



على مضمار الكبار

رائعين صلب الفريق نجح في التعامل معهم بشكل مثالي، كانت الوصفة المخالفة إلى حد الآن وقادت الاتحاد للظهور ببدء جيد.

وأضاف في هذا السياق "نتطلع بشوق للعودة إلى الملاعب، نريد تأكيد نتائجنا الباهرة ونسعى إلى مواصلة المراهنة على الناهل للمشاركة في دوري أبطال أفريقيا الموسم القادم وكذلك نريد أن نتوج موسمنا بالحصول على الكأس، لدينا كل القدرات التي تساعدا على تحقيق هذه الأهداف، لذلك من المهم للغاية أن نحسن التعامل مع هذه الأوضاع الاستثنائية التي نعيشها حاليا".

وفي موسمه الأول مع الفريق، تمكن الاتحاد من مقارعة الكبار في الدوري وانتزاع المركز الثالث. فضلا عن ذلك وفق الفريق في مواصلة مسيرته في منافسات كأس تونس، وفي آخر مباراة قبل إعلان إيقاف النشاط الرياضي في تونس، تغلب الاتحاد على النادي الإفريقي ليبلغ بذلك الدور ربع نهائي لهذه المسابقة، مؤكداً أنه بصدد تقديم مستوى رائع في موسم استثنائي. وبخصوص النتائج التي تحققت في انتظار العودة إلى النشاط، قال الشابي إن الظروف الملائمة التي وجدها فور مباشرته تدريب الاتحاد، وتوفر لاعبين

مازالوا مرتبطين بممارسة الرياضة المحترفة، وهو ما يساهم كثيرا في الرفع من معنوياتهم ويجعلهم في وضع ذهني أفضل بكثير، وبالتالي فإن عودتهم إلى الوضع العادي حتى وإن طال الانتظار ستكون إيجابية".

### نتطلع للأفضل

قبل توقف النشاط الرياضي كليا والتواصل المباشر أنه يتيح للمدرب أن يتحدث مع لاعبيه ويعمل على تقديم بعض النصائح المفيدة الهادفة للتعامل بشكل مثالي مع هذه الأوضاع الاستثنائية، والأهم من ذلك أن الاجتماع بين المدرب واللاعبين يسمح بخلق مناخ جيد يجعل هؤلاء اللاعبين يشعرون أنهم

## الشبابي أول مدرب يلتقي لاعبيه في الدوري التونسي

مدرب الاتحاد المنستيري يطمح إلى عودة سريعة للتمارين

الحديثة، وجدت أنه من الضروري أن اجتمع باللاعبين كي اعين عن كثب مدى تقديرهم بالتوصيات خلال فترة إعدادهم في منازلهم، وكان من الممكن أن يحصل الاجتماع معهم في إحدى القاعات لكن شريطة توفر الظروف الملائمة ومن أهمها جلوس كل لاعب بعيدا عن زملائه حتى نتجنب الاختلاط حصل هذا الأمر وتمكنا من التحدث مباشرة مع اللاعبين، وإلقاء بعض الدروس النظرية والإلقاء بالتوصيات اللازمة لمواصلة التدريب بشكل فعال، كما أن هذا الاجتماع مكنا من الوقوف على الحالة البدنية للاعبين وعدم ارتفاع وزن كل لاعب فيهم، بما أن المكوث في المنزل لفترة طويلة دون القيام بنشاط رياضي مكثف قد يفقد اللاعب رشاقته".

واعتبر الشابي أن هذا الاختيار يعتبر صائبا وناجعا للغاية في مثل هذه الظروف الاستثنائية، مؤكداً أنه يتطلع لاتخاذ تدابير جديدة قد يكون من بينها تدريب اللاعبين عبر مجموعات صغيرة ومتباعدة، وذلك أسوة ببعض الأندية الألمانية التي شرعت بالفعل في برمجة تمارين مبسطة وخفيفة لعدد قليل من اللاعبين تراعي حتمية عدم احتكاك اللاعبين ببعضهم البعض.

### الإعداد النفسي

في معرض حديثه عن وضعية لاعبي فريقه حاليا خاصة بعد التوقف الكلي عن المباريات والتمارين الجماعية، وهو وضع لم يعيشه أبدا اللاعبين في السابق على امتداد سنوات طويلة، أكد مدرب الاتحاد المنستيري أن من واجب الجهاز الفني أن يعمل على الإهتمام برفع جاهزية اللاعبين من الناحية النفسية والذهنية.

