上海男排引援大手笔

三外援都是国家队队长

今年全国排球联赛引援最大手笔不是恒大和北汽，而是上海男排。上海男排一下子拥有三个国家队的队长：美国男排队长大卫·李、意大利男排队长主攻萨瓦尼和塞尔维亚男排队长雅尼奇。

前中国男排队长沈琼同这些外援都有过交手，一见面他就收到了礼物。他在朋友圈晒出了三件国家队的队衣："我们的外援不光球打得好，人也好，他们把国家队的战衣送给我了，这个见面礼实在太棒了。"

巧的是，沈琼同三名外援都是1982年出生。主帅吕宁馨说，遗憾的是沈琼退役了，否则四大国手同在场上的场面太让人震撼了。

虽然外援到位，但是吕宁馨仍然认为联赛并不好打。上海男排小组赛的对手是八一、山东、四川、福建和浙江。其中四川有三名外援，福建有两名外援。而八一、山东男排队伍稳定，实力摆在那儿。吕宁馨说："六支队伍只有四支能够进入前八名，比赛并不好打。"

沈琼等一批老将退役后，上海队只剩下了两位老将，方颖超和任琦。方颖超将成为新的队长。

由于每场比赛只能上两名外援，吕宁馨有了幸福的烦恼。只能演练多套阵容，以求最佳阵容。吕宁馨说："外援的到来对整个上海男排都有提高，技战术是一方面，另一方面是职业球员在场上的表现。"

上周六，上海男排只训练半天。训练结束后，场馆内只剩下三位外援在做放松动作。"外援就是不一样，我们队员很快地就做完放松动作，走了。外援不是这样的，他们放松动作都要做半小时到40分钟。"吕宁馨继续说道："还有一点，比如上午9点训练，我们队员9点到，但外援都提前20分钟到，他们早早地就热身了。"

吕宁馨对三位外援的职业素养非常满意："外援一到上海后就投入了训练，没有因为旅途劳累而请假，而是先练完一堂课觉得身体有些疲劳再提出。"

让教练们感慨的是，外援并没有将自己当外人。萨瓦尼与大卫·李在训练中，看到队友不足之处，会主动指点。萨瓦尼觉得戴卿尧发球抛球存在问题，然后他就告诉戴卿尧球应该抛在哪个位置比较好。外援们训练完后，会主动和年轻队员说这个球应该怎么打。

吕宁馨对副攻大卫·李赞赏有加："大卫·李拦网和进攻实力非常强劲，拦网的判断太出色了，他在场上有领袖气质。而萨瓦尼进攻非常强势，很有霸气。雅尼奇虽然进攻实力不如萨瓦尼，但他更全面，进攻、防守、一传都很出色。从目前看，大卫·李肯定是主力，而萨瓦尼和雅尼奇两名主攻究竟用谁，还要看对手情况。"

让教练们高兴的是外援正在与队友们进行有效的沟通。短短的时间内，三名外援居然已经能够用上海话说"快，给我，高点"。显然他们融入球队的速度正在加快。

上海男排新赛季首场比赛将于12月1日下午2时在主场普陀体育馆对阵浙江男排。

本报记者 **李京红**

新民图表 制图 **戴佳嘉**

『世俱杯助威团』热招中

本报讯 本报与沪上知名旅行社携手推出的"恒大世俱杯助威团"正在热招，球迷朋友到时不仅可以亲临现场为恒大加油，还可游览北非国家摩洛哥的迷人风光。

本次"恒大球迷助威团"分"9日团"和"13日团"。其中，"9日团"12月11日出发，经迪拜飞往有"北非巴黎"之称的卡萨布兰卡，游览这座著名的"谍影之城"；"13日团"还将组织球迷多观看一场21日当晚的世俱杯决赛。

价格方面，"9日团"分两种，五星级酒店为22800元，四星级酒店为20800元；"13日团"稍贵，五星级为26800元、四星级为24300元。

咨询和报名热线13611641460、13601649031，名额有限，报名从速。

上新民体育微信，回复"摩洛哥"即可了解本次"恒大球迷助威团"具体行程。

"洁白的羽毛寄深情"征文活动来稿踊跃

本报讯 （记者 李元春）您是羽毛球高手吗？您有打羽毛球的爱好吗？打羽毛球让您的身体变得更健康吗？羽毛球给您的生活增添了快乐吗？如果有，赶快行动起来，参加我们"洁白的羽毛寄深情"征文活动吧。

