



2001年，第一次来到汕尾，来自上海芦潮港的12岁少女张东霜初次感受到了全运会的紧张与激情。24年后，她再次站上这片熟悉的赛场，带着蝉联十五运会帆船项目女子ILCA6级冠军的荣耀，为自己的职业生涯画上了最绚烂的句号。七届全运会的坚守，让她从追风少女成长为乘风破浪的冠军。



坚守七届全运，36岁老将张东霜
用冠军结束职业生涯

追梦的人永远年轻

不能割舍的热爱

上届陕西全运会夺冠后，这位老将心中一度空荡荡的。那时的她，对未来感到迷茫，甚至动过退役的念头，却又舍不得离开风、海与帆。教练善解人意，对她说：“先休息一段时间，做点自己想做的事。”于是，在那段悠长的假期里，张东霜“驶”向更辽阔的天地。她想驾驭大帆船去西沙群岛，探索海洋的无限可能；她与朋友做公益推广帆船项目，培养青少年帆船选手；她组队参加了上海帆船公开赛，在团队合作中重新感受航行的乐趣。渐渐地，她愈发清晰自己的初心：帆船早已是自己一生不能割舍的热爱。

“其实我知道，这一届会特别辛苦，毕竟年纪大了。”她笑着说。于是，从冬训开始，她正式归队。为了提升力量，她还刻意增肌，体重增加了足足7公斤。

对抗时间的冠军

再次来到汕尾，张东霜想起24年前那个无所畏惧的自己，如今带着满身旧伤迎风而战，她是全场年龄最大的选手。

预赛第一天，她的手肘筋膜炎发作，之后只能贴着各种各样的肌贴咬牙坚持。决赛首日，她以第三名结束，她对这个成绩并不满意。

“那天我总想着对手怎么样，却忘了自己该做什么。”她反思路。第二天，她迅速调整好状态，听一首舒缓的音乐，闭眼冥想、深呼吸，等风声再次吹起，她已准备好全力以赴。

本次ILCA项目的比赛分为3天预赛、6天决赛。张东霜最终提前两轮锁定冠军，优势巨大。

当她最后一次冲过终点线，与教练徐洪军、朱仁杰的拥抱，凝结了26年坚守的全部情感。24年前的九运会，朱仁杰和张东霜同场竞技，如今朱仁杰已是上海帆船队单人艇主教练。上岸后，上海市水上运动中心主任刘小马、启蒙教练张静等人纷纷上前祝贺。张东霜感慨万千：“能在汕尾夺冠，对我来说，是一个完美的句号。”

就在此时，她的手机亮起——中国首位帆船奥运冠军徐莉佳发来祝贺的消息。那一刻，她的记忆回到了最初。

传承坚守的航线

那个从芦潮港走出的女孩，还清晰记得当年的一幕。为了试训，她坐了5个小时公交车来到青浦淀山湖，被张静教练收入麾下。测试的两个项目，一个是整理数字卡片，考察观察力；另一个是体能测试。她是唯一一个坚持到底、没有走路休息的孩子。

进队后，教练告诉她，帆船队

有“传帮带”的传统，每个人都要选一位“师父”。张东霜走到徐莉佳面前，主动“拜师”。那时的徐莉佳，还不是全国冠军。

“她的自律和认真感染了我。”张东霜说。她见证师姐从全国冠军到世锦赛冠军，再到亚洲首位奥运会冠军，也被她利用业余时间自学帆船知识、苦练英语的劲头深深打动。“她总带着我加练。没有她的帮助，我可能不会那么专注。”张东霜感激地说。

四年前，她回到家乡芦潮港。如今的芦潮港早已变身临港新城，是年轻人追梦的热土。她在滴水湖畔带出一批又一批青少年选手。帆船生涯，是一个圆——起点在芦潮港，归处亦在滴水湖。未来，她将继续投身青少年帆船培养，用自己的故事去点亮更多追梦者的航程。“我的故事，或许只是千万追梦人中的一个缩影。”张东霜说，“但我想告诉每一位正在奋斗的人：无论你选择何种领域，请相信热爱的力量，相信坚持的价值。”

本报记者 陶邢莹



扫二维码看张东霜比赛和夺冠精彩瞬间

八旬根宝想再拿一块金牌

率上海全运男足出征十五运

老帅徐根宝，再度出山。上周日，已经81岁的他亲率上海U20全运会男足队从崇明基地出发，奔赴广东深圳，参加将于11月1日至12日举行的第十五届全运会男子足球U20组别决赛阶段比赛。能否像16年前的山东一样，为上海足球拿下一块闪亮的金牌？老师的回答很是干脆：“虽然难度很大，但我们一定会去拼。”

