



# 全运折桂，上海三篮领先全国

## ——“上海力量”强强联手，职业联赛奠定基础

## 群策群力 效果显著

事实上，这枚全运会金牌的背后，可谓多方群策群力的结果，教练组方面除了彭飞担任主教练之外，在巴黎奥运周期内担任中国三人男篮主帅的王占宇以助理教练的身份参与其中，而参赛的四名球员再加上替补张佳豪则全部来自上海横沙普民和上海久事两家俱乐部。

自2022年开始，来自上海的这两家篮球俱乐部就轮流坐庄，从未让超三联赛的总冠军旁落他家，而本次全运会决赛阶段的参赛球队中，除了上海队之外，包括像第三名湖北以及重庆、四川等球队都有这两家俱乐部的队员参赛，足可见上海在三人男篮项目上的领先优势。

进入洛杉矶奥运周期，中国三人男篮队采用了全新的备战策略，以俱乐部为主体征战比赛，选材模式更接近现代三人篮球的趋势，而上海横沙普民篮球俱乐部则承担起了这一责任，球队主帅孟声林开始担任中国三人篮球国家男队代理主教练，大部分队员也开始代表国家队征战世界比赛。

在今年的国际篮联三人篮球亚洲杯和世界杯比赛中，从主教练到参赛队员无一例外都是来自上海的这两家俱乐部，并且全部创造了中国三人男篮新的历史。在亚洲杯上，由郭瀚宇、颜鹏、张殿梁和相智超组成的中国三人男篮拿到了亚军的好成绩，而在世界杯上，郭瀚宇、吴星锐、张殿梁和相智超又帮助中国三人男篮首次跻身世界前八的行列。

除此之外，由上海横沙普民俱乐部牵头组建的上海队和崇明队均参加了今年的FIBA 3×3赛事，在多站挑战赛和大师赛均有着不俗的发挥和表现，其中崇明队还入围了国际篮联三人篮球男子系列赛总决赛。

从国内的超三联赛、全运会，到世界赛场的世界杯、FIBA大师赛，男子三人篮球赛场上的“上海力量”已然成了不可忽视，乃至领先全国的存在，而我们也完全有理由相信属于上海三人男篮的辉煌篇章才刚刚开始，未来仍有着无限可能性等待着他们去创造。

北京时间11月15日，第十五届全运会男子三人篮球项目决赛在上海队与山东队之间展开争夺，最终由彭飞挂帅，颜鹏、郭瀚宇、朱渊博和马典成组成的上海队以20比18惊险取胜，凭借五战全胜的战绩，为上海市代表团再添一金。

本版撰稿  
本报记者 薛思佳

## 克服伤病 高效磨合

在本届全运会开打之前，上海队就被不少业内人士视为本次夺冠的最大热门人选，拥有四位国手级别球员的他们，不仅实力出众，更有着丰富的比赛经验，但事实上这支冠军之师的全运征程并不像外界所看到的那样轻松。

今年亮相全运会舞台的上海队，由上海久事和上海横沙普民两家篮球俱乐部联合组建，凝聚了两支球队的精英力量，但与此同时，因为球员代表不同的球队参赛，尤其是马典成一直都代表上海久事大鲨鱼征战CBA联赛，因此球队合练的时间少之又少，“我们直到全运会开赛一个月才正式合练，其间我的脚又受伤了，歇了差不多一周，所以一起磨合的时间还是挺紧张的。”除了马典成之外，朱渊博同样在备战期间遭受了严重的伤病困扰，以至于在比赛期间打了两次封闭，才坚持完赛，“朱渊博在10月份参加FIBA大师赛的时候受了伤，一直在进行恢复治疗，到11月5日才正式跟队进行对抗训练，而我们是11月9日出发去的比赛地，可想而知这个合练时间是非常短的。”上海三人男篮主帅彭飞说道。

虽然时间紧、任务重，但得益于之

前有过预赛阶段的磨合，再加上颜鹏、郭瀚宇和朱渊博三人之前在巴黎奥运周期一直代表中国三人男篮在世界各地征战，因此彼此之间的化学反应在短时间内就能够达到一个不错的程度，小组赛期间更是轻松拿到两连胜。不过让球队多少有些出乎意料的是，上海队在淘汰赛首轮就碰到了实力强劲的广东队，“对于广东队，我们在前期就做了很多的准备工作，包括比赛视频的收集，以及现场观看他们的比赛，了解每个人的打法和习惯，但确实没想到会这么早就碰到他们。”面对由陈国豪领衔的广东队，上海队最终历经苦战，以22比17力克对手，晋级四强，“其实我们这届全运会最难打的一场比赛就是对广东队，确实对手的实力很强，整体性也很好，但早晚碰比晚碰强，可能越到后面，对大家的心理压力不一样。赢下比赛之后，大家的士气也很高，也是一件好事。”

