

帶領浙江廣廈時隔四年重回CBA總決賽



◆ 王博帶領球隊殺入決賽。新華社

當選2021-2022賽季中國男子職業籃球聯賽(CBA)常規賽最佳教練並最終率隊時隔四年重回總決賽，這是王博完整執教浙江廣廈首個賽季交出的成績單。雖有遺憾，但已足夠驚艷。休賽期，王博又成為中國男籃教練組一員，開始了全新的挑戰。回望過去，展望未來，這位未及不惑之年的少帥在接受專訪時表示，一分耕耘才有一分收穫。



◆ 孫銘徽(左二)其實是帶傷出戰。新華社

王博：一分耕耘 一分收穫



◆ 胡金秋(左)的缺陣影響甚大。新華社

彼時從恩師李春江手中接過教鞭，或許沒人會想到，在王博的帶領下，廣廈的反彈會來得如此迅猛。2020至2021年賽季，廣廈陷入低谷。聯賽22輪過後，俱樂部對教練組進行調整，王博臨危受命，從助理教練正式成為球隊主教練。在王博的執教下，廣廈雖然止住了頹勢，通過了季後賽附加賽，但最終止步8強。

休賽期，王博開始為作為主教練的首個完整賽季作準備。改變，從休賽期的訓練開始。「以往休賽期訓練，年輕隊員可能會覺得，即使夏天練得再好，真正到了比賽可能也不會有機會，所以很難百分之百投入到訓練當中。」王博說，年輕隊員只要訓練中練得好，他就願意在比賽中給機會。身體上的疲勞，精神上的鬆懈，長時間高強度集訓帶來

的問題也接踵而至，這也讓王博頗為感慨：「用了很多種辦法讓他們完成這四個月訓練，堅持一整個夏天的高質量訓練，確實不容易。」付出終究換來了回報。接下來的賽季，廣廈勢如破竹，最終31勝7負常規賽排名第二，再度成為總冠軍的有力爭奪者。「隊員們在場上很團結，願意分享球，主力隊員也非常無私，他們願意把自己的上場時間分享給年輕隊員，讓他們有足夠時間去成長。」王博說，這也是上賽季球隊取得成功的主要原因。如果胡金秋和趙岩昊不缺席，總決賽會不會是另外一種結果？「不一定會，但我覺得最起碼會給全國觀眾奉獻非常精彩的總決賽。」競技場上沒有如果，王博答得坦率。

用了4年時間重新回到總決賽的舞台，王博和他的球隊卻來不及慶祝。面對實力強勁的遼寧隊，球隊在常規賽最有價值球員胡金秋和主將趙岩昊因傷缺陣的情況下，如何讓比賽盡可能保持懸念，成為擺在王博面前的難題。「首先我和孫銘徽進行了溝通，雖然他身上也有傷，但如果他不能出戰，比賽可能就會出現潰敗的局面。」王博說，球隊需要孫銘徽和許鍾豪的經驗，需要他們在困難的時候挺身而出。

安撫完老將，王博又開導起小將們。「像朱俊龍、許可這些年輕隊員，比賽經驗不足，他們需要在總決賽上擺正自己的心態，珍惜上場機會的同時，還要敢於發揮自己。」王博說。「那麼多國手陪你們訓練，是非常難得的機會，你們不如把總決賽當成練習賽去打。」王博希望用這樣的調侃，來減輕年輕隊員們的心理壓力，事後也證明，這招奏效了。「球隊的攻防，包括人員的輪轉，有針對性的一防一，現在所做的工作至少60%到70%和之前助理教練時是不一樣的。」再次經歷總決賽的洗禮，王博也在逐漸適應場上角色的轉變。

