

北京时间10月22日正式开打，NBA新赛季看什么？

大家都争总冠军 咱们关注杨瀚森

记者 冯子涵 报道

看西部 火箭升空破雷霆？

雷霆新赛季将以卫冕冠军的身份开启新征程，强大且年轻的他们，被视作是今年西部榜首乃至总冠军的最大热门。

休赛期雷霆并没有太大的人员流动，夺冠框架得以保留，新加入的成员是托皮奇和新秀托马斯·索伯；离开球队的是狄龙·琼斯。尝到甜头的雷霆管理层，在新“三少”亚历山大、霍姆格伦和杰伦·威廉姆斯身上豪掷8.22亿美元，球队的雄心壮志已经完全显现：一冠只是开始，他们想夺得更多的总冠军。

西部的竞争向来激烈，许多球队都野心勃勃，例如上赛季排名西部排名第二的火箭。

今年夏天，火箭的引援可以说是大手笔，除了签下卡佩拉和芬尼·史密斯外，最重要的是他们将两届总决赛MVP杜兰特带到了这支核心阵容非常年轻的球队中。再加上全明星中锋申京，以及亚当斯、小贾巴里·史密斯、伊森等重要拼图，火箭的纸面实力强大。

不过，主力后卫范弗里特因前十字韧带撕裂，大概率赛季报销，这给球队的新赛季蒙上了一层阴影。目前外界认为其替代者是阿门和谢泼德，但他们无论谁来打首发控卫，效果都比不上范弗里特。

但是“范乔丹”的倒下并不意味着火箭退出争冠行列，他们仍然具备强劲的实力以及克服困难的外线资源，新赛季他们仍然是西部豪强。

值得一提的是，新赛季常规赛揭幕战，就在雷霆和火箭两队之间展开。届时，作为雷霆旧将，杜兰特将以对手的身份，见证老东家加冕总冠军。

看东部 洗牌后谁是新贵？

与西部“传统”的疯狂内卷相比，东部格局因伤病影响发生了显著变化。凯尔特人（塔图姆跟腱撕裂）和步行者（哈利伯顿跟腱撕裂）两大劲旅意外掉队，导致东部竞争格局重新洗牌。

谈论起新赛季的东部榜首热门，经常被提及的是队伍就是骑士。上赛季，他们就豪取64胜18负位列东部第一，创队史单赛季第二好成绩。然而季后赛期间，莫布里、加兰的接连伤退，令他们止步次轮。

今夏，骑士保留核心班底，补充了郎佐·鲍尔，引进了第三中锋小南斯，加深了阵容厚度。长轮换加射手群体，他们在常规赛很容易打出成绩，但季后赛阶段，骑士能否保持健康，匹配季后赛强度，还要打一个问号。

除了骑士，魔术也是东区冠军的一大热门。他们在上个赛季已初露锋芒，班凯罗已逐渐成为联盟顶尖的前锋，他和弗朗茨·瓦格纳的锋线组合，未来有望成为

烽烟再起，悬念丛生。2025-2026赛季NBA战幕将于北京时间10月22日正式拉开。西部战场，卫冕冠军雷霆志在建立王朝，迎来杜兰特的火箭虎视眈眈；东部形势因豪强球队的伤病，变得悬念迭起。传奇巨星詹姆斯是否迎来谢幕一季，每一步都牵动人心。

对于中国球迷，这个赛季最大的期许无疑是新星杨瀚森，他的首个NBA赛季将直面众多顶级内线的考验，每一步成长都值得期待。新赛季，故事已备好，精彩即将上演。



杨瀚森（右）将成为NBA新赛季中国球迷关注的焦点。 新华社发

东部霸主。休赛期，魔术继续补强，管理层下了血本，用波普、科尔·安东尼、4个首轮签以及1个首轮互换权，从灰熊得到贝恩，后者将和萨格斯成为后场担当。

有趣的是，随着外界看好，魔术在新赛季也有14场比赛全美直播，这和他们过去8个赛季加起来的场次一样多。

看老詹 生涯最后一季？

即将到来的2025-2026赛季，詹姆斯将迎来NBA生涯的第23个年头，这也是NBA球员征战联盟的最长纪录。不仅职业生涯够长，詹姆斯还一直保持着极高的比赛影响力，是联盟里少有的在职业生涯后期没有明显下滑的超级巨星。

