

年轻大心脏，巴黎首金双保险

中国射击队开门红，17岁黄雨婷成为本届亚运首位“双金王”

“17岁那年的雨季，我们有共同的期许。”杭州下了三天淅淅沥沥的小雨，在黄雨婷夺冠的当天终于放晴，“其实我还挺喜欢雨的，就是那种濛濛细雨的感觉。至于为什么叫‘雨婷’，我还得回去问问父母。”面对记者的提问，17岁的台州黄岩姑娘露出了自己羞涩的一面，但就在这样一个略显清秀和稚嫩的外表下却蕴藏着一颗“大心脏”。

本版图文 特派记者
薛思佳 发自杭州

女子10米气步枪，一直都是中国射击队的王牌项目。从杜丽到易思玲，再到杨倩，如今的火炬来到了17岁小将黄雨婷的手中。这位出生于2006年9月3日的台州姑娘，在巴黎奥运周期快速崛起，成为女子10米气步枪项目的领军人物。

2016年，10岁的黄雨婷在黄岩小学体校射击步枪队开始训练。在启蒙教练林克寒的培养下，黄雨婷进步速度明显，“她训练的时候特别专注，只要一拿到枪，仿佛外面的世界都和她没有关系了。”在林克寒眼里，黄雨婷是一块射击项目的璞玉，稍加打磨即可成才，“几次比赛打下来，我就发现这个孩子一打比赛，她的成绩往往会超出训练水平。我们后来就说，她是个比赛型的选手。她心理素质好，遇到突发情况不慌张，调整能力不错。”

2020年11月，黄雨婷进入浙江省射击队，并且在次年进行的西安运动会上，收获女子10米气步枪第七名，就此成为国家队的一员，“她刚来的时候，水平与能力和其他选手还有一定差距，但她是一个上进心很强的队员，会持续向着自己的目标迈进。”中国射击队教练葛宏砖说道，他曾作为杨倩的主管教练帮助其获得东京奥运会的金牌，“在我眼中，黄雨婷是一个很阳光，能够给别人带来正能量的运动员。同时，她也是一个很有主见的运动员。”

2022年埃及世锦赛，成为了黄雨婷一战成名的舞台。当时刚满16岁的她夺得10米气步枪混合团体和女子团体两枚金牌以及女子10米气步枪单人银牌，为中国队收获一张巴黎奥运会的门票。

17岁这一年，黄雨婷先是在全国射击冠军赛女子10米气步枪资格赛中打出636.4环，这一成绩超过该项目资格赛世界纪录。随后，她又在射击世界杯印度站上斩获两金。值得一提的是，在杭州亚运会开始前不久，黄雨婷又在阿塞拜疆举行的射击世锦赛上



黄雨婷(右)和韩佳予

取得10米气步枪混合团体金牌。

作为中国射击队在杭州亚运会上的首秀，黄雨婷和两位队友韩佳予、王芝琳携手出战，以18966环的成绩，打破亚洲纪录的同时，拿到了中国体育代表团的第二枚金牌，也为中国射击队打响了头炮，“能拿到这个项目的冠军，我感到很开心，也很惊喜，说明近期的备赛有了成果。”和备战其他世界赛事的经历类似，黄雨婷表示亚运会期间，大家要做的事情并没有什么不同，就是打好每一发，做好每一个动作，“因为射击主要是和自己比，把自身做好就行了，比赛就是自己战胜自己。稳中想，果断扳。”简短的六个字，或许就道出了黄雨婷的夺冠秘诀。

继单日获得两枚亚运金牌后，黄雨婷还将在9月26日搭档盛李豪参加10米气步枪混合团体比赛，向自己的第三枚亚运会金牌发起冲击。

对于黄雨婷首日的表现，葛宏砖给出了很高的评价，“我们非常满意她这次的表现。”葛宏砖说道，“其实这次赛前黄雨婷的状态并不是很好，但她一直在积极地配合教练、团队进行调整。她这次的表现令人非常满意。”



黄雨婷有颗‘大心脏’

长期目标是为巴黎奥运会做准备—— 教练：成长的路还很长

女子10米气步枪，很长时间以来都承担着中国体育代表团在奥运会上赢取首金的重任。从2004年雅典奥运会的杜丽，到2012年伦敦奥运会的易思玲，再到2021年东京奥运会的杨倩，无不为中国队打开了“夺金账户”。

