

## 人物

回首赛季:酸甜苦辣  
展望未来:充满憧憬

“大鸟”沈梓捷:我们已让改变发生,我们可以打得更强硬

周末的午后,沈梓捷穿着保护靴,坐在自己的大鸟球馆内。

回望刚刚过去的CBA赛季,深圳马可波罗队既令外界倍感惊喜,又有那么一丝遗憾与不甘。毕竟球队距离历史性杀入总决赛,就差不到2秒钟的时间。

尝尽赛季的苦辣酸甜,仍对未来充满希望和憧憬,这应该就是一只球队和一名球员走向成熟的标志吧。

■新快报记者 高京

## 1 回望半决赛仍觉遗憾

5月2日晚,热情的球迷将深圳大运中心填满,那是CBA半决赛的第四场。比赛的最后时刻,沈梓捷的突破上篮为球队取得了宝贵的2分领先,只要再坚持2秒,球队就将历史性进入总决赛。

但可惜的是,深圳队在最后时刻被浙江队绝杀,眼看着对手将系列赛的大比分扳成2:2。而沈梓捷也因那次上篮伤到了脚,随后的第5场只能作壁上观。最终深圳队止步半决赛,遗憾未能再进一步。

Q:现在回想半决赛的第四场,是不是还像昨天一样?

A:经过这一段的调整,稍微好一些了。如果不刻意去想,不会有画面在脑中。不像刚打完比赛那几天,一闭眼脑中都是赛事的画面。

## 2 将前往西班牙进行康复

作为一名内线球员,沈梓捷整个赛季都在与伤病作斗争。即将到来的夏天,他将前往西班牙寻求治疗和康复。希望这次欧洲之行,能够将身上积攒的各类伤病彻底清除。

Q:整个赛季,伤病都给你造成了很大困扰,自己是如何克服的?

A:确实比较困难,刚开始因为感染新冠,身体比较瘦,在对抗方面比较差,自己状态也不好。联赛第二阶段稍微缓过来,但肩伤又复发了,做

Q:当时深圳队有非常好的机会终结系列赛,现在想想是不是还觉得非常遗憾?

A:遗憾是肯定遗憾的,机会确实非常好。但队伍也取得了进步,2019-2020赛季我们没进季后赛,后来每个赛季球队都在突破,从第13名、第9名、第5名到今年的第3名。只可惜运气稍微差一点,但篮球就是这样。

Q:经过本赛季的洗礼,深圳队在精神面貌上改变了很多,特别是在面对强敌时,球队打得更强硬。这个赛季的队伍,令外界刮目相看。

A:确实,从我2016-2017赛季上一队以来,就看到过很多新闻,说深圳队有天赋,是非常年轻的队伍,但见不到成绩,在关键时候冲不上去。

但在今年,我们已证明自己可以

打得更加强硬,这就是一个重要改变。特别是半决赛对阵浙江队,我们的打法和球员自身的心态都有不同。我记得半决赛的第二场,我们半场落后12分,要是以往可能就容易发生崩盘,但我们还是逆转了对手。今年有很多的硬仗,都是在落后的情况下完成反超,这是队伍最好的变化。

Q:总结一下刚刚过去的赛季,最深的感受是什么?

A:这个赛季从赛会制到主客场,自己感觉成熟了许多。队伍在冲刺阶段打得非常好,也超乎我们自己的预期,很多比赛都拿下了。同样球队在用人方面比以往更加大胆,尝试了一些比如“三大”(3名身高2米以上的球员同时在场,防守端从1号位轮转到5号位)这样的全新打法,全队也通过比赛建立了自信。

Q:除了康复之外,夏天还有哪些计划?

A:首先肯定是以恢复为主,这几年攒下陈旧的伤,腰、肩、跟腱都有,这些都在联赛中困扰我。除此之外,会在西班牙当地做一些个人技术的训练。

Q:今年夏天在国家队层面,是如何打算的?

A:这个当然要先看国家队的征召,也看个人伤病的恢复情况。因为现在的伤势还不确定,先以到西班牙检查和恢复为主吧。

## 3 期待通过球馆传播篮球文化

今年2月,沈梓捷在佛山南海的SOAROC球馆正式对外营业。这是继南京、海口之后,他在国内的第三座球馆。

沈梓捷绰号“大鸟”,球馆的标识正是一只展翅翱翔的鸟。“SOAROC”由两个英文单词SOAR(高飞)和ROC(大鹏)组成,意为展翅高飞,鹏程万里。整个球馆的颜色主要以浅蓝和深蓝为主,一侧篮筐上方,悬挂着多件中国男篮战袍。对于这里,沈梓捷也是倾注了不少心血。

Q:自己做球馆的初衷是怎样的?

A:可以说是个人发展的一个规划,毕竟篮球运动员的运动寿命比较短暂,不能只局限于打球,发展一些和自己相关的东西,对自己之后的经营有帮助。

Q:佛山这座球馆,如今已成为了很多球友的打卡地,你自己平时也会经常来和球友们偶遇吗?

A:球馆内包含篮球、排球、网球等多个项目,投入也是最多的。馆内在视觉效果上做了很多设计,我本人来的时候,也感觉非常壮观和震撼。相信在之后,这里应该还会做更多的改造。自球馆开业后,我只要有休息的时间都会过来,我们非常重视这一场馆,以后也会经常来这边。

Q:我知道馆内会做很多青少年的培训,对于这一块你是如何计划的?

A:广东的篮球氛围非常火热,这边很多小孩都热爱篮球,这就是篮球文化一个非常好的展现。接下来我们会多做一些细致的培训和比赛,更好去宣传和展现篮球文化。

Q:职业生涯到现在,自己未来还有哪些目标?

A:加入到深圳队这么多年,从三队到青年队再到一队,从当年的菜鸟到现在的中生代。在队内教练的口中,甚至可以称为老队员。希望接下来,能够带好刚上来的小队员,帮助他们走正确的路,希望他们更好融入CBA,也希望未来帮助深圳队走得更远。

5月2日晚,CBA半决赛第四场。比赛的最后时刻,沈梓捷的突破上篮为深圳队取得了宝贵的2分领先,只要再坚持2秒,球队就将历史性进入总决赛。很可惜,深圳队在最后时刻被浙江队绝杀……

## 相关链接

## 沈梓捷

1997年9月3日出生于江苏南京,现役中国职业篮球运动员,司职中锋,身高2.10米,体重114公斤,现效力于CBA深圳马可波罗。凭借惊人臂展和出众的弹跳力,他也有个外号叫“大鸟”。当选2022-2023赛季CBA联赛年度最佳防守球员。这是沈梓捷连续第二个赛季荣获这一殊荣。

本赛季,沈梓捷数据十分亮眼,出战39场,场均得到11.2分,抢下6.6个篮板,防守篮板率为18.1%;场均完成1次抢断和1.3次盖帽,抢断率和盖帽率分别为2.2%和5.3%。凭借着沈梓捷在防守端的出色表现,深圳男篮取得了28胜14负的优异战绩,以常规赛第四名的身份成功晋级季后赛。只可惜,在随后同浙江稠州金租队进行的半决赛系列赛中,在前四场大比分2:2打平之后,决定胜负的第5场比赛,深圳队再次以1分惜败,从而与CBA总决赛擦肩而过。

2015年,尚未进入一线队的沈梓捷就被媒体称赞,他惊人的天赋和潜力由此可见一斑。进入CBA联赛后,沈梓捷被外界寄予厚望。

本版图片:新华社

