福建浔兴男篮体测圆满完成

全员一次性通关拿到“上岗证”

邹阳

本报讯（记者 林小杰 秦越）随着CBA2023—2024赛季开赛临近，16日上午，福建浔兴股份男篮迎来了新赛季前的“入学考试”——CBA体能测试。球队总计有11人参加本次体测，全员均一次性通关，顺利拿到“上岗证”。

记者了解到，福建浔兴股份男篮在本次休赛期一共注册了18名国内球员。其中，张永鹏、陈林坚、黄毅超和李江淮四名老将符合年龄免测要求，田桂森获得俱乐部免测名额，黎伊扬、黎璋霖由于伤病未能参加。所以本次体测，福建浔兴股份男篮共11人参加。

本次体测内容分为新秀运动员个人数据采集和全队的体能测试。其中，新秀球员身体数据包括身高、体重、站立摸高、臂展、手长、手宽、原地起跳摸高和助跑起跳摸高，同时还需要进行3/4场地冲刺、限制区移动测试。

本赛季，福建浔兴股份男篮球队中仅有一名新秀球员——来自清华大学男篮的邹阳。在进行原地起跳和助跑起跳摸高时，邹阳表现均十分出色，其中，原地起跳摸高高度为3.35米，助跑起跳摸高高度为3.50米，身体素质出色。

完成新秀个人数据采集之后，接着就是全队2分钟强度投篮和专项速度耐力两项体能测试。首先进行的是强度投篮，两名球员分别在两个半场同时进行，球员根据场上位置半场自投自抢3分投篮或2分投篮。

在2分钟强度投篮中，小将方渭博上场之后气定神闲，手感十分火热，在规定时间内出手24次，命中18个三分球。最终，方渭博以112分的投篮分领跑全队。

专项速度耐力测试是本次体测的最后一个项目，球员在篮球场地两边线之间折返跑17次，跑4组，组间间歇2分钟。这个项目俗称“魔鬼17折”，不少内线球员都折在这个项目。

为了能够顺利通过“魔鬼17折”，福建浔兴股份男篮进行了一个多月的准备。“最近这段时间，我们每天训练的最后一个项目就是折返跑，教练组要求我们要在平时的训练中能够通过，这样拿到‘上岗证’就没有问题。”福建浔兴男篮球员黄艺告诉记者，所有球员都非常努力，在平时训练中都达到了教练的要求。

不过，记者了解到，在体测前几天，有多名球员出现了发烧等感冒症状。“由于换季流感严重，我和杨阿力都发烧了。”黄艺说，体测当天他高烧刚退，所以身体并不是最佳状态，在“魔鬼17折”中，自己最后是咬着牙坚持了下来。最后一趟跑完后，黄艺差点瘫倒在地。

“这次体测，我们11名球员全部顺利通过。黎伊扬和黎璋霖两人由于伤病，需要在康复后进行补测才能征战CBA。”主教练朱世龙告诉记者，完成体测后，球队将全身心投入比赛备战，以全新面貌迎接全新赛季。

球员专访

体测总成绩全队第一
邹阳：新赛季争取更多上场机会

本报记者 林小杰

在CBA新赛季开始前，球员必须经历的就是体测，这不仅是对球员能否进入职业赛场的一个基本评判，更是对球员夏训成果的一次考核。在福建浔兴股份男篮的体测中，今年的新秀邹阳的表现足以用惊艳来形容，他以248分的总成绩获得了全队第一。

“在体测过程中，我专注于每一个项目的测试，尽自己所能去做到最好。”对于自己总成绩全队最高，邹阳表示十分诧异，自己完全没想到会拿到这个成绩，同时，这也是对自己夏训成果的肯定。

在征战CUBAL（中国大学生篮球联赛）时，邹阳经常能够担任进攻“终结者”，但他的投篮能力一直被质疑。来到福建浔兴股份男篮后，邹阳除了跟随球队训练，还不断加强投篮练习，与队中的“老大哥”陈林坚等学习投篮技巧。

