

第一阶段冬训 康熙远程遥控

刚刚过去的这个新年假期，崔康熙一直都很忙。

结束了为期14天的医学观察之后，申花队员正式进入休假状态，对从2020年初海口冬训便处于“集中”状态的他们来讲，从迪拜到大连，再从苏州到卡塔尔多哈，超过八个月的“与世隔绝”生活之后，确实需要一次从身体到精神的彻底放松和调整。不过，作为申花队主教练，崔康熙虽然在亚冠小组赛结束之后便返回了韩国，但他一直都处于工作状态之中，包括球员上赛季的表现总结，包括球员在隔离结束之后的各项身体数据，也在最短的时间内交到了他的手上，毕竟在他的计划当中，“2021版”的申花打造工作，从去年中超联赛结束那一刻，就已经开始了。

专题撰稿 本报记者 李冰



本报记者 陈嘉明 摄

彭鹏发文 告别申花

新赛季，彭鹏会留在昆山和队友们继续并肩战斗，他曾不止一次感慨过球队温馨团结的氛围，这让他逐渐开始理解那句有些俗套的话，“一切都是最好的安排”。

本报记者 徐杨一凡

距离彭鹏从申花加盟昆山已经过去了将近一年，他在这支中甲新军度过了一个精彩的赛季，用14场比赛8次零封的成绩向所有人证明了自己。

外界能看到的，是彭鹏年纪轻轻就稳居主力位置，在后场从容不迫担当定海神针角色的成熟；但外界看不到的，是曾经他的内心也经历过挣扎和纠结。

去年除夕夜，经过三方协商，彭鹏决定离开申花转会昆山。在接下来的时间里，彭鹏并不太愿意提及转会的话题，毕竟为申花守卫大门曾经是他的梦想，从2018年搬进康桥基地起就一直为此努力着。但当告别就这样到来，他只希望能够专注于训练，不辜负新俱乐部的信任与期待。

周三晚上，彭鹏在个人社交平台发表了一篇情深意切的长文，正式与申花告别。

“时间拨回到2020年1月24日，当我听到转会消息的时候其实我是有些茫然无措的。”彭鹏在文中写道。幸运的是，有了昆山俱乐部的支持，主教练的青睐，队友的帮助，彭鹏逐渐坐稳了昆山主力门将位置，并在中甲和足协杯赛场上发挥出色。从离开熟悉环境的一时迷茫，到逐渐找到自己，获得认可，再到和新俱乐部一起为了新的目标而奋斗，这一年，20岁的彭鹏长大了。

这一年还有件事曾令彭鹏困扰：和徐越、徐皓阳、苏士豪这些从小一起长大的好兄弟分别让他万分不舍。上个赛季，为了让队里的小将们得到更多的锻炼，申花将很多年轻人都租借了出去，徐越转会深圳，徐皓阳租借北体大，苏士豪支援内蒙古……再加上疫情期间封闭训练和比赛的限制，网络便成为了哥几个唯一的交流渠道，连完完整整地聚在一起吃顿饭都成了奢望。

上个月，彭鹏参加了U21国青集训，这是他一年以来第一次和徐越等老朋友见面，有了好兄弟的陪伴，原本两点一线疲惫枯燥的集训生活也有了享受的一面。过两天，哥几个又要聚集海口参加U22国青队的集训了，虽然累了点，但彭鹏很珍惜这些相聚的时光。

一直到现在，不少申花球迷依然时刻关注着彭鹏的动态，并流露着对他的不舍，期待他有朝一日能重回申花。只是在如今看来，这一天能否到来已经成了未知。

新赛季，彭鹏会留在昆山和队友们继续并肩战斗，他曾不止一次感慨过球队温馨团结的氛围，这让他逐渐开始理解那句有些俗套的话，“一切都是最好的安排”。过去的事让它过去，未来的事还得靠自己争取，彭鹏明白，保持良好状态、在俱乐部和国字号力争主力位置，才是他眼下最重要的事情。

早有规划 海口冬训中方教练带

按照计划，申花队将于1月25日飞赴海口，进行为期两周左右的第一阶段冬训。

尽管因为引进了冯潇霆、曾诚和秦升以及姆比亚这样的老将，申花被外界戏称为“养老院”，但是纵观整个2020赛季，不管中超还是亚冠联赛，申花队员在体能上面都没有“掉链子”，而且不管是彭欣力、温家宝这样的绝对主力，包括那些比赛打得不算多的替补队员同样如此，这也是申花队经常能够在下半场比赛的后半段“后发制人”的重要原因，除了日常的

