

**乌拉圭** 焦糖酱不被允许进入巴西,小球迷只能吃起了另一种甜食。



**意大利队** 喜欢吃初榨橄榄油、火腿和帕尔玛干酪。



**语文课**

●每日一枪

中国队能在世界杯进1个球,我磕100个头。——任何时候我们都能给国足一枪。阿尔及利亚28年来再次在世界杯进球,队员跪拜神明。对中国球迷来说,磕头不是什么大事。

●扶我试试

年迈的罗纳尔多躺在床上,他的助手问:“要吃饭吗?”罗尼摇摇头。“要喝水吗?”罗尼还是摇头。“听说巴西前锋160分钟才1射……”罗尼眼含热泪:“扶我起来试试。”——巴西前锋,9号弗雷德表现欠佳,让球迷大失所望。罗纳尔多估计都快看哭了。

●东西交会

论比利时与山东鲁能的相似之处:身价都超三亿(一个欧元,一个人民币)。与步行者相似之处:球星云集,推进节奏慢,突破少得可怜;中锋表现差;全员肌肉发紧;替补有速度快选手,偶尔有闪光点。——比利时拿下胜利的过程有多艰辛?球迷引出其他两个球队举证。

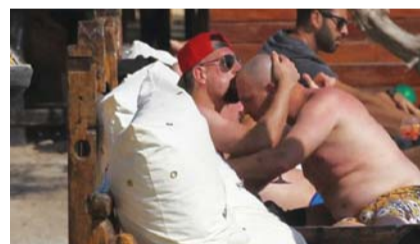
●搞错对象

你们真的要选一个阿根廷人当哥伦比亚总统?——40万名哥伦比亚球迷在总统大选选票上写上国家队主教练佩克尔曼的名字,这些选票全部作废。饱汉不知饿汉饥,哥伦比亚的朋友,行使好你们手中的投票权利啊。

●过激视频

原本我要把荷兰对西班牙的比赛放到种子站上,结果他们说不能上传过激视频。——西班牙队被外国网友评选为本届世界杯第四大尴尬表现,前三位,都是英格兰……全世界都在齐心协力黑英格兰。

**课外活动**



里贝里因为背伤困扰而遗憾未能入选法国国家队征战世界杯的大名单,告别了世界杯的里贝里也来到位于地中海西部的西班牙伊维萨岛(Ibiza)悠闲享受自己的假期。呃,从图片看很难分辨这是不是一个只让男人进入的小岛。

球队的表演有帮助,他告诉拉法塔,“大厨肯定会营养的概念比我理解得更好。”美国队的每顿饭都包含了两种不同颜色的蔬菜,队伍鼓励球员食用更多的蔬菜和水果。

拉法塔更是发明了特殊风格的矿泉水,她用药草和水果搭配,来减少合成果汁的摄入量。同时她还对球员饮用咖啡的数量做出了限制——每天最多三杯。

通过水化蔬果,拉法塔能够准确计算卡路里,对此制作出球员的能量饮料,根据体重和运动时间,来调配果汁的比率,让球员在赛后饮用,即使是替补球员也会根据他们的训练和热身来进行设定。

比拉潘多和拉法塔每天要对50人团队的营养负责,这里面包括了23名球员、教练

组、医疗队、训练团队还有技术人员。

比拉潘多说:“我们需要这样的工作,因为我们永远都不知道会不会因为这1%的努力就可以引领我们走向冠军。”

他们对食物的关心是不无道理的,上个月巴西消费者机构的官员发现在意大利和英格兰将要居住的酒店里面,部分食材出现了过期的现象。

美国人对他们自带食材和厨师感到满意,球员也对他们的营养情况赞赏有加,凯尔·贝克曼说这是一流的团队:“我觉得克林斯曼让美国国家队的这些事项都上升了一个层次,你丝毫不用担心你的日常饮食。因为你会知道,你所食用的东西,都会对你有好处,让你在运动当中有好的状态和恢复能力。”

定的饮食。”

就在美国队前往巴西之前,大厨布莱森·比拉潘多和运动营养学专家拉法塔提前参观了球队在圣保罗、累西腓、纳塔尔和马瑙斯的酒店,主要评估了厨房、餐厅还有对食材的选择。对于他们来说,鳄梨是必要的水果。

美国队主教练克林斯曼最喜欢吃新鲜的有机蔬菜,它们没有农药和化肥,另外,他还会用香草和香料代替油脂。他的大部分食材都会擦成条状食用。

**饮料都是营养师专门调配**

四年前,美国队在南非时的大厨当时是第一次介入大赛,克林斯曼希望饮食能够对

**不要误伤同学**

前曼联、埃弗顿球员菲尔·内维尔(图1),因为在解说英格兰比赛中的糟糕表现,导致英国广播公司收到了近450宗投诉。英国福克萨郡一名60岁的散热器推销员发现在意大利和英格兰的比赛后,自己的推特收到了数以千计包括“我希望你死”这样的留言——因为他碰巧叫菲尔·内维尔(图2右)。作为一名阿森纳球迷,内维尔说:“我用这个注册名字已经好几年了,曾经觉得有些小乐趣,但现在有些同情那些名人的生活。”



**关于梅雷莱斯同学 食指大动情况的通报**

近日有反映,葡萄牙班梅雷莱斯同学在校运动会上做出了两手伸手指的动作,很多同学都说看到了他竖中指,校方调查后发现,真的要向这些举报的同学竖个中指:人家梅同学明明竖的是食指。经认真核实,当时梅同学竖食指的前因后果,与德国班班主任勒夫老师有关,目的是为了与勒老师握手,特通报如下:

