

Lucas体育馆热血沸腾 Luck带小马队幸运创历史

本报体育记者 雷震 报道：NFL季后赛4、5日进行首轮四场的较量，其中，印第安纳波利斯小马队以45：44险胜堪萨斯酋长队，晋级下一轮的联盟分区赛。

面对做客的堪萨斯酋长队，小马队开局打得并不好，他们在第三节刚开始时最多落后多达28分，不过他们并没有丧失信心，尤其是四分卫拉克。本场比赛他三次传球被抄截，但在下半场传出了3个达阵，包括在终场前4分半钟时的64码长传球给希尔顿，帮助球队取得领先。

小马队在一度落后四个达阵的情况下令人不可思议地完成逆转，成为NFL季后赛历史上第二支在落后至少28分的情况下最终获胜的球队。而印第安纳波利斯的卢卡斯石油体育场则经历了从死气沉沉到热血沸腾的过程。

本场比赛也创造多项纪录，拉克全场45次传球29次完成，443码传球是小马队季后赛历史上第二多的传球码数。而希尔顿13次接球推进224码，创造了球队历史季后赛的纪录。

至于酋长队，新教练里德带领的第一个赛季结束，尽管取得常规赛11胜5负的不错战绩，但季后赛第一轮领先28分被逆转，还是让堪萨斯人震惊。这已经是他们季后赛的连续第8场失利。8连败也平了底特律雄狮队保持的NFL季后赛最长的连败纪录。

拉克的英文名字是Luck（运气）。对方突然手误频发、小马的掉球也能正好掉到拉克手边，让他拾起球冲进端区达阵。他本场比赛的运气实在好，但运气后面有实力作保证。他上赛季4次率领球队在第四节落后的情况下完成逆转，这个赛季是3次，他成为NFL史上生涯前两个赛季最多第四节逆转的四分卫。在生涯的第2场季后赛中，拉克带领球队完成了史诗级别的逆转。晋级分区战的小马队下一个对手将是新英格兰爱国者队。



小马队12号球员Andrew Luck (From USA Today)

世界杯临近，巴西准备好了吗？

本报体育记者 雷震 报道：距离2014年世界杯揭幕的日子（6月12日）越来越近，而巴西准备好了吗？种种迹象显示，巴西，还没准备好。

当初申办世界杯成功后，巴西曾向国际足联保证，世界杯12座球场在2013年12月31日之前交付使用。但时至今日，由于各种不同的原因，仍有6座球场未能按期竣工。此外，世界杯的一些配套基础设施工程也无法按期交工或者进行了简化。这让国际足联十分恼火，国际足联主席布拉特在近期采访中称，巴西是其国际足联工作以来见到的“最拖沓的国家”。

布拉特在接受《24小时》报采访时说：“巴西最终意识到自己开始得太晚了。这是我在国际足联工作以来见到的最拖沓的国家，而他们曾经有最多的时间去做准备，有整整7年时间。”

造成工程延误的原因有很多，综合起来大致有三点：一是财政问题，包括资金不到位或拨付延迟；二是劳工问题，如缺乏劳力或工人罢工；三是接二连三地发生事故，致使工程停工和接受相关调查。

另外，2013年联合会杯期间巴西出现了大规模游行，主要反对世界杯组委会的高投入而影响其他公共资金应资助的社会福利。布拉特认为，足球是巴西人热爱的运动，因此不会受到攻击，他说：“我认为巴西人不会直接攻击足球，因为对于他们，足球就是一种宗教。”

虽然巴西世界杯的筹备拖沓饱受质疑，但巴西总统迪尔玛·罗塞夫6日强调这届世界杯不会有任何问题。他信心满满地说：“本届世界杯的球票需求量是有史以来最大的，这足以证明全世界的球迷对巴西举办世界杯还是有信心的。每位客人在巴西都会被热情的款待，我们的人民热情而且好客。”

外人替巴西的工程进展着急，但在巴西，无论是当地官员还是普通老百姓，都是不急不慢的从容节奏。如果问他们怎么看待工程拖沓，他们一般回答都很乐观“比上次有不小的进步。”

对巴西人来说，足球是生活的一部分，世界杯期间只要有球看，国家队表现好，他们就不会考虑更多，所有基础设施方面的不足都可以忽略。再加上巴西的文化、生态、人种的多样化都有无限的吸引力，足以弥补基础设施方面的一些小缺陷。就连布拉特本人都表示，既然来到巴西，不如接受他们的一切，去享受巴西。

