各就位，预备——开始抢人

J罗

苏牙

世界杯红人身价飙升 皇马下手本人乐意
J罗标价9000万欧元

作为转会市场的急先锋，皇家马德里已经对哥伦比亚球星“J罗”詹姆斯·罗德里格斯下手了。

昨天凌晨，西班牙媒体报道，皇马已经为J罗向法甲摩纳哥俱乐部报价4500万欧元，皇马已经无限接近这位世界杯上蹿红速度最快的红人，他们甚至已经在短短的时间内做好了与摩纳哥谈判所需的一切准备。

这一桩生意是由皇马主席弗洛伦蒂诺亲自操刀的，足以看出他对J罗的重视程度。摩纳哥俱乐部也没有一口回绝皇马，但是他们为J罗标出了9000万欧元的高价。

从J罗的态度来看，他和皇马也是“你情我愿”，他表示去皇马是他的梦想。

巴萨锁定苏亚雷斯 梅西表示十分支持
“苏牙”要卖7200万英镑

据英媒《每日邮报》报道，巴萨为苏亚雷斯开出了高达7200万英镑的转会费，这样的条件让利物浦很难拒绝，苏亚雷斯基本已经确定转会巴萨。

昨日利物浦和巴塞罗那俱乐部官员在伦敦进行了会面，基本就转会达成初步协议。对于具体的细节，双方还将在本周进行第二轮会谈。

巴塞罗那的行动也得到了梅西的支持，巴塞罗那体育主管苏比萨雷塔在很早之前就和梅西商量过引进苏亚雷斯的事情，梅西对这一引援决定十分赞同。 钱业

中考长跑如何过关？
公益训练营帮你免费培训

商报讯(记者 蒋继斌 通讯员 孙剑横)中小学生的暑假已经开始了，宁波市长跑协会针对我市明年即将进入中考的学生们，在市体育中心田径训练场举办三期公益中考长跑训练体验营，给犯怵长跑的学生们支招。

今年是我市中考体育测试恢复男生1000米，女生800米中长跑项目必考的第一年，在今年的中考测试中，中长跑项目男生满分成绩是3分40秒，女生满分成绩是3分20秒。经过测试，全市应届初中毕业生平均满分率只有57%左右，有的甚至不及格。

根据教育部门的安排，明年中考中长跑项目必考测试满分成绩还将提高至男生3分25秒，女生3分10秒，这让明年即将进入中考的初三学生们非常紧张。针对这一中考体育的改革，市长跑协会决定利用暑假举办三期公益中考长跑训练体验营，为学生和家长讲解如何科学的开展长跑训练，长跑训练中怎样防止伤病的发生，长跑训练中营养的补充等提高长跑成绩需要关注的一些话题，并指导、带领大家开展长跑训练。

三期公益培训时间分别为7月5日、7月12日和7月19日的下午3:30，地点在市体育中心笼式足球场边的田径训练场，有需要的学生和家长到时可以自行带好跑步装备前往参加，同时也可向市长跑协会进行电话咨询，咨询热线：13967806202，本次公益活动仅针对明年即将进入中考的学生，均不收取费用。

另外，暑假期间，我市不少体育协会还将举办快乐体育夏令营活动，包括足球、风筝、台球、体操、模型、户外、围棋、跆拳道等项目。

宁波市第九届职工运动会乒乓球比赛目前正在余姚市全民健身中心球类馆举行，全市各县区、园区、产业和大型企业工会选派的26支代表队参赛，近200名职工在4天的赛程中角逐男、女组别的单、双打与团体前八名。

赵清 裘为众

宁波银行
BANK OF NINGBO