唐哲豪：这场胜利，他等了整整一年

本报记者 陈素琴



10月31日，诸暨队与温州队的那场比赛，对诸暨队的14号唐哲豪而言，是一场他等了将近一年的胜利。当天比赛结束后，唐哲豪弯着腰，双手撑住膝盖，大口喘着气。这场球他又一次卡位、护框、扑向每一个飞向篮筐的篮板球，像过去这些日子里的每一场比赛一样。

网友曾用“进攻端的定海神针”来形容他。可当被问起自己在队里扮演什么角色时，唐哲豪给出的答案里没有一个字是关于得分的。“更多还是以防守端为主，承担护框、拼抢篮板球等任务，做好协防任务；进攻端过渡好球，做好策应。”他说。这是篮球场上最不讨好的活计，但唐哲豪甘之如饴。他知道，在教练陈炽的执教体系里，诸暨队“不是靠某个人打球”，12个人都能轮换，个个有血性。胜利是靠一次次传球、一次次补防、一次次把身体扔进人堆里拼出来的。

“这支球队没有明星球员，但个个有血性。”陈炽的这句话，是诸暨篮球的注脚，也是唐哲豪的自我定位：他不追求成为聚光灯下的人，他选择成为篮下那个让人放心的人。

2025年城市争霸赛首战金华队，他独得19分17个篮板，率队以72比67完成“以县胜市”，收获MVP；同年12月客战舟山队，唐哲豪在比赛中连续得分，单节拿下12分，一度帮助诸暨队取得了20分的领先优势，再度当选MVP；今年1月对阵丽水队的加时血战，他拼到最后一秒，得到26分10篮板，一次次用突破把球队从悬崖边拽回来。两年时间里，让他念念不忘的当数与温州队的对决。2025年10月4日，同样在西施篮球中心，同样面对温州队，诸暨队以61比90不敌温州队。今年省级争霸赛首轮，他们客场以91比106再负温州队，眼睁睁看着对手成为联赛首支单场破百的球队；随后又惜败于金华队、宁海队，战绩不尽如人意。

10月31日，他们再度与温州队交锋。“开场就展现出必胜的决心。”唐哲豪回忆。诸暨队没有任何试探，防守强度从第一个回合就拉满，里突外投，一度建立起13分的领先优势。比赛中段，诸暨队陷入僵局，攻势迟滞。温州队甚至一度要将比分反超，但诸暨队没有乱阵脚，没有勉强的单打，没有急躁的远投，球依然按照陈炽部署的方式传导，人依然在每一个防守回合咬牙扑抢。唐哲豪在内线卡位、要位、过渡球，做着他最熟悉的那些事；全员皆兵，重新把比赛的主动权攥回掌心，直至读秒阶段球队凭借一记中投完成绝杀。

“这场球可以说帮助球队重拾自信迎接接下来的比赛，意义非凡。”唐哲豪说。从61比90到95比92，跨越近一年的两场球之间，是一支草根球队反复观看录像、打磨战术，针对性备战的过程。“所谓复仇，从来不是情绪的宣泄，而是耐心的兑现。”

两年浙BA打下来，唐哲豪还有一个直观的感受：对手都变强了。“相比于首届，各支球队实力都有很大提升，技战术层面也愈加丰富。”他说，去年诸暨队的全场紧逼还是独步联赛的“杀手锏”，今年很多球队都在用，而且做得同样出色。“非常感谢浙BA这个平台，给我们草根球员提供展现自己、代表家乡出战的机会。获得这么多球迷的支持，倍感荣幸。”

说起两年感悟，他最先想到的是感恩，然后是珍惜：“打球的光阴有限，努力做更好的自己。”这场胜利不是终点，硬仗还在后面，正如他所说，球队要带着这份信心，一场一场地拼下去。



唐哲豪（左）

邵楠：小个子后卫，抢出大场面

本报记者 章 程



邵楠（右）

终场哨响，虎山运动公园体育馆的欢呼声沸腾起来。江山队的邵楠转身和队友击掌，脸上没有太多表情。这名后卫站在人群里并不抢眼，但江山队赢下安吉队这场卡位关键战，离不开他的出色表现：防守端的预判、抢断和对节奏的拿捏，贯穿了整场比赛。

这场球的分量，赛前队里每个人都清楚。上一场输给了余姚队，首回合对阵安吉队也是惜败，江山队把自己逼到了小组出局的边缘。再碰安吉队，压力就摆在明处。邵楠赛后聊起这场球，说得最多的是“放下包袱”四个字。“全队赛前调整得比较好，没有把压力背在身上，比较放松地去打。”江山队这场比赛从开局就打得果断，防守轮转快，反击坚决。

邵楠在这场关键战中的防守表现尤为突出。对阵安吉队时，他贡献了7记抢断；放眼整个浙BA球员抢断榜，他也位居前列。一个1.7米的后卫，在“高”人林立的浙BA赛场领跑抢断榜。“个子小，比较灵巧，这是客观条件。”他说，“但提高防守能力本身还是得靠练，靠研究。”他会看对手的进攻阵型，研究持球人的传球习惯，琢磨挡拆之后球会往哪走。抢断在他这里不是赌博式的上抢，而是提前判断、提前站位，等球送到那条线路上。身材劣势摆在那里，他不想让防守端的问题被放大，能做的就是把判断练得比对手快一步。

这种清醒，在他聊起此前客场赢杭州队那场球时也能感觉到。卫冕冠军主场作战，江山队缺了得分手郑如伟，赛前几乎没人看好。邵楠那场比赛打得果断，突破、分球、防守判断都在线，赛后拿了MVP。那场球之后，他觉得自己最大的变化是“更自信了”。“在球队里的位置，需要自己去控场，去组织队友。”一个后卫的成长，有时候就是从“打好自己的球”变成“让全队打得顺”。

但邵楠的生活不只停留在球场上。他的另一个身份，是杭州交投集团的一名职员。工作日他在杭州上班，比赛日和训练日他赶回江山。训练结束得晚，他赶最后一班高铁回杭州，第二天照常出现在办公室。工作不能耽误，训练也不能敷衍，两头都得兼顾，这种节奏他过了不止一个赛季。对邵楠而言，工作与篮球并非彼此消耗，而是相互滋养——工作中培养的统筹规划能力和责任心，让他在球场上更冷静地组织进攻、带领团队；而赛场上磨炼出的抗压能力、团队意识和执行力，让他在工作中更从容地应对挑战。

赢下安吉队后，江山队把出线主动权重新掌握在自己手中。更衣室里没有太多松懈的理由，小组赛的硬仗还在后面。对邵楠来说，关键战不会给他慢慢找状态的空间，他能做的，是把准备做在比赛前面。