这次体测，邹阳在2分钟强度投篮中表现亮眼，他最终以24投17中的成绩获得104分的投篮分。“这次投篮状态非常好，基本一出手就能知道这个球能不能进，投到后面，自己的信心也不断增强。”邹阳说，福建浔兴股份男篮是出射手的球队，自己以后在投篮方面仍要努力。

在“魔鬼17折”中，邹阳更是惊艳众人，每跑完一趟“17折”，他都会通过慢走让自己尽快恢复平静，以准备下一趟测试。最终，邹阳和梁英淇以144分并列全队速度耐力分第一。

新赛季即将到来，邹阳逐渐适应了球队的训练强度，而他的下一个舞台就是CBA赛场，“CBA还有一个月左右就正式开赛，我也会好好利用这一个月加强训练，争取在新赛季能够有更多上场机会，帮助球队取得更好的成绩。”邹阳说。

周冬雨亮相晋江
宣传新片《鹦鹉杀》

本报讯（记者 李诗怡 黄海莲 陈巧玲）近日，演员周冬雨携其主演的新片《鹦鹉杀》到晋江路演，在晋江星轶影城吾悦店与观众见面。现场，周冬雨不仅直言十分喜欢泉州的风景和美食，还对咱厝观众宠爱有加，合影、拥抱、送签名一一满足。

路演现场，一身黑色打扮、笑容灿烂的周冬雨和导演麻赢心、制片人顿河、演员郭祥宇等一同现身，一亮相就收获了观众的欢呼声。

和观众打招呼时，周冬雨主动提起剧组和福建的缘分，“我们这部影片是在福建东山岛拍的，这个地方对我们剧组有着重要意义。我很喜欢泉州，这里吃的好，风景也好。我们拍戏的时候经常吃海鲜，特别新鲜。”

新片中，周冬雨饰演遭遇“杀猪盘”的都市白领周冉。为了塑造好这个角色，周冬雨做了许多工作。她坦言，一开始也担心演不好，因为没有这样的经历。后来在和导演的不断沟通交流下，她逐渐放松下来，“虽然也查了不少资料，但主要还是靠导演。我经常问导演，‘周冉’被骗之前是什么心理、被骗之后是什么心理。后来发现不要给自己太多预设，会不自然。”

谈及印象最深刻的一场戏，周冬雨说，“就是影片最后一幕，对方被绳之以法，这也是我最喜欢的一场戏。”与此同时，周冬雨安慰曾经历过“杀猪盘”的观众，“不要独自消化这份痛苦，要找信任的人或者医生排解情绪，早日驱散内心的阴霾。”

谈及和周冬雨的合作，导演麻赢心分享了一个小故事。“选角时，制片人向我推荐了冬雨。‘周冉’是一个都市女性，那时候我感觉冬雨还比较少女。后来我看了影片《平原上的焰火》，看到了她成熟的一面，觉得她是合适的人选。此外，‘周冉’这个角色看上去平静，但内心很有力量，我觉得冬雨就是这样的。”

在随后与观众互动过程中，周冬雨更是实力宠粉。当有粉丝问：“能上台拥抱一下吗？”周冬雨不仅一口答应，还主动加码：“再送你两张签名海报！”当这名幸运粉丝要下台时，周冬雨再次追加福利，主动问粉丝是否要合影，惹得现场尖叫声连连。

“今天太幸运了！”活动结束后，钟锦涵仍激动不已。作为当天最幸运的粉丝，她集齐了拥抱合影签名海报“三件套”。钟锦涵是一名在泉州上学的大三学生，多年前因为电影《后来的我们》喜欢上周冬雨，觉得她演技好、待人真诚。第一次见到周冬雨的钟锦涵直呼：“她本人好漂亮！”

当天，周冬雨等人还前往万达影城浦西万达广场等店进行路演宣传。

据悉，电影《鹦鹉杀》由麻赢心编剧并执导，周冬雨、章宇、张宥浩领衔主演，李梦、蔡祥宇主演，已于9月15日全国上映。《鹦鹉杀》故事源自大量“杀猪盘”真实案例，讲述了曾在“网恋”中被骗55万元的都市白领周冉（周冬雨饰）针对骗子林致光（章宇饰）与许照（张宥浩 饰）展开的复仇之计。

