

# 迈向下一个十年 CBA第31个赛季启航

CBA常规赛 今日 19:35 浙江方兴渡 VS 山西男篮

新华社北京12月11日电(记者林德韧 李博闻 吴博文)12月12日,2025—2026赛季中国男子篮球职业联赛(CBA)拉开战幕。全新的赛制,全新的阵容,步入第31个赛季的CBA,将为球迷们带来诸多不一样的体验。

## 新规则:单节10分钟+“潜力赛”

根据最新规定,新赛季联赛比赛完全采用国际篮联规则,与此前联赛相比最主要的变化是比赛时间,由原来的4节每节12分钟调整为4节每节10分钟。此外,短暂停、一名队员六次犯规离场、某队一节中发生5次犯规处于全队犯满状态等与国际篮联规则不同的特殊规定也一并取消。

为了给CBA联赛球员创造更多锻炼实战机会、增加临场比赛经验,2025—2026赛季CBA联赛常规赛阶段增设“CBA潜力赛”。“CBA潜力赛”计划设置190场比赛,每支参赛球队将进行19场潜力赛比赛,比赛时间为当日CBA联赛常规赛比赛结束后、同一比赛场地内进行。“CBA潜力赛”参赛球员为双方非首发国内球员。

此外,新赛季常规赛轮次从上赛季的46轮调整为本赛季的42轮。俱乐部杯引入了香港金牛、长沙勇胜、合肥狂风3支全国男子篮球联赛(NBL)球队参赛。制度建设上,《CBA联赛高价值场次评定办法》《CBA联赛青少年友好型赛场记分制度》《中国男子篮球职业联赛从业人员道德规范》等规章制度也相继出台。

## 新格局:广厦“守擂”群雄逐鹿

新赛季多支球队迎来阵容调整,各队总计完成国内球员交易48人次,交易数量创近三个赛季新高。广厦、北京、广东等球队都将是总冠军的有力争夺者。

卫冕冠军广厦队保留了胡金秋、孙铭徽、朱俊龙和外援布朗在内的夺冠阵容,上赛季面对北京队的强力冲击,广厦队夺得队史首冠。球队稳定性和总决赛经验进一步提升,新赛季仍将是总冠军的有力争夺者。

上赛季,北京队时隔十年再次进入总决赛,但曾凡博、周琦遭遇伤病困扰,球队关键场次处理不佳,最终获得联赛亚军。休赛期北京队继续补强阵容,中国男篮队长赵睿加盟,签约两名新外援斯佩尔曼、马帝昂。球员健康度、阵容磨合以及临场应变将是球队争冠的关键因素。

“十一冠王”广东队新赛季迎来崔永熙、焦泊乔的加盟,同时对上赛季发挥不佳的外援进行调整,球队实力得到补强,关键场次中外援的发挥以及本土年轻球员的竞技状态将决定广东队在本赛季能走多远。

山西队上赛季在强力外援的带领下闯入四强,本赛季虽然本土阵容基本得以保留,同时迎来米提、刘东等人的加盟,潜力新秀淡厚然也被上调至一队,但外援方面进行了较大调整,上赛季外线进攻箭头古德温、凯尔三世双双离队,球队转而引进了NBA六年老兵杰伦·诺威尔与上赛季效力于新疆队的阿什顿·黑根斯,加上回归的迪亚洛和法耶,新的外援组合能否继续盘活球队值得关注。

传统强队辽宁队,上赛季止步四强,球队目前处在新老交替期。韩德君退役,赵继伟再度遭遇伤病,张镇麟转会上海队,球队新赛季将面临不小挑战。

此外,上赛季排名中游的上海队在休赛期进行多笔引援,张镇麟、崔晓龙、外援古德温、弗格的加入让球队整体实力大增。新疆队上赛季同样饱受伤病困扰,最终无缘四强,新赛季若球队主力能够回归,整体实力仍不容小觑。

## 新形象:“以城之名”“竞由新生”

CBA公司在赛季启幕的新闻发布会上介绍,目前联赛已经进入新的发展周期,CBA将继续坚持“以城之名”的品牌主张,以“竞由新生”为新赛季赛事营销主题,打造“强竞技”的赛事属性,彰显“年轻化”的赛事标签。

