



申花集中，新人陆续亮相

——外援、助教、理疗师揭开面纱，已敲定四场热身赛

上海申花队为期一个多月的“寒假”接近了尾声，今天，将士们收假集中。距离新赛季的第一场比赛——超级杯(2月7日)开赛还有一个月的时间，在享受了一段难得的休整时光后，申花的2025赛季已然在不远处招手。

专题撰稿
本报记者 车玉玲

韦列坚尼科夫 出任申花助教

按照球队的要求，申花将士今天需要都回到上海。相信每一位球员都会怀揣着对新赛季的憧憬和期待，精神饱满地回归到这个大家庭中。

明天，在上海嘉会国际医院接受完全且细致的体检后，球队将延续上赛季的模式，直接前往上海UFC精英训练中心。在这里，全体球员进行全方位的专业体测。体测的项目涵盖多个方面，包括耐力、力量、速度、敏捷性等。这些测试数据将成为评估球员身体状况的重要依据，教练团队会根据测试结果，为球员们量身定制有针对性的身体机能强化训练计划。通过科学合理的训练安排，进一步提升球员们的身体素质，也是让球员们慢慢恢复到比赛的状态中去，为即将到来的新赛季做好充分的准备。

1月9日，球队将奔赴海口，在海口观澜湖足球训练基地开启冬训计划。那里气候宜人，场地条件优越，是球队进行集中训练、磨合战术的理想之地。此次冬训预计将持续到1月27日，随后球队返回上海。

此前，中国足协公布了最新一期男足国家队的32人集训大名单以及U20国家队28人集训大名单，上海申花足球俱乐部总计有九名球员入选。其中，朱辰杰、蒋圣龙、杨泽翔、徐皓阳、汪海健和费南多六名球员入选了



由伊万科维奇执教的国家队。他们将于1月9日至18日进行集训，直至1月19日归队后再参与合训。这一安排意味着，这六位球员将缺席申花队上半阶段的训练。不过，好在申花安排的几场热身赛恰好在这段时间举行。

据记者了解，申花在海口的四场热身赛对手已经确定，1月18日第一场热身赛球队将和中超升班马大连英博过招，而在回国归队后，球队的其他三场热身赛对手分别是青岛西海岸、北京国安和天津津门虎。

对于球队而言，这几场热身赛具有至关重要的意义。如何充分利用这些比赛来增进球员之间的默契，成为了教练组需要深入思考的问题。毕竟，足球是一项团队运动，默契的配合往往能够在关键时刻决定比赛的胜负。同时，通过热身赛优化主力阵容的排兵布阵也是关键所在。教练需要根据球员的特点和状态，找到最适合的阵容组合，以应对新赛季多线作战的各种挑战。

技战术的优化升级同样不容忽视。在现代足球的发展潮流中，不断创新和改进战术是保持竞争力的重要

手段。教练团队需要通过这几场热身赛，观察和分析不同战术的效果，从而找到最有效的打法。

据悉，申花教练组新赛季前会有新成员加入。在瓦西里·别列祖茨基宣布离队之后，斯卢茨基很快便确定了新的助理教练人选。奥列格·韦列坚尼科夫球员时代曾数次荣获俄超联赛最佳射手，退役后曾辅佐过主帅斯卢茨基，在喀山红宝石有过合作经历。与瓦西里·别列祖茨基侧重防守不同，奥列格·韦列坚尼科夫更擅长于进攻训练。



奥列格·韦列坚尼科夫

2025年的第三天，远在玉溪的云南玉昆队悄无声息地开启了又一期集训，而这已经是这支球队升入中超之后的第二次集训了——对作为“升班马”的玉昆队来讲，“先下手为强”的意义不言而喻。同样“先下手”的，还有这支球队在转会市场上的动作。于是，来自上海申花的门将马镇出现在了玉昆队的集训队伍之中，并且有望在新赛季挑起为这支云南球队镇守龙门的重任。

专题撰稿 本报记者 李冰

走“马”换将，“镇”守云南

最近几天，一张申海上赛季的替补马镇身穿中超升班马云南玉昆训练服的照片传遍了各类申花球迷社区。据悉，新赛季马镇将以租借的形式加盟这支球队，继张威租借天津津门虎之后，马镇也迈出了这一步。

为多些机会上场比赛

从曾经的绝对主力到枯坐替补席，刚刚过去的这个赛季，马镇深深地体会到了没有球可踢的失落与无奈。

整个2024赛季，马镇总共代表申花队出战4场，其中足协杯两场比赛作为轮换门将都打满了90分钟，中超联赛的两场比赛中，一场是在主力门将鲍亚雄被红牌罚下后替补出场，还有一场则是因为鲍亚雄因为红牌被停赛，这也是马镇去年中超唯一打满了全场的比赛。

2022赛季，马镇作为申花队守门员位置上的绝对主力，在中超联赛中21次首发并且全部打满90分钟。2023赛季中超联赛第一场比赛，申花队主场迎战山东泰山，马镇贡献了4次扑救和5次解围，力保球门不失，帮助申花队1比0获胜，取得了一个堪称梦幻的新赛季开局，而他也凭借着那个阶段连续的高光表现，荣膺中超4月“最佳门将”的称号，业内人士也非常看好这位兼具身高和灵活性的年轻门将，认为他只要能够保持这样的表现，入选中国男足国家队只是时间问题。

