

延吉,我们来了! 哈尔滨队:力拼连胜



哈尔滨队出征延吉。

□文/本报记者 邢汉夫 肖劲彪
摄/本报记者 张春雷

6月27日,“东北超”第三轮,哈尔滨队将踏上延吉市全民健身中心的草坪,客场挑战延边队。这是哈尔滨队“东北超”联赛的第一个“客场硬仗”。

25日9时30分,哈尔滨西站,D544次高铁载着二十余名哈尔滨队队员驶向延吉。“第一次跟兄弟们出去打客场,说实话,有点兴奋,也有点紧张。”队员唐涛搓了搓手,笑着对记者说。

列车飞驰,车厢内,哈尔滨队主教练丁冰不时与球员交流战术。“第二轮主场赛后,我们两天的休整时间,但教练组没闲着。”丁冰告诉记者,针对本

轮对手延边队的战术分析,从当天就开始了。“延边队召回了部分队员,对球队进行了补强,我们也做了针对性的部署。”

丁冰表示,“目前全队状态良好,所有队员均无伤病或身体不适。我们这次客场的目标很明确——全员以积极态度迎接挑战,核心任务就是奉献一场精彩的比赛,争取获得两连胜,然后顺利地回队。”

坐在一旁的队长刚凯接过话头:“教练说得对。我们虽然不是职业球员,但既然穿上了这身队服,就得拿出对得起这件球衣的表现。”

列车一路向南,车厢里的气氛逐渐活跃起来。有人掏出手机翻看延边队

的比赛录像,有人靠着座椅闭目养神,而教练组的几位成员则在低声交流着抵达后的安排。

“我们两边教练不光是场上的对手,更是多年的好朋友。希望通过这场比赛,进一步增进友谊,也为双方球迷奉献一场高水平的对决。”丁冰说。

四个小时的车程在说笑与讨论中悄然流逝。列车减速进站时,不知谁喊了一声“延吉到了”,原本轻松的气氛瞬间收紧,队员们纷纷起身,检查随身物品,整理队服外套。

13时40分,列车抵达延吉西站,队员们鱼贯而出,脚步有力。“全力以赴,力拼连胜。”丁冰在站台上留下这句话,声音不大,但每个字都落得实实在在。

哈尔滨队是如何炼成的

因为热爱 冬奥冠军加盟

这份48人名单里,有一个名字让不少人感到意外——宁忠岩。2026年米兰冬奥会速度滑冰1500米金牌得主,黑龙江的骄傲。谁也没想到,他会加盟到哈尔滨队。

谈及跨界初衷,宁忠岩表示:“我从小就十分热爱足球,日常速度滑冰训练前后,都会安排足球项目作为热身与放松辅助训练,我一直很喜欢这项运动,也是梅西、C罗的忠实球迷。”

作为从黑龙江本土走出的冰雪体育名将,宁忠岩见证家乡发力群众体育,打造“东

北超”区域足球IP,内心满是归属感与自豪感。“冰雪是黑龙江的名片,足球同样是全民热爱的运动,我希望以跨界运动员的身份挑战全新领域,同时也想用自身的体育影响力,带动更多人关注家乡群众体育,助力东北足球发展。”

同为竞技体育项目,速度滑冰与足球有着天壤之别。跨界绿茵场,对于常年深耕个人竞速项目的宁忠岩而言,挑战不小。

“速滑是一个人的战场,全程和时间赛跑,与自己较量,比拼个人耐力、爆发力与

细节把控,所有成绩都依靠个人发挥。但足球是11个人并肩作战的团队运动,默契配合、战术执行、脚下技术、身体对抗缺一不可,这些内容我都需要从零开始学习。”宁忠岩坦言,两种运动截然不同的竞技逻辑,是自己面临的难题。

在他看来,速滑是紧绷的弦,每一圈、每一刀都不能松,肩上扛着成绩和期待。而足球则是松开的事,“踢球的时候心态更放松、更纯粹,没有金牌的压力,就是享受运动的快乐,和朋友一起拼的那种热血激情。”

百日苦练 拼出信心底气

48人名单落地,只是第一步。

哈尔滨的冬天,室外训练根本没法开展。1月末,全队从哈尔滨出发,一路向南,奔赴广西北海,开启为期百天的封闭集训。后来又辗转秦皇岛、沈阳,边训边赛,把一群互不熟悉的普通人,打磨成一支有模有样的球队。

南北气候的差异是第一道坎。北海潮湿的天气,让队员们有些水土不服,但是大家克服困难,迅速进入训练状态。清晨,整支队伍在晨雾中集合出操,一圈接一圈,脚步砸在跑道上,沉闷而整齐。上午“抠”技术动作,传球、停球、跑位、射门,一个细节反复练上几十遍,汗水浸透了训练

