



www.almounasser.dz



Dieter Hecking
à la rescousse pour
éviter la relégation

Wolfsburg :
Un nouveau
coach pour
Amoura !



IL survole les statistiques
et impressionne l'Europe

Rafik Guitane,
le roi
incontesté
du dribble en
Liga Portugal



L'Hommage du Cœur : Le geste touchant de Moncef Bakrar



Buteur lors du derby croate contre le Hajduk Split, l'attaquant de Dinamo Zagreb, Moncef Bakrar, a ému le public. L'enfant de Sétif a retiré ses protège-tibias pour dévoiler les portraits de son père et de sa mère. Un magnifique message de reconnaissance envers ses premiers supporters.

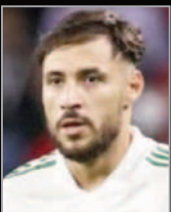
Élégance Kabyle : Des roses pour les championnes du Chabab



Beau geste de fair-play au stade du 20-Août ! Pour célébrer la Journée internationale des droits des femmes (8 mars), la direction de l'Olympique Akbou a offert une rose à chaque joueuse du CR Belouizdad. Une initiative de grande classe qui honore le football féminin algérien.

Belaïli dans l'Impasse : Le Mondial 2026 s'éloigne ?

C'est le flou total pour Youcef Belaïli. Entre sa suspension et un contrat avec l'Espérance de Tunis qui touche à sa fin sans proposition de prolongation, le génie oranais joue gros. Sans club ou sans compétition, le rêve de la Coupe du Monde 2026 pourrait s'évaporer pour le numéro 10.



Le "Paradoxe" du 5-Juillet : Ghacha crée la polémique

Dans une déclaration qui a fait sourciller les supporters, l'attaquant de l'USM Alger, Houssam Eddine Ghacha, a affirmé que la pelouse mythique du 5-Juillet était un handicap pour son équipe. Selon lui, la qualité du terrain permet aux adversaires de trop bien jouer au ballon.



Une défense originale pour justifier les difficultés actuelles des Usmistes !

L'Effet "Fennec" : Hugo Ekitike s'affiche avec le maillot Vert



Même à Liverpool, l'Algérie rayonne ! Une photo d'Hugo Ekitike entouré de jeunes fans arborant fièrement le maillot des Verts est devenue virale. Bien que l'attaquant ait choisi la France, cette image témoigne de l'aura incroyable de la sélection algérienne auprès des stars mondiales.

Alerte Rouge : Le genou d'Anis Hadj Moussa inquiète

L'inquiétude grandit à Rotterdam. Le prodige algérien de Feyenoord, Anis Hadj Moussa, est de nouveau apparu avec un bandage imposant au genou.

Son entraîneur, la légende Robin van Persie, ne cache plus ses craintes. La pépite nationale parviendra-t-elle à se débarrasser de ses vieux démons physiques ?



Le "Sajid" de Constantine : Bouhalfaya imite Pharaons

Le CS Constantine peut dire merci à son rempart ! Après avoir tenu tête à l'USMA (0-0), le gardien international Zakaria Bouhalfaya a célébré ce point

précieux en se prosternant sur la pelouse. Un geste qui rappelle immédiatement le "Onze des Prosternés" (Sajidines) de l'Égypte et qui a enflammé les réseaux sociaux.



Hadj Moussa décisif aux Pays-Bas, Bentaleb rayonne en France et Bakrar s'offre le derby croate

Les Fennecs brillent sur les pelouses européennes

Lydia. K

À quelques semaines des échéances internationales et du Mondial 2026, les internationaux algériens affichent une forme étincelante. De Rotterdam à Zagreb, en passant par Lille, nos ambassadeurs multiplient les buts et les passes décisives.

Anis Hadj Moussa : Le magicien de Rotterdam

L'ailier virevoltant de Feyenoord continue d'impressionner en Eredivisie. Lors du match nul spectaculaire face à Breda (3-3) ce dimanche, Hadj Moussa a encore été le moteur de son équipe en délivrant une passe décisive millimétrée pour le Japonais Ayase Ueda. Le bilan de sa saison : 33 matchs, 11 buts et 6 passes décisives (17 contributions directes). Des



statistiques qui confirment son statut de titulaire indiscutable avant le prochain stage des Verts.

Nabil Bentaleb : Le patron du milieu lillois

En Ligue 1, Nabil Bentaleb a une nouvelle fois prouvé son importance capitale dans l'entrejeu du LOSC. Lors de la réception de Lorient (25e journée), c'est lui qui a offert le but de l'égalisation à son coéquipier espagnol

Mathias Fernandez. Objectif Verts : Avec 2 buts et 2 passes décisives cette saison, Bentaleb affiche un volume de jeu impressionnant. Son ambition est claire : convaincre Vladimir Petković de lui redonner les clés du milieu de terrain national.

Moncef Bakrar : Le héros du "Derby éternel"

En Croatie, l'attaquant Moncef Bakrar a choisi le meilleur moment pour briller : le choc face au grand

rival, le Hajduk Split. L'enfant de Sétif a survolé la rencontre en inscrivant un but superbe et en délivrant une passe décisive, portant le Dinamo Zagreb vers les sommets. Statistiques de feu : Avec 15 buts et 4 passes décisives en 31 matchs, Bakrar s'impose comme l'un des attaquants algériens les plus prolifiques du moment. Sa convocation pour le rassemblement de fin mars semble désormais une évidence.

L'équipe type historique de "DAZN"

Mahrez, Madjer et Belloumi au sommet



Le football algérien confirme une nouvelle fois sa domination historique. Le média mondial "DAZN" a dévoilé son équipe type de légende du football arabe, incluant trois icônes des Verts : Riyad Mahrez, Rabah Madjer et Lakhdar Belloumi. Cette sélection prestigieuse regroupe les joueurs ayant marqué l'histoire du football, que ce soit par leurs exploits en sélection nationale ou leurs carrières fulgurantes dans les plus grands clubs mondiaux.

Riyad Mahrez : Le "Magicien" moderne

L'actuel capitaine des Fennecs et star d'Al-Ahli (Arabie Saoudite) doit sa place à un palmarès vertigineux. Artisan majeur du sacre de l'Algérie à la CAN 2019, Mahrez a également brillé en Europe. De son titre historique avec Leicester City à sa domination avec Manchester City, il est considéré comme l'un des meilleurs ailiers de l'histoire du football arabe.

Rabah Madjer :

L'homme à la "Talonnade" éternelle

L'incontournable Rabah Madjer figure naturellement dans ce onze. Premier Algérien à remporter la Ligue des Champions (1987) avec le FC Porto grâce à son but légendaire contre le Bayern Munich, il a aussi mené l'Algérie à son premier sacre africain en 1990. Son rôle dans la victoire historique contre l'Allemagne lors du Mondial 1982 reste gravé dans la mémoire collective mondiale.

Lakhdar Belloumi : Le génie du "n°10"

Considéé comme l'un des plus grands meneurs de jeu de l'histoire, Lakhdar Belloumi complète ce trio. Véritable maestro des années 80, il a ébloui le monde par sa vision de jeu unique et ses passes aveugles. Star du GC Mascara et du MC Oran, il fut à deux doigts de rejoindre la Juventus, prouvant que son talent n'avait aucune frontière. Lui aussi fut l'un des grands architectes du succès face aux Allemands en 1982.

FARES. B

Un renfort de choix pour Petković

Équipe Nationale : La surprise Farès Ghedjemis !

Le sélectionneur national, Vladimir Petković, vient de frapper un grand coup en incluant pour la première fois Farès Ghedjemis dans sa liste élargie. Le joueur de Frosinone est pressenti pour le stage de mars, marqué par deux tests de prestige face au Guatemala et à l'Uruguay.

À 23 ans, l'attaquant franco-algérien s'apprête à franchir un palier international. N'ayant jamais porté les couleurs des sélections de jeunes en France, les procédures administratives auprès de la FIFA ont été simplifiées, ouvrant grandement la porte à



sa première convocation avec les Fennecs. Un profil percutant et des statistiques de feu. Évoluant au poste d'ailier droit, Ghedjemis réalise une saison exceptionnelle en Italie. Ses performances sont le moteur de Frosinone, actuellement à la lutte

pour l'accession en Serie A. Grâce à son efficacité, son club occupe une solide 3ème place au classement avec 58 points, à seulement trois unités du leader, Venezia. L'arrivée de Ghedjemis dans les plans du coach national apporte une nouvelle option de

percussion sur le flanc droit de l'attaque. Sa forme actuelle et sa capacité à être décisif dans les moments clés font de lui l'un des nouveaux visages les plus attendus par les supporters algériens pour ce rassemblement de mars.

Aymen. CH

IL survole les statistiques et impressionne l'Europe

Rafik Guitane, le roi incontesté du dribble en Liga Portugal

Rafik Guitane réalise sans aucun doute la meilleure saison de sa carrière. Le milieu offensif d'Estoril Praia s'est imposé comme le joueur le plus technique du championnat portugais, dominant les classements de précisions et de percussion.

Lydia.k

Selon les dernières données de SofaScore, le "Fennec" occupe la première place des dribbleurs les plus efficaces de la Liga Portugal. Avec 65 dribbles réussis, Guitane devance largement ses

concurrents, prouvant qu'il est l'élément moteur de son équipe et un cauchemar permanent pour les défenseurs adverses. L'écart avec les autres talents du championnat est frappant. Son premier poursuivant, Rodrigo Zalazar (SC Braga), pointe à la deuxième place avec 44

dribbles réussis, soit 21 de moins que l'Algérien. Cette statistique souligne l'impact exceptionnel de Guitane dans la création d'espaces et le déséquilibre des blocs défensifs. Le talent de Rafik Guitane ne se résume pas à sa finesse technique. Cette saison, il s'est montré particulièrement décisif

devant le but avec un bilan remarquable toutes compétitions confondues, 7 buts marqués, 4 passes décisives.

Dans le viseur de Vladimir Petković ?

Ces performances de haut vol relancent inévitablement le débat sur

son retour en équipe nationale. Alors que le sélectionneur Vladimir Petković cherche à insuffler du sang neuf et de la créativité au milieu de terrain des Verts, le profil de Guitane apparaît comme une solution idéale pour les prochaines échéances internationales.



Norvège

Débuts fracassants pour Amin Chiakha avec Rosenborg !

