية بعض اللاعبين الذين انتهت عقودهم مع الجمعية مع توفير ميزانية هامة لانتداب بعض اللاعبين خلال الميركاتو الصيفي القادم. وفي نفس السياق، علمنا، بأن البدري قد عبر للهيئة التسييرية عن استعداده للرحيل لكن هيئة الطرابلسي قد تشبثت بخدماته إلى حين خوض مباراة الذهاب والإياب ضد الهلال السوداني حيث ينتظر أن يتم تحديد مصير العلاقة بين البدري والصفاقسي بعد نهاية هذه المرحلة من تصفيات البطولة العربية للأندية. وحسب ما أكدته مصادرنا فإن البدري سيكون مصيره مرتبطا أساسا بالنتيجة التي سيحققها النادي في هذه المرحلة.

## تطورات جديدة قد تفرض مغادرة معز حسن للنادي الإفريقي

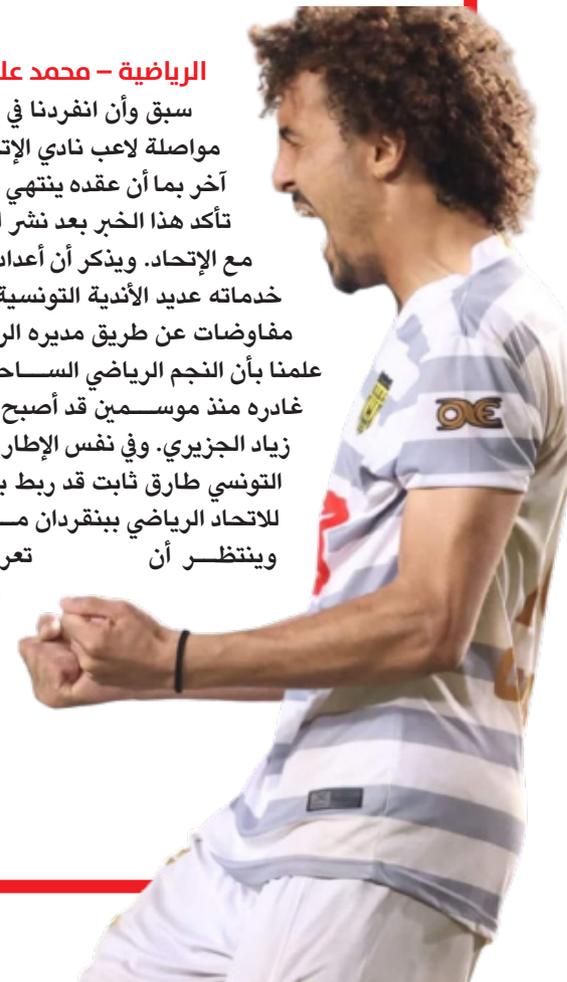
الرياضية - آدم

سبق وأن أشرنا في أعداد سابقة لموضوع تجديد عقد معز حسن مع النادي الإفريقي حيث أكدنا بأن الحارس الدولي لنادي باب جديد قد وافق على الشروط التي وضعتها هيئة العلمي عقده مع النادي لموسمين. لكن يبدو أن تطورات جديدة قد تفرض بعض التغييرات التي تخص المفاوضات بعد أن سبق وأكدنا بأن حسن قد وافق على المواصلة مع النادي الإفريقي، لكن أسبابا عائلية تتعلق أساسا بزواجه الذي عقد يوم السبت الفارط بفرنسا قد تغير المعطيات بما أن زوجة معز حسن لا يمكنها الاستقرار بتونس بحكم وظيفتها وهذا ما قد يفرض عليه إيجاد عقد في فرنسا في الموسم القادم. وحسب المعطيات التي تحصلت عليها "الرياضية" فإن هيئة العلمي ونائبه هيكل دخيل الذي كان حاضرا في مراسم زواج معز حسن يوم السبت الفارط، قد اقترحوا عليه التجديد مع النادي مع السماح له بالسفر إلى فرنسا في العطل والمناسبات. وهذا ما جعل "حسن" يتراجع مبدئيا على مسألة تجديد عقده في انتظار ما ستسفر عنه المفاوضات في الأيام القادمة حسب ما أكدته مصادر مقربة من اللاعب.

## الزايدي مطلوب من النجم والترجي

الرياضية - محمد علي

سبق وأن انفردنا في أعداد سابقة من "الرياضية" بخبر عدم مواصلة لاعب نادي الإتحاد الرياضي بينقردان مع فريقه لموسم آخر بما أن عقده ينتهي مع موفى شهر جوان من هذه السنة. وقد تأكد هذا الخبر بعد نشر اللاعب لتدوينته يعلن فيها نهاية مسيرته مع الإتحاد. ويذكر أن أعدادنا السابقة قد ذكرت بأن الزايدي قد طلبت خدماته عديد الأندية التونسية أبرزها النادي الإفريقي الذي دخل معه في مفاوضات عن طريق مديره الرياضي أسامة السلامي. وفي هذا السياق، علمنا بأن النجم الرياضي الساحلي الفريق السابق لوضاح الزايدي والذي غادره منذ موسمين قد أصبح مهتما بخدماته بطلب من مديره الرياضي زياد الجزيري. وفي نفس الإطار، علمنا بأن المدير الرياضي للترجي الرياضي التونسي طارق ثابت قد ربط بدوره خيوط الإتصال مع اللاعب السابق للاتحاد الرياضي بينقردان من أجل انتدابه في الميركاتو الصيفي القادم. وينتظر أن تعرف الأسابيع القادمة صراعا خفيا بين الأندية التونسية الكبرى من أجل الفوز بخدمات الزايدي في الموسم القادم.





## الكامرجي يناقش هذه العروض والإفريقي يدخل على الخط

الرياضية - محمد علي

مع نهاية الموسم الرياضي الحالي، يبدو أن علاقة هداف الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم رفيق الكامرجي بفريقه الاتحاد الرياضي ببنقردان قد انتهت بنهاية عقد اللاعب يوم 30 جوان الفارط. وفي هذا السياق، تجدر الإشارة إلى أن اللاعب مازال لم يحسم قراره بعد في خصوص مستقبله الكروي بعد العروض التي وصلته من البطولة المصرية وإحدى البطولات الخليجية. لكن يبدو أن عرض الترجي هو الأهم من الناحية المالية للاعب والذي فاق ماديا عروض النجم الرياضي الساحلي والنادي الإفريقي وهذا ما جعله يخير عدم التسرع وحسم الأمور، بما أن الإفريقي مازال ممنوعا من الإنتداب لكن عرضه هو الأفضل على المستوى الرياضي بما أن الترجي قد عرض عليه القدوم بمبلغ مالي مهم لكن دون ضمان اشراكه كأساسي في التشكيلة مع شرط تسريحي يقدر بـ 500 ألف دولار. وحسب ما أكدت مصادرنا فإن الكامرجي سيحسم أمره خلال الأسبوع القادم على أقل تقدير بما أن الأمور يمكن أن تأخذ مزيدا من الوقت في انتظار اتضاح الرؤيا في الإفريقي الذي عبر عن تشبته بهذا الإنتداب في صورة رفعة لعقوبة المنح في هذه الصائفة.

## هل يكون عصام الحضري مدربا للحراس في الترجي؟

الرياضية - آدم بن عمر

تتجه إدارة الترجي الرياضي التونسي إلى الإعلان عن عديد التعديلات في تركيبة الإطار الفني للفريق في الموسم المقبل، حيث بات من شبه المؤكد مغادرة الثنائي المساعد أنيس البوسعايدي وأمين اللطيفي وتعويضهما بسيف الله حسني الذي سيكون إلى جانب مجدي تراوي في خطة ممرنين مساعدين، كما من المنتظر أن يغادر حمدي الكسراوي مهامه وقد علمت الرياضية أن إدارة الترجي تتجه نحو التعاقد مع مدرب حراس جديد ربما سيكون أجنبي هذه المرة، حيث تم طرح عديد الأسماء في الكواليس من بينها الحارس المصري الأسطورة عصام الحضري الذي يتردد اسمه في حديقة الفريق كأحد أبرز المرشحين لتولي المهمة مستقبلا، في انتظار ما ستفرزه التطورات في الأيام القليلة المقبلة.

