



## 国羽男单何时再现雄风

董博

2025年羽毛球世锦赛日前落下帷幕，中国羽毛球队获得女单、女双两枚金牌，此外还有3枚银牌、6枚铜牌入账。自2017年世锦赛起，中国羽毛球男单连续8年未夺冠，奥运会也连续两届未获奖牌。中国男单没有收获冠军，尤其是男单的低迷表现，似乎揭示出国羽男单正陷入长期“冠军荒”。

本届亚锦赛，中国队在5个单项均派出主力选手，日本、印尼等强队同样尽遣精英。半决赛阶段，国羽取得5胜6负的成绩，韩悦和陈雨菲会师女单决赛，而混双意外全军覆没。在一场国羽男单内战中，陆光祖以2比1力克李诗沣。男双年轻组合陈柏阳/刘毅以2比1逆转击败印尼的卡南多/毛拉纳，奥运亚军梁伟铿/王昶则是以0比2不敌马来西亚强档苏伟译/谢定峰，再次无缘决赛。

中国男单上一次在亚锦赛夺冠还是2017年，当时谌龙以2比1战胜林丹夺冠。自那以后，国羽男单在亚锦赛中便再未登顶。此后的亚锦赛冠军分别是：2018年日本的桃田贤斗、2019年日本的桃田贤斗(卫冕)、2022年马来西亚的李梓嘉、2023年印尼的金廷、2024年印尼的乔纳坦、2025年泰国的昆拉武特。

“天王”林丹在2017年天津全运会后退役，其职业生涯树立了“技术全面性”与“心理抗压性”的典范。石宇奇被视为林丹接班人，2018年全英赛击败林丹夺冠，标志着新老交替的完成。然而，其职业生涯因伤病、禁赛(2021年汤杯退赛事件)及状态波动陷入低谷，巴黎奥运会止步八强，未能延续统治力。谌龙也在林丹退役后短暂扛起大旗，2016年里约奥运会夺冠，但其技术风格偏重控制而非爆发力，难以应对安赛龙等欧洲力量型选手的冲击，最终在2020年后逐渐淡出一线。

而本届亚锦赛上的李诗沣和陆光祖，前者作为“00后”的希望之星在2023年全英赛夺冠，是首位“00后”全英赛冠军，并在2024年亚锦赛闯入决赛(因伤退赛)，展现出潜力。后者则多次在国际赛事中进入四强。但两人均缺乏顶尖选手的统治级表现，反映出稳定性不足，常在关键处理上失误，尤其是在面对东南亚选手时胜率偏低。

“后林丹时代”的国羽男单正经历“黄金一代”与“断层危机”的双重叙事。国羽男单的低谷既是林丹时代辉煌后的必然调整期，也反映了国际羽坛格局的深刻变化。尽管国羽男单连续夺冠，但新生代选手的进步与团队的努力仍为未来带来希望。

总体来看，中国男单的困境是周期性现象，而非长期衰退。随着新生代选手成长，若能在技术细节、心理抗压能力及国际竞争策略上持续优化，国羽男单有望在洛杉矶奥运周期逐步重返巅峰。

# 回归理性后的群雄逐鹿

### ——2025赛季中超联赛印象

本报记者 张宽

## 体坛风云

2025赛季中超联赛已战罢7轮，在经历过“金元足球”时代的洗礼，尤其是中国足协在2024赛季推出外援、裁判、冠名等一系列新政后，中超联赛步入持续健康发展的新阶段。随着“金元足球”标志性人物奥斯卡的离开，也宣告了中超联赛彻底回归理性。在“消费降级”、高性价比内外援获得市场追捧的背景下，联赛呈现出竞争趋于白热化的新局面。

截至本赛季中超联赛第7轮，各支球队的走向已经成为球迷热议的话题。上海申花、成都蓉城、山东泰山、上海海港和北京国安等队成为本赛季冠军的有力竞争者。新赛季有更多球队参与争冠，升班马同样延续良好势头，各队年轻球员崭露头角，都成为新赛季的看点和亮点。这样一个多强争霸的格局，实际上也反映了当前中超联赛竞争的激烈程度和中国足球发展的新变化。

