

征调两名梯队理疗师协助赛后恢复——

申花有神器，液氮舱继续待命

未来一个月内，在南方的盛夏中挑战三天一赛，这将成为所有中超球员职业生涯以来独一无二的体验。在此情况下，比赛质量已非主旋律，如何防止球员出现有可能危及生命的中暑等情况成为各支球队面临的最重要考验。

本报记者 丁梦婕

去年夏天，多支球队曾经感受过苏州的高温天以及密集赛程的挑战，但当时的两轮比赛之间大多有四五天的间隔，且比赛都被安排在晚间进行。相对而言，今年的第一阶段剩余九轮比赛之间只间隔两天，同时苏州赛区因球场无法协调出现多场16点30分开打的比赛，如此赛程堪称“史上最魔鬼”。

目前各支球队陆续抵达广州、苏州两大赛区。据了解，球队行李中除了训练装备、医疗物资、日用品之外，后勤团队还准备了大量的防暑相关物品，例如藿香正气水、口服补盐液等常用防暑药品。另外，作为训练、比赛时和赛后恢复时的必需品，球队对于冰块的需求量大大增加，广州东方宾馆和苏州太美香谷里酒店两大驻地将全力保障各自制冰设备的正常运行。

按照计划，上海申花队将于今日入驻苏州赛区，为了应对赛程，球队从硬件设施到随队人员都有所准备。一

台赛季前运至赛区的液氮舱将继续投入使用，两名从梯队征调的理疗师则随时待命。

赛程公布后，不少球员表达了担忧，阿德里安直言：“因为训练和恢复都没有足够的时间进行，因此完全可以预见，比赛开始后球员肌肉的伤病将无法避免。”还有球员笑称要给自己购买“中暑意外险”。因此，帮助球员进行肌肉恢复从而将伤病风险降至最低是每支球队医疗组未来的工作重心。

赛季前，申花教练组和医疗组就已考虑到这一问题。据申花新闻官马悦之前介绍：“我们之前花了非常大的代价买了一台超低温的液氮恢复舱，这次费了一点周折，我们把它直接运到了苏州赛区。这也是给我们球员的赛后康复提供了一个有利的科技保障。”液氮舱的工作原理是通过冷冻的方式帮助球员尽快恢复身体机能。在比赛过程中，球员的肌肉处于紧绷状

态，低温可以对紧绷的肌肉起到放松的作用，缓解高强度运动引起的肌肉疼痛和肿胀，降低肌肉损伤。此外针对肌肉出现的炎症，液氮舱也能发挥治疗的效果。不过受条件限制，运至赛区的液氮舱只有一台。在冰敷设施及其他相关设备的基础上，为了满足更多球员的恢复需求，申花从梯队征调了两名理疗师入驻赛区，加上原有的理疗师，共有五名工作人员届时将帮助球员进行按摩恢复。

申花此行共带上了30名一线队球员。正在养伤的曾诚、彭欣力随队出征，两人将在赛区内进行康复训练。今年刚刚加盟的年轻门将薛庆浩之前没有前往苏州赛区，此番他作为继李帅、马镇之后的第三门将进入赛区。租借加盟天津津门虎的金洋洋则已离队，小将朱越暂不回归，他正代表上海U20全运队在大连集训，备战8月10日开打的全运会决赛阶段比赛。

“烤”验来了，不只是球员

老黄是在到了苏州奥体中心之后，才知道外场的那块足球场被“封”了的。

作为一名业余长跑爱好者，老黄跟几个朋友经常会到奥体中心夜跑，因为在外场足球场有标准的400米跑道。“一来容易计数，知道自己跑了多少圈；二来那里的塑胶跑道不错，跑步的时候不会伤到膝盖和脚踝，再加上离家也不远，很适合我们。”

专题图文 特派记者 李冰 发自苏州

7月14日的晚上，老黄跟往常一样去了奥体中心，却被外场“拒之”在了门外，后来他也在微信群里看到了朋友之前发的信息：“说是这里要踢中超比赛，要封闭差不多一个月的样子，但是以前足球比赛都是在奥体中心里面，这次怎么会放到外面了啊？”

