

根宝赴韩拉练·开局保持连胜 收官遭遇惨败

吕文君：我们就是来找差距的



由徐根宝压阵，吕文君率领的崇明根宝基地U13“一生一世队”，于9月9日中午乘坐MU5054航班抵达上海浦东机场，结束了本年度赴韩国拉练计划。在13天时间内，他们相继打了七场热身赛，整体表现出色。不过在9月7日下午举行的最后一场教学赛中，他们以1比5负于年龄大一岁的韩国K联赛劲旅蔚山现代队梯队，遭遇此行最大惨败。

作为主教练的吕文君表示：佩服人家！我们就是来找差距的……

专题撰稿 特约记者 张晓露

在本期海外拉练的后半程，全队经历五天四战的魔鬼赛程，为此教练组做了科学分配，通常和对手约定将90分钟比赛分为三节来打，前两节上主力，最后一节上替补，这一安排在9月3日至5日的紧密赛程中显得尤为重要。

从昌原基地开拔，“一生一世队”首先抵达全罗南道的首府光州，于3日上午以上海代表队名义参加“上海-全南光州特别市结对30周年纪念赛”，这是此次拉练的“重头戏”，对手为韩国著名的青训球队光阳制铁中学队。一如之前三场比赛，在面对同年龄中学队伍时，主力阵容出战有明显优势，在打出巨大分差后，教练组提前替换替补上阵，最终还是取得了10比6的大胜。

此后两天，他们马不停蹄转战朝鲜半岛东南隅，两座韩国著名的足球城市釜山和蔚山。先战韩国第二大城市釜山市的U13选拔队，主力阵容较量，崇明子弟2比1取胜。接着次日战老对手蔚山鹤城中学，这是根宝基地球队每次来韩拉练必交手的对象，双方知根知底，最终打成1比1。其中，“一生一世队”还是在主力对阵中取得领先，但替补门将上场不久出现超级失误，被对手捡漏扳平。

一路行来，徐根宝格外“平静”，甚至开始阶段没有和球队一起入驻足球基地，只通过视频给队员们上了半节短“课”。不过在蔚山比赛看到替补门将的失误后，老师终于按捺不住，利用9月6日的休息日给全队上了一堂“战术意识课”。在课上，老师

总结了这次拉练几场热身赛中暴露的问题，提纲挈领地指出韩国球队的优点，他再三强调：胜负比分并不是最重要的，重要的是在对手凶悍的逼抢和快速攻防中“找感觉”，要“端正思想”！他一脸严肃地质问失误门将，被点名的小球员老老实实在地回答：“我上场前没足够准备，有点紧张。”根宝随即敲打：上场之前要有充分的准备，对球场上的瞬息万变也要有足够的预判。还好，比起以往他亲自带队时的“开火”，如今退居“二线”的老师温和了许多，点到为止。

7日下午的收官战，原定为蔚山现代中学的U13队，事实上这支“中学队”是属于K联赛蔚山现代俱乐部的梯队，而且参赛的是他们U14队伍。教练组赛后总结：“不管从身体条件，

脚下能力还是比赛经验，差距都很明显，他们脚下很快，确实打不过！”尽管如此，他们还是用一个后场发动，不间断传球的反击扳回一球。吕文君在自己的微博上发布了这个进球的全过程视频，看上去很容易让人联想到海港队2013中超初赛季的“文武峥嵘”配合进球。

在结束全部比赛任务后全队还有一项特殊安排，在8日晚上观看蔚山现代和积分榜领头羊首尔FC的K联赛，蔚山主场1比0胜出后排名升至第二，可以说是近距离感受了一场K联赛的顶级较量，“感受到大赛的气氛，近距离观察他们的凶狠逼抢，团队战斗精神，场上的接应、断抢、跑位，值得我们学习的东西太多了！”

少帅感受：足球要一步步走，走好

“韩国拉练收获满满，差距还是很大的。作为教练，也有一些感悟，如何让孩子们用正确的方式方法去踢球，去赢得比赛？应该是教练要关注的重点……如果方向对了，一定会水到渠成！这些孩子踢出的足球，是我要的足球，但是还差得很远，需要坚持，需要努力，加油！”在结束了全部热身赛，尤其是“享受”了一场惨败之后的次日，少帅吕文君有感而发，在微博上写下了一长段文字。

半年多时间，吕文君从中超冠军队一线球员转身成为“孩子王”。要知道他的师父在其教练生涯顶峰也不轻易赞扬弟子，更何况是一个刚刚执起教鞭，承担着“中国曼联”梦想的新手？即使吕文君、王云龙等教练组独立带队拿下市运会金牌，根宝的反应

也很平静。不过换个角度看，当根宝跟随球队一路拉练，比赛基本不“遥控”，最终不过给全队上了一节半的“课”，也足够表达老师对少帅团队的认可吧！此前即使是高洪波、范志毅这样的“资深弟子”带队，老师也从未这么“安静”过。

