

关注国足

西甲·今晨

王大雷:第三战要当世界杯决赛来踢

中国男子足球队正在阿联酋的沙迦备战10月7日与越南的世界杯亚洲区预选赛12强赛。国足在昨晚进行抵达沙迦后的第2场内部教学赛,今明两天进行休整,25日将恢复训练,随后在9月30日将迎来与叙利亚的热身赛。

目前,与澳大利亚一战重伤复发的后卫张琳芃已恢复个人训练,右后卫王刚因被疲劳加训导致旧伤复发,单独在场边训练,中场尹鸿博因肌肉问题单独进行慢跑,国足其余28名球员均正常参加合练。

国足从9月13日开始恢复封闭训练,队员们大部分时间都只能待在酒店房间,无法外出。对于这样的封闭环境,门将王大雷坦言最大的困难就是无法出门,队员们只能待在房间,一起看看综艺节目,从烦躁中寻找一些快乐。王大雷表示老将们经常鼓励年轻队员,提醒大家精神状态不能松懈。尤其在12强赛前两场输球后,队内的情绪和心态都受到一定的影响,当前心态的调整尤为关键。王大雷透露,队员们对两连败的确很难接受,但教练组在训练和生活中给大家更多的信心和鼓励,不断帮球员解压。

国足当前的训练时间安排和内容都非常有针对性,定期进行定位球的训练和内部对抗赛,还会认真研究越南的比赛录像。对此,王大雷表示:“我们前两场的表现确实和对手存在实力差距,下一场12强赛必须当世界杯决赛来踢,后面不管遇到哪个对手都要全力以赴去拼,把姿态放低,我们要做好自己该做的事情。”

对于接下来的对手越南队,王大雷认为:“最近几年无论是国家队还是俱乐部,我们踢越南队的成绩都非常理想,身体和力量各个方面也占据明显优势。即使天气炎热,也不会动摇我们拿下比赛的决心。当前最关键的是不要给自己太大压力。”

国足计划在9月30日与叙利亚进行一场热身赛,这是球队为数不多的对外热身机会。主帅李铁如何调配和磨合阵容,找到最理想的阵容搭配,将是国足接下来的重点工作。

据悉,中国足协与国家队教练组此前已召开内部会议,确保全队统一思想,力争战胜越南队。面对本组实力相对较弱的越南队,国足唯有取胜一条路。羊城晚报记者 柴智

老将本泽马“越老越妖”

今晨他贡献两个进球和两次助攻,成为21世纪西甲前六轮参与进球最多的球员

西甲第六轮今晨上演焦点战,上赛季西甲亚军皇家马德里在主场以6比1大胜上赛季西甲亚军马洛卡。目前在积分榜上,皇马以5胜1平积16分重返榜首,上届冠军马德里竞技以14分紧随其后,少赛两轮的巴塞罗那以8分暂列第八。本泽马此役贡献两个进球和两次助攻,这名法国中锋本赛季在西甲已经攻入8球并助攻7次,超越梅西和C罗,成为21世纪西甲前六轮参与进球最多的球员。皇马在今晨遇上“升班马”马洛卡,成就了本泽马,尽管马洛卡此前5轮2胜2平1负的表现相当不错。

在西甲射手榜,本泽马以排名第二的皇马前锋维尼修斯领先3球;在西甲助攻榜,本泽马以排名第二的毕尔巴鄂中场穆尼亚因领先4次助攻。本泽马展现全面的进攻才华,他一人的进球数暂时等于巴萨全队,只比马竞全队少1球,本泽马进球助攻的数目远远抛离西甲其他

19支球队。本赛季西甲到目前为止,皇马以21个进球遥遥领先,瓦伦西亚以11球排名第二,巴塞罗那以10球排名第三。自从1987-1988赛季之后,皇马创下西甲前六轮的最高进球纪录。皇马今晨在中前场没有像样的引援,世界级名帅安切洛蒂重振皇马,取代前主帅齐达内,安帅成了皇马最好的引援。安切洛蒂非常善于在内部挖潜,他回归之后,将年满34岁的本泽马表现更上一层楼,给人“越老越妖”的感觉。一些在齐达内手下郁郁不得志的球员,重新被安帅调教出锋芒,尤其是巴西边锋维尼修斯和西班牙中场阿森西奥。维尼修斯

