

科学备战 良性竞争

# 国家举重队冬训有新意

本报记者 袁雪婧文/图

东京奥运会8人参赛力夺7金,巴黎奥运会6人参赛勇夺5金,中国举重队从不缺乏底蕴和实力。洛杉矶奥运周期备战伊始,国家举重队征召了大批年轻选手展开集训,组建了全新的教练和保障团队,以创新引领科学备战,形成了积极向上的良性竞争氛围。国家举重队1月16日在福建马江举重基地集结展开第一期集训,集训将持续到本月底全国锦标赛前。赛后队伍将回到北京展开下一阶段集训,备战将于4月底在秘鲁首都利马举行的举重世青赛和世少赛,以及5月在浙江江山举行的亚洲举重锦标赛。

“国家举重队选拔了男子27人、女子41人共68名运动员参与本次集训。这些队员都是备战洛杉矶奥运会的适龄选手,成绩为近两年全国比赛各级别前6名,其中20岁以下的年轻选手占比三分之一,个别‘06后’‘08后’很有培养潜质的青少年选手也入选了。”国家

举重队领队李清正告诉记者,本着培养新人、应赛尽赛的原则,队伍选拔出男子4人、女子8人参加世青赛,女子2人参加世少赛,下一阶段集训将举行选拔测验确定亚锦赛参赛名单。

国家举重队第一期集训还组建了全新的教练团队,将运动员编入男、女各4个训练组,由8位教练员分别担任各组组长,新周期国家举重队将实行动态调整、科学选拔。“教练员团队更加年轻化,每个组中都分配了各个级别的队员,良性竞争,充分调动队员的训练积极性。队伍将依据训练和比赛成绩、伤病情况、心理素质等指标进行综合考量,综合多方面的专业建议,选出下一期集训队员,选拔将充分体现科学性。”李清正说。

为了检验本期集训成果并选拔队员,国家举重队最近两周举行了随堂测试。考虑到本月底就将举行全国锦标赛,测试中队员们不降体重也不上高台,在各自训练场完成试举即可,很多队员达到对标个人历

史最好成绩的水平甚至有所突破。“大家表现不错,重点队员基本展现出本期集训的最好成绩。许多年轻运动员在新周期首次来到国家队集训,得以快速成长,也展现出积极向上的冲劲。”国家女子举重队教练周继红对队员测试的表现比较满意。教练廖伟啸同样表达了对年轻选手在国家队未来成长的期许:“队员们精神面貌很好,在训练、管理等方面都能实现对自己的高标准、严要求。大部分队员的专项力量等指标都有提升,希望他们在接下来的全锦赛、亚锦赛都能收获好成绩。”

自集训以来,国家举重队在训练、科研、医务、管理、团队建设方面采取诸多创新举措。运动员每天的训练日志、每周的训练总结都会形成电子数据存档,在促进运动员思考、总结的同时,也形成了训练可回溯的数据链。科研增加了科学选材的内容,结合训练专项,从基因、生化、体能、心理等多方面探索选材科学化体系的搭建。

在管理方面,现代化管理工具的引入,让运动员请销假、行踪管理、恢复设备预约、相关数据查阅等变得便捷、高效。反兴奋剂管理疏堵结合,在严格“三品”管理的基础上主动作为,为运动员集中选购、发放经审核的食品。医务团队根据运动员的实际需要,根据相关规定,制定了安全常用药清单,规范了用药程序,确保药品管理的规范性、计划性和人性化。国家队与北医三院开展战略合作,持续开展专家下队工作,在运动员诊断、评估、康复、治疗指导方面提供有力支持。

在训练之余,定期组织运动员观看励志电影、主旋律舞台剧,实地参观文化博物馆,以多元化方式开展爱国主义教育,提升运动员“为国而练、为国而战”的责任感、使命感、荣誉感。定期组织运动员、教练员、保障人员开展反兴奋剂、训练、心理、康复、体能等方面的专家授课和专题学习,定期组织教练员进行研讨,从理念、方法等不同层面为科学训练提供助力。



孙颖莎在比赛中回球。

新华社记者 黄伟摄

## WTT重庆冠军赛首日 国乒四人率先晋级十六强

**本报讯** 3月11日,WTT世界乒联重庆冠军赛开赛。当日中国队4人出战,孙颖莎、蒯曼、林诗栋、林高远战胜各自对手,率先晋级十六强。

女单方面,现世界排名第一位的孙颖莎已经手握5座WTT冠军赛系列的冠军奖杯。作为卫冕冠军的她首轮对手是奥地利选手波尔卡诺娃,这是两人本赛季的第二次交手。两人刚在上个月的WTT新加坡大满贯1/8决赛中交过手,当时孙颖莎直落3局取胜。这一次的胜利依旧归属孙颖莎。11比9、11比7、11比8,孙颖莎再次以3比0获胜。赛后孙颖莎说希望自己能够慢慢找到更好的比赛感觉,“对手今天的表现比新加坡大满贯时更好。希望自己通过一场场比赛找到更好的状态。”接下来孙颖莎的1/8决赛对手将是中国香港选手杜凯琹和印度“怪球手”巴特拉之间的胜者。孙颖莎展望说:“对手一轮比一轮强,自己会全力以赴准备好下一场比赛,力争打好每一场比赛。”

