



奥运冠军钟天使（前排左一）致力于推广自行车运动。

不足的困扰。“自行车运动训练非常辛苦，风吹日晒雨淋，很多上海的家长都心疼孩子，不愿意让他们练习这个项目。1998年到2005年这段时间，全上海只有虹口自行车队一家基层队，队员严重青黄不接，导致全运会成绩出现滑坡。市运会一度因为比赛人员不足，想取消自行车项目。”

当然，在教练们的大声疾呼之下，市运会不但保留了自行车项目，还设置了好几个比赛项目。各区也开始纷纷筹建自行车队。“2002年，王海利退役后来到南汇少体校任教，钟天使是他的第一批队员。当时他们去惠南镇的黄路小学，由体育老师带领去每个班级找苗子。王海利一眼就看中了钟天使。当时的钟天使个子不高，但王海利的直觉告诉他，钟天使是一块好料子。事后的测试也确实证明了王海利的直觉。钟天使不仅车感好，而且爆发力强，可以说，真的就是天赋型选手。”

2011年，时任上海市体委竞技体育处副处长的郭蓓来到当时的崇明县调研竞技体育项目。望着狭长的崇明环岛公路，郭蓓的脑海里闪出了一个项目——自行车！于是在当时的崇明县体委支持下，郭蓓从山西省太原市通过人才引进的方式，为崇明找来了自行车高级教练“夫妻档”武文泽和宁艳华扎根崇明培养自行车运动后备人才。多年来，这对夫妻教练先后培养输

送了崇明奥运会第一人黄丽，以及亚运会、亚锦赛、世锦赛奖牌获得者黄冬艳、范阳、秦晨路等一大批优秀的自行车运动员。

目前，上海的崇明、浦东、闵行、奉贤、静安、宝山6个区都在积极开展自行车项目后备人才培养工作。上海自行车队领队、上海市自行车协会秘书长丁岗表示，自行车项目不仅需要速度和耐力，在团体项目中更讲究配合与默契，是十分适合上海运动员的项目。“和江苏、浙江、山东这些自行车运动队人才济济相比，上海的可选之才真的非常有限，我们只能靠科学训练提高成材率。”

汗水、泪水背后的大智慧

丁岗告诉《新民周刊》，今年夏训在上海训练的是短距离组，中长距离组今年一直在云南。自行车训练非常艰苦，也非常枯燥。“运动员在功率车上练习冲刺和有氧耐力训练，这是他们最怕的一项训练。真的可以用‘生不如死’来形容。每组训练的时间短的只有几十秒，长的也不过几分钟，但基本上每个运动员身边都有一个垃圾桶——几乎每练完一组下来就会练吐了。间