



■段言堂

烩面、驴火、豆汁儿也挺香

□本报记者 段西元

本轮中超河南、河北、北京都赢得了胜利，巧的是这三支球队的主帅都是本土教练。贾秀全、李铁本赛季的业绩堪称成功，而谢峰也走在了正确的道路上。中超现在流行“高大上”的外教，没拿过五大联赛冠军的都“没脸”来这儿混饭吃，在这样的背景下，这几位土帅的成功显得尤为难得。无论是李铁、谢峰

还是贾秀全，他们共同的特点是——低调和务实。

先说低调，贾秀全无疑是中超最为低调的主帅。每场比赛之前，贾秀全言必称“向对手学习”，哪怕这场比赛的对手之前表现再不堪，贾指导也会祭出“学习”的法宝。贾秀全可说是“走到哪儿学到哪儿”，而河南建业则是“走到哪儿赢到哪儿”。

贾秀全也因此得一绰号——“贾学习”。过分的谦虚就是骄傲，每次贾秀全说学习对手，大半是要拿分的，所以也有球迷说贾秀全是“假学习”。与“贾学习”类似的是李铁，这位少帅比赛之前也习惯把对手捧到很高的位置，甚至在赢球之后也称赞对手。比如做客工体，李铁的河北队赢了国安，但李铁赛后仍然夸

赞国安是“前三名”的水平，这样的夸赞真是让国安“臊得慌”。贾秀全是“贾学习”，李铁可以封个绰号——“李捧杀”。与前两位不同，谢峰的谦虚则更多是球队困境造成的，谢峰首堂公开训练课坦言国安本赛季的目标是保级，一向心高气盛的国安提了这么一个“窝囊”的目标确实让人意外。但谢峰的谦虚，更多是给

球队减压，前面几轮国安已经输得信心接近崩溃。降低目标让球员不背包袱，国安队至少在这两轮做到了“无欲则刚”。

战术上三位土帅则都很务实，没有任何急功近利，三个人共同的特点是从防守抓起。贾秀全当年是亚洲第一中卫，他带的球队也都是作风顽强防守强悍，看河南建业的球，给人的感觉有点儿像“马德里竞技”。河南队每场球都踢得很艰苦，但对对手的感觉是“更艰苦”，他赢你不易，你赢他更难。每场和河南队的比赛，对手的感觉都是“脱了一层皮”。李铁的河北华夏幸福拥有豪华阵容，但球队明显有一些短板，比如引进的外援都是边锋类型。李铁很好地把这些外援的特点和本土球员结合在一起，看上去热鸟、拉维奇的数据没那么华丽，但这些外援真的起到了带动全队的作用。而谢峰更像是个“补锅匠”，他把扎切罗尼没有解决的问题解决了，就是用一套不太好的材料做出了一件能“穿得出去”的衣服。

中超流行欧式、南美式大餐，但大餐未必“合胃口”，烩面、驴肉火烧、豆汁儿您要吃惯了也挺香，相信李铁、谢峰们未来会有更多的空间展示自己的智慧。

■职工体育

自选时间段CBD白领乐开跑

本报讯（记者 刘欣欣）“非常高兴能够参与活动，平时我们经常坐办公室，需要多运动，我本人也很喜欢这种形式。”奥迪中国的职工林吉坤边拉伸边笑着说道。5月27日到29日，北京商务中心区总工会在朝阳公园举办2016年北京CBD精英欢乐跑活动，分三天、六个时段供职工自行选择适合的时间，吸引了区域内一千余名白领报名。

5月27日下午四点，100余名参与者陆续来到位于朝阳公园东五门内的活动现场，在教练的带领下进行了热身运动。随后，跟随一名专业跑者开始了6公里的长跑。“大家两人一排，跟着我的节奏，这样比较不容易累。”领跑者边跑边回头跟大家讲解要点。

这边的大部队刚出发，那边已经有一名职工跑了回来。“他来得早，而且经常跑，熟悉路

线。”一名工作人员告诉记者，在大致时段范围内，参与者可以选择跟着领跑者一起跑，也可以自行先跑，或晚跑。只要凭任一手机运动软件上的跑步轨迹，完成6公里以上，都可以领取此次活动特制的纪念奖牌。

据了解，三天中的16点半到18点，19点到20点半，白领会员可以自由选择时段。现场还设置了6公里和12公里两个赛程，适合不同跑步水平的职工自主选择。现场，依托承办方的场地还提供存包、淋浴、体测等服务。

“跑步已经成为城市文化中的一种时尚健康标签。”北京商务中心区总工会主席李广彪表示，之所以连续三年举办长跑活动，旨在丰富CBD区域内白领职工的业余生活，让大家享受跑步、科学跑步，通过跑步提高自身素质，缓解工作压力，同时增进企业间的沟通交流。



金融工会开展健步走活动

5月27日北京市金融工会、农行、建行、泰康人寿、平安人寿等9家银行和保险单位在奥林匹克森林公园开展“快乐工作 健康生活”健步走活动。

活动当天，约150余名职工参加了此次活动。工会通过组织健步走活动让职工放松心情、舒缓压力、激发活力。培养职工积极、健康、向上的工作态度，更重要的是逐步养成健康生活、健康工作的运动习惯。

本报记者 彭程 摄影报道

骑行不忘倡环保

本报讯（记者 王路曼）5月26日一大早，密云50余名骑行爱好者就从密云沙河铁路桥出发，开启了一次以“护水、护绿、护环境”为内容的环湖骑行活动，一路上，骑行爱好者一边骑行，一边捡拾垃圾。

据了解，本次活动由密云区体育总会、密云区总工会体育协会、密云区自行车运动协会联合主办，50余名骑行爱好者途经溪翁庄、石城、冯家峪、不老屯、高岭、太师屯、穆家峪等镇，后由右堤路返回密云城区，全程100多公里。工作人员介绍，



“此次夏季环密云水库骑行活动，我们一路骑行，倡导绿色出行；同时，沿途注意捡拾骑行路上的垃圾，呼吁绿色生活。”



和平里医院有了自己的篮球队

为加强医院文化建设，进一步丰富职工业余生活，提高医院的凝聚力，日前，北京市和平里医院“和医杏林篮球队”成立仪式在地坛体育馆篮球馆内举行，该队由该院27名职工组成。成立仪式当天，该队还与东城区疾病预防控制中心篮球队进行了一场友谊赛。

本报记者 李一然 通讯员 田毅 摄影报道