

釜山世乒赛 马龙刘诗雯领衔“团战”

中国乒乓球队20日上午在京召开媒体通气会宣布2020年世界乒乓球团体锦标赛名单,单项世界冠军马龙、刘诗雯等毫无意外将领衔出征釜山,“00后”小将王楚钦、孙颖莎入选,林高远、王曼昱暂时无缘“团战”。

釜山世乒赛将于3月22日至29日举行,国乒出战名单为:男队的马龙、许昕、樊振东、梁靖崑、王楚钦,以及女队的刘诗雯、陈梦、孙颖莎、丁宁、朱雨玲。

作为东京奥运会前的最后一个世界大赛,国乒将本届釜山世乒赛视作奥运硬仗前的最重要练兵,男、女队主帅秦志戩和李隼表示,本次世乒赛的参赛选拔也是“一切为了东京奥运战略”,除了在年初直通赛中赢得资格的樊振东、

朱雨玲,教练组根据国乒奥运会主要对手打法、球队在奥运会上可能面临的形势,以及国乒队员在2019年大赛中取得的成绩和个人的综合能力,经集体讨论得出釜山名单。

因去年奥地利公开赛期间摔拍的不理智行为,年仅19岁的男乒“超新星”王楚钦被队内禁赛三个月,禁赛期至2月14日结束。“从奥运战略上看,2019年王楚钦首次参加世乒赛单项比赛,就与马龙一起获得男双冠军;下半年王楚钦在单打赛场的成绩也有突破。作为年轻队员,王楚钦拥有年龄优势,技术先进,单打能力均衡,教练组也看重他未来的冲击力与未来发展”,秦志戩解释说,“在过去这段时间里,王楚钦在教练组的帮助以及军训的历练下,深刻认

识到了自己的问题,也触动了他的内心。”

至于林高远的落选,他说:“去年世乒赛以来,林高远在技术和大赛心理上遇到了发展瓶颈,教练组也一直在帮助他突破。根据国际乒联的规定,3月21日前,世乒赛名单可以做出调整。我们希望这段时间内,所有运动员都可以以世乒赛参赛为目标去努力。”

李隼则在回答记者提问时点评了女乒队长丁宁目前的状态,并解释了王曼昱落选的原因。

“王曼昱在成长过程中,人和球上都遇到了困难和瓶颈,特别是2019年下半年。其实我们很多优秀的运动员在她这个年龄段都遇到了这样的困难,经过自己的努力和教练的帮助都成了大满贯。希望曼昱早日战胜困难,承担起女

队的未来。”

“作为大满贯选手,丁宁不管是以往的大赛成绩、综合能力毋庸置疑,大赛经验和比赛抗压能力都很强;作为阵容中唯一一名左手选手,在打法配备上也是球队考虑的重要因素”,李隼说。

之前因伤有所困扰的男乒队长马龙表示身体状况已经恢复良好,接下来的备战工作中希望自己“能够跟上奥运会的强度”;刘诗雯则称,对自己的要求是以东京奥运会作为大的目标,世乒赛作为阶段性任务去完成。

据悉,中国队已于1月17日即国际乒联规定的截止日,上交了世乒赛参赛名单。根据规定,各协会可在3月21日前更改参赛名单。

国足广东集训“一天三练”

李铁:球员达到职业生涯的最高状态

国足在广东集训“一天三练”成为近日的热点。20日,国足主帅李铁接受记者采访时回应,这是为了提高球员克服困难的能力,并帮助他们养成良好的习惯。

“从足球的层面来说,实际上我们完全可以把一天三练变成一天两练,也能达到基本同样的目的,我们是希望通过这样的方式来提高球员克服困难的能力,球员这两周都养成非常好的习惯,基本上10点半、11点就躺床上睡觉了。”李铁说。

国足本月5日抵达广东后,从6日开始正式训练,在两周的训练中,新任主帅李铁对量和质的要求都很高,不少球员反映训练强度非常大。李铁表示,球员在训练中都拼尽了全力,很多球员的体能达到了最佳状态。

“这段时间训练的强度确实非常大,但是我们很高兴看到所有的球员非常努力,基本上都尽了自己最大的能力,而且很多球员通过身体的监测,基本上能达到职业生涯以来最高的一个状态。”李铁说。

