

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>



2024 年 6 月

27

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

国内统一连续出版物号：
CN 11-0082
邮发代号：1-47
第 14442 期



■ 图片新闻

6月26日，拉萨首届农牧民运动会闭幕。图为选手们在赛牦牛比赛中。

破世界纪录

中国女子场地竞速全力冲奥运

本报记者 王向娜

45秒487！大屏幕出现这一成绩时，现场一片惊叹。

6月26日于河南洛阳开赛的中国场地自行车联赛总决赛首日传出佳讯，郭裕芳、鲍珊菊、苑丽颖三个姑娘在女子团体竞速赛上高水平发挥，三次出场均打开46秒大关，还在第一轮比赛中打破世界纪录，将德国队保持的45秒848世界纪录提升了近0.4秒。

本场比赛于下午4点正式开赛，比赛在流程和时间上上完全模拟巴黎奥运会，还请来了国际级裁判和反兴奋剂人员，最大范围内演练奥运参赛模式。中国队在女子团体竞速赛这个项目上的表现令人关注，连续取得里约和东京两届该项目金牌后，姑娘们期待继续捍卫荣誉，但在巴黎奥运周期里，中国队一直未能在正式的比赛中打开46秒大关。

“来到河南洛阳，内心非常兴奋，这是我的家乡，特别希

望我们每个人都能发挥出最佳水平。”鲍珊菊表示，赛前两天，她甚至兴奋得有点睡不着。

在奥运会赛场上，女子团体竞速赛共比三场，本次比赛也是一样。首先进行的是资格赛，郭裕芳、鲍珊菊、苑丽颖发挥稳定，骑出45秒900，打开了46秒大关。这也为她们在接下来的比赛奠定了基础。

“资格赛之前自己特别紧张，没想到一上来就打破了我们的全国纪录，非常开心，后面就彻底放开了。”鲍珊菊说。

随后是第一轮比赛。在奥运会团体竞速赛这个项目上，第一轮的成绩是最重要的，排名直接决定是否能够参加冠亚军的争夺。在奥运会赛场上，各队都会在这一轮比赛中拼出全力，很多打破世界纪录的表现也在这一轮次。

郭裕芳、鲍珊菊、苑丽颖上场了。出发125米，11秒305的成绩相当稳定，第一圈过后成绩为18秒468，基本稳定发挥。随后鲍珊菊将第二棒成绩锁定在31秒884。此时苑丽颖爆

发，越骑越快，将成绩定格在惊人的45秒487。

随后，裁判们认定该成绩有效，中国姑娘将世界纪录收入手中。

“这是我们赛前的目标。我们在冬训中训练得很扎实，但是在比赛当中一直没有发挥出来，这次到洛阳就是奔着打破世界纪录的目标而来。”主教练高亚辉难掩激动，这样的表现提振了姑娘们的信心与队伍的备战士气，同时冷静看待成绩，“毕竟这还不是奥运会，巴黎奥运会我们还会遇到更多的困难，必须全力以赴做好最后的备战。”他说。

