

厉兵秣马 蓄力新突破

3月14日,2024年巴黎奥运会将迎来开幕倒计时500天。今年是各个项目获取巴黎奥运会参赛资格最为关键的一年。在已经不足500天的备战时间里,各支国家队正厉兵秣马,剑指巴黎。跳水、举重、乒乓球、羽毛球、射击、体操等优势项目,正迎难而上,积极获取奥运资格,蓄力新突破。

跳水：奥运选拔开启

本报记者 李雪颖

2023年全国跳水冠军赛暨奥运会、福冈世锦赛、亚运会、成都大运会选拔赛将于3月19日至25日在上海举行。这场比赛将是中国跳水队巴黎奥运会选拔的第一站。计划于12月举行的2023年全国跳水锦标赛是奥运选拔第二站,同时也是2024年多哈世锦赛的选拔赛。2024年2月举行的多哈世锦赛为第三站奥运选拔赛。一直以来,中国跳水队的队内奥运资格选拔都格外激烈。

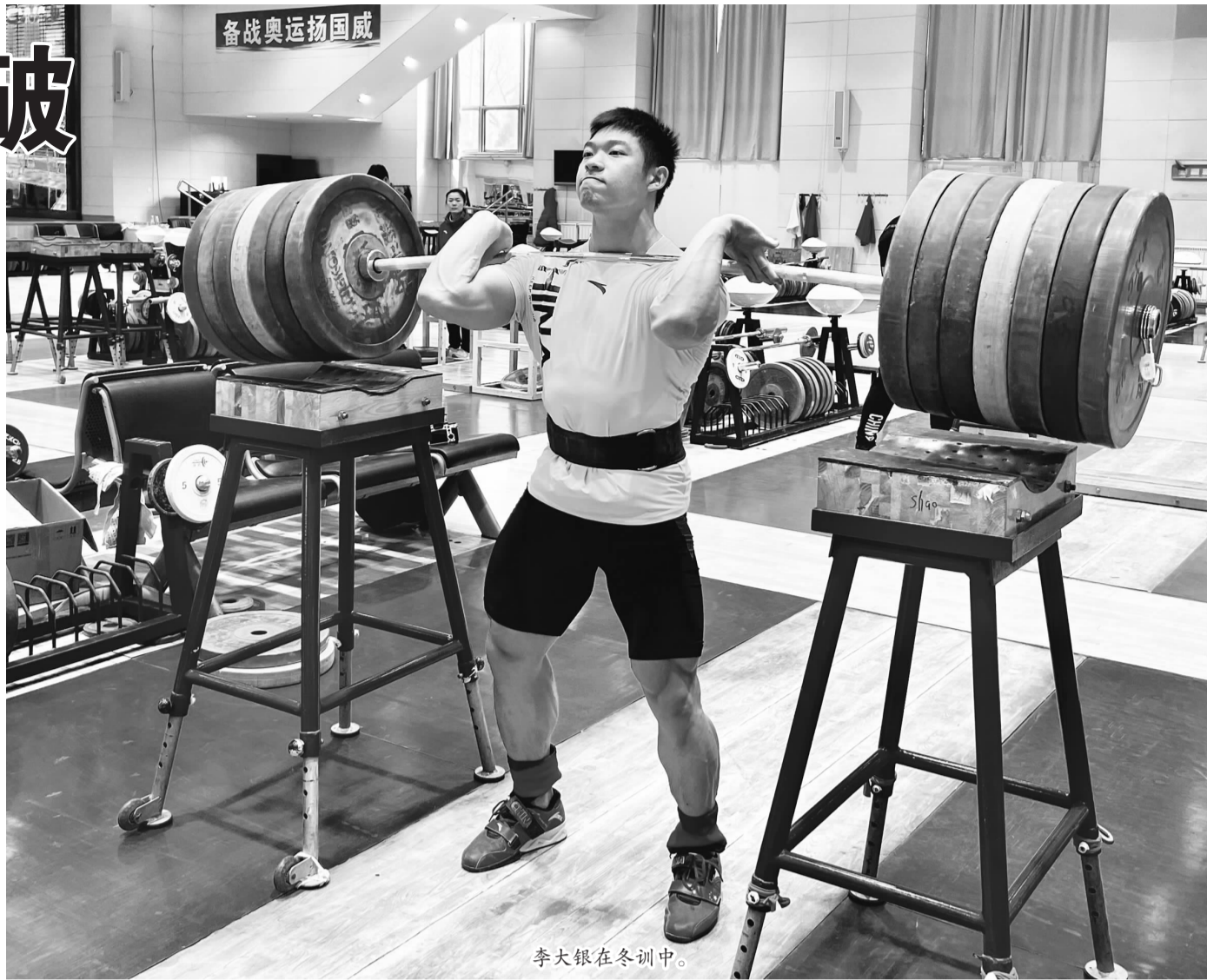
这个冬训,中国跳水队的队员们专注于体能的提升以及技术细节的精细雕琢等方面,补短板、促提升,为新赛季储备能量。上月底,队伍进行了队内测验,检验冬训成果。从这次测验结果来看,女子10米台选手陈芋汐、全红婵保持着良好的竞技状态,男子10米台的杨昊、杨健以及女子3米板的昌雅妮、陈艺文逐步提升着状态,王宗源依旧在男子3米板项目上领跑。

