



科比宣布 本赛季后退役

“我的身体告诉我 是时候说再见了！”

再棒的英雄也难以和时间抗衡。当迟暮已经成为常态，选择离开也许是最能让自己平和的一种方式。北京时间昨天凌晨，作为NBA历史上最知名、最成功的球星之一，职业生涯全部效力洛杉矶湖人队的科比·布莱恩特以写诗叙事的方式，宣布了自己赛季后退役的决定。2015至2016赛季是他的第20个赛季，但他却以一个6岁男孩的视角讲述了他与篮球的情感，最终道出退役。

昨天凌晨，科比在篮球论坛网发布了一篇名为《致亲爱的篮球》的文章，在文章中科比写道，篮球这项运动给了一个六岁男孩为湖人打球的梦想，他将一生都热爱这项运动。科比在文章中说：“很明显，我的热爱不能持续更长时间了，我的心脏能够经受打击，我的意志能经受得住消磨，但我的身体告诉我，是时候说再见了。所以，没问题，我准备放手！”



2015至2016赛季是科比的第20个赛季。至昨天凌晨退役消息传来时，他一共打了1292场NBA比赛，场均拿到25.3分，还有4.8次助攻和5.3个篮板。以此对比科比本赛季的场均表现，就能够更深刻地理解科比目前的处境以及他在那篇文章中的描述。那是一种难以割舍，却又身不由己的心情。已经在今年8月过完37周岁生日的科比，因为年龄和身体的原因，表现已经大不如前。截至目前，他本赛季的场均表现只有15.7分、4.1个篮板和3.4次助攻。相比篮板和助攻，科比的得分能力下降太多。但即便如此，作为深受球迷喜爱的球星，作为球队的精神领袖，整支球队都非常支持科比，主教练斯科特也表示，不会把科比放在板凳席上。

职业生涯中，科比17次入选全明星阵容，拿到一次MVP，还得到了5次联赛冠军和一枚奥运会金牌。他的得分在NBA全时得分榜上名列第三位，截至目前已经达到了32670分。他在全球拥有数以亿计的球迷，许多人是看着他打球热爱上的篮球。他用20个赛季的表现成为篮球这项运动史上最了不起的球星之一。人们将永远记住湖人队的24号，就像记住这支伟大球队的诸多前辈球星一样。

中国飞人美国冬训苦中带乐

今年北京田径世锦赛，苏炳添、张培萌等组成的中国短跑接力队大放异彩，部分原因是去年在美国IMG学院冬训得不错。今年冬天田径队重返福地，佛罗里达的好天气和不错的设施缓解了训练带来的压力，美国的田园风格和偶尔到访的野生动物，也给田径队增添了不少乐趣。



期待飞人们再创佳绩

动物造访添乐儿

来到佛罗里达，田径队租用了当地人家的民宅。张培萌和李金哲住在一套公寓中，结果抵达佛罗里达的第二天，张培萌和李金哲的卧室就遭遇了野生动物的“入侵”。

张培萌在微博上公布了“入侵者”的照片——一只小浣熊。这只浣熊在张培萌的洗手间里到处闲逛，不但乱翻垃圾桶，还爬上镜子和手巾架，用张培萌的话说，“以为是来换灯泡的”。

张培萌说：“我当时在阳台上上网，李金哲不在屋里，结果看到它就那么进来了，到处乱翻，真的挺有意思的。”

从照片看，国家接力队的住宿条件相当不错，周边树木郁郁葱葱的，这也是野生动物会关心和照顾的原因。

张培萌说：“这东西我近距离看了，和狗长得挺像的，挺好玩。第一次它从我们的垃圾箱里捧了个冰淇淋袋，抓了就跑，到了门外翻了下，觉得不是什

么可吃的，感觉很失望。后来第二次又进来翻。”

虽然是百米飞人，张培萌也是第一次在家里对付小浣熊。当时是双方都吓得一哆嗦，“我当时吓得够呛，听队友和这边的人说，它会咬人的，结果我一看，他比我还害怕，我们对视了一下，我转过身来跑到另一个房间关上了门，叫李金哲他们快过来，它则哧溜一下就钻进了沙发后面。关着它的时候，它就在房间里到处抓，攀爬，想找地方出去，在厕所里也翻弄。李金哲回来后，看到它爬到厕所的玻璃上够灯泡，怕触电，就拿个拖鞋吓唬它，想把它弄下来。我后来打开门让它走的时候，它还踌躇了一会儿才走的。”