第三次上场，姑娘们在决赛中延续了良好发挥，45秒722的成绩同样超越了45秒848的原世界纪录。

“成绩在意料之中，但也在意料之外，终于跑出了我们之前设定的目标。”鲍珊菊说，随后不到一个月的时间内，姑娘们还会继续努力，向着目标奋力前行。

（洛阳6月26日电）



郭裕芳、鲍珊菊、苑丽颖（左起）在比赛中。

中国篮协公示巴黎奥运会女篮三人篮球参赛名单

本报讯 6月26日，中国篮协在官网公示了巴黎奥运会中国女篮、三人篮球参赛队员名单。

中国篮协在公示中表示，为做好巴黎奥运会女子篮球、三人篮球项目运动员选拔参赛工作，根据《中国篮球协会巴黎奥运会篮球、三人篮球参赛运动员选拔办法》，按照公开、公平、公正的选拔原则，结合运动员竞技状态以及伤病情况，拟定了巴黎奥运会女子篮球及三人篮球项目参赛运动员名单，现将名单进行公示，时间从2024年6月26日至6月28日。具体名单如下（按姓氏笔画顺序排列，排名不分先后）：女子篮球16人分别是王思雨、李月汝、李梦、李缘、张茹、武桐桐、罗欣祎、金维娜、唐子婷、唐毓、孙梦然、黄思静、韩旭、杨力维、杨舒予、潘臻琦；女子三人篮球和男子三人篮球各6人，分别是万济圆、王丽丽、张芷婷、陈玉婕、陈明伶、黄琨和朱渊博、张宁、赵嘉仁、颜鹏、郭瀚宇、陆文博。

（扈建华）

中国高尔夫奥运名单出炉 老将新人逐梦巴黎

本报记者 杜 婕

北京时间6月26日，恰逢巴黎奥运会倒计时30天。中国高尔夫奥运名单出炉，袁也淳、窦泽成、殷若宁与林希妤将代表中国军团出征奥运。

巴黎奥运会，中国高尔夫球队实现了“2男+2女”的“满额”参赛目标。自从高尔夫球项目2016年回归奥林匹克大家庭以来，这也是连续3届中国队完成“满额”参赛任务。

随着日前女子PGA锦标赛落幕，标志着长达两年“奥运排名周期”的结束，最新出炉的一期女子世界排名将决定全球究竟会有哪60位巾帼出战于8月7日至10日举行的巴黎奥运会女子高尔夫比赛。

根据规定，世界前15名自动入围奥运，但一个国家或地区最多只能有4人参赛。其他国家或地区则最多拥有2个名额，通过递补顺序取排名前60名选手组成奥运阵容。中国女队依靠世界排名第4位、第15位的高排位，殷若宁和林希妤锁定了巴黎奥运会的两个参赛席位。两人均入围前15名，创下了中国高尔夫球健儿在历届奥运会选拔过程中的最高排位。21岁的殷若宁将首次身披中国队战袍出征奥运会，“我觉得无法

用言语表达我的感受。毕竟参加奥运会以及代表中国参赛一直是我的梦想。”殷若宁说，“记得2008年奥运会在北京举行，我在电视里看到了

奥运会。我当时就在想，有朝一日，如果我也能代表自己的国家参赛，那一定会很酷。我很高兴，今年能实现这个梦想。”这也是中国女队自2016年和2021年连续两届的“冯珊珊+林希妤”组合以来，首次迎来“新人”。林希妤也成为中国高尔夫球历史上首位连续3届出征奥运会的“三朝元老”。

男子方面，北京时间6月18日，国际高尔夫球联合会公布了最后一期2024年奥运会男子高尔夫球项目60名参赛球员的资格名单。袁也淳和窦泽成入围。27岁的袁也淳是继2021年之后，第二次出征奥运会；窦泽成则是首次出征奥运会，成为继吴阿顺、李昊桐、冯珊珊、林希妤、袁也淳之后，第6位出战奥运会的中国大陆高尔夫球手。“为国出战，巴黎奥运”窦泽成在社交媒体上写道。

袁也淳凭借近7个月稳居中国大陆“一哥”、第155位的世界排名，早已确保了奥运60强的一席之地。相比之下，窦泽成的入围之路坎坷了许多，由于世界排名300名开外，近几个月他一直在奥运60强的“压线”边缘徘徊，为了争夺奥运一席之地，窦泽成从5月初开始，连续7周出战美巡赛和光辉国际巡回赛，体能濒临极限，最终保证了第59位的奥运排名，成功进军奥运会。

