

中国游泳缘何在杭州成绩大爆发？

26日，杭州亚运会游泳比赛赛程过半，中国队已经斩获15枚金牌，只有5枚金牌旁落，距超越上届亚运会19枚金牌的成绩近在咫尺，突破广州亚运会24金的历史最佳战绩几成定论。中国游泳缘何迎来成绩大爆发？实际上，人才厚度积淀、科学训练支撑和团队精神引领，是中国游泳强大的三重“秘诀”。

人才济济

26日晚，中国队在男子4×100米混合泳接力决赛中以3分27秒01的新亚洲纪录成绩夺冠，大幅提高了他们7月底在福冈世锦赛上创造的亚洲纪录，距离美国队在东京奥运会创造的世界纪录仅差0.23秒。“我要感谢上午预赛出场的顺哥（汪顺），正是因为他游了预赛，我可以保留体力，在决赛中冲击好成绩。”徐嘉余说。

在显示整体实力的接力比赛中，中国队如今可以在预赛和决赛中排出两套不同的班底参赛，并且争金夺银，足以显示出人才厚度。

“棒棒冰”李冰洁在26日晚以破赛会纪录的方式，在女子400米自由泳项目中收获个人在本届亚运会上的

第三金。在她的带动下，她在河北队、国家队的17岁“双料队友”马永慧，也在该项目上拿到一枚银牌。

“我羡慕（冰洁）姐姐能站到那么高的领奖台，那也是我的目标。”马永慧说。

“我们互相激励，正因为有了她们的追赶，我才克服了惰性，丝毫不敢松懈。”李冰洁坦言。

有汪顺、叶诗文、闫子贝等这样老而弥坚的老将，有张雨霏、覃海洋、李冰洁这样的中坚力量，还有潘展乐、马永慧、程玉洁这样的少年英雄。以名将带新人，中国游泳的阵容厚度不断提升。

据统计，亚运会比赛前，中国队有30个项目的成绩和世界排名都领先于日本，以往中日对抗的泳池大战基调在杭州变成了中国游泳的“独角戏”。

科学训练

如今，经常可以看到游泳运动员在训练前跳上一段动感十足的舞蹈，千万不要以为他们在娱乐消遣。通过学习跳舞，张雨霏、覃海洋、李冰洁等都认为这让他们增强了身体的协调性、控制力和核心力量，帮助迅速进入

兴奋状态。

世锦赛上包揽男子50米、100米和200米蛙泳冠军的覃海洋介绍，陆上训练内容丰富多样，水上训练每天也都有变化，每堂训练课前有唤醒训练、核心力量和身体协调性训练，赛前和比赛期间有科学体能力量训练，赛后恢复练习能让运动员迅速摆脱疲惫……

“如果训练计划一成不变，练到后期就达不到刺激强化效果了，科学训练帮助我提高和突破瓶颈。”覃海洋说。

在上海市体育训练基地管理中心（绿舟片区），记者观察到中国队在备战亚运会时特意在一条泳道下面安装了镜子，运动员在训练中可以看到自己的水中动作。此外，水槽训练、水中3D摄像和人工智能技术，360度的全息影像系统等各种先进设备都融入日常训练中，数据成为运动员和教练员的重要参考保障。

指导张雨霏和覃海洋等名将的崔登荣教练表示：“在这个日新月异的时代，只有不断创新训练手段和理念，才能顺应现代竞技体育的发展潮流，走在世界最前沿。”

团队至上

游泳是个人项目，不过中国游泳队

通过铸就“祖国至上、团队至上”的团队精神，锤炼出一支战斗力强的“铁军”。

福冈游泳世锦赛上，东京奥运会女子200米蝶泳冠军张雨霏为了确保接力比赛，主动放弃了个人争夺冠军的项目。

汪顺谈到现在这支中国游泳队，表示能在有如此光荣传统的队伍里面，感到非常荣幸。“大家的目标都是一致的，都是积极向上、想给这个队伍增光添彩。”他说。

不只有合作，还有良性竞争。崔登荣曾表示，张雨霏平时大大咧咧，不太在乎细节，覃海洋来到她这一组训练后，“蛙王”通过他认真踏实的表现，敦促张雨霏更加严格要求自己。

杭州亚运会参加七个项目的张雨霏认为，覃海洋肯定心里暗暗憋着一股劲，要跟她争夺亚运会“最有价值运动员”这一荣誉；参加多个项目的李冰洁，也希望突破自己的亚洲纪录；潘展乐瞄准的是男子100米自由泳世界纪录……