## هذا موعد جلسة الحسم بين جنح والبنزرتي

الرياضية - محمد علي

تناقلت عديد المصادر الإعلامية في الفترة السابقة خبر عدم مواصلة فوزي البنزرتي مع النجم الساحلي لموسم إضافي على الأقل، وسبق أن انفردنا بالأخبار التي تتعلق بالعروض العربية التي تلقاها شيخ المدرب وهذا ما قد يمنعه من المواصلة مع النجم بعد تتويجه بالبطولة هذا الموسم. وفي هذا السياق، علمت "الرياضية" بأن فوزي البنزرتي قد اتفق مع عثمان جنح رئيس الهيئة التسييرية لفريق



جوهرة الساحل على الجلوس لحسم هذا الموضوع يوم الخميس المقبل من أجل تحديد مستقبله مع الفريق الذي تنتظره مشاركة إفريقية هامة في رابطة أبطال إفريقيا الموسم القادم. وحسب المعطيات المتوفرة فإن البنزرتي قد اشترط بقاء عثمان جنح على رأس الفريق من أجل

المواصلة وإلا فإن مغادرته للفريق ستكون قطعية حسب ما أكدت مصادر مقربة من الطرفين. ويذكر أن البنزرتي قد تلقى عروضاً لتدريب فرق جزائرية ومغربية أبرزها الجيش الملكي الذي حاصر البنزرتي في الفترة الأخيرة وطلب خدماته مهما كانت التكاليف.





سيف غزال :

## "بلوغ القمة صعب و لكن البقاء فيها أصعب .. و رابطة الأبطال الإفريقيّة تحدّينا القادم"

أميمة الجبالي - الرياضية

"بطولة قنطاوي .. شايفة العباد.." بهذه العبارات إحتفلت جماهير فريق جوهرة الساحل بلقب بطولة الموسم الرياضي 2022-2023 بعد أن توجّ النجم الساحلي بلقب البطولة 11 في تاريخه قبل جولة من نهاية السباق إثر حصد نقطة التعادل في الجولة الثالثة عشر أمام إتحاد بن قردان و يتربّع على عرش البطولة التونسية بعد غياب 8 سنوات ، و إنطلقت الإحتفالات في شوارع مدينة سوسة و أنحاء الساحل التونسي لتتواصل إلى ليلة الجمعة عقب تسلّم رمز البطولة إثر مواجهة الوديعي الباجي لحساب الجولة الأخيرة من مرحلة التتويج ، و حاورنا في هذا العدد مساعد المدرب سيف غزال للحديث عن مسيرة الفريق في رحلة البطولة و إنتظارات الجماهير في الإستحقاقات القارية المنتظرة.

### هذا القرار بالفرق المعنية بالمشاركات القارية؟

"يمكن أن تتباين تأثيرات هذا القرار بين الإيجابي والسلبى ، فالمشكل لا يكمن بالأساس في زيادة اللاعبين أو الحد منه بل يجب أن يحسن الإطار الفني إختيار اللاعبين ، و أرى شخصيا أن هذا القرار إيجابي بالتقليص في العدد المسموح به من اللاعبين الأجانب إذ يمنح فرصة للاعبين المحليين للظهور و كذلك الحد من الشكايات و المشاكل القضائية التي قد تثقل كاهل الفرق التونسية وهو كذلك معطى مهم ، عموما القرار اعتبره إيجابي فالفريق يمكنه إنتداب ست لاعبين أجنب لكنّه مطالب بتشريك أربع لاعبين فقد على ما أعتقد و بالتالي يمكن للفرق المروحة بين المسابقات المحليّة و القاريّة."

### مسألة الإنارة بملعب سوسة شكّلت عائقا أمام إتمام مراسم التتويج .. ما تعليقكم؟

"صحيح أن رئيس الجامعة التونسية لكرة القدم وديع الجريء صرّح أن البنية التحتية للملعب الأولمبي بسوسة ليس من مشمولات الجامعة التونسية ، و معه حقّ فالملاعب تحت إشراف وزارة الشباب و الرياضة و وزارة التجهيز بالأساس فالملاعب هي ملاعب الدولة و ليست الجامعة.. ملاحظتك في محلّها إذ غابت الإنارة أثناء مراسم التتويج و نتمنى أن نتخطى هذه الإشكالية في المستقبل القريب و هذا العائق لا يشمل النجم الساحلي و ملعب سوسة فقط بل أغلب الملاعب و الفرق التونسية و سنعمل على إيجاد حلول .. و مثل هذه الحوادث تثبت في كلّ مناسبة رياضية أننا نعيش تحت وقع خلل كبير في البنية التحتية الرياضية في تونس."

### جماهير النجم الرياضي الساحلي ترفع الرّهان و تطمح لللقب القاري .. ما هي رسالتكم؟

"مهمتنا كإطار فنيّ حاليا إنتهت بنهاية الموسم الرياضي الحالي و نوّكد أننا إن تواجدنا في الموسم القادم سندافع على فريقنا خاصة و أن المهمة أصبحت صعبة فبلوغ القمّة رهان صعب لكنّ البقاء فيها هو الأصعب بالنسبة لنا ، سنعمل على الدفاع عن لقبنا و نستعدّ لخوض تحديّ دوري أبطال إفريقيا ، سنعمل على تقديم أقصى إمكانيّاتنا ليحافظ النجم الساحلي على صدارته المعتادة."



شوقي بن خذر و نحن الآن بصدد العمل على التعاقد مع أربع لاعبين آخرين في القريب العاجل"

**كيف تقيّم قرار الجامعة بتحديد عدد اللاعبين الأجانب ؟ هل يضرّ**

الإفريقيّة."

**ماذا عن الإنتدابات و تعزيز الرّصيد البشري؟**

"كما هو معلوم، أنهينا اليوم التعاقد مع المدافع السابق لإتحاد بن قردان

مع قدوم المستشهدين الجدد ، و هو ما عمل عليه عثمان جنيح بتقريب جميع الأطراف لتتّحسن علاقتنا مع الفرق بصفة كبرى و هدفنا الأساسي في الموسم القادم الدفاع عن اللقب و خوض تحديّ رابطة الأبطال

### كيف كانت مسيرة النجم في الموسم الحالي .. خاصة في المرحلة الإنتقاليّة من قيادة المكشّر إلى البنزرتي؟

"إنطلقنا في خوض هذه المرحلة برصيد بشريّ معيّن خاصّة و أننا كنا تحت طائلة عقوبة المنع من الإنتداب و لم تكن مرحلة الذهاب سهلة ، ثمّ تجاوزنا هذه الفترة في مرحلة الإياب بعد رفة عقوبة المنع من الإنتداب و كان هدفنا المرور إلى مرحلة التتويج بنقاط الحوافز و هو ما حققناه لتنتقل فيما بعد المرحلة الإنتقاليّة للنجم الرياضي الساحلي بقدوم المدرب فوزي البنزرتي و الذي أضفى بخبرته و إضافته أجواء خاصّة في تمارين الفريق على المستوى التكتيكي و الذهني للاعبين و هو ما صنع الفارق."

### كيف تقيّم أداء الحكّام في الموسم الحالي .. و هل أحسنت الجامعة تعيين الحكّام بين المحليين و الأجانب؟

"بالنسبة للحكّام الأجانب قاموا بأخطاء مثل الحكّام المحليين في مباريات مختلفة و تفرّعت إلى أخطاء تقديرية و قرارات خاطئة ، أمّا بالنسبة إلى الحكّام التونسيين فقد شاهدنا أداء الحكم هيثم قيراط الذي أدار لقاء نهائي الكأس بين النّرجي الرياضي التونسي و الأولمبي الباجي على أحسن وجه و هو ما يبرهن أن الحكّام المحليين قادرين على الظهور بمستويات عالية ، و أعتقد أن الجامعة وُفقت هذا الموسم في إختيارات تعيينات الحكّام و حاولت إختيار الحكّام المناسبين خاصّة في المواجهات الكبرى و التي كانت حاسمة في منحرج البطولة أي في المقابلات ذات الرّهانات الكبرى ، عموما إن كانت هناك أخطاء فهي أخطاء تقديرية و لم تؤثر بصفة كبرى على نتائج أغلب المقابلات."