根据奥运选拔办法,单人项目积分前4名的运动员入选大名单,双人项目积分前2名的运动员入选大名单。在考虑运动员伤病、参赛任务及其他不可预知因素

影响等情况下,经队委会在优秀运动员中进行综合评估提出建议人选可入选大名单。同时,队委会对入选大名单的运动员以积分原则进行综合评定确定初步名单,人选的确定原则是在单人的基础上侧重考虑运动员双人项目参赛任务。

巴黎奥运会跳水项目将产生8枚金牌,分别是男子、女子单人和双人10米台,男子、女子单人和双人3米板。巴黎奥运会资格的获取主要通过两站世锦赛以及洲际比赛等。第一站是7月14日至30日举行的日本福冈世锦赛,第二站是明年2月2日至18日举行的卡塔尔多哈世锦赛。两站比赛中4个单人项目各排名前12的选手都能为所在国家和地区奥委会获得参赛资格,每支队伍每个单人项目最多获得2个名额。第一站比赛还将分发4个双人项目各3个名额,第二站比赛将分发双人项目最后各3个名额。此外,世界泳联认可的洲际赛事冠军也将视情况获得参赛资格。

对于中国跳水队来说,不仅要力争第一时间拿到满额参赛席位,更要通过这两站重要的世锦赛锻炼和磨合新周期的队伍。



李大银在冬训中。

举重：迎难而上挑战极限

本报记者 袁雪婧/图

国家举重队于3月5日在北京开启冬训第二阶段,为5月亚锦赛蓄力新突破。

队伍今年冬训从1月4日在五指山开启,第一阶段在五指山进行了整整两个月的集训。期间始终把体能训练放在重要位置,打好冬训体能基础,同时部分老运动员的伤病治疗、训练的基础性恢复工作也都有条不紊向前推进。

5月初将在韩国举行的亚锦赛将是国家举重队今年第一个比赛任务,这次比赛也是奥运资格赛,队伍冬训第二阶段乃至赛前训练也将重点围绕备战亚锦赛展开。国家举重队初定3月底举行一次队内高台测验,既检验冬训的阶段性成果,又帮助运动员提前寻找比赛感觉,也为年轻运动员提供一次丰富比赛经验的机会。

今年将是中国举重队获取巴黎奥运会参赛资格最为关键的一年。除了5月亚锦赛

作为第一站奥运资格赛之外,9月沙特利雅得世锦赛将是全年最重要的一站奥运资格赛。因为按照国际举联制定的巴黎奥运资格获取办法,获得奥运资格的选手必须在7站奥运资格赛中至少参加5站,其中必须参加的两站比赛之一就包括今年世锦赛。根据赛程安排,沙特利雅得世锦赛与杭州亚运会间隔仅十几天,将是对中国举重队的重大考验。争取“双线作战”,连战连捷,中国举重队必将全力以赴。

