

姚明：我不想50岁时连路都走不了

□据 体坛网

在姚明因左脚踝再次骨裂而赛季报销消息传出之后，大洋两岸的人们都在为此叹息。毕竟，谁都知道这个大个子在过去的一年多时间里为重返赛场付出了多么艰苦的努力。在这一年多时间里，姚明本人在想些什么呢？他对这次受伤会怎么看？一起来听听姚明的心里话——

“感觉就像在大海上漂浮的草一样，不知道什么时候就会被吞没。”

——这是姚明去年夏天得知伤情加重后的第一感觉，但这十几个月来，他的心态已经发生了变化，他已经做好了接受最坏结果的准备。

“我曾问过医生，如果不做这个手术，以后是否能在球场上打球？他们告诉我：不能。我想有正常

的生活，我想和孩子一起做些事。所以不管怎么样，我都要接受这个手术。”

——姚明在日后采访中透露了决定动手术的真正目的。

“最容易的是已经过去的昨天，最难的是永远是还没来的明天……运动教会你如何加快速度，而伤病则让你学会慢下来。”

——去年12月首次回到训练场的姚明感慨颇多。

“不管他或她是否打篮球，我希望他（她）能有比我更健康的踝部，拥有比我妻子更健康的膝部。”

——女儿降生前，姚明接受福克斯电台采访时许下的心愿。

“我不着急，着急有什么用……我早适应了现在的生活方式，没什么可沮丧的。”

——今年3月，从上海回到休斯敦继续训练的姚明心态平和。

“安安生生过日子呗，低调，低

调。”

——姚明30岁的“生日愿望”。

“身在其中的人，因为各种原因，或者是因为就在过程之中，反而不急，或者说想不到着急……想知道那种感觉吗？把自己腿弄断，先裹6个月石膏，再花6个月时间来康复，就能像我这样心静如水了。”

——在训练营扭伤脚踝后，姚明诠释“心如止水”。

“唉，都是浮云啊。”

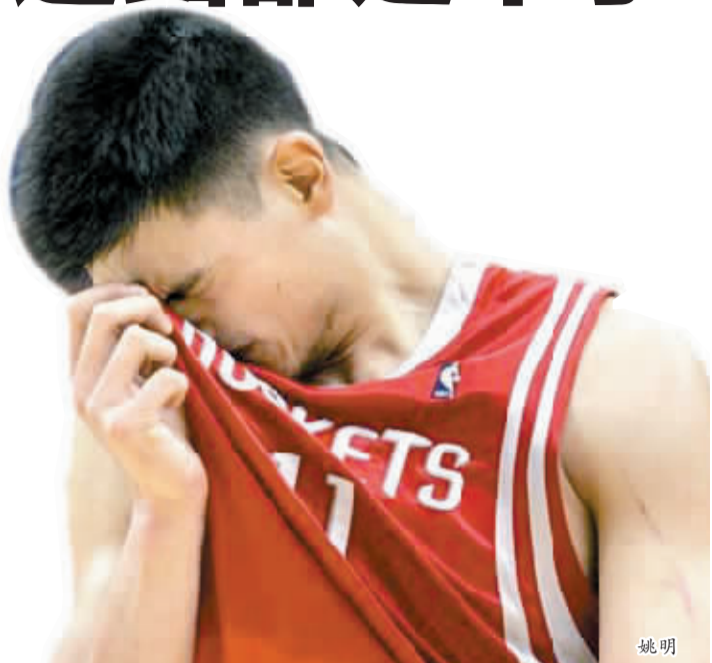
——对奇才比赛受伤后，姚明在更衣室意味深长地慨叹。

“不要吃惊，不要慌张，现在是小伤大养。”

——推迟复出时间的姚明已经习惯了这样的日子。

“我不想等我50岁的时候，连路都走不了。”

——姚明确说出的心里话。



姚明

中国篮协开罚单 弗老大竖中指被严重警告

□据 新浪体育

12月21日，中国篮协开出两张罚单，在上一轮对广东队的比赛中竖起中指的北京队的弗朗西斯被严重警告，而吉林队主场长春赛区由于个别观众辱骂主队并向场内投掷座垫和矿泉水瓶，吉林东北虎篮球俱乐部受到核减联赛经费

1万元的处罚。

篮协在这份处罚通知中写道：2010年12月19日，在2010-2011中国男子篮球职业联赛第四轮广东东莞银行队与北京金隅队的比赛中，替补席上的北京金隅队外籍球员弗朗西斯出现了不文明的行为，被媒体曝光，对CBA联赛造成不良影响。

为教育本人，警示他人，根据《中国男子篮球职业联赛纪律处罚规定》第二十五条，给予弗朗西斯严重警告的处罚，责成北京首钢篮球俱乐部对其进行批评教育。

而对于吉林队，篮协在通知中写道：2010年12月17日，在2010-2011中国男子篮球职业联赛第三轮吉林龙润茶队与福建

SBS浔兴队的比赛结束后，由于现场观众不满主队在比赛中的表现，个别观众辱骂主队并向场内投掷座垫和矿泉水瓶。为严肃联赛纪律，根据《中国男子篮球职业联赛纪律处罚规定》第六章第八十四条之规定，给予长春赛区及吉林东北虎篮球俱乐部严重警告，核减吉林东北虎篮球俱乐部联赛经费1万元。

