



「三頭馬車」攜手無化學作用

紐約人主場負籃網

一得之見



韋斯博克隨時害死雷霆

在強隊林立的西岸，雷霆開季至今尚能保持近八成的勝率，本季能否奪得西岸冠軍甚至總冠軍，就要視乎杜蘭特與韋斯博克會否「連線」，偏偏韋斯博克的打法自我不甘屈就當「二哥」，這問題在一、兩場可影響最終結果的季後賽，便隨時害死雷霆。

雷霆是聯盟中難得的既年輕又有成績的球隊，主力杜蘭特與韋斯博克只有23歲，本季場均逾十六分的「綠葉」夏登更有22歲，球員的活力及充沛體能，確保該隊在縮短、更多「背靠背」賽程的本季保持穩定表現，以陣容的完整性論，該隊確有能力挑戰西岸錦標以至總冠軍。

不過，雷霆同樣面對一個嚴峻問題：杜蘭特與韋斯博克的合作性。昔日公牛王朝柏質就甘於當「二哥」輔助米高佐敦；爵士那對令人聞風喪膽的進攻組合——馬龍與史托頓，就屬於投籃、組織分工明確的拍檔，但雷霆的「杜韋」顯然不是這樣。

「獨食」風格不利爭標

日前對金塊一役，雷霆火力全開攻下124分，但全隊助攻僅有20次，比金塊還少4次，「杜韋」包辦91分，但杜蘭特投中24球中只有5次是韋斯博克助攻，兩人更似各自為戰。在這場高得分賽事，身為控衛的韋斯博克只交出9次助攻，本季場均5.5次助攻在控衛來說是相當低，但失誤卻高達4.3次，充分反映其「獨食」的風格。

杜蘭特場均得分、投射命中率都比韋斯博克高，但後者不甘當「男配角」玉成杜蘭特得分，難怪雷霆球迷諷刺韋斯博克是「防守」杜蘭特的最佳人選。這問題對雷霆的常規賽戰績影響不大，但就左右杜蘭特爭奪最有價值球員的機會，在一、兩場比賽足以決定大局的季後賽，更成為雷霆的隱憂。

馬菲爾

周一 NBA 賽果		
主場	比分	作客
公牛	90:79	雄鹿
紐約人	92:100	籃網
公鹿	90:93	魔術
火箭	97:93	灰熊
小牛	89:73	塞爾特人
雷霆	101:93	黃蜂
金塊	103:101	木狼
爵士	102:106	馬刺
太陽	104:88	巫師
湖人	103:92	拓荒者
勇士	104:97	快艇

◀林書豪(右)與安東尼(左)仍需時間磨合
法新社



【本報訊】綜合外電美國二十日消息：紐約人在周一晚的NBA常規賽迎來安東尼回歸，但該明星前鋒與超新星林書豪及內線霸王A史杜達米亞未能產生強烈化學作用，林書豪雖交出21分、9次助攻及7個籃板的優秀表現，但與作客的籃網後衛達朗威廉士的「PK戰」中還是不及豪取38分的對方，表現激情四射的兩人更同樣「6犯」離場，紐約人最終以92:100敗陣。

掌握了林書豪運球切入的習慣後，籃網是役以嚴密防守令紐約人進攻舉步維艱，主隊上半場46投僅18中，相反，籃網外圍火力全開，三分球僅首節已6投4中，全場則轟下15個三分球，僅達朗威廉士已包辦8個；防守方面，堪富利斯抓下10次防守籃板，表現比紐約人優勝。林書豪是役失誤只有3次，並錄得4次抄截，反而A史杜達米亞與安東尼合共只投入28分，防守貢獻也不過共有6個防守籃板。

