



2023.08.07 星期一  
足第 3878 期

**SOCCER NEWS**

本期 16 版 零售价 5 元  
总第 6151 期

P 14-16



曼城的世界最贵防线，格瓦迪奥尔成了最贵也是最后一块拼图。21 岁的克罗地亚人本来有可能成为首个上亿欧元的中卫，但他 9000 万的身价仍然宣布了“强卫时代”已不可阻挡的趋势。

本报内容，未经许可，不得转载、摘编

逢周一出版 ■ 国内统一连续出版物号 CN 44-0019 ■ 广州日报报业集团 广州日报社主管、主办 ■ 广州传媒控股有限公司出版 ■ 总编辑 / 雷青峰

# 中国女足反思录

中国女足在世界杯小组赛折戟沉沙，尤其最后一战大比分输给英格兰队，引发了中国女足整体发展思路的反思。本报也从三个方面做出了细致分析和反思。

## 解密世界杯“悬疑”话题

### ① 选人用人

世界杯期间，王霜曾向教练组请战，希望有机会代表球队首发。但从体能状态、过人、逼抢和局部防守拦截方面的数据看，王霜当时并未达到最佳状态。在王珊珊打中卫还是中锋的问题上，教练组和她有过交流和沟通，从身体机能测试和临场状态上综合考虑，教练组认为王珊珊踢锋线并不适合。

此外，针对小组赛对手，中国女足制定了全员防守的战术，虽然唐佳丽和肖裕仪在进攻端有一定实力，但在防守上有缺陷，而张琳艳、娄佳惠、吴澄舒等几名球员，有很强的拦截和反抢能力，而且，肖裕仪和唐佳丽在体能方面也存在不足。

### ② 集训方式

关于中国女足长期集训是否有用、是否合适，外界是有异议的。但中国女足方面的考虑是：在中国，女超各支队伍水平参差不齐，除了武汉和上海两支女足队伍，其他队伍的训练是跟不上的，如果国家队不通过集训提升自身的水平和对抗，恐怕结果会更差。实际上，女足教练组也有共识，如果不靠长期集训，想要提升会更难。

### ③ 留洋问题

世界杯后，中国女足还将有队员留洋。水庆霞认为，到海外踢球，到什么样的队伍踢很关键，不是所有欧洲球队都是水平高的，即使是顶级联赛，排在后面的队伍也是比较业余和松散的，所以，如果留洋，一定是要到高水平的队伍。

## 日本女足带给我们的两点启示

### ① 不唯成绩论与社会性

日本女足的发展不会把成绩作为唯一的追求，他们一直都在深挖女足这项运动与社会之间的意义与关联，让更多的女性通过女足赢得更多的尊重。他们希望日本女足一定要有日本女性的特点，温婉坚强，除了能够承担更多的家庭责任还能为社会也承担更多的责任。

日本足协为了能够帮助女足职业联赛发展，鼓励各俱乐部吸引来自高水平国家的外援来踢球，并且足协层面给与一定的资金支持和补助，从而保证联赛的生机。在宣传层面，派出队伍去欧洲学习，在人才方面，日本足协更注重教练员的培养，尤其是基层教练员，特别是女子足球教练员的培养，因为日本足协发现，想要女子足球走向更高的平台，她们受到的专业指导要比同龄的男子足球更加早和更加细致。

### ② 运营学欧洲，技战术自己闯

日本足球学习的是综合的发达国家足球模式，而不是某个国家的全部，

但发展到今天，尤其是卡塔尔世界杯以前，日本男足谁也不做，开始做自己，就是在面对强队时放弃一味控球，打效率足球。日本女足借鉴男足经验的同时又结合了女子足球的特点，本届世界杯就是让出控球率节省体能，同时利用高效快速的反击来突破对手的防线。

日本女足联赛目前正在考虑如何通过商业推广的多样化经营来弥补长期赞助商不足带来的影响。推广联赛的核心初步放在塑造明星球员，因为只有人性的魅力、女球员真实的生动的存在和故事，才能更好地感染大众。

## 与欧美足球的全方位差距

### ① 球迷基础

5 月 14 日的英格兰女足总杯决赛，温布利球场涌入了 77390 名观众，创造了这项赛事的上座历史纪录。7 月 31 日，中国女足足协杯决赛在大连人俱乐部基地进行，观众人数 0。这就是英格兰女足与中国女足职业赛事过于夸张但足够真实的人气差距。整个欧洲的女足球迷数量高达 1.44 亿，预期到 2033 年将达 3.28 亿。

### ② 商业转播费

未来 10 年女足市场价值将增长 6 倍，从目前 3600 万欧元的利润增加到 2 亿欧元。反观我们的女足中超联赛，除了微薄的冠名和票房收入，完全看不到大幅度增加营收的未来。

### ③ 足球人口

2021/22 赛季欧足联旗下注册女足球员人数高达 288 万，是 5 年前的 2.3 倍。刚结束的上赛季，这个数字还有显著增长，预期将突破 300 万。而欧足联旗下协会总人口才 8.65 亿，只有中国总人口的 59%。注册女足人口超过 10 万的欧洲足协包括英格兰、法国、德国、荷兰、挪威、瑞典、意大利、西班牙，上赛季女足意甲才正式职业化，意大利足协的女足注册人口就超过了 10 万。新华社公布的中国注册女足球员人数 1.5 万，绝对数量只有欧洲的 1/200，按人口比例更低至 1/333！而实际上中国注册的女足球员人数更低，真实数字可能只有 1.5 万这个数字的一半。

### ④ 球员薪资

BBC 调查的女足英超球员平均年薪 4.7 万英镑（43 万人民币），德国、法国、西班牙女足联赛均薪略少，但也都在 3.5 万欧元以上（25 万人民币）。欧美一线球星的年薪普遍都在 100 万人民币以上。

中国女足能拿到较高收入的只有极少数长期集训的国脚和留洋球员，靠的是足协补贴（每天 500 元）。留洋球员的补贴也不是现金，而是交通食宿、装备、训练康复等实物补贴。鉴于中国女足集训时间较长，只有少数主力国脚连同俱乐部年薪的固定年收入较高。可是与欧美顶尖联赛的顶尖女足球员相比，差距还是数量级的。

P2-4



# 解码中国女足“悬疑”话题

记者王伟报道 8月4日,中国女足飞抵广州,虽然世界杯征程结束了,但关于中国女足的“争论”,并未结束,其中包括对主帅水庆霞的质疑,外界甚至有了呼吁她“下课”的声音。

针对外界对中国女足的种种议论,本报在女足队内进行了调查,对“悬疑”问题进行了独家解码。

## 王霜、王珊珊怎么用?

对英格兰的比赛,王霜终于获得了首发机会,但并未改变中国女足惨败出局的命运。王霜是否首发,一直都是世界杯期间的一个“焦点”,几乎每场比赛的赛前发布会,都会有媒体向水庆霞提问关于王霜什么时候首发的话题。

据了解,世界杯期间,王霜曾向教练组请战,希望有机会代表球队首发。

但在球队备战过程中,从体能状态、过人、逼抢和局部防守拦截方面的数据看,王霜当时并未达到最佳状态,这也是教练组为何前两场比赛让王霜下半场替补登场的原因,而第二场对阵海地,王霜起到了应有的作用。

所以,有队内人士认为,如果对英格兰的比赛,王霜还是下半场替补上,上半场用防守能力更强的球员,可能效果会有

所不同,甚至有可能少丢一些球。

从第一场开始,水庆霞就用33岁的老将王珊珊踢中卫,第二场对海地比赛前,水庆霞还在媒体前放了一个烟雾弹,称王珊珊位置可能会有调整,但小组赛打完,王珊珊牢牢被钉在中卫位置上。

让王珊珊打中卫,而且,是在中锋位置没人的情况下,所以,外界诟病水庆霞和整个教练组战术有些保守。

不过,持这种观点的,可能对中国女足的实际情况不太了解。如今,世界女足运动高速发展,面对小组赛以身体对抗和速度见长的队伍,王珊珊在攻击线未必能发挥出应有的水准。在打中卫还是中锋的问题上,教练组和王珊珊有过交流和沟通,从身体机能测试和临场状态上,认为她踢锋线并不适合,所以,王珊珊一直站在中卫线上。

## 为何不“用”肖裕仪、唐佳丽?

女足亚洲杯上,肖裕仪和唐佳丽是中国女足夺冠的关键球员,堪称功臣。但本届世界杯,肖裕仪1分钟没打,和“三门”潘红艳一样;唐佳丽仅在对海地的比赛踢了15分钟。两名前锋“被弃”,引发了外界的关注,而肖裕仪个人社媒上那句话,更是引发了无限猜想。

世界杯前,中国女足就知道,这次对手和亚洲杯不同,无论是丹麦、英格兰还是海地,她们的战术都是高压快速逼抢。所以,中国女足制定了全员防守的战术,虽然唐佳丽和肖裕仪在进攻端有一定的实力,但在防守上有缺陷,而张琳艳、娄佳惠、吴澄舒等几名球员,有很强的拦截和反抢能力,而且,肖裕仪和唐佳丽在体能方面也存在不足。

此外,在定夺23人参赛大名单时,肖

裕仪是有“危险”的,不一定带她,考虑再三,水庆霞和教练组纠结了很久,才在最后时刻决定,带上这位亚洲杯夺冠功臣。

至于提前放弃沈梦露和赵瑜洁两名留洋队员,各有原因,从去年中国女足美国拉练和今年两次欧洲拉练来看,水庆霞和教练组对她们都进行了考察和了解,赵瑜洁被弃是因为体能状态没有达到国家队要求,而沈梦露则是受伤。

## 到底要不要长期集训?

1比6输给英格兰后,王霜赛后哽咽,“我敢说我们比欧洲那些球员都要练得苦,付出得更多,为什么我们始终拿不到想要的成绩?”

对于王霜的发问,体育界的某些教授专家认为中国女足练得不对,事实上,又何必是中国女足,中国男足也存在。

值得一提的是,关于中国女足,长期集训是否有用、是否合适,外界是有异议的,而从成绩来看,似乎“不合适”就是答案。

本届世界杯,很多参赛球队都是世界杯前联赛暂停时才集结组队,但对于中国女足来讲,如果那样的话,结果会更差。

据本报了解,正如水庆霞讲的那样,每个国家的女足实际情况不同,在中国,女超各支队伍水平参差不齐,除了武汉和上海两支女足队伍,其他队伍的训练是跟不上的,如果中国女足不通过集训提升自身的水平和对抗,恐怕结果会更惨。实际上,女足教练组也有共识,如果不靠长期集训,想要提升会更难。

从实际情况看,目前除了一定时间的长期集训外,中国女足没有太好的办法进行提升,除非国内女足联赛水平达到了国家队可以飞行集训的要求,或者说,全部国脚都在海外踢球。

## 球员留洋该去哪里?

从女足内部了解的情况看,中国女足与欧洲女足差距越来越大主要是因为我国女足人口基数小,后备力量匮乏,过去8年,中国女足的主力面孔基本都是这批人,缺乏新鲜血液的推动和刺激。

据了解,北美地区注册女足球员近250万,欧洲注册女足球员288万,而中国足协注册的女足球员约是1.5万。长期研究校园足球的华南师范大学体育科学学院副教授李培说,全国青少年校园足球“满天星”训练营上,选拔的有潜力队员不足万人,长期开展女足的中学不足百所。说白了,中国参加女足运动的人口基数,和欧洲以及日本差很多。

通过调查可知,女足内部信息显示,球队在征战的过程中,遇到的主要困难就是“无人”可选,“当然,别人会说你找很多借口,确实我们打得不好。和丹麦这场球,我们踢得有点可惜,我们到欧洲拉练后改进了很多东西,其实,我们的方向是对的。但面对英格兰,对方与我们踢的不是同一个节奏,但她们也是通过长时间的积累,不是一朝一夕就可以的,足球还是需要底蕴的,很多东西不是某一个教练来了就能改变的。”一位内部人士说。

面对英格兰的降维打击,中国女足选择了保守的防守反击,如果小组赛3场比赛都选择进攻,结果可能更差,所以,女足教练组才一直采取稳守反击的战术。

据了解,世界杯后,中国女足还将有队员留洋,水庆霞认为,到海外踢球,到什么样的队伍踢很关键,不是所有欧洲球队都是水平高的,即使是顶级联赛,排在后面的队伍也是比较业余和松散的,所以,如果留洋,一定是要到高水平的队伍。





# 数字化中国女足 与欧美女足的差距

**记者寒冰报道** 中国女足从世界杯出局后,王霜一句“出线了又能怎么样?”掀起了轩然大波。但王霜只不过说出了中国女足发展的现实困境:从并不足够热忱的足球氛围、单薄的足球人口到人气凋零的职业联赛,哪一点能够支持中国女足出线后挑战世界一流强队?王霜提到了英超,不是球迷们熟悉的男足英超,而是方兴未艾的女足英超,是支撑英格兰女足成为一流劲旅的基础。

那么,我们就用或许有些枯燥但足够真实的数字,全方位展示一下中国女足与欧美女足的差距,让大家更直观地意识到中国女足发展的残酷现实。

## 球迷基础:77390比0

5月14日的英格兰女足总杯决赛,温布利球场涌入了77390名观众,创造了这项赛事的上座历史纪录。7月31日,中国女足足协杯决赛在大连人俱乐部基地进行,观众人数0。这就是英格兰女足与中国女足职业赛事过于夸张但足够真实的人气差距。上赛季女足英超联赛,有4场联赛观众人数超过4万人,阿森纳对热刺的北伦敦德比最高,达到47367人。整个赛季132场比赛有多达71万观众入场,场均观众超过5300人。上赛季女足英超联赛观众数是之前赛季的2.8倍,这还是12家女足英超俱乐部的主场被安排在容量较小的球场所致,新赛季女足英超的主场将全部安排在男足英超所在主场,观众人数还将进一步飙升。

女足西甲的观众也是井喷式增长,上赛季最高观众人数2.41万。女足欧冠联赛人气更盛,阿森纳主场对狼堡的半决赛观众超过6万人,巴萨主场对切尔西的半决赛超过7.2万人。

而本赛季女超联赛前10轮60场比赛,总计才7.83万观众,还不如去年女足欧冠西班牙“国家德比”1场比赛的观众(9.16万)。女足联赛前10轮场均仅1300名观众,最高的1场才11168人,其中多达28场联赛观众人数低于500人,最低的也是0人入场。

## 商业:转播费7300万比0

商业收入方面,虽然中国女足已有多达23家赞助商,但作为国家队根基的女超联赛和青训体系却难以得到更多的资金支持。即使是2015-2019年的中超“烧钱时代”,女超联赛每年的冠名和电视转播收入也才1000万人民币。而即便是这样的收入也仅维持了两年,今年的女超联赛虽然得到了转播,但基本没有转播收入。而7月31日的女足协杯决赛甚至只能在没有转播,没有观众的空场进行。

2021年,BBC与天空体育买断了接下来3个赛季女足英超联赛电视转播权,每年800万英镑,创历史最高记录,折合每年7300万人民币。巴克莱银行投资3000万英镑(2.75亿人民币)赞助英格兰女足,包括冠名女足英超、英冠两级别联赛,以及支持英足总的女足校园足球计划。其中每年女足英超、英冠两级别联赛的冠名费600万英镑(5500万人民币)。而去年开始太平保险冠名女超、女甲和锦标赛3项赛事的费用每年才1000万。

2022年,男足西甲联盟成为女足西甲未来5年的独家商业开发代理公司,但不包括转播权。西甲联盟表示未来5个赛季将为女足西甲联赛至少带来4200万欧元收入,包括冠名、官方赞助商和IP授权等。已经谈成的Finetwork的联赛冠名费为期4年每年400万欧元,比之前的赞助费增加了100万欧元。而未来5个赛季女足西甲全球转播权已卖给DAZN,年费700万欧元(5500万人民币)。此外,Mediapro还有每年300万欧元转播费。女足西甲每年仅联赛冠名转播收入就高达1.45亿人民币,是女超的14倍。

女足法甲的冠名费每年120万欧元,未来4年的电视转播权也已在招商,3个级别的法国女足联赛也将彻底职业化。在德国,Google Pixel刚刚获得女足德甲的冠名权,为期4年,这是谷歌首次赞助德国职业体育。欧足联旗下已有75%的女足联赛有了冠名商,整个欧洲的

女足球迷数量高达1.44亿,预期到2033年将达3.28亿。同时,未来10年女足市场价值将增长6倍,从目前3600万欧元的利润增加到2亿欧元。反观我们的女超联赛,除了微薄的冠名和票房收入,完全看不到大幅度增加营收的未来。

## 足球人口:288万比15万

7月,欧足联与安永事务所合作发布了《女足欧洲杯赛后报告》。报告显示2021/22赛季欧足联旗下注册女足球员人数高达288万,是5年前的2.3倍。刚结束的上赛季,这个数字还有显著增长,预期将突破300万。而欧足联旗下协会总人口才8.65亿,只有中国总人口的59%。新华社公布的中国注册女足球员人数1.5万,绝对数量只有欧洲的1/200,按人口比例更低至1/333!而实际上中国注册的女足球员人数更低,真实数字可能只有1.5万这个数字的一半。

注册女足人口超过10万的欧洲足协包括英格兰、法国、德国、荷兰、挪威、瑞典、意大利、西班牙,上赛季女足意甲才正式职业化,意大利足协的女足注册人口就超过了10万。人口不到600万的丹麦,注册女足球员就超过6万,是中国的4倍!甚至人口只有38万的冰岛,注册的女足球员人数都接近1万。占冰岛全国人口的2.7%,相当于中国有4000万注册女足球员!而且,传统上文化保守的土耳其,女足注册人口也突破了5万。

巴克莱银行支持的英足总女足“校园足球”计划,希望让开展女足运动的学校可以从2019年的3300所增加到2024年的2万所。英格兰去年16岁以上经常踢球的女性多达263万,这就是英格兰女足能称霸欧洲的基础:要知道英格兰的人口才5600万,只有广东省的一半。在德国、法国这样女足运动发达的欧洲大国,16岁以上经常踢足球的女性也超过100万。

看着这些差距过于巨大,真实而残酷的数字,球迷们还会认为目前的中国女足具备挑战世界劲旅的基础吗?

