

# 人工草皮上训练多日 国脚膝盖吃不消

本报综合消息 高原训练 10 天后会进入一个疲劳期？连续多日在人工草皮上的训练已经让球员的膝盖有些不适应？不管是否基于这些说法，反正佩兰最终决定在 6 月 11 日给国足放假半天，让国脚们好好休整一下。

“昆明是一座很美丽的旅游城市，我还是第一次到这里。结果，我发现自己也有高原反应，感觉晚上睡眠会受些影响，很早就睡醒了。”佩兰在来到昆明之后曾小小抱怨过恼人的高原反应。

其实何止是睡眠，还有各项身体状态，高原反应都会给适应了平原生活的球员们

造成一定的影响。“但正是因为这种高原反应的存在，所以我们选择在昆明集训大概 10 天左右，让队员们有充足的时间去适应高原的比赛环境。”佩兰说。

此前一直有种说法，那就是在高原训练 10 天后会进入一个疲劳期。上一次世界杯预选赛，高洪波带领的国足，正是在昆明集训了较长时间后，遇到赛前才直接上高原的新加坡队，结果踢得非常不理想。那么，这次会不会重蹈覆辙呢？佩兰说：“我不认同这种说法。我认为球员在昆明这样的准高原集训 10 天后，正好可以适应高原的比赛环境。而经过这

几天的训练，我认为队员们目前的精神状态和身体条件都在慢慢适应高原的气候。”

虽然佩兰嘴上说高原反应对于球员没有太大的影响，但事实上却并非如此。本来此前球员们就因为多线作战和高强度的中超比赛，身体普遍都比较疲惫，再加上并不适应的人工草皮，都使得佩兰不得不给球员们不断削减训练量，以保证训练的质量和球员的身体健康。

这两天训练结束后，不少球员都用冰袋将自己的膝盖敷上，减轻疼痛感，而原因正是因为人工草皮太硬，导致队员们训练多日

之后，膝盖有些吃不消。习惯踢天然草的球员们看上去仍然很难完全适应这里的硬地人工草皮球场。

看到这种情况，佩兰主动取消了球队 6 月 10 日上午的训练，只安排下午进行了一次训练。在下午的训练课上，佩兰安排球员们进行了一场 11 对 11 的对抗赛。不过由于郜林爱人待产，他暂时离开了球队，因此助理教练李铁不得不在这样的对抗赛中客串上场。

11 日，国足的训练将继续维持这种节奏，只在上午简单地练习一下，下午全队放假，让球员们继续深度调整身体状态。 (李立)

## 国际奥委会委员高度评价 北京申冬奥陈述及展示

据新华社电 北京冬奥申委当地时间 6 月 9 日及 10 日在瑞士洛桑分别参加申办 2022 年冬奥会候选城市陈述交流会，以及举行申办展示活动，国际奥委会委员高度评价北京在申办冬奥过程中的努力及准备。

北京 2022 申冬奥代表团当地时间 9 日在瑞士洛桑参加与国际奥委会委员的陈述交流会，仔细阐述北京 2022 年冬奥会的赛事规划与运行、运动员体验等方面的理念与承诺，并回答了国际奥委会委员的询问。国际滑雪联合会主席卡斯珀对记者说：“我很惊讶北京准备得如此之好。”

作为《奥林匹克 2020 议程》通过后的首次奥运申办进程，北京申奥充分体现了国际奥委会改革中强调奥运遗产规划及可持续

性等精神。对此，国际残奥委会主席克雷文直言，2008 年奥运会为北京再次申奥带来了良好的经验，北京注重奥运遗产与可持续性的规划十分重要，“我们希望北京能通过冬季运动带动社会的转型”。

克雷文说：“我对三个赛区的职责有了深刻了解，高铁将在连接三赛区中发挥良好作用，来自中国政府的高度支持对申奥来说很重要。”

10 日，北京冬奥申委又通过实景沙盘、高铁车厢模型、运动员图片展等形式展示了北京 2022 冬奥申办三赛区的规划与联动。来自乌克兰的国际奥委会委员博尔佐夫参观后称赞说，北京的展示令人直观获取了赛场赛道信息，北京已经做好了申办冬奥的准备。

## 女足世界杯 A 组 中国队赛前备战

当地时间 6 月 10 日，中国队守门员张越在训练中。当日，中国女足在加拿大埃德蒙顿的克莱尔训练场进行赛前训练，备战将于 6 月 11 日进行的 2015 加拿大女足世界杯小组赛 A 组对阵荷兰队的比赛。

新华社记者 秦朗 摄



# 6月13日（周六）13点

# 100000元让利

## 全新英朗 凯越 君威 君越 昂科拉 昂科威 GL8 英朗XT

签到赢 豪礼



扫一扫二维码，关注别克官方微博

购别克，首选周口新未来！团购专线：8927777 地址：交通路东段