李铁表示,通过两周的训练,球员的体重和体脂方面都有很大的进步,他希望能继续保持下去。

当有记者问到李铁新年的愿望时,他笑着说:“尽力做好每一天。”



1月20日,国足主帅李铁观看球员训练。

王霜:未来仍考虑留洋

从“大巴黎”回归国内赛场后,王霜在备战奥预赛冬训期间接受新华社记者专访时,说得最多的是“踏踏实实”和“放平心态”,但这并不代表24岁的武汉姑娘会放松对自己的要求,满足于对抗和节奏都低于欧洲的“舒适区”。

“当然会(加练),因为俱乐部的一些训练要求和量,都还是没有办法跟国家队相比较。回到俱乐部我会去健身房去加练力量,然后自己在球场上练一些个人技术、专项训练。”王霜本月在澳大利亚冬训期间对记者说。

有球迷担心,王霜从欧洲回来,会不会在水平仍需提升的女超联赛中,竞技状态下滑?

对于这样的担心,王霜说,她会将其转化成高标准要求自己的动力,并在全力完成今年国家队奥运会、俱乐部争冠的任务后,不排除未来时机成熟再次加盟高水平联赛的可能。

专注训练 未来再考虑留洋

“我觉得第一个要自己放平心态,然后把这些东西转化为一种前进的力量,踏踏实实在国家队这边去一步一个脚印训练,把自己的身体状态练得更好,先完成国家队任务,然后再回到俱乐部(去努力)。”王霜说。

在去年法国世界杯上,作为唯一的海归球员,王霜被寄予厚望。外界希望她能帮助中国女足取得佳绩,但全队最终止步16强。回忆起世界杯后至今的半年时间,王霜说,自己踏实很多,状态也在提升。

“对我来说遗憾挺大的,毕竟是四年一次的世界杯。自己在前期准备的时候,因为各种原因也没有能够参与全队集训。从法国回来以后,跟着团队一起训练、比赛,我整个人的心一下子就踏实下来了,就能够很专注去参加训练,去准备某一个阶段的比赛。这样会让我很踏实,也能够去释放出自己的状态。”她说。

在24岁的年龄,王霜已经是国家队主力,还有在欧洲比赛的经历,这预示着她的生涯仍有潜力。当被问及未来如果有合适的机会是否再次接受海外联赛的挑战时,王霜给出了肯定的回答。

“当然,还是想出去看看。”她说。不过,现阶段她全部精力将放在下月开打的奥运会预选赛。

奥运会希望进球

4年前的里约奥运会预选赛,王霜在第二场对阵朝鲜女足的比赛中,在伤停补时打入点球,帮助球队逼平对手,拿到关键的1分。两战一胜一平的中国女足随后连克日韩,成功在残酷的“6选2”名额之争中突围,时隔8年重返奥运会。

“我觉得时间过得特别快,我的第一次奥运会,20岁,现在我已经24岁了,承受能力、各方面条件也会比那时候好一些,包括现在整个队的训练、各方面的状态,精神状态都是要更好一些。觉得最关键的还是心态和精神状态,决定那个奥运会(资格)。”王霜说。

谈到接下来在武汉举行的奥预赛,王霜说:“对每一名球员来说,肯定会尽200%的努力去拿下每一场比赛,我们希望能够全胜。”

如果能如愿打进奥运会,王霜说:“其实还是很希望在奥运会当中取得进球,再一次去证明自己,去展现出自己真正的实力出来。”

本版图文除署名外均据新华社

1064天的等待 邹雨宸终于回来了

1064天的等待,邹雨宸终于回来了“让我们把掌声送给八一队的邹雨宸,这是他时隔3年再次出现在CBA赛场,十字韧带断裂,3年的时间……”伴随着吉林主场MC的致敬,中国男篮队员邹雨宸久违的复出,成为了第29轮CBA最值得纪念的瞬间。

出场16分钟得到4分6篮板1助攻1盖帽,和三年前场均16.3分、8.6篮板、2.4盖帽的数据相比,邹雨宸的表现或许并未有多亮眼,但为了重回赛场的这一刻,他已经忍受了太久的煎熬。时隔1064天之后,邹雨宸终于回来了。

