

中超新政,继续给“烧钱足球”降温

□ 本报记者 王磊

12月20日,中国足协2018赛季职业联赛总结会在上海举行,2019赛季中超的各项新政策也随之出炉。新赛季的中超联赛将继续严控“烧钱”行为,努力保障联赛朝着健康有序的方向发展。

限薪限奖金,“四大帽”出台

继上个赛季推出引援调节费之后,新赛季的中超联赛又将实行“四大帽”政策。

其中,中超将实行“支出帽”,2019年为12亿元,2020年降至11亿元,2021年降到9亿元;而中超俱乐部薪酬比例为65%,2020年降到60%,2021年为55%。也就是说,2019年中超球队的薪酬只能控制在7.8亿元以内,2020年在6.6亿元以内,2021年在4.95亿元以内。

按照上海上港的财报,在过去四年,他们平均每年“烧钱”17.5亿元。其中,奥斯卡、胡尔克、埃尔克森和艾哈迈多夫四名外援的年薪就接近4亿。其实,不仅上海上港这样的“土豪”在“烧钱”,即便是河南建业这样的小球会,2017年也是花掉了超过6亿元。“支出帽”的出炉,也意味着中超球队再想通过高薪吸引五大联赛的球员,将变得非常困难。

为了配合“支出帽”,新政策还出台了“注资帽”。为促进俱乐部加强经营开发,做大足球产业,减少对母公司、单一股东的依赖,设置俱乐部投资人注资限额。2019年,注资限额6.5亿元、

2020年降为5.6亿元,2021年降为3亿元。如果注资超出限额,将会面临转会窗口期减少引援名额的处罚。

此前,外界对于球员限薪的呼声很高。新政策中,也增加了“限薪帽”。按照规定,国内球员最高税前工资(不含奖金)为1000万元,参加亚洲杯、2022年世预赛的球员可以上浮20%,也就是说最高不超过1200万元。不过,目前有合同在身的球员并不执行这一规定,新规定限于2019年1月1日之后签约的球员。

除限薪之外,新政策还增加了“奖金帽”,奖金算入全年支出帽。其中,中超、足协杯冠军奖金最高不能超过300万,平球奖金不超过100万元。亚冠联赛取胜奖金不超过600万元,平球奖金不超过200万元。这一规定,将大大降低球队的支出。以2018赛季为例,在争冠关键时刻,恒大、上港双方均开出超过2000万元的赢球奖金。

U23+U21政策出炉,外援名额不变

2019年中超联赛将继续执行U23球员出场政策,每场比赛每队首发11名球员至少有1名U23球员,整场比赛的U23球员出场不能少于3人次,而不是继续与外援出场挂钩。另外,如果有被各级国家队集训征调的U23球员,征调1人减1人,征调两名减两人,征调3人(含3人)以上可以不执行U23球员政策。

U23政策的基础上,中国足协还规定一线队27人注册名单中,至少有2名球员为本俱乐部青训培养本俱乐部注册,培训并参加比赛至少

三年以上的U21球员。如果俱乐部五符合上述条件的U21球员,最多可报名25人。

新政策的出炉,意味着1995年出生的球员将不再继续享受优惠政策,取而代之的将是1996年之后出生的球员。以山东鲁能为例,目前队内的陈哲超、刘军帅、刘洋、姚均晟等1995年出生的球员,恐怕很难踢上主力位置。1997年甚至1999年出生的球员,将成为新政策的宠儿,目前正在征战U23联赛的很多年轻人将有可能进入一线队。

外援方面,新赛季将延续上赛季“注册4外援,上场最多3外援”的政策。而且新政策没有对亚冠参赛球队提供任何便利。新赛季,四支参加亚冠的球队,可能要比较吃亏。毕竟亚冠采取“注册5外援,上场3+1外援政策”。关于这个“1”,也就是亚洲外援,四支球队都会斟酌。

上赛季,上海滩的两支球队为今年参加亚冠的球队提供了模板。上海上港采取注册“3+1”方案,艾哈迈多夫为亚洲外援,既能征战亚冠,也可以参加中超;上海申花则放弃了亚洲外援,直接注册4外援,亚冠只上场3名外援。广州恒大则采取了上半程采取“3+1”,下半程改为4名非亚洲外援。

当然,对于亚冠球队来说,也不是没有捷径可走。比如寻找能力突出的亚洲归化外援,山东鲁能前些年曾经签下巴西后腰西塞,就是一个很好的案例。西塞虽然是巴西人,但是他拥有巴西和巴勒斯坦双重国籍,就可以以亚外身份参加亚冠。

