

提升體能狀態 未定主力陣容 中國女排 漳州備戰 精英賽

新一屆國家女排8日在漳州女排訓練基地舉行了媒體公開課。在漳州集訓了近一個月的中國女排首次在媒體前亮相。主教練郎平表示，目前球隊的主力陣容仍然沒有確定，不過三周以後的瑞士女排精英賽前，球隊將會有一個大致的輪廓。

從上世紀70年代末漳州成為中國女排的訓練基地之後，這已經是女排第42次來到這裡進行集訓。對於主教練郎平來說，這裡更是親切，因為早在1976年她就已經來到這裡了，當時她是隨着北京青年隊來漳州集訓的。郎平說：「到漳州我個人覺得很親切，這裡各方面的條件都比較好，環境更加安靜一些，可以集中做一些針對性的訓練。我們在隊員的身體素質到技術控球方面都做了很多計劃，也在按照計劃一步步進行。」

由於女排集訓是在全國聯賽結束後不久就開始的，因此球員普遍比較疲勞。因此郎平表示，在訓練的初期並沒有安排太多的戰術訓練，而是以調整運動員的個人狀態為主。她說：「這段時間主要是提高體能，幾乎每天都有體能訓練，大概佔了訓練時間的30%，技戰術配合只佔30%，其他時間主要是個人技術訓練。隊員還是略微有些疲勞，接下來我們要慢慢把配合訓練加到50%，希望在三周後的比賽中有一定的配合。」

這次集訓郎平帶來了19名球員，再加上10人的教練團隊，讓漳州訓練基地住得滿滿的。在訓練中，無論是單項技術訓練還是分組對抗，都看不出主力陣容與替補陣容的區別，郎平也表示目前中國隊確實沒有固定的主力，她說：「我希望更多運動員有相同的水平，當然要用兩套陣容都配合默契很難，我估計主力陣容會相對穩定，同時也會不斷調整。我們不希望一個位置只有一個人，最好有一個比較強的替補，甚至三個人能承擔這個位置，在不同情況下可以相互補台。」

月底征瑞士 世錦賽今年最重要

本賽季女排的首場比賽將是5月28日開始的瑞士女排精英賽。郎平表示，將會在近期公佈參加比賽的13人名單。在瑞士女排精英賽後，女排將在6月底進行兩站四國精英賽，8月份投入世界女排大獎賽的征程，9月初參加完亞洲盃後將飛赴意大利參加今年最為重要的一場賽事——世界女排錦標賽。世錦賽將會是中國女排今年最為重要的比賽。 ■新華社



郎平（右）為隊員講解技術要領。資料圖片

惠若琪 病情好轉 已大強度訓練

新一屆中國女排8日在漳州訓練基地進行公開訓練。曾傳出身體不適的惠若琪當天並沒有特別減量訓練，顯示病情有所好轉。惠若琪在聯賽後期出現疑似心肌炎的症狀，從而缺席了聯賽最後階段的多場比賽。但中國女排名單公佈後，惠若琪隨隊參加集訓。據新浪體育消息，惠若琪在集訓初期有些不適，但近階段已有所好轉。「之前查了一次，各項指標基本都降下來了，只有一個指標偏高，我現在還在繼續吃藥。之前大強度訓練後會有反應，最近適應了很多，有時候能感覺到，但是沒有喘不過氣、不舒服這樣的異樣感了。」惠若琪說，為確保萬無一失，各項指標都在醫生的嚴格監控之下。

新一期的中國女排增添了不少新隊員，對此，惠若琪說：「新隊員加入後感覺更有勁兒，有衝擊力和朝氣，給隊伍帶來不一樣的氣氛，我們也形成了互相促進的非常好氛圍。」

作為隊中參加過奧運會的中堅力量，惠若琪等人開始挑起大樑，她說：「郎導（郎平）對我們要求更高，期望我們能做得更多些，在訓練中不斷要求我們。現在隊伍的框架結構也要求我自己承擔起更多的責任，在訓練中起到帶頭作用。」

■香港文匯報記者 陳曉莉



中國女排進行公開訓練。中體在線圖片



女排新銳朱婷（右）在訓練中攔網。中體在線圖片



惠若琪訓練後在場邊休息。資料圖片

體操全錦賽星光黯淡

五枚奧運金牌得主鄒凱缺賽，倫敦奧運冠軍馮喆、張成龍缺賽，東亞運高低槓冠軍譚佳薪缺賽，全運會雙料冠軍周施雄也缺賽。名將和希望之星的缺席，無疑讓南寧全國體操錦標賽缺少星光。

中國體操隊總教練黃玉斌在8日透露，鄒凱、張成龍、譚佳薪、周施雄等名將因身體原因或訓練安排，缺席本次全錦賽，但這並不影響他們參加今年10月舉行的世界體操錦標賽。

據黃玉斌介紹，倫敦奧運會後，鄒凱體能消耗較大，加上新規則的調整，鄒凱在訓練中增加了許多過去沒有的難度。「冬訓期間在單槓、自由操等方面做了一些難度的變化，不斷充實自己，但體能等各方面沒有達到完善的情況，所以他在家繼續保持訓練，積極備戰亞運會和世錦賽。」