按照巴黎奥组委之前公布的赛程，巴黎奥运会首金来自射击10米气步枪混合团体或者跳水的女子双人3米板，在东京奥运会冠军杨倩状态下滑的当下，亚运会“模拟考”表现出色的黄雨婷，有望和队友一同在巴黎奥

运会中冲击首金，“自己的短期目标就是做好下阶段备赛工作，而长期目标就是为备战巴黎奥运会做准备。”

除了黄雨婷之外，此次获得女子10米气步枪团体金牌和女子10米气步枪个人银牌的韩佳予同样值得关注。在2023年射击世锦赛上，韩佳予在决赛中以251.4环夺得金牌，不仅帮助中国队时隔13年再次夺得该项目的冠军，同时也拿到了第二个巴黎奥运会10米气步枪的席位。

作为女子10米气步枪的世界纪录保持者，韩佳予在今年5月的射击世界杯打出了2540环的成绩。而在杭州亚运会的资格赛中，韩佳予的个人成绩6341环又打破了该项目资格赛亚洲纪录以及资格赛亚运会纪录，只要能够保持状态上的平稳，她和黄雨婷组成的“双保险”势必会出现在巴黎奥运会的赛场上，“现在入选奥运会的名单还没有公布，不过我一定会全力以赴备战。”韩佳予说道。

对于黄雨婷在巴黎奥运会上的前景，中国射击队教练葛宏砖表示还是希望她能够一步一个脚印地去做，练好每堂训练课，做好自己。“她的成长道路还很长，希望她能备战好接下来的比赛。要知道，射击项目与其他项目还是有很大区别的，它更需要运动员由内而外地去保持好状态，也希望黄雨婷能够做到。”



韩佳予、黄雨婷、王芝琳(从左往右)登上领奖台

“00后”挑大梁，“年轻枪手”有担当

在上届亚运会中，射击项目的金牌总数为20枚，中国队拿到了其中的八枚，其中七枚来自奥运项目。在那届亚运会上，夺金的也大多都是年轻选手。此次杭州亚运会，中国射击队的新老交替继续进行，这不禁让人感叹中国射击队真是人才辈出。

对于这次亚运之旅，国家体育总

局射击射箭运动管理中心副主任王炼将其定位为“模拟考”。王炼表示，与以往在奥运会前两年举办的亚运会不同，本届亚运会距离奥运会只有一年时间，因此，赛事对奥运会的模拟、实战、练兵作用将会更加明显。“更重要的是熟悉流程，熟悉在压力下作战的方法，掌握、检验这种方法，然后收获信心。”

在女子10米气步枪资格赛中，代表中国队出战的三位小将均是“00后”。据统计，除了1999年出生的余浩楠之外，其他步枪选手均为“00后”。而在手枪项目中，也仅有李越宏、张博文等少数选手出生在2000年之前。就连一向由老将担纲的飞碟项目，也涌现出了19岁小将江伊婷这样的青年才俊。可以预见的是，在杭州亚运赛场上，“00后”一代正式成为中国射击队的中流砥柱，一场“青春风暴”即将刮起。

在男子步枪方面，18岁的盛李豪在东京奥运会上就拿到过一枚银牌，近年来，他在各级别国际比赛中也屡有斩获，在2023年更是一口气拿下了三枚射击世界杯分站赛冠军。手枪

方面，专攻25米手枪速射的老将李越宏近期状态神勇，在刚刚结束的射击世锦赛上以破决赛纪录的方式强势夺冠。姜冉馨和张博文等名将也都有过奥运会的参赛经历，他们的发挥也将是本届亚运会的观点。

亚洲在世界射击运动领域具有很强的竞争力，因此，亚运会射击比赛的水平与世界比赛水平十分接近。除中国队外，在亚洲范围内的其他射击强队还包括印度队、韩国队、伊朗队等。印度队近年来飞速崛起，一举成为中国队在国际赛场上最主要的竞争对手之一，女子10米气步枪团体银牌和个人铜牌就由他们斩获。“我非常高兴能够拿到亚运会奖牌，这是我到目前为止在成年赛事中取得的最好成绩。”19岁的印度小将拉米塔说道。

谈到对亚运会的期待，王炼表示：“我希望运动员们能够真正地从小心里理解射击这个项目，自己跟自己比，把每一场比赛都作为检验和锻炼自己，促进自己向更高的水平、向更高的格局去提升和迈进的机会。”