CBA·焦点

华南虎赢广东德比

昨日，CBA第三阶段比赛继续在诸暨进行。在晚间的比赛中，广东队和广州队迎来了在两周内的第二次交手，结果广东队凭借着国内球员的出色发挥，以110比104再次获胜。目前，广东队以39胜5负的战绩排名积分榜首位，有很大几率夺得常规赛冠军；而广州队则排在第14位，仍有一线冲击季后赛的希望。

在双方上一次交手中，广州队始终将比分紧咬，只是在最后阶段崩盘。而广东队在本场没有给对手太多机会，除了在第三节比赛中曾让广州队将分差缩至3分外，其余时间内都掌握绝对主动。直到比赛最后阶段，广东队选择锻炼新人，广州队接连命中三分球迫近比分，但为时已晚。

外援方面，广东队两名外援马尚和威姆斯的表现都不尽如人意。前者虽然得到22分，但他全场共出手多达23次，命中率明显偏低；而轮休了两场比赛的威姆斯还需要时间恢复，此役他没有得分进账，更多时候担任串联球队进攻的角色。而广州队两名外援表现都不错，摩尔砍下全场最高的30分，而哈斯也在内线制造了一定的威胁。

广东队本场获胜的关键是国内球员有所发挥。其中周鹏和杜润旺均得到18分，后者三分球八投四中，展现了一名优秀射手应该具备的素质。另外在广州队一度起势的第三节，任骏飞多次利用自己的身高优势强打祝铭震得分，他全场得到11分，帮助球队在最关键的时刻稳住了局势。

赛后，广东队主帅杜锋表扬对手的表现，认为广州队如今有着强大的斗志，在落后时并没有放弃。但和兵多将广的广东队相比，广州队的阵容还是显得太过单薄，广州队主帅郭士强在比赛中采用了五上五下的轮换方式，效果却不理想。在郭士强来到球队后，广州队的表现有了一定改观，但要想成为一支季后赛球队，广州队还需要对阵容进行进一步补强。

羊城晚报记者 郝浩宇 实习生 雷怡婷

广州队主教练郭士强 新华社发

中超·焦点

去年艰难保级后，深圳佳兆业队今年阵容再升级，在内外援上都有重要球员加入。今年中超，深圳佳兆业能否真正脱胎换骨，拿出令人信服的表现？

引援量质俱佳 深足能否脱胎换骨？

深足主帅小克鲁伊夫 图/视觉中国

引援皆是对症下药

新赛季中超4月20日开赛，到目前为止，深圳佳兆业还未官宣任何一位新援，但不官宣不等于没有动作。实际上，深足已经从重庆当代签下了内援元敏诚和外援卡尔德克，即将签约的有外援阿奇姆彭，接近签约的有外援瓦卡索。

深足已签或即将签约的新援，针对性都很强。26岁的元敏诚是中后卫，他是小克鲁伊夫在2018年担任重庆当代队主教练后，逐渐脱颖而出。2019年，元敏诚出场29次，全部是主力，成为重庆当代的主力中后卫。去年中超总共20轮比赛，元敏诚19次首发，表现更加成熟。深足去年“头重脚轻”，防守是明显弱项，尤其是中后卫组合。元敏诚的到来，加上去年后半段引进的伊朗外援普拉利甘吉，深足的中后卫组合实力得到加强。卡尔德克的引进，主要是弥补中锋马里外租后的空当。马里上赛季出场17次，打进11球，夺得射手榜铜靴，进球效力非常高。卡尔德克的冲击力不亚于马里，上赛季有9球入账，位列射手榜第六。

去年，深足在很多比赛中场面占优，在控球率、攻入对手危险区域等重要比赛数据上领先于对手，但深足的进攻效率较低，缺少在由守转攻时的快速反击，是球队战术的一大缺陷。深足曾经为此努力过，从土超引进了刚果国脚快马比福马，但比福马在短时间内未能很好地融入球队，本赛季又无法入境，深足因此将目标锁定为已经在中超赛场证明了自己的阿奇姆彭。

