

# 王欣瑜在法网收获成长

本报记者 马艺欧

在2023年法国网球公开赛上，中国球员王欣瑜在单打方面都取得了不错的成绩。这个红土赛季，她从难求一胜到单打双打都取得突破，成长速度备受瞩目。

相比于欧洲和南美球员，中国球员整体对于红土场地并不擅长。主要原因就是从训练和打球的环境都是硬地，对于一些技术动作的理解和应用不够，比赛经验的累计也不足。与此同时，红土赛季是巡回赛中一个分量很重的组成部分，这些比赛如果打得不好，对于积分和排名的影响不言而喻，尤其是对于正处在爬坡阶段的新一代年轻球员而言，红土赛事是必须度过的一关。

王欣瑜今年法网之前的几站红土比赛打得都不好，从马德里到斯特拉斯堡全部都是一轮游，如果算上迈阿密的比赛，她已经遭遇了单打五连败。至于双打，她在斯特拉斯堡站刚刚和谢淑薇开始搭档，第二轮就止步。

这些都没影响王欣瑜奔赴法网的心情。事实证明，心态和技术的成熟，最终让王欣瑜得到回报，促成她取得突破。其实从签表看，王欣瑜在几位中国球员中并不是最被看好的。首轮就遭遇31号种子布兹科娃，这对于此前只拿到过两场大满贯正赛胜利，而且

都是在澳网硬地上获得的王欣瑜而言难度可想而知。不过王欣瑜直落两盘获胜，让人眼前一亮。

拿到法网首胜后，王欣瑜收获了自信，尤其是在红土场地上的作战能力。她表示，自己一直想要打得更加全面，红土对于所有球员来说都更有挑战，检验的是耐心和多样性。

值得一提的是，首轮获胜后，王欣瑜在谈到顶级女子网坛高手时首先就谈到了斯瓦泰克。虽然从签表上看，斯瓦泰克确实是王欣瑜潜在的对手，但王欣瑜首先要是在第二轮通过瑞典球员佩特森这一关。这场比赛中，王欣瑜在关键分上的表现让人印象深刻，最终获得了与世界第一斯瓦泰克正面对抗的机会。

斯瓦泰克不仅是世界第一，而且红土战力惊人。这场比赛两盘比分比较刺激，与王欣瑜选择全力主动进攻的策略有关，“因为也是第一次进菲利普·夏蒂埃球场，打之前会要求自己更加冒险，打得更加有进攻性。”王欣瑜在赛后说。

王欣瑜的红土赛季并没有因为单打出局而草草收场，双打比赛她与谢淑薇一路连克强敌勇夺冠军。王欣瑜与谢淑薇是全新搭档，她们从斯图加特站才开始合作。这对组合在晋级道路上先后战胜了赛会9号、5号、15号和6号种子闯入决赛。在决赛中逆转10号种子费尔南德斯/汤森德夺冠。

谢淑薇的经验在夺冠之路上发挥着关键作用，

王欣瑜也是一位值得信赖的搭档。这对组合夺冠的道路上，王欣瑜在心理层面逐渐提升，对于双打技术也有了新的体会。谢淑薇今年红土赛季才刚刚复出，她的心态非常放松。她说，双打最重要的就是开心，不要很紧张。包括在决赛中，谢淑薇在比赛中也在鼓励王欣瑜多笑一笑，最差的结果就是亚军。王欣瑜在比赛中确实也越打越好，尤其是比赛进入后半程，她的发挥越来越好。

王欣瑜在夺冠后透露，对如何以更加轻松的心态应对比赛有了更深的体会。她们这对组合一直很喜欢比赛，每一次上场都是。在比较激烈或打丢某些分的时候，这样的心态会有所帮助。“我也一直觉得，不管是单打或是双打，这种态度在单打上也可以帮助很多。之前可能在自己单打状态一般的时候，去打了两场双打突然反应过来，原来我还可以这样去比赛，没有在场上去和自己一直较劲，后面单打也开始打好了。”

总之，王欣瑜通过今年法网收获了很多积极的东西。单打32强、双打夺冠的成绩只是表面，对赛事的切身体会以及通过实战校验过的技术提升，才是她未来面对职业生涯的更大财富。



王欣瑜在比赛中回球。新华社/路透(资料照片)