可惜的是，就在马镇拿到最佳门将之后不久，他在客场与成都蓉城队比赛中的冲冠一怒，被中国足协认定为球场暴力行为，除了5万元罚款之外，更是被停赛五场，对正处于上升期的马镇来讲，这次处罚也成为了他在申花从主力到替补的“分水岭”。

对失去了主力位置的马镇而言，2024赛季无疑是相当艰难的一年，毕竟引发外界对这名申花门将关注的，大多是在场外的新闻而不是场上的表现。也正是因为如此，在接到确定

升入中超的云南玉昆队的邀请并且得到申花俱乐部的同意之后，为了获得一个上场比赛的机会，马镇选择了远赴云南，开启了属于他的冒险之旅。

薛庆浩回归填补空缺

马镇寻找一个能够证明自己的平台的同时，刚刚进入中超的云南玉昆队，也在努力寻找更多的“中超制造”来补强自己。

去年的中甲联赛，云南玉昆队在30场比赛中只丢了20个球，除了相比对手“独一档”的整体实力之外，出生于2006年的年轻门将姚浩洋的出色发挥也起到了相当重要的作用。不过，考虑到2025年是全运会年，姚浩洋作为适龄球员需要参赛，大概率会长期缺席中超联赛，玉昆俱乐部最终放弃了继续租借他的打算，寻找一名能够“即插即用”的中超级别的门将，曾经一度在申花占据主力位置的马镇因此进入了他们的视野，在与申花俱乐部和球员个人诉求达成一致之后，将马镇带回到了云南玉溪。

除了马镇之外，云南玉昆队新赛季的引援目标也锁定在了“中超制造”，去年效力梅州客家的叶楚贵以及沧州雄狮的奥斯卡等球员也基本确定加盟，另外一名上赛季效力长春亚泰队的外援祖伊据传也是玉昆队的引援目标，用玉昆俱乐部人士的话说就是“通过引援尽快缩小与中超球队之间的差距，争取在中超站稳脚跟”。

对申花俱乐部来讲，“放走”马镇更多的还是从球队整体以及球员个人发展的角度做出的选择。不出意外的话，去年租借到南通支云队的门将薛庆浩将在本赛季回归申花一线队，这样一来，在门将位置上，申花队就将同时拥有三名中超主力级别的门将——2024赛季，薛庆浩作为南通支云队主力门将出战23场并且基本打满全场，在马镇租借前往云南玉昆队之后，他完全有能力胜任二门，与鲍亚雄一道为申花队镇守龙门。

保障加码，增设两位理疗师

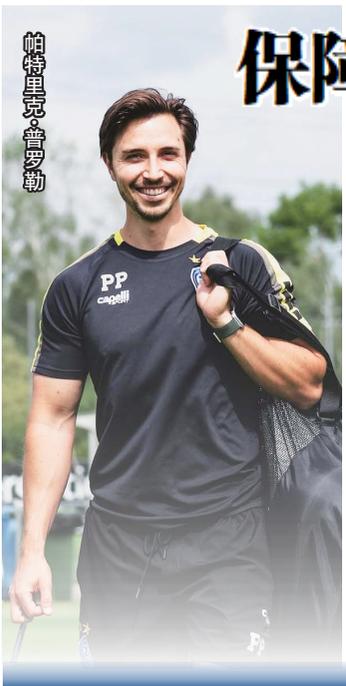
对于新赛季依旧要面临三线作战，且多名国脚还要面临四线作战的申花队而言，球队的医疗保障工作无疑将面临更为严峻的挑战。高强度的比赛和密集的赛程，对球员们的身心是巨大的考验。

为了确保球员们能够保持良好的竞技状态，新赛季俱乐部的恢复保障团队，除了运动医疗主管罗宾之外，还将增添帕特里克·普罗勒和贝图米·卡米尔两名理疗师。帕特里克将全面负责队员伤病恢复工作，另外一位理疗师卡米尔之前和罗宾一起在沙特工作过，加盟申花后，他的工作将主要侧重于几名外援的恢复治疗。若无意意外，这两位理疗师也将于今日报到，并于9日和大部队一起前往海口。

1月4日，原瑞士草蜢首席理疗师

帕特里克·普罗勒在个人社交媒体上宣布加盟上海申花。帕特里克·普罗勒拥有萨尔茨堡大学运动与运动科学学士学位、萨尔茨堡应用科学大学物理治疗学学士学位和萨尔茨堡大学体育与运动科学硕士学位。自2020年起，他一直担任草蜢俱乐部的首席理疗师，同时也是德国私人训练机构BI-YT运动康复教练。相信其丰富的经验和专业的知识，将为申花的医疗保障团队注入新的活力和理念。

新赛季，申花队面临诸多挑战，但同时也充满着机遇。相信在球队全体成员的共同努力下，在强有力的医疗保障支持下，申花队定能在各条战线上都收获不错的成绩，为球迷们带来更多的惊喜与荣耀，用精彩的表现回报球迷们支持与厚爱。



帕特里克·普罗勒

