

我和进球有个约定

场下的约尼奇是个极其安静的人,午后喝上一杯咖啡,望着街上人来人往,寻找素食餐厅,品尝墨西哥、印度等不同口味的菜……构成了他足球之外的全部乐趣。约尼奇又是随性的,比如不顾家人抗议而执意蓄胡。“我觉得这样看上去挺不错的。”不得不承认,他的大胡子形象已经深入人心,给人一种从油画中走出来的感受。

专题撰稿 本报记者 丁梦婕

“想获得更多射门机会”

东方体育:前几天的热身赛当中,你有一粒击中横梁的头球,现在你有没有感觉踢得更自如了?

约尼奇:其实我现在的感觉和之前是差不多的,没什么不一样。此后的九场比赛当中,我希望自己能够获得更多的射门机会,也希望可以收获进球。这是我在之前的J联赛当中曾经做到过的,所以在中超赛场上,我相信自己也可以做到。

东方体育:在大连集训期间,大家都反馈练得很辛苦,你感觉怎么样?

约尼奇:感觉还可以。这次训练当中体能训练占据了相当一部分,这样的训练是很正常的。等到接下去的正式比赛开始之后,我们就没有什么时间进行调整了,也不可能再去进行体能方面的训练了。所以这段时间累一点是很正常的,是我们应该承受的。

东方体育:根据前五轮比赛的情况,球队如果想要达到赛季目标的话,接下去有哪些方面是需要注意的?

约尼奇:我认为接下去赛程中开头两、三场比赛对我们来说最为关键。后续我们并没有足够的时间去进行调整,如果在前面两三场比赛中获得好的成绩的话,就得到了一个好的开局,球员也会因此收获信心。而且我们队里老队员比较多,如果顺利度过开头几场比赛的话,对于球队后续的轮换也会形成优势。

东方体育:中超的竞技水平和你之前所想象的一样吗?

约尼奇:在来之前,我只有和中超球队交手的经历,对中超联赛到底是什么样、整体的竞技水平都没有什么概念。来了之后,我有了画面感,感受也就更加清晰了。经过前五场比赛之后,我觉得我们球队在之后可以做得更好,未来的比赛当中各方面都可以更进一步。

东方体育:有球员评价中国有些地方的足球硬件设施比欧洲的要更优秀。从你过往的经验来看,中超的足球环境相比K联赛、J联赛有优势吗?

约尼奇:如果要做这样的比较,具体还是要看不同球队的情况。像我之前在K联赛(仁川联)效力的时候,条件非常艰苦,相应的设施并不完备。球队日常训练的地方只有会议室、医疗室,甚至都没有自己的更衣室。到了J联赛(大阪樱花)效力时,足球设施应有尽有,就没有之前的情况了。在申花,条件也都是很好的。

“在上海我喜欢去探店”

东方体育:在上海的生活怎么样?喜欢去哪些地方?

约尼奇:没有怎么出去过。因为目前我的家人没有过来,所以对我来说生活并没有什么特别之处。一个人在上海的日常就是偶尔去街上找找咖啡馆和餐厅,一个人喝杯咖啡、吃顿晚餐。家人不在身边,我也就没有什么动力去做一些额外的事情了。

东方体育:因为你是素食主义者,在比赛和集训期间,吃饭这方面有没有什么不适应的地方?

约尼奇:集训和比赛期间都没有碰到什么问题。对于我需要的食谱,俱乐部都会为我准备好,给予了我帮助。

不过来到大连以后,这三周每天的食物都是一样的,受条件限制没法更换口味,会感觉乏味一些。当然对于每个人,情况都是一样的。

东方体育:在上海找到了心仪的餐厅吗?

约尼奇:我平时确实喜欢探店,寻找不同的餐厅,比如墨西哥餐馆、印度餐馆,因为这些餐馆都有专门为素食主义者提供的菜单。我比较喜欢去不同风格的餐厅尝试一下不同的菜品。

东方体育:你认为是饮食习惯的改变帮助你保持状态的吗?

约尼奇:我研究了很多文献,探索了有关“素食主义”的好处之后,决定改变饮食习惯开始只吃素食的。这一习惯有可能是可以帮我保持状态的,但也有可能不是这个原因。总之改变饮食习惯以来,我个人感觉很不错。

东方体育:是否方便透露为什么留起了胡子?其中有什么故事吗?

约尼奇:没什么故事,我有时候是长胡子,有时候是长头发,只是想换个造型。就让它长着,我自己觉得看上去挺不错的。

“朱辰杰是很有天赋的”

东方体育:离开大阪樱花的时候,你曾说这是你当前年龄寻求新挑战最后的机会,为什么这样说呢?