## 自行车选手周瑜期待在巴黎拼一下

本报记者 弓学文

6月14日，自行车国际赛场传来佳报，在马来西亚举行的场地自行车世锦赛男子团体竞速赛中，中国队迎来开门红，获得第二名。“成绩还可以，发挥出了正常水平。”作为阵容中的第二棒选手，周瑜对自己的表现挺满意，因为之前受腰伤影响，没有进行系统训练，一直都在做康复训练，所以体能等方面目前可能有所欠缺。

今年是备战巴黎奥运会的关键年，奥运积分赛陆续开始，而此次世锦赛同时也是奥运积分赛，对于中国队来说至关重要，因此全国场地自行车锦标赛刚结束，中国场地自行车队便随即赶赴马来西亚开启奥运积分的争夺。“赛程比较密集，之前全国锦标赛参加了三个项目的比赛，还是很疲惫的，来不及调整，腰还是有些不舒服。”周瑜笑着说，但被大家称为“比赛型选手”的他，依然骑出了不错的水平。

即便受伤困扰，但周瑜只要站上赛场，便会抛开一切，沉浸在比赛中，全力去拼。今年在印度尼西亚雅加达举行的国际自盟场地自行车国家杯赛中，周瑜在男子争先赛中不畏强敌、奋勇拼搏，获得第四名，不仅创造了近两个奥运周期以来我国男子选手在世界杯该小项中的最好成绩，更展现出中国运动员不惧艰险、迎难而上的精神风貌，赢得了对手的尊重和队友们最热烈的掌声。

当时周瑜一天之内连战10场高强度赛事，由于体力过度透支，下场后甚至都无法正常交流，“两条腿的肌肉一直刺痛到无法忍受，五脏六腑感觉要炸了一样，呼吸困难。”

不期而遇的伤病，在逆境中前行……这些都是运动员的常态，毕竟通往成功的道路不可能一帆风顺，但周瑜并没有被困难打倒，反而在一次次挑战自我中，竞技水平不断提升。正如周瑜在社交平台所说，发现人的潜力是无限大的。所以要相信自己，超越自我，做更好的自己，才会创造出奇迹。

能够接连不断闪耀赛场，创造佳绩，与周瑜日复一日、年复一年的刻苦训练息息相关，但也离不开外方主教练博斯的默默帮助，他从训练理念、骑行姿态等方面为场地自行车短距离组男队制定了细致且完善的训练方案，全面提升他们的竞争力。不仅如此，他还帮助中国教练拓宽国际视野，融入到世界自行车大家庭中。“我们每一次的训练效果都呈现为数据，教练员会根据数据分析每名运动员的训练情况，更有针对性的根据每个人的特点制定不同的训练方案。”周瑜很感谢教练团队所付出的一切。

对于即将到来的杭州亚运会，周瑜也是满心期待，“希望能够通过亚运会这样的大赛，不断磨练自己，从中找出自己的短板和问题，在随后的比赛中更有针对性地去解决，同时我也希望能够争取更多的奥运积分，获得参赛资格，在巴黎奥运会上去拼一下。”



周瑜(右一) (资料照片)

苏炳添暂别赛场

## 全力以赴备战巴黎奥运会

本报记者 李东辉

中国短跑“飞人”苏炳添近日在个人社交媒体宣布，由于身体原因，决定不参加即将开始的世锦赛和亚运会田径项目选拔赛，并提前结束2023赛季。

今年8月苏炳添将年满34岁，他是中国首位突破10秒大关的男子百米运动员。东京奥运会上，苏炳添以9秒83的成绩改写亚洲纪录，历史性地闯入男子100米决赛。他还帮助中国男子4x100米接力队获得东京奥运会铜牌。

今年2月，苏炳添奔赴欧洲，时隔三年再次在欧洲参加室内赛。在哥德堡室内赛首秀中，苏炳添以6秒59的成绩夺得男子60米冠军。此后，大众还在翘首以盼苏炳添第二场室内赛时，苏炳添经过短暂调整回到国内。他曾表示，“本来计划参加3站赛事，最终由于身体原因，我只参加了第一站的比赛。其实当时对于这三站比赛，我给自己设立的目标是在6秒60以内，第一站就达到了。后面由于身体的一些原因，导致所有比赛都没有参加。”到了室外赛季，苏炳添最终没有登场亮相。此后他将更多的时间陪伴家人，近期还迎来了第二个孩子的降生。

苏炳添透露，多年积累的伤病和得流行病后身体机能的变化，给自己今年的备战带来许多困难。“自从身体在训练中出现不良反应，队伍为我进行了一系列的检查与测试，并积极地与各方咨询、寻求帮助。最终，经过专家建议与团队协商，为了更好地延长竞技运动生涯，我不得不放弃今年的比赛，进行一段时间的休息与调整。”

