

海外锻炼颇有收获

高馨妤姚欣辛中巡赛展现更好的自己

本报记者 马艺欧

2022中国网球巡回赛“澳娱综合”职业级总决赛(澳门)暨全国网球单项锦标赛在中国澳门激战正酣。作为中国网坛的年终大戏，这也是球员们的一次汇报演出，尤其是那些本赛季在海外锻炼成长的球员。

高馨好和姚欣辛是本次比赛女单前两位种子，她们本赛季都在国外征战，在ITF赛场上颇有收获。其中高馨好已经拿下3个冠军头衔，世界排名上升到300多位。“今年整体表现完全超出了自己的预期，没想到比赛打得这么顺利。”谈及今年征战国际赛场的表现，高馨好坦言自己非常满意，“出国比赛需要面对很多事情，我最初的目标是别一轮游就行，争取拿点积分。”

在泰国清莱，高馨好连续两周捧起冠军奖杯，获得101个排名积分。“出国前我的世界排名掉到了700多位，打25K比赛都得以预选赛打起，压力非常大，害怕自己出国比赛拿不到积分。刚到泰国打15K比赛，压力太大，担心拿不到成绩。后来豁出去了，从预选赛资格赛打起，一路拼。”置之死地而后生，高馨好终于找回手感和信心，并且8月在诺丁汉拿下了本赛季第三个冠军。

大跨步完成排名提升，高馨好第一次以总决赛头号种子身份回归国内赛场，出战2022中巡赛职业级总决赛(澳门)。“目标当然是冠军，不过能来总决赛的球员都很有实力，还是一场一场去打，尽全力表现好。”高馨好说，去年总决赛因为腰伤，一场未胜就打道回府了，这一次希望能有所改变。在8日进行的A组第三轮比赛中，高馨好

两盘战胜两届CTA1000安宁站冠军王美玲，以3连胜的成绩顺利晋级。

同样将在本次比赛交出自己海外征战归来的第一份成绩单，姚欣辛也显得十分低调，她将目标锁定在打好每一场比赛上。

去年10月才正式踏上职业网球赛场，姚欣辛在短短一年时间里成为了绝对的“劳模”——参赛上百场，赢下79场胜利，胜场数高居整个女子网坛前三名。

谈到如此玩命地参赛，姚欣辛笑言这不是自己规划的，反正有比赛就打，“第一年出去，主要是看看自己与国外选手有什么差距，找找比赛感觉和经验。”

因为签证的原因，姚欣辛一年来都在北非周边生活、训练和比赛，感受到当地的风土人情，更感受到职业赛

场的残酷和艰难。“接连比赛，确实身体比较疲劳，也会有一些小的伤病。”姚欣辛表示，国外球员的比赛经验非常丰富，战术打法更为灵活，自己也看到了这些差距。

一年多的磨砺，姚欣辛看到了自己的不足，更收获了信心。她透露，自己明年计划办欧洲签证，去欧洲更高水平的赛场上磨砺。

本次比赛姚欣辛在D组前两轮1胜1负，相比于比赛结果，她更期待将所学通过中巡赛展现出来，“这是我回国第一次参加比赛。国内比赛大家都很熟悉，对手对我也很了解，不像在国内外比赛，谁也不认识，上去就比。在国内比赛还是挺紧张的。”她表示，目标还是发挥出水平，把在国外积累的技战术、经验展现出来，“至于成绩，我并没有明确的要求。”



高馨好



姚欣辛

总局小球中心发出新年主题活动倡议

本报讯 12月8日，国家体育总局小球运动管理中心向各级体育部门、项目协会及有关组织发出倡议书，充分利用2023年元旦假期，开展以“时尚球类运动 助力全民健身”为主题的项目推广和宣传普及活动，共同营造全民参与时尚小球运动的浓厚氛围。

倡议书表示，为深入贯彻党的二十大精神 and 《国务院关于印发全民健身计划(2021—2025年)》通知精神，充分发挥各时尚球类项目在体育强国建设中的积极作用，为新的一年项目发展开好局、起好步，特向各级体育部门、项目协会及有关组织发出如下倡

议：结合各项目在当地发展实际，根据属地新冠疫情防控要求，在认真做好疫情防控前提下，充分利用2023年元旦假期，以“时尚球类运动 助力全民健身”为主题，广泛组织开展形式多样、内容丰富、方便参与的项目推广和宣传普及活动，向广大群众普及项目知识，传授健身技能，丰富群众节日文化生活，共同营造全民参与时尚小球运动的浓厚氛围。

小球中心将结合有关国家队在地方集训备战等工作，分别组织优秀运动员开展进社区、进校园等项目宣传和推广活动。

(应建华)

