

许昕“传帮带”，提前进总决赛

本报记者 程超 发自新疆乌鲁木齐

上海地产集团乒乓球队早在8月27日便开启了出征行程。当天清晨，球队在沪队员与教练组率先从崇明训练基地出发，前往上海虹桥国际机场，随后搭乘航班飞往乌鲁木齐。历经近五个小时的飞行，这支队伍于当日下午顺利抵达乌鲁木齐天山机场。考虑到队员们的行程差异，本阶段球队采取“兵分多路”的集结方式，许昕、赵钊彦二人直接从上海启程；赵子豪、孙正则从北京搭乘直飞航班前往新疆；而周恺因需先在舟山参加中国大学生乒乓球锦标赛超级组赛事，直到8月28日晚间打完最后一场比赛后，才马不停蹄地赶赴乌鲁木齐，最终在赛前顺利与球队会合。

跨地域奔波难免消耗体力，因此上海地产集团乒乓球队在抵达乌鲁木齐后，并未急于展开高强度训练，而是选择原地休整，让队员们先适应当地的气候与作息。直到正赛前日上午，球队才进行了本阶段赛事唯一的赛前场地适应训练。不过，训练前的通勤安排也给球队带来了小挑战：队员们的住宿地与比赛场馆相距超过10公里，若遇上早晚高峰堵车，单程通勤时间便会超过30分钟，这对球队的赛前时间规划提出了更高要求。更关键的是，乌鲁木齐地处高海拔地区，低气压环境会使乒乓球的飞行阻力与弹跳轨迹较平原地区产生明显差异，这种“赛场变量”对球员的击球节奏、力量控制乃至战术判断都提出了全新考验。

正因如此，上海男团当天的训练课重点围绕“适应”展开，以熟悉球台弹性与场馆空间环境为核心目标。训练中，队员们两两分组展开对抗：许昕与孙正搭档练习，赵子豪则与赵钊彦配合磨合，全队共同完成了长达90分钟的适应性活动与技术训练。其中，在第二阶段赛事中表现抢眼的赵子豪，还在训练最后阶段着重进行了

8月31日，2025中国乒乓球俱乐部超级联赛第三阶段继续在新疆乌鲁木齐进行。沪上三支军团——上海地产集团、上海龙腾、华东理工大学在本赛段均有不俗发挥。

双打项目目前三板衔接的针对性强化训练，力求在关键得分环节抢占先机。

而作为队中核心老将的许昕也在训练间隙主动停下脚步，与年轻小将孙正交流。他结合自身多年的大赛经验，不仅分享了应对高海拔赛场的技战术细节，还叮嘱孙正如何在高强度赛事中调整心态，用“传帮带”的方式助力年轻队员快速融入赛场节奏。

首轮比赛，由于队伍人员不够齐整，上海地产集团面对上届冠军山东魏桥派出了赵子豪、孙正、赵钊彦这套全新阵容。超级金满贯得主樊振东因参加德甲联赛而缺席第三阶段赛事，使得这场原本星光熠熠的对决，在看点与话题上难免打了折扣。从纸面实力来看，山东魏桥作为上赛季乒超联赛冠军，阵中云集了多位一线球员，整体配置均衡且实战经验丰富，赛前被普遍看好占据优势。久别赛场的王楚钦在本场比赛迎来了首秀，谈到了近期的休赛调整，他表示：“从世锦赛到日本的一系列比赛，整个节奏都非常紧凑，大家一直在忙碌奔波，持续消耗着封闭训练积累的底子。在日本打完比赛后，明显感觉到自身的能力、基础以及精气神都渐渐消耗得差不多了。所以跟王皓指导沟通后，希望能有一个调整缓冲的时间，从精神和训练方面重新找回扎实的基础，以更好的状态面对后续比赛。”



上海男团提前两轮晋级总决赛 居功至伟，许昕提前“回家”当奶爸

昨天，本阶段乒超联赛进入到第二个比赛日。上海地产集团队凭借许昕、周恺、赵子豪三位主力的合力攻坚，以3比2战胜安徽中超单招基地队，成功拿下两连胜。通过三个阶段全队的努力，提前两轮获得了进入总决赛的资格。

赛后，许昕在个人社交媒体上更新了一条主题为“回家”的动态。据《东方体育日报》记者独家获悉，许昕早在本赛季乒超联赛第三阶段开赛前夕，便已向队伍申请了阶段性休整。在助力球队稳稳拿下两场关键胜利、为晋级总决赛奠定坚实基础后，这位身经百战的老将终于决定给自己留出一段调整时间。