冬训变成“春训”

为什么冬训去美国？这和训练地的天气有关，来到佛罗里达，气温比北京高了几十摄氏度，冬训成了春训了。

北京世锦赛跑进10秒后，苏炳添说，他是在IMG的50天

集训提高了整体的专项水平。今年中国田径队再次将冬训选在了佛罗里达的IMG集训中心。

IMG学院位于美国佛罗里达的布雷登顿市海边。每年10月到明年5月，这里气候温和，让田径队的冬训变成了春训。“春训”的效果显而易见，大家都看到了，清爽的短衣短裤取代了笨重的长衣长裤，运动员们时不时地来个日光浴，这可是在北京冬训想都不敢想的美事儿。

明星大腕随时见

来到IMG，田径选手见识了不少明星大腕。打网球的扬科维奇、俄田径美女克里什娜，都是天天见。她们也是受设施和气候吸引来训练的。

IMG学院除了田径，还有大卫·利伯特高尔夫球学校、尼克·波利泰尼网球学校，针对职业运动员还有棒球、篮球、橄榄球、高尔夫球、长曲棍球、足球等项目。中国网球名将李娜以及莎拉波娃曾是常客。

洛伦·西格雷夫是全球最著名的速度教练之一，1998年担任亚特兰大猎鹰队非赛季训练项目的速度与身体调节教练。此次中国田径队在IMG学院的训练，就由西格雷夫亲自指导。

设施先进苦中带乐

据队员介绍，在IMG学院的训练强度比国内要大很多。好在气候和生活设施不错，让训练变得好过。

苏炳添说，这里虽然训练内容和国内练得差不多，但是强度大。比如国内两个半小时完成的训练内容，在这里必须在一个半小时完成。这就意味着在训练组数不变的情况下，完成的质量提高了，中间休息的间歇变少了。

几天的训练之后，队员们普遍反映有些累。但是看着佛罗里达晴朗的天空、美丽的游泳池，也就不觉得苦了。苏炳添在微博中写道：“结束第一周的训练，累累的，但是苦中带乐，希望明天会更好！”

郑智落选 亚洲足球先生 “能成候选已很开心”

2015亚足联年度颁奖典礼29日晚在印度的新德里举行，颁奖典礼上最重要的一项奖项则是亚洲足球先生，来自中国广州恒大的郑智、阿联酋阿赫利的哈利勒以及有着“海湾梅西”之称的马尔人入围了3名候选人名单。可惜郑智未能再次当选，哈利勒荣膺本年度亚洲足球先生。

其实如果仅仅从俱乐部的成绩看，郑智作为35岁的老将再次带领恒大夺得亚冠冠军，实属相当不易，这也是郑智能够再次获得提名的主要原因。不过就像悬念揭开的那一刻前，现场大屏幕打出的三名候选人都是身穿国家队球衣的画面时，其实很多人已经猜出了结果，以中国男足目前的成绩，郑智几乎很难再次当选亚洲足球先生。

果然，哈利勒成为了新科亚洲足球先生，郑智非常有风度地在第一时间向这位刚刚在亚冠联赛成为自己手下败将的阿联酋人送去祝贺。那一刻郑智的神情从容淡定、荣辱不惊。随后，走出颁奖典礼现场，郑智接受了记者的专访。虽然落选，但郑智直言自己并没有太多的失落。

记者：没有获奖的心情如何，对这个结果失望吗？

郑智：并没有特别的失望，毕竟之前已经得到了一次，作为一名职业球员已经是非常难得的，所以这次没有当然没有特别失望，因为三个人无论谁当然都是配得上这个奖项，能够获得提名本身就是一种荣誉。我觉得今年能够再次拿到亚冠冠军已经非常开心，而且在我这个年龄，能够再次成候选人已经挺知足了，毕竟优秀的球员非常多。

记者：自己的下个目标是什么？

郑智：希望能够继续保持好的身体状态，继续延续自己的职业生涯。然后希望能够继续帮助国家队和恒大帮出自己的贡献。无论任何时候，我都希望能够看到国家队不断取得进步，包括现在的世界杯预选赛，虽然晋级希望不太大，但请大家坚信国家队一定会拼尽全力，我们也永远不会放弃努力。还有就是希望恒大俱乐部明年继续取得好成绩，中超能够六连冠，亚冠再拿一次冠军。（本版稿件均据新华社）