召之即来，随时能战。中国游泳健儿在追求卓越的道路上砥砺前行，为明年在巴黎奥运会上的又一次爆发积蓄力量。

新华社杭州9月27日电

新华社记者 周欣 姚友明 夏亮
参与采写 李嘉 黄昕欣 谢琳

滑板“金银”姐妹花：新起点，一起闯荡世界



9月27日，崔宸曦（左）与队友曾文蕙在赛后庆祝。 新华社记者 潘昱龙 摄

新华社杭州9月27日电

（记者黄耀漫）27日上午，五星红旗在杭州钱塘轮滑中心上空高昂飘扬，《义勇军进行曲》嘹亮地响彻滑板场馆。在刚刚结束的女子街式滑板项目决赛中，两位“00后”中国选手崔宸曦和曾文蕙，斩获冠军，继陈烨夺得中国滑板队在国际大赛上的首枚金牌后，再次为中国滑板实现了在国际大赛上的新突破。

颁奖仪式结束后，曾文蕙情绪似乎无法自持，眼眶中还残留着泪水，走过混采区接受记者的采访。当问及是因为激动还是遗憾而落泪时，她说：“结束了，是新的开始。”

曾文蕙曾在东京奥运会滑板女子街式项目中名列第六，是中国进入奥运会滑板决赛第一人。作为国内滑板“种子选手”，在杭州亚运会拿到这枚银牌属实不易。在今年1月的世锦赛中，她在资格赛中两次“走线”环节均出现失误，爆冷止步首轮。直到今年6月的世界滑板街式职业巡回赛罗马站中，她才状态回升，成功晋级半决赛。

“以前我的目的性太强，想要的太多了，其实享受比赛，融入其中，结果一定不会差。”尽管未能摘得金牌，曾文蕙略感遗憾，但她对自己的表现还算满意，“我在技术动作难度上和心态方面都有

比较大的进步。”她说。

而作为中国代表队最年轻的运动员，年仅13岁的崔宸曦跃居中国最年轻的亚运会冠军。“比赛前，家人和教练都说尽力就好，但我特别想拿冠军，心里也隐隐觉得肯定能拿，这是我参加所有比赛里最自信的一场。我想可能是因为主场，有很多国内观众和朋友的支持，感觉像是回家一样，比赛中感到轻松。”

小小年纪就获得亚运会冠军，她说：“这只是一个起点，我会继续努力，争取在巴黎奥运会上取得出色的成绩。”对于她而言，滑板代表着快乐、刺激和挑战。“我非常喜欢滑板，即使不训练时，也总是迫不及待地想要滑。”话语中带着期待和兴奋。

当记者问到，获得冠军后，她最想感谢的人是谁时，她笑着说：“感谢爸爸，我小的时候他就带我滑。”接着她低下头，害羞地细声说道：“爸爸，我爱你。”

在2018年，曾文蕙参加雅加达亚运会时，与崔宸曦一样，也只有13岁。今天，她与同样13岁的崔宸曦一起登上了领奖台。“她非常出色，是中国滑板的未来，但我也会与她一同进步，一起去闯荡世界。”曾文蕙说。

对于这对“00后”的姐妹花，这是一个全新的起点。

中国女子双向飞碟13年后再夺个人项目亚运金牌



9月27日，中国选手江伊婷（右）和高金梅在比赛后拥抱。 新华社记者 杜潇逸 摄

新华社杭州9月27日电

（记者林德初 王春燕 郑梦雨）在27日进行的杭州亚运会飞碟女子双向个人项目角逐中，中国队19岁小将江伊婷以60靶57中的决赛成绩问鼎。这也是中国飞碟射击队自2010年广州亚运会以来获得的首枚该项目个人金牌。

江伊婷在资格赛中发挥就相当出色，125靶打出123中，创造了新的资格赛亚运会纪录。决赛中，江伊婷前20发射击全部命中，与队友高金梅一同占据领先地位。比赛中段，江伊婷状态略有起伏，出现三次脱靶，但她及时调整好了状态，最后20发再次全部命中，57中的决赛成绩也成为了新的亚运会纪录。

高金梅以55中的决赛成绩拿到银牌，哈萨克斯坦选手奥伦拜获得铜牌。

当日上午，江伊婷、高金梅和黄思雪组成的中国队拿到了女子双向的团体银牌。

今年刚满19岁的江伊婷是中国飞碟射击近年来冉冉升起的一颗新星。在本届亚运会之前，她曾在今年的射击世界杯开罗站比赛中夺得冠军。

这是江伊婷首次参加亚运会这样的综合性国际赛事。她

透露，今天的比赛自己身体状态并不是很好，心理上紧张，身体上也有不适。“这些都不是问题，主要是自己还是用一个意念坚持到了最后。”江伊婷说。

决赛中段的三次脱靶让江伊婷一度失去了领先地位。她坦言当时“心理上肯定是有波动”，所幸自己能够及时调整过来。

飞碟训练和比赛都在户外，常年风吹日晒。江伊婷说，自己从十二三岁就开始练飞碟，开始只是一个兴趣，后来教练觉得她很有天赋，就一年一年坚持了下来。“其实也不管什么化妆啊之类的，还是把训练放在第一位，其他都是后面的。”江伊婷说。

