

# 河南足球改革方案呼之欲出

本报讯(记者 刘超峰)伴随着中国足球改革方案的出台,河南足球发展也即将驶入改革的快车道。昨日,省体育局邀请省媒体记者,结合河南足球发展的实际情况,公布了河南足球改革的“六条”初步方案意见,下一步将制定出台详细且具体的方案,预示着河南足球的“春天”已经悄然来临。

刚刚出台的足球改革方案犹如春风洒向全国大地,河南省体育局及时组织干部职工认真学习《方案》的内容,并召集省球类中心、省足协和相关处室负责人参加座谈会,深入研究河南省足球改革的发展事宜,近期将起草拟定《河南省体育局足球改革方案》,并报请省委省政府研究制定相关意见和办法。

对于河南足球的发展,经过研究和讨论之后,省体育局草拟出台“六条”改革措施。1. 出台一条可行的方案。2. 争取一系列有利于足球发展的政策。3. 制定一个符合实际的发展目标。按照方案提出的“三步走”战略,根据我省经济发展的实际,把足球纳入河南体育强省建设规划和省经济社会发展规划,研究确定足球发展的近期目标、中期目标和远期目标。4. 建立一个适应现代足球管理运营需要的足球协会。按照政社分开、权责明确、依法自治的原则,推动河南足球协会的转型,形成组织完备、管理高效、适应市场发展需要的管理体系。5. 采取一些实事求是的举措。

如实施青少年足球“四个一”工程:依托郑大体育学院或省体校现有资源,建成一个省级足球培训基地,制定一套科学有效的培训计划;将青少年足球与校园足球赛事统筹规划,形成一个完善的青少年足球竞赛体系;建设一批足球特色学校,鼓励有条件的基层体校转型为足球专业学校;加大足球场地设施的建设力度,推动社会足球组织建设和赛事的开展,鼓励和引导社会力量开展足球活动。6. 打造一支强有力的队伍。今后要继续加大对省足球队的投资,理顺机制,选拔优秀人才进入省队。同时加强对教练员、裁判员和竞赛组织的培训和管理,打造一支强有力的足球人才队伍。

河南足球曾经有过辉煌,为国家队输送过很多优秀运动员,河南女足还获得过全国冠军,河南青年女足在第十二届全运会上获得亚军。但近几年,河南足球下滑比较严重,人才流失等现象导致我省足球发展停滞不前。这次足球改革方案的出台,让河南足球再次觅到良机,重铸辉煌的历史机遇也即将到来。

足球改革是一件复杂的系统工程,不能急功近利,必须科学谋划,稳步推进。河南省体育局将立足实际,科学制定改革方案,稳步推进足球改革,提高河南足球发展水平,向全省人民交上一份满意的答卷,迎接河南足球改革“春天”的到来。

## 全国跆拳道锦标赛

### 我省郭耘菲摘得一金

本报讯(记者 陈凯)昨日,正在安徽黄山举行的2015年全国跆拳道冠军锦标赛上传来喜讯,我省跆拳道名将、第十二届全运会冠军郭耘菲在女子67公斤级决赛中发挥出色,以绝对实力战胜对手,摘得桂冠。在前面结束的比赛中,我省男选手金川获得了男子54公斤级的铜牌,此外我省跆拳道队还获得了4个第五名。

据了解,本次全国跆拳道冠军赛是2015年度的首场比赛,也是冬训结束后的第一场全国性比赛,比赛日期从3月23日至27日,共有来自全国各省、市、自治区49支代表队的近750名选手参赛。参赛选手中不乏名将参赛,如伦敦奥运会亚军侯玉琢。本次比赛共设置男、女各8个级别,采用单败复活赛制。我省跆拳道队共派出十多名选手参赛。昨晚进行的女子67公斤级的决赛中,我省选手郭耘菲与来自山东青岛的王晋佳相遇,比赛中郭耘菲进攻出色,始终占据场上的主动权,最终以绝对实力战胜对手获得冠军。

谈及我省选手在本次比赛中的表现,省跆拳道队主教练崔沉义满意地说:“郭耘菲冬训在国家队接受训练,整体状态很好,此次夺冠也在意料之中。其他队员发挥也比较出色,成绩与以往相比有很大进步,这充分说明了我们的冬训取得了良好的效果。”

