

# 杨浚瑄破 200 米自由泳亚洲纪录

## 泳坛新星亦是 书画小才女

### 文体人物

每年给恩师画一幅肖像画,负责给运动员写春联……在国家游泳队,出生于2002年的杨浚瑄是公认的小才女。如果不是游泳,杨浚瑄可能会当个书画家,但现在,她的目标是,站上东京奥运会的领奖台。

中国游泳争霸赛肇庆站昨天落幕,山东队的杨浚瑄独得3金,尤其令人欣喜的是,她以1分54秒70的成绩夺得女子200米自由泳冠军,不仅打破了自己保持的1分54秒98的全国纪录,也打破了日本选手池江璃花子创造的1分54秒85的亚洲纪录。这是本次赛事诞生的唯一一项亚洲纪录,该成绩放在2019年世锦赛决赛可以获得第三名。

自进入国家游泳队以来,杨浚瑄成长迅速,2019年光州世锦赛,她在半决赛刷新世界青年纪录,决赛收获第五名。去年的青岛全国冠军赛,杨浚瑄与张雨霏、徐嘉余、闫子贝携手游出3分38秒41,打破了美国队创下的男女4×100米混合接力世界纪录,被认为极具潜力冲击东京奥运会奖牌。

如今,杨浚瑄已是中国泳坛女子中距离项目最具实力的00后新秀。知道这一点并不稀奇,但人们不知道的是,她在书画方面也有相当功底。“我喜欢画画和书法。”她说,“业余时间,我就会干这些自己喜欢的事情。”

五六岁时杨浚瑄喜欢上绘画,为此,她

还专门找美术老师学过。虽然因为游泳训练暂停了绘画学习,但这个兴趣爱好一直伴随至今,只要有灵感,想画就画,通常是临摹。每年,她都给恩师王爱民画一幅肖像画,深得王爱民喜欢。

10岁开始,杨浚瑄在王爱民的指导下学习书法。“我的教练字写得特别好,书法是他教我的。在队里有时是我写春联。”王爱民既教游泳又教书法,很难得有弟子既在游泳上有造诣,又在书法上得到真传。

王爱民认为,业余时间培养运动员在其他方面的业余爱好,对主业游泳很有促进。他介绍,平时只要有时间队员们就会练习书画,通常利用晚上的时间临摹字帖,“杨浚瑄就临摹了很长时间欧阳询的《九成宫》,学习字体的间架结构。”

杨浚瑄的性格比较温雅,王爱民说:“书画除了提升专注力外,也是纾解压力的好方式。她可以静下来思考一些问题,包括对技术的改进和怎样去掌握教练传授的技术要点。”杨浚瑄在训练中很用心,她最大的特点是执行力非常强,只要教练把技术给她讲透

了,她就会不折不扣地执行好。“长期坚持画画和写字,对性格、心理方面的锤炼是有帮助的。”

按照王爱民的话来说,杨浚瑄最大的特点是头脑清楚,是个小才女。训练自觉、比赛不畏高手,这样的孩子,不管做什么都能成功。事实上,在投入专业训练之前,杨浚瑄小学时期一直担任班长,是学习标兵,对教过她的老师一直保持着感恩的心。进入国家队后,她还特地用硬笔书法给母校的孩子们写信,鼓励孩子们。

杨浚瑄才19岁,未来的发展空间还很大。在她看来,延期的东京奥运会对自己反而是个机遇。她谦虚地表示:“对我们这些年龄还小、实力尚弱的运动员来说,奥运会延期是一次更好的机遇。利用一年时间踏踏实实训练,不断提高自己的竞技能力。”

果然,在今年的两站中国游泳争霸赛上,大家看到她飞速进步。

本报记者 陶邢莹



△ 杨浚瑄的目标是站上东京奥运会领奖台 图 新华社

△ 杨浚瑄的画

# 国足本月下旬上海再开练

## 技战术训练将是重点

为备战即将在6月3日开始的世预赛亚洲区40强赛A组比赛,国足将于3月下旬在上海进行今年第二次集训,其间预计将和中超球队进行两三场热身赛。新一期集训不再将体能储备当作重点,而是把技战术磨合作为主要训练内容。

