



末节翻盘 一分险胜

八一广博 迎来赛季首胜

□八一广博特约记者 戴斌

昨晚,2016-2017赛季中国女子篮球甲级联赛(WCBA)进行第二轮较量,八一广博女篮在鄞州体育馆以72:71险胜四川队。“和上一场相似,进入第四节的时候落后很多,但是今天追回来了,说明队伍在进步。”赛后广博主帅马跃南肯定了队员们的拼搏。



►双方球员激烈拼抢。 记者 胡龙召 摄

广博队首发阵容和上一场完全一致,刘畅、王雪朦、露雯、张丽婷、孙梦然出场。不过对方身高1.95米的外援多尔森在篮下显示了自己的统治力,八一广博内线进攻成功率很低。半场结束时,八一队落后对手9分,数据统计上更有点难堪:篮板球四川队24:15领先;罚球次数也是四川队17:6大幅领先。还有一点,上半场八一广博除了张丽婷之外,再没有任何一个命中两球以上的队员。

第三节形势没有改变,八一广博以落后12分的差距进入第四

节。末节四川队外援不能出场,场面开始逆转,广博队4分钟时间里打出一波15:3的高潮,追平比分。最后1分钟时,广博队70:71落后。接下来双方比拼的是罚球:四川队本场得分最高的队员曹蓓蒂两罚不中;随后广博队赵志芳两罚全中,比分锁定为72:71。

“不容易。”在艰难迎来赛季首胜后,马跃南点评道,“今天比第一场拼得好一些,但是从整个进程来看,还是有空间、有潜力可以做得更好。”他特别提到了篮板球的数据,也直言“在限制对方外援抢篮板球方面没达

到赛前布置”,而在重点盯防外援的同时,防对方外线三分球也出现漏洞,让四川队投中9个三分球。出席赛后新闻发布会的球队新援赵志芳得到了马跃南的表扬:“奥运会后她开始读研究生,也没有系统训练,但比赛中表现了不服输的精神,也证明了小子能打好球。”

四川队是今年重新回到WCBA的队伍,输球后该队教练陈维东表示:“前三节围绕外援布置战术,第四节外援下场后没转变好,打不出团队配合。队伍毕竟还是年轻,有太多地方需要总结。”

博物馆讲解员比技能 比的是积累

本报讯(记者 陈晓旻 通讯员 项聪颖) 昨日,薪火相传——2016宁波市博物馆讲解员技能大赛决赛在宁波饭店举行。经过激烈的角逐,天一阁博物馆、保国寺博物馆、宁波帮博物馆分别获得讲解团队的金银铜奖,天一阁博物馆的叶菲、宁波帮博物馆的沈琳艳、宁波中国港口博物馆的陈芳芳等获得个人优胜奖。

书藏古今,港通天下——这句话浓缩了宁波的城市形象,也浓缩了她深厚的历史与文化。甬城千年的历史遗珍,都可以在宁波各大博物馆中寻到、看到、接

触到。而代替文物发声的,很大程度上,是活跃在各个博物馆中的讲解员。他们的言词不仅是在讲解展览与文物,更构筑了宁波磅礴的历史轮廓,体现了宁波美好的文化氛围。

本次讲解员技能大赛汇聚了宁波大市范围内各国有和外国有博物馆、陈列馆、纪念馆的讲解工作人员,体现了目前宁波各家博物馆讲解队伍的最高水平。

通过初赛的严格甄选,6支风格各异、表现突出的讲解队伍进入决赛。决赛邀请了来自各文化单位、教育单位的专家学者组

成评委团,全面考察各支讲解队伍的讲解能力、历史文化知识储备、服务技能以及个人才艺等多方面综合能力。

决赛中的各个环节都很见功力。比如现场讲解,讲解员要在短短的十分钟内,从碎片化的要点中建立整体的关联性,并且旁征博引充实讲解词,没有三五年的讲解经验和坚持不懈的学习,是很难出彩的。又比如知识问答环节,问题五花八门,既有历史知识,又有宁波民俗,还有学术性很强的问题,这都得靠讲解员日常一点一滴的学习和储备。