**记者寒冰报道** 这次女足世界杯国内社媒一直有“中国女足薪资世界第二”的传闻,但事实上这是不折不扣的谣传。源自2021年国际足联的女足商业报告,声称2018/19赛季中国女超联赛俱乐部平均收入110.4万美元,仅次于日本排名世界第2位。但那是中超“烧钱时代”,中超进入冰河期后,中超的薪资水平直线下降,挂靠男足俱乐部的女超俱乐部薪水也在下降。

能拿到较高收入的只有极少数长期集训的国脚和留洋球员,靠的是足协补贴(每天500元)。留洋球员的补贴也不是现金,而是交通食宿、装备、训练康复等实物补贴。鉴于中国女足集训时间较长,只有少数主力国脚连同俱乐部年薪的固定年收入较高。可是与欧美顶尖联赛的顶尖女足球员相比,差距还是数量级的。

BBC调查的女足英超球员平均年薪4.7万英镑(43万人民币),德国、法国、西班牙

## “女足年薪世界第二”是谣传 收入与欧美 相差一个量级

牙女足联赛均薪略少,但也都都在3.5万欧元以上(25万人民币)。收入排名世界前10位的女足球星,效力切尔西女足的澳大利亚国脚凯尔高达48万欧元(380万人民币),美国女足球星摩根和拉皮诺埃年薪都超过43万欧元(340万人民币),巴西老将玛塔也能拿到近40万欧元年薪(310万人民币)。西班牙女足头号球星普利亚斯在巴萨女足年薪也达40万美元(290万人民币),收入排名第10位的罗德曼超过26万欧元(200万人民币),欧美一线球星的年薪普遍都在100万人民币以上。新赛季,阿森纳女足的鲁索有望成为首个年薪达到100万英镑(900万人民币)的女足球星。

王霜所在的北美女足联赛(NWSL)球员最低年薪3.6万美元(26万人民币),平均年薪5.4万美元(39万人民币),均比去年增长30%以上。连同基本工资、补贴、奖金在内,最高可达20万美元(140万人民币)。但像摩根、拉皮诺埃这样的顶级球星,可以得到最高60万美元的额外分配薪资。王霜拿不到这个分配薪资,在北美的年薪只有50万人民币左右,与摩根、拉皮诺埃等北美顶级球星的收入差距几乎是10倍。要知道,王霜已是中国女足年薪最高的球员了。

至于国家队集训和比赛补贴,近年欧美女足国脚也能拿到远超之前的收入。英格兰女足球员每场比赛个人补贴是2000英镑(1.8万元人民币),相当于中国女足球员集训一个月的补贴收入。美国女足争取到与美国男足平分国家队补贴、奖金、商业收入的权利,除了世界杯、奥运会,每场A级比赛球员个人获得的奖金在3000-10000美元(2.2-7万人民币)之间,此外还有8000美元的津贴和1万美元的出场费,每场比赛至少可拿到1.8万美元补贴(13万人民币),同样远超中国女足的国家队补贴和奖金。

# 【日本女足启示录】成绩是追求的一部分而不是全部

记者贾岩峰报道 结束本届世界杯之旅后,王霜的发言引起了关注,她对日本女足发展持认可态度。到目前为止,日本女足在女足世界杯淘汰赛击败了挪威,杀入八强。日本女足到底怎么发展起来的?她们能够为我们带来什么启示呢?

## 日本女足发展面临的两个问题

曾经是日本京都府内阁议员的,庆应大学公共政策和体育政策博士后毕业的熊谷哲先生,目前致力于日本体育制度研究工作,是一名改革政策评估研究员,对于女足的发展,熊谷哲用公共政策制定上的公正政策循证法则来表达:“获得世界杯与奥运会冠军,重返世界一流可以是日本女足发展的目标之一,但实现这一目标的方法和执行效率必须要经过科学的探讨和实际的检验,并且要不断地去评估其效果形成一种有效的循环,才能去解决女足发展现存的问题。寻找到根本的问题是解决问题的最重要前提,如何确定什么是真正的问题,这本身也是一个重要的问题。谁来确定,怎么确定,如何执行和评价其客观性。”

熊谷哲用数据列举了足球在日本一般女性心目中的地位,得到的答案是在小学阶段排在女生关注的第10位,这显然与足球在男子关注排名前三位是不能相比的。女子足球有一个不同于男子足球、更明显的断档问题:女孩在13-15年龄段严重断档,造成断档的原因是在这段时间是小学和初中的分水岭,

同时进入青春期的女学生对于外貌和身材的关注使得很多女孩子在面对风吹日晒的运动环境有一种担忧和疏离,与此同时,即便希望继续踢球的女生到了初中以后跟男生的身材发育差异太大,不能像小学时那样在一起混踢,女足球队数量又不足,这样又加剧了这一年龄段球员的流失。

日本女足面临的第二个问题是职业联赛发展问题,哪怕日本女足拿过2011年世界冠军,2015年世界杯亚军,但是这仍旧不能改变日本女足在职业联赛上经营的窘境,也无法给与从业人员更好的薪资待遇,保证她们的生活质量。日本足协一直没有放弃努力,在2021年算是真正成立了最新的WE日本女子足球职业联赛,原来的日本女子抚子联赛成了第二级别的联赛。日本女子足球职业联赛的审核机制较为严格,最初只有11家俱乐部符合标准。日本足协为了能够帮助女足职业联赛发展,鼓励各俱乐部吸引来自高水平国家的球员,并且足协层面给予一定的资金支持和补助,从而保证联赛的吸引力。在宣传层面,派出队伍去欧洲学习,在人才方面,日本足协注重教练员的培养,尤其是基层教练员,特别是女子足球教练员的培养,日本足协发现,想要女子足球走向更高的平台,球员受到的专业指导要比同龄的男子足球更加早和更加细致。

“尽管拿到冠军是我们的最高目标,不过,不是唯一目标,因为成绩只能代表某一个阶段

的成功,但我们要的是一直的持续的影响力,做到这一点,女足才能永远健康地向前发展。如何才能保持持续的影响力,那就是日本女足一定要有日本女性的特点,温婉、坚强,除了能够承担更多的家庭责任,还能为社会也承担更多的责任。”这是日本女子职业联赛负责人高田发表的观点。日本女足的发展不会把成绩作为唯一的宣传点,他们一直都在深挖女足这项运动与社会之间的意义与关联,让更多的女性通过女子足球赢得更多的尊重。

## 打法特点与联赛运营都有自己的考虑

外界不少意见以为日本足球是在复制巴西,复制西班牙传控,但实际上,日本男足的真正理念是,运营学习英超,技战术基础体系的建立学习德国,战术理念一度模仿西班牙。日本足球是一个综合的发达国家足球模式,而不是某个国家足球的全部,发展到今天,尤其是卡塔尔世界杯以前,日本男足“开始做自己”,放弃所谓的传控,打效率足球。

日本女足借鉴了男足的经验同时又结合了女子足球的特点,也许在男足领域,仅仅用小快灵的战术难以弥补身体上的劣势,但是在女足范畴内,小快灵的打法还是能够发挥出足够的威力,日本女足此次就是低控球率节省体能,同时利用高效快速的反击来突破对手的防线。

前日本女足主教练高仓麻子曾经说过:“日本足球运动员的身体素质与欧美球员差距

太大,如果只是一味模仿欧美而脱离自身的实力和特点,做不到的时候挫败感会特别强而且还可能失去自我。”高仓麻子如今在上海执教,她说中国女子足球职业联赛得到的资金支持要好于日本,如果能够找到适合自己发展的方向持续发展,中国女足还会有崛起的那一天。

以高仓麻子为代表的日本足球界人士对于日本女足2011年能够斩获世界冠军的主要原因有一致的认识,就是欧美那时候并不重视女足发展,亚洲女足起步较早、投入较多,所以有一定领先。但到了现在,巴塞罗那和皇马的女足对垒能够吸引9万名观众时,中日谁再想取得好的成绩都不那么容易了。

日本女足职业联赛管理层观看了这场高达9万名观众的比赛后,深入了解了欧洲女足的商业宣传计划和方法,特别是拍摄女足宣传片的时候尽量不拍全景,尽量拍上半身或者脚的部分,这样做的目的的一方面是为了展示女性的特殊魅力,又可以很好避开跟男子足球运动员在肌肉线条力量上的直接对比,从而用一种不同于男足普通运动员的宣传视角去更好推广女足联赛。

日本女足联赛目前正在考虑如何通过商业推广的多样化经营来弥补长期赞助商不足带来的影响。推广联赛的核心初步放在塑造明星球员,因为女球员真实的、生动的故事,才能更好感染大众。

成绩永远是日本足球追求的一部分而不是全部。

## 社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐  
自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善



记者陈永报道 6比1击败梅州客家之后,山东泰山在中超积分榜上升至第2。在崔康熙接管球队之前,山东泰山排名中下游,球迷还一度为保级而焦虑,在崔康熙的带领下,山东泰山稳步前行,改变显而易见。

3比0击败北京国安之后,崔康熙对三名中场黄政宇、廖力生和李源一的发挥赞不绝口:“今天取胜的原因是中场三名球员给对方的压迫非常出色,当然还有两个边路锋线球员刘彬彬和陈蒲。”

在这场比赛中,李源一一传一射,表现极为出色,“李源一训练非常努力和认真,他是可以为球队牺牲的球员,今天我要他更多向前,他最终也取得了进球。”

几天后,山东泰山6比1击败梅州客家,黄政宇轮休,李源一和廖力生联袂出场,廖力生远射建功,同时快发边线球帮助刘彬彬破门。本土中场组合展现出了强悍的战斗力和泰山队近期战绩出色的重要原因之一,是崔康熙为球队带来改变的一个最好的例证。

### 本土三人中场组合曾不被看好

廖力生是在2022赛季加盟山东泰山的,他加盟的第一个赛季,表现并不能让人满意,回过头来看,原因是多方面的:其一,定位不清晰,当时他打的位置主要是中前卫,要求攻防兼顾,要求相当高;其二,廖力生融入球队较慢,开始阶段并没有很好地融入,影响了他的表现;其三,当前几场表现不佳之后,外界的质疑也让他背负了一定的心理压力,当时泰山队的教练组虽然想了办法给他减压,但效果并不明显。

2023赛季,黄政宇和李源一加盟山东泰山。李源一成名已久,国字号常客,他在中场属于偏进攻型队员,球迷对他接受度较高。黄政宇不被看好,原因是他此前更多打中后卫或者三中卫的边中卫,虽然打过腰位置,但并没有太突出的表现,因此没有太多人看好他在防守型后腰位置能打出名堂。



■本赛季廖力生的变化相当明显。

# “新中场组合”强悍,泰山改变的一个缩影!

黄政宇在前8轮没有出场的机会,有沦为板凳球员的趋势,但崔康熙执教之后,第9轮,黄政宇在和深圳的比赛中出现在防守型后腰的位置上,这其实是崔康熙真正执教的第一场比赛(第8轮客场对阵天津津门虎,崔康熙刚刚上任),结果黄政宇表现游刃有余,有了一个非常好的开始,不但让崔康熙更加信任他,也让他拥有了更多的信心。第11轮,黄政宇进球,进一步巩固了位置和提升了信心。

最大的变化还是廖力生。廖力生虽然受到崔康熙信任,但6月间歇期之后才全面获得球迷认可。廖力生的变化,同样有几个层面的原因:其一,崔康熙的信任,这是至关重要的;其二,位置和职责都更加明确,崔康熙对他的防守职责要求非常清晰和明确,泰山对阵三镇时,被盯防的斯坦丘发出了无奈的询问:“你为什么老跟

着我?”后来,泰山球迷也做了大量的比赛剪辑,展现出廖力生防守的专注和凶狠,这让廖力生获得了更多认可。

在和北京国安的比赛中,北京国安的中场是德索萨、阿代米和李可,两名外援和一名归化球员,结果李源一、黄政宇和廖力生这三名本土中场完全遏制了对手,国安甚至很少打到30米区域,全场比赛只有2次射门。

### 重视每一名球员,有竞争又团结

李源一、廖力生和黄政宇这三名中场强悍的表现,是泰山队强势上升的一个缩影而已,崔康熙改变的,当然不仅是他们,更重要的是全队的精气神全面提升。

在边锋位置上,刘彬彬和陈蒲的位置更加稳定,表现也非常出色。尤其是刘彬彬,他有一段时间可以说是不温不火,但

近期他是泰山队的主要攻击点之一,目前已经有3个进球与3个助攻。陈蒲目前在中超有5个进球同时有3个助攻。胡靖航其实获得了不少的机会,只不过他暂时尚未把握住机会取得进球。对于童磊和孙国文,崔康熙有计划地使用他们,若状态出色,会给他们更多的机会。

近期,崔康熙也加大了培养年轻球员的力:足协杯和梅州客家的比赛,谢文能首发,阿卜杜·贾非凡、刘国宝和买乌郎替补出场,其中谢文能开场10秒钟便取得了进球;本轮中超比赛,谢文能和阿卜杜杜替补出场。

“现在泰山队是一个非常团结的球队,崔康熙重视每一个球员,按照他们相应的特点给予机会,大家有竞争,又团结,这种气氛是近期泰山队战绩出色的主要原因。”泰山方面的人士告诉记者。

## 下轮碰泰山,蓉城全力避免三连败

记者鲁蜜报道 上轮不敌浙江,本轮输给了青岛,成都蓉城已经是两连败。下轮将客场挑战近期状态大勇的山东泰山,伤停不少的背景下,成都蓉城取分难度很大。

### 一些不该输的比赛

此前风顺水顺的成都蓉城,自7月起进入了困难时期。7月第一场比赛输给了北京国安,在联赛中的不败金身就此告破。整个7月的6场比赛,成都输了4场。

对阵青岛的比赛,是8月份第一战,也是三连客的第一场,成都蓉城在半场落后0比3的情况下,差一点扳平比分,但是艾克森最后时段的人球被判无效,VAR介入后认为艾克森人球前,帕拉西奥斯有手球之嫌,最终蓉城只能吞下失利的苦果。

不得不提到的就是比赛中减员的情况,是球队近期成绩不佳的原因之一。客场输给梅州客家的比赛,开局第8分钟,

主力门将张岩因为出击动作问题,获得红牌。主场输给浙江队的比赛,下半场开始不久费利佩因为冲撞对手,被直红罚下,落后且少打一人,无力回天。费利佩还被追罚停赛3场。

在有机会拿分甚至取胜的比赛里,因为出现了球员被罚下的情况而最终失利,需要引起球队的注意。球队的利益和比赛的结果才是最重要,球员必须要注意自己的动作与态度,少打一人不仅令球队失分,也会令其他队友的体能能有更大的损耗,影响接下来的征战。

仅仅看比赛数据,其实这7场比赛里成都蓉城表现不差。主场和北京国安的比赛,蓉城一共有27次射门,6次射正,北京国安只有7脚射门,仅1次射正就转换成了进球。客场1比2输给沧州雄狮,控球率高于对手,射门次数是对方的一倍有余,最后将近10分钟多打一人,但蓉城无法将比分扳平。

成都实力不错,每场比赛都能够创造

出机会,但把握能力上不如赛季开局时候做得那么好,输掉了一些本可以拿分、不该输的比赛。

### 人手不足令徐正源头痛

近7仗2胜5负,成都蓉城在积分榜已经下滑至第四,争前三的难度越来越大。一线队的人员伤病问题让徐正源相当头痛。

从金敬友受伤开始,蓉城的人员不整问题就一直影响着球队的前进,罗慕洛在和上海海港的比赛中受伤,导致赛季报销,球队损失了一个最重要的进攻梳理者,而这也迫使中期引援的计划发生变化,需要寻找一名新的外援顶替罗慕洛。不久后张功和罗慕洛一样遭遇了几乎同样的伤病,赛季报销,与此同时,同位置的甘超也出现了伤病。此前一直首发的艾克森,因为膝盖的伤病休战了一段时间,直到对阵青岛一战才复出。

艾克森复出,但张岩和刘涛两人因伤

缺阵了,他们需要休整时间,将缺席一些经赛。对阵青岛一战,徐正源只能使用没有中超经历的三号门将蹇韬首发,因为另一门将耿晓峰也处于恢复期。

二次转会窗口已经关闭,成都蓉城在这个转会期只引进了外援安德里戈,没有任何新的国内球员的到来。或许在这一点上,球迷对于俱乐部也有不理解。

事实上,俱乐部在此次转会期有一部分引援目标,其中张源最为接近,但最后张源选择了加盟北京国安。在引援的过程中,俱乐部遇到了很多曲折,想要的球员因为自身原因或者原俱乐部原因无法到来,并非成都蓉城俱乐部能控制的。俱乐部保持着一线队的薪资平稳,不可能随便打破。

困难时期,更需要彼此团结,保持斗志,伤病员情况需要一点时间等待他们恢复,此时需要激发其他队员更多潜能。联赛还剩下10轮,成都想要完成目标,需要齐心协力,做好自己。



8日,山东泰山将对阵成都蓉城,费南多和艾克森两位归化球员直接对垒,谁将给球队带来进球?

