

智能化餐厅让冬奥选手吃得更明白



运动员吃什么、怎么吃、吃多少一直颇有讲究，因为这直接关系到运动员的身体状况、训练质量、甚至比赛成绩。进入北京冬奥会备战周期，国家体育总局大力推动运动员饮食科技建设，让冬奥集训队吃得更健康、更明白。

科技营养管理平台搭建

北京首钢基地目前共有速滑、花滑、冰壶和冰球四个冬奥集训队，基地的餐厅在去年7月投入使用，9月开始进行科技营养管理平台搭建，以智能化餐台和数据平台为核心工具，将运动员的所有营养工作连接起来。

首钢餐厅营养保障体系分四步进行。第一步，餐厅所有菜品都经过营养分析并要求标准化制作，录入系统，由营养师科学排菜。第二步，运动员通过刷卡和智能餐盘进行绑定，建立营养账户。第三步，运动员

在取餐时，智能餐台可以自动识别菜品并称重，将所有餐盘中食物的营养成分进行计算，相关数据（卡路里、蛋白质、脂肪、碳水化合物和钠等物质的含量）实时显示并传输到系统里。第四步，通过数据平台和驻队营养师分析，可以对运动员每餐、每天、每周或更长时间的膳食摄入情况进行跟踪和评估，再结合运动员营养需求，进行膳食指导。

数据输出方面，餐厅配有触摸屏，对当餐菜品的营养成分进行展示，掌握个人营养摄入情况。通过手机APP和平板电脑，运动员、教练员和营养师可以实时查询并适时分析监控。

国家体育总局运动医学研究所运动营养研究中心研究员安楠1月16日介绍，下一步会将营养数据平台跟训练数据和机能监控数据进行联通，通过大数据能够更好地了解运动员的情况。“如果将训练数据、机能监控数

据、营养监控数据、训练中的消耗数据全部联通起来，在营养的指导上会更精准，可以每天给冠军运动员做配餐指导——今天你应该吃什么，你练了什么，你身体缺什么，我建议你吃什么……避免出现过去很难监控到的早期疲劳、营养跟不上等问题。”安楠透露了接下来的努力方向。

聘请运动员专职营养专家

除智能工具和数据平台外，首钢餐厅还从国内知名大学聘请了一位营养学教授，作为运动员专职营养专家，负责菜谱营养分析和配餐示范工作，并随时解答运动员的营养咨询问题。

对于冰壶混双队长邹德佳来说，智能化餐厅让他“找到了标准”，吃的时候有谱了。“根据自己的需求，（如果）今年你运动量大，需要摄取多少热量，你可以自己搭配。原先是没有的，想吃啥吃啥。运动员爱吃的就多吃，不爱吃的就不吃，导致影响训练效果。现在至少吃得明白了。”邹德佳对餐厅的指导作用十分认可。

安楠表示，餐厅智能体系刚刚搭建，第一步是使运动员习惯上这种就餐方式，因此在设计上将过渡的影响降到最小。送餐和取餐方式变化都不大，餐台和餐盘设计跟原来的都很像，也不会干扰到运动员的饮食习惯和取餐习惯。但其中的不确定因素就是，运动员可能不按照要求来吃。

据新华社

体坛传真

C罗头球绝杀AC米兰 尤文捧意大利超级杯



C罗亲吻奖杯。

北京时间1月17日凌晨，意大利超级杯赛在沙特吉达阿卜杜拉国王国际体育场展开争夺，尤文图斯队对阵AC米兰队。凭借C罗在下半场比赛的进球，尤文图斯队历史上第八次赢得意大利超级杯赛冠军。

这是尤文图斯队历史上第八次赢得意大利超级杯赛冠军，他们也因此超过AC米兰队，成为赢得意大利超级杯赛冠军最多的球队。另外，C罗在自己的职业生涯中也赢得了第四个联赛超级杯赛冠军，此前他曾赢得葡萄牙、英格兰和西班牙的超级杯赛冠军，这也是C罗个人职业生涯中的第27个冠军。

