

刘治宇/张亮(前)在决赛中。

新华社记者 贾浩成摄



刘治宇(左)/张亮在颁奖仪式上庆祝。
新华社记者 杜满逸摄

星耀杭城

36岁老将4届亚运揽4金书写“船”奇

“自律”张亮赛后加练剑指第5金

本报记者 黄心豪

波澜不惊!在9月24日进行的杭州亚运会赛艇男子双人双桨决赛中,36岁老将张亮与搭档刘治宇携手勇夺冠军,收获个人亚运第4金,也追平了前辈李建新4枚亚运金牌的纪录。25日他将向单人项目、个人亚运第5金发起冲击。接受记者采访后,张亮走向训练房,坐在划船机上继续加练……

不忘初心 练出“铁人”

1987年1月14日出生的张亮此前已经参加了2010年、2014年和2018年三届亚运会并夺冠。其中2010年广州亚运会和2014年仁川亚运会他都是男子双人双桨项目冠军,而且还在2018年雅加达亚运会男子单人双桨比赛中登顶,为中国队时隔16年再夺亚运会该项目冠军。如今,他在杭州续写传奇。

“冠军是练出来、拼出来的。”这是

张亮的初心和想法。

张亮一直以来最令人信服的,是他用不懈努力弥补了年龄增长带来的状态下滑,他在国家队内无论体能还是竞技状态都毫无疑问排在第一。他说:“我年龄最大,想要运动指标不输年轻人,就必须付出更多,要十年如一日地刻苦训练。”张亮的搭档刘治宇说:“没有人比他能练,他就是绝对的第一。”

刘治宇说:“这强度,我缓不过来,亮哥可以。”很难想象,张亮比刘治宇还大了7岁。

此前在国家队,每天的体能训练和课程安排已是满满当当,可张亮还会加练。早上四点他就起床搬着单人艇下水,划个六公里或八公里左右再回去,然后等七点半与队友一起开始训练。中午,也许大部分人都午休了,张亮会去训练房继续训练,滴下的汗水在脚底汇聚。“我不想轻易浪费时

间,这样训练会很累但很踏实。”张亮表示。

“亚运会比赛压力挺大的,毕竟世锦赛刚刚结束,回国大概只有八天左右,就又投入了亚运会备战。”赛后张亮告诉记者:“对我这样一个老运动员来说,在体能上是非常大的一个考验。”

秘诀“自律”奥运梦还在延续

在获得双人双桨冠军后,张亮的杭州亚运之旅还未结束。“明天还有单人艇的比赛,还要不断去克服困难,克服压力,希望我明天能够比得更好。”张亮说。

张亮为何能在如此高龄下还能继续保持良好的竞技状态?张亮简洁而有力地回答:“自律。”采访结束后,走进训练房,进行身体训练,便是明证。

长期自律,也让张亮成为中国男子赛艇的标杆人物和“常青树”。伦敦奥运会张亮获得男子单人500米赛艇第

十一名,创造了中国男子赛艇单人项目在奥运会上的最好成绩。东京奥运会上,他和搭档刘治宇夺得赛艇男子双人双桨铜牌,在强手如云的男子赛艇领域,他们成为率先打破欧美“垄断”站上奥运领奖台的中国人、亚洲人。

亚运会对张亮而言,只是“中考”,更大的考验是明年的巴黎奥运会。就在之前的赛艇世锦赛上,张亮、刘治宇在男子双人双桨决赛中获得第六名,成功拿到奥运资格。巴黎奥运会赛场,张亮将再次向巅峰发起冲击。

杭州亚运会给了张亮一次磨炼、提升状态的机会。“现在亚洲的整体水平不断进步,我已经有五年没有跟亚洲对手对抗了,不太了解他们,这也给了我很大的压力。”

“作为一名运动员,最高荣誉肯定是奥运冠军,我当然也要追求这个目标。”张亮希望明年在巴黎能够实现梦想。(杭州9月24日电)

杭州亚运首金缘何花落赛艇

本报记者 陈思彤

奥运会、亚运会、全运会等综合性大赛的首金一般在射击、自行车等项目产生。亚运首金产生在赛艇项目,还是第一次。那为什么杭州亚运会的首枚金牌会花落赛艇项目?

