

## رياضيو كمال الأجسام في مصر توقفوا عن التباهي بعضلاتهم

كورونا يغلق صالات التدريب مصدر الرزق ويؤجل المنافسات



## تمارين غير قاسية

والذين يتطلعون حاليا إلى الحفاظ على لياقتهم. ويقول، "يجب أن نحسن مزاجنا بالتمارين الرياضية... الموضوع (إغلاق الصالات) أضر فينا ماديا ومعنويا. لا أرى حقا أي مبرر لإغلاق الصالات الرياضية فهي أمر جيد لتقوية مناعة الناس وطالما يتم فيها اتخاذ جميع الاحتياطات اللازمة". ويشترك نسيم مشاعر الإحباط، صديقه مصطفى الروبي الذي يملك صالة ألعاب لرياضة كمال الأجسام في القاهرة.

ويبدي ابن الـ27 عاما استغرابه لاستمرار إغلاقها رغم إعادة فتح بعض الأعمال الأخرى مثل مراكز التسوق.

يقول الروبي الذي يجد نفسه حاليا دون أي مصدر رزق، إن "جائحة كورونا أنهت لعبة كمال الأجسام". ويتابع، "من المفترض أن تكون هذه الرياضة رقم واحد للثراء على أي مرض، أرجو أن يفتح مجال الرياضة والصالات حتى نتكمن من التمارين وزيادة المناعة لمواجهة المرض".

المصريين البارزين مثل رامى الكبير، الذي أشاد به الممثل الأميركي أرنولد شوارزنيغ، إلى مشاهير على مواقع التواصل، وانخرط عدد منهم في مجال التمثيل.

## إجراءات احترازية من ضمنها إغلاق صالات الألعاب الرياضية أجبر الرياضيين على التدريب في المنازل والحدائق العامة

لكن العديد من مزاولي هذه الرياضة تبقى طموحاتهم حاليا محدودة في ظل الظروف الراهنة، ومنهم نسيم الذي تلقى عمله كمدرّب شخصي، ضربة قاسية. وهو حريص على العودة إلى عمله، حيث اعتاد على تدريب مزاولي رياضة كمال الأجسام الناشئين،

في إحدى الحدائق العامة غرب القاهرة، يوضح نسيم، أنه بدأ "بممارسة رياضة كمال الأجسام في سوريا في 2003 تقريبا وكان الأمر في البداية لمجرد مكافحة زيادة الوزن فقط".

ويتابع أنه في العام 2011 "حصلت على المركز الأول في مسابقة سيد الشاطئ، ولكن بعد الأحداث توجهنا إلى مصر".

ويجّ حساب السوري على موقع فيسبوك بـصور يشكّل فيها جسده مختلف حركات كمال الأجسام على منصات مسابقات إقليمية.

ويقول، "كانت هناك خطة للعودة مرة أخرى إلى المنافسات الدولية وبعض المسابقات المحلية بمصر، لكن كل هذا توقف بسبب كورونا"، مضيفا "طبعاً حاولت الحفاظ على لياقتي البدنية باستخدام الأثقال والتمارين في البيت لزيادة قدرة التحمل، وأن أحافظ على شكل عضلاتي التي بنتها" على مدى أعوام. لقد تحول العديد من ممارسي رياضة كمال الأجسام

في غرفة الجلوس التي تمثّل أرضيتها بالأثقال المعدة للتمارين، يؤكد محمد على أنه يواجه أيضا صعوبات نفسية.

ويوضح أنه منذ بداية أزمة كورونا "أحاول فصل نفسي عن الاكتئاب والأحداث الصعبة، لأننا (مالكو الصالات)، مثل أنشطة أخرى كالسياحة والطيران والمطاعم، تأثرنا بنسبة 100 في المئة".

وأضاف، "هذا هو عملي ومصدر عيشي واستثماري.. ولدي فريق كامل يعمل برفقتي حتى إذا صرفت رواتبه فهو يعتمد على عمولات الخدمة المقدمة (للأعضاء)... لا أعلم إذا ما كنّا قادرين على العيش كما كان من قبل أم لا".

ليس محمد على وحيدا في هذا المجال، فمحمد نسيم، السوري البالغ من العمر 33 عاما، انتقل إلى القاهرة هربا من بلاده مع بدء النزاع فيها عام 2011. وعلى الرغم من طلته القوية، بات متريدا أيضا في التباهي بعضلاته.

تعطلت كل الأنشطة الرياضية بسبب تفشي وباء كورونا في العالم، وفي مصر لجأ رياضيو كمال الأجسام إلى مواصلة التمارين في بيوتهم، بعد أن أغلقت صالات التدريب التي هي مصدر رزق بعضهم، ولم ينجح هؤلاء إلا في الحفاظ على القليل من لياقتهم البدنية رغم إصرارهم على المشاركة في المنافسات القادمة

كوالعالمية مع المنتخب المصري الذي عُرف بتميز أفراد في هذا المجال على الصعيد الدولي.

