

亚洲杯最后冲刺 国足狠抓体能

青年报记者 蔡创

本报讯 国足目前已在海口重新集结,为亚洲杯展开最后的冲刺。本次集训长达一个月,且主要以体能训练为主,目的就是让国脚在亚洲杯上至少不会在跑动距离上输给对手。

对于里皮和他的国家队来说,这是12强赛结束以后,第一次拥有如此充足的集训时间。从本年度已结束的9场国际比赛来看,中国队各期集训不仅人员征调方面存在不小出入,在阵型打法设计方面,也作了各种尝试。但对于一支寄望在国际大赛打出成绩的球队而言,成熟的打法和相对固定的主力阵容恐怕是必不可少的。因此在此期间,里皮需要从中遴选出角逐亚洲杯的最强阵容。

本期集训周期虽长,但对外界基本保持封闭,没有安排正式的国际热身赛,之前里皮带队集训,主要是从球队技战术角度出发。而且,相对注重进攻套路和分组对抗两块内容,但

这一次方式可能会有不小的调整。据了解体能储备将会是非常重要的环节,基本上就是按照各个俱乐部的冬训节奏实施体能储备,训练强度应该会很大,但肯定是建立在科学训练的原则之上。中超联赛刚落幕不久,国脚们刚刚结束假期,身体状况尤其是体能状况并不理想。在长达一个多月的集训期内,里皮必须让球员们积蓄足够的体能。

不过训练成果还是少不了实战来检验,兵发西亚前,国足还计划在海口分别与中甲延边队、中乙海口队进行封闭热身赛。12月15日海口集训告一段落后,国足将获得3天的休整,随后于19日凌晨由广州启程前往多哈,集训一段时间后,于12月28或29日飞赴阿联酋的阿布扎比。在多哈期间,国足将于12月24日、28日进行两场热身赛,对手除了伊拉克,还有一支队伍仍然在联系中,此前,伊朗曾表示希望和中国队热身,但目前仍未最后敲定。

天下体育

艇进2021 上海市民“斗舟乐”

青年报记者 蔡创

本报讯 “2018 沪动起来·艇进2021 赛艇嘉年华”暨“2021 年世界赛艇锦标赛”推广活动近日在上海黄兴公园中心广场拉开帷幕,本次活动的目的在于吸引更多市民和青少年参与并体验赛艇运动的独特魅力。

活动现场,上海交通大学与同济大学的赛艇对抗赛火热上演,而包括

世界赛艇锦标赛冠军李斐在内的16位退役运动员则用陆上赛艇的方式,向观众们展示了赛艇运动对健身的好处。世界赛艇锦标赛是由国际赛艇联合会举办的国际重大赛事,将于2021年在上海举办的世界赛艇锦标赛,是中国首次举办的国际性赛艇比赛,这无疑为上海在未来进一步推广赛艇运动、宣传2021年世界赛艇锦标赛打下了坚实的基础。

从优质走向卓越

长宁天一体育节举行

青年报记者 张逸麟

本报讯 长宁区天一教育集团上周末举行了“优质少年,追求卓越”为主题的体育节颁奖典礼和体育学科工作室的揭牌仪式。在集团成立一周年之际,集团成员校——天山第一小学、古北路小学、玉屏南路小学、天山第二小学纷纷以各种形式的体育活动营造出体育节欢快的气氛。

长宁区多年来一直坚持“快乐教育”,因为在长宁教育人的心里,没有什么比帮助一个孩子成为内在人格健全的快乐之人更重要。对于“快乐教育”的定义,长宁教育人有着自己的理解和追求,只有把优质的教育资源提供给孩子,为每个孩子创造出更加优

质的学习和成长环境,让他们在德、智、体、美、劳等方面得到全方位的提升,有了优质智力和体质的保证,孩子们才能走向辉煌而卓越的人生。

天一教育集团是长宁区7个小学学段教育集团的重要成员之一,该教育集团由四所小学组成,包括了以“联通儿童与世界”为办学理念的天山第一小学,以“让每一个孩子在绿色校园中体验成长”为办学理念的天山第二小学,以“创造一切可能,让每个孩子充满自信与活力”为办学理念的长宁路小学和以“为学生的终身发展奠基”办学理念的玉屏南路小学。在体育节颁奖礼上,四所小学的学生们也纷纷奉献了精彩的体育表演,令现场气氛十分热烈。

前女足国脚张欧影病逝 中国足协发文悼念

曾多次入选中国国家女子足球队并为国家获得多项荣誉的国脚张欧影因身患肺癌不幸病逝,享年43岁。中国足协2日发文悼念。

美国当地时间12月1日,张欧影在圣地亚哥病逝。中国足协发表悼念文章表示,“张欧影女士生前曾多次入选中国国家女子足球队,曾代

表中国女足获得1998年曼谷亚运会冠军、1999年世界杯亚军、1999年亚洲杯冠军等多项荣誉,她高超的球技得到了中国足球界的高度称赞。”

中国足协在悼念文章中说:“张欧影女士的辞世是中国足球界的损失,我们为失去这样一名值得尊敬的足坛名宿感到万分痛惜。” 据新华社电

广告



1站视频

1站视频



东方网重磅推出短视频新平台——“1站视频”以多维度的视角,用短视频的形式,展现炫丽世界,记录美好生活。

扫描二维码 下载APP

