

广马配速员王招贤——

带跑友一起“PB”是我的荣幸

羊城晚报记者 龙希

在马拉松的赛道上，大家总能看见一道亮丽的风景：一群跑者身着统一的配速员装备，身背背包式旗帜，并佩戴注明各自领跑时段的号码布——他们就是被跑友们亲切地称为“兔子”的马拉松官方配速员。

2024广州马拉松赛即将在12月8日鸣枪起跑，今年60位官方配速员共分为9个组别，依次为——2小时45分、3小时、3小时15分、3小时30分、3小时45分、4小时、4小时30分、5小时和6小时15分收尾组。

比赛当天，这60位配速员将出现在广马42.195公里的赛道上，用精准的配速和稳定的节奏为每一位参赛选手提供最专业、最细致、最热情的领跑服务，帮助跑友刷新PB (Personal best)，也就是个人最好成绩。

值得一提的是，2小时45分时段是今年广马新增的配速时段，而作为这个新时段的领跑员，1998年出生的跑者王招贤感到“压力山大”……

王招贤在比赛中受访者供图



广马周日开跑，这些路段将临时管制

2024广州马拉松赛定于12月8日7时30分至14时5分举行，将有2.6万名运动员参加马拉松比赛。比赛起点设在天河体育中心，终点设在海心沙。12月5日，羊城晚报记者从广州交警获悉，为保障比赛的顺利进行及比赛期间道路交通安全有序，比赛期间将对部分道路分时、分段采取临时交通管制措施。

12月8日5时开始至比赛结束，下列时间、道路除持有广州马拉松赛专用证件的车辆和执行紧急任务的警车、消防车、医疗救护车、工程抢险车外，禁止其他车辆通行。

5时起，体育西路（双向，天河路至天河北路路段）、体育东路（双向，天河路至天河北路路段）实施交通管制。社会车辆可绕行广州大道、天河东路、天河北路、广园快速路。

6时30分起，临江大道（双向，由华夏路至冼村路路段，不含新中轴隧道）开始实施交通管制。

制。社会车辆可绕行华夏路、花城大道、冼村路。

6时45分起，天河路（双向，体育西路至天河东路路段）开始实施交通管制。社会车辆可绕行天河东路、天河北路、广州大道、黄埔大道。

7时15分起，体育东路（双向，天河路至黄埔大道路段）、冼村路（北往南方向，其中黄埔大道至金穗路路段为双向管制）开始实施交通管制。社会车辆可绕行天河东路、马场路。

7时25分起，临江大道（双向，由华夏路至科韵路路段）开始实施交通管制。社会车辆可绕行金穗路、黄埔大道。

7时58分起，猎德大桥（北往南方向）、猎德大道（双向，由花城大道至临江大道路段）、磨碟沙路（双向）开始实施交通管制。社会车辆可绕行华南大桥、广州大桥、琶洲大桥、双塔路、赤岗北路。

8时起，阅江路（双向，广州塔路至科韵路路段）、滨江东路

（广州塔路段）、艺苑路（双向）开始实施交通管制。社会车辆可绕行新港路、双塔路、赤岗北路。

8时32分起，艺洲路（东往西方向，由广州大道至艺苑路路段，其中友邻三路至广州塔路路段为双向管制）、滨江东路（东往西方向，由广州大道至上渡路路段）开始实施交通管制。社会车辆可绕行新港路、友邻一路、友邻二路、友邻三路、友和路、艺景路、新市头路。

8时36分起，滨江路（双向，由上渡路至洲头咀公园路段）、洪德路（滨江西路至同福西路）、南华西路开始实施交通管制。社会车辆可绕行新港路、南田路、仲恺路、东晓路、宝岗大道、同福西路。

8时52分起，人民桥（双向）、沿江路（双向，由西堤二马路至解放南路路段）开始实施交通管制，并封闭内环路A线六二三路出口。社会车辆可绕行内环路、珠江隧道、洲头咀隧道、解放

大桥、东风路、中山路。

9时03分起，沿江路（双向，由解放南路至大通路路段）开始实施交通管制。社会车辆可绕行新港路、双塔路、赤岗北路。

9时07分起，大通路（双向，由沿江东路至烟雨路路段）、潭月街、晴波路开始实施交通管制。二沙岛内单位和居民的车辆可从广州大桥进入二沙岛，绕行大通路、烟雨路、玉宇街等路段，可从广州大桥离开二沙岛。

此外，12月8日比赛当天，比赛路段禁止各种车辆停放，包括晴波路、滨江路、沿江路、南华西路等路段的路边停车位，避免影响比赛正常进行。比赛当天，天河体育中心和海心沙岛的停车场不对外开放。

