

跳水世界杯 15金成就达成 新奥运周期,芋见更好的自己

本报记者 章丽倩

中国跳水队会以怎样的状态开启洛杉矶奥运周期?于4月3日至6日在墨西哥举行的世界泳联跳水世界杯瓜达拉哈拉站,成为了焦点所在。本站比赛不仅是今年跳水世界杯的揭幕站,也是巴黎奥运会后中国队这支王牌之师的国际赛场首秀。

双保险调整中仍“断层领先”

19岁的陈芋汐和18岁的全红婵,在此次跳水世界杯瓜达拉哈拉站上,这两位超高人气的奥运冠军,她们让世界看到了“年轻的老将”迎难而上再出发的实力和决心。陈芋汐以419.35分夺冠,全红婵以414.40分获得亚军,尽管是新奥运周期还在找状态的阶段,但她俩还是以甩开第三名、英国选手西里埃克斯70多分的优势,延续着“断层领先”,包揽冠军的传统。

这回,陈芋汐、全红婵没像以往那样在10米跳台上兼项,而是只参加了女子10米跳台的单人角逐。尽管刚达成了跳水世界杯15金的成就,但陈芋汐在回顾自己从预赛到决赛的表现时,还是把重点落在了失误上。“预赛出现失误,能在决赛及时调整是一件很不错的事,但我预赛跳好的动作在决赛都没有跳好。”而对以4.95分之差输给陈芋汐,全红婵则觉得这事不算意外。“可以算是意料之中,因为前段时间的训练就不是特别好。在家训练就不咋样,这场比赛我觉得还可以。”

虽然每一个轮次都只比五六个动作,但身高、体重、年龄、伤病等变量,却会让现役的跳水选手们永远都有闯不完的关卡。从此次的预赛到决赛不难看出,尽管陈芋汐、全红婵在女子10米跳台项目中仍旧保持垄断级别的



“双保险”优势,但她们也还在步入新周期、重新找状态的过程中。

全红婵努力减重“还债”

在本站世界杯上,陈芋汐是先与陈艺文、王宗源、程子龙一起,赢得了混合团体的金牌,之后再拿到了女子10米跳台的第一名。在这位上海姑娘看来,此次跳水世界杯之行最重要的目的就是锻炼。“参赛目标还是锻炼,希望在每一站世界杯中都能发挥出水平,希望能把前段时间的训练成果展现出来。”而全红婵则是再一次讲到要“还债”减重,“(巴黎奥运会后)去了游乐园,做了很多有意思的事情,也吃了美食,那段时间很开心……接下去还是要减重,要争取跳得更好一点,要发

挥得比训练时更好一点。”

在墨西哥举办的瓜达拉哈拉站,它不仅是今年跳水世界杯的揭幕站,也是巴黎奥运会后中国队这支王牌之师的国际赛场首秀。同时需要一提的是——这还是全红婵成年后的首场比赛。3月28日,就在中国跳水队启程奔赴墨西哥的那天,全红婵度过了自己的18周岁生日,而她的心愿是“希望自己以后越来越好”。

虽然在巴黎奥运会后有长达33个星期未曾参赛,但再一次见到来自世界各地的运动员们,全红婵很快就重拾起了互动的乐趣。她在参赛之余,去向英国名将杰克·劳尔要了签名,而后者送给她的不仅是“to签”,而且还赠言“You're the BEST”(你是最棒的)。

度过发育关,有人在找回回归的路

此次赴墨西哥参加跳水世界杯,中国队共派出14名运动员参赛,从各项的排兵布阵来看,更多队员得到了在国际赛场上实战练兵的机会。以在国家队崭露头角的资历来说,20岁的掌敏洁和19岁的卢为都是全红婵的前辈,如今她俩则是搭档出现在了女子10米跳台的双人项目中。

生长发育关,对包括跳水、体操等项目在内的运动员来说,这是一场人人都要经历的超级大考。当许多跳水项目的关注者都在为陈芋汐、全红婵想要再战一届奥运会的勇气鼓掌时,其实在中国跳水队内,还有更多同样来之不易的“复出”。

在陈芋汐闯出名堂前,由上海队向国家队输送的掌敏洁已更早地代表中国出现在国际赛场上。2017年是掌敏洁的出道之年,彼时年仅12岁的她就在跳水大奖赛(跳水世界杯的前身)上成了女子10米跳台单人和双人项目的世界冠军,同年她还赢得了天津全运会女子10米跳台双人项目的金牌。在2018年至2019年上半年,掌敏洁也一直随国家队出战各大国际赛场。然而,从2019年下半年开始一直到2023年7月的福州游泳世锦赛前,掌敏洁却经历了近四年“淡出”。她还在保持训练,也在代表上海队参赛,但想要回归国际赛场的这条路却着实不易。

比掌敏洁小一岁的卢为也有类似

经历,她在2018年年仅12岁时就拿到了跳水大奖赛女子10米跳台单人和双人项目的冠军,还赢得过2019年光州游泳世锦赛的金、银牌,但在14岁至17岁这段时间里却突然“查无此人”。

去年10月,中国跳水队公布了洛杉矶奥运周期的首期集训名单,在陈芋汐、全红婵、陈艺文等巴黎奥运会冠军顺利归队,又有数位年轻新面孔入围的情况下,掌敏洁、卢为的“复出”同样也吸引到了一部分关注。受时差因素影响,本版截稿时掌敏洁/卢为在此次瓜达拉哈拉站上的女子10米跳台决赛尚未开始,祝愿这两位归来不易的女将能拼出新局面。

