



中国花游队首获世锦赛集体技术自选冠军

一次次咬牙坚持 终换回圆梦笑颜

半年前,结束福冈游泳世锦赛征程的中国花样游泳队,在外界的赞誉声中载誉归来。不过主教练张晓欢的脸上,并没有太多笑容,比起其他项目的闪耀,集体技术自选第七名的成绩,更让她在意。走下飞机那一刻,她和弟子们便下定了决心,要把那枚金牌夺回来。

昨晚,张晓欢和队员们终于在多哈圆梦。凭借一套精彩的《速度与激情》(见上图 图 新华社),中国队以299.8712的总分,力压一众对手,首次登上世锦赛集体技术自选项目的最高领奖台。荣耀时刻,花游队的姑娘百感交集,她们明白,灿烂的笑容背后,是一一次次咬牙坚持。

福冈世锦赛后,花游队只做了短暂修整,便再度投入备战中。今年,她们面临着世锦赛和奥运会等大赛,教练和队员都渴望在更大的舞台上,展现出最好的一面,因

此在动作难度和成套编排上,都提出更高的要求。在新一轮的备战中,教练组针对集体技术自选项目上存在的问题,着重加强了托举的训练,这一动作也被教练组和队员视为在多哈世锦赛弥补遗憾,冲击金牌的“撒手锏”。

不过,通往辉煌的道路,总是充满曲折。在训练备战期间,花游队的队员便经历过不同程度的伤病。更让人揪心的是,队伍抵达多哈后,在托举中担任重要位置的肖雁宁意外受伤且伤势还比较严重。“世锦赛开幕前一天,我的手在训练中受了伤,这是一个急性的伤病,不太容易好。”如今谈及当时的情况,肖雁宁说得轻描淡写,但手上那厚厚的绷带和比赛时教练组充满担忧的表情,依然证明情况要比小姑娘自己说的严重许多。“她有点自责,不过赛前一直跟我说能比,没问题,我听着很心疼。”张

晓欢教练说着,眼眶有些湿润。

除了肖雁宁,新科世锦赛冠军队中的常昊在抵达赛地的第二天,遭遇腿部拉伤,一度疼得不能抬腿;和肖雁宁一样在托举动作中起着重要作用的冯雨手臂拉伤……但正如张晓欢所说,姑娘们为了圆梦,克服了所有困难,坚持了下来。“走上赛场那一刻,我们就忘了所有的伤病,专注于比赛,想要弥补上一届的遗憾。”肖雁宁说,“等待开始表演信号时,姐妹们互相看了一眼,眼神里透着决心和坚定,因为大家有着相同的目标,也相信努力不会被辜负。”

当比赛结束,大屏幕上打出最终成绩,现场的广播里传出“恭喜中国队获得冠军”时,花游队的成员们击掌拥抱,庆祝着这来之不易的冠军荣耀。那一刻,她们脸上绽放出的笑容,成了游泳世锦赛上最美的风景。 本报记者 陆玮鑫



场外音

『忘字诀』

陆玮鑫

“有时候,我希望队员能暂时忘记花样游泳的竞技性,它本身也是艺术表演,还能减轻一些心理压力,但做起来真的很难。”2019年光州世锦赛集体自由自选摘银后,时任中国队主教练汪洁在混采区留下这样的话。多年的经验以及对队伍的了解,让她和中国花游人开始意识到,“忘字诀”可能会成为“秘密武器”。

光州世锦赛后,此前由井村雅代等多位名帅打下技术基础的中国花游队,开始在“忘记”上做文章。“放轻松”“好好享受”“展现出最美一面”成了备战时,教练组说得最多的话之一。虽然技术训练依然艰苦,泳池边依旧经常能见到氧气瓶,但在教练组这种颇似张三丰教导张无忌“边学边忘”的心理疏导下,中国花样游泳队的成员,确实开始放下“比赛”这个心理包袱了。

从东京奥运会到福冈世锦赛,再到多哈世锦赛,出现在赛场和镜头前的中国花游队队员,表情轻松,笑容满面。拿下首枚世锦赛花游男子单人金牌的杨顺诚(见下图 图 新华社)赛后说:“我都练了这么久,肯定要在观众面前好好秀一下,这是多好的机会呀!”参与集体技术自选比赛的队员夺冠后吐槽:“教练一直让我们别紧张,放轻松,结果整场下来最紧张的就是她们!”

