

独家报道

广东体育军团幕后保障力量 1

编者按：在今天的东京奥运会和陕西全运会上，广东体育健儿们以高超的竞技水平展现了广东体育的风采...

广东赢得了荣誉：广东代表团在陕西全运会竞体和群体项目中全面开花，获得75金42银66铜...

默默无闻辛勤付出的工作人员。近日，羊城晚报记者通过实地走访，揭秘广东体育的幕后英雄们...

第16届省运会迎来倒计时一周年 主创团队亮相清远

羊城晚报讯 记者郝浩宇报道：广东省第16届运动会暨第九届残疾人运动会倒计时一周年启动仪式日前在清远市体育中心凤冠广场举行。

广东省第16届运动会将于2022年11月在清远市举办。本次活动在现场推介了本届省运会会徽、会歌、吉祥物和主题口号等重要信息...

本届省运会开闭幕式不仅是体育文化的盛宴，更是旅游产业创新突破的革新之作。在艺术顾问李劲望、总创意王锐祥的指导下...

清远市政协主席、省运会清远市筹备工作常务副主任兼指挥部总指挥梁志勇，广东省体育局党组成员、副局长袁良，广东省残联副理事长陈宏宇...

像视频和灯光编程技术等多种前沿高科技，以国际级标准将清远“山水名城、岭南绿都”和“创新科技先行城”城市品牌形象展现于省级舞台上...

章东新表示：“清远以绿色发展为引领，我们希望深度融合体育、生态、文化、旅游、科技等产业，将清远城市独有的文化魅力与对这座城市的未来凝结于此...

清远市政协主席、省运会清远市筹备工作常务副主任兼指挥部总指挥梁志勇，广东省体育局党组成员、副局长袁良，广东省残联副理事长陈宏宇...

医疗康复保障水平领跑全国

策划：陶勇 统筹：林本剑 采写：羊城晚报记者 柴智 林本剑 杨楚滢

在今天的东京奥运会和陕西全运会上，广东运动健儿们以高超的竞技水平展现了广东体育的风采，而在赛场内外有一群默默守护他们的人——广东体育军团医疗康复保障团队...

三级医疗保障体系，专家团队阵容庞大

时间倒回至2013年的辽宁全运会前一个月，广东跳水队员谢思埜在训练中完成109B的高难度动作时左脚足舟骨骨折。广东二沙体育训练中心（以下简称“二沙”）体育医院运动医学副主任医师、广东跳水队医疗组负责人魏东凌通过局部固定、合理调整训练计划、加强肌肉代偿等手段...

十几年的合作，让谢思埜和魏东凌两人彼此信任，“在谢思埜纵身一跃前，我们都会眼神交流，这就是彼此间的默契，我站在那，让他有一定的安全感，可以放心去追逐金牌。”魏东凌全程参与了谢思埜东京奥运周期和陕西全运周期的康复医疗，并且每次大赛都陪伴在谢思埜左右...

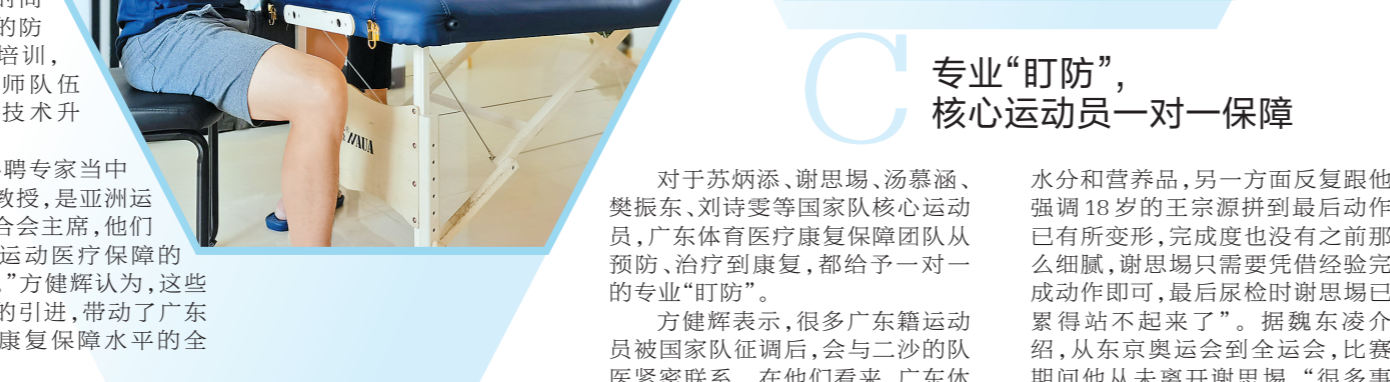
广东体育医院坐落于二沙基地的西南角，医院后方为康复中心。虽然占地面积不大，却是广东体育医疗康复保障团队的核心地带。据二沙医务处处长方健辉介绍，目前二沙整个医疗康复保障团队在编人员43人，其中正高级职称2人，副高级职称11人，加上外聘的专家，人数超过百人...