飞碟女子双向是中国飞碟射击的旗帜项目。早在1992年巴塞罗那奥运会上，张山就创下过战胜一众男选手夺冠的佳话，此后魏宁、魏萌姐妹也拿到过奥运奖牌。2010年广州亚运会，她们三人联手拿下该项目团体冠军，魏宁夺得个人冠军。但在2014年和2018年两届亚运会上，中国队都与该项目个人金牌失之交臂。

江伊婷表示，亚运会之后自己将参加射击亚锦赛，希望能够为中国队拿到这个项目的巴黎奥运会参赛资格。



▲9月27日，张雨霏在比赛中。当日，在杭州亚运会游泳项目女子100米蝶泳决赛中，中国选手张雨霏以55秒86的成绩夺得冠军。 新华社记者 黄宗治 摄

游泳——女子100米蝶泳：张雨霏夺冠



▲9月27日，张杰在比赛中。当日，在杭州钱塘轮滑中心举行的杭州亚运会滑板项目男子街式决赛中，中国选手张杰以总分231.14分的成绩夺得冠军，印度尼西亚选手桑吉·达尔马·丹戎获得亚军，另一位中国选手苏建军获得季军。 新华社记者 潘昱龙 摄

滑板——男子街式决赛：张杰夺冠



▲9月27日，中国选手朱锦尔（右）在第九轮比赛中对阵印度选手哈丽卡·德罗纳利。当日，杭州亚运会国际象棋女子个人第九轮比赛结束，中国选手朱锦尔以总分7分获得冠军。 新华社记者 韩传号 摄

国际象棋——女子个人：朱锦尔夺冠

中国女沙实现亚运六连冠

新华社杭州9月27日电（记者刘博）27日，杭州亚运会女子沙滩排球决赛在宁波半边山沙滩排中心举行，中国队薛晨、夏欣怡组合以2:0战胜日本的沟江明香、石井美树组合，实现亚运会六连冠。

第一局，薛晨、夏欣怡进入状态

很快，她们打吊结合，取得4:0的开局。随后中国组合凭借发球连续得分，将比分优势扩大至13:6，迫使日本组合请求暂停。暂停过后，日本组合依靠拦网奋力追分，但薛晨、夏欣怡发挥稳健，以21:11拿下首局。

第二局，开局双方比分相持，中

国组合加强进攻，以14:8拉开比分。随后的争夺日本组合难有翻盘机会，随着沟江明香打斜线出界，中国队以21:13的比分获胜。

赛后谈及中国队何以取得六连冠的成绩。薛晨表示：“我觉得这是中国队的传承，我们一直坚持高标准、严要求的训

练，才有了我们今天的第六块金牌。”

在三四名决赛中，中国组合王凡、董颖2:0战胜泰国组合，获得一枚铜牌。

28日将进行男子决赛，中国组合阿卜杜哈力克江·穆太力普、吴佳欣挑战卡塔尔组合谢里夫·桑巴/艾哈迈德·扬科。

马龙：这届亚运的最大不同，就是没有下次了

新华社杭州9月26日电（记者田光雨 牛梦彤 刘金辉）26日，国乒男队战胜韩国队赢得杭州亚运会男团冠军，马龙作为第三单打出场为中国队拿下决定性胜利，距离马龙首次代表中国队参加亚运会并取得男团金牌，已经过去了17年。

赛后的新闻发布会上，新华社记者问马龙第四次参加亚运会的感受跟此前有何不同，马龙回答说：“之前每次亚运会结束之后还会有下一次，这次应该是我最后一届亚运会了，最大的不同就是没有下次了吧。”

杭州亚运会开赛前，这位双圈“大

满贯”得主曾因为“亚运会简历好长”的话题上过热搜。今天，老将的长简历上又增加了一枚亚运会团体金牌，但同时也到了跟亚运会说再见的时候。

赛场上，他依旧用完美的表现战胜对手，征服观众。当日男团决赛中，马龙第三个出场，此前两位后辈王楚钦和樊振东已经为中国队取得2:0的领先。面对韩国选手朴康贤的有力冲击，马龙凭借全面的技术全程掌握主动，以11:3、12:10、11:6干净利落直落三局，为中国队锁定金牌。

“这次比赛的场馆和观众气氛对我来说都非常棒，跟队友一起拿到这

个冠军非常开心。”马龙说。

本届亚运会男团比赛中，马龙全勤出战，五场比赛一局未失。“不久前拿到亚锦赛（男单）冠军让我更有信心，这次亚运会发挥也还不错，我对自己的表现很满意。”

赛场外，马龙用他的责任与担当诠释着男队队长的涵义。虽然没有报名单打项目的他已经结束本届亚运会的征程，但他表示并不着急去游览杭州美景。“虽然我的比赛结束了，但我的队友们接下来还有很多硬仗要打，我还会跟队友们一起训练，跟他们一起做赛前准备。”

国乒总教练李隼此前接受新华社记