杭州因水而兴、因水而美,用水上项目为杭州亚运会开局,自然合情合理。杭州是一座浸润着宋式美学的“水城”,唐代诗人白居易有言:“东南山水,余杭郡为最。”水是杭州的文化之源,江河湖溪等水体如灵动的生命线,贯通了杭州这座历史文化名城的血脉。京杭大运河流淌千年,具有相当重要的历史和文化价值。亚运会开幕式上,也处处体现了杭州这座城市的水韵之美。

从中国水上运动的发展来看,浙江是水上运动开展最好的省份之一。为中国水上军团实现奥运会金牌“零”突破的孟关良是浙江人。从杭州这座城市的底蕴相得益彰。水上项目与田径、游泳并称为基础大项,(杭州9月24日电)

赛艇又是水上项目中的金牌大户,将首金放在赛艇项目上,也充分体现了对基础大项的关注与重视。

同时,亚运首金的意义对于中国赛艇来说,收获的不仅是一枚金牌,更是极高的关注度。赛艇在中国属于小众项目,但此次亚运会首金为中国赛艇带来新机遇,赢得更多关注。

一个项目能够持续发展、高质量发展,依托的是稳固的基石,即数量庞大的后备人才群体。借助亚运首金的东风,让更多人了解赛艇、参与赛艇,这对于赛艇运动来说,至关重要。

如果赛艇能借亚运首金的力量更深入人心,让普通人能安全、便捷地享受水上运动带来的乐趣,吸引更多社会力量加入,形成良性循环,带动整个水上运动产业的发展,形成竞技、健身和产业“三翼齐飞”的新格局,更大程度上满足人们对美好生活的需求,则具有更重大的现实意义,将产生更深远的影响。

(杭州9月24日电)

传承体育精神

赛艇亚运冠军“三代同框”

本报记者 陈思彤 黄心豪

24日早上七点,富阳水上运动中心水面上已经有船只陆续下水训练。媒体工作间内,几乎所有的座位已经被“长枪短炮”占满,摄影背心预约柜台前,记者排起了长龙。

“女子四人双桨项目在北京奥运会实现赛艇奥运金牌零的突破时,人都没有这么多。”多位跑过北京奥运会的老记者感叹。

早上八点,媒体看台也全部挤满了人,赛场内体育展示开始启动,伴随着现场欢快的音乐声,观众们开始陆续入场。一位父亲带着两个女儿过来看比赛,“因为我们有杭州选手邹佳琪争夺首金,我们就来给老乡加油助威,我是盯着时间买的票,票到手的时候高兴极了,就盼着这一天。”

上午九点,杭州亚运会赛艇项目女子轻量级双人双桨项目准时开赛,中国选手邹佳琪/邱秀萍被分在第三道。一起航,两个人就处于领先位置。500米时已经领先对手2秒多,1000米时邹佳琪/邱秀萍领先对手已经有5秒41。

“稳了!”隔壁大家庭看台上,邹佳琪和邱秀萍的亲友团来了,他们的启蒙教练来了,省市队教练来了,以前曾经为中国赛艇队服务过的科研、医疗人员也来了。观众席上,大家激动地站了起来,为中国队加油的声音已经超过了现场解说员的声音和巨大的音乐声。“我爱中国!”有人在看台上大声呼喊,引起一片沸腾。

女子四人双桨的四个奥运冠军看完队友的比赛,悄悄出现在中国队的艇库中。“当然开心呀!”四个人脸上都是喜气。“明天就看你们四个的了!”记者和她们击掌。“没问题!”

(杭州9月24日电)

本报记者 黄心豪文/图

9月24日,五星红旗在杭州富阳水上运动中心高高飘扬,中国赛艇运动员邹佳琪/邱秀萍在女子轻量级双人双桨比赛中发挥出色,勇夺金牌,这是本届亚运会的首金。赛后,邱秀萍在赛场与两位“前辈”一起合影,留下了令人难忘的动人瞬间。这两位前辈分别是1990年北京亚运会开幕式护旗手、女子轻量级单人双桨冠军梁三妹和2010年广州亚运会女子轻量级双人双桨冠军黄文仪。