体育简讯

本版体育记者：雷震

大雪无情 滑雪需小心

德国前F1赛车手舒马赫12月29日在法国梅里贝勒滑雪场滑雪时发生意外，头部右侧与一块岩石相撞，造成颅部损伤至今尚未脱离危险，其伤情进展受各界关注。

舒马赫滑雪重伤，他的“老乡”、德国总理默克尔近日也因滑雪受伤。默克尔是在瑞士进行越野滑雪时受伤的。她目前骨盆断裂，未来三周时间都将尽量卧床。其原定的访问行程也被取消。

“一姐”李娜世界排名下滑

WTA女网6日公布了最新的女选手世界排名，中国“一姐”李娜由原来的世界第三下滑至第四，俄罗斯美女莎拉波娃则升到第三，张帅逼近世界前50。李娜刚刚在深圳网球赛中卫冕，为新赛季开了个好头，但对于积分却没有帮助。

CBA全明星赛

2013—2014赛季CBA全明星赛南北明星队的首发名单6日公布，北京金隅队外援马布里以847868票斩获“票王”头衔。南区明星队首发名单为八一队的王治郅、广东队的易建联。本次全明星赛将于1月18、19日在北京万事达中心进行。

葡萄牙传奇球星尤西比奥去世

绰号“黑豹”的葡萄牙传奇球星尤西比奥5日凌晨在首都里斯本家中因心脏病骤停去世，享年71岁。尤西比奥是葡萄牙历史上最著名的球星之一，作为上世纪60—70年代葡萄牙足球的代表人物，尤西比奥为国家队出战64次打入41球。在1966年世界杯上，他一人攻入9球包揽世界杯金球奖和金靴奖，并带领葡萄牙国家队赢得季军，创造了葡萄牙足球史上最辉煌的战绩。

林书豪加入adidas

体育用品公司阿迪达斯6日宣布，和NBA华裔球星林书豪建立合作伙伴关系。林书豪发表声明说，“很高兴加入阿迪达斯大家庭，他们的新技术和风格改变了篮球运动，我迫不及待地想成为其中一员。”

NBA重磅交易

NBA公牛队和骑士队6日晚上完成了一笔重磅交易，前者用明星前锋洛尔·邓换来了骑士队的中锋拜纳姆和三个选秀权。洛尔·邓是公牛队的当打主力，而拜纳姆则一直养伤。骑士队得到了一名大将。而公牛队则减轻了奢侈税的压力，三个选秀权也为重建打下基础。

佛罗里达州大拿下大学美式橄榄球冠军

NCAA大学美式橄榄球6日进行冠军争夺战，排名第一的佛罗里达州大以34：31险胜奥本大学，本赛季保持不败，如愿拿下全国冠军。

棋牌俱乐部活动地点在Carmel High School Freshman Center

时间是中文学校上课日（1/12, 1/19……）下午1点到3点。请自带象棋、围棋、或扑克牌，欢迎有兴趣者参加。今年我们准备组织中国象棋、国际象棋和围棋比赛，有兴趣参加比赛的棋友，可电邮xiaohua53@yahoo.com或317-705-9818与周华联系。

残局：红先。1.炮六平九，卒1进1；2.炮九退一，卒1进1；3.炮九退一，卒1进1；4.炮九平七，卒1平2；5.炮七进三，象3退1；6.炮七进四，象1退3；7.炮七平六，卒2平3；8.兵四平三，卒3平4；9.帅五进一，象3进1；10.兵三进一，象1进3；11.炮六退二，卒4平3；12.炮六平二，象3退5；13.炮二平五，卒3平4；14.帅五平四，（红胜）

冬天吃点栗子红薯健运脾胃

补气养血、治疗脾胃气虚等是大家熟悉的词语了，在日常点滴生活中，其实有很多比较简单的方法就达到养生效果。

栗子

也称板栗，其营养丰富，果实中含糖、淀粉、蛋白质、脂肪、钙、磷、铁和多种维生素，板栗的药用价值亦颇高。用板栗50克，粳米100克，煮粥食之，栗子既能与粳米一起健运脾胃，增进食欲，又能补肾强筋骨，尤其适合老年人机能退化所致的胃纳不佳者。

