



钟南山练肌肉

院士曾是跨栏高手

83岁钟南山的体育情缘

文体人物

有一个人在时隔近17年后,又一次出现在大众视野,他就是国家卫健委高级别专家组组长、中科院院士钟南山。

2003年,60多岁的钟南山带领医务人员奋战在抗击非典的一线,如今已经83岁的钟院士再一次在新型冠状病毒肆虐的危急关头站了出来。他给出建议:“我总的看法,就是没有特殊的情况,不要去武汉。”但18日傍晚,他还是义无反顾地赶往武汉防疫最前线。由于已经买不到机票,钟南山

甚至只能挤在春运人流中,在高铁餐车一角休息。

年过八旬依然精神矍铄,很少有人知道,钟南山的健康体魄来自于他常年以来的体育锻炼习惯。而更少有人知道的是,当年的钟南山可以说是一个被医生事业“耽误”的田径天才。“运动对我保持身体健康起到了关键作用。”这是这些年被媒体问及自己为何能够在耄耋之年依旧如此健康时,钟南山院士的回答。

曾破跨栏全国纪录

钟南山出生于医学世家。1956年,钟南山因体育成绩突出,作为北京医学院的运动员代表,参加了北京市高校运动会。他在运动会中摘取了400米栏的桂冠。时至今日,北京医学院还有几项由钟南山创下的运动纪录无人能破。

1958年,钟南山被抽调到北京市集训,准备参加第一届全运会。1959年9月,在首届全运会上,钟南山像是一匹所向披靡的骏马,以54.4秒的成绩打破了400米栏的全国纪录——可以说,当时的钟南山已经是国家甚至国际级的运动健儿了。从某种角度而言,他甚至能算是刘翔的前辈!

时至今日,钟南山院士一直保持运动习惯。在繁忙工作之余,钟南山院士每周都要抽出三四天进行锻炼,每一次的时间都会保持在40分钟到50分钟。到北京开两会,再忙他也会在房间里快走。钟南山在接受记者采访的时候说:“我以前一直打篮球,跟人家全场比赛打到68岁。后来有一次在北京开了三天会,坐飞机赶回来打羽毛球比赛,打了两场,对方输了,不服气非要再来一场,又打了一场。”

妻子曾是女篮国手

坚持体育锻炼是钟南山繁重工作之余的最大爱好,体育也给他带来了一段良缘佳话。

钟南山的妻子李少芬是专业运动员。她是我国著名的女篮选手,是新中国成立后第一批被周恩来总理和贺龙元帅送到苏联学习的运动员。她最大的成就是帮助中国女篮



▲ 钟南山与妻子李少芬结婚照

▲ 钟南山68岁时篮球比赛仍打满全场

获得了新兴力量运动会的冠军,这项全新赛事由印尼和中国牵头,几十个新兴国家倡议举办的世界型运动盛会。

钟南山和李少芬从1955年开始相恋,8年后才成婚,这一时期由于李少芬在国家队总是集中训练和出国比赛,他们相聚的机会非常难得。1963年12月31日,翘首以待的钟南山终于迎娶了自己的梦中新娘——载誉而归的李少芬。婚后,李少芬又在国家队打了3年篮球,直到离开,她一共在国家队搏杀了13个年头。

退役后的李少芬,曾任广东女篮教练、省体工大队副大队长、省体育运动技术学院

副院长以及中国篮协副主席、广东省篮协副主席。至今,她仍然在为体育事业作贡献,担任着广州市篮协的顾问。

体育医学双重世家

延续着父母的体育情缘,钟南山一家都堪称体育和医学的双重世家。他们的女儿钟惟月在20世纪90年代是国内优秀的游泳运动员,获得过世界短池游泳锦标赛100米蝶泳冠军,在1994年还打破了短池蝶泳世界纪录;他们的儿子钟惟德是广州市第一人民医院泌尿科医生,也是医院篮球队的主力;钟惟月的丈夫、美国人费利伦也是个篮