蒯曼与澳大利亚选手池晓亨展开“遭遇战”。面对这位世界排名第49位的对手,蒯曼没有遇到太大挑战,她11比3、11比9、11比5直落3局取胜。赛后蒯曼认为自己“发挥比较正常”,“一上来进入状态比较快,但是第二局碰到了一些困难,对手及时做出了调整,自己也有一些无谓失误,有一些选择做得不是很好。”在第二局遇到困难时,蒯曼告诉自己“没关系,后面继续调整”,她也把握住了关键分,顺利以11比9拿下这一局。虽然蒯曼的世界排名已经来到了第七位,也参加过WTT大满贯赛等更高级别的比赛,并且拿到过大满贯赛的混双冠军以及单打亚军,但这是蒯曼第一

次参加冠军赛。近期势头正盛的她说每一场比赛都有挑战,这次的参赛目标则是打好每一仗。

男单方面,现世界排名第一位的林诗栋迎战现世界排名第24位的中国台北20岁小将高承睿。高承睿近几年进步很快,已经成长为国乒不可小觑的对手之一。两人的比赛也确实经历了一些波折,好在林诗栋占据着场上主动,最终3比1拿下比赛。赛后林诗栋分析说,“跟对手打了很多次,每次都很难打,今天他打得也非常好。自己做好了困难准备,也想到了会有这样的局面,他是一个非常难缠的对手。一上来自己对球馆的空间感不是特别好,有些卡不着点,在接发球、进攻和防守等方面和想象差了半截。”下一轮林诗栋将与韩国选手安宰贤对阵,后者3比0战胜斯洛文尼亚选手约奇克晋级。林诗栋说:“近期我们在WTT新加坡大满贯交过手,他也参加了上赛季的乒超联赛,状态非常好,自己会全力以赴去拼。”

林高远与韩国选手赵大成展开正面交锋,林高远11比5、11比6、11比3轻取对手。“上次在亚洲杯交手时自己是在第5局11比9险胜,这次赛前总结并解决了上次比赛中出现的问题,这段时间自己练得比较扎实,球感比上次好很多。”赛后林高远总结说,“这次比赛自己的心比较定,通过这段时间的训练自己的能力比上次强、球比上次熟,在场上没有上次那么慌,打得比较自如。训练状态比较好,但是比赛状态还是要靠一场场比赛打出来。”接下来他可能将与队友梁靖崑展开“内战”,而梁靖崑需要先在首轮战胜澳大利亚选手卢伟。

(李雪颖)

## 中国(瑞昌)国际羽毛球大师赛激战正酣

**本报讯** 世界羽联巡回赛超级100赛——中国(瑞昌)国际羽毛球大师赛于3月11日在江西瑞昌市体育公园体育馆开赛,持续至16日。这是瑞昌连续三年举办该项羽毛球国际赛事,吸引了来自24个国家和地区的300余名运动员参赛。

由于比赛级别不高,并与全英公开赛同期举行,因此本次赛事国羽以年轻队员为主。11日进行各单项资格赛和男单正赛第一轮的比赛,因为男单参赛人数较多,正赛第一轮是64进32。

今年新进入国羽一队朱轩辰、2006年出生的小将胡哲安,国羽二队运动员董天尧、刘宇轩、王子峻以及已经告别国家队的赵俊鹏等都参加了比赛。在当日男单首轮上演了一场“中国德比”,王子峻以两个21比12击败队友朱轩辰,晋级32强。此外还有赵俊鹏、董天尧、刘亮、胡哲安、刘宇轩、孙超、章宁、曾逸凡、周新宇等9人取胜跻身32强。

女单方面,已经告别国家队的

张艺曼也来参加该项赛事,她是头号种子。另外,戴望、罗盛萱、蔡炎炎、韩千禧、鄧洛愉、杨菁蕊也都位列32强,获得正赛资格。

男双方面,经过资格赛的争夺,国羽有8对组合参加32强的正赛第一轮。2024年世青赛亚军胡珂源/林祥毅将在32进16的比赛中,遭遇队友廖品逸/马曦翔。中国队排名最高的是2号种子崔赫宸/彭建钦。

女双项目上,国羽有多达14对组合将参加32进16赛事的争夺,正赛首轮将有4场“内战”。同时也要面对其他劲敌,14对国羽组合中只有3对种子组合,其中久未露面的郑雨搭档乔诗峻出战,她们是5号种子。