羽毛球：主场迈出通往巴黎第一步

本报记者 周圆

巴黎奥运会羽毛球项目的参赛资格需要通过为期一年的奥运积分赛产生,巴黎奥运会积分赛时间从2023年5月1日到2024年4月28日。首站奥运积分赛将是今年5月14日至21日在中国苏州进行的苏迪曼杯团体赛。国羽将全力争取把奖杯留在国内,在主场捍卫荣誉,为奥运竞争迎来开门红。

巴黎奥运会羽毛球项目的参赛资格获取延续了东京奥运会的办法,巴黎奥运会羽毛球项目一共有172个参赛席位,通过奥运积分赛将产生166个参赛席位,另外东道主将获得2个名额,还有外卡4个名额。其

中,男单38个、女单38个,男双、女双和混双都是各16对组合。

2023年5月1日到2024年4月28日,在此期间的奥运积分赛包括苏迪曼杯、汤尤杯、世锦赛等重大赛事,世界羽联世界巡回赛、国际挑战赛、国际系列赛、希望系列赛、洲际锦标赛(单项赛及团体赛)、洲际综合性运动会——泛美运动会、欧洲运动会、全非运动会以及被世界羽联选定可以计入奥运积分的其他国际比赛。

单打方面,通过奥运积分赛排名将发放男女单打各35个名额,包括34个奥运积分赛排名资格和1个洲际资格。如果一个国家和地区奥委会有至少2名选手排名前16

位,则该奥委会可以获得2个满额的参赛资格,其他国家和地区奥委会只能获得1个参赛资格。双打方面,通过奥运积分赛排名,将发放男双、女双、混双每个项目16个双打名额。如果一个奥委会有至少2对组合排名前8位,则该奥委会可以获得2个满额的参赛资格,其他奥委会只能获得1个参赛资格。这就意味着国羽如果想获得满额参赛,男单、女单选手都必须都排名在奥运积分赛前16名,男双、女双、混双每个项目上必须都有两对组合奥运积分排名前8。

东京奥运会国羽男双只有一对组合参赛,导致没有满额参赛,巴黎奥运会国羽首要目标就是满额参赛。

乒乓球：密集参赛砺精兵

本报记者 李雪颖

世界乒乓球职业大联盟WTT新加坡大满贯2023激战正酣。中国乒乓球队此役尽遣主力。对于中国乒乓球队来说,今年最主要的目标是通过一系列的比赛逐步缩小重点范围,选出奥运会的参赛人选。此前受到疫情的影响,国际乒乓球赛事计划被打乱,今年国际大小赛事超过60项。对于中国乒乓球队来说,其中最为重要的当属5月20日至28日举行的南非德班世乒赛以及9月的杭州亚运会。

巴黎奥运会乒乓球比赛将包含男子和女子单打、男子和女子团体,以及混双共5个项目。每个国家和地区奥委会的名额上限为男女各3人。资格赛将于今年6月启动。其中,团体赛设有16支队伍,每个国家和地区奥委会可派遣3名选手,组成一支代表队。混双比赛同样设有16对组

合,每个国家和地区奥委会可派出1对组合。

上一届东京奥运会增设的混双比赛的竞争依旧格外激烈。为了应对挑战,新周期国乒举全队之力加强了混双项目的备战,进入系统训练更早,人员配置更强,措施更全面。在高强度、高密度的冬训期间也对混双训练给予了时间、人员等方面的保障。作为队内传统的“直通赛”,此次德班世乒赛选拔赛还创新性地增设了混双项目。最终,经过激烈角逐,马龙、孙颖莎率先拿到“直通德班”的单打参赛名额;林高远/陈幸同拿到混双冠军,距离“直通德班”更进一步。