يقول على، "البطولة الأخيرة التي شاركت فيها كانت في 2016، لكن مع الحظر قررت أن أعود وأجهز لبطولة قادمة، لأنني أملك وقتا كثيرا وأشعر بالفراغ". ومنذ منتصف مارس، تخضع مصر إلى حظر تجوال ليلي لمواجهة تفشي وباء كورونا، لكن رغم ذلك تواصل ارتفاع أعداد المصابين. وسجلت وزارة الصحة حتى الآن أكثر من 58 ألف إصابة، بينها أكثر من 2300 وفاة. وفرضت الحكومة قيودا وإجراءات احترازية كان من ضمنها إغلاق صالات الألعاب الرياضية، لكن ذلك لم يمنع عصب من التدريب المكثف في منزله.

ويأمل المصري في أن يتمكن التمارين القاسية، من استعادة بنية جسدية تخوله المنافسة في "مستر أولمبيا"، مسابقة كمال الأجسام الأولى للهواة في العالم، والتي من المقرر بشكل مبدئي أن تقام في ديسمبر بمدينة لاس فيغاس الأمريكية.

إلى جانب تطلعاته التنافسية، يبدي البطل محمد على قلقا بشأن مدخوله المالي، فهو صاحب 16 صالة رياضية في القاهرة، واضطر مؤخرا بسبب القيود المفروضة لمواجهة كورونا، إلى صرف رواتب مئات الموظفين، من دون الحصول على أي مدخول في المقابل.

وافقدت صالات التمارين خلال الأشهر الثلاثة الماضية، الضجيج المعتاد لساعات الحديدية ومعدات رفع الأثقال وصيحات الرجال أثناء التمارين، بعد قرار السلطات إقفالها خلال هذه الفترة. وهذا الشهر، أكدت الحكومة أنها وضعت خطتها لإعادة إطلاق الأنشطة تدريجيا في ضوء تطورات الموقف الطبي، ما سيتيح إعادة فتح صالات الألعاب والنوادي الرياضية، من دون أن يتم حتى الآن تحديد موعد رسمي لذلك.

القاهرة - يخيم الإحباط على ذوي العضلات المفتولة ومزاولي رياضة كمال الأجسام في مصر بعدما أصبحت تمارينهم وعروضهم حبيسة المنازل، في ظل التدابير المتخذة لمواجهة فيروس كورونا المستجد، ما يصعب عودتهم إلى روتينهم اليومي في الصالات الرياضية حيث مصدر لقمة عيشهم.

يقف لاعب كمال الأجسام المصري محمد علي ابن الـ33 ربيعا، وقد انفخ زراعاه بعضلات ضخمة ومُشقت بطنه فابانت عن تكلات مقسمة. وبعد أن كان يعرف عنه الحماس الشديد في عروضه، صار يبدو عليه وكأنه ينظر بريية إلى قوته الجسدية التي تراجعت خلال فترة الحجر المنزلي التي امتدت لنحو ثلاثة أشهر.

في منزله داخل أحد المجمعات السكنية الراقية في شرق القاهرة، ينظر محمد على المكتئب بـ"عصب" نسبة إلى عروقه البارزة، بسخرية إلى جسده الذي حاد عن هيئته البدنية المعتادة.

يعمل محمد على كمدرّب شخصي، وشارك في العديد من بطولات



## «ديوكوفيد» وسم يلاحق لاعب التنس ديوكوفيتش

النجم الصربي في مرمى الانتقادات بسبب دورة استعراضية

بصدر أي تعليق عن الإثنين بشأن ما أصاب ديوكوفيتش، لكن خارج أرض الملعب، وجد ديوكوفيتش نفسه مرارا محط انتقاد هذا العام.

واجه الانتقادات في البداية لخرقه قواعد الحجر الصحي لمواجهة كورونا أثناء تواجده في إسبانيا، وسخر كثيرون منه بعد ادعائه أن الأخلاقيات الجيدة بمقدورها تغيير نوعية المياه أو الطعام من سيئة إلى جيدة، مشيرا إلى عدم استعداده للتلقح ضد فيروس كورونا.

واشتدت الضغوط عليه بعد وصفه القيود في بطولة فلاشينغ ميدوز الأمريكية بأنها "متطرفة" و"مستحيلة". ومن المؤكد، أن دورة "أندريا تور" لن تساهم في تخفيف الضغوط عليه، لاسيما بعد صدور بعض الأصوات التي تلصق إلى ضرورة تنحيه عن رئاسة مجلس اللاعبين المرتبط برابطة المحترفين.

وقال البرازيلي برونو سواريش الذي يشغل عضوية هذا المجلس، إن دورة أندريا كانت بمثابة "عرض مربع".

أما رئيس رابطة المحترفين الإيطالي أندريا غاونديزي فرأى أن هذه الدورة كانت بمثابة درس للأخريين.

في يناير لقيه السابع عشر في البطولات الكبرى، بتوجيه بطالا لأستراليا المفتوحة في ملبورن.