交通管制路段恢复社会交通时间由公安机关交通管理部门根据比赛情况决定。比赛沿线单位和广大市民请提前安排好绕行线路，以免影响出行。

羊城晚报记者 苏荇

专访《我的主场》广州选手杨柏麟——“只要能上场，我都全力以赴”

专访《我的主场》广州选手杨柏麟——

场上嚣张、场下憨憨，在第一赛段的非首发阵容中以总得分28分的成绩位列第三……运动少年励志成长节目《我的主场》选手杨柏麟的“反差萌”给观众留下深刻印象。近日，杨柏麟接受羊城晚报记者专访，他表示自己性格比较内向，想通过这个节目认识更多朋友，同时提升篮球综合能力。

《我的主场》正在爱奇艺热播，该节目从全国各所大学和中学、体育赛场上选拔出60位篮球少年，他们在广东东莞这座篮球城市集结，迎接一场又一场比赛考验，最终将有10人入选梦幻一队，开启全国巡回赛。

有不服输精神
才能挑战更强

在个人揭幕战前，球员们可自主选择进入三个阵容，分别为首发、替补、试训。杨柏麟选择了试训，随后被告知该阵容球员没有机会参加个人揭幕战。对于当时的杨柏麟说：“当时选择阵容时，我们是不知道赛制规则的。我以前打球一直是从替补慢慢打上去的，所以想着来到这个节目也可以复

刻这条路径，但没想到在试训阵容没机会上场，当时不是很开心。如果当时就被淘汰出局，我会觉得很遗憾，没能展现自己的篮球能力。”

后续环节中，试训阵容球员得到了1V2的对阵机会，杨柏麟抓住机会，成功进入替补阵容。在2V2比赛赛后，杨柏麟排名第21位。他表示2V2不是单纯的对抗赛，而是设置了传球、运球、投篮等考验基本功的游戏。“我一直以来基本功都比较差，以前打球都是自己摸索，没有经过系统的训练。而且我不喜欢一个人打球，喜欢组队认识很多朋友，所以我只喜欢开场打比赛，而不是去练基本功。”

在杨柏麟看来，要从试训阵容冲击到首发阵容，需要很好的心态，具有团队协作的朋友，让他们选自己，“要有不服输的精神，不管在首发、试训，还是替补，有能力的人都可以走到最后。”

对撼CBA球员
不认怂也敢拼

在3V3对抗赛中，杨柏麟的队伍以一分惜败对手，未能进入

首发阵容。他很不甘心：“赛前，我们觉得在纸面实力上可能跟对方有差距，他们的身体素质等各方面都比我们每个人强一点，但上场之后发现他们并没有那么强。当时每进一个球我的自信心就提升一步；如果进不了球，我也会全力以赴拼篮板，努力防守。当时完全打开心了，肾上腺素爆棚，投篮后就感觉那球会进，于是出手后就做了个转身的庆祝动作，但可惜我们没能把握住最后两个罚球的机会。”

虽然憾负对手，但杨柏麟仍凭借出色表现被投票选为替补，获得与CBA球员比赛的机会。“只要能让我上场，我都会全力以赴。不管对手是CBA球员也好，NBA球员也好，也不管我能不能防守，我都会给自己信心，认真、积极拼抢。当时上场后，可能他们觉得我是替补就没有在意，但我就想展示自己也是能打能防的。最后剩几秒钟的时候，晓川哥（CBA球员翟晓川）在进攻，我觉得不能让你进去内线，我不能让你单打我，要让你打我也有压力，我就是那种拼命三郎的角色。”

“我不善于做自己，前面没有把自己的真实状态展示出来，后来更多利用身体优势去得分，

土生土长广州仔
绰号“天体直升机”

“刚开始打球的时候很喜欢花里胡哨的运球动作，后面发现这些动作没什么意义，因为最终的目标都是要把球放进筐。后来更多利用身体优势去得分，

基本就是‘隐形人’。后来我觉得既然来到这个节目，就得好好发挥，做做自己，平时是什么样的人，就得展示出来。”赛场之外，杨柏麟认为自己参加节目的挑战之一是人际沟通，同时他也在节目中收获颇丰，“平时在节目外，我没有那么强的拼劲和好胜心，但到了节目里，我就想着为了团队，一定要拼下每一场比赛，这样才可以获得打外战的机会。”

杨柏麟表示自己在节目中只展示了防守能力。“如果按实力排名，我应该是可以排到前十的，有可能拿到梦幻一阵的席位。接下来我还是会像最开始一样，一拼到底，就算在进攻上不能帮助到球队，或球队不需要我的进攻，我也会在防守、篮板、传球这些方面做好。”

