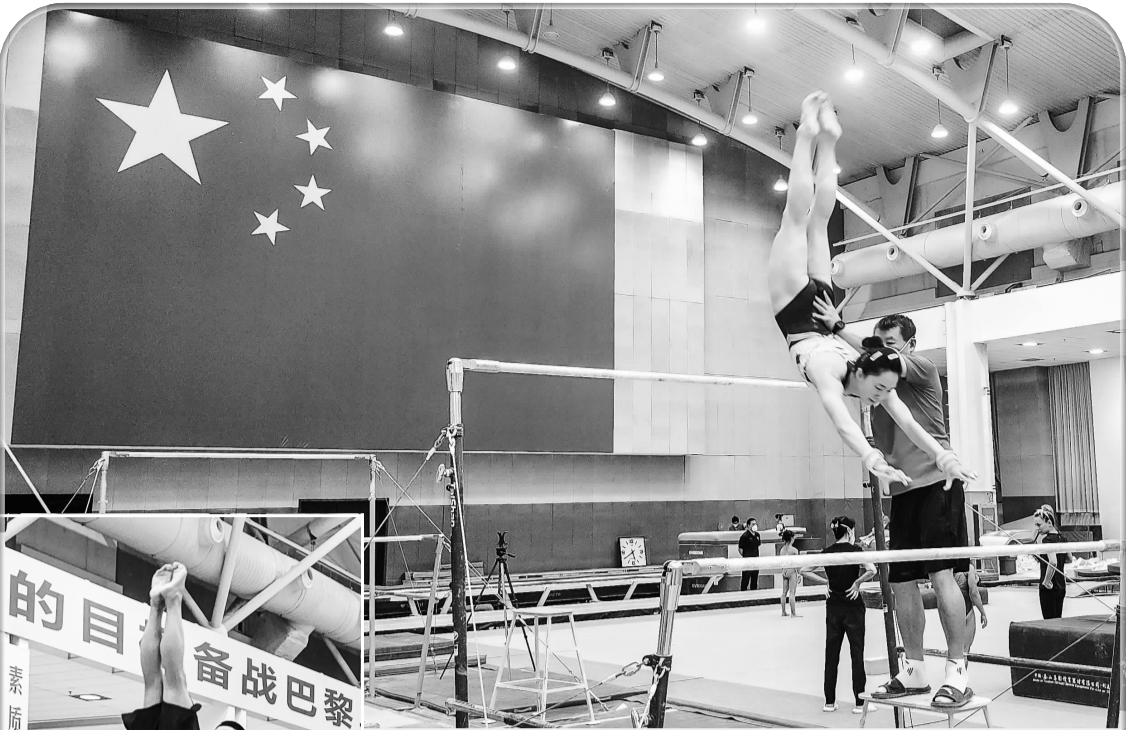


冬训备战

掀热潮



体操

今年冬训,对于国家体操队备战巴黎周期至关重要,队伍的冬训任务目标将是继续发展难度、改进编排、强化质量,回炉基本功,强化体能,提升打赢能力。队伍也将针对世锦赛上暴露出的问题好好总结、一一解决。针对女队备战巴黎周期整体人员配置上存在后备梯队断档的问题,国家体操队今年冬训从各省市选拔了一批有培养潜质的年轻选手,正在不断增强后备人才储备的厚度。



射击

结束了10天军训之后,目前国家步手枪射击队正在陕西西安进行冬训。今年的冬训是巴黎周期重要的集中训练期,也是为明年继续争夺巴黎奥运会资格的关键训练期。全队认真分析总结今年训练,比赛过程中存在的不足,以问题为导向,瞄准荣誉、境界、标准,付出、自律、学习和坚持这七个关口,狠抓体能,不断提高基础实力和综合竞技水平,为明年的杭州亚运会和争夺巴黎奥运会资格潜心备战。



