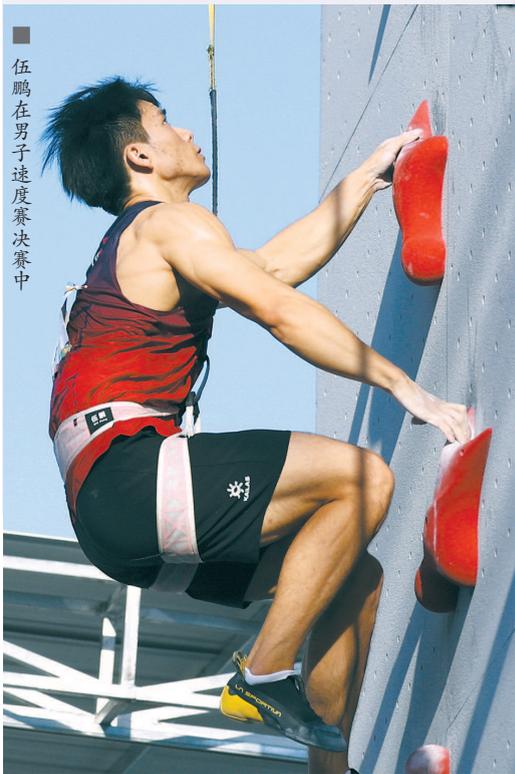


男女选手昨在奥运会资格系列赛勇夺3枚奖牌

中国速度攀岩巴黎有戏

伍鹏在男子速度攀岩决赛中



用时最短的奥运会纪录诞生于哪个项目？短跑，博尔特？非也。答案是速度攀岩。猜猜目前最优秀的男选手完赛成绩为多少？不到5秒。眼睛眨一眨，嗖嗖嗖，选手就爬到顶了。昨天下午，奥运会资格系列赛·上海的速度攀岩赛场，动如脱兔的中国选手勇夺1金1银1铜。这个项目，中国人有戏！

则需要去拼，去冲。决赛，来自印度尼西亚的菜昂纳多比伍鹏快了0.05秒登顶。“他很沉稳，是比赛型选手。”伍鹏评价对手是一名非常自律、训练刻苦的运动员。

按照规则，奥运会资格系列赛将产生10个巴黎奥运会的数额。速度项目上，印尼目前是中国的竞争对手，伍鹏是否享受这种对抗？小伙子笑了：“不享受。好像还有点害怕。”但随即补充，“但是，我要赢他”。

感恩陪伴

没有比赛的时候，岩壁上的斗士是孤独的。就像峭壁上的岩羊，与大山对抗，与罡风对搏。而更难的，是与自己内心的较量。如果你见过速度攀岩选手的训练就清楚，日复一日在同一条赛道上攀爬，无论谁抬起头，都难免会对这片熟悉得不能再熟悉的天空产生怀疑。

“累了，可能就少爬几次。”伍鹏说，每天的训练次数也不一定，但绝不能停下，“不断地完善动作，感受怎么去做。如果不做这些练习的话，成绩保持不了，下降得很快。但如果做了，也不一定进步得很快。”

为了争取0.01秒的优势，15米的标准路线，运动员拆成5米的三段来练习，细扣每一个岩点的攀爬动作。伍鹏的队友、获得女子速度攀岩第四名的牛笛说，有时真会练到崩溃。这个阶段，伍鹏承认也经历过，“会不想练下去，觉得自己练了这么多却还不见进步。但调整几天，还是得练”。

精神上给予运动员最大支撑的，是教练。伍鹏最初练的是柔道，之后被挑选到攀岩队，在那里，他遇见了张艳丽教练。伍鹏说，攀岩这条崎岖之路，自己幸亏有教练陪伴身边，“训练、比赛时帮我拿衣服、手机，或者接下水，会一直跟着我。攀岩运动员最需要的，是陪伴”。

一个月前的首站攀岩世界杯，伍鹏在苏州吴江以4.86秒刷新亚洲纪录并夺冠。赛后，张艳丽特别高兴，“伍鹏冬训中加强了体能，改了一些技术细节，赛前觉得他是有可能做到的，他是比赛型选手”。伍鹏则说，这是自己给教练最好的回报，“没有教练，就没有现在的我”。

首站奥运会资格系列赛，伍鹏在五轮比赛中三度突破5秒，这段时间稳定的比赛成绩，让伍鹏对站上巴黎奥运会舞台收获更多信心。“我不知道还有没有提升空间，应该能更好的。” 本报记者 金雷



记者手记

速度攀岩的男子世界纪录，从6秒缩减至5秒，用了近11年的时间。但突破5秒却非常快。去年至今，包括伍鹏等中国运动员在内，不断刷新纪录。昨天在奥运会资格系列赛赛场，夺冠的选手成绩是4.83秒。而一个月前的世界杯吴江首站，世界纪录被提升至4.79秒。为什么速度攀岩刷新纪录的步伐越来越快？

以中国队为例，目前运用技术诊断系统，从拍摄装备到算法搭建，完全自主研发。冬训时采取一人一策的训练模式，每个选手都有一个单独的团队，有针对性地补强每个人的弱点。同时，队里配备了体能教练、康复师以及心理辅导员。这些都是以前没有的岗位。

