

面临诸多困难,但中国帆船帆板队巴黎奥运会的目标依然是“升国旗、奏国歌”——

乘风破浪向巴黎

本报记者 李元浩

在不久前举行的全国帆船冠军赛中顺利拿到杭州亚运会席位,胡晓宇和单梦缘并没有显得特别兴奋。“亚运会只是整体备战计划中的一环,我们最重要的目标还是打好明年的巴黎奥运会。”作为中国帆船帆板队女子49erFX的重点选手,胡晓宇和单梦缘组合坦言,要想比好巴黎奥运会将面临严峻考验。

在日前举行的中国帆船帆板运动协会第十届会员代表大会第二次会议期间,无论是像胡晓宇这样的运动员代表,还是中国帆船帆板队的领队和教练,在谈及巴黎奥运会备战及征战目标时,都表示压力与期待并存。

“时间紧、任务重,是我们在巴黎周期备战的主要感受”,中国帆船帆板队领队张锡广在接受《工人日报》记者采访时表示:“在今年进行的国际比赛中,我们的总成绩比去年有了较大幅度的提高。接下来还有一年多的时间,我们对巴黎奥运会充满期待。”

东京奥运会上,中国帆船帆板队收获1金1铜,创下建队41年以来境外参加奥运会的最好成绩。但巴黎奥运会帆船帆板小项设

置、竞赛器材和竞赛模式均有显著调整,原有竞争优势的缩水,使得中国帆船帆板队面临新的挑战。

“巴黎奥运会的整体备战形势比较严峻。我们的传统优势项目RS:X级帆板(中国队该项目在东京奥运会夺得1金1铜),换成了iQFoil级水翼帆板,其他一些小项也有调整。东京奥运会延期后,我们备战巴黎奥运会只有3年时间,整体备战更加紧迫。”张锡广表示。

巴黎奥运会帆船帆板项目的调整还不仅于此。据介绍,巴黎奥运会新增了男、女风箏板项目,男、女470级帆船两个小项调整为混合470级1个小项,男子芬兰人级帆船则被取消。“这些调整和变化,都给国家帆船帆板队的人才选拔和奥运备战提出了新的要求。”张锡广认为。

以在东京奥运会上获得女子帆板RS:X级金牌的卢云秀为例,在新的奥运周期,她面临着器材调整和项目变化所带来的双重挑战,可以说是完全“从头开始”。

据卢云秀的主管教练,在东京奥运会上带领卢云秀和毕焜取得优异成绩的国家队水翼帆板组教练周元国介绍,新周期的器材调

整带来了颠覆性变化,“换成iQFoil级水翼帆板后,我们的训练、包括体能训练都有巨大变化。比如原来RS:X级帆板要求体重越来越轻,现在则是要越来越重。这些都是新的理念性的东西,我们也在不断摸索和适应。”

因为器材调整,卢云秀等优秀选手不得不从头再来,而巴黎奥运会帆船帆板项目的新增小项对于中国队而言更是“从零开始”。

例如风箏板是巴黎奥运会新增项目,此前国内练习这一项目的人很少,使得选材和培训都面临极大困难。“帆船帆板国家队已根据变化作出应对,从2021年开始全面备战工作”,国家风箏板组教练高传卫介绍说:“目前,风箏板组正在海南博鳌复训,我们会全力以赴做好明年奥运会的准备工作。”

记者在采访中了解到,虽然面临着很多困难,但中国帆船帆板队在巴黎周期的目标依然明确,那就是迎难而上,力争在巴黎奥运会上实现“升国旗、奏国歌”。

据中国帆船帆板队领队张锡广介绍,从去年开始恢复外训外赛以来,国家队进步明显。“随着各项赛事的逐步恢复,国家队的整体奥运备战已进入快车道。在今年3月至4



新周期转练水翼帆板的卢云秀(左)在比赛中。 视觉中国供图

月进行的国际比赛中,帆船帆板国家队已有4个小项的排名进入前8,比去年有大幅提升。”

