



CBA第三阶段即将开始,哈德森再次迎来考验。 新华社发

2月27日,山东西王男篮飞赴浙江诸暨,开启本赛季CBA最后阶段的比赛。

这次出征,山东队共有14名球员随队,文雁行、刁成灏、马光翰、郭旭和王冠翔留守济南,由助理教练托米带队训练,随时准备替换其他球员。

主教练巩晓彬此前一直受到脚伤困扰,春节过后坚持带队训练,不料最近伤情加重,走路都出现困难,只能选择治疗,过几天再赶赴诸暨,有可能缺席一到两场比赛。治疗期间,山东队将由助理教练罗萨临场指挥。

而哈德森依然是山东队最倚重的球员。

作为在CBA效力时间最长的外援,37岁的哈德森在与江苏队的比赛中超越易建联,成为历史得分王。但很多人还是有些担心:哈德森年龄是不是太大了?他的体力还能跟得上这么高强度的比赛吗?

哈德森充满自信:没问题!

# 山东男篮开启新征程,哈德森争做表率 大哥请吃饭 小弟好好干

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 刘瑞平

## 训练多流汗

2月25日,即将奔赴诸暨的山东西王男篮,照常在省体育局训练中心训练。

因为有部分球员参加了与山东青年队的比赛,一墙之隔的西王男篮训练场上,只剩下了9名球员,但他们的战术训练依然一丝不苟,在最为考验体能的五打四训练中,要求进攻一方8秒钟内从后场完成一次进攻,老哈是进攻的主打之一,几个回合下来,他已经浑身是汗。

春节之后的这10天时间,山东队的训练量一直很大。因为放假期间老哈又是录辽视春晚又是度假,所以很少有时间训练,第一天就感觉有点受不了,主帅巩晓彬很照顾哈德森,专门把下午的训练时间推迟了一个小时。

“刚开始坚持坚持,过几天就

好了。”巩晓彬鼓励他,几天过后,哈德森果然感觉就好多了。

战术训练结束后,球员们进行投篮练习,老哈重点是练三分。第二阶段后期,老哈的三分球命中率有所下降,场均只有35%,他要抓紧时间寻找手感。

训练最后是罚篮练习,助理教练杨文海给老哈加码,必须连中4个空心才算一组,完成两组可以休息。

在完成两组之后,老哈主动要求加练:“这个办法很好,可以让人心静下来,我要再练两组。”

## 闲时多请客

2月22日下午6点钟,山东男篮结束训练之后,哈德森邀请全队球员出去聚餐,而且是年轻人爱吃的烤肉。

哈德森是一个喜欢热闹的人,也很喜欢与队友们打成一片,在CBA打了11个赛季,他俨然已经是一个地道的中国通,在中国传统春节还没过完的时候,请队

友们吃饭也属人之常情。

“前一段时间大家封闭在一个地方,都很辛苦。我作为这个球队年轻最大的球员,他们的大哥,请大家吃个饭,让大家放松一下。”哈德森说起了请客的初衷。

因为快比赛了,哈德森对这次聚会还是很谨慎的,之前也专门征求了巩晓彬的意见,考虑到哈德森的诚意,再加上球队即将飞赴赛地集中比赛,巩晓彬同意了哈德森的请求,并一再叮嘱队员注意食品安全。

很多球迷都很好奇,这帮人高马大的球员,会让哈德森破费不少吧?

大家都知道,吃烤肉本来就是很费钱的项目,再加上球员吃的都是安全食品,质量好,就餐环境好,价格自然就会高一些。

有一个可以参考的数据是,就在哈德森请客的前两天,山东队3名个子最矮的球员,在这里就不点名了,他们三人去同一家餐厅吃了顿烤肉,2000块钱都没打住。

这么一比较,哈德森这次请

客,肯定要超过一万元了。当记者就此证实时,哈德森笑了:“小意思了,也就一万块钱,大家开心就好。”

## 比赛多动脑

第二阶段比赛后半段,山东队的成绩出现起伏,哈德森也是时好时坏,虽说场均得分能达到23.2分,但最低的一场只得到4分,他自己也很郁闷。

是不是因为年龄大了,体力跟不上了?

哈德森并不这么认为:“我的上场时间跟上赛季差不多,接近30分钟,唯一的不同是,上赛季外援4节6人次,我一般要连续打三节,但这赛季改成4人次,每当球队需要改变战术时,就会把我换下来,球队的节奏会发生改变,我再上场的时候也得重新适应。”

跟上赛季相比,山东队的人员发生了不小的变化,球队的打法也有所改变,哈德森也一直在改变自己,但有的时候难免会与

球队不合拍。

在主帅巩晓彬心目中,哈德森一直都是球队很重要的一员,当老哈出现问题的时候,他们也一直在进行沟通,巩晓彬更希望哈德森能利用自己的经验带动球队,并在比赛中合理分配自己的体能,为球队带来更多帮助。