### هل هناك إستراتيجية معيّنة يتبعها الفريق هذا الموسم .. و هل هناك تحضيرات خاصة بالمأثوية ؟

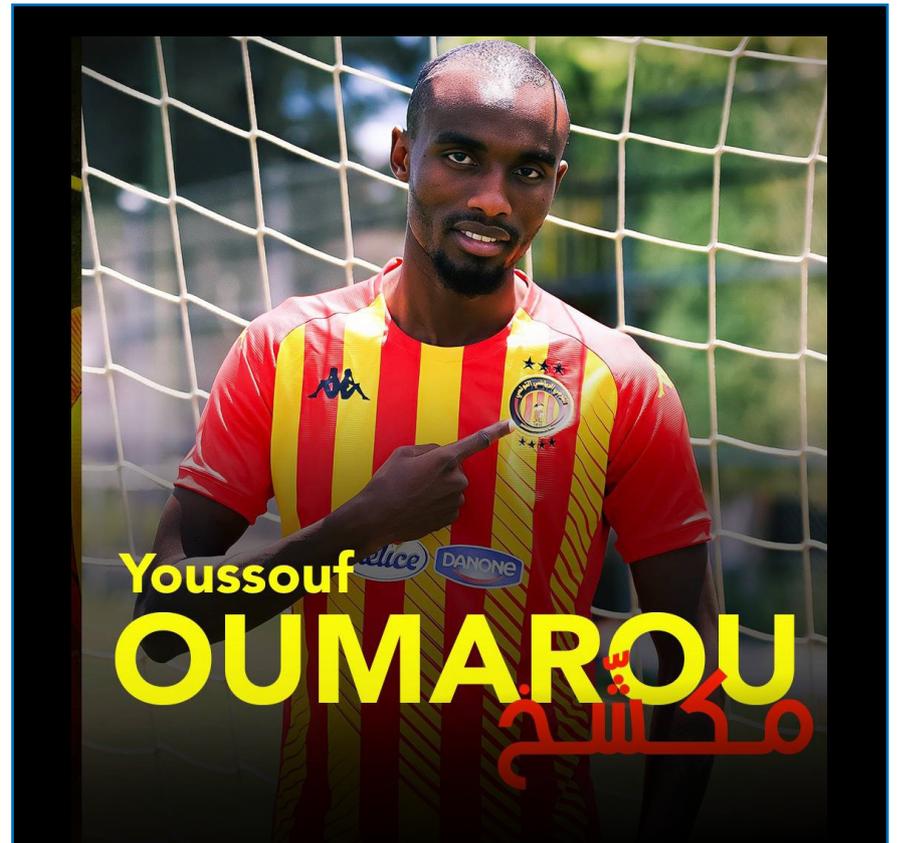
"أولا الموسم الرياضي الحالي لم يكن سهلا و لم يمثّل تحديّ رياضيّ فقط أو تحديّ إداري بل شكّل تحديا مباشرا للقضايا و الشكايات التي واجهها الفريق خاصّة مع الوضعيّة الماليّة التي مرّ بها الفريق ، و من الطبيعي أن نحدّد برنامجا خاصا إستعدادا لدوري أبطال إفريقيا في الموسم القادم خاصّة مع الأبواب التي فُتحت سواء



## بطل المغرب يغري نصر الدين النابي وفريق عريق على الخط

الرياضية - آدم بن عمر

سيخوض المدرب التونسي المتألق نصر الدين النابي تجربة احترافية جديدة في الموسم المقبل بعد أن غادر رسمياً فريق يونغ أفريكانز التنزاني الذي حقق معه 6 ألقاب في موسمين وقاده للدور النهائي لكأس الكونفدرالية الأفريقية، وقد شهدت الأيام الماضية تعطل المفاوضات بين النابي وفريق كايزر شيفز الجنوب افريقي بسبب رفض إدارة النادي الأسماء التي اقترحتها المدرب التونسي لتعزيز الإطار الفني، وفي المقابل علمت الرياضية أن النابي تلقى عديد العروض الأفريقية والعربية المغربية في الآونة الأخيرة أهمها من الجيش الملكي بطل المغرب والوداد البيضاوي، وتجري الاتصالات حالياً في عديد الاتجاهات مع النابي الذي سيواصل التجربة بنسبة كبيرة خارج البطولة التونسية.



## كيف قاد هيثم عبيد اللاعب أومارو للترجي؟

الرياضية - آدم بن عمر

لم تكن مهمة الترجي الرياضي التونسي سهلة تماماً في التعاقد مع لاعب منتخب النيجر والاتحاد المنستيري يوسف أومارو، حيث كما أكدنا في أحد أعدادنا السابقة أن صاحب الـ(30 سنة) أعطى الأولوية في بداية الأمر للأندية الخليجية والعربية التي عرضت عليه مبالغ خيالية تفوق عرض الترجي على كل المستويات، في هذا السياق علمت الرياضية أن ابن الترجي والمدير الرياضي الحالي لفريق سان بيدرو الايفواري هيثم عبيد كان له فضل كبير في اقناع أومارو بالتعاقد مع الترجي وكان على إتصال دائم معه في الفترة الأخيرة وأكد له أن فريق "باب سويقة" يعتبر أفضل وجهة له مقارنة بالأندية الأخرى، علماً وأن أومارو يعتبر أحد اكتشافات هيثم عبيد الذي ضمه للفريق الايفواري قبل سنوات وقاده للاعتراف في الاتحاد المنستيري، مستغلاً علاقته الجيدة مع اللاعب حتى يقنعه باللعب للترجي.

## الرياضية تنشر تفاصيل عقد اومارو مع الترجي

الرياضية - محمد علي

سبق وأن أشرنا في أعداد سابقة إلى المفاوضات التي يخوضها متوسط الميدان النيجري للاتحاد الرياضي المنستيري "يوسف اومارو" مع أكثر من نادي عربي ومحلي بما أن عقده قد انتهى يوم 30 جوان من هذه السنة. ونعود في هذا العدد بعد أن تأكد بأن اومارو قد اتفق مع الترجي الرياضي التونسي بعقد مدته سنتين قابلة للتجديد. وحسب ما أكدته مصادر "الرياضية" من معطيات، فإن "اومارو" قد وقع مع الترجي عقداً بموسمين يتقاضى خلال كل موسم مبلغاً يقدر بـ700 ألف ديناراً مع بعض المنح المرتبطة أساساً بالألقاب والاستحقاقات الإفريقية والعربية. وقد علمنا بأن أومارو قد تم الحاقه بالقائمة التي أرسلتها إدارة الترجي للمشاركة في البطولة العربية بداية من الأسبوع الأخير من شهر جويلية الحالي.



## مراسلة من الأندية الكبرى قد تجبر الجامعة على تغيير قانون الأجانب

الرياضية - آدم بن عمر

علمت الرياضية أن الجامعة التونسية لكرة القدم قد تضطر لتغيير قانون اللاعبين الأجانب مجددا والعودة إلى اعتماد 6 عناصر لكل فريق عوضا عن 4 في الموسم المقبل، حيث تفيد مصادرنا أن الأندية الكبرى وخاصة التي ستشارك في المسابقات الإفريقية وهي النجم والترجي والاتحاد المنستيري والنادي الإفريقي قد اتصلت رسميا بالجامعة وطلبت مراجعة القانون المزمع اعتماده الموسم القادم، وقد أكدت الأندية في مراسلاتها أن المراهنة على المستوى العربي والإفريقي تفرض التعويل على أكثر عدد ممكن من الأجانب حتى تصبح حظوظها متساوية مع باقي الفرق العربية والإفريقية التي ستكون مدججة بعدد النجوم سواء في رابطة الأبطال والكاف والسوبر ليغ التي سيشارك فيها الترجي أو بطولة كأس العرب التي قد تشهد كذلك مشاركة النادي الصفاقسي إذا تجاوز الدور التمهيدي الأخير، ويبدو أن الجامعة لا تمانع في الاستجابة لهذا القرار نزولا عند رغبة الأندية المعنية.



## مدرب تونسي يقود لاعبا راونديا للبقلاوة

الرياضية - آدم بن عمر

علمت الرياضية أن لاعبا راونديا دوليا قد يكون أولى صفقات الملعب التونسي في المراتو الصيفي، حيث تفيد المعطيات التي بحوزتنا أن الأمر يتعلق بلاعب منتخب بلاده ونجم الجيش الراوندي "بونور موغيشا" وهو متوسط ميدان يبلغ من العمر 23 سنة الذي قد يمضي في الأيام القليلة المقبلة عقدا بموسمين مع "البقلاوة" وهو أحد أبرز اللاعبين في الفريق خلال هذا الموسم الذي شهد التتويج بلقب البطولة المحلية، وتفيد مصادرنا أن مدرب الجيش الراوندي وهو التونسي عبد الستار بن موسى الذي سبق له أن عمل في الأقسام الشابة للبقلاوة وكذلك مدربا مساعدا لفريق الأكاكبر هو من نصح ادارة محمد محبوب بالتعاقد مع هذا اللاعب.



## أمين قارة يغادر قناة الحوار التونسي

الرياضية - آدم

علمت "الرياضية" من مصادرها الخاصة بأن الإعلامي أمين قارة والذي قدم خلال الموسم الحالي حصة "الحوار سبور" على قناة الحوار التونسي سيغادر المشهد الإعلامي التونسي في الموسم القادم بعد أن تلقى عرضا في المملكة العربية السعودية. وفي نفس السياق، علمنا بأن "قارة" لن يقدم برنامجا رياضيا وسينتج برنامجا ترفيهيا في إحدى القنوات السعودية في الموسم القادم. وقد أهدت القناة التي تعاقدت مع "قارة" مناسك الحج له ولأحد الصحفيين الذين سينتقلون معه إلى القناة. وفي نفس السياق، علمنا بأن قناة الحوار التونسي تتفاوض خلال هذه الفترة مع أكثر من إسم من أجل تأمين برمجتها الرياضية خلال الموسم الرياضي القادم الذي سيعرف مشاركة منتخب تونس في كأس إفريقيا للأمم في الكوديفوار في جانفي من سنة 2024.