事实上，从乒超联赛第一阶段到第三阶段，许昕始终在伤病困扰下坚持征战。对老将而言，最大的挑战莫过于体能与精力的双重透支。这份坚守，既是对他意志品质

的磨砺，也为队中年轻小将树立了鲜活榜样。更为关键的是，参加本次乒超联赛，不仅让许昕提升了竞技状态，更通过与国手、后起之秀的实战对决，进一步打磨了技战术细节，为后续训练与赛事储备了更扎实的状态。

从上海地产集团俱乐部的战略角度来看，在球队已稳获总决赛资格的前提下，教练组计划在后续赛程中为更多年轻队员提供上场历练的机会。孙正、赵钊彦等小将在前几个赛段的出场时间相对有限，而乒超作为国内规格最高的乒乓球赛事，赛场云集了各路顶尖高手，正是新人积累实战经验、提升竞技状态的绝佳平台。让年轻队员在这样的高水平对抗中感受赛场氛围、锤炼心理素质，对球队的梯队建设有着长远意义。

此外，熟悉许昕的人都知道，他

有两个可爱的孩子。9月1日正是中小学开学的日子，在为球队倾尽所能、立下战功后，这位“超级奶爸”也不想错过孩子成长中这一重要时刻，用陪伴弥补赛场之外的家庭时光。

这样的人员调整，更折射出上海地产集团团队上下一心的团队精神。目前全队以备战全运会为核心目标，无论是老将适时休整、蓄力待发，还是小将登场历练、快速成长，都是队伍基于全运会周期制定的科学布局。从布局海外高水平联赛到深耕国内顶尖赛事，上海男团的全运会备战思路清晰，既保障核心主力以最佳状态冲击关键赛事，又通过实战打磨年轻队员，完善阵容厚度与结构层次。在默契的团队协作中，每位队员都在各自位置上发光发热，共同为球队的长远目标稳步迈进。



长中的重要时刻
「超级奶爸」不想错过孩子成长

赵子豪 从“气氛担当”到“得分核心”

经过一个比赛日的调整，上海地产队在第二轮面对安徽中超单招基地派出了目前全力阵容。赵子豪一人独得两分为球队首胜立下了汗马功劳。从第二阶段开始，赵子豪在多场比赛中为球队立功。面对第二阶段曾输给过的牛冠凯，赵子豪直落三局完成“复仇”。赛后他总结道：“我和牛冠凯在队里水平差不多，谁赢谁输都很正常。再次交手，自己抱着冲击对手的心态去准备这场比赛。大家都不太适应高原环境，稳住心态才能更好发挥。”

在球迷固有的“刻板印象”里，一向以幽默风趣著称的赵子豪，多数时候是队伍中的“气氛担当”。但随着樊振东远赴德甲参赛，赵子豪扛起

了球队“一单”的重任。尽管每次赢球后，他总说是自己“运气好”，但现实是赵子豪会在他人看不见的地方默默努力，在球队最需要的时刻，总能勇敢地站出来。一向不爱说话的周恺在混采区里，同样表达了当下全队上下需要拧成一股绳，“通过比赛不断总结，希望能为队伍贡献一份力量。”

本场比赛中，裁判员多次对发球进行了判罚。比赛结束后，经验丰富的许昕用行动诠释着团队协作的意义。他特意向教练组要来几颗乒乓球，一边指挥队友围站在鹰眼设备旁观察，一边走到比赛球台旁专注进行发球练习。谈及此举的初衷，他透露比赛结束后自己特意去了解“鹰眼系统”的判罚视角，在与裁判长沟通明

确方向后，不仅会关注自身发球是否规范，还会留意其他运动员的比赛，例如第五场赵子豪与郭勇的对决，皆因对相关规则尚需深入理解。许昕直言，他坚信全运会必将启用鹰眼系统，这一技术对运动员的发球规范性提出了更高要求，“一旦发球被挑战成功，后续发球的压力会非常大，所以每个选手都必须主动规范自己的动作。”

即便坦言“未来比赛机会不会太多”，许昕仍秉持严谨态度，强调“哪怕不参与赛事，也要多了解规则”。在他看来，熟悉规则的意义不止于约束自己，还能灵活应对赛场变化，“要是接发球不顺，想通过挑战鹰眼缓一缓节奏，相当于争取到一次‘暂停’机会，合理运用规则也是赛场智慧的体现”。