羊城晚报记者 詹锡伟

那时候都是一打五，拿到球就是冲，觉得一个人强就行了，打得很烂，教练也不怎么喜欢我。”今年25岁的杨柏麟，球龄9年，他对于篮球的认知随着球龄增长也在不断变化。“后来到天河体育中心打球，那里所有人的身体都比你好，根本突不进去，你必须有中投或三分，于是慢慢练习了投篮。再后来去了Hoof flight球馆打球，遇到前CBA球员董俊江，他教会我很多，我也从单打独斗逐渐转变为偏向团队协作的打球风格。篮球始终是五个人的运动，除非水平比别人高出一大截，否则单打独斗永远赢不了球。”

作为土生土长的广州人，杨柏麟对广州的篮球氛围赞不绝口，他表示广州有很多场地可以打散场，也有很多类似小型“村BA”的赛事、不少品牌赛事也在广州落地。

由于弹跳能力出众，常在实战中扣篮，杨柏麟被球友们称为“天体直升机”。对于这个外号，他表示很开心，但也深知人外有人、天外有天，他笑着对羊城晚报记者说，“这个外号能不火吗？”



国际足球观察

姆巴佩加盟皇马
是不是个错误？



罚丢点球后，姆巴佩非常沮丧

图/视觉中国

西甲第19轮的第二场提前赛在北京时间12月5日凌晨结束，皇家马德里客场以1比2负于毕尔巴鄂，姆巴佩再次射失点球。今年夏天由巴黎圣日耳曼加盟皇马以来，姆巴佩在大部分场次的表现令人失望。皇马以33分位列西甲积分榜次席，比领头羊巴塞罗那落后4分，皇马少赛一轮。

本赛季在西甲，姆巴佩罚进三个点球，维尼修斯罚进两个点球，他们在皇马轮流主罚点球。维尼修斯近期因伤缺阵，姆巴佩将成为无可争议的第一点球手。

在11月28日的欧冠焦点战中，姆巴佩主罚点球被利物浦门将凯莱赫扑出，皇马以0比2完败于利物浦。无论安切洛蒂还是古蒂，都希望姆巴佩尽快打破点球心魔，所以他很快再次获得主罚点球机会。在毕尔巴鄂主场球迷强大的声浪中，姆巴佩却似乎胆怯了。果然被门将阿吉雷萨瓦拉扑出。

姆巴佩在皇马遇到的困难，罚不进点球只是其中之一，他以前有过在点球梦魇后涅槃重生的经历。

姆巴佩成名很早，在2018世界杯大放异彩，帮助法国夺得冠军。到了在2021年举行的欧洲杯，法国以世界杯冠军的身份参赛，姆巴佩却表现平平。在1/8决赛对瑞士的点球大战中，双方总共有9名球员全部罚进，姆巴佩作为第十个也就是法国第五个出场的球员主罚点球，罚不进就意味着世界杯冠军被淘汰。压力过大的姆巴佩没有罚进，他的点球被瑞士门将索默扑出，索默一直认为扑出姆巴佩的点球是自己职业生涯最辉煌的时刻。因为认为索默在面对姆巴佩的点球时双脚都离开球门线，超过24万名法国球迷要求对那场比赛进行重赛，欧足联当然不会允许重赛。

到了2022世界杯，姆巴佩完全走出在欧洲杯射失关键点球的阴影，他再次大放异彩，夺得世界杯金靴奖。在与阿根廷的世界杯决赛中，姆巴佩面对现役最佳门将之一马丁内斯罚进两个点球，包括在第118分钟的点球，帮助法国以3比3逼平阿根廷。到了点球大战，姆巴佩再次主罚命中，算是完胜在一场比赛赛点球中的帽子戏法。虽然法国最终输给阿根廷，但姆巴佩个人没有输。

按照姆巴佩在世界杯神勇、在欧洲杯低迷的规律，他今年在欧洲杯再次表现不佳，欧洲杯之后加盟皇马并不是一个很好的时机。皇马上赛季成为欧冠和西甲双冠王，已经登上巅峰，姆巴佩更大可能是带领皇马走下坡路，最多只能追平上赛季的双冠。姆巴佩在左路只会内切射门不会走外线的技术特点被西甲各支球队针对，他打不出世界杯和巴黎圣日耳曼那种好状态，自信心进一步受到打击，连主罚点球也胆怯了。姆巴佩要想恢复自信，也许需要又一届世界杯？

在皇马再次射失点球之后，姆巴佩在社交媒体写道：“这是一个巨大的错误，我对此负全部责任。这是一个艰难时刻，但这也是改变现状并且展示我到底是谁的最佳时机。”主帅安切洛蒂希望为姆巴佩减压：“我们需要给他时间，让他做得更好。当维尼修斯在场的时候，他会主罚点球。我们有三名点球手：姆巴佩、贝林厄姆和维尼修斯。”

羊城晚报记者 刘毅