## هل يخسر بن يونس ثقة البلي بسبب النادي الصفاقسي؟

الرياضية - آدم بن عمر

تفيد المعطيات القادمة من المنستير أن رئيس الاتحاد احمد البلي قرر تثبيت المدرب عماد بن يونس في مهامه خلال الموسم المقبل وتدعيم الإطار الفني وكذلك القيام بانتدابات عديدة لسد الشغور الذي سيتركه خروج عديد الركائز مثل تقا وأومارو والصغراوي وربما بن سعيد وتراوري وغيرهم، وكان البلي يستعد لإعلان قرار الإبقاء على المدرب عماد بن يونس بعد لقاء الجولة الأخيرة لبطولة الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم ضد النادي الصفاقسي حيث كانت كل المؤشرات توجي بأنه الفريق سيحتل المركز الثاني المؤهل لكأس رابطة الأبطال الأفريقية، لكن التعادل المخيب والتراجع للمركز الرابع جعل البلي يتردد عن اتخاذ القرار النهائي مخرجا تأجيل الحسم في مستقبل الإطار الفني لتصبح كل الاحتمالات واردة في الموضوع.

## تلقي عرضا يفوق الثلاث مليارات: العبيدي ليرفض بيع الأسباب

الرياضية - آدم

علمت "الرياضية" من مصادرها الخاصة بأن الهيئة التسييرية للنادي الإفريقي بقيادة يوسف العلمي قد تلقت خلال الأسابيع الأخيرة عرضا أوروبيا لانتداب مهاجمها الدولي "حمدي العبيدي" بقيمة 1.2 مليون دينار، وقد أجلت الهيئة الخوض في المفاوضات من أجل بيع هداف الفريق إلى حين الجلسة العامة الانتخابية القادمة رغم أن العرض مازال ساري المفعول من قبل أحد الأندية التي تنتمي إلى الدرجة الأولى البرتغالية. ورغم أن العرض يبدو مهما من الناحية المادية إلا أن هيئة العلمة قد أجلت المفاوضات إلى حين استكمال الفترة الإنتقالية الحالية التي ستعرف انتخابات جديدة وجلسة عامة قد تفرض عديد التغييرات على المستوى الإداري وهذا ما جعل الهيئة الحالية تؤجل عديد القرارات لما بعد الانتخابات القادمة.

## خاص: خليل شمام يقتحم عالم وكلاء اللاعبين

الرياضية - آدم بن عمر

علمت الرياضية من مصادرها الخاصة أن النجم الدولي السابق للترجي الرياضي التونسي خليل شمام قرر دخول عالم وكلاء اللاعبين وهو بصدد اجتياز الاختبارات اللازمة حتى يصبح وكيل أعمال راسمي ومعتاد في السنوات المقبلة، وتضيف مصادرها القائد السابق للترجي رفض فكرة اقتحام عالم التدريب وأعرب للمقربين منه أنه غير مهتم بالحصول على ديباومات التمرين، كما أن شمام لم يتحمس كذلك لفكرة توي خطة إدارية في فريقه الأم الترجي الذي اقترح عليه الانضمام للإطار الفني والإداري وتوي مهمة مرافق أو ممرن مساعد مؤكدا استعداداه لمساعدة النادي دون أي مركز رسمي ودون أي شروط بما أنه يطمح لخطواته الأولى في عالم الوكلاء مستقبلا إيمانا منه بمساعدة المواهب الشابة على الاحتراف والتطور في مسيرتهم الكروية.







ALORS QUE V

ETOILISTES EVERYWHERE

Kardak

TO  
ERYW



مخبرتنا  
مصحفة رياضية استوعبت شاملة



## عرض رسمي لوسام يحيي والسايبى يتمسك بالبدوي

الرياضية - آدم بن عمر

قررت الهيئة المديرية للنادي الإفريقي تقديم عرض رسمي للاعب وسام يحيي من أجل تجديد عقده لمدة موسم إضافي مع الفريق، ويبدو أن "الغولدن بوي" لا يعارض الفكرة حتى الآن في انتظار ما ستسفر عنه المفاوضات في قادم الأيام، ومن جهة أخرى عبر المدرب سعيد السايبي عن تمسكه بخدمات اللاعب رامي البدوي الذي من المنتظر كذلك أن يواصل المشوار مع الفريق خصوصا وأن الهيئة المديرية لم تكتفِ للإنتقادات التي واجهها هذا اللاعب من طرف الجماهير وترى بأنه قادر على تقديم الإضافة للفريق نظرا لخبرته الطويلة سيما وأن الإفريقي مقبل على المشاركة في كأس الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، في المقابل طالب السايبي بتعزيز خط الدفاع بمدافع إضافي والقيام ببعض التعزيزات الأخرى في بعض المراكز الأخرى.



## محامي الكامرونيين في قبضة النادي الإفريقي والهيئة تقترب من تجنب كابوس الفيفا

الرياضية - آدم بن عمر

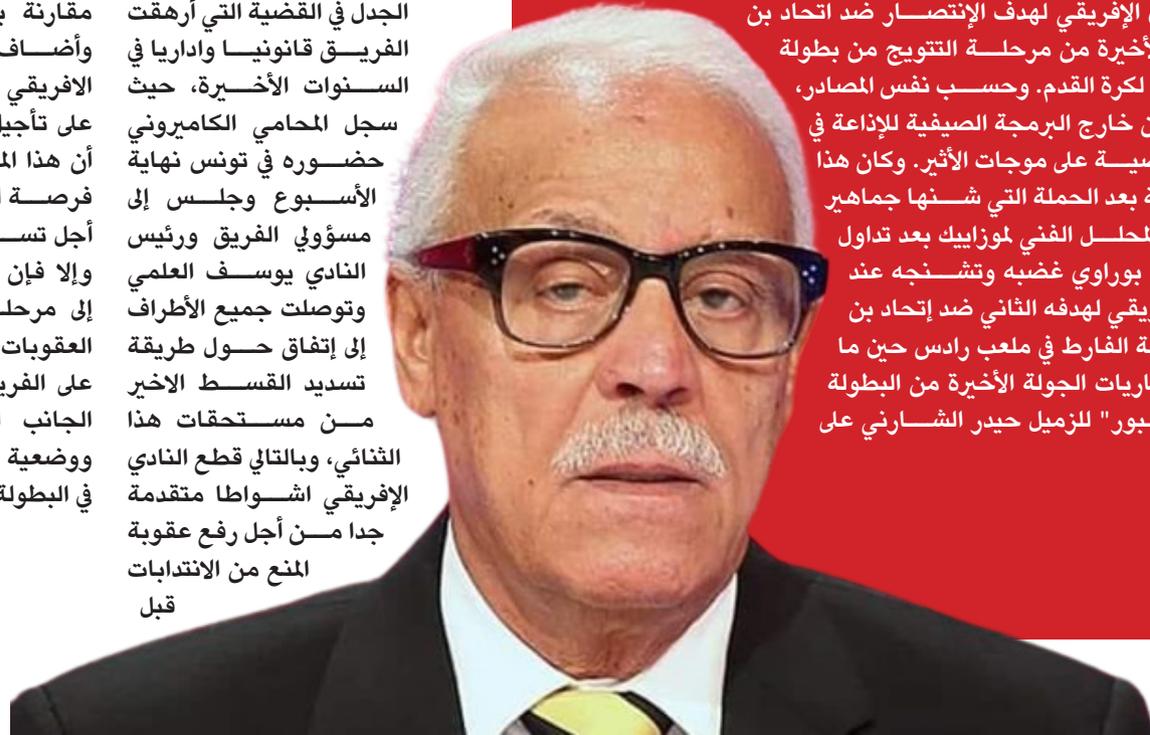
يوم 15 جويلية، فيما أكد مصدرنا أن بقية ملفات النزاعات الأخرى في طريقها للانفراج وتعتبر سهلة جدا مقارنة بملف الكامرونيين، وأضاف نفس المصدر أن الإفريقي لا يمكنه هذه المرة على تأجيل رفع العقوبة بما أن هذا المركاتو يمثل آخر فرصة للإفريقي من أجل تسوية الوضعية وإلا فإن الفيفا ستتم إلى مرحلة تنفيذ العقوبات القاسية على الفريق وتطال الجانب الرياضي ووضعية النادي في البطولة

