

谔龙换个身份回归国家队

“场上说一天话真挺累的”

本报记者 周 圆

上周进行的苏迪曼杯比赛期间，中国羽毛球协会给谔龙、张楠、刘成、李俊慧4位国家队运动员举行的国家队退役仪式引人注目。仪式上大屏幕首先播放了这4位球员比赛的精彩瞬间，当谔龙的名字和照片第一个出现时，现场充满了热烈的欢呼声。随着这位在伦敦、里约和东京奥运会集齐金银牌的优秀运动员的告别，国羽男单又一个时代谢幕了。

谔龙最近一次参加的比赛是2021年陕西全运会，真正考虑退出国家队是在一年前。“伤病、年龄、家庭综合考虑后有了想法。”在谔龙看来，陪伴儿子“咖啡”是最重要的原因。“当时儿子3岁了，但从2019年出生就没有陪伴过他，想回家陪陪他。”选择在陕西全运会结束后慢慢淡出国家队，也是

向来低调的谔龙有意为之，“在竞技状态相对不错的时候退下来，我觉得是很好的。”

34岁的谔龙曾在伦敦、里约和东京3届奥运会上，分别获得男单铜牌、金牌和银牌，还在2014年、2015年两度赢得世锦赛金牌，并随国羽先后5次夺得苏迪曼杯、3次赢得汤姆斯杯。从2006年6月9日进入国家队到2022年5月回归家庭，国家队16年生涯，谔龙经历了很多比赛，如今回忆起来，感觉好像都是昨天发生的事情，“开心、难过、挫折、起伏各种都有，但这都是一个运动员成长的过程。”

经历了伦敦、里约和东京3个奥运周期，在谔龙看来最难的无疑是东京周期。“奥运会延期一年，中间有5年的时间，东京周期经历了很多输球，比赛成绩也不是很好。”谔龙在东京周期遭遇了更多的挑战，但他都坚持下来，获

得东京奥运会亚军，他很感谢李矛教练对自己的帮助和指导。

回顾自己16年的国家队生涯，谔龙坦言自己是幸运的。“2010年我拿到了汤姆斯杯冠军，当时是林丹、蔡赟、傅海峰这些师兄们带着我，我是站在他们肩膀上，一步步向前走，实现自己的世界冠军梦想，当时江山是他们拼下来。慢慢地自己也参加奥运会，获得世锦赛、奥运会冠军。”谔龙最难忘的是国家队团体赛的凝聚力，“当我作为第三、第四单打时，就是全力以赴做好自己该做的，师兄们会给我帮助。当我成为主力的时候，我也会和年轻队友交流，传递大家团结在一起的精神，为中国羽毛球队的帮助，就没有现在的我，非常感谢、感恩。”

回归家庭后，谔龙有更多的时间陪伴儿子，“儿子现在和我很亲。”经过

一年的相处，“咖啡”已经离不开爸爸了，这让谔龙找到了赛场外的另一种骄傲。

5月初，谔龙收到中国羽毛球队的邀请，成为专家组成员，协助球队备战苏迪曼杯。他每天跟随男单组训练和比赛，主要负责李诗沣等年轻球员，同时也会和石宇奇分享建议想法。“这些年轻队员曾经是队友，都很熟悉。如今我换了一个身份回来，有自己的想法、建议和他们交流，感觉挺开心。”专家组成员的身份，也让谔龙感受到教练工作的不易，“站在场地说一天的话，真的挺累的。”

目前谔龙积极从事羽毛球的推广工作，举办过谔龙单打公开赛，他希望通过和更多的青少年、羽毛球爱好者近距离交流，促进他们参与到羽毛球运动中来。谔龙透露，如果自己身体保持得不错，他还会争取参加2025年全运会。

