

---

[首页](#)

[推荐](#)

— [亚运会](#)

[关注](#)

---

---

[朋友](#)

[我的](#)

[直播](#)

[放映厅](#)

[知识](#)

[热点](#)

---

---

[游戏](#)

[娱乐](#)

[二次元](#)

[音乐](#)

[美食](#)

[体育](#)

[时尚](#)

---

---

业务合作

2023 © 抖音

[京ICP备16016397号-3](#)

[京公网安备 11000002002046号](#)

---

[广播电视节目制作经营许可证](#)

[京B2-20170846](#)

[网络文化许可证-京网文-\(2022\)0938-030号](#)

互联网宗教信息服务许可证 京(2022)0000057

药品医疗器械网络信息服务备案(京)网药械信息备(2023)第00318号

[网络谣言曝光台](#)

[网上有害信息举报](#)

违法和不良信息举报 400-140-2108

青少年守护专线 400-9922-556

算法推荐专项举报 sfjubao@bytedance.com

网络内容从业人员违法违规行为举报 feedback@douyin.com

[广告投放](#)

[用户服务协议](#)

[隐私政策](#)

[账号找回](#)

[联系我们](#)

[加入我们](#)

[营业执照](#)

[友情链接](#)

[站点地图](#)

[下载抖音](#)

搜索

---

## 投稿

- [发布视频](#)
- [视频管理](#)
- [作品数据](#)
- [直播数据](#)
- [创作者学习中心](#)
- [创作者服务平台](#)

---

登录

登录后即可观看喜欢、收藏的视频

■ 我的作品

■ 我的喜欢

■ 我的收藏

---

---

- 观看历史





















0

0

0

分享

音乐



[愿你我皆安好 \(剪辑版\)](#)

[贾晓龙](#)

举报

发布时间：20260403 18:27:04

---

全部评论

请先 登录 后发表评论

暂无评论

---



粉丝 57 获赞 1

## 关注

青岛西海岸新赛季教练组名单一公布，中超圈直接炸了锅。郑智当主教练，身边全是老熟人：葛振、黄博文、刘健、梅方四个助理教练，李雷雷管守门员，威廉和哈维抓体能，王帅当领队，王维程副领队，李嘉宇做技术分析。加起来就这么十来个人，官方公告写得明明白白，没外界传的 20 人那么夸张。这些人基本都是郑智球员时候的队友或者合作伙伴，恒大那帮老兄弟的影子特别明显。黄博文、刘健、梅方这些名字一出来，就让人想起十年前广州恒大那支王朝队。葛振还兼着副总和助教，在本土教练组里这阵容算挺强的。可正因为大家太熟，反而惹来不少质疑：这到底是认真带队保级，还是老哥几个凑一起混口饭吃？这份名单乍一看挺有气势。郑智 45 岁，正好是转教练的年纪，球员时代拿过亚洲足球先生，8 次中超冠军加 2 次亚冠，谁敢说他没实力。黄博文刚带 U23 国家队拿了亚洲杯亚军，定位球战术玩得特别溜。刘健有国足助教经历，梅方和李雷雷都是老国脚，守门员和后防专业对口。体能还请了有欧洲背景的威廉和哈维，想补上科学训练这块短板。郑智靠自己的人脉和威望，很快搭起一个磨合成本低、执行力强的团队。邵佳一升国足后，球队需要赶紧稳住军心，这帮恒大老友确实能在短时间把更衣室捏紧，战术思路统一，沟通一点不费劲。俱乐部挑郑智，本来就是赌他的号召力和这帮兄弟的默契，能让这支中超第三年的新队少踩坑。但问题也就在这儿，太熟容易变成关系户扎堆。中超以前这种熟人组队的事儿不少见，李铁当年在武汉卓尔和河北华夏也爱拉老队友，短期看着稳，时间一长就崩盘。青岛西海岸上赛季邵佳一带队拿了中超第 9，已经是队史最好成绩，新赛季却丢了不少核心：杨希高价卖给海港，徐彬留洋，段刘愚回泰山，阵容实力明显掉了一截。俱乐部预算大概就 1.5 亿左右，2025 年还亏了 6000 万，准入都差点没过。这种情况下，花钱请这么多助教和技术人员，工资怎么控制？保级队最该用的是精简高效的团队，花大价钱养一堆人，值不值？看看武汉三镇，教练组常年就 6 到 8 个人，佩德罗和高崧勉那会儿都证明小而精更适合中下游球队。西海岸这套虽然没到 20 人，但四个助理加专项教练和管理岗，开支肯定不低。球迷直接吐槽，教练人数都快赶上某些主力球员了，这钱到底是用来带队的，还是给郑智他们养老的？更扎心的是，这路子跟李铁当年太像。李铁也爱拉一帮熟人，表面有福同享，成绩一差就内讧、欠薪、解散全来了。郑智肯定不是李铁，但俱乐部老板这次有点像大冤种，只要按时给钱，成绩好坏先不管，先把人养着。郑智球员时代威望高，退役后在广州队保级、国足助教都干过，可独立当主帅就广州队那次全华班降级，容错空间小。现在接西海岸，邵佳一留下的第 9 名在那摆着，开局要是连输或者踢得畏手畏脚，球迷和管理层可不会讲情面。媒体已经开始唱衰，前几轮要是战绩难看，郑智最快四五月就得扛下课压力。中超今年扣分的队一大堆，西海岸零罚分看着有优势，但阵容下滑加资金紧，保级形势其实挺凶。说白了，这教练团队的争议，就是青岛西海岸资源有限，却选了人情牌而不是效率牌。郑智的魅力和老队友默契是加分，但中超保级拼的是跑动、硬度、纪律和临场调整。教练组再牛，场上 11 个人踢不出强度，全白搭。俱乐部要想长远，就该多投青训和精准引援，而不是光堆人头。郑智时代刚起步，冬训迪拜基地看着挺带劲，可联赛一开打才见真章。要是保级都悬，十人也好二十人也罢，都得面对同一个问题：这帮恒大系老哥，到底是来救火，还是来一起享福？新赛季头一个月，答案就出来了。