在经历了换项初期的阵痛和调整,卢云秀在iQFoil级水翼帆板的训练和比赛中正在逐步找回感觉。“练了十几年的技术要在短时间内改过来,确实是一个很大挑战,但好在已经逐步适应了。今年是争夺巴黎奥运会资格的关键之年,我的目标是尽快在训练中完善自己,争取有更好的表现。”

对于选手们努力,周元国看在眼里:“对我们来说,争夺奖牌、取得更好成绩的目标一定是有的,但更重要的还是做好每天的工作,一点一点踏实做好现在,结果才会好。”

为了进一步提升巴黎奥运会备战的针对性和有效性,巴黎奥运会帆船项目备战领导小组近日专门召开会议。中国帆船帆板运动协会主席张小冬表示,目前巴黎奥运会的备战已进入“攻坚阶段”,中帆协将继续坚持以“公开、公正、公平”原则严格推进,并不断优化备战体系,实时调整训练计划,“力争在巴黎奥运会再次摘金,赶超历史最好成绩。”

中国女排出征世界女排联赛名单公布,朱婷再次缺席——

朱婷何时归?

本报记者 朱亚男

5月底,2023年世界女排联赛正式打响。今年的比赛依然采取三周分站赛和一站总决赛的赛制。中国女排将先后参与日本名古屋站、中国香港站和韩国水原站的角逐,总决赛将于7月13日至17日在美国阿灵顿举行。中国女排将在北京时间5月31日迎来本赛季世联赛首秀,迎战劲旅巴西队。

根据计划,中国女排已于26日前往日本,开启今年世界女排联赛的征程。此前,主教练蔡斌已经确定了参加本站比赛的14人名单,分别为王云蕗、仲慧、李盈莹、杜清清、袁心玥(队长)、杨涵玉、高意、王媛媛、龚翔宇、郑益昕、刁琳宇、许晓婷、王梦洁和倪非凡。

引人注目的是,朱婷并不在此次的参赛名单之中。这也意味着中国女排昔日最重要的攻击手将不会参加本赛季的世界女排联赛。

东京奥运会结束后,朱婷因为伤病原因暂别国家队。但很少有人会想到,这样的暂别会拉长到近两年时间。对此,蔡斌在接受采访时表示,他本人和国家体育总局排球运动管理中心前不久分别联系了朱婷,希望朱婷在意大利赛季打完之后,能够回来参加国家队的训练和比赛。但朱婷回应说,一个赛季打下来以后,手腕伤势对她的影响还是比较大。所以,她还需要一段时间去康复,康复的时间会比较长。朱婷坦言,她目前的体能和伤病的状态,还不适合国家队的训练量以及比赛的激烈程度。

为此,朱婷还专门发文表态:“为国效力是我手术和康复的最大动力。但从这个赛季在意大利打球的情况看,我手腕伤势的恢复情况没有想象的那么理想。虽然从得分来看表现还算稳定,但是在进攻成功率、体能等方面比之前有很大差距。中国女排是一个光荣的集体,重新披上国家队战袍既是一种荣誉,也是一种责任。我曾为国家队效力9年,知道国家队的训练要求和比赛强度。只要我重返国家队,就会全身心、毫无保留地投入训练当中,作为老队员要为年轻队员做表率,在比赛中更要竭尽全力为队伍做贡献。但是以这样的标准,我现在还远远达不到。”

这是自去年世界女排联赛和世锦赛之后,朱婷第二次婉拒了国家队的征召。对于朱婷的各种考虑,蔡斌大度地表示,他理解老队员的确会因为伤病受到一定影响,希望朱婷能够尽快把伤病恢复好。

毋庸讳言,现阶段的朱婷并不处于个人职业生涯的巅峰期,但她对球队依然有着重要作用。通过中国女排去年世联赛和世锦赛的表现来看,攻击力不足仍是最大短板。由于朱婷缺席,中国女排目前人员配置的焦点仍然集中在主攻位置。蔡斌介绍,谁能够胜任李盈莹对角主攻的问题,中国女排做了大量工作,“目前只能从国内现有的优秀运动员中挖掘潜力,希望在这点上能够比去年做得更好。”