## 状态上升,“小摩托”有望回归国足

记者陈永报道 当“小摩托”费南多加盟泰山队时,泰山球迷都持有观望的态度:两个赛季没打比赛的球员,究竟还能不能为泰山做出贡献呢?当然,考虑到小摩托曾经的出色表现,泰山球迷又带着盼望,期待着他能够实现价值,满血复活。

本赛季已经打完2/3,“小摩托”虽然距离满血复活还有些许距离,但他给球队的帮助显而易见,已经成为泰山队重要的攻击手,最近两轮更是进球+创造点球。以费南多现在的状态,他或许会获得国家队主帅扬科维奇的关注,回归国家队是大概率的事情。

### 加盟时几乎两年没踢比赛

2020年,费南多加盟广州队,在这一个赛季,他表现还不错,总计出场16次,打进5球助攻6次。但随后受伤病影响,

2021赛季和2022赛季,费南多全部的比赛场次只有1场,出场时间只有34分钟,其余的时间,他基本上处于“受伤—康复—训练—再受伤”的节奏,2022赛季,费南多和恒大解约之后,在巴西赋闲养伤。

因伤病而长时间没有比赛,泰山队签约费南多需要冒一定的风险,不过对于泰山队而言,费南多是进攻的一个棋子,他的位置还有其他队员可以选择,如果他能够康复,是意外的收获,同时还有助于国家队。实际上,本赛季蓉城签约艾克森和泰山队签约费南多,都和国家队有一定的关系,费南多今年才刚刚30岁,还可以为中国足球贡献自己的力量。

费南多在本赛季中超第一轮就获得了出场的机会,第64分钟替补出场,第2轮在第46分钟替补出场,但第3轮替补出场时再次遭遇拉伤,只能休整,直到第8

轮他才再次替补出场。

对费南多的伤病担心成为了现实,而且赛季前期的比赛,费南多的风格发生了极大的变化,他更喜欢控制球,以往在中超打出名堂的单骑突进几乎没有,和“小摩托”的外号完全不符,性子急的泰山球迷甚至认为他在散步。

### 多方努力,“小摩托”逐渐回归

在质疑声中,“小摩托”慢慢地回归了。中超第20轮战罢,费南多联赛出场14次,最近9轮比赛,费南多全部出场:第12轮到第14轮,替补出场;第15轮首发出场打满全场;第16轮对阵申花和第17轮对阵南通支云,替补出场;第18轮对阵浙江首发出场;足协杯对阵梅州客家再次首发;最近2轮,均是替补出场。截至目前,费南多场均出场时间30分钟。

据记者了解,为了让费南多能够更好地打上比赛,泰山队和费南多本人也付出了很大的努力:其一,在费南多刚刚加盟时,球队为费南多制定了针对性的计划,在崔康熙到来之后,同样给费南多制定了相应的计划;其二,崔康熙对费南多的比赛时间有所控制,希望减少他受伤的可能以及一直保持良好的比赛感觉,比如第18轮和随后的足协杯连续首发之后,第19轮费南多应该轮休,但崔康熙仍旧给了他十多分钟的比赛时间寻找比赛感觉,结果费南多上场之后实现了进球;其三,费南多本人有着强烈的比赛愿望,毕竟他在过去两年几乎没有出过场,作为职业球员,他希望能够打比赛;第四,泰山队外援大部分是巴西球员,尤其是莫伊塞斯非常职业和敬业,对费南多也有很好的带动和帮助。

在各方面的努力之下,费南多逐渐回归赛场,表现趋于稳定。值得注意的是,费南多前期的比赛节奏较慢,更多是利用小技术盘带,但近期他在比赛中的突破和高速跑动开始变多,这给球队的进攻带来了更多的变化。其实,这反映了费南多心理层面的变化,他对自己的身体有了更多的信心。

### 希望能够在国家队体现价值

最近两轮,费南多表现出色:泰山队3比0北京国安,费南多长途奔袭后摆脱门将破门得分;第20轮,泰山队6比1梅州客家,费南多禁区内突破之后被绊倒创造了点球,点球由新加盟的外援帕托主罚。

费南多状态在回升中,对于国家队而言是不错的消息。

9月份和10月份的两个国际比赛日,国家队都会进行集训与热身比赛,约战4个对手,已经确定的有叙利亚、马来西亚、乌兹别克斯坦,还有一个对手待定。

国足攻击端需要增强力量。因为张玉宁受伤,中锋位置,艾克森变得非常重要。费南多拥有不错的技术,同时突击能力也有所恢复,他可以增加国家队边路进攻的威力,“小摩托”对于国家的价值将逐渐体现。

## 复出就入球,艾克森遗憾未能扳平

记者鲁蜜报道 和青岛海牛的比赛,艾克森本来能够成为挽救成都蓉城命运的英雄,可惜他的第二个人球被判无效,蓉城最终2比3不敌青岛海牛。

“不是我们想要的结果,但重要的是团队拼到了最后一刻。开心伤愈能再为球队破门。成都雄起!”艾克森在和青岛海牛队比赛之后,最大的感受就是遗憾未能扳平,球队未能拿到分数。蓉城与青岛海牛的上半程交手,艾克森同样有人球,帮助球队3比2取胜,同样的比分,但客战青岛海牛时,落败的变成了成都蓉城。

艾克森刚刚伤愈,对阵河南的比赛,他膝盖受伤,第27分钟就被换下。接着,他缺席了球队三轮联赛,蓉城分别输给了沧州与浙江,击败了大连人。

近期成都蓉城队内人员不整,成绩不理想,积分榜排名下滑至第4。在场外观战

的艾克森十分着急,希望尽快返回赛场帮助球队。受伤一周之后,艾克森就参与了球队合练,希望能够尽快复出,但是徐正源与俱乐部不能冒主力队员复出就再次受伤的风险。

费利佩在对阵浙江队的比赛里获得红牌,还被足协追罚停赛,两名门将也有伤,和青岛海牛的比赛,成都蓉城在人员使用上面临很大的困难,艾克森还是先列为替补,前场由帕拉西奥斯与安德里戈担纲攻坚任务,证明艾克森的身体条件仍然未达到可以首发并打满全场比赛的标准。

原以为球队踢得不好,中场休息的时候,徐正源会大发雷霆,可他并没有这样做,在中场休息时,他告诉球员,这就是足球比赛,希望球员们能够竭尽所能做到最好,在有限的人员调整空间里,只能让艾克森在下半时登场。在艾克森登场前,安

德里戈为成都蓉城扳回一球,点燃了所有人的希望。

艾克森不负所望,第83分钟,他打进一球,成都蓉城扳为2比3,加上补时,还有10分钟左右给蓉城努力扳平。在此仗之前10场联赛没有人球的艾克森成为了球队最重要的进攻点,是球队取分的希望。

补时阶段,艾克森入球,成都蓉城的球员欣喜若狂,但VAR介入,最终认定在艾克森入球前,成都蓉城的队员手球,入球被判无效。艾克森非常激动,他一直在试图解释这个球的有效性。在困难时期的一个人球、一个积分,有多么重要,他相当明白。当结果无法改变的时候,感到遗憾的他在社交媒体上表明了自己的态度“不是我们想要的结果。”

成都蓉城自战青岛开始,连续三场打



客场,因此在结束与青岛之战后他们没有返回成都,直接去了济南,备战与山东泰山队的比赛。两队积分差距只有2分,这是争夺联赛前三名的关键战。艾克森将在此仗碰上自己熟悉的旧队友、同为归化球员的费南多。

# “重回广东 让大家看到我十年的成长！”

## 《足球》VS 廖均健

记者王伟、实习记者刘承彦报道 2008年,年仅14岁的廖均健从广西来到广东。两年多后,他进入东莞南城一队并参加了2011赛季中乙联赛。一年后,如今梅州客家总经理曹阳慧眼相中了廖均健,当年二次转会时将后者带到了日之泉。

2014年底,广东日之泉解散,20岁的廖均健远走河北中基(河北华夏幸福前身)。2022年初,廖均健重回广东加盟梅州客家队。从20岁北上河北,到如今回归广东,29岁的廖均健已经成长为了一名优秀的中卫球员。近日在接受本报专访时表示:“重回广东,想让大家看看我这十年的成长。”

### “我们这支队低调务实”

《足球》:今年中超上半程球队有一段表现低迷,输给泰山前,梅州客家队获得了主场三连胜。你觉得目前球队和球员的状态调整得怎样?

廖均健:我觉得现阶段球队的表现肯定比之前好很多,虽然惨败泰山,但现在球队的人员、状态和心气都好了很多,主场的连胜让俱乐部上下大受鼓舞。

球队在表现低迷的那段时间是怎么调整的?

那段时间踢得不好,人员不齐是主要原因,现在球员慢慢从伤病中康复,也有新的外援到来。我觉得只要我们能缓过这口气,都能拿下应该拿到的分数。

在球迷眼里,梅州客家队是一支坚毅、顽强的球队,作为其中的一份子,你觉得客家是一支怎样的球队?

来到梅州客家后,我觉得这支球队的风格跟梅州五华当地低调务实的民风很相似,队友之间没有距离感,平时训练和生活中大家都互相鼓励和帮助。曹总也一直强调团结,队友们也有自己的态度,即使出现失误我们也可以弥补回来,我觉得这是很好的。

之前在广州城踢球的李永佳加盟了球队,对这些年轻队员你有什么想说的?

我觉得我们的年轻队员都挺有实力,他们需要把自己的能力完全展现出来,在平时的训练中我们其实也会鼓励他们。主教练很欣赏这些年轻队员,经常给他们加练,告诉他们怎么去比赛,让这些年轻的队友时刻做好登场的准备。

说到外援,康拉德加盟后为球队带来了3个进球,他在进攻端带来了哪些不同的感觉?

康拉德给我的感觉就是他对进球有



叶楚贵(左)和廖均健这两个少年好友,时隔多年在梅州再聚首。



着强烈的饥饿感。其实我们队的外援人品都很好,跟我们交流也很积极,我觉得这些外援都希望球队能够尽快走上正轨。

### “面对伤病,然后战胜它”

《足球》:今年5月10日,梅州客家客场对长春亚泰的比赛里,在肋骨骨折的情况下,你拼到了最后一刻,球队当时4比2赢下了比赛。这次受伤的过程中发生了什么?

廖均健:那是下半场刚开场,对手撞到了我的肋骨,当时就感觉很疼,缓了很久才重新回到球场上。当时我不断对自己说:“坚持住!”踢完比赛我去医院检查才发现断了三根肋骨,这次受伤休息了一个多月时间。

回想一下当时你受伤的过程,肋骨骨折后还坚持完成了比赛,这种硬汉的精神给球队带来了很大的力量吧。

伤病是每个运动员的必修课,但是怎么面对伤病,怎么样从伤病中挺过来才是运动员需要历练的。

在里皮教练执教国家队的时候,我被他选入国家队。里皮教练还挺看重我的,但当时在一场热身赛时我的脚内侧韧带受伤了,很遗憾没有赶上后面的比赛。当时是我第一次入选国家队,因伤暂时离开国足对我来讲还是挺可惜的。

你在对7月对阵南通支云时复出,应该说恢复得比较快了吧?

康复期其实挺短的,我一个多月就回归了。我受伤后一直关注球队的情况。那段时间,球队的防守出现了问题,成绩开始波动。我就积极跟球队和队医沟通,争取早日归队,最后在对阵南通支云时正式回归。

现在身体感觉怎么样?

刚回来的那两场比赛其实还是比较

担心,医生也跟我说要避免撞击,不过在现在已经完全没事了。

受伤的那一个多月是不是特别煎熬?

我当时很着急,休养的时候一直在看球队的比赛。当时我们的本土球员在进攻端表现很出色,打进了很多进球,但是防守端还是有些问题。

其实,包括输给泰山的比赛,那场失利中防线有磨合的问题,也有对手实力强大的原因,比赛的时候自己心里也很着急。

归队后是怎么把状态调整回来的?

队医和康复师都给我制定了详细的康复计划,目的就是让我尽快参加队里的合练,从踢半场开始,我适应得已经很快了。

### “广东德比一场也不能输”

《足球》:梅州客家队在主场战胜了大连人,赢得了这场关键的保级大战的胜利,你在后防线起到了关键的作用。其实你也有很有冲击力,去年面对广州城队,你在补时阶段打进了绝杀球,面对广东同省对手,那种舍我其谁的精神最后决定了比赛的走向吧?

廖均健:当时广州城队正在拼命抢分保级,但是我们去年的目标是要赢下所有的广东德比,当时我们运气也不错,最后靠着这个绝杀我们在广州城队身上拿到了三分。

很可惜,最后广州城没有继续征战职业联赛。不过你的昔日队友叶楚贵本赛季加盟了梅州客家,在叶楚贵加入梅州客家之前,你们之间有交流吗?

我觉得他在这个年纪,又是从伤病中康复归来,此刻需要的是更多的出场时间和更稳定的队伍去证明自己,这是我当时给他的建议。

### “感受到了大家的成长”

《足球》:你跟杨超声、叶楚贵从小在东莞南城踢球,当年各奔东西后,现在你们又重新聚到一起,这种兄弟情义是最难得的。

廖均健:我们在东莞南城一起踢了十年,当年一起长大的队友经历了很多,后来大家各奔东西,现在再相聚的时候依然是那种小时候熟悉的感情。虽然在成长和发展的过程中大家在不同的俱乐部效力,但是在训练中和比赛中我可以感受到大家在这些年里都成长了。

你们几个还会想起以前在东莞南城踢球时的趣事吗?

经常聊。以前一起踢球或者其他俱乐部认识的球员来踢客场的时候我们也会在一起聊天,从小一起踢球长大的感情是很好。

记得是曹阳总经理当年将你从东莞南城引进到广东日之泉,来到梅州客家,你又回到了熟悉的师长身边,有没有一种亲切感?

曹阳总经理对我有知遇之恩,他在我年纪很小的时候就让我踢主力,十年后再次跟他一起战斗,这个感觉很好,我可以让他看到这十年我的成长,也可以用我这十年学到的东西回报他,回报广东足球。我想把我的所有贡献给梅州客家。

### “希望再次入选国家队”

《足球》:广西这两年足球挺红火的,你的家乡是广西北海,你对广西足球的未来有哪些期待?