WTT新加坡大满贯结束后,国乒还将举行第二站德班世乒赛选拔赛。将于4月9日至15日举行的WTT新乡冠军赛2023接踵而至。WTT澳门冠军赛紧随其后,将于4月17日至23日举行。国乒将通过一站站赛事锻炼新周期队伍,磨砺精兵。

步手枪射击：即将出征世界杯

本报记者 扈建华

3月20日,国家步手枪射击队在世界杯印度博帕尔站开启今年的首场国际比赛征程,4月11日转战秘鲁利马,继续在国际赛场锻炼队伍,为争夺奥运资格做好准备。

去年10月在埃及开罗结束的2022年国际射联射击(步手枪)世锦赛上,中国射击健儿一共在8个项目中收获8个巴黎奥运会参赛资格,分别是男子、女子10米气步枪、气手枪,男子、女子50米步枪三姿和女子25米手枪、男子25米手枪速射等项目。

中国队不仅拿到满额8个奥运资格,更重要的是通过世锦赛的实战锻炼,继东京奥运会之后,又有一批年轻选手涌现出来,其中很多选手还是第一次站上世锦

赛的舞台,像黄雨婷、王芝琳、苗婉茹、刘锦尧、卢恺曼等,都以精彩的表现给大家留下了深刻的印象。

世锦赛结束之后,国家步手枪射击队通过军训和冬训进一步强化思想认识,加强体能和基础能力、专项实力,为新一年的国际比赛积蓄能量。

冬训结束之后,射击队在西安、莆田连续进行了3场选拔赛,通过高强度、贴近国际比赛的实战选拔出了征战今年两站世界杯的参赛阵容。在即将出战世界杯的队员中,有张常鸿、姜冉馨、杨皓然、盛李豪、黄雨婷、卢恺曼等在东京奥运会、开罗世锦赛上表现出色的运动员,也有李晓雪、赵楠、顾志宇等新鲜血液。

博帕尔、利马两站世界杯,射击队将以赛代练,通过国际比赛继续锻炼和考察队员,为后面的杭州亚运会,以及派发奥运席位的世锦赛、亚锦赛做好准备。

体操：向着“三高”目标精益求精

本报记者 袁雪婧

国家体操队正在全力投入冬训,力争打造更多的夺金点,并把现有具备竞争力的夺金点打造得更硬更实,提高人才厚度,形成队内良性竞争局面。

根据巴黎奥运会团体资格获取办法,2022年利物浦世锦赛男、女团体比赛获得奖牌的队伍,第一时间获得奥运参赛席位,即中国、日本、英国获得男团资格,美国、英国、加拿大获得女团资格。将在比利时安特卫普举行的2023年体操世锦赛上,将会产生剩余9个男、女团体比赛的参赛席位。

2022年利物浦世锦赛上,由邹敬园、孙炜、尤浩、张博恒、杨家兴组成的中国男团,决赛中以8支队伍失误最少实现了最稳定发挥,在单杠、鞍马、吊环、跳马和双杠5个单项上都排名第一,历史性地第13次捧起世锦赛男团冠军奖杯,也第一时间锁定了巴黎奥运会参赛资格。中国体操队在利物浦世锦赛上获得女团第6名,错过了第一时间拿下巴黎奥运会资格的机会,但在2023年安特卫普世锦赛上,仍有冲击巴黎奥运会参赛资格的机会。

本月在国际体联单项世界杯多哈站、巴库站比赛中,中国体操队部分队员亮相赛场,检验了冬训发展的新难度成套,其中刘洋在多哈站问鼎吊环金牌,邱祺缘在巴库站斩获高低杠金牌。通过比赛,中国体操队年轻小将得到国际大赛历练收获了成长,老将找回了久别赛场再度回归的自信和底气。队伍也将不断总结和解决问题,帮助队员向着“高难度、高质量、高稳定性”的“三高”目标继续精进。



邱祺缘在比赛中。

新华社发