阿奇姆彭的加盟，是深足战术完善的关键一环。深足看上江苏苏宁外援瓦卡索，同样也是“对症下药”。上赛季的后腰外援塞尔纳斯球风偏软，在与中超几大强队的对抗中，深足的中场弱势比较明显。瓦卡索是去年江苏苏宁中超夺冠的重要球员，他在中超决赛中对保利尼奥的成功防守，充分展示了其个人能力。如果瓦卡索加盟，他和金特罗在中场的一守一攻有望相得益彰。目前，瓦卡索加盟的最大障碍在于其本人身在非洲，如不能在短期内入境，则很可能会错过中超前期比赛，这也是深足至今不敢断言其必定加盟的主要原因。

对手实力底气犹在

去年，深足通过引进20多名内援，使得本土球员的阵容大升级，但外援实力拖了后腿。今年，深足的引援重点放在了外援上。可以说，经过这两年的引援，深足如今完全具备了在中超挑战几大豪门的实力。但影响深足成绩的因素也不少。

新援的加盟，让深足的中轴线彻底更换。从中锋卡尔德克、到中场金特罗、从中后卫普拉利甘吉+元敏诚到门将张鹭，深足今年的中轴线将与去年完全不一样，球队阵容变动很大。但新援到队时间普遍较短，球队的阵容磨合需要时间，也有待实战检验。新援与老将之间的融合，形成战斗力，也需要时间。

而主教练小克鲁伊夫的去留是一个重大问题。小克鲁伊夫受到巴塞罗那俱乐部的召唤，虽然短时间内不会离队，但谁也无法保证小克鲁伊夫会不会在赛季中途离开。深足的引援、球队的技战术备战等都是在小克鲁伊夫的主导下进行的，如果小克鲁伊夫离队，对深足的影响将会非常大。

除了这些内因外，影响深足今年成绩的还有外因。今年中超整体投入锐减，广州恒大、上海上港、上海申花、北京国安、山东鲁能等球队在转会市场上的引援力度都不及深足，但这些豪门的实力和底气都在，上海申花、北京国安和山东鲁能的实力甚至并没有减弱。这些比赛经验和人员储备都很丰富的对手仍是新赛季最热门的争冠球队，深足和他们相比并不具备实力上的优势。因此，深足高层对球队今年成绩的预期依然是“不能太乐观”。

羊城晚报记者 林本剑

逆转热刺，阿森纳拒谈更衣室矛盾

头号射手迟到被停赛？

英超·今晨

羊城晚报今晨消息 记者徐扬扬报道：英超第28轮已战罢9场，莱切斯特主场以5比0大胜谢菲联，阿森纳主场以2比1逆转热刺，曼联主场以1比0小胜西汉姆。至此，曼联积57分排名第二，仍落后榜首的曼城14分，莱切斯特以1分之差紧追曼联排第三。

奥巴梅扬在看台观战

“我们上半时踢得很糟糕。防守很差劲，没有强度和压迫。一些重要球员躲了起来。真的很糟糕！”赛后，热刺主教练穆里尼奥这样评价己队上半时的表现，但他不得不称赞拉梅拉第33分钟那记插花脚进球。

不过拉梅拉下半时第76分钟肘击对方球员蒂尔尼，领到了个人第二张黄牌，两黄变一红被罚下，这让热刺陷入以少打多的困境。

凯恩此后头球破门，被吹越位在先，穆帅对判罚并无抱怨，却对裁判奥利弗第64分钟的点球判罚不满，因为在厄德高第44分钟将比分扳平之后，拉卡泽特罚进这个点球，替阿森纳将比分反超。穆帅赛后表示，将那次判罚称为点球，是对点球的冒犯。

这场北伦敦德比意外颇多。孙兴慜仅踢19分钟，就因肌肉拉伤无法坚持，被拉梅拉换下；阿森纳的头号射手奥巴梅扬竟然坐在看台上观战90分钟。阿森纳主教练阿尔特塔对此事的回复是，不会对外说更衣室内发生的事。据当地媒体披露，原本安排首发的奥巴梅扬是因迟到被阿帅处罚移出大名单的。

曼联全员踢满90分钟

曼联此役卡瓦尼和马夏尔皆伤缺，主力前锋只有拉什福德带伤上阵，但伤情仍然影响了他发挥。倒是年轻前锋格林伍德发挥出色，只是球运欠缺，两次射中门柱。此役的唯一进球是西汉姆后卫道森送出的乌龙球。

