2026年11月11日 星期三
本版编辑 李小晨
上海 Oriental Sports Daily 东方体育日报

栏上追风 只做自己

17岁张可依青奥会女子100米栏夺金



13秒17！达喀尔的跑道记下了中国姑娘的名字——张可依。

这位17岁的少女8日在达喀尔青奥会田径100米栏决赛中，以一骑绝尘之势夺得冠军。

这是中国队选手首次斩获这个项目的青奥会金牌。13秒17的成绩，不仅刷新了张可依的个人最好成绩，更改写了这个项目的亚洲少年纪录。

新华社记者
张泽伟、丁文娴、胡佳丽





午后的达喀尔阳光炽烈、热浪袭人。不过，张可依甫一走进迪奥普体育场，便感受到一阵清凉——在这座中国援建的体育场里，听到中国话喊“加油”，她感觉仿佛在家里、在主场比赛。

第一枪半决赛，她反应迅速，仅用时0.145秒。跨栏节奏流畅，稳稳地第一个冲过终点。“但我瞥向计时器的那一刹那，心几乎沉下去了。”张可依说，明明自我感觉良好，可成绩只有13秒45。

张可依是抱着很高的期待来到达喀尔的。“这届青奥会将是我最后一场少年栏大赛，如果拿不到冠军，我会遗憾一辈子。”

决赛的清风来得正是时候。发令枪一响，张可依迅猛出发，跨栏、冲刺，一气呵成。计时器上定格的13秒17，比她的最好成绩提高了0.13秒。

“我知道我有这个实力，但当这个成绩真正在赛场上跑出来，还是很惊喜的。”张可依说。

身披国旗的张可依在赛场上飞奔，向看台上的观众挥手，在镜头前手舞足蹈，最后与计时器相偎合影。

在混合采访区面对媒体，张可依直言：“我的训练成绩比今天还要好，今天没有百分百展现出来，我会进一步打磨技术、锤炼心态。”清醒的自省，藏在金牌的喜悦之下。她清楚地知道，自己还有向上的空间。

很多人以为她天生抗压，可夺冠后张可依道出了从容背后不为人知的煎熬。备战这次青奥会时，她急于出成绩，训练加量，身体出现强烈反应；再加上长达25个小时的长途奔波，抵达达喀尔的头几天，巨大的焦虑包裹着她，她一度担心自己能不能站上跑道。

她没有困在情绪里。“与其一味焦虑，不如主动寻找办法调整。更要感谢的是，团部领导为我们找来当地的中国医生，给我们理疗、放松。心里踏实了，悬着的那颗心安放了下来。”

由于颜值与实力兼具，不少人认为她是下一个吴艳妮。面对这份期待，张可依的回答滴水不漏：“能够被拿来和妮姐这样优秀的选手相提并论，是莫大的荣幸，但我不想成为任何人，我只想做自己，我就是张可依。”

“我就是我，我也要开创属于自己的天地。”她尊重前辈，也张扬自我；她承认野心，也读懂压力。

达喀尔青奥之旅，对于张可依来说，是一场奇妙的远行。她跟随奥林匹克首次来到非洲大陆，看见不一样的世界，感受扑面而来的热情。赛场之外的温柔相遇，与赛道上的热血奔跑，一同构成她独有的青春记忆。

栏架在前，风在身后。追风少女张可依的未来愿望朴素又浪漫——在不受伤的前提下，一步一步稳步向前；在热爱的跨栏事业和漫长的人生长河中，坚持做自己。



王楚钦发文反思总结

特约记者 西西

11月9日，王楚钦在个人微博发布三百余字文章，配一张高空云海照片，首次回应几天前WTT法兰克福冠军赛的失利。没有辩解，没有推诿，字里行间只有坦诚的自省与沉静的决心。他坦言自己正“经历低谷”，感谢教练和队友的支持，表示会调整完善技术，早日找回自己。

那场失利来得很快。男单1/8决赛，王楚钦对阵19岁队友温瑞博，三局比分7比11、8比11、6比11，全程仅23多分钟。温瑞博赛前世界排名第14位，此前两人从未在国际正式赛场交手。他首轮3比0横扫韩国名将安宰贤，状态正盛。而王楚钦这边，是休赛养伤一个多月后复出的第二场比赛，上一轮顺利拿下胜利。伤病未愈只能解释一部分——首轮他同样过关，身体并非唯一变量。

本站国乒男单仅五人报名，孙颖莎、王曼昱、林诗栋又先后因伤退赛，阵容单薄。同一轮中，梁靖崑决胜局以2分惜败给雨果，向鹏1比3不敌弗朗西斯卡，男单开局磕磕绊绊。王楚钦作为最受期待的主力提前出局，赛场少了一个核心看点。

比比分更值得关注的，是王楚钦面对失利的态度。他写道，“经历低谷，让我有机会重新审视自己。”又写道：“无论面对什么样的困难，我们始终彼此信任、相互支持、并肩前行。”这话看着平，实则重——他把自己放低，把王皓、肖战、孙逊以及辅助老师和队友都搁到光里。没有一句“我扛不住”，也没有一句“你们别骂我”，只说“找回更好的自己”。

名古屋亚运会王楚钦三线进决赛，外战一场没丢；法兰克福却0比3输给自家小将，局间一次暂停没叫。镜头里他不是愤怒，是累——129场球、肩膝旧伤、排名压力、网络审判、单人扛旗，一层层叠出来的累。温瑞博说“没想到能赢，放开拼”，小将冲上来是好事，国乒需要有人接班。可那一刻，王楚钦蹲在旁边擦净眼角，站起来，把男队的难轻轻接在自己手里。他没提输赢，可那句“重新审视自己”，比任何总结都重。云海之上，天光辽阔，或许正是他心境的写照——暂时身处低处，却依然仰望开阔。

就在王楚钦发文回应的次日，中国乒协公布了2026年国际乒联混合团体世界杯中国队参赛名单。赛事将于11月29日至12月6日在四川成都举办，参赛队伍首次扩军至20支，涵盖五大洲顶尖队伍，赛事总场次与竞争强度均创历届新高。由于国际奥委会已确认2028年洛杉矶奥运会增设乒乓球混合团体金牌，本届世界杯战略意义显著提升，各协会普遍派出主力阵容，提前适应奥运赛制、摸底对手。

男队方面，王楚钦、林诗栋、黄友政、周启豪入选；女队方面，王曼昱、孙颖莎、蒯曼、陈熠在列。王楚钦、林诗栋、王曼昱、孙颖莎凭单打排名直接入选；黄友政、蒯曼凭双打及混双综合排名入围；周启豪与陈熠则依据中国大满贯、亚锦赛及两站WTT冠军赛的综合成绩评估入选。

法兰克福的23分钟没有撼动王楚钦的位置，反而让那份“正视不足”的清醒更显分量。一个月后，成都的球台等着他——微博上的诚恳回应只是开场，真正找回自己，终究要一板一板打出来。