



上海女排姑娘亲吻冠军奖杯
本文图片 记者 李铭坤 摄

开完香槟 上海女排又有新目标

球队的强大更需要本土球员来支撑

台前幕后

上海女排从昔日五连冠的荣光,到第六冠再度加冕;从初登巅峰的意气风发,到时隔25年重返最高领奖台的沉静笃定——这一路,是一座城市刻入血脉的排球基因,是几代人薪火相传的执着坚守,更是无数个默默耕耘的深夜里,咬牙奋进留下的回响。而走下领奖台,蔡斌已经开始规划上海女排的未来,目标瞄准全运会冠军,冲击更多荣誉,一如30年前那样,“我们要真正强大起来,这需要本土球员作为支撑。所以我和你们一起,互相鼓励,尽快地把我们的技战术水平提上去,把我们的作风练得更顽强。”

精神接力

“我们不再是千年老二。”队长仲慧这样说道。过去25年,上海女排9次获得亚军,反复逼近,却始终差一步。如今,接力棒交到这一代人手中,她们没有再让历史重演。“努力的意义是不留遗憾。”仲慧袒露心声。

作为队长,仲慧扛起了最重的责任,也曾遭受颇多质疑。但主教练蔡斌相信她的能力,“不用过多言语,她一定能实现梦想。”总决赛第三场,仲慧打出了或许是个人生涯最好的一场比赛。她不仅成为球队进攻的起点,更发挥了定海神针的作用,是除外援以外得分最多的本土球员。

自由人王唯滢则在另一端守护底线。由于训练太刻苦,人瘦了,却增了肌,眼睛还发炎了,但状态极佳。不知不觉,她成了队里年纪最大的队员,责任和重担在肩,“只要需要我打,我就一直打。”她坚定地說道。

年轻人也在成长。首次征战成年联赛的陈厚羽(见下图),斩获赛季最佳副攻的荣誉,同为副攻的高意姐姐第一时间拥抱她。小将王奥芊说:“就算我没打出好球,也会听到姐姐们的鼓励声,让我很快忘掉自己的失误。”赵越熙曾在第二回合比赛中,用一轮发球改变比赛节奏,即便在第三场出现波动,队友依旧在场边为她鼓掌、鼓劲。每一次胜利后,老将带着新人合影,那些轻松的笑容,正是这支队伍最温暖的样子。

师徒并肩

从市区到郊区,再到卢湾体育馆,上海女排的轨迹在城市版图中延展,而其内核始终未变——传承与坚守。

助教许新,曾是五连冠时期的核心队员,也是蔡斌一手培养的弟子。退役后,她跟随蔡斌转入教练岗位,后又走进青训一线,默默打磨后备力量。蔡斌回归,她也随之归来,重新站在熟悉的位置。

细心的人会发现,她手指上戴着支具。那是在客场同天津女排的比赛中,

被球砸到断了筋,甚至比球员时期的手指伤更为严重。但她从未多言,在她眼里,球队的节奏、队员的情绪,远比自己的伤痛更重要。她擅长与队员沟通,安抚情绪、凝聚信心,让蔡斌可以心无旁骛地专注战术。如今师徒再并肩,信任与默契早已超越语言。

王焯亦是如此。球员时代,他是和蔡斌共同征战、登上巅峰的小师弟。共同夺冠的经历,让他们之间多了一层情感纽带。如今,他们将同样的目标,投射在女排队伍身上。

不约而同地,许新、王焯和蔡斌一样,夺冠后悄悄躲到赛场一边,将最亮的舞台让给姑娘们。

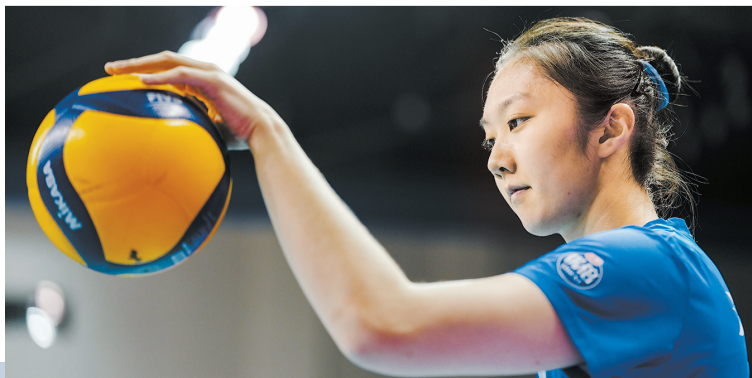
代际传承

上海女排五连冠成员沈弘也来到场边观战,目光始终安静而专注。沈弘的女儿杨舒茗首次进入成年队,曾入选中国女排集训名单,令她无比欣慰。“女儿在青年队时一直是主力和队长,刚升入成年队,上场机会不是很多。我一直跟她说,要有耐心,哪怕是坐在场下也是一种学习,要抓住宝贵的机会。”赛后沈弘和杨舒茗匆匆交流完,目送女儿跟队伍登上大巴,聚少离多的日子,一如自己当年打球时一样。沈弘还有一个心愿,希望女儿在上海女排好好锻炼,将来能身披中国女排战袍,站上奥运会领奖台。她相信,在这支传承着信仰和力量的队伍中,时间会给出答案。

