

女足首训轻松愉快

小鹏升帐 人气真旺

本报记者 李志刚

3月21日下午,李小鹏带领中国女足来到山东省体育中心外场,进行此次济南集训的首堂训练课。小鹏升帐,身边簇拥着一帮朋友,郝伟、王超、李金羽都是小鹏此前在泰山队的队友,如今这几个人都成为女足教练组的成员;山东球迷对女足守门员教练李伟陌生一点,其实李伟十余年前作为门将也曾经入选过国家队,也是小鹏的老朋友了;前泰山队球员于远伟也特意赶来捧场,再加上十来位采访的媒体记者,女足训练场边,一时好不热闹。在进行准备活动时,女足姑娘们交头接耳,都在说“李导(小鹏)在山东的人气可真旺”。

“女孩子踢球跟男孩子不一样,小姑娘嘛,总是显得比较情绪化一些,我们这些当教练的,得先让她们开心,她们才能更加放松地、更加投入地进行训练。”李小鹏一直坚持这样的观点,在现实中他也是这样做的。21日下午,在王超带队进行热身活动之后,李小鹏、李金羽亲自上场,为女足姑娘们示范如何做行进间的大腿颠球练习。几组活动做下来,还真没有哪位女足姑娘能把动作做得像小鹏、大羽

那样娴熟自如,难怪小鹏前段时间曾经笑言,“如果让我们这几位教练加入到女足队伍里去,咱们中国女足现在就是世界第一。”

女足济南集训的首堂训练课充满了欢声笑语,在李小鹏的指点下,22位参加此次训练的女足队员两人一组,轮番把对方背起来,然后在一个提前画定的小圆圈内进行攻防演练,按照规定,如果有人从队友的身上“滑”了下来,她所在的一方就要被扣分。这样的练习新颖有趣,不仅女足姑娘们个个乐不可支,就连在场边围观的济南球迷都发出了声来。

“第一堂训练课,我是想给大家营造一个轻松愉快的氛围,先让这些姑娘们开心一下,接下来,有的是她们喊累的时候。”女足训练课结束之后,李小鹏在接受采访时这样说,“如果大家有时间多看几堂我们的训练课,就知道这些姑娘们会有多苦了。”



李小鹏在训练中。本报记者 王鸿光 摄

泰山外援助阵洪都拉斯

本报记者 李志刚

3月25日、29日,是国际足联规定的“正式比赛日”,在这两天,中国队将分别迎战新西兰队、洪都拉斯队。说起来,中国队的这两个对手与鲁能泰山都很有渊源,新西兰队里有鲁能叛将斯梅尔茨,而泰山外援莱昂也已经入选洪都拉斯国家队名单,届时他将在赛场上与自己的队友邓卓翔、崔鹏过招。

“莱昂目前已经到了北京,办一些手续后他要去韩国,参加洪都拉斯25日与韩国队的比赛,然后29日再代表洪都拉斯挑战中国队。”21日下午,鲁能泰山足球俱乐部副总经理兼球队领队赵民在接受记者采访时这样说,“莱昂一直是洪都拉斯队的主力球员,洪都拉斯

要人心切,我们不能不放手啊。”今年年初,洪都拉斯队准备以莱昂为核心备战中北美及加勒比地区金杯赛,但鲁能泰山队认为“该项赛事不是在国际足联规定的正式比赛时间内进行的”,坚决要求洪都拉斯队“提前放莱昂来鲁能泰山,参加球队正式训练”。而这一次,鲁能泰山只能是无条件放人。

邓卓翔、崔鹏、莱昂、买提江、郑铮、高迪,先后有6名球员离开济南,参加中国国家队、国奥队、洪都拉斯国家队的训练及比赛,这给正在紧张备战中超联赛首轮赛事的鲁能泰山带来了极大的困难。赵民表示“有困难只能想办法克服”,“相信伊万能够解决好人员紧张的问题。”

