



结束拘留后首次公开发声 游泳一哥表示仍处在愧疚之中 22岁 孙杨从道歉开始

在公众的视野里消失了近1个月后,游泳一哥孙杨终于在结束行政拘留后公开发声了。

昨天是孙杨的22岁生日,上午8点38分,他更新了自己的微博,再次表达歉意。

孙杨在微博中写道:“在对父母、教练、粉丝和所有关心我的朋友们强烈的愧疚、深深的歉意和刻骨铭心的痛悔中,我22岁的生日悄然而至。从内心深深地感谢大家对我的批评、关心和鼓励……想说的话很多,请你们相信,孙杨在成长、在成熟,会更努力、更自律,会用实际行动改正错误。22岁,磨难中的感悟给

我带来一个崭新的开始……”

孙杨的上一篇微博还是11月4日凌晨,他就无照驾车事件刊发的道歉信。

11月3日下午,他驾驶小型越野车在杭州延安路被一辆公交车追尾,虽然事故认定为公交车全责,但在交警处理事故过程中发现孙杨没有驾驶证,因此对其进行行政拘留7天的处罚。11月11日,孙杨结束行政拘留,之后一直处于“隐身”状态。

昨天,浙江体育职业技术学院副院长张亚东接受记者采访,表示对孙杨的诚恳道歉很认可。此外他透露,目前孙

杨仍在学院反省,并没有去国家队报到。

那么,孙杨什么时候才能重返泳池、重返国家队呢?昨天游泳中心党委书记尚修堂表示,如果孙杨表现好的话,也许他很快就能恢复正常训练,回到省队、回归国家队,然而一切要看他的表现,还要经过适当的时间检验。

■相关新闻 世界最佳男选手! 孙杨获美权威游泳杂志褒奖

美国权威的游泳专业杂志《游泳世界》昨日公布了2013年度各项最佳人选

名单。中国选手拿下四奖:这一年饱受风波困扰的孙杨获封世界及环太平洋地区最佳男子游泳选手,何冲和何姿则无悬念地成为男女最佳跳水运动员。

尽管今年孙杨一直深陷各种风波之中,但是他在8月的巴塞罗那世锦赛上取得的优异成绩却是不容否认的。状态爆棚的他一口气拿下男子自由泳400米、800米和1500米3枚金牌,如果不是因为当时队伍没有给他报名200米的比赛,孙杨极有可能完成包揽4枚中长距离自由泳金牌的壮举。

新快

三冠悬了! 足协杯决赛首回合 贵州人和2:0胜恒大

昨日下午,2013中国足协杯决赛首回合赛事展开,贵州人和主场对阵广州恒大,第29分钟,埃尔克森对杨昊报复性推搡领到红牌,埃神被罚下;第51分钟,于海为人和取得领先;第67分钟,于海左路奔袭梅开二度,最终人和主场2:0击败恒大。次回合较量将在12月7日于广州进行。

郑智和穆里奇进球都是越位被判定入球无效。

在获得中超和亚冠两项重量级冠军后,广州恒大本赛季的冠军指标还剩最后

一个,那就是足协杯。有了前面的表现,恒大的杯赛夺冠被很多人认为是时间问题,但是在贵阳之战后一切都变了,2球落后,还将在第二回合损失大将埃尔克森和穆里奇,恒大的三冠王梦想,这次到了最危险的时刻。

0:2败走贵阳,这让第二回合回到广州的恒大面临非常大的考验,一方面自己至少要打进3球,一方面还不能让对方进球,以前这种困境都是恒大送给对手,这一次却轮到了自己。 居霄



于海两剑直刺恒大心脏

■体坛简讯

熊朝忠保住金腰带

上周六晚,WBC迷你轻量级世界冠军卫冕战在中国云南马关进行。中国首个世界职业拳王熊朝忠迎战泰国挑战者卢克拉克·凯特蒙。由于当地条件有限,熊朝忠的这场比赛被安排在了一个足球场内进行,15000名观众到场观战。比赛中,熊朝忠在第五回合两度将对手击倒,最终轻松取胜,卫冕WBC迷你轻量级金腰带。本场比赛取胜后,熊朝忠将自己的职业拳击战绩改写为27战22胜1平4负,其中12次比赛KO对手。 木木

