

中国跳水队即将出征世界杯

全红婵有望实现“金牌大满贯”



资料图

新华社北京10月11日电(记者周欣)中国跳水协会消息,第23届跳水世界杯将于10月20日至23日在德国柏林举行,中国队派出曹缘、全红婵、陈芋汐、王宗源等奥运冠军和世界冠军参赛,其中全红婵有望在两年内“火速”实现奥运会、世锦赛和世界杯三大赛“金牌大满贯”。

跳水世界杯每两年举行一届,是世界顶级跳水单项赛事。柏林世界杯设9个比赛项目,包括8个奥运项目和1个男女混合团体项目。

在中国队的参赛名单中,陈艺文和昌雅妮出战女子单人和双人3米板;曹缘和王宗源联手角逐男子单人和双人3米板;全红婵和陈芋汐在女子单人和双人10米台上并肩作战;杨健和杨昊参加男子单人10米台,杨昊与练俊杰携手比拼男子双人10米台;男女混合团体项目弃权。

中国跳水队领队周继红介绍:“以往世界杯与世锦赛在奇数、偶数年交错举行,今年罕见地同年相遇,两个赛事之间只隔3个月,对我们备战有一

定的影响,所以这次比赛我们不参加男女混合团体项目。”

经过9月和10月两次队内测验,周继红表示队员们的状态渐入佳境:“在短时间内连续参加两次世界大赛,运动员恢复最佳状态可能会有一些困难,但是这正是很好的磨炼机会,我们会一如既往地每个项目中全力以赴。同时还要克服比赛场地、气候、时差以及防疫等方面的挑战。”

在东京奥运会女子跳台惊艳夺冠的全红婵这一年没有陷入“成长期的烦恼”,在今年的布达佩斯世锦赛再接再厉收获2金1银。世锦赛后,她在训练中重点攻克容易出现失误的207C(向后翻腾三周半抱膝),全红婵说:“世锦赛后我主要练习这个动作的起跳,可以说我现在已经克服207C了,动作比以前有了比较大的进步,也更加稳定了。”

面对自己的第一次世界杯赛和即将加冕的“金牌大满贯”头衔,全红婵很低调:“跳好自己,正常发挥,按照平时训练来就行了。”

骑行的“天使”,从奥运赛场到乡间田野

——专访场地自行车奥运冠军钟天使

新华社记者许东远、李海伟、张梦洁、方喆

10月的稻田,由绿渐黄。稻叶婆娑之间,钟天使身穿红色骑行服,脚踩公路车飞驰而过。在东京奥运会场地自行车女子团体竞速赛中卫冕冠军后,钟天使回到了家乡——上海市浦东新区海沈村。她说不管走多远,不管自己是什么身份,都会回到这里,回到自己的家。

12岁与自行车项目结缘,夺得过冠军,也断过三根肋骨。现如今,回到家乡的钟天使,想为自己热爱的自行车事业和家乡的美丽乡村建设出份力。近日,钟天使接受了新华社记者专访,谈了自己长达19年的骑行岁月。

学骑车要多久?
奥运冠军用时不到20分钟

“三四岁的时候,十几分钟的时间就学会了(骑)自行车。”在钟天使的记忆里,很小的时候就喜欢玩自行车,第一次学是在父母的把持下推着往前走,“他们一松手自己就很自然地往前骑了”。

12岁那年,钟天使被浦东新区第三青少年体育学校的自行车教练王海利一眼看中,进入少体校练习自行车。“小时候身体素质不好,经常感冒,抱着强身健体的想法,就去练了”。训练经常在“队尾”的钟天使却很拼,“既然决定要做,就要做到最好,不留遗憾”。

时间给了钟天使最好的答案,在2009年国际自行车联盟世界青年锦标赛上,钟天使获得了自己在世界舞台上的首枚金牌——女子500米计时赛冠军。随后她被挑选进了国家队。

2016年里约奥运会,钟天使获得了自己的第一个奥运冠军,拿到了自己在场地自行车女子团体竞速赛上的大满贯。2021年,30岁的钟天使头戴“凤凰”头盔,在东京奥运会场地自行车女子团体竞速赛拿下冠军,捍卫了中国队在该项目上的荣耀。

“拿到冠军后,我没有激动,反而很平静,过去经历的苦难、挫折都不是事了,所有的付出都是值得的。”钟天使做到了自己能做到的最好,但鲜有人知道,这位“拼命三娘”在大赛前,曾经历过一场大伤病。

断三根肋骨,两周就恢复训练,
不靠意志品质靠什么?

2019年波兰世锦赛之前的模拟赛中,钟天使意外从车上摔下,导致三根肋骨骨折,两根肋骨骨裂。

“两周后,我就开始恢复训练了。”钟天使说,“这么快恢复训练,并不是只依靠我自己的意志品质去拼、去顶。这背后离不开专业的医疗意见和教练科学的训练计划。”

现代竞技体育,不仅是运动员能力水平的比拼,也是科学训练体系与监测机制的比拼。在过去的两个奥运周期中,上海体科所竞技体育研究中心副主任马国强一直在国家自行车队随队保障钟天使,是“火凤凰”夺金身后的无名功臣。

马国强介绍,东京奥运会场地自行车女子团体竞速资格赛中,技术团队发现比赛时中国队自行车的齿轮配比齿数远小于德国队。“我们把这个信息传递给前方,教练员立刻给钟天使的自行车牙盘加大了一齿,淘汰赛我们赢了对方0.1秒,31秒804的成绩还打破了世界纪录,最终决赛中国队战胜德国队,赢得了奥运金牌。”

科学训练,科技加持。“这是现在中国体育变得越来越好的原因之一。”钟天使介绍,这几年训练体系有了很大变化。“以前是冬练三九,夏练三伏。现在练得少,但强度大,练得准、练得精。”

“竞技体育不是依靠一个人的努力就可以完成的。”钟天使的身后,是祖国日益强大的体育科研能力与逐步成熟的科学训练体系。

骑行的“天使”,在希望的田野上

“每当我工作非常疲劳,情绪比较低落的时候,回到这里,我能感受到内心的宁静,有温馨的感觉。”对于钟天使而言,无论她走得多远,海沈村永远是她心灵的归宿。

在惠南东地铁站,站内的围墙上,四季变换与自行车元素相融合,形成一幅幅画卷。走出地铁站,蓝天下,走过“心愿桥”,稻田显现。带有自行车元素的现代雕塑、装饰点缀在田野间、道路旁。走在美景中的人们,不知不觉中已身在海沈村。

“小时候,村里还是石子路,非常颠簸,现在都是平整的大马路了。”钟天使回忆。近年来,惠南镇积极开发骑行线路,营造骑行文化,开发衍生产品。同时,海沈村依靠深厚的“沪乡文化”历史积淀,这座生态村落成了远近闻名的“网红打卡地”。

将自行车运动视为一生挚爱的钟天使,也希望把这项运动推广给更多受众。“场地自行车运动还比较小众,希望更多的人能到场地内感受自行车的魅力。”随着人们对健康运动的不断追求,贴近自然、包含社交与旅游属性的骑行运动,正掀起一阵小高潮。

如今,惠南镇已经设计了“桥北-海沈-远东”三村联动的骑行线路,贯通了8公里的骑行道,逐渐形成了“骑迹乡村·印象惠南”的品牌。

近日,在澳大利亚举行的国际自行车联盟代表大会上,上海获得2026年场地自行车世界锦标赛举办权。未来,场地自行车运动将从竞技体育走向大众平台,这位奥运冠军也会一直驻守着自己热爱的事业。