

中国陕西 2021
SHAANXI CHINA

【赛艇】



第十四届 全运会特刊

9月15日-9月27日



申城健儿水上建功的背后

赛艇队远赴异乡“团结如家”

9月19日,第十四届全运会赛艇项目的比赛在陕西省水上运动中心落下帷幕。在本届全运会赛艇项目中,上海市代表团共收获了2金2银的好成绩。申城健儿水上建功的背后,其实是上海赛艇队数十年的薪火相承以及远赴异乡的“团结如家”。

本版图文 特派记者 李一平 发自西安

从条件艰苦到科学训练

赛艇项目源于欧洲,但从中国的赛艇运动发展历程来看,上海又是一切开始的地方。早在1852年,上海的黄浦江上就出现了外国船员组织的赛艇会,自此赛艇运动从上海流传向全国。上海始终将赛艇运动作为城市特色的一部分,在历届全运会上将赛艇列为重点项目。在上海举行的第五届全运会上,上海赛艇队甚至完成了单届斩获10枚金牌的壮举。

但作为赛艇运动在国内的“开路者”,上海赛艇人也经历了摸着石头过河的探索阶段,和砥砺前行奋斗历程。

“最早我们训练的时候,赛艇还是很昂贵的器材,一般我们都是几组队员轮换着用一条艇训练。”现任中国赛艇协会副主席、赛艇队教练、皮划艇队领队李建新,是上海赛艇队上世纪70年代的一批老队员。在他回忆中,那时候没有测功仪,训练还处于比较原始的阶段,靠举重物、自重训练来提高力量。每次下水训练也不知道自己划得如何,因为没一会儿教练就消失在了视野里……而上海赛艇队甚至没有专用的训练基地,时常往返于各个

比较适合训练的河道。

到了上世纪80年代,国家的经济条件有了根本上的提高,赛艇队的后勤保障工作得到了基本保障,后期测功仪的运用则标志着赛艇队真正进入了量化数据的科学训练阶段。

从赛艇队退役后,李建新曾当过很长一段时间上海市水上运动中心的领导,那段时间他就已经开始重视科学技术在赛艇训练中的作用。后续,他又调往上海市体科所任所长。“我们为赛艇队建立了专门的科研保障团队,将实验室建到了运动队中,把科学训练的观念普及到教练和队员当中去。”也是那段时间,上海赛艇队有了有氧耐力训练的三件“法宝”——血乳酸、测功仪和心率表。

在李建新看来,过去的赛艇教练“万宝全书”,一人需要兼顾多个方面,但如今的赛艇训练更多地则是依靠团队,各方面的人才同心协力来做好队伍软实力保障。这也是在本次东京奥运会上,张灵、陈云霞所在的四人双桨队伍面对世界顶尖水平,依然能够稳稳获得胜利的条件之一。科学训练,让赛艇队的教练员和运动员事半功倍。

我们是像候鸟的一家人

“想家了,想马上回家看看妈妈爸爸,陪他们一段时间。”在9月19日夺得全运会赛艇双人双桨项目的金牌后,当记者问到假期最想做的是做什么,张灵、陈云霞这两名上海女将不约而同地给出了相似的回答。

诚然,和很多其他项目的上海一线队每周都有一到两天的假期相比,上海赛艇队每年见家人的时间都不太多。“由于我们赛艇项目训练场地所限,大多数的基地都在偏僻、郊远的地方,为了天气原因和状态调整,还经常会转场到其他场地训练,一年到头很少时间能回家。”国家赛艇队教练张秀云介绍,如果在国家队,那么一年可能有两周多的假期,如果在地方省市队的话假期相对会多一点,但最多也要一两个月才能放一次假。

每年在全国,甚至世界各地往返,李建新笑着自嘲道,“我们赛艇队的教练、队员就像是候鸟一样,到了就要迁徙了,一直在路上。”也正是因为这种“候鸟式”的训练生活,让上海赛艇队成员之间见到彼此的时间比起见到家人的时间更多。相互之间的关系,也

