

# 奥巴梅杨队友试训申花

## 恩杜姆布：中非混血、曾是马赛青年队队长，加蓬国脚

亚历山大·恩杜姆布  
Alexander N'Doumbou  
出生日期：1992年1月4日  
出生地点：加蓬让蒂尔港  
身高：1.77米 体重：66公斤  
位置：中场 惯用脚：左脚

西班牙当地时间1月7日，申花马贝拉冬训进入到第三天。首名试训球员出现在申花的训练场上，与球队一同参加了下午的分组对抗。据了解，这名中非混血球员名叫亚历山大·恩杜姆布。

当地时间1月7日中午时分，恩杜姆布抵达了球队所下榻的酒店。没做多长时间休整，简单休息过后，他就身穿申花队服出现在训练场上，全程参加了慢跑和分组对抗的训练。从首堂训练课内容来看，恩杜姆布出现在了后腰位置，这是他所擅长的位置。未来几天，他都作为试训球员跟随申花进行合练，接受主教练弗洛雷斯的考察。



恩杜姆布接受弗洛雷斯的考察

本版撰稿 本报记者 陈艳婷

亚历山大·恩杜姆布(Alexsandar N'doumbou)，出生于1992年，身高1.77米，拥有加蓬和中国血统，场上可胜任中场的多个位置，包括边锋、后腰、前腰。在足球经理游戏中，他是众多中超联赛玩家的宠将。目前，恩杜姆布效力于保加利亚超级联赛的韦列亚队，上赛季共代表球队在保加利亚超级联赛中出战15次，他和韦列亚方面的合同将在半年后到期。

中非混血恩杜姆布的故事要从1988年说起，恩杜姆布的父亲老恩杜姆布远赴重洋，来到中国求学，就读于浙江农业大学，年轻时的老恩杜姆布曾作为队长，两度率队获得浙江大学足球联赛的冠军。在一次朋友的生日聚会上，老恩杜姆布结识了亚历山大的母亲——一名来自艺术学院的中国姑娘。据报道，恩杜姆布的母亲身材高挑，曾在大学时期兼职模特。于是，两人一见钟情，并在1990年9月举办了婚礼。

大学毕业，老恩杜姆布带着妻子一起回到了加蓬，而儿子恩杜姆布在1992年降生于加蓬第二大城市让蒂尔港。亚历山大从小继承了父亲的足球天赋，6岁时便进入加蓬老牌球队AS苏加哈队进行青训，为了儿子能有更好的发展，2004年，老恩杜姆布带着儿子去了法国，在那里渴望获得更为先进的足球训练。恩杜姆布先后在卡庞特拉和马尔蒂盖进行青训，2006年，恩杜姆布成功加盟马赛青年梯队，并以马赛U17青年队队长身份率领球队获得2008-2009赛季法国U17青年联赛的冠军。

2011年，19岁的恩杜姆布被租借到了法丙奥连斯，出场21次打入三球。接着，亚历山大引起了加蓬足协的关注，先是被招入到加蓬国家队，接着又火速上调加蓬国家队。2009年11月，恩杜姆布曾经被召入加蓬国家队集训名单，但没有获得出场机会。2011年2月9日，恩杜姆布在加蓬和刚果民主共和国的比赛第73分钟替补出场，第一次代表成年国家队亮相。2012年，他和目前效力于阿森纳的奥巴梅杨一起代表加蓬国家队征战了伦敦奥运会。

## 去年年底拿到中国国籍，不占归化球员名额

有媒体报道，早在恩杜姆布还未成年的时候，他就吸引了一些中国经纪人的目光。16岁时，他曾代表加蓬青少年队，在友谊赛中对阵过中国国少队，对几名球员印象深刻，但并不知道名字。在场的很多中国教练也对他产生了兴趣，但是由于当时相关政策，未能成行。中非混血的恩杜姆布曾多次随父母回国探亲，其本人之前在接受采访时也曾表示对参加中国联赛非常感兴趣。

此前，中国足协确认将积极推进外籍球员的归化，主要的措施是试点

归化一些足球技术比较高的优秀外籍球员来参加中超联赛。申花作为试点俱乐部之一，拥有归化球员的试点资格。关于归化球员，一个非常重要的环节就是相关的政策。目前，中国不允许持有双重国籍。据《国籍法》的相关规定，外国人申请加入中国国籍，需要满足拥有中国国籍的近亲属，定居在中国8年以上，以优秀人才身份“特批”引进三个条件之一。不过，根据国际足联的相关规定，归化球员不能代表两支国家队参赛，其次要满足如下四个条件之一：本人出生在该国；其父或其母