竞赛圈

吴易昺首次晋级红土巡回赛八强

本报讯 北京时间5月24日凌晨进行的ATP250日内瓦站第二轮比赛中，中国球员吴易昺两盘淘汰意大利球员切奇纳托，职业生涯首次打进红土巡回赛八强。

吴易昺并不是一位擅长红土作战的球员，不过他近期进步明显。本轮对手切奇纳托是一位红土技术出色的球员，曾经打进过法网四强。首盘两人互破一次发球局战至抢七，切奇纳托一度3比0领先，吴易昺蚕食对手优势，并在4比5落后的局面下连得3分拿下首盘。

值得一提的是，吴易昺上一场就是化解赛点后拿下决胜盘抢七，他在关键分上的表现愈发成熟自信。第二盘切奇纳托率先破发，不过吴易昺依然打得比较从容，这一盘他一共破掉了对手3个发球局，以6比3锁定胜利。

吴易昺赛后表示：“今天虽然

是两盘的比赛，但体能消耗还是比较大。对方在红土上的表现非常好，用了一些上旋球、切削以及小球来打乱我的节奏。我做得比较好的是在大家体能都下降的情况下，仍然保持耐心，在对方的发球局找到机会。不足的地方是自己的发球还是有起伏。”

本赛季之前从未取得过巡回赛级别红土赛胜利的吴易昺凭借本站比赛的两连胜打进巡回赛八强，要想晋级四强下一轮就必须战胜兹维列夫。吴易昺评价对手时说：“他是很优秀的球员，世界上最好的球员之一。对于我来说，一直都很向往和这些球员在大比赛上交手。希望自己能发出最好水平，也希望这场比赛是在后天进行，明天能休息一天。”

不过从目前公布的赛程安排来看，吴易昺将于北京时间5月25日与兹维列夫争夺一个四强席位。

(马艺欧)

东莞市网球团体公开赛挥拍

本报讯 2023年“五粮液杯”东莞市网球团体公开赛日前在东莞市网球中心举行。

本次比赛吸引了24支精英队伍近300名网球爱好者报名参加。经过激烈的角逐，最终广东牛牛智慧空间俱乐部队斩获冠军，鸣世科技队获得亚军。

东莞市网球团体赛已经连续举办9年，是东莞本地的经典赛事，受到各界网球爱好者的高

度关注，每年吸引广东省及周边地区各路高手组队参赛。东莞市网球中心为网球爱好者搭建了切磋和交流的平台，助力东莞市网球运动发展，推动全民健身事业的发展。

本次比赛由东莞市文化广电旅游体育局指导，东莞市滨江体育公园管理所主办，东莞市爱动体育文化传播有限公司承办。

(黄心豪)

广东省射箭联赛黄村开弓

本报讯 广东省射箭联赛暨大联盟——鹰章赛日前在广东省黄村体育训练中心举行。

本次比赛吸引了来自全国各地及港澳地区的341名射箭运动员，参加成人组竞技反曲弓、复合弓、传统弓、美式猎弓、光弓、中学组反曲弓、小学组反曲弓7大项目的角逐。

广东省射箭联赛自2014年创立以来，一直是国内大型民间射箭赛事之一，联赛以专业、创新、温情为特色，对赛制和器材要求进行了本土化改良，例如设置的18米鹰章赛、30米狼章赛、50米狮章赛，设立不同距离的“最强射

手”和“一星、二星射手”等奖项，并首创跨弓种的团体赛，让不同项目的射箭爱好者都能互相交流，该竞赛方式深受广东省内射箭爱好者的喜爱，比赛通知发出后一天名额就很快报满。

5月的广州天气多变，为期两天的比赛，选手们经历暴晒、暴雨、闷热等天气考验，展现出了顽强的拼搏精神，用优异的表现向观众们展示了射箭运动的魅力和技巧。

本次比赛由广东省射箭协会主办，广州三度大联盟俱乐部有限公司承办。

(黄心豪)