球迷。

在钟南山院士看来,跑步是提升上班族和青少年学生身体素质和抵抗力的最佳方法之一。“城市居民最好的运动方式是步行,游泳也非常不错,实在没有条件的話可以做室内的器械运动,我自己也有一个小型的健身房。”

预防呼吸道传染病,钟南山给出的建议就是加强锻炼,而且从本次发病死亡的人员名单不难看出,免疫力较弱的老年人占据了很大一部分,因此选择一项自己喜欢的运动并长期坚持下去就显得尤为重要。

本报记者 厉苒苒

沃兹尼亚奇澳网后退役 抹去伤痕 安静就好

打之年。沃兹的好朋友小威廉姆斯38岁,没有丝毫退意。但其稍显短暂的职业生涯,已经历过足够的跌宕。她是第一位闯入大满贯决赛的“90后”,也是第一位世界排名第一的“90后”。与其71周荣膺世界第一纪录相伴的,是她相当长时间里被称为“水货世界第一”,因为沃兹尼亚奇直到2018年的澳网才获得自己第一个也是唯一一个大满贯女单冠军。“我这一生都在按部就班地做着别人要我做的事情,做着为了成功必须做的事情。我记得我八岁的时候第一次有记者采访我,我在职业网球圈里呆了15年,现在想想那太疯狂了。我需要的是一点自己的空间,做自己真正想做的事情。”没有什么伤痕是时间抹不去的,譬如人们的刻薄,又譬如曾经的情伤。印好了结婚请柬,最终却被高尔夫名将麦克罗伊悔婚,沃兹尼亚奇如今能笑谈过往,去年她

已经与NBA球星大卫·李,翻开人生的新篇章。“我想和他一起去环球旅行,一起组成一个真正意义上的家庭,安安静静,普普通通就好。”

2018年的夏天,沃兹尼亚奇被诊断出患了免疫系统的疾病,这会造成全身关节疼痛。这也是让她最终下定决心退役的原因之一。“竞技运动的伟大之处在于,当你停下来之后,总有新人出现接替你的位置。”澳大利亚是丹麦姑娘的福地,她也希望能将自己的退役战完成得尽可能完美,再完美些。“最后一次了。这是我深思熟虑的决定,拼尽全力地最后一搏,然后昂着头离开。”坐拥30个巡回赛冠军头衔的沃兹尼亚奇又被贴上了新标签:第一位即将退役的“90后”名将。

本报记者 华心怡



■ 沃兹尼亚奇:我整个职业生涯都很努力

图 新华社

是的,最后的最后,就在墨尔本的骄阳之下,就在2020年澳大利亚网球公开赛。前世界第一沃兹尼亚奇开启自己的退役战,此刻,此地,无怨,无悔。

上个月,29岁的沃兹尼亚奇宣布将在本届澳网后退役,每一场,都可能是告别。昨天,沃兹尼亚奇直落两盘以7比5、7比5击败了世界排名第21位的乌克兰小将雅斯特雷姆斯卡,顺利晋级第三轮。沃兹尼亚奇看上去一点也没有无心恋战的感觉,她求胜的欲望仍闪闪发光。第一盘1比5落后,第二盘0比3落后,她统统成功逆转,最终2比0战胜对手。在年初的奥克兰公开赛上,沃兹的状态也丝毫没有受到即将退役的影响。她一路过关斩将闯入该项赛事4强,并击败了卫冕冠军格尔格斯,这更令外界对她的离开感到遗憾。“我不知道当那一刻最终来临时我将如何反应,我从来没有遇到过这种情况,但我想当最后一个球落地的那一刻,我一定会非常情绪化。我取得了很多成就,我已经尽力了。老实说,我离开的时候一点也不后悔,因为我这一辈子,整个职业生涯都很努力。”

29岁,对于如今的职业网坛来说,正是当