

# 体育 | 特色

## 身高1米8 体重200斤 球技还很好 进球还很多 大胖子踢球其实也很棒

昨晨在英足总杯第三轮比赛中,利物浦2:1战胜温布尔登涉险过关,不过焦点人物不是梅开二度的杰拉德,而是那位赛后收到偶像杰拉德球衣的大胖子,被誉为“足坛奥尼尔”的温布尔登球员阿金芬瓦。比起他在比赛中的进球,人们更加热衷于讨论他那重达200斤的身材,这个大块头在场上有什么绝招?胖子到底适不适合踢足球?为此记者采访了运动专家王峰,让他为大家一一解惑。

### 轨迹 || “足坛奥尼尔”半年前已走红

与利物浦的比赛进行到第36分钟,阿金芬瓦门前混战将球捅进,进球后的他甚至激动地流下了热泪:“作为利物浦和杰拉德球迷,能与他们同场竞技甚至进球的感觉太棒了!”著名解说詹俊将这位可爱的胖子称为“足坛奥尼尔”。

不过此奥尼尔非彼奥尼尔,阿金芬瓦出道以来一直混迹米尔

沃尔、北安普顿等这种英格兰低级别联赛球队,但在本赛季季前赛和切尔西比赛中,阿金芬瓦突然走红,人们通过电视画面见识到了他“壮如牛”的身材,赛后阿金芬瓦还一度成为英国国内网络搜索的热词。

### 分析 || 胖子不仅灵活进球还不少

阿金芬瓦身高1米8,体重却达到200斤,意外的是他还身穿10号战袍,32岁的他效力过12家俱乐部,一共进了151个球,还真有两把刷子。“这种身材在职业足坛很少见,尤其是前锋。现代足球对于运动员的身体素质要求越来越高,球员在进攻端和防守端都能发挥自己的作用,因此跑动和身体冲撞的能力就显得更加重要。”运动专家王峰这样说。

体重大了当然速度就慢,阿金芬瓦就曾表示:“我的胳膊几乎和特

里的腿差不多粗,在FIFA15中我的强壮值达到了97,但我不喜欢选择自己,因为实在太慢了。”王峰也分析说:“无论力量有多大,就我看来他踢球的体重还是有些超了,势必会对他的灵活性和奔跑能力产生影响。”那对于正常人来说,什么身材最适合足球运动?对此王峰认为没有固定的标准:“足球是一项综合性的运动,因此不受身材的束缚,加斯科因的体重也很大啊,但是他的技术好、意识好,就算减少跑动,他还是能给球队带来巨大的帮助。”



**阿金芬瓦**  
国籍:英格兰  
出生:1982年5月10日  
身高:1.8米  
体重:100公斤  
位置:前锋  
现效力球队:温布尔登

### 解密 ||

#### 强壮不等于肥胖 职业球员需控制体重

事实上这里存在一个误区,阿金芬瓦并非“胖子”,踢球之外他最大的爱好就是健身,几乎每天都会健身房中泡上几个小时,是一位半专业的健美选手。据报道阿金芬瓦上臂举重的重量将近200公斤,这几乎是他人体的两倍。

王峰从专业的角度指出:“他这不是胖而是壮,两者的区别主要是要看人体脂肪和肌肉比例,‘壮’的人肌肉占的比重更大,这种人的力量和速度都会比较好;但是‘胖’人则是脂肪的比例过高,肌肉的比例相对少,速度和力量都比较差,也就是所谓的虚胖。”

那胖的人是否适合参加足球比赛,王峰认为:“职业球员还是应当通过合理的营养摄入来控制自己的体重,体重过大之后不仅影响冲刺能力和身体灵活性,还会加重身体关节的磨损和心肺功能的负担,对运动员比赛发挥和职业寿命都有不利影响。但对于广大市民和业余球员来说要求没有那么严格,体重重的人踢球时做好热身、减少跑动,可以享受足球带来的乐趣,不过需要提醒的是,那些已经因为肥胖而出现心脏和呼吸系统问题的人,尽量还是不要参加足球这种运动强度和对抗强度都很大的运动,建议先控制饮食,进行一些强度较低的运动,体重降低之后再考虑进行高强度运动。”冯勃

# 分类信息

省会都市第一资讯平台 优惠发布各类信息,市内上门办理!

