

40度高温下,浙江业余羽林高手每天在省队训练五个半小时

# 草根对全运会的情谊,你可能不懂

本报记者 方海 实习生 姚一婕

每天上午8:30到11:30,下午15:00到17:30。只有一个关键词,训练!

究竟是什么,促使这二三十名浙江顶尖业余羽毛球选手暂别家庭和工作,参加这样未曾体验过的封闭式训练?

让他们夏练三伏的动力,肯定不是全运会的奖金,因为参加资格赛时,输赢未定,这事更无从提起,而要在短时间提升球技,时间显然不够。他们所做的,是调整身体状态,完善战术组合,内心怀着的,应该更多的是对来之不易机会的珍惜,对以群众体育代表的身份参加全运会荣誉的渴望。



## 场馆挥汗如雨 不怕把省队小队员打哭

连日40度,钱报记者28日上午十点走进羽毛球馆,满耳的挥拍声和击球声。仔细一看,这些羽林业余好手正在打对抗赛。对手,是浙江省队的二线队选手,无论男女选手,清一色青涩的面庞。

一方是专业选手,但年轻经验稍微欠缺;一方是业余好手,年龄稍长经验更为丰富。两相衡量,有点势均力敌。钱报记者以手机拍摄短视频,许多时候微信上的10秒点到了,但这一回合还在选手们前后奔跑调动中持续着,好几次为错过最精彩的片段而无可奈何。

选手们则热火朝天,尽管浑身是汗,衣服都湿透了,但神情专注。

看到负责训练的教练都在忙碌着,领队叶福明前来向钱报记者做介绍:“让他们和省队十四五岁的小队员们打对抗赛,在真刀真枪的实战中发现不足,提高强度。这样,

比较符合他们的训练口味。”

钱报6月中旬刚刚邀请杭城业余好手和省队女一队6位选手展开性别大战,当时也是互不相让。但28日的对抗显然更加火花四溅。

已经退休状态的苏江明先生一局打罢,正用手上的毛巾擦汗。他一边乐呵呵地描述着,一边也说:“在他们身上看到的那种不服输的劲头,就是体育精神,也是我们要学习的。”

经过一番训练,不少业余选手有时候会赢下省队的小队员一局,不过省队队员常常会不依不饶要求再战一局,“有时候赢了小队员两局,她们不赢回来可是要哭的,这种不服输的精神,还是让我们印象很深的。”

## 力量训练最难 对业余选手来说是全新体验

本次浙江省群众羽毛球全运队的训练,由省羽毛球队王俊杰教练和陈经纶体校李向

教练共同负责。两位教练制定的训练计划是,因地制宜、因材施教,注重循序渐进。

相对于技战术训练,力量训练对这些业余选手而言更加陌生,有的甚至从未体验。

当天下午的力量训练,是他们9天来的第二次。看着杠铃等训练器械,大家的表情可谓千变万化,几家欢乐几家愁。

“前几天第一次练很好奇、新鲜,大部分器械都去试了一下,主要练足力腿力,结果脚酸了很多天,第二次练好多了。”参赛的吴满绒女士还是宁海县羽协主席,球打得好,各类羽毛球活动也组织得多。她的感受,就是大多数选手的共同体会。

温州来的徐伟隆先生曾经练过帆船、皮划艇等项目,力量训练则是轻车熟路,“但这次来省里,是完全不同的心情,条件最好,练得也很开心,目标要奔着全运会而去。”

选手们练得猛了,教练会及时叫停,让他们及时调整,毕竟集训首要的是,让每个选手以最健康的身体状况去参加全运会比赛。

辽宁双星闪耀,广厦小将胡金秋拿下11分

## 中国男篮蓝队轻取新西兰

2017年昆山国际男篮锦标赛昨日拉开战幕,中国男篮蓝队首战以77:53战胜作风强硬的新西兰队,取得开门红。

辽宁男篮的双子星郭艾伦和韩德君本场各得13分,在赛后的颁奖仪式上共享“得分王”称号。胡金秋和周鹏分别得到11分和10分。中国队当天的防守表现可圈可点,让新西兰全队无人得分上双,同时逼迫对手全场出现31次失误,而中国队共有18次抢断,周鹏4次抢断全队最高。不过中国队在外线手感不佳,三分球17投只有4中。

蓝队在之前的海外拉练就这支新西兰队有过两次交手,互相也算是了解,对方还是一如既往地强调身体对抗,在第四节的一次

快攻中,郭艾伦就被对方故意用肩膀撞得飞出了边线。

主教练杜锋赛后坦言经过连续热身赛,队员普遍身体疲惫,“我们结束在澳大利亚和新西兰的拉练后,回国马上就打这次比赛,所以对我们考验还是挺大的。”

杜锋率领的男篮蓝队将参加亚洲杯比赛,此前公布的名单中只有易建联将缺阵,本次热身赛也是蓝队在亚洲杯前的最后热身。首战面对此前澳大利亚拉练遭遇过的对手新西兰队,蓝队的表现显然还是令杜锋满意的,他说:“今天大家吸取了上两场的教训,在防守端做得不错,包括第三节开始有些失误,暂停调整之后又回到了之前的状态,但球队的罚篮和三分不太好,这是因为疲劳和队员精

神状态的关系。”

在杜锋看来,这次热身赛对球队挑战很大,经过此前一系列的拉练,回来以后队员们的身体状况很疲惫,很多球员还感冒了,“这段时间比赛打下来大家很辛苦,在很短的时间能保持一个强度很困难。”

虽然大比分赢了新西兰队,但杜锋坦言球队距离自己的要求还有差距。他说:“球队开始组建的时候还是很困难的,一些老队员都是陆陆续续归队,在这之前年轻队员们都拼,也打出了一些风格,但老队员不断进入球队,又需要不断磨合和适应,这对我也是很困难的,现在大家在场上相互间的呼应还是有欠缺,需要再不断磨合。”

据新华社