



蔡斌重执上海女排教鞭

23年后， 五连冠教练回归了

59岁的蔡斌，与排球紧密相连47年。今天，上海女排正式官宣，昔日上海女排“金色王朝”的缔造者——蔡斌，时隔23年重执教鞭。

收拾好行囊，和妻子道晚安，今天凌晨，蔡斌自驾前往东方绿舟体育训练基地入住，随后继续研究运动员技术特点、训练计划和教案，争分夺秒。

还有不到一个月，新赛季中国女排超级联赛即将揭幕，今天上午，蔡斌首次以主教练身份在全队亮相，开启新赛季备战第一课。

■ 蔡斌带领中国女排赢得杭州亚运会冠军 本版图片 记者 李铭珅 摄

独家专访

勇于担当

19岁入选上海男排，司职国手二传，转型教练后获“小诸葛”美誉，蔡斌的排球生涯始终与“担当”二字紧密相连。1997年，三十出头的他接过上海女排教鞭，率诸韵颖等一批年轻人创下联赛五连冠的辉煌，个人四度荣膺最佳教练，亲手缔造了上海女排的“黄金时代”。此后转战南北，他将甲B的北京女排带入甲A，把联赛垫底的江苏女排打造成全运会冠军之师，龚翔宇、刁琳宇等国手皆出自其麾下。

东京奥运会后中国女排陷入低谷，蔡斌再度接过“烫手山芋”。“我觉得自己有责任为女排

再尽一份力，该站出来的时候必须站出来。”顶着巨大的压力，他率队从巴黎奥运死亡之组突围，以小组第一晋级，最终斩获第五名。这位两度执掌国家队帅印的教头，“拼尽全力，接受一切”，用实际行动诠释着排球人的使命感。

故土情结

家在哪里？上海！蔡斌直言：“我的家在上海，有一天，我肯定是要回家的。”

这是2017年天津全运会，蔡斌率领江苏女排夺得全运会冠军后的真情流露。那一天，敢打敢拼的上海女排也交出了亚军的出色答卷。“上海有我熟悉的一切，很多球迷都还认得出我。应该说，我这十几年没离开过上海，以前每两周从北京坐飞机回沪，后来每周从常州坐高铁回来，为国

家交通事业做贡献。”

卸任国家队主教练后，他即刻回归上海，担任上海市竞技体育训练管理中心排球运动中心训练总监、上海市排球协会副会长，即便未执一线教鞭，仍深耕青训体系，为上海排球积累后备力量。

刚刚结束的第十五届全运会，上海排球交出不错的答卷：六个项目五支队伍跻身四强，两银两铜的成绩背后，是青训成果的集中爆发。新赛季的上海女排，将是一支新老结合的队伍。曾经的少帅已成了老帅，但别忘了，蔡斌的职业生涯，就是从执教年轻人干起的。

1997年，蔡斌是上海排坛推出的新人，首次担任一支球队的主教练。当时的上海女排，正面临重建，拥有一批老国手，但也需要培养更多新人。站在前輩

的肩膀上，他迎难而上。

在女排国青队，他当了整整8年主教练，率队参加了四届世界青年锦标赛，刘亚楠、薛明、魏秋月、惠若琪、王一梅等中国女排昔日的中流砥柱，都曾出自他的麾下。

而在江苏女排，龚翔宇、刁琳宇等国手都是从青年时代被他挖掘并培养。

执教初心

你是魔鬼教练吗？面对这个问题，蔡斌说：“我对技战术要求极高，肯定严格，但不需要别人怕我。”训练场上，他不讲情面，从基本功到战术细节逐一打磨，北京女排时期甚至从头培养队员基础技能；赛场之外，姑娘们敢与他开玩笑“没大没小”。

