

刻苦训练 超越自我

周瑜：为国争光是不变的目标



周瑜在男子凯林赛决赛中。 新华社记者 胡虎虎摄

本报记者 弓学文

在刚刚结束的杭州亚运会上，中国自行车运动员周瑜战果丰硕，斩获1金2银，这也是他继雅加达亚运会之后再次站上亚运会最高领奖台。

在男子凯林赛一骑绝尘斩获金牌，另外还获得团体竞速赛和争先赛银牌，周瑜的整体表现相当出色。场地自行车不仅是速度的比拼、战术的对决，更是对运动员体能的考验。由于男子争先赛、团体竞速赛与凯林赛赛程密集，而且高强度的比赛对于体能的消耗非常大，因此对周瑜来说，体能是他需要面对的第一大难关，虽然面临重重困难，但周瑜毫不畏惧，在赛场上展现出敢打敢拼、不服输的拼劲，并在凯林赛中以较为明显的领先优势夺冠，获得一枚宝贵的金牌。“时刻做到百分之百的投入，每一场比赛都拼尽全力完成，努力实现自我超越和突破，为国争光是我不变的目标。”周瑜说。

从乡村田野一步步走上国际赛场，并创造一系列佳绩，周瑜凭借的是日复一日、年复一年的刻苦训练，所付出的艰辛只有自己最清楚。

周瑜来自上海崇明区绿华镇华渔村，从小学五年级起，就被当时的崇明少体校教练武文泽看中，从而踏上自行车运动生涯，最终进入国家队。一路走来，周瑜经历过低谷也有过辉煌，但他对待训练、比赛的态度始终如一。比如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，而且在国际赛场上展现出中国运动员不惧艰险、迎难而上精神风貌。

场地自行车短距离项目的运动员需要具备强大的爆发力、加速能力、高速耐力等，因此训练强度非常大，但周瑜不怕苦不怕累，一如既往地刻苦训练。“有时骑完之后，双腿发软，觉得都动不了，但还是得爬起来，走上骑行台多骑会儿放松训练。”虽然周瑜的奶奶已经过世，但是他一直牢记着奶奶经常对他说过的一句话，“别为我操心，你得苦练，为祖国争光。”这句话也一直激励着周瑜奋勇前行。

虽然杭州亚运会的比赛已经结束，荣誉已成过往，但是拼搏永不止步，周瑜又踏上了新的征程，继续迎接新的挑战。

全国乒乓球锦标赛

林诗栋/蒯曼获混双冠军

本报讯 10月12日，2023年全国乒乓球锦标赛在江苏扬州决出混双金牌。林诗栋/蒯曼3比0横扫向鹏/刘炜珊，获得混双冠军。

向鹏/刘炜珊与林诗栋/蒯曼在半决赛中分别以3比2、3比0淘汰林高远/王曼昱、梁靖崑/钱天一。决赛中，林诗栋/蒯曼连下三局击败向鹏/刘炜珊，将混双冠军收入囊中。

本届比赛从10月9日持续到10月15日，10月13日将进行男单决赛，14日进行女单决赛，15日举行男团和女团决赛。（宋 菲）

大众网球联赛四川省级联赛举行

本报讯 2023年四川省全民健身网球公开赛分站赛暨第二届中国大众网球联赛四川省级联赛日前在成都武侯网球中心举行。本次赛事总共设置了12个组别，吸引了众多网球爱好者踊跃参赛。

本次比赛积极响应全民健身国家战略，对推进四川省网球运动的发展，带动更多群众参与到体育健身中来有着十分积极的促进作用。本届比赛由国家体育总局网球运动管理中心、中国网球协会、四川省网球协会主办。四川省网协有关负责人表示，希望通过经常举办全民健身网球公开赛和大众网球联赛，吸引更多人群通过网球运动达到健身目的，不断提高网球运动水平，为建设健康四川、体育强省作出贡献。（马艺欧）

中国女子三人篮球联赛总决赛落幕

四川队以全胜战绩蝉联冠军

本报讯 10月12日，2023赛季中国女子三人篮球联赛总决赛在广州增城落幕。继以赛季全胜战绩拿下2022年中国女子三人篮球联赛总冠军之后，四川远达美乐再度以全胜战绩夺冠，张王来当选总决赛最有价值球员。浙江稠州银行获得亚军，上海宝山大华获得季军。

此次总决赛在四川远达美乐和浙江稠州银行之间展开。比赛伊始，双方便展开激烈拼抢。贾赛琪转身打板上篮命中，为四川远达美乐先拔头筹。随后，万济圆自投自抢，为浙江稠州银行得分。四川远达美乐开局高效，取得4比1的领先优势。但万济圆和王佳琦内外线接应命中，很快帮助浙江稠州银行反超比分。关键时刻，贾赛琪、张王来顶住压力，帮助四川远达美乐以11比10再度反超比分。随后双方比分交替上升。最后1分钟，高颂转身上篮命中，四川远达美乐以17比16取得领先。最后时刻，凭借张王来连续上篮命中，四川远达美乐以19比16战胜对手。

