

中国女橄高效冬训同心向前

张 斌文/图

“来来来，大家都集中一下，我们来总结一下这周的训练。”主教练陆专一边鼓掌一边示意队员们。“这周我们做了什么？你们觉得怎么样，哪里做得好，哪里做得不好？都来说一说！”他继续说道。

“我觉得战术执行没做到位。”“防守的时候判断不准，很容易被带跑。”……队员们你一言我一语地回答着陆专提出的问题，陆指导边听边向队员们讲出自己的看法，同时向她们提出应对世界强队的新要求。

目前，国家女子橄榄球队正在海南万宁开展冬训，这样的场面很常见。

橄榄球作为一项集体球类项目，既有很高的身体对抗性，也需要在场上时刻保持清醒作出准确的判断。国家女子橄榄球队在巴黎奥运会一路过关斩将获得第六名，收获了自参加奥运会以来的最好成绩，而取得这一成绩的背后，离不开每一位队员的全力以赴，也离不开一支专业有素的复合型团队的保障，更需要全队上下一心，向着共同的目标前进。

巴黎奥运会结束后，国家女子橄榄球队的目标开始转向2028年洛杉矶奥运会的备战工作。秉持着“走下领奖台，一切从零开始”的理念，队伍着手进行了新周期的备战工作。本次共有21名队员参加集训，其中有14人出生于2000年以后，最小的高晓阳和张乐出生于2005年，尚不满20岁。队伍的功勋老将陈可怡、闫美玲、王婉钰等依然在列，队伍正处于新老交替阶段。虽然多次经历严重伤病，但仍在巴黎奥运会立下汗马功劳的王婉钰表示：“很高兴能回来，和大家一起并肩作战。作为一名老队员，也希望能帮着妹妹们一起成长、一起进步、一起让队伍越来越好。”

陆专表示，冬训已经进行了两周，结合之前在集训和比赛中出现的各种问题，这次教练团队、医疗团队以及管理人员的工作都做得很细致。

体能教练王增宇一边介绍着队员们的训练表现分析表，一边说道：“我们为每一名队员都配备了GPS，她们的训练、对抗数据都会同步回来，形成一个表格，队员们可以清晰地看到自己的不足，然后去弥补。”其实不仅是体能数据的细致记录，每天训练结束后队员们还会做康复

治疗，间隔一天会进行康复训练，主要针对受伤部位或者薄弱部位进行。教练团队也特别注重训练的高效性，会安排一些有趣味性的体能游戏或实战游戏，把训练思维融入进去。同时，以主教练陆专为主导的复合型团队经常会在一起商量训练细节。“我们开会的场面很热烈，有时候感觉像是争吵，都想说服对方，但是我们的目的都是为了队伍更好。”领队王姝表示。“没必要把训练内容固定，要根据队员每次训练后

的反馈来进行适时调整，让训练变得更高效。”陆专表示。

除此之外，队伍还会倾听队员的意见，尤其是几位老将在训练中的反馈。“陆导和各位老师们就像是我们的好朋友，很关心我们，会不断地和我们交流，让训练变得更有质量。”王婉钰说。康复性训练结束后，由闫美玲组织大家进行了一周总结，队员们席地而坐，闫美玲向队员们表达着对各种问题的看法和思路，陈可怡等老将也不断地进行补

充，小队员们则拿着笔记本认真记录并与周围队员交流着。“我们经常是这样，橄榄球是团队项目，大家需要多交流，统一思想、统一战术。”王婉钰表示。

两周后，队伍将奔赴澳大利亚，参加本年度世界七人制橄榄球系列赛第三站珀斯（澳大利亚）站比赛。“这是我第二次入选集训队，希望多向姐姐们学习，早点掌握技战术要求，努力为队伍贡献自己的力量。”新队员张乐表示。



获评美媒年度世界游泳十佳榜首 潘展乐保持平常心继续出发

本报记者 李东烨

美国著名体育杂志《世界游泳》近日评出2024年度世界十佳表现的运动员（队），潘展乐位列榜首。

《世界游泳》杂志的评选以2024年世界泳坛最引人瞩目、分量最重的体育赛事巴黎奥运会以及相关比赛的成绩指标作为评判基础和标准，反映入选运动员所创成绩的影响力，并且更加看重那些改写世界纪录的选手。

巴黎奥运会上，潘展乐在男子100米自由泳决赛中游出46秒40的成绩，夺金的同时并创造新的世界纪录。此外，在男子4×100米混合泳接力决赛，潘展乐在最后一棒游出45秒92的历史最快成绩，帮助中国队夺得金牌，终结美国队对该项目长达40年的垄断。赛后潘展乐表示：“多亏了好队友，给我创造了信心。冠军是我们了！”