为国效力9年间,朱婷以绝对核心身份为中国女排争得了两个世界杯冠军和一个奥运会冠军的荣誉。227场国家队正式比赛中,朱婷贡献了3483分。朱婷对于这支中国女排的重要性不言而喻。也正因此,中国女排更需要一个健康强大的朱婷王者归来。

朱婷表示,自己一直跟国家队保持着沟通,并把上述情况跟分管中心和蔡斌做了报告,也非常感谢球队对自己的理解和包容。“未来一段时间,我会积极康复,争取早日以较为理想的状态重返国家队。”

据记者了解,本届世界女排联赛总决赛结束后,中国女排将回国备战巴黎奥运会资格赛和杭州亚运会。蔡斌表示,他会尊重朱婷的想法,“中国女排的大门永远不会对朱婷关闭。”



跆拳道世锦赛开幕

北京时间5月30日,中国选手肖晨鸣(右)与匈牙利选手拉温特在男子68公斤级比赛中。当日,2023年跆拳道世锦赛在阿塞拜疆首都巴库开幕,中国队共有男女16名队员出战此次赛事。 新华社发(巴巴耶夫摄)

距离开幕不足4个月,杭州亚运会宣介活动全面提速——

全民参与迎惠民亚运

本报记者 刘兵

今年9月23日,继北京和广州后,杭州将成为中国第三座举办亚运会的城市。随着亚运会的脚步日益临近,记者近日了解到,杭州亚运会宣介活动在全国多地密集展开,全民参与迎亚运的氛围日渐浓厚。杭州亚运会组委会相关负责人在接受采访时表示,惠民便民是杭州亚运会较之以往的突出特点,全民健身是迎接亚运会的最好方式。

亚运宣介暖起来

——“2018年8月6日,第19届杭州亚运会会徽正式发布,它的名字是什么?”
——“潮涌!”
——“杭州亚运会色彩系统以什么颜色为主?”
——“是紫色!”
……

近日,杭州亚组委“亚运宣传轻骑兵小分队”带着“知识问答”“歌曲学唱”“排舞展演”等“礼包”,分别来到北京一些有着体育渊源的街道社区,采用接地气的社区活动模式,希望借助北京丰厚的“双奥”资源和体育元素,更好地宣介杭州亚运会。

在东四街道的奥林匹克社区,记者在活



“小分队”为市民讲解亚运体育图标。

本报记者 刘兵 摄

动现场了解到,亚运知识问答引起了社区居民的热情参与,也勾起了他们对于1990年北京亚运会的集体记忆。

“当时我们一家人在电视上看开幕式转播,中国队出场时全家激动地举杯庆祝。”来到现场参与活动的周末大爷讲述着过往经历。记者了解到,为了更好地宣介杭州亚运会,“亚运走十城”系列文化推广活动已先后走进上海、西安、天津、武汉、成都、厦门、南京、广州和珠海。目前,北京王府井大街、世贸天阶等城市地标的大屏幕上,亚运宣传片和MV轮番播出,市民对亚运的热情不断升温。

对此,杭州亚组委副秘书长黄海峰表示,在亚运揭幕前,面向全国各地宣介亚运会十分重要。“我们强化文化赋能、创新创意,力争打造更多亚运宣传的顶流作品,不断提升杭州亚运会的影响力和美誉度,努力打造具有标志性意义、高辨识度的鲜明杭州亚运印记。”

惠民突出动起来

对于如此大范围、持续性的亚运宣介活动,杭州亚组委执行秘书长、杭州市副市长陈卫强表示,宣传亚运会的目的是为亚运会开幕营造良好社会氛围,带动更多群众热爱体育,助力全民健身。“杭州亚运会相比以往,最突出的特点是惠民便民。”

记者了解到,去年以来,已全面竣工并通过赛事功能验收的杭州亚运会56个竞赛场馆和31个训练场馆,按照全民健身、专业主导、学校开放、市场运营的理念陆续向社会开放,为市民健身和参与赛事活动提供便利。据陈卫强介绍,面向公众开放后,“目前参与健身的人次已近1000万”。