本届中超联赛是中足联成立、职业联赛实现“管办分离”后的首届中超联赛。参赛队伍、外援政策、赛事安排都发生了不小的变化，新赛季的冠军将会花落谁家？除了大家熟悉的球队，还有哪些新锐球队值得关注？

### 群雄争冠更激烈

回看2024赛季，冠军之争一直上演到联赛最后一刻，上海的两支劲旅——上海海港和上海申花打得难解难分。最终上海海港以一分的优势力压上海申花，实现中超两连冠，并加冕联赛、杯赛双冠王。新赛季实现卫冕，当然是上海海港的首要目标。

能够如愿卫冕吗？答案其实悬而未决。上海海港的核心奥斯卡和巴尔加斯离队，武磊、蒋光太也因伤暂时不能登场。新加盟的球员之间还需要磨合，球队整体实力能否达到高水平还有待观察。截至记者发稿时，他们在少赛两轮的情况下在积分榜上排在第4位。

反观上海申花在新赛季几乎保持了上赛季的原班人马，在主帅斯卢茨基的带领下，球队注重团队配合，实力一直比较稳定。根据赛程安排，上海申花在联赛前8轮坐拥6个主场，趁机“抢分”是他们的不二之选。截至记者发稿时，他们在少赛一轮的情况下在积分榜位列第二。

再看成都蓉城和北京国安，本赛季两队都引援了不少新人，为冲击冠军做好了充足准备。成都蓉城表现得相当积极，刘殿座、德尔加多等实力派内外援的加盟为他们增加了不少底气，球迷们对这支新生力量的期待也是颇高。与此同时，北京国安在冬窗的引援力度不容小觑，新帅前巴萨主帅塞蒂恩，后腰达万、归化热门前腰塞尔吉尼奥和中卫吴少聪的加盟，展现了俱乐部在构建冠军阵容上的信心与决心。

山东泰山作出的引援举措同样值得关注，他们围绕中卫与后腰两个薄弱环节进行补强，这一策略无疑增加了他们在争冠中的



中超联赛成都蓉城队(白)与青岛海牛队在比赛中。

新华社发

竞争力。同时，山东泰山的前场“三叉戟”组合已经成为了中超联赛中的一大亮点，能够在关键时刻提供进攻支持。

### 中超新军变强劲

除了几支老牌劲旅，每个赛季的“升班马”都是令人关注的焦点。前几个赛季，武汉三镇、成都蓉城、浙江队都以“升班马”的身份拿到了好成绩。新赛季前，云南玉昆和大连英博两支球队的系列“动作”，预示了这两支“升班马”的野心。

云南玉昆是上赛季中甲联赛的冠军，成绩为20胜6平4负。从中冠、中甲到中超，云南玉昆在短短几年内实现了三级连跳。新赛季，云南玉昆引进了众多强手，包括归化球员侯永永、奥斯卡等，球队的阵容得到极大的充实。

此外，云南玉昆还有着与其他球队不一

样的优势——他们的主场。云南玉昆的主场海拔高度都在1500米至1800米之间。其他球队能否适应在高原作战并战胜主队，这是不小的挑战。对云南玉昆而言，主场是他们拿分的好机会。

同为“升班马”的大连英博同样野心十足，他们新赛季的目标就是确保进入前10名并力争打进前8名。他们的底气从何而来？新赛季前的转会期，他们一口气引进了14名球员。上海申花锋线大将马莱莱，3名新援阿里米、马马杜以及拉布亚德，将球队实力抬上了一个台阶。

### 引援追求高性价比

经过两年的沉淀，中超联赛正在逐步摆脱“金元足球”带来的历史包袱，在“市场泡沫”逐渐散去后，无论是传统强队还是弱旅，引援更注重性价比，更多的是针对性补强。

## 全国U系列羽毛球(北方赛区)在长春举办

本报讯(记者张宽)北国春城享盛事，羽梦逐鹿启新程。日前，由中国羽毛球协会、吉林省体育局主办，吉林省体育总会和吉林省社会体育管理中心承办的2025年“中移凌云杯”全国U系列羽毛球比赛U12-U14(北方赛区)，在长春奥林匹克公园燃情开赛。

