



# 里约奥运会

## 丁宁“大满贯” 柔道送惊喜

新华社里约热内卢8月10日体育专电(记者 沈楠 汪涌)自打乒乓球开赛,大家就在期待这样一场终极对决——丁宁VS李晓霞。她们也果然把悬念和故事性演绎到了极致。

10日,丁宁是在双重压力下站到奥运决赛场上的,对手是四年前在伦敦决赛中击败自己的李晓霞。想要弥补遗憾,填补奥运女单金牌的空缺,成为中国女乒第五个“大满贯”得主,这种渴望是她的内在压力;从国乒确定奥运阵容开始,她取代世界排名第一的刘诗雯拿到女单资格便引起争议,始终没有完全平息,这是来自外部的压力。两人奉献一场史诗般的较量,苦战七局,丁宁获胜,痛哭流涕。

和国乒相比,柔道赛场的一块铜牌已经是惊喜。一直“陪读”的中国男选手首登奥运领奖台。90公斤级的程训钊本来觉得进前八就不错了,观察了几天觉得有戏,结果真的过关斩将拿到铜牌。

举重赛场跌宕起伏。先是中国选手向艳梅在抓举第三把时上举失败,杠铃从后面落下堪堪滚过头顶落地,现场一片惊呼,所幸她没有受伤还夺下女子69公斤级冠军。接着男子77公斤级的吕小军打破自己的抓举世界纪录,和四年前一样举出379公斤的总成绩,却没能卫冕。哈萨克斯坦选手拉希莫夫以惊人的214公斤打破尘封15年的挺举世界纪录,总成绩追平吕小军,并凭借体重轻的优势夺走金牌。

沙排姑娘的胜利虽然离牌子很远,但是特别开心。“菜鸟”王凡/岳园直落两局晋级16强,还把老冤家澳大利亚组合阿塔乔/赛尔德“打哭”了。当天科帕卡巴纳海滩乌云翻滚,冷风嗖嗖,中国姑娘照样比基尼,对手穿了打底衫,气气势就输一截。

跳水比赛也在室外,以挑战中国“梦之队”为最高目标的海外高手果然在男子双人三米板上冲开缺口。卫冕冠军秦凯搭档



向艳梅的头发其实打理得很挺,但是在发力的一瞬间(下图)……也许这就是传说中的“洪荒之力”?  
新华社发



曹缘,最后一跳在重压下出现明显失误,拿到铜牌。获得金牌的英国组合拉夫尔/米尔斯和银牌的美国人多尔曼/希克森全都欣喜若狂。值得一提的是,对于由蓝变绿的水池,国际泳联经过测试水质安全,英国名将戴利甚至说,水变成绿色还便于他分清上下。

中国女篮下一场的对手同样是塞尔维亚,而且实力处于下风。当天中国队以69:89不敌西班牙,一胜两负出线堪忧,要想确保出线,必须力拼下塞尔维亚,但困难较大。

中国男篮在最后关头没能抓住机会,以68:72不敌美洲杯冠军委内瑞拉,三连败之后八强几乎无望。

奖牌榜上,中国队以10金5银8铜继续稳居第二,美国队11金11银10铜占据头名。另外有件重要的事,中国驻巴西使领馆10日向新华社记者表示,赶工出来的正确的国旗将于11日送达里约,随后分发到各个场馆。

还有一些传奇值得记上一笔。将满43岁的美国女车手克·阿姆斯特朗赢得公路自行车计时赛三连冠。射击中的男子50米手枪慢射属于“超级难”,6环、7环都不新鲜。37岁的韩国神枪秦钟午竟然在这个巨没谱的项目上以惊天逆转的方式实现了三连冠。飞碟场上有更高龄的冠军,年近50的科威特老将阿尔德里在男子双向中赢得个人第一块奥运金牌。由于科威特奥委会被国际奥委会禁赛,他成为奥运史上第一位获得冠军的独立运动员。

卫冕体操男子全能当然也是非凡的成绩。日本“全能王”内村航平凭借最后一项单杠的发挥,惊险逆转乌克兰“黑马”维尔尼亚耶夫获得冠军。两名中国选手林超攀和邓书弟分获第五、六名,不过林超攀已经发出豪言:东京看我!

