



体测全通过，外援将亮相

——新赛季CBA赛程出炉，上海男篮明日启程参加季前赛

新赛季CBA联赛即将拉开帷幕。9月16日，CBA官方公布了新赛季的所有赛程，10月12日的揭幕战将由辽宁本钢对阵浙江稠州。上海男篮首战将于10月13日在客场挑战北京男篮。而作为球员参加CBA联赛的准入门槛，重新改革后的体测在近日受到了球迷们的关注。

本版撰稿
本报记者 薛思佳



首轮上演京沪大战

随着新赛季CBA联赛的脚步临近，CBA公司近日正式公布了新赛季的常规赛赛程。10月12日，上届冠军辽宁男篮将坐镇主场与浙江稠州展开较量，就此拉开新赛季CBA联赛的序幕。

与上赛季相比，常规赛轮次由52轮减少至46轮。与此同时，20支球队将按上赛季最终名次蛇形排列分为四个小组，每支球队与同组对手各打四场，与不同组的球队各打两场。上赛季排名第六的上海男篮最终将与稠州、北京、天津和宁波四支球队同分在一个小组。

根据安排，上海男篮新赛季的首场比赛将于10月13日在客场挑战北京男篮。两支球队上赛季在季后赛首轮相遇，最终上海男篮以2比1淘汰对手而晋级八强。在双方的第三场比赛中，爆发了冲突事件，最终CBA公司开出了重磅罚单，包括戴昊、方硕、曾凡博等六名队员遭到停赛和罚款处罚。不出意外的话，包括方硕、曾凡博、翟晓川、朱彦西、范依铭等五名球员都将缺席新赛季的首轮比赛。

尽管对手方面可能有多达五名球员遭遇停赛，但引进了周琦和陈盈骏两名强援的北京男篮依旧不容小觑。与此同时，他们还相继引进了上赛季效力于福建男篮的外援杰曼以及效力于宁波男篮的奥莫特。在原中国女篮主教练许利民的调教下，新赛季的北京男篮已然跻身夺冠球队的行列之中，这对于赛季目标保八争四的上海男篮而言无疑是一块不错的试金石。

在结束与北京男篮的首轮比赛之后，上海男篮将于10月16日迎来球队的首个主场比赛，对手将是青岛男篮。上赛季，大鲨鱼在上海体育馆的首秀对手就是青岛男篮，最终球队历经双加时苦战，被对手完成绝杀。此番再战，球队势必希望能够弥补上一个赛季的遗憾，实现主场开门红。值得一提的是，出于安全问题而未开放的南、北两侧一层看台以及内场区域有望在新赛季进行售票，届时支持和喜爱上海男篮的球迷朋友们将能够更近距离地与球员们进行互动。

宫鲁鸣解释体测初衷

CBA联赛体测的全称为“CBA联赛运动员技术和体能测试”。本次体测内容分为个人数据采集和体能测试。其中，数据采集包括身高、体重、站立摸高、臂展、手长、手宽、原地起跳摸高和助跑起跳摸高等。体能测试包括2分钟强度投篮、负重卧推、负重深蹲和专项速度耐力四项。运动员的达标要求为专项速度耐力90分及以上，且总分达到400分及以上。其中，被球迷们戏称为“夺命17折”的专项速度耐力测试要求球员完成四组的17次15米折返跑，每组间歇2分钟，四组结束后取平均成绩进行打分。

今年夏天，中国篮协下发了《中国篮球协会关于2024-2025赛季CBA联赛运动员技术和体能测试指导意见的通知》。根据这份通知，2024-2025赛季CBA联赛运动员技术和体能测试将由之前的抽测或是各队拥有一定免测名额提供给伤病球员，以及老将免测改为全员体测。球员想要征战新赛季CBA联赛，必须体测过关，否则将面临无球可打的局面。整个CBA联盟，只有参加巴黎奥运会三人篮球比赛的张宁、赵嘉仁 and 陆文博三人无需体测。

中国篮协副主席宫鲁鸣在接受采访时表示十多年前推动体测的就是自己，而这次恢复体测是非常好的，这样的举措是为了推动CBA俱乐

部抓好训练工作，并且测试的标准并不算高，“这样做不是要设门槛去卡运动员，而是一定会给没有过的运动员补测的机会。只要你想上场，只要保持训练，就能过关。”