Malgré l'élimination de son équipe en Coupe de la Norvège, la nouvelle pépite algérienne Amin Chiakha a marqué les esprits pour sa première apparition officielle sous les couleurs de Rosenborg BK. Titularisé ce dimanche lors du 4ème tour de la Coupe de Norvège face à Bryne FK, l'attaquant de 19 ans n'a pas tardé à justifier les attentes placées en lui. À la 31e minute, Chiakha a doublé la mise pour les siens, inscrivant ainsi son premier but officiel et confirmant sa forme étincelante après ses deux réalisations en matchs de

préparation. Un nouveau rôle tactique et une endurance de fer La surprise de la soirée est venue du positionnement de l'Algérien. Habituellement aligné comme avant-centre pur, le staff technique de Rosenborg l'a utilisé dans un rôle de milieu offensif. Un choix tactique qui a porté ses fruits tant le joueur s'est montré influent dans le jeu. Preuve de sa condition physique déjà impressionnante : Chiakha a disputé l'intégralité de la rencontre, soit 120 minutes (prolongations incluses).

Une fin de match

cruelle

Si la performance individuelle du Fennec a été saluée par les supporters, le scénario collectif a été plus sombre. Alors que Rosenborg menait et semblait se diriger vers la qualification, Bryne a égalisé au bout du temps additionnel (90+5'). Durant les prolongations, Rosenborg a craqué, s'inclinant finalement 4 buts à 2.

Cap sur le championnat

Cette sortie, bien que ponctuée par une élimination, place Amin Chiakha sous le feu des projecteurs avant



l'ouverture du championnat norvégien. Un test de taille attend le jeune Algérien dès la première journée, avec un déplacement périlleux sur

la pelouse de Molde FK. L'occasion idéale pour lui de confirmer son nouveau statut de titulaire indiscutable.

Akram. k

Wolfsburg : Un nouveau coach pour Amoura !

Dieter Hecking à la rescousse pour éviter la relégation

Face à une crise de résultats sans précédent, le VfL Wolfsburg a décidé de frapper fort. Le club où évolue l'attaquant international algérien Mohamed Amine Amoura a annoncé dimanche soir le limogeage de son entraîneur et de son directeur sportif, misant sur le retour d'une figure historique pour sauver sa place en Bundesliga. Le revers subi à domicile samedi dernier face à Hambourg (1-2) aura été la défaite de trop. La direction des "Loups" a pris des mesures radicales en se séparant

de l'entraîneur Daniel Bauer et du directeur sportif Peter Christiansen. Pour les remplacer, le club a fait appel à un homme d'expérience : Dieter Hecking.

Le retour d'un homme providentiel

À 61 ans, Hecking n'est pas un inconnu à Wolfsburg. Il est celui qui avait mené le club vers les sommets en 2015, avec une victoire en Coupe d'Allemagne et une qualification historique pour la Ligue des Champions. « Revenir à Wolfsburg signifie beaucoup pour moi. Je connais l'énergie de ce club et je sais ce

qu'il faut pour sortir de cette situation », a déclaré le technicien dès sa nomination. Le défi est immense pour Hecking et ses joueurs, dont Amoura. Le club traverse une période noire avec 6 défaites lors des 7 derniers matchs. Le président du conseil d'administration, Sebastian Rudolph, a justifié ce remaniement par la nécessité de créer un choc psychologique. C'est la décision la plus ferme prise par le club (propriété de Volkswagen) depuis le retour de Felix Magath en 2011.

Quelles conséquences pour Amoura ?

Mohamed Amine Amoura devra rapidement s'adapter à la philosophie de Dieter Hecking. Le nouvel entraîneur hérite d'un effectif pléthorique de 32 joueurs et devra surtout régler les lacunes offensives et défensives qui ont plombé l'équipe jusqu'ici. Pour l'attaquant algérien, ce changement pourrait être l'occasion de devenir le fer de lance de cette "opération survie" grâce à sa vitesse et son explosivité.

Fares. B

EN CLÔTURE DE LA 22E JOURNÉE DE LA LIGUE 1 MOBILIS

L'USM Alger et le CS Constantine se neutralisent (0-0)

L'USM Alger a été tenue en échec par le CS Constantine (0-0), en match disputé dimanche soir au stade du 5-Juillet (Alger), en clôture de la 22e journée de la Ligue 1 Mobilis de football.

Par : **Hakim. T**

Un résultat qui n'arrange aucune des deux équipes, car si les Sanafir restent deuxièmes, à trois longueurs du leader Mouloudéen, les Rouge et Noir stagnent également à leur 10e place, avec seulement 26 unités au compteur.

Un peu plus tôt dans l'après-midi, l'Olympique Akbou avait réussi l'essentiel sur son terrain, en engrangeant les trois points face la JS Saoura, qu'il avait petitement dominée (1-0), grâce notamment à Mehdaoui, auteur de l'unique but de cette rencontre à la 22e minute de jeu.

Une très bonne opération pour le club de la Soummam, qui grâce à cette nouvelle victoire se hisse sur la troisième marche du podium, avec 35 points, soit juste devant son adversaire du jour, désormais quatrième avec 34 unités. Le bal de cette 22e journée s'était ouvert vendredi, avec le déroulement des trois premiers matchs inscrits à son programme et ce sont le MC Oran, la JS Kabylie et l'ASO Chlef qui en ont été les plus grands bénéficiaires. Le club d'El Harmi avait commencé par concéder l'ouverture du score, sur son propre terrain face à l'USM Khenchela, avant de se ressaisir et de renverser la situation en fin de match, grâce notamment aux réalisations d'Aliane (87e) et Bourdim (90e+2).

Un troisième succès consécutif pour le club d'El Bahia, grâce auquel il se hisse à la cinquième place du classement général, avec 33 points, alors que l'USMK, qui essuie un deuxième



revers de rang, stagne à la 11e place, avec 25 points.

De son côté, et après une série de six matchs sans victoire toutes compétitions confondues, la JSK a profité de la venue du Paradou AC pour renouer avec le succès (3-2), grâce notamment à l'attaquant Aymen Mahious, auteur des trois buts kabyles aux 8e, 21e, et 87e. Un précieux succès, qui permet aux Canaris de grimper provisoirement à la 8e place du classement général, avec 28 points, au moment où le PAC

reste scotché à la 14e place, avec 17 unités au compteur.

Dans le bas du tableau, l'ASO Chlef a remporté une précieuse victoire dans la course au maintien, en battant une coriace équipe de l'ES Sétif (1-0), grâce notamment au Togolais Kokou Avotor, auteur de l'unique réalisation de cette rencontre à la 78e minute de jeu. Les Chélifiens renouent ainsi avec le succès, après une courte période de disette, infligeant par la même occasion un coup d'arrêt à

l'Entente de Sétif, qui restait sur deux victoires consécutives.

De son côté, l'ES Ben Aknoun s'en est remise à son attaquant ivoirien, Mohamed Sylla, pour surclasser le MC El Bayadh (1-0/18e), et gagner par la même occasion une petite place au classement général. L'Etoile est désormais sixième, avec 30 points, alors que rien ne va plus chez le MCEB, qui reste lanterne-rouge du championnat, avec seulement 13 unités au compteur. A l'inverse, le Mouloudia

d'Alger a réussi une excellente opération lors de cette 22e journée, en ramenant une large victoire (5-0) de son déplacement chez l'ES Mostaganem, ce qui lui permet de consolider sa première place au classement général avec quarante points, tout en ayant quatre matchs en retard. Fraîchement éliminé par le CR Belouizdad en quarts de finale de la Coupe d'Algérie (3-2), le MCA n'a pas laissé le doute s'installer et s'est très bien ressaisi, dès sa première sortie officielle en championnat. Mais la performance du Doyen enfonce un peu plus l'ESM dans les abysses du classement, car il se retrouve avant-dernier, avec seulement 14 points au compteur. Le club de Mostaganem avait pourtant tenu bon pendant toute la première mi-temps, avant de s'effondrer littéralement au retour des vestiaires, respectivement devant Khelif (47e), Menzela (70e) et surtout devant l'attaquant Mohamed Saliou Bangoura, auteur d'un triplé aux 56e, 73e et 88e.

Classement :	Pts	J
1). MC Alger	40	18
2). CS Constantine	37	22
3). O. Akbou	35	20
4). JS Saoura	34	21
5). MC Oran	33	21
6). ES Ben Aknoun	30	20
7). CR Belouizdad	29	18
8). JS Kabylie	28	18
9). MB Rouissat	27	22
10). USM Alger	26	18
--). ES Sétif	26	22
12). USM Khenchela	25	20
--). ASO Chlef	25	22
14). Paradou AC	17	20
15). ES Mostaganem	14	22
16). MC El Bayadh	13	22

MOULOUDIA D'ALGER

Le technicien sud-africain Mokoena s'envole pour la Libye

C'est le coup de tonnerre que personne n'attendait au Doyen. Alors que le club joue le titre, Rolani Mokoena est sur le point de quitter le navire pour s'engager officiellement avec l'Ittihad Tripoli.

Le départ de Rolani Mokoena n'est plus qu'une question de jours. Selon plusieurs médias libyens, un accord définitif a été trouvé entre l'ancien coach des Mamelodi Sundowns et la direction de l'Ittihad Tripoli. Le contrat porterait sur une durée de deux ans et demi.

Dans un incroyable jeu de chaises musicales, Mokoena s'apprête à succéder au Tunisien Khaled Ben Yahia sur le banc libyen, ce même Ben Yahia qui avait quitté le Mouloudia avant que le Sud-Africain ne prenne les commandes. Arrivé l'été dernier pour stabiliser le club, Mokoena laisse derrière lui

un bilan sportif solide. Sous sa houlette, le MCA s'est hissé à la première place de la Ligue 1 Mobilis, devenant le favori numéro un pour conserver son titre de champion. Cependant, ce départ imminent plonge le président Hadj Redjem dans un embarras total. Avec un club déjà éliminé de la Ligue des Champions africaine et de la Coupe d'Algérie, la pression est immense. La direction doit désormais trouver, en un temps record, un successeur capable de maintenir le cap pour décrocher un troisième titre de champion consécutif. La fin de saison s'annonce brûlante pour le "Doyen". Le défi pour la direction est simple mais périlleux : nommer un entraîneur de haut standing pour éviter que ce départ ne brise l'élan de l'équipe et ne gâche tous les efforts fournis depuis le début de l'exercice.