姚明不再兼任CBA公司董事长

本报讯 5月24日，中篮联（北京）体育有限公司（简称“CBA公司”）发布公告称表示，依照中国篮球协会党委会、主席办公会有关中国篮球协会换届改选后领导分工调整的研究决定，以及《中篮联（北京）体育有限公司章程》的有关规定，中国篮协主席姚明不再兼任CBA公司董事长，委派中国篮协副主席徐济成担任CBA公司新一任董事长。

姚明表示，希望CBA联赛能够继续坚定宗旨、深化改革，以实际行动响应“振兴三大球、建设体育强国”的国家战略，全心打造“人民满意的联赛”，为中国篮球运动整体发展作出更多探索和贡献。

(扈建华)

胡卫东杯三人制篮球联赛启动

本报讯 由江苏省体育局社会体育管理中心指导的胡卫东杯青少年三人制篮球联赛日前正式启动。

该赛事是国内针对U12以下青少年三人制篮球的首个规模赛事，今年的赛事融入“幸福江苏”群众性赛事活动体系，将扩大参赛范围，一方面应江苏省各地市赛区需求汇总，延展参赛组别，调整为U6-U12，另一方面将在本

年度开拓外省赛区，安徽、湖南、湖北赛区将陆续分布。

国际篮联3X3 QUEST TOUR及UTBA青少年系列赛“幸福江苏”胡卫东杯U6-U12三人制篮球联赛同时启动，届时将有一批国外三人篮球俱乐部参赛，通过将赛事落地城市核心区、商业区，通过高水平赛事、高观赏度活动，强化“体育+”的新型赛事业态。

(刘 敏)

马来西亚大师赛第二日国羽8胜1负

本报讯 北京时间5月24日，2023年马来西亚大师赛迎来第二个比赛日，各单项首轮继续进行。中国羽毛球队由没有人选苏杯名单和在苏杯上出场较少的队员参赛。当天国羽一共进行了9场比赛，战绩为8胜1负。

男单方面，李诗沣以21比18、21比15连赢两局，击败中国香港选手李卓耀，跻身16强。翁泓阳对阵日本名将桃田贤斗，首轮13比21告负，第二局一度17比20落后时翁泓阳挽救了3个赛点，追至20比20平，并以23比21扳回一局。第三局翁泓阳始终保持领先，以21比16获胜，2比1逆转对手。陆光祖首轮遭遇4号种子、东道主名将李梓嘉，首局他12比21失利，第二局在19比13的大好形势下，未能顶住对手的进攻，以19比21遭遇逆转。

女单比赛，国羽3位选手全部晋级。韩悦以21比17、21比7直落两局击败印度选手阿什米塔·查利哈。张艺曼以21比15、21比13轻取美国选手张蓓雯。入选苏杯大名单，但未出战的王祉怡21比11、21比13完胜印度选手班索德。

女双方面，李汶妹/刘玄炫以21比18、21比8战胜中国台北组合张净惠/杨景婷，晋级下一轮。

混双比赛，冯彦哲/黄东萍以2比1战胜美国组合邱愷翔/珍妮·盖，蒋振邦/魏雅欣以2比0战胜中国台北组合李哲辉/许雅晴，携手闯入16强。

(周 圆)



李汶妹(左)/刘玄炫在比赛中。

新华社发 颜泉春摄

再次亮相中青赛

“学霸射手”时晨瀚期待梦想成真

本报记者 马艺欧

去年进行的首届中国青少年足球联赛上，时晨瀚是U15年龄组“最佳射手”，今年他代表人大附中三高U17参赛，是名副其实的“跳级生”。他身上还有另一重标签——学霸球员，初中连续3年都被评为“北京市三好学生”。

作为一名学霸级的足球少年，时晨瀚的梦想很多，其中最重要的有两个，一是考入顶尖名校，二是进入国家队。外界好奇学霸球员是如何炼成的，时晨瀚却认为没有秘密，他说，很多人也可以跟他一样做好两件事——设立目标的同时强化时间管理——也一样可以成为学霸。

