



笔墨美加

2026年世界杯特刊

西班牙队“放大招”抗高温



06·16 00:00 西班牙VS佛得角 梅赛德斯-奔驰体育场

回来了，全回来了，随着奥萨苏纳边锋穆尼奥斯的回归，西班牙队26人全部回归训练场，都能在对佛得角队的小组赛首战中出场，而要知道就在三周前，当西班牙主帅德拉富恩特公布世界杯大名单时，伤病阴影还像一块大石压在所有西班牙球迷心头，现在这块石头终于被搬走了。

本版撰稿 特约记者 谢勤德

伤病问题解决了，现在西班牙队最大的对手是天气。西班牙队在小组赛阶段的三场比赛被安排在两座大城市进行，从湿热的亚特兰大到高海拔的瓜达拉哈拉，虽然前两场比赛都在亚特兰大踢，球场配备了空调系统，但赛前踩场训练、往返大巴、室外热身这些环节同样让人头痛。

北京时间6月16日零点，即当地时间正午12点，西班牙队将在亚特兰大的梅赛德斯-奔驰体育场对阵佛得角队，届时湿度预计将超过百分之七十，体感温度将超过33摄氏度。

好消息是梅赛德斯-奔驰体育场配备了空调系统，比赛时球场内部温度可以控制在理想范围内，坏消息是训练场没有空调，如果将训练时间安排到温度更接近比赛温度的晚上，球员的生物钟又是个问题，球队只能选择按照比赛时间来训练。

第二场对沙特阿拉伯队还是同一球场，还是正午12点开踢！第三场对

乌拉圭队则将移至瓜达拉哈拉的阿克伦体育场进行，比赛时间为当地时间20时，气温虽然低了，但瓜达拉哈拉海拔1566米，低氧环境对体能的消耗会更大。

为了提前适应，德拉富恩特把世界杯前的最后集训地选在了查塔努加，气候条件与亚特兰大非常相似，湿热多雨，体感温度高，球队在那里进行了一周的适应性训练，让身体提前进入湿热模式。

更重要的是球队找来了高科技装备，使用了一套为F1赛车开发的新型降温系统，由背心、外套和护脚套组成，训练时穿上可以显著降低体感温度，这套系统在查塔努加的训练中得到的球员反馈相当积极。

此外值得一提的是，如果西班牙队以小组第一出线，他们的对手将是J组第二或L组第二，前者的话将回到亚特兰大，后一场成真则将安排在洛杉矶，两座球场都有空调！但如果只能以小组第二身份出线，则要去迈阿密踢32强赛，而迈阿密的硬石球场是没有空调的！

球员不忌讳立下夺冠宏愿

作为2024年欧洲杯冠军，西班牙队理所当然地成了本届世界杯夺冠热门之一，在欧洲杯夺冠后的两年里，西班牙队没有像许多冠军球队那样滑落，反而在德拉富恩特的调教下变得更加成熟。

西班牙名宿们就不说了，德国传奇马特乌斯预言德国队能进半决赛：“然后被西班牙队击败，他们和法国队是最有希望夺冠的。”阿根廷主帅巴尔达诺说只要亚马尔和尼科保持健康，西班牙队就是最大的夺冠热门，“但如果他们不能摆脱伤病困扰，西班牙队就有可能回到之前控球越多越没威胁的怪圈。”

意大利名宿马特拉齐说西班牙队是弱点最少的，没有任何球队有把握击败西班牙人。巴西名宿里瓦尔多认为德拉富恩特的球队是最平衡的，伤病或许是西班牙人的最大敌人，但球队赛程有利，前两场小组赛强度低，有

利于伤员找回状态。

更有趣的是西班牙球员纷纷立下了夺冠FLAG，亚马尔说夺冠，自己就蓄胡子：“一年时间太长了，三周差不多。”此外还承诺要送一百副耳机给球迷抽奖。奥尔默说如果夺冠，自己就留长发：“我本来想说染发的，但不久前才染过，所以就换个发型吧。”

留着一头长发的库库雷利亚的承诺正好相反：“要是夺冠怎么庆祝？我肯定不会再染发了，但可以考虑全部剃光。”此外他还表示夺冠的话会将主教练德拉富恩特的头像纹在身上：“初步定是肱二头肌的位置。”

佩德里则说2024年赢得欧洲杯后自己就已经剃了光头——实际上并没有，只是剪了个超短的发型——所以这次不能重复：“这次我会考虑染发，现在有两个备选方案，金色或白色，我还没想好。”巴萨队友加维也是承诺夺冠就染发，而且是染成粉红色。



