



新加坡游泳世锦赛中国队名单公布 全红婵因伤缺席

等了又等,盼了又盼,终于在新加坡游泳世锦赛开幕倒计时一周的时候(7月4日),国家体育总局游泳中心公布了中国队各项的参赛名单。在名将依旧领衔的同时,新人们将得到更多大赛锻炼的宝贵机会——这是名单公布后让人印象最深刻的一点。

本版撰稿 本报记者 章丽倩

名单“磨”了约一月 下决心要拼“双年轻”

倘若按照惯例,在5月全国游泳冠军赛落幕后的一到两个星期内,中国游泳队参加七八月间新加坡游泳世锦赛的名单就该确定了。不过,今年的情况却有些不同。直到游泳世锦赛开幕前一周,答案才浮出水面,其中固然有这回要跟其他项目同步官宣的因素,但名单的确定需要斟酌和“磨一磨”势必也是个中关键。

从东京到巴黎,之前两个奥运周期,中国游泳队在竞争激烈度堪称“爆炸级”的世界泳坛交上了两份亮眼成绩单。但望向远方,“走下领奖台一切从零开始”却不仅仅是一句自勉的话,而是——可以预见的“残酷”未来。

2028年奥运会在美国洛杉矶举行,2032年奥运会在澳大利亚布里斯班举行,考虑到这两个国家是公认的游泳传统强国,所以之于中国游泳队,接下来两个奥运周期的挑战难度其实是愈加拔升了。

在今年5月全国游泳冠军赛开幕的前两天,深耕泳坛三十余载的崔登荣正式接过了中国游泳队总教练一职。由此开始,这位带出了奥运冠军张雨霏、覃海洋的功勋教练的肩上有了更重的责任——要带领整支中国游泳队去破风踏浪,而新加坡游泳世锦赛就是他成为总教练后需要面对的第一场国际大赛。

崔登荣的魄力和决心,已经体现在了游泳世锦赛名单里。入选名单的男队员的平均年龄是226岁,女队员平均年龄201岁,教练团队平均年龄401岁,其他工作人员平均年龄304

岁。台前的运动员和幕后的教练员及工作人员团队,“双年轻”成了这支队伍最鲜明的特点。

“中国游泳队从来没有以这么年轻的队伍去参加一个大赛。作为我们来说,今年是巴黎奥运会后的第一年,(新加坡游泳世锦赛)是第一个大赛,我们还是希望以锻炼年轻队伍、锻炼教练为主,同时到国际赛场上去竞争一下,看看我们现在的水平。”崔登荣在近日接受采访时坦言,中国从来不缺优秀且刻苦肯练的运动员,但在高水平教练队伍的建设方面有较欧美强国相对薄弱之处,所以他把教练员队伍的提上,放在了新奥运周期一个非常重要的位置上,也愿意像在游泳世锦赛这样的大赛上给予年轻教练机会。

以前中国的竞技体育训练讲求“三从一大”,即“从严、从难、从实战出发,大运动量训练”,而发展到现在,这句话其实已经进化成“三从一新”。“创新训练思路,创新训练方法,创新训练理念,这些都需要教练去做。年轻教练要发挥一些他们个人的想法,甚至‘抱团取暖’,协商训练计划。”崔登荣分享道。

另外,崔登荣也表示,正走在创新之路上的不仅是中国队,世界泳坛的传统强国其实也都在不拘一格地“赶路”。“波波维奇的技术改变,更像潘展乐了,其实他们也在关注潘展乐为什么能突破,国外运动员也在向我们。”他还拿5月刚创造了女子100米蝶泳新世界纪录的格雷琴举例,“其实在东京奥运会前,只有张雨霏是‘前冲后顶’的战术。所以,在他们提升的同时,我们也要学习,而不是过去传统地按照固定模式训练,这是非常关键的一点。”

新周期 打硬仗前先“卸”重担

通常而言,无论夏季奥运会还是冬奥会,每个新奥运周期的第一年都是调整年,高水平运动员们的状态大多都会经历波峰之后的一段自然下滑。不过,2025年的情况却显得不同寻常,在新加坡游泳世锦赛开幕前的六个月里,已经有六项世界纪录被先后刷新,并且这些新纪录的创造者都是欧美选手。所以,中国游泳队在新加坡势必会经历一场硬仗。

不过换一个角度,现在毕竟才是洛杉矶奥运周期的第一年,哪怕再天赋异禀的运动员和教练团队,那也需要保持“螺旋上升”的状态。所以对中国游泳队来说,在新加坡世锦赛上检验之前一个阶段的训练成果才是当前最重要的功课,不妨还是先卸下奥运重担,专注比赛本身才更好。

