

本版撰稿 本报记者 钟 樑

玉环队：绝处逢生，步步为营

8月11日，历经多轮激战的2026浙BA台州市预选赛收官。临海队在客场欢庆冠军时刻，另一支队伍也在热烈欢呼。“晋级省级争霸赛的梦终于圆了！”玉环队主教练陈昱恺说，从开赛受挫陷入低谷，到关键战险胜扭转走势，再到依靠与天台队的相互胜负关系惊险突围，玉环队的晋级之路堪称如履薄冰、步步维艰。“我们一直站在悬崖边上，唯一的念头就是不能再输一场。最后我们做到了！”

队伍数据

场均得分：	75分
场均篮板：	37.63个
场均助攻：	16次
投篮命中数：	225次
罚球命中数：	100次

球员数据

得分王：	林均奎	116分
篮板王：	胡孝锦	45个
助攻王：	黄家鸿	40次

开局遇挫

从志在争冠到再也输不起

去年浙BA台州市预选赛，玉环队距离晋级仅一步之遥，奋力杀入决赛的他们最终以3分之差屈居亚军，遗憾错失省赛资格。“大家都憋着一股劲，要在今年圆了这个梦！”陈昱恺说，与去年相比，今年队伍的实力加强了不少，尤其是像卓赫这样的年轻人加入，让球队的攻防节奏更快，出手机会也更多。“即便命中率不是很高，但我们可以用回合数去弥补。”但在陈昱恺看来，这支队伍并非没有隐忧。“大家白天上班、上学，晚上训练。很多时候请不出假，很多战术都没法跑。”

台州市预选赛拉开帷幕，玉环队在主场拿下开门红。然而赛程的考验接踵而至，连输仙居队和临海队，让玉环队从比赛上半程开始就面临着严峻的出线形势。

受制于台州市预选赛的“单循环”赛制，对玉环队而言，接下来的每一场球再也输不起，尤其是紧接着的第四场对阵天台队的比赛，唯有取胜才能保留晋级希望。

一分绝杀

关键时刻吹响反攻号角

赛程中段，玉环队迎来预选赛阶段最重要的分水岭之战——主场对阵天台队。彼时天台队已取得两连胜，士气正盛。但已无路可退的玉环队，牢牢占据了场上主动。

“第四节的时候我们还领先对手十几分，但天台队在比赛临近结束时将比分反超，我们再次陷入了绝境。”队员林均奎回想起那场比赛，心有余悸。常规比赛时间还剩5秒，本队进攻时间还剩3.4秒。按照教练部署，郑景耀原本要把球传给外线投射把握更大的林均奎，但后者受到对手的重点盯防。关键时刻，“五星高中生”卓赫摆脱防守，在三分线外接球就

投，球应声

落网——69比68，玉环队

一分“绝杀”天台队。正是这1分的优势，让玉环队牢牢握住了晋级主动权。

此役后玉环队彻底调整心态，客战温岭队，比赛仅剩最后关头，玉环队仍落后，一旦落败便将彻底无缘省赛。绝境之中，无人放弃，林均奎携手队友奋力追分，将比赛拖入加时赛，最终2分险胜。陈昱恺说：“没有一场比赛是轻松的，但我们始终坚信自己能赢。五连胜收官，我们做到了能做的一切。”

惊险晋级

机会总会留给有准备的人

陈昱恺表示，草根球员的打球习惯、赛场风格很难快速调整，但队员愿意为团队主动弥补短板。

队伍中，潘善旺不仅是队内年龄最大的队员，还兼任球队的助理教练。“为了给年轻队员机会，潘善旺起初并不在常规的轮换阵容当中，但随着比赛的深入，球队主力中锋受制于犯规太多，我们决定激活这位老将。”“即插即用”的背后，是潘善旺知道自己即便很难上场，也要一丝不苟地完成每天训练任务的自律与坚守，印证了机会总会留给有准备的人。