在吃栗子进补的时候，要避免吃得太多，尤其是糖尿病患者，以免影响血糖的稳定。此外，脾胃虚寒者，不宜生吃栗子，应该煨食、炒食，也可用栗子、大枣、茯苓、大米煮粥喝；患血症者，如吐血、便血等，宜生吃栗子；产妇、小儿便秘者不宜多吃栗子。

红薯

红薯是粮食中营养较为丰富的食品。由于红薯能供给人体大量的黏液蛋白、糖、维生素A和维生素C，因此具有补虚乏、益气力、健脾胃、强肾阴

以及和胃、暖胃、益肺等功效。因此，可作为冬补，贴膘的食品。

时下热乎乎的红薯，香甜可口，有的还烤得流出“糖油”。红薯皮焦焦的，更是受欢迎。不过，烤红薯最好不要连皮吃，因为红薯皮含有较多的生物碱，食用过多会导致胃肠不适。尤其是有黑色斑点的红薯皮更不能食用，会引起中毒。

土豆

和胃调中、健脾益气。土豆中含有大量维生素B和维生素C等，对于治疗胃溃疡、便秘有一定疗效。还能够预防心血管系统的脂肪沉积，保持血管弹性，有利于预防动脉粥样硬化的发生。

萝卜

萝卜的营养成分丰富，含有丰富的碳水化合物和多种维生素，其中维生素C的含量比梨高8—10倍。萝卜中还含有矿物质和蛋白质。萝卜不含草酸，不仅不会与食物中的钙结合，反而更有利于钙的吸收。

萝卜中的B族维生素和钾、镁等矿物质可促进肠胃蠕动，有助于体内废物的排除。

山药

益肾气，健脾胃。山药含有淀粉酶、多酚氧化酶等物质，有利于增强脾胃消化吸收功能。山药含有黏液蛋白，有降低血糖的作用，适合糖尿病患者食用。国外有文献报道，山药可以有效防止前列腺增生。

栗子红薯排骨汤

栗子400克，红薯两根，排骨400克，红枣4粒，姜2片，水8碗。先将排骨洗净，切块，余水捞起待用；栗子去壳去皮，红薯去皮切大块，红枣洗净拍扁去核。然后煮沸清水，放入排骨、栗子、红薯和姜片，武火煮20分钟，转小火煲1个小时，放入红薯块，再煲20分钟，下盐调味即可食用。此为3—4人份。栗子红薯煲排骨汤，香甜可口，暖身养胃，补气健脾，滋阴补肾，强壮筋骨，非常适合冬日食用。

（图文均来自网络）



川菜老字号，服务印城12年

四川 Sichuan

凉面·凉粉·夫妻肺片·红油肚丝·豆浆·油条·重庆辣子鸡

午餐
周二至周五：美式、中式自助餐 \$5.99
周六、周日：中式自助餐 \$8.99
周一休息

317-844-7559
11588 Westfield Blvd, Carmel, IN 46032

新菜谱

买卖
新房·旧房·投资房

买地·建高档住宅

张祎
Linda Zhang
(317) 450-2320
linda.stonehearth@gmail.com

TALK TO TUCKER REALTORS

诚信地产
张晓黎
Liz Zhang
房地产经纪

精通地产，投资，管理。法拍屋买卖，房屋租赁。临时住宿，学生公寓。

317-258-8258
传真：317-705-0923
Email: zhang_liz@yahoo.com

童氏提琴
印城唯一华人琴行
价格最优·服务最佳
9561 Valparaiso Court
Indianapolis, IN 46074
By Appointment Only
大中小提琴
购买（低于市场价30—50%）
月租（\$12/月起，第一月免租金）·修琴
317-918-1688
cello@indy.rr.com

调琴师
John Liu
317-730-0648
jliu1123@att.net

- 持调琴专业证书（2000年）
- 十年调琴经验
- 收费合理

The Lilly Zhang Agency
FARMERS
朋友，您辛苦挣来的财产有没有得到保障，请让我来确保您的财产安全。今天就请您拨打免费电话咨询。
The policy (and prospectus, if applicable) is available in English only, which version will control in the event of a dispute.

餐馆·商业·汽车·房屋·医疗·人寿·养老金

Lilly Zhang
317-629-7321
多年人寿保险经验
www.farmersagent.com/lzhang1