



103  
107



2024-2025 赛季 CBA 联赛常规赛继续进行，迎来“三连客”最后一个对手宁波男篮的上海男篮最终在客场以 107 比 103 险胜对手，将自己的战绩提升至 26 胜 15 负，继续位列联赛积分榜第 10 位。

本版撰稿 本报记者  
薛思佳 发自浙江宁波

## 客场鏖战“苦主”，取胜有惊无险

# 调整状态，磨砺都是经验



在客场不敌浙江广厦之后，上海男篮马不停蹄地转场至宁波，备战“三连客”的最后一场比赛。连续的客场作战，再加上近期伤病潮导致的人员轮转较为紧张，让上海男篮全队上下多少有些感到疲劳，“毕竟到赛季收官阶段了，每个人都多多少少累积了一定的疲劳。作为教练组来说，在以健康为首要的前提下，帮助大家去调整好状态，以迎接后续更重要的比赛包括季后赛。”

从联赛的积分榜情况而言，排名第 17 位的宁波男篮是上海男篮联赛第三阶段所遇到的对手中，实力相对较弱的一支球队，但事实上就两支球队过往的交锋战绩来看，这支被外界看似“送分童子”的球队却称得上是上海男篮近年来的“苦主”之一。在本场比赛之前，两支球队近三个赛季的 CBA 常规赛中共交手过 9 次，上海男篮以 5 个胜场占据微弱的上风，不仅每个赛季都会在实力不如自己的宁波男篮身上“栽跟头”，本赛季更是在第一阶段遭遇过对手的“双杀”，“首先对手的心态肯定比我们要好，因为他们已经没有季后赛希望了，其次我们最近几年打他们的表现并不是很好，有好几次都输球了，所以心

理层面上对手也不怵我们。”尽管在外界看来，这是一场几乎没有任何胜负悬念的比赛，但上海男篮主教练卢伟却在赛前接受采访时显得相当谨慎。

比赛的进程，一如卢伟赛前所预料的那番。尽管宁波男篮从战绩排名和实力方面都不如上海男篮，但坐镇主场的他们却给大鲨鱼制造了很大的麻烦，并且在半场结束时带着 2 分的领先优势回到更衣室。尽管上海男篮依靠着洛夫顿、王哲林等的内线的强点一度完成反超，但顽强的宁波男篮始终紧咬比分，一度握有绝平的机会，好在对手的三分最终擦筐而出，大鲨鱼也得以惊险过关，“非常紧张、激烈和胶着的一场比赛。对手给我们制造了很大的麻烦，也打得非常顽强。作为我们来说，一个是失误比较多，出现了 20 次；另外就是三分球，一共只进了 6 个，命中率不到 20%。”卢伟说道，“我觉得这场球对于我们几个年轻球员来说，也是一次很好的锻炼机会，特别是后面季后赛快开始了，也希望队员们通过这样的比赛能够吸取经验，得到不同程度的提高。”

## 伤病情况陆续好转 刘铮崴脚虚惊一场

除了胜利之外，更加让球迷感到高兴的，或许是两名伤员布莱德索和李弘权的伤愈复出。

在过去的两场比赛中，布莱德索和李弘权都因伤缺席，这导致球队在人员轮转方面出现了一定的问题，好在经过四五天的治疗和康复，两人都在客场与宁波男篮的比赛中迎来了复出，“两个队员的出战意愿都非常强，像布莱德索在我们客场打完浙江广厦的当天晚上，就通过翻译跟我说可以来打这场比赛。李弘权是上一场就已经跟队了，出于保险起见让他多休息了一场。我之前去他房间看了一下他的伤势，比之前好很多了，所以也是选择让他复出。”随着季后赛的临近，保证球队的健康显然是眼下教练组的首要任务。

伤愈回归后的首场比赛，布莱德索稳定地贡献了 15 分、7 个篮板和 12 次助攻的数据，他在最后时刻的关键上篮，帮助球队锁定了胜局；而李弘权则在替补出场的 29 分钟时间内，9 投 6 中，高效地拿到了 15 分和 7 个篮板，其中第四节拿到了 9 分，包括两个帮助球队稳住场上局面的三分球，“感觉还可以，刚上场的时候可能还在找比赛的感觉，但后面自己慢慢就进入状态了，也是很感谢卢导，让自己能够有时间在场上恢复状态。”李弘权说道。