廖均健:从去年开始,广西组建了很多支队伍参加中冠、中乙和中甲,看得出来广西壮族自治区希望在足球上做出一番成绩,这是个很好的现象。广西人一直都很喜欢足球,只是一直缺少一个平台能让他们参与这项运动。现在能有队伍参加职业比赛,能给当地人带来希望,也能给校园足球、青训带来人才。广西一直没有过顶级联赛的队伍,今年广西平果哈嘹也有望冲超,我希望他们能完成目标。

你入选过国家队,也在豪门球队踢过球,现在来到这里,你对自己的职业生涯还有什么期待和目标?

对我自己而言,回到广东、回到梅州算是回家,在我更熟悉的环境和人员的身边踢球,对我是有提升的,我希望我可以在这几个赛季保持稳定的水平,并期待能有一定提升,也希望我能再次入选国家队。

那对俱乐部有什么期待和目标?

我们其实没有想到年初的低迷,现在也处于中下游的位置,我觉得我们现阶段的目标就是能争取保级,然后拼下更多分数。现在打完第20轮,输给泰山之后,我们要及时反思,如果能保持之前主场的势头,我觉得我们可以超越去年的排名。

记者贾岩峰报道 石家庄功夫曾差点被递补进入2023赛季的中超，他们是本赛季中甲联赛中的冲超大热门球队之一，但是，开局3轮不胜，一度陷于降级区中，第9轮主场0比2不敌南京城市后，功夫队决定换帅，邀请昔日的“超白金一代”成员周麟执教球队。

从周麟实际参与球队工作到现在，一共打了8场联赛，取得了7胜1负的成绩，当中的一波七连胜，不仅稳固了周麟的帅位，同时也将球队拉回了冲超行列。

## 龙晋已散，但感激犹在

上赛季的中国足球圈，有一支球队和一个名字引起了广泛关注，本报为此特意做了专访，就是周麟和他执教的山西龙晋。

周麟带领的山西龙晋在中乙联赛第一阶段的比赛中，以9胜5平0负的不败战绩获得黔南赛区第一名，32个积分也是当时中乙联赛三大赛区24支球队当中最高的，可惜的是，球队严重欠薪影响了第二阶段的士气，最终只取得了中乙第六名。“龙晋本来可以不用解散的，但是，有些事是我做不到的，也无法改变的。在这



周麟

# “不要改变球员的自我认知”

里我要感谢中国足协和中足联筹备组的领导们，虽然没有见过他们，但是我知道他们其实默默地给了龙晋很多帮助，包括亲自给山西省体育局的有关领导多次打电话为我们寻求支持，在不违反公平原则的情况下给予我们等待的时间。哪怕龙晋没了，而我也不知道当时帮助我们的人具体是谁，我还是想真诚地说声谢谢，正是因为在我们最绝望的时候，你们给予了这些帮助，让我和我的团队相信，中国足球还有希望。”周麟说，不管中国足球经历了怎样的风浪，发生了多少事，他都不怀疑这个社会 and 这个行业，还是认真做事的人多，好人多。周麟让记者一定要把他的感激写出来，尽管过去的这些年历经了很多坎坷，但留在他记忆深处更多的还是感恩。周麟之所以放下自己红火的生意不做了，回头做足球，就是因为心中相信，中国足球依然有值得他去努力以及值得他去回报的人和事。

## 恩师求助，达成合作

周麟能够来到石家庄功夫执教，得益于昔日恩师徐弢的大力推荐，同时，也源自于他在过往执教时对阵石家庄功夫的比赛中战绩卓著。

2021年在在中乙的交手中，周麟带领的山西龙晋队在常规赛对垒石家庄时两战皆胜，在后来的冲甲组的对战时，石家庄功夫冲甲信心满满，而当时的龙晋队已经是前途渺茫，即便如此，周麟执教的龙晋队对功夫队还是取得了一平一负的成绩。这也是为何石家庄功夫在考虑换帅的时候，第一个就想到了周麟的主要原因。这次换帅，对于有冲超意愿的石家庄功夫队来说，成绩已经下滑到了中游，新来的主帅必须很快能够上手，把成绩快速拉上来，没有太多的时间可供新帅摸索和磨合了。

能把功夫队打得没脾气，证明周麟是非常了解这支球队的。因此，有意换帅时，俱乐部总经理徐弢给周麟打去了电话，最初也没有直说邀请他执教，只是希望他从自己的专业角度，给目前功夫队存在的问题提出一些判断和整改方案。得到昔日恩师的求助后，周麟没有任何迟疑，当时正在职业级教练员培训班学习的周麟，在课余熬了几夜，与自己的技术分析团队做了一份技术报告，交给了徐弢，随后他就接到了执教的邀请。

周麟一直把徐弢看作自己的贵人和恩师之一，他相信，无论是在球员生涯中，还是在转型做教练后，徐弢都是那个能够带他再上一个台阶的人。

在周麟效力于前卫寰岛时，是唯一一个被李章洙指定跳级到一线队的年轻球员，那时他只有17岁。在日常训练时，周麟每天都是到基地最早的那一个，还主动承担起背球袋、拿装备等训练器材的任务，除此之外，他还在训练前把队中老大哥们的球鞋认真擦好、摆放好。那个时代，有比赛任务的队员出去外地打比赛后，没有比赛任务的队员并没有像现在那样，还有助理教练带着在基地训练，所以球队一走，老队员一般都是休假，只有周麟一个小年轻在基地里加练。周麟的这一些表现，恰好被在另外一块场地训练的国青队守门员教练徐弢看在眼里，于是，他就向周麟发出了邀请，跟着国青队一起训练。跟着国青队训练一段时间后，周麟又被当时的国青队主教练沈祥福看中，后来就成为国青队的主力球员，成为“超白金一代”的成员之一。

“徐导对我的了解不只是去年那几场比赛，而是基于这些年对我人品、经历和能力的综合判断。他一直就是我的贵人和恩人，我们有缘。他向我介绍了石家庄精

英集团投资足球的恒心和理念，以及俱乐部在管理上的一些特色，我非常庆幸自己有缘加盟这里。在我正式被官宣之前，我就已经参加了球队的排兵布阵和人员调配的具体工作中了，当我在职业级教练班学习结束后，俱乐部就正式官宣，我才正式跟全体成员见面了。”周麟表示，“我正式开始带队后，很感谢前任张导，他给这支队伍打下了非常好的基础，也感谢集团领导和俱乐部，让我能够踏实地去按照自己对足球的理解去带队。当然，我有什么事情也会及时跟俱乐部沟通，不会独断专行。这些队员都非常职业，能够按照我的战术要求去尽量踢好每场比赛。”

## 以我坦诚，换你信任

石家庄功夫队的前任主教练张辉，为这支队的成长付出了很多，队里大部分球员都是在他的指导下成长并打上职业联赛的，尽管他因为开局成绩不佳离开了，但他给这支队伍留下的印记还是很深刻的，周麟想要开展工作的第一步，就是要获得队员们发自内心的认可。

在第一次给球队开会的时候，周麟坦诚地跟队员们说：“我过去曾经是你们的对手球队的主教练，虽然我们之前没有见过面，但你们当中大部份人的名字和特点，我都很清楚，因为我研究了你们太多次了，非常熟悉。今天我换了身份来到这里，成为了你们的主教练，我把以前比赛的录像都看了，我对你们非常有信心，我会尽量让你们每个人都感受到在我的战术体系中发生的变化和球技的增长，前提是，我需要你们相信我，而我也尽量让自己配得上你们的信任。”

在接下来的日子里，周麟分别找队员们谈话，去分析每个人的特点，同时，周麟在比赛中还大胆使用U21球员，因为从俱

乐部的投资方精英集团的规划中，他们投资足球，不仅仅要看眼前的成绩，更多地希望成为能够为中国足球未来培养优质新生力量的栽树人。

## 以人为本，教球育人

在学习职业级教练员证书的过程中，周麟深受导师拉尔斯的影响。

拉尔斯虽然不是中国人，但是他似乎深谙中庸之道。他在授课中教育周麟这批年轻教练，足球中没有绝对的事情，也没有绝对的思维定式——不是所有的球队都要控球，不是所有的弱队都只能打防守反击，不可能一场比赛下来全是一个节奏，也不可能对阵不同的对手都是一个打法。“拉尔斯是一位非常好的导师，他的足球理念让我在中国文化中寻找到了契合点，也给了我很多信心。如果不是在这个特殊时期，或许我们这些国产教练不知道还要等多久，才能得到在一线队执教的机会，尤其是中甲和中超这样的平台，所以，时机到了，我就会努力抓住，要敢于在符合俱乐部目标的大方向下，按照自己的方式去执教。”周麟说，在很多教练的执教理念中，球

员是要被约束的，要被更多地教导的，也有教练认为，职业球员都是成年人了，更多地要靠他的自觉，教练说多了、管多了反而适得其反。从前的周麟，难分辨这两种执教理念谁是谁非，但现在的他，不再纠结哪种是对哪种是错，因为足球中没有绝对的对与错，实施哪种方式，要取决于自己带的是什么队伍，带的队员是什么性格，但不管是哪种方式，在周麟的理念中，是以人为本，球员才是最宝贵的财富，如果不掌握球员的心态和状态，不能协调好关系，是不利于执教的，所以他时刻都跟球队在一起，不遗余力地与球员面对各种问题，不烦不燥地处理或巨大或细碎的各种事务。“我们每个人的努力，都是为了做更好的自己。”在周麟的执教理念中，他认为教练员不可能把这个人变成其他人，“不管学习什么，打造什么战术，永远不要改变一个球员对于自我的正确认知。”

周麟的妻子是一名心理咨询师，经常会跟他分享一些心理学知识，周麟表示这对自己的执教很有帮助，“我从四岁学踢球，到在成年队打职业比赛，每个年龄段的球员都接触过，时间或长或短也带过不同年龄段的球队，所以对于不同年龄段球员的心态，我都有比较充分的了解。综合下来看，保护球员们的自尊心，帮助他们建立自我卓越和超越的心态，对他们的帮助其实不只是在足球上，可能对他们的未来人生也会有帮助。”

对于周麟而言，他的这些想法在这家俱乐部已被高层和投资人当作很严肃的想法去倾听，而不是被简单的成绩至上而晾在一边。俱乐部方面没有强硬要求周麟必须带队完成冲超目标，而是希望他能够带队打出好的成绩，培养一些年轻球员。也许前路还有风雨，也会有坎坷，但只要他们目标一致，前路一定会越走越宽。

# 汇龙引强援,五轮逃出生天

记者程善报道 5日晚,主场2比1战胜无锡吴钩,上海嘉定汇龙又拿下了保级路上的关键3分。从打完第12轮时,0胜4平8负只积4分,距离保级线7分之遥,到近5轮3胜2平保持不败,上海嘉定汇龙在经历了一系列的人员变更之后,似乎使出了魔法,目前积15分的他们暂时脱离了降级区。

## 换帅,变阵,引强援

上赛季获得中甲第13名的嘉定汇龙,本赛季伊始也颇有想法,球队进行了大规模的引援,包括从加纳引进了三名外援,但在恢复主客场制之后,面对客场的节奏和压力,球员们明显还未适应。球队内部人士也坦言,“确实有队员的能力还达不到踢中甲的水平。”加之外援水平和状态欠佳,球队在本赛季一开始的成绩不佳。开局6轮战罢,一场不胜,还遭遇了三连败,这让当时的主帅李毅男不得不提交辞呈。

在降级区挣扎,显然不符合上海嘉定汇龙对本赛季的预期,在经历糟糕的开端之后,俱乐部高层明确提出,希望能找到更为合适的主帅和新援补足,来提升球队的整体实力。

6月,前大连队中锋杨林作为主帅加盟嘉定汇龙,也算给球队吃下定心丸。杨



■凭借一波5轮不败(3胜2平),嘉定汇龙脱离了降级区。图片/嘉定汇龙官微

林接手球队之后,开始狠抓纪律和体能,把442阵型改为5后卫,立足于防守。

但想要在二次转会中找到适合新阵型位置要求的人选,并非易事。与第一次转会可以直接找人不同,大部分球员此时都是有合同在身,可选择范围并不大,更多的队员也仅能以租借形式来到球队。

在这样的情况下,俱乐部通过和主帅沟通之后,依然决定对球队目前的整体阵型做一个较大的改变,在可选择的范围中,无论以何种方式,尽量寻找适合位置的球员。随后,艾力士、杰弗森、鲍盛鑫、谢志伟、杜长杰等众将纷纷加盟,也为球队重新整合提供了可能性。

在人员磨合的过程中,俱乐部高层非常支持新主帅对球队阵型的改造,从之前的422阵型变化为五后卫的阵容之后,上海嘉定汇龙立足于防守,“之前的比赛,我们的确在丢球的数据上不太好看,所以后来也是想一定要先解决这个问题。防守基础上去了,质量提升了,才能找到机会去解决进攻端的问题。”在近几轮,球队的失球数明显降低,甚至有三场比赛是零封对手,教练组表示,“感觉全队慢慢在回到正轨了。”

## 首胜后,信心起来了

值得一提的是,在夏季转会窗开启

后,新到队的巴西外援杰弗森算得上是一次成功的引援,他一来到球队就表现出了较高的技战术水平,刚到球队的两场比赛就奉献一次助攻和一个进球,在中甲赛场上可谓非常耀眼。“外援在中甲还是非常重要的,包括之前来的埃迪,有合适的外援对于球队实力的提升很关键。”球队内部人士表示。

7月16日,嘉定汇龙1比0战胜延边龙鼎,正是杰弗森打入制胜一球,这场比赛也是球队本赛季首胜。虽然当时是中甲联赛第14轮了,但拿下一场胜利,球队士气还是得到极大的鼓舞,“足球比赛有时候就是这样,赢了球,整个球队的自信心就起来了。在那场球之后,感觉球员的信心都回来了。”在嘉定汇龙内部,很多人都会有这样的感觉。

虽然没有设置高额的赢球奖金来激励,但作为一家中甲俱乐部,与其他球队相比,嘉定汇龙的经济状况一直非常稳定,从不拖欠工资奖金等,这让球员、教练们没有后顾之忧。

稳定的俱乐部构架、适合的人员配置、适应球队的技战术体系,让嘉定汇龙在摸索了半个赛季之后终于脱离了降级区。在拿下与“副班长”的关键一场胜利之后,嘉定汇龙方面明确表示,本赛季的目标依旧是要保级成功。

# 卡兰加建功,阻击石家庄功夫

记者陈永报道 7连胜的石家庄功夫似乎不可阻挡,不过,济南兴洲显然不认这个账:5日晚进行的中甲第17轮,凭借替补出场的卡兰加的进球,济南兴洲1比0击败石家庄功夫。济南兴洲获此一胜,不但把自己与冲超线的距离缩小到5分,也把中甲的冲超形势搅乱了。

本赛季济南兴洲始终位居积分榜前列,虽然有潜在的冲超希望,但一直没能成为冲超热门,比如中甲第15轮,济南兴洲主场对阵中下游球队东莞莞联,结果他们3比4输掉了比赛,不过,济南兴洲对强队的战绩一直不错:中甲第10轮,面对冲超热门青岛西海岸,济南兴洲3比0完胜,这也导致了青岛西海岸的换帅;上一轮对阵领头羊广西平果哈嘹,济南兴洲主场0比0战平对手,遏制了对手的抢分势头;本轮,面对近期中甲最强势的石家庄功夫,济南兴洲也毫不客气,1比0击败对手,终结了对手疯狂7连胜。

对阵石家庄功夫的这场比赛,济南兴洲新引进的内援柏佳骏首发出场,算是阵容的最大变数。比赛第17分钟,因为谭天澄意外受伤,本赛季新引进的另外一名内援齐天羽登场。

在这场比赛的上半场,双方都没有能够进球,比赛第64分钟,济南兴洲进行了两个换人:吴俊豪换下左前卫李苏达,他们都是2004年年龄段的球员,卡兰加则



■加盟济南兴洲的第二场比赛,卡兰加就收获一个进球。图片/济南兴洲官微

换下突前前锋坦布,这是两个对位换人。恰恰是这两次换人受到了奇效:比赛第74分钟,吴俊豪突破创造了点球,卡兰加主罚点球破门,这也是全场的唯一进球。

赛后的数据统计显示,双方在这场比赛中控球率均衡,是50%对50%,但济南兴洲射门11比5,角球4比0,领先对手不过,包括定位球在内,济南兴洲全场也只有1次射正,便是卡兰加主罚点球命中的那一次。

本场比赛有两个焦点:一是7连胜的石家庄功夫输球了,二是进球的是卡兰加。2018年,卡兰加登陆中超,加盟当时的河南建业。极具攻击力的卡兰加在河南队出战76场,不但收获了29球12助,也为球队撞破了脾脏。2023赛季,卡兰加因为家庭事务纠纷一直无法返回河南队,7月1日,河南队官方宣布和卡兰加解约。

