不老传奇的奥运金牌梦

专访国家赛艇队女子双桨主教练张秀云

■ 本次全锦赛,张秀云全程观战 记者 **李铭珅** 摄

独家专访

位于东方绿舟训练基地的上海水上中心,正在举行2020全国赛艇锦标赛。傍晚时分,已经结束比赛的女子四人双桨组在赛道旁的训练房里继续体能训练。主教练张秀云走到8名运动员的身边,一个一个检查单车面板上显示的心率数据,确保每个运动员的智能手表已经连接上。赛艇队的保障团队格外强大,即便如此,训练中的每个小细节,张秀云都要严格把关。

前世界冠军、奥运银牌得主,有着赛艇“不老传奇”美誉的张秀云说:“当运动员时,我只差一枚奥运金牌,这是唯一的遗憾,当主教练,我要帮助运动员实现奥运金牌梦。”

拼搏人生

1993年赛艇世锦赛,年仅17岁的张秀云一战成名。从事赛艇运动仅3年,她便拿到了世锦赛冠军。1996年亚特兰大奥运会,张秀云又和队友合作在双人双桨项目上摘银。这两个成绩,创下了中国赛艇在世界赛场的最好成绩。

赛艇融入了她的人生。尽管无缘2000年悉尼奥运会,张秀云依然选择坚持。2001年全运会前的训练中,她突然昏厥了数次,经检查才得知心脏出了问题,即便如此,她依然坚持训练,在全运会上斩获两枚金牌。除了心脏问题,她的腰椎间盘也有很严重的伤。“医生曾说,如果你到2004年还没坐轮椅,我佩服你,他甚至还说我不能怀孕。”张秀云回忆道,“但我偏不信,我的眼里只有赛艇。”

2008年北京奥运会,距离张秀云第一次参加奥运12年后,她才又有机会再次站上奥运赛场,这个时候她已经是个妈妈级选手了。此后,她更是突破自我,以36岁“高龄”又连续参加了2012年伦敦奥运会,尽管这届奥运会以遗憾收场,但张秀云仍然是当年国际赛艇女子单人艇项目的年度总冠军。

自2008年之后,中国赛艇界在世界大赛上又陷入沉寂,张秀云接手女子双桨组两年多来,进步显而易见。从2018年世锦赛的第四名,到2019年世锦赛金牌,中国女子双人双桨不仅战胜了老牌劲旅英国队,还在世界赛艇圈名声大噪。“以前我当运动员时,欧美人并没有将中国队放在眼里,现在感觉不一样了,我们成了他们强有力的竞争对手。”

心细如发

眼前的姑娘们,就像自己的女儿,在她们身上,张秀云看到了自己当年的影子。有时候,亲生女儿还会“吃醋”:“妈妈将全身心都扑在队里,想着叫她们吃饭,却想不到叫我吃饭。”

张秀云笑言,与其说自己是队员的妈妈,更不如说是奶奶。“吃饭了吗?睡得好吗?明天降温,记得多穿点……”生活中的小细节,她都叮嘱再三。

参加世锦赛的四个姑娘,都是张秀云一手挑选的,其实,她们也已经25岁上下了。“我刚接手时,改变了很多训练方式,首先从运动员的姿态开始抓起。”为了纠正姿势,张秀云常常到艇上同她们一起划,手把手教,这在赛艇教练中是极为少见的。

为了狠抓体能,运动员也有练哭过的时候,每当这个时候张秀云也会暗暗心疼,但训练中她依然相当严格。“一开始她们也很不适应,生怕自己坚持不了,但渐渐地她们看到了质的改变。毕竟我当了那么多年的运动员,也在国外学习过,所以我希望把最新、最科学的训练理念带给队员,让她们少走弯路。”张秀云说。

今年疫情期间,中国赛艇队经历了长达数月的封闭训练,训练之余,张秀云会鼓励姑娘们学健身舞,调节气氛。她也欣然听取年轻人的建议,在体能训练时允许队员戴迷你音响,放动感十足的音乐,让训练气氛更活泼。

“东京奥运会推迟一年,队员们起初缺乏自信,怕自己坚持不到明年,我作为教练给运动员一再强调:不管有多难,都要拿下‘四双’金牌!反正已经推迟了,正好利用这个时间将体能练一练,把能力提升上去。”

本报记者 **陶邢莹**

■ 2019年赛艇世界杯分站赛,张秀云(中)带领中国女子四人双桨队夺冠

全国赛艇锦标赛迎来决赛日

这条赛道运动员都夸好

提前踏上了2021年赛艇世锦赛的比赛场地,来自全国各地的赛艇运动员们,对焕然一新的赛道(见下图记者 **李铭珅** 摄)赞不绝口。今天,2020年全国赛艇锦标赛暨世锦赛测试赛进入首个决赛日,过去的四天里,赛艇健儿们已逐渐适应了比赛节奏,在这里尽力地发挥自己的技战术水平。

今年因为疫情,运动员们都在各自队伍中封闭集训,长达数月没有比赛。尤其是备战东京奥运会的国家集训队,没有任何国际赛事可以参加。此番来到上海,同其余省市队同场竞技,以赛代练,对国家集训队来说意义非凡。

去年世锦赛,中国赛艇队在女子四人双桨项目上斩获金牌,参赛者中有两名上海籍运动员,对于此次回到家乡比赛,她们倍感亲切。张灵笑着说道:“我对这条赛道十分熟悉,比赛时的感觉也很好。”陈云霞更是对赛道的变化感到惊喜,“经过一年的改造后,赛道焕然一新。相信明年世锦赛再来时,这里一定更好。”

作为本次全国赛艇锦标赛以及2021年世界赛艇锦标赛主赛场,上海市水上运动中心对水域部分的消浪设施、阿尔巴诺系统、航道码头、移动发令塔等,陆域部分的艇库、停船坞、竞赛中心、主看台等进行了历时一年的综合改造。据悉,明年世锦赛前,这里还将搭建拥有4800个座位的临时看台,以满足观众们的观赛需求。此外,按照国际赛联的要求,赛区还新建了场地的安全监控系统、计时系统、夜间照明系统以及对赛事核心区域进行了无线WiFi覆盖,完全满足国际赛联的办赛需求。如此精心修缮的赛场,为运动员们创造了最佳的比赛环境,助力他们在比赛中取得好成绩。

本报记者 **陶邢莹**

上海泰康拜博口腔门诊部
博尔
上海市徐家汇路338号主楼3楼3F-1
诊疗项目:口腔科;牙体牙髓病专业;牙周病专业;口腔粘膜病专业;儿童口腔专业;口腔颌面外科专业(仅限齿槽外科);口腔修复专业;口腔正畸专业;口腔种植专业/麻醉科/医学影像科;X线诊断专业
联系电话 021-63129753
沪医广【2020】第09-27-C410号
广告