“千里走宁海”周日启动 长跑名将孙英杰助阵吆喝

本报讯(记者 戴斌 通讯员 王静雅) 本周日,2016-2017“千里走宁海”——国家登山健身步道徒步穿越活动将正式启动。该项活动自2012年开始以来,每年举办,本届一共设置7站,将延续至明年4月结束。

据了解,今年的活动除了大众健身组,还将引入竞赛元素,根据每站活动时步道路线设置一定距离的越野比赛,首站越野赛为28公里。喜爱户外运动的市民朋友,可通过宁海县体育局网站了解相关活动信息和具体报名参与方式。本次活动还邀请了女子中长跑世界冠军孙英杰担任形象大使,她昨天向记者表示,“很乐于参加这种全民健身正能量活动,将会亲身体验其中几站”。

不过孙英杰并不建议

跑友过量的训练:“现在很多人喜欢跑步和越野,动不动就一个月跑五六百公里。我遇到这样的人就问:‘你跑步是为了什么?’许多人都回答为了健康和快乐,我会再问:‘你跑这么大的量,是能为国家争一份荣誉吗?还是能站在世界最高领奖台上?还是能跑过面前的我?’如果都不能的话,你为什么还要跑这么大的量呢,超负荷的运动对身体是一种伤害呐!”孙英杰说,她建议跑步爱好者千万不要有炫耀跑量的心理,“应该速度慢一点,跑量少一点,讲究科学,贵在坚持。休闲活动和大强度运动是不同的概念。另外,我建议参加登山之类活动的人员,同样要注意身体姿态等细节,比如上下坡不要总是哈腰,步子要小一点等等。”

鄞州国际网球赛 卢彦勋期待与吴迪相遇

本报讯(记者 戴斌) 昨日,“鄞州银行杯”国际男子网球挑战赛(ATP)进入正赛第二天。中国选手吴迪以6:3,6:4战胜一位西班牙选手。随后,在宁波两次夺得冠军的中华台北选手卢彦勋也获胜晋级。他们都在下半区,有望在八强战相遇。

吴迪今年状态良好,世界排名提升至144名,这不仅是他个人最佳排名,也是中国男网选手的最佳排名纪录。上周上海大师赛首轮,持外卡参赛的他又爆冷击败16号种子奎瓦斯。昨天吴迪的对手是来自西

班牙的里巴,世界排名两百开外。整个比赛下来,吴迪虽然一发成功率低于对手,但得分率高出一截,用时1小时19分结束战斗。

卢彦勋由于手肘手术休息了半年,今年5月复出。“总体恢复得还可以,不过这次来宁波还是希望多一点休息时间,所以向裁判长申请把我的比赛场次都安排得晚一些。”昨天卢彦勋在第二盘遇到些麻烦,最终抢七获胜。提到有可能成为自己八强战对手的吴迪,卢彦勋表示:“希望可以遇到他,当然我们都需要再赢下一场。”

体彩开奖公告

大乐透第16122期:01 03 12 14 29 02 06
6+1第16123期:9 4 4 8 3 6 5
20选5第16285期:02 11 14 16 18
排列5第16285期:7 2 8 3 9 (以公证开奖结果为准)

泊客租赁

全城找房东 租金已到位

江东世纪东方旁

约60-80m²复式精装酒店式公寓 买一层享两层

抢购热线 8843 1777 合作银行 鄞州银行

展示中心:江东区宁穿路577号(创意三厂对面)

第二批部分房源租金表

房号	面积(m ²)	总价(元)	平均年租金(元/年)	十年租赁期满总租金(元)
17-7	73.29	811110	64889	648888
23-9(复式)	38.89	507417	40593	405930
24-8(复式)	47.47	646333	51707	517067

(以上房源按满十年租期计算,具体请以实际合同为准)

享10年银行租约保函