



冬至夜 大进补

喝羊汤

南钢徐州备战强敌

从今晚的比赛开始,南钢队主场移师徐州市体育馆,本赛季常规赛剩余的8场比赛都将在徐州进行。昨天,南钢将士已经抵达徐州,胡卫东、吴楠和位松这三名徐州人受到了乡亲们的追捧。昨天恰逢冬至,位松的父亲也在晚饭时间把一大锅热腾腾的羊肉汤送到队里,给大家进补一下。

回到徐州 三将士倍感亲切

昨天上午,南钢队乘坐大巴赶赴徐州,这是南钢队第一次把主场比赛放在徐州进行。

半路上,球队大巴在服务休息区休息了一会,主帅胡卫东就感受到了家乡球迷的热情。一位女售货员追到大巴前索要老胡的签名,“我们徐州人一定会支持南钢队的。”这位粉丝说道。中午12点刚过,球队便抵达了下榻的酒店,此次徐州方面安排得特别周到,酒店就位于云龙湖边上,风景非常秀美,而且酒店距离体育馆仅有5分钟的车程。

下午4点,球队准时出现在体育馆,不少球迷早早等候在此。胡卫东、吴楠和位松都用徐州话和球迷们交流。事实上,徐州为南钢队培养了大量的优秀球员,宫鲁鸣、胡卫东、韩硕、房辉、吴楠和位松都来自徐州。而易立也算半个徐州人——他的妻子周汉亭是徐州人。

一个小时的训练结束之后,吴楠和位松留下来加练三分球和罚球,回到主场,他们当然希望用最好的状态回报家乡球迷,而两名热心球迷一直陪着他们练完,才得到了合影和签名。

给力羊汤 慰劳南钢将士

昨天,正赶上冬至,徐州显得特别冷。训练结束了,队员们都感到了丝丝寒意,作为东道主,徐州人也尽了一次地主之谊。位松的父亲把一大锅热腾腾的羊汤送到了队里。

“现在是比赛期间,肯定不能出去吃饭,所以我们就想把羊汤拿到队里面,给队员们喝喝汤,吃点羊肉。”主帅胡卫东说道。而老胡也听说位松家做羊汤的手艺不错,就让位松的父亲给队里准备羊汤。“从外面订的话,我们也担心不卫生,吃坏了肚子,所以家里做的是最好的。”老胡说道。六点刚过,记者就看到位松的父亲和大哥端着一个非常大的锅往餐厅里走,一边走位松的父亲还一边说道:“我一会要教教大家怎么喝徐州的羊汤。今天是冬至了,天特别冷,而且队员们最近消耗也很大。喝点羊汤补补身体最好了。”据了解,羊汤和羊肉也是徐州非常有名的菜品,一般外地人到徐州来,肯定要享用一番的。看着队员们喝得津津有味,老胡也不枉做思想工作,“你们每人都多喝几碗,多吃几块肉,明天上场好好拼。”老胡说道。

孟达伤停 南钢苦战上海

在与佛山队比赛中受伤的孟达昨天并没有随队来到徐州,他最快也要到客场打广厦队的比赛中才能复出,这对三连败的南钢队又是一个打击。

上海队似乎也视南钢队当成了盘中餐了,“冬至到,大鲨鱼们也要吃水饺哈!”上海队的官方微博如此写道。球队目前的处境并不好,孟达伤停,有伤在身的胡雪峰、易立没有参加昨天的合练,两名外援因为肠胃炎刚好,在场边自己练,不过老胡带着几名年轻队员一顿苦练,对于刘亚晖的篮板顶人,杨力的防守站位,吴楠等人的罚球都一一做出了示范。场边一位资深记者说:“这训练量可真不小啊。看来老胡是动真格的了。”几个回合练下来,队员们都累得喘不过气来。“必须得这么练,不练的话上场怎么可能有好发挥呢。”老胡说道。

对于今晚与上海队比赛的前景,老胡说:“我们现在处于困难期,但我们还是抱着必胜的信心去打。孟达伤了,吴楠和杨力肯定得顶上去,这场比赛我们肯定还是全力以赴去拼防守。”

特派记者 沈忱(快报徐州电)



回到老家,位松一尽地主之谊(资料图片) 摄影 顾炜

CBA呆不了 NBA回不去

肯扬·马丁被踢出新疆队

因为表现不佳被新疆队买断的肯扬·马丁不但没混好,其回到NBA的路也被阻断。昨天,马丁与俱乐部达成买断协议正式离队,但因为篮协不会给马丁开具允许其在其他联赛效力的澄清信,所以马丁必须要等球队结束本赛季全部比赛之后才能回到NBA。