وأوضح ذلك بالقول "من إيجابيات التواصل المباشر أنه يتيح للمدرب أن يتحدث مع لاعبيه ويعمل على تقديم بعض النصائح المفيدة الهادفة للتعامل بشكل مثالي مع هذه الأوضاع الاستثنائية، والأهم من ذلك أن الاجتماع بين المدرب واللاعبين يسمح بخلق مناخ جيد يجعل هؤلاء اللاعبين يشعرون أنهم

شهدت تدريبات فريق الاتحاد المنستيري الناشط، ضمن الدوري التونسي الممتاز، خلال الفترة الماضية حدثا مميزا وخطوة جديدة في إطار تحضير لاعبي الفريق كما يجب في انتظار رفع حالة الحجر الصحي المفروضة في ظل أزمة وباء كورونا، وعكس بقية الأندية التونسية الأخرى، نجح مدرب الفريق لسعد الشابي في تجميع اللاعبين واللقاء بهم مباشرة لوضع مخططات برامج الإعداد البدني طيلة هذه الفترة.

منازلهم، إذ وقع ضبط برنامج تدريبي لكل لاعب على حدة كي يلتزم به ويطلقه في مقر إقامته. ويتم تنفيذ هذه التدريبات الانفرادية من خلال إشراف غير مباشر للمدربين الذين يتواصلون مع لاعبيهم عبر كل وسائل الاتصال المتاحة، ومنها بالخصوص تقنية الفيديو المباشر المعمول به أيضا في عدة أندية أوروبية.

بيد أن لسعد الشابي مدرب الاتحاد المنستيري ابتكر طريقة جديدة وكان السباق من بين كل زملائه للاجتماع بلاعبيه لأول مرة خلال فترة الحجر الصحي الشامل. الشابي نجح بفضل التقيد بكل القواعد الصحية الضرورية في تجميع لاعبيه في أحد المنازل، وتواصل معهم بشكل مباشر دون الإضطرار إلى القيام بتدريبات جماعية، بل كان الهدف الأساسي هو تقييم مدى التزام هؤلاء اللاعبين بالتدريبات الفردية، وكذلك مدى تاهبهم للعودة إلى ساحة التمارين متى تم السماح بذلك.

يقول المدرب لسعد الشابي في حوار مع "العرب" إنه يدرك جيدا أهمية التواصل المباشر بين الجهاز الفني واللاعبين خاصة في مثل هذه الأوضاع الاستثنائية، ويحكم ضرورة الالتزام بقواعد التباعد الاجتماعي ما يفرض عدم القيام بتدريبات جماعية، فقد استنبط هذه الفكرة كي يكون قريبا بما يكفي من اللاعبين، فالتواصل المباشر معهم لا يكون دائما عبر الإشراف على تدريبهم، بل من المهم للغاية أن يكون ذلك لنواتج اجتماعية حتى يشعر اللاعب بأنه ما زال معنيا بشكل كبير بالتدريبات بقيادة

مدربه. وأضاف في هذا السياق "بعد فترة من التواصل عن بعد عبر وسائل الاتصال

مراد البرهمومي  
كاتب صحفي تونسي

تونس - مع تواصل حالة الركود الرياضي واضطرار أغلب الأندية التونسية على غرار أندية جل الدوريات في العالم للتوقف عن التدريبات وخوض المباريات منذ منتصف شهر مارس الماضي بسبب أزمة وباء كورونا المستجد، تعاضلت حيرة هذه الأندية وزادت معاناتها سواء من الناحية المالية أو الرياضية.

فالتوقف عن النشاط الرياضي والانتقاع عن التدريبات الجماعية من شأنه أن يضر باللاعبين ويساهم في تراجع مستواهم، لذلك سعت بعض الأندية في عدة دوريات عالية وخاصة في أوروبا إلى ابتكار طرق وأساليب جديدة للشروع في التدريبات دون أن يتعارض هذا الأمر مع قواعد الحجر الصحي ومبادئ التباعد الاجتماعي الهادفة إلى حماية اللاعبين والمدربين، والحد من انتشار هذا الوباء.

### في تونس بدأت أندية الدوري في اعتماد بعض التقنيات والخطط التي تهدف إلى إبقاء اللاعبين في حالة نشاط رياضي متواصل

في تونس بدأت أندية الدوري الممتاز منذ فترة في اعتماد بعض التقنيات والخطط التي تهدف إلى إبقاء اللاعبين في حالة نشاط رياضي متواصل في

## شريف إكرامي غير متحمس للانتقال إلى الزمالك

التعاقد مع لاعبين جدد في مركز حراسة المرمى خلال الفترة الحالية". وختم "مسؤولو القلعة البيضاء يدركون تماما أن هناك نجوما في النادي الأهلي لا يجب أن ينتقلوا إلى نادي الزمالك على الإطلاق".

