

十年磨剑待高峰

何杰期待亚运夺奖牌

本报记者 李东烽

“其实现在的心情既平静又激动。”何杰在赛后表示，平静是因为自己平时的训练很到位，所以对这个成绩不意外，激动是因为打破了尘封近16年的男子马拉松全国纪录。

3月19日，全国马拉松锦标赛（无锡站）2023COLMO无锡马拉松暨布达佩斯世锦赛及杭州亚运会马拉松选拔赛·大运河马拉松系列赛（无锡站）鸣枪起跑，何杰跑出2小时07分30秒，夺得冠军，打破了任龙云保持了近16年的男子马拉松全国纪录（2小时08分15秒），达标巴黎奥运会和世锦赛参赛标准。

赛后何杰和教练肖丽紧紧拥抱庆祝，肖丽向爱徒比出加油的手势并祝

贺他梦想成真。何杰坦言，能够取得突破，最感谢的是自己的教练，“她是68岁元老级教练了，感谢她一直陪伴我们。我们的团队非常棒，比赛、训练都围绕着我们跑出好成绩而努力，感谢他们。”

何杰1998年出生在宁夏平罗县，2013年开始练习中长跑至今整整10年。2018年他开启首马，2020年在南京跑出“215”的成绩。2021年的淮安马拉松赛上，他以2小时14分14秒的成绩赢得个人职业生涯第一个全马冠军。2022年柏林马拉松赛，他以2小时11分18秒创造个人最好成绩。本次无锡马拉松赛上，十年磨一剑的何杰站上了职业生涯的新高峰，也将中国马拉松带上新高度。

比赛起跑之后，肯尼亚选手伊诺

克昂哈里领衔所有参赛选手，以较快的配速行进，何杰等中国选手紧跟第一集团。何杰说，这次他敢于跟住报时成绩2小时04分左右的国际高手，是因为自己在冬训的训练和储备都非常出色，“2021年，我通过跟着国家队训练，包括去肯尼亚和外籍选手一起训练，接受了新的训练理念，借鉴更多样的训练模式，从而达到自己的新高度。去年我参加柏林马拉松，感觉跑起来就非常轻松，预感自己会迎来突破。虽然因为没有体能储备，之后的北京马拉松没能跑好，但这个赛季我的储备到位，之前还参加了深圳马拉松刺激了状态。这次来到无锡，感觉非常轻松。”

良好的储备带来自信的心态，何杰透露，比赛中达到了自己的预期，

“赛前教练组的计划是要达到世锦赛标准，所以今天的成绩在意料之外，也在意料之中，这个标准对我来说是保守的。”

何杰认为，中国一代代马拉松人的努力，都是为了实现成绩的突破，“这么多年，中国马拉松的梦想就是创造新纪录，要给大家看看，中国马拉松不差。”

接下来何杰的目标是在杭州亚运会上拼出一块奖牌。“这次无锡比赛，我更希望的是拿到亚运会入场券。根据规定，比赛前两名代表中国参加亚运会，现在达到了目标，接下来的备战会以亚运会为主。马拉松很长，我需要在细节上加强，继续有针对性地训练，把自己后半程的能力继续提升。”

（无锡3月19日电）

本报青岛3月19日电 记者李雪颖报道：为期6天的2023年全国春季游泳锦标赛今日在青岛国信体育中心游泳跳水馆拉开帷幕。当日共决出7个项目的冠军，奥运冠军汪顺、李冰洁都拿到了两枚金牌，成为当日最大赢家。

浙江选手汪顺先在个人主项男子200米混合泳上以1分57秒19的成绩摘金，随后他又在100米仰泳项目上以54秒09的成绩折桂。河北选手李冰洁以16分04秒06的成绩摘得女子1500米自由泳金牌，随后她与队友张一璠、刘子璇、赵静蕾合作，为河北队拿到了女子4×100米自由泳接力金牌，成绩为3分41秒68。

