

中国男篮调整世预赛名单 增加锋线厚度,外训基本达标

专题撰稿 本报记者 薛思佳

在结束了为期一个月的欧洲拉练之后,中国男篮重新投入到了世预赛第四窗口期比赛的备战中。面对哈萨克斯坦和巴林两个对手,球队急需两场胜利来一扫此前在亚洲杯时的颓势,提升整体士气。

外训达到预期效果

亚洲杯止步八强后,中国男篮经过短暂调整便前往西班牙开启了欧洲拉练之旅。“队伍从印尼出发以后首先到了西班牙的马拉加,这段时间的训练主要是以身体恢复和体能恢复为主。因为之前球员们的身体情况都是非常差的,在这个阶段每个人的身体反应也蛮大,在恢复过程当中我们安排了四场教学赛,对手是当地一些打职业联赛的球员临时拼凑成的联队。”据中国男篮主教练杜锋透露,教练组一直在和篮协沟通,希望通过这次拉练给队员更多的一些锻炼机会,因此在辗转法国之后又和三支球队进行了教学赛,“每个对手的水平不一样,但我觉得在这个过程中大家总体来说表现出的专注度也是一场比赛一场好,可以看到每场比赛大家身体的恢复也在向一个好的方向发展,基本上我觉得达到了一个外训初期的目的。”

在开启外训之前,中国男篮调整了出征世预赛的队伍名单,赵睿、翟晓川、范子铭、高诗岩和任骏威五人提前

返回国内。不过,伤病的影响还是让教练组在近日临时征召了广州队的祝铭震前往比赛地阿斯塔纳与球队集中,增加队伍在锋线上的厚度,“赵继伟在交流赛中跟对方球员碰撞在一起,对方动作比较大,造成了继伟鼻梁骨折。其次,艾伦的大腿后侧有些拉伤,每天也在积极治疗。然后就是像王哲林、周琦,还有孙铭徽的膝关节和手腕,都有不同的一些伤病和劳损。”据杜锋介绍,如果赵继伟在国外进行复位手术,就无法随队前往哈萨克斯坦征战世预赛,因此球员本人选择打完比赛再回去复位。为了保险起见,赵继伟在比赛中将戴着定制面具出场比赛,“这几天他消肿了,比之前会好很多。”

第四窗口期不可掉以轻心

在前三个世预赛窗口期比赛结束之后,中国男篮与澳大利亚、日本、巴林、哈萨克斯坦、伊朗五支球队同分在了一个小组。目前,球队暂时以4胜2负的战绩位列小组第三名。根据世预赛的出线规则,中国男篮必须跻身小组前三名,才能拿到明年世界杯的门票,而这将取决于他们未来与哈萨克斯坦、巴林、伊朗的六场比赛结果。

中国男篮在这个窗口期的首战对手,是世预赛的最大黑马哈萨克斯坦。尽管这支球队在亚洲杯上的表现并不尽如人意,但他们在前三个世预赛窗口期打出了出人意料的表现。凭借着主场双杀亚洲劲旅伊朗的战绩,他们目前暂时以5胜1负的战绩位

列小组第二,力压中国男篮一筹,“哈萨克斯坦队是比较年轻的,这几年他们参加俄罗斯的VTB联赛,在整体实力上有很大的进步,也看到他们主场双杀伊朗,然后还赢了巴林一场。他们在这几年通过打俄罗斯联赛,最大的提升其实就是在对抗方面,对抗方面非常强。”幸运的是,哈萨克斯坦的头号得分手,归化球员克莱蒙斯并没有入选大名单,这无疑减轻了中国男篮在防守端的压力。

除了哈萨克斯坦之外,中国男篮还需要面对巴林的挑战。在亚洲杯小组赛上,两队曾有过交锋,中国男篮险些阴沟翻船,最终依靠顾全关键的前场篮板和绝杀,帮助球队以80比79险胜对手,“巴林这个对手这几年也是通过归化球员的方式有很大的提升,他们以投抢为主,打得更有冲击力,外线三个小后卫的冲击力和投篮能力都是非常强的,里面再配两个归化球员对篮板的保护和冲击,也是一个非常有特点的球队。”有了此前在亚洲杯上的经验教训,全队上下自然不希望让相同的剧本再次上演,“我相信大家身体都在向好的方向发展,这两场比赛大家的对抗能力也好,包括防守强度也好,我相信会比亚洲杯时都会做得更好。”

根据安排,在结束了这个窗口期的比赛之后,中国男篮将返回国内。在结束隔离之后,教练、队员们将陆续返回各自球队,备战即将到来的CBA联赛。



极氪零世代大使杨倩 @杨大姐YYY 化身超时空猎手,乘坐豪华猎装轿跑 ZEEKR 001,穿梭于未来都市幻境之中,进行一场猎趣探险。TA拥有打破边界的勇气,代表着永不设限的未来。光影交错间,TA以优雅猎装姿态,释放极致性能,探索未来的无限可能。@吉利控股集团 #这才是真正的杨倩# #猎装即全能#



#太平鸟女装 SPCN 代言人杨倩# Hey, Buddy! 你已经进入游戏世界~体验官杨倩 @杨大姐YYY 已准备就绪,欢迎本次特邀NPC——FELIX 出场。小伙伴们快来打卡#PEACEBIRD x FELIX 合作系列#,一起加满幸运属性快乐通关!