علمت الرياضية أن النادي الإفريقي تمكن من غلق ملف اللاعبين الكامرونيين وإنهاء الجدل في القضية التي أرهقت الفريق قانونيا وإداريا في السنوات الأخيرة، حيث سجل المحامي الكاميروني حضوره في تونس نهاية الأسبوع وجلس إلى مسؤولي الفريق ورئيس النادي يوسف العلمي وتوصلت جميع الأطراف إلى إتفاق حول طريقة تسديد القسط الأخير من مستحقات هذا الثنائي، وبالتالي قطع النادي الإفريقي أشواطاً متقدمة جدا من أجل رفع عقوبة المنع من الانتدابات قبل

## توبيخ من إدارة موزاييك لرضا بوراوي بسبب جماهير الإفريقي

الرياضية - آدم

علمت "الرياضية" من مصادرها الخاصة بأن إدارة راديو موزاييك قد وجهت توبيخا لمحلها في البرامج الرياضية "رضا بوراوي" بسبب الحركة التي قام بها حين تسجيل النادي الإفريقي لهدف الإنتصار ضد اتحاد بن قردان خلال الجولة الأخيرة من مرحلة التتويج من بطولة الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. وحسب نفس المصادر، فإن بوراوي سيكون خارج البرمجة الصيفية للإذاعة في مختلف البرامج الرياضية على موجات الأثير. وكان هذا القرار من إدارة الإذاعة بعد الحملة التي شنتها جماهير النادي الإفريقي على المحلل الفني لموزاييك بعد تداول فيديو يظهر فيه رضا بوراوي غضبه وتشنجه عند تسجيل النادي الإفريقي لهدفه الثاني ضد اتحاد بن قردان عشية الجمعة الفارط في ملعب رادس حين ما كان بصدد متابعة مباريات الجولة الأخيرة من البطولة في حصة "ريكاب سبور" للزميل حيدر الشارني على موزاييك.



## نهاية مشوّقة للموسم الرياضي.. فكيف يتم التجهيز لإنجاح موسم كروي جديد ؟

الرياضية - وصال الكلاعي

أسدل الستار رسمياً على الموسم الكروي 2022/2023. وبدأ التفكير رسمياً في منافسات الموسم الجديد. فمن جهة تخوض الأندية الميركاتو الصيفي لتعزيز صفوفها، ومن جهة أخرى يفكر كل لاعب في الظهور بأفضل مستوياته الفردية في الموسم الجديد. إذ سيركن اللاعبون إلى الراحة لمدة لا تتجاوز الشهرين. إلا أن راحة الرياضيين يجب أن تكون مدروسة بعناية، وبالأخص لاعبي كرة القدم. إذ يجب أن يحافظ اللاعبون على لياقتهم البدنية وبنية الجسدية السليمة ليكون على أتم الاستعداد للدخول في منافسات الموسم الجديد.

فمن أهم ميزات لاعب كرة القدم هي الجاهزية واللياقة البدنية العالية. وهي أكثر ما يميز لاعب على آخر. ولها وقع كبير على الأداء الفني للاعبين. فكلما كانت اللياقة البدنية عالية زادت مرونة اللاعب في التأقلم مع الخطّة الفنيّة التي يضعها المدرب. وزادت نسبة حركته أثناء المباراة وكذلك قطعه للمسافات واغطية المساحات داخل الملعب.

وفضلاً عن الإعداد البدني، يجب أن يعي اللاعب بضرورة اتباع حميّة غذائية صحيّة تتأقلم مع الرياضة التي يمارسها والمجهود البدني الذي يبذله، فيجعل منها نمط حياة. فهي المحرك الأساسي لقوّته البنية التي يستمد منها قوّته الفنيّة. فمن ينشد الإحتراف في عالم كرة القدم يجب أن ينظّم نمط حياته وفقاً للرياضة التي يمارسها داخل الملعب وخارجه أثناء الموسم الكروي وحتى في وقت الراحة السنوية في الصيف. والأمر نفسه ينطبق على الهواة والنشئين. فالتكوين السليم للرياضيين يبدأ منذ نعومة الأظافر، حتى يدأب الرياضي ولاعب كرة القدم على التغذية السليمة ونمط الحياة السليم.

فلاعب كرة القدم على وجه الخصوص يمتاز ببنية عضلية قويّة وجسم رشيق يساعده على الرّكض وبذل المجهود اللازم على الرّقعة الخضراء فضلاً عن اليقظة الذهنية العالية، التي توفرها الأملاح المعدنية بكميات مضبوطة، لاتخاذ القارات السليمة أثناء مجريات





أخصائية التغذية، إشراق حداد

بتناوله ليلا. وتناول لحم الدجاج مثلا في وجبة الغداء شرط أن تكون قبل ثلاث ساعات على الأقل من وقت التمارين.

وبعد التمارين يجب أن يتناول الرياضي ما يعوض جسمه عما تم حرقه أثناء ممارسة الرياضة، لإعادة تأهيل الجسم.

ويجب أن يتناول الرياضي السوائل بعد التمارين، لسد حاجة جسمه إلى الماء، وهو قد فقد الكثير منه في عملية التعرق وقد ارتفعت درجة حموضة جسمه كذلك. لذلك يجب تعديل درجة حموضة الجسم عبر شرب الحليب أو أي منتج مشتق من الحليب مرفوقا ببعض حبات التمر أو الموز الغنيان بالبوتاسيوم لتعديل نقص الماء كما ذكرنا سلفا."

وأكدت خبيرة التغذية في الختام أنّ اتباع نظام غذائي ملائم للرياضيين بصفة عامة يحد من نسبة حدوث التشنج أو التمزق العضلي وغيرها من المشاكل البدنية.

واليقظة الذهنية للعبين، على وجه الخصوص.

ومن الضروري أن يتوفر الفيتامين C والفيتامين A والفيتامين E في النظام الغذائي الرياضي. إذ تعد هاته الفيتامينات من أقوى مضادات الأكسدة الطبيعية، وهو أمر هام للغاية نظرا للضغط الذي يتعرض له الرياضيين الناجم عن ممارسة الرياضة وبذل الجهود البدني."

وأضافت حداد متحدثّة عن قيمة الأملاح المعدنية في حمية الرياضيين: "يحتاج جسم الرياضيين إلى الأملاح المعدنية كما يحتاجها الشخص العادي. إلا أنّ أكثر ما يحتاجه هو البوتاسيوم، الذي يمنع انخفاض معدّل الماء في الجسم، كذلك ملح الحديد الضروري لعملية تنقل الأكسجين داخل الجسم وطرح ثاني أكسيد الكربون، بما أنّ الجهود البدني يزيد من وتيرة عملية التنفس، وأخيرا الماينيزيوم الضروري لصحة الأعصاب.

وإنّ أهم ما يحتاجه الرياضي هو الماء. إذ يتعرّض جسم الرياضي إلى التعرّق أكثر من غيره، فيفقد كميات كبيرة من الماء. فإن انخفض معدل الماء في الجسم عن العادي، فكما نعلم جميعنا 70% من أجسامنا ماء، قد يسبب مضاعفات تصل إلى حد الخمول والإحساس بالدوار."

وأردفت أخصائية التغذية المذكورة: "أنصح بعدم تناول السمك الأزرق قبل التمارين. إذ تستغرق عملية هضم السمك الأزرق 7 ساعات على الأقل. أنصح

وقد قالت إشراق حداد: "الرياضة والتغذية السليمة متلازمتان ومتكاملتان لضمان جسم سليم ونمط حياة سليم.

إذ تختلف الحاجات الغذائية في جسم الرياضي عن جسم الإنسان العادي، الأقل حركة.

ونخص بالحديث لاعبي كرة القدم، الذين تتباين عدد السرعات الحرارية التي يحرقها أجسامهم أثناء خوض المباراة نفسها من لاعب إلى آخر، نظرا لاختلاف أوزانهم وتفاوت أعمارهم.

فعلى سبيل المثال، إن لم يتجاوز وزن اللاعب الخمسين كيلوغراما، فيحرق 6.5 كغ سرعة حرارية في الدقيقة الواحدة من المباراة. أي ما يعادل تقريبا 845 كغ حريرة في المباراة كلها باعتبار دقائق العمليات الإجمالية..

أما من يفوق وزنه 50 كغ إلى 98 كغ فيحرق جسمه 1742 حريرة في المباراة الواحدة، أي ما يعادل تقريبا وجبة إنسان غير رياضي ولا يبذل أية مجهود.

وإنّ كلّ ما يتم حرقه أثناء ممارسة اللعبة يحتاج الجسم إلى تعويضه حتى يسترّد عافيته.

فعموما يحتاج جسم الرياضي إلى 50% سكريات 10 أو 20% على الأكثر دهنيات والبقية بروتينات.

