



大鲨鱼昨大胜北京队拿到半决赛赛点，明晚力拼总决赛门票

这次不拼进攻拼防守

NBA有句俗语，进攻赢得比赛，防守赢得总冠军。昨晚在北京队主场，上海久事男篮正是用一场铜墙铁壁般的防守大战，拿下了至关重要的天王山之战。81比66，大鲨鱼大比分2比1领先，成功夺回主场优势并拿到赛点，距离晋级总决赛只差一场。

从上一场主场失利，到昨晚客场大胜，大鲨鱼主帅卢伟用了以下三招，让球队产生了立竿见影的变化。

后透露：“我现在还是带伤上场，我的脚伤其实只恢复了80%，但我就是抱着必胜决心来的。”谈及这套上一次使用还是常规赛打广东队时的首发阵容，他说：“我自信是联盟最出色的内线防守者，所以我告诉队友放开打，放心把身后交给我，我就是大家的保险。”

赛后北京队主教练许利民认为上海队赢在防守：“他们有针对性派上防守阵容，针对性掐我们的外线得分，上身体、打快攻，而且有志在必得的决心，所以很快拉开比分。”

第二招 减少人员轮换

本赛季上海大鲨鱼以兵多将广著称，但昨晚卢伟打破了常规的多人轮换。古德温（见左图）、怀特塞德、张镇麟、刘铮和李弘权的先发阵容，每人的出场时间都在30分钟以上，其中打得最多的张镇麟全场只歇了2分钟。

短轮换保证了先发阵容的出场时间不会被切得很碎，也保证了他们的比赛状态。虽然大鲨鱼三分球只有15投2中，但凭借巨大的内线得分优势奠定胜局。可以说，大鲨鱼本场比赛虽然一条腿走路，但通过成功防守把对手内线两条腿都限制住了。

大鲨鱼老将刘铮虽然只得到7分，但另外

拿下4个篮板4次抢断，极大限制了陈盈骏的发挥。“今天和上一场不一样的地方，就是两队的求胜欲望可能颠倒过来了，我们是把比赛当成最后一场来打的。”

第三招 勇于否定自己

拥有四外援的大鲨鱼几乎以两外援打满全场，前两场比赛表现不佳的老将弗格没有获得出场机会，洛夫顿也只打了6分钟。

尽管卢伟认为大鲨鱼三分球不会一直不好，但在这场五场三胜制的天王山之战中，他还是勇敢地否定了自己，将弗格留在了替补席上。此外，一直没进入状态的李添荣和倪李永炜，这场比赛也被大幅缩减了上场时间。最后一节北京队孤注一掷，一度打出23比8的得分高潮追至只落后8分。大鲨鱼随后并没有像以前一样换上弗格，而是换上怀特塞德控制篮板，这个换人也是立竿见影，最后2分钟内对手一分未得。

上一场比赛，北京队靠三分手感拿下了比赛，但昨晚大鲨鱼的铁桶阵应该让他们意识到：赌进攻手感或许可以偶尔成功，但防守更好的那支球队才更有可能笑到最后。

本报记者 李元春

第一招 强调防守至上

本场比赛，卢伟没有将王哲林与洛夫顿的“双塔”作为首发，前NBA盖帽王怀特塞德和防守悍将刘铮被提入首发，再加上能一防到五的张镇麟以及篮板拼抢积极的李弘权，大鲨鱼的内外线防守提升了一个档次。

变阵的效果立竿见影。前三节北京队的单节得分分别为15分、14分、14分，没有一节超过15分。上半场北京队只得到29分，命中率仅为32%，全队助攻仅3次，失误却有11次。

怀特塞德出场30分钟统治了禁区，他赛

主场被保级球队逼平连续五轮不胜

申花何时回到赢球的轨道

面对保级球队武汉三镇，坐镇主场的申花还是未能赢球，连续5轮不胜，2平3负，球队的排名掉到了第八。但昨晚残阵出战的申花并不是没有积极的收获。

因为米内罗的身体情况仍无法上场，申花继续以单外援迎战。前场，徐皓阳进入首发名单，吴启鹏出现在中场的位置，杨泽翔继续首发担任右后卫。在运动战能力受损的情况下，申花将进攻重点放在了定位球上。开场第6分钟，高天意将角球开到后点，朱辰杰跳起将球顶到前点，无人看防的徐皓阳甩头破门。赛后徐皓阳透露，进球看似轻松，但都是预先有过准备的，“定位球的战术是按照教练组的精心安排，到了场上我们认真去执行。”

因为高天意的回归，斯卢茨基得以安排申花利用定位球的进攻手段，撕开对手防线。这是缺兵少将的申花目前较有效的得分方式。实际上，面对武汉三镇，斯帅帐下继续减员，杨皓宇赛前腹部不适，被排除在了比赛名单外。可以说，在前场，斯帅能派出的队员已经非常有限，而且，整个5月，特谢拉、米内罗等都不具备回到球场的可能。

比赛后半段的进程让申花球迷又一次像坐了过山车。虽然拉唐在反击中破门，但申花两个球的优势不久被对手抹平。武汉三镇先是由绍尔突入禁区射门得手，下半场拉迪斯又在角球进攻中补射破门。2比2的比分维持到了终场。徐皓阳赛后说：“这场比赛我们有不少机会，很遗憾没有把握住。”朱辰杰说：“我们每个人都拼到了最后，但在细节方面，在防守对方传中上，还是需要去提高。”