很长一段时间里,中国运动员、教练员给人严肃刻板、不善言辞的印象。如今,当国乒国羽教练主动和队员一起出镜社交平台视频,当“不能有失误”变成“放轻松,不要想太多”,当“只看结果”变成“展现自我”,更加放松的中国体育人,也有了更广阔的发展空间和前景,带来更多惊喜。

今晨获女子双人十米台金牌

全红婵陈芋汐世锦赛三连冠

8:30 上午首发

本报讯(记者 陆玮鑫)2024多哈游泳世锦赛跳水女双十米台决赛今晨结束,中国组合全红婵陈芋汐发挥稳定,以362.22的总分获得冠军,实现该项目的世锦赛三连冠。

女子双人十米台决赛前一天,全红婵和陈芋汐刚结束单人赛事,虽赛程紧密,身体

也略感疲劳,但两人还是凭借高出对手的实力,从第一个动作开始便牢牢占据头名。

从单人比赛时的竞争对手变为双人比赛时的亲密搭档,全红婵和陈芋汐对于角色的快速转变已经习以为常。赛后,陈芋汐表示:“非常享受全红婵站在我身边的感

觉,她成为我强大的支撑和动力。”全红婵则坦言:“有陈芋汐在,比赛时很心定。”

顺利完成单、双人十米台比赛后,全红婵和陈芋汐也完成此次世锦赛的任务,接下来,两人将投入跳水世界杯和巴黎奥运会的备战中。



海港

曾经那个他 有了新东家

佩雷拉与利雅得青年签约



上海海港队目前正在冬训。新上任的澳大利亚籍主帅穆斯卡特正通过日常训练和热身赛考察队员。恰在此时,一位海港球迷记挂的老朋友有了新消息——曾带领海港队首夺中超和超级杯冠军的葡萄牙名帅佩雷拉(见上图 记者 李铭坤 摄)找到了新工作。上周末,利雅得青年俱乐部通过官网宣布,佩雷拉成为新任主帅,他与俱乐部签约至本赛季末。

在不少海港球迷心中,佩雷拉算得上球队最好的主教练之一,在佩帅担任主帅的三个赛季里,海港队的成绩始终稳居联赛前列,

比赛内容也时常让球迷津津乐道。他对于奥斯卡、胡尔克等外援的使用,以及激发中方球员潜力的作为,都受到肯定。

离开上海后,佩雷拉辗转土耳其和巴西联赛,但均未重现辉煌。此次接手的利雅得青年本赛季战绩算不上理想,目前仅位列联赛第11位,海港旧帅的首要任务,便是让球队找回胜利感觉,实现获得亚冠资格的目标。

“在上海执教的经历,是一段非常美好的回忆,我会一直记得,未来如果有机会,我还想回来继续和球员、球迷一起度过更多时光。”离开海港时,佩雷拉留下过这样深情的告白,如今他在西亚开启新篇章,祝福这位中超冠军教练一切顺利,如果他能在亚冠赛场上与海港“重逢”,那便更好了。 本报记者 陆玮鑫

申花

现在这个他 连胜不松懈

斯卢茨基要给队员“上强度”



经历了“四天三赛”考验后,申花将在北京时间明晚对阵“平等杯”的最后一个对手——俄超劲旅泽尼特。在这次“强度拉满”卡塔尔外训中,申花众将状态不错,先后击败了杜海勒和桑托斯。不过主帅斯卢茨基(见右图)并不会因此就“心慈手软”,他计划继续给球员“上强度”。

因为亚洲杯的关系,戴伟浚等四位国脚与新教练组见面时,申花已完成第一阶段在海口的备战,加上新引入的谢鹏飞和马纳法,斯卢茨基面前的陌生面孔不在少数。

正是出于这个原因,教练组在出征前便提出增加一场热身赛的要求,俱乐部迅速联系了卡塔尔当地的一家俱乐部卡塔尔体育,在首场“平等杯”后“追加”了一场内部教学

赛。虽然那场比赛申花输了球,不过斯卢茨基和教练组考察球员的目标已基本实现。

抵达上海后,斯卢茨基在公开场合始终对球员褒奖有加,在海口训练时,他还自掏腰包奖励了三位表现尤为突出的爱将。不过转战卡塔尔,斯帅开始展现出严格的一面。

“我对球员的表现,不是百分百的满意”。谈及“平等杯”的发挥,斯卢茨基说,“有些时间段,我们踢得很合理,但有时球队阵型有些混乱,球员处理球也略微草率,这些都是需要解决的问题”。 本报记者 陆玮鑫