

吴易昺:重新理解“前100”

2026年法国网球公开赛,中国选手吴易昺凭借男子职业网球选手协会(ATP)排名前100直接获得正赛资格。赛前,他接受了媒体线上采访。经历伤病与起伏后,如今重新回到前100的吴易昺,谈起排名时显得比三年前平静许多。

前往巴黎备战前,26岁的吴易昺在位于西班牙马略卡岛的纳达尔网校进行了针对性训练。“这是我第一次来纳达尔网校。”吴易昺说,“人总是更擅长在自己花费时间最多的场地类型上比赛,以前我没有那么多机会在红土上投入时间。这次的备战令人振奋。”

本次比赛将是吴易昺第二次出战法网正赛。三年前,他第一次来到这里。

那段时间,中国男网进入一个突破期。2022年的美网首轮,他成为公开赛年代第一位赢得大满贯单打正赛胜利的中国大陆男球员。次年,他成为首位捧起ATP巡回赛单打冠军的中国大陆球员并进入世界排名前100……吴易昺的名字被迅速推向聚光灯中央。

然而,热度不断攀升之际,正值上升期的他被“伤病”浇了一盆冷水。

职业体育里,人们习惯谈论闪耀的新星与热血的老将,却鲜少描述那些在伤病困扰中远离赛场的运动员如何度日。伤情反复、排名下滑、重新回到低级别赛事——过去几年,这几乎就是吴易昺的日常。

最近一年多的时间里,随着身体和竞技状态逐渐恢复,他终于重返前100名。

“中间经历了很多伤病和起伏,所以这次回来,心情没有第一次那么激动,但还是很开心。”

一切看起来像是某种“重新开始”。在如今的吴易昺看来,“前100”意味的不仅是数字本身。

“进入前100之后,可以直接参加大满贯和更多巡回赛正赛。打资格赛有时候真的非常耗体力和精力,也要花更多钱,要

早住几天酒店……”他说,“当然,前100肯定不是我的终极目标。我希望今年年底能冲击前30,如果能进入前50也不错。”

吴易昺透露,目前自己和团队正根据身体情况,有针对性地加强体能和下肢耐力训练。相比过去,他对于训练中的波动,也逐渐学会以更平和的心态面对。

“以前着急的时候,总想做得更多。但有时候,什么都不做,让时间慢慢过去就好。”他说,“每天做的事情其实都差不多,但毕竟是在做自己喜欢的事情,所以我没有觉得枯燥。虽然有时候会累、会懒,但还好都坚持过来了。”

经历过职业生涯的起伏后,吴易昺也开始重新理解“目标”和“过程”的关系。相比此前不断追赶的状态,如今的他更愿意把注意力放回过程本身。

“我今年连续打了蛮多站比赛,虽然有几站都是第一轮就输了,但我觉得能不停地参赛,也能让巡回赛的其他球员看到我正在恢复健康,恢复水平,这对我整个职业生涯都是有帮助的。我也希望通过参赛累积自信,不论是技术上还是身体上,让我一点一点顺利地完成整个赛季的比赛。”

“以前总是进入前100就想进前75,进了前75又想进前50,很少停下来回头看看自己已经做到了什么。”吴易昺说,“接下来,我会以更放松的心态面对排名,也许成绩会自然而然地到来。”

2026年法国网球公开赛当地时间5月25日进入正赛第二个比赛日,吴易昺在男单首轮历时2小时12分钟,以7:5、6:2、6:4击败美国选手吉隆,获得个人职业生涯法网正赛的首场胜利。他将在第二轮迎战赛会10号种子、意大利人科博利。

据新华社



当地时间5月25日,吴易昺在比赛中回球。新华社发

西班牙队公布世界杯26人大名单

据新华社马德里5月25日电 西班牙国家队25日公布2026美加墨世界杯26人大名单。西甲豪门皇家马德里历史上首次无人入选“斗牛士军团”世界杯阵容。

在西班牙队主教练德拉富恩特敲定的这份名单中,目前仍在养伤的亚马尔和尼科·威廉姆斯等重量级球员均成功入选。巴萨门将霍安·加西亚、后卫埃里克·加西亚、马竞后卫普维尔等则成为名单上最大的惊喜。

尽管费尔明·洛佩斯受伤无缘世界杯,但西甲冠军巴萨仍是为“斗牛士军团”贡献球员最多的俱乐部。名单中共有8名球员来自巴萨。与此同时,此前被认为唯一可能入选的皇马球员赫伊森也由于本赛季表现不尽如人意,最终遭主教练弃置。