另外,东道主巴西躲过了最尴尬的一件事。此前一场没赢、一球未进的巴西男足在不胜就出局的情况下4:0大胜丹麦晋级八强。上届冠军墨西哥队则0:1不敌韩国队,提前告别。

### 简讯

●北京时间昨天晚上,乒乓球男子单打半决赛结束,中国选手张继科和马龙分别击败对手,会师决赛。

●在射击场上,张彬彬和杜丽在50米步枪三种姿势比赛中分获亚军和季军,为中国代表团再添两枚奖牌。

## 中国游泳队前总教练陈运鹏:宁泽涛还有希望

新华社里约热内卢8月11日体育专电(记者 周欣)里约奥运会游泳赛场10日晚进行了最受关注的百米自由泳飞鱼大战,澳大利亚的18岁小将查莫斯拔得头筹,以47秒58夺冠。比利时泳将蒂默尔斯、美国名将阿德里安分获亚军和铜牌。中国选手在传统优势项目女子4×200米自由泳接力和女子200米蝶泳中无缘奖牌。中国游泳队前总教练陈运鹏在接受新华社记者电话采访的时候进行了分析。

百米自由泳飞鱼大战堪比陆地上的飞人大战,不过男子前三名的成绩比四年前略有下降:里约奥运会前三名的成绩是47秒58、47秒80和47秒85。而2012年奥运会前两位的成绩是47秒52和47秒53。

100米自由泳的发展趋势,年轻的查莫斯身上体现得很清楚。他1998年6月25日出生,身高1米93,体重90公斤,特点是脑子清楚,力量分配好,最后能冲上去。在4月份澳大利亚选拔赛的时候,他仅仅游出48秒03,今年世界排名第八。他在7月1日澳大利亚大奖赛上游了48秒80,但在一个月之后,就游出了这么好的成绩一举夺冠,说明他的连续作战能力强,促进了成绩的提高,而且比赛心理强大。

目前的100米自由泳选手的普遍特点是后程非常强,不像50米自由泳运动员那样肌肉丰满和绝对速度,而是既有速度又有耐力。从技术发展来看,起跳和转身都要追求减少阻力;发挥每划效果,身体位置要平要高;腿的力量不一定多好,但一定要略臀和打腿配合好;力量分配合理,最后几个动作能冲上去。最重要的一点,谁能在决赛最后一枪中发挥出水平,谁就是最后的王者。

对宁泽涛来说,他的身高1米91,和其他人相比属于中等。他本来的训练也是后程非常有力,善于后发制人,而且他在决赛中的发挥非常出色。假如宁泽涛能够拿出喀山世锦赛夺冠的水准47秒84,他能拿到奥运会铜牌。假如拿出来仁川亚运会的成绩,将会是第二。

宁泽涛由于此前缺乏有氧耐力基础训练和高水平的力量耐力训练,使得他在里约没有很好的表现。奥运会后,他应该好好总结,跟着叶瑾教练踏踏实实练,一定能再次走上领奖台。在训练时间和地点的安排方面,我认为宁泽涛应该大部分时间在国内训练,一年用五六周去国外训练就够了。尤其是他的赛前训练一定要在叶瑾教练的指导下进行。运动员如果没有踏实训练,没有很好的耐力基础和力量储备,仅靠比赛临场发挥,是不可能取得好成绩的。

鉴于目前世界级的选手,大多在47秒五几左右(除非个别选手在今年47秒零几),大家都在同一水平线上,谁能最后发挥出自己的水平谁就有机会。宁泽涛绝对有可能登上领奖台。

## 真正打动人心的是段子和搞笑

傅园慧和她的“洪荒之力”,以迅雷不及掩耳之势火遍了,这正是里约奥运会通过社交媒体传播的独特性。一方面契合大众对竞技体育的趣味性需求,另一方面她真性情塑造的呆萌、自黑、二次元形象,戳中大众心中萌点,火火不行。她对于外界丰富对中国运动员的认识,立下汗马功劳。

但同时,一些观点值得商榷,比如说傅园慧是中国奥运史上最大功臣(这不是捧杀人家小姑娘吗),又如说今天奥运金牌已无意义,等等。

过去“唯金牌论”,现在大家都在反思,意识到金牌至上的弊端,但也不能走到贬低奥运金牌的另一个极端。运动员辛辛苦苦练四年,各种资格赛选拔赛,好不容易来到奥运会,你说奥运会不过就是一个大派对嘛,好好玩,开心就行,拿不拿金牌无所谓。

金牌对运动员很重要,对运动员所在国家或地区也很重要。毕竟奥运选手不是以俱乐部名义参赛,所有的奥运金牌大国都对奥运金牌进行重点投入,也为自己国家的选手获得金牌而欢欣鼓舞,菲尔普斯回到家乡,还享受夹道欢迎。

