



延伸 岛城老将屡创胜绩

创办于1992年的“中华杯”老年足球赛事是全国历史最为悠久、也是最具影响力的老年足球赛事。来自青岛的参赛队伍在“中华杯”30年的赛事历史上已经夺取了30多个冠军。去年在青岛莱西举办的第29届“中华杯”比赛，青岛中能家樑元老队和青岛君和队分获65岁以上组冠军和季军，60岁以上组冠、亚军则被青岛润天丰家樑队和青岛君和队拿下。

如今活跃在青岛老年足球圈的“大龄青年”们，大多数年轻时就是足球爱好者，基本来自当年各行各业组建的业余足球队，也有不少是从专业队退下来的老将。多年的友谊与相同的爱好让他们在退休后重聚球场，同时，足球运动也让他们保持了健康的体魄和愉快的心情。

老年特长生

86岁足球“老炮” 难舍绿茵

王汝晨带领老年足球队四处征战
创下“年龄最大出场球员”纪录

曾是省队“元勋”球员

1956年年底，山东足球队正式成立，当年20岁的王汝晨是首批球员之一，也由此成为青岛乃至山东足球的“元勋”。王汝晨告诉记者：“当时全国各省都成立了专业足球队，山东队起步算是晚的，基础比较薄弱。刚建队那会，队里连个科班出身的教练员都没有，训练方面只能搞‘三从一大’，就是从严、从难、从实战出发，大运动量。我在山东足球队踢了10年球，前5年踢前锋，后5年踢后卫。在我作为专业运动员的10年时间里，山东队总共换了8任主教练，最好成绩是打进全运会前八名。”

从省队退役后，王汝晨回到家乡青岛，执教刚成立不久的青岛市专业队，“那是1970年前后，大家几乎是从零开始奋斗，条件特别艰苦。没有专门的训练场地，我就带着队员们到汇泉广场训练，当时那里是一个荒废的跑马场。没有球员宿舍，我们全队就住在附近学校的教室里。”

就是在这样艰苦的条件下，王汝晨带出了许多后来为山东足球贡献卓著的知名人物，如曾担任山东省足球队队长的姜溪远，他在1979年第四届全运会上随队夺得男足冠军。

为青岛足球夯实基础

作为山东省第一批专业足球教练之一，王汝晨在足球青训方面硕果累累。在他的精心培育下，众多绿茵少年成长为足球名宿，宿茂臻、汤乐普、刘乐阳、国作金、矫春本、王海芳和李春乐等都是王汝晨的弟子。王汝晨当年从青岛市中小学生运动会上发掘了国作金和刘乐阳，将他们招入市体校一事，至今被传为佳话。“那时候除了中小学生运动会，以学校为单位的校园足球赛事也是教练基层选材的主要途径。我经常带领教练组亲自下去选材，从中发现了不少的好苗子。”

后来成立的利勃海尔少年队之所以赫赫有名，就是以王汝晨的昔日弟子王维满、张健、王灏、宋力、王国栋、范学伟等人作为主要班底。正因为独具慧眼和调教有方，王汝晨成为青岛足球青训拓荒者。

81岁刷新中国足坛纪录

“中华杯”元老足球赛创办于1992年，这项一年一度的赛事代表着中国中老年足球的最高水平。1993年举行的第二届“中华杯”赛事由青岛承办，在那一年成立的青岛业余足球老年队首次在比赛中亮相，王汝晨是队中主力球员。

此后的每届“中华杯”赛场上都能见到王汝晨的身影。他在2017年刷新了中国足坛的一项纪录：以81岁高龄成为中国足协主办的正式足球赛事中年龄最大的出场球员。当年的“中华杯”在福建武夷山举行，王汝晨是青岛君和队的主教练兼球员。比赛中他亲自下场，踢了20多分钟，差点破门。他说：“我没想过会打破什么纪录，就是喜欢踢。如果不是比赛里被球闷了一下胸口，应该还能表现得更好。”

王汝晨目前执教的青岛君和队常年活跃在业余老年足球圈中。青岛君和队正式组建于2006年，队名取自《论语》中的“君子和而不同”这句话。“不管是当官的、做生意的，还是下岗的，到了训练场和比赛场上，身份只有一个：君和队的球员。”王汝晨总是这样告诉加盟球队的新人们：“这么大年纪还能聚在一块，这是缘分。”

期待出战“古稀足球”

如今，足球依旧是王汝晨生活里不可或缺的部分，86岁的他最大的心愿就是跟青岛君和队这帮老伙计们做一辈子球友，“我现在全部心思都放在君和队上。我最大的心愿就是让这支球队好好发展下去，让这些一块玩了几十年的老伙计继续玩下去。”

作为青岛君和队的总教练，王汝晨的执教成绩相当辉煌：球队作为历届全国老年足球赛常客，数次闯入前三名，两获全国冠军。青岛君和老年足球队可以算得上是全国老年足球圈内的传奇：2018年，在中国足协主办的“中华长寿杯”足球赛中，君和队兵分两路大放异彩，分别获得60岁组冠军和65岁组亚军；在2019年“中华长寿杯”比赛中，勇夺65岁组冠军。此外，在全国友好城市中老年足球赛中，君和队还获得过一个亚军和两个季军。

王汝晨告诉记者，能在全国老年足球比赛中取胜，青岛君和队的老炮们靠的可不是吃老本，而是扎扎实实地做到一周三练，每次一个半小时，一年四季不间断。为了增加训练难度，他们还会与30岁的年轻球员一起比赛。每次外出参加全国比赛，青岛君和队的规模绝对是全国最大的。在近年的全国老年足球比赛中，君和队均派出40余人分两支队伍参赛。总教练王汝晨让每名队员都有上场比赛的机会，“对我们来说，胜负不是最重要的，重要的是能上场踢踢球。”

“古稀足球，怀旧之旅”2022青岛首届A70足球友谊赛将于10月18日开赛，赛事首次设立70岁以上组。王汝晨对此充满期待：“我作为总教练，肯定要率领君和队参赛的。我自己也想上场踢比赛，就算出场几分钟也行，这就是‘古稀足球’的办赛初衷。”