

区) 国际女子半程马拉松

成就无与伦比的自己

“东方神鹿”王军霞献策：办出中原文化特色

1996年亚特兰大奥运会，王军霞斩获女子5000米冠军，“东方神鹿”的称呼享誉全球。昨天举行的2019郑州(高新区)国际女子半程马拉松暨全国女子半程马拉松锦标赛，作为领跑嘉宾，王军霞专程来到郑州为本次比赛甜蜜领跑。

“这是我第二次来郑州了，上一次来差不多在10年前了，感觉郑州的变化太大了！”王军霞颇有感触地说，“郑州的街道干净宽阔，高楼林立，越来越有大都市的味道了。”

王军霞告诉记者，退役后一直从事与跑步有关的工作，也参加过很多次长跑或者马拉松的领跑，不过领跑专属女性跑友的马拉松还是第一次。“很多女性跑步爱好者一开始对于自己能否跑马拉松心里是比较胆怯的，这个女子马拉松就特别好，因为全是女性跑友参赛，压力不会太大，可以帮助女性跑友勇敢迈出第一步。”王军霞称赞道。

作为长跑领域的“大咖”，王军霞也给马拉松爱好者提出了中肯的建议：“我觉得对于那些第一次或者是跑马次数不多的跑友来说，跑步过程中不要着急，更多可以去感受不同马拉松的味道，与来自不同地方的跑友多打打招呼，快乐开心最重要；而对于那些有成绩追求的跑友来说，也不要太着急，要掌控好自己的节奏，安全参赛最重要。”

地处中原的郑州有着悠久而灿烂的历史文化，在王军霞看来郑州国际女子半程马拉松赛正好可以打造中原文化特色这个品牌。“我觉得比赛中特别是电视转播过程中，可以把中原文化的内容加进去，包括地方美食、风土人情等，



让来自世界各地的跑友在跑步过程中既能锻炼身体，又能了解中原文化。”



轻易丢球+球运欠佳

建业输泰达三连败 倒数第一

本报讯 一场进球大战，一场不失精彩的对攻战，但结果还是让河南球迷无比失望：20日晚上那场背负着诸多期待的比赛，历经波折，最终建业还是2:3负于天津泰达。输掉了“最输不起”的一场球后，建业队已经“坐稳”了倒数第一的位置。

记者 郭韬略/文 白韬/图



防定位球疏漏带来败局

比赛的关键性不言而喻，而本轮提前进行的比赛中，天津天海和北京人和分别战平了对阵，又收获了积分，这意味着建业队一旦主场再度失守，就将“独占”倒数第一的位置。

也正因为此，从比赛一开始建业队就发起了猛攻，而且打得有声有色。仅仅3分钟，建业队就迎来破门良机，但巴索戈面对空门却将球射偏。这不是巴索戈本场比赛浪费的仅有的机会，他甚至因为脚风不顺后来还被“剥夺”了罚点球机会，而事后看，这一次的错失良机也只是建业队本场“背运”的开始。

相比建业队频频错失良机，当天晚上的天津泰达则堪称抓机会的大师，在很被动的情况下，他们却抓住了两个定位球机会，几乎是完全复制，两次均由郑凯木头球破门。在上半场，泰达就以2:0领先，让主场球迷心里开始嘀咕“凉凉”。

轻易丢球丧失希望

说建业队缺乏战斗力一定是不公平的——在极为不利的情况下，他们也给球迷送出了巨大的惊喜。下半场开始后，从第47分钟到第54分钟，他们在8分钟的时间内就将比分扳平。先是周定洋在混乱中远射得手，随后奥汉德扎的突破造成点球，对方的首发门将杨启鹏还在绊倒奥汉德扎的同时弄伤了自己，被迫下场，奥汉德扎点球罚进。

“我们在2:0领先的情况下，被对方追平，这种局面往往会让队员的信心和士气受挫。”施蒂利克赛后说。

而王宝山赛后的总结陈词则是：“队员太急躁，无谓的传接球失误太多。”

也正是建业队无谓的失误，给了泰达从不利向有利发展的机会。第76分钟，王飞在原本“很安全”的情况下，选择了在后场横向带球，被对方前锋阿奇姆彭断掉。尽管随后建业队3名队员前来协防甚至不惜“下铲”，但都无法阻止速度奇快的阿奇姆彭将皮球送入建业队网窝。比分再度改变！

从第三个丢球算起，加上长达8分钟的补时，建业还有20多分钟的时间用于改写比分，但机会却是一再错过，奥汉德扎和陈灏甚至“两连击”门柱，皮球也没能滚入球门。

5场比赛拿了2分，接下来又将是极为凶险的赛程，建业已经早早开始接受“生死考验”。

