



美国国家篮球队指定运动饮料



美国专家为K教练出谋划策

善传球 懂联防 投射准 梦七首发“三大法则”



按照美国专家的分析,韦德在梦七有可能要当替补。

时报讯 这一届的美国国家队,主要是以年轻球员担纲,德高望重者很少。上一届参加雅典奥运会的,国家队,邓肯、艾弗森以其常规赛MVP的身份毫无争议地得到了首发的位置,但今年的梦七队竞争非常激烈,很多人都具有先发出场的资格。昨天,美国著名篮球专家马尔蒂·波恩斯根据国际大赛的规则定出了梦七首发的“三大法则”,詹姆斯全部符合,成为了2003年进入NBA的“黄金一代”中,唯一进入波恩斯建议梦七首发阵容的球员。

波恩斯认为虽然没有科

比、马里昂、奥多姆、比卢普斯、莫里森、雷迪克和里多诺,但是梦七的阵容仍然非常强大。几乎在每个位置上,他们都拥有两个实力相当的球员,这也为K教练挑选首发阵容带来了难度。波恩斯指出美国国家队的目标是夺取世锦赛的金牌,而不是组成一套全明星最佳阵容。他们的首发阵容应该善于打比分胶着的比赛,而且能够适应国际篮球的规则。因此他建议的首发阵容是:中锋布拉德·米勒、大前锋布兰德、小前锋巴蒂尔、得分后卫詹姆斯·组织后卫辛里奇。波恩斯表示这五个球员并不一定是梦七队中最好的五个,但他们组成的阵容应该是相当有

效的。值得注意的是,波恩斯的首发阵容里并不包括韦德、安东尼和德怀特·霍华德。而且让辛里奇排在阿里纳斯和保罗之前打组织后卫。波恩斯对此作出了解释:“并不是说韦德和安东尼不是最好的球员,也不是说辛里奇比阿里纳斯、保罗更出色,而是那五名建议的首发球员更符合三大法则:梦七需要懂得分享篮球,知道如何打团队防守(联防)并且可以保证在空位将球投中的人。”波恩斯指出,如果用巴蒂尔取代安东尼出任小前锋争议很大,但是前者不但精通防守和抢篮板,而且追逐丢失的球也不遗余力,并且

在三分线外投篮把握非常高,巴蒂尔也是个不需要时刻持球在手就能保持威胁的球员。安东尼是个出色的得分机器,但是防守一般,而梦七队的进攻已经够多人了,他们不需要再多一个球员分享投篮机会,而更倾向于选择角色球员。最后波恩斯表示,国际大赛不是比拼身体素质,而是一场智力、经验的战争,所以米勒和布兰德应该排在霍华德和斯塔德迈尔之前,而且米勒和布兰德都乐于传球和帮助队友挡拆;至于詹姆斯排在韦德之前,因为詹姆斯身材更高大,从常规赛看,他的得分和篮板能力也更好,助攻数据则差不多。

姚明确认伤病恢复理想

还有一个多星期,在广州举行的中美篮球对抗赛就要打响,中国男篮的球员这几天正在西班牙科尔多瓦进行紧张的飞行训练。小巨人姚明因为有伤在身,所以留在了北京进行刻苦训练,为即将到来的中美对抗赛和世锦赛做准备。虽然姚明远在万里之外,但是火箭方面仍然与他保持着联系。本周,火箭队官方网站发表文章,确认了姚明脚部手术后恢复得非常理想的消息,并戏称“世界上最大的脚部正在逐步好转”。

现在火箭无需再感到担忧了,姚明在北京向媒体宣布,他的左脚脚部已经逐渐好转,自己有望参加世锦赛!姚明说道,“有关我的伤势,没有什么需要多说的,一切都非常顺利,难道我看起来像脚受伤的人吗?”姚明的话没有丝毫的水分,他的恢复情况的确不错,在体育总局的训练场上,姚明已经开始按照火箭队的训练要求在要求自己。按照医生规定,如果一切顺利,从8月1日起,姚明就能参加国家队对抗训练。