Lyes. Ch





Cathy Freeman

icône de la «réconciliation» australienne

Dernière relayeuse de la flamme et victorieuse sur 400 mètres lors des Jeux de Sydney en 2000, la sprinteuse aborigène fut érigée en symbole d'unité nationale huit ans avant que l'État ne s'excuse pour les violences infligées à son peuple.

Cinquante secondes pour effacer deux siècles de souffrances. Lorsqu'elle s'élance, le 25 septembre 2000, dans l'épreuve sans doute la plus attendue de ces Jeux de Sydney, Cathy Freeman, 27 ans, ne porte pas seulement sur ses épaules les espoirs de médaille d'or d'un pays qui a toujours placé le sport au-dessus de tout. Elle symbolise aussi, du haut de son 1,64 mètre et de ses 52 kg, l'idée d'une réconciliation de la nation australienne, qui passe par la reconnaissance des heures sombres de son histoire, en particulier des violences infligées aux Aborigènes depuis l'arrivée des colons britanniques, à la fin du XVIII^e siècle.

Une enfant de la « génération volée »



Au pouvoir depuis 1996, le très conservateur John Howard a toujours refusé de faire acte de repentance au nom de l'État australien. Une



position qu'il maintiendra jusqu'à la fin de son mandat, en 2007. Pourtant, lors des Jeux de Sydney, il accepte habilement de placer sur le devant de la scène la spécialiste du 400 mètres, dont l'histoire familiale a été marquée par le brutal processus d'assimilation imposé à des dizaines de milliers de familles aborigènes. Jusque dans les années 1970, des enfants, baptisés la « génération volée », ont été arrachés à leurs proches, pour être placés dans des missions religieuses ou des familles d'accueil blanches. « Ma grand-mère a été volée à sa mère alors qu'elle avait 3 ans, a raconté Cathy Freeman à la BBC. On lui a volé son appartenance à une famille. Sa langue, sa culture, toutes ses croyances traditionnelles. Tout ce qui constituait son identité lui a été enlevé. ».

Combinaisons marquantes et drapeaux mêlés

Révéla au public australien alors qu'elle n'avait que 16 ans, en 1990, la sprinteuse est devenue, au fil des courses et des succès, un symbole d'unité nationale. Un chemin pavé d'embûches. Première Aborigène à représenter l'Australie aux JO de Barcelone (1992), Cathy Freeman suscita un petit scandale en brandissant, deux ans plus tard, lors des Jeux du Commonwealth, au Canada, les deux drapeaux mêlés – australien et aborigène –, après sa victoire sur 400 mètres.

accepter. « Je pensais que d'autres champions australiens le méritaient sans doute plus que moi », avait-elle confié à l'Équipe. Elle s'incline cependant. Dans une combinaison d'un blanc immaculé (qui sera volée le soir même de la cérémonie, avant d'être renvoyée par la poste quatorze ans plus tard !), l'athlète lance ces Jeux devant 110 000 spectateurs et quelques milliards d'autres, postés devant leur télévision. Si certains membres de la communauté aborigène saluent le choix de Cathy Freeman, vécu comme « la reconnaissance de tout un peuple », d'autres y voient une façon pour les autorités de se donner bonne conscience.

« Montrer combien j'étais fière d'être qui j'étais »

La victoire de l'athlète, le 25 septembre 2000, lors de l'épreuve que le Sydney Morning Herald avait baptisée, le matin même, « la course de nos vies », allait mettre fin à ces débats. Dans une nouvelle combinaison intégrale, cette fois aux couleurs de son pays, Cathy Freeman triomphait en 49' 11", ressortant pour son tour



fut cette fois largement plébiscitée. « Je voulais avant tout montrer quelles personnes je représentais ici et combien j'étais fière d'être qui j'étais. Je voulais proclamer combien nous pouvions accomplir de grandes choses », expliqua la championne à l'Équipe. Un temps exilée aux États-Unis, Cathy Freeman mit fin à sa carrière en 2003, avant de lancer en 2007 une fondation pour l'éducation des enfants aborigènes. Et c'est en sa présence qu'un an plus tard, le premier ministre Kevin Rudd présenta officiellement les excuses de l'État australien à la « génération volée ».

Une reconnaissance tardive,



d'honneur les deux bannières qui avaient fait polémique six ans plus tôt. Négocié en coulisses avec le comité olympique, le geste

loin d'avoir effacé les discriminations touchant ce peuple autochtone, qui représente aujourd'hui moins de 4 % de la population du pays continent.

REAL MADRID

Le Real Madrid prépare le maillot le plus cher de l'histoire

Les dernières nouvelles concernant les finances du Real Madrid n'étaient pas particulièrement rassurantes. Effectivement, ce week-end, la presse spécialisée a expliqué que le club de la capitale espagnole ne comptait que 3,4 millions d'euros en cash dans ses comptes.

Une situation qui n'est pas encore catastrophique, puisque le club a énormément d'actifs et sait comment faire générer de l'argent, étant le club au plus gros chiffre d'affaires de la planète (au-delà du milliard d'euros). Mais elle témoigne que les dépenses du club sont colossales. En cause, en plus du dernier mercato estival qui a tout de même été assez animé avec 165



millions d'euros dépensés pour renforcer l'équipe, les travaux du Santiago Bernabéu. Si le stade totalement rénové des Merengues sera une machine à

cash sur le moyen-long terme, il continue de coûter très cher aux Madrilènes. Ces derniers doivent donc trouver de l'argent assez rapidement, et ils pour-

raient avoir trouvé une nouvelle source de revenus intéressante. Des renégociations sont en cours. Comme l'indique AS, le club veut continuer de faire entrer de

l'argent grâce à son maillot. Actuellement, grâce à ses différents contrats d'équipementier et de sponsoring, le club le plus titré en Ligue des Champions génère environ 260 millions d'euros. Bien plus que Manchester United (200 M€) ou le Barça (183 M€), ou même le PSG (170 M€). Florentino Pérez souhaite ainsi que le maillot du Real Madrid rapporte, au minimum, 300 millions d'euros.

Un nouveau contrat devrait ainsi être paraphé avec Emirates, actuellement sponsor principal du maillot, et si les chiffres ne sont pas dévoilés, ils devraient être assez juteux. Les 120 millions d'euros rapportés par Adidas devraient eux aussi être revus à la hausse assez prochainement, alors que le club a aussi la possibilité de prolonger avec HP, qui apparaît actuellement sur les manches du maillot, avec des chiffres un peu plus importants encore.

BARÇA

Le conseil de Pedri à Lamine Yamal



Lors du match face à l'Athletic Club, Pedri a joué un rôle clé en seconde période malgré une forme physique loin d'être optimale. Entré après la mi-temps, le milieu espagnol a délivré une passe millimétrée à Lamine Yamal, permettant à l'ailier de conclure d'une frappe dans la lucarne et d'inscrire l'unique but de la rencontre. Après le match, Pedri a insisté sur l'effort collectif nécessaire pour ce but. « Sans le mouvement de Fermín, le but de Lamine n'aurait pas été possible », a expliqué Pedri, avant de louer la finition de son coéquipier : « il l'a ensuite logée dans la lucarne ». Au-delà de la passe décisive, Pedri a tenu à encourager Lamine Yamal à continuer de progresser. « Ce que Lamine doit faire, c'est ne pas se contenter de peu. Il est très jeune et il ne peut que progresser. Il doit continuer à travailler et à prendre du plaisir sur le terrain », a déclaré le Canarien. Le milieu de la Roja a également raconté le geste de reconnaissance de l'ailier après le match : « Lamine m'a remercié pour la passe décisive ».

BARÇA

Joan Laporta dézingue Xavi !



C'est la guerre des mots, alors que la campagne présidentielle bat son plein à Barcelone. Ce lundi matin avait lieu le débat entre les deux candidats au poste de président du FC Barcelone, entre Joan Laporta, actuellement en poste, et son concurrent Victor Font. Et pour Laporta, cette tribune lui a permis de répondre aux accusations de Xavi. Et d'à son tour lui adresser quelques piques. « Xavi dit qu'il s'est relâché et qu'il n'arrivait plus à concilier vie professionnelle et vie familiale ; il a également déclaré qu'il ne serait pas en mesure de rivaliser avec le Real Madrid pendant des années. Deco m'a dit que Xavi avait ordonné des changements parmi les joueurs importants. Il était constamment insatisfait de l'équipe, des arbitres. Il disait aussi, à propos de son staff, que l'équipe n'était pas compétitive. Lorsque le contrat de Messi n'a pas pu être renouvelé pour des raisons financières, Xavi est venu me voir mi-mars 2023 pour me dire qu'il voulait revenir. Jorge Messi m'a dit en mai qu'il aurait trop de pression et qu'ils préféreraient aller à Miami », a lancé Laporta. Ce qui a valu cette réponse de Victor Font : « le Barça n'appartient pas à un seul président. L'ancien président distribue des cartes de mauvais supporters du Barça. Maintenant, Xavi et Messi sont de mauvais supporters du Barça. »

AC MILAN

Allegri s'incline face à l'Inter malgré la victoire

Après le derby de Milan remporté par les Rossoneri (1-0), Massimiliano Allegri a toutefois reconnu la supériorité de l'Inter en Serie A tout en saluant la prestation de ses joueurs. « Ce soir (hier), les garçons ont été très bons, mais l'Inter reste la grande favorite du championnat », a déclaré l'entraîneur de l'AC Milan au micro de DAZN. Il a souligné l'importance de préserver l'écart avec la Juventus et les autres poursuivants : « l'Inter a 7 points d'avance et reste une équipe encore plus forte. Aujourd'hui, il était important de faire un résultat. Nous avons travaillé six mois pour être prêts à ce moment décisif. »

Allegri est également revenu sur la performance physique de son effectif, contraint de gérer des périodes compliquées avec seulement 13-14

joueurs disponibles : « ces derniers mois, maintenir ce rythme pendant 90 minutes était compliqué. Maintenant, tout le monde est bien et nous pouvons tenir cette intensité

plus longtemps. » Enfin, il a salué le mouvement décisif d'Estupinán sur le but : « nous avions préparé cette situation. Estupinán et Fofana ont été excellents ».



Martin Satriano est en train de rendre complètement fou Getafe !

Quelques semaines seulement après son passage délicat à l'Olympique Lyonnais, Martin Satriano écrase tout à Getafe. Le club madrilène est fan du rendement de l'attaquant uruguayen.