服;下午高强度分组对抗,没人喊累,也没人愿意被换下;晚上,教练组带着队员看录像复盘,一遍遍拆解战术。

集训的日子苦,却也暖。有队员过生日,全队为他买蛋糕,在宿舍里点蜡烛,生日歌跑调唱得离谱,但每个人都在开心地唱。有人家里寄来哈尔滨红肠,一箱东西十分钟被抢光,嚼着红肠的人嘴里含糊不清地说:“真的,有点想家了。”

百日集训的汗水,最终要到赛场上去检验。5月23日,“东北超”首轮,哈尔滨队坐镇主场迎战实力强劲的大连队。哈尔滨队一度取得领先,让主场球迷看到了爆冷的希望。然而经验丰富的大连队

随后发起反扑,最终逆转了比分。首战虽败,但全队打出了血性,也让教练组看清了这支球队的潜力。

第二轮主场对阵呼和浩特队,哈尔滨队没有让机会再从脚下溜走,以2比1拿下对手,赢得了队伍首胜。终场哨响的那一刻,场上场下抱成一团,有人眼眶红了,有人仰天大喊,这一路走来有多不容易,只有他们自己知道。

6月27日,“东北超”第三轮比赛,哈尔滨队将站在延吉市全民健身中心的草坪上,客场对阵延边队。这是哈尔滨队的第一个客场之旅,又一支劲旅横在面前,但队员们心里都憋着一股劲儿:全力以赴,剑指三分。

□本报记者 邢汉夫

哈尔滨队,这支以哈尔滨体育学院学生为班底、面向社会公开选拔组建的球队,即将迎来“东北超”客场首战。从层层选拔到跨越数千公里的异地集训,这支球队的诞生,承载着一座城市对足球运动的深厚期待。



赛前热身。本报记者 张洪摄

广发英雄帖 48人因梦集结

2026年1月初,“东北超”参赛任务落地哈尔滨。这座城市面临的第一个问题就是:组建一支什么样的队伍?

答案是,既要吸纳精英球员,也要向社会敞开大门,让各行各业的爱好者都能参与进来。这不只是一支球队,更是这座城市足球梦想的缩影。

赛会有规定,有过职业联赛经历的球员不能报名。哈尔滨将目光投向了哈尔滨体育学院,那里有多名刚刚参加了湖南永州CMG群众足球邀请赛的选手,年轻、能跑、底子硬。这

支“学生军”,被确定为哈尔滨队的建队班底。

但这扇门,还要开得更广。1月中旬,哈尔滨市发出“东北超”哈尔滨队招募令。招募令一发出,立即吸引了近百人报名。他们中有企业职工、在校学生、个体工商户、快递员、外卖小哥……没有光鲜履历,没有顶级装备,却有着对足球最纯粹的热爱。

1月25日,选拔测试在哈尔滨体育学院篮球馆启动。95名球员站到了同一条起跑线上。经过专家组反复考核、反复筛选,最终,48名球员留在了“东北超”哈尔滨队的名单上。

其中高校球员33人、社会球员7人、交流城市球员8人,涵盖高校学生、高中生、足球经纪人、事业单位职工、企业代表、检察官、教师和社会足球教练等多个行业,一支热血本土球队就此成型。

哈尔滨队队长刚凯回忆起选拔依然激动:“那天站在测试场上,身边有学生、有律师、有送外卖的兄弟,大家谁也不认识谁,但哨子一响,所有人都拼命地跑。当时我突然有种感觉,原来这座城市里有这么多人跟我一样,心里一直憋着对足球的那股劲儿。”

记者探营哈尔滨队训练

“全力拼每一分钟比赛”

□文/本报记者 邢汉夫
摄/本报记者 张春雷

24日,哈尔滨队奔赴延吉前,记者探营球队训练场,全队针对对手特点细化攻防战术,队员士气高涨、备战充分,无惧“魔鬼主场”,满怀信心全力冲击三分。

当天上午,记者在哈尔滨体育学院看到,哈尔滨队正在进行赛前专项训练,备战氛围紧张且有序。热身结束后,球队率先开展多人连续传球训练,队员们跑动衔接流畅,短传、直塞、边路转移配合默契,提升传球速率与攻防衔接流畅度,强化高压逼抢下的出球稳定性。

随后全队开展头球攻防专项训练,队员们精准判断来球落点,积极起跳争抢高空球,同时反复练习头球解围、头球攻门等基础战术动作,补齐高空球对抗短板,针对性应对对手硬朗的身体对抗打法。整场训练强度拉满,队员们专注投入、相互呼应,每一组训练都全力以赴,以最佳竞技状态迎接客场硬仗。