وتختلف نسبة البروتينات اللازمة لأجسام اللاعبين من لاعب إلى آخر. فللكيلوغرام الواحد من وزنه يحتاج الإنسان الرياضي من 1,5 إلى 1,7 غرام بروتينات.

بمعنى أنّ الرياضي الذي يزن 58 كغ يحتاج إلى ما بين 87 كغ و98 كغ بروتينات. وتتوفر البروتينات في الأسماك خاصة، إذ تحتوي المائة غرام من السمك على 20 غرام من البروتينات.

وفضلا عن البروتينات، من البديهي أن يحتاج جسم الرياضي، كغيره من الأجسام إلى الفيتامينات. وإنّ أكثر ما يحتاجه هو الفيتامين B1، B6، B9 وB12. ومن أكثر الأغذية غنى بهاته الفيتامينات هي اللحوم الحمراء، سيما لحم الخروف وكبد، ولحم الدواجن والأسماك والفواكه الجافة. وتعود هذه الفيتامينات بالنفع على الجاهزية



هاني مولهي

النوم وتجنّب السهر، العدو الأول لكل رياضي وكل تطور بدني.

ولا بأس بالاستمتاع مع العائلة والأصدقاء قدر الإمكان في الأسبوع الأول من العطلة، مع ضرورة تجنب الإجهاد البدني. إذ يؤثر الاستمتاع بالعطلة إيجابيا على أداء اللاعب فيم بعد.

وانطلاقا من الأسبوع الثاني، بالنسبة للاعبين الذين تطول مدة الراحة لديهم لأسباب أو لأخرى، عليهم عدم التوقف عن التمرن بالتنسيق مع المعد البدني للفريق الذي ينتمون إليه. فضلا عن القيام بتمارين هوائية كالركض المستمر، 30 دقيقة فأكثر على شاطئ البحر بسرعة منخفضة إلى متوسطة، ركوب الدراجة الهوائية والسباحة، فهي من الأشياء الممتعة التي يُنصح القيام بها للمحافظة على اللياقة والاستمتاع بالعطلة في نفس الوقت، كما يجب القيام بتمارين القوة باستعمال وزن الجسم خاصة تمارين البطن والظهر ومختلف عضلات الجسم."

وفي ختام كلامه، أوصى هاني مولهي اللاعبين ببداية اليوم باكرا وتجنّب السهر لوقت متأخر و المحافظة على نظام غذائي جيد متنوع ومتوازن بين اللحم والخضروات والغلّال.

### دليل التغذية السليمة للرياضيين

في سياق متصل حاورنا أخصائية التغذية، إشراق حداد، لاستشارتها علميا، عن حاجيات جسم الرياضي من الأغذية للحفاظ على لياقتهم البدنية والذهنية على حدّ سواء.

اللعب.. وهذا ما توفّره التغذية السليمة للجسم. فهي من ستزوّد اللاعب بالطاقة والسّعات الحرارية اللازمة لبلوغ اللياقة البدنية المثلى ومنه تقليل نسبة حدوث الإصابات الخطرة جزاء التعب والإرهاق.

لذلك يجب على اللاعبين المحترفين إستشارة خبراء، معيّنين وخصائيين في التغذية، لتوجيههم في عطلتهم الصيفية وفقا لاحتياجاتهم البدنية ونسق تدرجاتهم، للمحافظة على لياقتهم وجاهزيتهم البدنية أثناء الصيف. ولن ينعكس الاهتمام بنمط الحياة وأصغر تفعل على الأداء الرياضي في مباراة واحدة والقدرة على اللعب لمائة وعشرين دقيقة مثلا في مباراة ما، أو لموسم واحد فقط، بل ينعكس ذلك على الأداء الرياضي في كامل المسيرة الرياضية للاعب. بل قد يمدّد في عمره داخل المستطيل الأخضر.

سبل الحفاظ على اللياقة البدنية وحاورت الرياضية المعد البدني التونسي لنادي سان بيدرو الإفوارى، هاني مولهي، الذي قال: "يفقد لاعب كرة القدم بين 12 و20% من قدراته البدنية، بعد التوقف عن التدريب لمدة تتراوح بين 10 و15 يوما. و يحتاج اللاعب من خمسة إلى ثمانية أسابيع من الإعداد البدني للوصول إلى الحالة المثلى بعد التوقف.

فبعد نهاية موسم كروي شاق، يحتاج لاعب كرة القدم إلى الراحة. وكما يعلم جميعنا أنّ مدة العطلة تختلف من فريق إلى آخر. فأندية أنهت الموسم يوم 30 جوان وأخرى أنهت الموسم مبكرا. وتستأنف بعض الأندية النشاط قبل أخرى. إذ يشارك بعضها في البطولة العربية هذه الصائفة.

وبما أنّ نشاط بطولة الرابطة المحترفة يُستأنف يوم 19 أوت 2023 أي في وقت مبكر مقارنة بالموسم الماضي، أعتقد أنّ الراحة المخصصة للاعبين لن تتجاوز عشرة أياما."

وأضاف المولهي ناصحا الرياضيين: "النصيحة الأولى والدائمة والصالحة في كل زمان ولكل رياضي هي المحافظة على





يشهد النصف الثاني من شهر أوت القادم عودة الحياة إلى ملعب كرة القدم في العالم كله وفي القارة الأوروبية على وجه الخصوص. إذ تتأهب أندية الدوريات الخمسة الكبرى، في الشهرين المقبلين، بل أقل، لانطلاق فعاليات الموسم الكروي صفوفها بأهم الأقدام حتى يحافظ الأبطال على ألقابهم، وتنافسهم بقية الأندية على لقب الموسم الجديد.

ونرصد لكم فيم يلي مواعيد إنطلاق

# الدوريات الأوروبية: مواعيد عودتها وقصص الوافدين عليها..



ثانيًا، وليفانتي، صاحب المركز الثالث في جدول الترتيب. وقد كشفت القرعة التي تم سحبها يوم الخميس 22 جوان الماضي عن موعدًا كلاسيكو، الذهاب والإياب، بين الغريمين التقليديين، ريال مدريد وصاحب اللقب، برشلونة. إذ سيدور كلاسيكو الذهاب بملعب سبورتيفاي الكامب نو بكاتالونيا يوم الخميس 19 أكتوبر 2023. أما كلاسيكو الإياب فيدور يوم الأحد 21 أبريل 2024 بملعب سنتياغو برنابيو بالعاصمة الإسبانية مدريد.

ثانيًا، وليفانتي، صاحب المركز الثالث في جدول الترتيب. وقد كشفت القرعة التي تم سحبها يوم الخميس 22 جوان الماضي عن موعدًا كلاسيكو، الذهاب والإياب، بين الغريمين التقليديين، ريال مدريد وصاحب اللقب، برشلونة. إذ سيدور كلاسيكو الذهاب بملعب سبورتيفاي الكامب نو بكاتالونيا يوم الخميس 19 أكتوبر 2023. أما كلاسيكو الإياب فيدور يوم الأحد 21 أبريل 2024 بملعب سنتياغو برنابيو بالعاصمة الإسبانية مدريد.

### دورب الدرجة الأولى الإيطالي، الكالتشيو

تنطلق منافسات دوري الدرجة الأولى الإيطالي يوم الأحد 20 أوت 2023. وتدور منافسات الجولة الأخيرة من المسابقة يوم الأحد 26 ماي 2024.

وينضم إلى الدوري الإيطالي في الموسم الجديد فريق فروسينوني بطل دوري الدرجة الثانية. بالإضافة إلى فريق جنوى، العائد إلى مسابقة الكالتشيو، بعد موسم واحد في دوري الدرجة الثانية بفضل الإدارة الفنية للمدرب ألبيرتو جيلاردينو. وجاء نادي باري في المركز الثالث من جدول ترتيب دوري الدرجة الثانية بعد تجاوز نادي بارما.

### الدوري الألماني، البوندسليغا

حدّد المشرفون على الأمور الإدارية في الدوري الألماني لكرة القدم يوم الجمعة 18 أوت 2023، موعد أولى جولات البوندسليغا للموسم الكروي

ووفقًا لما قرّره رابطة كرة القدم الألمانية، سيتمّ إسدال الستار على منافسات البوندسليغا للموسم الجديد يوم السبت 18 ماي 2024.

### الدوري الفرنسي

أعلنت الرابطة الفرنسية لكرة القدم يوم 12 أوت 2023، موعدًا رسميًا لبداية منافسات الدوري في موسم 2023/2024. كما حدّدت يوم السبت 18 ماي 2024 موعد إقامة مباريات الجولة الختامية، الجولة الرابعة والثلاثين.

