

洪曦：天赋之外，用汗水沉淀硬核实力

本报记者 雷倩

“打篮球，天赋和训练都很重要，天赋再好不练也没用；天赋一般，就更要靠后天训练去弥补不足。”说这句话的，是浙BA赛场上云和队6号成员——洪曦。抢篮板、防守、空位投篮，他在队里担任的正是最吃训练、也最见功力的角色，每一个关键篮板、每一次贴身防守、每一记空位出手，都是他口中“后天训练”最直接的注脚。

洪曦，是浙江智木玩具股份有限公司的一名职工，今年29岁。他从小学开始就热爱上了篮球，高中进行了系统训练，这一打就是20多年。“篮球对于我来说不仅是热爱，更是我生命中不可或缺的一部分，它贯穿着我的青春与成长，从小学球场到今天的赛场，一路都没有停过。”洪曦说，从学校毕业参加工作后，篮球也没离开过他的生活，只要有空余时间就会和朋友们约着打球，也多次报名参加县、市举办的篮球比赛，而浙BA篮球赛是他迄今为止参加的规模最大的赛事，也是他收获信心，第一次被这么多人看见的舞台。

其实，这已经是洪曦第二次站上浙BA的赛场。去年首届赛事，他因为工作忙碌、将近一年没有系统训练，状态并不理想。今年得知赛事再启，他和队友们早早投入备战，赛前一口气就练了四五个月。这四五个月，他几乎把所有业余时间都交给了篮球。工作日下午班后，雷打不动先到球场磨基本功——投篮、运球、防守滑步，一套下来两小时起步；周末则全天泡在球馆，和队友合练战术；挡拆配合、快攻推进、防守轮转，一场全场对抗打完，球衣能拧出水来。为了把体能顶上去，他还在训练之余给自己加练力量，一组接一组，练到腿发软才收工。正是这份持之以恒的锻炼，让云和队一路拼到了“丽水第一”，成了这届赛事里最亮眼的“奇兵”。“当时没想那么多，每一场都拼，打着打着就拿第一，非常激动。”说起那次夺冠，洪曦还有点意外。

“在队里，我主打防守和篮板，机会出来了，就把空位投篮投进。一个队有五个位置，每个人把自己位置上的事做好就行。”洪曦说，今年浙BA开赛之初的前几场比赛，一度缺乏信心，在场上有些放不开手脚。随着日复一日的训练，加上教练的信任、队友不断地给予鼓励，他慢慢卸下心理包袱，踏上赛场的时候，也变得愈发自信从容。浙BA丽水赛区预选赛决赛，是洪曦印象最深刻的一战，因为这一场关乎着球队能否拿下丽水赛区冠军、拿到晋级省级争霸赛的门票。前三场云和队比分一直领先青田队，而到了最后一节，青田队开始奋力追分，一度将分差缩小至2分，现场气氛非常紧张，大家压力倍增，好在他和队员们稳住阵脚，顶住压力，把胜利牢牢握在了手里。

“今年我全身心投入到浙BA的比赛中，这背后离不开家人和公司的全力支持，让我安心不少。公司老板陈华非常支持我打球，还主动帮我分担了工作，妻子经常带着孩子陪我去打比赛。最让我欣慰的是，我20个月大的儿子，现在看到篮球就会跑过去抱着拍打，像是也喜欢上了篮球。有他们在身后，我更要每一场都拼尽全力。”洪曦谈及他们时，脸上满是笑意。

天赋与汗水，从来不是非此即彼的选择题。洪曦把“后天训练”四个字写成了自己的答案。眼下，浙BA省级争霸赛正在火热进行。洪曦说，他只想把每一个防守回合、每一个关键篮板、每一记空位出手做到最好——因为身后，是全力支持的家人们。



最佳第6人，来自浙BA云和队的山城力量

本报记者 叶珊珊

10月18日晚，云和主场首战迎来“最强县大队”富阳队。云和球队的啦啦队第一次换上红色队服，印有“云和”二字的队旗在云和气膜篮球馆的看台上方猎猎作响。一路走来，那份来自球队“娘家人”的最强底气，随着旗面、呐喊、鼓声一起翻涌、升腾，伴随着球队熬过“死亡之组”的连番硬仗，胜负之外，看台上的底气从未缺席。