黃玉斌說：「留得青山在，不愁沒柴燒，為了10月份的比賽，保守一些。為了備戰亞運會、世錦賽，他們都進入休整期，決定不出席比賽，但他們都來到南寧了。」

另外，前奧運冠軍楊威和黃旭昨日雙雙亮相南寧全國體操錦標賽現場，兩人都在高級裁判組擔任裁判，中國男子體操「鑽石一代」退役後生活充實，忙得不亦乐乎。 ■新華社



解放軍選手戴嵩在男子自由體操比賽中。新華社

「冬訓期間在單槓、自由操等方面做了一些難度的變化，不斷充實自己，但體能等各方面沒有達到完善的情況，所以他在家繼續保持訓練，積極備戰亞運會和世錦賽。」

黃玉斌說：「留得青山在，不愁沒柴燒，為了10月份的比賽，保守一些。為了備戰亞運會、世錦賽，他們都進入休整期，決定不出席比賽，但他們都來到南寧了。」

另外，前奧運冠軍楊威和黃旭昨日雙雙亮相南寧全國體操錦標賽現場，兩人都在高級裁判組擔任裁判，中國男子體操「鑽石一代」退役後生活充實，忙得不亦乐乎。 ■新華社

國籃高原集訓 儲備體能成效明顯

儲備體能成效明顯

中新社昆明9日電 中國男籃9日結束在昆明海埂訓練基地的集訓。經過為期18天高強度的高原訓練，主教練宮魯鳴表示，對此次集訓的效果感到滿意。

這是中國男籃自2007年以來首次到昆明集訓。隊中的大多數球員第一次體會到高原的「痛苦」。男籃隊員每天的訓練分為三次，一天的訓練時間達6小時。田徑場跑步、力量房練力量、訓練館練投籃幾乎就是男籃在海埂基地的全部訓練內容，經過此次高強度體能訓練的「折磨」，男籃的隊員平均每人瘦了5斤。

「我們每天給他們安排的訓練量，都需要球員踮着腳尖才能完成。」中國男籃體能教練王衛星說，「這次集訓對每個球員的要求都更高，目前來看，效果非常好。」

本次男籃的集訓，球迷比較熟悉的國手朱芳雨、王仕鵬、孫悅等都沒有出現。對此宮魯鳴表示，老隊員如果不主動聯繫球隊，今年就過去了，球隊不會一直等下去。「現在老隊員就算回來了，也需要和年輕選手競爭，並不能保證回來就一定有位置。」

從本次集訓名單的組成來看，宮魯鳴顯然更看中年輕選手，「我現在想要營造一種良好的氣氛，年輕隊員應該朝氣蓬勃」。談到目前隊內的訓練氣氛，來自北京金隅的隊員翟曉川表示，現在積極的競爭，讓每個人在訓練中都動力十足，「隊內的競爭意識很強，在場上的時候大家都都很拚」。

結束在昆明的集訓後，男籃將轉赴四川成都，在那裡進行十天左右的封閉訓練，並於本月27日赴澳洲集訓。 ■中新社



宮魯鳴帶領中國男籃進行訓練。資料圖片

中華拾錦

丁俊暉膺傳媒年度最佳

世界桌球聯盟8日宣佈，中國選手丁俊暉被桌球記者們評選為年度最佳球員。丁俊暉本賽季贏得了5個排名賽冠軍，平了「桌球皇帝」亨特利在1990-1991賽季創造的紀錄。另外，儘管三天前在世界錦標賽決賽中輸給了沙比，但「火箭」奧蘇利雲仍然被世界桌聯選為該機構的年度最佳球員。38歲的奧蘇利雲本賽季贏得了大師賽、威爾士公開賽和冠中冠比賽三個大賽的冠軍。 ■新華社



丁俊暉成為傳媒眼中的年度最佳運動員。資料圖片

道)國際最高級別的五星級馬術障礙賽上海浪琴環球馬術冠軍賽，將於6月6至8日在上海世博園區舉行，這將是中國內地有史以來舉辦的級別最高的馬術賽事。屆時50名世界頂尖騎手、價值數十億元的百匹歐洲寶馬將空運至上海，帶來無與倫比的馬上精彩。上海環球馬術冠軍賽是全球14場分站賽之一，也是東亞地區唯一的分站，賽馬馬匹將要跨越的最高障礙達1.6米。

易建聯特訓 或不戰亞運

中國男籃當家球星易建聯昨日凌晨在其微博上展示與前NBA球星、曾效力上海隊的艾利蘭斯一同在美特訓的照片。「同艾利蘭斯一同訓練，看上去不錯！」易建聯在微薄寫道。不過值得注意的是，易建聯可能不會出戰今年的仁川亞運會。據中國男籃主帥宮魯鳴較早前透露，他很可能會在亞運會上雪藏易建聯，在探底對手的同時去鍛煉年輕球員，為明年的亞錦賽做準備。 ■香港文匯報記者 陳曉莉

國家舉重隊青島調整研討



奧運冠軍龍清泉（前排左）、廖輝（前排中）合影。王宇軒攝

香港文匯報訊（記者王宇軒青島報導）2014年全國男子舉重錦標賽（全錦賽）4月底剛剛結束，中國國家舉重隊便來到青島，進行相關研討會，對全錦賽做相關總結，並針對9月份即將到來的亞運會進行備戰選拔。

8日，記者採訪到國家男子舉重隊副總教練于傑。于傑表示，在之前的全錦賽上，國家男子舉重隊的成績並不十分理想，其中原因較為複雜，但是相信通過接下來的集訓，將會以更好的狀態迎接亞運會。同時，更為重要的是為2016年奧運會提前做準備。

于傑表示，此次青島休整，將會針對各個運動員存在的問題進行相關調整，目前國家舉重隊整體水平與狀態並不十分理想，通過未來的集訓會有大的變化。至於參加亞運會的運動員名單，相信通過相關選拔後將於8月份最終確定。

北京奧運會男子舉重56公斤級冠軍龍清泉向本報表示，目前還處於調整階段，在準備亞運會上，將會做好自身訓練。他說：「戰勝自己最為重要，相信中國隊的實力還是最強的。」