## 全国皮划艇激流回旋大赛 下月挥桨宜阳

本报讯(记者 刘超峰)昨日,记者从省体育局获悉,伴随着河南省洛阳市宜阳·皮划艇激流回旋基地的落成,4月6日至10日,2015年全国(宜阳)皮划艇激流回旋春季冠军赛和首届全国业余皮划艇激流回旋精英赛将在这里挥桨开战,届时来自广东、福建、四川、河南等全国各地16支代表队的水上蛟龙,在这里展开激烈的比拼。

皮划艇激流回旋是体育运动项目之一,要求运动员必须在规定的航道内穿越或绕过障碍到达终点。皮划艇激流回旋共设4个比赛项目,分别为男子单人皮艇、男子单人划艇、男子双人划艇和女子单人皮艇,均为奥运会比赛项目。据了解,该赛场宜阳县阳光水岸二级橡胶坝下游北岸,赛道长410米、宽20米、落差4米,是我国北方唯一按照国际标准建设的皮划艇赛道,可承办各种国际、国内赛事和训练活动。



3月26日,国际奥委会评估团在位于河北省张家口市崇礼县的云顶滑雪场考察。 新华社发



3月26日,在上海东方体育中心“海上冠军”体育馆举行的2015年国际滑联世界花样滑冰锦标赛女子单人滑短节目比赛中,中国选手李子君以61.83分的成绩位列第六。 新华社发

## 市毽球教练员裁判员培训班开课

本报讯(记者 刘超峰 汪静文)昨日,由郑州市体育局、郑州市毽球协会组织的郑州市毽球教练员、裁判员社会体育指导员培训班在郑州61中开课。来自市基层的386名体育教师将参加此次培训,也是我市近年来毽球培训参加人数最多的一次。培训期间,将邀请中国毽球协会国家级裁判员、教练员等前来授课,并现场讲解和示范毽球的技术。

去年年底,郑州市教育局和体育局联合下发了《关于毽球进校园活动实施方案的通知》,倡导各中小学开展毽球活动进校园,弘扬民族体育项目。这次组织市中小学毽球教师培训,就是推进毽球进校园的重要举措,通过培训,普及毽球知识和技能,提高毽球师资力量。今年,还将通过中学生毽球比赛、社团展演以及毽球进校园活动检查评比,促进学校毽球工作的开展。

## 聚焦郑开马拉松

# 郑开跑友已“武装到牙齿”

### 两万多套装备昨日一领而空



跑友展示领取的号码布。

本报讯(记者 陈凯 文 李焱 图)动感十足的音乐、妙趣横生的益智游戏、井然有序的长龙队伍……昨日上午,郑东新区CBD如意湖文化广场一片繁忙的热闹景象,2015年中国郑开国际马拉松赛参赛装备的领取在这里“火热”进行。与此同时,参赛装备领取现场各类丰富多彩的益智游戏,全民健身知识宣传也“结伴而行”,让正在领取装备的跑友和来此游玩的市民群众提前感受到了郑开马拉松赛的激情与活力。

记者在现场看到,尽管领取参赛装备的跑友人数众多,但大家都自觉地在相关领取窗口排着队,现场秩序井然。有很多跑友在领取完装备之后,并没有马上离开,而是开心地参与到套圈、转盘、趣味投篮等小游戏,尽情挥洒运动的激情。郑开马拉松赛组委会工作人员告诉记者:“虽然是领取参赛装备的第一天,但是郑开跑友们投入了很大的热情和积极性,上午10点才开始领取装备,很多跑友早早就来了,并且很自觉地排好了队。一天时间,两万多套装备就被领完了。”组委会向广大跑友提醒,参加全、半程项目的跑友,为了更快地领取参赛装备,来领装备之前可先到郑开马拉松赛官网上查询自己的参赛号码,通过网络报名的跑友,也要先到官网上先行打印确认函并携带至装备领取现场。

目标——跑一次全程马拉松。”前来领取全程马拉松装备的王鑫如是说,“经过3年的不断努力,我终于有实力在今年的郑开上实现自己的梦想了。”来自郑州市的李雨萌这次和女儿一起报名参加亲子马拉松,每天的跑步练习让她对马拉松这项运动也有了新的领悟:“这次是我女儿报名参赛,我看看挺不错的,就和她一起报了名。锻炼过程中,虽然有苦和累,但坚持显得尤为重要。其实,人生的马拉松不也正是如此吗?”