林書豪：己隊缺強大動力

林書豪賽後承認未能阻止達朗威廉士，但球隊落敗最大原因是缺乏如擊破湖人隊的強大動力。談到與安東尼的合作時，林書豪提及「平衡」，他說：「我倆須要找到平衡，當下因為缺乏訓練時間去磨合，要做到確實有些困難。我們需要時間作調整，要想想我們怎麼去激發潛能、變成更好的球隊。」

至於上週日狂轟91分的雷霆主力杜蘭特與韋斯博克於周一晚發揮餘熱，各取31分助球隊以101:93挫敗黃蜂，柏堅斯與伊巴卡合力取下26個籃板及作出9次封阻也是功不可沒，雷霆目前與熱火以25勝7負並列聯盟首位。

兩主力需適應新角色

本報記者 李恆基



「平衡」，是林書豪在紐約人擊敗麥迪遜花園廣場後說的關鍵詞。其背後意思是，紐約人原有兩大主力A史杜達米亞與安東尼在林書豪加入後要適應新角色，包括在防守上多作貢獻，甚至在籃底加強活動。

多作防守貢獻

對籃網一役，A史杜達米亞與安東尼的籃板次數，加起來只等同林書豪的數字，兩名內線主力防守籃板數字偏低，過去還可以專注進攻作解釋，但在林書豪加入後，紐約人有了新的進攻點，那麼兩人就理應有更多防守貢獻，憑他們的身體素質，其實是可以做到。

有了林書豪組織進攻，「甜瓜」安東尼未來也應將焦點放回內線，發揮其精湛的籃底進攻技術，而非跑出外線跟「林瘋狂」爭波打，並應與A史杜達米亞爭取進攻籃板，讓球隊有更多「第二進攻」的機會。「甜瓜」與林書豪進行拆擋後也可在側翼跟進配合，加上A史杜達米亞在弱邊伺機而動，三個進攻點令對手更難防守，加強內線進攻比率也可令「甜瓜」提升進攻效率，而非拚命在中距離瘋狂投射，這樣可令紐約人的進攻更加有效。



港足引入科研提升訓練效果

【本報訊】香港足球隊主教練摩力克已建立一支運動科學支援團隊，加強訓練與科研的結合，港足球員昨天已佩戴備有傳感器的心率表訓練，摩力克並安排助手在高位拍攝球員的跑位，未來更會引入GPS（全球定位系統）傳感器紀錄球員訓練數據。

球員佩戴心率表練習

港足昨晨進行重組後的第三課練習，香港青年隊主教練金判坤、前港足主帥廖俊輝與足總市場及傳訊委員會成員蕭川普都有觀摩。摩力克的支援團隊帶備電腦及儀器即場監測及紀錄球員心率，並在高處拍攝

訓練情況。摩帥表示，要透過科研知識提升訓練效果，他說：「當代體育就是講求藉科學將訓練效果推到最高。港足會以運動醫學、科學及心理學知識提升訓練效果，並引入冰浴、按摩等恢復性方法。」

摩力克表示，技術、戰術上的訓練只是備戰國際賽的基本元素，接下來會逐步引入科研手段，他說：「我會透過錄像去研究球隊陣式、球員走位模式。頂尖水平賽事，球員每分鐘平均心跳達173次，最高可達200次，使用心率表可監察球員每分鐘的心跳而了解他們的狀況。接下來我還會引入GPS技術，透過晶片紀錄球員的跑動距離及速度。」



▲摩力克講解心率表測出的港足球員心率數據
本報攝

摩帥點兵看比賽表現



▲上週獲徵召的陳文輝(左)、曾文輝(中)與葉子俊(右)昨首隨「摩家軍」訓練
本報攝

【本報訊】港足主教練摩力克上週調整球員名單，剔除5名球員並徵召3人入伍，包括首度成為「大港腳」的現役香港五人足球隊成員、屯門的葉子俊。摩帥表示，港足點兵只看球員比賽表現，有潛質的球員未來都有機會入選港足。

