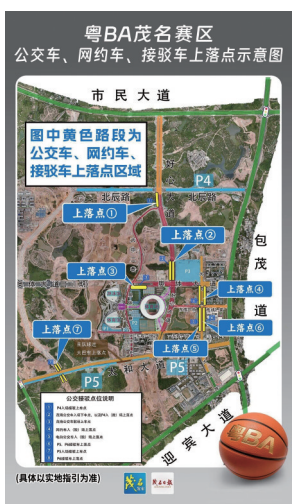


# 粤BA观赛指引



## 周六开波

火力全开 粤K争胜A!

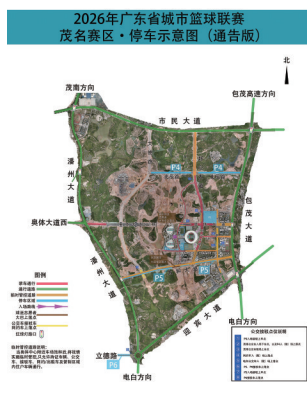
茂名队 VS 广州队

4月25日 19:30 开波!

2026年广东省城市篮球联赛 第五轮

地点: 茂名奥体中心体育馆

“码”上预约直播



# 逐梦不言弃 拼搏终出彩

## ——专访广东省第十七届运动会茂名代表团首金得主邵笛

本报记者 和沛蓉

广东省第十七届运动会竞技体育组帆船帆板项目在汕尾红海湾广东海上项目训练中心圆满收官。在激烈的赛场角逐中，茂名帆船帆板队运动员邵笛迎难而上、沉稳发挥，凭借精湛的技术、过硬的心理素质和顽强的拼搏精神，勇夺男子甲组青年水翼帆板级场地赛冠军，为茂名代表团摘得本届省运会首枚金牌，为茂名青少年体育事业再添亮眼成绩。

站在省运会领奖台上，邵笛笑得格外灿烂，眼神满是坚定与从容。“这枚金牌是对我努力的肯定，更是新的起点，我会继续向着更高目标冲刺，不辜负茂名的培养。”邵笛的话语质朴而有力。

### 奋楫扬帆逐梦 初心点亮航向

2009年出生的邵笛，从小性格活泼好动。2024年，在家人的推荐与支持下，抱着磨炼心性、挑战自我的想法，踏上了帆船帆板运动的逐梦之路。

经过体能、协调性等严格选拔测试，邵笛正式加入茂名帆船帆板队。第一次踏上帆船、直面大海，看着师兄们在海面上乘风破浪、滑行自如，他也想成为那样的运动员。就这样，他暗暗下定决心，一定要刻苦训练，练好本领。然而，零基础入行的他，起步之路满是艰辛，帆板平衡难以把控、专业器材操作生疏，海上风浪判断毫无经验……“我在训练初期频频受挫，刚开始连在帆板上站稳都难，更别说快速滑行，心里又着急又忐忑。”邵笛回忆道。

面对困难，邵笛没有退缩。教练耐心细致指导动作要领，队友热心分享经验，他自己也沉下心来，一遍遍打磨技术、一次次海上实操，不放过任何一个细节。三个月左右，他成功突破入门瓶颈，稳稳驾驭帆板在海面滑行，在这项运动中找到了自信与热爱。

除了技术层面的挑战，初到队伍训练时，环境适应、生活节奏的调整，一度也让

邵笛情绪低落。但茂名帆船帆板队温暖的集体氛围，让他很快找到了归属感。教练们如亲人般关心他的生活、疏导他的情绪，通过趣味集体活动帮助他融入团队；队友们真诚相待、互帮互助，陪伴他度过适应期。渐渐地，邵笛把队伍当成了“第二个家”，全身心投入到训练之中。

### 磨砺锤炼本领 拼搏铸就成长

在教练彭莹莹眼中，邵笛专注力强、踏实肯干、上进心十足。也正是凭着这股劲头，他在训练中不断突破自我，实现了令人惊喜的成长蜕变。“刚入队时他身体素质不错，但技术稚嫩，赛场心态不够稳定……经过系统训练，他的技术、抗压和应变能力都有了质的飞跃。”彭莹莹说。

备战省运会期间，邵笛开启了系统化训练，努力打磨竞技水平。无论酷暑烈日，还是寒冬冷风，他始终坚守训练场，每天长时间出海实操，皮肤被晒得黝黑，手脚被寒风冻得僵硬，却从未有过一丝懈怠。平时他还主动申请加练，认真复盘训练战术，针对性补齐短板。

长期高强度的拉帆训练，让邵笛左手小臂出现劳损疼痛，酸痛感时常影响训练，但他始终咬牙坚持，一边配合康复治疗，一边保质保量完成训练任务，从未耽误备战进度。“冬日海上训练，海水打湿衣裤，他稍作休息、喝口热水，便立刻投入下一轮训练，格外珍惜每一次提升自我的机会。就算训练中暂时落后，他也从不气馁，始终憋着一股不服输的劲奋力追赶，这份毅力难能可贵。”彭莹莹动容地说。

在日复一日的训练中，邵笛坦言自己也曾遇到瓶颈、萌生退意。但正是对运动的热爱、教练的鼓励和家人的期盼，让他一次次重拾动力，咬牙坚持下来。一路走来，他遇事更懂得主动想办法解决，整个人也变得更加沉稳、更有担当。