7月19日,济南兴洲官方宣布和卡兰

加签约,这个官宣也让很多中超球队的球迷非常眼馋:卡兰加为什么不来我们队呢?综合来看,中超球队不签约卡兰加的原因恐怕还在于他的状态无法保证。

因为半年多没有踢球,卡兰加在7月22日中甲第15轮的比赛并没有出场,7月29日的中甲第16轮,济南兴洲对阵广西平果哈嘹,卡兰加是在比赛的第64分钟替补出场的,8月5日晚和石家庄功夫的比赛,卡兰加同样是在比赛第64分钟替补出场。目前来看,卡兰加的身体显然尚未恢复到昔日的好状态,但基本具备了比赛能力,这个进球虽然是点球,但对于他状态和信心的恢复还是非常重要的。

随着济南兴洲击败了原本排名第二的石家庄功夫,加上平果哈嘹本轮也输球了,中甲的冲超形势发生大变,包括济南兴洲在内6支球队加入到冲超行列之中。



CHINA LEAGUE  
中国足球协会甲级联赛

## 第17轮战报

辽宁沈阳城市	1-1	苏州东吴
延边龙鼎	0-0	丹东腾跃
上海嘉定汇龙	2-1	无锡吴钩
济南兴洲	1-0	石家庄功夫
南京城市	2-1	东莞莞联
四川九牛	2-0	广州队
青岛西海岸	2-0	广西平果哈嘹
黑龙江冰城	1-2	江西庐山

## 积分榜(截至第17轮)

排名/球队	胜/平/负	得/失	积分
1/ 广西平果哈嘹	9/6/2	24/9	33
2/ 青岛西海岸	9/6/2	22/13	33
3/ 四川九牛	10/3/4	21/13	33
4/ 石家庄功夫	10/2/5	24/13	32
5/ 南京城市	8/7/2	25/12	31
6/ 济南兴洲	8/4/5	20/15	28
7/ 黑龙江冰城	7/4/6	29/23	25
8/ 苏州东吴	5/8/4	20/15	23
9/ 延边龙鼎	5/7/5	16/15	22
10/ 东莞莞联	5/6/6	18/22	21
11/ 丹东腾跃	4/7/6	18/20	19
12/ 辽宁沈阳城市	4/6/7	16/27	18
13/ 广州队	4/5/8	19/24	17
14/ 上海嘉定汇龙	3/6/8	10/22	15
15/ 江西庐山	4/2/11	12/23	14
16/ 无锡吴钩	0/3/14	6/34	3

# “为重庆足球的下一个春天而战”

2023赛季中乙联赛,升班马重庆铜梁龙成为第一阶段结束后唯一不败的球队,积分更是在南北两个赛区领先。两江竞技解散之后,重庆人一直在等待自己的职业球队。如今,林林执教的铜梁龙成为了这个城市新的宠儿。

记者鲁蜜报道 8月5日,中乙联赛第一阶段迎来了收官之战,重庆铜梁龙在客场与广西蓝航战成1比1,以预赛不败的成绩进入冲甲组。这支去年刚刚从中冠升级的队伍,在自己的职业联赛第一年就取得了南区第一。在积分上,他们也领先北区第一的大连智行队8分。他们的目标很明确,今年要冲甲。

本土化味道十足,是足球职业化以来重庆球队少见的场景。主教练林林是重庆知名的青训教练,他曾带出邓涵文、陈蒲等现役国脚。第一次带职业队的他,除了让队伍完成冲甲目标之外,更要让更多的本土球员成为这支队伍的主角。在他看来,重庆足球从来不缺少人才,重庆足球的天空,应该有属于他们的云彩。

## “要打出重庆足球的风格”

《足球》:中乙第一阶段比赛终于收官,从积分上来看,哪怕和北区相比,铜梁龙也有很大优势。这是您意料中的吗?

林林:其实这是我们一直希望得到的结果。能达到这个成绩,和领导、教练组、球员以及每一个俱乐部的工作人员的努力密切相关,俱乐部从上至下都脚踏实地拼。

对您和队伍来讲,赛季初分组下来的时候,做了哪些打算和谋划的?

这支队伍是以2021年全运会U18队为班底组建的,我觉得今年主要是历练年轻球员,让他们的能力得到提升。同时,我们也分析了对手,也根据自身情况进行了人员补充,比如引进胡勇发和陈佳奇,使我们队伍的稳定性得到了提高,也提升了进攻的多样性。冬训时球队进行了多方面的强化,目前看来也是取得了一些成效的。目前的成绩都是前期充分准备的结果。

在您看来,能成为唯一不败球队的原因是什么?

首先,我要感谢市体育局和铜梁区政府的信任和支持。其次,我们拥有一个团结向上、拼搏奋进的团队。从教练组成员到队员,我们都有重庆那种不服输、拼到底的劲头。第三,我们确实感受到了来自重庆球迷的支持,这是我们拼搏的动力,能够在家乡人民面前出力,这是一种使命和责任。

因为铜梁距离主城区有那么一些距离,您当时有没有想过会有那么多人在周末从主城区去现场支持你们?

我确实没想到。去年我们在中冠的时



候,就有些球迷来看我们训练,这让我很感动,甚至我们去贵州贵港打比赛的时候,还有球迷组成了远征军。这跟队伍本土化有关,我们的年轻球员几乎都是重庆籍的队员。还有就是,就我们队伍不管是老队员还是年轻队员,在场上的表现和比赛态度都有目共睹,这也是球迷喜欢上我们的原因之一。

在大家看来,这一阶段球队的比赛进程以及拿分都很顺利,在这个过程中,作为教练,您有没有看到球队比较不容易的地方?

确实是有很多不容易的地方。我们大部分队员乃至教练组都是第一次经历职业联赛。我们和对手也做了一些对比,比如湖北青年星、海南之星等队伍的队员,他们许多人在青少年时期就是我们队中年轻球员的对手。对比起来,我觉得这一年多,我们的年轻队员进步很大。

从全运会到职业联赛,比赛对他们的要求更高了,对我们教练组也一样,我们也在学习和提升。第一阶段这么好的成绩,并不是我们队伍有多少有经验的或者大牌的球员,而是不论什么样的球员,在这个过程中都十分地努力,他们可能每个人都处在职业生涯的不同阶段,但因为有着共同的目标,他们能够团结在一起,去战胜以前的自己,因此每个人都有了不同程度的提升。

除了联赛之外,球队在足协杯也表现不错,战胜了中超蓉城后要面对申花,球队在杯赛上有什么追求?

双线作战对我们这支年轻的队伍来讲确实有难度,但我觉得我们应该珍惜足

协杯的机会,珍惜跟中超球队比赛的机会。之前对阵成都队的比赛对我们的锻炼价值比较大,比如节奏和经验。我也跟队员们说,抓住向中超球队学习的机会,全力以赴地去打好每一场比赛,展现出我们重庆足球的风格,还有重庆人不服输的性格。

球队打到这个阶段,之前也从来没有公开听到过球队在今年的目标是什么,现在您可以告诉大家了吗?

足球比赛也好,竞技体育也好,就是不断挑战新目标和追求提高。年初的时候,我们也在队里跟队员提了目标,就是往更高级别冲一冲。同时我也强调,目标也好,希望也好,都需要我们脚踏实地地做好每一次训练,对待好每一场比赛中的每一个细节。要相信,到了赛季末,努力会收到回报。

## “年轻球员要快速成长”

《足球》:说到这支队伍,就不得不提球队的人员结构了,年轻球员加老将的配置,您看来他们之间擦出了怎样的火花?

林林:吴庆、赵和靖、黄希扬他们三个肯定是我们重庆本土培养出来的优秀球员了。相比吴庆,黄希扬和赵和靖他们要小一点,今年也38了,他们在场上的表现有目共睹。其实我也特别感谢吴庆,他曾经还是我的队友。42岁的年龄,他依旧保持着自律和对比赛的渴望,是年轻球员的表率。我经常对年轻球员说,42岁的老大哥都还在加练,你们应该怎么做呢?作为球队的助理教练,他给了我很多帮助。其实他们三个人的年纪,说大一点都可以当有些小球员的父亲了,他们起到的作用非常

明显,把职业领域的经验提前带给了年轻球员。同时,他们相处得也非常好。

年轻球员在这个过程中,成长得明显吗?

是的。比如年轻球员在技术方面会有些多变,包括比赛中各种情形下,心态上的控制都需要不断地提高。我也跟黄希扬、赵和靖经常聊,他们也认为这些年轻球员在这个阶段能遇到好的机遇和挑战是很不错的,即便是犯错,也是一种经历。他们有足够的平台去展示自己,有足够的空间和时间让自己得到历练,走向更加稳定和成熟,我觉得现在他们要达到一个理想状态,估计还需要两到三年的时间。

有这些老将,大家也很好奇,为什么会选择年仅19岁的向余望来当球队新赛季的队长?

我也知道大家会意外。往大一点说的话,重庆足球经历了顶级联赛俱乐部的解散,包括中国足球大环境也在发生变化,从金元足球逐渐趋于理性投资。在这两个背景之下,我认为我们本土的年轻球员,必须要快速成长起来,当然前提是我认为他们具备这个条件。其次,现在的球员我觉得他们不应该在温室里长大,应该更早期地接受挑战和肩负起责任。

比如去年中冠和玉昆的两回合比赛,首轮我们被绝杀了,第二轮我们1比0领先,然后进入点球环节。我向余望去罚,他踢丢了,还被对手嘲笑了一下,下来他就哭了。说实话,我可以给黄希扬、吴庆去罚,但我觉得这是向余望一定要经历的过程。而且我明白,这支队伍在今年不仅是有冲甲的任务,更是要在这一年的时间里锻炼出来一批重庆的生力军,将来能够扛起重庆足球大旗,去为重庆战斗的人。

您也是重庆资深的青训教练,培养出了很多国脚,您认为未来是否会有更多的“向余望”出来,为重庆足球撑起一片天?

重庆这些年是有一些国脚的,当年邓涵文、陈蒲、甘超、曹永竞都是马王小学出来的,他们出去很早。当时重庆这边没有很好的青年队培养模式,重心可能在一线队,孩子们在小的时候也缺乏一些成长的土壤。我们现在要做的,就是逐渐挖掘我们重庆足球新的发展模式,只有培养出更多本土的优秀人才,香火才能得到延续,重庆足球才能稳步走出来。

首先随着队伍的发展,我们需要内部挖潜,第二再根据队伍的需要做一些补强。这么多年下来,我一直在带青少年,我认为重庆的年轻球员还是有很多可造之材的。下一步,铜梁龙俱乐部也会和体育局一起打造我们的梯队,去创造更多的足球发展条件,也希望更多地得到各界的关注。

我时常跟我们的队员说,我们就是为了重庆而战,我也相信通过大家的努力,这两三年的时间,上下齐心稳定发展,我们重庆足球会迎来又一个春天。



19岁的向余望是重庆足球的未来。

这里的一切和村超都有关系,但好像和足球又无关

# 足球需要人间烟火气

贵州榕江村超有很多故事,有卷粉射手王的传说,也有一群中年男人抱头痛哭的画面。这个夏天,本报记者亲身走进榕江,感受草根足球的狂欢节,领略榕江纯粹民风背后的足球风情。



记者刘翔宇报道 赖洪静年轻的时候做过一个梦,自己在容纳了上万人的体育场里踢球,进球后是山呼海啸般的呼喊声。如今,已经年过四十的赖洪静,真正地梦想照进现实,贵州“村超”成了他梦里的模样。

“村超”,全称是“贵州榕江(三宝侗寨)和美乡村足球超级联赛”,是比中超还火爆的草根足球赛事,球员全部是当地村民。比赛不售票,没有冠名赞助商,完全没有商业化的痕迹,单场获胜的奖品是三只猪脚,最终的冠军奖励是一头小黄牛。即便爆火之后,“村超”依旧保持着原汁原味。这里的足球很纯粹。

赖洪静是榕江县足球协会副主席,他的另一个身份是榕江一中的体育老师兼校足球队教练。村超比赛时,他还是现场解说员。全民参与的村超,让所有人看到了中国足球的另一番模样。如今,榕江已经被全国熟知,成为了这个暑期最热门的旅游地之一。

## 少数民族的节日

一条江将这座只有40几万人口的小县城,分成了新城区和老城区。这里的居民百分之九十是少数民族,主要有苗族、侗族、水族、白族等,共十几个少数民族在此聚居。很久以前,江的两岸交流不多,但体育让各民族融合到了一起,尤其足球。

“‘村超’的前身是‘街超’。我们街道间一直都有足球比赛,去年底第一次启用‘村超’这个名字,最开始有十支队参加。



■赖洪静和他的喇叭已经成了村超的一大风景。

今年6月第二届开赛,共有20支队参赛。”赖洪静介绍说。这二十支队都是以村为单位,小组赛每周进行,其中设置有“超级星期六”的比赛日,比赛期间穿插着民俗表演,有时候表演超时,比赛会到凌晨一两点才结束。

村超在没有火起来之前,就已经成为了榕江当地各个少数民族之间交流、联欢的“节日”了。

“我们这里一直都有球赛,只是今年突然火了起来。”在县城卖羊肉粉的吴老板说,他总是穿着一件巴西队的队服,即便在煮粉的时候。

吴老板是球迷,年轻的时候也踢球,现在踢不动了,但一直爱看。今年他所在的村子也组队参加了村超,每到比赛的时候,他和媳妇都会穿着自己民族的传统服饰,到球场去当啦啦队。“我们村子离得比较远,坐车要一个来小时。”吴老板说。即便这样,每次比赛,村里还是会有几辆大巴车的人来现场。可惜,他的村子今年没能进入八强。

## 周末回来的打工仔

村与村之间的较量,真刀真枪。赛场下有酒有肉,都是朋友,但赛场上谁都想赢。输球的,一帮中年男人会一起抱头痛哭。村超到目前只出现过一次争议事件,组委会对当事人做出了处罚,禁止参赛并罚款200,算是用重典。

“今年的村超水平算不上最高。”吴老板说,“很多踢得好的都在外面打工。”也有专程从外地赶回来踢村超的打工仔,周末踢一场,接着回去打工。这样的情况并不多,大部分“球员”还是在榕江本地生活。他们各自在生活里扮演自己的角色。

村超的球员,有学生,有白领,还有球场对面饭店里的厨师。前一刻还在给食客们做饭,下一刻就换上了球衣,跟老板请

假。老板也开绿灯,因为比赛才是大事。

球员们平常基本不“训练”,但每个人都会踢两脚。这里极缺守门员,有时候会由前锋来客串,守一会儿,又忍不住要上前踢上几脚。

## 校园足球打下根基

榕江的足球基础一般,但氛围不错。据赖洪静介绍,最早是广西大学把足球带到了榕江。2012年,榕江开始重视校园足球发展,2015年形成了从小学到高中的一条龙人才培养体系。他所在的榕江一中设有足球专项班,而目前在踢村超的球员中,80%都毕业于榕江一中,是赖洪静带过的学生,所以这些球员,大多都有些足球的底子在。

榕江有14片球场,日常免费向社会开放,需要做的只是提前沟通好时段,这给社会足球的开展和普及提供了便利。每到晚上和周末,球场几乎都是满的。

在赖洪静的办公室里,摆放着各式各样的奖杯、奖状和照片。那是一届又一届学生拿到的荣誉。他的学生里真正走足球或者体育这条路的少之又少,大多数留在榕江的都在以各种方式谋生。

董永恒曾经也是赖洪静的学生,村超火了之后,他成了“明星”。董永恒开了一家卖卷粉的小店,他平日里自己卷粉,如今他的小店已经成为了榕江的打卡点。在最终的决赛里,他所在的忠诚村惜败,但他成为射手王,奖品是六只鸡。卷粉射手王的故事开始流传。

赖洪静今年也参加了比赛,但没进八强。不过,他执教的中村队(榕江一中校队)成绩还不错。“我们已经攒了20多条猪腿了。”赖洪静骄傲地说。比赛时,由于现场过于嘈杂,他经常拿着大喇叭在场边指挥,这也是村超一景。

就足球比赛的观赏性而言,村超的水平并不高,和职业比赛没办法比,但这里的足球却是最特殊的。球迷就围在球场周围,比专业足球场离得还要近,现场几万人一起加油助威的声势,比职业比赛还要夸张。有外地来看村超的游客,来之前还问是否需要买门票,“早先我们球场连‘门’都没有,哪来的门票?”赖洪静笑。当然,随着村超的开展,球场的安检门有了,场外的大屏幕也有了。

