



ATP世界网球巡回赛总决赛 焦科维奇闯入四强

据新华社电 ATP世界网球巡回赛总决赛当地时间11月15日在这里进入第三天,焦科维奇在小组赛第二场比赛中,经过两次抢七大战,以2:0艰难击败加拿大选手拉奥尼奇,闯入半决赛。

由于在首场比赛中战胜了奥地利小将蒂姆,焦科维奇只要在接下来的比赛中战绩超过穆雷,就可以重新登上上周刚刚失去的世界第一的宝座。

面对世界排名第四的拉奥尼奇,焦科维奇打得非常吃力,首盘比赛中,他一度挽救三个破发点,才没有被对方破发,最后他在一度落后的情况下以8:6拿下抢七局。第二盘比赛,他率先破发,但随后拉奥尼奇反破,两人再次进入抢七局。焦科维奇心理上的优势在关键时刻发挥作用,最终再次后来居上以7:5获胜。

这是两人的第八次交锋,焦科维奇保持全胜。

焦科维奇赛后说:“结果完全可能会不一样,两个抢七局一开始我都是落后对手,但我尽力咬住比分,给对手的二发施加了巨大压力。”

拉奥尼奇赛后说:“我获得了一些机会,但面对压力他发挥得更好。”

三注1000万元大乐透头奖花落三地

11月14日,第16134期体彩大乐透开奖,全国中出3注1000万元头奖,开奖后奖池涨至37.41亿元,连续10期屹立在37亿元高位之上。

当期一等奖中出3注,单注奖金达足额1000万元,可惜3注均未实施追加,白白错失中出1600万元巨奖的机会。据检查,3注头奖分别出自贵州、河北、山东三地。其中贵州头奖出自六盘水,中奖彩票是一张20元的胆拖复式票,除了1注一等奖外,还中出6注三等奖、3注四等奖,单票总奖金达到1004万元;河北头奖出自石家庄,中奖彩票是一张10元5注单式票;山东头奖出自日照,中奖彩票是一张20元的胆拖复式票,除了1注一等奖外,还中出6注三等奖、3注四等奖,单票总奖金达到1004万元;

是一张36元的“6+3”复式票,除了1注一等奖外,还中出2注二等奖、5注三等奖及10注四等奖,单票总奖金达1036万元。

同期二等奖中出53注,单注奖金高达16.34万元,其中25注追加,每注可多拿9.80万元,令追加二等奖单注总奖金达到26.14万元;三等奖井喷441注,单注奖金8185元,其中145注追加,每注可多拿4911元,令追加三等奖单注总奖金达到13096元。

当期江西南昌一张99元3注追加单式票中出33注追加三等奖,单票总奖金43万元,因一个前区号码之差与至少2.64亿元巨奖擦肩而过。

(娜娜)



NBA常规赛:骑士胜猛龙

当地时间11月15日,骑士队球员詹姆斯(右)在比赛中控球。当日,在2016~2017赛季NBA常规赛中,克利夫兰骑士队主场以121:117战胜多伦多猛龙队。

新华社发





周口丰厚足球俱乐部

青少年足球摇篮

招募热线:

8517788 13393939393

足球高手练习头球的基本动作要领

原地头球是头球传球、射门甚至头球停球的基础。主要是大家对球的落点的判断,在掌握技巧后除了练习和在实战中应用没有什么其它提高头球技术的捷径。先大体描述一下动作要点。

第一、头部:我们用前额正面顶球,当球距离额头差不多一臂距离时开始顶球,注意在顶球时要收下颚而且千万不要闭眼,(大部分人都闭眼的理由很简单,因为害怕,可是大家想一

下,你不闭眼能看见足球,球来了你突然后悔不想顶了,你还可以躲开。但是如果你是闭着眼睛的呢,你去哪里躲啊!)简单的例子只是想说,睁着眼睛才是对自己最好的保护,不然判断不好球的落点,不管是顶在眼睛、鼻子还是脑瓜儿顶都是很痛的哦。

第二、手臂:有人问了头球为什么要用手?头球中的手臂可是必不可少的。手臂在头球中可以起到保护自己“伤害”他人的重要作用(当然伤害他人是犯规的不提倡使用也不会讲解了)说说保护自己吧。头球时双臂张开、抬起,两臂在自己头的两侧。还是举个简单的例子,两个人同时都想顶一个球,头会撞在一起。如果你将双臂张开,对方自然也就撞不到你了。说到这里悟性好或是有经验的朋友们应该已经知道了怎么“伤害”别人,不提倡球场暴力。

第三、腰腹:腰腹用力是与头顶球一起完成的,当球距离额头差不多一臂距离,开始顶球同时腰腹用力。第四、双脚:头球时双脚蹬地,与头球同时进行。原地头球时双脚一般采用前后站立的方法,重心稳。在实战中也是一样便于移动判断落点。最后将四个部位的动作组合起来,判断球的落点、双臂张开,腰腹用力、双脚蹬地,将头球动作一气呵成。

(周口丰厚足球俱乐部)