应该说西汉姆此役的发挥明显不如对曼城一战，他们全场7次射门，不到曼联15次射门的一半，0射正，而曼联则是7次射正。西汉姆主教练莫耶斯也承认，己队表现没有之前几周那么出色。

倒是曼联在上轮以2比0击败领头羊曼城之后，又与排名第五的西汉姆交手，在阵容不整的情况下仍然保持连胜颇为不易，这也是曼联保住积分榜次席的关键。有趣的是，曼联此役整场比赛未换人，全员踢满90分钟，这是该队自2012年以来的首次。可见，索帅认可己队的表现，认为无需调整阵容。

C罗：誉满意甲？谤满意甲？

记者观察

意甲第27轮今晨继续进行，超级巨星C罗上演帽子戏法，带领尤文图斯在客场以3比1轻取卡利亚里。“领头羊”国际米兰客场以2比1险胜都灵，AC米兰主场以0比1不敌那不勒斯。在积分榜上，国米积65分遥遥领先，排名第二的AC米兰被甩开9分，少赛一轮的尤文仅比AC米兰落后1分，亚特兰大以52分排名第四。

C罗再次上演完美帽子戏法，也就是头球、右脚、左脚各入一球，他今晨在比赛前32分钟内连下三城。C罗还完成在意甲18座球场全部有进球的完美纪录（意甲有20支球队，AC米兰和国米共用圣西罗球场，罗马和拉齐奥共用罗马奥林匹克体育场，因此只有18座球场）。

尤文在欧冠1/8决赛被波尔图淘汰出局，C罗受到的批评最多，他在双方210分钟比赛时间内碌碌无为。次回合在尤文主场的加时赛，C罗因为在人墙中躲避葡萄牙队友奥利维拉的任意球受到口诛笔伐，正是那次直接任意球得分，宣判了尤文本赛季在欧冠的“死刑”。在一周双赛且打了加时赛的情况下，36岁的C罗仍旧锐气十足，他在意甲用完美帽子戏法为自己正名，可惜还是很难弥补尤文无缘欧冠八强的遗憾。

尤文是意甲夺冠次数最多的球队，可是欧冠成绩远不如AC米兰。尤文在2018年夏天引进C罗，就是希望在欧冠有所突破，无奈事与愿违。尤文连续两年在欧冠1/8决赛出局，包括塔奇纳蒂在内的名宿把矛头直指C罗，他认为C罗应该解释自己的行为，并向尤文球迷道歉。前AC米兰名帅卡佩罗这样批评C罗：“无论欧冠首回合还是次回合，他都在比赛中消失了。不能让长得帅的球员参加排人墙，他们怕被球毁了脸。”

C罗3100万欧元的年薪似乎太高了，他一人的年薪比尤文年薪榜排名第二到第四的球员年薪加起来还要高。C罗与尤文的合同将于明年6月30日到期，续约与否变得非常微妙。C罗今夏有离开尤文的想法，他与老东家皇家马德里传出绯闻，尤文也有卖掉C罗的打算。2018年7月，尤文耗资1.17亿欧元从皇马引进C罗，创下俱乐部历史上引援最高身价。有意大利媒体爆出尤文现在对C罗的标价，只有2900万欧元。

尽管C罗很可能夺得本赛季意甲金靴奖，但尤文在少赛一轮的情况下比“领头羊”国米落后10分。假如没有C罗，不知道尤文在意甲的成绩如何？在欧冠又会有怎样的竞争力？

羊城晚报记者 刘毅

特别关注

本土球员当班底 “秘密武器”是方言

男排新赛季今天开打，广东队主帅赵炳辉直言有信心

中国男排超级联赛今日在秦皇岛开打，13支球队将通过12天的角逐产生最终的冠军，被称为“史上最短”联赛。近年处在上升期的广东男排将此次比赛的目标定为：先闯入前八，再力争前六。联赛结束后，球队紧接着将出征全运会预赛，若能小组前四出线，广东男排将时隔34年再次闯入全运会决赛圈。主教练赵炳辉告诉羊城晚报记者，从这两年的全锦赛成绩看，他对这批土生土长的广东球员打好这两项比赛有信心。