Arrivé en tant que "panic-buy" en fin de mercato estival, Martin Satriano n'aura pas marqué les esprits de l'Olympique Lyonnais. Propulsé titulaire suite au départ surprise de Georges Mikautadze en toute fin de mercato, l'Uruguayen n'a jamais apporté satisfaction devant le but et s'était seulement distingué par un but contre Salzbourg en Ligue Europa et un doublé face à Nantes en Ligue 1. Un trop faible rendement qui a obligé le club rhodanien à s'en séparer dès l'hiver dernier, notamment après l'arrivée d'Endrick.

Martin Satriano enchaîne les buts

Parti vers l'Espagne, du côté de Getafe, l'attaquant de 25 ans cherchait à se relancer après un passage en France compliqué, lui qui avait été victime d'une grave blessure avec le RC Lens. Et rapidement, ses premières prestations avaient convaincu son entraîneur, José Bordalás, de le laisser à la pointe de l'attaque madrilène après deux premiers matches réussis contre Valence



et Gérone. Moins d'un mois plus tard, Satriano débloquent son compte but contre Villarreal, offrant une précieuse victoire aux Azules.

Mais Martin Satriano a carrément changé de dimension contre le Real Madrid, offrant la victoire lors du derby grâce à un

golazo qui a provoqué un chaos chez les Merengues. Et une semaine plus tard, le Colisée de Getafe était de nouveau en fête et célébrait son nouveau héros après son nouveau but marqué contre le Real Betis. «L'Uruguayen a fait une arrivée fracassante dans la région. Après

avoir été le héros du Santiago Bernabéu grâce à son but exceptionnel contre le Real Madrid, il a récidivé face au Betis. Les supporters de Getafe sont en admiration devant Martín Satriano», écrivait Marca.

Bordalás est déjà fan de lui

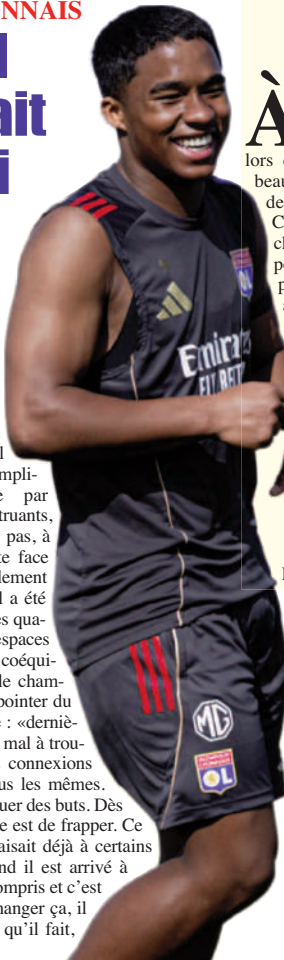
Car l'attaquant uruguayen compte désormais trois buts sur ses quatre derniers matches. «L'équipe est très soudée, l'ambiance dans les vestiaires est excellente. Je suis également ravi des résultats obtenus. Je joue beaucoup. Je suis très satisfait de ce que le manager me demande et j'essaie de l'aider. J'apprécie aussi de jouer avec un attaquant comme Luis Milla ; je me sens plus libre. Dès le premier jour, on a eu cette connexion», avait indiqué l'ex-Lyonnais peu après son arrivée.

De quoi faire le bonheur de son manager : «c'est un excellent choix, car c'est un joueur fantastique. Pas seulement grâce à ses trois buts, mais aussi grâce à son éthique de travail, son engagement... il est arrivé ici plein d'enthousiasme», a-t-il assuré après la victoire contre le Betis. Car Getafe a retrouvé du plaisir après une première partie de saison difficile. Le club madrilène pointe maintenant à la 9e place de Liga et s'est rapidement éloigné de la zone de relégation. Et Martin Satriano y est pour quelque chose.

OLYMPIQUE LYONNAIS

Samuel Umtiti sait pourquoi Endrick est dans le dur

Présent lors de l'After Foot ce dimanche sur RMC à l'issue du match nul entre l'OL et le Paris FC (1-1), Samuel Umtiti a évoqué la période compliquée actuellement traversée par Endrick. Malgré des débuts tonitruants, le Brésilien marque, en effet, le pas, à l'image de son entrée décevante face aux Franciliens. «On attend tellement de ce joueur. Dès son arrivée, il a été décisif. Il nous a montré aussi des qualités, notamment dans les petits espaces et il arrivait à jouer avec ses coéquipiers», a tout d'abord reconnu le champion du monde 2018. Avant de pointer du doigt une faille chez l'Auriverde : «dernièrement, je vois qu'il a un peu de mal à trouver sa place sur le terrain. Les connexions avec ses coéquipiers ne sont plus les mêmes. Ça se voit qu'il a besoin de marquer des buts. Dès qu'il a le ballon, sa première idée est de frapper. Ce qui me dérange, c'est qu'il le faisait déjà à certains moments au Real Madrid. Quand il est arrivé à Lyon, je me suis dit qu'il avait compris et c'est très bien. Il faut qu'il arrive à changer ça, il a besoin de ses coéquipiers. Ce qu'il fait, ça ne va pas l'aider».



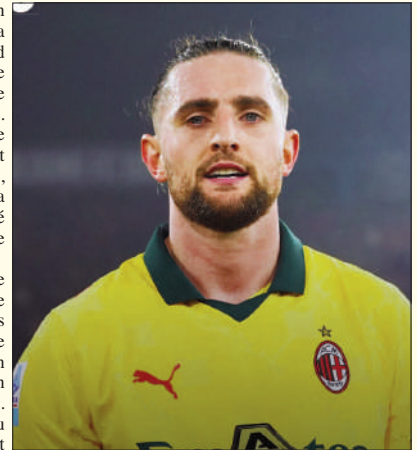
L'OLYMPIQUE DE MARSEILLE

L'aveu fort d'Adrien Rabiot

À cœur ouvert. Durant le week-end, Adrien Rabiot (30 ans) s'est longuement confié sur sa carrière et sur sa passion pour le ballon rond lors d'un entretien accordé à Undici. «Je m'amuse beaucoup en jouant au football, je le fais depuis l'âge de six ans et c'est ce que j'aime par-dessus tout. C'est une passion qui m'habite, qui me motive chaque matin. Je veux continuer à gagner, c'est pour cela que je joue au football : pour les défis, pour dépasser mes limites.» Enduite, le Duc a avoué son plus gros regret à l'OM, qu'il a quitté l'été dernier après seulement une année dans le club.

«Je veux inscrire mon nom dans l'histoire de chaque équipe pour laquelle j'ai joué : je l'ai fait au PSG et à la Juventus, mais malheureusement, je n'ai pas pu le faire à Marseille, car je n'y suis resté qu'un an. Maintenant, je veux le faire à Milan : c'est un objectif important pour moi.

Ensuite, je penserai à la Coupe du monde, la remporter est le plus beau but dans la carrière d'un footballeur.» Des mots qui doivent faire plaisir à Massimiliano Allegri et à Didier Deschamps.



Timothée Pembélé écarté par Didier Digard

Aucune des équipes derrière nous paraît très dangereuse ! » Voici ce que déclarait Timothée Pembélé il y a quelques jours, à l'heure où le HAC se bat pour se maintenir dans l'élite du football français. Des propos qui n'ont visiblement pas plu à un certain Didier Digard, puisque ce dernier a décidé de sanctionner son joueur. Attendu titulaire face à Brest - une rencontre perdue par les Ciel et Marine - Pembélé a, en effet, été écarté du groupe. « Il a eu des mots qui ne vont pas du tout avec ce que je veux diffuser », a notamment justifié son entraîneur. Pour rappel, le HAC pointe actuellement à la 14e place de Ligue 1.

FENERBAHÇE

La machine Sidiki Chérif est lancée

Prêté avec option d'achat par Angers l'hiver dernier, Sidiki Chérif régale enfin Fenerbahçe. Après des débuts contrastés, le jeune attaquant de 19 ans semble lancé. Pour le plus grand bonheur des Canaris Jaunes.

Il passe décisive contre Nottingham Forest le 26 février dernier, 1 but contre Antalyaspor le 2 mars puis deux nouvelles réalisations face à Gaziantep le 4 mars et ce dimanche contre Samsunspor. Voilà l'impressionnant bilan de Sidiki Chérif sur les 11 derniers jours. Arrivé en provenance d'Angers cet hiver - sous la forme d'un prêt avec option d'achat obligatoire - l'attaquant de 19 ans semble avoir pris ses marques du côté d'Istanbul. Blessé à ses débuts (entorse à la cheville) et auteur de quelques entrées globalement neutres, le natif de Conakry est finalement en train de monter en puissance.

Dimanche, lors de la 25^e journée de Süper Lig, le droitier d'1m88 a d'ailleurs largement participé au succès des siens face à Samsunspor (3-2). Aligné à la pointe de l'attaque aux côtés de Kerem Aktürkoğlu, l'ancien Angevin a, en effet, offert le but de la victoire au Fener (2^e du championnat, quatre points derrière Galatasaray) au bout du temps additionnel (90+5^e). Une réalisation décisive confirmant sa très bonne forme du moment et son intégration dans un collectif garni de stars (N'Golo Kanté, Marco Asensio, Mattéo Guendouzi).

Le Fener a trouvé son Chérif
«L'attaquant franco-guinéen s'est une fois de plus montré en marquant lors de la victoire précieuse de Fenerbahçe. Avec ce but, Chérif a confirmé qu'il s'intègre parfaitement au football turc. L'ancien joueur d'Angers est en grande forme et devient peu à peu un attaquant clé pour Fenerbahçe. Sa capacité à être décisif dans les moments critiques renforce encore la confiance de l'équipe technique», peut-on ainsi lire, ce lundi, dans



le média Fotomac.

Auteur de 8 apparitions depuis son arrivée en Turquie, le jeune avant-centre de 19 ans, critiqué à ses débuts, fait désormais l'unanimité. «Malgré son jeune âge,

il fait preuve d'une grande maturité. Il apportera des contributions significatives à ce club à l'avenir», notait, à ce titre, son entraîneur, Domenico Tedesco. Satisfait des performances de son poulain, le tech-

nicien italien n'hésite d'ailleurs plus à le titulariser sur le front de l'attaque. De très bon augure pour celui qui aura forcément à cœur de briller encore, dès vendredi, face à Karagömrük.