高质量训练之外，崔康熙在去年冬训期间为球员打下的体能基础，同样至关重要。

离开多哈之前，崔康熙就已经跟申花的中方教练组确定了接下来的冬训计划，其中2021年春节之前的第一阶段，以体能训练为主，春节之后到3月份中超联赛开始，则是三周左右的技战术训练以及球队主力阵容的磨合。

考虑到疫情防控以及球队的实际状况，申花方面最终做出决定，球队第一阶段的训练由中方教练组进行，崔康熙在第二阶段冬训开始前再与球

队会合，毕竟按照目前国内的防疫要求，从韩国入境需要进行14天的医学观察，而这也就意味着，如果要前往海口，崔康熙最晚要在下周初就回到上海进行隔离，而之前老崔制定的第一阶段训练计划当中，早已经细化到了以小时为单位的程度。

此外，申花队中方教练组与崔康熙在一起配合了一个半赛季，相互之间也已经形成了默契，再加上双方每天都会保持沟通，针对出现的各种情况进行调整，即便是“遥控”指挥，对球队训练也不会有什么影响。

备战

考虑到疫情防控以及球队的实际情况，申花方面最终做出决定，球队第一阶段的训练由中方教练组进行，崔康熙在第二阶段冬训开始前再与球队会合。

此前，崔康熙制定的第一阶段训练计划当中，早已经细化到了以小时为单位的程度。

引援

新赛季的引援工作，早在半年前甚至一年前就已经开始了，一直都在按照既定的节奏进行推进。球队对于外界传出的各种引援消息也没有什么回应，而这也正是球队最近几个赛季的“一贯作风”。

稳中求变 新赛季框架不会大动

按照知情人士的说法，虽然尚未正式官宣，但是对于上赛季从广州恒大租借而来的曾诚和冯潇霆两位老将来讲，新赛季继续留在申花征战“基本没有问题”。

对早已经在心里搭建好了“2021版”申花队基本框架的崔康熙来讲，“稳定”这两个字的重要性，不言而喻。

“如果能够以最好的阵容出战，我相信我们可以走得更远！”亚冠小组赛最后一场输给蔚山现代队之后，崔康

熙用这样一句颇为不甘的感叹，结束了申花队整个赛季的征战。事实上，对于最终排名第七的中超联赛，崔康熙同样心有不甘，而最让他耿耿于怀的，就是因为伤病和其他各种原因，申花队能够完全按照他的想法打出的比赛，少之又少。“从积极的角度来讲，我们更多的球员可以打上比赛，但由于人员调整带来的影响也同样存在，这也是我们需要解决的一个问题。”

不出意外的话，新赛季的申花队

防线上，曾诚和冯潇霆两名老将会继续挑起大梁，再加上去年同样表现出色的左边后卫温家宝，以及受伤之前一直担任主力的年轻中卫朱辰杰，申花队的防线继续“稳”字当先。此外，尽管外界对于申花队上赛季半场紧逼的人盯人打法褒贬不一，但是对已经适应了崔康熙打法要求的申花队员来讲，并没有太大问题，他也会继续带领着这支亲手打造的球队，继续在中超赛场上刮起一阵“韩风”。

引而不发 内外援争取尽早到位

对去年12月28日才开始放假的申花队来讲，留给他们备战新赛季的时间并不算长。

虽然明年中超联赛在哪儿踢还是个未知数，但是按照中国足协的计划，2021赛季中超大概率会在3月初开打，而这也意味着，留给申花队备战新赛季的时间只有一个半月左右，而崔康熙要做的，就是在四十几天的时间里，完成从体能储备到技战术演练再到通过热身赛确定主力阵容的所有环

节，用最好的配置和状态，迎来新赛季的第一场比赛。

申花队新赛季的引援工作，早在半年前甚至一年前就已经开始了，一直都在按照既定的节奏进行推进。到目前为止，申花方面并未官宣任何新的内外援人选，对于外界传出的各种引援消息也没有什么回应，而这也正是球队最近几个赛季的“一贯作风”。“其实一切都是水到渠成的事情，俱乐部和球员之间、俱乐部和俱乐部之

间谈好了，事情自然也就定下来了，否则就算前面99%成了，最后那个1%出问题了，最后可能就是另外一个结果了，所以不到100%有把握，现在大家都不会说出来。”对于新赛季申花引援一直“引而不发”，接近球队的一位坊间人士也表示可以理解：“按照教练组的要求，不管内援还是外援都应该尽早到位，毕竟从备战的角度来讲，如果能赶上第一阶段冬训，肯定是最理想的。”

