

解决比赛问题 提升对抗质量

国羽男双集训要“多存钱”

本报记者 周 圆

晚训、早操、周日训练，这段时间中国羽毛球队男双队员在海南陵水的训练量着实不小，在主管教练陈其遒看来，队员们需要利用宝贵的系统训练时间，“像存钱一样”做好积累——储备体能、解决比赛问题、提升对抗质量。

苏迪曼杯结束后，国羽男双马不停蹄地征战，参加了4站东南亚比赛，有收获，也暴露了一些问题。“00后”组合梁伟铿/王昶拿到了泰国公开赛冠军和新加坡公开赛亚军，但在印尼公开赛1/4决赛面对印尼组合里扬托/雅各布，在决胜局17比11大比分领先的情况下被对手逆转。“男双今年有好几场球领先时输掉，我们会去找原因。”陈其遒表示，“男双比赛的偶然性很强，精力必须要保持高度集中，一方有心态变化就会出现这种局面，不是当时没有想办法，是势头和态势控制不住，这是年轻球员应该吸取的教训。”

在去年拿到年终总决赛冠军的刘雨辰/欧烜屹在这几站奥运积分赛上的表现不尽如人意。“刘雨辰/欧烜屹经历了苏杯大起大落，只用一周调整就再出发，整个状况的调动还不太足，毕竟在经历一个大赛后，还是会有一些精神状态上、体能上的下降。我们需要通过这段时间的训练，打好后面的比赛。”陈其

遒说。

为了解决问题，就需要提升训练——“多存钱”。这几天的训练课，梁伟铿/王昶、刘雨辰/欧烜屹和其他3对组合一直在进行对抗，一下午的训练下来，每个人常常需要换5、6件T恤。在对抗中，大家全力以赴，丝毫不会对队友手软，训练气氛也很热烈。当打出一个精彩的回合时，大家会鼓掌，当回球出现意想不到的失误时，也会发出笑声，这种每天不间断的对抗正是陈其遒的执教思路。“希望增加男双的厚度，去优中选优，让世界排名整体往上靠，更加具有竞争力。希望他们通过队内的对抗训练更加完善自己，在国际赛场更加有竞争力，这特别是队内排名第三、第四、第五的组合应该做的。”

除了技术训练，男双组清晨5点45分的早操时间也是5个单项组中最早的。“跑步能够锻炼队员们的意志品质和心肺功能，而且在跑步中设定一个目标，为这个目标去努力，也是一种很好的锻炼。”队员在跑步时，陈其遒一直在一旁为队员计时和加油。

巴黎周期陈其遒成为国羽男双主管教练，男双进行重组，一切从零开始，也遭遇了无缘去年世锦赛的尴尬。经过一年多的努力，国羽男双已经有两对组合跻身世界排名前10位，走过了最低谷。但在陈其遒看来，虽然局面上有改观，但面临的挑战依然很大。“我们的对手很多，从第一轮开始就没有特别弱的对



王昶在训练中。 中体在线 张昕摄

手，大家都尽全力去争抢奥运积分，我们在参赛资格、参赛阵容和参赛规模上要有非常强大的竞争力，还需要付出更多努力。”

（海南陵水7月4日电）

内蒙古开展奥运冠军进校园活动 以榜样力量兴体教

本报讯 内蒙古自治区体育局日前组织开展了“感党恩 听党话 跟党走”为主题的奥运冠军·体育明星进校园活动，与学生们交流互动，进行专业的运动技能指导，帮助学生们精准快速掌握运动要领。

活动邀请了女排奥运冠军张娜、太极拳世界冠军柴云龙、游泳世界冠军高畅、艺术体操世界冠军朱丹、健美操世界冠军王锬、拳击世界冠军窦丹、柔道世界冠军吴树根走进内蒙古自治区体育支教志愿服务临河区支教学校，与学生们面对面交流、一对

一指导。

冠军们分享了自己的心路历程，分别从初识体育、专业训练、技术提升、突破瓶颈、成为冠军等方面进行讲述，结合自己的亲身经历和体育故事，向学生们传递了勇毅奋进的精神追求。“听了冠军们的分享，我很激动，对于他们在体育运动中执着专注、精益求精、一丝不苟、追求卓越的精神印象很深。”巴彦淖尔市临河区金川学校五年级十一班学生石文钰说，“今后我将不断学习更多知识，积极进行体育锻炼，用努力和坚持成就自己的冠军梦。”

为了让学生们能够有更加真切直观的感受，冠军们结合活动现场布设的体育运动项目展，依次讲解了各运动项目的特点。张娜讲述了中国女排的发展历程，深刻诠释了中国女排精神，引导学生们积极参与体育运动，找准人生定位，强健身心体魄，实现全面发展。“特别高兴能和这么多同学分享女排40年来的辉煌历程，天津体育学院也派出一支由研究生和本科生共同组成的精兵强将，来参加支教活动，让同学们爱上排球，一起参加体育锻炼。”能够参加此次活动，作为天津体育学院中国排球学院教练的张娜难掩心中的喜悦。

