



山西姑娘苗婉茹超世界纪录摘金

夺冠秘诀：边打边忘



“赛前和赛中的计划？我没什么计划，教练也没怎么布置呀……”当苗婉茹在昨日的全运会女子50米步枪三姿决赛后说出这句话时，混采区里的众人瞬间乐了。很难想象，这个在长枪短炮面前有些不知所措的山西姑娘，几分钟前刚刚以超世界纪录的466.9环，成为新科全运会冠军。

“我说真的，这金牌是意外之喜，我之前想都没想过，所以才没有计划。”苗婉茹可能真的没有定过比赛计划，但这个21岁小妮子在赛场上的一举一动，都彰显着大将风度。她的风格类似于《倚天屠龙记》中，张三丰临时传授张无忌太极拳法时的桥段，“把之前的全部忘了，也就接近成功了。”

因为有东京奥运会参赛者史梦瑶、雅加达亚运会10米气步枪冠军赵若竹等名将，苗婉茹远远算不上夺冠热门，比赛前甚至没有多少人听过她的名字。但这样的低关注度，刚好让首次征战全运的00后小将放松了下来：“我每次击发之前，想的都是技术动作的要领，并没有关注成绩、排名或者其他的。”苗婉茹笑着透露，每打完一组，她只看一眼身旁的小屏幕，然后就忘记所有，全身心准备下一组比



苗婉茹说金牌是意外之喜
本版图片 新华社

赛，“不论获得怎样的成绩都高兴，因为之前自己没打过全运会。”

比赛中，苗婉茹的击发速度总会比其他选手稍慢一些，谈及这一点，小姑娘又笑了：“我并不是故意要放慢速度，而是选择了自己最适应的节奏。”在她看来，让自

己打得“舒服”很重要。“刚刚听一个记者哥哥说（我的成绩）超过了世界纪录，我也不清楚是不是真的。”苗婉茹挠着头，坦言自己没想太多，“出发前想着能高兴来，高兴地回去就好了。”
特派记者 陆玮鑫（本报西安今日电）

这支队伍为何总能打进决赛

上海男子水球队拼得银牌

“还是有些遗憾的，毕竟我们上海男子水球的目标，一直都是冠军。”决赛中输给老对手广东队，获得全运会银牌后，上海水球队主教练王敏辉、领队兼队长李斌、运动员余利君和储程浩，在线上接受了采访，也透露了上海水球队能够连续多届跻身全运会决赛，为这座城市带来荣耀的“密码”。

“排队，吃早餐”

“我带队参加的每一届全运会，都打到了冠亚军决赛。”王敏辉教练在采访中自信自豪地表示，不论最后的结果如何，他都能保证，队里的所有人在每场比赛中拼尽全力。他坦言，上海队目前的整体实力与广东队相比有差距，个人天赋也不算好，“但我们的团队感很好，队员和教练都非常团结，这是最大的优势。”

王敏辉有底气这么说，自然离不开队伍多年的严格管理。“我们队伍的规矩很多，队员和教练违反了，都要受到小惩大诫。”有一个小细节足以说明问题，自2002年夏天球队搬入东方绿舟训练基地后，所有集训队员，一律在早晨七点排队集合，前往食堂吃早餐。将近20年过去，这个规定在一代代水球队员中传承至今。

上海男子水球队的另一个著名规定，是比赛中不许抱怨。不论是在训练基地里打内部对抗赛，还是出征全运会这样的重要赛事，王敏辉在开赛前都会强调，不论发生什么情况，不许指责队友、对手和裁判，“我一直认为，只要把自己做到最好，成绩就不会差到哪里去。”

“教练，让我上”

在这支上海男子水球队里，余利君是个特别的存在。1978年出生的他，今年已经43岁，从八运会时在主场摘得金牌算起，陕西之行是他的第7次全运会旅程。

八强战中，余利君在一次拼抢中被对手的肘关节顶中眉骨，留下了一道口子。“当时我还想继续比赛的，可教练直接让队医陪着我去了医院。”余利君回忆，“关键是第二天就有半决赛，我可不能缺席啊！”到医院缝了5针后，这位实力出众的中锋马不停蹄地赶回队里。

可赛前宣布首发名单时，并没有余利君的名字，这位老将知道，这是教练在与队医商量后，考虑到自己的伤势而做出的决定。可如此关键的比赛，绰号“大王”的他不愿意缺席，第二节结束时，眼见球队无法打开局面，余利君坐不住了，他向王敏辉提出登场。“当时没想太多，到了这个年纪，比赛打一场少一场，我不想留下遗憾。”徒弟态度坚决，师父最终遂了他的意，有了定海神针的上海男子水球队，在随后的比赛中一鼓作气击败对手。如今谈起之前的一幕幕，余利君的语气依然坚定，“我觉得这一切都值得，这就是上海男子水球队的精神。”
特派记者 陆玮鑫
（本报西安今日电）

上海队球员王贝易（左）与广东队队员拼抢



射击赛场的演奏会



全运会射击比赛这几天激战正酣，张常鸿、杨倩、姜冉馨、杨皓然等奥运冠军陆续登场，带来一场场属于“枪王之王”的精彩对决。说出来你可能不信，参赛的选手，各个都有用枪“演奏”音乐的“隐藏技能”。

本次全运会的射击比赛场地设在西安市长宁生态体育馆，馆内设有多个不同规格的训练馆。“因为不同项目和选手对训练场地的要求不同，组委会和场地地方根据射击距离，设置了不停的专用训练场馆。”场馆志愿者介绍，为了创造最好的训练环境，几个靶场被安排在了场馆里的不同区域，且开放时间大都错开，“只有决赛是在同一个场地进行的。”在比赛间歇期间的闲聊中，有工作人员半开玩笑地表示，专在靶场上的选手，就像参加音乐学院考试的考生，只有在各项目的初试中位列前八，才能获得到更高级别场地一展身手的机会。

这样的比喻着实形象，这几天在长宁生态体育馆里，时常出现“你方唱罢

我登场”的热闹景象，子弹击发时特有的“乒乓声”在各个训练场轮番响起，如果待在靶场里的时间够长，听到的可能还是包含“渐变”音效的额外表演。昨日的女子步枪50米三姿资格赛，场地里的70个靶位几乎被填满。当现场广播中传出击发指令，无数声“乒乓”在短时间里响起，还自带立体声环绕效果。不过因为三姿项目的资格赛时间较长，到了每个姿势的最后一组时，曾经气势恢宏的“枪械大合奏”，会因为不少选手完成击发，变成“小组合奏”，到了比赛最后几分钟，更可能变成“独奏”。对于现场“听众”而言，这种由强到弱的声音效果，也算特别体验。

短暂的休息过后，在“初试”中位列前八的“考生”，走上了更广阔的舞台。决赛的场地更宽敞，音效比起资格赛必然更佳。不仅器械摆放、子弹上膛等资格赛中被掩盖的细节被无限放大，还有观众席上传来的

掌声、欢呼和叹息作为“伴奏”。

“从9月12日场地开放起，每天几乎都是这样的节奏。”比赛结束后，几位志愿者笑着与记者聊起了射击场里的那些声音，“其实（选手）还蛮有节奏感的，每天上午8时开始，到12时结束，下午再从1时到4时。”听了这几天的“演奏会”，偶尔有一次靶场里安静下来，志愿者还会有些不适应。他们还提到了一个重要的信息：所有的声音，都只能在相应的场地里发生和消逝，“这里的隔音设备很好，出了那个门，就听不到这样的‘乐章’了，这也是这个场地最大的魅力吧。”

特派记者 陆玮鑫
（本报西安今日电）