

《新体育》观点——

时光不老，你我不散

三浦知良进球了！

这位已经知天命的日本球星如今还能在职业赛场上踢球已经是个奇迹，结果人家不仅首发，还能进球！50岁零14天的三浦知良现效力于横滨FC，前不久他在日本J2联赛的一场比赛中于上半场第40分钟破门，帮助球队1:0取得了比赛的胜利。果然是家有一老，如有一宝。

此战，也让三浦知良一举超越了英格兰传奇球星斯坦利·马修斯，刷新了最年长职业球员出场纪录。他的进球也打破了日本职业联赛最年长进球纪录，如此壮举不由令人钦佩。

要知道，运动员最大的敌人就是伤病与年龄。特别是在足球比赛中，30岁就已经可以称之为老将了。而这位我自幼看球起就在踢球的日本人，在我都已经几乎踢不动足球时，人家却仍还在绿茵场上奋战。感动我的，不止是那个进球，还有他在进球后，像个孩子似的欢庆。除了热爱，没有别的词

能让我解释。

其实，在体坛中，仍然不乏一些高龄运动员，老骥伏枥，志在千里。他们用自己的经历告诉我们，廉颇不老，尚能饭之！

足球赛场上，喀麦隆前锋米拉1994年参加世界杯的时候已经42岁了。在同俄罗斯的比赛中，米拉大叔打进1球传为佳话，也成为了世界杯历史上最年长的进球者。

篮球传奇乔丹在2003年40岁正式退役时，仍是宝刀不老，当年赛季面对篮网竟然一场球得到了43分，而他在38岁时曾砍下50+；现今效力于北京队的马布里也计划再打一年CBA，41岁再冲击一把总冠军。

还有更传奇的。中国人民的老朋友，瑞典乒乓球老将瓦尔德内尔一人对抗6代中国选手，一直打到50岁方才退役。他的“第一代”中国对手蔡振华的弟子刘国梁成为国乒主帅的时候，他仍然在球台上生龙活虎。这一少年得志、老而弥坚的乒坛“常



青树”，赢得无数名中国球迷的青睐，人们送给这位瑞典人一个亲切的称呼——“老瓦”。

从这些老将身上，你似乎看不到岁月的痕迹。那么问题来了，三浦知良是怎样保持自己的竞技状态呢？

其实，这都与他们良好的生活习惯有很大关系。三浦知良之所以能够踢到现在这个年纪，和他坚持早睡早起，每日健康饮食，拒绝烟酒有很大关系。而每个赛季的冬歇期，三浦知良都会奔赴关岛进行特别训练，保持体能。

老瓦说他“常驻青春”的

秘诀是把运动当作快乐的事情，把每次训练、比赛当成快乐的享受。而乔丹的成就，多半是与他近乎自残般的训练和科学的饮食密不可分，无论是20岁还是40岁。

在他们身上，我第一次发现，体育原来是不分年龄的。看着50岁依然保持魔鬼身材的三浦知良，大学毕业就长出了啤酒肚的我的确需要好好反思一下自己了。健康生活，积极锻炼，别说没时间，别说跑不动，这个周末，就让我们穿上久违的球鞋，邀上三五好友去球场上当一回“三浦知良”吧。

兰州晨报记者 卢伟山

第19届
甘肃元老杯足球赛开幕

兰州晨报讯(记者卢伟山)由甘肃省足协主办、兰州市足协协办、甘肃博旗文化传媒有限公司承办的“我爱足球”第十九届甘肃元老杯足球赛暨兰州市第十二届业余足球联赛(东部赛区)，18日在甘肃中医药大学开赛。

在首轮比赛中，首次参加比赛的兰州宏翼2:5不敌兰州山河，甘肃大力4:0战胜阳光国土，梦之旅5:0阿米丢，卫冕冠军行者驿站80分钟的常规比赛里，和对手瑞祥机票1:1握手言和，在点球大战中，以3:4落败，延续了元老杯比赛的怪圈——上届冠军在首轮比赛中很难获胜。在最后一场比赛中，甘肃路桥和兰州三马上演了精彩对攻，常规时间3:3战平，点球大战中，兰州三马笑到了最后，以8:7的总比分取得了胜利。