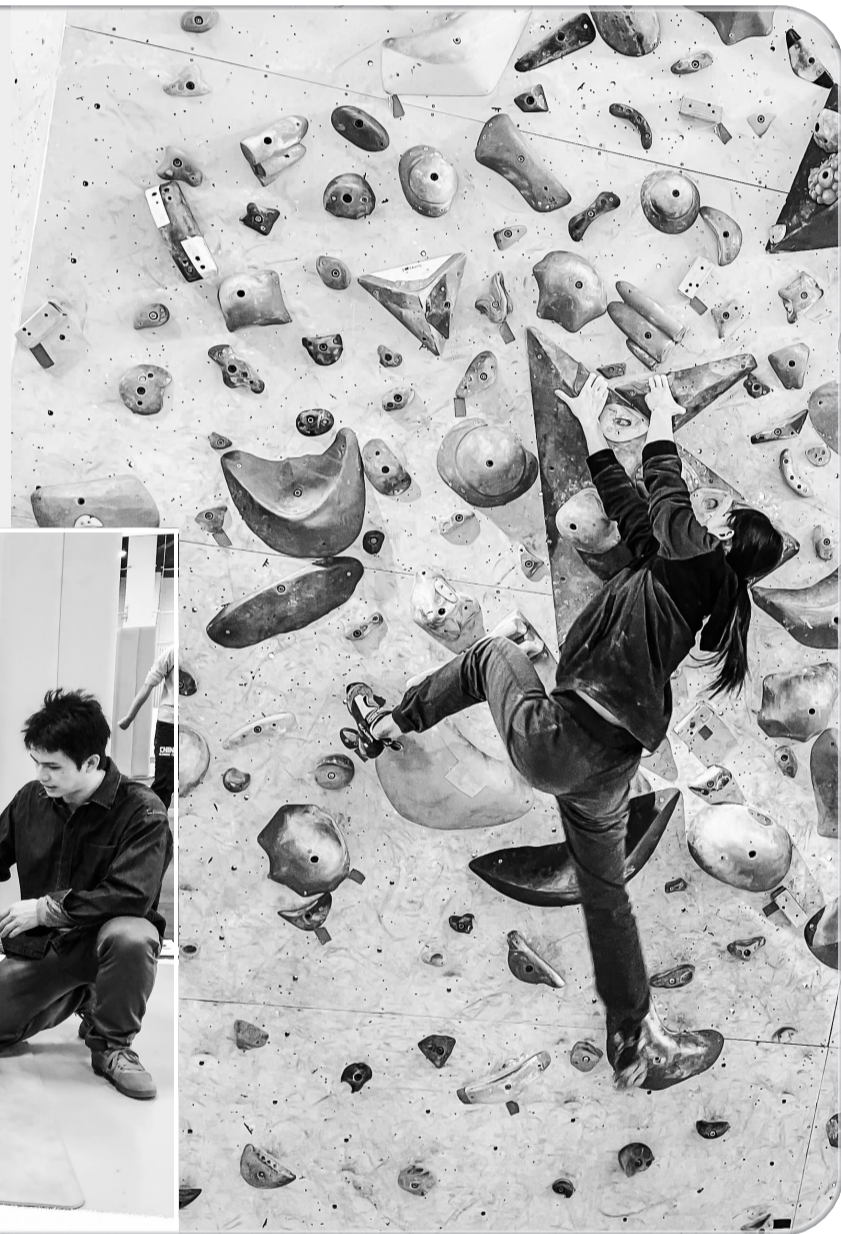
田径

目前国家田径队正处于冬训一般准备期,主要任务是帮助运动员恢复和储备体能,发展基础运动能力,包括有氧能力、基础力量、基本技术等,为迎接专项准备期和比赛期的高负荷训练打下坚实的基础。国家田径队今年冬训的主要目标是为打好2023年布达佩斯世锦赛和杭州亚运会开好局、起好步,为实现巴黎奥运会参赛目标奠定坚实的基础。



攀岩

为积极备战巴黎奥运会,根据国家攀岩队备战工作整体安排,12月12日国家攀岩队在北京怀柔国家登山训练基地开启冬训。本次冬训共有近70人参加,其中速度组运动员22人,两项全能组运动员10人,整个冬训计划持续到明年4月。



赛艇皮划艇

国家赛艇队自11月21日至27日在湖北鄂州红莲湖水上训练基地进行了为期一周的军训,之后迅速进入备战状态,各队积极组织小艇和测功仪训练,提高个人能力和技术水平,为配艇打下坚实的基础。

11月底,国家皮划艇集训队在浙江千岛湖展开冬训。队员们将进一步夯实体能、提高技术,备战明年举行的巴黎奥运会资格赛。



铁人三项

今年国家铁人三项队海外训练参赛克服一系列困难,实现了与世界高水平外教顺利会合,参加了一系列国际比赛,看清了世界发展形势,积累了国际大赛经验,获得了世界排名积分,为巴黎奥运周期备战工作开辟了新路。近期国家铁人三项队回到国内,在昆明海埂体育训练基地开始冬训,队伍将结合外赛外训经验,着力补短板、强弱项,通过系统训练提升实力、强化作风、培养意志品质。

