

从青岛走出NBA 首轮秀

杨瀚森第16顺位被开拓者选中



杨瀚森在新秀选拔大会现场。新华社发

杨瀚森20岁生日圆梦

位于青岛的第二现场沸腾了



青岛第二现场沸腾了。栾丕炜 摄

■ 揭秘

培养一个杨瀚森需要多久？青岛国信的答案是五年

揭秘国信男篮“杨瀚森成长专项方案” 期待未来更多“杨瀚森”从青岛走出

回望杨瀚森的成长之路，杨瀚森圆梦NBA离不开青岛男篮、国信集团甚至青岛这座城市对他的培养。杨瀚森进入俱乐部青年队以来，国信集团高度重视其培养工作，专门制定并实施了包括竞技能力强化、综合素质提升、健康管理保障等在内的系统性专项培养计划。

15岁进入国信青年队 聘请高水平外教指导

杨瀚森2005年出生于山东省淄博市。2020年9月，15岁的杨瀚森进入青岛国信海天篮球俱乐部青年队。为了让杨瀚森打好基本功，青岛男篮引进塞尔维亚教练团队，其中包括曾培养多位NBA国际球员的专项技术教练，专门为其提供技术指导。在训练的初级阶段，采用国际标准提升中锋的低位技术和篮下进攻脚步技术，在防守方面培养正确的防守位置感和护框能力，还持续开发他在快速攻防转换中的持球和组织策应能力。

此外，由张斌、徐长锁专门负责杨瀚森的训练，利用他们执教的丰富经验，及时矫正杨瀚森在训练和比赛中的不良习惯，确保其发展方向不出现偏差。在此阶段杨瀚森的策应能力得到大幅度提高。

青岛男篮还提供专项体能教练及医疗保障服务。聘请希腊国家队专业体能教练迪米掌舵杨瀚森的体能和力量训练，在确保其良好发育的基础上提升运动表现和体适能水平，以更高的职业平台为目标，全方位打磨身体基础。同时配备专业的医疗保障团队，在大运动量训练恢复、疲劳管理和伤病管理方面，对身体的各项指标进行实时监控，确保其能够顺利登陆职业平台并快速适应成年级别的高强度对抗。

17岁破格进入一线队 按照专项方案挖掘潜力

从杨瀚森具备晋升一线队实力开始，青岛国信篮球俱乐部提前一年（17岁）将其调整到成年队进行适应性训练，并通过一系列

的专项计划，系统地落实其专项培养方案。

俱乐部基于球探报告以及杨瀚森在近两个赛季中暴露出的短板，针对其投篮能力和防守移动速度短板，聘请NBA技术教练蒂姆·马丁·比尔·贝诺维基来一对一地强化特训。同时通过为其争取参加澳大利亚NBA篮球学院夏季特训营等方式进行专项提升，重点优化中远投篮技术、罚球命中率、协防意识以及体能分配等技术能力。

青岛男篮聘请专业外教团队开展英语培训，重点突破篮球专业术语及赛场交流能力，目前已实现基础战术沟通无障碍。同时，在近期为杨瀚森制定口语专项提升计划，每天通过线上一对一教学的方式，更高效地提升其沟通能力，为其更好地融入国际篮球环境提供支持。

在杨瀚森逐步展现出具备冲击更高平台的潜力后，俱乐部通过与运动员及其家人深度交流后，主动协助其梳理经纪业务，助力杨瀚森于2025年1月正式签约Klutch Sports集团（Rich Paul团队），统筹为其制定选秀策略、球队试训规划等，为参加选秀提供系统性保障。

构建“三位一体”体系 为NBA选秀做超前准备

从杨瀚森加盟青岛男篮第一天开始，青岛国信海天篮球俱乐部就下定决心要将这位希望之星送到更高舞台。在努力用心打造杨瀚森的同时，在外部更是创造条件，提前与NBA方面接触，为杨瀚森出国铺平道路。

为保证杨瀚森身心健康发展，俱乐部严格遵循“阶梯式培养”原则，构建“三位一体”发展体系。在训练体系方面，聘请NBA及欧洲双轨教练团队，实行海外特训与短期集训相结合的方式专项训练，提升个人技术水平。在保障体系方面，制定个性化营养和运动康复方案。在思想建设方面，建立“技术导师+思想导师”双导师制。通过CBA联赛2023-2024赛季和2024-2025赛季的技术指标对比，杨瀚森本赛季在自主进攻能力和低位得分能力上均有所提升，场均得分提升31.7%，中远投