晚综

澳网决胜盘赛制改变

长盘作古 抢十当道

北京时间1月17日，日本选手锦织圭通过抢十战胜了身高2.11米的克罗地亚选手卡洛维奇。抢十，今季澳网新事物惹人关注。从2019年开始，澳大利亚网球公开赛将取消长盘决胜。选手在决胜盘战至6:6以后，将以抢十的方式决出获胜方。众人都同意，这是老将们的福利。

最长网球比赛耗时11小时

还记得2018年的温网半决赛吗？安德森以7:6、6:7、6:7、6:4、26:24长盘击败伊斯内尔，整场比赛耗时6小时36分钟。心惊肉跳之余，难免感叹这接近八小时工作制的激战。网友打趣，比赛打完，小威的女儿已经上幼儿园了。不过，在伊斯内尔创造的历史最长网球比赛中，他与马胡特的2010年温网首轮交手，整整耗时11小时5分钟。也就是说，如果你早上8点钟开始比赛，一直要打到晚上7点。长盘，让球员有些吃不消。

老将们确实是挺高兴。一直心存抱怨的德约科维奇拍手叫好，称这项改变深得人心。不过更老一点的费德勒，却有些“得了便宜还卖乖”，“我过去也说过，第五盘打到6比6平后，双方都有机会。但与此同时，我也喜欢传统的长盘决胜。在托尼·罗切那个时代，不仅仅是决胜盘，前面的比赛也采用长盘。所以从这个角度看，我有点小失望。有些东西的合理性可能还有待讨论，不过又一个传统就这样丢了，多少有些遗



锦织圭在比赛中。

憾。”体能一直被认为是37岁的费德勒最大的劣势，基本遇上五盘决胜，胜利的天平就会向对手倾斜。

抢十让球迷还能欣赏精彩比赛

澳网的抢十，是广泛征求意见的结果，包括现役和退役球员、评论员、电视解说员等相关人士。澳网赛事总监克雷格·泰利表示：“在决胜盘抢十，保证了球迷还是可以欣赏到精彩的比赛，同时又减少了抢七带给发球型选手的优势。我们相信这对于球员和球迷来说，都是最好的结果。”至此，四大公开赛对于决胜盘的赛制都有了不同的决定。澳网抢十，法网长盘，温网今年起实行一旦决胜盘打成12瓶，便以抢七定胜负。而美网此前就定下抢七的规矩。 据《新民晚报》

链接

长盘 长盘是指在网球比赛中使用的赢球局数制度。一般网球比赛，每盘先赢6局为胜方，若出现5:5平局，先赢7局为胜方。如果双方打成6:6平后，采用抢七局决胜。这是“短盘”。而在长盘制比赛中，在决胜盘，双方打成6:6平后，一方必须净胜对方两局，才能获得一盘胜利，所以会出现8:6、16:14的局分。目前四大满贯赛中的澳网、法网、温网以及奥运会网球比赛单打决胜盘采用长盘制。

湖人球星詹姆斯因伤继续休战



NBA洛杉矶湖人队球星詹姆斯去年底受伤之后一直高挂免战牌。据美国当地媒体1月16日报道，尽管伤情好转，詹姆斯依然会错过湖人队未来数场比赛。

詹姆斯的经纪人保罗在接受采访时说，詹姆斯的伤情仍然需要时间恢复，将至少错过未来湖人队对阵俄克拉荷马雷霆队和休斯敦火箭队的两场客场比赛，詹姆斯16日还会再次接受健康评估。

湖人主帅沃顿对詹姆斯的恢复状况非常乐观。他说：“詹姆斯还没有进行全场对抗训练，但是从投篮等技巧训练中，我能看出他的身体还不错，而且他的精神状况也不错。”

这次受伤让詹姆斯远离赛场达三周之久，是其15年职业生涯中经历过的最长伤停，算上雷霆和火箭两场对阵，詹姆斯这次总共要错过13场比赛，这在以前从未发生过。虽然湖人非常需要詹姆斯，但是詹姆斯马上就要年满34岁，因此球队对于他的身体和伤病非常谨慎。

赛季迄今，詹姆斯总代表湖人登场34次，场均能得27.3分8.3篮板7.1助攻，投篮命中率为51.8%。目前湖人24胜21负，暂列西部第八。 据新华社