而她也从未离开排球,多年来扎根青训,为上海女排输送了不少好苗子。

掐指一算,澳大利亚理疗师丹尼尔在队里度过了十年光阴,见证了这支球队的起伏与等待。每当赛季结束,队里都请他“再留一年”,就这样,他选择坚守。直到这一晚,他终于站在了答案的终点。

从老将的坚守,到新人的崛起;从外援的投入,到教练组的托举——冠军从不会凭空降临,一代又一代人的接力,传递出一座城市对排球这项运动久而深沉的热爱。 本报记者 陶邢莹



回到擅长的红土力求保分

郑钦文需控制“悸动的心”

WTA1000马德里站组委会公布了正选赛入围名单,备受期待的中国金花郑钦文榜上有名,而在转战西班牙前,小郑先要参加斯图加特网球赛,这也将成为她在红土赛季的首秀。经历了一个颇为坎坷的硬地赛季后,进入“红土”时间的郑钦文,面临着不小的保分压力,而避免操之过急的心态,是伤情尚未完全康复,身体状况也未达最佳的中国金花需要做好的事。

结束迈阿密站的赛事后,郑钦文给自己放了几天假,回到国内稍作休整。本周早些时候,小郑及团队在位于北京的国家网球中心红土场,开启新一轮备战。谈及接下来的目标,中国金花说:“红土是我较为擅长的场地类型,期待能够打出比之前更好的表现。”

红土球场的确给郑钦文留下过许多美好的回忆,她曾多次获得巡回赛冠军,法网是她四大满贯中发挥最稳定,成绩最好的赛事,2024年,她更在罗兰·加洛斯斩获奥运金牌,这些都让她很有底气。这几天的训练中,郑钦文和团队着重演练了发球和上旋球等在红土球场的常用武器,从网络上公布的相关视频和球员教练的反馈来看,中国金花的整体状态正在稳步提升,之前定下的计划也在按部就班地执行。此前曾一度陷入离任传闻的教练里巴,此次不仅全程陪伴郑钦文备战,还重新回到了弟子社交媒体的关注列表中。

根据WTA公布的相关数据,在这个红土赛季,郑钦文有超过900个积分需要去捍卫,这一数字在女球员中位居前列。压力面前,中国金花除了要不间断精进技术,更不能忘记心态的控制。在印第安维尔斯和迈阿密的“阳光双赛”中,郑钦文在场上再度暴露出容易着急的问题,急于求成的心态让她出现了比之前更多的非受迫性失误,也因此错过了不少机会。来到回合数更多,比赛耗时也更长的红土赛季,能否控制住那颗“悸动的心”,在场上表现得再耐心一些,可能成为郑钦文能否保分,提升世界排名的关键因素。

或许是意识到了问题,在最初几次训练中,里巴教练和几位陪练有意放慢了回球节奏,同时利用一切手段,对郑钦文形成干扰。面对这样的模拟练习,中国金花的心态方面的问题开始暴露,有几次训练间歇,她都是气呼呼走下场地的。针对这样的情况,训练团队也早有预案,里巴教练采用言语安抚与战术调整双管齐下,尽可能帮助弟子在短时间内冷静下来,找回自身的节奏。出发前往斯图加特前,郑钦文还将接受更多种干扰训练,以求锻造出一颗“强心脏”。

在即将开始的红土赛季,郑钦文已经确定将参加四项赛事,除了斯图加特站和马德里站,她还将在法网前的传统热身赛——1000积分级别的罗马网球赛,并在该站结束后前往熟悉的巴黎罗兰·加洛斯网球中心,参与法网的争夺。

本报记者 陆玮鑫



郑钦文即将征战红土赛季

清明假期体彩正常销售

本报讯(记者 黄永顺)2026年清明假期将至,上海市体育彩票管理中心近日发布公告,清明假期体育彩票正常销售。

清明假期,体育彩票销售及开奖工作照常进行,体育彩票销售网点正常营业并兑付10000元以下(含10000元)小奖。

大奖兑付方面,4月4日至4月6日假期期间,建行暂停大奖兑付工作,4月7日起正常兑奖。兑奖地址为黄浦区四川中路321号一楼,兑付时间为9时15分至12时、13时至16时。假期期间,上海体彩“95086”客服热线正常提供服务,服务时间为9时至21时。



扫码看上海女排庆功会视频