不只潘善旺，全队队员皆在为团队全力蜕变：擅长突破的林均奎苦练外线投射，成为球队利器；喜欢远投的胡孝锦，听从战术安排转型四号位；为适应高强度赛程、提升体能储备，球队专门邀请田径教练为队员专项补课，夯实体能基础。

全员拼搏，只为家乡荣光。“因为我们胸前印着‘玉环’二字，所有人都做好了准备，在省级争霸赛上继续为家乡荣誉而战。”陈昱恺说。

林均奎：涅槃重生的外线“狙击手”

“林均奎接球快下，球进了！玉环队反超温岭队！”在浙BA台州市预选赛一场关乎出线资格的焦点战中，末节还剩50秒时，客战的玉环队落后温岭队6分。“很多人都觉得我们没戏了，但输掉这场比赛，晋级省赛的希望就彻底破灭了！”身披玉环队67号战袍的林均奎作为

外线核心，携手队友将比赛奇迹般地拖进加时赛。此后，随着他的一记快攻得手，玉环队反超1分，锁定胜局。这场绝境翻盘的胜利，不仅守住了球队的晋级希望，更见

证了林均奎从重伤低谷浴火重生的篮球坚守。

身高1.76米的林均奎，以标志性的“小快灵”打法著称，在去年的浙BA赛场给球迷留下深刻印象。但去年台州市预选赛半决赛的一次意外伤退，为这位追风者的篮球之路蒙上了一层阴影，不仅缺席决赛，后续在代表台州队征战省级赛事时，因伤势持续加重，最终不得不接受手术治疗，提前告别整个赛季。

术后康复期间，林均奎发现曾经收放自如的爆发力、风驰电掣的速度大幅衰退，那些信手拈来的突破变向、提速上篮，都变得困难了起来。巨大的竞技状态落差让他多次萌生退出赛场的念头。

对篮球的赤诚热爱，最终拉住了濒临放弃的林均奎。挣扎之下，他选择直面短板。从术后康复到新赛季开赛的半年时光里，篮球馆、力量房成了他的固定去处。“不管球队有没有训练，我自己都坚持一天两练，日均训练时长超四小时。每天必须投进200个三分、100个中距离。”

为了攻克“训练准、比赛慌”的难

题，贴合真实赛场的高压节奏，林均奎摸索出专属的训练方法：以高强度折返跑拉高自身心肺负荷，在体力透支、气喘吁吁的状态下坚持投篮训练，精准模拟比赛末端的疲惫战局。后续他又主动邀约队友，加入对抗式模拟训练，在贴身防守中打磨出手节奏、提升抗压命中率，一点点把不稳定的手感，练成本能的肌肉记忆。

历经半年苦练，再次站上台州预选赛赛场的林均奎，已焕然一新，从昔日的速度突破奇兵，蜕变为玉环男篮可靠的外线得分尖刀。

“队友的信任，是我最大的底气。”林均奎坦言，来自团队的温暖与支撑，让他彻底走出伤病带来的自我怀疑，重拾赛场自信。

赛场之上的涅槃重生，也悄然重塑了林均奎的生活轨迹。身为“厂二代”的他，毕业后原本计划接手家族工厂。但浙BA赛场的伤病磨砺、逆境成长，让他重新读懂了热爱与坚守的意义。如今，他在家乡开办了篮球培训班，化身青少年篮球引路者，将自己的赛场经验转化为言传身教的力量，助力家乡篮球少年逐梦前行。

晋级之路

玉环队 91:78 路桥队

6月28日



仙居队 69:65 玉环队

6月30日



临海队 85:61 玉环队

7月5日



玉环队 69:68 天台队

7月7日



温岭队 80:82 玉环队

7月15日



玉环队 73:59 黄岩队

7月19日



椒江队 70:77 玉环队

7月22日



玉环队 82:70 三门队

7月29日

