

道路上一路狂奔



尼古拉·约基奇

Nikola Jokic
身高:2.13米
体重:129公斤
绰号:约老师、小丑
出生地:塞尔维亚松博尔
荣誉:两次NBA常规赛 MVP
(2020-2021、2021-2022 赛季)

趣闻

曾一天要喝3升可乐，
为减肥如今“戒了”

2017年一次接受采访时，约基奇透露自己每天喝下去的可乐，大概有3升多。

光听数字可能没有那么直观，实际上3升可是整整两大瓶，正常这是10人一桌一餐饭所消耗的量。

按照约基奇的喝法，应该是把可乐当做功能饮料饮用。

当然，约基奇狂饮可乐的时光应该是2015年之前。进入NBA之后，约基奇遵守球队给他制订的减肥计划，正式与可乐说再见。

“我是在飞机上与可乐‘分手’的，从那以后再也没有喝过。我戒掉它之后，也没有什么不舒服的感觉。”约基奇这样说。

平板支撑不过20秒

要说平板支撑这个项目，一般的体育爱好者坚持1分钟应该没问题，但对于约基奇来说，这成了老大难。

刚加盟掘金之时，约基奇被要求做平板支撑来测试核心力量，但他透露自己只能坚持20秒。

在这个过程中，约基奇不断说：“我要死了，我要死了，你们看到了，我在发抖。”

事实上在2019年男篮世界杯之时，记者曾在场边目睹约基奇赛前练习平板支撑。据记者的测算，当时约基奇大概坚持了30秒左右便结束了这一项目，从数字上说他还是比刚进入掘金队时有所进步。

焦点时刻

世界杯小组赛，中国小伙有望与约基奇正面对撼

周琦：将尽全力制“约”

北京时间5月17日晚上，国际篮联FIBA官方公布了2023年男篮世界杯小组赛各支球队的赛程时间，中国男篮在此前被分到了B组，同组的球队有波多黎各男篮、南苏丹男篮以及塞尔维亚男篮，8月26日晚上，中国男篮将迎来小组赛的首个对手塞尔维亚男篮，如无意外，中国小伙届时将与约基奇面对面。

其实，早在2016年里约奥运会，中国男篮就与约基奇领衔的塞尔维亚队有过交手。当时中国队以60:94输掉比赛，易建联拿到全队最高的20分。那也是成年队层面，中国男篮在国际大赛与塞尔维亚队的唯一一次交手。

当时塞尔维亚队的主帅，就是现任中国男篮主教练乔尔杰维奇。他率塞尔维亚队在里约奥运会拿到了一块银牌。

2019年，约基奇领军的塞尔维亚队就来到中国参加男篮世界杯。作为夺冠大热门，塞尔维亚队一度被外界看好，只可惜球队在四分之一决赛中不敌阿根廷，最终只排在赛事的第5位。

在那届比赛中，约基奇共出战8场比赛，场均22.6分钟，得到11.5分、7.5个篮板和4.8次助攻。世界杯结束后，乔尔杰维奇不再担任塞尔维亚队主帅。

近期，现任塞尔维亚队主帅佩西奇就表示，约基奇十分渴望出战今年夏天的世界杯。目前球队与他保持着联系，相信等NBA赛事结束，约基奇就会重回塞尔维亚队进行备战。

前不久，中国男篮展开了一个短期训练营。在媒体采访环节，有记者问周琦，在

世界杯赛场面对约基奇，该如何去限制他？

对此周琦表示：“约基奇是一名非常全面的球员，是一名全明星级别的球员。对于我来说，更多的是尽自己最大的能力去限制吧，然后现在也在看他的一些录像，包括在国家队和NBA的录像。所以，只能尽力去防守。”

而近期被球迷们提及的2013年世青赛，中国国青队也曾与塞尔维亚国青队交锋，那场比赛中国国青队以50:76不敌对手，约基奇拿到8分7个篮板，周琦则没有登场。

有消息称，今年8月约基奇会率领塞尔维亚队来华参加热身赛，届时还将与中国男篮过招，赛事



■2023年国际篮联篮球世界杯比赛时间为8月25日至9月10日。小组赛在印度尼西亚、日本以及菲律宾同时进行，决赛阶段的比赛在菲律宾首都马尼拉进行。中国男篮小组赛将打三场比赛，8月26日首战塞尔维亚。

的具体信息还没有对外公布。不过很多球迷已在期待能够在家门口一睹约基奇的风采。