周冬雨

训练首日，家长盛赞浔兴青训营——
“场馆好，教练专业有耐心”

本报讯（记者 李诗怡 秦越）16日、17日，奥林春天SBS运动生活馆又响起了运球声和欢笑声——2023年福建SBS浔兴篮球青训营秋季周末班正式开营。训练首日，浔兴青训营的专业便获得学员家长的公开点赞。

本届秋季周末班下设基础班、提高班和强化班，符合各年龄段学员的训练需求，以此开展针对性练习课程。

基础班的学员基本上是幼儿园大班或小学低年段。有的是刚接触篮球不久，更多的是对篮球一窍不通，加上学员年龄小，经常出现注意力不集中或爱说话的情况。对此，教练员在第一节课就跟大家明确了规矩：“上课时要集中注意力，要发言时先举手。”

最为关键的还是训练方式。人高马大的教练员实则很细心。在进行基础运球训练时，教练员通过开展问答和动作分解演示的方式，给学员带来了不一样的开营首练。

教练员先是做了一遍拍皮球的动作，接着做了一遍运球的动作，然后让学员回答两个动作的不同之处，并针对学员的回答，一步步介绍运球的动作要点和容易出错的地方。

随后，运球训练正式开始。“左手运球100次。”教练员的话音刚落，球馆里便出现了密集的运球声。其间，还发生了一段暖心的小插曲。当其他学员结束100次运球时，还剩下一名学员没有完成任务。这时，无论是教练员还是学员，大家都没有催促，而是耐心等待这名学员完成。“这名学员的表现很好，我们不能因为看到其他人完成了，自己也草草结束，而是要真正完成教练布置的任务，我们也愿意等你。”现场，教练员语重心长地说。

为了加深学员对运球的掌握，教练员组织了一场PK赛。他将学员分成两个小组，每组各派一名学员，两两PK，比赛规则是从中线运球至底线再返回，先抵达中线者获胜。

随着一声哨响，学员们一边运球一边冲向底线。第一轮比赛，部分学员的运球动作不太流畅，见此情况，教练员暂停了比赛，针对大家出现的问题，及时改正解决。经过教练员的指点，大家的运球动作都有所改进，学员间也逐渐熟悉起来，球馆内的气氛愈发热烈。

“妈妈，我好开心！”第一节课结束后，学员吴铠含兴奋地跑到妈妈面前，手舞足蹈地讲述着课上的收获。这是吴铠含第一次参加浔兴青训营。开营第一节课，吴铠含的妈妈一直坐在场边，不时用手机记录下精彩画面。2小时的课程结束后，她对浔兴青训营竖起了大拇指，还主动发朋友圈盛赞“浔兴青训营真专业”，“场地好，教练很专业，对待孩子很有耐心。接下去，我也想让大儿子来这里训练。”

相关新闻

报名费立减100元
本报小记者福利来袭

本报讯（记者 李诗怡）刚刚过去的周末，学员们期盼已久的福建SBS浔兴篮球青训营秋季周末班正式开课。与此同时，报名热线依旧火热，其中有不少是本报小记者。为了答谢小记者们的热情，首次报名的小记者可以享受超值福利。

首次报名浔兴青训营的小记者新学员可享受报名费立减100元的福利，即报名每周单节1400元，报名每周双节2700元。报名即送全套运动装备，包括一套训练服、一个篮球和一个球包（领取装备时请出示小记者证）。报名热线0595-85613123，0595-85637006，也可扫描右方二维码进行咨询。名额所剩不多，先到先得！

本届周末班下设基础班、提高班与强化班。基础班（6~9岁）具体时间是每周六14:00—16:00、每周日15:00—17:00，提高班（10~13岁）具体时间是每周六/日9:30—11:30，强化班（13~15岁）具体时间是每周六16:00—18:00。