重视青训权益,打击阴阳合同

在青训保护上,中国足协也出台了相关规定,重点打击出国“溯水”行为。无论任何年龄,未经原俱乐部同意,出国“溯水”的球员,转回国内踢球,必须转回原俱乐部,或经原俱乐部同意,否则不予办理转回、注册、报名手续。为方便俱乐部青训球员注册,青少年球员注册期调整为全年。这一政策的出炉,也意味着,韦世豪、唐诗等“叛逃”事件不会重演。

中国足协还公布了各俱乐部规范球员合同的相关规定,其中重点打击“阴阳合同”。一旦发现阴阳合同,中国足协将视违规情节,对俱乐部给予扣除联赛积分、取消准入资格的处罚,同时对教练员、球员给予一至三年禁赛的处罚。

此外,新赛季中超联赛的积分规则将发生变化。如果两队同分情况下,有限比较净胜球数和进球数,仍相等的,增加比较条件:按权重比较计算预备队、U19联赛、U17联赛、U15联赛、U14联赛以及U13联赛的成绩,排名靠前者,联赛名次列前。

根据赛程,新赛季中超联赛将于2019年3月1日揭幕,计划于11月30日落幕,其时间跨度长达270天左右,达到九个月。中超联赛的转会期将会规定为每年的1至2月(冬季转会)两个整月和7月(夏季转会)一个整月,与欧洲联赛统一。

新赛季,中超球队的球衣背后必须印球员名字,这也意味着球员们告别“白板”球衣,与国际足坛接轨。



云顶再夺金 张可欣进入女子U型场地国际顶尖选手序列

据新华社张家口12月20日电 20日,在2018-2019中信国安·国际雪联自由式滑雪U型场地世界杯崇礼站,16岁的中国姑娘张可欣(上图)捧走冠军。同样的场地,时隔一年云顶再夺金,张可欣用行动宣告自己进入国际顶尖选手序列。

2017年12月的该项赛事上,20个国家和地区的近100名世界顶级高手为了平昌冬奥会的资格积分齐聚云顶。预赛中,15岁的张可欣以88.00分位居第一。

中国小将的成绩并非侥幸,随后决赛中张可欣第一轮就获得了88.80分的冠军成绩。

由于天气原因,原定的比赛日程有所改变,该项目的预赛和决赛都放在了20日进行。不过这对大部分选手来说并没有太大影响。当天预赛中张可欣排名第三轻松晋级。决赛中凭借前两轮的稳定发挥,张可欣拿到84.75分、87.75分,锁定冠军。

“大巴黎”与门将阿雷奥拉续约至2023年

据新华社巴黎12月20日电 法甲巴黎圣日耳曼俱乐部20日宣布,与门将阿雷奥拉签下为期四年的新合同,法国“国门”将至少效力到2023年6月。

出生在巴黎的阿雷奥拉2006年进入“大巴黎”青训体系,他于2009年7月与俱乐部签下第一份职业合同。

25岁的阿雷奥拉目前为巴黎圣日耳曼各项赛事出场85次,跟随球队赢得了8个冠军。作为法国国家队成员,阿雷奥拉今年在俄罗斯获得了世界杯冠军,但未上场比赛。随后在9月6日,他上演了在法国国家队的首秀。

“能够在巴黎圣日耳曼继续职业生涯并不断取得进步,对我来说非常重要。”阿雷奥拉在续约后说,“这家俱乐部不仅是我训练的地方,更深深印在我的心里。俱乐部为我提供了与优秀队友追求远大目标的机会。”

巴黎圣日耳曼俱乐部主席阿尔赫莱菲认为,“阿雷奥拉此番完成续约,也表明我们一直以来对青训体系中成长起来的球员的信心。”



□新华社发 12月19日,猛龙队球员科怀·莱昂纳德(中)在比赛中扣篮。当日,在2018-2019赛季NBA常规赛中,多伦多猛龙队主场以99比96战胜印第安纳步行者队。

劳森无法登场,山东男篮客场76:96不敌北京首钢

没有外援,还是赢不了



山东西王队球员张庆鹏(右二)在比赛中上篮。

□ 本报记者 王磊

12月20日晚,由于劳森的澄清信依旧没有到位,他无法代表山东男篮出场,“全华班”出战的山东男篮以76:96不敌北京首钢,遭遇常规赛五连败。

自从莫泰尤纳斯和古德洛克受伤之后,山东男篮便开启了“全华班”时代。他们不拥有八一队打联赛对手只能派出四节四外援的优势,但是山东男篮的“全华班”打得并不差,在对阵山西队、青岛队的上半场,都是和对手紧咬比分。

然而,“全华班”也有弊端,那就是缺少核心领袖人物,尤其是在紧咬比分,需要关键人物站

出来得分时,山东男篮往往会慌了阵脚。“全华班”前三场比赛,都是这样的局面——上半场比赛,尤其是第一节比赛,山东男篮毫不惧怕对手,看上去完全可以和对手“掰手腕”,打到关键的第三节,山东男篮就会掉链子。