場上是王導 場下依然是博哥

2013年在廣廈退役後，王博轉身為球隊的助理教練，說王博是看着胡金秋、孫銘徽和趙岩昊一步步走到今天的毫不為過。無論是場上還是場下，年長一些的王博都更像是他們的「博哥」。「當了主教練，我和球員們之間的關係其實變化並不大，他們還是叫我博哥。訓練的時候，他們可以隨時隨地打斷我，提出問題，然後我來解決，這樣也能讓他們更好地了解我的執教理念。」在王博看來，球隊取得現在的成績，也證明這是一種積極有效的溝通方式。

廣廈從季後賽邊緣球隊成長為爭冠球隊，一路走來王博既是見證者，更是親歷者。「一個球隊需要有自己的梯隊，源源不斷地自我造血，這樣球隊才會走得長遠。」王博說，隊裏如今大部分球員都是「廣廈製造」，正是得益於俱樂部在青訓上十年如一日的堅持。

完整執教球隊才一年，就得到了國家隊教練組的徵召，王博把它當作是對自己執教的認可。「非常榮幸也非常意外，算是對我這個賽季努力的最大認可，我會好好珍惜這個機會。」對於接下來的賽季，王博希望年輕人能夠更快一些成長。「一分耕耘一分收穫，絕對不能有滿足於上賽季的成績這種思想。我們必須把目光放長遠一些，這樣才有更多動力去衝擊更高的目標。」

杜拜殘疾人羽毛球賽 朱文佳穿金戴銀

香港文匯報訊(記者黎永淦)杜拜殘疾人羽毛球國際賽周日(29日)煞科，去年東京殘奧為香港贏得一面銀牌的朱文佳一日雙穿金戴銀，他於男子SH6級(短肢組)拿下男單金牌；男雙夥拍王鎮炎出戰，再贏多一面銀牌。

輪椅組代表陳浩源則於男子WH2級決賽遇上剋星、東京殘奧金牌得主梶原大暉，以1:2俯首稱臣屈居亞軍。



◆ 朱文佳(左三)奪金，隊友王鎮炎(右三)奪銀。

上周於男單稱王的朱文佳，今站乘勇出擊表現優異，他先在SH6級男單以2:1反勝王鎮炎拿下決賽權。到決賽再直落兩局以21:10、21:9，連續兩站於單打封王。朱文佳今站亦有夥拍王鎮炎出戰SH6級男雙賽事，這對香港組合在單循環最後一仗，以21:13、21:13擊敗印度組合，累積總成績3勝1負，再為香港贏多一面銀牌。

至於WH2級男單世界排名第2位的陳浩源，自東京殘奧開始，多次與世界排名第3的梶原大暉對賽都落於下風，上周巴林國際賽4強兩人再次交手，陳浩源以1:2敗陣，其後在社交平台指「勝利被偷走」，質疑裁判判決有利對方。今站兩人在決賽又狹路相逢，陳浩源先贏21:16，但對手及後以21:5追平，陳浩源在決勝局末一度領先14:11，可惜被梶原大暉連贏6分反先，終以19:21敗陣，只能獲得銀牌。

◆ 港隊於今屆比賽再度取得佳績。殘奧會圖片

宋佳媛選拔賽力壓鞏立姣奪冠

據中國田徑協會消息，2022年中國田徑協會投擲項群通訊賽暨尤金世錦賽選拔賽在各隊駐訓基地舉行。在女子鉛球比賽中，上海小將宋佳媛投出20米20的個人最好成績，力壓奧運冠軍鞏立姣奪冠。

1997年出生的宋佳媛在東京奧運會上獲得第5名，此前她的個人最好成績是陝西全運會上創造的19米76。在今次選拔賽，狀態出色的宋佳媛第一輪就投出20米20，並最終憑藉此成績奪冠。這一成績目前排名本賽季該項目世界第一。東京奧運會冠軍、河北選手鞏立姣以19米54的成績獲得亞軍，另一位河北選手張林茹以17米52的成績位列第三。