据悉,这次集训将在3月18日展开,时间长达两周。目前主帅李铁开始研究第二次集训的人员组成。据悉,除受伤的张琳芃和在西班牙踢球的武磊外,其他国脚只要状态好,全都在这次集训名单中,它将构成国足征战40强赛小组赛的最强班底。

目前,教练组正与国脚们逐一进行沟通,了解他们近期随队训练的情况及身体情况,包括伤病恢复状况,最终集训人数将在27人左右。与今年1月海口集训相比,这次集训人员会有调整,比如因伤提前离队的韦世豪将重新归队,因故缺席的几名外籍球员李可、蒋光太和费南多等人都会入选。当然,目前身在西班牙的武磊,还是不会被召回国。

第二次国足集训的重点是技战术磨合。1月海口集训时,当时国脚们多数刚刚结束休假,因此国足前半段集训都在苦练体能。这次由于中超各俱乐部都已展开了冬训,并完成了体能储备阶段的任务,因此这次国脚们以全队技战术磨合为主。亚洲区40强比赛最后4场比赛将在13天内完成,如此快节奏的赛事安排,将不会留给李铁和国足任何纠错机会。

受限于目前的防疫政策,国足热身赛的对手依然只能选择中超球队,只是这次国足挑选的对手实力更强。由于国安队第三阶段集训也在上海,因此身为去年中超第三名的国安队,将是国足较理想的热身对手之一。包括一直在上海的海港、申花队,都有可能作为陪练。

在亚洲区40强A组剩下比赛中,国足的对手分别是马尔代夫队、菲律宾队、关岛队和叙利亚队。从对手实力分析,四场比赛呈现弱强弱的节奏。针对这个特点,李铁也将采取有针对性的人员选择以及战术安排,这也是这次集训国足需要演练的重点内容。此外,国足所在小组的赛制比赛基本确定将在苏州进行,这也是个重大利好。有了去年的中超比赛经验,相比同组对手,国足更加适应赛制制的比赛形式。

本报记者 关尹



□ 杨浚瑄是中国泳坛最具实力的00后新秀 图 新华社

## 游泳争霸赛肇庆站落幕

# 中国泳军“上午亮剑”初见成效

中国游泳争霸赛肇庆站昨日落幕,在为期四天、对标东京奥运会游泳赛事“晚上预赛、上午决赛”的检验中,中国游泳队交出满意答卷。“蝶后”张雨霏横扫4金,杨浚瑄改写女子200米自由泳亚洲纪录,男女4×100米混合泳接力阵容强劲,另外,一批年轻小将也都崭露头角。

游泳争霸赛是中国游泳协会打造的创新赛事,共设两站,首站年初在石家庄举行,目标就是提高选手的“上午亮剑”的本领。

对于江苏选手张雨霏来说,“蝶后”称号实至名归。决赛首日她便摘得200米蝶泳和

50米自由泳两金,其中,在主项200米蝶泳中游出了2分06秒25的成绩,超过了2019年游泳世锦赛该项目的冠军成绩。后两个比赛日,她又摘得100米蝶泳和男女4×100米混合泳接力金牌,成为本次赛事唯一的“四金王”。

来自山东的杨浚瑄是本次赛事唯一一位打破亚洲纪录的选手,她以1分54秒70改写200米自由泳亚洲纪录,也提高了她本人保持的1分54秒98全国纪录。杨浚瑄同时还是100米自由泳金牌得主,并在男女4×100米混合泳接力中出任最后一棒。

男子方面,名将们亦发挥出色。汪顺轻松摘得200米和400米混合泳金牌。闫子贝和覃海洋在100米和200米蛙泳各显实力;余贺新和季新杰分别摘得男子50、100米以及200、400米自由泳双金。

此外,一批后起之秀抓住比赛机会,展现了自己的实力。年仅17岁的上海小将唐钱婷以1分06秒39的成绩夺得女子蛙泳100米冠军,参照2019年世锦赛,这一成绩可以排在第四名,参照里约奥运会可排第五名。

本报记者 陶邢莹

