

在东京奥运会一战扬名后,在世锦赛经验值累加到第三届时,16岁的全红婵终于赢得了自己在10米台单人项目中的世锦赛首金。本周,游泳世锦赛正在多哈举行,在北京时间昨天结束的女子10米台决赛中,全红婵以436.25分夺冠,陈芋汐则是以8.45分的微弱差距获得亚军。巅峰双姝,再度辉映。 本版撰稿 本报记者 章丽倩

低开高走 顺利夺冠

在中国跳水队的队内测试中,400分是如今女子10米台的“及格线”。所以,当全红婵在多哈世锦赛单人项目的预赛中仅跳出399.30的总分时,不少人对她此次的状态会有些担心。结果,全红婵却给大家表演了一出《低开高走夺冠记》。

预赛399.30分,半决赛405.30分,决赛436.25分,全红婵状态回升的背后,也体现了她赛场兴奋度的一路提升。对此,全红婵的教练组其实是有预期的,认为说如果她的兴奋度在半决赛中达到20分的话,那等到决赛时就可以调度到200分。

要不怎么说身边人最知情呢?果然,在女子10米台决赛中,全红婵从第一跳107B就开始领跑,并将优势保持到了最后。尤其是在之前曾数度失手的207C上,她的表现更是可圈可点,赢得了裁判四个10分的肯定。

在赛后接受采访时,喜获金牌的全红婵也提到了兴奋度。“预赛选手多,自己没有活动开,没有完全调动起来。决赛在晚上进行,比较兴奋,调整得好。207C动作挺满意的,拿到世锦赛金牌很开心。”此次报名女子10米台项目的运动员数量较多,预赛人数达到46人,更长的轮次间等待时间对她的发挥多少有一点影响。

在全红婵赢得这枚世锦赛单人金牌后,社交平台上出现了“全红婵大满贯”的词条。其实正经来说,全红婵距离单人和双人项目的“跳水大满贯”都还有一步之遥。

“跳水大满贯”指的是一名运动员在奥运会、游泳世锦赛、跳水世界杯上都赢得过金牌。跳水世界杯每年都会举办多站分站赛和一站总决赛,能被计入“跳水大满贯”的其实是指总决赛冠军。目前,全红婵已赢得过奥运会的单人金牌,游泳世锦赛的单人和双人金牌,跳水世界杯总决赛的单人银牌和双人金牌,距离成就单人和双人项目的“跳水大满贯”都还有一步之遥。而对陈芋汐来说,她已成双人项目的“跳水大满贯”,在单人项目上则还欠缺一枚奥运金牌。

在“两小只”的合力加持下,中国跳水队于女子10米台单人和双人项目上的实力空前强大。在此,也祝愿她们能继续相互促进,彼此成就,创造新的纪录。



全红婵首摘世锦赛单人金牌



“两小只”都是宝贝 实力对决更造巅峰

在巴黎奥运周期至今的12场正式比赛中,18岁的陈芋汐和16岁的全红婵,她俩在10米台单人项目中的“双保险”率和双人项目中的夺冠率都是100%,且与他国选手相比,总能“赢在大气层”。“两名中国运动员的实力处在了另一个水平线上”,这不仅是跳水迷们常会提到的点,外国的选手和教练员们也会在聊天时这么夸人。

当女子10米台的冠军悬念仅限

于全红婵、陈芋汐两人之间时,有时便有了“甜蜜的烦恼”。

在本场单人决赛前,全红婵和陈芋汐都有实现个人突破的机会。在上届福冈游泳世锦赛上,陈芋汐已经创造了女子10米台前无古人的三连冠赛会纪录,倘若此番能更进一步,那就是愈发惊人的四连冠。之于全红婵,虽然她在2021年之夏就成为了奥运会该项目的冠军,此前却一直无缘世锦赛单人金牌。

对中国跳水来说,手心手背都是肉,最终她俩还是要在赛场上以实力和临场发挥来公平对决。巴黎奥运周期内,这两位顶级运动员在此役之前的正式比赛中已交手11次,陈芋汐以8胜3负占优。如今,这一记录则是被改写为了8胜4负。“决赛时自己的动作有些松散,没拿到金牌,不是特别满意。但预赛、半决赛、决赛都上了420分,对我来说也是一种激励,同时积累了一些调动状态的经验,让我找到接

