

# 46名上海运动员出战东京奥运会

人数为历届境外奥运会最多,将参与 17 个大项 22 个分项 49 个小项比赛

记者 徐 明

**晨报讯** 7月14日,东京奥运会中国体育代表团正式成立,其中,上海共有46名运动员入选,包括男运动员11人、女运动员35人。上海入选运动员人数为历届境外奥运会最高(2004年雅典和2012年伦敦奥运会均为38人),10.67%的运动员入选贡献率为近9届奥运会最多。

从参赛项目看,部分项目运动员人数较上届有大幅度增加,赛艇、田径人数分别从1人增加到4人、女子水球人数从2人增加

到5人、女子足球人数从1人增加到5人。同时,男子三人篮球、女子三人篮球、艺术体操、女子橄榄球、男子高尔夫项目首次有上海运动员入选,其中男女三人篮球是东京奥运会新增比赛项目,上海张芷婷、颜鹏顺利入选中国代表团名单。

从重点项目上看,上海有乒乓球男子团体和混合双打、跳水女子十米台双人和单人、赛艇女子四人双桨,以及蹦床、体操、自行车、射击、射箭等一批国家队重点小项。

2008年北京奥运会乒乓球项目将双打

改为团体比赛后,中国3次包揽了男女团体金牌,本届奥运会,男子世界排名第一樊振东、大满贯得主马龙和奥运冠军许昕组成的男团阵容,实力雄厚。许昕和刘诗雯两名老将组成乒乓球混合双打,配合默契、优势突出,是东京奥运会金牌的有力竞争者。

女子四人双桨是中国传统优势项目,上海姑娘张灵和陈云霞经过严格选拔,在众多国家队高手中脱颖而出。

从年龄结构上看,本届奥运会,既有奥运冠军领衔,也有年轻新秀涌现,年龄结构合理。1名运动员(黄雪辰)第4次参加奥

运会,3名运动员(许昕、谢文骏、崔秋霞)第3次参加奥运会,8名运动员(钟天使、张灵、吴佳欣、高磊、范忆琳、胡建关、徐超、王歆艳)第2次参加奥运会;34名运动员首次代表中国参加奥运会。年龄最高的高尔夫球运动员吴阿顺36岁,年龄最小的陈芋汐16岁。

体操运动员范忆琳2017年天津全运会之后,遭遇了十字韧带断裂等重大伤病,经过治疗,伤病基本康复。她说:“里约奥运会留有遗憾,所以很渴望站上东京奥运会的赛场,突破自我,实现梦想。”



## 中超重启遭遇魔鬼赛程,运动医学博士支招科学的应对方法,是“轮换”

晨报记者 俞 炯

随着昨晚广州队和河南嵩山龙门的补赛打响,休战了近两个月的中超联赛终于重启。而由于国足备战世界杯预选赛亚洲区12强赛的缘故,本赛季中超第一阶段剩余9轮比赛将会在8月12日全部结束。

在一年中最炎热的季节,3天一赛,连续9场比赛,补赛的球队更是达到10场比赛,而且不少场次被安排在下午进行。这无疑会给运动员带来巨大的身体损耗。比赛的目标是赢球,球队的目标是追求更好的成绩,有什么样的方法能将酷热和赛程密集带来的影响降到最低?晨报记者采访了一位

运动医学和运动康复领域里的专家——上海体育学院运动医学博士、复旦大学医学院运动医学硕士封旭华。

“对于足球运动员来说,一般我们认为正常比赛间隔至少72小时以上,才能够让身体得到足够时间来恢复。”封旭华表示,虽然中超3天一场的节奏刚好达到了间隔72小时,但毕竟不是只踢一两场比赛,“以这样的一个节奏连续踢9场、10场比赛,这个强度依旧是相当大的,尤其是在如此炎热的天气下。可以说,对球员的身体健康来说,风险很高。”

封旭华是中国女排征战北京奥运会和伦敦奥运会的康复师,也是温哥华冬奥会中国单板队的康复师,还曾在中超俱乐部一线

队担任三年中方医务组组长,有着丰富运动康复经验。如何来应对这样的魔鬼赛程,封旭华的观点是,“从科学的角度来说,在这样的天气和比赛强度下,只有一个办法——轮换。当然,如果一些重要球员要多出场,就必须做好体能分配,学会自己调节,甚至是‘偷懒’。但这肯定是不科学的,因为让一个球员场场都上去踢,补再多的水和电解质,赛后做再多的按摩也没有用。”

赛后恢复上,封旭华建议:“常规的牵拉和按摩对于球员恢复都非常有用。高强度运动后,人体肌肉因为受到过于强大的刺激,正处于高度紧绷的状态,这个时候就需要牵拉和按摩这样的物理手段来帮助放松,也有助于肌肉松弛后加速排出多余的