出工不出力,马丁遭遗弃

表现不佳,马丁被买断

NBA停摆让前掘金队员马丁来到CBA加盟新疆队,但昨天,这位高级打工仔的CBA生涯宣告结束。

虽然顶着前NBA状元秀的光环,但马丁在CBA的表现却并不如人们预想的那样。马丁虽然身体素质出众,但却主要司职防守和篮板,个人进攻技巧和欲望都不够强烈。以高级蓝领的身份加盟的马丁共出战12场,场均13.9分9.6个篮板,并不出彩。正因为如此,新疆队在本月21日与马丁达成买断协议,昨天上午,马丁正式离队。

除了上场表现不佳,场下训练不卖力,也是球队放弃马丁的原因之一。新疆主帅蒋兴权在接受采访时表示,马丁耍大牌不训练,即使在邓华德时代也是如此。“邓华德在的时候对外一直护着他。邓华德下去后,我们要求他练他不练了,我真没见过这样的人。”

没澄清信,回不了NBA

也许正是因为眼瞅NBA新赛季开赛在即,让马丁无心比赛故意怠工,以期尽快回到NBA,但马丁的小算盘打错了,因为他必须要在新疆队本赛季全部比赛结束之后,才有与其他联赛球队签约的资格。

为了防止NBA恢复比赛导致大牌外援流失,本赛季篮协规定,前来打CBA的现役NBA外援必须效力满一个赛季,不能在中途参加其他任何国家和地区的篮球联赛或比赛。若因伤病或其他特殊理由想要提前退出CBA,必须得到篮协提供的澄清信,才能获得与其他国家联赛签约的资格。

中国篮协竞赛部负责人白喜林表示,在新疆队本赛季结束前,篮协不会为马丁开具澄清信。“在新疆队赛季结束之前,马丁无法和其他国家任何联赛的任何球队签约。”

规则严格,给JR提个醒

马丁的前车之鉴,给前掘金队员JR·史密斯和威尔森·钱德勒,以及前火箭后卫布鲁克斯等当打NBA球员们提了醒:即便自己故意摆烂与球队解约,也无法提前回到NBA。而为了在返美之后签订一个不错的合同,他们必须认真在CBA打出漂亮的数据,保持好的比赛状态。

据悉,JR·史密斯在打完本赛季第一场比赛后就想着离开,不过当他得知自己即便离开,也只能等到球队正式结束本赛季CBA比赛之后才能加盟NBA球队后,最终决定稳定下来。

本赛季CBA常规赛将在2月15日结束,季后赛则在3月28日左右结束,而包括马丁在内,众NBA外援们所效力的球队可能全部进入季后赛,所以他们可能会到明年4月份加盟NBA球队。

快报记者 沈忱

舜天冬至苦练体能

昨天是冬至节气,按照南京人的传统,这一天,一般都要喝鸡汤进补一下。因为按照民间说法,在冬至这天喝鸡汤,可以补上一年,虽有点夸张,但这一传统习俗一直保留到今天。昨晚,在江宁基地食堂,舜天将士们也喝上了鸡汤,好好进补了一番。

南京传统 食堂特地熬制鸡汤

冬至夜,江宁基地的食堂暖意浓浓,这个夜晚,江宁足球基地的食堂专门为舜天将士们熬制了老母鸡汤,“今晚,咱们都喝了鸡汤,我知道这是南京的习俗。”舜天领队杨晨笑着告诉记者。

杨晨是地道的北京人,北京人在冬至一般都会吃饺子,可来了南京,杨晨也入乡随俗,“食堂特别为队员们做的,这段时间舜天主要练体能,队员们体力消耗

比较大,确实需要补一补。”杨晨说。

苦练体能 体能教练提前回宁

舜天队员是本周周一集中的,队长陆博飞请了几天假后,也于昨天回到了队中,唯有国脚刘建业因为之前随国家队征战,主帅德拉甘允许他休息到1月5日。这段时间,舜天队主要是在基地进行体能训练。由于德拉甘过完圣诞节才回来,因此目前球队的训练主要由杨晨以及中方教练组负责。

考虑到冬训期间体能训练的重要性,德拉甘的助手、体能教练巴约维奇放弃了圣诞与家人团聚的机会,提前来到南京,帮助队员训练体能。

事实上,在休假期间,德拉甘对队员都有极其严格的要求,他给每个队员都配备了测试仪,队员就算在家里休息,基本上每天都需要跑上几公里,而且不太好偷懒,因为每个人跑步的数据都会储存在测试仪中,“回来我看了大家休息期间的训练情况,大家都完成得不错。”杨晨告诉记者。

快报记者 吕远

补鸡汤



虽然主教练不在,但舜天队员没放松训练(资料图片)