

# 发球不及格, 罚款1万元

## 中国女乒冬训遭“突击检查” 领队称罚款是为了给队员增加压力

作为金牌之师,中国乒乓球队一直重视平时的训练。近日,正在北京进行冬训的中国乒乓球队女队遭主帅施之皓“发球突击大检查”,施之皓表示,如果发球不及格,将罚款1万元。昨天在接受快报记者电话采访时,国乒领队黄飏说:“罚款是为了给队员增加压力,在比赛中能发出高质量的球。”

### 主帅: 发球不及格要罚款

“4个位置,每个位置发10个球,到位9个算合格,不及格罚款1万元!”施之皓向队员们宣布队内发球测验的规则。这堂女乒训练课的内容是发球测验,这也是教练组对队员进行的一次突击检查。

施之皓用三张白纸在球桌上圈出一片区域,要求球桌另一侧的队员必须把球发在这片指定区域内。“这么难,那我得抓紧先试几个。”施之皓话音刚落,李晓霞就端起一盆乒乓球走到球台前,开始测验前的突击练习。“5分钟练习时间,然后测验正式开始。”施之皓补充道。

之后,测验在四张球台上展开,施之皓、孔令辉分别为李晓霞和郭跃“监考”,他们盯着每一个发球的落点,对弟子不留一点情面。“马上合格了,还差最后一个,发丢了1万元就没了!”在李晓霞完成最后一个发球前,施之皓继续施

压。“啪”的一声,李晓霞的发球落在规定区域内,通过了测验。发球测验总共进行了1个小时,李晓霞、郭跃等重点队员都顺利过关。部分年轻队员没能达标,但教练组并没直接让这些队员交罚款。

### 范瑛: 想及格真的不容易

发球测验到底难不难?世界冠军、江苏名将范瑛深有体会,亲身参加测验的她告诉快报记者,“还挺紧张的,每个位置都要合格真的不容易。”

范瑛告诉记者,此前的封闭训练,队伍也经常组织发球测验,不过每个位置也就发2个球,不像这次发10个球,“10个发球9个到位,还挺难的。”被问到罚款1万元是不是给自己造成很大压力,范瑛笑着说:“应该要有处罚吧,不过现在队里还在讨论这件事。”此外,曾培养出杨影、张莹莹等世界冠军的江苏队总教练靳鲁芳透露,除了发球测验,乒乓队经常会进行步法测

试,“比如说,我们会给队员‘喂’不同角度的球,让队员左右来回跑,一左一右算一个回合,只有打满15个回合才算及格。”靳鲁芳说。

### 领队: 罚款只是一种手段

为何要进行发球测验,还规定队员不及格要罚款1万元?昨天在接受快报记者电话采访时,国乒领队黄飏表示,罚款1万是为了给队员增加心理压力。

黄飏告诉记者,在女乒冬训期间,教练组会不定期地安排发球测验这样的训练课,旨在提高队员的心理素质,“训练和比赛还是有差别的,我们也是通过一些处罚措施来给队员增加压力,就像在比赛中发球一样,现在看来效果还是不错的。”至于是否会罚不及格的队员罚款1万元,黄飏回应说:“处罚还是会有,要不然队员就没有压力,不过具体怎么罚还要讨论,也不会罚得很多,这只是一手段。”



郭跃:球发不好要罚款,压力大啊

### 延伸阅读

## 国乒训练花样多

除了不定期地进行“突击检查”,国乒还有不少有趣的训练方法。

### 招数一:爬楼

前不久,中国男乒主帅刘国梁带领10名世界冠军进行了攀爬高楼训练,世界冠军们一口气爬上了高达441.8米的100层高楼,其中第一个登顶的郝帅只用了28分钟,其他人也很快追上来,整个过程不超过半小时。

在接受采访时,刘国梁表示,爬楼是体能训练中常用手段之一,也是运动员最害怕的训练之一,爬楼有助于运动员增加腿部力量。

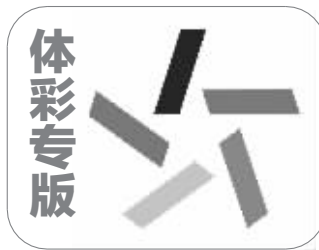
### 招数二:跳绳

跳绳是国乒传统的训练项目,一位教练昨天告诉记者,“跳绳可以锻炼队员手腕、手指的力量,还能锻炼协调性。”一般而言,1分钟内国乒队员可以跳100个双摇。此外,这位教练还透露,在全国少年乒乓球比赛中,十岁出头的小队员要参加比赛必须要通过跳绳测试,“一般1分钟要跳50个双摇以上吧。”

### 招数三:球台打蜡

据一位国乒教练透露,为了增强队员的手感和技术能力,尤其是台内小球的能力,国乒在训练中经常把乒乓球台上涂上厚厚一层蜡,让队员们练习在打蜡球台上打球。由于打了蜡的球台变得更滑,球的线路变得难以控制,队员放的短球很容易打得长。但是反复练习之后,等队员们能在打蜡球台上也挥洒自如了,技术能力自然有所提高。