哈德森当然很清楚这一点:“首先要改变思路,适应规则,我自己也是在不停地想办法帮助球队。跟几支强队相比,我们有差距,但我们也是具备‘冠军拼图’的,只不过还需要加紧磨合。常规赛还剩17轮,我们首先要打进季后赛,争取占据一个好的排位。”

在接下来将近两个月的时间,山东队又将面对漫长的封闭比赛,这对老哈又是一个考验。

“确实很不适应,但大家都一样,尽量调整。球员们会压力很大,教练压力更大,他还要考虑对手情况,制定相关战术,还要考虑排位,我希望队友们都能正确面对。作为老大哥,我要起一个好的带头作用。”哈德森说。

调查咨询◆老赖克星专业清欠  
86759888

收购字画◆求购15864536825

精品资讯

订版电话: (0531) 85196204

泰山老父颈椎枕

睡眠养生头选官网商城购买  
www.taishanlaofu.com

国家二级咨询师

心理咨询, 心理疏导, 情感解惑! 详询15666015131

综合招聘

招聘小货司机  
历山北路, 车北, 板桥, 石桥, 二院一带, 每周休息。45岁以下, 驾龄2年以上15910098309

山东仪电仪器有限公司诚聘

公司内勤: 女, 熟悉电脑办公软件操作, 化学销售经验优先, 年龄25-40, 月薪3000-4000; 送货工: 男, 30-45岁, 初中以上学历, 月薪3000-5000 (工资+奖金) 公司地址: 大魏庄东路, 时代总部附近, 每月4天休息日 电话: 15318837597 微信同步 联系人: 朱经理

华山玻璃厂急招

晚班男工、小货车司机、技术工、男女普工 18605312572 (济南历城区)

康姿百德诚聘

销售精英, 办公内勤, 女性 25-58岁, 月休四天, 交五险, 带薪年假。电话15254158179

招租公告

我公司代管国有房产, 现面向社会公开招租。房产位于青岛市市南区高雄路18号海洋大厦一层底商, 建筑面积498平方米, 欢迎来电咨询报名。咨询报名电话: 0531-67867615 67867629 传真: 0531-67867601 监督电话: 400-6690705

招聘

铆工, 下料工、焊工、管吃管住, 工资面议, 电话: 18766403398

济南玉华板式家具招聘

生产厂长, 木工, 下料工, 组装机, 电工, 办公室文员, 普工, 能吃苦耐劳, 包吃住, 工资面议, 实验室家具, 实验台优先, 电话: 13583184916 张老师 地址: 济南天桥区蓝翔路32号-18

房屋出租

房屋转让  
位于仲官镇门牙村附近二层小楼转让, 面积一百多平米, 价格面议 13864008686

便民优选

订版电话: 85196204

专业疏通

◆专通下水道81879188

老工人低价疏通改管道

换铁管、改厕、水管、堵漏、抽粪 低价保通 18705310445

老技工疏通改管道装修

换铁管、改厕、堵漏、水管、抽粪 低价保修、诚信为本66815009

专通室内外管道钻孔

抽化粪池、修换马桶、管道修改 五区连锁 15624505884

空调移修

◆空调移修82835877

家务便民

◆家政18306417176

搬家服务

正规发票 正规注册

六区连锁 免免搬家  
86730169  
专业搬家、空调移机

六区连锁 退伍老兵搬家  
66978266  
搬家、搬厂、空调、设备、长途锁

公建民营示范单位

利农社区养老服务中心  
专业医护服务 社工服务 高端智能适老化管理设备收住自理、半失能、失能长者;长期照护保险、医保定点机构 咨询电话: 18595257061 0531-55832999 地址: 历城区山大南路31号

市中区燕柳老年公寓

专业照护自理、半自理、失能、失智老人 公寓拥有200张床位, 交通便利, 设备齐全, 功能多样。优质服务, 价格合理, 集生活、居住、文化、娱乐、康复、疗养为一体。 地址: 济南市经二路149-4号 (经二路-公交站牌) 电话: 89999889 18663788080

济南锦泰护理院

医养结合、设备齐全、优质服务、价格合理 长期诚聘: 护理人员 电话: 86067888、15688862790 地址: 经十路腊山立交桥店南路124号 济南股骨头医院院内内侧

颐年堂老年公寓

照护半自理、失能、失智老人 24小时监控房间 医养结合 免费试吃 地址: 中山公园北门往北150米 电话: 18560115870

夕阳金秋老年公寓

民政局批准正规单位, 新建公寓楼房间朝阳, 每个房间带卫生间, 阳台, 清真食堂, 设施齐全, 医养结合, 如需入住免费去接。长期聘护工 电话: 87158977 87159877 地址: 刘长山路延长线白马花园南区16号楼

“齐鲁老友养老机构体验团”开始招名啦!

养老院是什么样的? 如何选一家满意的养老机构? 齐鲁晚报“齐鲁老友体验团”带您亲自去养老院参观体验。 报名条件: ①年龄 60 岁 - 75 岁; ②身体健康, 无重大疾病。 85196204 13808934975

扫码进群