

独家揭秘



马丁斯积极训练

本报记者 陈嘉明 摄

# 苦练两年 回马一枪

“你看老马穿了双黑球鞋训练，像不像直接套了双袜子就在踢球了。”不知谁提及此事，所有人又将目光聚焦到马丁斯身上。“黑旋风”在训练场上来回奔跑，身边还是秦升、曹赟定、孙世林、李帅等人，仿佛一切都回到了2017年。只不过这一次，当年的足协杯冠军功臣马丁斯如今还是一位试训球员，他能否如愿“二进宫”，还要等待俱乐部和教练组的讨论。

本版撰稿 本报记者 龚哲汇



## 马丁斯：时刻准备为申花而战 崔康熙：特点鲜明很值得期待

从球队在阿联酋冬训开始，马丁斯就已经和球队一起训练了，包括球队放假时间在内，老马已经跟球队训练两个多月。从一开始的体能恢复，到如今已经能与球队进行有球训练，马丁斯的身体逐渐从“待业”状态被激活，时刻准备签订一份新的合约，继续征战职业联赛。

### 状态恢复到两年前

上周的媒体公开训练课上，马丁斯的身体状态更是让前来报道的媒体称奇。崔康熙将球队分成三队，马丁斯与队内的其他前锋沙拉维、金信煜、高迪、朱建荣一组，老马负责在前场逼抢对手，碰上老队友更是毫不手软。一次进攻中曹赟定将马丁斯的球断下，老马一路从底线高速回追，毫不客气地再抢断回来。而与秦升、毕津浩等人争抢二分之一球，马丁斯频频利用经验和身体，为自己创造优势。难怪周围的人都评价，“真看不出他已经36岁了。”

事实上，自律的马丁斯自受伤后，便开始了积极的康复训练。过去的两年生活是枯燥的，没有加盟职业球队，尼日利亚人先后前往伦敦和米兰，最后在家中和健身房里训练。而在他最新展示的照片中，这位老将的腹肌依旧，身体素质不减当年。

之所以马丁斯能保持着良好的身体机能，跟他的自律有着很大的关系。他有着很强的职业素养，他对自己的

饮食有着严苛的要求，在场外的生活也比较简单，就连发型也从刚来中超时的一头小辫子转变为更好打理的小平头。在缺少比赛机会的那段时间，马丁斯也没有抱怨，在训练中全力以赴地等待着机会的到来。

### 训练表现获崔帅认可

马丁斯的情况也被主教练崔康熙看在眼里，在接受媒体采访时，韩国老帅评价马丁斯值得期待，“马丁斯虽然是一名老将，但是他踢球特点非常鲜明，我们现在还有一段很长的时间进行训练和调整，他的训练一直都很努力，希望他能通过训练提高自己的竞技状态。”

因为在日常的训练中，崔康熙侧重于整体和防守方面，球队进攻方面仍需要韩国助教朴建夏和金铉敏的意见，目前两位助教滞留韩国，虽然有视频可以观看每天的训练状况，但两人还需要更直观地考察马丁斯与球队的配合程度，来决定是否需要签下马丁斯，这也是俱乐部为何迟迟未与老马签约的原因之一。

小组赛前锋组没拿第一，但几位射手都取得了进球。比赛时，队友们很放心地将球交到马丁斯脚下，彼此间的配合也相当默契。一次进攻结束后，老马还与李帅一边讨论，一边做起鬼脸，两位老队友之间毫不陌生。训练时，他和曹赟定、秦升、孙世林、毕津浩等人更是有说有笑。

### 战术“百搭”人见人爱

和2017年时相比，眼前的申花队员换了不少，其中外援沙拉维和金信煜更是初次见面的新队友。不过，足球就是最好的语言，马丁斯能适应沙拉维的高速配合，他与金信煜搭档，又成全了申花球迷们心中“一高一快”的愿望，如果能顺利留队，更让人对下赛季申花的锋线产生遐想。

