

# 中国体育报

CHINA SPORTS DAILY

国家体育总局政府网 <http://www.sport.gov.cn>

新体育网 <http://www.new-sports.cn>



2023年12月

14

星期四

国家体育总局主管  
中国体育报业总社  
有限公司主办  
中国体育报出版  
今日八版  
国内统一刊号：  
CN11-0082  
邮发代号：1-47  
第14313期



## 世界巡回赛战胜男单世界第一阿萨尔森

# 石宇奇时隔六年终结八连败

本报记者 周圆

六年有多长？八连败有多难？

12月13日，石宇奇在2023年世界羽联世界巡回赛首场比赛中，以两个21比19击败男单世界第一、丹麦选手阿萨尔森，终结了自2017年至今对阿萨尔森的八连败。

本次总决赛，国羽男单遭遇强敌，“00后”李诗沣0比2负于丹麦选手安东森。随后，石宇奇与阿萨尔森的对决备受关注。本场比赛，石宇奇从开局就展现了良好的状态，一路领先，即使在局末被追分时，也能及时调整，顶住压力。

回看六年来的每次失利，虽过程艰难，但石宇奇渴望胜利的心从未改变。“上次失利后，没有因为输球失去信心，也找到一些方法，抱着比较强的冲击力去打这场球。”

本场比赛石宇奇自始至终保持高度专注。“打好每个球，精力要集中，做好减少主动失误的准备。因为对方得分效率很高，容易连续得分，就像第一局19比14领先时，一下被对方追平。”石宇奇复盘胜利原因时说，“在球路上，虽然对方进攻凶，但我始终保持着良好心态，不一定完全避开对方的长处，这样会让自己打得更累。在这方面，我今天也有调整。”两局都能赢下关键分，石宇奇认为心态平稳最为重要，“打到总决赛的都是顶尖高手，心理上要做好全力冲击的准备。”失利的阿萨尔森也表示，自己失误较多，打得一点信心都没有，石宇奇打得很好。

当石宇奇锁定胜利的那一刻，杭州奥体中心体育馆内的球迷沸腾了，石宇奇也微笑着振臂庆祝，因为这一刻他等得太久了。随后，他向全场观众鞠躬致意，场内良好的气氛、观众的助威给他增添了更多赢球的动力。教练席上的国羽男单主教练孙俊也笑开了花。

石宇奇继2017年世界羽联总决赛2比1击败阿萨尔森后，时隔六年再次战胜对手，将两人的交手纪录改写为2比8。这六年经历了高峰、低谷，如今又面对李诗沣等小将的脱颖而出，石宇奇依旧在努力，保持着强劲的竞争力。（杭州12月13日电）



组委会供图

## 从规划退役到打破世界纪录

# 梁小梅书写“宝藏女孩”传奇

本报特派记者 袁雪婧文/图

“老树发新芽了，哈哈！”梁小梅对自己的形容令人忍俊不禁。从一个规划退役的选手，飞速成长为世界冠军、世界纪录保持者，梁小梅无疑是巴黎奥运周期中国女举的“宝藏女孩”。

在12月12日进行的2023年国际举联卡塔尔大奖赛女子81公斤级比赛中，梁小梅以抓举123公斤、挺举161公斤、总成绩284公斤包揽三枚金牌，她只用了5把试举，就将挺举和总成绩两项世界纪录收入囊中。

“抓举实现了突破，世锦赛的成绩是122公斤，这次举起123公斤，不仅是成绩，更是心理的突破。信心越来越稳了，能放开了。”点评比赛，梁小梅很开心自己的抓举成功率和成绩都有了提高。“挺举发挥一般，因为我的目标不只是这个世界纪录，我还想着往上涨。”评价挺举表现时，梁小梅有点“凡尔赛”，但这也展现了她的勇气与自信。

巴黎周期前的梁小梅完全是另一个样子。“我以前是抓举到了大重量就害怕，光想自己能不能举起来，会慌，脑子发懵。”现在，我能专注去想动作和技术要领了。”梁小梅说，她以前从没想过自己能摸到世界纪录这样的重量。“我的挺举一直是强项，