وتسبب قرار الفيغا بتمديد عقود اللاعبين مع الأندية، حتى النهاية الفعلية للموسم الجاري، في تأجيل انتقال كريم طارق، جناح طلائع الجيش، إلى الزمالك. ويلعب طارق مع الطلائع معاراً من بتروجيت، بعقد لمدة موسمين، ينتهي في 30 يونيو المقبل. وكان اللاعب قد عقد جلسة مع مسؤولي النادي الأبيض مؤخرا، للاتفاق على الانتقال إليه بعد نهاية الموسم.

الأهلي اتخذته في يناير الماضي، ولم أوقع لأي ناد مثمنا مؤخرًا.. وسأعلن عن كل التفاصيل في الوقت المناسب".

شريف إكرامي  
هناك نجوم في الأهلي لا يجب أن ينتقلوا إلى نادي الزمالك

وواصل "عند توقعي لأي ناد سأعلن كافة التفاصيل في مؤتمر صحفي عند حسم الأمور، وكما قلت سابقا أركز مع الأهلي حتى انتهاء الموسم". وقال "نادي الزمالك كبير وجماهير عريقة وأي لاعب يطمح الانتقال إليه، ولكنه لا يحتاج إلى

القاهرة - أكد شريف إكرامي، حارس مرمى الفريق الكروي الأول بالنادي الأهلي المصري أن قرار الرحيل عن القلعة الحمراء من أصعب القرارات التي اتخذها خلال مسيرته الكروية. وقال إكرامي في تصريحات صحافية "فكرت في قرار الرحيل عن الأهلي بعد جلوسي احتياطيا خلال الموسم الماضي، وكان ذلك أمرا صعبا بالنسبة إلي لأن النادي الأهلي بيتي".

وتابع "تحملت الكثير في الشق الفني وأرى أن هذا الوقت المناسب للرحيل، والأين أشعر إنني أدت دورا جيدا وحراسة المرمى في الأهلي في أمان لذا يجب أن لعب وابتعت عن استكمال مسيرتي في مكان آخر". وأكد "قرار رحيلي عن النادي

## لوشيسكو يتصدر المستفيدين من وقف النشاط

الدوافع والحافز للاستمرار في المركز الثالث وضمان المشاركة الآسيوية. ويستهدف شاموسكا (الفيصلي) وبيسينيك هاسي (الرائد) وفيتور كاميلوس (التعاون)، تصحيح الأخطاء المرتكبة في الجولات الماضية وإعادة ترتيب أوراقهم بالشكل المطلوب.

### بالنظر إلى وضعية المدربين، فهناك من استفاد من إيقاف المسابقة، وآخرون كان ذلك بمثابة ابتعادهم عن الإقالة

وستكون الفرصة سانحة أمام الصربي فلادان ميلوفيتش مدرب أهلي جدة الذي حل بديلا لسويسري غروس، من أجل التعرّف أكثر على الفريق، ووضع يديه على المشاكل الفنية والاستعداد للظهور بشكل جيد.

الأمر نفسه للبرازيلي فابيو كاريلي رفقة الجار الاتحادي الذي استقدمه خلفا للهولندي تين كات، لإنقاذ العميد من الهبوط ووضعه في المنطقة الدافئة. وكان التوقف الرياضي بمثابة المقصد للإسباني لويس جارسيا (الشباب) والتونسي ناصيف البياوي (العدالة)، والبلجيكي يانك فيريرا (الفتح) والسعودي خالد العطوي (الاتفاق) والبرازيلي أندري لويز (الحزم) والجزائري نورالدين بن زكري (ضمك).

ورغم ثقة أبها والفيحاء في التونسي عبدالرزاق الشابي والبرتغالي خورخي سيماء، لكن خسارة الفريقين للكثير من النقاط في الجولات الماضية، جعلت مستقبل المدربين في خطر.

نهائي دوري أبطال آسيا 2017، ثم عقبه بفيديو فرحة واحتفالية كتهية الهلال في نهائي البطولة الآسيوية وحصدهم للقب عام 2019. ويعتبر الهلال الأكثر تتويجا باللقب الآسيوي بالتساوي مع بوهانغ ستيلرز الكوري الجنوبي بـ3 ألقاب لكل منهما، علما بأنه حل وصيفا 4 مرات في 1986 و1987 و2014 و2017.