本届周末班具体训练时间为开营至期末考前一周的每周六、日，扣除节假日及学校补课周，每周单节15节课，每周双节30节课。训练地位于奥林春天SBS运动生活馆二楼，全天候照明和空调，让学员在舒适的室内场地接受专业的篮球训练。

学员专访

肖荣轩：浔兴青训营让我喜欢上篮球

本报记者 李诗怡 文图

圆圆的脑袋，乌溜溜的大眼睛，基础班学员肖荣轩长得虎头虎脑。性格开朗的他更是班上的积极分子，无论是教练员上课提问，还是和其他学员交往，他都表现得十分积极主动。肖荣轩说，浔兴青训营让他喜欢上了篮球。

“这两个动作有什么不同？”“运球时我们的手掌是怎么样的？”……在昨日的课堂上，面对教练员的提问，肖荣轩频频举起右手，自信且流畅地回答。“暑假班时，我学过运球了，并且掌握得还不错，这些问题我都知道答案。”

据悉，肖荣轩今年10岁，是晋江市平山实验小学四年级学生。今年暑假，妈妈给肖荣轩报名了浔兴青训营。对此，肖荣轩坦言，自己一开始并非很愿意参加。不过，在正式训练中，他收获了许多乐趣，开始对篮球感兴趣，也喜欢上了浔兴青训营。他说，无论是训练方式还是小游戏，都让他觉得很有趣。“我最喜欢‘生存’游戏，感觉特别刺激。”

让肖荣轩印象深刻的是，在暑假班尾声，班级开展了对抗赛，他所在小组连续击败其他小组，成为最后的胜利者。这种和队友一起配合取得胜利的感觉深深感染了肖荣轩，从此他对打比赛心心念念。在周末班开营第一节课，他就迫不及待地问教练员，什么时候可以再打一场比赛？

肖荣轩说，通过暑假班15天训练，自己的体能和球技都得到了提升。“刚热身的时候，我排头带大家跑了8圈，感觉挺轻松的。还有在学校参加100米比赛，我跑了第三名。”肖荣轩还成了班上的篮球达人，同学都夸他篮球打得好，这让他很开心。

中乙决赛阶段进行
泉州亚新队
1:2不敌海门珂缔缘队

本报讯（记者 张茂霖）16日，2023中乙联赛第19轮（决赛阶段第5轮比赛）比赛打响，泉州亚新队客场挑战海门珂缔缘队。经过角逐，泉州亚新队在上下半场最后时刻各失一球，以1:2不敌对手。

在决赛阶段，泉州亚新队取得1胜1平2负的战绩。本赛季中乙联赛仅剩余4场比赛，对于志在保级的泉州亚新队来说，这四场比赛每场都很关键。

此役，泉州亚新队安排高煜钦担任门将，兰菁轩、胡梓谦、张宇龙、杨晨担任后场，伊拉力丁·阿不都黑尼、汤俊彬、陈阜俊担任中场，徐家森、李点通、董旭担任前场。

上半场比赛，主场作战的海门珂缔缘队一开始就占据主动优势，多次形成打门。好在泉州亚新队门将高煜钦发挥出色，将对手的射门一一拒之门外。

第40分钟，海门珂缔缘队的于珈唯横传助攻祝晖门前射门得手，场上比分改写为1:0。

下半场易边再战，落后的泉州亚新队全力反击。在第70分钟，伊拉力丁·阿不都黑尼打出了一次很有威胁的射门，可惜被对方门将扑出，错失扳平比分机会。

第89分钟，海门珂缔缘队的阎格在禁区内造成泉州亚新队汤俊彬的犯规，裁判判罚点球。阎格亲自操刀罚球命中，场上比分改写为2:0。这粒进球基本宣告比赛胜负。

伤停补时阶段，泉州亚新队的李点通打进一记进球，将比分改写为2:1。此役过后，泉州亚新队以4胜4平11负的战绩，排名保级组第7名，位于降级区。

下一轮比赛，泉州亚新队将于10月9日17:30主场迎战泰安天贶队。