昨天的决赛场，中国的其他队员都来到场边，为伍鹏、周娅菲等人加油助威，同时也观摩学习。攀岩国家队速度组主教练钟齐鑫说，队里形成良性竞争，像伍鹏近来在大赛的出色表现，对其他队员也是一种动力。

速度攀岩的整体水平进步非常快，以前能进世界16强的成绩，可能现在预赛都过不去。世界纪录保持者、美国运动员沃森表示，未来有可能突破4.5秒大关。

有意思的是，沃森在世界杯吴江站破纪录，之后的比赛却输给了伍鹏。能把世界纪录保持者抛在身后，中国速度攀岩的未来，非常值得期待。 金雷

刷新纪录为何越来越快

我要赢他

在数百名现场观众的注视下，中国运动员与来自全世界的高手，在高15米、倾斜角为5度的岩壁上争高下，五星红旗升起，嘹亮的国歌在岩壁下唱响。一个令我们骄傲的下午。那么，站在通往巴黎奥运会的台阶，我们的岩壁的斗士，在想些什么？

伍鹏获得速度攀岩男子赛的亚军，成绩是4.88秒。穿上外套，戴上帽子，伍鹏相当平静。“还是有一点点失望。”他说。

速度赛每轮均是两名选手同场比拼，快的晋级，慢的淘汰。电光石火中，两条赛道延展出去的，可能就是完全不同的命运。伍鹏出场，屏息凝神，手脚并用抓住起始踩点，剩下的，就交由岩壁，交给肌肉记忆。

其实，每一轮，伍鹏都在跟对手较劲。有时可能会轻松些，让自己多了胜算，有时

当上海自行车运动员苑海迪第一次见到国际奥委会主席巴赫时，激动得话也不完整了。她用手指比画着，告诉巴赫，自己21岁了。巴赫说：“4年后，你就是25岁，青春正好。向我承诺，2028年洛杉矶奥运会，我要在赛场见到你。”随后，他力道十足地跟苑海迪击了掌。

昨天下午，国际自盟世培中心亚洲分中心（中国上海）揭牌仪式在上海自行车馆举行。来沪观看奥运会资格系列赛·上海的巴赫，上午刚看完女子自由式小轮车比赛，下午便马不停蹄地赶往上海崇明体育训练基地为国际自盟世培中心亚洲分中心（中国上海）揭牌。点赞上海，巴赫坦言上海站是这一全新奥运赛事“极好的开端”，为赛事树立了新标杆。

树立标杆

巴赫来上海的第一站，是奥运会资格系列赛·上海的女子小轮车赛场。在那里，他见证了中国三名选手包揽奖牌。“我感谢并祝贺中国和上海有如此出色的表现。”巴赫表示，“上海站为这一全新赛事树立了新标杆。我们在奥运项目中引入这些新的、年轻的运动，让它们有了一个世界范围内的广阔舞台。我们今天在上海再次看到，传统奥运项目和运动员与新兴项目和运动员聚在一起，是多么好，可以丰富彼此。”

谁的承诺对巴赫如此重要



苑海迪击掌
巴赫（前右）在揭牌仪式上与自行车运动员
图 新华社

明明是来观看奥运会资格系列赛的，巴赫为什么要去崇明？因为国际自盟世培中心亚洲分中心的设立，将为中国车手提供更多与世界级的教练员和运动员深入交流的机会，全面提升竞技能力。而事实上，小轮车也是自行车运动。

中国的自行车运动，一直在取得突破。巴赫很关注，也很支持。他问现场的中国队

和上海队队员：“你们有没有观看上午的女子自由式小轮车决赛？”他还表示，很看好中国小轮车，能在巴黎站上领奖台！

赠送徽章

一枚枚爱心款的奥林匹克徽章，由巴赫亲自发给现场所有运动员和教练员，大家笑言，巴赫真是“爱心主席”。

中国场地自行车车队教练西奥·博斯是第二次见巴赫，2016年里约奥运会，巴赫特地到自行车场馆，跟运动员见面。当时以荷兰运动员身份征战奥运会的博斯，大胆地问巴赫：“主席，您来到里约后，奥运会的工作一切进展都很顺利吗？”巴赫竟然笑言：“啊，完全都不在我的掌控中。”

8年后重逢，当着博斯的面，巴赫问运动员：“外教对你们帮助大吗？”博斯赶紧向大家使眼色：“快说，我是个好教练。”在场所有人都笑了。

在博斯看来，中国选手同法国、英国和日本等队的差距已经很小了，这位奥运会银牌得主期待，中国男子场地自行车能在奥运会上创造历史、取得奖牌，“巴赫主席的鼓励，对孩子们很重要，希望他们能梦想成真。”博斯说，“横亘在我们面前的困难有很多，但还是要敢想、敢做。”

上海的承诺、上海选手的承诺，对巴赫，很重要。每一次体育盛会，巴赫主席总要挤出时间见一见中国体育健儿，鼓励他们突破自己，再创佳绩。有一种幽默，或许可以叫“巴氏幽默”，充满着智慧，激荡人心。

本报记者 陶邢莹