这是西班牙国家队世界杯大名单首次没有出现任何皇马球员的名字。此前,皇马球员最少的一次还要追溯到1950年,当时“斗牛士”阵中仅有一名来自

“白衣军团”的球员。

以下是2026年世界杯西班牙队26人大名单:

门将:乌奈·西蒙(毕尔巴鄂竞技)、拉亚(阿森纳)、霍安·加西亚(巴塞罗那);

后卫:波罗(托特纳姆热刺)、马科斯·略伦特(马德里竞技)、库巴西(巴塞罗那)、普维尔(马德里竞技)、拉波特(毕尔巴鄂竞技)、埃里克·加西亚(巴塞罗那)、格里马尔多(勒沃库森)、库库雷利亚(切尔西);

中场:罗德里(曼城)、苏比门迪(阿森纳)、加维(巴塞罗那)、佩德里(巴塞罗那)、法比安·鲁伊斯(巴黎圣日耳曼)、梅里诺(阿森纳)、巴埃纳(马德里竞技);

前锋:亚马尔(巴塞罗那)、达尼·奥尔莫(巴塞罗那)、费兰·托雷斯(巴塞罗那)、皮诺(水晶宫)、尼科·威廉姆斯(毕尔巴鄂竞技)、穆尼奥斯(奥萨苏纳)、奥亚萨瓦尔(皇家社会)、伊格莱西亚斯(塞尔塔)。

连续征战德甲29年后“狼堡”降级

新华社柏林5月25日电 在25日进行的德甲升降级附加赛次回合比赛中,帕德博恩主场2:1击败沃尔夫斯堡,以两回合总比分2:1升入德甲,“狼堡”则在连续征战德甲29年后降入德乙。

此役沃尔夫斯堡开局顺利,佩伊奇诺维奇第三分钟低射破门,先拔头筹。第14分钟,梅勒累计两张黄牌被罚下,“狼堡”只能少一人作战。帕德博恩随后逐渐掌握主动,第39分钟,比尔比亚头球破门,将比分扳平。此后双方在常规时间均无建树,比赛进入加时赛。第100分钟,库尔达为帕德博恩打入制胜球。

帕德博恩本赛季以德乙第三名身份获得附加赛资格。该队曾在2014-2015赛季和2019-2020赛季征战德甲,但两次均排名垫底降级。

沃尔夫斯堡本赛季位列德甲倒数第三。自1997年升入德甲以来,该队已连续征战顶级联赛29年。主教练黑金则连续第二个赛季带队降级,他上赛季执教波鸿降入德乙。

至此,下赛季德甲三支“升班马”确定为沙尔克04、埃弗斯堡和帕德博恩;沃尔夫斯堡、圣保利和海登海姆降入德乙。

王皓、孙逊受聘赋能吉林乒乓

新华社长春5月25日电 25日,吉林省体育局正式聘任长春籍奥运冠军、国家乒乓球队男队主教练王皓为吉林省乒乓球队技术总监,同时聘任国乒资深教练孙逊为吉林省乒乓球队总教练。两位教练表示,将把国家队的先进训练方法引入省队,重点助力吉林青少年乒乓球人才的培养。

签约当日,王皓和孙逊进驻吉林省乒乓球队训练基地,全面了解队伍训练现状及人才储备情况,并现场开展技战术实操指导。

王皓职业生涯共获得18个世界冠军,以标志性的“直拍横打”技术闻名。转型教练后,他先后培养了樊振东、王楚钦等国家队主力选手。

“从运动员到教练员,始终离不开家乡父老的支持。”王皓透露,目前工作重心仍在国家队备战,但会通过技术交流帮助基层教练提升带训水平,力争为吉林输送更多能进入国家队的优秀运动员。

孙逊曾执掌国家青年队,长期负责奥运冠军陈梦、国家队主力王楚钦等队员的训练工作。他认为,省队训练可以借鉴国家队的先进理念,但需根据队员实际能力灵活调整。“省队首先要打好基础,在基本功扎实的前提下,再增加实战对抗。”他强调,希望用科学的方法培养孩子,让他们尽早接触高水平的打法和意识。

针对运动员比赛状态不稳定的问题,孙逊指出关键在于增加对抗训练,包括队内对抗、与其他省(区、市)队伍及俱乐部开展比赛等,使队员习惯竞争与对抗的节奏。同时,训练内容应更贴近实际比赛。

作为总教练,孙逊还肩负培养省队年轻教练的任务。他表示,将从提升教练业务水平、加强教练员管理与队伍管理两方面入手,为吉林乒乓球的长远发展奠定坚实基础。