元老杯从2008年开始举办，已经走过了十年年头，由一群喜欢足球的球迷发起，每年两届，上半年3月到6月，下半年9月到11月。比赛采用十人制，单循环赛制，考虑到参加比赛的队员年龄较大，换下场的队员还可以再次上场。

本期精彩内容：

- 《超级民星》——肆吾花式足球；
- 《大看台》——2017“兰马”将于3月22日启动网络预报名；
- 迎春风 放风筝；
- 《运动汇》——专家谈“跑步真的伤膝吗？”

本版面主办单位 / 甘肃省体育局、《兰州晨报》、兰州阿米丢文化传播有限公司

集权威性、互动性、贴近性和趣味性于一体，全民健身、全民棋牌竞技为先导，省内体育新闻为主，国内体育新闻为辅，体育热点话题为引领的，甘肃省史上第一档大型体育综合电视栏目。

播出时间 / 甘肃电视台都市频道 / 周一至周四 21:00 甘肃电视台文化频道 / 首播 周六 22:10 / 重播 周日 11:00

媒体支持 / 每日甘肃网新体育频道

Amiduo 阿米丢

WWW.AMIDUO.NET

《新体育》专栏由
兰州阿米丢文化传播有限公司
独家运营瑞士天王夺得巴黎银行大师赛男单冠军
35岁费德勒：我很想重返世界第一

瑞士天王费德勒20日直落两盘，以6:4和7:5战胜同胞瓦林卡，捧得巴黎银行大师赛男单冠军奖杯，成为这一赛事迄今年龄最大的冠军。

在当天的比赛中，世界排名第10的瑞士天王在第10局破掉对手发球局拿下第一盘，但在第二盘第一局便遭遇破发。随后，3号种子瓦林卡乘胜追击拿下自己的发球局。但费德勒随即直落三局，并最终拿下比赛。

这是自2001年阿加西击败桑普拉斯夺得冠军后，本赛季又一次在两名同一国家选手间进行的男单决赛。

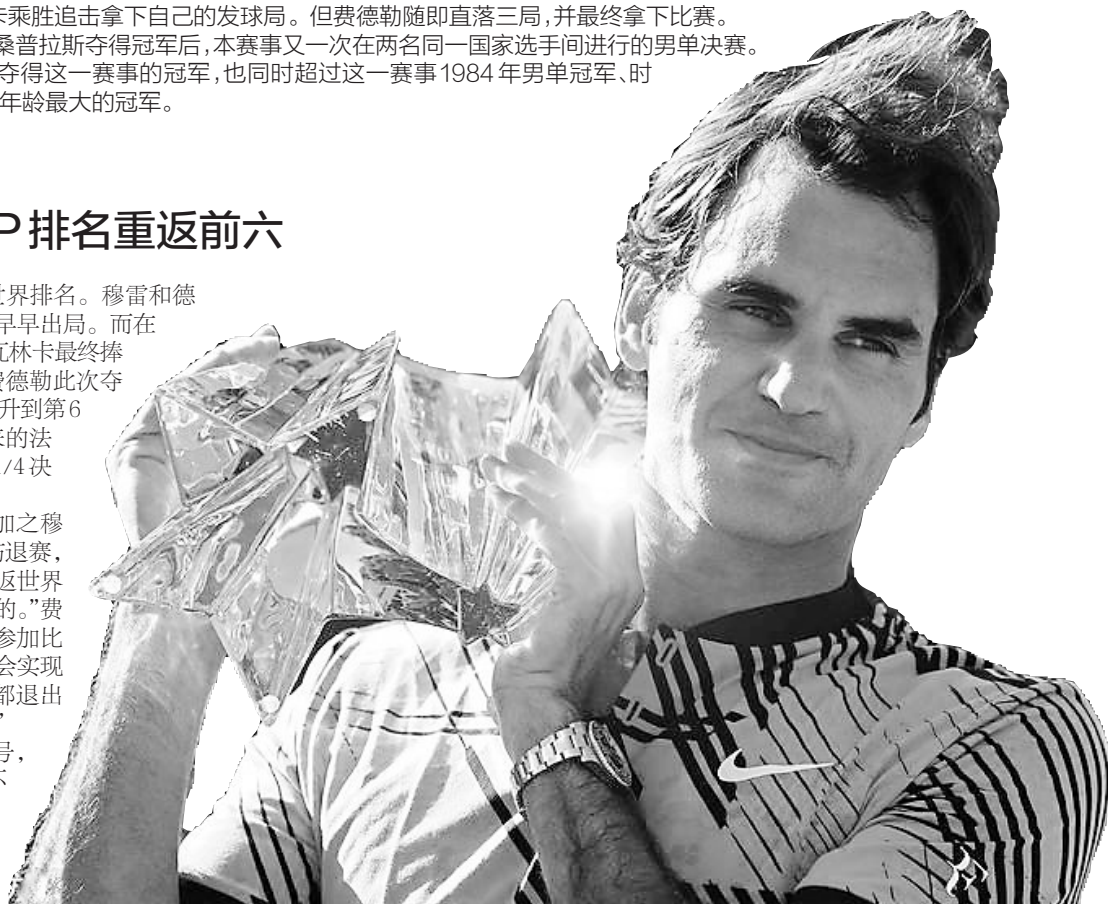
现年35岁的费德勒第五次夺得这一赛事的冠军，也同时超过这一赛事1984年男单冠军、时年31岁的康纳斯，成为这一赛事年龄最大的冠军。