云和队拿到省赛入场券后，与球队“并肩作战”的另一支队伍也在“招兵买马”。消息一出，云和本地的运动协会纷纷申请出战。铁三协会、长跑协会、广场舞协会、篮球协会、登山协会……一时间，又一批热爱篮球的云和人从各个协会、各个工作岗位集结而来，300多人的啦啦队组建成立，投入训练。

“在县文旅体局的召集下，我和铁三协会会长叶伟，还有长跑协会副会长王芬，一起挑起了队长的担子，组织协调、人员安排、现场指挥这些事，都归我们管。”云和球队的啦啦队队长李金根说。云和首个主场赛事前几天，作为队长的李金根除了日常事务，还要最后确认一遍队员名单和门票发放。“每场200人左右的名单，都要逐个确认和协调。我们要确保一起出去为省赛加油的队员，都能心无旁骛，全力为球队提供最大的支持。”

作为球队的“娘家人”，啦啦队付出的，远不止在看台上的一声声呐喊助威。那些看不见的琐碎、操心、来回协调，像极了家人之间的默默关怀，无声无息，却寸寸入心。队长叶伟，就是这群“娘家人”里最显眼的一个人，球迷们亲切地叫他“必胜哥”。从第一届赛事起，叶伟就始终站在啦啦队的最前端，手握鼓槌，扎上印有“必胜”二字的头巾，带领大家为球队击鼓助威。他和

妻子邱月萍，还是队伍里难得的夫妻档，只要啦啦队有需要，两人从不推辞。“叶伟有事不在云和的这几天，邱月萍主动顶上，帮忙协调啦啦队的事务。”李金根说，夫妻俩这份默契与担当，是这支队伍最好的榜样。云和这支啦啦队的平均年龄在五十岁左右，多数队员来自各个运动协会，平日里也各有各的工作岗位。跟着球队外出征战省赛时，啦啦队名单时常因为工作冲突需要更换，但旗手蓝忠东是个例外——他是队里唯一从没缺席过的队员。

“虽然我打球不怎样，但我很喜欢篮球。去年因为工作原因，只是到场看看比赛，今年得知协会在招募啦啦队员，马上就报了名。”蓝忠东对于篮球的纯粹喜爱，在云和队进入省赛的这一年，终于换了一种方式延续。从看台上的球迷，到啦啦队的旗手，蓝忠东说，除了对篮球一如既往的喜爱，还多了一份身为云和人的荣誉感。首场对嘉兴队，对方啦啦队抛出“欢迎云和”，蓝忠东马上提议回敬“童话云和，感谢嘉兴”。客场迎战义乌队，他一句“输球不能输了文明”，带着队员们把看台收拾干净才离场……虽说是负责场上摇旗的一名旗手，但他深知摇的不只是一面旗帜，还有家乡云和的形象。“我们是云和啦啦队

的一员，也是云和在外的一张脸。出去了，我们代表的就是云和。”蓝忠东说。

省赛至今，云和队暂时还没赢过一场。蓝忠东有感而发，创作了一首歌曲，用AI谱了曲。歌里唱道：“死亡组里敢争先，拼到终哨不妥协，热血燃烧在心间。啦啦呼，声连绵，默默相守在身边，同心携手共亮剑……”字里行间，是热爱，更是球赛之外的信念。“球是圆的，哪一方赢都有可能。我相信我们云和队会越来越好，也通过比赛，让更多人看到云和人敢拼的信念和不服输的精神。”蓝忠东说。

“赢了一起狂，输了一起扛”，是对啦啦队最有力的诠释。从丽水赛区一路打到省赛，云和啦啦队的向心力，是在一场场落后又追上来的比赛里攒出来的。进入省赛后，每场比分落后时，看台上一两百名队员也会一起跟着揪心、沮丧。但当那片家乡方阵站起来的时候，“娘家人”最强的底气，就成了球员们心里最提劲的士气。