相比征战赛场，如今已入职暨南大学，成为一名教师的苏炳添直言，自己更大的价值在于传播自己的经验，鼓舞中国青年继续前行。苏炳添此前表示，由于自己现在在年龄、伤病的影响，可能很难再次去突破新的纪录，“但是我可以告诉我们的青年，我们未来可以突破9秒83这个成绩。我希望我的光芒、我的战绩、我的经验可以传递下去，让我们的青少年、祖国的花朵，在未来这条路上面更成功地走下去，继续发挥出我们的中国速度。”

与此同时，苏炳添表示，自己将持续关注布达佩斯世锦赛和杭州亚运会中国队的表现，为队友们加油、喝彩，同时他自己也会将目标瞄准一年后的巴黎奥运会：“我也不会停下逐梦的脚步！我会利用这段时间积极恢复，全力以赴地备战2024巴黎奥运会。”



苏炳添 新华社记者王迎摄(资料照片)



李大银在抓举比赛中。新华社记者 王天聪摄(资料照片)

## 刷新男举新级别两项世界纪录 李大银坚定信心继续冲

本报记者 袁雪婧

首次挑战新级别89公斤级，李大银就在韩国晋州举行的2023年亚洲举重锦标赛上夺冠，并刷新该级别抓举、总成绩两项世界纪录。一个好的开始，坚定了李大银的信心，要在新级别开创新天地。

由于东京奥运周期的81公斤级，在巴黎奥运周期变成了非奥级别，本周期李大银不得不升级参赛。世锦赛是他第一次征战新级别，创造了抓举180、总成绩396公斤的新世界纪录，这也是中国男子举重选手第一次拥有89公斤级世界纪录。

“第一次参加这个级别，想给自己树立一个信心。比赛算是超常发挥了，比训练的成绩还高。现在自己更加坚定了。虽然新级别挑战很大，但是很坚定。”李大银表示，接下来自己可以更加放开去练。“瞄准下一个目标努力，争取世锦赛再破纪录。”

回顾升级的过程，李大银经历过不少煎熬。“在得知81公斤级变成非奥级别时，自己有过心理负担。但是我一直憋着一股劲，不想给自己留下遗憾。”举重运动员“涨体重”可不像普通人想象的那般，“吃”就行了，而是一个科学增重的过程。“体重刚开始增长的那个阶段挺容易的，长个三五公斤挺快的，反正放开吃，感觉训练都更有劲了。但是增长到一定程度之后，就开始困难起来了。”李大银是重庆人，口味偏重，食堂的饭菜对他来说有些清淡，有时候训练量较大，身体比较疲劳，刚训练完就吃饭，胃口容易受到影响。“通过加餐等方式让体重持续增加，

更重要的是通过训练计划的科学设计，帮助自己把身体的脂肪转化为肌肉。”相比之前肌肉块比较单薄，现在李大银特别壮。“升级别之后，对我的伤病控制有好处。2020年我的腰做过手术，增肌之后形成了一定的保护，像是给自己加了一条‘腰带’，核心的控制更好了。体能和力量增长了，训练量、训练厚度和强度也能得到更好的保证了。”

李大银2017年第一次走进国家举重队，那时的他腼腆害羞，很少和别人沟通，沉浸在自己的世界里。“来到陌生的环境，说话很少，和教练沟通都很困难。”随着时间的推移，他越来越能融入国家队的的环境，人也更加开朗阳光。“教练不断引导我，交流越来越顺畅了，现在训练都会和队友‘唠嗑’了。就算是自己练不好的时候，也会通过和队友聊天，活跃一下气氛，放松一下，转移一下注意力。”如今成长为89公斤级两项世界纪录保持者，李大银也“一直把自己放在一个追赶者的角色里”。89公斤级在世界范围内的竞争非常激烈，在4月举行的欧锦赛上，保加利亚选手纳萨尔曾创造两项世界纪录。李大银已经做好准备，要更加努力挑战极限。“这个级别国外对手很强大，后续的突破挑战性会更大。我会继续保持良好的心态，挑战自身极限，增加训练强度和厚度的积累。”

接下来，摆在中国举重队面前的备战任务将是9月的沙特世锦赛和杭州亚运会。“这将是第一次参加亚运会，虽然和世锦赛间隔很近，但是不用降体重，自己会努力把身体状态调整到最佳，力争两个比赛都创造好成绩。”李大银说。