

绿茵场上,与烈日“肩并肩”



男子甲组,舍我其谁



咬紧牙关,夏练三伏



拼搏激烈,挥汗如雨

■文 / 本报记者 梁丽君
见习记者 陈佳玲
图 / 本报记者 王 翟
实 习 生 王莎丽

一个动作重复两遍,大多数人可能不会有什么感觉,重复十遍、百遍呢?正在积极备战省运会足球比赛的衡阳队队员们,就这样每天在艳阳高照的足球场上,挥汗如雨地加紧训练着。

挥汗绿茵场,只为踢得更好

7月30日下午,在市体育中心绿茵场上,即将代表衡阳征战省运会的女足乙组队员们,在37℃的高温下不知疲倦地演练“二过一”战术配合,控球、传球、奔跑……力求将失误降到最低。

“不要怕失误,训练就是让比赛减少失误。”女足乙组教练徐望大声地向队员们喊道。毫不夸张地说,徐望是全场最忙的人,他先是用示教板给队员们讲解足球战术,再指导队员们下场训练。当天,队员们训练的是“二过一”战术配合,这是一种局部战术打法,对队员间的默契度有很高的要求。

不惧强劲对手,誓夺七枚金牌

8月6日上午9时,南华大学足球场上,代表我市征战省运会的男足甲组队员们正在绿茵场上挥汗如雨,他们早上7时就来到这里训练。带队教练王凯介绍说,他们的目标是确保小组出线,力争前三。

据了解,上一届省运会,我市足



纵身一跃,奋力扑球

“每一遍都会有不一样的感觉,一次次地配合只为踢得更好。”记者问及一个动作反复练习数十遍会不会觉得枯燥时,刚从训练场上下来的邓舒文很坚定地说“不会”。13岁的邓舒文在团队里司职后卫,主防守。在她看来,团队队员间还需要加强磨合。

自6月25日集训以来,与烈日“肩并肩”就是女足队员的“日常”。“这

段时间,队里平均每三天就会有一个人中暑。”衡阳足球总教练、国家一级教练员蒋宏远介绍,由于比赛前的兴奋剂检查,队员们担心影响队伍参赛,大多选择了简单的休息,坚持不吃药物。除此之外,每周一次的一万米跑步训练也把队员们累得不轻。“跑完之后一些队员吐得不行,我看着都心疼,不容易!”蒋宏远说道。

衡阳球队包揽六连冠;1992年到2004年的全省职工联赛,衡阳足球队实现了骄人的12连冠;2016年、2017年,衡阳女足创历史纪录荣膺全省青少年校园足球高中联赛和全省青少年足球锦标赛女子组双冠王……



颠球训练,脚法精准



热身训练,一丝不苟



瞄准目标,拔腿怒射

相关链接

湖南省第十三届运动会足球比赛分为青年组(男足甲乙两组、女足甲乙两组)和成年男子组五个组别。成年男子组在邵阳参加比赛,青年

组所有比赛均在我市举行。足球项目将诞生25块金牌。

我市派出的115名足球队员将参加所有组别比赛。其中,男、女乙组足

球比赛时间是8月24日至31日,男、女甲组足球比赛时间是9月7日至14日,成年男子组足球比赛时间是9月1日至8日。