广东男排曾经有过辉煌，上世纪80年代以前一直在甲级比赛中排名前列，向国家队输送了大量人才，男排圈一度有“全国排球半台山”之称，但上世纪80年代末渐入低谷，直到近几年青训培养力度加大，成绩才有了明显提升。2017-2018男排超级联赛，广东队排名第五，摆脱了过去长期在十一二名徘徊的困局，球队走进上升通道，2019年广东队时隔42年再次站上全锦赛的领奖台，2020年则夺得全锦赛第五名。随着实力提升，队中国字号球员人数也开始增多，陈嘉杰、王鹤斌、毛天一、郑光源等四名球员目前正在或曾经入选过国家队。

主教练赵炳辉告诉羊城晚报记者，这支球队最值得骄傲的是，主力阵容基本都是土生土长的广东球员，比如有五名来自台山的球员，还有三人来自湛江，阳江、珠海、开平也有球员入选，因此粤语和台山话是队里的通用语言。一到打比赛时，赵炳辉的台山话就成了“秘密武器”，他在场边用台山话大声呼喊进行技战术指挥，对手听得云里雾里，就算电视台在技术暂停时来跟拍赵炳辉的战术布置，赵炳辉也照讲不误，完全不怕技战术泄密。

本月11日，赵炳辉率队抵达秦皇岛备战，用他的话说，“除了把短袖改成羽绒服外，没什么太大的不适应”，对于压缩的赛程，他也早已做好了准备。“体能上我们已经做好了充足的储备，从去年全锦赛前的体能测试看，我们能排进全国前六。而且赛制对所有人都是公平的，大家面对的困难都是一样的。”

在赵炳辉看来，联赛结束后，休息10天左右又将迎来全运会预赛，如何平衡两个比赛的关系更为重要。“这次我们是全华班参赛，这套阵容也是接下来征战全运会的阵容。联赛关系到运动员的绩效收入，我们肯定全力以赴，而之后的全运会则是我们全年的头等大事，广东男排上一次打进全运会决赛圈还是1987年，如果这次能够小组前四出线的话，对广东男排将非常有意义。”赵炳辉表示，面对两项大赛，各队都会有各自的想法，在用兵上费尽思量，在防止球员受伤的前提下取得好成绩，广东队也会根据实际情况尽力去拼。

展望联赛，赵炳辉表示，要闯入前八名，小组赛前两场对河南和湖北的比赛一定要赢，小组赛对手中北京和上海队也是全运会的小组对手，前者有两名实力很强的外援，后者是传统强队，广东队将抱着练兵的态度去拼。一旦闯入前八，虽然实力上无法与拥有双外援的江苏、北京队比拼，山东、江苏和浙江队实力也很强劲，但广东队也有争夺前六名的实力。

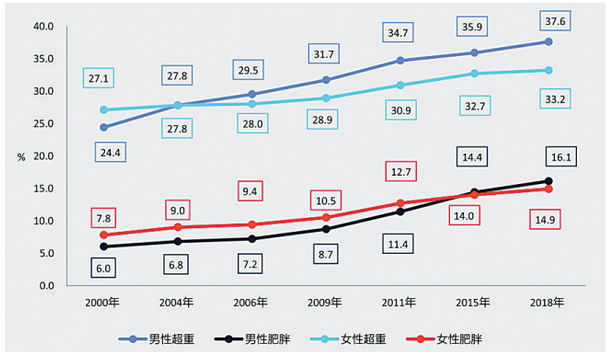
羊城晚报记者 苏荇

国民超重肥胖率高达50.7% 绿瘦助力国民重回健康体重

《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》（以下简称报告）显示，6岁以下和6-17岁儿童青少年超重肥胖率分别达到10.4%和19%，18岁及以上居民超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%。成年居民超重或肥胖已经超过一半（50.7%）。

如何解决超重率问题，一直是体重管理行业关注的重点。作为大健康行业领军企业之一，绿瘦健康在2020年进行了“膳食组合联合运动干预对体重管理效果的探究”，并创新性提出“五力合一，科学服务”模式，从用户营养、运动、心理等多个维度进行干预，全程陪伴用户进行科学的体重管理，帮助用户达到健身减重的目标。

文/陈泽云



中国居民膳食指南科学研究报告（2021）》

高质量营养干预 重塑国民膳食结构

秋天里的第一杯奶茶、炸鸡配啤酒……国民体重上涨的其中一个原因是居民的膳食结构出现问题，高糖高油食物充斥。绿瘦的“五力合一”服务模式中，膳食搭配管理是很重要的一环，营养师根据中国居民平衡膳食宝塔等专业知识为用户制定饮食方案，膳食补充、营养代餐等产品在营养干预的方面起到重要作用。