通过此次活动，奥运冠军深入校园和青少年群体，以“榜样效应”传播体育正能量，激发了学生的体育热情，引导学生将体育精神融入日常学习生活中，推进体教融合取得新成效。

（黄璐超）

竞赛圈

温网首日中国四金花出战 王欣瑜闯过首轮关

本报讯 2023温布尔登网球锦标赛在英国当地时间7月3日展开正赛争夺。首个比赛日共有4位中国球员出战女单首轮，其中王欣瑜两盘横扫亨特，收获温网正赛首胜，她也是首个比赛日唯一晋级的中国球员。

王欣瑜的首轮对手亨特来自澳大利亚，目前世界排名第162位，经过资格赛3场考验打进正赛。两人本场比赛一上来就互破发球局，王欣瑜在首盘盘末阶段连续破掉对手两个发球局的同时，在自己的发球局化解两个破发点惊险保发，以6比3先下一城。进入第二盘，王欣瑜打得愈发得心应手，破掉了对手全部3个发球局，以6比1锁定胜利，晋级温网第二轮，她也在今年前3个大满贯都成功闯过首轮关。

王欣瑜此前在柏林站因伤退赛，她的健康状况也是本场比赛的

另一个焦点。获胜后王欣瑜表示，确实更多比较担心自己的身体，希望能够健康地打完这场比赛，所以没有太多的期待。“其实包括像之前那几场比赛，在草地上打还是挺舒服的。”她说。

王欣瑜下一轮将对阵前澳网冠军肯宁，从资格赛突围的后者在首轮以6比4、4比6、6比2淘汰7号种子高芙，继2021年温网后再取大满贯正赛胜利。高芙则是首次遭遇温网一轮游，成为首位出局的女单前八种子。

24号种子郑钦文在首轮以3比6和5比7负于上周在巴特洪堡站夺冠的西尼亚科娃。朱琳在首轮以1比6和3比6不敌头号种子斯瓦泰克。从资格赛突围闯入正赛的袁悦与前世界第一阿扎伦卡大战3盘，以4比6、7比5、4比6遗憾告负。

（马艺欧）



王欣瑜在获胜后向观众致意。 新华社记者 韩岩摄

郑钦文首轮出局 “埋头苦练准备下一站”

本报记者 马艺欧

北京时间7月4日凌晨，郑钦文在2023温布尔登网球锦标赛女单首轮两盘负于西尼亚科娃，作为当下世界排名最高的中国网球运动员，这是她第一次遭遇大满贯一轮游。郑钦文正在经历一段低谷，但放眼更大、更长远目标，这些挫折未必是坏事。

郑钦文2022年首次在澳网亮相大满贯赛场，就让人眼前一亮，随后在法网打进16强，并与世界第一的斯瓦泰克大战3盘，几乎掀翻对手，温网负于最后的冠军莱巴金娜，美网也打入32强。作为一名新人，职业生涯首个赛季在大满贯的成绩令人惊叹，外界也早早将她视为未来有能力竞争大满贯冠军的潜力新星。

郑钦文的2022赛季非常顺利，2023赛季因此备受期待，但她在澳网和法网的成绩并无突破，四大满贯之外的巡回赛上也鲜有特别亮眼的成绩。这次温网，郑钦文在自己的第七次大满贯征途上首次尝到了一轮游的苦涩。

郑钦文对红土和硬地赛场更熟悉是事实，但这绝不是她草地赛季单打3连败的唯一理由。关注郑钦文表现的球迷会发现，如今的郑钦文与同期相比发生了不少变化，也在承受以往没有过的压力。

以前在接受采访时，郑钦文经常会以一句“让我们看看接下来会发生什么”结尾，充满自信、霸气外

露。现在郑钦文在采访中很少出现类似的语句，加之成绩有所下降，有人说她失去了锐气，还有人拿她在温网之前通过社交媒体发布为品牌代言的信息作为焦点，包括更换教练的决定也被热议。

如今的职业球员要想完全不受舆论环境影响很困难，但这也恰恰是成为新时代顶尖球员的必备素质之一。网球作为一项高度职业化的运动，得到商业赞助有利于球员获得更好的配套服务，这无可厚非，所有这些恰恰说明郑钦文的职业生涯已经进入了新阶段，正面临新挑战。

对手对她更加熟悉，场内外各种细节都会被放大，这是郑钦文去年作为一名新人不曾经历过的。职业生涯出现起伏本就很正常，郑钦文在经历低谷，更要坚定力争站上最高领奖台的目标。

郑钦文在首轮输球后的一句话让人颇感欣慰，“压力不管怎样都会有，但更多是我应对压力的方式。虽然说这个草地赛季没有打好，但我不觉得之后我就下去了或怎样，还是要埋头苦练，准备下一站。”

虽然近期成绩不理想，但郑钦文在身体和技术层面所具备的硬实力是事实。欲戴王冠，必承其重，在莎士比亚的家乡英国，素有网球圣殿之称的温网，正经历挫折的郑钦文 and 所有期待她美好未来的人，此时恰好可以更好地感悟这句话的含义。

图片新闻



李尖银



石智勇



刘焕华

国家男子举重队正在国家体育总局训练局展开夏训 本报记者 袁雪婧摄