

## 回味火箭处子赛季甘苦

# 周琦:立足NBA 没法抄近路

中国球员周琦在休斯敦火箭队的训练和生活已经有一个赛季。在很多方面他都感受到了与国内的不同——生活上,他需要一个人吃饭、洗衣服、安排出行等琐事;在球场上,他需要让自己尽快转变思路,适应美国打球的环境与比赛强度;此外,他还需要调整自己的心理落差。现在周琦回到中国男篮红队,帮助球队在亚运会力争重返亚洲之巅。“我觉得,人经历多了,自然就会一天一天长大。”周琦说。

### 要调整好心理落差

在休斯敦的一年,周琦生活中的大事小事都需要他一个人去处理,不像是在CBA时,你要做好的就是在场上打好球。语言的障碍,让他要面对很多的困难,周琦回忆到,有一次去餐馆点份牛排,指着菜单点完后,上来的却是份蒸牛肉。

在球场上,周琦很多时间是在发展联盟打球,有时候即使被火箭召回,他出战的时间也很有限。这与他在国内打球时是绝对主力的情况,有着很大的反差。“在美国那边,可能连着几场球都是在板凳上看,这种心理落差肯定会有,也是不可避免的,但就看你怎么去调整。”周琦对记者说,“在对待那些你控制不了的事情时,尽量把这面情绪降到最低。而这会让自己一天一天长大,在对待这些事情的过程中,会觉得自己在逐渐变得成熟。”

在过去的那些日子里,对周琦形成很大挑战的还有打球思路的差异。“他们崇尚的是先冲起来,然后在这个过程中



周琦(资料图片)

去寻找机会。这与我之前在国内打球的思路有很大不同。”周琦说:“那边总是会给你灌输或是提醒你去改变,慢慢也就适应了。”

### 除了坚持训练没近路

经过一个赛季的适应与历练,周琦知道了自己最欠缺的是什么,也了解自己在美国篮球高强度的对抗环境下,需要进行哪些方面的补强和提高。

上个赛季结束后,周琦留在了休斯敦,开始了一段有些孤独的特训日子。每天都是早上7点就出门了,到训练馆后就只有周琦和火箭的三位训练师。一天的训练节奏基本是早上8点开始一个半小时的有球训练,然后吃点东西歇一会,10点接着练身体素质,之后还有投篮训练,一直要练到下午2点才吃午饭。周琦说,一天下来身体就像是重新组合了一遍,“有时训练累得我胳膊特别疼,就连自己去洗个头,都做不到。”他回忆:“训练的日子是挺孤独的,但也这样一天一天地坚持下来了。因为我知道只有全力以赴地去训练才能提高,除此之外,没法抄近路。”

### 最终目的是为国效力

休斯敦特训结束后,周琦代表火箭打了夏季联赛,场均出战21分钟,得到12分、6.5个篮板,投篮命中率高达73%。这样的表现是他此前特训效果及与过去这个赛季磨炼的直接反映。“我觉得与之前相比,在自信心上增加了,比如有些球我会在进攻时更加坚决。”周琦说。

升级版的周琦回归到中国男篮红队,他接下来最重要的任务是与球队一起在亚运会力争重返亚洲之巅。“我觉得我们去美国训练也好,去NBA打球也好,最终的目标都是回来为国效力。”周琦说,“这次亚运会,我们就是要打好每场球,不管对手如何,我们更多地要将注意力放在自己身上,全力冲击冠军。”

按照计划,周琦在结束亚运会征程后将重返火箭队,与球队一起打季前赛。据《北京青年报》

## 体坛传真

### 皮提刷新男子100米蛙泳世界纪录



当地时间8月4日,英国奥运冠军亚当·皮提在格拉斯哥举行的欧洲锦标赛中打破了本人保持的世界纪录,并成功卫冕欧洲冠军。

23岁的皮提50米后开始领先,最后以57秒00的成绩打破世界纪录,比他两年前在里约奥运会夺冠时创造的世界纪录提高了0.13秒。他的队友威尔比以1.54秒之差赢得银牌。

皮提2014年在英联邦运动会上一鸣惊人,一人夺得三块金牌,此后他一发不可收,在2015年世界锦标赛上赢得三金,并在里约奥运会上夺得男子蛙泳100米金牌并三破世界纪录,2017年世锦赛上,他又摘得两金一银。

这是他第三次参加欧洲锦标赛,前两届比赛他一共拿下了8块金牌。不过这次的欧洲锦标赛不同于往届,今年的比赛首次成为汇集了多个大项的综合性赛事,除游泳外,还包括赛艇、体操、自行车、铁人三项、高尔夫和田径,共有4500多名运动员参加,金牌总数达187块。除田径在柏林举行外,其他的比赛都在格拉斯哥举行。据新华社