女子標槍比賽中，東京奧運會冠軍劉詩穎以62米93的成績為山東隊摘得冠軍。名將呂會會以57米42的成績排名次席。孫小梅獲得季軍，成績為55米02。

此外，江蘇隊的「00後」小將趙傑以71米04獲得女子鏈球冠軍。女子鐵餅比賽中，山東選手馮彬以62米50的成績折桂。

在男子項目中，上海選手陳小冬以19米18收穫鉛球冠軍。北京選手劉哲凱以72米31的成績收穫標槍冠軍。江蘇選手王琦以73米18贏得鏈球冠軍。男子鐵餅決賽中，新疆選手阿卜杜艾尼以58米44的成績奪冠。



◆ 宋佳媛(左)投出20米20的個人最好成績。中國國家田徑隊微圖

港足東亞盃陣容未有定案

香港文匯報訊(記者黎永淦)備戰7月東亞足球錦標賽(東亞盃)的港足集訓隊昨展開操，由於今次足總選入了大量U23代表隊成員，令外間猜測會效法國足、日本及韓國一樣派出U23參戰，港隊教練張健峰主持操練後表示，要留待主教練安達臣作最後決定。

東亞盃上月公布賽期，賽事將於7月19日至27日分別在日本茨城縣及愛知縣舉行，香港代表隊第4次亮相決賽周。早前傳出國家隊、日、韓為了備戰巴黎奧運，只打算派出U23代表隊參戰，過去3次在決賽周累積9連敗的港隊，或有望取得「零的突破」。然而港隊集訓25人名單

當中，除了落選亞洲盃外圍賽的鄭展龍之外，連同補選的鍾凱文及蔡子濤，大部分為U23及U19球員。由於安達臣正帶領大港備戰亞洲盃外圍賽，昨日在將軍澳足球訓練中心的操練由張健峰主持。談及港隊7月時會否派出最強人腳應戰，張健峰指現時尚未有定案，一切會留待安達臣決定，不過他也透露：「安達臣也有意派部分年輕球員出戰，現時他想把握國際賽期的時間開始集訓，好讓球員保持狀態。」根據賽程，港隊在東亞盃首仗即要挑戰東道主日本，之後再對韓國，煞科戰則硬撼國家隊。但理文及東方龍獅6月下旬會到泰國出戰亞協



◆ 備戰亞洲盃的大港昨日已抵達馬尼拉，準備周三晚與全隊足總圖片

RNG 膺英雄聯盟季中賽「三冠王」

2022年英雄聯盟季中冠軍賽(MSI)日前在韓國釜山上演巔峰對決，代表中國LPL賽區出戰的RNG戰隊，在決賽中3:2力克來自韓國LCK賽區的T1，成功衛冕，並成為首個三次奪得MSI冠軍的隊伍。打野閻揚威(ID: Wei)當選FMVP。

RNG和T1(原SKT)都曾經兩次奪得MSI冠軍，不論哪支戰隊取勝，都會成為歷史上首個「三冠王」。RNG在世界大賽的BO5(五局三勝制)比賽中從未戰勝過對手。本屆MSI，兩支隊伍在對抗賽階段兩次交手，各勝一場。

決賽前四局，RNG兩度領先均被T1追平。決勝局，RNG前期主動出擊，開局6分鐘便完成了對T1的三路擊殺。第22分鐘，RNG先手開團擊殺對手四人，奠定勝勢。第25分鐘，RNG直奔高地圍滅T1，取得了最終勝利。



◆ RNG膺「三冠王」。RNG微博圖片

由於疫情原因，RNG此次比賽在國內的訓練基地遠程參賽，頒獎儀式也在基地舉行。三次隨隊奪得MSI冠軍的中單李元浩(ID: Xiaohu)表示，這次能夠在BO5中戰勝T1，稱得上是歷史性的突破，感到很开心。

RNG曾在2018年和2021年奪得MSI冠軍，均是戰勝LCK賽區的隊伍。◆新華社