

## 2025乒超联赛各队名单出炉

## 樊振东新赛季双线作战

2025赛季中国乒乓球俱乐部超级联赛将于6月9日揭开战幕,昨天下午,各俱乐部注册球员名单出炉。男团方面,上海地产集团队由樊振东、许昕领衔,这也意味着,超级金满贯樊振东将确定代表上海队参加新赛季的乒超联赛。

此前,樊振东宣布加入刚刚获得欧冠资格的德甲劲旅萨尔布吕肯队,新赛季德甲联赛将于8月23日揭幕。萨尔布吕肯队表示,樊振东将不会参加萨尔布吕肯的所有比赛,但会代表俱乐部参加德甲和欧冠的比赛。因此,新赛季樊振东将在乒超和德甲双线作战。

■ 上赛季乒超联赛总决赛,樊振东代表上海出战  
记者 李铭坤 摄



## 体坛话题

## 乒超即将打响

本赛季乒超联赛将分为4个阶段,在4个不同城市举办。第一阶段:6月9日至11日,河北雄安新区;第二阶段:7月25日至28日,福建省厦门市;第三阶段:8月29日至9月1日,新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市;总决赛:12月26日至28日,江苏省南京市。

比赛采用巴黎奥运会团体比赛方式,均为5场3胜制,单场比赛均为5局3胜11分制。前三个阶段为常规赛,进行双循环赛,排名前4的俱乐部入围总决赛。总决赛为淘汰赛,常规赛排名第1、第2的俱乐部在第3或第4名的俱乐部中选择半决赛对手。半决赛获胜的俱乐部进入冠军争夺战;失利的两支俱乐部不再进行3、4名附加赛,最终排名

按照两支俱乐部常规赛获得的名次先后排列。未进入总决赛的俱乐部最终名次按照常规赛排名。

上赛季,上海地产集团队(男队)和上海龙腾队(女队)双双闯入四强。本赛季,上海男女乒将继续向荣耀奋进。

## 德国反响热烈

目前,樊振东正在德国。萨尔布吕肯俱乐部经理巴鲁瓦关注着樊振东的欧洲行,他表示:“樊振东渴望欧洲冒险,他想在这里打球。”

对于此次樊振东的加盟,德国方面反响热烈。昨天,德国驻华大使馆发文祝贺樊振东加盟德甲联赛,“我们相信,樊振东的加盟不仅是竞技层面的里程碑,还会为整个德国乃至欧洲的乒乓球联赛带来新的光彩。”

巴鲁瓦更是兴奋地表示,樊振东加盟的消息公布才几天,已经收到了如潮水般的电话

和邮件,大家纷纷咨询购买门票、球衣等事项,还有潜在的赞助商邀约。俱乐部的微博粉丝在短短48小时内,从8000人激增至2.5万人,俱乐部在社交媒体上的消息经微博转发达340万人次,热度超乎想象。

樊振东加盟萨尔布吕肯俱乐部,不仅将极大推动欧洲乒乓球运动的发展,为欧洲乒坛注入新的活力,也将为中国乒乓球运动员在职业发展道路上探索出一条全新的路。

在乒坛的传承与接力中,樊振东正接过前辈的旗帜。随着乒乓球欧冠决赛落幕,德甲头号球星波尔正式结束了德甲生涯。44岁的波尔说:“对我来说,中国历史上最优秀的选手是樊振东,他是唯一一个我从未战胜过的对手,交手八次,我输了八次。”

曾陪伴樊振东一起游览德国、观看足球比赛的波尔,如今将接力棒交到樊振东手里,期待他在德国创造佳绩。

本报记者 陶邢莹

不敌萨巴伦卡无缘法网四强

## 小郑的『武器库』该更新了

士别三日当刮目相看,可惜郑钦文没能做好应对变化的准备。北京时间6月3日傍晚的法网女单八强战中,面对采用与上一次交锋时不同打法的萨巴伦卡,中国金花没能延续此前的良好状态,以0比2(6比7、3比6)不敌对手,遗憾结束此次法网征程。接下来,郑钦文将进入草地赛季的备战,若想在最高级别的舞台上拿到更好的成绩,甚至冲击冠军,她最需要完成的功课之一,便是更新自己的武器库。

法网的五场比赛,郑钦文的赛场进程都与一项技术指标有着十分重要的联系——一发。当小郑的一发状态在线,她不仅能较为轻松地得分,也能将更多心思放在调整其他技术环节,赢球也就成了水到渠成的事。然而一旦郑钦文失去发球状态,比赛就会变得无比艰难。

上轮对阵萨姆索诺娃时,郑钦文正是在第三盘凭借出色的一发状态涉险过关,本轮面对实力更强的萨巴伦卡,中国金花的发球状态只在第一盘开局阶段“上线”,此后的比赛,尤其是发球局和抢七局的关键分上,这项她赖以成名的技术,都没能成为得分的利器。正如萨巴伦卡在赛后所言:“每次和郑钦文比赛总是不容易,尤其是她的发球,非常有攻击性。”如今,小郑的发球已经逐渐被越来越多对手所熟悉,如果还是依靠这“一招鲜”,想要在竞争激烈的女子网坛更进一步,恐怕不是易事。

