

# 颜鹏：把三人篮球打成自己的“甜点位”

2025赛季中国三人篮球超级联赛(超三联赛)总决赛日前在北京落幕,上海久事以21:15力克广东宝安生涯,再度捧得冠军奖杯。

比赛中,久事队球员颜鹏的一记两分空心入网,仿佛打通了球队的“任督二脉”——队友们相继命中,进攻全面开花。此役,颜鹏全场命中3记外线两分与1次内线进球,贡献7分,成为球队夺冠的关键。

尽管三人篮球人数少、场地小,但是其对抗更直接、攻防转换更快,近乎是无氧运动。在中国,这项运动起步较晚,关注度也不及五人篮球。可颜鹏却在这片刚刚兴起、充满挑战的赛场上,一步步把三人篮球打成了属于自己的“甜点位”。



## 流浪地球,只为场上“十分钟”

篮球运动里,“甜点位”特指球员最擅长的得分区域,而对于颜鹏来说,寻找“甜点位”,先过“苦日子”。作为国内最早一批从五人篮球转向三人篮球的职业球员,颜鹏曾经历多年的“双线作战”:夏天身披国家队战袍出战三人篮球,冬天则回到中国男子篮球职业联赛(CBA)打五人制比赛。同样都是篮球,颜鹏却说:“像是在打两个完全不同的项目。”

“从三人回五人,我要一直转换角色,一个全场一个半场,节奏完全不一样”,他解释道,“五个人打球不用这么着急的”,而三人篮球只有十分钟比赛,“哪怕你赢了很多分,或者落后很多分”,最后的结果都可能在一两个回合间被改写。

最终,兼项多年的他做出决定,全心投入三人篮球——既是响应久事组建俱乐部对核心球员的需要,也是看中了这一项目为他带来的更为广阔的可能性。

2022年前后,为争取奥运积分,颜鹏与国家队队友一同开启了被称为“流浪地球”计划的全球征战。“当时只要有比赛,澳大利亚、美国、加拿大,再远也得去。”

面对长途飞行、时差颠倒,颜鹏回忆道:“我们基本一上飞机就睡,睡在机场也是家常便饭,包当枕头,衣服一盖就能过一夜。”为防止错过转机或误了行程,几名队友需要轮流“放哨”,而有时刚落地新时区,第二天就要比赛,他们只能靠夜聊硬熬过整晚,天一亮直接上场。

## 对抗与态度 信任与联结

身高1米99的颜鹏穿着一件黑色卫衣接受采访,看上去像是一位温和的邻家大男孩。可他笑着说:“其实三人是最强调身体对抗性的。”有些球员虽然看起来瘦小,但“特别干巴有劲儿,碰你一下,就像被刀子划了一下似的。”

在他看来,真正的力量藏在实战经验与长期积累中。他提到队里的“大哥”罗旭东——37岁的他拥有“像健美教练一样”的肌肉,在赛场上状态甚至盖过不少年轻人。“三人篮球靠的不只是体能,还有经验、态度,以及对职业的认真。”颜鹏竖起了大拇指:“我大哥在身体对抗上也是最棒的。”

在三人篮球的世界里,除了身体对抗,团队默契也尤为重要。颜鹏说,三人篮球与五人制的“化学反应”大不相同——后者依赖明确的位置分工与体系战术,而三人赛场,则更在乎那瞬息之间的信任与联结。

“我们仨已经一起打了三年。”提到两位老搭档,罗旭东和温亚德,颜鹏脸上浮现出笑意。那如何培养出默契呢?他的回答言简意赅:“我们吃住都在一起,天天见面。”日复一日的共同生活,让几个原本性格内向的“i(内向的)人”逐渐熟悉彼此,从队友变成兄弟,也让他们在场上形成了近乎本能的信任。

## “我还年轻,再打10年再说”

目前,中国三人篮球正处在转型期——从最初由CBA球员临时组队出征,到如今更多以俱乐部为班底代表国家队参赛。颜鹏认为,这是“非常好的尝试”。

“国外很多强队都是这种组队方式。”他说,“临时抽调的国家队可能很难做到一个眼神就能明白对方要干什么,这需要长期的比赛经验去磨合。”

