1/4决赛将战中国台北，取胜即可直通世界杯！

含金量十足 三连胜

中国女人不是天生要强，我们是天生就很强！

女足亚洲杯小组赛结束，中国女足3战全胜晋级8强，1/4决赛的对手将是中国台北女足，比赛时间为北京时间3月14日周六13点，胜者将直通女足世界杯。

2比1赢朝鲜是中国女足国家队在米利西奇上任后表现最好的一场比赛，也是最重要的一场胜利。距离卫冕，还差三场胜利。梦想要有，信心也要有。

本报记者 林龙

亚洲杯分组和赛程出来后，中国队面临的困难也就成了“阳谋”。无论卫冕还是晋级半决赛，战胜朝鲜都成为“华山一条道”。恭喜中国女足的姑娘们，这条困难的道路已走完一半，但行百里者半九十。如足协主席宋凯赛后看望球队时所说，接下来还应“再接再厉”，“深刻总结这些年与朝鲜队的胜负经验教训。”

同组的孟加拉和乌兹别克斯坦都对中国和朝鲜构不成威胁。但因为亚洲杯前两年的成绩不尽如人意，尤其去年在温布利遭遇0比8的惨败。所以，米利西奇的这支队伍能否在两个弱队身上拿到更多的净胜球，外界并不看好。事实也证明了这一点，中国队两场比赛总比分5比0，朝鲜是8比0，我们处于劣势。这意味着我们必须战胜朝鲜才能赢得小组头名、继而在1/4决赛中避开A组第二名的澳大利亚。但何其难也？上一次在亚洲杯战胜朝鲜还要追溯到20年前，而最近对朝鲜的比赛我们遭遇三连败，尤其是奥预赛小组赛输给朝鲜直接导致水庆霞的离任。

外界对此难度的认知在赛前高度统一，无论媒体还是球队内部。米利西奇表示要“全力以赴”才可能赢，一些老队员则强调了“创造性”的重要。但正如比赛所展现的，被称作“神秘之师”的朝鲜队，其“神秘”主要体现在外界知之甚少，并不代表其强大。朝鲜队的身体素质好，作风硬朗，精神属性强，这都在比赛中得到展现，但战术打法不算先进，基本就只走两个边路。而中国队能战胜朝鲜，靠的也正是“以彼之道还施彼身”。就是硬碰硬，更“硬”的我们笑到了最后。

此前在深圳一个多月的集训卓有成效，队员体能都被调整到最佳。身体我们不吃亏，所以就敢于在每个环节都“拼刺刀”，对抗性全程拉满。而且做好二点球保护，所以朝鲜队整场比赛都踢得很难受，除了那次反击。加之外界的不自信也激励了女足，老女足“铿锵玫瑰”的精神被她们很好继承并展现出来，高昂的斗志一直保持到终场。

意志品质和团队精神让我们防住了朝鲜队的所有攻势——除了那次反击。而我们的两个进球都来自定位球，设计和配合都值得称赞。但战胜朝鲜最重要的一点还是，狭路相逢勇者胜。我们比朝鲜更硬——无论作风还是战术。接下来的1/4决赛，中国队会遇到中国台北队，顺利晋级半决赛的难度也不大。如果朝鲜1/4决赛赢了澳大利亚，那么我们将会在半决赛再遇朝鲜。宋凯建议的“总结经验教训”就很有必要。而当我们再次越过朝鲜，卫冕也就大有希望了！

米利西奇渐入佳境

三场小组赛，中国队渐入佳境。2比0小胜孟加拉是首战，状态出来慢情有可原，而且球队也有保存实力的考量。次役对乌兹别克斯坦3比0赢的“不过瘾”，但有明显进步。对朝鲜的“决战”，中国队毕其功于一役。不仅赢得小组头名，为晋级四强暨世界杯直通车入场券打下坚实基础，之前对朝鲜队的三连败之痛也尽可抛在脑后。

这不仅是中国队在本届亚洲杯表现最好的一场，更是米利西奇上任近两年来的最好一场。此前他带队主要踢了两个赛事，一是去年4月份的“永川四国锦标赛”，他带队赢得冠军，但对手实力不够强。二是去年7月份的“东亚杯”，中国队平韩国和日本，赢中国台北队，最终获得亚军。这两个赛事，竞技价值不高，而且喜忧参半，但去年温布利对英格兰的友谊赛遭遇0比8惨败，这让米利西奇的风评如自由落体般直降，中国足协甚至一度考虑换帅。虽然最终米利西奇留任，但足协依然安排了王洪亮和区楚良进入教练组以“辅助”他征战亚洲杯。

尽管舆论不看好，但米利西奇还是保持了平常心。他在赢朝鲜的比赛之后直面了这一问题：“我不理会外界怎么说，这不是不尊重，而是我一直以来的工作态度。我相信自己，相信队员，我有丰富的国际比赛经验。”米利西奇的“经验”在小组赛阶段得到相当充分的证明。首战表现不佳，一是大赛惯例，东道主澳大利亚和日本队的首轮也遇到困难；二来也是保存实力。第二场比赛面对实力更强的乌兹别克斯坦，米利西奇更换九名队员，这映衬出首战的战略选择。但3比0领先乌兹别克斯坦后，中国队开始保守，这也是战略的一部分。而对阵朝鲜，中国队首发再做多处调整，但能看得出，出场的都是前两场比赛各个位置表现更好的队员。

