

“武磊是我努力的方向”

刘祝润——走过曲折与萌芽的20岁

10月6日,刘祝润度过了自己的20岁生日。没能如愿登顶全运会男足U20冠军领奖台,让他意识到了差距,但更多的是动力。生日过后四天,刘祝润跟随海港队出发前往大连,征战本年度足协杯的比赛。过去四周里,海港队从最初的缺兵少将,到最终时隔四年重回该项赛事决赛舞台,其间克服了不少困难,而刘祝润在德比大战中的两粒进球,让他成为这支正不断散发着青春气息的球队中,最闪亮的那颗星。

本版撰稿 首席记者 刘闻超



“进球之后,有点发蒙”

与申花的首回合比赛,海港队早早建立起三球领先优势。下半场比赛中,莱科对阵容进行调整,年轻的刘祝润登场,这已经是他在今年足协杯赛中连续第五次亮相,先不说进球,单单这个出场率,就让小刘意外,“到大连之前,我就想着能够出场比赛就行,作为前锋,当然也幻想过要进球,但前提还是争取出场。结果没想到,我每场比赛都有机会。”

不仅每场比赛都有机会,从对阵大连人队开始,他每场比赛还都有进球机会,3比0战胜大连人队的比赛中,同样是替补出场不久,刘祝润接到买提江罚出的定位球,高高跃起将球顶入球门。然后就是同申花一战的德比进球了,“那个球,真的要感谢奥斯卡,在反击推进的过程中,他有很多种选择,既可以自己射门,也可以传给另一侧的买提哥(买提江),但最后他传给了我。”小刘没有辜



负队长的期望,面对原国门曾诚,一脚低射入网。幸福就这样在不经意间到来,刘祝润说,自己当时的脑子里一度有些发蒙,“是真的有些空白,好像过了两三秒后,我才反应过来真正开始庆祝。”

去年的亚冠小组赛上,刘祝润完成了个人代表海港一线队的正式比赛首秀。今年在足协杯舞台上,他又打开了这项赛事的进球账户,并且于德比的舞台上,刷新了前辈武磊的最年轻德比进球纪录:“这真的是实现了赛前的梦想,我记得

我一开始出场比赛的时候,还是有点放不开,可能也和我的性格有关系,我本身属于有些‘慢热’的人,生活中和朋友之间熟悉之后,才会慢慢打开话匣子。现在能够获得连续的出场机会,还收获了进球,让我的自信心有了很多提升,现在至少出场踢球比赛不慌了。”刘祝润说。

“走过弯路,更知珍惜”

刘祝润的家乡是安徽阜阳,不过他从小就跟随父母来到上海学习。进入到初中后,由于所在的学校足球队整队被海港俱乐部纳入麾下,刘祝润就成了海港梯队的一员。

大部分海港球迷第一次知道刘祝润,应该是在2018年的中超联赛A组的比赛中。当时还是U17梯队一员的刘祝润,凭借出色的天赋和技术能力,被选拔到U19梯队中,结果在总共6次出场的情况下,他打入4球并有2次助攻。海港俱乐部的这群年轻小将们,成功捧起当届U19中超联赛A组冠军奖杯。

上周的德比战上,当刘祝润进球后,队中的外援和本土球员,无不为其送上鼓励。在贺惯和杨世元这些1993届的球员眼中,海港队中的这种“传帮带”是有传统的,“以前他们1989届的球员,同样也在我们刚进队时,给了我们很多帮助。”在刘祝润并不算长的一线队经历中,奥斯卡算是对其影响较大的一人,除了在德比战中为他送上助攻外,早在一年之前的冬训上,奥斯卡就颇有些“慧眼识珠”,认为刘祝润会有美好的未来。“我们球队中的一些年轻球员,展现出了良好的天赋,他们如果可以继续好好努力,一定可以

帮助到球队。”2020年1月的悉尼冬训中,在海港与澳大利亚球队马可尼骏马的热身赛后,奥斯卡这样说道。那场比赛里,刘祝润敢打敢拼,面对身体比自己强壮许多的对手毫不怯场,反而险些破门。

正当所有人都认为,刘祝润将就此开启自己的一线队生涯时,挫折却不期而遇。2020年5月到6月期间,当时的U19国青队在上海集训,5月30日晚上,包括刘祝润在内的六名球员因违反球队相关规定私自外出,遭到了中国足协禁赛六个月的重罚。不仅如此,海港俱乐部也对他和另外两名海港球员处以三停处罚。直到年底的亚冠联赛小组赛,刘祝润才重新回到一线队中。从这方面来说,如果不是那次栽了“跟头”,刘祝润的首秀一定会更早,那么他后悔吗?答案是肯定的。但是,据海港队后来一些负责其训练的青训教练那里,我们了解到,刘祝润非但没有消沉,反而更加积极主动地投入到训练当中。“他本身就是一个非常努力的球员,那次的事情,或许给他留下了一个教训,年轻球员在成长路上,或多或少都可能走一些弯路,关键在于之后自己如何表现、如何回应。”一名海港俱乐部青训教练说道。

