

## 场外音

## “朋友圈”又大了 ◆ 关尹

上海体育宫内,16张红双喜乒乓球台分成两列排开,选手们在上打得热火朝天,扣杀声、叫好声、呐喊声,声声入耳,站在一旁的国际乒联终身名誉主席徐寅生笑得合不拢嘴,“热闹,热闹。像这样的群众性赛事就该多办、一直办下去,这是我们乒乓球运动发展的基础。”

作为一项传统赛事,新民晚报红双喜杯乒乓球赛,已经走到了第21年,而今年对乒乓球运动也是不平凡的一年——2026年恰逢国际乒联成立100周年,也是乒乓球世锦赛举办100周年。在这样一个“双百年”的历史交汇点,主办方精心筹备的新民晚报红双喜杯单打公开赛,是上海年度规模最大、规格最高的全民乒乓球盛会的重要组成部分,承载着上海市民对“国球”最深沉的热爱与期盼。

无论是四个年龄组的具体划分,还是赛事最终成绩将纳入2026上海乒乓球嘉年华个人积分系统,今年的新民晚报红双喜杯,在守正中创新,在延续中发展,焕发出新的活力,无疑也更有吸引力。我们希望,借助“全民参与、全城联动、全季精彩”的创新模式,继续拓展乒乓球的“新民朋友圈”,书写更多上海乒乓的精彩故事。

“我今年43岁,还是第一次来参加这个比赛,感觉非常好。无论是组织安排、裁判水平,还是现场的灯光、地板、球台等等,都是一流的,在这里打球更能发挥出我的最佳水平。”选手王俊的一席话,也说出了很多参赛选手的心声。全上海的乒乓爱好者,欢迎你们都来加入这个“朋友圈”,在更大的舞台上展现自我风采!

今天一大早,上海市体育宫就开始热闹起来,从四面八方赶来的申城乒乓球爱好者,来这里参加他们一年一度的“聚会”。2026新民晚报红双喜杯单打公开赛如期而至,近四百名参赛选手汇聚一堂。作为2026上海乒乓球嘉年华城市个人冠军赛系列,今年赛事的最终成绩,将纳入2026上海乒乓球嘉年华个人积分系统,因此水平更高,也更受欢迎。

小银球也有大舞台。二十一年风雨相伴,二十一年薪火相传,新民晚报红双喜杯早已超越了赛事本身的竞技意义,成为上海城市文化和生活中一张亮丽的名片。既有老面孔,又有新朋友,“快乐乒乓球、新民朋友圈”的口号,越来越响。

## 乒乓已经融入血液

今年的比赛,主办方特意设置了四个年龄组:19岁至39岁、40岁至49岁、50岁至59岁、60岁至70岁。在众多参赛选手中,男子单打40—49岁组的徐益欢身份有些特殊——他当过运动员,也当过裁判员,是为数不多的“两栖选手”。

徐益欢从小就喜欢打乒乓球,先后被选拔进入长宁区少体校、市少体校,也曾参加过上海队的集训。打球之余,徐益欢还参加了裁判员培训,现在已经是乒乓球国家一级裁判,因此也执法过好几届比赛。

徐益欢从中学就开始参加新民晚报红双喜杯乒乓球赛,也算是“老资格”了,“具体多少届我都忘了,反正很多次。”他笑着告诉记者。成绩最好的一次,拿了男子单打第三名。他特意给记者展示了一直保存在手机里的照片——2010年新民晚报红双喜杯迎新春乒乓球公开赛男子D组的季军奖状。

徐益欢现在的生活,乒乓球占据了很重要的一块,参加乒乓球比赛,做乒乓球裁判,也教一些业余爱好者

打球,还是长宁区乒协的副会长。“乒乓已经融入到我的血液中,成为一种生活习惯甚至是信仰。”

谈起对新民晚报红双喜杯的感情,徐益欢说道:“就像春节前期期待春晚一样,对于我们上海的乒乓球爱好者来说,红双喜杯就是乒乓人的春晚。这些年,比赛越办越好,我们也在活动中相互交流,认识了许多新朋友。”

## 站上球台就像变了个人

61岁的张云娣,从小学一年级开始打球,这大半辈子,她都跟乒乓为伍。

张云娣参加红双喜杯的经历,听上去有些“坎坷”。“刚打的时候有分年龄段,我们一般是打高级组。前几年它不分年龄段了,我们就没法打了,因为你对面二三十岁的甚至十几岁的都有,年轻人确实有优势。”她笑着说,“今年比赛有年龄段区分,我们就又报名了。”

张云娣的打球风格很有激情,完全不像她现在的年龄。“其实打球是一种很好的发泄和减压方式,我这个人就比较能释放,喜欢喊。当你打出好球的时候,还是非常兴奋的,挥挥拳头啊,喊一喊什么的,我觉得这是很好的一种方式,把情绪完全调动起来。”

打了这么多年球,多少会落下一些老伤,张云娣的膝关节也不好,有的时候走路都会受影响。“但我的朋友们都说我,只要一拿起乒乓球拍,一走上场,感觉人就像通电一样,什么问题都没有了,完全像变了一个人。”张云娣说。