生涯第90冠 ATP排名重返前六

ATP公布了新的男子网球世界排名。穆雷和德约科维奇在印第安维尔斯大师赛早早出局。而在印第安维尔斯先后击败纳达尔和瓦林卡最终捧起职业生涯第90个单打冠军的费德勒此次夺冠后，最新排名已经超越纳达尔上升到第6位。这就意味着，他至少在接下来的法网和温网两站赛事中，不用再在1/4决赛前就遇到高排位选手。

费德勒本赛季状态火热，再加之穆雷和小德近期状况欠佳，纷纷因伤退赛，这些因素都让人们开始对天王重返世界第一充满期待。“我想这是有可能的。”费德勒认为虽然自己并没有过多的参加比赛，但只要拿下大满贯，依旧有机会实现这个目标。“目前小德、穆雷可能都退出了迈阿密赛，而我还在这里比赛。”

但如今，对于世界第一的名号，拥有18座大满贯的费德勒已经不是那么看重，“我很想重返世界第一，但是这不是我首要的目标。我希望保持健康，享受比赛，赢得比赛。” (网易)

布冯破纪录
尤文小胜稳坐榜首

据新华社北京3月20日电 尤文图斯队在19日的意甲联赛中，以1:0击败桑普多利亚队，继续以8分优势领跑积分榜，此役过后，队长布冯超越博尼佩尔蒂成为尤文历史上意甲出场时间最长的球员。

目前尤文在联赛中已是14场不败，下轮比赛“斑马军团”将迎来恶战，在客场对阵排名第三的那不勒斯。

巴萨胜“蝙蝠”
马竞破塞维利亚

据新华社马德里3月19日电 西甲联赛第28轮19日结束。巴塞罗那主场以4:2击败巴伦西亚，胜利让巴塞罗那继续在西甲积分榜上以两分之差紧追上赛季的领头羊皇马。马德里竞技则在卡尔德隆以3:1力克塞维利亚。

欧文46分
骑士逆转湖人

据新华社华盛顿3月19日电 美职篮东部头号骑士队19日险些阴沟翻船，好在欧文砍下46分率队在客场以125:120险胜西部垫底的湖人队。经历两连败的马刺队当天止住颓势，主场118:102轻取国王队，继续向西部第一的勇士队施压。