佳得乐汗液测试助姚明康复

为了让姚明更好地恢复和得到科学的训练,位于美国伊利诺斯州的佳得乐运动科学研究院(简称GSSI,是百事国际集团旗下世界著名运动饮料生产商佳得乐公司进行运动科学研究的核心机构)针对姚明的运动特征,GSSI对姚明进行了中等强度下,连续运动状态下流汗、汗液电解质、体液丢失以及能量消耗的测试,从而制订相关科学方案帮助姚明补充能量和尽快恢复。专家们针对测试结果给出了以下建议:

- 1)在温度较高、湿度较大,或运动强度较高的情况下,姚明需要补充的液体量可能要大于此次测试结果的推荐量。
- 2)对于姚明来说,培养盐分

较高的饮食习惯也是有利的。当流汗较多或热负荷较大的时候,在某些食物中适当多加一些盐,比如可以吃一些带咸味的小吃,如脆饼干等。3)建议姚明在运动中饮用运动饮料以维持血糖水平,和促进训练或比赛中的体液平衡。与普通水相比,佳得乐运动饮料还能够降低尿液排出量,将更多水分保持在体内。目前,姚明按照GSSI专家的建议,每天训练中坚持饮用佳得乐,补充体内因运动流汗而流失的钠、钾等多种电解质,调节体液平衡,快速恢复体力。有了佳得乐专业科学的方法帮助,相信小巨人姚明在中美对抗赛和世锦赛中发挥得更加出色!

裁判助拳,中国女足爆冷胜朝鲜

时报讯(记者 许可)北京时间昨天晚上,2006女足亚洲杯赛进行了两场半决赛。在率先进行的一场半决赛中,东道主澳大利亚两球完胜此前击败中国的日本队,成为第一支挺进决赛的球队。

在随后的另外一场半决赛中,赛前取胜呼声颇高的朝鲜女足被中国女足一球淘汰,五年来逢中必胜的纪录就此作古,马晓旭为中国女足攻入制胜一球。与此同时,帅位一度岌岌可危的马良行也暂时保住了帅位。本场比赛,中国足协掌门人谢亚龙亲自督战。7月30日,中国女足将与澳大利亚队争夺本届女足亚洲杯的冠军。

幸福来得太突然

上半场一开始,中国女足并未如赛前所说地一味地实施防守反击。相反,面对朝鲜女足凌厉的攻势,中国女足出人意料地打起了激烈的对攻,上半场双方战成0:0。下半场,中国女足并未主动收缩防线,马晓旭、毕妍、韩端和任立萍的多点配合一度掀起了中国女足的进攻高潮。第58分钟,中国队中圈附近突然斜传到前场左路,7号毕妍在接近角球区的地方停下皮球后横传门前,门将出击前头球冲顶得手,1:0。算上小组赛与越南队的两

意大利主裁漏判三次点球,中国周日与东道主争冠军

个进球,马晓旭目前以3球成为中国女足的头号射手。事实上,在马晓旭进球之前,中国女足在朝鲜女足严密的防守下,根本无法组织起有威胁的进攻,马晓旭的这个头球破门来得颇为幸运,以致于皮球被顶入网窝后,马晓旭自己都不相信刚才发生的一切。丢球后,朝鲜队发动了更为猛烈的进攻,但始终无法改写比分,最终遗憾地以0:1惨遭淘汰。

中国胜之不武

客观地说,虽然中国女足最终一球绝杀朝鲜女足,但是从整场比赛的表现来看,中国女足明显处于劣势。事实上,朝鲜女足在丢球后,也创造了不少破门机会。如果不是来自意大利的主裁判和澳大利亚边裁判从中“帮忙”,中国女足将难保胜果。第82分钟,朝鲜队左路

再次将球从左路吊到门前,禁区内混战中一名进攻球员将球打进韩国队把守的大门,但澳大利亚籍助理裁判示意进攻球员越位,主裁判立即鸣哨示意进球无效。显然,澳大利亚人更希望在决赛遇到实力在己之下的中国,而不是强大的朝鲜。终场哨响后,遭遇失利的朝鲜队依然极其愤怒,不少队员纷纷跑到裁判追讨说法,情绪激动的门将韩惠英更是用手推搡托尼。尽管比赛已经结束,但是托尼仍然向韩惠英出示了红牌。随后,朝鲜队教练和替补也相继冲入场内。无奈之下,在澳大利亚警察的护送下,三名裁判迅速逃离球场。