男子100米自由泳被称为“飞鱼大战”，历来备受关注。《世界游泳》杂志把潘展乐称霸巴黎奥运会100米自由泳列为2024年度最佳

男子世界纪录表现，理由是他“以压倒性的优势夺冠，让100米自由泳达到惊人的高度。”杂志评价称，潘展乐首次亮相奥运会决赛，就将男子100米自由泳原世界纪录大幅提升0.4秒，赢得了奥运金牌。与他同池竞技的有2016年里约奥运会冠军查默斯和曾创造过世界纪录的波波维奇。

2024年9月10日，奥运冠军潘展乐发布视频，向网友展示了游泳世界纪录证书。潘展乐拆开快递包装，从中拿出一份世界纪录证书，上面用英文写着，潘展乐在巴黎奥运会创造了男子100米自由泳世界纪录，时间为46秒40。潘展乐在展示证书时，也不忘“凡尔赛”一波，表示自己已经拿到两个了，“已经不稀有了，上面的数字才稀有。”此前，潘展乐在2024年2月的多哈游泳世锦赛上以46秒80的成绩刷新世界纪录。奥运会上再次提高世界纪录的门槛。《世界游泳》称他“重新定义了成功的标准”。

2025年新年第一天，潘展乐在个人社交媒体上表示：“2024这一年很精彩。2025保持平常心，继续出发。”

本报记 “我很开心获得这个奖项，感谢泳联对我的认可，请大家多关注跳水，感谢大家的支持！”日前，中国跳水队运动员全红婵被世界泳联评选为2024年度最佳女子跳水运动员。全红婵以视频的方式感谢世界泳联的认可，视频中，全红婵怀抱奖杯，十分开心。

此前，世界泳联官方公布了2024年度最佳跳水运动员候选名单，女运动员候选分别是全红婵、陈芋汐、陈艺文、昌雅妮以及澳大利亚选手麦迪森·基尼。1月2日，世界泳联官方公布2024年度最佳女子跳水运动员，中国跳水选手全红婵成功当选，这也是全红婵首次获得此项荣誉。世界泳联也为全红婵特别制作了一张卡通风格的海报。

2024赛季是全红婵职业生涯中最重要的一年，年初的多哈世锦赛女子跳台金牌分量十足，这枚迟来的金牌让全红婵填补了世界大赛大满贯空白。巴黎奥运会女子10米跳台决赛，17岁的全红婵以425.60分卫冕成功。这枚金牌让全红婵成为继1992年巴塞罗那、1996年亚特兰大奥运会的伏明霞，2008年北京、2012年伦敦奥运会的陈若琳之后，世界上第三位在连续两届奥运会上夺得该项目金牌的选手，也是中国奥运史上最年轻的金三得主。2024年10月中旬，中国跳水队展开新周期的集训，全红婵也回归队伍，开启了备战。展望洛杉矶奥运会，全红婵表示：“四年时间肯定很长，但真正的准备，一眨眼就过了。”

荣获年度最佳跳水运动员 全红婵感谢认可

（李东烨）



胡哲安在羽超联赛中。本报记者 鹿麟摄

多张年轻面孔亮相一队 国羽洛杉矶周期充实后备

本报记者 周 圆

经过半个月的比拼，1月4日，国家羽毛球队在北京进行的新一年选调比赛结束争夺。多名年轻面孔入选国家羽毛球队一队，为国羽备战洛杉矶周期充实后备力量。

巴黎奥运会后，国羽多位主力球员相继退出国家队。新周期伊始，国羽需要补充新生力量、培养新人。本次选调赛共有50位球员分批参加，共同竞争国羽一队5个单项组席位，50名球员包括7名男单、11名女单、6对男双、5对女双、5对混双。

为确保选调赛的公平、公正和规范严谨，本次比赛由地方队教练现场观摩和临场指导，由北京市羽毛球协会选派技术官员执裁，每场比赛配有相应的裁判员和司线员，在关键场次甚至是增至6名司线员。

本次选调赛竞争非常激烈，多个项目直到最后一轮才决出结果。在备受关注的男单比赛中，朱轩辰以全胜战绩提前锁定国家一队名额，第二个进入一队的名额在2024年世青赛男单冠军胡哲安和亚军王子峻之间展开，两人在1月4日进行了直接对话，最终胡哲安以2比0取胜，获得进入一队的资格。2006年出生的胡哲安也成为目前国羽一队年