在墨西哥参加完本站跳水世界杯后,中国队将马上转战加拿大,参加于4月10日至13日举行的跳水世界杯温莎站。



朱雨玲,原世界第一展现硬核实力



淡出四年半,归来连克强敌

仁川冠军赛首日,朱雨玲便在揭幕战中淘汰韩国削球名将徐孝元,这场胜利不仅是对老对手的压制,更展现了她在技术上的全面性:首局胶着中的冷静处理、次局的碾压式进攻,以及第四局的强势收尾,无不彰显其“防守大师”的底蕴。

朱雨玲真正的考验来自女单八分之一决赛与日本选手早田希娜的对决。后者世界排名高居第六,且近年来技术愈发成熟。面对这位劲敌,朱雨玲在首局落后的逆境中展现出韧性,第二局她通过落点变化和关键分搏杀,完成逆转。决胜局更是在早田希娜连续追分的压力下稳住阵脚,这场五局鏖战被

外界评价为“技术与意志的双重胜利”。“我在技术上处于下风,我能做的就是已有的能力和技战术在比赛中全部使用出来,咬住对方就是胜利。”朱雨玲总结比赛时表示,“这场比赛自己在人和球上做到了统一,落后时没有想放弃,打得比较有韧性。”

四分之一决赛中,朱雨玲上演“让二追四”的逆转好戏。面对日本新星、世界排名第八的大藤沙月,她在两局落后的绝境中连扳四局完成翻盘。八强赛的赛制是七局四胜,朱雨玲最大的考验是体能,她坦言:“短时间内让我去恢复体能是挺难的一件事。”尽管对手以速度见长,但朱雨玲凭借丰富的经验与战术调整能力,逐步瓦解了对方的攻势。朱雨玲透露获胜秘籍是

源于精神上的力量,“当你觉得你有力气的时候,就能调动起来全身每一个细胞,这是运动员要必备的技能。因为技术上大家相差不大,比赛打到最后是靠精神层面的力量。”

朱雨玲短期内连胜徐孝元、早田希娜、大藤沙月等好手,原世界第一哪怕在淡出赛场长达四年半,归来后仍有一席之地。

斜杠人生,兼职运动员

与赛场上的凌厉不同,朱雨玲赛后接受采访时始终保持着谦逊与真诚。晋级四强后,她罕见地提及自己的“非全职”身份:“现在场上几乎都是全职运动员,而我是一名兼职运动员,我还有其他的工作。”大学副教授、管理学在读博士、公司高管,这些都是朱雨玲的工作之一。但只要站上赛场,朱雨玲依旧是那个热爱乒乓球的女孩。

回溯朱雨玲的职业生涯,可以用“坎坷”来高度概括。她15岁于斯洛伐克世青赛成为双冠王而一战成名,18岁杀进世乒赛四强锁定国乒主力位置,2016年奥运会以P卡身份随队前往里约,这位天才少女被视为国乒东京奥运周期的主力选手。但低谷随之而来,朱雨玲此后在国际赛场的决赛中两度输给伊藤美诚,在赛场外也遭遇伤病等意

外打击。2020年8月的东京奥运会模拟赛,朱雨玲因身体免疫系统出现问题而不得不在赛前退赛,此后淡出赛场。

人生阅历丰富的朱雨玲,在当下对乒乓球有了更高层次的理解。面对记者关于复出挑战的提问,她的回答总是在不卑不亢中透露出坦诚:“人生不管是在事业还是家庭,都会遇到很多困难。如果说在自己擅长的领域遇到困难,去想办法解决,激发出自己的潜能,对打球甚至未来的人生都是一个很好的促进。”这种将体育精神与生活智慧融合的表述,让球迷看到了竞技之外更立体的形象。

半决赛面对王艺迪,朱雨玲没能再次上演奇迹,不过能拿下一局,她已经发挥出所有水平。赛后,当其他选手忙着复盘技术细节时,朱雨玲却笑着说:“明天下午还要上班,学生们在等着我。”事实上,这位30岁的老将早已开启人生下半场,现如今她是天津大学体育部副教授。每天除了要完成教学任务,还要带队训练,朱雨玲正为培养乒乓球人才贡献着自己的力量。同时,她透露:“上完课将会连夜赶往太原,参加WTT常规挑战赛太原站的比赛。”

朱雨玲的仁川之旅虽止步四强,却已足够惊艳。从世界第一到兼职运动员,从病榻挣扎到赛场重生,她的故事超越了胜负,成为体育精神的生动注脚。正如球迷所言:“她让我们看到,人生可以有更多选择,而热爱永远是最强大的动力。”

4月6日,WTT仁川冠军赛收官,中国乒乓球队包揽男、女单冠军;女单冠军王艺迪,男单冠军向鹏。止步四强的朱雨玲成为最耀眼的球星之一。这位曾因疾病无奈隐退的乒坛名将,以中国澳门选手的身份重返国际舞台,用一场场惊艳的胜利宣告了自己的回归:她不仅连续击败日本两大主力早田希娜、大藤沙月,更以谦逊真诚的赛后接受采访和“兼职运动员”的独特身份,展现了竞技体育之外的另一种人生可能。

专题撰稿 本报记者 程超