

《真正男子汉》中高强度训练频频“受虐”

杨幂：家人是我坚持的动力

直击看点



□ 本报记者 陈巨慧

大型国防教育特别节目《真正男子汉》第二季空军篇正在热播，杨幂(上图)的多面性也渐渐通过节目呈现在观众面前。顽强乐观的心态、可圈可点的记忆力、机智灵敏的思维和俏皮可爱的性格，都给大家留下了深刻的印象。在最新一期节目中，面对残酷升级的猎人集训，杨幂始终抱着“我一定会坚持到最后”的勇气和决心拼博到底，而其乐观的心态也令众人备受鼓舞。1月9日下午，杨幂接受媒体微信群访，畅谈军营磨炼心路历程。

与教官结下深厚情谊

从雷神突击队烈日炙烤下，咬紧牙关坚持完成体能测试、以“绝杀技”成功守卫班长王威；地导“英雄营”打破舞蹈“黑洞”，献唱神曲《爱的供养》；空军航空大学中，实力破除“眩晕”心理阴影；空一师成为机务兵，凸显出严谨认真、一丝不苟的作风；“黄继光”英雄连里，展现出的坚定霸气；到终极考验之旅猎人集训队时，杨幂又爆发超强战斗力。

谈及参加《真正男子汉》最大的感受，杨幂直言，部队中战士们真诚的眼神令自己感慨颇多，而他们执行任务时的果断与坚定更令人感动，同时自己也为国家有这样的空军感到特别安心和震撼。

对于同吃同住同训练的新兵战友，以及陪伴自己蜕变成长的教官们，杨幂也有自己独特的看法和评价。她认为，张蓝心是女兵中的体能担当，是可以依靠的女汉子；沈梦辰的体能出乎自己意料；佟丽娅的拼劲与干劲令自己佩服。

而几位男兵同样有各自特点，杨幂坦言，看到了黄子韬的成长和变化；蒋劲夫的善良、感性、责任心感染了自己；孙杨的大孩子性格与超强执行力给自己留下深刻印象；而身为“老大哥”的李锐坚持到底的决心则令大家共勉。

历经几站军营磨炼征程，新兵们也与教官结下了深厚的情谊，杨幂透露，拍摄全部完成后，新兵们和教官有一个“真男”微信群，经常联系使群里充满了欢乐的氛围。

“我不是学霸”

在最近播出的节目中，新兵们在猎人集训队遭遇的残酷考验令观众无比震撼，而“杨幂吃土”也成为残酷挑战的焦点之一。采访时，她直呼：“吃土的时候心情很纠结，也没想到会有这个环节，真的要吃土。但是当时就吃了，很多战士上战场打仗的时候会比我们严峻很多。在军队一切都要服从，服从是军人的天性。”

节目里，杨幂一直被视为高智商担当，超强的记忆力令观众叹服。采访时，杨幂却解释说，记忆力和学霸这一点是让大家误会了，“因为我上学的时候其实不是学霸，我只是对于数字比较敏感，比如背别人的电话号码和生日，我基本上一两次就能背下来，可能有的时候别人的名字会不记得，但是能记住他的生日和星座，就是这一点比较奇怪。”

要和家人说“对不起”

《真正男子汉》第二季中，杨幂、佟丽娅、沈梦辰、张蓝心四位明星女兵的加入成为节目的最大看点，在节目中她们频频“被虐”，始终是观众热议的话题。佟丽娅曾说，儿子是铠甲让自己强大。在杨幂看来，家人给了自己坚持的动力：“我觉得家人是让我能坚持下来的最大动力。有人问我2016年要对谁说不对不起，我说要对家人说，因为无论如何我陪伴家里人的时间太少了，而且他们的一句话，有的时候就能成为你坚持下来的动力。”

杨幂的女儿小糯米对杨幂在节目中的表现有怎样的评价呢？杨幂回应：“糯米现在对一个卡通形象叫做‘peppa pig’比较感兴趣，她永远就是在说‘peppa pig’。我下次强制要求她看一期《真正男子汉》，哈哈。”



1月9日，北京，闫妮参加电影《美容针》发布会。

□CFP 供图



□ 本报记者 王建

经过全明星周末的短暂喘息，CBA常规赛重燃战火。1月11日，山东高速男篮将坐镇主场迎战浙江队。

浙江队算不上强队，但却让高速男篮印象深刻。本赛季截至目前，高速男篮遭遇了主场输20分以上的大败，其中一场就是拜浙江队所赐。

那是双方的首回合较量。高速男篮本想从浙江队身上拿到本赛季的首场客场胜利，没想到却输得一塌糊涂。

原本该赢的球，最后打输了，有客观原因。小外援科尔第二节就受伤离场，高速男篮大部分时间只能以单外援迎敌，比对手少了一个外援，士气也遭到打击。后来，汤普森犯规六次被驱逐出场，高速

男篮只能使用全华班。

自那之后，高速男篮就深受小外援问题的困扰。科尔后来复出再度受伤，高速男篮下定决心更换外援，先是请来普莱斯，可他打了两场球就骨折，赛季报销，后来又找来了邓特蒙。经过这一番折腾，高速男篮直到联赛下半程才真正找到好状态。

出来混总是要还的。与高速男篮一战在外援上占尽便宜的浙江队，后来也遇到了麻烦。他们的大外援拉兰在主场迎战江苏队的比赛中手腕骨折，需要两个月才能恢复，不得不更换外援。