对事业的热爱，是老师认可吕文君，爽快交棒的起点。而近期最让老师认可的，还是吕文君的好学和不知足。韩国拉练初战告捷，吕文君脸上也没有太多欣喜。后来和U15对手交手连败，吕文君反而鼓励全队：“我们就是来找差距的！”一边慢慢向师父讨教“抢逼围，接传转”，一边如饥似渴地对手、从败仗中吸取经验，“人家青训培养人真的有一套东西！在场上他们脚下多从容，我们还处于努力跟上别

人节奏的阶段……光自己摸索是不够的，还是要学他们！”

埋头带队，抬头看向远方的赛场，世界杯目睹西班牙夺冠，吕文君扳着手指头数着：“西班牙整体实力那么强，球星出了一批又一批，还卧薪尝胆十六年！搞足球还是要一步步走，走好！”得知海港小队友李新翔被亚运队征召的消息，第一时间引发他的感慨，当年他等候被国家队征召，“……机票一再改签，坐立难安的等待，只等一个电话即刻就能出发集结，同队友共赴国足战场……最终等来的，却只有遗憾……”弥补少帅遗憾的最好方式，就是今天跟在他身后的几十张稚嫩面孔。

“回上海不放假，咱们继续加油练！”



吴薇 摄

备战亚冠首战 海港周日出征

亚运、亚冠两不误，海港“泰”然处之

过去一周，中国足协先后公布了U23男足亚运名单和成年国家队集训名单，未来一段时间，各队国字号球员也将各自前往驻地报到。另外，新赛季亚冠精英联赛即将于下周中重燃战火，上海海港队的首战对手将是泰国球队拉查武里，本周日，全队就将出发前往泰国备战。

首席记者 刘闻超

国脚亚冠后报到

9月8日，中国足协官方公布了参加国足9-10月集训的30人大名单。相较于6月那次集训，此次名单共有15人调整，一方面，球队继续保持年轻化的改造趋势；另一方面，由于亚运会即将开打，不少国脚已经前往安东尼奥麾下报到。

在这份国足名单中，海港队共有

三人入选，分别是门将颜骏凌、中后卫魏震和蒋光太，其中，颜骏凌的入选并没有因为上届世预赛结束而中断，他的能力、经验、职业素养为各方认可，不仅很快又出战了去年的东亚杯，教练组同时希望他作为老将帮助球队中的年轻球员融入。尽管并未在今年6月的热身赛中出场，但联赛中始终保持稳定状态的颜骏凌，目前来看依然是国足备战明年亚洲杯的主要一员。

魏震在本赛季迎来成熟期，29岁的他在今年联赛中目前为止首发出战25场，只因为黄牌停赛缺席过一轮，其间还贡献了四粒进球。从球员的状态和自信心上来说，魏震是球队的重要储备。至于蒋光太，则相对特殊一些。原本他也进入了6月的集训名单，不过当时刚刚伤愈回归后不满两个月的他再度因伤退出球队集训名

单，此后蒋光太一直在俱乐部中康复，直到8月1日才重新进入联赛替补席。对于他的身体情况，海港方面一直非常小心应对，通过实时监测以及适当的比赛时间，帮助其在回归同时能够尽可能控制伤病复发。

此次集训期间，国足将迎来四场热身赛，首场比赛将是本月24日对阵巴勒斯坦。根据安排，有亚冠赛事任务在身的国脚，将会在首场亚冠精英联赛比赛结束后前往球队会合，其中海港队与北京国安将分别对阵拉查武里和浦项铁人，上海申花则将出战亚冠二级小组赛，对手是淡滨尼流浪者队。

周日出征泰国客场

战平北京国安后，海港全队迎来了简单的休整。本周早些时候，球员

们重新回到基地投入备战。从下周中开始，新赛季亚冠精英联赛就将开打，全队上下都希望能够首场比赛中打出良好表现。

本赛季，海港、国安、申花三队都在联赛中无缘夺冠，而足协杯半决赛要到11月下旬开打，因此从赛程的客观情况来看，并不会对各队出战亚冠造成太大影响，这一点与前两个赛季相比倒是一个明显变化。另一方面，为了鼓励中超球队出战亚冠时能有更好的储备，中足联之前发布新政策，允许征战亚冠的球队临时引进两名专属外援，这无疑是在根本上增强了球队的战斗力和轮换条件。毕竟，过去两个赛季中，整体实力本身就不如亚冠对手的中超队伍在外援名额与薪资规定上都有所限制，客观上造成球队在亚冠赛场竞争力不足。当然，即便增加了两名外援，各队也依然面临着短

时间内的磨合、阵容整体构建等方面挑战。

以海港为例，后腰格劳与中后卫坎波斯都是赛季中期加盟，此前两人已经有相当长一段时间没有正式比赛的刺激，只能通过日常训练来融入球队并保持状态。因此，虽然对于两人的出战抱以期待，但球队在细节上还是比较谨慎。从位置上来说，后腰和中后卫都是海港非常需要增强厚度的地方，格劳与坎波斯的加入能让穆斯卡特在人员轮换上有更大余地。

海港队的首战对手拉查武里是泰超联赛的一支劲旅，不过在泰超首轮比赛中，他们客场1比2不敌阿育他亚联，尚处找回比赛状态的周期中。根据计划，海港全队本周日就会启程飞赴泰国，不过几名入选亚运名单的球员并不会随队前往，而是前往U23国家队报到。