更重要的是，这可能也是老詹在NBA的“最后一舞”。

今年休赛期，湖人没有和詹姆斯签下那份熟悉的“1+1”合同，后者也罕见地执行了最后一年5260万美元的球员选项。与此

同时，湖人在顶薪提前续约东契奇的基础上，还招募了艾顿、斯玛特，为“后詹姆斯时代”做准备。

虽然老詹从未说过自己什么时候解甲归田，但退役已经不再遥远。

北京时间10月7日，詹姆斯在社交媒体上发布了一个名为“第二次决定”的短视频预告。推文一出，瞬间引爆全球球迷情绪。人们屏息以待，猜测这是否意味着已经40岁的老詹将正式宣布退役，开启职业生涯的告别巡演。事实是“决定二”只不过是其和一个酒

类品牌达成的合作，但那条暧昧不明的预告，着实让球迷们惊出一身冷汗。

在篮球生涯的十字路口，詹姆斯的任何决定，都将会给NBA带来轩然大波。毫无疑问的是，他能在场上征战的时间，已经进入倒计时。

新赛季伊始，大家暂时还看不到这位传奇人物登场。此前，詹姆斯因右侧坐骨神经痛将缺席新赛季揭幕战，这也是他职业生涯中首次缺席。根据最新消息，老詹将在10月30日复查伤病，湖人计划让他11月中旬复出。因此，球迷们想要看到詹姆斯亮相，还得再等等。

看瀚森 期待慢慢成长

对中国球迷来说，新赛季NBA最大的期待，莫过于中国球员杨瀚森的表现。

时间拨回到当地时间6月25日晚，主动向下交易的波特兰开拓者，在首轮第16顺位向杨瀚森抛出了橄榄枝，这个刚满20岁的淄博小伙终于圆梦。戴上球队LOGO帽子的那一刻，杨瀚森成为在首轮被选中的第三位中国球员，也意味着时隔9年，中国球员再次叩开NBA的大门。

这个夏天，杨瀚森成为最火的篮球运动员之一。从夏季联赛开始，外界都在关注着这个东方面孔到底有多大的能耐。4场夏联打完，小杨场均斩获10.8分5.3篮板3.8助攻2.3盖帽，给了外界一些“小小的震撼”。

进入季前赛，杨瀚森的表现整体呈现上升趋势，这表明了他极强的适应能力和学习能力。尤其是在对阵国王的比赛中，他在第三节5投全中连得14分，令波特兰的球迷陷入疯狂。

从主帅比卢普斯在季前赛的调度来看，新赛季常规赛，作为先发中锋克林根的替补，杨瀚森的场均登场时间可能会在15分钟左右。

需要注意的是，开拓者是一支由后卫和前锋驱动的球队，中锋在进攻中并非核心。这种定位上的限制，可能将影响杨瀚森新秀赛季的数据。

从赛程上看，杨瀚森在新赛季NBA常规赛的开局就是连打硬仗。首战对阵森林狼，他就要直面4次获得最佳防守球员、3次入选全明星赛的戈贝尔；次战对阵勇士，要和老辣的霍福德对位；第三场要对上快船的祖巴茨和大洛佩斯；第四场要对上湖人新援艾顿；第五场对上爵士的努尔基奇；第六场对上掘金的约基奇，他也是杨瀚森的偶像；第七场再碰艾顿，第八场对上雷霆的哈尔滕施泰因和霍姆格伦。

关关难过，关关要过。对杨瀚森来说，接连和联盟中的顶级中锋过招，是学习提升的绝佳机会。作为球迷，不必过度关注杨瀚森在数据栏上的表现，要看他在场上点滴的进步。让我们以长远的眼光与温暖的支持，陪伴这位年轻人闯荡NBA的初始岁月。他的征程，才刚刚开始。