队友更是对马丁斯近几天的表现赞不绝口。2017年，如今申花队中的几位小将还是在根宝基地内的电视机前，观看了当年的足协杯决赛。“记得看到马丁斯打入世界波，大家被震撼到了。这几天和他训练后，感觉他还是非常厉害，自己也能学到了很多。”

在场下，马丁斯与队友之间的关系也在迅速升温。几天的训练后，一向性格开朗的马丁斯便与沙拉维成了朋友，几天前，两人一同参加了申花队体能师卡洛斯的小生日聚餐。有时候，马丁斯也会想念莫雷诺，回忆两人在2017年共同征战的时光，他希望能早日在中国与大高个再度见面。

对于马丁斯而言，基地里唯一有些陌生的，莫过于2018年新建成的健身房和球场增添的硬件设施了，尤其是恒温游泳池、反重力跑步机、液氮罐等一系列先进的训练恢复设备。训练场边几座照明灯塔拔地而起，更让马丁斯感到激动不已，“两年过去了，这里变化很大。”

## 做好打短工准备，能否签约要看伊哈洛

得知马丁斯有可能回归申花的消息，一些申花球迷也相当期待老马的“二进宫”。2016赛季，马丁斯首次加盟申花，起初他在球队中不过是替补前锋的定位。在队内主力前锋登巴巴受伤后，马丁斯挺身而出，并帮助球队夺得了阔别19年之久的足协杯冠军，给球迷们留下了美好的回忆。

现在马丁斯有希望与申花再续前缘，他的定位仍然是替补——球队的第五外援。虽然无法像2018赛季一样，为球队征战亚冠，老马依然能接受自己的未来。事实上，也正是看中这一点，俱乐部才有意向与他接触。俱乐部方面称，马丁斯已经做好了自已可能

需要接受‘打短工’的心理准备，但是现在距离开赛还有一些时间，他还有时间可以恢复，“对我们来说，他之前的注册地在中国，别的外援也进不来，所以是一个非常好的选择。”

从今年的申花冬窗引援情况看，从最初签下的U21小将温家宝，到秦升、赵明剑、冯潇霆、曾诚、朱宝杰和姆比亚，申花此次冬窗转会期，球员以免签和租借加盟为主，签下自由身的马丁斯，更是延续了“理性消费”的理念。这也符合中超整体投入降温的趋势。

有球迷表示，马丁斯36岁的年龄是既成事实。何况下赛季，申花需要面对高密度的赛程，马丁斯的体能不一

定能适应在高温环境下的连续作战。另一方面来说，富有经验的老将懂得在场上合理分配自己的体能，申花在引进一批老将时，想必以考虑到了这方面的问题。而从球员近期的训练来看，崔康熙也加强了训练量，着重球员的体能储备。

同时，俱乐部也相当看重马丁斯的精神属性。老将敢打敢拼，与韩国教练的风格不谋而合，而在场外，马丁斯自律的生活方式也将带动年轻球员的成长。俱乐部希望，马丁斯的到来可以加强去年金信煜带起来的加练氛围。

马丁斯最终能否顺利加盟申花，还取决于他的尼日利亚老乡伊哈洛。

申花方面称，计划在5月31日让伊哈洛归队。但之前国际足联有提议，疫情期间合同期的截止日将延至赛季正式结束当天。根据英国媒体的预计，英超最早将在6月8日开赛，并在五周内结束本赛季，也就是说如果按照国际足联的提议，伊哈洛在5月31日肯定回不了上海，马丁斯留队的可能性将大大提高。但在目前，申花还并未修改与曼联的合同，一切还要根据未来的实际情况做调整。值得一提的是，当初伊哈洛正是听取了马丁斯的建议，最终下定决心加盟申花，一直以来，伊哈洛也将马丁斯视为偶像。如今，申花需要尽快完成“球迷与偶像”这道选择题。