比赛中，武汉三镇多次对申花左路的防线形成威胁，看得出来，防守一侧的陈晋一身体已经有些疲劳。但紧密的赛程，让申花队员得不到太多休整的时间。“现在是我执教生涯遇到的最困难的阶段。”斯卢茨基说，“我们有7名重要的队员都无法上场，汪海健、杨皓宇身体都不舒服，刘诚宇也只能打10分钟。”

如何解决申花现在的问题，让球队回到胜利的轨道？斯帅一时也找不到对策，“如果说能说服足协在下场比赛前尽快打开转会窗口，可能对我们会有帮助。或者说，能在短时间内把伤员治好，也能给我们带来帮助。”本报记者 金雷

2026上海乒乓球嘉年华

大家来看申城十六区“乒搏”

上海乒乓球嘉年华混合团体赛市级循环赛各区队伍周末登场

昨天下午，2026上海乒乓球嘉年华大篷车巡游长宁站在西郊百联中庭启幕，同日，即将于本周末参加嘉年华混合团体赛市级循环赛的十六区队伍代表首次身着新款战袍亮相，标志着真正的较量已进入倒计时。

活动现场，由上影元文化授权的“葫力助威官”葫芦兄弟惊喜现身（见右图 记者 张龙摄）。作为本次嘉年华活动中最受关注的选手之一，赵子豪将代表虹口区队征战，他透露，尽管是非专业比赛，但申城业余乒坛从来卧虎藏龙，自己仍然以最高标准准备着比赛。

在西郊百联中庭搭建的临时T台上，赵子豪身着粉红色战袍亮相。“打球我有经验，走秀就算新手了。”走出展示区，赵子豪笑得开心，在他看来，像嘉年华这样的活动有望带出一股全新的乒乓热潮，“一方面看到这么多人参与，感受到乒乓在上海深厚的群众基础，作为从业者感到高兴；另一方面，也想跟其他队伍里的选手切磋一番，更重要的是通过运动收获快乐。”根据赛事规则，赵子豪此次只能参加混双项目，最近几天，他正努力与队友增进默契，争取拿出更好的表现。

戴着眼镜看起来斯斯文文的小曹，是嘉定区的乒乓球爱好者，此次获得代表队伍亮相的机会，他格外珍惜。“虽然我没能获得代表区队站上市级赛的机会，但我会在场边竭尽全力助威的。”小伙子坚定地说。

小曹从小就喜欢打乒乓，如今成为白领的他，尽管工作繁忙，但每周依然会定期去打打球。“我的很多同事都喜欢打乒乓球，公司里也有乒乓球台。”有意思的是，为了参加这次大篷车活动，小曹特意向公司请了假，主管一看是乒乓球嘉年华的活动，很快就批了，还嘱咐他要好好表现。他说：“我很期待这个周末的第一轮市级比赛，希望有更多人去现场为队伍助威。”

本报记者 陆玮鑫



“葫力欢乐助威官”亮相

新民晚报红双喜杯周六开打啦

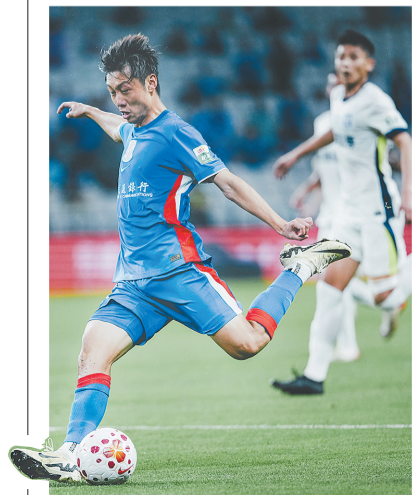
作为众多上海乒乓迷心目中一年一度的盛会之一，2026新民晚报红双喜杯乒乓球单打公开赛即将于本周六上午，在普陀区的上海市体育宫打响。值得一提的是，作为2026上海乒乓球嘉年华城市个人冠军赛系列，本次比赛的最佳成绩，将纳入2026上海乒乓球嘉年华个人积分系统。

已举办21载的新民晚报红双喜杯乒乓球公开赛，早已成为申城乃至长三角乒乓球爱好者的年度盛会。此次，新民晚报红双喜杯单打赛将正式揭开上海乒乓球嘉年华社会组赛事的序幕。比赛分为男子单打、女子单打两大类，同时按年龄分为四个组：19岁至39岁、40岁至49岁、50岁至59岁、60岁至70岁。

根据竞赛规则，周六上午将先进行第一阶段小组赛循环赛，优胜者参加第二阶段淘汰

赛决出前六名。冠军决赛采用5局3胜11分制，其余比赛均采用3局2胜11分制。今年的比赛是2026上海乒乓球嘉年华城市个人冠军赛系列，所以参赛者的名次也都将被纳入嘉年华个人积分系统，冠军3000积分、亚军2500积分、季军2000积分，报名参与者也有50积分。而取得2026上海乒乓球嘉年华城市个人冠军赛各组别积分累计前二名的运动员，将有资格参加8月8日举行的总决赛。

上海市乒乓球协会已于5月19日在微信公众号上发布了电子版比赛秩序册，参赛运动员可按照秩序册排定的时间，提前到球台报到。本周六（5月23日）上午7时45分开始，参赛者可到市体育宫大厅领取比赛秩序册、运动员背心及伴手礼，开赛仪式将于当天上午8时45分举行。 本报记者 关尹



徐皓阳在比赛中 记者 李铭坤 摄