

跨越1.4万公里的奔赴

——对话中国男篮球员余嘉豪



余嘉豪

当中国男篮在世界杯亚洲区预选赛第二窗口期面临严峻挑战时，远在西班牙征战西乙联赛的余嘉豪，用一次跨越1.4万公里的驰援书写了年轻球员的担当与成长。余嘉豪近日在接受新华社记者采访时表示，万里驰援的艰辛让他更加懂得为国出战的意义。

一场跨越山海的驰援，注定充满艰辛。

在西班牙非洲飞地梅利利亚打完西乙比赛后，余嘉豪连夜启程，转乘5趟航班，途经马拉加、巴塞罗那、北京等地，耗时40多个小时，行程长达1.4万公里，最终抵达冲绳与国家队会合，这也是他人生中第一次经历如此漫长的旅途。

“客观来说，这段旅途真的非常劳累，超乎我的想象。”余嘉豪坦言，“但为国出战永远是义不容辞的，郭导（中国男篮主教练郭士强）给我打电话的时候，我就明确说了，只要国家队需要，无论我这边是什么情况，都会全力以赴、义不容辞。”

抵达冲绳的那个夜晚，让余嘉豪铭记至今。“我到的时候已经是晚上，队伍刚刚训练回来，我一走进食堂，大家就自发地为我鼓掌。”谈及当时的场景，他依旧难掩感动，“那种感觉真的很温暖，也让我觉得所有的奔波都值得。能再次为中国男篮效力，为国家出一份力，本身就是一种荣幸，而队友们的欢迎，也让我感受到了团队的凝聚力，那一刻，所有的疲惫都减轻了不少。”

然而，仓促归队也给余嘉豪带来了不小的挑战。由于中国男篮在春节期间一直在北京集训，余嘉豪未能与队伍进行系统合练，抵达冲绳后，仅经过一天的训练和比赛，比赛日当天上午的踩场，就仓促踏上了世预赛的赛场。

“旅途的疲劳、时差的影响，再加上没有合练，对我来说确实是很大的挑战。”余嘉豪说，抵达后他第一时间与主教练郭士强沟通球队情况、技战术安排，了解对手的个人特点和防守重点，还主动找体能教练帮助拉伸、进行基础力量训练，尽全力恢复身体状态。“我很担心自己的状态会影响球队，但我还是想尽一切办法，做自己能做的，尽量快速调整。”

2月26日首场对阵日本队的比赛，余嘉豪的表现并不尽如人意，这也让他心生自责。

“第一场我对自己很不满意，上场后没找到比赛感觉，和队友的配合也需要磨合。”他坦言，主教练对他的角色有着清晰的定位，让他在轮转时为胡金秋争取休息时间。“第一次上场轮转的几分钟，我还没完全进入状态；后面再上场虽然稍微适应了一些，但我知道自己状态不好，不想承担太多出手，怕影响球队的配合和攻防效率。所以我告诉自己，进攻可能有状态起伏，但防守不能丢，拼尽全力贯彻教练赛前布置，在防守端做好顶篮板、抢篮板的本职工作。”

日本队外线实力突出，投射和掩护后的处理球能力较强，主教练郭士强要求内线球场上提防守、做好延误，余嘉豪也全力以赴执行。尽管进攻端表现平平，但他在防守端的努力，也为球队最终逆转取胜贡献了力量。

让余嘉豪倍感欣慰的是，队友们的鼓励与团队的韧性，给了他很大的鼓舞。

“第一场比赛我们上半场落后很多，但中场休息时，大家在更衣室里互相鼓励。下半场一起咬住比分，最终实现逆转，那种团队的韧性和血性，很让人动容。”余嘉豪说。赛后，他主动找教练和助教沟通，还向录像分析师要了比赛录像进行复盘。“我知道自己没发挥好，有些自责，觉得拖了团队的后腿，大家期待我从海外回来，我自己也对自己有要求，但确实没达到预期。不过我也明白，这不是技术层面的问题，更多是身体恢复和比赛感觉的问题，只能慢慢调整，把注意力放在下一场比赛上。”

经过两三天恢复与合练，余嘉豪的状态有了明显提升，在3月1日对阵中国台北队的比赛中，他也逐渐找到了比赛感觉。

“这两三天的时间，我不仅恢复了身体状态，也和队友们慢慢找回了默契。”他表示，自己和赵继伟同住一个房间，两人

经常在房间里讨论场上情况，分析球队的问题和需要改进的地方。“和队友们一起训练、交流，让我更快地融入了球队，也慢慢找到了比赛节奏。”

最终，中国男篮在一度落后11分的情况下再次完成逆转，以100:93击败中国台北队，取得两连胜，重新掌握了出线主动权。余嘉豪出场12分22秒，贡献9分、6个篮板和1次盖帽，表现较对阵日本队时明显提升。

去年夏天，余嘉豪与西甲毕尔巴鄂篮球俱乐部签约，随后被租借至西乙联赛坎塔布里亚俱乐部历练。作为本期中国男篮唯一的留洋球员，余嘉豪在本赛季西乙联赛开赛至今，场均能贡献9.3分、5.3篮板和1助攻，在有限的出场时间里展现出稳步提升的态势。