20岁,立下凌云志

“西班牙之行,让目标更清晰”

刘祝润,于2001年10月6日出生。职业足球运动员,现效力于上海海港足球俱乐部。2017年入选2001年龄段全国选拔队集训名单。2021年10月24日中国足协杯上,刘祝润打入他在上海海港的生涯首粒进球。



赢下德比后,不少球迷都对刘祝润刷新了武磊的最年轻德比进球纪录而津津乐道。不过客观来讲,刘祝润不仅距离现在的武磊还很遥远,即便是同龄时期的武磊,他已经能够在中甲和中超拥有稳定的出场率和进球率,因此要想真正追上前辈,刘祝润还需不断提升。

“我看到了一些评论,但说真的,我自己还没想那么远……”刘祝润说。从特点来看,迅速地启动前插、能边能中的技术特点,以及相对轻盈和灵巧的步伐,刘祝润的确在有些地方与武磊有相似之处,“在我看来,无论是脚下处理球,还是比赛经验等各方面,我距离磊哥还很遥远。”2019年1月底,武磊完成了从海港队到西班牙人队的转会,那年年底,刘祝润和贾博琰这两个被寄予厚望的年轻人,随海港梯队一起,前往西班牙拉练。其间,两人都随队和西班牙人俱乐部的梯队踢了友谊

赛,值得一提的是,当时,武磊也在现场观战。

尽管只是一次普通的拉练,但西班牙足球还是给刘祝润留下了深刻印象,“我们在那里踢了很多比赛,那次收获很大,到后面几场比赛,在那种整体氛围和节奏下,开始慢慢适应起来。西班牙足球的节奏就是快,且每次比赛前都会在场地上洒水,无论是真草还是人工草,所以球速很快,一场球下来非常累。”

事实上,后来当贾博琰第一次在联赛中出场时,记者曾和武磊聊起过当年他们在西班牙的那次相遇,除贾博琰外,武磊曾提及刘祝润,并表达了希望两名小师弟能够继续努力,在攻防两端去努力和提升自己。上周再度于德比战中破门后,刘祝润又一次被问到了有关武磊的话题,他说:“磊哥是我努力的目标,我希望能够向他看齐,朝最好的方向去努力。”

20岁,已有紧迫感

“我已不是队里最小的那个了”

刘祝润一直说,他之前没有想到来大连能踢这么多比赛,更别说还打进了三球。但是,在曾经带过他的国青队体能教练曹晓东看来,眼下他收获的一切,都是用汗水换来的,并且如果还可以继续努力下去,这些仅仅只是开始。

“他的身体弹性特别好,肌肉弹性、发力感很好,向前那一下有特点,突然启动的节奏,和郑达伦那个类型还不一样……”说这话的是曹晓东,在海港青训部和国青队担任体能教练之前,曾经是2013年上海男足U20队的体能教练,那支最后夺得冠军的球队中,如今有不少人效力海港,比如傅欢、张

卫、杨世元、贺惯、李圣龙等,郑达伦在转会天津之前,也曾是队中一员。在20岁这个年龄段球员的身体训练方面,曹晓东无疑是极富经验的。事实上,在今年全运会预赛结束之后,刘祝润曾在一次训练中肋骨受伤,这让他不得不休整了两三周。为了尽快跟上全队步伐,重新投入训练的刘祝润就在曹晓东那里开起了“小灶”,除了日常的体能储备训练之外,刘祝润在那段时间里还打磨了包括传中、射门等专项技术。

主动投入之余,教练组还根据刘祝润的训练情况,拍摄记录了日常训练视频,从理论知识上让他更多了解

自己的身体特点。“他的加速能力很强,相应的,就要提高减速能力,包括快速变向的能力。”曹晓东说。这次足协杯半决赛后,刘祝润说,等回到上海后的第一个任务,就是继续提高自己的身体对抗能力,这就是他经历过更多实战后的总结。

事实上,之所以有着继续提高自己的急切心理,也是由于刘祝润看到了队中越来越多的年轻球员开始崭露头角。“这次足协杯,我已经不是年龄最小的那个了,陈序煌、张慧宇他们比我还要小2岁,说实话还是挺有压力的,只有做好自己,才能争取获得出场机会。”刘祝润说。