إذ قرّر أعضاء رابطة الدوري الفرنسي، بالتصويت، تخفيض عدد أندية الليغ 1 إلى ثمانية عشرة ناديًا بدلًا من عشرين ناديًا. فقد نال القرار تصويت الأغلبية، 97% من أعضاء الرابطة، في الثالث من جوان الماضي. يذكر أنّ لوهافر، الفريق السابق للظهير التونسي أيمن بن محمّد، وميتر هما من تأهلا إلى منافسات دوري الدرجة الأولى في الموسم الجديد.



ويُسدل الستار رسميًا عن منافسات الموسم.

الدوري الإسباني، الليغا قرّرت رابطة الليغا الإسبانية إنطلاق الموسم الكروي الجديد، 2023/2024، يوم الجمعة 11 أوت 2023، في نسخته الثالثة والتسعين. وحدّدت الجهة نفسها يوم الأحد 26 ماي 2024 موعدًا لإقامة مباريات الجولة الأخيرة من الدوري الإسباني الدرجة الأولى. وقد تأهل نادي غرناطة إلى منافسات الليغا الإسبانية بعد إكماله الموسم الماضي في صدارة جدول ترتيب دوري الدرجة الثانية برصيد خمسة وسبعين نقطة. ورافقه إلى منافسات دوري الأضواء كلّ من لاس بالماس الذي حلّ

الجديد. إذ لم يلبث على نزوله إلى دوري الدرجة الأولى الممتازة إلا سنة واحدة. كما تمكّن فريق شيفيلد يونايتد، هو الآخر، من التأهل إلى البريميرليغ. وكان نادي لوتون تاون، آخر الملتحقين بركب الدوري الممتاز بعد الانتصار على كوفنتري سيتي.

وكشفت القرعة عن برنامج مواجهات الجولة الأولى من منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز. إذ سيُفتتح الموسم بمباراة حامل لقب الموسم المنصرم، مانشستر سيتي، أمام ضيفه العائد حديثًا إلى البريميرليغ، نادي بيرنلي، يوم الجمعة 11 أوت 2023. ومن المقرر أن تُقام مباريات الجولة 38، الأخيرة، قاطبة يوم 19 ماي 2024

ونهاية الموسم الجديد في الدورات العالمية الأشهر والأندية الوافدة على كلّ مسابقة؛ الدوري الإنجليزي الممتاز، الدوري الإسباني الدرجة الأولى، دوري الدرجة الأولى الإيطالي، البوندسليغا الألمانية والدوري الفرنسي.

### الدوري الإنجليزي الممتاز، البريميرليغ

أعلنت الرابطة الإنجليزية لكرة القدم يوم الجمعة 11 أوت 2023 موعدًا لانطلاق منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز في الموسم الكروي الجديد، 2023/2024.

وقد انضمّ نادي بيرنلي إلى باقة أندية الدوري الإنجليزي الممتاز في الموسم

# الألعاب الإفريقية الشاطئية بالحمامات.. تونس تكسب الرّهان

أميمة الجبالي - الرياضيّة

أسدل الستار مساء يوم الجمعة 30 جوان 2023 على منافسات الألعاب الإفريقية الشاطئية في نسختها الثانية بعد أن أقيمت النسخة الأولى من هذه التظاهرة الدولية بالرأس الأخضر، والتي إحتضنتها مدينة الحمامات إنطلاقا من يوم الجمعة 23 جوان 2023 إلى غاية يوم 28 من نفس الشهر بمنتهج ياسمين الحمامات وشملت هذه التظاهرة عدّة رياضات، أبرزها السباحة في المياه المفتوحة، والتجديف، والتزلج الشراعي، والكرة الطائرة الشاطئية، وكرة اليد الشاطئية وغيرها من المنافسات.

من مختلف أنحاء القارة السمراء و رؤساء اللجان الأولمبية.

**الرياضة الجزائرية تغنم النّصيب الأكبر من الذهب**

شارك الوفد الرياضي التونسي في 28 منافسة ضمن برنامج الألعاب من بين

دورة أوفت بوعودها على مختلف المستويات بين التنظيم والحضور و المسابقات الرياضية المختلفة، كما شهدت هذه التظاهرة تنظيم حفلي إفتتاح وإختتام بمسرح الهواء الطلق بالحمامات والذي تضمّن لوحات رقص إفريقية و تونسية و أنغام عربية مختلفة للترحيب بضيوفها

ثلاث برونزيات من نصيب المنتخب الوطني للمصارعة (صنف الرجال فقط) و بعد حصد ثلاث ميدالية برونزية أكد عبد القادر البهلول مدرب المنتخب التونسي للمصارعة لصنف الرجال في تصريح لوكالة تونس افريقيا للانباء ان المصارعة التونسية كانت ممثلة خلال هذه المنافسات في صنف الرجال بأربع رياضيين نجح ثلاثة منهم في إعتلاء منصة التتويج و هي حصيدة إحتفى بها بهلول في اول مشاركة بدورة الألعاب الإفريقية الشاطئية مؤكدا أن الرهان القادم سيكون بمناسبة دورة الألعاب العربية المقررة بالجزائر خلال شهر جويلية المقبل، و لم تنجح الرياضة التونسية الفردية في حصد ميداليات في المصارعة فقط إذ حصدت مروى بالحاج

المنافسات الـ 30 المقررة في البرنامج يليه الوفد الرياضي للجزائر الذي شارك في 26 مسابقة و حصدت الرياضة الجزائرية 34 ميدالية لتتصدر المجموعة الترتيبية، مؤزعة على النحو التالي: 15 ذهبية و 7 فضيات و 12 برونزية فيما نجحت الرياضة التونسية في حصد المركز الثاني في الترتيب بمجموع 39 ميدالية، برصيد 13 ذهبية و 12 فضية و 14 برونزية أي بفارق ذهبيتين عن الشقيقة الجزائر.

و توج الرياضيون التونسيون في مسابقات مختلفة أبرزها في مجال المصارعة إذ أحرز كل من المصارعين محمد السعداوي وخديجة الجلاصي ميداليتين برونزيتين في وزني ما فوق 90 كغ وتحت 70 كغ ليرتفع بذلك رصيد الميداليات إلى





محمد برونزيّة في سباق كاياك البحر سيدات اثر قطعها مسافة 3 الاف متر في 19دقيقة و19ثانية و31 جزء من الثانية ضمن دورة الألعاب الافريقية الشاطئية كما أحرز التونسي فاروق الدالي الميدالية الفضية لسباق كاياك البحر رجال اثر قطعه مسافة 3 الاف متر في توقيت قدره 16دقيقة و55ثانية و08 جزء من الثانية. أما عن الرياضات الجماعية فقد توج المنتخب التونسي لكرة السلة الشاطئية للرجال بالميدالية الذهبية بفوزه في الدور النهائي على نظيره المالي 12-17، كما أحرز المنتخب التونسي لكرة السلة الشاطئية للسيدات الميدالية البرونزية بفوزه على نظيره الجزائري 11-15 في المباراة الترتيبية. و تعددت تنويجات الرياضة التذونية لتشمب 39 ميدالية في رياضات مختلفة.

## تنظيم محكم .. و أكثر من 2000 رياضي في الموعد

كما أشرنا سابقا تعمل مختلف الدول على إحتضان تظاهرات رياضية كبرى خدمة لمجالات عديدة والتي تشمل الجانب الرياضي إستعدادا للتظاهرات العالمية و الجانب الإقتصادي و السياحي وغيرهم ، وبلغت قيمة مصاريف دورة الالعاب الإفريقية الشاطئية بالحمامات اكثر من أربعة مليون دينار تونسية (4 مليارات) تكفلت منها اللجنة الأولمبية بدفع مليار ونصف فيما أمّنت الدولة التونسية بقية المصاريف عن طريق وزارة الشباب والرياضة.

وأكد رضا المناعي عضو المكتب التنفيذي للجنة الأولمبية التونسية و المسؤول عن القرية الرياضية للألعاب الإفريقية الشاطئية الحمامات 2023 في تصريح لوكالة تونس إفريقيا للأنباء، "أن عدد الرياضيين الذين شاركوا في هذه الدورة في نسختها الثانية بلغ 2300 رياضي من 54 دولة إفريقية سجلوا حضورهم في هذا العرس الإفريقي بمنتجع ياسمين الحمامات من بينهم 1300 رياضيا ورياضية لتتجاوز بذلك هذه الأرقام كل توقعاتنا التي كانت في حدود 1000 رياضي". و تابع المناعي في حديثه أنه اللجنة الأولمبية نجحت رغم بعض العراقيل و الصعوبات في تنظيم النسخة الثانية من الدورة القارية مؤكدا أنها أكبر حدث رياضي تنظمه تونس بعد الألعاب المتوسطية 2001. و يذكر أن غينيا الإستوائية ستحتضن الطبعة الثالثة للألعاب الإفريقية الشاطئية، في عام 2027.



