



對陣世界名將 學習技術潮流

# 龔翔宇加盟美職聯展示中國女排實力

龔翔宇將成為效力美國女排職業聯賽的首位中國女排球員。



龔翔宇可將在美職聯比賽的經驗，分享予中國女排一班年輕小將。

## 外闖名將系列②

6月13日，美國女子排球聯賽LOVB宣布：中國女排隊長龔翔宇將在2025至26賽季加盟該聯賽。由於美國女排聯賽創立時間僅僅兩年，龔翔宇成為首位加盟女排美職聯的中國球員。對於龔翔宇而言，出國打球對她開拓眼界、磨練球技、恢復傷病有很大好處，她也希望從美國聯賽回來後能更好地為國家隊效力，走好洛杉磯奧運周期的每一步。

大公報特約記者 史玄之

龔翔宇是中國女排2016年里約奧運會冠軍隊伍中年齡最小的一位，九年後，當時的冠軍陣容如今僅有龔翔宇一人在國家隊效力，並成為新一屆中國女排隊長。今年全運會後，龔翔宇將遠赴美職聯比賽，和朱婷及袁心玥等奧運冠軍一樣，開啟留洋旅程。

美國雖是世界排球運動的發源地，但長期以來只有大學生排球聯賽，並未舉辦排球職業聯賽。美國女排東京奧運奪冠後，該國排球市場日漸火熱，美國排協醞釀舉辦女排職業聯賽，決定在2024至25年賽季舉行首屆美國女排聯賽，而龔翔宇也成為首位加盟該聯賽的中國球員。

### 技術全面抗壓力強獲垂青

從里約奧運開始，龔翔宇坐穩中國女排主力接應二傳的位置，相對全面的技術和較好的心理抗壓能力，讓她得到美國女排聯賽球隊伸出橄欖枝。由於新賽季的美職聯在全運會後展開，與龔翔宇參加全運會、世錦賽等國內外大賽並不衝突，加之她在巴黎奧運後也有出國比賽意願，最終如願實現赴美參加職業聯賽。

龔翔宇此次能夠順利與美職聯簽約，得到了來自國家隊和江蘇隊的大力支持。今年初，中國女排核心主

攻手李盈瑩在聯賽中意外受傷，打亂中國女排備戰節奏，削弱球隊整體實力。作為球隊主要的右翼進攻手，龔翔宇成為國家隊隊長，承擔球隊攻防串聯的重任。前往美職聯打球，在客觀上會影響中國女排新陣容的磨合過程，但國家隊考慮到龔翔宇多年來貢獻，決定支持她赴美參賽。

### 「江蘇師妹」吳夢潔爭接班

此外，龔翔宇的母隊江蘇女排在全運會後也將進入新老交替的調整時期，龔翔宇赴海外打球可給吳夢潔、唐欣、苑伯寧等年輕球員提供更多上場鍛煉的機會，承擔球隊進攻的重任。

美國女排聯賽雖創辦時間不長，但仍吸引了巴西女排副攻卡羅爾、荷蘭女排主攻布依吉斯、加拿大主攻格雷等多位世界名將，加上美國女排的主力球員，聯賽整體水準不遜於意大利、土耳其等歐洲國家的女排職業聯賽。與多位世界頂尖球員成為隊友，可讓龔翔宇得到更多磨練自身技術的機會。美國女排整體高快結合的技戰術風格是當今世界排壇技術發展的潮流，若能從其他頂尖球員身上學習到更多球技，龔翔宇的技術打法會更加全面，這對未來中國女排的打法豐富性大有裨益。

### 龔翔宇小檔案

- 出生日期：1997年4月21日
- 出生地：江蘇省連雲港市
- 身高：1米86
- 運動項目：72公斤

#### 主要成績：

- 2016年奧運會女排金牌
- 2018年女排世錦賽季軍
- 2019年女排世界盃冠軍



▲吳夢潔（右）與唐欣（左）將肩負龔翔宇離隊後江蘇隊的取分重責。

## 成為中美排球文化交流大使

### 從專業球員到職業球員

執教過中美女排的郎平，曾對比兩國球員最大區別在於專業球員和職業球員的定位差異。中國球員年少時從體校輸送進入專業隊，並一路升至國家隊，普遍技術動作規範。美國球員是在大學階段選擇排球為興趣，畢業後因意願才成為職業球員，技術功底不扎實，但獨立思考能力很強。龔翔宇須轉變專業球員的身份，以職業球員的標準嚴格要求自己。