“一老一小”定乾坤

湖人火箭险胜对手

新华社华盛顿3月20日体育专电 20日的NBA常规赛,“一老一小”两控卫成为最后时刻球队取胜的关键。

凭借“小钢炮”洛瑞两记关键罚球,休斯敦火箭队主场以110:108险胜犹他爵士队,排名升至西部第九。

两队第四节争夺一度白热化,火箭头号得分手马丁和洛瑞双剑合璧,带领球队最后14秒仍以108:103领先。爵士控卫哈里斯最后8秒远投三分球命中,将分差缩小至2分。随后洛瑞顶住压力,稳稳地两罚全中,帮助球队获胜的同时也收获28分、

11个篮板球和10次助攻的个人职业生涯首个三双。

马丁得到全队最高的34分。爵士方面,大前锋米尔萨普夺得全场最高分35分,杰弗森也取得17分和19个篮板球的大号两双。

家有一老如有一宝。“老鱼”费舍尔终场前10秒命中关键跳投,帮助洛杉矶湖人队以84:80力克波特兰开拓者队,取得四连胜。



踏青赏花新泰莲花山

春天来了,新泰莲花山上漫山遍野的连翘花、樱花等多彩多姿,在翠绿松柏的映衬下,如油画般美丽。今年还要去旅游,旅游就去莲花山,健康伴您到永远。



李、百日红、紫荆、枫树等,野生灌木以杜鹃、连翘、黄荆、胡枝子为主,草本植物则以石竹、蒿草、羊胡子草、蕨类为常见。春天,莲花山上百花盛开,连翘花、绣线菊、胡枝子等山花点缀山间;在蓝天白云的

映衬下,娇艳欲滴,随着气温升高,雨水增多,莲花山遇天河、青龙潭、子母泉瀑布、云谷飞瀑成为游客喜爱的水景。

莲花山山奇石奇,地质遗迹丰富,大都与佛教有关,天成观音、金编望月、经书五卷、罗汉推手等百余处奇石,不但形神兼备,惟妙惟肖,而且还都有自己独特的故事,特别是位于观音崖上的天成观音巨型奇石,酷似结跏趺坐的观音菩萨,是世界上独一无二的跌坐式天然观音,距今28亿年前的莲花山科马提岩,是地球上最古老的岩石,它是亚洲唯一一处具有鬃刺结构的岩

石,在全世界也只有加拿大、南非和澳大利亚发现了这种岩石为莲花山的地质学价值增加了耀眼的光环,成为地学旅游、自然观光旅游、探险性山地旅游和科学科普的经典地区。

莲花山是中国北方最大观音道场,春天,到莲花山踏青祈福,你会结识千年佛缘,每年农历二月十九、四月初八、六月十九、九月十九的莲花山佛教文化节日,及六月初六莲花山民间庙会,从观音院到云谷寺,香客如涌。详情请登录“山东新泰莲花山景区”网站:www.adhacn 咨询电话:0538-7233009

张学勇
莲花山古称新甫山,春秋时期为齐鲁界山,东西绵延15公里,总面积100平方公里,主峰天台峰海拔999米,这座新兴的集生态休闲度假、佛教文化旅游于一体的风景区,作为世界地质公园、国家森林公园、自然景观独具特色;文化底蕴深厚;古迹遗址众多。莲花山植被繁茂,莲花山是山东省面积比较大的国家森林公园,以松柏为主的森林覆盖率达90%以上,形成了“新甫拥翠”的森林胜景;并因负氧离子和舒缓人体紧张的芬多精含量高,被誉为“天然氧仓、健康驿站”,观赏树种有樱桃、杏、梨、栗、樱花、紫叶

国家地质公园 国家AAAA级旅游区
中国地下河第一漂流——
山东地下大峡谷 Shandong Underground Grand Canyon
国家地质公园 国家AAAA级旅游区
中国首家萤火虫自然生态保护区——
地下莹光湖 Underground Yingguang Lake
国家地质公园 国家AAAA级旅游区
山东十大影视基地 山东自驾游示范点
天马岛
登金顶 赏万龟 玩转天马岛
一日游: A 地下大峡谷+地下莹光湖/灵泉山 B 天马岛一日游
二日游: 地下大峡谷+地下莹光湖+天马岛/灵泉山
山东龙风旅游集团 Shandong Longfeng Tourism Group
咨询电话: 400 669 8899 Http://www.longur.com 各旅行社均可报名