本次大赛历时8天，比赛共设12岁、13岁、14岁三个年龄组别，涵盖男子单打、女子单打、男子双打、女子双打、男子团体、女子团体六个比赛项目。来自北京、辽宁、江苏、四川等17个地区的398名羽毛球小将齐聚北国春城，他们在这8天的赛程里，尽情挥洒汗水，切磋技艺，向着更高的荣誉奋勇攀登，完成一场顶级赛事与魅力之城的精彩“双向奔赴”。

为了让小选手、教练员及裁判深切感受到北国春城人民的热忱，赛事组委会精心筹备，从科学规划场馆动线到优化完善服务流程，从精心安排营养配餐到贴心落实车辆接送，事无巨细、全力以赴。同时，组委会还组织了40余名志愿者，并有专业医生及护士驻场，提供应急药品供给、紧急医疗救助等服务，全方位保障各参赛代表成员的人身安全与出行顺畅。



## 春天里，跑友们在行动

本报记者 姚思琦

春回大地，气温回暖。长春这座魅力四射的北国春城，街头巷尾到处洋溢着勃勃生机。在这春意盎然的季节里，市民们纷纷走出家门，投身于户外健身活动中。而此前，长春马拉松公布了比赛日期并开启报名，更是激发了无数跑友的热情。

每天下午和傍晚时分，无论是平坦的公园小径，还是风景如画的伊通河畔，都可以看到许多跑步爱好者的身影。他们或身着专业的运动装备，或轻装上阵，脸上都洋溢着相同的坚毅与喜悦。随着气温的逐渐升高，跑步变得更加舒适，跑友们也借此机会，积极备战即将到来的马拉松大赛。

长春马拉松作为东北地区备受瞩目的体育盛事，一直以来都吸引着来自全国各地的跑步爱好者。今年的长马更是备受期待，不仅成为世界田联标牌赛事，赛事规模提升至35000人，更因为在这个春天里，它成为了人们追求健康、享受运动乐趣的重要平台。

健身跑步作为一种简单而有效的锻炼方式，早已被人们所接受和喜爱。它不仅能够增强心肺功能，提高身体素质，还能够让人们在忙碌的生活中找到一片宁静与自由。在长春，越来越多的市民开始意识到健身跑步的重要性，并将其作为日常生活的一部分。无论是早晨的清新空气，还是夜晚的凉爽微风，都成为了他们跑步时最美好的陪伴。

马拉松爱好者杨俊铭告诉记者：“我从大学的时候开始喜欢上

跑步，后来接触到马拉松，最开始只能跑10公里，后来慢慢可以跑半马，再到能坚持跑完全马，先后用了一年的时间，完成了自己的首马‘破三小时’。今年报名如果能中签，将是我第二次征战长春马拉松。今年的备战和去年有所不同，我更换了针对自己的训练方法，在保证每周120公里跑量的基础上，还要完成一次间歇跑和一次‘30公里+’的长距离有氧跑，其余时间基本上是以有氧训练为主。今年的状态明显比去年有所提升。”

参加马拉松不仅是对自己跑步能力的挑战，更是对健康和美好生活的追求。杨俊铭表示：“随着全民健身意识的提高，大众跑者的身体素质都在提升，现在跑圈的跑步氛围特别好，不管认不认识，擦肩而过都会喊加油。现在在公园里每天各个时段都能看见跑步的人，每个人的目的各不相同，有的是为了减重，有的是为了提升成绩，还有的是为了释放压力。我觉得跑步带给自己的不仅仅是拥有了健康的身体，更重要的是心态上的变化，让自己面对生活的态度变得积极、乐观、向上。”

一年之计在于春。在长春这座美丽的城市里，越来越多的人开始投身于健身跑步这项运动。他们用自己的行动诠释着健康生活的真谛，也共同营造出了一个充满活力和正能量的社会氛围。让我们一起走出家门，去感受春天的美好，去体验跑步的乐趣吧！