本版撰稿 快报记者 韩飞周游  
实习生 施磊



# 连续五年情系春蕾 江苏体彩书写大爱无疆新篇章

12月12日,省“春蕾计划”、“春蕾圆梦工程”成果汇报会在南京召开。大会向省体彩管理中心等36家爱心单位颁发了“情系春蕾,大爱无疆”光荣匾。

从1994年启动以来,“春蕾计划”已覆盖13个市,105个县(市)区,共募集扶贫资金2亿多元,使32万贫困儿童得到了资助。本着体彩“来之于民,用之于民”的宗旨,省体彩中心积极参与“春蕾圆梦工程”等助学项目的实施。从2008年开始,连

续五年,江苏体彩每年向“春蕾圆梦工程”捐资20万元,创办“春蕾班”,帮助那些家庭贫困的学生减轻经济负担,让他们能更加安心地完成学业。据悉,第一批创办的两个班的学生已全部就业。

尤为可贵的是,体彩人不仅从物质上给予春蕾班孩子资助,还从各方面关心他们的成长。2010年4月2日下午,由江苏体彩捐资20万元创办的两个“职教春蕾班”在宁揭牌成立,来自江苏

省妇女干部学校、新沂市职教中心的100名家庭经济困难学生喜获连续两年的资助,在“春蕾班”里顺利完成中等职业教育并确保就业。揭牌仪式上,省体育局、省体彩领导特意安排亚特兰大残奥会冠军孙海涛担任两个受助学校的“校外辅导员”。孙海涛用身残志不残,奋力拼搏,勇夺亚特兰大残奥会三块金牌的传奇经历,为受助学生上了一堂精彩的励志课及感恩课,鼓励同学们自信乐观地面对人生,克服

困难,自立自强,在逆境中茁壮成长。

“关注民生、公益为先”是江苏体彩始终秉持的行业理念;以社会公益为内涵,以促进社会和谐为目标,为构建和谐社会贡献力量,这是中国体育彩票贯穿始终的发展方向。随着体育彩票公益金对社会公益事业的渗透进一步加强,江苏体彩不断书写着大爱无疆的新篇章。

通讯员 苏彩  
快报记者 杨菁菁

### 体彩万花筒

## 体彩即开新票 “快乐雪人”、“超级王牌”上市

体彩即开新票“快乐雪人”、“超级王牌”近期将在我省上市。据悉,“快乐雪人”是一款5元票,最高奖可达10万,而“超级王牌”是久未谋面的3元票,喜欢刮彩的朋友可前往我省各体彩站点尝鲜。

从票面可以看出,“快乐雪人”是一款不折不扣的“圣诞票”,整个画面洋溢着节日的气息。该票每张售价5元,共分9个奖级,有8次中奖机会,最高奖可达10万元。刮开覆盖膜,如果出现一个“手套”标志,即中得该标志下方所示的金额;如果出现一个“围巾”标志,即中得该标志下方所示金额的五倍;如果出现一个“雪人”标志,即中得刮开区内



所示的8个金额之和。兼中兼得。“超级王牌”是近期体彩即开发行的第一款3元票,共分10个奖级,有4次中奖机会,最高奖3万

元。该票游戏规则简单明了,类似曾经红极一时的“红樱桃”。扑克牌中最大为“A”,所谓“超级王牌”就是一个寻找“A”的游戏。刮开



覆盖膜,如果出现一个“A”牌标志,即中得该标志下方所示的金额。兼中兼得。  
通讯员 郑俊春 快报记者 杨菁菁

### 体彩快讯

## 旧电话号码编彩号 镇江小伙 喜中7位数500万

随着手机日益普及,不少人都懒得再用家用程控电话了,电话号码也自然废弃一旁。前不久,省体彩中心兑奖大厅迎来了7位数11190期500万大奖得主镇江的李先生,巧合的是他正是用废弃的电话号码编出的彩号中得了当期大奖。

据悉,李先生今年还不到30岁,买彩票也只有三四年的时间,所喜欢的彩票玩法主要以7位数和大乐透为主。“我平常都不大研究号码,有时随机投几注,有时自己也编着玩玩,真没想到自己能中大奖啊。”小李很平静地说道。再看本期的中奖彩票,只有两注号码,投注额仅4元,其中第2注号码“5884261”正是7位数11190期中奖号码,奖金为500万元。“这注号码是我以前家里的电话号码编的,现在早就不用了,谁知道派上大用场了。”小李开心地说道。

有趣的是领奖当天上午,小李还一直上班。由于镇江离南京非常近,兑奖十分方便,所以小李到了中午才和单位领导请了半天假来南京领奖。可以看出,对于中得这个大奖小李还是十分的淡定,而且中奖消息他也只告诉了自己的妻子。他向记者表示他对目前的生活状态十分满意,并不想让这个大奖打扰自己,还是会像往常一样安安静静地上班,绝不会大手大脚地花钱,将来会把这笔奖金留给自己的孩子。  
通讯员 郑俊春 快报记者 杨菁菁