但前几年只有150公斤出头的水平。这个周期进入国家队，队友的实力都很强，这会激励我慢慢向上走。”梁小梅以前的技术动作是“粗放模式”，倚仗着先天气力足，动不动就拿手去举。现在，她会用身体去举重了。“比赛中，我能调整好试举节奏了，动作也更科学了。”梁小梅说。

梁小梅的主管教练吴美锦是最了解她的人，“梁小梅是老运动员，26岁在女选手中算大龄，但她又是这个周期才进入国家队的新队员。她曾有很多问题，潜能、动作和力量没有合理运用起来。”吴美锦为进一步提升梁小梅动作的合理性，帮助她持续加强力量，最重要的是纠正她一些固有的习惯。“梁小梅能静下心来配合，效果立竿见影。现在，她每天都有收获，对训练更有渴望和动力。”

比赛结束后，国际举联主席扎路走到后场与梁小梅合影。当他发现梁小梅的手被杠铃划破，仍能举起破世界纪录的重量，主动向镜头展示梁小梅的拼搏精神。“这场比赛确实磨炼了梁小梅的意志品质，她干劲十足，虽然流了很多血，但她仍把比赛拼下来了。”吴美锦充分肯定了梁小梅的表现。

梁小梅表示，自己不能止步，“今天举每一把我都感觉很自信，接下来我要向新的世界纪录发起冲击，包括抓举世界纪录。”（多哈12月12日电）



袁雪婧文/图

## 后起之秀游泳全锦赛脱颖而出

本报记者 许珂

随着“七彩云南 运动影像”评选活动结束，历时3个月的2023年云南省社区运动会落幕。万余名群众通过参与多样化的体育活动，锻炼了身体，丰富了生活，学习了科学健身知识，在运动中收获快乐与幸福。

本届社区运动会在保留乒乓球、钓鱼、定向、徒步等广受好评的项目基础上，新增了云南省群众基础深厚的羽毛球、大众健身操（舞），以及传统体育射弩冠军赛。活动举办30余场比赛，总参与人数14000余人。相较往年，展现出赛事特色强、举办场次多、参与人数广、覆盖区域宽等特点，满足了群众多元化的体育需求，营造出良好的运动氛围，传播了全民健身理念。

## 全民健身点亮社区幸福生活

今年，组委会不断创新，在原有项目中更新赛制、多级联动，力求打造具有新意的运动嘉年华。乒乓球项目不仅增加分站赛数量，覆盖云南省内多个州市，还联动“国球进社区”和全国社区运动会暨第二届体彩杯比赛，让更多群众可以动起来、走出去。据统计，本次大众乒乓球公开赛有4200余人参与，刷新了往届纪录。

具有云贵高原民族特色的泸沽湖女子徒步大会，依托摩梭人独有的母系文化，新增男选手以“护花使者”的身份通过抽盲盒方式参与比赛守护女选手，进而令赛事温馨有趣。乡

村振兴定向节则主打美丽乡村与青少年主题，让更多家庭共同动起来，体验千年的滇中渔耕文化。

此外，组委会立足社区，新增多个贴近群众的体育项目。大众羽毛球公开赛吸引1400余名羽毛球爱好者参加，包括500余名青少年选手，做到了运动全民化、全龄化；民族传统体育射弩冠军赛则展现出云南多元的民族文化。

大众健身操（舞）公开赛在昆明、楚雄、玉溪、德宏、保山等地举办14场次赛事及活动，直接参与活动4500余人次。活动内容广泛、形式多样，激发了群众的参与热情。

本次云南省社区运动会深入省内多个州市，将赛事活动与体育旅游、乡村振兴、民族文化等元素相融合，把赛事活动办到群众身边，让基层群众感受到获得感、幸福感。

为大力弘扬全民健身志愿服务精神，推进全民健身志愿服务活动常态化，在各项比赛现场还开展了云南省社会体育指导员志愿服务，为健身者提供专业的体育健身指导。

2023年云南省社区运动会围绕群众喜爱的体育项目，将运动健身与休闲旅游相结合，充分展示了云南独特的自然风光与浓厚的人文底蕴，从体育赛事、体育旅游、乡村振兴、传统文化等多个维度，全力打造多样化的覆盖广的全民健身赛事，展现出新时代云南群众体育蓬勃发展的态势，向社会传播了体育文化与力量，助推云南全民健身事业高质量发展。