PSG

2000 supporters de Chelsea attendus au Parc des Princes

Pour le huitième de finale aller de Ligue des Champions entre le PSG et Chelsea, prévu demain soir au Parc des Princes, environ 2 000 supporters anglais sont attendus dans l'enceinte parisienne selon L'Équipe. Si la rencontre ne soulève pas d'inquiétude particulière chez les forces de l'ordre — aucun antécédent récent de violences entre les deux clubs —, la Direction nationale de lutte contre le hooliganisme (DNLH) reste prudente. La rencontre a été classée 3 sur 5 sur l'échelle de vigilance, en raison notamment de la compétition et du flux de supporters anglais présents à Paris.

Même si aucun incident direct n'est attendu, les autorités restent attentives à la possible présence de fans supplémentaires sans billet, susceptibles de croiser des supporters parisiens dans la capitale. La vigilance est renforcée après des épisodes récents, comme la bagarre survenue dans un bar de Pigalle l'an dernier entre fans du

PSG et d'Aston Villa, ou encore l'altercation entre deux groupes du Collectif Ultras Paris il y a quelques semaines. Les forces de l'ordre entendent donc prévenir tout débordement et garantir le bon déroulement de ce choc européen.



Al-Ahli demande à ses joueurs de quitter Dubaï pour Djeddah



Avec l'appui du Ministère des Sports d'Arabie saoudite, le club saoudien Al-Ahli, dans lequel évoluent notamment Franck Kessié, Riyad Mahrez ou encore Edouard Mendy, a décidé de relocaliser à Djeddah les familles de plusieurs de ses joueurs étrangers qui résidaient jusqu'ici à Dubaï. Selon le journaliste Ben Jacobs, certaines familles partageaient leur temps entre Dubaï et Jeddah, mais les autorités sportives saoudiennes ont choisi d'accélérer leur transfert par mesure de précaution. Des vols privés ont été organisés ces derniers jours afin de rapatrier les proches dans la ville saoudienne. Cette décision intervient alors que les tensions se sont fortement accrues au Moyen-Orient depuis une semaine, sur fond de bombardements entre les États-Unis, Israël et l'Iran. La région connaît une montée des risques sécuritaires liée aux échanges de menaces et aux mouvements militaires, ravivant les risques d'un embrasement encore plus large impliquant plusieurs acteurs régionaux. Certaines organisations sportives et entreprises présentes dans le Golfe ont commencé à prendre des mesures de précaution pour leurs employés et leurs familles, notamment aux Émirats arabes unis touchés par les bombardements, qui représente un hub majeur pour de nombreux expatriés travaillant en Arabie saoudite.

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

Ministère de l'habitat de l'urbanisme et de la ville

Et d'aménagement du territoire

DIRECTION DE L'URBANISME DE L'ARCHITECTURE & DE LA

CONSTRUCTION DE LA WILAYA DE M'SILA

Monsieur : LE DIRECTEUR DE L'URBANISME
DE L'ARCHITECTURE & DE LA CONSTRUCTION

A Monsieur : bouhali bachir : Entreprise travaux publics et
hydraulique SIS a BORDJ BOU-ARRIDJ

* MISE EN DEMEURE N°01 *

Suite au marché N° 244 visé en date 30/07/2025 par la commissions des marchés publics de

la wilaya de M'sila et approuvé sous le N° 221 en date du 26/08/2025 concernant le projet :

Projet Lot n° 02 : Réhabilitation et aménagement de la route à partir du Café El Boustane, en passant par le point de vente des Moulins El Hodna (AGRODIV) et El Bekhata en direction de l'ancienne route à double voie d'El Bordj, ainsi que du carrefour du point de vente des Moulins El Hodna (AGRODIV) vers le siège de la 1ère Sûreté urbaine, et la route des grossistes de Djennane Boudiaa en direction du carrefour El Zahra, ainsi que la route de Djennane Boudiaa jusqu'à l'ancienne route à double voie d'El Bordj, dans la commune de M'sila.

Suite à L'ODS de démarrage du Travaux N° : 169 du : 07/09/2025.

Vu:

- Absence du registre de chantier lors des visites de terrain.
- Négligence et laxisme dans l'enlèvement des déchets de chantier.
- Non-respect des instructions du maître d'ouvrage et du bureau d'études dans l'exécution des travaux conformément aux prescriptions techniques en vigueur (DTR).
- Manque de main-d'œuvre qualifiée.
- Insuffisance des moyens matériels et humains sur le chantier.

En conséquence, il vous est adressé la mise en demeure n° 01 et il vous est demandé de lever toutes les réserves susmentionnées et de reprendre les travaux en renforçant le chantier par les moyens matériels et humains nécessaires, et ce dans un délai de 72 heures à compter de la notification de la présente mise en demeure.

AL MOUNASSER 10 Mars 2026

ANEP 2616008244

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

WILAYA DE BLIDA

DAIRA DE BOUFARIK

COMMUNE DE SOUMA

**AVIS D'ANNULATION
DE L'APPEL D'OFFRE OUVERT AVEC EXIGENCE
DE CAPACITES MINIMALES
N°08/2025**

Le président de l'Assemblée Populaire Communale de Soumaa informe tous les soumissionnaires ayant participé à l'appel d'offre ouvert avec exigence de capacités minimales N°08 /2025, l'annulation de l'avis d'appel d'offres relatif au projet:

«Approvisionnement En Denrées Alimentaires Pour Cantines Scolaires
(lot N° 01 :Alimentation Géniale- lot N°02 :Fruits et légumes
-lot N°03 :Viandes »,

apparu le 25 /11/ 2025 dans le quotidien "الوسط" et 25/11/2025 dans le quotidiens et " EL MOUNASSER ".

AL MOUNASSER 10 Mars 2026

ANEP 2616008642

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

Ministère De L'habitat De L'urbanisme De La Ville Et De L'aménagement du territoire

Direction De L'Urbanisme L'Architecture Et De La Construction

Wilaya de Djelfa

N° 688 / 2026

Le Directeur De L'Urbanisme L'Architecture Et De La Construction De La Wilaya De Djelfa

A

L'entreprise : *KHAIDHAR KHALED*

Demeurant à Cité Didouche Mourad Commune de nazela - W- de Tougourt

MISE EN DEMEURE N°01

Projet : lot14 : Ouverture des voles + ASS + AEP + Chumbr de transformateur Electric

Site : 140 lots sortie Est vers la ville Commune de Benhar -W-Djelfa

Vu /

- l'ordre de service n° : 228 du 03/07/2025

- Retard considérable dans l'exécution des travaux

- Insuffisance des moyens matériels et humains déployés sur le chantier

L'entreprise * KHAIDHAR KHALED * titulaire du marché visé par le comité de marché public

de la wilaya sous le n° 362 du 26/02/2025 et visé par le contrôleur financier sous Le numéro

1355 du 03/07/2025

Est mise en demeure N°01 Afin:

D'accélérer les travaux, approvisionner le chantier en moyens matériels et humains

Un délai de (48 heures) est accordé à L'entreprise à partir de la première parution de la

présente mise en demeure dans les quotidiens nationaux ou le BOMOP.

Faute de quoi, le maître d'ouvrage Procèdera aux mesures réglementaires.

AL MOUNASSER 10 Mars 2026

ANEP 2616008308



A Mounasser
VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

**POUR TOUTES VOS ANNONCES,
CONTACTEZ NOTRE
SERVICE PUBLICITAIRE AU:**

TEL:
0560266287

OU PAR EMAIL:
CONTACT@ALMOUNASSER.DZ

Du culte antique du corps au bodybuilding moderne



Les origines de la musculation

La musculation est une activité physique destinée à renforcer et développer les muscles. Son objectif est de provoquer une hypertrophie musculaire, c'est-à-dire une augmentation de la taille des muscles, ou tout simplement de sculpter son corps de manière harmonieuse. Pratiquée en anaérobie, elle ne nécessite pas d'apport direct d'oxygène, contrairement aux sports d'endurance.

Loin d'être réservée à une élite, la musculation s'adresse à tous : enfants, adultes et seniors. Chez les

popularise les exercices avec haltères courts et développe les principes de localisation musculaire. On lui doit aussi la

Il crée un journal intitulé Culture physique et forme des professeurs, donnant naissance à un véritable réseau de salles en France.

Eugène Sandow, le père du culturisme moderne

Parallèlement, en Allemagne, Eugène Sandow (1867-1925) s'impose comme le premier culturiste mondialement célèbre. Plus qu'un simple athlète, il se distingue par son souci d'esthétique musculaire, dépassant la simple quête de force brute.

urnommé le « père du culturisme moderne », Sandow développe et commercialise ses propres méthodes d'entraînement, diffusées par correspondance. Il invente les fameux extenseurs «

nouvelles techniques, dont le principe de tension continue qui consiste à contracter le muscle tout au long du mouvement.

En parallèle, il commercialise des barres et haltères, avant de s'installer à New York. Ben Weider, resté au Canada, s'emploie à structurer et promouvoir le bodybuilding sur la scène internationale. Ensemble, les deux frères fondent en 1946 l'IFBB (International Federation of Body Builders), qui sera à l'origine du célèbre concours Mr Olympia et qui englobe aujourd'hui aussi le fitness.

Joe Weider devient ensuite le mentor d'Arnold Schwarzenegger, figure emblématique du culturisme, acteur et futur gouverneur de Californie. Avec Schwarzenegger et d'autres champions comme Larry Scott – premier vainqueur de Mr Olympia et inventeur du pupitre à biceps (« Larry Scott ») – une nouvelle ère s'ouvre : celle du bodybuilding moderne, où l'esthétique du corps prend le pas sur la seule performance physique.

La démocratisation et l'essor contemporain

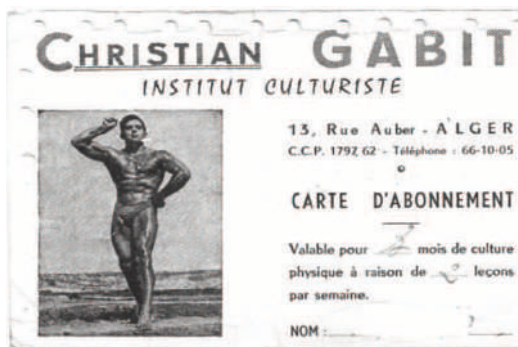
Au fil des décennies, la musculation s'est imposée dans le quotidien d'un public toujours plus large.

Elle n'est plus l'apanage des culturistes ou des sportifs de haut niveau. Aujourd'hui, quasiment tous les athlètes, quelle que



soit leur discipline, intègrent la musculation à leurs programmes pour améliorer force, vitesse, endurance, puissance ou masse musculaire.