## مسابقة الـبوموسبور عدد 493 : قمة دربي الوداد و الرجاء تتصدّر هذا العدد

### أميمة الجبالي - الرياضة

أصدرت مسابقة الـبوموسبور العدد 493 وتتكون القصاصة من 13 مواجهة كما جرت العادة إذ تنقسم المباريات الى عشر مواجهات ضمن الدوري البرازيلي و مقابلتان من كأس المغرب إضافة إلى مباراة ودية.

وتمتدّ عملية تسجيل القصاصات بداية من يوم الإثنين 3 جويلية 2023 إلى يوم السبت 8 جويلية 2023 في الساعة الثامنة مساءً وستتم عملية إستخراج النتائج يوم الإثنين 10 جويلية 2023 في الساعة التاسعة صباحاً.  
كأس المغرب :

### الوداد البيضاء - الرجاء المغربي : 1

يلاقى الوداد البيضاء غريمه التقليدي الرجاء المغربي ضمن نصف نهائي كأس المغرب ، و نرشح في هذا اللقاء الوداد البيضاء الذي يعدّ حالياً أفضل من الرجاء على المستوى الفني ، إذ بلغ الوداد نهائي دوري أبطال إفريقيا مقابل فترة فراغ يعيشها الفريق الأخضر و الذي مرّ بمرحلة إنتقالية عقب إقالة المدرب التونسي منذر الكبير.  
ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 1 و ترشيح الوداد.

### نهضة بركان - الفتح الرياضي : 1

في نفس الإطار -مواجهات نصف النهائي - يستقبل نهضة بركان الفتح الرياضي الذي أنهى منافسات الدوري المغربي في المركز الثالث برصيد 55 نقطة فيما أنهى نهضة بركان السباق في المركز السادس برصيد 44 نقطة ، يذكر أن المواجهة الأخيرة بينهما حسمها نهضة بركان لصالحه بنتيجة 0-1.  
ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 1.

### الدوري البرازيلي :

### فلومينينسي - أنترناسيونال : 1

لحساب الجولة الثالثة عشر من الدوري البرازيلي ، يستقبل فلومينينسي صاحب المركز الخامس برصيد 21 نقطة ضيفه أنترناسيونال الذي يليه في الترتيب في المركز السادس برصيد 20 نقطة ، وإنقاد فلومينينسي إلى عشرة وحيدة في الجولات الخمس الأخيرة أمام كورينثيانز بثنائية نظيفة ، لعاملي الأرض و الجمهور ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 1.

### غريميو - بوتافوغو : 1x

لحساب الجولة الرابعة عشر ، يحلّ بوتافوغو متصدّر الدوري البرازيلي برصيد 30 نقطة ضيفاً على غريميو الذي يحتلّ وصافة الترتيب بمجموع 23 نقطة ، يتقارب مستوى الفريقين في هذا اللقاء خاصة و أن غريميو نجح في حسم المواجهتين المباشرين الأخيرتين بينهما بنتائج 2-5 و 1-3.  
ننصح المتراهنين بترشيح أصحاب الأرض و الجمهور في هذا اللقاء و اعتماد علامة التعادل لتجنب المفاجآت.

### بالميراس - فلامينغو : 1

تحتدّ المواجهة لحساب نفس الجولة بين بالميراس الرابع برصيد 22 نقطة و ضيفه فلامينغو الذي يحتلّ المركز الثالث بنفس الرصيد من النقاط ، يذكر أن بالميراس إنقاد إلى عثرتين في الجولتين الأخيرتين أمام كل من بوتافوغو متصدّر الترتيب و باهيا.  
ننصح المتراهنين بترشيح أصحاب الأرض و الجمهور لحسم اللقاء و يمكن إضافة علامة التعادل.





### براغانتيينو - ساو باولو : 1

يستقبل براغانتيينو صاحب المركز السابع برصيد 20 نقطة ضيفه ساو باولو السّدي يحتلّ المركز الحادي عشر بمجموع 18 نقطة ، و الذي إنقاد إلى ثلاث عثرات في الجولات الخمس الأخيرة ليحقق إنتصارين فقط مقابل ثلاث إنتصارات و هزيمة وحيدة لبراغانتيينو في الجولات الأخيرة. ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 1.

فورتاليزا - أتليتيكو بارانينسي : 1x  
في إطار نفس الجولة (14) يستقبل فورتاليزا صاحب المركز الثامن برصيد 20 نقطة ضيفه الأتليتيكو الذي يليه في المركز التاسع بفارق نقطة وحيدة (رصيد 19 نقطة) ، يذكر أن المواجهات المباشرة الثلاث الأخيرة نجح فورتاليزا في حسم مقابلة فيما حسم التعادل المواجهتين الأخيرتين.  
نرشح علامتي 1 و علامة التعادل في هذا اللقاء.

### أتليتيكو مينيرو - كورينثيانز : 1

يحلّ كورينثيانز صاحب المركز الخامس عشر برصيد 12 نقطة ضيفا أتليتيكو مينيرو الذي يحتلّ المركز العاشر بمجموع 19 نقطة ، و قدّم كورينثيانز أداء متذبذبا في الجولات الأخيرة بعد أن إقاد إلى هزيمتين و حقق إنتصارين و تعادل.  
ننصح المتراهنين بترشيح أصحاب الأرض و الجمهور للفوز في هذا اللقاء و إعتماد علامة 1.

### كويابا - باهيا : 2

يستقبل كويابا صاحب المركز السادس عشر برصيد 12 نقطة ضيفه باهيا الذي يحتلّ المركز الرابع عشر بمجموع 12 نقطة كذلك و عجز كلاهما عن تحقيق الإنتصار في الجولة الأخيرة ما يرفع من وتيرة الصّراع خاصّة مع التساوي في النّقاط.  
ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 2 و ترشيح الضيوف لحسم المباراة.

### فاسكو دي غاما - كروزيرو : 2

يستقبل فاسكو دي غاما أي يتدبّل ترتيب الدّوري البرازيلي في المركز الثامن عشر برصيد 9 نقاط فقط بعد أربع هزائم و إنتصار وحيد ، و يستقبل في إطار الجولة الرابعة عشر ضيفه كروزيرو صاحب المركز الثاني عشر برصيد 17 نقطة و الذي إنقاد إلى هزيمتين و حقّق إنتصارا في الجولة الأخيرة أمام ساو باولو بهدف دون ردّ.

ننصح المتراهنين بإعتماد علامة 2 و ترشيح الضيوف للفوز في هذا اللقاء.

### كوريتيبا - أمريكا مينيرو : 2x

مواجهة أسفل الترتيب بين كوريتيبا صاحب المركز الأخير (20) برصيد 4 نقاط ، إذ إنقاد إلى ثلاث هزائم و تعادلان في الجولات الخمس الأخيرة ، و يلاقي ضيفه أمريكا مينيرو صاحب المركز التاسع عشر برصيد 8 نقاط ، مواجهة قد تُفتح على أكثر من واجهة لذلك ننصح المتراهنين بإعتماد علامتي 2 و علامة التعادل لضمان أكثر حظوظ للفوز في هذا اللقاء.

### سانتوس - غوياس : 2

يستقبل سانتوس صاحب المركز الثالث عشر برصيد 13 نقطة ، في إطار الجولة الرابعة عشر ضيفه غوياس صاحب المركز السابع عشر بمجموع 11 نقطة و إنقاد غوياس في الجولات الأخيرة إلى ثلاث هزائم محققا تعادلا و إنتصارا وحيدا.



### مباراة ودّية :

يذكر أن غوياس إنتصر في المواجهات المباشرة الثلاث الأخيرة على سانتوس بنتائج (2-1 // 1-0 // 4-3).  
نقترح على المتراهنين نظرا للنتائج الأخيرة التي تصبّ في صالح الضيوف إعتماد علامة 2 و ترشيح غوياس للفوز في هذا اللقاء.

ان الفريقان إتقيا في ثلاث مناسبات مختلفة و إنتهت وفق النتائج التالية :  
زينيت 1-1 فناربخشه  
زينيت 1-3 فناربخشه  
زينيت 1-0 فناربخشه  
ننصح المتراهنين بترشيح الطّرف الروسي للفوز في هذا اللقاء و إعتماد علامة 1.

زينيت سانت بيترسبورغ - فناربخشه و صيف ترتيب الدّوري التّركي برصيد 80 نقطة ، ضيفا ودّيّا على زينيت الروسي بطل دوري موسم 2022-2023 في إطار إستعدادات الفريقين للإستحقاقات القاريّة ، يذكر

# الرياضية

صحيفة رياضية أسبوعية شاملة

لجميع  
إعلاناتكم

الاتصال بـ

29 903 073