乳酸。”封旭华还谈到“超低温疗法”的效果很好,即通过超低温的刺激,来加速人体内循环从而放松肌肉,改善身体疲劳。据悉,有条件的俱乐部已经用上了价格昂贵的液氮低温桶,大部分球队采取的方法主要还是让球员浸在放满冰块的水池里,达到模拟超低温环境的效果。

封旭华最后表示,“最怕的是极度疲劳导致身体机能下降,肌肉力量和身体灵敏度都不正常的情况下,一些原本没什么问题的动作,很可能会引起大的伤病,比如十字韧带断裂、踝关节韧带损伤、肌肉撕裂等等。这些严重的伤病都是和身体疲劳度直接相关的。”

制图 / 潘文健



### 网易电竞 MMO 职业联赛破局之作

## 《梦幻西游》手游武神坛巅峰联赛S2总决赛揭幕

记者 黄宇龙

**晨报讯** 作为国内首个MMO(大型多人在线游戏)电竞职业联赛,《梦幻西游》手游武神坛巅峰联赛S2赛季昨天起至18日在上海外滩国际电竞文化中心拉开季后赛&总决赛战幕,8支战队角逐。

相比于去年,S2赛季仅升级为MMO电竞领域的首个职业化联赛,而且还结合XR、AR等黑科技提升赛事制作水平,增强观赏性。

此外,S2赛季持续进行外延拓展,以娱乐化的赛事衍生内容与年轻人的内容喜好趋势相结合,让电竞场景成为一种新的社交与

生活方式。记者在现场看到,此次赛事所用到的XR演播厅,采用了目前行业内最先进的XR(拓展现实)技术,并将游戏中的经典元素和场景融合,以贴近游戏的原生视效,打破虚拟和现实的界限,将栩栩如生的游戏世界呈现在了观众眼前。

巅峰联赛为《梦幻西游》手游玩家提供稳定的赛事内容,联赛周期长,能够持续输出赛事内容,而联盟化运作意味着更为规范化的管理。对网易来说,电子竞技本身的想象空间绝不仅仅局限于“比赛”本身,如何创造泛娱乐化的电竞内容、拓宽赛事品牌的内容边界、提升赛事品牌受众圈层的触达,才是核心问题。

<p><b>物资回收</b></p> <p><b>高价收旧书画银元家具</b></p> <p>大正堂高价收旧瓷器、玉器佛像、香炉、印章、砚台、旧扇子、竹木牙雕、古纸币、旧箱子、像章、小人书、旧旗袍等免费上门估价</p> <p>南昌路611号近襄阳南路 太原路327号仕宝堂</p> <p>52733361 13564330778</p>	<p><b>物资回收</b></p> <p><b>为民调剂</b></p> <p>本店以雄厚的实力,收购旧红(白)木家具,新旧字画,名人信札,旧书碑帖,连环画,邮票,钱币,像章,旧瓷,旧玉,紫砂,竹木牙雕,文房用品,及其它古玩杂件,名贵酒类,阿胶,工艺品等。</p> <p>徐汇区宛平路255号(近肇家浜路) 63232582 13701722984 沙先生</p>	<p>知名 <b>绿洲</b> 口碑好 成功率高</p> <p>地址:九江路619号1366室 注册号:310113000212598</p> <p>由高级婚介师董老师全程服务到满意</p> <p>C4892 喜欢过二人世界音乐教授女 67岁 丧偶 未育 有多房经济条件优特孤独急寻 87岁内健康男士 速婚(女付)63337606</p> <p>C4893 肤白漂亮女 41岁 丧偶 未育 小学教师 独居 5/2房 另有房出租 条件好 急寻 年长的健康男 共度一生(女付)53833358</p> <p>C4894 空姐 退役 再经南漂 漂亮温柔 57岁 未婚 父母留企 虹桥有别墅 另有多房出租 觅父兄 般重情 关爱 不计年龄 贫富 我愿不离不弃 可交友 共创幸福 未来 我开支(女付)63337606</p> <p>C4895 可家访 寻孤独 独居 老年 女 中共党员 退休 77岁 丧偶 未育 多套房(电梯) 91岁内男(女付)53833358</p> <p>C4896 如同子女 住不方便 请我家开支 我美丽 富有 静安 新房 女 公务员 退休 61岁 未婚 健康 多套房 出租 有遗产 无人 觅 81岁内 速婚 男 有子女 愿奉献(女付)63337606</p>
<p><b>综合分类</b></p> <p>(新闻晨报)综合分类、遗失、注销各类声明广告</p> <p><b>投放热线:22895373</b></p>	<p>上海绅宝相册有限公司遗失营业执照正本,3101122099949,公章壹枚,声明作废。</p> <p>上海绅宝相册有限公司经股东会决议决定注销,特此声明。</p>	<p>一滴清水 一片绿地 一个地球 请节约用水……</p> <p>公益广告</p>