此次里约奥运会上,49岁科威特老将阿尔德里获得男子飞碟双向金牌,但因为科威特被禁赛,他只能以“奥林匹克独立运动员”的标签征战赛场,站在冠军领奖台上,眼泪汪汪——拿到了金牌,却没办法升起国旗,伤心不已。

记住,傅园慧接受采访时,搞笑之外,也说过这样的话:“我还是想对以前那个在绝望边缘挣扎的自己说,你以前的坚持和努力都没有白费。虽然今天不是冠军,但我已经超越了自己一次又一次。”

需要厘清的是,“洪荒之力”的核心,不是段子和搞笑,而是努力,是激发潜能、挑战极限的拼搏。否则,网上那么多嘟嘴挤眼卖萌讲段子的“网红”,极其搞笑之能事,但她能跟傅园慧相比吗?傅园慧即使是“网红”,也是一个拿过世界冠军、跻身奥运赛场的“网红”。

因为,她表面上满不在乎,但背后是全力以赴。傅园慧来里约,不容易!否则怎么会用“生不如死”来形容奥运集训?因此,这世上,没有轻轻松松的成功!

另一位传奇选手、奥运冠军徐莉佳,因为言谈有趣,被西方记者称为“女姚明”,但谁知道她的辛苦?左眼视力模糊,右耳听力不到,左膝疼痛差点截肢……

每个来到里约的运动员,背后都是一个励志故事,是中国年轻人的榜样,他们最值得学习的,不是搞笑与段子,而是竭力拼搏之后的问心无愧。  
新华社记者 肖春飞

### 奥运风景线

## 竞走中国期待夺金 场地自行车盼突破

蹦床、场地自行车、举重、竞走、飞碟……中国军团从北京时间12日晚至13日中午,又将在里约奥运会上迎来新一波的夺金潮。另外,田径大项将登上奥运会的赛场,各路高手将在奥运会设立金牌最多的项目上展开角逐。泳池中,美国“菲鱼”是否还将再掀夺金热潮值得期待。

女子蹦床(北京时间8月13日02:42)  
夺金指数:★★★★

蹦床“公主”何雯娜联手中国新一代蹦床领军人物李丹,将对里约奥运会的金牌发起冲锋。北京奥运会上,何雯娜完美发挥为中国赢得该项目首枚奥运会金牌,从此蹦床也一跃成为中国体操的优势项目之一。而李丹则是新的奥运周期里出现的高水平选手,囊括了全运会、亚运会、世锦赛以及世界杯女子个人蹦床的全部金牌。二人此次都被寄予厚望,期待她们能在里约奥运会上夺取宝贵一金。

自行车女子团体场地争先赛(北京时间8月13日5:00)  
夺金指数:★★★★

伦敦奥运会自行车场地团体争先赛上中国女团率先完成比赛,但随后被裁定犯规而错失金牌。四年前的这个遗憾并没有击败中国队,里约奥运会宫金杰与新搭档钟天使再度披挂上阵。二人作为该项目现世界纪录保持者,此次能否实现中国场地自行车在奥运会上金牌“零”的突破,让我们拭目以待。

柔道女子+78公斤级(北京时间8月13日3:40)  
夺金指数:★★★★

中国柔道“一姐”于颂终于要出战了。她在去年揽下世锦赛、大师杯、亚锦赛三项冠军,占据了该级别的世界第一位。在里约奥运会上,夺冠也是她的不二目标。不过她还要面临上届奥运冠军古巴选手奥蒂兹和东道主选手的阿尔特曼的挑战,夺冠之路并不轻松。祝愿于颂能用一块金牌证明自己的实力。

举重女子75公斤级(北京时间:8月13日凌晨2:30)  
夺金指数:★★★★

中国女举最后关头面临换将,该级别的孟苏平搭上了飞往里约的最后一班航班。由于俄罗斯举重队被集体禁赛,孟苏平在该级别的比拼中几无对手,这次临危受命的她需要用一块金牌证明自己的同时,也将证明中国举重队的决定是正确的。鉴于中国举重队此前比赛接二连三发生意外,实力明显占优的孟苏平需要稳稳地将这枚金牌收入囊中。

此外,田径男子20公里竞走中,伦敦奥运会冠军陈定和队友王镇将向金牌发起冲击。泳池中,孙杨将亮相男子1500米预赛(北京时间8月13日凌晨00:40),已经成功摘得里约奥运会男子200米自由泳金牌的他,将向长距离发起挑战,正式踏上卫冕之路,让我们一起为“大白杨”加油!  
本报记者 陈凯 实习生 魏文渊