据宫鲁鸣透露，当初推进体测的初衷是促进各个俱乐部抓训练。在国外，各俱乐部也有自己的测试方式，这是对职业运动员的基本要求，“将来如果每个俱乐部都意识到这个问题的重要性，都有自己的测试体系，中国篮协就不用做这件事了。”在宫鲁鸣看来，世界篮球在发展，竞技体育不练是没有捷径的，比赛是训练的镜子，“如果技术、体能、思想意识水平、斗志都没有，那只有等着失败。”



王哲林：体测项目很科学

9月16日，上海男篮全队在青岛男篮的训练基地参加了新赛季CBA联赛的体测。除了李弘权、倪永炜和刘梓鹏三名队员因伤缺席之外，其他参加的球员均顺利通过，而在中国男篮集训队的刘礼嘉和李添荣也在之前顺利通过体测，拿到了新赛季的“上岗证”。

在上海男篮参加体测的球员中，王哲林备受外界的关注，“我不过体测的热度的比过了体测的热度要高。”心态放松的王哲林在体测开始之前还不忘拿自己开涮。2018-2019赛季，他就曾经因为未能通过体测而缺席CBA联赛的前五轮比赛。好在经过休赛期的针对性训练，王哲林顺利地通过了此次体测，其中在负重深蹲项目上更是拿到了满分的成绩，“此前几个赛季都是30岁免测，自己好不容易熬到30岁，规则又改了，没能享受到福利。当然这都是开玩笑的，

体测能够在训练中更好地督促自己，让自己保持一个好的状态，从而更好地投入到比赛和训练中，才能打出高水平的比赛。”

王哲林透露，在收到体测通知之后，球队便开始对四个项目展开了针对性的训练，自己在每天训练结束之后也会进行加练，尤其是投篮和17折两个项目，“17折其实自己是奔着满分去的，但有点可惜，最后阶段体能还是有点下来，好在没有影响到结果。”王哲林说道，“我觉得这四个测试项目都设计得非常科学，作为职业篮球运动员而言都是应该去完成的。”

根据安排，球队在短暂的调整后，将于明天启程前往江苏徐州，参加CBA季前赛的较量。球队将先后迎战山东、稠州和江苏三支球队，届时两位到队的外援DJ·威尔逊和沃特斯有望代表球队完成首秀，而另一位外援布莱克尼因为仍有一些个人事务需要留美处理，将在稍晚些时候飞抵上海。此外，如果身体恢复顺利的话，李弘权和倪永炜两人有望参加季前赛期间的补测，刘梓鹏则将待伤病完全康复之后再行补测。

多名国手栽了跟头，“网红球员”也要补测

在之前结束的体测中，有多名球员栽了跟头，其中包括国手高诗岩、贺希宁等球员，引发了外界的关注。

作为在今年CBA选秀大会上被选中的“网红球员”，效力于四川男篮的杨政在体测中的表现备受外界的关注。最终，他在专项速度耐力和2分钟强度投篮上均未能达到标准，“第一趟冲太猛了，接着练，补测我加油！”根据CBA公司的规定，杨政还拥有两次的补测机会，倘若还不能完成，便无法登上本赛季的CBA联赛赛场。

相比之下，贺希宁未能通过体测是因为在速度耐力测试的第四组中有

一次折返未能按照要求踩到边线，被取消了成绩。以贺希宁的身体情况以及体能状况而言，在补测中顺利过关应该不成问题。

在中国篮协副主席宫鲁鸣看来，这次测试中个别运动员没能过关，还是反映出平时的功底不够，“像周鹏这样的老运动员一口气全过，不能因为个别运动员没过就‘因噎废食’，就认为测试有问题。不是测试出问题了，而是运动员出问题了。测试的这些项目都是最基础的，标准也不高。竞技体育没有捷径，必须全力以赴、吃苦耐劳。要想提高水平，需要吃大苦。”

值得一提的是，此次体测不乏王奕博、刘懿霆等球员出现了受伤的情况，这不禁让人联想起之前李晓旭、张兆旭等球员在体测过程中受伤的场景。不过相较于彼时外界对于体测的口诛笔伐，如今球迷们的态度更倾向于支持CBA联赛推动体测，而其中的缘由很大程度上是因为中国男篮近年来在国际赛场上的表现实在过于令人失望，而体测自然而然就成了一条督促球员们努力训练的“鞭子”，虽多少显得有些无奈，但似乎也成为了当下谋求转变的方式之一，至于收效如何，还留有时间去进行检验。