بالنظر إلى وضعية المدربين، فهناك من استفاد بشدة من إيقاف المسابقة لإعادة ترتيب أوراقه، وآخرون كان ذلك بمثابة ابتعادهم مؤقتا عن شبح الإقالة. ويمثل توقف النشاط، فرصة للروماني رازفان لوشيسكو مدرب الهلال، الذي

عانى في المباريات الأخيرة بسبب الإجهاد واتباع سياسة التدرج، لإعادة الأمور إلى نصابها الصحيح وتوظيف لاعبيه بالشكل الأمثل. الأمر نفسه للبرتغالي روي فيتوريا الذي عانى النصر معه في المباريات الأخيرة خاصة على الصعيد الدفاعي وإهدار الفرص أمام مرمى الخصوم، وسيحاول فيتوريا، معالجة أخطاء النصر، من أجل تقليص الفارق النقطي مع الهلال، والمنافسة مع الفوز واللقب والفوز به للموسم الثاني على التوالي.

الرياض - استفاد بعض مدربي الدوري السعودي للمحترفين، من توقف النشاط الرياضي في المملكة العربية السعودية، بسبب تفشي فيروس كورونا المستجد.

وخاضت الأندية، 22 جولة من عمر الدوري السعودي، وسط تصدق الهلال جدول الترتيب برصيد 51 نقطة بفارق 6 نقاط عن الوصيف النصر حامل اللقب. وفي هذا السياق أشاد سلمان الفرج نجم وسط فريق الهلال، بكتيبة أبطال الزعيم وعدم استسلامهم بعد خسارة لقب دوري أبطال آسيا 2017 وتعويضه أمام أوراوا الياباني بمعقله بنسخة 2019.

وحقق فريق الهلال لقب البطولة الآسيوية عن جدارة واستحقاق على حساب أوراوا الياباني بعد فوزه نهائيا بالرياض وإيابا بسياتاما بنتيجة (3-0)، متوجا باللقب للمرة الثالثة في تاريخه بعد غياب دام 19 عاما، والأول بنظامه الجديد.

وقال سلمان الفرج "الأبطال لا يستسلمون أبدا"، في إشارة إلى حصد اللقب الآسيوي في نسخته الماضية وعدم الاستسلام لخسارته أمام الفريق الياباني بنسخة 2017. ونشر الفرج، مقطع فيديو لفرحة لاعبي أوراوا ريد دامونز الياباني في

## كبيرر تؤيد استئناف مباريات التنس بلا جماهير

من جانب آخر طالب باتريك مراد أوغلو، مدرب سيرينا وليامز، الجهات المسؤولة في التنس بالاتحاد معا، وإيجاد سبيل لمساعدة اللاعبين المحترفين في المستويات الأدنى، وغير القادرين ماديا، بسبب إجراءات العزل العام المتعلقة بفيروس كورونا.

وكتب مراد أوغلو، في خطاب نشره على "تويتر" لاجتماع التنس، أن الموقف الحالي أظهر "الخلل الوظيفي" في الرياضة. وقال مدرب سيرينا "على عكس لاعبي كرة السلة أو كرة القدم، فإن لاعبي التنس ليس لديهم رواتب سنوية.. هم يعملون بشكل مستقل".

وأضاف "هم يدفعون من أجل سفرهم، يدفعون رواتب ثابتة للمدربين، بينما يعتمد دخلهم على عدد انتصاراتهم". ورغم أن التنس يمنح النجوم مكافآت ضخمة، إلا أن اللاعبين الأقل شهرة يعانون ماديا، في الكثير من الأحيان.

المدى تعاني منها في الفخذ. وأضافت كبيرر "أرى أنه من الصعب حتى على الخبراء، تحديد موعد دقيق لإمكانية العودة إلى الحياة الطبيعية من جديد".



مجهودات خارقة

برلين - قالت نجمة التنس الألمانية أنجليك كبيرر، المتوجة من قبل بطولة ويمبلدون، إنها لا تستبعد إقامة مباريات التنس دون جماهير إثر أزمة انتشار وباء فيروس كورونا. وقالت كبيرر في تصريحات صحافية "أرى أن المشجعين ينتمون إلى هناك (ملاعب التنس)، ومباريات التنس دون جماهير لا تكون مثالية، ولكن من أجل العودة إلى الوضع الطبيعي، علينا مناقشة سيناريوهات قد تبدو سخيفة".

وتسببت أزمة فيروس كورونا في تعليق جميع منافسات التنس حتى 13 يوليو على الأقل، وقد تأجلت بطولة فرنسا المفتوحة (رولان غاروس) كما أُلغيت بطولة ويمبلدون لهذا العام، وتحاول كبيرر (32 عاما) الحفاظ على لياقتها في أكاديمية التنس الملوكة لها في بولندا، كما تستغل فترة الراحة الإجبارية في التعافي من مشكلة طويلة