远超普通的教练和队友情。

在全运会赛艇男子四人双桨项目中,上海队斩获了一枚银牌,参赛的四名小伙子王宇洋、沈家恒、许晨翔、陈星裕最大的不过24岁,最小的21岁。自2017年组队,四人训练生活形影不离,就像是亲兄弟一样。21岁的许晨翔是队里的“小老弟”,跟着大哥们拿到了这枚来之不易的银牌,在采访时表现得特别激动。一旁的老大哥们也摸摸许晨翔的头,鼓励他继续努力。正是这种“团结如家”的氛围,让上海队在这个全运周期里又重回巅峰。

但与此同时,李建新作为老赛艇人,也没有喜悦过头。“虽然我们拿到了2金2银的好成绩,但我们也要冷静下来,看到队伍的短板。”除了张灵、陈云霞两名国家队成员所取得的2金1银,其实完全由上海队摘得的奖牌仅有男子四人双桨项目的一枚银牌。新一轮全运周期即将开始,李建新希望上海赛艇队能继续沉下心来,在青少年后备人才、科学训练方面下苦功,踏踏实实走好每一步,为中国赛艇输送更多的人才。



张灵、陈云霞女子双人双桨夺冠

上海男孩杨立豪勇夺全运正赛攀岩历史首金 “后备人才培养新体系”立功了

攀岩赛第一,难度赛第二,随着第十四届全运会攀岩项目16岁以下组男子两项全能决赛落下帷幕,上海小将杨立豪以总分2分的成绩夺得了该项目的金牌。这不仅为本届全运会攀岩项目诞生的首金,也是攀岩项目进入全运会竞赛项目后的历史首金。而与大部分参与本次全运会的上海市队伍不同,这次参加16岁以下组男子、女子两项全能赛的三名上海小将皆是出自社会力量培养,是名副其实的学生运动员。

出生于2007年的上海男孩杨立豪从小学三年级开始接触攀岩运动,虽然已经参加了很多国内的青少年比赛,但用他自己的话来说:“我还只是个‘石友’。”在确定获得了全运会资格后,杨立豪从7月利用暑假的时间才开始封闭式的训练。

第一次参加全运会这种级别的大型赛事就一举摘金,让小杨自己都感到难以置信。“我认为攀岩是一项非常具有新鲜感的运动,有很多未知性,是将无数简单动作组合起来的极具技巧性的运动。平时,我会将攀岩作为调节自己的重要方式,繁忙的学业之余,攀岩会让我得到身心放松。”

为了参加这次全运会攀岩项目的比赛,杨立豪还特意推后了自己出国留学的日程,这或许也将是他在国内参加的最后一次青少年组的



杨立豪

赛事。“出国后,我会继续把攀岩当作终身的爱好,在这个项目继续挑战自我。”

包括杨立豪在内,其他两名同样参与16岁以下组攀岩项目比赛的上海运动员姜雨轩、朱馨文都是来自上海的东冠攀岩俱乐部,朱馨文获得16岁以下组女子两项全能赛亚军。与其他项目的运动队相比,三名小将由于还要兼顾学业,平常的训练时间较少,一般都选择在双休或假日参与训练。

去年,上海市体育局评选了首批“上海市竞技体育后备人才社会培养基地”,探索吸纳社会力量办训做增

量,打造上海市竞技体育后备人才培养新体系。而东冠攀岩俱乐部就是首批“上海市竞技体育后备人才社会培养基地”中的一家。

据本次出征全运会的上海市攀岩队领队,上海东冠攀岩俱乐部总经理毛作亮介绍,经过多年的努力,目前俱乐部已经有50位左右的青少年进行常规化的攀岩训练。而通过与学校合作,俱乐部还走进了上海10所左右的学校,以体育课、体育拓展课的形式普及推广攀岩运动。

“现在,越来越多的家长意识到攀岩项目并没有他们想象中的危险,反而是一项很适合青少年锻炼身体素质、开发智力的运动项目。”在毛作亮看来,随着攀岩运动走进奥运会、全运会、上海市运动会,学校和家长逐渐开始深入了解这项运动,帮助这项运动慢慢在上海成长起来。



朱馨文