去年,她以60岁年龄组上海赛区第一名的身份,参加了粤港澳全运会,最终和队友们一起拿下女子团体第4名,也创造了近三届以来的最好成绩。

“参加比赛,就是来以球会友。感谢新民晚报红双喜杯,让乒乓球爱好者有这么大的一个舞台去展现自己,享受快乐。”本报记者 关尹

## 一节实现超级大逆转

## 时隔24年上海男篮重返CBA总决赛

2002年4月,上海男篮战胜吉林队晋级CBA总决赛,随后击败八一队夺得队史唯一一个总冠军。24年后的这个5月,上海男篮又一次重返总决赛——这一次,他们淘汰的是北京队。

昨晚比赛第二节后半段,北京队曾以46比26领先多达20分,上半场结束时仍手握16分优势,然而,中场休息过后,上海队像换了一支队,第三节打出39比11的得分狂潮,最终以99比85逆转得胜。从最多落后20分到最多领先20分,这40分的大逆转究竟是如何发生的?

## 战术

大鲨鱼主教练卢伟在中场休息时只做了一件事:让洛夫顿站上五号位。

这一变动如同打通了任督二脉。祭出五小阵容的上海队,进攻突然变得行云流水。洛夫顿回到上赛季的无解模式——比他高的没他快,比他快的没他高,既比他高又比他快的则没他壮。他在弧顶一站,上海队的1-5挡拆顿时被盘活,射手群也更加坚决和自信。即使北京队不断调兵遣将,也无力拆招。

大鲨鱼总教练李秋平赛后直言:“对北京队来说,洛夫顿是无解的。其他位置都有人对位顶上,就是他顶不上。”

## 心态

比战术调整更关键的,是心态的转变。就像老将刘铮赛后总结的:“我们今年客场一直打得很好,在客场落后十几分我们不慌的。”这种逆风球的气质,正是通过这样的逆转胜利积累起来的。

“中场的时候大家没有放弃,卢指导说那时候已经不是技战术的问题,就是看谁防守更强硬。”张镇麟进一步强调,第三节能逆风翻盘,是大家的心态转变了,“卢指导在更衣室和我们说,更多是自己如何调节自己的心态,去把胜利抢回来,争回来。”

李秋平也透露了中场休息时的指令:“卢指导让队员们下半场就投投



投,冲冲冲,不要四平八稳,要敢打。”

## 传承

一位来到五棵松观战的上海球迷说,上次上海男篮进入总决赛时他只有8岁,现在上海队又进总决赛了,他感谢上海队。

对于主教练卢伟而言,这次晋级有着特殊的意义:“当年上海男篮夺冠的时候自己还是个少年,在电视里看李秋平指导捧杯。24年了,能在上海队当主教练,确实是我的一份荣幸。”

他也透露了球队的心态:“进到总决赛已经超额完成任务,我跟大家说,我们要享受比赛,放开去打、去拼。”

从2002年到2026年,上海男篮用了24年重返总决赛。这一次,他们靠的不是运气,而是那份冷静,以及全队上下“把胜利抢回来”的决心,这就是上海大鲨鱼的韧性。通过这样一场逆转胜利,上海队收获的不仅是一张总决赛门票,更是一份无论面对何种困境都能相信彼此、抢回胜利的底气。

特派记者 李元春 (本报北京今日电)



扫码看上海男篮大逆转

## 中国队获U17男足亚洲杯亚军

2026年U17男足亚洲杯今晨在沙特落下帷幕,最后的决赛中,中国队历经90分钟激战后,2比3遗憾不敌日本队,获得亚军。

中国U17男足在本届亚洲杯的表现可谓先抑后扬,小组赛前两场比赛,他们分别输给印度尼西亚队和日本队,不过随后,教练和队员迅速调整状态,他们先是在事关出线权的小组赛末轮2比0击败卡塔尔队,搭上八强末班车,随后又连续击落东道主沙特队和实力强劲的澳大利亚队,从而与日本队会师决赛。

本场比赛,中国队面对实力更强一筹的对手,国足的小将们在开场后没能找到比赛感觉,上半场被对手打进3球。经过中场调整,第

48分钟,万项接到帅惟浩传球后切入禁区,冷静施射,为中国队扳回一分。第79分钟,日本队后卫在禁区内拉倒赵松源,主裁判罚点球,赵松源主罚命中,将比分改写为2比3。随后的时间里,中国队全线压上放手一搏,可惜未能再取得进球。

凭借在亚洲杯上的出色表现,中国U17男足成功晋级U17世界杯决赛圈,这是中国国字号球队时隔21年重返该赛事决赛阶段。根据此前的抽签结果,中国队与西班牙队、摩洛哥队和斐济队同处H组。

本报记者 陆玮鑫  
上视五星体育频道今天19时将转播中超上海海港与天津津门虎比赛实况。

## 小银球也有大舞台

## 二〇二六新民晚报红双喜杯单打公开赛上午挥拍



徐益欢在比赛中  
本文图片 记者 李铭坤 摄



新民晚报红双喜杯提供了一个以球会友的平台