En parallèle, de nombreux citoyens sédentaires trouvent dans les salles de sport une solution pratique pour entretenir leur santé et leur silhouette. À cela s'ajoutent les applications numériques, les cours en ligne et l'influence des réseaux sociaux, qui ont contribué à transformer la musculation en un véritable phénomène culturel global.



plus de 40 ans, elle joue un rôle clé dans le maintien de la masse musculaire, l'amélioration de la fonction respiratoire et de l'endurance, ainsi que dans la lutte contre les effets liés à l'âge. Son autre atout majeur réside dans sa flexibilité : elle peut se pratiquer partout, que ce soit en salle, à domicile ou en plein air, selon la méthode choisie.

Aux sources de la culture physique en France

L'histoire moderne de la musculation en France débute au XIXe siècle avec Hippolyte Triat (1812-1881). Artiste spécialisé dans les poses plastiques et le lever de poids, il invente les appareils à poulies avec charges automatiques,

démocratisation des barres longues et des haltères courts.

Mais à cette époque, aucun traité ni revue ne codifie la



discipline, et les salles de sport sont inexistantes. C'est Edmond Desbonnet (1867-1953) qui va véritablement poser les bases de la « culture physique » moderne. Précurseur, il met en place un entraînement méthodique et s'intéresse aux effets précis des exercices musculaires localisés sur le corps humain.

En 1885, il ouvre une première école de « culture physique » à Lille, puis s'installe à Paris en 1899 où le succès est immédiat.

Sandow », appareils conçus pour sculpter et renforcer le corps, et contribue ainsi à l'internationalisation de la musculation.

Les frères Weider et la naissance du bodybuilding

L'autre grande révolution vient d'Amérique du Nord. Les Canadiens Joe et Ben Weider vont transformer la discipline en un mouvement mondial. Joe Weider, dès 1941, lance son premier magazine Your Physique et imagine de



CHAMPIONNATS DU MONDE DE BOXE JUNIORS 2026

Deux boxeurs algériens qualifiés au deuxième tour

Les boxeurs algériens Besma Bahri (57 kg) et Ismail Sahraoui (55 kg) se sont qualifiés au deuxième tour des Championnats du monde juniors (garçons et filles) qui se déroulent à Bangkok en Thaïlande (8-15 mars), qualificatifs aux Jeux olympiques de la jeunesse 2026 à Dakar (Sénégal).

La boxeuse Besma Bahri (57 kg) a décroché son billet pour les 8es de finale en prenant le dessus sur la Turque Esmanur Ugurlu (5-0). De son côté, Ismail Sahraoui (55 kg) s'est qualifié aux 16es de finale en battant l'Egyptien Ahmed Ismail (5-0).

La participation de la sélection nationale à cet important rendez-vous sportif mondial s'inscrit dans le cadre de "l'intérêt accordé par la Fédération algérienne de boxe à la catégorie des juniors, considérée comme la base fondamentale pour la formation des champions de demain. La fédération compte en effet beaucoup sur cette catégorie pour renforcer la place de la boxe algérienne sur la scène internationale", souligne l'instance sportive.

La sélection féminine est encadrée par les entraîneurs nationaux, Makhlof Ibrahim et Erouane Amine, tandis que la sélection masculine est dirigée par les entraîneurs nationaux, Bourenane Ibrahim et Abdelhafid Benchebla.

La boxe algérienne espère réaliser une participation honorable lors de ces Championnats du monde, qui constituent une étape importante pour acquérir de l'expérience et tenter de décrocher des billets de qualification aux Jeux olympiques de la jeunesse, souligne l'instance fédérale.

Le tournoi de boxe des Jeux olympiques de la jeunesse (JOJ-2026) se déroulera du 7 au 12 novembre au Dakar Expo Centre à Diamniadio, avec la participation de 73 boxeurs et 73 boxeuses.

SERINE. S



SÉTIF

Le pôle sportif et de jeunesse de Djebel Megress mis en service avant fin 2026



Le projet du pôle sportif et de jeunesse en réalisation non loin du sommet de Djebel Megress, point culminant de la région de Sétif, devrait être mis en service "avant la fin de l'année en cours", a-t-on appris, lundi, du responsable en charge de la gestion à la direction de la Jeunesse et des Sports (DJS), Fouaz Maïza. Le responsable a indiqué, à l'APS, que les travaux d'achèvement du projet, tels que la mise en place du béton bitumineux et de la couche en caoutchouc pour la piste d'athlétisme, l'installation du réseau d'éclairage public et du mur de clôture extérieur, viennent d'être entamés.

Ce projet très attendu, pour la réalisation duquel un investissement public de 700

millions de dinars a été consenti, couvre une superficie de 11 hectares et culmine à une altitude d'environ 1.800 m.

Certaines parties de cet équipement sont achevées à 100 %, à l'image de l'auberge de jeunesse de 50 lits, du camp de jeunes de 120 lits et du terrain de jeu doté d'un terrain en gazon synthétique, tandis que d'autres accusent des taux d'avancement appréciables, comme la piste d'athlétisme, achevée à 60 %.

Le projet, en réalisation sur un site de quelque 216 hectares, situé à une altitude de près de 1.800 m, devrait être une destination privilégiée pour les sportifs et pour les familles sétifiennes tout au long de l'année.

FARES. B

CHAMPIONNATS DU MONDE D'ATHLÉTISME EN SALLE

Six athlètes algériens présents en Pologne

Six athlètes algériens ont réussi à décrocher leur qualification pour les Championnats du monde d'athlétisme en salle, prévus du 20 au 22 mars à la Torun Arena en Pologne, a-t-on appris auprès de la Fédération algérienne d'athlétisme (FAA). Après la clôture de la date limite de qualification au rendez-vous mondial de Torun, fixée au dimanche 8 mars, les six athlètes algériens ont décroché leur billet soit en réalisant les minima requis, soit via le classement mondial des meilleures performances mondiales. A cet effet, quatre athlètes ont décroché leur qualification selon les minima requis par World Athletics, à savoir Yasser Mohamed Tahar Triki au triple saut (17,35 m), Mohamed Ali Gouaned (1:44,67) et Slimane Moula (1:44,80) au 800 mètres,

ainsi que Moataz Abderrazak Sekiou au 400 mètres (45,53). Les athlètes Younes Ayachi (17 ans), détenteur de la meilleure performance mondiale en saut en hauteur chez les U18 (2,28 m) et Haïthem Chenitef au 1500 mètres (3:36,51), se sont qualifiés grâce à leur ranking mondial, souligne la FAA. Pour la Fédération algérienne d'athlétisme, cette qualification "témoigne du haut niveau des coureurs algériens et de leur engagement continu à honorer le sport national lors des compétitions mondiales". Les Championnats du monde en salle constituent le premier évènement majeur de l'année au programme de World Athletics où les meilleurs athlètes mondiaux se retrouveront pour décrocher les premiers titres de la saison.

RANIA. K



Le nouveau règlement divise les pilotes

Le débat est toujours ouvert. La première course de la nouvelle ère, dimanche en Australie, n'a pas vraiment permis de dégager une unanimité des pilotes autour de toutes les nouveautés. Les deux derniers champions du monde, Lando Norris (McLaren) et Max Verstappen (Red Bull), n'ont pas apprécié. Les candidats à la victoire, George Russell (Mercedes) en tête, beaucoup plus.

Il fallait s'y attendre : quelques dizaines de minutes, seulement, après la fin du premier Grand Prix de la saison, ce dimanche en Australie, la F1 a dégagé tous azimuts. Ici, elle diffusait la bataille George Russell - Charles Leclerc sous tous les angles. Là, elle vantait un nombre de dépassements ayant quasiment triplé (de 45 à 120) par rapport à la saison dernière. Bref, pour les promoteurs de la discipline, cette nouvelle ère est forcément une réussite. Libre à chacun d'apprécier, ou non, ces attaques boostées au bouton, que Charles Leclerc a comparées à "un champignon sur Mario Kart" pendant la course. Libre à chacun, aussi, d'estimer que le roi des sports mécaniques puisse tolérer que ses monoplaces perdent près de 40 km/h en ligne droite pour récupérer de l'énergie. Mais force est de constater que cette nouvelle génération de bolides n'est absolument pas du goût de tous les pilotes. À commencer par Max Verstappen, qui n'a pas attendu une course où il est pourtant passé de la 20e à la 6e place pour dire tout le mal de cette réglementation. "C'était génial, vraiment très amusant, c'était une excellente course", a-t-il lâché, avec beaucoup d'ironie et de sarcasme, au micro de Sky Deutschland. Ce, avant d'enchaîner, sur un ton beaucoup plus grave : "Il faudrait changer beau-

coup de choses. Le moteur, la batterie... mais ce n'est évidemment pas possible maintenant."

Mauvais perdant, Norris ?

Alors qu'il avait gentiment suggéré au Néerlandais d'aller voir ailleurs si la F1 ne lui plaisait plus, Lando Norris a finalement rallié la cause de son dauphin l'année dernière. Samedi, après la qualification, il avait déploré le passage des "meilleures F1 de l'histoire [en 2025], aux pires [cette saison]". Dimanche, après la course, il s'est présenté face aux caméras le visage fermé. Et lorsqu'il a été interrogé par nos confrères de Canal+, il a fait mine de se tourner vers l'attachée de presse de McLaren : "Qu'est-ce que je dois dire déjà ? Ah oui, c'était génial ! Beaucoup de plaisir ! J'ai hâte d'être à la prochaine !" Est-ce parce que le champion du monde en titre a bouclé la course à une anonyme cinquième place, sans jamais avoir candidaté pour le podium, qu'il a ainsi complètement revu son opinion, qualifiant même cette Formule 1 new-look de "très artificielle" ? "Je ne sais pas", a répondu George Russell en conférence de presse. S'il gagnait, je ne pense pas qu'il dirait la même chose. Vous savez, nous n'étions pas satisfaits de la rigidité et du marsouinage des voitures l'année dernière. Tout le monde avait mal au dos et les pilotes s'en plaignaient. Mais les pilotes



McLaren disaient qu'ils n'en avaient pas [du marsouinage, NDLR] alors que ce que nous observions de leurs voitures laissent penser le contraire. Personne ne voit plus loin que le bout de son nez, nous sommes tous égoïstes à ce sujet." Le Britannique, par ailleurs président de l'association des pilotes et forcément ravi de la tournure des événements, dont Mercedes semble avoir parfaitement profité, a plutôt apprécié. "Il y a plus d'opportunités et vous devez être plus stratégique", a-t-il résumé.