不止胜负和进球 球员家属眼中的浙BA热血与温柔

本报见习记者 洪文慧

10月22日，云和队完成了浙BA省级争霸赛首轮小组赛的收官之战。回望这一路，场上的球员全力奔跑，看台上的观众同样铆足力量，发出一阵阵铿锵有力的加油声。

“爸爸加油！”观众席上，7岁男孩“小意思”的喊声响亮，他是23号球员徐文康的大儿子。只要条件允许，他总会跟着家人来到浙BA比赛现场，为父亲呐喊助威。赛场上，球员奔跑拼搏；看台之中，家人是最坚实的后盾。镜头扫过观众席，一场场激烈角逐的背后，不只有球员在场上挥洒汗水，更有家人长久的支持与守候。透过家人的视角看浙BA，或许更能发现每一次得分、每一场拼搏的高光瞬间背后，藏着球员沉甸甸的坚守，以及对篮球纯粹的热爱。

去年的浙BA赛场，徐文康还是站在场边指挥调度的云和队主教练，在场下为球队排兵布阵，急得直跺脚；而今年，他换上23号球衣，以一名参赛球员的身份踏上赛场。这场身份的转变，来之不易。“2024年，徐文康在县里打比赛时骨折了，所以第一届浙BA赛事他没能上场，而是担任云和队的主教练。”徐文康的爱人王雅琳回忆道，“手术后的第二天，他就开始做康复训练，为了今年比赛又提前两个月取出钢板，就是为了能尽快上场比赛。想起他咬牙康复的模样，还是很心疼的，但比起不能重返球场的遗憾，付出的努力都值得。”

浙BA丽水市预选赛小组赛首轮对阵庆元队的比赛结束后，徐文康主动将场边指挥的任务交接给其他教练，换上球衣，以队员身份登场作战。“当时队伍缺人，他就准备自己上。”王雅琳说，家人也曾劝他，比赛虽然重要，更要量力而行。但篮球是徐文康发自心底热爱的事，如今还能重返赛场，他们也由衷为他高兴，选择全力支持他的决定。只是每一次身体对抗

“哒哒哒……”每个夜晚，在广西师范大学的球馆里，总是回荡着篮球撞击地板的声音，一下又一下。为全力备战浙BA赛事，在紧张的大学学习之余，徐阳彬总是见缝插针地赶往体育馆开启加训。尽管汗水早已浸透训练服，但他依旧留在场内独自打磨技术，这是他八年篮球生涯中，再寻常不过的夜晚。

四年级，因为身高优势，一次偶然的“被选中”，改变了他的人生轨迹。在古坊小学篮球队中的优异表现让徐阳彬得以特招到云和二中篮球队。初一、初二阶段他的实力并不拔尖，但在一次次的自主加训后，初三的他球技实现突破，能力愈发突出，不仅入选省队参加试训，还代表丽水市少体校篮球乙组征战赛事。初中时斩获2022年丽水市中学篮球联赛第三名；高中时参加2024年浙江省青少年篮球锦标赛获第六名，出征2026年ZSBL浙江省中学生篮球联赛高中男子组斩获第三名……凭借扎实的赛场表现，今年徐阳彬通过篮球单招顺利考入广西师范大学。

“接触篮球之后，我整个人都开朗了。”徐阳彬说，篮球于他而言，不只是一份热爱，更像一位重塑性格的良师。曾经内向腼腆的少年，在一次次赛场对抗、团队配合之中，慢慢敞开心扉，变得自信舒展。而篮球教会他最珍贵的品质，是坚持不懈。这简简单单的四个字，背后是无数个深夜的刻苦加练，是无数次想要退缩，却依旧咬牙扛住的点滴沉淀。

