



扫码观看相关视频

拍摄/剪辑  
记者 纪宣呈组图:杨瀚森  
(白衣)在CBA赛场表现可圈可点。

新华社发



时隔近20年,NBA首轮新秀再度出现中国人的身影。昨天迎来20岁生日的杨瀚森之所以在首轮第16顺位被开拓者选中,受益于国信集团推出的《杨瀚森成长专项方案》。从2020年9月杨瀚森进入国信海天篮球俱乐部青年队后,从技术打磨到身体素质,国信集团对杨瀚森的培养之路都有着详细的规划,最终“青”力造就了这位NBA新星。

## 杨帆NBA 幕后

## 青力造星

## 15岁来青开启职业生涯

出生于2005年6月的杨瀚森是淄博人,他的父亲杨霖年轻时是一位业余篮球高手。耳濡目染之下,杨瀚森走上了篮球之路,“上小学三年级时,我进了正规篮球训练班接受训练,小学毕业后进入淄博体校继续打篮球。”杨瀚森回忆道。

凭借着出众的身体条件以及过人的“球商”,初中毕业后杨瀚森收到了一众职业俱乐部青训梯队的邀请。2020年,当时担任青岛国信海天篮球俱乐部梯队主教练的徐长锁和俱乐部总经理张北海多次跑到淄博,与杨瀚

森的家人和启蒙教练见面沟通。最终国信海天篮球俱乐部给予球员个人发展的长远规划让杨瀚森一家人都充满信心,从而让这位天才球员进入俱乐部的青训体系,开始接受更为专业和系统的训练。

2020年9月,15岁的杨瀚森正式加盟青岛国信海天男篮梯队,很快就代表俱乐部各个年龄段的青年队开始在全国赛场上崭露头角。2021年全国U17男子篮球比赛上,他代表青岛男篮青年队出战。当时身高已经长到2.11米的杨瀚森每场比赛都能够制霸篮下,个人场均可以拿到19.1分、9.9个篮板和1.3次盖帽,不仅率青岛男篮夺冠,自己还当选赛事MVP。他的核心中锋打法让球迷看到了中国男篮拥有新一代“移动长城”的希望。“十多岁的年纪,二十多岁的身体,三十多岁的打法。”曾经指导过杨瀚森的前中国男篮国手张斌做出这样的评价。

## “青”力打磨天才球员

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。一是聘请高水平外教指导。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,专门为他们提供技术指导。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。二是提供经验丰富的国内教练指导。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,确保他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。三是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,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,对他身体的各项指标进行实时监控。

2023年夏天,杨瀚森代表国青队征战世青赛。在球队并没有派出最强阵容的情况下,杨瀚森是全队攻防两端表现最佳的球员,场均得到12.6分、10.4个篮板、4.7次助攻和5次封盖,数

国信集团专门推出的《杨瀚森成长专项方案》造就NBA新星

中封盖位列本次比赛第一。凭借出众的表现,杨瀚森被外媒冠以“中国约基奇”的美誉。

## 18岁新星闪耀CBA

在青岛国信海天男篮的计划里,杨瀚森一直是球队的重点培养对象。为了打造这块璞玉,青岛国信海天篮球俱乐部制定了《杨瀚森成长专项方案》,为保障他身心健康发展,俱乐部严格遵循“阶梯式培养”原则,构建“三位一体”发展体系,同时严格遵守中国篮协相关规定,保障国家男篮利益,时刻与中国篮协和国家队保持密切沟通,实行单月汇报制度,持续关注球员发展。

由于CBA联赛规定,球员必须年满18周岁才可以报名参赛,因此,出生于2005年6月的杨瀚森没能参加2022—2023赛季CBA联赛,他的职业生涯“首秀”被迫推迟了一年。从杨瀚森17岁时具备晋升一线队实力开始,俱乐部提前一年将他调整到成年队进行适应性训练,并通过一系列的专项计划,系统落实他的专项培养方案。

2023—2024赛季CBA联赛打响后,18岁的杨瀚森第一次作为青岛男篮先发中锋站上职业赛场,首赛季即当选CBA年度最佳星锐球员、最佳防守球员,成为年度最佳防守球员最年轻得主。2024年2月男篮亚洲杯预选赛小组赛,首次代表中国男篮成年队出战国际比赛的杨瀚森,在不到20分钟的上场时间里拿到13分和4次助攻,帮助球队以80:49大胜蒙古国队。

在杨瀚森征战CBA联赛的两个赛季当中,青岛国信海天篮球俱乐部对他“量身定制”采取了三大措施:一是攻坚技术短板。俱乐部基于NBA球探报告以及杨瀚森在CBA赛场暴露出的短板,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·贝诺维基来一对一的强化特训。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。二是强化语言能力。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,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,更高效地提升他的沟通能力。三是职业发展平台搭建。在杨瀚森逐步展现出具备冲击更高平台的潜力后,俱乐部通过与杨瀚森及其家人深度交流后,主动协助梳理经纪业务,助力杨瀚森于2025年1月正式签约美方经纪公司克拉驰体育集团,统筹为他制定NBA选秀策略、球类试训规划等。

征战CBA联赛,杨瀚森的表现可圈可点。他连续两个赛季入选CBA常规赛国内球员最佳第一阵容,两度进入CBA全明星首发阵容,并蝉联年度“最佳星锐奖”。在2024—2025赛季CBA联赛中,杨瀚森常规赛出战45场,在场均33.2分钟的时间里得到16.6分与10.5个篮板的两双数据;进入季后赛,他场均贡献13.4分、7.3个篮板以及3.1次封盖,数据依旧亮眼。

本版撰稿  
青岛早报/观海新闻记者 刘世杰