本报记者 杨 畅

人民健康是社会文明进步的基础，是民族昌盛和国家富强的重要标志，也是广大人民群众的共同追求。近日，国家卫健委联合教育部、体育总局、国家中医药局等16个部门启动了“体重管理年”活动，提高全民的体重管理意识，提升体重管理效能，推动部分人群体重异常状况的改善。6月26日，国家卫健委召开新闻发布会，邀请相关司局、单位负责同志介绍加强体重管理、促进群众健康有关情况，大家一致认为，科学锻炼在保持合理体重过程中发挥着不可替代的重要作用，“管住嘴、迈开腿”更要“能健身、会健身、健身好”。

运动减重理念先行

生命在于运动，运动需要科学。科学健身加合理膳食是体重控制的有效方法，但科学健身的前提是理念科学，首先需要破解运动减重过程中的一些错误观念。

体育总局体育科学研究所国民体质与科学健身研究中心主任、研究员徐建方在发布会上介绍，这些错误观念中首当其冲的是只有体重下降才是减肥有效果的表现。实际上人体肌肉的密度相对较大，而脂肪的密度则很小，就同样体积的肌肉和脂肪而言，前者重量大概是后者的1.4倍。因此，在运动减肥的过程中，很有可能体重未发生明显变化，但身体成分得到了优化。“大家完全没必要为了体重没下降而焦虑，其实身体正在一点点变好。”

腹部脂肪堆积不美观，会诱发高血压、高血糖及心脑血管等疾病。“这就引发了另一种错误观念，就是想通过局部减肥将肚子上的脂肪减下去。可大多数运动减肥的实践表明，脂肪的消耗是全身性的，即便是局部运动也不能减去特定部位的脂肪。”徐建方表示，但他同时强调，局部减肥虽不可行，却可以通过特定部位的力量锻炼做到局部增肌，帮助塑造良好的形体，比如，可以通过卷腹运动强化腹肌，提高腹部肌肉的耐力和力量，减脂的同时能塑形。

能健身、会健身、健身好

坚持以人民为中心，让体育成为满足人民美好生活需要的重要内容。国家体育总局群体司二级巡视员杨敏表示，体育总局积极回应群众关切，会同各级政府和体育部门保障群众开展全民健身，帮助大家“管住嘴、迈开腿”的同时，也要“能健身、会健身、健身好”。

据介绍，体育总局以大力建设全民健身场地设施确保群众“能健身”，截至2023年底，人均体育场地面积达2.89平方米，“健身去哪儿”难题进一步得到缓解。以科学健身指导确保群众“会健身”，组织专家学者、优秀运动员、社会体育指导员、全民健身志愿者走进学校、社区、乡村，将健身知识送到群众身边。以更加丰富的全民健身赛事活动供给确保群众“健身好”，目前全运会群众赛事活动、全国全民健身大赛、社区运动会已成为品牌，每年7个全国性全民健身主题示范活动有序开展，“三大球”、群众冰雪、各类体育协会的群众赛事活动重点推动，群众展示健身成果的舞台更加广阔。

抓住“健身去哪儿”牛鼻子

全民健身，场地先行。10年前，体育总局启动了“15分钟健身圈”建设，在城市社区，确保居民从居住地步行或骑行不超过15分钟，有可供开展健步走、广场舞、球类运动等群众性体育活动的场地设施。

为此，体育总局会同各级体育部门采取了一系列举措加大全民健身场地设施供给，持续加大经费投入，支持完善乡村和边疆地区全民健身场地设施，持续补助公共体育场馆免费或低收费向社会开放，不断完善全民健身场地设施建设和配置标准。据统计，“十四五”期间全国计划新建或改扩建体育公园1900余个、全民健身中心近1400个、县级公共体育场600余个、健身步道8万余公里、社会足球场1万余个、群众滑冰场超330个、乡镇街道全民健身场地器材补短板项目近15000个、智慧健身设施4700多处、户外运动公共服务设施5100多个、数字化升级改造公共体育场馆660余个。

数字会说话。众多数字共同构建起健康的“1”，之后更多的“0”才会更幸福、更有意义。