

上海人在外地

竞技江湖,总是人来人往,缘起缘灭。风云变幻间,搅起骇浪惊涛,成就一段佳话。几个月间,三个上海人成为中国体坛大事件的主角。李秋平、蔡斌、丛学娣,他们以上海人的智慧与韧性,在家乡之外的土壤,开拓奋斗,收获气象万千。

这些年,远方的游子,你们还好吗?这年来,远方的游子,你们真的很棒!

李秋平在外打拼迎来收获季 离总冠军最近的一次



算起来,李秋平离开上海出外打拼已是第七个年头。在青岛,他将一支天赋和资质平平的球队,带成了令整个CBA侧目的黑马。而如今来到新疆队,离冠军更是近了一步。昨晚,新疆队主场大比分战胜广东队,在总决赛中1比0占得先机。“这些年来,就是憋着口气想拿个冠军。”很多次,李秋平这么说。

乌鲁木齐与内地有两个小时的时差。上海早上9时,新疆的天还是沉沉的暗黑。“来了这些年,早就适应了。”偶尔失眠,他会早早起身看一下自己的训练日程,再作推敲精进。对于摆在眼前的总决赛,李秋平并没有让队员们加大运动量。“这个时候练得很是没有用的。”他强调针对性的重要性,“反复研究对手,然后制定针对性的训练方案。练得狠,不如练得巧。”队员们的士气正高,但同时,也难免有点想赢怕输的包袱。李秋平总是拿“苹果”来比喻冠军,“这只苹果还在树上挂着,而你总是在想拿冠军了,奖金有多少是没有用的。最重要的,是想办法把苹果摘下来。”

很多人说,这是李秋平这些年来离CBA总冠军最近的一次,他不会不明白。“打到这个份上,光凭综合实力去评价谁的赢面大是没有用的。最重要的是临场发挥。实力再强,打不出来,便是空谈。”“冠军”到了眼前,李秋平的措辞便谨慎起来。在新疆一个赛季,他不会额外请假回上海。去客场与上海比赛,总让李秋平有小小的私心。“一个赛季也就这么一次,比赛完了我可以回家看看爸妈。”第二天,他又飞走了。家中的一双老父老母,只能常常在电话里嘘寒问暖。“不能常常陪伴他们,心中一直是愧疚的。”至于新疆伙食的口味是不是不合心意,类似的生活问题李秋平轻描淡写作答:“我们是职业球员,职业教练,这些都是必须适应的。”

丛学娣为国青女篮打造新人 许下未来高飞的愿景



谢谢侬,帮阿拉扎台型

上海教练之光照亮中国体坛

首席记者 华心怡 实习生 陈慧琴

编辑的话

我们周遭的世界,不是一汪死水,一成不变。有人,从外面的世界来到上海,带来新理念、新风尚。也有人,从上海走向外面的世界,带去上海人的智谋与情志。

所以,当球迷抱怨眼下上海男篮听不懂一句上海闲话时,不必心塞。上海人也正在他乡深耕传播,并且收获光荣,赢得尊

敬。今天,我们想要说说李秋平、蔡斌、丛学娣三位“浪迹天涯”的上海教练,他们忍受寂寞与孤单,在新领地,点亮梦想的灯塔。

今天这组人物报道的主标题——谢谢侬,帮阿拉扎台型,不仅是上海人常挂在嘴边的一句闲话,而且也是当下我们最想表达的心声。 蒋家风



■ 新疆男篮主帅李秋平



■ 江苏女排主帅蔡斌



■ 国青女篮主帅丛学娣

本版图片 IC 新民图表 制图 戴佳嘉

丛学娣是中国女篮的奥运三朝元老,她从未离开篮球,她说:“我是未来派的。”原来,丛学娣正在女篮国青打造新人,许未来一个高飞的愿景。

在丛学娣的带领下,去年U18女篮亚青赛决赛中,中国队以31分优势大胜日本队,成就四连冠。回忆起去年一整年在秦皇岛封闭训练的日子,她表示几乎忙得没时间休息,“每天三点一线,食堂,宿舍和训练场,除了上下午各3个小时的训练之外,晚上还要指导队员投篮训练和业务学习。”不过好在儿子在美国念大学,家里公公婆婆由丈夫照顾,少了对家里的操心,丛学娣能够全身心地投入到工作中。