下来的努力方向。”陈芋汐在决赛后分享道。

多哈游泳世锦赛跳水项目的角逐,从2月2日持续到2月10日。此次,中国跳水队依旧派出了豪华阵容:在13名参赛运动员中,有12人是世界冠军,其中陈芋汐、全红婵、王宗源、谢思埸、张家齐、曹缘六人还是奥运冠军。名单中唯一的非世界冠军选手是未满14岁的黄佳杰。

一起闯“天堑” 神话背后是绷带与汗水

2016年里约奥运会女子10米台冠军任茜说,自己没能坚持到东京奥运会,原因是“肯定想再跳一届,但现实打败了我”。这里说的“现实”,不仅有年少一代的涌现,更多还是所有跳水人都要经历的“发育天堑”。如今,陈芋汐和全红婵也正在闯关路上。

从去年九月份的杭州亚运会到此番多哈游泳世锦赛,陈芋汐又长高了。如今她已长到16米,比总是如影随形且也在发育中的全红婵高出小半

个头。比起之前发育最明显的两年,陈芋汐现在的情况处在比较可控的状态,但终归还是要去不断地适应。比如,身高上几厘米的变化投射到训练和参赛中,就需要加倍付出。

对于这道发育难题,陈芋汐曾做过专门说明。“随着自身的变化,技术动作也要有改变,需要自己去调节,还要去补足体能,这样才能支撑你去完成原本已经掌握的技术动作……身高、体重上去后,(去完成同样的动作)就是完全不同的两个概念了。”曾在东

京奥运会上跳出466.20逆天高分的全红婵,她在近两年多时间里的状态波动,也绝非由于松懈,而是在卯足了劲对抗发育挑战。

合则天下无敌,分则争妍于伯仲之间。这两位年轻的奥运冠军身体力行地诠释着何谓协力同行,何谓良性竞争,何谓彼此成就。“我们是姐妹,是朋友,我们一起成长,彼此激励,要向全世界展示中国队的实力和魅力。”常常客串着“发言人”角色的陈芋汐如此说道。



梦之队也会“翻车” 热水袋和丢金牌成插曲

很多人印象里的中国跳水队是无比强大的,要不怎么能得名“梦之队”呢?实际上的中国跳水队,则是在每次出征参赛前都抱着找问题、补短板的一贯态度。事实证明,强如“梦之队”也不能完全豁免于意外,而尽快化意外为教训则能让他们走得更远。

开赛至今,比赛场馆内的低室温和在非奥的男子一米板项目中的爆冷丢金,成了中国跳水队遇上的两大意外。

多哈的夏季有着著名的“魔鬼”高温天,而即便是在冬季,那里的热带沙漠性气候也仅会让人们觉得凉爽。不

过,在中国跳水队抵达多哈、进入哈德水上运动中心训练后,他们却遇到了意料之外的室温挑战。平时在北京的训练基地内,跳水馆的室内温度常年保持在30摄氏度左右,而哈马德这处比赛场馆的室温仅在20摄氏度上下,场边浴池的水温也偏低。从适应场地开始,需要反复出水入水的运动员们就一直喊冷。

为了保持训练,队内的教练员和工作人员认一度采用接力的方式,提着桶往池边运热水,以便供运动员在出水后使用。另外,保温性更好的热水袋也被他们想到和用上了。据了解,用来运热

水的水桶和热水袋都是队内工作人员在抵达多哈后加急采购的。

相较于去年福冈世锦赛,中国跳水队此次是有选择性地放弃了一些非奥运小项,在混合团体、女子一米板、混合双人三米板这三个项目中都没有报名。不过,郑九源在男子一米板的预赛和决赛中连续跳崩,最后仅获得第11名,这情况确实出人意料。这是中国跳水队自2007年起连续九届世锦赛垄断男子一米板冠军后的一次爆冷失手。

无论对郑九源还是对队伍来说,这都是一次警示。毕竟,此次游泳世

锦赛之于他们最大的意义就是大赛练兵和奥运队内选拔。

之于巴黎奥运会跳水项目的参赛名额分配,此次多哈游泳世锦赛正是抢票最后一站。不过对中国跳水队来说,由于在去年福冈世锦赛上就已拿到满额席位,所以便没有这一层考虑了。他们的重点在别处——这是队内奥运阵容选拔的最后一站。根据中国游泳协会之前公布的巴黎奥运会选拔办法,跳水项目的选拔赛共设三站,分别是2023年全国跳水冠军赛、2023年全国跳水锦标赛和2024年多哈游泳世锦赛。