“全华班”的几场比赛,山东男篮的得分王轮流交换。对阵江苏队,贾诚拿到21分,成为球队得分王,但随后比赛陷入低谷,最近三场比赛只得8分。对阵青岛队,王汝恒拿下全队最高的25分,之后他的表现还算可以,连续得分上双。对阵山西队,陶汉林拿到20分,成为球队头号得分手,但对阵北京队,只拿到6分。

目前,比较稳定的点,只剩下王汝恒和张庆鹏,尤其是之前一直被外界吐槽不会打球的王汝恒,再一次成为山东男篮的得分王。对阵北京队,王汝恒全场拿下23分,仅次于北京队的外援汉密尔顿。山东男篮第一次得分,就是依靠王汝恒的三分命中。随后双方陷入胶着之际,又是王汝恒挺身而出,在第二节连续砍下10分,让山东男篮一直紧咬住比分。此外,王汝恒还送出了5次助攻,但是他并不是超级球星,无法以一人之力挽救球队。

全场比赛,山东男篮输掉20分,主要在两个环节上差距太大:一个是篮板环节,山东男篮本场比赛输掉7个篮板,也就意味着丢了7次得分机会;另一个则是助攻环节,山东男篮只有9次,而北京队则多达22次。当然,这还是在北京队控卫刘晓宇受伤的情况下,仅汉密尔顿和翟小川的助攻数,就和山东男篮全队的助攻数相当。

遭遇五连败的山东男篮,只希望两名新外援的手续尽快办好。有了劳森和桑普森之后,先不说磨合情况如何,起码球队有了主心骨,关键时刻能够挺住。已经跌出前十名的山东男篮,已经不能再输了!



12月20日,北京,演员迪丽热巴出席时尚活动。

□CFP供图

连载

电话:(0531)85193407 Email:l iujun@dzwww.com

掌握饮茶安全法则——

茶与健康

□ 静清和

“茶,古不闻食之。近晋宋以降,吴人采其叶煮,是为茗粥。”

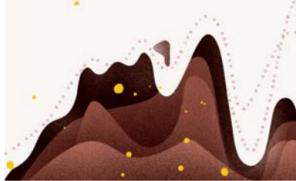
晋代杜育的《茶经》,已经脱离了煮茶和煎茶的食、药层面,到了唐代陆羽系统地总结煎茶规律,起到了启蒙作用。其中茶的“调中和内,倦解慵除”,与陆羽的“荡昏寐,饮之以茶”,如出一辙。杜育的煎茶,强调的是茶叶安神解倦的精神层面,并没有涉及治病治病的药理作用。南朝王微诗中的“待君竟不归,收颜今就惯”,表达的也是茶可解忧的功效。

茶之为饮最宜精
大约在公元780年,陆羽结合自己的调查与实践,在皎然等人不惜余力的帮助下,以顾渚紫笋茶作为优秀茶种的代表,系统总结了唐代及其之前的茶事,撰写了名垂千古的《茶经》,并在书中对煎茶技法做了重点推广,把茶从传统的药、食煮饮中剥离出来,视茶为超越解渴、医疗等物质层面的重要精神饮品,极大地推动了茶的清饮,使得“天下益知饮茶矣”。

陆羽在《茶经》里说:“至若救渴,饮之以浆。”其意思是,若只为解渴,单纯喝水就可满足。若是“荡昏寐”,午睡提神,神情愉悦,就要饮之以茶了。既然茶是形而上的可近于道的精神饮品,喝起来就不能草率应付和马虎虎,就需要具有超越日常的精神、

审美、仪轨和诗意。

陆羽《茶经》云:“茶之为用,味至寒,为饮最宜精。”如果“采不时,造不精,杂以卉莽”,就必然“饮之成疾”,不可不慎重对待。陆羽在《茶经》开篇,就强调“为饮最宜精”,可谓微言大义。也就是说,不是所有的茶,都益于身心健康,都可以无所顾忌地开怀畅饮。结合上文我们知道,茶因含有生物碱而“味至寒”,那么,应该选择什么样的茶,才最益于健康呢?答案自然是“阳崖阴林”,“紫者上”,“笋者上”,“叶卷上”,“上者生烂石”。陆羽在《茶经》中举例写道:“阴山坡谷者,不堪采掇,性凝滞,结瘕疾。”也就是说,生于阴山坡谷的茶叶,由于光照少而极寒,这就不是最“精”的茶,因此不宜饮用。“为饮最宜精”,无论是在古代,还是在农残、化肥、灭草剂、植物激素泛滥的当下,对于正确树立健康饮茶的认知,都具有重要的借鉴和指导意义。它与我多年倡导的“喝好茶、少喝茶、喝淡茶”的健康理念,基本是一脉相承的。陆羽又以大家熟悉的人参作为案例,讲述了如果采制不精、辨别不清,人参不但没有什么药效,而且会严重损害人的健康。“知人参为贵,则茶累尽矣。”为避免饮之成疾,就要从源、采、造、煮、饮等方面严格把控,一个“精”字,贯穿了《茶经》的要旨和内涵。