今年夏天的小组赛，也成了他难得能够专心为家乡出战的珍贵机会。赛场从不会因为努力就一帆风顺，起起伏伏才是常态。回顾本次浙BA丽水赛区的征程，首场对阵庆元，徐阳彬就遭遇了“状态低迷”。“一开始找不到状态，感觉很没方向，有过放弃。”他回忆道。那一刻，迷茫感如潮水般涌来，但他并未被失意困住，而是在一次次高强度对抗里调整呼吸、平复心绪，逼着自己沉下心来筑牢防守，牢牢抓住每一次进攻机会，一点点找寻比赛感觉。转折点出现在半决赛对阵缙云队的关键一战，这是云和队与缙云队的第三次交手，此前两次较量云和队都遗憾落败，全队背负着不小的心理压力。就是在这场背水一战里，徐阳彬彻底挣脱状态枷锁，场上敢打敢冲，关键时刻果断出手攻坚，比赛陷入胶着之时，他接连拿下关键分数，紧跟激烈的对抗节奏，把自身实力尽数释放，助力球队闯过难关，拿下决赛的入场券。

“天赋很重要，但我觉得努力才是获得成功的关键。”这是徐阳彬的“篮球哲学”，也是他成长的注脚。他坦言，打小组赛时，队伍最开始的目标很务实，就是打进八强。成功闯入八强且拿下一场场胜利之后，全队迅速调整状态，把目光投向更高的夺冠目标，大家拧成一股绳奋力拼搏，每一场比赛都在打磨自己。

从市级赛场登顶夺冠，站上强度、节奏、对抗全面升级的浙BA省级赛场，徐阳彬对自身短板有着清晰的认知。作为全队年龄最小的队员，他坦言自己的技术稳定性、身体对抗强度等方面和队内老队员、省赛各路强队选手相比仍有不小差距。为此，备战省赛期间，他将针对性补强短板，专注打磨个人技术，强化身体素质，提升自己的对抗能力和赛场适配度，努力跟上省赛的高强度节奏，在赛场上快速成长、补齐不足。

“打进省赛，就是一直冲。”少年心气，不畏强敌，面对强手如云的省级赛场，徐阳彬说只想和队友并肩，全力以赴去拼每一场，打出云和篮球的风采。深夜的球馆，灯光依旧。徐阳彬弯腰拾起滚到场边的篮球，继续他的练习。篮球撞击地板的声音，在空旷的场馆里回响，像心跳，也像战鼓。这名年轻的球员，将带着热爱与坚持，在更大的赛场之上奋力奔跑，书写属于云和青年球员的热血篇章。

徐阳彬：以团队为盾，于高压之下破局成长

本报记者 吴欣尉

发生时，心底的牵挂与担忧总会涌上心头。

“我也要去看看爸爸打球。”7号球员练张钦的爱人叶颖同样会带着快满3周岁的孩子到现场支持。叶颖几乎不会落下丈夫的每一场比赛，即使有的比赛是在工作日进行，她还是会尽量赶赴赛场，“累并幸福着吧，到现场看比赛也是一件很快乐的事情。”她笑着说。自踏上浙BA赛场，集训、外出参赛占去了练张钦大部分时间。身为云和队队长，他承载着众人的期待，家中有儿、家务常常难以兼顾。“家人都很支持他打球，两边长辈主动帮我们分担，他才能安心奔赴赛场，我也能踏实工作。”妻子叶颖说。

封闭备赛阶段，练张钦常常到晚上十点多才结束训练回家，夫妻俩相伴的时光十分有限。叶颖说，只要他在家，两人都会尽量不谈容易让人焦虑的事，用轻松闲话，给他一个温暖松弛的港湾。“我能做的支持都藏在小事里：赛前帮他收拾行李，看台上给他一个鼓励的眼神，或是一句简单的加油。”

“结局已经这样，回去再想想办法，找找原因。”这是练张钦常对叶颖说的话。看过这么多场比赛，叶颖说，她印象最深的是云和对阵湖州的那场，云和队从0比17的大比分落后一路顽强追平，虽最终遗憾惜败，但这股不服输的韧劲，全场观众都看在眼里，更被家人记在心里。

在家人眼里，云和男篮队员们对篮球的坚守与热爱始终滚烫。而这份热爱，从不是一个人的孤军奋战，背后是一整个家庭默默的成全与守候。这样温柔又坚定的托举，藏在云和队每一名球员的身后。正是家人们的理解、包容与长久相伴，让队员们卸下后顾之忧，在赛场上放手拼搏，尽情奔赴心中热爱。