

體育
Ta Kung Sports

造出加強版「大三元」

朗度成史上第三人



▶紐約人的林書豪(中)與塞爾特人的朗度(右)正面交鋒
路透社



【本報訊】綜合外電美國四日消息：朗度在周日舉行的NBA常規賽觸及已在NBA絕跡四十四年的華麗數據，他交出18分、17個籃板和20次助攻的加強版「大三元」，成為繼名宿羅拔遜和張伯倫之後，NBA史上第三位能在單場拿到15分以上、15個籃板以上和20次助攻的球員。憑藉朗度的優異表現，塞爾特人才能在加時以115：111險勝作客的紐約人。

NBA最近一次出現如此數據的「大三元」表現，要追溯到1968年2月3日時候，當時為76人效力的張伯倫曾取得22分、25個籃板和21次助攻。

領塞爾特人擒紐約人

今番東岸比賽一如預期般激烈，雙方在比賽的最後一分十秒三度交換領先位置，最終塞爾特人憑皮亞斯的三分球扳平比分，把比賽延至加時，最後驚險地勝出。

贏波最大功臣朗度說：「我只是認真地比賽，要知道如果我們最後輸了，即使再華麗的數據也會變得毫無意義。我覺得皮亞斯那個三分球才是我們獲勝的關鍵所在。」

今仗被對方重點防守的紐約人新寵林書豪表示，自己仍有很多需要改善的地方，又說會向朗度學習。

上週日 NBA 賽果

主場	比分	作客
塞爾特人	103:103 (加時115:111)	紐約人
湖人	93:83	熱火
速龍	83:75	勇士
山貓	101:104	籃網
76人	91:96	公牛
火箭	97:97 (加時103:105)	快艇
太陽	96:88	帝王
馬刺	94:99	金塊

周二 NBA 賽程

開賽(香港時間)	主場	作客	直播
周三早上8時	山貓	魔術	
周三早上8時	溜馬	雄鹿	
周三早上8時30分	塞爾特人	火箭	now678台
周三早上8時30分	熱火	籃網	
周三早上8時30分	活塞	湖人	
周三早上9時30分	小牛	紐約人	now635台

林書豪再騰飛尚欠東風

青月

紐約人自上月取得7連勝後，雖有安東尼、A史杜達米亞等球星回歸，但球隊卻在之後的七戰錄得4敗，球員間配合默契未如理想是問題之一，但落敗的關鍵則是陣中控衛林書豪已被對手研究透徹，並對其進行针对性布防所致。

自球隊恢復「健康」，紐約人的跑轟戰術不斷被加快，司職控衛的林書豪需要在更短的時間內運球推進，同時需要捕捉轉瞬即逝的機會傳球予隊友得分，這顯然已達到他的極限。

早前經已提及，林書豪的球場閱讀能力不如名將拿殊和傑特，傳球功力更與兩位前輩相去甚遠，這便是他的失誤數字一直「高居不下」的原因。

缺經驗更完美技術

其實，林書豪的努力是外界公認的，其機敏和冷靜更是一名優秀控衛必備的條件，所欠缺的只是經驗和更完美的技術。現時林書豪可說是萬事俱備，只要「東風」吹至便能再次騰飛。

謝德謙負傷抗內政聯來犯

【本報記者李恆基新加坡五日電】上週六在港甲聯賽被流浪前鋒李鍵錫踢傷的公民門將謝德謙，已確認右手鷹咀骨位置類筋膜炎，今晚在獅城訓練前需要服止痛藥減輕痛楚，但這項港足門將已表明會堅持在本週三晚為球隊作客內政聯的亞洲足協杯G組分組賽把關。

昨隨公民抵獅城備戰

公民今晨啟程赴新加坡，晚上即進行一課適應訓練。謝德謙在服消炎藥及止痛藥後參與練習，他說：「因為傷處一直沒有消腫，昨晚還要將右手放在冰墊上，但睡醒後仍然痛楚。」不過，謝德謙強調傷勢並不嚴重，表示周三晚可以上陣。

公民行政總監貝可泓昨提早到新加坡觀看內政聯對武裝部隊足球隊的比賽，他表示，內政聯3名前鋒各有特色，他說：「有高大、有快速，也有技術型的，但我認為最危險的是後備上陣的日本前鋒(井畑翔太郎)，但可能內政聯想留力才沒把他(井畑翔太郎)放到正選。基本上，內政聯進攻只靠三個球員，餘下七人都偏後，昨仗他們傾向後場擊傳，甚少兩路側擊，如果周三晚仍是這樣，己隊防範起來或許較易。」由於新加坡與香港溫差超過十攝氏度，球員在練習與比賽出汗較多，故公民今晚的訓練運動量甚大，貝可泓希望讓球員爭取有限時間適應。

此外，艾里奧因為水土不服沒有出席今晚的練習。



傑志將軍澳 鬥淡濱尼

亞協杯

鬥淡濱尼

【本報訊】香港、新加坡足球聯盟主今晚將將軍澳交鋒。上屆新加坡聯賽冠軍淡濱尼流浪排出「五鬼陣」、以全攻型的「3-4-3」陣式，與主打地面組織及華麗進攻的上屆港甲冠軍傑志在亞洲足協杯F組賽事合演進攻大戰。(無線電視J2台今晚7時45分直播)