作为队内最为重要的外线射手之一，李弘权本场比赛投进的两个三分球，占了全队的三分之一。在这个手

感冰凉的夜晚，上海男篮全队一共出手了 31 次三分，只进了 6 个，命中率不足 20%，这与球队整个第二阶段，乃至整个赛季的外线命中率都大相径庭，“命中率有波动其实也很正常，不可能一个赛季都维持着很高的命中率。”李弘权说道，“而且到了赛季后半段，各支球队会更加针对研究我们的打法和套路，包括夹击的一些时机和选择，都是和之前不太一样的。我们就是根据对手不同的防守，来选择我们的进攻方式和投篮机会。我觉得投不进没关系，因为机会都已经传出来了，后面继续投就好了。”

除了上述两人之外，上一场比赛不慎踩到裁判，从而导致崴脚受伤离场的刘铮，也参加了中国台北队和关

岛队的亚洲杯附加赛。在结束与浙江广厦的比赛之后，刘铮在第二天上午按照原计划返回了中国台湾省，并且由相识的医生对伤势进行了进一步的检查和治疗。最终在与医疗团队以及教练组沟通之后，脚踝伤势并不严重的刘铮替补出



战了中国台北队的亚洲杯附加赛。在登场的 15 分钟时间内，刘铮拿到了 5 分、3 个篮板和 1 次助攻，帮助球队以 114 比 74 轻取对手，基本锁定了一个亚洲杯的参赛资格。根据安排，中国台北队将在今晚对阵泰国队，而刘铮也将在参加完本场比赛之后，于明天返回上海，跟随球队一同备战后续的 CBA 联赛。

## 季后赛席位全部落定，上海男篮冲刺前八

在战胜宁波男篮之后，上海男篮于昨天乘坐大巴返沪，备战今晚与北京男篮的主场赛事。

本赛季相继引入周琦、陈盈骏等强力内援的北京男篮，在近期已经取得了一波十连胜的战绩，其中中国手曾凡博的表现最为抢眼。根据统计，自第三阶段以来，曾凡博在场均 36.1 分钟的时间内，可以贡献 21.6 分、4.9 个篮板、2.2 次助攻和 1.6 次盖帽，以 55.3% 的三分命中率，场均投进 3 个三分，状态极其火热，而他势必也将成为上海男篮重点盯防的对象之一。

在本赛季 CBA 联赛常规赛的前三次交手中，上海男篮遭遇了北京男篮的“三杀”，不过其中有两场比赛都发生在第一阶段，而最近一次的交锋则是上海男篮“背靠背”作战，最终受制于体能方面的影响，再加上王哲林

因伤缺席，以 98 比 108 输给了对手。值得一提的是，在那场比赛中，洛夫顿只拿到了 10 分和 8 个篮板，一时间外界响起了“洛夫顿被研究透了”的声音，而洛夫顿也在接受采访中对此给出了自己的回应，“我不会在乎外界说了什么，我只会专注于比赛当中。我们球队打的是团队篮球，互相支持，互相帮助。我在全明星赛的时候也碰到了北京队的球员，我告诉他们后面还有一次交手，我们到时候走着瞧。”

坐镇主场对阵北京男篮，上海男篮全队上下争胜的决心不言而喻，一方面是为了避免被对手完成赛季“四杀”，另一方面则是力争在联赛积分榜上提升自己的名次。截至目前，本赛季 CBA 联赛的 12 个季后赛名额已经全部出炉，南京男篮成为了最后一支

锁定季后赛席位的球队，这也是他们建队历史第一次闯进季后赛。

根据联赛积分榜的排名情况，少赛一场的上海男篮暂时以 26 胜 15 负，积 67 分位列第 10 位，距离身前的浙江稠州仅差 1 分，距离第八的青岛男篮也只差 2 分，完全有机会后来居上，进入前八名次，去争取一个季后赛附加赛的主场席位。“现在大家的积分都非常接近，可能每一轮常规赛结束之后，都会发生变化。作为我们来说，还是专注于眼前的每一场比赛，每场胜利都很重要。我们也不会说去挑谁打，我们也没有这个资格，还是做好自己，季后赛碰到谁就打谁。”李弘权说道，“另外，健康也是非常重要的，就像卢导说的，在健康的前提下去找自己最好的状态，为季后赛做准备。”