从产品质量安全方面，绿瘦在湖北省荆州市设有自有工厂，生产过程采用数据传输式现场管理模式，通过云管理、大数据高技术手段实现生产流程的可视化、透明化、标准化，从源头保证了产品质量安全。产业链还包括原料包材及辅料检测、实验研究、产品制造与质量监控及配送、售后服务、食品安全等供应链路，实现产品管控质量。

在消费端如何体现产品质控？早在2019年，绿瘦已逐步实现产品“一品一码”，做到源头可查、去向可追、信息可视、责任可究。用户扫描产品包装上的二维码，就能清晰了解到产品的生产厂家、生产批号、检验负责人等商品详细信息，追溯其从生产到入库、销售、出库等环节使用。

产品的二维码就是一个“身份证”，帮助消费者去辨别真伪。据了解，市场上早年间曾出现山寨假冒绿瘦产品，不法分子诈骗消费者权益。绿瘦为此特别设立专项小组积极配合公安机关打假，保护消费者权益。

蔓越莓益生菌粉一等奖奖状

绿瘦“五力合一”服务顾问

多维干预不良生活方式，协助用户重回健康体重

肥胖率上升的另外一个因素是居民生活方式改变，刷手机时间增加，居民身体活动量降低，同时缺乏多维干预管理。如何更好地帮助用户实现健康瘦身？绿瘦健康认为，科学的体重管理从营养、运动、心理等多个维度进行干预。

“短短4个月时间，在顾问的指导下，与营养师，心理师和健身教练等多位老师的帮助下，成功减重27斤，虽然中间一度想放弃，但坚持下来后让我重获新生！”张女士结束服务后表示。

2020年，绿瘦进行了关于“膳食组合联合运动干预对体重管理效果的探究”的实验，通过26-33天的多种膳食组合和运动干预，让参与实验的70名人员的体重与腰围在短期均显著下降。其中，BMI指数高达33的赖先生，经过33天的实验后，BMI指数下降至29，其腰围由108cm减至98cm！

绿瘦在分析总结了1700万用户大数据、结合十四载体重管理服务经验，创新性提出“五力合一，科学服务”新服务模式，设有体重管理规划师、营养顾问、心理咨询顾问、运动顾问、服务管家五大角色，在用户的体重管理过程中提供全程指导、跟踪和陪伴服务。

此外，绿瘦为了更好地服务国民体重管理，为行业输出专业人才，联合广东省营养师协会成立体重管理师培训基地，为行业持续输送新鲜血液。

推动国民健康观念更新，绿瘦积极推广低GI科普

据绿瘦健康观察，导致国民肥胖的源头，更多是国民对科学健康体重管理观念淡薄，科学的体重管理知识需要被更多地传递和推广。绿瘦作为在大健康领域深耕多年的企业，用科学研发、产品及服务创新，积极推动国民健康意识提升，帮助国民塑造自主自律的健康生活方式。

膳食报告显示肥胖超重人群是高血压、糖尿病、心脑血管等疾病的高危人群。研究发现，低GI饮食可以帮助糖尿病患者控制病情，有助于将常见糖尿病并发症的风险降低，对肥胖人群有正向控制体重效果。

绿瘦秉承用科学创新推动国民健康，倡议国民多摄入低GI食品，并在去年成立绿瘦健康研究院，联合中国食品发酵工业研究院进行低GI食物研发，今年计划上市一批低GI系列产品。

绿瘦在科研、创新方面不断尝试，在产品创新上斩获大奖，2020年，绿瘦蔓越莓益生菌粉荣获2020年度广东省食品行业优秀新产品一等奖，同时又斩获中国质量新闻报刊社颁发的“产品创新典范企业”。

2021年，在国家经济快速增长同时，公民健康水平也在同步提升，然而国民超重率却已高达50%，国民健康体重管理亟待加强。绿瘦建议从膳食营养结构开始入手，同步增加运动、心理、服务等多维干预体重管理，并积极响应“健康中国2030”规划要求，推进全民健康生活方式升级，强化健康生活方式指导及干预，积极普及国民健康知识，为降低国民肥胖率而努力！