苏州奥体外场地表超40℃

跟老黄一样有点“蒙”的，应该还有已经或者即将到达苏州赛区备战的中超教练和球员，毕竟前五轮比赛中，在只有苏州体育中心、昆山体育中心和江阴体育场三块场地的情况下，比赛却安排得井井有条。这一次虽然用奥体中心替换了苏州体育中心，但是增加了一个奥体中心外场，只是这个场地的比赛却被放在了16点30分这个近乎全天最热的时段开踢，让人着实有些无语。

7月15日下午，趁着到赛区报到的机会，记者实地探访了苏州奥体中心外场。对于这块场地，此前入选过里皮国家队的球员应该比较熟悉，

当时国足在备战与印度队的比赛时，日常训练都是在奥体外场。今年的5月28日，也就是国足迎战40强赛下半程首个对手关岛队之前的晚上，中国足协主席陈戌源曾经在这块场地上踢了一场“热身赛”，并且在比赛中打进了一粒点球，为国足随后的7比0大胜开了一个好头。当时，老黄也在跑道上驻足看了一会儿比赛，不过因为对国内足球不太关注，他并不知道场上踢球的那些人当中都有谁：“去年苏宁（江苏队）在奥体中心夺冠的时候，我们就在旁边跑步，但是我确实不怎么看国内的足球。当然了，有比赛总归会很热闹的，可是怎么也不会想到，中超会跟我们这些人有什么关系。”

同样觉得这块场地不应该跟自己有关系的中超球员，接下来要面对的第一个“敌人”，就是难以抵挡的高温。7月15日下午2点钟左右，记者到达了苏州奥体中心外场，根据当地的即时天气预报，奥体中心附近的气温为36摄氏度，由于球场四周都是不吸热的水泥或者柏油路面，地表温度肯定超过了40摄氏度，而且相比直接晒

到身上的阳光，地面反射的热浪更让人难受，甚至连视线都会受到一些影响。在球场边站了不到3分钟，虽然记者穿的是速干材质的T恤衫，但前胸和后背的衣服还是全都湿透了，感觉连呼吸的空气都是热的，所以也很难想象，对需要全场奔跑和对抗的球员来讲，在日均最高气温都在35摄氏度左右的情况下，要经受一番怎样的“烤”验。

后勤保障工作被提更高要求

按照赛程，7月19日下午，奥体中心外场就将迎来启用之后的第一场比赛，由北京国安对阵天津津门虎队。到7月15日下午，奥体中心外场的两边底线和主席台对面边线的广告牌已经全部安装完毕并且通电，电子大屏幕也可以投入使用。主席台后面被圈出来的一块区域里，负责转播的工作人员也在抓紧时间调试设备，通过已经就位的转播车，进行比赛信号的制作和输送。

由于奥体中心外场只有一个不算很大的主

席台，其他三面都没有看台，届时将不会允许球迷入场观看比赛，而且从记者的现场体验来看，在没有任何遮拦的情况下，下午最热的时候进场观看比赛并且一坐就是两个多小时，无论对身体还是精力，都将是极大的考验，没有做好足够准备的话，还是不要轻易“挑战”自己为妙。至于主队和客队的球员休息室，应该是就近安排在了主席台下面，原本有人提议，将休息室放在“一河”之隔的奥体中心，但是考虑到毕竟还有一段距离，而且来回也不是特别方便，最终还是决定放在外场。至于看台，也会像去年的大连人队青训基地球场那样，分为蓝绿两个区域，在确保防疫安全的前提下，供球队工作人员和其他赛事相关人员使用。

可以肯定的是，在三天一场比赛而且部分比赛被安排在下午开球已成定局的情况下，苏州赛区的八支中超球队将要遭遇前所未有的考验，除了队员咬牙在场上接受“烤”验之外，对于赛区和球队的后勤保障工作，也提出了更高的要求，以确保参赛队员的安全和健康。