淡濱尼有外援後衛法蘭高斯、門將戴雲與前鋒碧斯高在陣，中前場也有入籍的新加坡國腳前鋒都域與中場梅達菲，今仗可排出5名洋將的「洋槍陣」出戰，年屆41歲的都域去年便曾在世界杯外圍賽射破中國大門。上屆亞協杯助泰超球隊蒙通聯分組出線的傑志中堅列文就對該名足壇「長春樹」有很高評價，他說

：「他(都域)是個很有經驗的前鋒，到了這個年紀還有充足狀態，有很強的跑動能力，我們準備好去應付他。」

伍健：當杯賽決賽應付

傑志總領隊伍健認為，球隊今仗有機會取勝，故要當作杯賽決賽去應付，只要擊破這支勁敵便可壯大聲勢，養傷多時的列斯奧將在今晚復出。

傑志對淡濱尼的比賽今晚8時在將軍澳運動場開賽，門票分收60港元及20元(優惠票)。

◀謝德謙右手鷹咀骨位置類筋膜炎，需要服止痛藥減輕痛楚

本報攝

▼公民昨抵新加坡，準備明晚出戰內政聯

本報攝



麥克羅伊膺高壇新球王

【本報訊】據新華社華盛頓四日消息：北愛爾蘭的麥克羅伊終於登基世界男子職業高爾夫球壇「球王」之位。4日在美國佛羅里達進行的本田精英賽最後一輪比賽中，氣質沉穩的麥克羅伊頂住了前「球王」、

「老虎」活士前所未有的瘋狂反撲，不僅以268桿、低於標準桿十二桿的成績奪得冠軍，而且在生涯首次榮登世界排名榜第一把交椅。22歲的麥克羅伊因此成為世界高爾夫球界第十六位「球王」，也是史上僅次於活士的第二年輕「球王」。1997年，活士在奪得美國公開賽冠軍成為世界頭號球手時年僅21歲。

國際大帆船賽海南上演

【本報實習記者何春光陵水五日電】2012環海南島國際大帆船賽今天啓動，記者從今早召開的新聞發布會上獲悉，第三屆「阿羅哈杯」環海南島大帆船賽將於本月9日至19日在海南舉行。大賽的起點和終點均設在三亞市，期間將舉行三亞場地賽、環島西線拉力賽、海口場地賽、環島東線拉力賽等賽事。本屆賽事已有21支船隊報名參賽，參賽選手達300人。



▲麥克羅伊以22歲之齡，成為史上僅次於活士的第二年輕「球王」 美聯社

國羽德國賽摘4金

【本報訊】中國羽毛球隊的領軍人物林丹於香港時間昨天凌晨在德國公開賽男單決賽，以兩局21：11輕鬆完勝印尼的山度素，蟬聯冠軍寶座，這也是他第五度在是賽登頂。國羽則包攬除混雙以外的全部四枚金牌。

林丹輕鬆稱王

林丹在決賽並沒有一貫其慢熱的陋習，於比賽初段短暫的相持之後，便憑凌厲的進攻而以14：7領先，之後，他牢牢地掌握住比賽節奏，令山度素難以組織起有效的反擊，林丹遂以21：11先拔頭籌。次局比賽恍如首局的翻版，林丹在取得10：2的優勢後，迎來對手猛烈的反攻，但他在比分被追近至11：7後再度發力，終以21：11再勝而拿下比賽。

另外，李雪芮在女單決賽迎來東道主球手申克，前者先於首局戰至19：19時連得兩分而取得開門紅，後在次局再以21：16取勝，首度獲得是賽後冠。

沈煒/洪煒在男雙決賽以局數2：1險勝韓國的鄭在成/李龍大登頂。湯金華/夏歡則在女雙決賽以直落兩局擊敗韓國的鄭景銀/金荷娜奪冠。混雙冠軍就由丹麥的雷伯恩/雷特取得。

本報特約記者 史文之

本報特約記者 史文之

科學訓練保障狀態

據了解，與其他球隊不同，恒大從國外聘請了專業的體能教練和運動康復師，全程跟蹤運動員的訓練與比賽，並根據運動員的身體狀況制定相應的訓練計劃。恒大每天僅進行不到三個小時的技術訓練，將更多的時間進行體能訓練，這種科學的訓練模式無疑保障了運動員的狀態，使得運動員每場比賽都能盡全力發揮出自己的水平。教練員也會根據運動員的體能情況改變訓練計劃。在聯賽中期，兩名外援由於連續客場征戰造成體能下滑，教練組就根據比賽情況間歇性地進行人員替換，保證隊伍的競技狀態。與之相反，其他大多數球隊依然抱着「三從一大」的傳統訓練理念不放，每天訓練動輒五、六個小時，就連元旦和春節假期也不停止訓練，這不僅造成了隊員的傷病，也讓很多運動員對訓練和比賽缺乏了應有的興趣和激情。

恒大成功奪冠，震動了排球聯賽中其他球隊。其他俱樂部或許沒有恒大集團如此這般的財大氣粗，但從訓練模式、運動員的管理模式上，或許可以學到一些東西，這也許就是恒大留給中國排球界的最大財富。