据了解,今年郑开马拉松赛参赛装备的领取从昨天开始持续到明天下午,具体领取时间为27日10:00~18:00,28日10:00~15:00。所有报名参赛的选手均可到位于郑东新区的CBD文化广场领取参赛装备。另据了解,今天14:00,参赛装备领取现场还将举行2015年中国郑开国际马拉松赛高校啦啦队决赛引爆全民健身嘉年华,15支参赛队伍将在郑开大道上放飞青春梦想展开角逐。最终获胜的队伍,将在比赛当天在郑开大道及小马拉松比赛现场,用激情的舞姿为广大参赛跑友加油助威。

运动、欢笑、健康……郑开马拉松每年领取参赛装备期间打造的全民健身嘉年华已经成为郑州市民享受健身的节日,同时也成为广大参赛者赛前的“缓冲区”。人们用自己爱运动的心伴随郑开马拉松一起跑得劲、跑进春天,拥抱春天。

距2015年第九届中国郑开国际马拉松赛还有2天

一些趣味感,也为全程距离的最后几公里增加更为积极的心理预期,可以在跑步过程中身体遇到问题时给自己精神上的鼓励与支持。这样的心理战术也更有利于赛前的休息。”李培立如是说,“至于周六,那天的晚饭就不要想任何和马拉松有关的事情了,可以看看电视、看看书,保持好轻松愉悦的心情,安心休息,以最饱满的态度面对即将到来的比赛。” 本报记者 陈凯

## 郑开跑友 赛前来应该怎么休息

距离今年的郑开马拉松开赛仅剩两天时间,跑友们应该让自己的身体放松下来,以休息为主。赛前该怎么休息呢?国家级长跑教练李培立告诉记者,在比赛前的周五晚上一定要早睡,周六早起,从而让身体习惯周六早上的早起。周五晚上的睡眠质量是非常重要的,因为很多人都觉得在赛前的晚上很难休息好和睡好,所以提前做好作息对周日发挥出最佳状态参与比赛至关重要。

“有一个积极的心理战术,把跑马拉松想象成一次‘探索之旅’,这样可以给漫长的42.195公里的距离增添一

## 九年郑开 喜气洋洋

### ——郑开马拉松历届回顾(三)

第七届:跑进古城的“文化马拉松” 郑开马拉松诞生于中原大地,这里是中华文明的摇篮,是东方文明的发祥地。郑开马拉松赛道两旁有浓郁的中国乡村风情,有优美的黄河自然景观,有风景秀丽的雁鸣湖风景区,也有终点开封七朝古都的绝代风华。与往届相比,2013年第七届郑开马拉松最大亮点就是全程项目线路的调整,本届赛事将全程项目的终点设在了开封龙亭公园前广场。郑开马拉松首次跑进了开封古城,用一场从昔日商都郑州至曾经帝都开封的“文化马拉松”穿越之旅,将“一条赛道,连接两座古城”的郑开马拉松特色演绎得淋漓尽致。

本届赛事全程项目的赛道进入开封后,穿越大梁门,沿宋都御街跑向曾是“大宋皇宫”的龙亭公园。赛前一天住在郑州,品尝烩面,去二七广场购物;比赛当天跑到开封,晚上去吃鼓楼夜市,第二天去龙亭、清明上河园。全国各地的参赛选手在参赛之余,还能够到郑开两地饱览博大精深的中原文化,堪称“物超所值”。

随着郑开马拉松逐年举办,与之配套的各类活动也越来越多,如城市邀请赛、马拉松摄影大赛、征文大赛等,通过这些活动,让社会各界更多的人领略到郑开马拉松的魅力,体育的魅力,吸引着越来越多的人参与并尽情体验马拉松运动带来的健康与快乐。

第八届:跑出国门的“全球马拉松” 从首届赛事的5600人参赛到2014年第八届赛事的4.7万人参赛,郑开马拉松在赛事规格、规模以及在参赛人数上取得了跨越式的发展。本届郑开马拉松的赛事规模已经跃居全国第二,并被中国田径协会授予“银牌赛事”称号。经过7年的磨砺,郑开马拉松已经成为我国中西部地区最具人气的全程马拉松赛事。