在近日的采访中,确实有不少运动员已经提到了这一点。比如,张雨霏就重拾起了“第一次”的感觉。“这是第一次感受这么轻松的世锦赛,只想把自己的成绩和能力进行提升。我有自己的目标成绩,只要达到目标成绩就算这两个月没白练,离自己的巅峰成绩又前进一步……之前三届奥运会,日复一日,而当你没有压力,你会感觉所有游泳训练专注于细节,每一米、每一秒怎么提升,我都觉得非常有

趣。训练中应对没有尝试过、不喜欢的内容,我也开始喜欢挑战了。”

而即将第八次开启世锦赛之旅的汪顺,他也分享了自己现阶段的“看淡输赢”和好胜心。“感觉时间过得很快,从2011年第一次参加世锦赛到现在14年了,希望能够专注比赛,虽然会看淡输赢,但好胜心还在……现在国家队的保障工作给了我这样的老将更多便利,就是专业的人做专业的事情,以前一个教练带四五名运动员,现在可能是四五名专业人员保障一名运动员,延长了我们的运动寿命。”

相对来说,潘展乐、覃海洋、唐钱婷是更在当打之年的队内代表。6月28日,潘展乐的劲敌、罗马尼亚选手波波维奇,他刚在U23欧洲锦标赛男子100米自由泳项目中游出46秒71。这既是今年的世界最好成绩,还在历史榜单中排第二,仅次于潘展乐在去年巴黎奥运会上创造的世界纪录46秒40。另外,新加坡世锦赛是50米蛙泳入奥后的首届世锦赛,覃海洋和唐钱婷是男、女蛙泳赛道上被看好的运动员,他们的表现也非常值得期待。

“从冠军赛结束到现在,训练重心放在速度提升上面,冬训主攻200米。现在重心会调整到50米、100米。这次世锦赛的目标肯定是卫冕,

我也会拼尽全力。同时提升自己,一步一个脚印朝下一个目标努力。”唐钱婷分享道。在2024年的多哈世锦赛上,她是女子100米蛙泳的金牌得主,同时还在女子50米蛙泳中获得一枚银牌。



本届世锦赛,中国游泳队派出男、女运动员共34人参赛,他们全都是通过5月举行的全国冠军赛选拔而出。其中,既有大家已经非常熟悉的像潘展乐、张雨霏、汪顺、覃海洋、徐嘉余、李冰洁等奥运冠军,以及唐钱婷、董志豪、季新杰等多位世界冠军,也有像于子迪、吕沁瑶、禹景铭等多位首次入选国家队的年轻选手。这34位运动员中,年龄最大的是汪顺,已经31岁,而年纪最小的是刚满12岁的于子迪。

梦之队大“焕新” 陈芋汐挑大梁

派出14名运动员,参加全部13个项目的角逐,当中国跳水队此行新加坡世锦赛的名单终于公布时,围绕洛杉矶奥运会的一些“焕新”迹象也被进一步透露出来。

此前就因伤缺席了全国跳水冠军赛的全红婵,她果然没有出现在这回的名单上。确切来说,全红婵、练俊杰、昌雅妮这三位奥运冠军都是因伤无缘参加新加坡世锦赛。而在这14人的名单中,除了有像陈芋汐、陈艺文、曹缘、王宗源这样的奥运冠军来领衔外,还有多名年轻队员,他们这回将迎来自己的世锦赛首秀。

在本赛季三站跳水世界杯上崛起势头明显的陈佳、朱子峰、程子龙,他们都得到了登上世锦赛名单的机会。

另外,还有几个相对更加新的名字,也出现在了大家的视野中,他们是谢佩铃、朱勇鑫、严思宇、赵仁杰。等到此番新加坡之行结束之后,这些新面孔中极大概率就要出现新的世界冠军了。

从整个巴黎奥运周期到今年四五月间的三站世界杯,拥有陈芋汐、全红婵的女子10米跳台项目一直是竞技跳水领域受关注度最高的项目。而今,在全红婵因伤缺席的情况下,作为她俩前辈的掌敏洁将与陈芋汐搭档,出现在女子10米跳台的雙人项目中。陈芋汐和掌敏洁的合练时间还不到两个月,不过从之前全国冠军赛她俩的试水表现来看,女子10米跳台上的这两枚世锦赛金牌应该仍旧是稳稳

当当的。

作为公认的老将,在今年2月就年满30岁的曹缘,他也出现在了这份出征新加坡名单上。从东京到巴黎,在之前两个奥运周期里,曹缘断断续续一直经受着伤病挑战,却也神勇地将自己的奥运奖牌数累加到了四金一银一铜。不过,在巴黎奥运会男子10米跳台夺金后,他就再没有参加国际比赛,这回却是有些出人意料地再度出山了。

本届新加坡世锦赛,跳水项目的赛程被安排在7月26日至8月3日。虽然队伍目前还没有直接表明参赛目标,但其实所有人都知道,包揽13金就是他们的目标。