在阅读中识别自己——

我认出许多熟悉的脸

□ 闫红

我们会遇到各种攻击,也听到各种道理,有人说“好汉不吃眼前亏”,认怂更能保存实力;有人说“狭路相逢勇者胜”,有血性者,更能占得先机;又有寒山问拾得:“世人有谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、骗我者,如何处置?”拾得曰:“忍他,让他,避他,由他,敬他,不要理他,再过几年你且看他……”

各种说法,不一而足,其实做什么选择不重要,重要的是,你是有对抗力的,你的内心是笃定的,你有办法随时反转局面。而林冲没有这种力量,他的柔软,只是出于无措,即终于铤而走险,也无法真的走向新生。这是林冲的悲剧,也是我们很多人的悲剧,我们逃避自由,依赖秩序,而一旦被秩序抛出,我们就像离水之鱼,即便勉强存活,也艰难于呼吸。

王婆,黑道上的草根族
武松远行办差归来,四十多天不见,哥哥武大已经变成一座灵位。他惊痛过后,明察暗访,知悉实情,一日之内,在阳谷县内行走如风,从紫石街到狮子桥,相继将潘金莲和西西门庆的头颅割下,献祭到哥哥灵前。唯独留下了一对牵线搭桥的王婆,把她交给了官府。王婆多活了几天,但受罪更多:“把这婆子推上木驴,四道长钉,三道

绑索……上坐,下抬,破鼓响,碎锣鸣,犯由前引,混棍后催,两把尖刀举,一朵纸花摇,带去东平府市心里吃了一副。”

“木驴”是专门针对女人的一种刑罚,其残忍,不想在这里复述,大家自行搜索吧。先坐木驴后刑,王婆将生而为人能受不能受的罪都受了。

王婆受此重刑并不奇怪,要不是她撞破,西门庆和潘金莲这事儿未必能成。但是,我说过施耐庵是个技术流,善恶且放一边,他要把每个桥段都写得漂亮。武松打虎之勇猛,鲁智深拳打镇关西之异彩纷呈,乃至李逵一口气血洗十五里的穷凶极恶,都被他写到极致。这个老王婆,施耐庵也不肯敷衍塞责,他罕见地把个坏人,写出了坏人的专业性。

王婆是武大的邻居,同住紫石街上,跟潘金莲往来得颇热络,潘金莲不方便出门时,会托她打个酒买个菜什么的。她的来历身世皆无交代,这种空白,与她的分量不匹配,在那场鲜血迸溅的纠葛里,她是最为冷静的一个,西门庆追逐潘金莲,潘金莲欺瞒武大,而她,则将这所有人,都视为猎物。

且说这天西门大官人在街上走,突然挨了一竿子,抬头正要动怒,发现高空抛物的是一个妖娆妇人,他“先自酥了半边,那怒气直钻过爪哇国去了,变作笑吟吟的脸儿”。

潘金莲连忙道歉,西门庆说不妨事,开茶坊的王婆,站在自家茶坊子底下,含笑接上话茬:“兀谁教大官人打这屋檐下边过,打得正好。”她原本有点紧绷的气氛,因了她这一笑,被引入几许风情。潘金莲取了竿子放下帘子不提,西门庆像个狗似的,在她家窗下转了一圈又一圈。王婆坐在自家茶坊里,笑着他各种颠倒,当西门庆终于捱入茶坊,王婆开始收网了。

西门庆打听这个美人是谁的老婆,王婆答道:“她是阎罗大王的妹子,五道将军的女儿,问她怎的?”她不正面回答西门庆的问题,引逗西门庆更加焦急,原本就暧昧的气氛变得更加暧昧。西门庆猜了几回猜不着,王婆才道出是武大郎的老婆。

西门庆大感吃惊。两人却也并不就此朝正题上扯,西门庆要跟王婆说过去的茶钱,又要王婆儿子到自己手下就业。王婆谢过他,西门庆告辞而去,她也淡淡的,并不挽留。

那两天西门庆来回无数趟,早也来,晚也来,他在楼下惦记潘金莲,王婆在屋里惦记着他,暗自思忖:“你看我着些蜜糖,抹在鼻子上,只叫他舔不着。那厮会讨县里人便宜,且教他来老娘手里纳些歇缺。”