本届法网,在刷新个人最佳战绩的同时,中国金花切身感受到了比赛的不确定性和对手越发强劲的冲击。郑钦文需要让自己有更多得分方式和手段,避免完全寄希望于发球。对郑钦文有利的是,她还处于职业生涯的上升期,仍有不少潜力可以挖掘,也获得了不少宝贵的经验。接下来,就看中国金花和她的教练团队了。 本报记者 陆玮鑫

■ 发球是郑钦文的得分利器 图 新华社



## “打铁”老爷叔用运动对抗岁月

## 67岁的毛宁参赛停不下来

■ 毛宁每年要参加十几场铁三比赛  
记者 李铭坤  
实习生 陶煜洋 摄



## 申动·运动家

67岁的老年人,拥有八块腹肌是什么体验?沪上老爷叔“毛爷爷”有经验。这位老爷叔名叫毛宁,他是上海业余铁人三项领域的高手,身边的人都喊他“毛爷爷”。

铁人三项被很多爱好者称为“打铁”运动,是一项极具挑战性和需要强大意志力的运动项目。勇于挑战自己的“毛爷爷”用雕刻般的八块腹肌打破了人们对老年人的刻板印象。



扫码看视频

## 常年运动

“毛爷爷”参与铁三运动已经十多年。他自豪地说,自己全年无休,每天不是游泳就是跑步。“小时候我经常半夜发烧,扁桃体发炎,然后被爸妈送到医院,后来就开始参加运动,当兵4年也没断过。”

2009年,“毛爷爷”曾经出过一次车祸,7根肋骨和锁骨都骨折,他的运动生涯也因此中断了一年多,直到现在还有9级残疾证。不过身体恢复之后,他又很快投身运动。从2015年开始,他只要中签就会参加上海马拉松,最好的上马全马成绩是3小时32分钟。

2021年,“毛爷爷”曾经参加新疆独库公路自行车比赛,5天要完成570公里的比赛。最终他成功完赛,但也留下一点遗憾:因为全身心参加比赛,只顾骑车却忘了看风景。

可以说,运动改变了这位上海爷叔的人生。从年轻时到现在,马甲线一直是“毛爷爷”的标配,他从19岁至今体重基本保持在65公斤,“可能有时会涨到66、67公斤,但很快就会降下来。”

“别看我67岁了,我这身材还是可以的。”接受采访时,“毛爷爷”撩起上衣,八块腹肌显露无遗。作为老年人,谈到运动的安全经验,他说:“我运动时是要看心率的,而不是看配速,一定要量力而行。”

## 爱上铁三

“毛爷爷”平时参加的运动比较多,除了铁三项目还玩浆板等。2015年,他“入坑”铁三运动,原因也很简单——游泳、跑步、自行车三项都是自己的强项,自此一发而不可收。

2024年,“毛爷爷”加入了一个名叫“欢乐铁三”的俱乐部,他买了一套紫色的铁三比赛服,衣服上印上了“毛爷爷”三个字。

“毛爷爷”总结出了一套自己的训练和调整方法,所以参加铁三比赛对他来说还是比较轻松的,“游完泳之后,换项的时候可以调整呼吸,骑车时坐在车上也可以休息和调整呼吸,体能分配合理的话,最后一项跑步时还能冲刺一下。”

参加奥运标准的铁三比赛,“毛爷爷”的成绩一直稳定在2小时40分钟左右,游泳、自行车和跑步这三项里,他最擅长的是自行车,骑车100公里,对于“毛爷爷”来说算是小菜一碟,“每天吃好午饭,把外孙女哄睡觉了,我一下午就能骑100公里。”

今年5月中旬在上海青浦举行的“长三角国际铁人三项赛”中,“毛爷爷”取得了65岁以上组亚军的好成绩,他也实现了自己赛前“站上领奖台”的愿望,“我的比赛成绩和平时的训练成绩差不多,很满意。”

## 从不服老

目前,“毛爷爷”有个小小的遗憾,那就是70岁以后就无法参加全程铁三比赛了,只能参加半程,他说:“我现在67岁,可以报全程也可以报半程,但我都是报全程,半程不过瘾。”

接下来,“毛爷爷”还有多项比赛要参加,6月7日至8日去常熟参加尚湖铁人三项赛,10月19日参加金山铁人三项比赛,“金山铁三比赛我每年都参加的,也拿过冠军。”算下来,“毛爷爷”每年要参加十几场铁三比赛,此外还会参加许多游泳、跑步、自行车的单项比赛,甚至冬天还会到外地参加冬泳比赛。

年近七旬,还保持着比较大的运动量,家人会不会反对?对此“毛爷爷”笑言,自己的女儿还是“有点抱怨”的,“她担心的倒不是我练得太影响身体,她有时候是抱怨我出去参赛时间太长,影响带孩子。”不过,“毛爷爷”也知道,家人的“抱怨”其实只是玩笑话,“人生短短几十年,我健康快乐了,他们不也省心嘛!”

“毛爷爷”最近很忙,参加比赛、当志愿者、做游泳裁判……他早已把运动当成了生命中不可或缺的一部分。人到老年,就一定要躺平吗?“毛爷爷”用自己的亲身经历鼓励大家:“我这把年纪还能站在铁三赛道上,你还有什么理由不运动起来?”

本报记者 李元春