出生在该国；其祖父或其祖母出生在该国；年满18周岁后，在该国连续生活超过五年以上（且没有为其他协会的国家队效力经历）。

综上所述，此前曾与申花传出过“绯闻”的瑞士籍华裔球员杨明阳符合归化球员政策，但是杨明阳在去年初赛季前球队试训过一段时间，在与济州联的热身赛上场20多分钟，试训结束后离开球队，没有了下文。

恩杜姆布此次试训申花，让外界不免将其与归化一事挂钩，不过，恩杜姆布虽不满足归化球员条件，但这名

加蓬华裔国脚出生时曾申领过中国护照及户口，通过“恢复国籍”的方式向有关部门提交了申请后，去年年底已经获得中国国籍。因此，如若恩杜姆布能够通过训练表现获得弗洛雷斯的赏识，有望以中国国籍直接登陆中超赛场，无需再以归化球员身份加盟。

每逢球队冬训时，总会有多名球员前来试训，目前恩杜姆布与申花只是接触阶段，未来仍然存在一定的变数。最终能否如愿，完全取决于恩杜姆布自己的表现，以及弗洛雷斯对他在试训期间表现的评价。



## 饮食效仿西甲标准 热身首战凯泽斯劳滕

目前申花已经确定了三个热身赛对手，1月17日，也就是申花抵达马贝拉两周后，申花将与德丙球队凯泽斯劳滕俱乐部进行一场热身赛；1月20日，申花将与罗马尼亚劲旅布加勒斯特星进行热身赛；而在美国职业大联盟球队新英格兰革命队官方公布的热身计划中显示，他们将在1月31日与申花进行一场热身赛。

抵达西班牙的这几天，球队一直保持着一天两练的节奏。几乎每天的作息都非常规律，早上8点半起床吃早饭，随后球员在体能教练奥斯卡的带领下，分成两批进行体能测试。

此次体能测试一共持续三天，据体能教练奥斯卡介绍，体测的最终目的是为了根据每一名球员的身体情况来控制之后的训练节奏和强度。“过去三天我们都对球员做了体能测试，第一天比较简单，目的就是测试找到球员的匀速心率。第二天的测试目的是想要得知队员们的最高心率，通过这两组数据可以得出很多的结论，通过这些数据我们也可以控制每堂训练课每个队员的训练节奏和训练强度。”

在欧洲，大多数球队的冬训时长会控制在两周左右，而中超球队的冬训时长一般都是一个月左右，初次执教中超球队的弗洛雷斯团队也为此制定了全新的冬训计划。奥斯卡表示，球

队的体能储备阶段中除了要保证训练的强度之外，也要保证循序渐进的过程。“的确，我们的训练时间比较长，在为期一个月的时间里，我们的训练强度也会由弱到强、循序渐进。期间也会安排休息日，尽量避免伤病的发生。”

关于球队冬训期间的饮食，教练组也进行了把控，严格按照西甲球队冬训期的餐饮标准安排。和去年冬训一样，在球队下榻的酒店餐厅内，像火腿、培根等一些高热量食品都是严禁上桌的，球队的主食不是米饭就是意大利面，蔬菜沙拉也是随处可见，肉食主要是鸡胸肉等低热量食物为主，即使是中午的牛排，也是酌量放入了油和盐，让人毫无食欲。如此清淡的菜式让一些刚去马贝拉的球员已经出现了难以适应的情况，纷纷怀念起家乡的美食。新援吴毅臻表示：“西班牙这边做菜，油普遍都放得很少，可能从味道上来说确实一般，但对于职业球员肯定是有好处的。”

餐饮管理同样是球队保证冬训质量的一大重要基础，申花俱乐部相关人士表示：“严格控制球队饮食早已是球队这么多年来一直延续的传统了，冬训是全年中最重要的一个阶段，尤其是在体能储备阶段，这相当于是打基础，如果体能基础没有打好，特别是因为乱吃东西影响了训练备战，那将是得不偿失。”

此外，目前申花已经确定了三个热身赛对手，1月17日，也就是申花抵达马贝拉两周后，申花将与德丙球队凯泽斯劳滕俱乐部进行一场热身赛；1月20日，申花将与罗马尼亚劲旅布加勒斯特星进行热身赛；而在美国职业大联盟球队新英格兰革命队官方公布的热身计划中显示，他们将在1月31日与申花进行一场热身赛。除了这三支已经确定的热身赛对手外，申花计划还将在马贝拉与两三支球队进行热身赛，供主帅弗洛雷斯磨合和考察队员阵容。



申花在马贝拉训练