时晨瀚的父母对足球并不了解，却在儿子未来规划上给他足够的民主。当年时晨瀚进入人大附小之后，他在3年级报名参加足球训练，原以为母亲会反对这个想法，没想到家长的回复让他喜出望外，“锻炼一下身体也挺好的。”

由于那一届的三高俱乐部小学年龄段梯队组建时间比往常要晚一年，比赛成绩也一直不太好，到六年级时队友们纷纷离去，只剩他一个人还在坚持训练。因为坚持，他得以凭借足球特长进入初中。那时他的文化课一度相当吃力，后面他不断强化自律能力、细化时间管理，学习成绩渐渐有了起色——先是在足球班中脱颖而出，随后开始赶超普通班。目前时晨瀚的学习成绩不但在足球班排名第一，在全年级上千名普通生中也排在前100名。领队李军介绍：“这孩子已经连续3年获得‘北京市三好学生’称号。”

习惯于设立目标的时晨瀚，近期目标也有两个，一个是代表U17打上比赛，这个目标已经实现。目前他已在本届高中U17组

前3轮比赛3度首发，获得两个进球，球队保持全胜的同时，他的竞技状况也渐入佳境。他的第二个目标是能够顺利升入人大附中高中部，好让自己的足球梦想和名校梦想得以延续。目前看上去这个目标也将水到渠成。

谈到学习心得，时晨瀚也没有什么绝招，无非是上课专心听讲、勤做笔记，课后温习不懂就问、按时完成作业……但作为足球生，怎么把用于训练的时间补回来是个关键。他学会了利用碎片时间，比如从学校到基地，往返1个小时的大巴上可以看书学习，可以听歌打盹——不过，此时的休息放松，也是为了保持晚上的学习状态。

踢球状态不佳、陷入进球荒的时候，他会在文化学习上寻求解脱；书本里遇到难题、找不到感觉的时候，他会到球场上重拾自信。“参加中青赛虽然会损失一些学习时间，但是比起天天在学校里待着，香河赛区给我的收获更大。”他说队友们都多想多碰几支职业俱乐部的梯队，“从个人能力、传接配合上，我们能学到一些校园足球没有的东西，而且越是这样的强手，我们就越想获胜。”



时晨瀚(右)在比赛中与对手拼抢。

中国足球协会供图

本报讯 5月24日，2023赛季中国足球协会超级联赛结束第九轮全部争夺，上海海港主场3比2战胜河南队。本场过后，上海海港将领先第二名的优势扩至5分。

上海海港队上轮结束后迎来了本赛季第二波3连胜，河南队在上一场刚刚拿到赛季首胜。本轮主场作战的上海海港在各方面的优势都比较明显，美中不足的是主教练哈维尔因为停赛此役无缘临场指挥。河南队目前最大的困难依然是人员不整。上海海港本场比赛掌控了比赛节奏，但赢得并不轻松，最终3比2战胜河南队。

由于上海申花在前一日的比赛中被成都蓉城绝杀，因此除成都蓉城和上海海港外，中超保持不败的球队就只有天津津门虎，他们本轮赴客场挑战梅州客家。梅州客家主教练杜加利奇赛前表示，虽然对手实力很强，踢得很有侵略性，但还是希望能终结对手的不败战绩。梅州客家本场几乎完成了这一任务，大部分时间都处于领先地位，不过天津津门虎的韧性也再次得到证明，两队最终战成1比1。

在结束连续5个客场比赛后，山东泰山本轮回到主场作战，这也是主教练崔康熙的主场首秀。凭借对手的乌龙球和克雷森独进两球的个人表演，山东泰山以3比0战胜深圳队。另一场比赛中，浙江队客场2比1战胜大连队。

(马艺欧)

中超联赛第九轮战罢 上海海港继续扩大领先优势

中超联赛第九轮战罢，上海海港继续扩大领先优势。