奥运冠军张雨霏此次未参加女子200米蝶泳的争夺，她将参加50米和100米蝶泳、50米自由泳3个单项的争夺。广东选手俞李妍以2分08秒59的成绩收获女子200米蝶泳的金牌。男子100米自由泳冠军被河南选手王浩宇夺得，成绩为47秒89。山西选手杨畅以30秒90的成绩夺得女子50米蛙泳的冠军。

此次比赛共有来自26支队伍672名运动员参赛，其中男运动员388人、女运动员284人，他们将在41个竞赛项目中展开角逐。闫子贝、叶诗文、傅园慧、吴鹏等名将也将相继亮相。

此次比赛的赛程与亚运会一致，同时也是福冈世锦赛、杭州亚运会的首站选拔赛，另一站比赛为计划于5月举行的全国游泳冠军赛，两站比赛各单项最好成绩为主要选拔成绩。

全国春季游泳锦标赛开赛

汪顺李冰洁夺两金



汪顺在比赛中。

新华社记者 李紫恒摄

本报记者 李雪颖

来2023年全国春季游泳锦标赛之前，奥运冠军汪顺刚结束了在昆明的冬训，对于这次春季锦标赛，他希望能够检验冬训成果。“在昆明的冬训是非常连贯、系统的训练，这次主要是把冬训的成果转换到比赛中。”3月19日开赛首日，汪顺就拿到了两块金牌，代表浙江队出战的他先在个人主项男子200米混合泳上以1分57秒19的成绩摘金，随后又在100米仰泳项目上以54秒09的成绩折桂。

此次比赛的赛程与亚运会一致，

同时也是世锦赛和亚运会的首站选拔赛，因此汪顺的首要目标是达到200米混合泳的A标，1分57秒19的成绩超过该项目巴黎奥运会和福冈世锦赛的A标，顺利达标。

不仅在主项上顺利达标，汪顺还紧接着在100米仰泳赛场亮相。这是他第一次在全国比赛中游100米仰泳项目，并以54秒09的个人最好成绩夺冠。“这个成绩比较满意。这次报项主要是为了

调动自己的状态，游仰泳也是希望通过单项的练习补充混合泳的速度。”200米混合泳决赛后不久就进行了100米仰泳的比赛，汪顺直言是挑战，“两个项目的比赛时间近对我来说是挑战，更多的还是要注重转换，要通过比赛把能力体现在游程的速度中。”上午的预赛中，汪顺游出了55秒73的成绩，他总结了预赛的经验在决赛中加以改进，“比如说前50米游得太慢，今天晚上刻意把前面速度

提起来，包括水下腿的次数也做了一些调整。”的确，汪顺将决赛中前程50米的速度提升了0.68秒。

对于主项是混合泳的汪顺来说，4种泳姿都需要有均衡的能力与水平。“现在游起来更加有信心了，这个冬训体能教练尚麒麟老师带我，在心理上给我非常充分的肯定。”对于这次春季锦标赛，汪顺希望自己“多感受比赛，做好转换”。（青岛3月19日电）

汪顺“做好转换”一日双冠

国家攀岩集训队举行选拔赛

为巴黎奥运会打硬仗选精兵

本报记者 杜婕

第29届全国攀岩锦标赛暨巴黎奥运会国家攀岩集训队选拔赛于3月16日至21日在江西全南县举行，其中巴黎奥运会国家攀岩集训队的选拔格外令人关注。

国际攀联世界杯将于4月开启，今年的世界杯也是巴黎奥运会积分赛。与东京奥运会攀岩只设一个全能项目不同，巴黎奥运会攀岩设全能、速度两个小项。中国队的优势恰恰在于速度，这也是巴黎奥运会攀岩项目的冲金点。

按照本次比赛竞赛规程，目前正在国家攀岩集训队速度组集训的运动员直接获得选拔赛参赛资格，其他运动员，男子成绩在5.40秒以内（不含5.40秒）、女子成绩在7.60秒内（不含7.60秒）获得参赛资格。最终共有13名女子、14名男子共27名运动员参赛，其中已获得本赛季世界杯参赛资格的邓丽娟、龙金宝、龙见国不