## 这里,不仅有足球

村超最有特色的是民俗表演。如果榕江只有足球,那他们只不过是自己在家热闹,但这里是多民族聚集地,有着最淳朴的民风和最有特色的民俗,这才让村超火了起来,这也是村超成为了现象级IP的原因。在村超的现场,可以看到穿着苗族、侗族等民族服饰的美女们,她们载歌载舞、自信地展示民族文化;在村超现场,可

以免费吃到投放的各种榕江美食。投喂美食,是当地少数民族的习俗,逢年过节、走家串巷时,都会带上各自家里最好吃的东西,送给对方,如有朋自远方来,更是如此。所以,当外地游客到榕江看村超时,榕江人民都会热情地拿出自己当地的特产,让“客人们”品尝。

## 村超结束,足球仍在继续

村超爆火之后,整个榕江开始动起来,维护好村超IP,营造好城市形象。所有榕江人都开始出力,由于外地游客人数激增,榕江接待能力有限,当地居民就拿出自己的房子,让游客免费居住。所有人都在笑脸相迎。榕江县政府部门也明确提到,榕江火了更不能欺客,谁要是做了有损榕江形象的事,就会受到严惩。

村超的爆火,也带动了榕江以及周边的发展。杨波是大利侗寨一家民宿的老板,大利侗寨是榕江周边最有特色、保存最好的侗族古寨。过去三年,民宿生意惨淡,但今年的村超让他的民宿几乎每天爆



满。生意好做了,大家更想着要维护好着得来不易的口碑。杨波每周都会去村超现场当志愿者维持秩序,同时给外地游客提供各种帮助,“老一辈人都嘱咐我们,说现在榕江有名了,外地游客多了,让我们出门时都要尽可能地提供帮助。”杨波说。

来自重庆的黄薇,是小学的语文老师,从来不看足球。暑假她和男友一起前往了榕江。“最近一直听说村超,就想着利用假期过来看看,也体验一下当地的风土人情。”黄薇在榕江待了三天,见识了榕江人民的热情好客,“这里的一切和村超有关,但好像和足球又无关,这样热情而又充满爱的地方,原来是真实存在的啊!”黄薇感慨道,她回去会和自己的学生讲榕江发生的一切,这是一个美好的地方,这里有美好的故事。

像黄薇一样的人很多,来自五湖四海,他们聚集在这个小小的县城里。他们的目的地绝不仅是村超,更重要的是要感受着这里的“人间烟火气”,而那座不大的球场成为了一扇传送门。

村超告一段落,关于榕江的足球故事还在继续。八月份,“全国美食挑战赛”将开始,榕江是东道主,来自全国的各个地方代表队将陆续前往榕江,大家以球会友,分享各个地方的美食。榕江正在抓紧时间翻新足球场地,他们要以最好的面貌,迎接八方来客。

# 中甲中乙“闪光”U17 联赛

记者陈永报道 8月5日,2023中国足协青少年足球锦标赛(职业俱乐部U17组,以下简称U17联赛)决赛第一阶段,玉溪赛区(南区)最后一轮比赛打响,其中一场比赛对阵的双方是武汉三镇对阵上海嘉定汇龙。

在这场比赛前,武汉三镇U17队和上海嘉定汇龙U17队积分都是9分,但三镇以净胜球优势位居第四,嘉定汇龙位居第五。按照赛制,决赛第一阶段是南北分区,每个赛区8支球队,每个分区的前4名晋级决赛第二阶段争冠组(8支球队单循环)。于是,这场比赛也成为了生死战:武汉三镇胜或平,都能晋级争冠组;上海嘉定汇龙只有获胜才能晋级争冠组。

最终,上海嘉定汇龙2比0击败武汉三镇,携手赛区第一的广州队一同晋级争冠组。至此,U17联赛南区4支晋级争冠组的球队中,中甲梯队占据了半数。实际上,这个赛区的8支球队中有4支中甲中乙球队,另外两队湖北青年星和海门珂缔缘在战绩上力压河南队。

无独有偶,在潍坊赛区(北区),辽宁沈阳城市提前一轮便锁定争冠组名额,另一支中甲球队黑龙江冰城表现也颇为不俗,比如对阵山东泰山时就打得有声有色,最终也力压青岛海牛和长春亚泰。

中甲中乙球队表现越来越出色,对于中国足球而言,自然是一件好事。实际上,近期中国职业足坛的一个趋势是,更多以青训起家的青训机构或俱乐部逐渐向职业联赛发起冲击,上海嘉定汇龙、湖北青年星和海门珂缔缘便是典型的例子,而曲波创建的青训俱乐部青岛追风少年也在今年开始征战中冠联赛。

## 中甲中乙“不让”中超

今年U17联赛分为三个阶段,第一阶段预赛有22支参赛队,其中中超梯队13支,中甲梯队6支,中乙梯队3支。最终,10支中超梯队,4支中甲梯队和2支中乙梯队晋级16强,出战决赛两个阶段的比赛。

中甲、中乙梯队的强势表现并未结束:在决赛第一阶段比赛中,10支中超球队只有5支晋级,而晋级八强的中甲、中乙梯队



■U17联赛决赛第一阶段,广州队七战全胜,称雄南区。

则多达3支。即便是未晋级的中甲、中乙球队,表现也颇为出色,力压部分中超球队。

在潍坊期间,记者也采访了辽宁沈阳城市主教练朱江和前辽宁名将张永海。辽宁沈阳城市足球俱乐部于2015年6月创建,投资人为辽宁足坛名将庄毅,2016年开始参加中乙,而在2017年3月,辽宁沈阳城市就开始创建自己的梯队,当时张永海受命创建2006/2007年龄段梯队,随后辽宁沈阳城市又逐渐创建了2008、2009、2010年龄段,一直到2013/2014年龄段梯队。目前,足坛名宿李树斌担任辽宁沈阳城市青训总监。

这支2006/2007梯队在吸收了部分恒大梯队队员后又分为两队,朱江出任2006年龄段主帅,张永海一度出任2007年龄段主帅。朱江为前沈阳部队球员,1999年退役后曾经执教西安安馨园等球队,在上一届全运会时执教辽宁2003年龄段球队。

辽宁沈阳城市2006年龄段梯队在2021年青少年联赛中能和长春亚泰、浙江等强队分在一组,但最终小组出线晋级16强(随后赛事未举行),2007年龄段梯队同样晋级16强(随后赛事未举行)。2022年第一届中国青少年足球联赛,2007年龄段晋级总决赛并小组出线,2009年龄段晋级总决赛。

今年中青赛,辽宁沈阳城市梯队全面出击:U17队(2006年龄段)和U16队(2007年龄段)全部晋级中青赛U17组总决赛;U15队(2008年龄段)、U14队

(2009年龄段)则同时晋级中青赛U15组总决赛,其中U15队(辽宁沈阳城市73中)总决赛小组赛4轮战罢位居榜首,U14队(庄河海华初中)位居小组第4,但和小组第二只有1分差距;两支U13队同样晋级总决赛,其中庄河海华初中U13队在小组赛首轮和山东泰山U13队1比1战平,点球惜败。

“昔日沈阳涌现了一大批顶级国脚,但这些年沈阳出来的球员越来越少,辽宁沈阳城市从创建之初就把青训放在非常重要的位置,这是俱乐部的责任担当。”朱江和张永海都对记者表示。目前,张永海的儿子张家鸣就在辽宁沈阳城市U17队踢球,他已入选一线队名单,而U17队中的阎宇淇在赛季初就入选一线队名单。

在潍坊赛区,黑龙江冰城的表现也非常不错,值得注意的是,在年初的U21联赛预选赛上,17支参赛球队中有16支中超球队,这些中超U21队是强制参赛,唯一例外的球队便是黑龙江冰城U21队。黑龙江冰城是通过接收退出俱乐部的梯队等方式逐渐完善了自身的梯队建设的,目前黑龙江冰城U19队出战中青赛U19组比赛,第一阶段(预赛)小组第四,第二阶段D组第四。

## 良好模式:由青训到职业

在U17联赛的6支中甲、中乙梯队中,广州U17队自不必说,而其它三支中甲、中乙梯队都是一种模式:先做青训,再

做职业俱乐部。

上海嘉定汇龙在2020年才进军中乙,随后成功晋级中甲,但在2013年他们就开始了青训工作,早在俱乐部进入职业联赛之前,他们便聘请了西班牙教练负责青训工作,目前,嘉定汇龙拥有13支梯队300余人。今年的中青赛,嘉定汇龙U17队晋级总决赛,U15队总决赛小组赛战绩出色,出线无忧。

2023赛季,嘉定汇龙U17队的4名球员林朝灿、李睿跃、高乐、李习楠入选了一线队梯队,前文提及的嘉定汇龙2比0武汉三镇的关键战,李习楠第25分钟进球,林朝灿在第83分钟进球并锁定胜局。

湖北青年星背后则是近年来强势崛起的星辉青训学院。星辉青训学院于2017年创建了第一支2005年龄段梯队,目前已组建到了2011年龄段梯队(其原则是12岁初中年龄段再组建集中的正式梯队)。在迅速形成了完善的青训体系后,星辉青训学院在2019年才正式进驻职业联赛,接管了湖北楚风合力,并在2021年更名为湖北青年星。

湖北青年星一线队目前主要是由2005年龄段球员组成,部分2006年龄段球员参加,所以他们出战学青会、U17联赛和中青赛的U17队伍并不完整。尽管有几名主力缺席,但湖北青年星在学青会上(代表湖北省武汉市)小组赛4战全胜获得第一。目前U17队直接晋级U17总决赛,U14队参加U15组比赛,总决赛小组赛前4轮进17球丢5球,出线问题不大。

海门珂缔缘也是一支传统青训俱乐部,2011年创建,一直从事青训工作,2019年7月才正式创建一线队,其2003年龄段建制球队获得全运会第四,2022年正式获得中乙联赛参赛资格,24名球员中有15名是珂缔缘自己培养的球员。目前海门珂缔缘U15队在中青赛总决赛小组赛4战全胜。

从青训俱乐部到职业俱乐部的这条道路,可以让职业俱乐部投入更小,青训球员延续性更好,对于中国足球的贡献自然也就更大。毫无疑问,这是一个非常好的方向。当然,任何有志于青训的职业或业余足球俱乐部,对于中国足球的贡献都是毋庸置疑的。

## U17联赛决赛 第一阶段战罢

记者陈永报道 8月6日下午,随着天津津门虎U17队3比0击败北京国安U17队,2023中国足协青少年足球锦标赛(职业俱乐部U17组,以下简称U17联赛)决赛第一阶段落下帷幕,7轮小组赛单循环赛战罢,广州队和大连人队分居南北区榜首,携手其它6支球队晋级第二阶段争冠组。

具体为,南区的广州队、成都蓉城、上海申花和上海嘉定汇龙分别以21分、15分、15分和12分位居前四,晋级第二阶段争冠组。北区的大连人、山东泰山、辽宁沈阳城市 and 北京国安以19分、16分、11分和10分晋级第二阶段争冠组。

## 广州队 and 大连人 称雄南北区

众所周知,广州队经历资金危机,2022赛季中超联赛结束之后降级,同时梯队也进行了缩编,但广州队的主要梯队仍旧得以保留,在这次U17联赛上,广州队所展现的强悍战斗力,也让外界对广州队的未来有了更多的信心。

北区的大连人表现也颇为不俗,在7场比赛中,仅平了1场,最终以19分位居北区榜首。此外,一直坚持青训的成都蓉城在南区获得小组第二。

南区的第三名上海申花和北区的第二名山东泰山其实同样出色,一个很重要的原因是,这两队是参赛16支球队中唯

二以2007年龄段(16岁)出战的球队,其它14支球队都是以2006年龄段为主,或者2006和2007年龄段混编的球队,从这个角度来讲,这两队以小打大体现出的战斗力也是很可观的。

当然,更让人惊喜的还是中甲中乙球队,广州队位居南区第一,上海嘉定汇龙在最后的“决战”中2比0击败武汉三镇,最终拿到了争冠组席位。北区,辽宁沈阳城市也拿到第三。

另一支中甲球队黑龙江冰城,在北区力压青岛海牛和长春亚泰。两支中乙球队海门珂缔缘和湖北青年星在南区力压河南

队。在此前的预选赛阶段,同样有3支中超球队被淘汰,晋级的是6支中甲中乙球队。

中国足协青少年足球锦标赛(职业俱乐部组)除了原有的U21联赛之外,2023赛季有U17组和U15组两个组别,之所以不设置U19组,是因为中国青少年足球联赛的U19组基本是联赛赛制(分阶段单循环升降级),比赛数量原本就达到了20场左右。和中青赛以体教融合为主不同,这几项比赛主要是职业俱乐部梯队参赛,比赛质量更高。未来,随着中国足球的逐步发展,赛制也可以进一步优化,方向有全年赛制、主客场赛制、升降级等等。

# 女足世界杯惊现康复“神水”

记者寒冰报道 女足世界杯正在澳大利亚与新西兰如火如荼地进行,全球运动康复界的顶尖公司和专家也都在密切关注参赛球员的身体状况。欧美传统劲旅都有各自独特的运动康复方法,世界排名第一的美国女足也不例外。美国足协为美国女足准备了许多高科技产品和运动康复手段,包括红外线治疗仪、高压氧舱和超低温冷冻疗法。

不过,其中有一项运动康复产品虽非常简单,但已风靡整个女足世界杯,被其他欧美足球队广泛使用。球迷朋友们可能都会感到非常意外,这个被列为美国女足国脚必备的运动康复产品居然是酸樱桃汁。一款市面上常见的果汁,真有这样神奇的运动康复效果吗?美国女足球队表现主管艾丽·梅伯里认为酸樱桃汁非常有效,她表示有多项研究支持自己的观点,另外不少其他运动健康业界同行也在向运动员推荐酸樱桃汁。

虽然不少专家对酸樱桃汁的效果持怀疑态度,但果汁饮料对运动康复的效用一直以来都是运动康复界研究的重点之一。这次女足世界杯和美国女足更是将酸樱桃汁推上了热搜,成为广大运动爱好者关注的焦点。

## 神奇的功效

美国队是世界女足独处的霸主,此前8次世界杯4次夺冠,排名从未跌出过三甲,今年也顺利从小组赛出线。有发达运动康复产业和足协雄厚资金的支持,美国女足的康复措施始终在女足领域处于顶尖位置。这次露脸的酸樱桃汁,自然也引发广泛关注。美国女足球队表现主管梅伯里表示,酸樱桃汁不但可以帮助球员改善睡眠质量,而且它在进入人体消化循环后的抗炎特性,有助于减轻肌肉酸痛,加快肌肉恢复。

因为酸樱桃汁成为美国女足指定的运动康复饮料,在Tiktok上有关“酸樱桃汁的好处”的视频,短短数日已有超过1000万的浏览量,许多Tiktok用户纷纷认同了酸樱桃汁的确有一定的运动康复效果。2014年实验生物学研讨大会的研究表明,每天饮用2杯酸樱桃汁可以有效将每晚的睡眠时间延长90分钟。2021年《国际运动营养与运动代谢》期刊发表了一项系统综述和汇总分析报告,对相关的14项研究进行了总结,得出的结论是酸樱桃汁可以“帮助恢复肌肉功能并减轻剧烈运动后的酸痛”,适合在锻炼前几天、锻炼当天和锻炼后几天服用。

运动生理学家马拉奇·麦克休最近撰写了关于酸樱桃汁在运动恢复中作用的评论,他表示:目前所有研究的酸樱桃汁,均来自主产于美国密歇根州的蒙特莫朗西樱桃。这种酸樱桃汁是摄取酚类化合物的高效来源之一,尤其富含大量的花青素。花青素不仅被证实可以



■酸樱桃汁因为这次女足世界杯上了海外热搜。

治疗炎症,其功效甚至可以媲美一些止痛的药物,可以帮助调整免疫系统,迅速修复脑部和肌肉细胞。

蒙特莫朗西酸樱桃汁含有的褪黑素是最天然的助眠帮手,可以改善心跳节律,缓解脑部神经。它还含有维生素A,可以协助修复日常光线对于视网膜、结膜的伤害。此外它含有的多酚类&维生素C则可以抗氧化助消化,帮助肌肤吸收。酸樱桃汁是铁含量最高的水果之一,可以缓解贫血,其含有的降尿酸能降低血清尿酸浓度,有效解决关节疼痛。



■美国女足中场核心琳德塞·霍兰是酸樱桃汁的头号拥护者。

## 争议仍不少

2009年发表在《斯堪的纳维亚医学与体育科学》期刊上的研究观察了20名休闲跑步者,他们被分配在马拉松比赛前5天、比赛当天以及比赛后48小时内饮用酸樱桃汁或安慰剂。酸樱桃汁组的等长肌力恢复得更快,而且这些跑步者的总抗氧化状态也更高。加州大学圣路易斯分校骨科运动医学医师维塔莱表示,饮用酸樱桃汁可减少炎症和氧化应激,能帮助参加世界杯等多日比赛的高水平运动员更快恢复。