从三场比赛的走势和节奏来看，米利西奇是认真思考过的，排兵布阵也做出很好的选择。而且，中国队在对朝鲜比赛中全场拿捏对手。不仅对抗中不吃亏，尤其是做好每一次的二点保护，更重要的是三条线距离始终保持得很好，除了被朝鲜打反击的那次意外。这种战术布置，以及球队的执行能力，都能证明米利西奇绝非外界所非议的“混子”。

虽略显夸张，但依然可说2比1赢朝鲜让米利西奇“一战成名”。1/4决赛难度不大，如果进入四强而搭上去世界杯的直通车，米利西奇留任的可能性会很大。如能晋级决赛并成功卫冕，米利西奇或“一战封神”也未可知。但不管怎样，米利西奇正渐入佳境，未来值得期待。 ·林龙·

胜负乃赛场常事，透支才是隐忧

——解读王曼昱首轮失利

3月10日，2026年WTT重庆冠军赛正式开赛。本次赛事，中国乒乓球队派出7男7女阵容出战。首个比赛日，女单赛场便爆出大冷门，世界排名第二的王曼昱0比3不敌日本选手大藤沙月，止步32强。

山城重庆的空气中，带着几分火锅与市井交织的烟火气。这场女单首轮较量，赛前并未被视作焦点对决。今年年初多哈冠军赛，王曼昱曾直落三局战胜大藤沙月；无论世界排名、大赛履历还是综合实力，她都占据明显上风。但本场比赛进程却与预期相去甚远，整场比赛耗时不长，王曼昱以7比11、5比11、3比11连丢三局，意外止步首轮。

特派记者 程超 发自重庆

程超 摄

大藤沙月战术针对性强

2004年出生于日本福井县的大藤沙月，是日本女乒近年崛起的年轻选手。身高1米52的她，身体条件并非传统意义上的乒乓球“好苗子”，却凭借后天刻苦训练，在国际赛场逐步站稳脚跟。受父亲（乒乓球俱乐部教练）影响，大藤沙月从幼儿园便接触乒乓球，年少时加入福井当地知名俱乐部，曾在全日本锦标赛学生组斩获亚军。

赛后混采区，面对媒体追问，大藤沙月直言赛前从未想过能3比0取胜，原本目标只是赢下一局，最终结果让她自己也十分意外。她透露：“上一次交手，我发球以短球为主，今天多发了长球；接发球上，上次偏消极、搓球偏多，这一次我更多用拧拉和反拧去处理。”

比赛中，大藤沙月战术执行坚决，近台快攻与发球抢攻命中率高。即便第二、第三局一度被王曼昱追分，她也能迅速稳住心态、掌控局面。她坦言，第二局被追分时曾有些紧张，但第三局逐渐冷静下来。对于击败国乒顶尖主力，大藤沙月表示这是职业生涯的重要突破，内心非常开心，这场胜利也将让她在日本女乒激烈的队内竞争中占据更有利位置。

理性看待，主力透支需休整

客观复盘这场失利，王曼昱的表现远未达到正常水准，技术衔接、节奏把控均出现漏洞，而核心原因，是近期连续高密度赛事带来的体能与精力双重透支。作为国乒女队绝对主力，王曼昱近期从国际赛事到国内比赛接连作战，几乎没有完整休整时间，长期处于高强度训练与比赛的连轴转状态，身心已逼近极限，这也是她本场状态低迷的直接原因。

一场冷门，不应否定王曼昱的整体实力与过往战绩。作为奥运冠军，她的技术厚度、大赛韧性有目共睹，是国乒女队不可或缺的核心。此次重庆冠军赛首轮出局，既是对手超常发挥、战术针对性极强的结果，也是自身体能透支、状态起伏的客观体现，属于职业赛场正常的竞技波动。

自2019年瑞典公开赛不敌伊藤美诚后，王曼昱面对日本女将已保持多年不败。横跨东京、巴黎、洛杉矶三个奥运周期，她对伊藤美诚16胜2负、对早田希娜5战全胜、对张本美和11战全胜，对阵日本主力的战绩堪称出色。

这场失利，并非王曼昱真实实力的体现，更不是技不如人，而是运动员长期高强度作战后，身体发出的一次“预警”。职业乒乓球队员的体能储备、精神专注度，直接决定赛场表现：连续作战容易导致反应变慢、专注力下降、战术执行打折，即便顶尖选手也难突破生理极限。王曼昱作为国乒核心，承担着繁重赛事任务，长期透支不仅影响单站成绩，更存在伤病风险，及时休整调整势在必行。

职业体育本就胜负无常。一次爆冷出局，反而能帮助队伍看清问题、查漏补缺。大藤沙月的胜利，是日本年轻选手拼搏与精准备战的成果，也印证着世界乒坛竞争日趋激烈；王曼昱的失利，则更多是体能透支下的正常波动，并非实力差距。期待王曼昱尽快得到充分休整，调整身心状态，早日重回巅峰；也期待国乒教练组合理规划后续赛程，做好主力队员的体能管理，助力队伍在后续关键赛事中再创佳绩。