---

WhatsApp网页版全新体验：Windows端聊天，扫码登录即用，轻松畅享沟通乐趣。

随着科技的不断发展，人们对于通讯工具的需求也在不断提升。WhatsApp作为一款全球知名的即时通讯应用，一直以来都深受用户喜爱。近日，WhatsApp网页版更新，为广大Windows用户带来了全新的体验——只需扫码登录，即可在电脑端畅享聊天乐趣。下面，就让我们一起来了解一下这个便捷的聊天新方式。WhatsApp网页版是WhatsApp官方推出的一个网页版应用，用户可以通过浏览器直接访问WhatsApp网页版，实现手机与电脑端的无缝切换。此次更新，WhatsApp网页版在原有功能的基础上，进一步优化了用户体验，使得Windows端的聊天更加便捷。

一、扫码登录，即用即走 以往，用户在使用WhatsApp网页版时，需要先在手机端登录，然后才能在电脑端进行聊天。而此次更新后，用户可以直接在电脑端扫描二维码，即可完成登录，无需再进行繁琐的步骤。这一改动极大地简化了登录流程，让用户能够更快地投入到聊天中。

二、界面优化，操作便捷 WhatsApp网页版在界面设计上进行了优化，使得电脑端的聊天界面更加美观、大方。同时，操作上也更加便捷，用户可以轻松地进行发送消息、添加联系人、查看聊天记录等操作。

三、支持多设备登录，无缝切换 WhatsApp网页版支持多设备登录，用户可以在多个设备上同时使用WhatsApp进行聊天。当用户在手机端收到消息时，电脑端也会同步显示，实现无缝切换。这对于经常使用多个设备的用户来说，无疑是一个极大的便利。

四、隐私保护，安全可靠 WhatsApp一直以来都重视用户的隐私保护。WhatsApp网页版同样遵循这一原则，确保用户的聊天内容安全可靠。在登录过程中，用户需要输入手机验证码，以验证身份，确保账号安全。

五、跨平台使用，随时随地 WhatsApp网页版支持Windows、MacOS、Linux等操作系统，用户可以在任何一台电脑上使用。这意味着，无论用户身处何地，只要有电脑，就可以随时随地使用WhatsApp进行聊天。

总结：WhatsApp网页版的全新体验，为Windows端的用户带来了极大的便利。扫码登录、界面优化、多设备登录等功能，使得聊天变得更加简单、快捷。相信随着WhatsApp网页版

---

的不断优化，将会为更多用户带来更好的使用体验。在这个信息爆炸的时代，WhatsApp网页版无疑是一款值得推荐的聊天工具。

TA的作品

[更多作品](#)



---

[广告投放](#)

[用户服务协议](#)

[隐私政策](#)

[账号找回](#)

[联系我们](#)

[加入我们](#)

[营业执照](#)

[友情链接](#)

[站点地图](#)

[下载抖音](#)

[抖音电商《网红免费资料精选预测公开推荐》](#) | [《长期三肖六码全网独家查询》](#) | [《最新免费资料必中公式公式》](#) | [《长期一码必中精准推荐》](#) | [《最准平特一肖全网独家大全网》](#) | [《官方精准六肖公式规律内容》](#) | [《内部精准六肖必中公式大全》](#)

[网络谣言曝光台](#) |

[网上有害信息举报](#)

| 违法和不良信息举报：400-140-2108 | 青少年守护专线：400-9922-556 |  
算法推荐专项举报：sfjubao@bytedance.com |  
网络内容从业人员违法违规举报：feedback@douyin.com

[京ICP备16016397号-3](#)

| [广播电视节目制作经营许可证](#)

| [京B2-20170846](#)

| [网络文化许可证-京网文-\(2022\)0938-030号](#) |

| 互联网宗教信息服务许可证 京（2022）000057