

“新赛季,我们准备好了”

——探营海门珂缔缘训练基地

本报记者季耀 杨礼庆 吴赛杰
通讯员吉伟

随着上周五晚上,中国足协一纸来函确认,2024赛季的中乙联赛开幕式最终花落海门。开赛在即,作为东道主球队,海门珂缔缘的准备情况如何?记者前日探访了球队。

前日下午,春寒料峭,然而海门青少年足球训练基地一派火热的场景,各块场地上,从职业队到各年龄段梯队,球员们都在加紧训练。

在1号场地,即将亮相揭幕战的一线队在教练组带领下,进行技战术演练和分组对抗。场边的教练不时指挥球员传接球,每打出一记漂亮的配合,主教练和队友都会送上一声喝彩:“好球!”

刚刚接待完意大利客人的海门珂缔缘俱乐部总经理李太镇也来到场边观看训练课。他一脸“宠溺”地看着场上奔跑的年轻球员,如数家珍般告诉记者,经过两年的职业联赛洗礼,特别是这个冬训期三四个月的苦练,整个队伍的面貌都发生很大改变,孩子们身体更壮实了,技战术配合更默契了,已到了出成绩的时候。

“程鑫、韩龙、小季,他们球商非常高,将来都能在中国足坛占据一席之地,为中国足球的进步贡献力量!”李太镇对于一线队的青训球员,每一个人的性格如何、天赋高低、后天努力程度都了如指掌。程鑫、尹韩龙在2022赛季中乙联赛就已经“大杀四方”,程鑫攻入8球荣膺

中乙射手王,季桑楠在2023赛季异军突起,这三位青训小将都为海门球迷津津乐道。

“足协选择将开幕式放在海门,是对珂缔缘十多年深耕青训的肯定,俱乐部已陆续向中国足协各年龄段国家队输送超过150人次的‘小国脚’。我们也一定会全力以赴办好中乙开幕式,为海门、为海门珂缔缘增光添彩。”李太镇表示,这不仅是足球领域,也是海门在全国球迷眼前的一次精彩亮相,球队定会不负众望。

和李太镇一样,海门珂缔缘俱乐部总教练高万国也认为,今年“该出成绩了”。经过三年磨合,年轻的教练组和球队一起成长,大家信心满满,准备迎接一个收获的赛季。

这种信心并不盲目,而是来自于准备充分的冬训。去年赛季结束后,海门珂缔缘早早集结,开启冬训。春节期间,球队放了一段时间假,节后收假又在埋头苦练。前段时间的热身赛,球队和中超的南通支云、中甲的上海嘉定等队伍都有过切磋,成绩还不错。

相对于很多球队十几人甚至二十几人离队、加盟的“齐宣王”式官宣,海门珂缔缘的人员变动很小,只官宣了八名预备队球员上调一线队。

一纸官宣的背后,是球队青训的成熟体系给予的信心。球队公布的27人大名单中,有20人出自海门



珂缔缘青训,占比接近八成。值得一提的是,海门珂缔缘深耕本土的成果正在显露,上调一线队的八名球员中,海门籍占到一半,加上去年已经在队里获得出场机会的U19国家队门将谢龔博,球队里土生土长的海门人一共有五位,“海门元素”成为这支球队的一大亮点。谢龔博目前还在U19国家队集训,将在联赛开打前归队,他也将竞争主力“一门”的位置。

打虎亲兄弟。球队里,今年也会出现兄弟同场竞技的画面。弟

弟程艺上调一队,让哥哥程鑫十分开心。据介绍,两人同在预备队的时候,程鑫就喜欢拉着弟弟在训练课后“加练”。果然,训练后,程鑫又开始拉着程艺“加练”。

面对即将开始的新赛季,特别是揭幕战,无论是齐丹、阎格这样的老队员,还是程鑫、程艺等年轻球员,大家异口同声地表示:“我们准备好了,新赛季,必不负热情的球迷!”

对于海门球迷关心的揭幕战球票如何购买的问题,俱乐部决定向公众提供本场免费球票,通过电子票务系统登记入场,所有进场人员(包含套票)按报名链接要求实名登记报名,现场刷身份证核准入场,开幕式预计下午两点半开始,三点半开赛。希望更多市民走入球场,感受职业足球的魅力!