参与选拔赛排名。

为了选拔出最具实力的运动员，本次选拔赛还特别制定了不同于平常速度单项比赛的规则。每名运动员有4次攀爬机会，取最好的一次成绩排名，前两名直接进入；未直接进入的运动员，取两次最好成绩（时间）相加，时间越短成绩越好，前三名入选，后两名作为替补。

速度项目选拔赛在3月17日举行，男子选手曹龙、张亮直接进入，宁夏队曹龙的最好成绩是5.13秒，湖南队张亮5.16秒。女子选手汪生艳、周娅菲直接进入，云南队汪生艳最好成绩是7.06秒，浙江队周娅菲7.08秒。

选拔赛结束后，钟齐鑫在采访中称“从成绩来看，整体提升了不少”，“一些队员（男子）基本能够稳定在5.1秒、5.2秒，这在国际上是非常有竞争力的成绩，这将为我们即将开始的世界杯奠定一定的心理基础。”对于女子选手汪生艳、周娅菲的表现，钟齐鑫表示“没有想到”。他介绍，汪生艳训练中的最好成绩是7.36秒，周

■ 竞赛圈

谢震业本赛季百米首秀夺冠

本报讯 据中国田径协会消息，北京时间3月19日在美国迈阿密举行的一场田径邀请赛中，多位正在外训的中国短跑选手上演本赛季首秀，其中谢震业以10秒05的成绩夺得男子100米冠军。

当天进行的男、女100米比赛均采用分组发枪的方式进行，谢震业在顺风2米/秒的条件下跑出10

秒05的成绩，最终在所有选手中排名第一。同组的另一名中国选手严海滨跑出10秒29。另外一组的两名中国选手陈佳鹏和邓智舰成绩分别是10秒34和10秒44，不过两人比赛时遇到了2.6米/秒的顺风，超过了世界田联认可成绩有效2米/秒的风速范围。

（李东烽）

男子20公里竞走钱海峰达标世锦赛

本报讯 据中国田径协会消息，北京时间3月19日，亚洲20公里竞走锦标赛在日本能美市举行。共5位中国选手参加比赛，其中钱海峰达标布达佩斯世锦赛。

本次比赛分为亚锦赛组和公开组，男子亚锦赛组中，温永杰以1小时22分44秒的成绩获得第三名。

公开组中，钱海峰以1小时19分09秒获得第一名并达标布达佩斯世锦赛，李兴富以1小时20分51秒位列组内第四。

女子亚锦赛组，高兰以1小时29分25秒获得第一名；亚洲公开组中，牛卓玛英吉以1小时30分09秒获得组内第一名。（李东烽）



运动员在比赛中。

国家射箭队供图

国家射箭队产生世界杯参赛阵容

本报讯 国家射箭队参加2023年世界杯组队选拔赛第四场比赛日前在海南白沙结束，综合全部4场选拔赛的积分，产生男、女各8名选手组成国家射箭队参加2023年世界杯的最终队伍。

本次比赛是选拔赛第四场，此前已经在南京和海口进行了3场选拔，本场也是最后一场选拔赛。比赛共进行6天，分为排名赛、双向淘汰赛、个人模拟对手淘汰赛、团体环值达标赛、个人单支箭比赛等项目，对运动员的各项能力进行全面考察。

如个人模拟对手淘汰赛共进行2天，每人的模拟对手都是2019年至2022年世界杯、世锦赛、奥运会比赛的前四名选手，按照他们在比赛中的实战环数，参赛选手进行每局3支箭的淘汰赛，胜出得2分，打平各得1分，先到6分的选手赢得比赛。

女子选手安琦轩在第二天的个人模拟对手淘汰赛结束后表示：“自己的表现一般，这个比赛更重要的是和自己较量，很多时候是自己心

态没有把握住，导致比赛失利。”

团体环值达标赛考察的是队员们在比赛中打出高环数的能力，比赛共打6轮，每轮4局，按照总环值得分，要求队员们在团体赛中打出高环数，为团队争取胜利。

第四场选拔赛结束后，综合全部4场选拔赛的积分，排在男、女前八名的运动员组成国家射箭队参加2023年世界杯最终队伍，其中包括男子王大鹏、魏绍轩和女子吴佳欣、安琦轩等经验丰富的队员，也有李梦麒、海丽珩等冲劲十足的新人。

