

# 连胜稳中求

“机会留给有准备的人。”用这句话来形容上港球员李圣龙近几个赛季以来的表现,似乎再恰当不过。球场上的永不言弃,球场下的阳光积极,李圣龙身上具备的气质契合当代年轻人由内而外的审美标准。昨天是他的28岁生日,正在苏州赛区备战的上港队,按照惯例于午餐时,为李圣龙举行了小型的庆生仪式,现场他还即兴来了一段个人作品的说唱表演。

专题撰稿 首席记者 刘闻超 发自苏州

## 替补做起,龙哥心态好

新赛季首战对阵天津泰达,李圣龙直到终场前10分钟才替换上场,被他换下的,正是首轮梅开二度的洛佩斯,这样的局面在开赛前其实也被他自己所预料到。新的赛季、新的竞争,从首发到替补,李圣龙心里倒也没什么“疙瘩”可言。

“今年的准备期比较长,作为我来说,还是和往常一样,全力以赴,做好各种准备。”李圣龙说。出发去苏州前的多场热身赛上,李圣龙坦言自己踢过前锋、中场,也偶尔客串过后卫,看样子,无论是球队还是他自己,都已经做好在各个位置上亮相的准备。5月,同中国男足的热身赛上,李圣龙就作为球队前场攻击手有过亮相,虽然没有进球,但他在边路的几次突破和禁区内抢点,还是给人留下深刻印象。

2019赛季中,武磊的离开令上港在前场“腾”出一个位置,吕文君一度展现了出色的竞技状态,可惜在5月份对阵广州富力的比赛中右手桡骨骨折,不得不休养三个月,此后李圣龙挺身而出,成为球队又一得分点。本赛季,随着洛佩斯的加盟和阿瑙的回归,

无论是在433、352,还是343的体系中,李圣龙面临的竞争对手都是外援,这就需要他付出更多努力和有效表现。“新外援确实比较实用,在第一场比赛中展现了能力。”他说。一定程度上而言,这也促使着李圣龙要求自己有更好的表现。从首场比赛来看,今年他可能更多需要出现在边路,当然也不排除在阵容轮换时,继续前往中路寻找机会的战术部署;“还是看教练怎么安排,只要上了场,我还是会做好自己该做的事情,把自己原有的一面去展现出来,尽可能多地去帮助全队。”

结束去年的联赛任务后,李圣龙和女友举行了婚礼,为人夫的他在多种场合展现了自己成熟却不失活力的一面。今年6月,他还参加了《东方体育日报》联手上海集团足球俱乐部举办的“上港时刻”直播带货活动当中,首次“触电”的经历不仅引来球迷的追捧,也得到了妻子的好评,当天晚上,李圣龙不仅负责为球迷带来了个人专属CD,还在现场献歌一曲,“希望以后有机会,还可以参与这样的活动。”

华夏幸福不甘于只保级——

## 足协手软让“高”能预警

特约记者 袁芳

尽管中超首轮比赛,华夏幸福没有拿下石家庄永昌,但是球队在首轮比赛中的表现仍然可圈可点。在高拉特加盟球队后,几乎没有任何适应期,就迅速成为了华夏幸福的中前场进攻核心,首轮比赛的两粒进球都和他有直接的关系。除此之外,上赛季一直在减重的马尔康,在首轮比赛中也表现出了非常强劲的状态,比赛中几乎所有的一对一争抢,这位黑人中锋都完成了攻门。加上新赛季加盟球队的外援中后卫梅米舍维奇坐镇后防,球队的三条线都相比上赛季完成了补强。

相比于往年,本赛季华夏幸福的备战非常完整。由于疫情的原因,球队一直在位于北京郊区的训练基地进行训练,球队赛季前的储备已经相对完备。更重要的是,主帅谢峰更加熟悉中国球员的特点,实际上在冬训的储备上更加能够让中国球员适应。相比于过去几个赛季的半途救火,谢峰本赛季终于有了一个完整的冬训储备期,能够让球队在体能储备方面做到最好。事实上,过去在国安执教时,谢峰就已经表现出了在赛季备战期的独到之处,曼萨诺、施密特接手球队前,都是谢峰带队完成了非常好的储备,外教接手后球员都处在最佳状态。如今,谢峰独自执教华夏幸福,他对储备期的训练也更加系统。可以说,目前华夏

幸福的队员,无论身体还是心态,都是处于一个相对比较理想的状态,这也为球队的备战增加了信心。

本轮挑战上海上港,实际上是对刚刚重组的华夏幸福的一次“试金石”。不过人们最大的争议,还是之前高拉特在赛区与球迷合影,违反防疫规定是否接受处罚的问题。截至记者发稿,中国足协方面仍然就此事在研究之中,并没有给予高拉特开出任何的罚单。尽管如此,华夏幸福官方对于此事仍然非常重视。在高拉特事件发生第二天,华夏幸福全队就召开了队会,组织全队重新学习了新赛季的《防疫指南》。在这次会议中,主教练谢峰、领队郎征都发言,再次强调了防疫的重要性,要求队员们必须提高防范意识。而高拉特则在翻译的陪同下坐在第一排,全程参与了这次会议。这也是华夏幸福俱乐部针对此次事件第一时间的“内部纠错”。