NBA赛场 奇才大胜山猫 终结连败之势

□梁金雄

七连败的华盛顿奇才队20日在新核心沃尔因伤缺阵、旧核心阿里纳斯被交易的“困境”下却逆势而上，主场以108：75轻松擒获山猫队，止住了七连败的颓势。

以33分优势获胜是奇才自2005年11月11日以来赢得的最大胜利。

实际上两天前刚宣布交易阿里纳斯后，奇才队已显露出新的生机。他们仅以1分之差险些让热火队阴沟翻船。在球队新核心、今年状元秀沃尔因伤连缺4阵、阵中突显“群龙无首”情况下，奇才队队员个个轻装上阵，在上半场50：45领先后，第三节打出本赛季经典之作，仅半节时间便以一波21：2的狂潮淹没了对手，早早让比赛胜负了悬念。

赛后山猫队主帅布朗无奈地说：“我们不是一支团队，没得到好的教导。这全都是我的责任。”

收获意外大胜的奇才队主帅桑德斯表示：“我认为我们近来防守进步了，这正是我们一直花时间和工夫要做的，可我不知道我们做得那么好，13分钟里让对手仅命中一球。”

此役，奇才队首发五虎将一律得分上两位数，其中尼克·杨拿到全场最多的21分。

奇才队替补大前锋易建联因膝伤已错过第三场比赛。下一场奇才队将在主场迎战公牛队。

埃托奥再度当选“非洲足球先生”

□据 新华社

喀麦隆前锋埃托奥20日战胜了南非世界杯加纳队队长吉安和科特迪瓦球星、去年的“非洲足球先生”德罗巴，重夺“非洲足球先生”称号。

现年29岁的“非洲猎豹”现效力于意甲国际米兰队，此前他曾连续3年摘得“非洲足球先生”桂冠。埃托奥在上赛季摧城拔寨，帮助“蓝黑军团”首次捧起了同一赛季的联赛、杯赛、超级杯和欧冠奖杯。

在刚刚结束的世俱杯决赛中，他的一传一射又帮助这支欧洲冠军球队以3：0驯服了非洲“黑马”马泽比队，完成了“五冠王”的伟业。埃托奥也凭借个人出色的技战术能力，获得了世俱杯最佳球员称号。

马泽比俱乐部开了非洲球队闯入世俱杯决赛的先河，因此也



埃托奥（右一）捧起“非洲足球先生”奖杯。（新浪图片）

无可争议地成为非洲年度最佳俱乐部。作为南非世界杯上唯一一支闯入八强的非洲球队，加纳队获得年度最佳球队奖。9月份离职

的前加纳队主教练拉耶瓦茨当选为年度最佳主帅。现效力于意甲乌迪内斯队的阿萨莫阿获得最佳新秀奖。

我市将举行2011年元旦长跑比赛

□记者 孟山

昨日，记者从市体育局获悉，2011年1月1日将继续举行每年一届的元旦长跑比赛，目前报名工作已经进入尾声。

元旦长跑比赛分小学男女组（4000米）、初中男女组、高中

女子组（5000米）、高中男子组、大中专及技校男女组（6000米）、老年男（56岁以上）女（51岁以上）组（5000米）、职工中青年男女组（6000米）、残疾人轮椅男女组（6000米）、残疾人聋哑男女组（5000米）、小学组、中

学组的报名在市教育体育局（电话：63236791）；伤残选手由市残联组织参赛（电话：63225023）；老年组和职工组由所在单位组织；大中专及技校组以及以个人身份参赛者直接到市体育局群体科报名（电话：65920325）。

“远征训练” 朝鲜男足备战亚洲杯

□高浩荣 赵展

为备战即将举行的亚洲杯足球赛，朝鲜男足将进行“远征训练”，以期在杯赛中取得好成绩。

据《朝鲜新报》21日报道，目前朝鲜男足正在按照自己的训练方法磨炼全队的技战术配合。本届亚洲杯赛将在卡塔尔举行，为了适应当地的气候，客观了解对手的情况，朝鲜男足此次将前往埃及、巴林、阿联酋等国进行“远征训练”，与当地球队进行多场友谊赛。

亚洲杯赛将于2011年1月7日至29日在卡塔尔举行，参加比赛的16支球队先分为4个小组，进行小组循环赛，各小组的前两名进入下一阶段比赛。朝鲜队与伊拉克队、阿联酋队和伊朗队同分在第四小组。

谁造的谣？ 贝尼特斯否认被国米解雇

□据 新华社

国际米兰队主教练贝尼特斯20日否认了有关他将被解雇的传闻，并表示他仍与国米主席莫拉蒂“关系密切”，将在冬歇期后继续致力于球队建设。

尽管“蓝黑军团”刚刚在世俱杯捧杯，有意大利媒体还是报道了莫拉蒂已经决定将贝尼特斯“踢出局”的消息。贝尼特斯20日告诉记者：“不，我还没被解雇。”

“我看到了很多报纸的大小标题，并且被很多人电话询问是否已经被解雇，对此我感到很吃惊。”贝尼特斯说，“这些都是传闻，我唯一能说的就是我现在正在休假，我得休息好以便很快回到工作状态。”

在穆里尼奥离开国米转投皇马后，贝尼特斯火线加盟。在国米今年的五座冠军奖杯中，意甲联赛、意大利杯、欧冠联赛三座奖杯都是在穆里尼奥时期夺得的。而在贝尼特斯执教期间，国米却踢得“郁郁寡欢”，尽管夺得了意大利超级杯和世俱杯冠军，“蓝黑军团”在联赛中却仅列第7位，落后于“领头羊”AC米兰队13分。