2009年，徐根宝首次带队出征山东全运会，一路过关斩将，最终捧起冠军奖杯，那支队伍中的武磊、王燦超、吕文君、蔡慧康、颜骏凌等人，也成为海港队夺取中超冠军的中坚力量。巧合的是，当年的全运之路，也正是从广东起步，球队在东莞的预选赛中三战三捷。对喜欢讲“运道”的根宝来说，这里是一个福地。

但显然，根宝如今面临的问题更大。去年年底，法籍教练可从从法国一家青少年足球总监位置上退休，今年年初应根宝之邀返回崇明，出任球队主教练，但受工作签证等方面原因影响，可如今已经离队，导致根宝不得不在81岁的高龄亲力亲为。同时，与当年的根宝基地队伍不同，今年的全运会队融

合了包括申花、海港等多家职业俱乐部的球员，虽然他们经历了联赛的锻炼，平时却很少能参加球队的合练和热身赛，这也让老帅颇为头疼。

这次全运会决赛将分为小组循环赛和淘汰赛两个阶段，上海U20男足和福建、四川、中国澳门分在一个组。从“名气”上看，三个对手似乎都不算国内的传统强队，不过福建和四川两个队都是整体征战乙级联赛的球队，中国澳门则是一支神秘之师，而且还是东道主，肯定都不好打。

出征广东之前，根宝特意率队赴韩国拉练，踢了六场热身赛，结果无一胜绩。离沪前接连与海港B队、河北全运队进行热身，虽然有王汉龙、张俊杰等球员归队助阵，最终也没有赢球。根宝对此有着清醒的认识：“我们是一支注重配合打法的球队，虽然一些主力球员都经过了中超赛场的磨炼，但仍然需要加强和全队的战术联系及默契度。”

对于本届全运会的目标，根宝的态度是：“之前我们立下三大目标，就是勇夺金，有风格，出人才。虽然难度很大，但还是要立志去拼！”

本报记者 关尹



去年年末，海港队庆功会上，徐根宝的弟子将足协杯金牌挂在他脖子上
记者 李铭坤 摄

体坛话题

路易斯真的会离开申花吗？

上轮中超一场让人遗憾的2比2后，申花没能抓住超越蓉城，追平海港的良机，路易斯的脸上写满遗憾。在接受采访时，这位申花前锋眼圈泛红地表示：“不知道下个赛季我还在不在这里。”就是这句话，触及了不少球迷的心弦。虽然本赛季路易斯的表现不如之前，但若真的放这样一位能力不错的外援离开，是否真的正确呢？

自2024赛季加盟申花后，路易斯一直是申花主帅斯卢茨基十分器

重的锋线球员，只要身体状况允许，俄罗斯教头基本都会把他放入首发。在很长一段时间里，身披9号战袍的巴西前锋，也有着十分稳定的贡献。去年联赛的第二回合德比以及今年的超级杯比赛中，正是路易斯的进球帮助申花取得胜利。然而随着赛季深入，这位前锋却开始迷失。

球员的状态有波动再正常不过，加上路易斯此前遭遇伤病，算得上提前复出，当然需要找感觉。可

与上赛季这支运转流畅的队伍相比，本赛季路易斯在锋线上的表现，总让人感觉踢得不太舒服，这与球队的阵容变化有一定关系。路易斯并不是传统意义上的“大中锋”，不太适合担任单箭头，若是能在他身旁配上一个能抢能冲的强力中锋，他的威力就能最大限度地发挥出来。上个赛季，马莱莱承担了这样的角色，如鱼得水的路易斯交出17个进球和8次助攻的亮眼成绩单。本赛季的米内罗和阿苏埃虽然各有

特点，但与路易斯都不太适配。很多时候，巴西人不得不承担起和对手后卫争抢第一点的职责，虽然他很努力，但这显然非其所长，此前遭遇腰部伤病，也和全新的战术要求有着不小的关系。多重因素叠加之下，路易斯的个人数据和存在感明显降低。

路易斯是斯卢茨基上任申花后主力引入的外援，假设本赛季他真的离队，那可能意味着申花的一个发展阶段告一段落。在米内罗和

阿苏埃都有稳定合约在身的情况下，球队的核心外援人选和相应战术体系，都可能发生变化。

当然，这个赛季的中超联赛还没有结束，对于仍有争冠希望的申花和身披蓝色战袍的路易斯而言，现在就把大部分精力放在未来的问题上，并不是好的选择。当下最重要的，是迅速走出一场平局带来的阴霾，专心打好最后的两轮联赛，毕竟，机会留给有准备的人。

本报记者 陆玮鑫