对于华夏幸福而言,新赛季球队的目标不仅仅止于保级,甚至在赛会制新赛制的办法下,善于打杯赛的谢峰,有率领球队取得更好成绩,甚至成为联赛黑马的更高追求。但完成这样的追求,核心球员的存在非常重要。因此华夏方面肯定不希望任何一名外援有所闪失。据了解,高拉特本人已经充分认识到了问题的严重性,他也已向球队表示,今后会更加注意,不会再违反赛区和赛会的相关规定。



上海上港预计首发

(3-5-2)

佩雷拉

周日 20:00 中超第2轮  
五星体育 CCTV5 直播



VS



## 生日献唱《冠军的心》,这就是愿望

就在三年前,曾经获得过中超预备队联赛射手王的李圣龙,仍在为一个一线队出场名额而努力着。整个2017赛季,李圣龙替补出场六次,却也有两球入账;到了2018赛季,上港成功夺冠,一路上除了主力球员的贡献外,不少轮换球员也适时打出了精彩表现,李圣龙在这一年替补登场11次,他在场上不知疲倦地奔跑与积极的态度,给外界留下深刻印象。有过两年的铺垫后,李圣龙在上个赛季迎来小小的爆发,30轮中超联赛,他出场29次,其中八场首发,21次替补,为球队打入七球且有4次助攻,一举成为队中本土最佳射手,不仅如此,李圣龙还在足协杯与亚冠赛场上有所斩获,真正实现了三线突破。

在昨天的庆生仪式上,现场播放了大家提前录制的祝福视频,包括俱乐部副总孙祥、新闻官赵昊晨以及诸多一线队队友,纷纷对李圣龙送上各

自祝福,其中有希望他多多进球的,也有表示期待他全新说唱作品问世的,而好兄弟张一则不忘提醒李圣龙磨练一下乒乓球技术,以免总被张卫击败……对于大家的祝福,李圣龙表达了感谢,“今年这个赛季相对来说比较特别,球队都在一起,接下去我们一起争取把第一阶段比赛都踢好,希望大家新赛季继续加油。”说完之后,现场即兴来了一段《冠军的心》当中的说唱部分,引来队友们一阵鼓掌。

从曾经预备队中的一员,到如今中生代球员的代表之一,主教练佩雷拉曾表扬狮子座的李圣龙身上具备“战斗精神”。随着登场亮相的次数增多,球迷们也越来越多地熟悉和了解球场下的李圣龙,他在歌曲创作方面的才华,已经在《我原本以为》(Never Give Up)《Go Rush》《冠军的心》等几首代表作中为不少业内人士认可,以往每次上港主场比赛,现场也总能听

见DJ播放李圣龙的歌曲和看台上的球迷们互动,未来,28岁且已成家的李圣龙必然会在球场上有更多更成熟和精彩的表现。



李圣龙生日献唱《冠军的心》

## 后防做微调,战华夏贺惯有望复出

赢下泰达后,上港全队获得了简单的一天休整,经历了长达半年的准备期后,队员对首场联赛中遭遇的节奏、天气和环境等,多少有些不太适应,当然,这些也都属于比较正常的现象。本周日,他们即将迎来第二个对手河北华夏幸福,所有人都希望能够在各个方面提升一个台阶。

“身体上来说,确实比较疲惫,因为很久没有比赛了,无论是天气、场地等各方面,都有一个适应的过程,我想,第二场的体能状况一定会比第一场要好。”买提江说。首场比赛,这位本赛季的新援踢了80分钟,攻防两端表现可圈可点,之所以没有打满全场,主要还是源于体能,当时包括买提江在内,不少球员都出现了抽筋的状况,好

在教练组及时换人,确保了球队在场上的活力。这几天在训练之余,大家通过各种方式舒缓神经,奥斯卡一如既往地喜欢打乒乓,阿瑙托维奇则饶有兴致地观看队友们下军旗,虽然自己有模有样地在个人社交账号上更新了一组照片,但其实语言不通且看不懂中文的阿瑙,并没有参与到大家的“火拼”当中。而像吕文君、王燊超、蔡慧康这些奶爸则每天都会花上一定时间和家人视频。

周日的对手华夏幸福虽然首战没能取胜,不过拥有董学升、张呈栋、任航等一众国脚的他们,实力不容小觑。更何况就在开赛前,球队还从恒大租借了高拉特,以往在恒大效力对阵上港时,高拉特就没少给上港制造麻烦,

双方之间可谓知根知底。此番再度相遇,想必高拉特为了新老东家都会卖力表现。上港一边的悬念在于首轮比赛中受伤的石柯,在被泰达外援阿奇姆彭顶破眉骨后,石柯于比赛当晚前往医院进行治疗,根据队里的说法,他能否上场还要医务组来给出决定,虽然说已经对伤口进行了缝线处理,不过还是需要注意伤口感染,因此石柯能否继续亮相还需观察。

当然,上港在中卫位置上也有后手,比如首轮替补出场的小将魏震,以及因伤缺席与泰达一战的贺惯,后者仅是小伤,保险起见才没有登场,第二轮若有必要,贺惯也会做好准备。对上港而言,面对华夏,目标自然是力争联赛两连胜。