

乐动族

各种福利 科学健身 上乐动族



扫描二维码 关注“乐动族”

扬子晚报

恒大 VS 国安,“巴西天团”强强碰 本轮中超冠军或将提前预定

经过两轮的休整,今晚,中超联赛第22轮展开争夺。虽然还有9轮联赛要踢,但今晚7:35恒大与国安的榜首大战,将在一定程度上决定今年冠军的最终归属。而且本轮开始,中超目前排名前三的球队都将相互遇见,这种环环相扣的前三PK,还真是刺激!

扬子晚报/扬眼记者 张昊

巧透了>>

前三名将在本月“连环相撞”!

中超前21轮战罢,国安2分的优势领跑,上港紧随其后,恒大排名第三位,第四名的鲁能距离恒大的分差是4分。所以,今年的前三名厮杀将决定冠军归属。

第22轮比赛,恒大坐镇主场对阵国安,两队的分差只有3分,恒大还少赛一场,这场比赛是毫无疑问的榜首大战。如果恒大击败国安,积分追平对手,恒大会依靠胜负关系的优势压制国安,排名更靠前。如果两队打平,那上港将有机会追平国安,如果国安客场赢球,6分的优势将成为争夺冠军的有力保障。

巧的是,9月18日中超有一场补赛,正是恒大客场挑战上港。这场比赛因为台风的原因改期到9月18日,恒大连续对阵国安和上港,这是一个考验。在这场补赛后,中超的争冠局面可能会相对清晰,也可能会更加胶着。而9月29日,上港将前往工体,客场对阵国安,至此,排名前三的球队在本月要连环相遇,这样巧合的赛程,也让今年的冠军争夺战提前加速。

有优势>>

施密特带队至今没输过恒大

首先来看看恒大与国安的这场比赛,这无疑是最值得期待的一场中超联赛。不但两队排名接近,而且对阵恒大,国安主帅施密特上任以来还从没有输过。施密特去年上任的第一场比赛就是对阵恒大,结果在外界一片唱衰的情况下,国安以2比0干净利落地主场战胜恒大。本赛季,双方联赛上半程交手,恒大反客为主,2比0的领先优势保持到了90分钟,但国安依旧没有放弃,最后时刻,奥古斯托和巴坎布的进球扳平了比分。德国人心态上占据优势。但施

密特这是第一次去天河,不知道他有没有做好客场应付恒大的心理准备。

谈到国安上一次客场战胜恒大,还是邵佳一的一剑封喉,时间已经过去四年。所以,国安俱乐部在有意无意地减压,谁都想赢下比赛但也知道心态上必须要调整好。毕竟国安和恒大双方硬碰硬较量一场,是所有人期待的事情,直接对话的胜负才会有更令人信服力。本轮,于汉超和李学鹏停赛,恒大国脚可能会出现体能问题,这或许是国安的利好。国安的国脚相对年轻,他们恢复可能更快。的确,从年龄上说,恒大的劣势明显,郑智38岁,冯潇霆33岁,郜林32岁,张琳芃29岁,国安方面,年纪最大的于洋和朴成与张琳芃同一年。从规律上来说,年纪越大,恢复越慢。

争主力>>

“巴西天团”把“内战”放到中超

本场比赛还有一个点值得关注,就是两队巴西外援天团的“内战”。论稳定性和整体对球队积分的贡献,恒大和国安的外援团队是中超最强。本轮的比赛过后,球迷们可以知晓,哪一队的外援中超最强。

自从二次转会塔利斯卡和保利尼奥加盟,中超争冠格局就发生了翻天覆地的变化。塔利斯卡和保利尼奥刷出了逆天数据,9场联赛贡献19球7助攻,再加上高拉特的7个人球,三叉戟合计贡献了26球。在此期间恒大拿了24分,重返争冠行列。国安方面,巴坎布5球2次助攻,比埃拉7球8次助攻和奥古斯托8球6次助攻,为国安拿到23分。夏休后北京国安安全队的29个进球有20个来自三叉戟,贡献率超过2/3。广州恒大更甚,夏休后三叉戟合计攻入26球,占全队76%。

作为中超历史上最大牌的现役国脚,奥古斯托与保利尼奥代表了中超外援的最高水准。两人都是巴西国家队首发阵容的常客,而且都参加了2018年俄罗斯世界杯。所以,这场中超的“天王山之战”,还能顺便为巴西国家队的中场选主力,也是他们体现身价的最好机会了!