西班牙队用冰背心和冷却靴套对抗高温天气



但实际上也可以在训练或比赛前使用



这些靴套同样具有隔热作用

亚马尔暂时无法满血出战

当时最让人揪心的是亚马尔，巴萨边锋在4月22日对阵塞尔塔的西甲比赛中拉伤右大腿股二头肌，5月25日公布大名单时，亚马尔虽然入选，但实际上还没有恢复正常训练。直到6月11日，也就是世界杯首战前四天，亚马尔才在查塔努加的训练基地与队友们完成了首次合练。右腿虽仍绑着绷带，但从公布的视频来看，无论变向、急停还是冲刺一气呵成，得到了队医开出的出场许可，但建议出场时间控制在30分钟以内。

球场另一边，左边锋尼科·威廉姆斯的伤病与亚马尔几乎如出一辙，5月初拉伤股二头肌，6月11日与亚马尔一同回到了合练队伍中，不过尼科

的恢复进度稍快一些，目前已经能够完成全对抗训练，德拉富恩特也在战术演练中把他放进了替补一组，这意味着首战对阵佛得角时，尼科大概率会从替补席开始，但随时可以成为后手爆点。

梅里诺在今年1月对曼联的比赛中右脚应力性骨折，当时医生认为他需要休战六个月，基本无缘世界杯，但阿森纳球员恢复情况良好，英超末轮伤愈复出入场比赛大名单，替补踢了半小时左右，一天后德拉富恩特公布世界杯大名单，梅里诺成功入选，首战对伊拉克队的热身赛没有出场，次战对秘鲁队在第61分钟替补出场。

穆尼奥斯则是在4月底对塞维利

亚的比赛中拉伤左腿比目鱼肌，来到国家队后一直单独训练，比亚马尔和尼科的回归还晚一天，队友们以“拍脖子”的传统仪式欢迎他复出，这也标志着他已获得队医的参赛许可，但总的来说他参加首战的概率不大，更可能在小组赛次轮对沙特阿拉伯的比赛中完成世界杯首秀。

相比两年前征战欧洲杯时，这支西班牙队受伤病影响严重，中场大将费尔明因右脚第五跖骨骨折无缘美加墨，老队长卡瓦哈尔也是因为伤病原因，在皇马得不到足够出场时间，未能进入大名单，现在这几位带伤入选的球员如期伤愈，斗牛士军团终于可以轻松口气了。

杀鸡不用牛刀，有足够时间循序渐进

为什么德拉富恩特敢把这么多伤员带到世界杯？因为赛程，西班牙队首场小组赛对手是世界杯新军佛得角队，第二场小组赛对手是沙特阿拉伯队，最后一轮才是小组最强敌乌拉圭队，这个抽签结果给了西班牙队充分的轮换空间——伤员们虽然都回来了，但没有人会傻到让他们在首战就踢满90分钟。

西班牙队对阵佛得角的首发阵容已经基本确定，除非出现重大意外，首发11人将与热身赛对秘鲁队的上半场阵容一致。门将将是乌奈·西蒙，他的主力位置不可撼动。后防线从左到右是库库雷利亚、拉波特、库巴西与略伦特，其中库库雷利亚与拉波特是两

年前欧洲杯主力，库巴西与略伦特分别取代了勒诺尔芒与卡瓦哈尔。

中场三人组在身体健康的情况下没有任何悬念，罗德里与法比安·鲁伊斯搭档双后腰，佩德里踢10号位，这也是上届欧洲杯西班牙队的主力配置，只是由于佩德里在四分之一决赛中受伤，奥尔默才在后几场比赛中升任主力。

锋线安排最能体现德拉富恩特的循序渐进思路。上届欧洲杯的黄金替补奥亚萨瓦尔将成为主力中锋，右边锋是巴萨多面手费兰·托雷斯，左边锋是来自马竞的巴埃纳，过去一年时间里，在尼科频繁缺席的情况下，巴埃纳一直都是头号替补，最近六场比赛五

次首发。

这也意味着亚马尔与尼科都将坐在替补席上，由于佛得角实力有限，即便西班牙队不派上最强攻击手，进球也不是什么大问题，取得比分领先后，再让亚马尔与尼科在比赛最后时段替补出场找找节奏，为第二场对沙特阿拉伯队时进入首发做准备，这是最合理的安排。

但也存在另一可能，即久攻不下始终无法破门，比赛强度与节奏并不适合拿来给刚复出的球员找状态——不用担心，西班牙队替补席上还坐着诸多极具实力的球员，比如奥尔默与加维，又比如阿森纳的苏维门迪，德拉富恩特有足够多的牌可打。