2013年执掌国青队后,丛学娣把在上海女篮执教时的一套习惯搬了过来。每天,丛学

娣会要求队员们写训练日记,把自己一天训练下来的感受和体会写到日记里,日记本成为了丛学娣琢磨队员们小心思的一个载体。晚上睡觉前,丛学娣还会将队员们的手机集中起来,直到第二天下午训练完才会还给她们。采取这个举措,丛学娣有着自己的良苦用心,她说:“要想成为一名优秀的职业运动员,一定要学会合理安排自己的作息时间,集中手机是为了让她们养成按时休息的好习惯。”

自从拿起教鞭的第一天起,丛学娣便以“严”而闻名,她坦言,自己不太允许队员在场上犯错,一旦有队员在场上有所懈怠,必定重罚。平常训练,丛学娣都会亲身示范,虽然退役了快24年,丛学娣的技术水平倒也不逊于当年,丛学娣自豪地说:“只要我活动开来,三分球的命中率还是相当高的,10个进7、8个



破「千年老二」的魔咒 蔡斌成为江苏女排夺冠功臣

2016-2017赛季全国女排联赛,江苏队3比1擒获浙江,时隔21年夺得冠军。而帮助江苏队打破“千年老二”魔咒的最大功臣,当属主教练蔡斌。

已经三年了。2014年蔡斌接手江苏女排。第一年获得联赛季军,去年获得亚军,今年登顶,蔡斌一步一步帮助江苏队完成了冠军梦,谈到此次夺冠的秘诀,蔡斌没有说技战术也没有说个人,而是一再强调“凝聚力”:“我一直告诉我的队员,排球是一个团队在作战,有了这个集体,才有你个人,只有队员们拧成一股劲,球队才有可能出成绩。”夺冠后,蔡斌被姑娘们高高地抛向空中。回想起那个场景,蔡斌坦言,那个场景让他动容。“在执教上海队时,每一次拿总冠军,都会被队员举起来。”

1997年-2001年,蔡斌曾执教上海女排,并帮助上海队在全国甲A联赛中四次蝉联冠军,虽然蔡斌执教他乡,但他一直关注着家乡球队。每每来上海打比赛仍旧会感到亲切,让他感动的是:“不少上海的老球迷还认得我,会找我合照、签名呢。”

蔡斌善于动脑,思维敏捷,作为一名海派教练,蔡斌还有着身为上海男人的细腻。训练中,他会针对对手每个轮次可能会打什么进攻、会打几号位,队员该如何反击进行细致地讲解。生活上,蔡斌对球员的照顾同样无微不至。要是队员感冒发烧了,他会询问队医该如何处理,提醒队员要好好休息。甚至,比赛后有队员想要坐在地上放松时,蔡教练也会善意地提醒道:“地上凉,先把衣服套上。”江苏队坐拥惠若琪、张常宁、龚翔宇3位国手,蔡斌说,今年联赛借着中国女排在里约奥运会夺冠的东风,好多场次都很火爆,常州主场以前有赠票,现在都是球迷自己买票,这是一个很好的变化。

3月18日联赛结束后,蔡斌回到了上海,蔡斌说:“工作的时候,每周六会回家一次,联赛一开打,东奔西跑更是没有时间顾家里,联赛结束,有时间还是多陪陪家人。”在家短暂停留10天后,本周二,蔡斌回到南京同江苏姑娘集结备战全运会。“大家都说拿冠军难,保冠军更难。”蔡斌当前的任务是要保住江苏队正旺的势头,“要想保持领先优势,必须有所创新,之后的比赛,在人员变动以及战术创新上要多想办法。”

不在话下。”场下,丛学娣一改严肃模样,喜欢和这群98后的小队员混在一起,周末常常会同她们去看看电影、唱唱歌,放松一下。

亲历过中国女篮的黄金时代,面对如今WCBA联赛场上打球的人比看台上看球的人还多的情景,丛学娣深深地叹了口气,并为女篮姑娘们抱不平,“她们一样有梦想,热爱篮球,虽说是女孩子,可也像男队员一样,每天在拼搏。”明天,丛学娣又将和姑娘们到北京集训,备战7月在意大利举行的U19女篮世界杯,此次,中国队与卫冕冠军美国、马里和东道主意大利分在一组。这几天,正在上海休息的她不忘整理一下对手的资料,为集训做着准备,丛学娣说:“虽然对手一个个都是难啃的骨头,但希望我们的姑娘们一场场打出自己的水平,争取优异的成绩。”