维塔莱强调精英运动员的康复目标主要是减少疼痛炎症和氧化应激,更快地恢复到正常状态。而普通运动爱好者并不需要额外的抗氧化剂或抗炎产

品,因为它们可能会抑制身体的自然适应反应。普通人无需过多进行康复训练,只要摄入足量的酸樱桃汁,就可以抑制这种压力,因为酸樱桃汁本身就是不错的抗氧化剂和抗炎剂。

不过,也有一些运动康复专家认为目前的研究采样规模太小,无法对酸樱桃汁的益处提供任何科学验证。哈佛医学院副教授彼得·科恩表示:“这些研究的规模,都不足以说服医生在运动员剧烈运动后推荐使用它。”但他也承认至少酸樱桃汁可以明显改善睡眠质量。2011年《欧洲营养》期刊发表的研究让20名志愿者连续7天饮用浓缩酸樱桃汁或安慰剂,酸樱桃汁组的褪黑激素总量显著升高。去年发表在《国际环境研究与公共卫生》期刊的另一项研究,19名优秀女子曲棍球运动员成为研究对象,结果发现摄入酸樱桃汁不会改变褪黑激素和皮质醇水平,但可以改善运动员睡眠质量。

尽管学界对酸樱桃汁的效用还存在争议,但至少北美职业体育界对它的使用在继续扩大。运动营养师苏伊·桑德斯参与监管NBA华盛顿奇才、WNBA华盛顿神秘人、NHL华盛顿首都队运动员的运动营养,她表示每天饮用8-12盎司(240-360毫升)酸樱桃汁已是很多运动员的日常习惯。虽然对运动康复的益处尚有争议,但至少没有证据表明饮用它会有重大副作用,很多人也愿意一试。

如今有了美国女足的“广告效果”,相信越来越多的运动爱好者都会尝试摄入酸樱桃汁。为了改善口味,一些人会注水稀释或将酸樱桃汁混合在冰沙中。无论如何,天然的营养饮料值得运动爱好者考虑。

## 天然饮料更胜一筹

记者寒冰报道 提起运动饮料,人们总会想到市面上琳琅满目的功能饮料。但运动营养专家建议运动爱好者,尽可能更多摄入天然的对运动健康有帮助的果汁或其他饮料。7月底在《国际运动营养学》期刊上,葡萄牙足协和波尔图大学研究人员发表的研究显示,富含咖啡因的饮料、肌酸饮料、酸樱桃汁、甜菜根汁、碳水化合物/电解质运动饮料、蛋白质、含矿物质的碳酸氢钠饮料、育亨宾和专有营养配方饮料都对运动康复有一定帮助。

这些不同类型的饮料中,富含咖啡因的饮料对提升运动表现的效果最好。肌酸饮料对无氧运动有好处,可以改善短距离冲刺时间。蛋白质饮料可以帮助运动员在面对疲劳时保持表现,甜菜根汁研究和酸樱桃汁研究也遵循这一思路,补充干预的措施旨在防止疲劳时的运动表现下降,而不是提供绝对的提升。

值得一提的是,美国足协的女足国家队发言人拒绝透露女足国脚们饮用的酸樱桃汁品牌,但美国女足中场核心琳德塞·霍兰是酸樱桃汁品牌Cheribundi的投资者。琳德塞·霍兰也的确是酸樱桃汁最好的代言人,她每天都要饮用大量酸樱桃汁补充能量和缓解肌肉酸痛。而正是因为美国女足和北美其他职业体育运动员的普遍使用,使得北美不少公司都在扩产酸樱桃汁系列产品,包括提取酸樱桃多酚的浓缩膳食补充剂。尤其是后者可以确保保留樱桃的精华,提供最大的功效和生物利用度。

除了在北美职业体育界风靡的酸樱桃汁,著名营养师马修·布莱克在俄亥俄州立大学韦克斯纳医学中心发表的腌黄瓜汁研究结果,详细分析腌黄瓜汁富含的益生菌特性。黄瓜包装在盐水溶液中,并使其凝固,直到细菌生长并消耗黄瓜中的大部分碳水化合物,就能富含益生菌。这种腌黄瓜汁可以帮助轻度脱水受试者减少肌肉痉挛并使其恢复,原理是摄入腌黄瓜汁在抑制痉挛肌肉中阿尔法运动神经元的放电方面发挥作用。腌黄瓜汁中的钠和钾还可以作为补水方式,在宿醉时补充流失的电解质储备。含有醋的泡菜汁可以改善人体对胰岛素的反应,从而控制人体的血糖水平。

对于大多数运动爱好者而言,摄入天然的营养补充剂更健康,也会降低合成运动饮料带来的副作用。酸樱桃汁曾帮助美国女足连夺两次女足世界杯冠军,也是风靡北美职业体育界的“网红”康复饮料,运动爱好者不妨可以尝一下,让自己也能与顶尖的北美职业运动员一样,享受这种特殊天然补充剂带来的益处。



■不同项目的体育明星都开始服用酸樱桃汁。



## 强卫时代

曼城的世界最贵防线，格瓦迪奥尔成了最贵也是最后一块拼图。21岁的克罗地亚人本来有可能成为首个上亿欧元的中卫，但他9000万的身价仍然宣布了“强卫时代”已不可阻挡的趋势。

MAN CITY  
CORE

# 最贵中卫， 贵在哪里？

记者寒冰报道 两个多月的苦苦追求，瓜迪奥拉终于完成了曼城防线的再次升级。当然，代价实在是昂贵：年仅21岁的格瓦迪奥尔转会费高达9000万欧元，打破了之前属于马奎尔(8700万)的纪录，成为史上最贵的后卫。原本在7月克罗地亚中卫就已与曼城达成了个人协议，但因RB莱比锡咬死1亿欧元天价不松口，导致格瓦迪奥尔错过了曼城的亚洲行。

但瓜迪奥拉的耐心已到了极限，格瓦迪奥尔在社区盾杯赛前1天完成体检并官宣，就是为备战迫在眉睫的英超新赛季。所幸，RB莱比锡也知道克罗地亚中卫已是身在曹营心在汉，最终松口，皆大欢喜：瓜迪奥拉完成了三中卫的双保险配置，格瓦迪奥尔完成了加盟英超豪门梦想，RB莱比锡创造了俱乐部出售球员的新纪录。

身材雄壮的格瓦迪奥尔被称为“新航母”，难免不被人联想到曼联的那艘“老航母”马奎尔。但格瓦迪奥尔真的值9000万欧元吗？至少目前看来，大多数英国媒体的答案都是肯定的。

### 漫长谈判，志在必得

早在去年夏，当博利的切尔西为格瓦迪奥尔开出7000万镑高价求购被拒时，曼城就表明自己也有意签下这位潜力无限的顶级中卫。当时，年仅20岁的克罗地亚中卫市场身价显示为3500万欧元，但莱比锡根本不愿出售。曼城当时主攻目标是哈兰德，只能用1750万欧元低价购入了阿坎吉，暂时满足瓜迪奥拉对中卫的要求。去年底卡塔尔世界杯结束，格瓦迪奥尔发挥出色，身价飙升到7500万欧元。

今年初的冬窗，曼城、曼联、切尔西和皇马都考虑签下格瓦迪奥尔，更让RB莱比锡奇货可居，标价定在1亿欧元的高位。在曼城强有力的暗示下，6月初格瓦迪奥尔就已向RB莱比锡申请离队。遗憾6月欧国联四强赛前，球员受伤，耽误了转

会进度。格瓦迪奥尔接受了腹股沟手术，转会因此陷入僵持阶段。曼城7500万、8000万的两次报价都被拒绝，不过6月底率先与球员达成了协议。

7月初RB莱比锡体育总监首次承认与曼城的谈判，但要求1亿欧元固定转会费和先引入替代者才会放人。7月18日RB莱比锡以1500万欧元签下18岁的大巴黎年轻中卫比什亚乌，谈判才开始进入快车道。两天后著名转会专家罗马诺宣布转会达成协议，格瓦迪奥尔将成为首位身价1亿欧元的后卫。但之后因为双方达成一致的消息过早曝光，RB莱比锡没有放行球员接受曼城体检，格瓦迪奥尔未能赶上曼城的亚洲行。

直到曼城结束亚洲行，瓜迪奥拉要求必须在英超揭幕前完成交易，曼城与RB莱比锡双方才各让一步完成交易。值得一提的是，这并非格瓦迪奥尔首次有机会加盟英超。早在2020年夏，贝尔萨就已相中克罗地亚人，希望将他带到利兹联。但格瓦迪奥尔还是选择了德甲的RB莱比锡，而去年切尔西的7000万镑报价，只是让莱比锡老板看到了格瓦迪奥尔的价值。直到今夏，在曼城志在必得的追求下，格瓦迪奥尔才如愿以偿。

### 少年老成，天资过人

早在2019年，《卫报》制作了“下一代”系列节目，选出世界足坛60名最优秀的新人，格瓦迪奥尔、卡马文加、佩德里和安苏·法蒂均有幸入围。2021年，Goal网站制作了“NXGN：足球界50位创造奇迹的神童”，格瓦迪奥尔再次入围并列第20，再次引起广泛关注。在德甲和克罗地亚国家队，格瓦迪奥尔被称为“克罗地亚之墙”，用以形容他在防线的强硬表现。此外，他还有一个“小瓜迪奥拉”的绰号，这个则是因为他的姓氏格瓦迪奥尔与瓜迪奥拉相近，但球员本人加盟曼城后否认有自己认可的所谓绰号。

更多球迷对格瓦迪奥尔的认知，还是在去年他鼻梁骨折后，佩戴面具参加德甲和世界杯，因而得到的“面具侠”绰号。而卡塔尔世界杯，格瓦迪奥尔也的确可谓一战成名。克罗地亚能最终拿到季军，年轻的中卫功不可没。7场比赛他贡献了37次解围，赢得48次球权，成为最受瞩目的后卫。

他在萨格勒布迪纳摩的前主帅马米奇认为，格瓦迪奥尔是完全现代的中卫，防守技巧比如一对一和空中防守都令人惊叹，而且组织能力也非常惊人。特别是格瓦迪奥尔有持球能力，很少出现问题，这是他有别于绝大多数专注于防守的中卫的特性。马米奇认为萨格勒布迪纳摩多年来培养的天才很多，包括金球先生莫德里奇，而格瓦迪奥尔就是注定称为伟大球员的天才：“甚至莫德里奇在进入一线队前都不得不外租历练，只有科瓦契奇和格瓦迪奥尔没有被外租就直接进入了一线队。”

前克罗地亚名宿鲁卡维纳认为，格瓦迪奥尔的风格与蒂亚戈·席尔瓦相似：充分的自信、强大的领导力和勇气。格瓦迪奥尔非常强壮、快速、敏捷且不易受伤，拥有出色的跳跃能力和头球技术。对比赛有敏锐的洞察力，能对球场上发生的任何变化做出及时的反应。上赛季他在德甲场均传球89次，在上赛季五大联赛出场至少1000分钟的后卫中，仅次于曼城的鲁本·迪亚斯(场均93次传球)。

2021/22赛季迄今，格瓦迪奥尔多项防守数据均排名五大联赛U23中卫前列：11次直塞(第1)，53次成功过人(第1)，486次进入进攻三区(第2)，在中场完成178次夺回球权(第3)。

有如此惊艳的防守数据，一直希望尝试3后卫体系的瓜迪奥拉当然不会错过格瓦迪奥尔。克罗地亚中卫自己也对加盟曼城非常期待，尽管他曾自称是利物浦球迷，无奈利物浦从一开始就退出了竞争。曼城这条世界最贵防线，格瓦迪奥尔就成了最贵也是最后一块拼图。

记者寒冰报道 虽然年仅20岁就已是世界一流中卫，但儿时最早接触足球时，格瓦迪奥尔的梦想是成为前锋，因为他的偶像是梅西。他的邻居兼启蒙教练佩里奇不得不让6岁的格瓦迪奥尔尝试前锋，然后最终还是说服孩子认清自己的防守天赋，主踢左后卫或后腰。儿时的经历对格瓦迪奥尔之后的成长帮助很大，培养了他出色的足球视野，保留了进攻潜力。直到8岁进入萨格勒布迪纳摩青训学院后，他才被波德鲁加奇教练固定在中卫位置，直至今日。

出生在萨格勒布的格瓦迪奥尔，足球天赋来自曾是业余球员的父亲蒂霍米尔。他的祖籍是滨海的扎达尔，属于达尔马提亚，也是神秘的“迪纳拉山运动基因”的受益者。除了父亲，他两个姐姐也都是运动员出身，大姐米兰卡擅长手球和沙滩排球，二姐之后转型成

## 想做鱼贩 也想做前锋

为时装模特。

格瓦迪奥尔的父亲退役后在萨格勒布的多拉奇市场经营鱼档，从小格瓦迪奥尔就已学会跟着父亲去鱼档卖鱼。父亲每晚都会出海捕鱼，再将捕获的鱼交给海鲜货车司机运到首都的海鲜市场。凌晨4点父亲就要开始到卸货点搬运鲜鱼到自己的鱼档。傍晚前卖掉鱼后，晚上再继续出海捕鱼。

格瓦迪奥尔只要有时间就会帮忙，他承认如果不是因为踢球，很可能会子从父业。在迪纳摩青训学院一度感到迷茫之际，他也曾考虑过放弃足球，与父亲一起打理鱼档。但最终，莱比锡和利兹联的邀请函改变了一切。小时的经历让格瓦迪奥尔比较排斥吃鱼。除了儿时满身的鱼腥味，还在于他很长时间内几乎每天只能吃鱼肉。在莱比锡他和好友奥尔莫经常外出聚餐，但显然他不会点鱼类的菜肴。不过，他的成功也为家庭带来了好处。去年世界杯期间，他父亲的鱼档生意超好，顾客和销售额都是平常的好几倍。

加盟RB莱比锡后年薪超过120万欧元的格瓦迪奥尔，兑现了自己的承诺：为父母购置了萨格勒布远郊区的别墅，旁边还有可以钓鱼的湖。父亲和两个姐姐都在跟随格瓦迪奥尔的经纪人兼律师西西奇，学习足球经纪知识。不过他的父亲并没有放弃卖鱼的营生，假期格瓦迪奥尔也会回家陪父亲钓鱼。至于他的足球事业，与很多年轻球员过分依赖父母兄弟不同，格瓦迪奥尔的父亲非常信任经纪人西西奇，正是后者当初坚持让格瓦迪奥尔选择RB莱比锡，因为加盟刚升上英超的利兹联可能会带来过大的精神压力和不稳定的球队环境，这些对年轻的格瓦迪奥尔没有好处。

现在，格瓦迪奥尔终于圆了自己的英超梦。不过正如他加盟曼城后首次接受专访的回答：假期他还是更喜欢回到克罗地亚，陪着父亲一起钓鱼做鱼贩，就像哈兰德一样从故土和家庭的气息中找到平静的感觉。



## 强卫时代

过去很长一段时间,攻防两端的球员身价存在巨大的剪刀差,顶尖的攻击手之身价动辄成倍于自己面对的后卫们。而瓜迪奥拉执教曼城后,几乎凭一己之力启动了资本对后卫市场价值的校正。



# 天价后卫， 价值平衡的结果

**记者寒冰报道** 9000万欧元的格瓦迪奥尔,将近年球市上后卫的身价提升到了新的高度。7年前,曼城签下斯通斯(5560万欧元),打破大卫·鲁伊兹的中卫转会费纪录(4950万,2014年夏)时,顶级中卫的身价也还只是徘徊在5000万欧元的区间。但随后范戴克直接将顶级中卫身价提升到了8000万的高度,随后的2019年夏卢卡斯·德利赫特、马奎尔接踵而至,去年的W.福法纳只踢了1年英超主力,就加入了“8000万中卫”俱乐部。最近几年,顶级中卫的价格蹿升相当明显。

相比中卫价格的上涨比例,顶尖攻击手的身价上涨却没有如此明显。皆因以前顶级中卫的价格,实在太低了。在攻击线,内马尔和姆巴佩的“天花板”依旧无人能及,顶尖攻击手的转会费还是以1亿欧元为标准,与中卫的身价差距迅速缩小。9000万欧元的格瓦迪奥尔,让世界足坛顶尖攻防球员的身价标准终于趋向价值平衡。某种程度上,这也是近年欧洲足球“资本化”的必然结果。足球比赛既然由11个人决定,核心位置的价值就应该基本一致,而不是向之前那样价格悬殊。