很多人知道我,但很少人了解我。很多人以为我是坚强的、执着的、勇敢的,但很少人知道我也会紧张、迷茫和不知所措。但我从未怀疑自己的光芒。我相信,你也一样。你的光芒,天生好看。#小米Civi1S# 网页链接 @杨大姐YYY 的微博视频



所有的一枪命中,背后都有#登场前的10000小时#实力储备~2月18日来@汤臣倍健官方微博 #天猫超级品牌日#用Yep 非常元气蛋白助力稳住底气,果断出击~和我一起新年立flag不倒,直击新纪录! @杨大姐YYY 的微博视频



论文季+冬春换季,你是不是和我一样也在为熬夜垮脸,敏感泛红而烦恼?别怕!推荐我的熬夜救星+换季救星——@雅诗兰黛 全新#第七代小棕瓶#,实力修护,锁住肌肤弹润、细腻好状态!



“00后”清华美女学霸杨倩在2021年东京奥运会上夺得了女子10米气步枪冠军,也是中国代表队在奥运的首金,随后和杨皓然合作在10米气步枪混合团体赛夺得了冠军,加冕奥运双冠王。这一幕仿佛还是昨天,然而,在不久前的2022年全国射击锦标赛和2022年开罗世锦赛选拔赛上,杨倩在这两项比赛中都表现不佳。其中,全锦赛她仅仅排在第61名,无缘世锦赛,让人大跌眼镜。而杨皓然则在全锦赛的资格赛排名首位轻松晋级。

短短一年时间成绩光速下滑,有种观点认为是因为杨倩四处走穴、拼命捞金,荒废训练导致的。

专题撰稿 本报记者 张立

为捞金成绩光速下滑? 背后隐情是母亲重病

最强“暑期工”昙花一现

去年,杨倩趁着清华大学放暑假参加了东京奥运会,短短三天内拿下两枚奥运金牌,被誉为最牛“暑期工”。她曾在社交媒体发文:“我是杨倩,就是那个趁着清华放暑假来东京拿两块金牌的同学。”直白又骄傲,让人羡慕嫉妒又恨不起来。

奥运会结束后,年轻貌美又有学霸光环的她直接成为体坛顶流,奖项头衔多得数不清,风头无二。去年10月,杨倩入围清华大学特等奖学金候选名单的消息登上热搜,再次引发了全网热议。作为清华大学经管学院的学生,杨倩能从全校众多学生中脱颖而出,获得每年只有15人入选、10人获奖的清华大学校设特等奖学金,可见在学习上,她也是一位品学兼优



的学霸。杨倩用实际行动告诉大家,学习和体育是可以两者兼得的。

然而,拿到奥运冠军后,杨倩确实增加了不少商业合作,包括参加各类

综艺,讲个人成长经历,吐槽被大家捧得太高,开直播拍视频等忙个不停。一年之后,在2022年全国射击锦标赛上,东京奥运冠军的射击成绩从巅峰跌到了谷底。

因母亲重病不得不商业化

去年9月的全运会上,杨倩在射击女子10米气步枪比赛获得铜牌,成绩似乎有所退步。在随后参加综艺节目《吐槽大会》上,杨倩调侃说,并不是自己退步了,只是在全运会上和自己竞争的都是中国人,中国射击太厉害了。

在宁波奥运全运健儿凯旋总结表彰大会上,杨倩说:“星光不负追梦人,我始终相信,越努力越幸运!”在今年的五四青年节队内读书交流活动中,杨倩还曾表示:“我觉得,我和我的射击事业是互相成就的。因为它,我得到了很多,所以我有义务对它负责,现在的我对它既是热爱也是责任,希望未来,我能够和它一起创造出更多的精彩。”其实直到今年4月,杨倩的射击成绩还是可以的,始终保持不错的竞技状态,队内排名靠前。但之后,由于各类代言和活动

的影响,杨倩要补落下的学业,又要照顾生病的母亲,实难有更多精力专注在射击训练上,成绩下滑在所难免。

今年5月,杨倩曾在社交媒体晒出与妈妈的合照,配文表示自己非常爱自己的妈妈,她认为母亲是这个世界上最勇敢的人。配图中杨倩妈妈手捧鲜花,笑容灿烂,只是因疾病的剃光了头发。杨倩的家庭并不富裕,父亲是工厂工人,挣着基本工资,母亲则身患重病,一直在保守治疗,直到杨倩拿到奥运冠军后才有钱做手术,但病情已经拖得严重了。由此,杨倩变得“商业化”也是无奈之举。

换句话说,射击本来就是一项偶然性很大的运动。杜丽在北京奥运会的首金失利,王义夫参加六届奥运会才收获两金。杨倩自己说单届奥运会拿到两金有不少是运气成分,但她已经改写了历史,成为中国第一个在一届奥运会获得两金的射击运动员。但从世界第一到全国第61,绝对不是状态起伏能解释的。要想重回世界巅峰,杨倩必须重新百分之百投入之后的射击训练,否则两年后的巴黎奥运会上,肯定难有她的身影出现了。