## 丁宁抛四年心结 李晓霞不留遗憾

新华社里约热内卢8月10日体育专电(记者 苏斌 张寒)一场奥运会乒乓球女单决赛的巅峰较量过后,没有了紧张的气氛,坐在发布会现场的丁宁和李晓霞平静了许多。丁宁说,自己抛开了四年前奥运会决赛失利的阴影,尽情享受这个过程。李晓霞则表示,从年初一度动过退役念头到这次参加奥运会,感觉自己“死里逃生”,现在已经没有任何遗憾。

夺冠后的丁宁跪在地上,掩面哭泣。她说,自己很开心,也很享受这场比赛。双方在比赛中发挥了非常高的水平,整场比赛打得很艰苦,获胜的一刹那,感觉自己真正放松下来了。

对于刚刚成就的“大满贯”,丁宁说,现在自己有点蒙,并没有去想什么,接下来还有团体比赛,她还是希望能

### 里约河南风

北京时间8月12日晚8:30,中国女排将迎来小组赛的第三个对手塞尔维亚女排,本场比赛的胜负将直接决定着小组排名,作为中国女排核心的朱婷盼望能再度释放洪荒之力,为球队争得关键一胜;8月13日凌晨2:48,郑州“飞鱼”宁泽涛将参加里约奥运会男子4×100混合泳接力的预赛,这也是他本届奥运会上参加的最后一个项目,期待着他能展现自己。

中国女排VS塞尔维亚女排(北京时间8月12日20:30)  
中国女排在接连战胜意大利女排和波多黎各女排取得两连胜之后,以两胜

把团体赛打好。谈及中国女排领军人物的地位,她表示,李晓霞还有很多值得自己去学习的,四年中经历了很多东西,自己还处在一个成长的过程中。

“我们是一个集体,李晓霞一年多来经历了很多伤病,但她能够坚持下来,保持了很高的水平,这个过程让我学到了很多。”丁宁说。

正如丁宁所说,李晓霞在去年底今年初受到伤病影响,因肺炎连续住了三次院,之后又遭遇大腿肌肉严重拉伤,她也因此向国家队提交了退役申请。不过队伍没有放弃她,这份坚持让她最终出现在里约奥运会的赛场上。

“这一次奥运会感觉是‘死里逃生’,又给了我一个机会,重新回到这个舞台上,我也完成好了这个任务,守好了自己的这条线,现在的我很坦然。”李晓霞说,“今天就是尽情享受全世界的人看我的比赛,没有什么遗憾。”

一负的成绩掌握小组出线主动权。河南“重炮手”朱婷在这三场比赛中,在进攻端上都给予了对手强大的压力,尤其在与波多黎各女排的比赛中,她在网前的狂轰滥炸令对方教练都不忍直视。此番与塞尔维亚女排交手,中国女排将迎接严峻考验。面对同样网上实力突出的对手,朱婷需要再度释放自己的洪荒之力为球队“攻城拔寨”,同时,中国女排还需要在防守端做好准备,应对对手强劲的冲击力。做好自己,中国女排战胜塞尔维亚女排的概率还是非常大的。

但她也表示,考虑到年纪,自己再去这么高强度地训练确实有些扛不住。身体条件允许,国家还需要的情况下,自己还义无反顾地回到国乒这个光荣的集体,不过中国乒乓球队非常强大,自己需要做的就是把自己的东西传给之后的队员。

回忆起四年前,李晓霞说,那时的自己一无所有,感觉就像是“小鹿撞墙”,不知道自己出现什么状态,就是一往直拼。如今的自己比四年前更加成熟,身上的担子和责任会更重一些,比赛总会有输赢,如果说自己有点遗憾,那就是真正踏实训练的时间有些短。

“如果再给我多一些时间踏踏实实训练,今天的结果也许会不一样。我从完整训练到参加奥运会加起来也就两个多月,就像今天我3:2领先的时候,想把气屏住,但长时间没训练的影响就体现出来了,这些都是公平的。”她说。

### 郑州“飞鱼”期待展现自己

游泳男子4×100米混合泳接力(北京时间8月13日2:48)  
这是郑州“飞鱼”宁泽涛在里约奥运会上出战的最后一个项目。男子100米自由泳决赛,宁泽涛的表现令人大跌眼镜。这次参加男子4×100米混合泳接力的比赛,他将不是一个人在战斗,期待着他在国家队其他小伙伴的激发下展现出自己的实力吧。

另外,如果宁泽涛能成功在男子50米自由泳预赛和半决赛中突围,他将亮相北京时间8月13日上午9:44进行的男子50自的决赛。  
本报记者 陈凯 实习生 魏文渊