队医教练无缝沟通，精准治疗精准康复

竞技体育的舞台伴随着运动员大起大落的人生，背后则是他们数以万计的训练时长，以及日积月累后落下的伤病。谢思埜在2016年经历第二次手术，将游离骨片和其中一颗游离韧带取出后，足弓稳定性的恢复以及大强度训练的重启，堪称漫长的康复过程。

魏东凌告诉记者：“两次手术方案的目的是要确保足舟骨内侧的稳定，以应付运动员高强度训练，尤其是跳水运动员在走板和起跳时对足舟骨内侧的稳定要求极高。”魏东凌告诉记者：“谢思埜左脚中的韧带始终是一颗‘定时炸弹’，一旦韧带移动到关节缝隙，就将面临再次手术，所以谢思埜在平常训练和比赛中都会忍着心，身体有任何风吹草动都会第一时间联系我。”

事实上，运动康复是一个系统工程，并非头痛医头，脚痛医脚。“踝关节有问题，肯定是全身性的问题，不是踝关节出问题就只处理踝关节。”在魏东凌的记忆里，第



“像外聘专家当中的李国新教授，是亚洲运动医学联合会主席，他们都是国内运动医学保障的顶尖人才。”方健辉认为，这些高端人才的引进，带动了广东体育医疗康复保障水平的全面提升。在疲劳恢复手段上，二沙除了有常规的冷热理疗和按摩拉伸外，还花费近70万元购入超低温冷疗舱，运动员康复期不要马上恢复专项训练，建议用一到两周的时间逐步从伤病恢复过渡到体能恢复，再到专项训练。教练组听取了我们的意见，所以后期谢思埜的恢复基本是白天体能搭配专项训练，晚上我们再给他治疗，像我们的防护师几乎是每天两小时的按摩。

▲魏东凌（左）和谢思埜在全运会赛场 ▲方健辉为刘诗雯做治疗 ▲李国新（左）给运动员做治疗

专业“盯防”，核心运动员一对一保障

对于苏炳添、谢思埜、汤慕涵、樊振东、刘诗雯等国家核心运动员，广东体育医疗康复保障团队从预防、治疗到康复，都给予一对一的专业“盯防”。

方健辉表示，很多广东籍运动员被国家队征调后，会与二沙的队医紧密联系。在他们看来，广东体育保障的水平在某些领域甚至要领先于国家队。“像刘诗雯在东京奥运会备战期间，肘关节的伤势一直困扰着她，由于压迫神经，右胳膊无法发力，在保守治疗效果并不显著后，我们才决定手术。术后我们与刘诗雯沟通后，特意派了一名意大利物理师协助其恢复”。

广东体育局还在北京设立了科医站，在国家队的广东籍运动员平常在国家队训练后可以到此按摩、放松、恢复，聊天看电视，“北京科医站已成为广东籍运动员在北京的家”。

以往的奥运会备战周期，跳水队都要参加全国冠军赛、世界杯等一系列赛事，通过以赛代练的方式逐步将运动员的状态在大赛前调整至最佳。但今年情况特殊，运动员参加的比赛屈指可数，而且东京奥运会与陕西全运会只间隔40多天，给备战工作带来前所未有的挑战。魏东凌无奈地表示：“我当时粗略计算过，谢思埜的体能储备只能撑到亚运会，谢思埜能否撑完全运会，我当时心里是没底的。”