在8月份的3场正式比赛中,维尼修斯打进3球,力压本泽马当选皇马8月份的最佳球员。今晨的比赛,维尼修斯虽然没有进球,但是获评9.2分的全场第三高分,仅次于获得满分10分的本泽马和上演“帽子戏法”的阿森西奥。维尼修斯

的速度和冲击力很出色,对皇马撕开对手防线很有帮助,他在临近终场时为伊斯科的进球送上助攻。维尼修斯本赛季在西甲出场6次,攻入5球并有两次助攻,参与进球数超过上赛季整个赛季(3个进球加3次助攻)。

西班牙中场阿森西奥此役攻入三球,他有两个进球来自本泽马的助攻。这是阿森西奥在皇马的第一个“帽子戏法”,也是皇马的西班牙球员12年来的第一个“帽子戏法”,皇马上一次有西班牙球员上演“帽子戏法”还是在2009年4月的劳尔。

阿森西奥同样是在齐达内手下不得志的球员,他赛后谨慎地表示:“希望我可以在主帅安切洛蒂的计划之中。在皇马竞争很激烈,在机会到来的时候做好准备很重要,我今天做到了。”羊城晚报记者 刘毅



本泽马庆祝进球 图/视觉中国

联赛杯·今晨

羊城晚报今晨消息 记者徐扬扬报道:英格兰联赛杯第三轮今晨收官,目前在英超积分榜排名前三的豪门球队都遭遇对手顽强抵抗:“红魔”曼联在主场以0比1不敌西汉姆联,被淘汰出局;“蓝狮”切尔西在主场与维拉战成1比1,点球决胜赢4比3,涉险晋级。

“红魔”首发阵容全部轮换

曼联与西汉姆联的较量是一场“背靠背”的比赛——四天前前者才在英超第五轮以2比

皆以“二队”出战,两大豪门有喜有悲

1险胜后者。今日两队再战,双方不约而同地皆以“二队”出战,曼联轮换了全部11人,西汉姆联也仅有鲍文继续首发,轮换了其10人。

尽管如此,曼联的首发阵容仍强大得吓人,阵中的桑乔、林加德、马夏尔都是当红的大牌球星。故此役曼联占据多达六成的控球率,射门27次,射门6次,分别是对手的3倍和2倍。不过曼联也只是赢了面子,双方攻门构成的实际威胁,西汉姆联不比曼联小。兰奇尼在第9分钟就替客队率先破门,亚尔莫连科也有两次威胁极大的射门,

红魔出局,蓝狮晋级

其中一次射中门柱。最终西汉姆联以一球小胜回敬曼联,让对方在联赛杯征程第三轮止步。

“蓝狮”点球大战惊险胜出

切尔西此役的首发阵容轮换了10人,唯一继续首发的是门将凯帕。对此主教练图赫尔的解释是,主力门将门迪在上周欧冠比赛之后身体不适,近两场比赛都由凯帕替代。

此役,切尔西与维拉的控球率之比是68比32%,射门是18比10,射门却是7比7。

虽然切尔西由维尔纳在第54分钟首开记录,但维拉由阿切尔在10分钟后扳平比分。最终在点球决胜中,切尔西笑到最后。

其实,维拉此役也轮换了9人,仅后卫卡什和图安泽贝继续首发,即便双方都以“二队”交手,维拉仍给切尔西制造了很大麻烦。可见,联赛杯如今的“鸡肋”意味愈发明显,不仅曼联、切尔西这样的豪门以“二队”来应付,就连西汉姆联和维拉这些英超超列第八、第十的中游队也以“二队”出战,而且还颇有竞争力,这也表明英超即便是中游球队也有很强的竞争力。

广马精神征文

吴园团

广马,超越自我的“歌”

冲冲冲,一起向前冲……当起跑的发令枪响起,三万健儿如同大坝开闸的水流般从花城广场出发点奔涌而出,在广州的道路上铺开一条欢乐的彩带!奔跑在赛道上的选手,如同一个个五线谱上跳跃的音符,串成了一首活力四射的进行曲!

2012年,首届广州马拉松赛在家门口举行。那时候,我来到路边为选手们加油鼓劲。选手们健步如飞地奔跑,他们欢快的笑容、潇洒的英姿深深地感染了围观群众,让人们羡慕不已。我真恨不得马上跳进赛道,跟着他们的步伐跑起来!