约尼奇:因为我的年龄即将跨入30岁的门槛。如果按照之前的状态,在J联赛再踢个一两年,就会直接跨入职业生涯的暮年。那时候我就问自己,是不是应该去新的地方试试呢?为什么不接受一下新的挑战呢?这就是我愿意来到中国踢球的理由,就想在这里感受一下和之前不同的经历。

东方体育:你会如何向曾经的球迷介绍自己在这里的情况?

约尼奇:当然是很棒的感觉,我们球队很好,我在这里一切都好。

东方体育:在大阪樱花时,你是J联赛最佳防守球员,在你的搭档中曾有一名出生于1999年的小将,他后来当选了2020年J联赛最佳新人。可以说说和他之间的故事吗?

约尼奇:他是一名既年轻又很有天赋的球员,他具有良好的精神品质,始终在渴求进步,和我在一起搭档的过程中,我认为自己作为前辈确实是给予了他不少的帮助。我会在和他的交流中指导他,告诉他一些经验,我相信他从我身上学到了很多。

东方体育:在申花有一名更年轻的、出生于2000年的小将,他最近刚刚复出,你对他印象如何?

约尼奇:朱辰杰刚刚伤愈,我们目前的搭档时间还很短。但是在这极为有限的时间内,通过训练和比赛的质量都可以看出,他是一名很有天赋的球员。希望之后在苏州,我们能通过比赛多多交流和合作,好好磨合一下。

东方体育:你觉得对于一名中后卫来说,职业生涯的黄金年龄是什么时候?一名中后卫要经历什么样的磨练才能真正成熟?

约尼奇:一般来说,30岁到33岁之间算是中后卫的黄金年龄。但现在没有一个明显的界定,因为要根据个人不同的情况来判断。中卫的成长过程中,最重要的还是要看他身边的搭档,如何从有经验的搭档身上取经,就是

走向成熟的一个重要标志了。

东方体育:有没有想过在中超也冲击一下连续多年的“全勤王”这样的称号或是其他目标?

约尼奇:中超难道有“全勤王”奖项吗?过去两年我确实从来没有缺席过J联赛的任何一场比赛,不过在来到中超以后,我并没有这方面的明确目标。对于我来说,我所想要做的就是尽力调整好自己的状态。现阶段的赛制很特殊,三天一场比赛的强度非常高,我必须尽量保持最好的状态,同时避免受伤或者因其他原因缺席的情况。

“曾经以为崔导很吓人”

东方体育:你和崔导相识多年,此前是对手,现在是同事,他带给你的印象和之前有什么不同?

约尼奇:当然有很大的不同。此前在K联赛作为对手,我看着崔导的执教方式,真的觉得他有点吓人。就感觉他非常严厉,是个铁腕人物。不过我来到这里以后,因为这里的环境对于崔导来说也是全新的,我感觉崔导本身也需要重新适应和融入,但同时特别注重对于球队的管控,所以他的风格也发生了一些许的变化。我感觉他相比以前更加平易近人了。

东方体育:你是他钦点加盟中超的,到队后你们的交流频繁吗?他希望你你在球队发挥出什么样的作用?

约尼奇:每次比赛完,我们私下都会进行一些交谈,主要是针对比赛和技战术方面的问题进行详细的讨论。我和崔导之间没有秘密,如果有什么问题,我们一般会直接在球场上交流并解决,彼此之间都不会有所隐瞒。

东方体育:你和队友之间会因为语言不通产生障碍吗?如何克服?

约尼奇:有些时候是会有交流方面的困难,但因为都是很小的问题,所以不存在障碍之说。最重要的是,大家都是足球人,足球就是我们的共同语言。因为足球,大家都彼此相通。语言障碍是可以通过足球本身来解决的。

东方体育:因为暂时还没有机会感受主场氛围,你对申花的主场是否有所了解?

约尼奇:还没有什么机会去了解。一直忙于比赛和训练,我现在都还不知道主场是什么样的。我来到球队的那一刻就非常期待主场的比赛,希望有机会可以亲眼看一看我们的主场,也希望可以尽早去主场打比赛。

东方体育:此前是否经历过封闭赛会制的比赛?这样的比赛对于球员是怎样的一种考验?

约尼奇:我职业生涯以来从来没有经历过这样的赛制。这样的赛制对于我个人来说,我认为唯一的问题就是比赛没有主客场之分。苏州离上海比较近,来现场为我们加油的球迷比较多,有些场次接近我们的主场,能够让我感受到主场氛围,但毕竟那里不是我们的主场,我觉得就是最大的考验。

东方体育:申花球迷对比赛已经期待许久,你对他们有什么想说的吗?

约尼奇:很期待我们可以众志成城,一起为了胜利的目标而努力并回馈我们的球迷。他们大老远过来看比赛是为了享受胜利的感觉。我希望有更多球迷可以到现场来支持我们,如果我们获得胜利就可以一起庆祝了!

独家
专访