

知道你狠没想到这么狠

男篮主帅扬纳基斯带队训练显露“魔鬼”本色



◀ 扬帅在训练中
中特别注重细节
图 CFP



▶ 扬帅铁腕治军
欲打造“亚洲的希腊队”
图 CFP

昨天下午，新一届中国男篮首次公开训练，已经带队一周的洋帅扬纳基斯，把自己的“魔鬼”一面彻底展现。一堂训练课3个小时，休息时间却以秒计算，训练强度之大令人惊叹——这个绰号“暴龙”的希腊人，怎么比中国教练还钟爱“三从一大”？

“三从一大”从严治军

作为世界名帅，扬纳基斯是个广为人知的狠角色，可早有心理准备的男篮队员们也没想到，他居然会这么狠。每堂训练课都要三个小时，有时候一天还会上两堂训练课，有队员戏称，一天训练下来，球衣上的汗水可以拧出好几斤来。如此高强度，一些老队员很快吃不消了，不但身体累得要死，还有人老伤复发。不过扬纳基斯毫不心软，他曾对队员们说：“累吗？累，就证明你还没死，要是死了，就不会感到累了。”

昨天在向媒体开放的一个小时时间内，扬纳基斯的训练内容一项接着一项，几乎不给队员喘息机会。一个小时内，队员们只短暂休息两次，每次时间不足50秒，连喝水都得加快速度。此外，扬纳基斯对于细节的要求也达到极致，只要有队员犯错，他都会马上暂停训练来纠正。同样的错误如果连续出现，他严厉的一面更是显现无疑，哪怕是那次进攻成功了，也会提出批评。在国内篮球圈，老师蒋兴权是训练“三从一大”的代表，即“从严、从难、从实战出发、大运动量训练”，现在扬纳基斯比老将还厉害。

“我希望通过训练，改掉队员们一些不好的习惯。”扬纳基斯表示，他现在必须要高标准严要求，“这是成为高水平球队必须经历的阶段。”

身体强壮作风强硬

对于自己的高强度训练，扬纳基斯表示这是高质量比赛的前提：“欧洲高水平球员在场上40分钟都能保持清醒头脑，战术执行得非常坚决。这就是我们的目标。”

虽然只带队练了一个星期，但扬纳基斯在执教风格方面，已经给队员留下深刻印象。老将王治郅就表示：“教练给我们的感觉，是他想把中国男篮打造成一支欧洲风格的球队。”

中国男篮以前也和不少欧洲强队交过手，那些经历给大郅留下深刻印象：“以前我们跟欧洲队打比赛的感觉就是，人家也不跟你一打一，不跟你篮下死磕，就是通过转移球、空切、挡拆、下顺等等，完全找出机会再得分，打得你最后有点无奈的感觉……扬纳基斯现在也是这么教我们。”

在队员们看来，扬纳基斯比以前的尤纳斯还要严格。如果说，以前老尤要求进攻中要找到“合理”的机会，那么扬纳基斯的要求又升级了，他强调一定要寻找到“最好”的机会。这也不奇怪，因为扬纳基斯的目标是打造亚洲的希腊队：“身体上要强壮，思想上要强硬，还要有丰富的比赛经验，这是获得胜利的三个要素，中国队就要向这三方面看齐。”

本报记者 李元春

女排精英赛深圳龙岗站开打

中国队再胜泰国

本报讯（记者 李京红）女排精英赛深圳龙岗站昨日开打，中国队再次以3比0战胜泰国女排。同北仑站相比，泰国女排的状态明显提升。中国女排主帅郎平赛后表示，这场比赛质量高，双方奉献了精彩的比赛。

此役，中国女排首发阵容与北仑交锋时一样，主攻惠若琪、殷娜，副攻徐云丽、杨珺菁，接应曾春蕾，二传沈静思和自由人单丹娜。中国女排在先胜两局后，第三局遭遇了泰国女排顽强抵抗：泰国队一度以7比1领先，但中国队打得十分沉稳，最终以25比23反超。

郎平说：“泰国女排技术好，配合娴熟，发球很有冲击力。我们的对手打得越好，自己的提高和进步会越多。第三局落后很多，泰国队在领先的时候打法比较快容易打乱我们的节奏，我们的队员守住了自己的节奏，这就是进步。”