从世青赛双冠到成年赛首冠

国羽小花刘圣书踏实走好每一步

本报记者 周 圆

刚刚过去的两个月，国羽女双小将刘圣书收获颇丰，她先是在10月举行的世青赛斩获混双、女双两项冠军，为自己的青年赛时期画上句号，之后又在11月举行的马来西亚国际赛上夺得女双冠军，为成年运动生涯开了一个好头。

2004年刘圣书出生在辽宁，小学一年级开始打羽毛球，10岁进入辽宁队，15岁进入国青队。刘圣书一直渴望参加世青赛，但受疫情影响比赛接连取消，一直到今年，在符合世青赛参赛年龄的最后一年，她终于等来机会。“世青赛我憧憬了3年，这是第一次也是唯一一次参赛。”终于站上世青赛的赛场，刘圣书非常期待。

都说机遇和挑战并存，刘圣书的

第一次世青赛之旅正是如此。面对从未交手过的对手，她和搭档通过赛前技术录像分析，做好最困难的准备。首先进行的团体赛，刘圣书坦言会有压力，她要做的就是化压力为动力，全身心投入到赛场上。团体赛中国队无缘四强，尽管刘圣书没有输球，但身在其中她的心情也不好。“团体赛输球后，队伍比较压抑，自己也是，觉得团队能取得更好的成绩。”经过休整和教练的开导，她很快调整好心态，“单项赛相信我们可以夺回来，让国旗升起，让国歌奏响。”

带着团体赛的遗憾，刘圣书在单项赛表现得更拼，她先是和搭档朱一珺在混双决赛2比1力克队友廖品逸/黄可欣夺冠，随后又在女双决赛与搭档王汀戈以2比0战胜印尼组合萨里/罗丝，再夺冠军。刘圣书和混双搭档朱

一珺都成为了本届赛事“双冠王”。“其实我们搭档配合并不多，这次是互相成就。”今年初升入国家一队后，刘圣书一直在一队训练，直到世青赛前一周才和国青队搭档开始配合。但是在混双中学到的东西，她和朱一珺都会用到女双、男双比赛中，也起到了很好的效果。

“魏导，3年的约定，我们终于圆梦！”成为世青赛“双冠王”，刘圣书赛后和国青队女双组主管教练魏轶力拥抱庆祝。看着刘圣书的成长和进步，魏轶力很感慨，“这次比赛感觉她长大了，世青赛她承受了很多压力，但她做得很好，心中有目标、有担当、有责任，她的行动让人感动。从场上看也更全面，攻守和发接发、战术意识、思想成熟度都有很大进步，这也是因为她一直在一队训练。”

结束世青赛，刘圣书无缝衔接成人赛，转战马来西亚国际系列赛，并与一队搭档谭宁闯入了女双决赛，2比0击败队友罗徐敏/李怡婧，拿到第一个成年组国际比赛冠军。“拿出年轻队员的气势去拼，通过比赛找问题、积累经验、抢积分，争取早日打上高级别比赛。”不同于世青赛的压力，成年比赛中，刘圣书要做的就是冲击对手。

世青赛和成人赛接连收获冠军，刘圣书很感谢进入一队后的这段时间，“我从大队员身上学到很多，平时训练完，姐姐们会讲一些我们的不足，给我们总结，在世青赛也用上了。”

对于未来，刘圣书表示：“每一个进入国家队的队员，目标都是成为世界冠军、奥运冠军，但这需要一步步来。当前最重要的是做好自己，把每一步走踏实。”

竞赛圈

国象女子世界冠军候选人赛

谭中怡再次弈和戈里亚奇金娜

本 报 讯 2022—2023国际象棋女子世界冠军候选人赛下半区的比赛于当地时间12月7日在乌兹别克斯坦希瓦进行了半决赛第二盘慢棋的争夺，中国棋手谭中怡再次弈和俄罗斯棋手戈里亚奇金娜。

本届候选人赛为8名棋手参加的淘汰赛，在此前已经结束的上半区的比赛中，中国棋手雷挺婕率先挺进决赛。谭中怡在下半区的比赛中淘汰了俄罗斯老将拉戈诺，然后在半决赛的首场比赛中与上届国际象棋女子世界冠军赛亚军戈里亚奇金娜战平。

半决赛第二盘慢棋，对阵双方交换先后手。谭中怡执白以后前兵起步，戈里亚奇金娜应以斯拉夫防御，随即转入后翼弃兵开局。第

11回合戈里亚奇金娜选择了比较少见的弃兵变化，为了避开对手的赛前准备，谭中怡长考后没有选择吃兵。接下来双方进行了一系列子力交换，进入均势的车兵残局，并在第40回合握手言和。