中国女排队员王媛媛曾评价：“蔡导是十分敬业的教练，我们所

有人都会高度服从他。”这份严爱相济的风格，贯穿其47年的排球生涯。

“漂泊时曾对妻子说，退休就回家好好陪伴。”蔡斌坦言，如今回归却再度聚少离多，一句“习惯了”的背后，是对排球矢志不渝的真心。

距离新赛季排超联赛揭幕不足一个月，蔡斌的首堂训练课已明确方向：以老带新优化阵容，用战术打磨激活外援优势。

“排球早已融入我的血液。”写字桌前的灯光映照着他坚毅的神情，廿三载轮回，初心未改，蔡斌与上海女排的再度携手，令人期待。

五连冠的王朝属于过去。“抓紧时间、争分夺秒，才能追赶上别人。”这是蔡斌一直以来的执教理念。

本报记者 陶邢莹

申花亚冠不敌对手 老将于汉超 告别球场

昨晚，亚冠精英联赛东亚区第5轮，申花在主场0比2不敌神户胜利船，遭遇亚冠赛场两连败。

这是今年申花最后一个主场，为了打好谢幕战，主帅斯卢茨基派上了最强阵容，尤其锋线是路易斯、阿苏埃和米内罗的三叉戟组合。上半场，申花就对神户胜利船的腹地发动多次进攻，可惜几名外援均未能把握住机会，阿苏埃的远射被门框拒绝。反而神户胜利船两次抓住机会，分别由井手口阳介和山川哲史破门，将比分改写为2比0。

下半场，斯卢茨基先后换上阿马杜、杨皓宇，并在比赛结束前换上于汉超。可惜申花几次破门均被判无效，其中路易斯两次得手均被判越位在先，米内罗的单刀则被判犯规在先。最终，申花遗憾地让神户胜利船带走一场完胜，后者目前以12分高居东亚区积分榜第一，而申花暂排在倒数第二。中超其他两强，前一天输球的海港垫底，打

平的成都蓉城排在倒数第三。

有球迷表示，这将是申花几名外援今年最后一次在主场共同作战，因为下赛季球队很可能对阵容进行调整，目前路易斯、特谢拉等人的合约年底即将到期。和天津津门虎的赛后，斯卢茨基谈到下赛季引援时曾透露，明年会调整1到2名外援。不过这场亚冠赛前，斯卢茨基纠正了自己的说法：“我的意思是全队可能有1到2人的调整，而不是特指外援的更换。”

不管是外援调整1到2人还是全队调整1到2人，这场亚冠比赛肯定是于汉超代表申花最后一次亮相。这名38岁的老将本赛季结束后将挂靴。斯卢茨基也在昨晚透露，退役后于汉超不会离开申花，而是将加入申花的教练组，“这是于汉超最后一场比赛，我对能与他共事感到非常荣幸。明年，他将成为我们教练团队的一员。”

2020赛季夏窗，于汉超从广



■ 于汉超赛后向球迷告别

州恒大加盟申花，至今共为申花出场154次，打入34球并有17次助攻。令申花球迷津津乐道的是，近两个赛季，于汉超屡屡替补出场上演绝杀奇迹，帮助申花两获联赛亚军，并夺得1座足协杯和2座超级杯。2025赛季，于汉超25次替补出场，为申花攻入9球并有3次助攻。

本报记者 金雷



全运会女子跳高冠军邵雨琪这两天开直播，流量可观。直播中，邵雨琪一边跳舞，一边晒金牌，让人想起她对夺冠一跳的生动描述：我看前面大屏幕上的金牌，我想要这座冠军！

听听，00后就是率真透明，没有什么好掩饰的，也没有什么不好意思讲出来的。全运会后，邵雨琪越过横杆将手放到耳后的庆祝画面仍被网友反复点击。甜美，自信，张扬，田径场上的青春，正在被重新定义。

全运会的田径赛场，画风有了明显的变化。过去，100米栏选手吴艳妮是特立独行的一个，如今，更多“吴艳妮”出现在赛场，展现个性融入运动的魅力。

此前籍籍无名的刘峡君（见上图），在全运赛场成为“顶流”。百米接力比赛结束，刘峡君与何锦德相拥庆祝晋级，在现场几万名观众的见证下，小何亲了小刘一下。赛后，刘峡君和记者大方地谈起赛道上的告白，20岁的刘峡君脸色微红，但幸福溢于言表，毫不避讳地承认与何锦德的两情相悦。

而真正让四川妹子受到更多关注的，不是这段感情，而是她作为体育特长生的成长经历。刘峡君，四川资阳人，因高考距离梦校几分之差，毅然决定复读。她挤出训练的碎片时间背单词、推公式，国家级运动健将的她最终考取北京大学，在学术和体育的双赛道上一路疾驰。

赛道不变，时代在变。邵雨琪、刘峡君们，新一代运动员将个性融入项目诠释运动魅力，被公众看见，经社会传播，取代金牌成为新的现象，这难道不是一种进步？

本报记者 金雷

赛道上的青春正被重新定义
——从全运田径〇〇后运动员的个性表达说起