

# 女排主力阵容浮现

## 郎平:每个位置都要有强替补

中国女排8日在漳州女排训练基地举行了公开训练课,训练课上,进行了体能训练、个人技术训练以及分组对抗训练。郎家军本年度在主力阵容已经初露端倪,在分组对抗训练中,姚迪、朱婷、陈展、杨珺菁和徐云丽一直出现在球网的同一侧,曾春蕾和惠若琪则偶尔被杨方旭和陈丽怡替换。其他队员也获得了比较多的对抗训练机会。

关于队伍的阵容问题,郎平有自己的理解,她并不想将阵容完全地固定下来。“我们现在确实没有固定的主力,我们希望有更多的运动员有相同的水平,当然你要说用两套阵容都配合默契很难,我估计这个主力阵容会相对稳定,另外也会不断地调整。”郎平如是说。郎平之所以不希望完全固定阵容的另一个原因是希望增加中国女排的板凳深度,她说:“我们也不希望一个位置就一个人,最好有一个比较强的替补,一共三个人,在不同的情况下可以相互补台。”

值得注意的是,来自天津的小二传姚迪8日得到了最多的和主力配合的机会,在分组对抗中,她全程出现在主力一侧。郎平表示这并不代表就一定会上打姚迪,每个二传都有机会和主力阵容磨合。“其实,今天你看到的是姚迪,我们昨天是丁霞一直在配,所以我们每天都有一个年轻的二传在主配一个阵容。”郎平说。二传也是郎平的一大心病:“我们对所有的二传要求都是很严格的,因为二传成长期是很长的,但是任务很快就

来了,所以她们的压力还是很大的。我们的二传训练还是比较苛刻,我们有很多单独的训练,包括晚上,有专门二传组的训练。”

今年中国女排参加的首个国际比赛是瑞士女排精英赛,队伍将在五月底出发前往瑞士,留给中国女排的时间非常有限。大赛在即郎平希望能加强队伍的配合,“这阶段我们主要是以我为主,主要是提高体能,几乎每天都有体能训练,大概占了30%,另外一个就是个人的技术训练,我们的配合只占30%。其实70%都是练别的。但是,现在我们要把配合训练加到50%,因为没有两个星期就要比赛了,希望在比赛当中,我们起码有一定的配合。”郎平同时透露,参加瑞士女排精英赛的13人名单已经确定,但是还是要观察下队员的伤病情况。

(本报综合)



好温泉 仙坛山 仙坛山温泉小镇

# 妈妈, 这个节日我陪您!

活动期间凡陪妈妈泡温泉的顾客  
可免去妈妈的温泉门票

活动时间: 2014.5.10-5.12

详询: 0632-3117002 3117777



扫描加关注 关注有礼  
温泉入场即赠送价值28元饮品一杯

●地址: 枣庄市枣台路仙坛山风景区 ●营销: 3117002 温泉: 3117777 餐饮: 3117009 客房: 3117116

仙坛山温泉小镇 好温泉 仙坛山

经常来温泉小镇?

那您一定要办理一张贵宾卡!  
可积分可打折 乐享超值优惠!



扫描加关注 关注有礼  
温泉入场即赠送价值28元饮品一杯

# 温泉小镇贵宾积分打折卡 开始办理啦!

温泉、餐饮、客房均可使用

●地址: 枣庄市枣台路仙坛山风景区 ●营销: 3117002 温泉: 3117777 餐饮: 3117009 客房: 3117116