

阿瑙托维奇力全开 请看我的

独家揭秘

相比于进球，如今更让外界注目的是阿瑙托维奇在比赛中的勤勉态度，以至于看过那场比赛的球迷都无不期待着，想在新赛季中看到以往印象中的阿瑙托维奇。

本版撰稿 首席记者 刘闻超

转会？百分之百不可能

本月初，上港开赴迪拜进行“二次冬训”，对阿瑙托维奇而言，这也是一种不同的经历。当然，在出发之前，阿瑙托维奇就通过视频，对中国球迷以及中国送出了自己的祝福：“武汉加油，中国加油，相信大家一定可以战胜这次疫情，我们在一起，时刻关注。”这个平日里看上去特立独行的大个子，实则是个热心肠。悉尼冬训第一天，刚刚来到训练场不久，阿瑙就自己走上场地试了试草皮情况，结果在队友们从更衣室出来时，他就提醒大家：“稍微有点硬，注意一下脚下。”来到上港半年了，阿瑙正越来越融入这个集体。

“上个赛季我是在中途加盟球队的，对我来说，那个时候正好是英超休赛期，我正处于度假的状态当中，来到球队之后，等于也是一边比赛，一边在恢复状态，整个情况并不是最好。”阿瑙说，“对我来说，这是第一次和球队在一起进行冬训备战，准备期的训练非常重要。”

事实上，在上个赛季后半段，阿瑙已经逐渐让人看到了其状态提升的迹象，光是体重就减掉了六公斤，跟随奥地利国家队收获欧洲杯资格后，阿瑙也没有放松下来，直到上赛季中超落幕。最后一轮比赛中，他独进四球，看似轻松，背后其实也有个人身体和状态调整后的原因。

这个冬天，阿瑙的训练质量不错，与武里南联的资格赛上，他不仅自己进了球，还多次策动攻势为队友创造机会。更重要的是，阿瑙的跑动范围明显增大，甚至还有几次回防到本方禁区前，这些表现在球队与悉尼的热身赛上，已经有所体现：“一方面肯定希望疫情尽早结束，另一方面，也是希望看看新赛季的他会有怎样的表现。”队友们多少开始期待起来。

至于阿瑙自己，除了备战，目前的确毫无心思理会转会窗口期间的各种流言，他的哥哥兼经纪人达尼耶尔日前就驳斥了有关自己弟弟的绯闻，“不用担心，他现在没有在度假，我可以百分之百排除转会的可能，这一直都是些无聊的传闻，他会留在中超，上港不想外租他或者出售他。”

重回巅峰少不了充电宝

整个冬训期间，阿瑙经常会和队医埃杜交流一番自己的身体状况，对于这名球队的医务组负责人，阿瑙相当信任，事实上，在加盟上港之前，阿瑙最先见到的球队工作人员，正是埃杜。

“去年7月在他与上港签约的时候，我飞去伦敦，为他做了一个非常全面的体检，耗时两天。”在接受奥地利媒体采访时，上港队医、有着“充电宝”之称的埃杜说道，“我们几乎对他身体上的一切地方都做了MRI（核磁共振），他的脊椎、臀部、腿部、膝盖和脚踝以前似乎都受过伤，我们用心电图检查了他的心脏，看看是否存在问题或是否需要干预，但是他没有这方面的问题，一切都很好。”正是在这次详尽的体检通过后，阿瑙与上港之间才最终完成牵手。

加盟上港后，阿瑙在代表球队出战的前几场比赛中表现出色，不过期间他也受到了一些大腿内侧肌群问题的困扰，只是需要看到的是，阿瑙最初踢的那几场比赛，正值一年当中最为炎热的夏季战役，并且他的身体刚刚从近六周的度假状态当中归来，类似这些肌肉反应实属正常，而当赛季进入到尾声时，阿瑙的

状况越来越好。

在埃杜眼里，这些也离不开阿瑙自己的努力：“他性格很坚定，具有积极性，这使得他对自己的工作充满信心，他的工作表现很好，总是训练并且尽量保持身体健康，所以我们可以说，这是‘一台机器’。”针对自己的身体，阿瑙自己其实非常重视：“这永远是第一位的，如果说足球是一份工作、一种职业的话，那么如果你没有一个健康的身体，是无法完成好它的。”

鉴于目前的新冠肺炎疫情情况，中超联赛延迟揭幕，目前尚未有一个明确的时间表，从相关各方透露出的信息来看，4月上旬乃至最晚5月初揭幕的说法都有，对上港以及中超各队而言，现阶段训练之余，也需要随时做好准备。至于阿瑙，众所周知他将在夏天前往奥地利国家队报到，参加今年的欧洲杯，毫无疑问这是本年度国际足坛最重要的赛事，无论是未来即将开打的中超，还是欧洲杯，埃杜对于阿瑙都充满信心，在上港队医看来，身体层面的阿瑙已经达到了百分之百：“他将会达到110%的状态，其中的10%来自于自我。”