年轻化是新赛季联赛的最大特点之一,在2025—2026赛季注册的339名国内球员里,“00后”球员达到197人,占比达58%。31岁及以上的球员有29人(占比9%),与近三个赛季同年龄段的情况相比,人数为最少。这说明,联赛在维持合理的新老更替的同时,展现出年轻化的态势。

新赛季,联赛在赛场包装上将有新亮点,联赛品牌视觉元素与20支俱乐部球队的属地元素将结合在一起呈现在球队面前,力图树立多元化的品牌形象。

围绕“新年”这一特殊节点,CBA计划扩展“新年大战”营销活动,多维度策划线上线下新年主题营销活动,丰富具有CBA属性的经典生活场景,进一步深化以城之名主张,提升联赛属地文化建设,展示联赛新风貌。

## 皇马不敌曼城 阿隆索要被师傅瓜帅整下课了?



北京时间12月11日,在欧冠联赛第六轮的比赛中,皇马主场以1:2不敌曼城,这是阿隆索担任主教练后第一次和自己的师傅瓜迪奥拉碰面,结果可想而知,更加严重的是,阿隆索很有可能因为这场失利而提前交出帅印。

本场比赛开始前,皇马刚以0:2不敌塞维利亚,皇马高层很不满意,连夜开会讨论后决定再给阿隆索最后一次机会。因此,对阵曼城是这名少帅的“救命稻草”,可要想取胜谈何容易。

瓜迪奥拉的日子也不好过,他也急需胜利来提升球队的士气,争取在本赛季获得英超或欧冠冠军。瓜迪奥拉与阿隆索都是西班牙人,前者出道于巴塞罗那,后者曾在皇马效力长达五年,两者来自于不同的足球流派,却于2014年到2016年在拜仁有过交集。当时瓜迪奥拉执教拜仁,而阿隆索则是他亲选的中场大将,他俩在场上的位置以及大局观都十分相似,阿隆索退役后选择教练这一行,多少受到了瓜帅的影响。

不过,师徒之谊抵不过真刀真枪,

本场皇马与曼城之战,两人都拿出了真功夫。

比赛中,已经9个月没有进球的罗德里在第28分钟接贝林厄姆的助攻

率先攻破曼城的球门,给阿隆索注入了一针强心剂,他看到了获胜的希望。

本场比赛,阿隆索没有给自己的弟子设置太多的条条框框,只希望他们能攻上去,取得进球,球员们也打出了近期精彩的进攻配合,面貌焕然一新。只不过主力阵容支离破碎,很多轮换上场的球员相互间的默契还不够,在传球与最后的射门方面,总是差那么一点点,这给了曼城反超的机会。

第35分钟,曼城利用角球机会由格瓦迪奥尔头球攻门,这记头球威力实在惊人,皇马门将库尔图瓦也只能凭借本能挡了一下,结果奥雷利在门前候个正着,将球补射入网,曼城扳平比分。第43分钟,哈兰德在皇马禁区内被吕迪格放倒,主裁判在观看了VAR后决定判罚点球,哈兰德主罚命中,将比分锁定为2:1。

下半场,皇马踢得很不错,但与得分差之毫厘,假如阿隆索因为这场球而下课,实在有点憋屈。不过,皇马高层也要保持耐心,看到教练与球员的改变,继续给阿隆索留出自完善的机会,避免操之过急。

此外,在当日进行的其他比赛中,毕尔巴鄂竞技以0:0与大巴黎握手言和;勒沃库森以2:2战平纽卡斯尔联;阿森纳以3:0战胜布碌路;多特蒙德以2:2战平博德闪耀;尤文图斯以2:0战胜帕福斯。

本报综合消息

## 谷爱凌领衔

### 三名中国女将闯入自由式滑雪U型场地世界杯云顶站决赛

新华社张家口12月11日电(记者卢星吉 杨帆)在11日进行的自由式滑雪U型场地世界杯云顶站预赛中,中国女子选手谷爱凌、李方慧、张可欣晋级决赛。

本站女子预赛采用两轮滑行取最高分数排名的赛制,位列前十的选手晋级决赛。当日赛场的风力和阳光条件堪称完美,选手们的动作完成度普遍不错。

在第一轮滑行中,上赛季U型场地世界杯总冠军、世锦赛银牌得主李方慧以88.25分暂列第一,随后谷爱凌和张可

欣出场,分别拿到86.50分和80.25分。

第二轮滑行中,李方慧第四跳的落地稍有失稳,但此前的分数最终使她位列第三。谷爱凌则提高了自己的动作流畅度,将分数刷新为整场比赛最高的92.75分。张可欣在第二轮滑行未能提高高分,最终以第一轮成绩排在第五。