在全运会男子单人三米板比赛中，王宗源在预赛就拼得特别凶，仅落后谢思埜0.1分，这让谢思埜从预赛开始就不敢有任何的大意。由于预赛和复赛之间只有10分钟的休息时间，加上比赛当天谢思埜受肠胃炎和感冒的影响，决赛比到后三跳时，他已经精疲力竭。“当时一方面我给他不断补充水分和营养品，另一方面反复跟他强调18岁的王宗源拼到最后动作已有所变形，完成度也没有之前那么细腻，谢思埜只需要凭借经验完成动作即可，最后尿检时谢思埜已累得站不起来了”。

据魏东凌介绍，从东京奥运会到全运会，比赛期间他从未离开谢思埜，“很多事情我们都是有备无患，比赛时他需要衣服还是毛巾，往往一个眼神就够的，这些都是建立在彼此高度信任的基础上”。

二沙广东体育医院运动医学副主任医师、广东省田径队主管队医李国新在接受羊城晚报记者采访时，也认为运动员与队医之间的沟通和信任是最关键的，“运动员身体有任何状况都会第一时间与我们反馈，而队员每一个技术动作的完成度如何，队医也都能立刻对其身体状态作出判断”。

苏炳添在东京奥运会的百米飞人大战中，半决赛和决赛之间只有两个小时的间隔，李国新回忆道：“在半决赛后，苏炳添的腿部肌肉已非常疲劳，很容易出现痉挛的情况，国家田径队从广东保障团队借调的资深按摩师就通过按摩手段，让苏炳添的肌肉放松，尽快恢复到常态。”对于苏炳添，李国新坦言他是让队医最省心的运动员，其间五次提到自律二字，“他很自律，而且对自己的身体状况非常了解，他会主动跟治疗师、康复师和队医去沟通，该上强度上强度，该做康复做康复，训练计划有条不紊”。苏炳添如今的身材越来越有欧美运动员范，李国新认为其核心力量的稳定是肌肉强壮的主要原因，这是专项训练与体能、康复训练有机结合的完美“产物”，也是专业“盯防”一对一保障制度的收获。

苏炳添在东京奥运会的百米飞人大战中，半决赛和决赛之间只有两个小时的间隔，李国新回忆道：“在半决赛后，苏炳添的腿部肌肉已非常疲劳，很容易出现痉挛的情况，国家田径队从广东保障团队借调的资深按摩师就通过按摩手段，让苏炳添的肌肉放松，尽快恢复到常态。”对于苏炳添，李国新坦言他是让队医最省心的运动员，其间五次提到自律二字，“他很自律，而且对自己的身体状况非常了解，他会主动跟治疗师、康复师和队医去沟通，该上强度上强度，该做康复做康复，训练计划有条不紊”。苏炳添如今的身材越来越有欧美运动员范，李国新认为其核心力量的稳定是肌肉强壮的主要原因，这是专项训练与体能、康复训练有机结合的完美“产物”，也是专业“盯防”一对一保障制度的收获。

苏炳添在东京奥运会的百米飞人大战中，半决赛和决赛之间只有两个小时的间隔，李国新回忆道：“在半决赛后，苏炳添的腿部肌肉已非常疲劳，很容易出现痉挛的情况，国家田径队从广东保障团队借调的资深按摩师就通过按摩手段，让苏炳添的肌肉放松，尽快恢复到常态。”对于苏炳添，李国新坦言他是让队医最省心的运动员，其间五次提到自律二字，“他很自律，而且对自己的身体状况非常了解，他会主动跟治疗师、康复师和队医去沟通，该上强度上强度，该做康复做康复，训练计划有条不紊”。苏炳添如今的身材越来越有欧美运动员范，李国新认为其核心力量的稳定是肌肉强壮的主要原因，这是专项训练与体能、康复训练有机结合的完美“产物”，也是专业“盯防”一对一保障制度的收获。

英超·观察

莫耶斯祭两大法宝 破利物浦不败金身

自2015-2016赛季以来，利物浦对阵西汉姆8胜2平，不败战绩今晨在英超第11轮被终止——西汉姆主场以3比2打破利物浦的不败金身，不仅打了一场进球大战，还以1分的优势超越利物浦，跻身积分榜前三，与曼城同积23分，距榜首的切尔西仅差一个胜场。

赛前，利物浦主教练克洛普说：“我们看过西汉姆的比赛，他们踢得赏心悦目，比赛强度很高，还拥有非常出色的射手！莫耶斯正在变得越来越出色，西汉姆在他的率领下极富竞争力！”的确，西汉姆本赛季各项赛事的战绩10胜4平2负，主教练莫耶斯近几年对球队的打造颇有成效，而且已进入收获季节。

