

昨日,火箭训练营的第一次队内训练,姚明就参加了全队的合练。不过从他的恢复进程考虑,他的训练并没有贯穿始终,最后向媒体开放的15分钟时间里,姚明已经下了场。

走下训练场的姚明也没有闲着,他穿着黑色的背心,膝盖上戴着皮筋和训练师一起在场边做着各种恢复训练,以测试在高强度合练之后的身体反应。姚明看起来心情不错,在完成了复健训练之后,还坐下来和一直在场边坐着的巴丁格和米勒交流着什么。

# 火箭开练 姚明重装上阵

## 受伤后第一次和全队合练 太兴奋,中国巨人提前4小时到场

### 惊险一刻 抢篮板摔倒,姚明让大家瞬间停止呼吸

在昨天的训练中出现了惊险一幕。当时,姚明在争抢一个篮板,结果不慎摔倒,整个球馆都变得鸦雀无声,如死一般寂静,甚至有几个人都好像停止了呼吸。

他们太害怕姚明再次受伤。不过,姚明很快而且轻松地重新站了起来。

在罚球训练的过程中,姚明在做跳跃训练。阿帅解释说,他没有让姚明进行罚球训练,是因为在训练赛的一段时间之内,姚明一直没有上场。当训练结束的时候,姚明跟随队友们一起跑步。

“我受到鼓舞,他(姚明)给我留下深刻印象。”海耶斯说,“他能满场地跑,训练十分努力,即使感到疲惫的时候,也依然在坚持,争取完成训练。他是我见过的最努力的家伙。我们需要他。”

### 主角发言 姚明:任何言语表达不出喜悦心情

为了这次训练,兴奋的姚明甚至提前4个小时抵达丰田中心。

“任何言语都无法表达我现在喜悦的心情。”训练结束后,姚明确说,“我不知道自己是不是第一个来到丰田中心的人,但是我早上9点就到这儿了(注:训练是下午1点钟)。”

姚明肯定不是唯一一个感到高兴的人。阿德尔曼说姚明的勾手投篮看上去还是老样子,依然神准。“我真的为姚明感到高兴,他今天在训练中已经能做很多事情了,我们会看看他明天的反应。”阿德尔曼停顿了一下,开了个小玩笑,“如果他还能走动的话。”阿帅承认除了在一些拼抢训练中限制姚明的时间以外,他参加了全队所有的训练,包括个人和团队。

阿德尔曼说:“他是篮下的重型武器,他能得分,最关键是他的平衡感回来了。他还需要适应一下比赛的节奏,比如抢篮板的时机方面,他现在的反应会稍微慢半拍,还不能像以前那样做出快速反应,不过他的脚步动作和勾手还和以前一样没问题。”



### 相关新闻

#### 亚青赛 国青狂胜伊拉克

昨日,在也门亚青赛第二轮的比赛中,中国队以84比49战胜了伊拉克队,保持着连胜的战绩。

本场比赛中国队共有5人得分上双,郭艾伦出场22分钟拿下16分和4次抢断,王哲林贡献了15分和10个篮板,罗汉琛虽然一分未得却贡献了10次助攻。伊拉克队仅有一人得分在10分以上,他们的核心球员4号阿里得到了全队最高的26分和10个篮板。

本组撰文 林峰

#### 中国职业高尔夫球赛郑州站收杆 韩国选手严载雄摘冠

本报讯 昨天,经过三天激烈的争夺,由中国高尔夫协会主办,省高尔夫协会和郑州圣安德鲁斯高尔夫俱乐部承办,奖金高达20万美金的2010年中国职业高尔夫球锦标赛郑州站在郑州圣安德鲁斯高尔夫球场收杆。韩国选手严载雄第18洞四杆洞两推保帕,在中国高尔夫球职业锦标赛河南站上实现个人职业首冠。

本次比赛汇聚了中国最强阵容的职业球手,并吸引了来自欧美、澳洲、韩国等105位优秀球手同台竞技。参赛的选手由中国职业高尔夫球协会男子职业积分排名前65位的选手及中国高尔夫协会等推荐的高手组成,是国内高尔夫赛事的佼佼者,也是2010年中国职业高尔夫球锦标赛的第五站,前四站分别在深圳、珠海、北京、南山举行。

唯一进入前三的中国选手袁浩仍然获得了最热烈的掌声,首先他是中国选手中表现最为出色的一位,其次圣安德鲁斯(郑州)高尔夫俱乐部是他的主场。在颁奖仪式上,袁浩热烈地拥抱了球场董事长樊志强。他虽然没有说什么,但是在场的人都知道这个拥抱意味着什么,因为从广州经营紫云山球场开始,樊志强就一直致力于培养袁浩,看着他从业余冠军成为职业冠军。

晚报记者 秦明伟

#### 千人太极迎接武术节

本报讯 由郑州市武术协会和郑州银行共同举办的郑州太极拳锦标赛暨集体太极拳械演武大会上周六在郑州体育馆开幕。

到今年已经举办了四届的这项大会是郑州市的一项传统武术大会,是郑州太极拳爱好者交流、沟通的一个绝佳平台,因而有着很强的号召力和美誉度。前天开始的大会共有来自郑州各县(市)区、武术馆校及基层武术辅导站的81支代表队1558人参加比赛和表演。

和以往不同的是,由于第八届郑州国际少林武术节在10月下旬即将开幕,因而这次太极拳械演武大会还有着为武术界“热身”、进一步烘托武术氛围的意义。

晚报记者 秦明伟