期盼已久的2013年第二届“广马”到了,但在报名时我心里却十分犹豫。在朋友的鼓励下,没有长跑经验的我还是鼓起勇气报名了5公里迷你马拉松。

比赛日当天,我和朋友早早来到了花城广场,对这次“广马”既充满期待又心怀忐忑。跑到起跑枪声响起接近半小时了,我们才慢慢到达起跑线。走走跑跑、跑跑停停,一路欢笑,不知不觉到达天河体育中心的终点。5公里就这么“跑”完了?太不过瘾了!这次对“广马”的初体验,让我深深地爱上了“广马”,明年我要跑半马!

当我和经常跑步的朋友说起要报名半程马拉松时,朋友笑着说“你先试试看吧”。

有心动,就要有行动。在朋友的影响下,我开始出现在跑步的人群中。看着别人跑步轻松自在,不跑不知道,跑起来才发现,自己跑三五公里就已经跑不动了,真的不想继续跑下去了!

“才跑这么几公里就跑不动了,怎么去跑半马呢?”朋友用半

带讥笑半认真的口吻说,“跟上我们,再多跑一点点,再坚持一下就好了。”

正当自己感到疲惫,想要放弃的时候,朋友的“激将”鼓励让我咬牙继续前进。这个时候,每多跑一公里,每多坚持一分钟,都是对意志力的极大考验!而在坚持跑下来之后,就会发现每多跑一公里,每多坚持一分钟,都是一次自我超越!

经历一次次的坚持和磨炼之后,跑步的距离逐步拉长,跑起来也越来越轻松了。我在2014年、2015年报名并顺利完成了“广马”半程马拉松。后来,一群喜欢跑步的同事组织成立了跑群,大家一起热身、训练、拉伸,完成了一次次的自我挑战。我在2016年完成了全程马拉松,那是以前不敢想象的。

跑步的过程也让我有所感悟:人生又何尝不是一场马拉松?在追求梦想的漫漫路上,历经磨炼之后就会明白,只要不断超越自我,就能取得成功!

“广马”就是一道超越自我的励志歌,难怪这么多喜欢广州马拉松!“广马”,我要为你而歌。

于是,我完成了《超越自我——马拉松之歌》的歌词,经著名音乐家马国华谱曲,由一群热爱唱歌和运动的电台主持人演绎,充满活力的《超越自我——马拉松之歌》很快出炉了。这首歌曲完成后,我将歌曲发给了广州马拉松组委会,被选中在广州马拉松官方网站上展播。

作为一名跑者,能够真切地感受到“广马”在不断地进步,不断地超越自我,成为名副其实的“双金”赛事,成为众多跑者翘首以盼的全城路跑狂欢盛宴!

征文 广马十年,说说你的故事

此次征文活动为羊城晚报与广州市体育局共同发起,经过多次研讨,确定广马精神的基本框架分别为“超越自我、勇于担当、温暖温情、务实创新、专业专注”五个主题,请参与征文的选手选择其中一个主题说出您的故事和感悟,每篇字数在1000字左右。

我们将择优在羊城晚报、羊城派以及金羊网上刊登,并评选出一等奖一篇,二等奖两篇以及三等奖四篇,奖金分别为一等奖2000元/篇、二等奖1000元/篇、三等奖500元/篇。欢迎踊跃投稿。投稿邮箱为:ycw-bgmzw@126.com,截稿日期为9月30日。

大号热出 连号隐身

析福彩玩法走势 36选7:13、18、22、24、29、30、35。双色球:11、17、20、30、31、32后区:03、05、09。福彩3D:02、04、07。(米粒)

今日大吉 花 今日吉时:申时、酉时、戌时 今日吉数:11、20、32 今日生肖:虎、兔、蛇、羊、猴、狗 (米粒)



同学聚会(下)

插图 采采

李强悄悄观察着大家的“表演”,有个身处官场的同学吹嘘自己有多大能耐,李强全当耳旁风,左耳进、右耳出。没想到,那同学点了李强的名:“在哪高就?”李强只得说自己是蓝领,引来了哄堂大笑。虽然有同学帮腔不要太过分了,但李强恨不得找个地洞钻进去。

酒足饭饱,大家三三两两闲聊,李强打算告辞,开了家小公司的同学小明却诉起苦来:“现在生意难做,快关门大吉了。”听说缺流动资金,向来热情的李强承诺帮他一把,却有人讥讽道:“就你穿得脏兮兮的也有钱?”李强却认真地说,第二天要送小明30万元现金救急。连小明也睁大眼睛。这时老婆开车来接李强回家。当他走向自家的那台豪车,几个陪伴下来的同学异口同声地说:“你也太低调了吧?”