为进一步释放亚运红利,今年3月,杭州市发布了亚运场馆“惠民十条”。其中,多项低价或免费惠民举措让市民津津乐道。

杭州亚运会在数字平台惠民方面,同样下足了功夫。杭州市民盛怡告诉记者,在“浙里办”APP中搜索“亚运场馆在线”,市民可获

得场馆查询、购票订场等一站式便捷服务。

亚运红利惠及群众,开放场馆只是其中之一。据悉,浙江近年来以举办亚运为契机,不断构建更高水平的全民健身公共服务体系。如大量运动场地正见缝插针地嵌入市民生活圈,昔日城市角落的“边角料”正成为健身的好去处。

申办亚运会成功以来,浙江全民健身事业迅速发展。相关统计数据显示,目前浙江全省人均体育锻炼面积达2.8平方米,经常参加体育锻炼人数占比达43.4%,国民体质合格率94.2%,这些数字均高于全国平均水平,较5年前有较大提高。

对此,黄海峰表示,举办亚运会等大赛实现广惠民并非易事。“如今通过亚运场馆向公众开放、盘活城市空闲场地等举措,真正实现了惠民。”

全民参与燃起来

目前距离杭州亚运会开幕不足4个月,亚运筹备工作已进入冲刺阶段。与此同时,全国各地群众、杭州市民和志愿者全民参与亚运的氛围正日渐浓厚。

从今年5月开始,亚运测试赛密集举行。5月有超过20项测试赛在各亚运场馆上演。6月份,滑板、轮滑等项目的亚运资格赛,霹雳舞、藤球等项目的亚洲级赛事,也将为赛事运行提供更多实战考验。与测试赛相伴的是,各种群众体育赛事活动也在如火如荼地开展。

对此,陈卫强认为:“亚运会不是浙江一地的事,也不单是运动员的事,全民参与、全民健身就是迎接亚运会的最好方式。”

在杭州亚组委宣传部部长、杭州市委宣传部副部长许德清看来,杭州亚运会对全民健身的场地设施建设、群众健身参与、体育文化氛围营造起到了积极有效的引领和促进作用。“随着亚运会的筹备,亚运红利全民共享已成为现实,‘让运动成为一种生活方式’的理念也逐渐深入人心。”

G 声音

直到看见辽阔与自由

刘颖余

进入2023年,每个周末,全国几乎都有多场马拉松赛事密集举行,最多时甚至可以达到单日30多场。在那些汹涌的跑步人群里,绝大多数人显然不是冲着奖牌和成绩来的,他们也许要的就是这种表演感、仪式感、集体归属感。

这也彰显了跑步运动的社交属性和社会属性。跑步,如今不再是一项孤独的运动,各种跑团方兴未艾,似乎也印证了这一点。

但跑步,归根到底还是自己陪伴自己,是人对自我的一种审视与完善。一个人跑,是跑,和别人一起跑,也是跑,但最后,你还是要回到一个人跑。

大道至简。简单,是热爱跑步的逻辑起点,也是它的必然归宿。正因为简单,“为什么跑步”这一问题,在真正的跑者看来,就等于伪问题。

跑步的好处多多,减肥塑形、增加肺活量、释放多巴胺和内啡肽……这些的确是坚持跑步的理由,但对于真正的跑者来说,坚持跑步,不是因为它能带来多少好处,而是因为它能带给人内心的自在和自由。

“你走的时候,会觉得全世界都跑到了你前面,只能看着别人的背影。你跑的时候,会觉得全世界都走在你身后,谁也不管不了你。”这是一位跑友分享的跑步心得,他应该感受到了跑步给人带来的那种自由自在。

“就我的体验来说,跑步是一个去掉‘我’的好办法,一个写作者或者一个阅读者,如果我们能像跑步那样,把自己彻底交出去,从有限的、顽固的肉身中的那个‘我’跑出去,这个时候你可能会觉得至大无外,会觉得这个世界如此清新饱满,进出无碍。”这是作家李敬泽的跑步哲学。