在他看来,时间和磨合是这项运动最宝贵的资源。而随着联赛发展日益成熟,越来越多年轻球员涌现出来,面对后辈,颜鹏乐于分享自己的经验:“前几年肯定要交学费,不可能一上来就适应三人篮球的强度。我们都是一场场比赛堆出来的——一年365天,我能打三四百场。”

随着超三联赛队伍整体竞争力的提升,强弱差距越来越小。在颜鹏看来,三人篮球的魅力恰恰来自于结果的不可预料:“你唯一能做的,就是全力以赴,拼到最后一刻。除了‘爆分’和时间到了,你不能松懈。”

从东京到巴黎,三人篮球已连续两届进入奥运会,让越来越多球迷“看见”了这项运动,29岁的颜鹏也希望被更多人看见。

“我先再打个十年再说。”他顿了顿,又笑着补充道:“我还年轻,我还能打。”

据新华社

# 烂柯世界围棋文化展示馆开馆

烟台天地围棋院长王欣应邀参加



日前,“寻仙处·只此烂柯”烂柯世界围棋文化展示馆开馆暨“烂柯围棋周”启动仪式在浙江衢州烂柯山世界围棋公园举行。烟台天地围棋院长王欣应邀葛玉宏围棋道场邀请参加了此次围棋盛会。

近年来,衢州积极推动烂柯文化创造性转化、创新性发展,在促进围棋地方立法、打造特色的赛事体制、开展对外文化交流等方面形成了多个首创、多项领跑。接下来,还将通过棋文化加融合实践,使围棋文化活起来,真正成为融入城市的重要符号和根植群众的独特基因。

“围棋是中华优秀传统文化的经典内容,也是实现中华民族文化自信的一项精神支撑。”中国围棋协会主席常昊表示,未来中国围棋协会将以烂柯文化为纽带,持续与衢州深化协作,推动围棋文化的保护与传播;同时以“烂柯围棋周”为桥梁,加强与世界各国围棋组织的交流合作,让围棋文化成为促进文明互鉴、增进国际友谊的重要桥梁。

本次开馆仪式以“溯源、洞开、传承、启幕”为脉络,将烂柯传说的玄妙与现代美学深度融合。现场,象征智慧与传承的棋子嵌入以“天地棋局”为设计理念的启动装置。随着棋子落定,古老棋盘被“激活”,烂柯世界围棋文化展示馆正式宣告开馆。

为期五天的“烂柯围棋周”也于当天同步启动,以“弈”为核心的文化盛宴,通过“高端赛事+文化活动+趣味体验”,为不同年龄、不同需求的人群打造专属“棋趣”。

另外在签约仪式上,中国围棋少年体育学校、葛玉宏道场(衢州道场)负责人葛玉宏老师,保山永子文化产业有限公司、全国新闻媒体围棋赛组委会代表黄子忠先生签约入驻。



葛玉宏(右)在签约仪式上



王欣(右)在现场与申真湍合影

中国围棋少年体育学校正式入驻,进一步吸引全国围棋后备人才集聚,为烂柯围棋长远发展夯实后备人才基础;引入保山永子文化产业有限公司,则标志着“国宝”永子的生产、展示与研学基地落户烂柯,让国家级非遗技艺为围棋IP赋能;全国新闻媒体围棋赛组委会签约常驻,推进赛事直播与文化传播。多方围绕场馆运营、围棋IP开发、线上赛事直播等领域展开深度合作,让围棋从“竞技项目”延伸至“教育普及、文化体验、全球传播”,让烂柯文化走向更广阔的舞台。

钟禾



## 本栏目由以下单位特约刊登:

- 天地围棋道场总校  
6391031 6216697  
开发区长江路57号福星大厦二楼  
6391031
- 芝罘区烟中大厦二楼  
18561006156
- 芝罘区秦山屯财富大厦四楼  
15552214856
- 开发区澎湖湾广场二楼  
18053585421
- 开发区爱琴海万行广场二楼  
15866491958
- 海阳市海阳商城院里2号楼博古棋院  
3255255
- 牟平区东奔围棋学校(丰金广场三楼)  
4335318
- 牟平区东奔围棋幼儿园  
(新建大街699号) 4337711
- 牟平区东海城幼儿园  
(滨海东路586号) 4228108

冠中棋院总院,联系电话:  
18615955958(微信同号)

冠中棋院开发区分院:  
开发区长江路福星大厦二楼