即使如此，利物浦面对西汉姆还是占优势的一方，毕竟两队首发阵容的总身价分别是6.01亿欧元和2.43亿欧元，利物浦要高得多。比赛的数据也显示，利物浦在场上占优势，拥有近七成的控球率，17次射门、5次射正；而西汉姆的控球率仅占三成，射门7次、射正3次。可是，笑到最后的却是西汉姆，原因何在？

利物浦挥霍机会是主要败因，比没有5次绝佳的机会被浪费，仅马内就有3次，直到最后时刻还有破门“绝平”的机会，可惜都未能把握。不过，这不足以抹杀西汉姆的出色表现，毕竟他们

先进球，而且一度以两球领先。

其实，西汉姆的两大取胜法宝是死球战术和快速反击，三个进球，第一球和第三球都是角球所得：第一球是利物浦门将阿利松失误送出乌龙球；第三球是利物浦的后点防守漏了祖马，被其头球破门。这两个角球进球都有一个共同点，那就是禁区中路有西汉姆球员遮挡掩护，导致利物浦球员出错。这明显是精心设计并经过训练的，绝非偶然。

弗洛伦斯第二个进球则是中路的快速反击，鲍文中场得球后连过数人形成突破，而弗洛伦斯则有意不过早前插，让对方的后卫也不敢往回缩，身后露出一大片开阔地带。当鲍文直塞之时，弗洛伦斯身前一马平川、毫无阻碍，利物浦后卫则望球莫及。由此可见，西汉姆球员踢得非常聪明，善于比赛，是成熟的表现。

西汉姆此役得分机会不多，成功率却极高。本赛季他们的成功率高达53.8%，平均每7.5次射门就进一球，在英超排第三位，再加上在英超排第二多的18次助攻，让其反击非常犀利。

西汉姆本赛季的出色表现是上赛季的延续，莫耶斯当记首功。克洛普赛前的那番话不是出于礼貌的恭维，而是由衷的称赞。

羊城晚报记者 徐扬扬

意甲·今晨

米兰德比平分秋色

羊城晚报今晨消息 记者刘毅报道：意甲第12轮今晨上演米兰德比，AC米兰主场以1比1战平国际米兰，联赛七连胜被终结。在积分榜上，那不勒斯和AC米兰同为10胜2平3负32分，排名前两位，国米以25分排在第三。

过去六次意甲的米兰德比大部分分出胜负，国米以5胜1负占据上风。开场仅11分钟，恰尔汗奥卢在禁区内造成凯西犯规，为国米赢得点球机会，他亲自操刀主罚命中。第17分钟，AC米兰中场托纳利开出任意球，国米中卫德里赫德不慎自摆乌龙。

两队主帅皮奥利和小因扎吉彼此非常熟悉，国米虽然进球机会更多，但没有把握住再改写比

分的机会。AC米兰本赛季在意甲抢分效率极高，前11轮取得10胜1平，成为意甲历史上第4支前11轮取得10胜的球队，此前三支球队分别是尤文图斯（两次）、那不勒斯（两次）、罗马，AC米兰打出在自己最辉煌年代都不曾有的高效率。目前AC米兰和那不勒斯积分相同，把上届冠军国米甩开7分，对主帅皮奥利来说，需要解决上赛季后半段那种后劲不足的问题。

国米本赛季失分较多，先后与桑普多利亚、亚特兰大、尤文、AC米兰战成平局，还被拉齐奥打破意甲不败金身。这是小因扎吉执教的第一个赛季，与全队还处于磨合之中。

广州快乐趣跑系列赛（海心沙站）开跑

羊城晚报讯 记者刘毅报道：珠江花城·2021广州快乐趣跑系列赛（海心沙站）昨天在海心沙亚运公园快乐起跑。比赛设个人组、欢乐跑亲子组两个项目，3000名跑者齐聚一堂，共赴这场5公里的快乐盛会，跑友

乐在其中，纷纷在拍照背景板前留下自己的身影。本次赛事为珠江文体品牌系列活动之一，也是广州珠江中路体育有限公司首次承办运营的新路跑赛事，以“让城市跑起来”为愿景和使命，推动全民健身事业的发展。