## 日本羽毛球崛起 东京周期中日争锋



国羽小将石宇奇

在2018羽毛球世锦赛上,5个单项总共20个半决赛席位中国和日本队各占8席和6席,10个决赛席位中日各占4席,中国混双和日本女双包揽冠亚军,男单和男双决赛将上演中日对决。在世界羽坛近年来的大混战中,日本羽毛球崛起速度惊人,中日争锋正在成为东京奥运周期世界羽坛的新格局。

在国羽女双四对选手全部无缘四强,创造35年来世锦赛最差成绩的时候,日本女双有三对闯入四强,并且在半决赛后提前锁定冠亚军。男单和男双

这两个日本队之前的软肋,也历史首次跻身世锦赛决赛,其中男单名将桃田贤斗在解禁复出之后近半年来一枝独秀,他将在决赛与中国小将石宇奇一较高下。国羽“小花”何冰娇和日本选手山口茜止步女单半决赛,也让女单成为唯一未被中日选手“霸占”的项目。

在今年1至7月的世界羽联第一级至第四级世界巡回赛中,日本选手也发挥稳定,与印尼队一样夺得11个冠军,并列第一。其次是中国台北(5冠)、中国(4冠)、丹麦(4冠)、马来西亚(2冠)。考虑到选手对公开赛的重视程度不同,奥运会、世锦赛、苏迪曼杯和汤尤杯更能反映羽坛真正的格局。

过去的羽毛球团体赛和单项赛上,中国、韩国、印尼、丹麦和马来西亚长期占据第一集团。日本曾在1966年至1981年间连续6次打进尤伯杯决赛并5次夺冠,日本女双也在1977年首届世锦赛中夺冠。但此后日本羽毛球便进入低谷。

2000~2010年,日本羽毛球几乎颗粒无收,仅在2004年的尤伯杯打进半决赛。2004年雅典奥运会,9名/对日本选手参赛,只有女单森嘉织一人获得一场胜利。但2010年至今,日本羽毛球终于厚积薄发。2012年伦敦奥运会,女双组合藤井瑞希/垣岩令佳为日本夺得首枚奥运奖牌(银牌)。2016年里约奥运会,松友美佐纪/高桥礼华夺得首枚金牌,奥原希望夺得女单铜牌。2017年世锦赛,奥原希望摘得女单冠军,这是日本队在

1977年以来第一次夺得世锦赛金牌。如今在世锦赛上,日本又以6枚奖牌(进入半决赛即获得奖牌)刷新了去年刚创下的世锦赛奖牌数量新高。

团体赛上,中日争锋格局已多次出现。苏迪曼杯,日本队2015年首次晋级决赛,但不敌中国队。汤姆斯杯,日本男队2010年首次打进半决赛,2012年收获季军,2014年半决赛淘汰中国队并最终首次夺冠。今年他们又一次闯入决赛,虽然1:3不敌中国队,但桃田贤斗在汤杯决赛首盘战胜谌龙。尤伯杯,日本女队在2010年、2012年和2016年三次夺得季军,2014年决赛不敌中国队获得亚军。今年,日本女队轻取泰国队夺冠。

伦敦奥运周期,堪称国羽历史上的巅峰期。那段时间,奥运会、世锦赛和三大团体赛先后产生了26项冠军,国羽夺得除2009年世锦赛混双冠军、2010年尤伯杯赛冠军之外的24项冠军,创造了世界体坛前所未有的超级王朝。

然而也正是在2012年的世界青年锦标赛上,中国队在五个单项都未能夺冠,而桃田贤斗和奥原希望分别夺得世青赛男单和女单冠军。之后,山口茜夺得2013年和2014年世青赛女单冠军。

不可否认,当今羽坛群雄并起,国羽早已没了垄断优势,对手绝不是只有日本队。但可以预见,在东京奥运会,坐拥主场的日本队实力将更强大,研究和攻克日本对手,将成为未来国羽的主要任务之一。据新华社

### 巴萨宣布比达尔重返塞维利亚



北京时间8月5日,巴萨通过官方网站宣布边后卫阿莱克斯·比达尔离队,重返老东家塞维利亚。

今年28岁的比达尔在2015年夏天以2200万欧元的转会费被巴萨从塞维利亚签下,由于国际足联的转会禁令,他在2016年1月才正式成为巴萨的一员。效力巴萨期间,比达尔一共出场49次打进4球,夺得2个西甲冠军、3个国王杯冠军、1个西班牙超级杯冠军、1个世俱杯冠军和1个欧洲超级杯冠军。

根据巴萨官网消息,比达尔的转会费为850万欧元加上200万欧元浮动形式。晚综