- ◆(东区)电话:0371-56722588 地址:文化路与纬一路交叉口金茂大厦A座1107室
- ◆(西区)电话:13526506733 60100518 地址:陇海西路与文化宫路北50米路东金昇文具店
- ◆通过QQ办理:295312877

## 原报社广告办理地址改为

陇海西路与文化宫路北50米路东 金昇文具店 13526506733

**家教**  
★阳光保质家教 66992211

**综合信息**  
★五万起月结3%收益1338334813  
★还卡养卡免费提额 86565596

**提供炒股指期货资金**  
1万炒股指  
郑州鼎 汇电话:86036937 15515782503

**办理单卡10万信用卡**  
无前期 报销车费食宿,20天包下,电话:15617775863

**快速贷款** 15936224809  
凭本人身份证办理,无抵押,款到付息

**急用钱** 利息低  
凭身份证户口本当场办理 正规公司 信誉第一 56762661 15188328139

**房贷车贷企业贷**  
信用贷 房地产 一对一 聘人员18137827376

**信贷最低7厘8房贷1分2**  
车贷不押车 55830669

**股票期货配资**  
股票 1:5, 期货 1:10  
费用保证全省最低13783690778

**代办大额信用卡**  
下卡快,无前期费用 13525557969

**诚信办理大额信用卡**  
下卡快,无任何前期费用 13598843953

**民间借贷**  
凭身份证户口本当场放款 56758851 15936288707

**婚姻医院**  
★63871550 婚查定位、专拆外遇

**律师服务**

**讨债专家**  
十年经验 86169619

**法律服务**  
★清账成功再收费 1551752227  
要账 1551555552

**巾帼豪杰**  
成功收费 18530901069

**专收欠条**  
合法收账、快速找人、婚查 0371-87508123

**专业要账 定位婚查**  
服务全国 65733313 成功付费

**清债专家**  
快速清债 维权主持公道 老赖克星 18137159969

**闪电●清债**  
定位找人、婚查、全国清债 热线:15136244333

**全国讨债**  
诚信事成收费 15003893303

**追债●婚查**  
现金收购欠条,调查取证找人 0371-55176666

**要账专家**  
20年的专业经验,快速,安全,诚信,专清工程款,现金借款,合同款,单位欠款,专办大案等各种欠款,三天找到人,面向全国。欢迎各地市加盟共营。  
总部电话:400-089-3691  
郑州西区电话:18838272316  
郑州东区电话:13071022966  
许昌分部电话:13080162177  
济源分部电话:18103896316  
平顶山分部电话:18937569893

**工作对调**  
★铁职工工作对调 13653843900

**招商合作**  
★售楼存棉袜手套6角13676905591

**商务礼仪**  
★佳人有约会所 18739905018 上门

**社保代理**  
★★ 社保大龄补交 53379006

**疏通钻孔**  
★环卫车油污、疏通 15981995685  
★通下水道抽化粪池 88882273

**厂房租售**  
★江山路厂仓 9800m² 13903718234

**商铺租售**  
★门诊招科室 13674919289  
★门面房对外出租 13137708057  
★西大街5层商铺出售 2000平方独立水电价格面议电话 13383818833

**新郑龙湖温泉对外承包**  
18838062797

**咨询代理**  
工商专办 13523005525

**家电维修**  
★专业车移修收空调 13137127325  
★空调冰箱电视热水器 15890604246

**汽车租赁**  
★朋友租车郑东新区 66831616  
★安通汽租 18903713023 车全价优  
★代驾租车接送婚庆 53797661

**货运·搬家专柜**  
双喜 6666655  
搬 661322222  
拆 667222222  
装 55555553  
家 具

**惠88880371 大66222358**  
拆 61322222  
装 66722222  
家 55555553  
具

**东区 66666690 金燕 63727556**  
**55518000 燕 88889196**  
**65970776 康 68856669**  
**88885838 家 67602281**  
**55519222 55519222**  
**61010600**

**求租求购**  
★求购二手叉车 13523568645

**汽车服务**  
★求购轿车,越野车 13017683055

**驾校信息**  
经纬驾校 63619097  
农业西路(聘教练)  
东升驾校 66825128  
未来路石化路东 300米路南

**中州金融**  
出资一对一  
房产抵押 按揭房再贷  
当天放款 利息1.5至1.8  
电话:0371-66009988

**要账 1551555552**

**巾帼豪杰 成功收费 18530901069**

**专收欠条 0371-87508123**

**要账专家**  
20年的专业经验,快速,安全,诚信,专清工程款,现金借款,合同款,单位欠款,专办大案等各种欠款,三天找到人,面向全国。欢迎各地市加盟共营。  
总部电话:400-089-3691  
郑州西区电话:18838272316  
郑州东区电话:13071022966  
许昌分部电话:13080162177  
济源分部电话:18103896316  
平顶山分部电话:18937569893

**写字楼租售**  
长椿路科技园内 2500平方6层电梯 15537121776

**商铺转让**  
★建设东路30平方 13703715928  
★转金水路商圈旺铺 13599965318  
★无转让费饭店 15737159933  
★位佳超市转让 15225081047  
★转二七区商圈营业中麻辣烫店 配套设施齐 170m² 18039976173

**驾校转让**  
现转一类二类驾校各一所,杨先生 15936209000

**吉祥搬家**  
06.08年度荣获河南省“百姓信赖诚信企业”  
67123456  
63777777  
68660666  
114/12580/118114/转吉祥搬家  
免费客服电话:4007796668  
网址:Www.jxbj.com