

今晨率队夺土耳其杯

朱婷婷亭亭玉立



今天凌晨，朱婷领衔的瓦基弗银行队 3 比 0 力克伊萨奇巴希队，摘得土耳其女排杯赛冠军，狂砍 24 分的朱婷荣膺本次杯赛 MVP。这是她今年拿到的第五个冠军，也是她拿到的第九座 MVP 奖杯（见下图 本版图片 新华社）。在球队最需要她的第三局，单局砍下 14 分，在 20 分后一人独得 8 分，进攻成功率高达 71%，堪称夺杯最大的功臣。

愈加成熟的朱婷关键时刻的表现让人惊艳，第三局瓦基弗银行队一度以 18 比 21 落后，关键时刻她三次强攻得分，其中两次是开网调整攻，难度很大，但她毫不畏惧，把比分追成 22 平，这三分是救命的三分。在接应斯洛特耶斯一度进攻受阻的情况下，又是她及时站了出来，将全队拉入正轨。

随后，比赛进入朱婷与伊萨奇巴希队接应博斯科维奇单挑的对抗模式，连续八分她俩对飚得分。朱婷三次前排强攻得分、一次后攻得分，博斯科维奇同样给力，四次强攻得手。双方二传在关键时刻也是把球传给她俩，而她们同样也不负众望，面对集体拦防，个个都能砸下去。29 平的关键时刻，又见朱婷，接完一传，起跳扣球，小斜线进攻得分。

场上的朱婷心态平和，比赛过程中相当轻松，不时流露出顽皮可爱的一面，赢球后扭着臀部向队友庆祝，推攻球到对手死角处后向教练自信点头。颁奖时俏皮扮起了鬼脸，搞怪表情十分可爱。如此可爱又有超强实力的朱婷，让球迷爱不过来。颁奖仪式上朱婷笑得很开心，对于新获得的冠军和 MVP，她依然一如既往的轻描淡写：“土耳其杯夺冠，是最好的圣诞礼物。”

今年，朱婷帮助瓦基弗银行队拿到世俱杯、欧冠联赛、超霸杯和土耳其杯的四个冠军，帮助中国女排国家队拿到大冠军杯的冠军。一年内连夺五座奖杯，收获颇丰。同时她拿到了世俱杯、欧冠联赛、大冠军杯和土耳其杯的四座最有价值球员 MVP 奖。到目前为止，朱婷已经拿到九个 MVP，不愧为 MVP 收割机！这在世界排球史上极其罕见。

朱婷能够在世界最高水平联赛中展现自己的精湛球技，成为世界公认的顶尖攻击手，这在中国女排史上从来没有过。对于中国球迷来说，能够享受她的胜利和成功，让人无比喜悦。

拿下土耳其杯赛冠军，朱婷和她的队友终于迎来今年第一个三天的小长假。“假期很短，但会是很难得的放松。今年开赛以来赛程一直很密集，终于可以放松一下，一分钟当一个小时过。”朱婷咧咧嘴笑着说。

本报记者 李京红

MVP

“土将”投中11个三分球

惜败之夜上海男篮仍有亮点

在加时赛中以 114 比 118 不敌广州队，上海男篮昨晚输得有点可惜。如果在第四节一度领先 12 分的情况下能把握住机会，上海男篮可以赢得昨天比赛的。

比赛的转折点出现在第四节上海男篮中锋张兆旭 6 次犯规被罚下之后。广州队利用上海男篮另一场上中锋董瀚麟也 5 次犯规之际，强攻内线连连得手，很快将差距缩小。战至 91 比 87 上海男篮领先 4 分时，双方球员在场上突发冲突，蔡亮在被判违体犯规的同时，董瀚麟也被判技术犯规。董瀚麟 6 犯离场后，上海男篮在场上已无高中锋，内线仅靠身高 2.04 米的曾文鼎一人支撑。此后广州队在内线得分更加顺手，很快以 97 比 93 反超。上海男篮不得不换上大外援纳纳拉斯，将弗雷戴特替下。纳纳拉斯上场后上海男篮防守渐有起色，曾文鼎的三分球将场上比分改写成 101 平。此后纳纳拉斯错失了一次快攻进球的机会，而上海男篮的最后一攻也没有完成绝杀。加时赛中，广州队一开始便打出一波 7 比 0，奠定了胜局。

球是输了，上海男篮昨天还是让人看到了一点希望，那就是本土球员在进攻端的发挥，达到了本赛季最佳状态。上海男篮昨天有三名本土选手得分在 10 分以上，本土球员总得分超过 50 分，这在本赛季都是很少见到的；而本土球员投中 11 个三分球，更是创了上海男篮本赛季的纪录。上海男篮已连续两场有三名本土球员得分上双，这是一个可喜的现象。进攻上过于依赖外援的情况正在有所改变，但防守和篮板，仍是摆在上海男篮面前的两大难题。

本报记者 王志灵

联赛被曼城甩开 13 分

穆帅续约 曼联推迟



本轮被莱斯特城补时逼平后，红魔已被领头羊曼城甩下 13 分之多，球队现在更实际的打算是在争夺亚军。这样的局面，令穆里尼奥很是尴尬，通常，“穆二年”是出成绩的一个赛季，这个定律却迟迟未在曼联身上兑现。这令俱乐部的态度起了变化。《镜报》昨日披露，曼联已经推迟为穆帅提供新合同。

