



“金花”绽放,为了13年的等待!

中国赛艇队勇夺东京奥运会女子四人双桨金牌



中国队选手陈云霞、张灵、吕扬、崔晓桐(从左至右)在颁奖仪式上。

赢了!6分05秒13,新的世界最好成绩!

崔晓桐、吕扬、张灵、陈云霞,四朵“金花”在海之森水上竞技场绽放,夺得东京奥运会女子四人双桨赛艇比赛金牌。

继2008年北京奥运会首获奥运赛艇金牌后,历经13年的等待,中国赛艇人终于再度摘金。赛场上金色的阳光,映衬着姑娘们灿烂的笑脸。

经历不同、性格不同的四个姑娘自2019年初开始配艇后,便成了中国赛艇队的“王牌”,所参加比赛无一失手,直至站上东京奥运会最高领奖台。

霸气的吕扬:解放自我

吕扬已经参加过一届奥运会,但在里约,踌躇满志的她只获得女子双人双桨第11名,甚至没能进入A组决赛。这对于赛艇之路一直顺风顺水的吕扬而言是个不小的打击。

练赛艇四年,吕扬就拿到了个人第一个全国冠军。不到20岁入选国家队,吕扬可谓年少得意,而里约之行让吕扬真正成熟,“经历过了,现在就渐渐知道怎么解决问题了,不论是技术上,还是情绪、心理上,遇到问题就知道原因是什么,要怎样去解决”。

这五年的备战,吕扬说最大的变化是心理上的。“解放了自我”,是吕扬最深刻的感受。无论是训练还是比赛,她们可以完全释放自己的能量,她们有信心战胜任何一个对手。

“所有的胜利,与征服自己的胜利比起来都微不足道。”吕扬曾在微信朋友圈写道。

爱笑的张灵:力量担当

同样参加过里约奥运会的还有张灵,24岁的她是四个人中年纪最小的,却是在艇上时间最长的。进入国家队半年,张灵就凭借努力成功上艇。在里约,女子四人双桨获得第六名。“那时候还是挺紧张的,毕竟我没什么大赛经验,能力和别人比感觉也还是差一点。最后我们只获得第六,还是挺遗憾的。”

时隔五年,张灵不再是那个怯生生的小姑娘。她在艇上是二号位的动力桨手,“我的优势就是桨下力量,所以挺适合二号位,我们用生物力学系统测出来的曲线,我的每桨功率也是最大的”。看似文静,而且爱笑,张灵在比赛中却是十足的力量担当。奥运延期的一年,为了补上自己的体能短板,她经常利用休息时间给自己加量,不断提升能力。“现在参赛就感觉自己能放得开,能掌控自己的状态和节奏。

起航就敢划,大胆地划,全力以赴去拼。”

活泼的崔晓桐:天生领桨手

备战五年,女子四人双桨的姑娘们为的就是奥运金牌。冬训期间,她们常常是清晨6点就在零下摄氏度的千岛湖上“摸黑”开始训练。主教练张秀云说,虽然清晨看不清动作,但是队员们能够更好地感受拉桨的动作和发力,培养水感。水感对于赛艇运动员而言非常重要,在四号位领桨的崔晓桐水感和节奏感就特别好。

“应该说我对整条艇的节奏把握比较好,所以我一直领桨,划单桨的时候也是领桨。”崔晓桐说。与其他队友不同,她此前一直是单桨运动员,转双桨仅仅三年。从单桨改双桨,崔晓桐付出了比别人更多的努力。“我觉得改双桨挺难的,一直有发力不平衡的问题。一下水坐在艇上其实艇是平的,但我就总觉得自己是歪的。”崔晓桐说,“有时候可能大家没有这么想,但我自己会觉得自己能能力还不足,可能会拖累整条艇的后腿,所以我必须比别人更努力。”

曾经经历低谷的崔晓桐一度想放弃赛艇,但她“纠结着,纠结着,也就坚持下来了”。崔晓桐说自己最大的特点就是哪怕心里有想法,但到了训练场上就会一丝不苟完成教练的计划,这也是张秀云最为看重的品质。自从跟随张秀云改练双桨,崔晓桐也找到了自己新的方向和目标,逐渐坐稳了这条冠军艇。