本报记者 李晓洁

2023—2024赛季国际滑联短道速滑世界杯北京站比赛结束后，中国短道速滑队于12月11日抵达韩国首尔，备战15日至17日进行的世界杯第四站比赛。根据之前公布的参赛名单，中国队本站派出6男6女，分别是男运动员任子威、刘少林、刘少昂、孙龙、李文龙、宋嘉华，女运动员范可新、曲春雨、臧一泽、公俐、王欣然、王晔。

与北京站相比，女队迎来老将曲春雨回归，在前两站收获男子5000米接力金牌的宋嘉华也再次出场。由于林孝俊在北京站男子500米第二次比赛中脚踝受伤，经医疗团队诊断，结合运动员本人意见，决定退出首尔站比赛。

根据前几站比赛的表现，男子500米、男子5000米接力、混合团体接力仍是中国队目前的优势项目，男子中长距离和女子项目则面临挑战。相比前两站奖牌项目来源单一，中国队在本站多点开花，除女子3000米接力，其他项目均进入A组决赛，且均有奖牌入账。

老将曲春雨在首尔站回归或许不会有太亮眼的表现。远离国际赛场一年多，她需要尽快适应国际比赛节奏、减少失误。小将公俐本赛季进步较大，从跻身A组决赛到北京站连拿1500米银牌和1100米铜牌，她放松的心态和明显的进步有望持续助她在首尔取得佳绩。经过前两站的锻炼与适应，范可新在北京站逐渐找回状态，并取得两枚女子500米奖牌。不过，500米共进行两次比赛，优秀选手有所分散，且从绝对成绩看，中国选手与高水平选手之间仍有差距，不可掉以轻心。中国队在女子3000米接力项目上连续三站未能进入A组决赛，此次有曲春雨加入，女队的表现值得期待。

男队方面，在短距离和接力项目上，中国队都有夺金实力，但由于在北京站比赛中承受了一定压力，且求胜心切，一定程度上影响了运动员的临场判断与发挥。来到首尔，林孝俊因伤缺席，中国队在男子项目上少了一员大将，但刘少昂、孙龙、李文龙等在北京站均有不错表现，小伙子们势必全力以赴争创佳绩。任子威在北京站参加的两项个人单项均参加复活赛，且状态逐渐回升，并在男子5000米接力决赛中有所贡献，小将宋嘉华缺席了北京站比赛后在首尔再次出战，他在第二站世界杯与队友一起获得男子5000米接力冠军。此外，中国队在混合团体接力项目上一直领跑，三站斩获2金1银，来到首尔后，他们将继续向金牌发起冲击。

## 雄安新区开展社会体育指导员(足球)培训

本报讯 2023年中国足协“全民健身日”系列活动暨中国足协社会体育指导员（足球）培训班（河北雄安新区）日前在雄安新区举行。该活动旨在深化落实全民健身国家战略，加强基层专业人才培养，不断扩充雄安新区足球人才储备，支持新区不断普及公益性、群众性足球赛事活动。

24名学员参加了本次社会体育指导员（足球）试点培训。课程分为理论学习、实践操作和培训内容考核。培训班讲授了竞赛组织、竞赛规则、损伤防治等基本知识，帮助学员培训后带给基层学校、社区更多科学、健康的足球运动知识，为雄安新区社会足球发展打下坚实基础。

为满足雄安新区群众足球需求，带动广大群众参与足球活动，助力新区全民健身事业高质量发展，经过培训的24名学员分别前往四所学校，组织在校师生进行运动损伤防护讲解、足球知识规则、足球技能、足球嘉年华等活动，并向四所学校各捐赠了100只足球。

本次活动由中国足协主办，河北省体育局、河北省足协承办，雄安新区宣传网信局、安新县人民政府协办。（林剑）

## 中国短道队出征首尔再战世界杯