第八届郑开马拉松共吸引了来自30多个国家和地区的4.7万名选手参赛,赛事越来越国际化。除此之外,赛事组委会还积极实施“走出去”战略。郑开马拉松相继与北京、上海、厦门、西安、西藏,以及台北、金门、新加坡等境内外马拉松举办城市建立了友好合作关系,定期开展多种形式互访与交流,郑开马拉松已经成为城市展示、文化交流、旅游观光的国际化平台,有力地宣传了中原城市的形象,促进了河南经济的发展,郑开马拉松已成为让河南走向世界,让世界了解河南的重要窗口。郑开马拉松正在用自己的努力和实际行动,书写着跑出国门的“全球马拉松”传奇。

第九届郑开马拉松赛还有两天就将鸣枪开赛,在半年举办的本届大赛又有哪些“喜气洋洋”的亮点,我们拭目以待! 本报记者 陈凯



## 谁说中国人不适合踢足球!

### ——专访哥斯达黎加足协主席

“我回中国的时候,国内很多朋友跟我说,中国人的身体素质不适合踢足球,这完全是无稽之谈!”华裔的哥斯达黎加足协主席爱德华·李24日在哥首都圣何塞接受新华社记者专访时说。

“我在不明白他们是怎么得出这个结论的。中国人当然能踢好足球!中国球员身体条件很好,他们非常灵活敏捷。”爱德华·李说。这位华裔的足协主席出生在哥斯达黎加,祖籍广东省中山市三乡镇。因为长着东方面孔,哥斯达黎加人喜欢称他为“中国李”。

哥斯达黎加男足国家队在2014年世界杯上先后将乌拉圭、意大利、英格兰三个世界冠军挑落马下,跻身世界八强,成为这届世界杯的“史诗级黑马”。在国际足联今年3月12日发布的最新世界排行榜上,哥斯达黎加队高居世界第13位,成为北中美及加勒比地区的“足球一哥”。

这个人口只有500万、面积仅5万平方公里的中美洲小国,是如何成为北中美“足球一哥”的?哥斯达黎加足球突飞猛进的“秘密武器”是什么?

“哥斯达黎加足球没有秘密。”担任哥足协主席七年的“中国李”这样说。

这是因为,哥斯达黎加足球的秘密,就在光天化日之下,藏也藏不住。

在哥斯达黎加,任何一个市镇、村落,哪怕是最偏远、最贫困的小山村,也一定会有一块像模像样、免费向公众开放的草地足球场。哥斯达黎加中部为连绵起伏的山区,平均海拔1000米以上,许多村落依势建在山坡上,而村中唯一一块平整的草地,一定用作足球场。驱车哥斯达黎加乡间,沿途看见这个村子也有一个足球场,那个村子也有一个足球场,绿草茵茵,让外国人好生羡慕。

而在首都圣何塞,免费的公众足球场就更多了。圣何塞萨瓦纳公园东西各有一大片宽阔平整的草地,被分作十余个足球场,不设围栏,人人可进,周末这里到处是踢球的孩子。

“哥斯达黎加是一个纯粹的足球国家,足球是国民第一运动,这里90%的人爱踢球。”爱德华·李说。他认为,中国队在世界杯上的成绩不如哥斯达黎加,绝非中国人身体素质原因,而是因为中国人并未像哥斯达黎加人这样,爱足球如生命。

“哥斯达黎加是个小国,我们没有很多钱用来投入青训,但好在我们有足球人才。我们所做的,就是满足发展足球运动所需的条件。”爱德华·李说。

对于哥斯达黎加来说,足球发展的条件似乎都已得到满足:首先,群众基础,哥斯达黎加人尤其是青少年狂热地爱足球;其次,基础设施,全国每个市镇村落都有足球场;再者,足球人才,90%的人爱踢球,又到处有免费足球场供其练习,何愁不出足球人才?最后,重视青训,有了层出不穷的足球人才资源,加以合适的青训,足球进步指日可待。

“我觉得中国政府应当多设立一些足球场。我知道这很难,中国城市空间有限。但在全国各地多设立足球场,是一个国家发展足球运动、提高足球成绩的唯一途径。中国足球潜力巨大,她的腾飞将从足球场开始。”爱德华·李说。

新华社圣何塞3月25日专电