### 时隔20年更彻底的价值校正

20年前,“小世界杯”意甲崩盘,帕尔马、拉齐奥、佛罗伦萨巨大的财务危机,缔造了布冯保持了17年的门将转会费纪录(5288万欧元)。同时因为利兹联的人不敷出,当时足坛一共造就了费迪南德(4600万)、图拉姆(3600万)、内斯塔(3100万)、卡纳瓦罗(2100万)一批卖出前所未有高价的中卫。当年的顶尖中前场巨星除了齐达内(7750万)、菲戈(6000万)、克雷斯波(5680万)这样的天花板,其他一流攻击手身价也都基本在3000万-4500万之间。

21世纪初是意甲经济危机引发的球

市被动调整,同时也因此带动了资本向西甲和英超流动,造就了两大联赛互争雄长十余年。但自从北美和中东石油资本全面进入五大联赛后,特别是最近10年两大资本的激烈竞争,在顶级攻击手转会费率先破亿,内马尔和姆巴佩达到高不可及的天花板,资本流转的资源配置自然转向了依旧停留在5000万欧元以下量级的中后场。几大豪门巅峰期的廉价防线,显然远远背离了市场球员身价的正常值,导致了严重的不平衡。

2003/04阿森纳的不败赛季,坎贝尔是免费签入,科洛·图雷转会费仅18.5万,只有劳伦身价达到1070万。但这条“廉价”防线面对的,却是切尔西、曼联动辄数千万欧元的射手和攻击中场。弗格森时代末期曼联3次进入欧冠决赛,只有费迪南德这位创纪录的高价中卫。

皇马欧冠三连冠的巅峰期,防线主力纳乔是青训成果,马塞洛、卡瓦哈尔(650万)、瓦拉内(1100万)、拉莫斯(2700万)、佩佩(3000万)也只有后两位身价略高,相比C罗和贝尔“两亿齐飞”的进攻端,差距实在过于惊人。

这样攻防两端球员身价巨大的剪刀差,在资本日渐汹涌的当下显然已经难以继。瓜迪奥拉执教曼城后,几乎凭一己之力启动了资本对后卫市场价值的校正。斯通斯成为首个转会费突破5000万欧元的后卫,利物浦、尤文图斯、拜仁、切尔西等纷纷跟进,终于在短短数年里就完成了后卫市场价值的彻底提升。

### 抢光前锋,就抢后卫

瓜迪奥拉对高价后卫的执着,带动了整个球市后卫身价的全面提升。西班牙教练几乎每个赛季都会吃进身价达到5000万欧元以上的高价后卫,沃克、B.门迪、拉波尔特、坎塞洛、鲁本·迪亚斯、阿克,再到

今夏的格瓦迪奥尔,曼城8个赛季在后卫身上的投资就高达6.35亿欧元。新赛季曼城整条防线的转会费成本就达4.78亿欧元,高居整个欧洲榜首。

虽然代价高昂,但曼城能在上赛季完成三冠王,与投资巨大的防线密不可分。同样,克洛普也是依靠创纪录身价的范戴克,才能拿到欧冠和英超冠军,成为能与瓜迪奥拉分庭抗礼的劲敌。遗憾的是,利物浦在范戴克之后只引入了科纳特这1位高价中卫,球队近年成绩的起伏不定,也与防线没有及时补充强援有直接关系。

瓜迪奥拉牵头,克洛普率先将顶级中卫身价提升到8000万的高位,迫使曼联、切尔西、阿森纳、尤文图斯、拜仁等豪门纷纷被迫跟进,哄抢球市上为数不多的顶级后卫,特别是更为稀缺的中卫。以至于近年的球市,后卫身价低于5000万都很难入豪门的法眼。W.福法纳这样仅有1个赛季英超履历的年轻后卫都能卖上8000万高价,6500万的库库雷利亚也是并列的边后卫最高身价。皇马、巴萨购入后卫,米利唐、F.门迪、孔德也都在5000万的一流价位上。

今夏,除了格瓦迪奥尔,大巴黎从拜仁挖走卢卡斯后,拜仁从那不勒斯挖走金玟哉,同样创了韩国球员的转会费纪录。W.福法纳重伤后切尔西立刻4500万欧元高价补充了迪萨西,热刺紧急从狼堡抢购的荷兰年轻中卫范德芬,转会费也高达5000万欧元。此外,热刺还以4000万高价买断了上赛季就租借入队的边卫波罗。这个夏窗还没有结束,不出意外还会有新的高价中卫诞生。

格瓦迪奥尔未能称为第1位身价1亿欧元的中卫,的确有些遗憾。但以目前欧洲资本对顶级中卫的追逐,1亿中卫的诞生也只是时间问题,而且不会让球迷们等待太久。

**记者寒冰报道** 历史上首位转会费超过100万欧元的中卫,是利物浦的爱尔兰中卫劳伦森。他于1981年夏加盟利物浦,是1980年代利物浦“靴室王朝”的功臣之一。第1位身价超过500万欧元的中卫,是1990年加盟罗马的巴西中卫阿尔代尔。但世界足坛等待第1位千万欧元级的中卫,却要到1997年,毕尔巴鄂竞技签下里奥斯,耗资1200万欧元,才迎来历史性的突破。

值得一提的是,任意球大师米哈伊洛维奇也曾是中卫身价纪录的保持者。1998年夏他加盟拉齐奥(1700万),刷新了里奥斯的纪录。2000年夏,阿根廷中卫萨穆埃尔以2080万欧元加盟罗马,让中卫的身价再上一个数量级。随后两年,图拉姆和费迪南德让中卫身价连续突破3000万和4000万大关。但费迪南德的纪录一直保持了12年,直到2014年才被加盟大巴黎的大卫·鲁伊兹打破。只是巴西中卫当时创造

## 中卫价值 回归本位

的金额(4950万),还是没有达到5000万欧元大关。

与之相对应的是,攻击手的转会费早在1979年就达到了300万欧元大关。1982和1984年,马拉多纳先后转会巴塞罗那(730万)和那不勒斯(1200万),将进攻球员的身价连续突破500万和1000万欧元大关。1998年,德尼尔森转会贝蒂斯,攻击手的身价首次突破3000万欧元大关。菲戈(6000万)、齐达内(7750万)先后加盟皇马,也先后刷新了进攻球员的转会费纪录。与同期的后卫相比,进攻球员的身价始终都保持着巨大的领先优势。

这种领先优势随着21世纪北美和石油资本的涌入,一度被拉开了更大的距离。2009年C罗将转会费提升到9000万量级,14年后格瓦迪奥尔才达到当时C罗的量级。

2013年贝尔成为第1个1亿球员,到今夏的贝林厄姆已有15位1亿先生。2017年内马尔将转会费纪录提升到2.22亿欧元的天花板,迄今无人能及。格瓦迪奥尔的转会费只能排在世界足坛并列第18位,虽然与身前的大部分1亿先生都相差不多,但毕竟追起了整整14年才达到这个高度。

虽然恩佐、赖斯都是身价上亿的防守中场,可毕竟不是一直被看低的中卫。放眼世界,现代足球运动诞生后就几乎一直是中前场球员抢尽眼球。金球奖历史上,能力压中前场竞争者捧杯的只有卡纳瓦罗。贝肯鲍尔、马特乌斯并非纯粹中卫而是后场自由人,古力特更是能胜任前锋、中场和中卫任何位置。2019年的范戴克是2006年的卡纳瓦罗之后,第1位能进入金球奖三甲的中卫,也是唯一获得欧足联最佳球员奖的中卫。

未来,随着中卫身价的飙升与更受舆论关注,现在才是中卫真正得到市场认可价值的时候。



## 强卫时代

如果说上赛季后半程瓜迪奥拉下定决心坚持的3后卫战术还有什么不够完美之处,就是3中卫的搭档不够固定,后卫向前传球能力不足。在签入格瓦迪奥尔后,曼城的强卫战术将强到什么程度,让我们拭目以待。



# 瓜式“强卫” 战略转型完成

**记者寒冰报道** 9000万欧元天价购入21岁的中卫格瓦迪奥尔,瓜迪奥拉拥有的强势中卫多达6人,实现了上赛季没有完成的3中卫双保险配置。更何况,瓜迪奥拉还有同样能胜任中卫的沃克和罗德里。上赛季瓜迪奥拉逐渐开始淡化赖以成名的足球哲学,全面倒向更适应英超、更有直接打击能力的强硬战术,收获了巨大的成功,其中的基石正是超群的后卫战术。

本赛季对卫冕三冠的曼城而言将更加艰难,板凳深度也需要持续提升,保持对其他六强的领先优势。在阿森纳、曼联、切尔西、纽卡斯尔联都有多名关键球员入队背景下,瓜迪奥拉签下的克罗地亚双星,特别是格瓦迪奥尔加盟,释放出的也是足够明显的信号:新赛季曼城已被证明成功的强硬战略还将继续,尤其是“强卫”战术会得到进一步的强化。

高效撞墙哈兰德必将遭遇更严酷的防守环境,这就给了瓜迪奥拉充分释放强硬后卫潜能的“强卫”战术提供了可能。不出意外,曼城新赛季3后卫战术使用的场次将明显增加,阵型更加前移,压迫感也将更令人窒息。

### 强化“强硬”战略的必然

上赛季瓜迪奥拉痛定思痛,很大程度上放弃了赖以成名的控球战术。前场以强壮的大前锋哈兰德为轴,牺牲了球队进攻战术的流动性,后场签下同样强壮的尼日利亚裔中卫阿坎吉,重用科特迪瓦裔后卫阿克,突出的就是后卫一对一能力和身体素质,立足于强化防守,特别是定位球和反击。

进入新年后的多线作战,瓜迪奥拉就已开始从熟稔的433向3后卫过渡,31场比赛有多达18场是3后卫的3421或352阵型。在中前场利用人数优势形成高压,解放了京多安的攻击力,也缓解了后腰罗德里的防守压力。格雷利什同样强硬的边

翼确保了边路攻防的对抗优势,斯通斯被解放前提与罗德里搭档组成双后腰,同样也极大缓解了防线前沿的压力。在右路无论B席还是沃克都可以提供有效的边路支援,哈兰德身后也有德布劳内和京多安,输送足够弹药之余还提供可靠的后排攻击力。

唯一略有遗憾的,就是曼城的中卫群上赛季伤病频发,一度迫使瓜迪奥拉不得不让边卫沃克客串。虽然最终顺利拿到三冠王,但防线的伤病还是让他心有余悸。今夏瓜迪奥拉暂时没有放走一名中卫,包括抱怨没有出场时间的拉波尔特,坚持高价签下格瓦迪奥尔,不仅是完成3后卫双保险配置的拼图,还是对3后卫强硬战术的升级。相比其他5名中卫,年轻的克罗地亚中卫不仅对抗能力出色,还有很好的组织和传球能力,将让上赛季曼城的强卫战术得到进一步升级,增加后卫直接组织发起进攻的机会。

新赛季在京多安、马赫雷斯离队,德布劳内受伤的背景下,曼城开局将承受更大的压力。稳住下盘才能首先立于不败之地,B席和科瓦契奇前期会有更多的出场时间,右侧也需要沃克保持稳定输出,这是瓜迪奥拉倾向于留下沃克的直接原因。曼城的亚洲行难称满意,3场热身赛均有失球,1比2负于马竞尝试了4后卫,但遭遇败绩,这更让瓜迪奥拉下定了坚持3后卫和引入格瓦迪奥尔强化防线的决心。而且,热身赛在德布劳内、马赫雷斯和京多安缺席情况下,中后场的后排攻击力显得异常重要。后腰斯通斯、罗德里、中卫拉波尔特和鲁本·迪亚斯都有进球,证明了瓜迪奥拉侧重于后场的强硬战术依然有效。

### 格瓦迪奥尔升华强卫战术

如果说上赛季后半程瓜迪奥拉下定决心坚持的3后卫战术还有什么不够完

美之处,就是三中卫的搭档不够固定,后卫向前传球能力不足。牺牲了中场流动性和前场进攻球员高位压迫,多少有悖于瓜迪奥拉的传统。

但如果成功让防守球员尤其是后卫更多参与进攻,依靠强硬的防守和哈兰德在前场的牵制,可以让曼城在德布劳内等其他进攻核心伤病情况下,仍然能够顶住压力,确保球队立于不败之地的下限,还能持续向进攻端输出后排攻击力,缓解哈兰德的压力。这对于赛季初缺少德布劳内的曼城而言,非常关键。

不出意外,格瓦迪奥尔加盟后与鲁本·迪亚斯、阿克和阿坎吉足以确保三后卫的健康轮换,拉波尔特有离开的可能,但瓜迪奥拉应该会挽留,毕竟后腰位置暂时只有罗德里和菲利普斯两人,斯通斯是中卫客串,不排除还会有1名中卫被定义在后腰和中卫之间随时补位。考虑到格瓦迪奥尔出色的出球能力,他甚至可能会取代斯通斯成为连接后卫与进攻中场的新枢纽。

此外,科瓦契奇和格瓦迪奥尔的默契也不能忽视。去年就是科瓦契奇主动游说格瓦迪奥尔加盟切尔西,如今两人在曼城聚首,在克罗地亚国家队的默契移植到曼城,减少了磨合的难度。科瓦契奇的进攻潜质可以得到释放,同时格瓦迪奥尔也能让瓜迪奥拉的“强卫”战术增加更多的攻击性。当然,目前格瓦迪奥尔才刚开始恢复训练,短期内还不会贸然出场。但是瓜迪奥拉已经做好了充分的准备,格瓦迪奥尔将是曼城未来延续英超统治地位的基石,前途不可限量。

对于失去马赫雷斯、京多安的曼城而言,边路威胁下降是新赛季需要解决的主要问题。格瓦迪奥尔的到来,能否让三冠王上赛季后半程大放异彩的3421阵型得到新的提升,就要看这位中卫天才的实力和运气了。

**记者寒冰报道** 离开巴萨后,瓜迪奥拉一直在谋求突破自我,在Tiki Taka战术基础上希望有所创新。在拜仁,他尝试更多立足区域防守,通过压缩空间扼杀对手大开大合的进攻体系,让拜仁始终掌握比赛节奏的主动权。但这种追求控球和压缩空间的战术,到了英超并没有得到应有的效果。上赛季的3421并非瓜迪奥拉心血来潮,早在他执教曼城初期就已尝试过,这也是克鲁伊夫风格的延续。

原本瓜迪奥拉熟悉和推崇的433,其实早在巴萨时代他就想有所改变。改变的要点就是由单后腰变成双后腰,甚至是让后卫前提客串,增加中场人数完成对球场区域的空间控制。为适应新的对手和高强度高速度的英超,瓜迪奥拉更愿意选择三后卫。加上双后腰实际上在后场也实现了人数优势,缓解防守压力。起初是由后腰加入

## 更务实的 瓜帅更无敌

阵型,之后改为由能承担多种职能的后卫履职。

上赛季为确保拿到欧冠和英超双冠,瓜迪奥拉选择了最保守的3后卫+2后腰体系,中后卫取代边卫,确保防线在一对一和防空方面的优势,以及应对正面防守时的稳固。为了确保防守端的稳定,瓜迪奥拉甚至不得不牺牲高流动性可以带来的多点开花。哈兰德的高产,本质上意味着曼城进攻多样性的下降,球队进攻效率其实是受到了影响。

为此,瓜迪奥拉也只能选择接受现实。通过强化防线,增加更多后排进攻改善进攻点单一的问题。从上赛季后程京多安的爆发,罗德里远射能力的释放来看收到了一定效果。但新赛季必然要面对更大的难题。所有对手对哈兰德的防守会更严密,谁能弥补京多安的后插上攻击力尚未可知,加强中后场特别是三中卫的保险配置,就是最稳妥但也最保守的选择。或许,瓜迪奥拉会让更全面的格瓦迪奥尔尝试更多的角色,左后卫、左中卫、后腰、左翼卫等,从而发现一个全新的多功能战术角色,打破球场上的僵局,但前提是曼城必须先扎好篱笆,将防守质量放在第一位。

应该说,格瓦迪奥尔是目前球市上可以买到的最好的中卫,曼城为此付出了创纪录的代价,但也可能得到像拉莫斯之于皇马,拉姆之于拜仁那样长久稳定的基石球员。高风险高回报,更何况格瓦迪奥尔才21岁,在运动科技高度发达的今天身体健康的话甚至可以为曼城效力达到10年以上,蓝月军团的投入得到超额回报的可能性更大。