自去年开始冬训以来，国家射箭集训队在北海和海口进行了近3个月的冬训，通过此次4场选拔赛的实战比拼，运动员展现了不错的竞技状态和精神面貌，检验了此前冬训的成果，为下一阶段备战世界杯明确了方向。

选拔赛结束后，射箭队将返回北京继续集训。按照赛程，射箭世界杯土耳其安塔利亚站将于4月18日开始，上海站将于5月16日打响。（扈建华）

龙见国创男子速度攀岩全国纪录

本报江西全南3月19日电 记者杜婕报道：3月19日，在第29届全国攀岩锦标赛的赛场上，贵州队选手龙见国以5.00秒创造了新的男子速度攀岩全国纪录。

当日上午进行的预赛中，龙见国攀出5.04秒，打破湖南队选手龙金宝2022年7月在国际攀联世界杯法国霞慕尼站创下的5.05秒的全国纪录。下午1/4决赛，龙见国再次攀出5.04秒，平了自己创造的全国纪录。

半决赛龙见国遭遇龙金宝，“二龙”上演了一场高能强强对决。两人都是世界级速度攀岩选手，去年征战国际攀联世界杯，都曾有过夺冠经历，并最终凭借世界排名（龙金宝第三，龙见国第九）双双拿到了今年8月攀岩世锦赛的门票。这一次两人交手，龙见国在比赛中出现失误，不敌龙金宝，错失进入决赛的机会。不过在季军争夺战中，龙见国迅速调整，以5.00秒创造新的全国纪录。值得一提的是，目前男子速度攀岩世界纪录是由印尼选手基罗玛尔·卡特宾创造的5.00秒。

“自己冬训的状态不算很好，希望用一场比赛激发状态，所以从预赛开始就毫无保留。半决赛输给龙金宝，是因为之前输给他很多次，面对他时自己心理压力比较大，这也是今后自己要重点突破的地方。”龙见国说，“输掉半决赛后反而放开了，所以后面又破了纪录。”

龙见国原来的项目是体操，2017年国家体育总局启动跨界跨项选材和国家集训队试点工作，作为全国首批试点单位，贵州省体育局积极响应，率先启动了攀岩项目跨界跨项选材工作，选拔优秀苗子开展集训。凭着良好的身体素质和深厚的体操功底，龙见国在选拔中脱颖而出，练习攀岩6年，他的成绩突飞猛进。

男子速度赛，湖南队选手张亮以5.02秒的成绩夺冠。女子方面，湖南队邓丽娟以6.91秒的成绩将冠军收入囊中。

娅菲是7.2秒，这一次她们两人都将自己的最好成绩大幅提升。

体育总局登山中心攀岩运动部主任厉国伟认为，近4个月的冬训成果非常显著，运动员在体能、技术、心理等方面都有较大提升。距离世界杯首站还有一些时间，现在运动员的竞技状态处于上升期，但还不是他们的最好状态。

目前男子速度攀岩世界纪录是印尼选手基罗玛尔·卡特宾在2022年攀岩世界杯法国霞慕尼站创造的5.00秒，女子速度攀岩世界纪录是波兰选手亚历山大·米罗斯劳在去年世界杯盐湖城站创造的6.53秒。巴黎奥运会攀岩设置速度项目后，世界各国都在发力，成绩迅速提升。可以预见的是，巴黎奥运会竞争将异常激烈。速度攀岩偶然性也很大，成败就在一瞬间，对选手心理素质、技术水平都是相当大的考验。中国攀岩队只有接受挑战，才有可能抓住机遇获得成功。

比赛最后几日主要是全能项目选拔，为甄选最强选手，选拔赛多达3场，根据赛程，锦标赛攀岩预赛和难度预赛的综合成绩，取前八名参加两项全能决赛（共3场）。根据3场的总排名，男子和女子前四名入选国家攀岩集训队。

全国锦标赛暨巴黎奥运会国家攀岩集训队选拔赛结束后，国家攀岩队还将进行体能测试，并确定最终名单。（江西全南3月19日电）