

狭路相逢,谁能胜?

本报记者 易龙吟 陈素琴



“浙BA”预选赛硝烟甫散,城市争霸赛的战鼓已然擂响。

8月15日,备受瞩目的揭幕战将在杭州奥体中心体育馆激情上演,由杭州队坐镇主场,迎来诸暨队的挑战。

揭幕战之后,8月16日至20日,“浙BA”城市争霸赛第一轮战火将全面铺开。

诸暨队:客场挑战者

8月12日下午,虽然室外是近40摄氏度的高温,但西施篮球中心内训练气氛更是火热。运球声、脚步声、呼喊声交织,汗水砸在地板上瞬间“蒸腾”。在周末和绍兴队开展热身赛后,又马不停蹄地和浙江大学来了一场交流赛。

“这两场比赛,包括之前和长兴的热身赛,我觉得都是以赛促训,交流和磨合的过程。”诸暨队队长蔡魁斌说,队伍一直都在积极备战,队员也都做好了准备,争取8月15日呈现给观众一场精彩的篮球赛。

此前,诸暨队和绍兴队进行了一场热身赛。最终诸暨队以93:73击败对手。“我们在以赛代训的过程中,找出问题,也想尽量找一些跟杭州队相似的队伍。”诸暨队主教练陈炽说,比赛是一系列的,除了准备好第一场比赛外,也要应对一系列比赛。8月12日,球队还和浙江大学在西施篮球中心打一场热身赛。“有时候是知己知彼,有时候是做更好的自己。把我们最大的能量发挥出来,也是一种策略。”

诸暨队“明星球员”之一杨少炜说:“热身赛的意义就是查漏补缺,也不是非要分出胜负。大家都很熟悉,经常打球交流。”他说,目前球队隔天训练,除了基本的体能训练,包括折返跑、负重冲刺等耐力训练与力量器械结合,也会针对其他球队的球员,进行战术上的解析。

队中既有经验丰富的老将坐镇,也大胆启用年轻潜力新星,形成“经验传承+活力注入”的良性循环。诸暨队队长蔡魁斌表示,队员来自不同行业,但大家目标一致——为诸暨篮球的荣誉而战。训练中每个人都主动分享经验,努力打好每一场球,尤其是年轻球员进步神速。

“交流赛的意义更多是切磋和发现队伍存在的问题。”主教练陈炽说,而对于即将到来的揭幕战,他表示,经过这段时间的体能训练和实战演练,相信队员们在默契度和战术上都有一定的提升。“诸暨篮球的精神就是努力打好每场

球,拼下每场球。”陈炽说。

虽然首场比赛是客场,但诸暨队自己的主场也非常值得关注:举行热身赛的场地西施篮球中心,就是“浙BA”诸暨队主场场地,拥有18000个座位,带来NBA级别的震撼体验。“西施篮球中心的座位也会比普通场馆座位要舒服,可以给市民更好地体验。”运营经理唐海军介绍,球馆地板采用双层地板设计,在固定的地板上又增加了可移动地板。运动激烈的时候,可以降低运动员关节损伤风险。此外,唐海军也透露,NBA高速摄像位、动作捕捉机位建造初期都有预留,之后也会陆续安装。

此外,8月13日至8月18日诸暨市商务局同步推出“西施有票·消费共享‘浙BA’”活动,满足条件者均可获赠浙BA诸暨队主场门票2张。

杭州队:主场守护者

“浙BA”城市争霸赛的揭幕战即将在杭州奥体中心体育馆打响,杭州作为东道主,自然是铆足了劲,不仅请来了今年的CBA的冠军教头王博作为球队的技术顾问,还密集开展了热身赛,检验训练成果。

8月11日下午,杭州队与富阳队进行了一场“杭州德比”,最终杭州队以73:71小胜对手。比赛结束后,王博与杭州队主教练于双凯复盘了球员的表现,提出了针对性的意见和建议。“大家打得还是比较积极的。”王博指出了球队目前存在的问题,“有的时候太想通过一两次传球就结束进攻,造成了很多不必要的失误。如果机会不是特别好的话,可以慢半拍来阅读一下防守,看一下其他队友的机会。”

由于个别队员出现发烧和其他伤病问题,杭州队并没能以“完全体”出战,不过于双凯透露,这些队员休息两天即可。对于球员的磨合情况,于双凯表示,大家的默契程度较第一阶段有了明显的提高,但是对这些没有经过系统训练的业余球员来说,想要真正产生化学反应,还需要一点时间。

对于即将到来的揭幕战,于双凯说:“诸暨队的经验和整体性更好,我们非常尊重他们,将抱着学习的心态去打这场比赛。”在他看来,杭州队将在后面的训练中

重点加强防守上的互相呼应和进攻上的无球跑动。

据了解,在“浙BA”第二阶段的名单确定后,杭州队的队员于月初陆续抵达杭州第四中学(下沙校区)的集训场地,开始了集训生活。近期,球队和浙江广厦俱乐部青训梯队展开了一场内部教学赛。随后,又与湖北恩施土家族苗族自治州的球队进行了一场友谊赛,这也是杭州队组队之后的首次公开亮相,最终杭州队以101:82战胜恩施州队。

杭州队这一份24人大名单里,拥有李昂、陈洋、葛郑波、赵哲轩、谢凯波、阮钰、王键等多名在杭州预选赛期间获得过MVP的球员,是真正的“豪华阵容”。其中,陈洋和阮钰为球队队长。

不仅如此,本轮训练,杭州队注意加强了队员们的体能训练,请来了杭四中的体育老师吴炜亮负责队员们体能,他说:“我们从综合力量、专项力量、心肺耐力及针对性补弱防伤这几个方面,给队员提供更好的帮助。”此外,为保证队员们的训练,球队还提供了住宿酒店,方便一些离家较远的队员就近过夜,此外,球队拥有较专业的理疗师,随时为球员提供集训期间的康复保障。