Trop tôt pour juger ?

Avec ce règlement, c'est l'ADN du pilotage qui a été profondément modifié. "Ça change définitivement notre façon de courir et de dépasser, a développé Charles Leclerc, qui a bataillé tout le début de course avec le

Britannique. Avant, il s'agissait plutôt de savoir qui serait le plus courageux pour freiner le plus tard. Peut-être que maintenant, il y a un peu plus d'esprit stratégique derrière chaque tentative que vous faites parce que chaque activation du bouton boost, vous savez que vous allez payer le prix fort après cela [en raison de la perte d'énergie, NDLR]. Vous essayez donc toujours de réfléchir à plusieurs étapes à l'avance pour essayer de finir devant." Passablement agacé par l'avantage de performance construit par Mercedes samedi, Lewis Hamilton a lui retrouvé le sourire, dimanche. S'il a fini au pied du podium, à quelques dixièmes de son coéquipier, le septuple champion du monde a certifié avoir beaucoup apprécié la course. Rassuré par cette nouvelle

donne... ou par le rendement de sa Ferrari ? Il n'est pas impossible que le pessimisme ambiant regagne du terrain, la semaine prochaine, en Chine. "Vous avez vu la longueur de la ligne droite ?", a interrogé, inquiet, Max Verstappen lorsque des journalistes lui ont demandé si le circuit de Shanghai pouvait offrir un spectacle différent. "Chacun est très prompt à critiquer les choses, a conclu Russell. Mais il faut essayer. [...] Aujourd'hui, les pilotes ne sont pas tout à fait satisfaits mais tout le monde dit que c'était une course incroyable. On ne peut pas tout avoir. Je pense que nous devrions simplement donner une chance et attendre quelques courses de plus." Alors patients.

NBA

Boston résiste au retour de Cleveland (109-98)

Les Boston Celtics, avec le renfort de Jayson Tatum, ont résisté au retour des Cleveland Cavaliers pour s'imposer 109-98, dimanche en NBA. Ce choc entre le 2e (Boston) et le 4e (Cleveland) de la conférence Est a rapidement tourné à l'avantage des Celtics, bien lancés par Jayson Tatum (20 points), revenu vendredi sur les parquets dix mois seulement après avoir subi une rupture de son tendon d'Achille droit lors des play-offs. Avec l'apport de Jaylen Brown (23 points, 9 rebonds, 8 passes), les "C's" ont compté 26 points d'avance dans le 3e quart-temps, avant de voir les Cavaliers revenir sur la fin. Donovan Mitchell (30 points), Evan Mobley (24 points) et James Harden (19 points, 10 passes) ont ramené les locaux à moins de dix points, en vain, dans cette affiche au goût de play-offs à un peu plus d'un mois des phases finales.



R. S

INDIAN WELLS

Sabalenka rejoint les huitièmes de finale

La N.1 mondiale, la biélorusse Aryna Sabalenka a facilement dominé la Roumaine Jaqueline Cristian (35e) 6-4, 6-1 pour rejoindre dimanche les huitièmes de finale du tournoi WTA 1000 d'Indian Wells. Sabalenka (27 ans), qui vise un premier titre dans le désert californien, affrontera mardi au tour suivant soit la Japonaise Naomi Osaka (16e), soit la Colombienne Camila Osorio (61e).



R. S

À quelle heure faut-il vraiment s'entraîner ?

Entre le travail, la vie de famille et les imprévus du quotidien, trouver du temps pour faire du sport ressemble souvent à un casse-tête. Beaucoup se demandent alors : existe-t-il un moment de la journée plus efficace que les autres pour s'entraîner ? Le coach sportif Julien Deschamps apporte son éclairage.

Selon lui, il n'y a pas d'heure miracle, mais plutôt un équilibre à trouver entre contraintes personnelles, énergie disponible et plaisir.

Pas de vérité absolue

« Il n'y a pas de "meilleur" moment universel pour s'entraîner », insiste d'emblée Julien Deschamps. « Tout dépend de la personne, de son rythme naturel et de ses obligations. » Certains se sentent plus dynamiques le matin, d'autres n'imaginent pas enchaîner des squats avant leur premier café. « Le sport, explique-t-il,

stricte.

Le sport et les contraintes quotidiennes

La difficulté principale ne réside pas dans l'heure idéale, mais dans la disponibilité. « Les personnes qui travaillent toute la journée n'ont souvent pas d'autre choix que tôt le matin ou le soir après le travail », souligne le coach. L'essentiel est de fixer un créneau et de s'y tenir. « Je conseille de le noter dans son agenda comme un rendez-vous incontournable, poursuit-il. La régularité est plus importante que l'intensité. »

Pour les personnes pressées, Julien Deschamps propose un circuit simple, réalisable partout, sans matériel.

Le principe

Les exercices sont enchaînés sans repos,



puis on récupère 60 secondes à la fin d'un tour complet. La série se répète de 2 à 5 fois selon le niveau, pour une séance qui dure entre 15 et 30 minutes maximum.

Les exercices

- La chaise : maintenir la position 30 à 60 secondes
- Le gainage : 30 à 60 secondes
- Les pompes sur genoux : 5 à 20 répétitions
- Le gainage latéral : 15 à 45 secondes par côté
- Les squats : 25 répétitions

« Ce programme est complet et peu agressif pour les tendons et les ligaments », assure le coach. La clé reste la bonne exécution des mouvements pour éviter les blessures.

En fin de séance, il recommande quelques minutes d'étirements



doux (nuque, bras, dos, jambes) pour favoriser la récupération.

Le rôle clé de l'alimentation

protéines végétales : quinoa, spiruline, tofu, baies de goji. Ce sont des aliments encore peu connus mais très bénéfiques. »

commencent trop fort et disparaissent au bout d'un mois », constate le coach.

Son conseil : démarrer progressivement, par 15 à 20 minutes tous les deux jours, ou 1h30 à 2 heures par semaine. Ensuite, augmenter petit à petit la durée et l'intensité.

« Ce qui compte, c'est la constance. Il vaut mieux s'entraîner peu mais régulièrement, plutôt que de faire une seule grosse séance et s'épuiser. »

Le sport, un rendez-vous avec soi-même

Au fond, l'entraînement ne doit jamais être perçu comme une corvée. »

Les débutants : avancer pas à pas

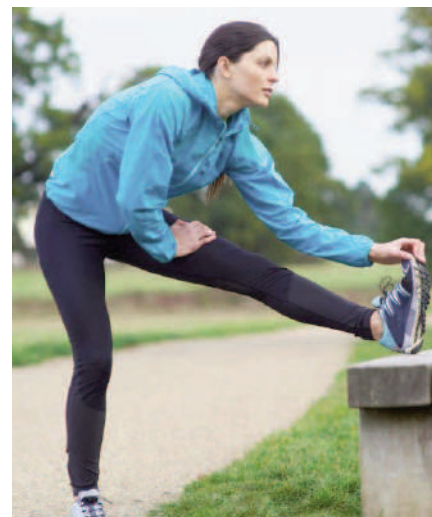
Un autre piège guette

L'activité physique ne suffit pas à elle seule. « Je passe autant de temps à parler nutrition qu'à parler sport », confie Julien Deschamps.

Les grands principes

- Limiter les produits transformés, trop sucrés ou trop salés.
- Réduire la consommation de glucides, souvent excessive dans notre alimentation.
- Privilégier les fruits, légumes, noix, amandes et autres aliments riches en nutriments.

Diversifier les sources de protéines. Le coach attire l'attention sur la consommation de viande rouge, souvent trop importante. « Sans devenir végétarien, il est utile de découvrir les



ceux qui veulent reprendre le sport : l'enthousiasme excessif. « Beaucoup

Choisir une activité qui nous plaît facilite la régularité », rappelle Julien Deschamps. La marche rapide, le vélo, la natation, la danse ou encore le yoga : tout compte, du moment que l'on bouge.

Et peu importe l'heure finalement : matin, midi ou soir, chaque moment a ses avantages. L'essentiel est de se réserver un espace pour soi, où le corps et l'esprit se retrouvent.



doit s'intégrer dans la vie de chacun, pas l'inverse. »

L'exemple du coach

À titre personnel, Julien Deschamps distingue ses pratiques. Le matin, il préfère le cardio (course, vélo, natation) : « Cela donne un vrai coup de fouet et met en condition pour la journée. » Pour le renforcement musculaire, il se sent plus performant entre midi et 18 heures, quand le corps est déjà échauffé.

Ce témoignage illustre bien que chaque activité peut trouver son moment privilégié, mais qu'il n'y a pas de règle

Même 20 minutes suffisent si l'on parvient à maintenir cette discipline plusieurs fois par semaine. « Les bénéfices se construisent sur la durée. »

Un programme court mais efficace



Le squat, un exercice universel

Facile à réaliser chez soi, le squat ne demande ni matériel ni condition physique particulière. C'est un mouvement naturel que chacun pratique déjà dans son quotidien sans y penser, en s'asseyant, en ramassant un objet tombé ou en nouant ses lacets.



Mais derrière cette apparente simplicité, le squat est un exercice exigeant qui, lorsqu'il est correctement exécuté, devient l'un des piliers de tout entraînement physique.

Exécuter un squat dans les règles de l'art

La technique est la clé de l'efficacité. Le corps doit être bien droit, les pieds légèrement orientés vers l'extérieur et écartés à la largeur des épaules. Le mouvement commence par une inspiration : les cuisses se fléchissent, le bassin part vers l'arrière comme si l'on s'asseyait sur une chaise invisible.



relever le buste trop vite ou à forcer sur la pointe des pieds. La réussite repose sur la lenteur, le contrôle et une respiration régulière, qui accompagnent chaque phase du mouvement.

Les bienfaits du squat

Poly-articulaire, le

le squat améliore l'équilibre et la stabilité grâce au travail des muscles profonds. Il favorise aussi la mobilité des hanches, des genoux et des chevilles, offrant une meilleure amplitude de mouvement. Répété régulièrement, il devient un outil de prévention des blessures, en renforçant les articulations et en corrigeant les déséquilibres du corps.