小丁练手 赢仓库管理员

昨晨,2013年斯诺克英锦赛首轮进行。3号种子丁俊晖以6:3战胜了业余球员安东尼·帕森斯,顺利挺进第二轮。

丁俊晖本赛季状态奇好,之前先后捧起了上海大师赛、印度公开赛和成都国际锦标赛的冠军奖杯。而英锦赛更是堪称小丁的福地,他曾在2005年和2009年两次夺冠。

本届英锦赛,丁俊晖的首轮对手是业余选手帕森斯,他的本职是一名仓库管理员。 李岩

科比加练 要复出“擒王”

据NBA官方网站昨晨消息,科比复出已经进入倒计时,有望在本月6日湖人同国王的比赛中正式复出。透露这一消息的是湖人队主帅德安东尼,这也是他第一次对于科比的复出日期给出确切答复。

目前,科比每天都会跟随球队进行训练,而在湖人最近的一堂训练课结束后,科比还单独留下加练3分球。

另外,火箭队昨日像坐“过山车”一般在客场以112:106力克西部排名第一的马刺队,让对方本赛季首次在主场比赛品尝到输球的苦果。 李汶

贝尔“戴帽”皇马大胜

贝尔在伯纳乌终于迎来了属于自己的时刻!昨晨,“9500万先生”以三记进球和一次助攻引领皇马4:0大胜巴拉多利德。

赛后贝尔称他终于感觉“融入了球队中来”。“我已经接近自己100%的状态了。”他说。

另外,重返加的夫的拉姆齐昨晨打入精彩两球,帮助阿森纳在威尔士首府以3:0胜出加的夫,暂时将英超联赛的榜首优势扩大为7分。 大奇

北京特级保健医师 推荐吃菜养心新疗法

自己少受罪·节省医药费·吃菜治心脑血管·健康活百岁

作为普通老百姓,都想知道高层人士日常保健方式和治疗疾病的办法,近日,北京特级保健医师胡维勤教授,根据多年来多位高层领导的食疗菜谱,向广大心脑血管病患者推荐“吃菜养心”的实用疗法,实现少吃药、不吃药防治心脑血管病的愿望。目前,这一疗法已由北京康泰中医药研究院在全国普及推广。



胡维勤教授谈“吃菜养心”疗法:
绿色安全,简单实用

胡维勤:现年78岁,师从乐文昭教授(京城四大名医之一)。从医50多年,曾为北京多名知名人士长期做保健工作,积累了丰富的养生保健经验,对各种疑难杂症、中老年慢性病治疗有丰富的临床经验。主要擅长心脏病、冠心病、糖尿病以及老年人保健等。

“心脑血管病的发病率、死亡率、致残率是第一位的,来得快,突然就会心梗、中风。这个吃菜养心疗法,10多位红墙保健医生经过长期实践总结出的一套全新疗法,说白了,就是吃菜治疗心脑血管疾病,和以往的药物完全不同,少吃药、不吃药,不会有副作用,也没有手术的高风险。现在这种疗法在老百姓中普及推广,从推广的情况来看,大家都愿意接受这种新疗法。”

《吃菜养心》精华本今起免费发放 免费领取热线:400-8550-100

《吃菜养心》一书,是胡维勤教授以历代医籍文献和多年的临床经验为基础,着重从饮食、生活习惯、运动等方面着手,为患者设计了完整的防治方案。同时,该书还图文并茂地为读者介绍吃什么、怎么吃对心脑血管有益,为中老年人提供最实用、最有效的食疗养生保健方案,为广大心脑血管病患者的健康

保驾护航,让您养心护脑,长寿健康。

为普及推广“吃菜养心”最新疗法,《吃菜养心》一书即日起全国免费发放。心脑血管患者均可拨打免费送书电话:400-8550-100进行索取,由中国邮政免费快递到家。因印刷资金有限,每日限量1000本,每人限领一本。

恒大不利局面因埃神冲动造成