龄最小的男单球员。

考虑到女单新周期新人培养的迫切性，本次选调赛在女单方面人员选拔办法上有所变化。本次女单组选调赛共有11人参加，她们根据出生年份被分为甲、乙两个小组争夺，值得一提的是乙组是2006年及之后出生的球员参赛，该组前两名进入一队。经过争夺，2022年世青赛女单亚军袁安琪和2024年世青赛女单冠军徐文婧位列乙组前两位，18岁的袁安琪和17岁的徐文婧两位小将一同进入国家一队。

双打方面，经过激烈的争夺，同样有多位新人进入国家一队。男双选调赛前三名为陈旭君/郭若涵、刘阳/黄荻、孙文骏/朱一珺，他们一同入选国家一队。其中，2005年出生的朱一珺是2022年、2023年两届世青赛男双冠军。女双组选调赛前两名为李华洲/坑姝良、李汶妹/王汀戈，她们也一同入选国家一队。其中，2005年出生的李华洲和2004年出生的王汀戈都是新一年队伍的新面孔。混双组选调赛前两名为高家炫/吴梦莹、李泓毅/鲍璐婧，这四人也是国羽一队新一年新进人员。

新周期伊始，国羽高度重视选调赛工作，旨在为队伍注入更多年轻、优秀的新生力量，加强年轻运动员培养，扩大人才储备，夯实洛杉矶周期备战的基础。

亚洲羽毛球混合团体锦标赛下月青岛打响 陈雨菲迎国际赛事复出首秀

本报记 2025亚洲羽毛球混合团体锦标赛将于2月11日至16日在青岛体育中心国信体育馆举办。东道主中国队将派出奥运冠军陈雨菲领衔的阵容参赛，这也是自巴黎奥运会后，陈雨菲首次亮相国际赛场。

亚洲羽毛球混合团体锦标赛创办于2016年，由亚洲羽毛球联合会主办，是亚洲最高水平的羽毛球团体赛事，赛事每年举办一届。作为亚洲最高级别的羽毛球混合团体赛事，本届赛事预计将吸引亚洲地区十余个国家和地区近300名高水平运动员齐聚青岛，比赛分小组赛和淘汰赛两个阶段，其中2月11日至13日举行小组赛，2月14日举行四分之一决赛，2月15日举行半决赛，2月16日举行决赛。目前已经有日本、印度尼西亚、马来西亚、泰国、新加坡等队伍完成报名。

在中国队的参赛阵容中，东京奥

运会女单冠军陈雨菲确认将作为国羽主力亮相青岛参赛。在巴黎奥运会后，陈雨菲选择休假调整，远离赛场，直至2024年12月底羽超联赛才复出参赛。在确认新赛季回归国家队后，陈雨菲将在青岛迎来巴黎奥运会后的国际赛场首秀。

中国羽毛球协会主席张军介绍，亚洲羽毛球团体锦标赛是由亚洲羽毛球联合会主办的国际性羽毛球团体赛事，它代表了亚洲地区羽毛球团体赛事的最高水平。作为东道主，我国运动员将在“家门口”与其他亚洲优秀选手同台竞技，这不仅是对他们实力的一次检验，更是宝贵的学习和锻炼机会。通过与强手的对抗，可以促进我国年轻运动员的成长，加速人才梯队建设，为中国羽毛球的长远发展奠定坚实基础。

（周 圆）

WTT世界乒联支持国际乒联成立专门工作组

本报记 WTT世界乒联近日发布声明表示，完全支持国际乒联执行董事会关于成立专门工作组，以解决球员提出的问题并审查现有法规的决定。

WTT表示，作为乒乓球运动的全球职业平台，WTT认识到球员、教练和团队在塑造乒乓球未来中所扮演的重要角色。成立这个工作组确保他们的建议得到有效反馈，且在决策过程中发挥核心作用。球员论坛将成为一个至关重要的平台，促进开放和建设性的对话，强调透明性和包容性在这项运动中的重要性。

WTT承诺通过其领导团队的重要成员参与，支持该工作组的使命。

工作组成员包括国际乒联运动员委员会主席沙拉斯·卡玛尔·阿昌塔、国际乒联执行副主席阿拉·梅谢若夫、国际乒联执行副主席瓦希德·奥绍迪、WTT首席赛事官穆尼尔·巴萨、WTT球员关系总监波罗娜·塞霍温。

WTT同时表示，工作组将在2025年新加坡大满贯赛事后提交调查结果和建议，并将积极回应乒乓球社区所提出的问题，推动政策进步，并坚持透明性、包容性和卓越性这一运动核心原则。

（李雪颖）