中途换外援是麻烦事，小外援还相对好找，大个子本来就稀有，临时要找人很难。浙江队联系了几名内线大个，都来不了。好的内线来不了，差的来了也没

什么意义，浙江队于是改变思路，签下洛伦佐·布朗。这样，浙江队的两名外援都在后场，如此组合在CBA非常罕见。

外援变化对浙江队的影响很大。之前，拉兰是内线支柱，他能里能外，有一手不错的三分篮子，给高速男篮的威胁很大；现在拉兰被布朗替代，浙江队没有了大外援，内线实力明显下降。在拉兰和国内球员联合发挥下，浙江队首回合多抢了13个篮板，高速男篮绝不能允许这种事情在主场发生。

内线可以稍微松口气，外线的警惕性却不能降低，尤其要小心威利·沃伦。首回合比赛，沃伦狂砍39分10助攻，是浙江队大胜高速男篮的头号功臣。早年效力重庆队时，沃伦就曾以一己之力击败过山东男篮。

高速男篮明日主场迎战浙江队

主场欲报客场仇

乌索正式转会广州富力

□记者 王磊 报道

本报济南1月9日讯 9日下午，鲁能泰山队官方宣布，巴西“带刀后卫”乌索正式转会加盟广州富力队，合同期至2019年12月。

乌索于2014年加盟泰山队，为泰山队出场72次打入19个进球，帮助泰山队夺得足协杯冠军、超级杯冠军。2016年初，泰山队将乌索租借至巴甲球队米内罗竞技队。租借合同结束后，米内罗竞技队希望续约乌索，但在转会费上未与泰山队达成一致。最终，诚意更足的广州富力将乌索招致麾下。

鲁能足校杀入全国U13锦标赛决赛

□记者 王磊 报道

本报讯 1月9日，2017年全国U13足球锦标赛半决赛结束争夺，鲁能足校3:0完胜恒大足校A队，顺利杀入决赛，将与富力足校争夺冠军。

这场半决赛中，何小珂成为鲁能足校U13队的头号功臣。开场仅仅2分钟，他从边路拿球内切杀入禁区劲射得分。第48分钟，他又利用远射破门，为鲁能足校扩大比分。第60分钟，又是何小珂单刀赴会将比分锁定在3:0。

山东出发 择居北纬18°的温暖时光

亲朋好友同社区，共聚海南绿地

大众日报携手绿地集团倾力打造“山东人在海南的家”
即日起凡本报读者，即可向本报定制海南绿地置业专属服务。
单位、团体定制业务，联系人：朱先生

Tel: 189 0531 1509 / 0531-85196248

绿地海南 盘联动

开启健康养生之旅 绽放滨海度假人生

<p>绿地城</p> <p>海口东旅居优选 绿地城健康资产</p> <p>约45-88㎡板式度假美宅 推荐中</p> <p>海南绿地城，世界500强企业绿地集团，海口东实力造城，规划有娱乐购物、生态居住、养生度假、便捷交通等板块，生活配套设施齐全，宜居、宜业、宜游、宜商。</p>	<p>绿地文化城</p> <p>世界500强 海口千亿奥体文化生活区</p> <p>约70-150㎡两房至四房 盛装展现</p> <p>绿地文化城，作为集团巨筑海南的又一力作，坐落于自然资源丰富的22公里黄金西海岸，规划打造集萃文体、娱、商、住、游、学的文体之城，于繁华之上奢享自然“心”生活。</p>	<p>海长流</p> <p>亲海公寓 稀缺度假屋</p> <p>约54-66㎡海景公寓 公开推售中</p> <p>绿地·海长流，坐落于海口西海岸，与海口市政府、假日海滩、西海岸高尔夫为邻，万象、香格里拉、喜来登等多能酒店环伺，市政和商业生活配套日趋完善，成就海口度假直居地。项目涵盖住宅、酒店式公寓、商业等多项业态，已开发至五期，4000业主荣耀共筑。规划有社区中央花园、双温泉泳池、无边际泳池、景观客房等配套，以绿地匠心品质成就城市海居稀缺资产，致敬滨海生活大美。</p>
<p>三亚悦澜湾</p> <p>山海间的洋房 轻松三代同堂</p> <p>约84-107㎡二期亲海花园洋房</p> <p>绿地集团，世界500强，礼献三亚城市山海湾区！绿地悦澜湾坐落于榆林湾，无缝对接大东海商圈与亚龙湾度假区，尽享成熟度假生活市政配套，集萃山、海、河、红树林等景观资源，坐拥1200㎡泳池、超万㎡园林和五星铂瑞酒店！</p>	<p>外滩公馆</p> <p>八大宜居标准 筑就生活典范</p> <p>约70-150㎡两房至四房 即将盛装展现</p> <p>世界500强绿地，24载豪宅经验。项目占地面积约23亩，由6栋32层高层住宅组成。处于新港板块，位于海口主城区国贸板块与海甸岛板块交界处，滨海核心地段，城市外滩入海口。</p>	<p>海德公馆</p> <p>凝萃品质 悠享生活</p> <p>约54-66㎡海景公寓 公开推售中</p> <p>世界500强绿地，海口又一力作。2016年绿地集团助力盐社区域整体改造，绿地海德公馆为其中首期商品房项目。地处龙湾区滨海立交桥东，项目总建筑面积约23.3万㎡，涵盖约16万㎡住宅、约2.5万㎡商业街、约1万㎡LOFT公寓等多元业态，约66-128㎡两房至四房，为居者筑丰富城市生活。</p>

幸福呼吸 绿地邀您来海南



行走于世界，为海南停留，绿地集团战略布局海南，多盘齐发，建设绿地悦澜湾、海南绿地城、绿地中央文化城、绿地海长流、绿地海德公馆、绿地外滩公馆、绿地荣城等多个项目，让更多人能在海南享受旅游度假生活。