混双方面,经过资格赛的争夺,国羽也有12对组合进入正赛,将参加32进16的争夺。其中,高家炫/吴梦莹、李泓毅/鲍毓婧两对今年凭借调赛打入国羽一队的组合也位列其中。

(周 圆)



李雯雯在训练中。

## 全英公开赛强手如云 国羽硬仗一场接一场

本报记者 周 圆

北京时间3月11日,世界羽联世界巡回赛超级1000赛事——全英羽毛球公开赛在英国伯明翰打响,各队都派出全部主力参赛,因此从首轮开始国羽便迎接挑战。

由于是超级1000的赛事,比赛没有资格赛,直接从正赛开始。11日主要进行的是各单项上半区的争夺,上一站法国奥尔良大师赛参加决赛的选手将推迟到12日和下半区的选手一起亮相。

男单方面,国羽有石宇奇、李诗沣、陆光祖、翁泓阳、雷兰曦5位选手出战。头号种子石宇奇和6号种子李诗沣在上半区。李诗沣的首轮对手原是印尼名将金廷,但后者因伤退赛,因此对阵加拿大选手杨灿。双方此前交手4次,李诗沣赢得3次。当天比赛两人的较量很胶着,李诗沣经过3局苦战,以21比11、18比21、21比16获胜,晋级16强,下一轮对手是法国名将小波洛夫。

下半区国羽的对手都不好对付,翁泓阳首轮就遭遇巴黎奥运会亚军、泰国名将昆拉武特,陆光祖和首次参加全英公开赛的雷兰曦首轮则分别对阵中国台北队的王子维和日本选手西本拳太。

女单方面,国羽有4位选手参赛,

不过首个比赛日都没出场。高昉洁在上一站法国奥尔良大师赛半决赛1比2不敌韩国名将、头号种子安洗莹。全英公开赛首轮,高昉洁又将遭遇夺得奥尔良大师赛冠军的安洗莹,紧接着的第二次交手,高昉洁能否有更好的发挥,值得期待。同样可能与安洗莹接连交手的还有陈雨菲。全英公开赛陈雨菲也和安洗莹同在一个1/4区,两人在法国奥尔良大师赛决赛相遇,陈雨菲0比2告负,全英公开赛两人如再次交手,陈雨菲能否以更好的状态迎战,值得关注。另外,2号种子王祉怡、4号种子韩悦都处在下半区。韩悦首轮面对中国台北选手白驭珀。王祉怡首轮对阵日本老将奥原希望。

作为全英公开赛的热身赛,在上一站法国奥尔良大师赛派出主力参赛的国羽男双最终由梁伟铿/王昶斩获亚军。面对竞争更为激烈的全英公开赛,国羽男双可能将遭遇更多困难。全英公开赛国羽男双派出5对组合参赛,首轮同样都遭遇“硬骨头”。

首个比赛日只有首次参加全英公开赛的黄获/刘阳出场,他们的对手是马来西亚组合阿里夫/叶睿庆。双方经过3局激战,中国组合抓住机会,以21比18、16比21、21比17获胜,闯入16强。他们下一轮的对手在3号种子梁伟铿/

王昶与印尼组合咖塔曼/伊斯法哈尼之间产生。“梁王”组合曾在去年的中国大师赛上不敌印尼组合,此次再度交锋,需要更认真准备。

另外3对男双组合都在下半区,6号种子何济霆/任翔宇首轮对阵马来西亚组合万炜聪/郑凯文,目前马来西亚组合的世界排名已经升至第11位,实力不容小觑。首次参加全英公开赛的陈柏阳/刘毅首轮就将迎战4号种子、印尼强档阿尔菲安/阿迪安托。替补参赛的谢浩南/曾维瀚同样是首次参加全英公开赛,首轮对阵中国台北组合、两届奥运会冠军王齐麟和邱相

桦的组合,闯关同样不易。

国羽只有3对女双组合参加全英公开赛,刘圣书/谭宁作为2号种子独守下半区,不过前两轮签运不错,进入8强不是难题。但是8进4时,很有可能遇上韩国强档金慧贞/孔熙容,需要“圣坛”组合认真对待。7号种子李怡婧/罗徐敏和贾一凡/张殊贤都是从第二轮开始遭遇硬仗。

国羽混双因为两对新组合亮相国际赛场而备受关注,蒋振邦搭档黄东萍、冯彦哲搭档魏雅欣。对于这两对新组合而言,晋级8强难度不大,但是想要再进一步,可能遭遇更多挑战。11日率先出场的5号种子蒋振邦/黄东萍21比7、21比9轻取新加坡组合许永凯/金羽佳,进入16强。7号种子郭新娃/陈芳卉以21比6、21比15完胜印度组合萨西什/瓦里亚斯,晋级16强。



李诗沣在比赛中回球。新华社/美联