赛后谭中怡表示，开局阶段对手应该是有所准备，不过这个布局自己以前执黑执白都下过，还是比较熟悉的。“可能是第一盘棋双方都下得比较疲劳，我没有选择复杂的变化，感觉对手就想稳稳地和一盘，她换子换得很快，几乎不考虑其他变化。”

半决赛是包括4盘慢棋的对抗赛，第三盘慢棋将在当地时间12月9日下午举行。

(葛会忠)

重庆举行少儿网络围棋精英赛

本 报 讯 日前，由重庆市九龙坡区体育局指导，九龙坡区围棋协会主办的第二届“森语杯”少儿网络围棋精英赛落幕，各组别奖项各有归属。

本次比赛吸引了重庆市110余名优秀小棋手参赛，经过10天6轮的精彩角逐，九龙坡区参赛选手获得了1—5级组女子组、5段组女子组、5段组男子组、1—2段组女子组

共4个组别的冠军，成为本次比赛的最大赢家。

近期重庆市九龙坡区体育局指导全区体育协会积极策划，创新办赛方式，开展线上体育赛事活动20余项，参与学生10万余人。丰富多彩、形式多样的体育活动以点带面丰富了青少年群体的体育文化生活，更有力促进了青少年的身心健康、全面发展。 (邓红杰)

田径后备人才短跳训练营晋江开营

本 报 讯 2022年田径后备人才短跳项目训练营日前在福建省晋江市少体校开营。本次训练营为期12天，共有来自全国各地的43名教练员、147名运动员参加。

本次训练营采取理论和实践相结合的方式，邀请到清华大学体育部教授李庆等11名高水平专家授课，开展有针对性的经验交流和研讨。训练营将在开营初期及闭营前组织两场挑战赛，激励参训运

动员珍惜来之不易的参训机会，坚定理想信念，刻苦训练。

本次训练营由中国田径协会主办，晋江市少体校承办，旨在通过组织全国短跑、跳远、三级跳远(简称“短跳”)项目青少年教练员、运动员的集中式培训学习，推动我国短跳项目发展，帮助基层教练员掌握规范的短跳技术动作和训练方法，进一步做好短跳项目后备人才培养工作。 (李东烽)

5万余人云端竞逐山水四项赛

本 报 讯 2022年第六届山水四项公开赛总决赛近日举行，共有173名选手在线上激烈角逐。

本次赛事以“点燃全民健身热情，赋能美丽乡村建设”为主题，采取线上模式举办，分为云上预选赛和云决赛两个阶段，延续了2021年线上广受称赞的组别设置——单项体验组、三项精英组和四项全能组3个组别，自11月8日上线以来，吸引了5万余人广泛参与。

山水四项是将绿色发展理念引入时尚户外运动的原创新性运动IP，是富有金华地域文化特色的原

创体育赛事，6年的时间，从一项原创赛事为金华带来人流和关注，到多项赛事落户金华；从一项原创赛带动竞赛表演业发展，到赛事联动旅游、农商等多项产业融合发展；从原创赛事联动多产融合发展，再到赛事助力绿水青山真正向金山银山的转变。

本次赛事由中国铁人三项运动协会指导，金华市体育局、婺城区人民政府、金华市体育总会、金华市生态廊道办(治水办)主办，婺城区文化和旅游体育局、琅琊镇人民政府承办。 (弓学文)

广东省马术联赛总决赛开赛在即

本 报 广 州 12 月 8 日 电 记者**黄心豪**报道：记者今天从广东省马术协会召开的新闻发布会获悉：2022年第五届广东省马术联赛“香港赛马会杯”总决赛将于12月17日至18日在广东省黄村体育训练中心国际马术场举行。同时广东完善马术教练员、运动员、裁判员、马匹、俱乐部、兽医等业务工作，逐渐实现“数据库”科学管理，促进马术运动发展。

本届总决赛设盛装舞步和场地障碍赛两大板块，竞赛项目共8项，采用积分赛制，参赛选手为2021—2022年度广东省马术联赛各分站赛总积分前八名骑手。只

要获得其中一项参赛资格，同时可以参加其他项目的比赛。2022年广东马术联赛在广州、东莞、深圳、佛山等地举办了4站联赛及7站青少年U系列赛。

广东省马术协会常务副会长兼秘书长罗东斌介绍，2023年还将举办广东省马术联赛7站比赛，及2023年广东省马术青少年U系列赛10站比赛，计划举办广东省马术青少年U系列赛总决赛。通过赛事挖掘人才，为2025年在粤港澳举行的第十五届全国运动会做准备。广东省马术协会将联合各大高校、企业、社区，开展多场马术文化推广活动。