收视指南

央视五套今天19时30分将转播中国国际女排精英赛深圳龙岗站中国与波多黎各比赛实况。

象甲第七轮胜江苏 上海队一马当先

本报讯（记者 张建东）昨天，2013年全国象棋甲级联赛在北京、上海等地进行了第七轮角逐。上海金外滩队在主场以6比2战胜江苏句容茅山队，以6胜1负积12分一马当先。

昨天，上海队在浦东仁和宾馆迎来了本赛季第一个主场比赛，对阵江苏队。此役，上海小将赵玮表现出色，他率先战胜江苏程鸣，沪队先声夺人。接着，万春林、孙勇征分别与江苏王斌、徐超握手言和，最终，新锐谢靖险胜孙逸，为上海队锁定胜局。

本赛季象甲联赛战罢七轮后，上海金外滩队积12分暂居首位。广西队、黑龙江队同积10分，紧随其后。

体彩公告

排列3第13135期
中奖号码:3 4 9
直选每注奖金 1000元
组选六每注奖金 166元
排列5第13135期
中奖号码:3 4 9 1 6
每注奖金 100000元
22选5第13135期
中奖号码:9 11 13 18 22
一等奖 13注 32404元
二等奖 1548注 50元
三等奖 31578注 5元
超级大乐透第13058期
中奖号码:20 21 27 31 35+7 11
一等奖 2注 9312826元
二等奖 27注 187922元
三等奖 70注 18060元
四等奖 207注 3000元
五等奖 4278注 600元
六等奖 16934注 100元
七等奖 202787注 10元
八等奖 2279848注 5元
一等奖基金积累数为:125968561.35元

成绩过硬 话题不断 形象阳光

个性国羽成代言香饽饽

体坛观察

苏迪曼杯世界羽毛球团体锦标赛正如火如荼举行，中国羽毛球队再次成为关注焦点。在两场小组赛中，中国队10战10胜，仅丢三局，以小组头名身份晋级淘汰赛。见谁灭谁，国羽霸气外露。

在赛场上所向披靡，在赛场外同样战绩不菲。据统计，中国羽毛球队的商业代言数量，是各支国字号队伍中最高的。广告赞助商为何独爱中国羽毛球队？有话题、有成绩、有形象，这样的金牌之师，谁会不爱？

成绩 最硬的招牌

国羽的个性离不开总教练李永波的打造。事实上，在整支羽毛球队中，最有个性的就是他自己。敢说，会秀，李永波的影响力对于国羽举足轻重。

伦敦奥运会上，让球风波曾将李永波推上风头浪尖。李永波主动站出来承认让球。但当他率队将五



■ 奇瑞汽车曾多次赞助羽毛球赛事

图 TP

枚沉甸甸的金牌全部拿下，质疑声渐渐平息——成绩，是最硬的招牌。

从当初的退赛风波到如今林丹的外卡参赛争议，无论有没有比赛，关于国羽的新闻始终不断。而俊朗的外形、优秀的表现力以及其本身

所代表的积极向上的阳光形象，个性国羽成为广告商心目中的最佳合作伙伴。

林丹 羽坛吸金王

据不完全统计，李永波及其羽

毛球队近年的广告收入颇丰，百事可乐、伊利、361°、佳得乐、雪津啤酒、联邦快递、肯德基、奥运公益广告等，李永波出色的商业头脑使羽毛球队的全体队员受益。

吸金能力最强的无疑是羽坛一哥林丹。伦敦奥运卫冕之后，他的收入又翻了一番。在2012年公布的中国体坛财富榜上，林丹的身价是2600万元，比2011年的1450万元几乎增长了近一倍。有人这样笑称林丹：“打开电视，就能看见林丹，他穿李宁，喝红牛，开雪铁龙，嚼绿箭，剃须用吉列，做饭用金龙鱼，林丹的生活全都在广告中体现了。”虽然是玩笑，但这也从一个程度上反映出林丹的商业价值和在广告商心中的地位。

中国羽毛球队的招商能力甚至为羽毛球世界联合会带来收益。今天，国产汽车品牌奇瑞汽车与羽毛球世界联合会正式签署合作协议，成为世界羽联战略合作伙伴。这也是中国本土汽车品牌首次赞助一个世界级运动协会。

本报记者 厉苒苒