球队队长刚凯在训练间隙接

受记者采访时说,前不久哈尔滨队受邀参与央视世界杯特别节目录制,备感激动与荣幸。“此次跟随球队在主教练的带领下,走进央视直播现场,沉浸式感受专业直播流程与足球赛事解说氛围,近距离学习了专业赛事讲解思路。”刚凯告诉记者,在节目交流中,详细复盘了球队现阶段备战进度、实战战术打法,也深入学习了国内优秀球队的技战术风格,此次行程无论是视野还是专业能力都收获满满,也为球队后续赛事备战带来了全新思路。

针对本轮对阵延边队,刚凯表示对手实力不容小觑。延边队前不久进行了人员调整,球队打法简洁快速,球员身体对抗硬朗,再加上主场浓厚的球迷助威氛围,是本次客场之旅最大考验。全队反复观看对手多场比赛录像,教练组量身打造专属战术,立足防守为根基,同时细化边路进攻、中路渗透两套进攻套路,攻防两端全面做好准备,全力克制对手战术优势。

谈及球队当下整体状态,刚凯坦言,在上一轮主场取胜之后,全队士气得到大幅提升,队员们的赛场心态、竞技状态相较于联赛首场

比赛明显好转,队内训练氛围融洽,团队凝聚力持续提升。“目前,身体状态调整到位,已经做好迎接客场挑战准备。”刚凯说。

谈及延边队主场“魔鬼主场”以及狂热的现场球迷氛围,刚凯表示,球队不会被客场氛围干扰,赛场上全队全力以赴贯彻教练战术,放平心态发挥自身正常训练水平,专注比赛本身,无惧主场压力,全力拼每一分钟比赛。

哈尔滨队助理教练马博介绍,目前球队已进入赛前冲刺备战关键阶段,教练组全员精研对手赛事录像,全方位拆解延边队攻防战术,边路进攻特点、后场防守短板,结合球队自身阵容特点,制定完整客场作战方案。近段时间日常训练中,球队围绕对手战术短板开展高强度专项训练,确保赛场上战术可以快速落地执行。

“目前全队球员心态乐观、斗志高昂,没有出现赛前焦虑等负面情绪,整体精神风貌积极向上,全员都渴望在客场拿下关键胜利,展现哈尔滨足球风采。”马博告诉记者。

两队准备了啥礼物



哈尔滨队队员手持延吉特产。



工作人员身着特色服饰迎接哈尔滨队。

□文/本报记者 邢汉夫 肖劲彪
摄/本报记者 张春雷

抵达延吉,哈尔滨队便被一股特别的“热浪”包裹——延吉的待客热情。

从车站到球队下榻的酒店,一路风景尚未看够,惊喜已等候多时。

车刚停稳,全季酒店延吉西站店前,身着延边特色民族服饰的工作人员手里捧着明太鱼干,端着手工米酒,一一递到球员和教练手中。亲切的氛围,如同迎接远道而来的亲人。站在最前面的酒店负责人黄蕊,满脸笑容:“欢迎哈尔滨的兄弟们!总算把你们盼来了!”黄蕊一边招呼,一边与队员们逐一握手。

“我可不是外人”,黄蕊迫不及待地向队员们介绍,“我老公是黑龙江佳木斯,黑龙江就是我的第二故乡。”

人群中,一位专程赶来的哈尔滨老乡格外激动。老家是哈尔滨巴彦县的吴启亮在延边经商已二十余年,听说家乡球队要来,早早便来到酒店等候。“延边加油!哈尔滨加油!不管谁赢,都是咱东北足球的胜利!”他这一嗓子,喊得在场所有人都鼓起了掌。

更让大家意外的是,酒店还特意准备了延边特色飘带,员工们亲手为哈尔滨队的领队、教练员一一系上。

哈尔滨队主教练丁冰低头看了看胸前的飘带,动容地说:“没想到酒店这么用心,这飘带一系

上,感觉不是来打客场的,是回家了。”丁冰告诉记者,此次延吉之行不仅是一场比赛,更是一次兄弟城市间的友好互动。哈尔滨队特意准备了红肠等本地特产作为伴手礼,将赠送给延边队的教练团队,“比赛之外,延边的教练朋友们已经热情邀请我们去品尝当地美食了,延边冷面、烤肉,都安排上了,非常期待。”

哈尔滨队领队董申玉将一面哈尔滨队的队旗和一个签满了队员名字的足球赠予酒店。

记者问黄蕊对比赛有什么期待,她想了想,认真地说:“友谊第一,比赛第二。咱们东北一家亲,通过这样的比赛,让全国人民看到咱东北人的热情和团结,才是最重要的。”