此战张王来得到7分8个篮板，高颂贡献4分7个篮板，贾赛琪贡献8分1个篮板；浙江稠州银行队王佳琦贡献8分2个篮板，万济圆得到3分8个篮板。

凭借出色的个人表现，上海宝山大华的刘雪园、浙江稠州银行的王海媚和四川远达美乐的张王来入选赛季最佳阵容。

（李东辉）

CBA新赛季全面恢复主客场制

本报讯 2023—2024赛季中国男子篮球职业联赛（CBA）将于10月21日拉开大幕。新赛季CBA推出全新的联赛口号“以城之名”，加强球队与所在城市、球迷的关联。联赛将恢复为全赛季主客场制比赛，常规赛增加至52轮。

常规赛期间，每支球队共进行52场比赛，分别为26个主场、26个客场。按照上赛季常规赛排名，所有参赛队蛇形排列分为两大组、四小组。每支球队与同小组的其他球队各进行3场比赛，与不同小组、同大组的球队各进行4场比赛，与不同大组的球队各进行2场比赛。

常规赛期间，CBA联赛将遇到两次国际篮联比赛窗口期，届时联赛将提前暂停，待窗口期结束后恢复比赛。

季后赛将于2024年4月10日开始，采取“3—5—5—7赛制”，即12进8采用三场两胜制，1/4决赛、半决赛都采用五场三胜制，总决赛采用七场四胜制。整个赛季最晚结束时间不超过2024年5月31日。（扈建华）

环崇明岛女子公路世界巡回赛开赛

本报讯 10月12日，2023年永达天恒·环崇明岛国际自盟女子公路世界巡回赛第一赛段崇西赛段在上海崇明新城公园展开激烈角逐，森拉天时—WNT女子职业车队的米琳·德索特率先冲线穿上个人总成绩最佳的黄衫和冲刺最佳绿衫，而中国队的唐欣则穿上了青年最佳的白衫。

根据国际自盟公布的2023赛历，2023年女子公路自行车世界巡回赛全球共设30站，包括13站多日赛，环崇明岛为中国举办的唯一一场女子世巡赛

多日赛，同时也是2024年巴黎奥运会积分站，共有来自13个国家和地区的18支车队参赛，其中参赛的5支中国车队分别是中国国家队、中国香港队、中国丽以美女子职业车队、河北女子洲际队和李宁之星女子自行车队。

本次比赛由国际自行车联盟、国家体育总局、上海市人民政府联合主办，中国自行车运动协会、上海市体育局和上海市崇明区人民政府承办，上海万胜文化体育产业有限公司协办。（弓学文）

（上接第一版）

男排：亚运会是一次很好的锻炼

中国男排时隔17年再获亚运会亚军，在杭州亚运会总体表现可圈可点。

在半决赛面对今年多次交手且不占优势的日本二队，中国男排打出了较高水平，以3比0击败对手，时隔17年再次闯入亚运会决赛。

决赛面对世界排名第11位，且全主力出战的伊朗男排，中国男排也是敢打敢拼。首局25比19取胜，第二局出现主力主攻元泰受伤离场的突发状况，中国男排随后失去了比赛主动权，伊朗队也在发球和拦网两端持续施压，使中国男排进攻受阻，对方逐渐掌握比赛走势，14比25、22比25、24比26，中国男排连丢3局，1比3遭遇逆转，屈居亚军。

本场决赛，中国男排打出了拼劲。“上场前使劲揉了揉脚，把脚踩麻了就不疼了。”俞元泰在第三、第四局带伤出战，打出了一些好球。但整体实力上，尤其是关键分的把握上，中国男排与伊朗队相比还有一定差距。

“这次没有在家门口拿下金牌，是一种遗憾，不过也是一次很好的锻炼。”中国男排主教练吴胜表示，通过这次比赛，我们认识到队员们还需要接受大赛锻炼，特别是在第四局最关键的时刻出现了不少失误，这对我们今后的训练也提出了更高的要求。

女篮：不断向高水平迈进

杭州亚运会女篮决赛，中国队74比72险胜日本队，成功卫冕。在通往决赛的征途上，中国女篮小组赛先后大比分击败蒙古国队、印尼队和印度队，1/4决赛和半决赛分别大比分战胜中国台北队和朝鲜队。

亚洲杯铩羽而归的日本女篮集结全部主力，针对亚洲杯失败的细节作出调整。中日女篮这场决赛是一场世界级水平的比赛，中国队从领先到被迫追，再到被对手追平比分，直至最后13秒时王思雨上篮得手再度领先，李月汝防住对方最后一次进攻，黄思静抢下篮板，才赢得这场胜利。