归来,一切都不一样了

2017年夏天,邹雨宸代表中国男篮出战热身赛时左膝十字韧带撕裂,又在2018年夏天为了备战亚运会,在并未完全康复的时候着急复出,左膝再次遭受十字韧带撕裂……

3年的时间,邹雨宸在受伤、治疗、复健、复出、受伤的循环中沉寂,鲜有音讯。

而八一客场挑战吉林队的比赛,时隔3年再次站上CBA赛场的首秀,邹雨宸有了很多变化。

不再是过去干净的面庞,邹雨宸的脸上蓄起了胡须,肩膀上缠满了肌肉贴,身体看起来也比原来壮了一些。

比赛首节还剩2分28秒,邹雨宸被替换上场。

他的横移速度变慢了,高位挡拆也没有原来那般结实;在八一队的进攻体系中,他和队友跑位重叠,似乎一度并没有十分清晰的位置,先后几次失误,游离在全队的进攻体系之外。

终于,在比赛进行至首节还剩1分57秒时,邹雨宸站上罚球线,用罚球的方式取得了

本赛季的首分,他和队友击掌时,阿尔斯兰还特意拍了拍他的头。

身体虽未完全处在最佳状态,比赛感觉也需要慢慢寻找。

直到比赛第四节,邹雨宸对崔晋铭送出一记结结实实的遮天大帽,瞬间让人穿越回三年前——他还是那个初出茅庐就获得了联赛盖帽王的少年,他曾是场均得分、篮板、封盖全部位列全队第一的希望之星。

3年的时光,真的改变了很多……

左膝两次大伤,赔上3年时光

把时间拨回到2017年夏天,当时中国男篮还是红蓝双国家队,邹雨宸被选入红队,刚从美国特训回来的他马不停蹄地前往国家队报到,出战红队与伊朗队的第二场热身赛。

与伊朗队内线对抗的压力大多落在了邹雨宸的肩上,而他在身体疲劳的状态下,8分钟内8投6中得到12分2篮板,顶住了伊朗队内线的冲击,但却因此而受伤离场,赛后传来了他左膝十字韧带撕裂的消息。

2018年,中国男篮红队备战亚运会,想要为国征战的邹雨宸又在身体状况并未完全允许的情况下着急复出,却旧伤复发,这让他直接无缘亚运会,也错过了2019年的男篮世界杯。

从2017年到2020年,邹雨宸“蹉跎”了3年的时光,而那三年,对于邹雨宸来说,原本应当是正处于涨球期的他职业生涯的黄金3年。

他曾被李楠评价为“未来很有潜力”,也是跟随宫鲁鸣征战里约奥运会时中国男篮阵容中效率仅次于易建联的球员,更被宫鲁鸣称赞“奠定了未来内线组织的基本框架”,连国际篮

联专栏作家保罗·肯尼迪都认为,邹雨宸会是中国男篮未来十年当之无愧的球星。

伤病,改写了他的职业生涯的轨迹,但这就是他的风格——不计后果、做好自己,“我就是敢打敢拼,上场了就干就完了,很简单。”

“别急,该来的总会来的”

现在,邹雨宸24岁了,他还年轻,他要努力追上曾经的自己。

3年的时光,用邹雨宸自己的话说,除了篮球,治疗、复健就是他生活的全部,尽管伤病让他无球可打,但他也在这漫长的等待中逐渐变得成熟。

“大家现在看着我,会觉得‘真好,这样还能坚持’,或者是‘还在一直努力’。”

当然,这一条回归之路还有很长的时间要走,而回到了八一队,在这个没有外援的集体中,国内球员可以获得更多的上场时间,也能让邹雨宸慢慢找回状态。

更何况,这个集体中还有始终支持他的“鄧哥”。在和吉林队的比赛结束后,王治郅在赛后采访时特意提到了邹雨宸的回归,“他这三年经历了很多,为了他能够复出,我们也一直在努力,希望他能够恢复好身体,为中国篮球做新的贡献。”

或许,这也是支撑邹雨宸回归、追求曾经的自己的动力,“奥运会让我印象深刻,是一个很宝贵的经验,让我在这种国际大赛的舞台上展现自己,也看见了全世界最顶尖的运动员是怎么打球的。”

关于自己的未来,邹雨宸说,“别急,该来的总会来的。”

澎湃新闻