واقترح الصربي بذلك بشكل أكبر من حامل الرقم القياسي فيدر (20) ونادال (19)، وهو لن يفاجئ متابعي اللعبة في حال تمكن ذات يوم من انتزاع الرقم القياسي للفرانك سلام، لاسيما وأنه يصغر منافسيه في السن (يتم فيدر التاسعة والثلاثين من العمر في الثامن من أغسطس، وأتم نادال الرابعة والثلاثين هذا الشهر). وحتى الآن، لم



سيلفي تحدي التباعد الاجتماعي

بطولة فلاشينغ ميدوز اعتبارا من أواخر أغسطس.

وسارع الاتحاد الأميركي لكرة المضرب المنظم للبطولة، للتأكد ليل الثلاثاء أن فلاشينغ ميدوز ليست في خطر لسبب أساسي هو أن "الإجراءات البروتوكولات الصحية التي سيتم اعتمادها من قبل الاتحاد، مختلفة عن صربيا وكرواتيا. كبدائية، لن يكون ثمة حضور للمشجعين".

وكان ديوكوفيتش من أبرز اللاعبين على صعيد الأداء هذا الموسم، وأحرز

يوفر ديوكوفيتش من سهام الانتقاد في مراحل عدة.

وعاد كيريوس الثلاثاء إلى إطلاق صفة "الغباء" و"عدم المسؤولية" على تنظيم "دورة أندريا" في هذه الظروف. أما البريطاني المخضرم أندري موراي، أحد "الأربعة الكبار" في اللعبة إلى جانب ديوكوفيتش والإسباني رافيل نادال والسويسري روجيه فيدر، فاعتبر أن الدورة "لم تظهر بشكل جيد لصالح لعبة كرة المضرب".

وأضاف البريطاني المتوج بثلاثة القاب في البطولات الكبرى، ويُعد من اللاعبين المقربين من الصربي، "لا اعتقد أنها أمر كان يجب المضي قدما به، من غير المفاجئ أن هذا العدد من الأشخاص خضعوا لفحوص جاءت نتيجتها إيجابية، بعد رؤية صور عن احتفالات بعضهم".

وتابع "لم يكن ثمة تباعد اجتماعي"، وأشار ما جرى على هامش دورة "أندريا تور" التي كان من المقرر أن تنتقل بين أربع دول (صربيا، كرواتيا، مونتينيغرو، والبوسنة والهرسك) قبل تعليقها عند الجولة الثانية بعد ثبوت إصابة ديميتروف، مخاوف من القدرة على استئناف موسم الكرة الصفراء، والذي ستكون أبرز محطاته المقبلة

ونهب أبعد من ذلك في الثاني، معترفا بخطأ تنظيم الدورة في هذه الفترة.

وقال ديوكوفيتش "يؤسفني بشدة أن تكون البطولة قد تسببت بالآذى. اعتقدنا أن الدورة استوفت جميع البروتوكولات الصحية وبدأ أن صحة منطقتنا في حالة جيدة لتوحيد الناس في النهاية لأسباب خيرية. كنا مخطئين وكان ذلك (إقامتها) مبررا جدا".

## اللاعب الصربي يقر بمسؤوليته عن إقامة دورة خيرية للتنس وعدم احترام كل قواعد التباعد الاجتماعي خلالها

الإعتراف بالخطأ لم يكن فضيلة في نظر العديد من المعنيين بعالم اللعبة التي تعتزم سلطاتها إعادة إطلاق المنافسات الاحترافية اعتبارا من أغسطس، وغالبا من دون جمهور في ظل الأزمة الصحية المتواصلة. أبرز هؤلاء كان، كما في الأيام الماضية، الأسترالي المثير للجدل نيك كيريوس، والذي لم

باريس - وجد المصنف أول عالميا الصربي نوفاك ديوكوفيتش نفسه تحت مجهر انتقادات واسعة بعد كشف إصابته بفيروس كورونا المستجد، على إثر دورة كرة مضرب استعراضية نظمها في خضم أزمة كورونا، طال المرض أربعة من اللاعبين الذين شاركوا فيها. وأعلن الصربي (33 عاما) الثلاثاء إصابته بالفيروس، ليصبح رابع لاعب ينال منه الوباء على هامش المشاركة في دورة "أندريا تور" في دول البلقان، بعد مواطنه فيكتور ترويتسكي والبلغاري غريغور ديميتروف والكرواتي بورنا تشوريثش.

وأقر ديوكوفيتش الذي تحول اسمه إلى وسم "ديوكوفيد" على مواقع التواصل الاجتماعي، بمسؤوليته في إقامة هذه الدورة، وعدم احترام كل قواعد التباعد الاجتماعي خلالها، إن بتصرفات اللاعبين أو السماح بحضور المشجعين.

وأنت الدورة التي أقيمت لدواع خيرية، وسط تعليق المنافسات الاحترافية في كرة المضرب مارس الماضي بسبب فيروس كورونا. وأصدر الصربي المتوج بـ17 لقباً كبيرا بيانين الثلاثاء، أعلن في الأول إصابته وأسفه واعتذاره عما حصل،