

“彩排”赢得四连胜

中国男篮结束热身 将迎亚洲杯实战

四场国际热身赛的哨声陆续落下，中国男篮在与委内瑞拉、波黑不同风格球队的交锋中，完成了亚洲杯赛前关键的“彩排”检验，取得了四连胜，也收获了信心。在四场热身赛中，新一届中国男篮既展现了新老融合的活力，也暴露了亟待解决的问题，为接下来亚洲杯的征程明确了方向。

在这四场热身赛中，中国男篮主教练郭士强认为7月29日晚与波黑男篮的比赛对队伍的锻炼价值最大。尽管球队最终以75:72艰难取胜，但郭士强却直言这场比赛暴露的问题不容忽视。本场比赛，中国男篮全场共有28次失误、进攻篮板球净负13个，成为影响战局的关键。“对手防守强度大导致失误增多，篮板保护尤其是前场篮板的连续丢失，都是亚洲杯前必须解决的硬伤。”郭士强表示。

队员胡金秋也表示认同，“四场热身赛暴露的失误和篮板问题若不及时弥补，我们在亚洲杯会面临更大挑战。”不过，中国男篮在进攻流畅性和投、罚篮命中率上的进步，为队伍后续调整打下了

良好的基础。

中国男篮教练组在这四场热身赛里做到了尽量平均分配球员出场时间，通过轮换阵容、调整搭配，全面考察球员状态。郭士强表示：“四场热身赛的核心就是磨合阵容、锻炼队伍，所有球员都要通过实战证明自己。”这种以赛带练的思路，为最终确定亚洲杯12人名单提供了参考。

对球员而言，每一场热身赛都格外珍贵和有意义。队里的“大哥”雷蒙打了三场热身赛，通过这三场热身赛，他深切感受到了团队的精气神，“大家劲头足、冲劲强，每个人的状态都在往上走。”胡明轩则在这四场热身赛中体会到队伍适应能力的提升，“从委内瑞拉男篮到波黑男篮，对手打法各异，这对球队整体磨合很有价值。”尽管前两场热身赛中，胡明轩曾感到“憋屈”，但他通过调整心态、找准定位逐步找回状态，展现了自己愈发成熟的一面。

接下来，中国男篮将带着热身赛暴露的问题进行针对性训练，在亚洲杯赛场上迎接更严峻的挑战。

钟文

主教练郭士强



程子龙与朱子峰的“绝杀”一跳



程子龙/朱子峰

新华社新加坡7月29日电 29日的新加坡游泳世锦赛男子双人10米台决赛，当比赛最终成绩显示在大屏幕上时，来自俄罗斯的中立运动员组合希雷黑尔/特尔诺沃伊仰天长叹，脸上写满失望。他们以0.93分之差负于中国组合程子龙与朱子峰，与金牌失之交臂。

19岁的程子龙和23岁的朱子峰用一次“绝杀”，为中国队夺得本届世锦赛的第12枚金牌。回想起比赛过程，朱子峰仍心有余悸。

“(第四跳)下来我感到对不起队友，因为我们一起训练了这么久，(如果)因为我一个失误导致错过这枚金牌，还是比较内疚。但是后面听到了逆转的信息，一开始还有点懵。”他说。

比赛第四轮，程子龙/朱子峰选择难度系数3.4的307C动作，不料朱子峰出现致命失误，这一跳仅得到60.18分。两人的排名也从第一跌落至第三，落后希雷黑尔/特尔诺沃伊20.88分。

赛后，朱子峰表示第四跳前心理有了波动。“我的想法多了，想法一多就容

易失误。”

在比赛仅剩两轮的情况下，程子龙/朱子峰想要逆转，自身要完美发挥的同时，也要等待对手的失误，表面上是你追我赶的角逐，实际更像是一场心理与稳定性的较量。

程子龙就是那个发自内心相信搭档的人。他赛后说：“我们相互鼓励，我非常相信队友，他训练水平很高，我并不担心。我非常相信他能够把之后的动作跳得很棒，当然他也做到了。”

倒数第二跳他们拿下87.69分，最后一轮动作是难度系数3.6的5255B，两人上演本场最佳一跳，得到全场最高的90.72分，在最后时刻将金牌收入囊中。

“最后一跳之前会有压力吗？”面对记者的提问，程子龙回答道：“最后一跳之前压力也会有，更多的是保持平常心。”



王柳懿/王芊懿(资料图)

双金“姐妹花”逐梦“花样年华”

“在香港的学习经历让我们收获了全新的成长。”日前，在巴黎奥运会上夺得花样游泳集体、双人两枚金牌的王柳懿、王芊懿姐妹在母校香港教育大学与师生及媒体分享了在港求学经历和备战全运会的心路历程。

去年9月，这对来自深圳的“姐妹花”入读香港教育大学教育博士中文班课程。谈及在港读博的感受，姐姐王柳懿表示：“香港国际化的教育环境不仅提升了我们的语言能力，更通过丰富的国际交流活动开拓了我们的视野，这对运动员的专业发展和个人成长都大有裨益。”