上赛季世锦赛冠军、英国名将佐伊·阿特金在第二轮展现了良好的起跳高度和抓板技巧,最终以91.75分位列第二。

“崇礼肯定是我朝着米兰冬奥会的好运开始的地方,对我来说在这里的比

赛其实是最难的,因为是在‘家里’比,感觉压力会比其他地方更大一些,我觉得这也正常。”谷爱凌赛后说。

中国女队还有两名运动员参赛,其中18岁的小将,曾在2024年江原道冬青奥会夺金的刘奕杉排在第11名,与决赛失之交臂。周思雨则位列第15名。

当日进行的男子预赛由于参赛选手众多,采用分为两组打分,每组前7名晋级的赛制。中国队中没有运动员晋级决赛,最接近入围的是苏帅兵,他在第一组选手中排名第9。

## 马刺淘汰湖人与雷霆会师NBA杯西部决赛

在北京时间12月11日进行的一场NBA杯赛西部半决赛中,马刺在缺少了文班亚马的情况下,依然通过强有力进攻,在客场以132:119击败湖人,与雷霆队会师西部决赛。当天早些时候,目前在联赛中位列全联盟第一的雷霆,以138:89近乎50分的分差狂胜太阳,早一步晋级到了NBA杯赛西部决赛。

这两场比赛都很有看点,雷霆实在是太强大了,这赛季已经进入到了“人挡杀人佛挡杀佛”的境界,24轮联赛仅输一场,看来是冲着打破常规赛胜场最多的纪录去了。而且以目前的走势和球队表现出来的竞技状态来看,这个赛季很可能会产生第一支“双冠王”球队了,即雷霆在联赛和杯赛都夺冠。在与太阳队的这场杯赛半决赛中,雷霆火力全开,6人得分上双其中两人得分来到了20+,分别是亚历山大的28分和霍姆格伦的24分,最终球队净胜对手49分。

几个小时之后,马刺也宣告在与湖人的竞争中胜出。本场比赛文班亚马并没有出场,按照纸面实力,大家觉得赢球的应该是拥有东契奇和詹姆斯的湖人,但结果就是那么地出人意料。经历了几个赛季的低迷之后,马刺终于迎来了复苏的好时机,目前他们排在西部

第五的位置上,已从中下游球队的行列中脱出。当然湖人在新核心东契奇的带领下成绩也不错,此前是17胜7负排名西部第二,仅次于雷霆。但这场西部两强对话,从一开始马刺就牢牢压制住了对手,没有让主队领先过。

马刺在此战中的进攻异常凌厉,他们在全场比赛中居然有7人得分上双。其中两人得分上20,另有3人得到了15分以上。

而湖人全队则表现相对乏力,东契奇拿到了全队最高的35分,只不过他的数据离三双有些远,只有5个篮板、8次

助攻入账。如果对阵其他球队,这个数据相当优秀了,只可惜湖人碰到了异常出色的马刺,东契奇的篮板和助攻数都显得少了一些,作为球队领袖这还远远不够。湖人全队仅有1人拿下两双,他就是40岁的勒布朗·詹姆斯,19分、15个篮板及8次助攻。但整体而言,湖人在防守上做得不好,任马刺队在篮下肆虐,不然不至于丢掉132分之多。

湖人是首届NBA杯赛的冠军,上赛季他们未能走出小组赛,这一届又折损在西部半决赛,接下来他们只有集中精力打好联赛了。

本报综合消息

## 周末看台

英超	12月15日
12月13日	00:30 拜仁VS美因茨
23:00 切尔西VS埃弗顿	<b>西甲</b>
23:00 利物浦VS布莱顿	12月13日
12月14日	21:00 马竞VS瓦伦西亚
04:00 阿森纳VS狼队	<b>德甲</b>
22:00 诺丁汉森林VS热刺	12月14日
22:00 桑德兰VS纽卡斯尔联	12月15日
22:00 水晶宫VS曼城	04:00 阿拉维斯VS皇马
<b>意甲</b>	<b>法甲</b>
12月14日	12月14日
22:30 弗赖堡VS多特蒙德	12月14日
	19:30 AC米兰VS萨索洛
	11:00 国王VS掘金