从北京到广州再到杭州,三代赛艇亚运会冠军相聚,她们不仅是冠军,更体现了体育精神的传承,共同书写了中国赛艇的一段佳话。

梁三妹是中国赛艇的第一个世界冠军。早在1987年第十四届世界大学生运动会上,她和队友合作夺得轻量级双人双桨冠军,这是我国赛艇选手第一次在世界大赛中夺得金牌。1988年、1989年和1991年,她勇夺三届赛艇世锦赛冠军。1990年北京亚运会,她是开幕式上8位护旗手之一,女子轻量级赛艇第一次成为亚运会正式比赛项目,她也第一次为中国体育代表团获得一枚意义非凡的亚运会金牌。

梁三妹退役后,先后担任广东省、广州市赛艇队教练。今年4月,作为高级教练的她退休。梁三妹与在中国举办的亚运会有着不解之缘,2010年广州亚运会,她担任赛艇裁判工作。杭州亚运会,她是中国香港赛艇队技术顾问。这次邹佳琪/邱秀萍夺得首金,让梁三妹激动不已。“北京亚运会时对手不是很强,夺冠很顺利。现在竞争很激烈,即便在亚洲,像乌兹别克斯坦队、中国香港队的水



梁三妹(左一)、邱秀萍(左二)、邹佳琪(右二)和黄文仪在赛后合影。

平都很高,她们能夺冠,我非常欣慰。”

梁三妹坦言,她从1984年开始接触赛艇,至今已快40年了,可以说一辈子都离不开赛艇。梁三妹退役后,有好几年广东队在轻量级有些青黄不接,她只能慢慢教导年轻运动员,让她们传承顽强拼搏、攻坚克难的精神,提升力量,打磨技术细节。“当时我个子比较矮,不用担心体重问题。我心疼黄文仪、邱秀萍她们,她们都是瘦高型运动员,轻量级选手的体重都要控制在57公斤级以内,所

以她们既要保持高强度训练,又要节食,很辛苦。”梁三妹说。

“这次她们夺冠,我觉得非常有意义,三代人在一起,我们有传承,有发展,祝愿她们能在巴黎奥运会上为国争光,实现梦想。”黄文仪说。

对梁三妹教练,黄文仪至今怀着感激之情。“我刚到广东省赛艇队时,梁三妹还是教练,感觉她雷厉风行,指导队员非常认真。我相对柔弱,但经常听她讲以前的奋斗故事,

比如在训练中中暑了,到岸边擦上风油精,重新投入训练。在梁指导身上,我学习到了拼劲和霸气,原来赛艇运动员还可以这么飒,这么霸气。”黄文仪感谢梁三妹教会她们如何拼尽全力,在训练和比赛中如何培养霸气,树立了正确的人生观和价值观。

“后来我把这些也用在邱秀萍身上。”黄文仪说,“邱秀萍刚进广东队时,很单纯,也比较懵懂,我也是在训练、生活上尽量照顾她。那时候我们搭档准备征战2021年陕西全运会,我经常自费买海参煮粥给她吃。晚上在宿舍,她喜欢玩手机,但在备战关键时刻,我提议晚上10点钟全部关机,互相监督。她觉得这些对训练有帮助,非常乐意配合。后来我们如愿在全运会上夺冠。”

黄文仪在广州、仁川两届亚运会都夺得冠军,本次杭州亚运会她担任赛艇裁判员。这次邱秀萍/邹佳琪夺得首金,黄文仪直言这比她自己夺冠还兴奋。

黄文仪说,体育精神是非常宝贵的精神财富。她们三代赛艇人的传承也是体育精神的传承,每一代人都会珍惜机遇并勇担使命。黄文仪目前是广州中医药大学体育学院团委书记,平时都会对大学生传播体育精神,讲述冠军梦想,业余时间也参与各项青少年体育赛事活动,让体育之花绽放在青少年心中。

邱秀萍告诉记者,黄文仪就是她的偶像。今天她能获得金牌,非常感激黄文仪这几年的帮助和指导。“文仪姐不仅在训练上提升我,更在生活中照顾我,让我不断进步,很多细节至今历历在目,所以真的很感激文仪姐。可以说,没有她,就没有今天的我。”邱秀萍说。

如今,梁三妹、黄文仪将接力棒传到了邱秀萍手上。邱秀萍坦言,自己唯有努力拼搏,不负国家和前辈所望,逐步去实现梦想。“梦想是一步步实现的,我不敢说太远的目标和梦想,只有脚踏实地,担负起我所应该承担的责任和使命。”(杭州9月24日电)

观众的加油声盖过了现场大喇叭