一个月前在悉尼，阿瑙托维奇第一次跟随上港进行了赛季前的冬训备战，临近尾声时，奥地利人说出了那句：“新赛季，我准备好了！”他的话，很快在亚冠资格赛上得到应验，上港3比0完胜武里南联，阿瑙终场前打入一球，并策动多次攻势。

洛佩斯催化良性竞争

上周五傍晚，上港集团足球俱乐部官方宣布，此前效力于韩国全北现代俱乐部的巴西外援里卡多·洛佩斯，正式转会加盟球队。加上原本在队的胡尔克、奥斯卡、阿瑙托维奇以及艾哈迈多夫，至此，上港在冬季转会窗口的外援整合已经完毕，球队用满了中国足协规定的五个外援注册名额。

本月初，全北方面率先公布了洛佩斯离队加盟上港的消息，巴西人在效力全北的四个赛季中，获得了三座K联赛冠军奖杯以及一座亚冠奖杯，不过鉴于一些原因，上港队于上周五对外正式宣布了这则人员转会。当然，球员本人之前已经开始跟随球队训练，同为巴西人，洛佩斯在队中最先熟悉的，自然是胡尔克和奥斯卡，论年纪，90年出生的他和奥斯卡算是“同辈”，过去几天的训练中，洛佩斯展现出的脚下技术，以及热身赛中的配合能力，得到了不少本土队友的认可。

在目前的上港阵中，一共有胡尔克、阿瑙、洛佩斯三名外援前锋，毫无疑问，巴西人的加盟将进一步加剧球

队前场攻击手之间的竞争，考虑到奥斯卡时不时也会前移至锋线，上港在进攻端的火力应该可以得到保证。

另一方面，新外援的到来对于本土前锋也会是一种冲击，原有阵容中，上港拥有李圣龙、吕文君这样出色的球员，此外陈彬彬也是边锋、边前卫位置上的主要人选，正如佩雷拉所说，新赛季随着三名新援的加入，球队的竞争会更加激烈，对球队来说，这肯定是件好事。未来的夏季战役中，即便阿瑙托维奇前往国家队报到参加欧洲杯，上港前场也会拥有不少选择。上赛季中，上港进攻端“仅”打入58球，对比防守端不到30粒的失球，火力减弱一定程度上影响到球队最终战绩，今年，佩雷拉势必希望在这方面有所改善。

值得一提的是，在加盟上港后，洛佩斯于个人社交账号上做的第一件事，并非表达来到新球队后的感言，而是给武汉、给中国送上了祝福：“我们一起抗击疫情，一定可以取得胜利，加油！”

与横滨对调主客场 4月初打响亚冠首战

上周六中午，日本横滨水手俱乐部在其官网发布通知，经过亚足联协调统一，球队和上海上港队的亚冠小组赛主客场比赛，将对调进行。这也就意味着，此前原计划4月8日主场对阵横滨水手的上港，届时将前往客场作战，而双方的次循环交手，将于5月27日在上海进行。

受新冠肺炎疫情影响，此前亚足联在其内部的紧急会议上，确定了本赛季亚冠东亚区有中超球队（除国安

外）参加的小组赛比赛，将整体延期。按照当时的说法，上港队本赛季的亚冠征程将在4月开启，首战客场面对日本横滨水手队。不过当时，亚足联方面也表示，这只是原则上的一份拟定版赛程，各俱乐部主客队之间被允许单独调整单场比赛至其他日期，以及包括主客场顺序对调，前提是只要两支俱乐部能够商定好，在此前提下，亚足联将不会另行干涉。

上港目前正在迪拜进行拉练，中

超联赛何时揭幕尚未有确切说法，目前比较集中的说法是，联赛很有可能于4月上旬或5月初开战，无论是何种时间，有一点可以肯定的是，届时包括上港在内，所有参加亚冠的中超球队，极有可能迎来一波密集赛程。随着亚冠首战赛程的调整，原则上来说，上港可以从迪拜直接飞赴日本横滨参赛，当然，所有这一切都需要视疫情的后续发展情况而定，不仅国内，日本方面目前其实也面临着这一问题，因此目

前还不能完全说，更改后的日程已经板上钉钉。

本赛季亚冠小组赛中，上港与全北现代、横滨水手以及悉尼FC分在一组，在已经进行的第一轮小组赛中，横滨水手客场2比1力克全北现代，体现出了强大的整体实力，正因如此，该队被视为是同组中，上港需要面对的最强劲对手，要想获得一个出线名额，上港需要发挥出全部实力才行。

上海上港最新亚冠小组赛日程

04月08日 横滨水手VS上海上港

04月21日 上海上港VS悉尼FC

04月29日 悉尼FC VS上海上港

05月05日 上海上港VS全北现代

05月20日 全北现代VS上海上港

05月27日 上海上港VS横滨水手