榜尾隊球員也有機會

摩力克昨表示，球員名聲並非考慮因素，他說：「港足選人是以球會比賽的表現為依歸，並非按訓練表現或球員名聲去點兵。即使是榜尾球

隊的球員，只要有潛質，也有機會上榜。對於港足的踢法，我有自己的一套想法，因此要找尋一些能力、技術及戰術理解力能符合我心目中踢法的球員。我不認為落選球員能力有問題，也不代表他們將來沒有機會。」

港足「初哥」葉子俊慨嘆過往只入選五人代表隊，球員生涯總是感到有所遺憾，他說：「畢竟我是踢(港甲)聯賽，踢大波的。小球會球員入選港足的機會，過往好明顯是較低，但新教練執教後，每隊球員都有機會了。」



同室操戈 香港足球會國際壁球邀請賽下月12日至17日在港會壁球場舉行，賽事首次成為世界男子職業壁球協會認可的職業排名賽，總獎金25000美元。港隊有李浩賢(中)憑世界排名入圍決賽圈，與獲外卡的隊友劉少維(左)在首圈爭入8強，歐鎮銘(右)則與另外六名港將角逐外圍賽。
本報攝

秦凱羅玉通贏世杯3米板



據新華社倫敦二十日消息：在國際大賽中首次聯袂使用109C的中國組合秦凱、羅玉通，今天總體表現穩定，奪得第十八屆國際泳聯跳水世界盃暨奧運測試賽男雙3米板冠軍，為中國取得開門紅。在決賽共6輪較量中，這對世錦賽冠軍搭檔在第五輪選擇難度係數高達3.8的109C(向前翻騰四周半抱膝)，得到87.78分，雖不及俄羅斯組合在這一動作上的96.90分，但總體表現穩定，以445.71的總分奪得冠軍。

艾莎蓮卡未敢看齊祖高域

據新華社多哈二十日消息：現排名女網世界第一的白俄羅斯名將艾莎蓮卡表示，儘管自己目前狀態正佳，但距離男單「一哥」塞爾維亞球手祖高域上季的「統治級」表現仍有差距。短短兩個月，艾莎蓮卡以17連勝的傲人戰績先後在悉尼公開賽、澳洲公開賽和卡塔爾公開賽上連續奪冠，這讓不少人暢想這位女網新「一姐」能否複製祖高域去年開季後41連勝的壯舉。艾莎蓮卡表示：「能與祖高域做比較，我十分榮幸，因為他是位偉大的球員，但想要達到他的水準，我仍需付出更多的努力。」

高禮澤盼教出奧運獎牌選手

【本報訊】「孖寶」李靜/高禮澤過往曾為香港乒乓球隊立下不少汗馬功勞，在今年的倫敦奧運會，這對黃金拍檔大有可能不會出戰，高禮澤期望在退役後能教出奧運獎牌運動員，為港增光。

歲月是個運動員最難以抵禦的敵人，曾在2004年的雅典奧運取得男雙銀牌的高禮澤/李靜昨相繼表示，他們將不會再以球員身份參與本屆奧運。高禮澤說，自己已決定退役，希望能轉為教練，目標是能和教練陳江華一樣，教出奧運獎牌運動員。還有兩年才碩士畢業的李靜則表示，自己會以老球員的身份繼續打兩年，以配合學業，但決定把

本屆奧運參賽機會留予後輩的他說：「我覺得這是最正確和明智的決定。」

港乒今赴澳門戰亞錦賽

另外，鑑於奧運團體項目必須有三位不同的運動員參與，分別會參加單打項目的帖雅娜和姜華珺將需要多一位成員加入，組成雙打才能出戰團體賽，帖雅娜/姜華珺因而被迫「分手」，最後一個女隊名額預計會在小將李皓晴和吳穎嵐之中產生。

港隊今年將會出發前往澳門，準備明天展開的亞洲錦標賽。



▲左起：高禮澤、陳江華和李靜同希望港乒在亞錦賽取得佳績
本報攝