算上刚结束的对阵布里斯托城的联赛杯，这是短短一周里曼联第二次被对手补时进球。对于葡萄牙人能否让球队重返巅峰的质疑正在俱乐部高层中增长。同样是第二年带队的瓜迪奥拉率领曼城一骑绝尘，面对这样的局面，穆里尼奥似乎没能做出足够的回应。

去年夏天，穆里尼奥与俱乐部签约 3 年，如今合同期已过去一半，按常理，双方已经就续约开始谈判，作出新的规划，但这一次，对于是否续约，曼联仍在观望中。

执教曼联的处子赛季，穆里尼奥率队夺得了联赛杯、欧联杯和社区盾杯，在联赛成绩不理想的情况下，通过欧联杯冠军成功进军欧冠赛场。本赛季，卡林顿基地曾确信球队将大幅提升，在后弗格森时代，有机会首次赢得英超冠军。对于穆里尼奥重建球队的要求，俱乐部也完全满足，过去 18 个月，俱乐部为葡萄牙人提供了 3 亿英镑的转会资金，挖来了博格巴、卢卡库、马蒂奇、拜利等强援，其中博格巴的身价超过 1 亿欧元，但如今曼联仍处在联赛第二的位置，想要夺得本赛季英超冠军的希望已非常渺茫。

这个赛季穆里尼奥麾下的曼联起伏明显。赛季初的连胜后，突然找不到了赢球感觉，头号中锋卢卡库近 11 场才攻入 3 球，进攻核心博格巴则遭遇伤病困扰，拉什福德和马夏尔又做不到每场稳定破门，以至于球队赢下弱旅还得依靠一年前就差点被扫地出门的阿什利扬。球队的打法缺乏足够的攻击性，前任范加尔都找到机会回击俱乐部，“说我带队时踢得消极，穆里尼奥的这支曼联比我无聊！”

狂人的反应却是公开批评队员，这轮多一人优势下被莱斯特城扳平，他又责怪队员们场上判断和执行不到位，甚至表现得愚蠢。此外，他还提到球迷对球队的支持也不够。

但赢球总是硬道理。为什么瓜迪奥拉可以让曼城拥有统治力，而穆里尼奥却越来越像个怨妇？按现有合同，曼联可以选择和狂人自动续约 1 年，并大幅提升他的薪水。英国媒体认为，在曼市德比完败后，曼联高层恐怕就不这么想了。

曼城已为瓜迪奥拉准备了年薪 2000 万英镑的新合同，曼联则暂时找不到续约穆里尼奥的理由，尽管狂人赛季初曾多次暗示要涨工资，并拿巴黎圣日耳曼可能的邀约做条件。也许，俱乐部也是借这个机会给穆里尼奥施加压力，希望有所改变。另据英国媒体披露，曼联正在紧锣密鼓准备冬窗引援，格列兹曼、勒马尔和厄齐尔都是热门，穆里尼奥手握豪华整容，还有机会重新赢得信任。

本报记者 金雷

糖尿病患者请注意: 仅限 800 本, 送完即止

《家常降糖菜 300 例》科普书籍公益发放

由中国医促会中老年保健分会举办的“改善微循环，防控慢性病”全国科普活动，自进入上海以来共举办科普健康讲座 30 余场，发放、心脑血管、糖尿病等慢病科普书籍 4 万多本，发放血压计、血糖仪 3 万多台，血糖试纸 10 万余条。

得了糖尿病，每天吃什么？吃多少？尤为关键，但由于各种食物种类数不胜数，糖尿病患者一不小心多吃几口，可能血糖就会升高几个单位。那么，糖友究竟应该吃什么？怎么吃？吃多少？怎样吃才能保证即吃饱吃好营养均衡，而且血糖还不升高呢？

为了让糖友能科学准确的掌握属于自己的饮食食谱，真正通过饮食来调节血糖，本次专项行动免费向糖友发放由湖南科技出版社出版的《家常降糖菜 300 例》科普书籍，该书介绍了南北方“300 例家常降糖菜”的详细做法和每日三餐的搭配吃法，被糖友称为“最贴心的降糖老师”。本次活动仅送 800 本，送完即止。

本活动为公益活动，不办理邮寄服务。本市满 60 岁的糖友凭身份证及有效病历拨打电话报名，即可免费领取《家常降糖菜 300 例》科普书籍一本。

备注：为了让更多糖友享受协会援助，凡领取过协会科普书籍的糖友，本次不再发放。

398 元“赵之心 - 糖友健步鞋”免费发放

同时，5 年以上糖友可现场报名参加 1 月 3 日举办的“平稳血糖少吃药、防控并发症保胰岛”大型糖尿病科普讲座，参加活动的还可免费领取价值 398 元的“赵之心糖友健步鞋”一双及相关活动援助物资。

报名热线: 400-089-1717 报名时间: 早 8:00-晚 19:30

公益活动报名处: 主办单位: 中国医疗保健国际交流促进会中老年保健分会 承办单位: 上海南证健康咨询有限公司(厚得仁控股方)

静安区 黄浦区: 南京西路 580 号仲益大厦 A 座 杨浦区 虹口区: 鞍山路 102 号(厚得仁)

徐汇区 闵行区: 宜山路 508 号景鸿大厦 宝山区: 一二八纪念路 869 号(万达广场北)

浦东新区: 东方路 738 号裕安大厦 普陀区 长宁区 嘉定区: 曹杨路 540 号中联大厦 广西