郑薇表示：“我们知道对手非常顽强，也做足了艰苦的准备，有必胜的信念。比赛打得很艰苦，但我们抑制住了对方的特点，这也是取得胜利的基本保证，我为球员们感到骄傲。”从雅加达夺冠，到杭州卫冕，中国女篮这5年经历了很多，李缘、韩旭、李月汝等队员不断成长，有刻骨铭心的失败，也有令人激动的胜利。郑薇说：“这支球队不断向高水平发展，经历这么多大赛，我们在心理和技战术上更加成熟，也能更好地承受压力。”

杭州亚运会后，队员们已回到各俱乐部参加联赛。明年2月，中国女篮将参加巴黎奥运会资格赛。“我们会用窗口期的时间备战奥运资格赛，这是一个必须完成好的任务。”郑薇说。

男篮：没有达到预期目标

世界杯上中国男篮没有拿到巴黎奥运会参赛资格，杭州亚运会上没能实现卫冕，对此中国篮协主席姚明表示，球队没有达到预期目标。

在杭州亚运会男篮半决赛中，中国男篮在最多领先20分的情况下，被菲律宾队以77比76逆转击败。虽然在铜牌赛上击败中国台北队，但这样的成绩还是遭受到了很多批评。

中国男篮成绩不佳，很多人形容目前的教练组和球队处在一个“阵痛期”。对此姚明表示，这并不是主教练和球队的阵痛，而是中国篮球和世界篮球差距的阵痛。“我们在世界杯

上看到了和世界篮球的差距，也看到了同是亚洲球队的日本队等队伍的表现，从成绩上看，这是个坏消息，但从发展的角度来说，他们能做到的，我们也可以找到学习的经验。”

目前网络上有一种声音认为，现在的中国篮球、联赛培养不出运动员时期的姚明这样的领军人物，对此姚明表示，自己对联赛有信心，相信各方面会一起共同努力把联赛办得更好。

对于领军人物，姚明认为，任何团队都会有，重要的是这个领军人物能带领团队走多远。“我相信未来会有新的领军人物出现，这次亚运会上，赵继伟、赵睿、胡金秋等球员的表现非常出色。也许我们的水平不高，但不能说我们缺失了什么，只不过我们需要把水平追赶上去。”

女足：更成熟地面对比赛

在杭州亚运会上，中国女足在小组赛以及1/4决赛中先后取胜蒙古国队、乌兹别克斯坦队和泰国队，进26球，未失一球。半决赛中，中国女足3比4不敌日本女足，无缘决赛。铜牌争夺赛上，中国女足7比0大胜乌兹别克斯坦队，获得季军。主教练水庆霞表示，和日本女足的半决赛是真正意义上的考验。

水庆霞认为，和日本女足的这场比赛，队员们在90分钟里打出了拼搏精神，打出了铿锵玫瑰永不放弃的精神，但有些细节没有做好，“3比4的比分虽然差了一点点，但这一点点也说明了很多问题。”

从小组赛到淘汰赛首轮，3个对手对中国女足的压迫和压力都不太大。水庆霞说，从与日本队的比赛来看，两队都想去表现，都想做得更好，特别是日本女足打出了整体传切，有很多地方值得学习。

水庆霞认为，足球比赛会碰到很多问题，对于球队，需要

不断在过程中调整，对于个人，能力的提高也需要漫长的过程，队员们和自己都要从失利中好好总结，怎样去成熟地面对足球比赛，怎样去调整好自己的心态。

10月底的巴黎奥运会预选赛，中国女足将在小组赛中与朝鲜、韩国、泰国女足竞争，若能晋级，还要面临与潜在对手日本、澳大利亚女足等球队的主客场两回合淘汰赛。水庆霞说，球队任务艰巨，重要的是如何在这段时间里，把队员们的最佳状态挖掘出来。

男足：要进步必须多与强队过招

本届亚运会中国男足打进八强，时隔17年再次在亚运会上取得这一成绩，男足亚运队在主教练久尔杰维奇的执教下，打出了精气神。特别是1/8决赛对阵卡塔尔队，开场仅3分钟便由陶强龙打进一球，并最终1比0的比分击败对手，闯过淘汰赛第一轮。

不过这场比赛也暴露出运动员情绪管理的问题，蒋圣龙在最后时刻领到红牌，高天意也吃到黄牌，累计两张黄牌，两人在与韩国队的比赛中无法上场。

本届亚运会上，在与韩国队比赛之前，中国队的对手实力普遍不强，球队并未经受真正的考验。1/4决赛与韩国队交手，中国队的差距十分明显，0比2失利在预料之中。

总结本届亚运会中国队的表现时，久尔杰维奇说，一定程度上（晋级八强）让中国足球上了一个小小的台阶，对中国足球的发展有一定好处。队伍在11天内打了5场比赛，过程非常艰苦。每个对手的体系、风格不同，球员必须要认识到这一点，找到办法去战胜对手。

久尔杰维奇认为，球队要想进步，就必须和强队多打比赛，特别是队伍要有更多参加国际比赛的机会。只有这样，队伍才能够提高。