

الاخضر يواصل تحضيراته لمواجهة العراق على ملعب صايم داربي بماليزيا



كوالا ليمبور : المنسق الاعلامي

أدى منتخبنا الوطني الأول لكرة القدم مساء أمس أول تدريباته الفعلية على ملعب صايم داربي بماليزيا استعداداً لمواجهة منتخب العراق يوم الثلاثاء القادم ضمن مباريات الجولة الثانية من التصفيات الآسيوية المؤهلة لكأس العالم ٢٠١٨ م. بعد أن كان مران أمس الأول استرجاعياً.

حيث بدأت الحصة التدريبية بالجانب اللياقتي عبر الجري حول الملعب ثم نفذ المدير الفني السيد بيرت فان ماركفك مجموعة من تمارين الإحماء باستخدام الأقماع و في الجانب التكتيكي طبق تمرين التمير ثم الاستحواذ و اللعب في المساحات الصغيرة و اختتم الحصة التدريبية بمنافسة على منتصف الملعب . وقد شهد المران مشاركة اللاعبين المنضمين حديثاً مهند عسيري وشايع شرابيحي اللذان استدعاهما ماركفك كبديلين للمصابين محمد السهلاوي ومحمد البريك كما انتظم اللاعب

وليد عبدالله في معسكر بعد انتهائه من مراسم عزاء والدته التي انتقلت لرحمة الله في كامل الحصة الجماعية برفقة زملائه . كما شارك وليد عبدالله في كامل الحصة الجماعية برفقة زملائه .



الاتحاد يستأنف تدريباته على فترتين ويركز على اللياقة



الجرات التدريبية التي يحتاجها كل لاعب في الفريق حيث كرر المدرب ما فعله سابقاً بالزام اللاعبين بالركض لأكثر من ١٠ كيلو وذلك لرفع المعدل اللياقتي لدى اللاعبين لتعويض الراحة السلبية التي حصل عليها اللاعبين في الأيام الماضية ليتم تجهيزهم للمباراة الودية يوم الثلاثاء القادم أمام فريق بورصا التركي.

خصص تدريبية تشمل الجانب اللياقتي والفني بين ملعب التدريبات في الفترة الأولى والتي تركزت على تكثيف الجوانب اللياقية اقيمت الحصة التدريبية الصباحية الثانية في صالة اللياقة البدنية لتقوية عضلات اللاعبين وفي الفترة الثالثة المسائية حرص الجهاز الفني على إقامة اختبارات بدنية مستمرة للاعبين لقياس التقدم اللياقتي لتقييم وتحديد

جدة - عبدالعزيز عركوك

استأنف الفريق الكروي الأول لكرة القدم بنادي الاتحاد تحضيراته في معسكره الإعدادي بدولة تركيا بعد الراحة الإجبارية لمدة ٣ أيام ماضية عقب وفاة رئيس النادي أحمد مسعود يرحمه الله وقد تضمن البرنامج التدريبي والذي فرضه المدرب التشيلي خوسيه لويس أمس السبت ثلاثة



باخشوين وعثمان يقتربان من العودة

الأهلي يواصل تدريباته صباحاً ومساءً ويلاقي قطر القطري وديا اليوم



الزمن طامحين في دخول تمارين فريقهم الجماعية في أقرب وقت ممكن و ذلك بعد أن أصيبا بقطع كامل في الرباط الصليبي و ينتظر أن يشارك اللاعبين في تمارين فريقهم بعد أن يجتاز كلا اللاعبين الاختبارات و التمارين التي وضعتها لهم الأجهزة الطبية التي تشرف على علاجهم ، هذا و قد قطع اللاعب وليد باخشوين مشواراً كبيراً بعد تعرضه للإصابة و إجرائه العملية ومن المتوقع أن ينتظم اللاعب في تمارين فريقه الجماعية قبل نهاية الدور الأول من دوري جميل السعودي للمحترفين ، أما زميله الآخر ماهر عثمان القادم من الفريق الوندائي فينتظر أن ينخرط في التمرين خلال مدة أقصاها خمس و أربعين يوماً ، يشار إلى أن عثمان قد أصيب في أول لقاء شارك به مع فريقه الجديد الاهلي وذلك في مباراة جمعت الاهلي بالربيع وديا على ملعب النادي الاهلي في فترة الانتقالات الشتوية الاخيرة.

جدة - وليد جاد

أدى لاعبو الفريق الكروي الاول بالنادي الأهلي اول تمارينهم في معسكرهم التدريبي والاعدادي الحالي الذي تحتضنه العاصمة القطرية الدوحة على فترتين صباحية ومساءً ، حيث اقتصرت الفترة الصباحية على تأدية اللاعبين لتمارين داخل صالة الحديد ركز من خلالها المدير الفني للفريق جوزيه جوميز على رفع المخزون اللياقتي لدى لاعبيه حيث شارك كل اللاعبين المتواجدين في المعسكر في التمرين ، أما الفترة المسائية فقد ركز جوميز على تطبيق اللاعبين لبعض الجمل التكتيكية و تصحيح أخطاء بعض اللاعبين فور حدوثها و ذلك عبر مناورة فرضها عليهم البرتغالي في وسط الملعب ، هذا و سيواجه الفريق مساء اليوم قطر القطري و ذلك على ملعب سحيم بن حمد . من جانبه يسابق لاعبا الفريق وليد باخشوين وزميله الآخر ماهر عثمان