■ 观察

他会是“下一个Yao”吗？

当与姚明同样位置的杨瀚森被开拓者选中后，一众美国球迷不由自主地联想到杨瀚森的前辈——曾在休斯顿火箭队叱咤风云的姚明。但显然，杨瀚森的打球风格并不像传统中锋姚明，而是杨瀚森的偶像约基奇。杨瀚森的微博以及抖音头像都是约基奇。身高2.11米的塞尔维亚中锋约基奇，被认为是新生代中锋中的典范球员，也被认为是杨瀚森的发展模板。

杨瀚森拥有与约基奇类似的扎实的低位单打技术，以及高位策应能力，总之，经过青岛男篮在其青年阶段的技术打磨，杨瀚森技术特点融合了传统与现代中锋的特征。但杨瀚森要想把个人特质从试训迁移到赛场上，从选秀成功到在球队扎下跟来，还有很长一段路要走。

从开拓者队的中锋位置人才储备来看，杨瀚森新赛季的竞争压力不会小。除了要适应NBA的比赛节奏，初入大洋彼岸的杨瀚森，还要快速适应在美国的生活。据青岛国信的翻译刘禹铨的观察，在篮球场上的技战术语言，杨瀚森已经基本可以适应，但在生活中，他仍然需要不断学习与教练和队友进行交流。



杨瀚森在比赛中。

命中率提升5.2%、助攻失误比提升33.3%、防守效率值提升5.9%。

俱乐部强化与NBA中国的紧密合作，过去这个赛季，俱乐部已累计接待勇士、马刺、篮网、老鹰、黄蜂、森林狼、开拓者、步行者、鹈鹕、国王等12支NBA球队的球探和管理层考察，其中有6支NBA球队的球探已两次来访，老鹰队、篮网、开拓者、步行者等球队对杨瀚森的首轮选秀前景表示出浓厚兴趣。这也为后续杨瀚森参加选秀，被如此多的球队发出试训邀约埋下伏笔。

为确保杨瀚森能迅速适应NBA的环境，并保持其思想的稳定，建立“双周汇报机制”，每月向国家男篮教练组汇报训练进展情况，并及时响应国家男篮的号召。俱乐部成立了包括职业发展、生活保障和思想建设在内的6人综合保障团队。

因材施教+全球资源整合 期待未来走出更多“杨瀚森”

国信集团自2017年接手青岛男篮以来潜心耕耘，持续打造高水平职业篮球俱乐部，从不被看好的联盟弱旅发展成为不可忽视的强劲力量，正向着国内一流CBA篮球俱乐部目标稳健迈进。

青岛男篮一线队先后五次打入季后赛，本赛季力克强敌，最终取得第七名，迈入CBA强队序列。主场赛事直播流量增速排名联盟第一，成为全国球迷最喜欢和最受关注的球队之一。

在青训方面，青岛国信篮球俱乐部搭建五级青训梯队，U17蝉联全国总冠军，各级队伍入选各级国字号集训队伍、代表国家队比赛的球员累计达到43人次。

此外，国信集团品牌办赛能力得到广泛认可。先后引入CBA全明星周末、CBA选秀大会、少年CBA等，是国内唯一承办CBA联盟所有品牌赛事的企业。2022年起打造“青岛篮球季”，举办CBA夏季联赛、青岛市全民健身篮球赛、青岛市社区篮球赛、青岛市高校三人篮球赛、小篮球联赛等赛事活动，是全国首个中国篮协授权和CBA官方支持的大型篮球赛演活动。

在全国首创了“俱乐部+场馆+篮球基地+篮球公园”的运营模式。建设运营山东首家CBA篮球公园及多处市民篮球公园。建成运营全国一流的国家级篮球训练基地，先后多次承接国家男篮集训。在以国信集团为代表的各类主体的推动下，篮球已成为青岛重要的城市名片。

中国篮球界新星杨瀚森在赛场上的亮眼表现备受瞩目，从2020年加入青岛国信俱乐部至今，他的每一步成长都凝聚着篮球俱乐部科学系统的培养与国信集团的强力支持。俱乐部坚持“因材施教+全球优势资源整合”的培养模式，为杨瀚森定制专属成长计划，从基础技术打磨到实战战术演练，从体能训练到心理建设，以分阶段、有重点的培养方案挖掘其潜力；同时，专业化保障机制从训练场地到后勤服务全方位覆盖，让他专注赛场。杨瀚森的天赋与热爱值得最好的培养环境，而他带来的荣誉也反哺了俱乐部尤其俱乐部青训发展，形成相互成就的良性循环。当更多“杨瀚森”选择这条成长路径时，中国篮球青训的良性循环必将加速形成。

青 岛 晚 报 / 观 海 新 闻 / 掌 上 青 岛 记 者 栾 丕 炜



扫码看视频