妹妹王芊懿则对香港的生活点滴印象深刻：“在这里结识了不少本地朋友，还爱上了地道的港式美食，特别是热腾腾的肠粉和香脆的鸡蛋仔，是我非常钟情的美味。”

在即将于11月举行的第十五届全国运动会花样游泳比赛中，这对“大湾区女儿”将迎来主场作战，比赛将在广

东江门举行。“这次全运会在‘家门口’举办，对我们意义非凡。”姐妹俩难掩兴奋之情。

“我们正在全力备战，争取以最佳状态呈现一场精彩的表演。”她们特别向港澳同胞发出邀请：“大湾区便捷的交通网络让港澳观众可以轻松来到江门，现场感受花样游泳这项艺术与竞技完美结合的运动的魅力。”

回顾巴黎奥运会的夺冠历程，姐妹俩依然心潮澎湃。在双人技术自选比赛中，她们以“莲”为主题的中国风表演征服了裁判和观众，获得全场最高分。

“演绎中国风作品时，五千年文化底蕴就是我们的底气。”王芊懿表示，虽然最初担心东方柔美风格在竞技体育中不够主流，但首场比赛后，裁判的高分和观众反响让她信心倍增。“中国文化需要更加自信地去展现，特别是融入盘扣等传统元素的泳衣设计，外教都赞不绝口。”

谈及如何平衡高强度训练与博士

学业的双重压力，王芊懿眼中闪烁着坚定的光芒：“再苦再累也从没想过放弃，因为我们始终相互支持。”姐妹俩表示，博士毕业后希望能将所学回馈社会，用专业知识培养出更多后备人才，继续在体育教育领域发光发热。

“无论是为国争光还是追求梦想，只要坚持不懈地努力，每个人都是自己成长道路上的‘冠军’。”王柳懿说。

据新华社

王小平案、刘军案一审宣判

新华社武汉7月30日电 7月30日，湖北省松滋市人民法院公开宣判中国足球协会纪律委员会原主任王小平受贿案，以受贿罪判处被告人王小平有期徒刑十年六个月，并处罚金人民币七十万元；对被告人王小平受贿所得财物及孳息依法予以追缴，上缴国库。

松滋市人民法院于2025年4月16日公开开庭审理了该案。

另据新华社武汉7月30日电 7月30日，湖北省通山县人民法院公开宣判中超联赛有限责任公司原董事长刘军受贿、非国家工作人员受贿案，以受贿罪判处被告人刘军有期徒刑十年，并处罚金人民币六十万元；以非国家工作人员受贿罪判处其有期徒刑二年，并处罚金人民币五十万元，决定执行有期徒刑十一年，并处罚金人民币一百一十万元。对被告人刘军受贿、非国家工作人员受贿所得财物及孳息依法予以追缴，上缴国库。

通山县人民法院于2025年4月14日公开开庭审理了该案。

女足亚洲杯抽签出炉

中国队与朝鲜队同组

新华社悉尼7月29日电 2026年亚足联女足亚洲杯抽签仪式29日在澳大利亚悉尼举行，卫冕冠军中国女足与朝鲜、孟加拉国和乌兹别克斯坦队一同被分入B组。

本届女足亚洲杯将于2026年3月1日至21日在澳大利亚悉尼、珀斯和黄金海岸举行，揭幕战将由东道主澳大利亚队对阵菲律宾队；中国队将在3月3日小组赛首轮对阵孟加拉国家队。根据赛制，每个小组前两名和成绩最好的两个小组的第三名将晋级八强淘汰赛。

各队也将为2027年巴西女足世界杯参赛资格展开争夺，进入半决赛的四支球队将直接获得世界杯入场券，而在8强淘汰赛中失利的四支球队将进行附加赛，争夺另外两个世界杯席位。

2026年女足亚洲杯决赛阶段小组赛分组如下：

A组：澳大利亚、韩国、伊朗、菲律宾

B组：朝鲜、中国、孟加拉国、乌兹别克斯坦

C组：日本、越南、印度、中国台北

朱琳爆冷赢球继续前行

新华社渥太华7月29日电 WTA(女子网球选手协会)1000蒙特利尔站29日进入第二轮，中国选手朱琳爆冷击败种子选手亚历山德洛娃，挺进第三轮。

朱琳和12号种子、俄罗斯选手亚历山德洛娃的比赛历时1小时55分，朱琳在首盘1:6失利的情况下及时调整状态，在第二盘以6:2扳回一盘，并在决胜盘以6:4胜出。

本场比赛亚历山德洛娃在发球上有得有失，既发出8记ACE球(发球直接得分且对手未触球)，也有7次发球双误。朱琳则没有双误，打出4记ACE球，一发成功率也高于对手。其他技术环节双方的表现均比较接近。

朱琳将在第三轮比赛中对阵荷兰选手拉门斯与巴西选手玛雅之间的胜者。