从西乙赛场的稳步成长，到万里驰援的义无反顾，再到世预赛中的自我反思与突破，22岁的余嘉豪正通过每一次训练和比赛，不断积累经验、提升能力，朝着更高目标稳步前行。

新华社杭州3月17日电

文体快讯

杨力维当选WCBA全明星正赛总“票王”

新华社北京3月17日电 2025-2026赛季中国女子篮球联赛（WCBA）全明星正赛首发球员名单17日公布，东莞队后卫杨力维当选总“票王”。

作为中国女篮前队长，杨力维本赛季以东莞队助理教练兼队员的身份征战联赛，她以224706票当选全明星正赛总“票王”。

除杨力维之外，卫冕冠军东莞队还有杨舒予、黄思静、陈明伶三名球员入选南区首发球员名单。另一位南区首发球员是四川队老将高颂。

北区首发球员为王丽丽（石家庄）、武桐桐（新疆）、罗欣钰（江苏）、翟若云（山西）、张茹（山西），其中武桐桐以134529票当选北区“票王”。

2025-2026赛季WCBA全明星周末将于3月21日至22日在西安举行，包括正赛、星锐赛、三分球大赛以及技巧挑战赛。

樊振东加盟杜塞尔多夫乒乓球俱乐部

新华社柏林3月16日电 萨尔布吕肯乒乓球俱乐部16日宣布，中国运动员樊振东将在本赛季结束后加盟杜塞尔多夫俱乐部。

去年6月，萨尔布吕肯俱乐部宣布了樊振东的加盟。回顾这个赛季，萨尔布吕肯俱乐部认为，引进樊振东这样级别的球员，使俱乐部在世界乒乓球领域扮演了真正的先锋角色，这是德国乃至欧洲乒乓球历史上的一个重要时刻。

樊振东说：“我想向萨尔布吕肯乒乓球俱乐部表达我最诚挚的感谢，感谢他们给予我这次难以置信的机会。这是我职业生涯中一段非常特别的经历。不过在职业生涯的这个阶段，我也已经准备好迈出新的步伐。杜塞尔多夫俱乐部是欧洲乃至世界乒乓球最强的俱乐部之一，而我与蒂姆·波尔之间深厚的友谊也激励我去迎接新的挑战。”

本赛季德国乒乓球甲级联赛将于4月19日结束常规赛，全部比赛在5月31日结束。

2024年的巴黎奥运会上，樊振东获得男单和男团金牌，成为包揽世界杯、世乒赛、奥运会单打冠军的大满贯选手。

上海德云社落户虹口群众影剧院

位于虹口区四川北路的群众影剧院，是老上海心中分量十足的文化地标。德云社选定此处打造上海专属剧场，历经近两年修缮改造后，于3月18日启幕。

黑底烫金的“德云社”牌匾已完成悬挂，被红绸覆盖静待开业揭牌。“德云总部”官方公众号也已公布开业演出节目单。3月18日至20日，由郭德纲、于谦坐镇压轴，连续3天登台献艺；3月21日至22日，岳云鹏、孙越搭档领衔，高峰、栾云平、孟鹤堂、秦霄贤等一众人气演员轮番登场，为上海观众带来连续5天的相声盛宴。据了解，剧场内部保留西式老戏院格局，设有约300个座位，前排沙发配茶几、后排宽敞舒适并设有包厢，观众可边品茶边听相声，兼顾传统韵味与现代体验。 据《新民晚报》

《一战再战》成第98届奥斯卡最大赢家



第98届奥斯卡金像奖于北京时间3月16日在洛杉矶落下帷幕。保罗·托马斯·安德森执导的战争剧情片《一战再战》成为当晚最大赢家，一举包揽最佳影片、最佳导演、最佳男配角、最佳改编剧本、最佳剪辑、最佳选角六项大奖。该片曾于去年10月在中国内地上映，收获票房5426.1万元。

这是曾获14次奥斯卡提名的保罗·托马斯·安德森首次捧得小金人，并同时斩获最佳导演和最佳改编剧本，他也由此实现了欧洲三大电影节与奥斯卡最佳导演的“大满贯”。

值得一提的是，本届奥斯卡首次设立的“最佳选角”奖也由《一战再战》摘得。这是奥斯卡自2001年设立最佳动画长片奖以来，时隔25年首次增设竞

赛类奖项，旨在表彰选角导演在电影制作中的核心作用。

迈克尔·B·乔丹凭《罪人》摘得最佳男主角；杰西·巴克利凭《哈姆奈特》拿下最佳女主角；西恩·潘凭《一战再战》获最佳男配角；埃米·马迪根凭《凶器》斩获最佳女配角。

此外，奥图姆·杜拉德·阿卡波凭借《罪人》获最佳摄影，成为奥斯卡1929年该奖设立以来首位女性获奖者。

“甜茶”新片《至尊马蒂》虽获9项提名，但最终颗粒无收。该片将于3月20日在中国内地地上映，讲述拥有乒乓球天赋的卖鞋小子马蒂·毛瑟为摆脱平凡人生远赴伦敦参加世锦赛，在遭遇惨败后不惜放下尊严争取再战机会的故事。

据《羊城晚报》