小城已是万家灯火,李强无意欣赏美丽的夜景,不仅是李强不爱张扬,他的车和房是因为那年买彩票中了大奖而买的,他依然踏踏实实做技工,就是希望此次中奖不影响自己的人生。(袁斗成)



晚晚好彩·福彩

刮刮乐奖上奖中20万元 外地来江门实习小哥赚第一桶金

羊城晚报记者 张爱丽 通讯员 梁一鸣 插图 采采

9月12日星期日晚上10时左右,江门福彩销售员通讯群忙着分享双色球和快乐8等游戏开奖公告,盘点中奖情况,南海区第44120231号投注站销售员嫦姐晒出一张在她投注站刚刚刮出一等奖20万元的刮刮乐“百发百中”中奖彩票,顿时各种祝贺点赞消息轰炸刷屏。

实习小哥赚第一桶金

9月13日星期一上午,嫦姐陪伴着中奖者小华和他的朋友一起来到江门市福彩中心办理兑奖手续。在嫦姐和小华一唱一和的分享下,“百发百中”一等奖20万元中奖经过被娓娓道出。原来小华最近来到江门某企业参加顶岗实习。前两天在经过江海区汇源新苑汇源街2号111铺的第44120231号福彩投注站时,记住了这个地方。

之前小华已接触过刮刮乐即开票,有很好的中奖体验,于是在12日休班之际,他专程来到投注站玩刮刮乐,花了40元买下一张20元的“黄金时代”、一张10元的“好运十倍”、两张5元的“百发百中”,其中一张“百发百



中”刮中了10元,就兑换了两张“百发百中”继续刮,刮开了其中一张的游戏1猜球数,“我猜的球数是6个”,“比赛结果”也是6个,有戏了,小华一看奖金是¥200000元,脑海一片空白,数了好几遍数字仍不敢相信自己中了一等奖,他颤抖着双手紧握着中奖彩票走近销售台请嫦姐帮忙确认。后约定翌日一起到江门市福彩中心兑奖,面对喜从天降的“第一桶金”,当晚小华怀揣着中奖彩票过了一个激动又紧张的无眠之夜。

中奖奖金先存储起来

问到奖金如何使用,小华表示自己尚在实习阶段,先把奖金存储起来,工作一段时间以后再规划一下用途,或会好好利用这“第一桶金”,作为个人事业发展启动资金。

9月14日下午,江门市福彩中心为44120231站举行刮刮乐中大奖宣传活动,市福彩中心副主任陈泽荣为站点颁发中奖证书和宣传费奖励。

茂名福彩开展中秋走访慰问投注站活动

秋风送爽,温暖中秋。在中秋佳节来临之际,为感谢一线福彩销售人员的辛勤付出,茂名市福彩中心开展了走访慰问投注站活动,向长期坚守销售岗位的他们送上节日的问候。

根据安排,茂名市福彩中心工作人员分批次对全市300多个投注站和刮刮乐户外销售亭进行了走访慰问。在

慰问过程中,茂名市民政局党组成员、三级调研员陈观光,市福彩中心主任程玉颜与业主、销售人员进行了亲切交谈,详细了解他们的销售情况和经营中遇到的实际困难,并送上节日慰问品。

“月逢中秋分外明,人到佳节别样亲”,一年一度的中秋慰问,已经成为茂名福彩拉近与销售一线业主和销售

员距离的桥梁与纽带。多年来,茂名福彩每年中秋佳节都会对投注站进行走访慰问,让他们在团圆的节日里感受福彩大家庭的温暖。这样的慰问活动既鼓舞了士气、振奋了人心,又增添了干劲,促进了销量,也进一步激发了一线销售人员的销售积极性。(张爱丽 何兰妹)

彩票开奖公告栏 开奖时间:2021年9月22日. Includes tables for 36选7, 3D, 超级大乐透, 排列3, and 排列5 results.