### 赛场沉稳夺冠 续写奋进篇章

本届省运会帆船帆板比赛赛程波折，受海上风力条件影响，原本一日完赛的赛程被拉长至五天。漫长的等待与未知，对运动员的心态是极大考验。比赛中，邵笛与对手比分胶着，竞争异常激烈，但他始终沉着冷静、稳扎稳打，凭借平日里千锤百炼的技术和强大的抗压能力，精准把控赛场风向、灵活调整竞技状态，抓住每一个得分机会，最终以优异成绩夺冠，拿下本届省运会茂名代表团首金。

得知成绩的那一刻，邵笛紧绷的心终于放松下来。颁奖仪式结束后，他第一时间通过视频电话，将这份喜悦分享给家人。“妈妈说我的努力没有白费，为我感到骄傲，那一刻所有的辛苦都值得了。”

“他的赛场发挥远超日常训练水平，最难得的是始终保持平稳心态，顶住了漫长等待和激烈竞争的双重压力，完美展现了茂名运动员的风采。”彭莹莹欣慰地评价说，“这枚金牌，不仅是他个人运动生涯的重大突破，更是茂名帆船帆板项目在省运会上夺得的首枚金牌，极大振奋了全队士气。”

谈及夺冠，邵笛心中满是感恩。他坦言，自己的成长与突破，离不开茂名这片热土给予的逐梦平台、教练的悉心栽培以及队友的暖心陪伴。正是团队的大力支持，让他能够安心训练、全力拼搏。

站在新的起点上，邵笛目标坚定。他表示，省运首金是新的开始，未来将继续深耕帆船帆板项目，刻苦训练、突破自我，以更优异的成绩回报茂名的培养、全力为茂名体育事业争取更多荣誉。对于邵笛的未来，教练彭莹莹充满期待：“他踏实、认真、有毅力，具备优秀运动员的潜质。这只是他运动生涯的开端，相信他能在更高的赛场上再创佳绩，为茂名争光。”



邵笛(中)与教练彭莹莹(右)等合照。



邵笛接受本报记者采访，脸上难掩夺冠后的激动与喜悦。



邵笛日常刻苦训练。受访者供图



邵笛为茂名代表团夺得省运会首金。

# 广东省城市篮球联赛、足球超级联赛茂名赛区开赛在即 茂名奥体中心周边路段将实施临时交通管制

记者 和沛蓉

本报讯 2026年广东省城市篮球联赛(简称“粤BA”)、足球超级联赛(简称“粤超”)茂名赛区赛事，分别于4月25日、5月2日，以及4月26日、5月3日在茂名奥体中心举行。为顺利举办赛事，维护赛事期间道路交通安全畅通，茂名市公安局交通管理支队发布通告，将对茂名奥体中心周边相关道路实施临时交通管制，广大市民需提前做好出行规划。

根据通告，交通管制时段按赛事类型明确划分。粤BA赛事交通管制时间为4月25日16时30分至23时、5月2日16时30分至23时；粤超赛事交通管制时间为4月26日12时至18时30分、5月3日12时至18时30分。管制时间内禁止社会车辆通行和停放，过往车辆请提前规划出行路线，并从周边道路绕行。仅公安、消防、急救、应急抢险等执行任务的特种车辆，以及持有赛事专用通行证件的工作人员车辆、工作保障车辆，准许进入管制区域。

粤BA赛事核心管制区域包括好心大道(北辰路至东城二街路段)、奥体大道(潘州大道至大同路路段)、大中二巷全段、奥体一巷全段、东成一街西段(好心大道至大同路路段)、东成二街保利奥体大都汇一期C区停车场出入口以西路段。粤超赛事核心管制区域在此基础上，新增大德路中段(北辰路至奥体大道路段)，其余核心管制路段与粤BA赛事保持一致。

粤BA赛事和粤超赛事外围禁停区域一致，包括好心大道北段(北辰路以北至市民大道路段)、好心大道南段(东成二街以南)、大同路全段、奥体大道东段(大同路至包茂大道路段)、东成一街东段(大同路至包茂大道路段)、东成二街东段(保利奥体大都汇一期C区停车场出入口以东路段)、太和大道东段(大同路至包茂大道路段)。以上路段的主干道禁止社会车辆停放。

赛事期间，茂名奥体中心周边人流量、车流量较大，广大参与者可提前通过“茂名交警”官方公众号及导航软件查询实时路况，合理规划出行路线与出行时间。公安交管部门将根据现场实际情况，适时调整茂名奥体中心周边道路交通管制时间和管制措施，确保道路交通安全、畅通、有序。

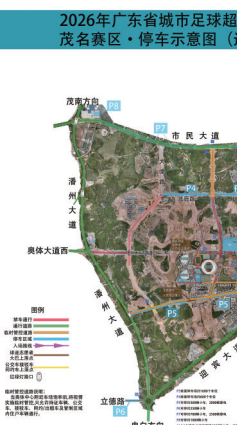


扫二维码了解更多观赛交通情况

## 2026年广东省城市联赛 茂名赛区·公交接驳点与路线



## 粤超观赛指引



## 26日开波

茂名队 VS 云浮队

4月26日 15:30 开波!

地点: 茂名奥体中心体育场

2026年广东省城市足球超级联赛

战城名 粤战粤勇

“码”上预约直播