10月中旬，本报推出"洁白的羽毛寄深情"征文活动后，除了上海本地的羽毛球爱好者之外，北京、山西、湖南、重庆等地的球迷也纷纷来信参与。本次征文活动包含文章、图片以及视频三部分，每部分都设有大奖哦。

本次活动将进行至本月底，征文要求有故事、有细节，生动感人，也可一事一议，篇幅在500–1000字；如果投稿作品为图片或视频，图片可以是单张或组照（3张以内），视频时长不超过5分钟，均需配上相关说明文字。

投稿信件请邮寄至：上海市威海路755号文新大厦411室，邮编200041，信封上请注明"洁白的羽毛寄深情活动征文"；电子邮件可发至：xmwbtyb@sina.com。投稿须写清作者姓名、地址、联系方式，届时我们将从中评选出文章组：一等奖一名（奖金800元），二等奖两名（奖金500元），三等奖三名（奖金300元）；图片视频组：一等奖一名（奖金800元），二等奖两名（奖金500元）。我们将选取若干获奖文章在新民晚报体育新闻版以及新民体育微信上刊登。

体彩公告

排列3 第13322期
中奖号码：1 5 7
直选 6116注 1000元
组选六 17654注 166元

排列5 第13322期
中奖号码：1 5 7 9 7
直选 15注 100000元

超级大乐透第13138期
中奖号码：03 08 13 17 24 + 07 09
一等奖 14注 5091780元
二等奖 303注 12000元
三等奖 286注 6000元
一等奖基金积累数：81149879.61元

上海女排大换血征战新赛季

换了新主帅 来了洋二传

上海女排大范围走马换将，变成了一支全新的球队，最大的变化是来了美国二传手斯派瑟。11月30日全国女排联赛开战。下午4时，上海女排在普陀体育馆迎战江苏女排。

全运会结束后，张磊和马蕴雯出国打球，奚希去读书，卞雨倩和马晓颖有伤病。这五名主力队员不能打，无奈的上海女排将"大换血"进行到底。主帅王健从青年队调了八名队员。自由人王唯漪，副攻徐玖菁、秦思宇都是1995年左右出生的。

从上海男排主帅到上海女排主帅，王健首次执教成年组女排，"这是全新的考验。"上任三周，王健一刻也没有空闲。第一天，让染发的队员把头发染回了黑色，不许佩戴首饰；第二天，宣布十分钟的热身过后，立刻进入场地训练，整堂训练课之间，只有一分钟的喝水时间；第三天，带来两名男陪练，加大训练强度，加快节奏。之后，是树立核心，主攻张逸蝉被任命为队长，再之后是以外援为主力，搭建框架。

王健说，看了上海女排的录像，最大的感受是上海女排慢热，"女队员本就比男队员容易慢热，若是思想上再松懈点，常常比赛快打完，大家才醒来"。

由于联赛迫在眉睫，先抓最能见效的拦网。王健说，副攻鲍恩拦网非常好，我希望她能够将上海女排整个拦网带动起来。拦网，对于女排而言，是取得优异成绩的关键。今年联赛拦网一定要突破，双人不行，就三人。拦网有了，球队能够打出比较好的成绩。

王健说："男排得分方式更简单直接，女排除了要求进攻，防守、小球串联等技术要求更高。上海女排和男排一样，打法强调快速多变。我会将男排中一些有特点的技术打法带给女排。"

外援的到来填补了老将离去的空白。副攻鲍恩、二传斯派瑟来自美国，主攻卡佩扎克来自波兰。一直以来，上海女排二传偏软。这些天，二传斯派瑟已经最大程度活跃了球队训练的"空气"。"她很善于同大家沟通，她的传球想法是快速多变，与我的执教思路是比较吻合的"王健说。

引进外援，相比运动成绩，王健更看重外援给球队带来的技战术和精神层面的改变。"外援的到来不仅仅是为了提高队伍成绩的，她们可以提高队员的自信心，本土球员和她们在一起，能够学到先进的技战术，改变球队的精神面貌。"

一时间拥有3名强劲外援，上海女排本赛季前景被大家看好，但王健认为，这是一个全新的阵容，需要磨合。 本报记者 **李京红**

■ 新帅王健要改掉上海女排慢热的毛病 图 IC