有点形而上,但意思不难懂。跑步不仅让人愉快,而且通往辽阔。坚持跑步,需要战胜惰性,需要强大的自律,但当你找到动力,形成习惯,并得到回报,你不仅能克服最初的慌乱,还能得到内心的安宁和充盈。

当跑步成为习惯和生活的一部分,你可能不再关心配速。这是现代生活一个巨大的隐喻:以跑步之快,来寻找生活之慢。

跑步对于一些人,是职业,对于绝大多数人,是爱好,对于像罗书坚这样的人,则可能意味着更多意义——爱、责任、承诺、亲情、疗愈,甚至自我救赎……

45岁的罗书坚是来自浙江金华的一名快递员,前不久,他刚刚完成了自己的第58场马拉松。与其他人不同,他推着患有脑瘫的儿子小柏,完成全程。

这是他和小柏的约定。从2015年开始,他以这样的方式,带着儿子和家人跑过了全国20多个城市,在厦门看海,在兰州吃拉面,在黄河边漫步,在成都看大熊猫……

“就是一个笨蛋爸爸,遇到一个‘傻瓜’儿子”,罗书坚如此诠释跑步的幸福——他跑坏了好几双跑鞋,但换回了儿子数不尽的笑声。每次比赛,个子瘦小的罗书坚双手扶着推车,身体向前倾,和推车互为支撑。他从没有想过赢,因为“人生最重要的不是赢,而是爱。我将双脚借给了小柏,小柏将信念赋予了我。”

一个无助的父亲,面对无法选择的命运,没有躺平,而是找到了那片属于自己和儿子的光亮——跑步。“与其痛苦地煎熬,不如快乐地奔跑”,他们做到了。他们不仅被光照亮,还成为光,照亮别人,照亮无数的脑瘫儿患者和自闭症人群。

毫不夸张地说,跑步是我们与这个世界的某种和解。跑步这么远,又那么近;跑步这么轻,又那么重。跑步如此迅疾,又如此从容;如此简单,又如此神奇。所以,假如生活欺骗了你,让你感到无助与忧伤,那就跑步吧。

| 整合 |

第二届中国国际象棋冠军赛开赛

据新华社电“迎亚运·华颐杯”第二届中国国际象棋冠军赛29日在浙江绍兴开幕,来自全国各地的24名一流棋手展开对决,当日产生了赛事八强。

24位棋手中共有8位种子棋手与16位非种子棋手。每一轮对阵的两名棋手下4局快棋赛,胜者晋级,负者淘汰。若打平则加赛超快棋两轮,再平就进行白方5分钟、黑方4分钟的“突然死亡赛”。

本次比赛由国家体育总局棋牌运动管理中心、中国国际象棋协会主办,绍兴市越城区人民政府、浙江省智力运动管理中心承办。

残奥冰球世锦赛中国队首战告捷

据新华社电中国残奥冰球队在当地时间28日于加拿大穆尔乔进行的残奥冰球世锦赛(A组)首场比赛中,以10:1大胜意大利队,取得“开门红”。

残奥冰球世锦赛(A组)是残奥冰球领域最高级别的赛事之一,本次比赛共有包括中国、美国、加拿大在内的八支队伍参加,中国队是首次参加该赛事。

据介绍,此次参赛的中国残奥冰球队有17人参加了北京冬残奥会,全队平均年龄26岁。北京冬残奥会上,首次参赛的中国残奥冰球队摘得铜牌,创造历史。

张之臻法网正赛取首胜



北京时间5月30日,张之臻在比赛中回球。当日,在2023年法国网球公开赛男子单打首轮比赛中,塞尔维亚选手拉约维奇因伤退赛,中国选手张之臻晋级第二轮,拿到职业生涯大满贯正赛首胜,也成为第一位在法网正赛赢球的中国大陆男球员。

新华社发(朱利安·马蒂亚摄)