王霜欧冠首秀献助攻 助大巴黎客场4:1大胜

扬子晚报讯(记者 张昊) 昨晨,2017/18赛季女足欧冠1/16决赛首回合一场焦点战展开角逐,巴黎圣日耳曼女足客场挑战奥地利球队圣珀尔滕,中国球员王霜首发并助攻队友破门,帮助球队巴黎4:1大胜,晋级下一轮形势大好。

在上周末巴黎圣日耳曼和巴黎FC的法甲女足中,王霜上演加盟巴黎圣日耳曼女足后的首秀。那场比赛,她打进一记世界波并创造一个点球,帮助球队5:1大胜,本场欧冠,王霜继续得到了首发的机会。比赛进行到第83分钟,王霜前场挑传,帮助队友卡托托获得单刀机会,但是卡托托却将单刀打偏。第90分钟,王霜主罚左侧角球,队友杜德克门前抢点破门,将比分锁定为4:1。双方第二回合比赛将于9月28日回到巴黎的主场进行。

苏州冰壶世界杯 创“四个第一”

扬子晚报讯(记者 殷小平) 北京时间9月12日下午,首届冰壶世界杯在苏州奥林匹克体育中心体育馆隆重开幕,冰壶世界杯是由世界冰壶联合会发起,各会员国参加的国际重要积分赛事,每年一届,今年是首度举行,将分别在中国苏州、欧洲、北美、中国北京举行四站赛事,苏州站比赛是第一届世界杯的第一站,更难得的是,此次比赛在苏州奥林匹克体育中心体育馆进行,这是该场馆第一次正式启用,也是苏州第一次举办冰上运动国际重大赛事。

开幕式上,苏州市委副书记、市长李亚平宣布2018冰壶世界杯苏州站开幕。国际奥委会副主席、北京2022年冬奥会和冬残奥会组委会副主席于再清,世界冰壶联合会主席凯特·凯斯妮斯,中国奥委会副主席李玲蔚,冬季运动管理中心副主任、中国冰壶协会主席孙远富,江苏省体育局局长陈刚,苏州市委常委、苏州工业园区党工委书记吴庆文,苏州市委常委、副市长徐美健等出席了开幕式。

江苏健身教练 苏州“大比武”

扬子晚报讯(通讯员 沈体) 由国家体育总局职鉴指导中心、江苏省体育局联合指导,江苏省体育人才流动服务中心、江苏省体育职业技能鉴定站主办,苏州市体育局、苏州银力体育协办的“2018年江苏省健身教练职业发展交流大会暨银力体育杯健身精英技能挑战赛”于9月11日—14日在苏州工业园区启迪科技园拉开序幕。本次大会共有来自全省13个设区市、相关体育技能培训基地、100余家健身俱乐部、部分体育学院选拔组建的38支队伍252名健身精英参加。大会由“健身职业技能挑战赛”和“健身专业课程培训”两大板块组成。



保利尼奥 CFP供图

东京奥运游泳项目上午决赛 选手们准备“倒时差”

东京奥运会将游泳项目最激烈的决赛安排在早上进行,以便配合北美观众可以在当地黄金时段观看决赛的收视需求,这一盛传许久的消息终于等来了东京奥组委的证实。

与上届里约奥运会游泳决赛深夜进行不同,这一回游泳选手们必须清晨五点起床备战,上午十点半开始半决赛和决赛。一样的,决赛时间的设置看上去总有些奇葩。

9月12日,东京奥组委公布了2020年东京奥运会游泳赛程,赛程从2020年7月25日至8月2日,全程9天,争议最大的就是预赛放在晚间,半决赛和决赛安排在上午。

奥运会已逐渐进入东京时间,但奥运会的赛程安排并不全由东京奥组委说了算。

游泳一直是美国在奥运会中的传统优势项目,作为深受欧美观众喜爱的奥运大项,收视率在整个奥运会以及欧美地区排名前列。

美国全国广播公司(NBC)为了2014年至2032年的历届奥运会(包括冬奥会)的转播权支付了120.5亿美元的高昂转播费,伦敦奥运会他们只是勉强达到收支平衡,里约奥运会的12亿美元广告收入也仅比四年前提升了20%。因此,NBC迫切需要游泳这样可以吸引北美广告客户埋单的黄金赛事留在黄金档直播。

纵然东道主观众也希望在夜晚的黄金档欣赏到最激烈的游泳决赛,但对于承担着商业压力的国际泳联以及奥组委方面还是在本次博弈中最终做出了让步。

体育进入商业时代以来,这并不是国际单项体育组织第一次向转播机构妥协。

里约奥运会时,为了适应欧洲广播联盟的播出时间,田径决赛被安排在上午举行。

北京奥运会的游泳项目决赛,也因NBC的直播要求被安排在了早上

进行,调整生物钟,成了运动健儿备战的难题。

为了适应早上决赛的时间安排,运动员需要提前两年开始重新调整自己的生物钟,按照规律,人起床4个小时后才能达到兴奋状态。

当年备战北京奥运会游泳比赛时,中国游泳队每天五点半全队起床空腹开始第一轮训练,三个多小时游六七千米后到九点,队员们才开始吃早饭;一天训练结束后,晚上九点半,运动员就必须早早上床睡觉。和从前完全不同的时间安排,运动员必须去逐步适应。

当然,这样的赛程安排对于所有游泳选手都是公平的,只是针对性的“时差”调整并不会一蹴而就,毕竟在东京奥运会来临前,各项游泳大赛的决赛依然会安排在晚间。

据记者了解,目前中国游泳队已经开始尝试在上午进行大运动量训练,这也是在提前帮助运动员适应。