▲美職聯入座率十分理想。

### 體會不同國家排球文化

中美兩國女排是世界女子排壇的兩支傳統強隊，然而，兩國排球文化和球員的培養模式有差異。中國女排球員多由地方體工隊培養輸送，球員已習慣於舉國體制下的集訓模式，而美國女排球員多由選擇成為職業球員的大學生球員組成，並不習慣於長時間、大運動量訓練。排球文化與訓練模式的差異，是龔翔宇赴美打球時需要克服的第一道關卡。

### 提高海外獨立生活能力

遠隔重洋，語言不通，生活不便，是中國運動員赴歐美職業聯賽征戰時普遍遇到的問題。中國球員在國內訓練時無論是傷病診斷、康復，還是飲食作息、體能恢復，國家

隊都給予高質量保障。然而，在美國女排聯賽上，除球隊訓練外，其他事宜都須由運動員自己決定和安排，這對球員的獨立生活能力提出了很高要求，也是龔翔宇需適應的。

## 國家隊與時競賽 尋「接應二傳」新血

由於美國女排聯賽比賽密度不大，龔翔宇有更多調整自身狀態的時間。常年長時間及超負荷的訓練，讓她腰部、腳踝和膝蓋出現傷病，這在很大程度上影響競技狀態，她希望經過赴美比賽的調整後，以更好的身體狀態回歸中國女排。

根據賽程，中國女排明年的最



▲范伯寧在一傳及防守能力仍須多加訓練。

大任務是爭取亞錦賽冠軍，進而獲得直通洛杉磯奧運會的門票。在征戰完2025至26年賽季美國聯賽後，龔翔宇並沒有太多休息和調整的時間，就要回到國家隊中集訓，備戰下季世界女排聯賽和亞錦賽。

而且，接應二傳是目前國家隊中較薄弱的位置。中國女排缺乏伊干奴、瓦爾加斯等這樣的重炮手，在接應位置上只能走全面接應的路線，要求接應二傳必須能夠擁有六輪一傳的能力，且具備一定的強攻突破能力和守邊攔網能力。今年參加國家隊集訓的球員除了龔翔宇外，唐欣、范伯寧兩位小將都是首次進入國家隊，無任何世界大賽經驗，一傳和防守能力也比較欠缺。

因此，在龔翔宇參加美職聯時，國家隊教練組有充分時間調動年輕球員的積極性，讓她們在心態上擺脫對龔翔宇的依賴，能夠真正扛起中國女排接應二傳的重任。

## 全運群眾龍舟賽 史上首設粵港澳聯隊

【大公報訊】記者敖敏輝廣州報道：7月5日，第十五屆全國運動會群眾比賽龍舟項目決賽在佛山市南海區丹灶鎮仙湖火熱開槳。在7月5日至7日的賽期中，來自全國各省市自治區、香港特別行政區、澳門特別行政區的23支群眾龍舟隊伍展開角逐。

### 廣東女隊奪賽事首金

龍舟項目決賽設置男子組、女子組和混合組三個組別，逐日上演100米、200米、500米直道賽。本次賽事的一大亮點是首創粵港澳聯隊，這支隊伍由廣東、香港、澳門三地龍舟運動員聯合組成，作為23支群眾龍舟隊伍之一亮相賽場，分別出戰男子組200米直道賽、女子組500米直道賽和混合組500米直道賽。

開賽首日，男子組、女子組、混合組100米直道賽率先鳴槍，吸引了海內外眾多觀眾到場觀戰。賽事採用直道競速賽制，隨着發令聲響，各隊健兒像離弦之箭沿着百米直道狂飆比拼。

在女子組100米直道賽中，廣東隊力壓四川隊及海南隊，奪得賽事首枚金牌。

记者了解到，本次大賽的承辦地佛山是內地首個被賦予「中國龍舟運動名城」稱號的城市，每年舉辦的龍舟體育賽事活動不勝枚舉。其中，佛山南海全區共有超千支龍舟隊，龍舟2000餘條，龍

舟扒丁約2000人，龍舟教練約220人，區內還活躍着8個龍舟協會和9個俱樂部。

本次賽事舉辦地南海丹灶仙湖，坐擁120公頃水面，平均水深達4米，

是南海區第二大湖。得天獨厚的條件，使其成為國際標準龍舟賽事、槳板賽、航海模型賽、皮划艇、鐵人三項等各類水上運動及體育賽事的理想舞台。



▲開賽龍舟點睛儀式。 大公報記者敖敏輝攝



▲群眾比賽龍舟項目決賽現場。 主辦方供圖

▲香港龍舟隊男隊在100米直道賽比賽中。 大公報記者敖敏輝攝