“拳”不离手 健康相伴

前日,海门街道城兴村组织开展“幸福同行 健康相伴”健身八段锦进社区活动。活动邀请区太极拳协会专业人士为社区居民讲解健身气功的理论和练习方法,帮助居民了解并掌握健身气功的基本理论和练习技巧。

记者范本潇摄



已进入高发期!

“红心”甘蔗有毒不要吃



本报讯 (记者顾聆译 通讯员卫笑冬)甘蔗清甜,脆嫩爽口,深受人们喜爱。然而,随着气温不断升高,甘蔗经过长时间储存容易霉变,导致中毒高发。

甘蔗一般在每年中秋节前后收获上市,至第二年的清明前后才会卖完,随着气温升高,甘蔗在运输及储存过程中,容易霉变产生毒素。甘蔗一旦发霉,变成“红心”或者“黑心”,就会产生毒素。区疾控中心食品与学校卫生科科员穆紫微告诉记者:“霉变甘蔗中,节菱孢霉会生长繁殖产生一种有毒的物质——3-硝基丙酸,不到0.5克就可使人出现中毒迹象,吃得越多中毒越深。”

霉变甘蔗中毒大多在进食后

15~30分钟发病,也可能在48小时之后发病,最初症状大多是头晕、头痛、恶心、呕吐、腹痛、腹泻和视力障碍等,严重的出现神经损害症状,例如阵发性抽搐、四肢强直等。“如果出现眼球向上凝视,且有进食甘蔗的情况,就要重点怀疑甘蔗中毒,须立即就医;如果抢救不及时,会威胁生命,就算症状轻微,恢复后也可能有后遗症或终生残疾。”穆紫微说。

通常霉变的甘蔗质地较软且色泽差,有时会在末端出现絮状或茸毛状的白色物质。如果甘蔗是红心的,或者切开的剖面有泛红黄色、棕褐色或青黑色的斑点,也意味着已经霉变了。“尽量不要食用自制甘蔗汁,有些商家不懂分辨霉变甘蔗或不知道霉变甘蔗的危害,存在中毒风险。”穆紫微提醒。

甘蔗中毒事件多发生在2月至4月,“很多人以为把甘蔗发霉的部分砍掉,再吃剩下的甘蔗就没问题了,其实是误区。病菌入侵甘蔗后,菌丝可以延伸,即使砍掉霉变部分,剩下的甘蔗也有肉眼看不见的大量毒素。”穆紫微说。

遗失启事

△黄建飞遗失海门市城市房屋拆迁补偿安置协议一份,编号:00000619,声明作废。
△南通易徕文贸易有限公司遗失公章一枚,编号:

3206841079797,声明作废。

△海门市海春食品商店(经营者倪继平,遗失烟花爆竹(正副本),编号(苏)YHLSJ2017)HME10077号,有效期2017年12月26日至2019年12月25日,声明作废。

办理地址:海门区融媒体中心(闻海路2号)7楼701室,电话:13813764759、0513-82211676。可通过微信扫描二维码线上办理。



线上办理扫码

厂房招租

厂房间约3600平方米(挑高10米、宽30米、长120米)及办公和生活用房(包括食堂)各约2000平方米。地段好、大路边、有场地,现优惠出租。联系人:黄先生 13506281788

别墅出售

海门城区黄金地段荔园独立别墅,面积619平方米;双拼别墅,每套面积511平方米,均为毛坯新房,现优惠出售。联系人:黄先生 13506281788

吉房出售

城区南海新村606幢2楼,144平方米,精装,配自行车库。北临海南幼儿园、海南小学、海南体育馆,西临海南初中,东临实验学校,东南临龙信广场。联系:17305263008。

办公、商业、经营、培训…… 商务楼层寻求合作

城区南部现有楼层寻求合作,配办公室、会议室、储藏室、卫生间、电梯,交通方便,设施齐全,环境优美。办公、商业、经营、培训等均可。联系电话:68185329,18252832866

信息广告
责任编辑:金天雨
电话:13813764759

A 招聘求职

本刊忠告:客户交易前请查验相关手续,本版信息不作为后续追究相关法律责任的依据。
招聘
江苏金海岸物业广
电项目招收厨师2人,
要求:有三级以上厨师
证,50岁左右,相貌端正,业务特别优秀可放宽条件,待遇面议。联系人:唐先生,联系电话:13813771158。

B 求购租赁