Un geste ancestral et fonctionnel

Bien avant l'invention des chaises, nos ancêtres vivaient souvent accroupis pour cuisiner, se reposer ou accomplir leurs tâches quotidiennes. Le squat est donc profondément enraciné dans notre gestuelle naturelle. Le pratiquer aujourd'hui, c'est renouer avec ce mouvement ancestral, indispensable à la santé du dos et à la fluidité des gestes de tous les jours.

Un allié du sport moderne

Dans le sport, le squat est incontournable. On le retrouve dans la

son intérêt dépasse la seule performance musculaire : en sollicitant une masse corporelle importante, le squat stimule le système cardio-vasculaire et augmente la dépense énergétique. C'est donc aussi un excellent exercice pour brûler des calories et améliorer sa condition physique générale.

Les variantes du squat

Pour aller plus loin, il

travail d'explosivité et de cardio, tandis que le squat sumo, avec un écartement plus large des jambes, cible davantage l'intérieur des cuisses. Le squat bulgare, réalisé une jambe surélevée derrière soi, met à rude épreuve l'équilibre et la force unilatérale. Enfin, l'ajout de charges – haltères, barre ou même sac de courses – permet d'augmenter progressivement la difficulté.

préparation physique des athlètes de toutes disciplines. Il la



puissance, l'explosivité et l'endurance. Mais

existe de nombreuses déclinaisons. Le squat sauté ajoute un

Un exercice complet et accessible

Le squat n'est pas seulement un exercice de musculation, c'est une véritable passerelle entre le sport et la vie quotidienne. Accessible à tous, modulable à l'infini et profondément naturel, il se distingue comme l'un des mouvements les plus utiles pour entretenir la forme, renforcer le corps et gagner en confiance. Et au-delà de l'effort, chaque squat bien réalisé s'accompagne d'un sentiment de satisfaction, preuve que la simplicité peut mener loin.



Mondiaux d'athlétisme en salle 2026

Six Algériens s'envolent pour la Pologne

L'athlétisme algérien sera dignement représenté en Pologne. La Fédération Algérienne d'Athlétisme (FAA) a officiellement annoncé la qualification de six de ses athlètes pour les Championnats du Monde d'athlétisme en salle, prévus à la Torun Arena du 20 au 22 mars prochain.

À l'issue de la période de qualification qui s'est clôturée ce 8 mars, les représentants nationaux ont validé leur ticket soit en réalisant les minima requis, soit grâce à leur position privilégiée dans le classement mondial de la World Athletics.

La délégation algérienne pourra compter sur ses fers de lance qui ont réussi à franchir les barrières chronométriques et techniques imposées, parmi, Yasser Mohamed Tahar Triki (Triple saut) : L'un des grands espoirs de médaille, Djamel Sedjati et Slimane Moula (800 mètres) : Le duo de choc du demi-fond national ; Abdennour Bendjemaa (400 mètres) : Prêt à défier les meilleurs spécialistes du tour de piste.

Outre les minima, deux autres athlètes rejoignent l'aventure grâce à leur régularité et leur classement international il s'agit de Younès Ayachi (Saut en hauteur) : Le jeune prodige, détenteur de la meilleure performance mondiale U18, confirme son ascension fulgurante, et Heithem Chenitfe (1500 mètres) : Qui complète cette liste de haut niveau pour l'épreuve de distance.

Un premier grand test pour la saison 2026

Pour la Fédération, cette présence massive témoigne de la vitalité de l'athlétisme algérien sur la scène internationale. Ce rendez-vous en Pologne constitue le premier grand sommet de la saison, où l'élite mondiale se retrouvera pour se disputer les titres planétaires. Nos athlètes auront à cœur de porter haut les couleurs nationales et de confirmer leur statut parmi les meilleurs mondiaux.

Meriem. A



13 °C | °F

Précipitations : 25%
Humidité : 69%
Vent : 8 km/h

Météo
mercredi
Faible pluie

VOTRE QUOTIDIEN SPORTIF

Mounasser®

Mardi 10 Mars 2026

Une liste de 55 joueurs envoyée à la FIFA

Petković prépare le terrain pour le Mondial 2026

À l'approche du stage de mars, marqué par les confrontations amicales face au Guatemala et à l'Uruguay, la Fédération Algérienne de Football (FAF) a transmis une liste élargie de 55 joueurs.

Lydia. K

Ce groupe servira de base d'observation finale avant le rassemblement crucial précédant la Coupe du Monde 2026.

Le chantier des gardiens de but

Le sélectionneur Vladimir Petković a décidé de ratisser large pour le poste de dernier rempart. On note la présence de Gaya Merbah, L'actuel portier de la JS Kabylie, étincelant en championnat. Melvin Mastil, Le gardien du FC Nyonnais (D2 Suisse), prêté par Lausanne. Alexis Guendouz et Zakaria Bouhaffaya : Également présents pour représenter le contingent local.

Sang neuf : Les révélations de la Coupe Arabe et de l'Europe

Plusieurs nouveaux noms font leur apparition, confirmant la volonté de rajeunissement comme Achraf Abada, Le défenseur



de l'USM Alger (ex-ASO Chlef), remarqué lors de la Coupe Arabe, ainsi que Abdallah Laidani Évoluant au FC Nyonnais en Suisse. Victor Le joueur d'Al-Riyadh (Arabie Saoudite). Et Farès Ghedjemis L'ailier droit de Frosinone (Italie), pur produit de la formation de l'ESTAC Troyes.

Les grands retours et les cadres confirmés

La liste marque également le retour de joueurs qui frappent à la porte de la sélection depuis un moment. Tel que Adil Aouchiche (Schalke 04), Ahmed Kendouchi (FC

Lugano) et le défenseur Sahaby Naïr (Guingamp). Amine Gouri (OM), Absent depuis octobre, il fait son retour dans les plans du coach. Et Ismaël Bennacer (Dinamo Zagreb). Baghdad Bounedjah (Al-Shamal) et Nadir Benbouali (Győr) sont également convoqués. Outre les gardiens, le championnat algérien est bien représenté avec Zineddine Belaid (JSK), Naoufel Khacéf (CRB) et Abada (USMA). Un signal fort envoyé aux joueurs locaux à quelques mois du coup d'envoi du Mondial (11 juin - 19 juillet 2026).

Oran

L'ancien arbitre international Mohamed Hansal inhumé au cimetière d'Aïn El-Beïda

La dépouille mortelle de l'ancien arbitre international

Mohamed Hansal, décédé dimanche aux premières heures de la matinée à l'âge de 78 ans, a été inhumé après la prière du Dohr au cimetière d'Aïn El-Beïda à Oran.

L'enterrement s'est déroulé en présence des autorités locales, des amis du défunt, de plusieurs anciens joueurs

et membres de la famille sportive, ainsi que d'un grand nombre de citoyens venus lui rendre un dernier hommage.

L'ancien joueur du MC Oran, Sebbah Ben Yaâcoub, a déclaré que Mohamed Hansal était "le doyen des arbitres algériens". Il a dirigé de nombreux matchs du MC Oran et jouissait d'une grande estime auprès de tous. De son côté,

L'ancien arbitre international Mohamed Zekrini a qualifié le défunt d'"icône de l'arbitrage algérien et l'un des plus grands arbitres qu'ait connus l'Algérie". "Mohamed Hansal était un modèle pour les arbitres algériens. Nous avons beaucoup appris de lui. Il se distinguait par sa forte personnalité et son courage", a-t-il ajouté.

Hakim. T

La 22e journée de Ligue 2 (Gr. Centre-Est)

Le CAB bat le HBCL (2-0) et conforte sa place de leader

Le CA Batna, a conforté sa place de leader du championnat de la Ligue 2 amateur de football (Gr.Centre-Est), en battant dimanche en déplacement le HB

Chelghoum-Laïd 2-0 (mi-temps : 2-0), en clôture de la 22e journée.

Les gars des Aurès ont ouvert le score grâce à Chaïbi (15e), avant que le même joueur ne

récidive pour faire le break et signer un doublé (30e). A l'issue de cette victoire, la troisième de rang, toutes compétitions confondues, le CAB compte désormais 47

HORAIRES DE PRIÈRES ALGER	
Fadjer	05:36
Dohr	12:59
Asr	16:17
Maghreb	18:49
Icha	20:12

Ligue 1 Mobili

L'Olympique Akbou, rien ne l'arrête !



Le promu ne finit plus de surprendre. L'Olympique

Akbou continue son ascension fulgurante dans l'élite du football algérien. En s'imposant face à la JS Saoura (1-0) lors de la 22ème journée, les hommes d'Amar Korbi confirment que leur projet sportif est désormais une réalité qui bouscule la hiérarchie nationale.

C'est sur la pelouse du stade de l'Unité Maghrébine de Béjaïa que les "Bleu et Blanc" ont dicté leur loi. Grâce à une réalisation de l'étincelant milieu de terrain Merouane Mehdaoui dès la 22ème minute, Akbou a scellé le sort d'une rencontre maîtrisée de bout en bout. Ce succès porte la signature du coach Amar Korbi, qui réussit l'exploit historique d'enchaîner quatre victoires consécutives depuis sa prise de fonction.

Le podium en ligne de mire

Avec cette victoire, l'Olympique Akbou totalise 35 points et se hisse à la 3ème place du classement général. Fait notable : le club compte encore deux matchs en retard, ce qui le place virtuellement comme le dauphin du leader, le MC Alger.

Outre le buteur Mehdaoui, la rencontre a été marquée par l'abattage

impressionnant du vétéran Toufik Addadi. Du haut de son expérience, il a rayonné dans l'entrejeu, prouvant que la détermination n'a pas d'âge. Les coéquipiers de Bencherifa se tournent désormais vers leur prochain défi : un déplacement à El Bayadh, le vendredi 13 mars, pour une soirée ramadanesque où l'ambition sera de poursuivre cette série incroyable.

L'émergence d'une "personnalité de champion"

Au-delà des statistiques, c'est la maturité tactique d'Akbou qui impressionne. Face à la Saoura, l'équipe a su gérer son avantage avec le sang-froid des grandes écuries. Ce virage psychologique, insufflé par la rigueur de Korbi, a transformé les ambitions du club : le maintien n'est plus l'objectif, on rêve désormais ouvertement d'une qualification continentale.

La ville d'Akbou et toute la région de la Soummam vibrent au rythme des exploits de leur équipe. Entre une direction structurée, un staff technique discipliné et un effectif mêlant fougue de la jeunesse et expérience des cadres, l'Olympique Akbou est bien parti pour écrire l'une des plus belles pages de l'histoire récente du football algérien.

Salim. D