倔强的陈云霞:必须顶住

四人艇的一号位对桨手的技术要求最高,并且要维持艇上的平衡,沉着冷静的陈云霞胜任这一位置。

在四个姑娘中,陈云霞稍显内向,却最能吃苦,为了奥运金牌的目标,训练课再高的强度、再大的量,她都能咬牙完成。刚进国家队时她划单人艇,与多人艇的队友要完成相同的训练量。“现在想想都不知道自己是怎么坚持过来的。但是不管多大的量、多大的强度,我都告诉自己只能顶住,必须顶住。”

陈云霞是练了五年田径后才改练赛艇的,这让她有着很好的身体素质和体能储备,加上不服输的倔强性格,尽管练赛艇的时间不长,她的进步却非常快。

2017年全运会预赛前,陈云霞意外骨折,她选择了保守治疗,并最终获得全运会女子单人双桨银牌。2018年亚运会,她获得女子单人双桨金牌。正是出色的个人能力,让她成为女子四人双桨这条冠军艇上不可或缺的一员。据新华社



陈云霞、张灵、吕扬、崔晓桐在比赛中。图片均据新华社

东京快递

创纪录 刷历史 中国军团冲冲冲 举重跳水继续收割金牌

创造纪录!刷新历史!中国军团28日在东京奥运会上再取三金,除了女子四人双桨时隔13年再夺奥运金牌,并以6分05秒13刷新该项目世界最好成绩外,男子举重石智勇也打破73公斤级总成绩世界纪录夺冠。此外,男子双人双桨的铜牌是中国赛艇奥运史上首枚男子奖牌,首次登上奥运舞台的中国女子三人篮球队站上奥运领奖台,同样收获一枚铜牌。

举重赛场28日终于迎来东京奥运会上的首个世界纪录,完成这一壮

举的是中国选手石智勇,作为男子73公斤级三项世界纪录保持者,他以364公斤刷新了自己保持的总成绩世界纪录,挺举的198公斤平世界纪录。

捍卫荣誉的还有中国跳水队,王宗源/谢思埸轻松摘下男子双人三米板金牌,这块金牌是中国男子跳水在东京奥运会的第一金,同时也弥补了五年前在里约这个单项失金的遗憾。

中国女子三人篮球队在三四名争夺战中16:14击败法国队,收获一枚宝贵的铜牌;肖若腾和孙炜在男子体操个人全能决赛中拼到最后两轮,肖若腾以0.4分之差获得亚军,孙炜名列第四。

当日游泳赛场上好成绩频出,多项赛会纪录被改写,还产生了多个今年最好成绩,中国选手张雨霏在女子200米蝶泳半决赛中就创造了今年世界最好成绩。

没有意外的要数乒乓球赛场,“黑马”选手在男女单打八强战中悉数出局,中国4位选手分别占据了男女单打各两个四强席位。

28日的东京赛场冷门不断,东道主选手、羽毛球男子单打世界第一桃田贤斗0:2不敌韩国选手许侊熙,无缘小组出线;里约奥运会男足亚军德国队1:1战平科特迪瓦,小组第三惨遭淘汰。

金牌榜上,东道主继续高歌猛进,在体操、游泳和柔道上各得一金,以13枚金牌继续领跑,中国队以12枚金牌反超美国来到次席。据新华社



男双三米板决赛,谢思埸/王宗源的动作整齐得像一个人。



男子73公斤级举重,石智勇夺冠后激情庆祝。

奥运星推官

庞瀚辰

邀你见证乒乓球女单金牌诞生



7月29日,是奥运会第六个比赛日,乒乓球、游泳等多项比赛都将有金牌产生。封面新闻“奥运星推官”庞瀚辰邀请你共同关注乒乓球女单决赛、女子200米蝶泳决赛、男子800米自由泳决赛、男子200米蛙泳决赛。另外,中国女排迎战俄罗斯女排的比赛也值得期待。

看到庞瀚辰,不少观众不会感到陌生,最近,由他主演的《你好,火焰蓝》正在热播中,其饰演的罗杰一角,向观众展示了消防员这一特殊行业背

后的辛酸与坚持。而在角色之外,庞瀚辰对体育运动十分热爱。他说,自己看奥运会时会多关注田径项目,因为看的时候会特别激动,非常燃。除去爱看田径比赛,庞瀚辰也很享受冲浪、潜水的快乐。

同时,身为封面新闻“奥运星推官”的庞瀚辰也不忘为出征东京奥运的中国运动健儿们加油打气。“希望你们有好成绩,更希望你们注意防疫照顾好自己的身体,等你们凯旋!”

华西都市报·封面新闻记者 李雨心