半决赛迎战王哲林所在的福建队，上海队全场命中七个两分球，以22比14战胜对手，随后面对小组赛曾经战胜过的山东队，球队又咬牙顶住了对手最后时刻的反击，将金牌收入囊中。值得一提的是，颜鹏在半决赛期间就扭伤了自己的左脚，决赛中他的右脚又在一次进攻回合中不慎崴到，但他还是坚持到了比赛结束，继四年前陕西全运会代表联合队夺金之后，成功实现了卫冕，“全运会四年一届，确实非常珍惜这样的机会。相比于四年前，这一次是代表上海队出战，我从小就是在这里长大的，是上海市体育局和俱乐部培养的我。上了球场，我没有任何的想法，就是倾其所有，拼到最后一秒，要把这块金牌拿到手。”短短一个月的时间，颜鹏先后获得了2025赛季超三联赛总冠军和第十五届全运会的金牌，他的喜悦之情在赛后溢于言表，“这一年确实非常忙碌，一直都在比赛，但好在结果都很圆满，现在就想好好休息一下。”

## “团结是我们胜利之匙”

相较于颜鹏的成功卫冕，来自上海横沙普民的郭瀚宇和朱渊博都是第一次站上全运会的最高领奖台。四年前的陕西全运会，朱渊博代表上海队拿到了一枚宝贵的铜牌，而他在争夺第三名的比赛中战胜的正是郭瀚宇所在的山东队。四年之后，两人并肩作战，不仅为上海队拿到了一枚沉甸甸的金牌，同样也在个人的荣誉簿上添上了浓墨重彩的一笔，“全运会金牌一直都是我自己追求的目标。山东队是一支非常有实力的队伍，即使落后也一直没有放弃，跟我们咬到了最后，所以夺冠的一刻确实心情非常激动。”待心情平复之后，郭瀚宇又恢复了一如既往的冷静和沉稳，“竞技体育世界里，走下领奖台就意味着全新的开始，所以我们还要继续努力。”

作为郭瀚宇在俱乐部的队友，朱渊博同样功不可没。在与山东队的决赛中，他一人独得全场最高的9分和7个篮板，帮助上海队实现了登顶的目标，“等了四年，就为了这一场。”据主教练彭飞透露，朱渊博在出征之前就和自己说，希望这一次能把四年前的铜牌换个颜色，而他最终也兑现了自己许下的诺言，“作为一名非科班出身的球员，能够站到全运会的最高领奖台上，确实有种圆梦的感觉。”

事实上，随着近年来三人篮球项目在国内的快速发展，再加上超三联赛、FIBA挑战赛和大师赛等一系列赛事的开展和进行，中国三人篮球的整体水平正在逐年提升，因此比赛的激烈程度和观赏性也越来越高，这对于志在冲金的上海队而言，想要完成目标的难度也是越来越大，“四年前这个项目可能还处于发展的初级阶段，但经过这四年的发展，这个项目整体的发展和进步很大，确实能够感受到比赛的强度越来越大。而且全运会相对

来说，四年一届，给到你的容错率很少，可能稍有差池，就错过了这个机会。”上海队主教练彭飞表示虽然身上有成绩方面的压力，但他始终相信麾下的队员们能够完成最初的目标，“压力肯定是有的，尤其是到了赛区之后，无论是我们教练，还是队员们的压力都要比之前更大。但还是通过自己不断地调整，彼此之间的相互沟通，去进行排解。实际上，他们四个人过去四年所取得的进步和提高，大家都是看在眼里，只要正常把训练中的内容发挥出来，我对球队的整体实力还是很有信心的。”

当终场哨响的一刻，彭飞笑称自己心中的那块石头终于落了地，而他也毫不吝啬自己的赞美，给到参赛的四位队员，“团结是我们的胜利之匙，这个队伍从我接手之后，就能感觉到他们的凝聚力很强，所有人的心都聚在一起，力都往一处使。”彭飞坦言四名球员每场比赛对自己的定位很清晰，目标也很明确，在场上更是互相扶持，互相信赖，“从小组赛到淘汰赛，一共五场球，每个人都有自己的闪光点，都为这支球队贡献了所有，这是让我最为欣慰，也是最为感动的。”



本版摄影 李铭坤

