

备战1617 我们在行动

金牌背后的无名英雄

——关于运动队科研人员的故事

□本报记者 张宇豪

“

无论在赛场上还是赛场下,运动员和教练员们总是最瞩目的。实际上,在一块块金牌背后,少不了运动队科研人员的辛勤工作和默默付出。他们严谨、周密,不放过一处细节,不留下一处空缺,他们不断探索,不断创新,为教练员科学安排训练、制定战术,为运动员的健康体魄、运动机能做着无私的贡献。

”

不出风头却必不可少

很少有人了解过运动队的科研人员,他们实际上是运动队不可或缺的一群人,不出风头,却必不可少。因为有了他们的研究和探索才能有教练员更先进的技战术思路和运动员更健康的身体机能。

运动量到底多“大”才算合适?这个问题曾经困扰着无数教练员和训练员,由于运动员容易受伤的特殊性,加之个体存在差异,因此科研人员就要每天都到现

场观察运动员的训练,定期抽血,对运动员的生理指标进行检测,并根据检测数据和教练员一起制订各个运动员的训练计划。因为有了科学的个体数据,运动员训练强度上去了,疲劳训练没了,成绩上去了,伤病却少了。

在浙江体育职业技术学院(以下简称学院),就有这么一支默默奉献的科研队伍。这支科研队伍以体育科学研究中

心进行实体运行,主要负责我省各支运动队的科研攻关和科研服务。中心共分两个方向,分别是负责生理生化、营养调控、训练测试的实验中心和负责技术解析、体能训练的体能训练康复中心。目前,这支科研队伍共分成三个团队分管不同运动队进行运作,可以说每位科研人员都要随队训练、征战,辛苦程度可见一斑。

是“泡面杀手”更是运动员的依靠

田径队的科研人员俞捷,是个活泼开朗的女孩子。运动员们习惯喊她“俞姐”,她则生动地给这帮孩子们起了些有趣的绰号,“大长腿”、“兔子”……别看她和队员们的关系融洽,但为了孩子们的健康,用队员的话来说,“她做起事儿来还真是‘心狠手辣’!”

“心狠手辣”体现在哪?在俞捷还未

到田径队时,那时候在赛后恢复阶段队伍都会按照以往惯例向队员们发放泡面。由于平日里几乎都在运动员餐厅进食,再加上小孩子都喜欢泡面的口感,因此每当发泡面的日子都是孩子们最开心的时候。可是俞捷一到队,为了运动员的胃肠健康以及控制饮食的需要,第一件事便是极力制止运动员吃泡面的问题。于是,从

此再也没有泡面发放了,运动员也为了这件事难过了很久,都在私下里偷偷叫俞捷“泡面杀手”。

虽然失去了最爱的泡面,但通过服用俞捷量身定做的营养品以及提供给教练科学的意见,很多队员的运动成绩有了明显的提升,她也逐渐成了田径队员们必不可少的依靠。

一年出差200天离家要趁女儿熟睡时

众所周知,游泳队是我省的一支王牌大军,经常外训、参加各类大赛的他们辛苦程度可见一斑。作为游泳队的随队科研人员,林微微也经常跟随队伍出差,一年几乎有五、六个月都在外面跑,最多的时候一年到头出差的日子都达到了200天。

然而林微微是一个两岁半女儿的妈妈,由于工作原因,女儿见不到妈妈成了家常便饭,用她同事的话打趣说:“女儿刚

生下来这妈妈就不要她了,一见到妈妈都要喊‘阿姨好’了!”玩笑归玩笑,林微微得意地告诉记者,女儿可不会忘记自己,每次回到家中女儿对自己都超级热情,一见到自己回来便会立刻飞奔过来扑到怀中。而在外出差时,每天也少不了跟女儿开个视频或煲个电话粥,多少能够缓解下自己的思念程度。不过有时女儿的一句“妈妈不要上班啦!”会让身处异地的林微微掉下眼泪。为了弥补聚少离多的遗憾,

每到一处出差林微微都会给女儿买上礼物补偿她,这次刚刚从云南回来林微微就给女儿买了玩具和好看的衣服。

虽然付出了很多也放弃了很多,但林微微对这一切看得都很淡,她认为作为体育人,自己谈不上是最辛苦的。而每当运动员们摆脱伤病、走出瓶颈、取得好成绩之时,更像是为她打了一针强心剂,她会觉得自己所有的付出在那一刻都变得有了更多的意义。

远赴美国闭关魔鬼训练

新的一年,韩馨蕴想离顶级选手更近一些

□本报记者 沈梦雪

在澳洲网球公开赛上创造个人单打最好成绩的韩馨蕴最近一段时间似乎淡出了大众的视野,微博和朋友圈大半个月没有更新。原来,她又去了美国集训。放弃了过年的休息时间,放弃了回家的安逸生活,她背起行囊一个人出发,而这一切努力都是为了四月份的法国网球公开赛。

韩馨蕴平时一直在经历高强度训练,而这次去美国她“魔鬼训练”的等级再上一层楼。教练王迎政说:“每天光是体能训练就是一般球员的2倍,还有接发球的专项训练更是几百个打底。”因为在澳洲网球公赛上,韩馨蕴明显感觉到自己和顶级选手的差距在体能,“最后一盘的接发球我都是靠着意志力在支撑,所以接发球都出现失误,

毕竟身体机能跟不上。”

去年春节,韩馨蕴也是一个人在美国过的,今年原本打算和家人吃一顿年夜饭,最终她还是咬了牙定了去美国的机票,“因为法网的比赛就要开始了,我想在美国多打几个分站比赛,把双打的排名提升,这样就能在法网上既能打双打又能打单打的正赛。”她说。

今年一月份,在李娜前教练卡洛斯的指导下韩馨蕴整个人都起了变化,无论是在自信心上还是训练方法上,这些都在澳网的比赛中体现出来,“接下来我想在大满贯赛事中取得更多胜利,这是我新赛季的目标,单打打进50,双打进70,这样我离顶级选手的差距并不远了。”



本报讯 近日,正在澳洲进行康复训练的孙杨更新了自己的微博,并吐槽自己遭遇深夜尿检加血检。他写道:“来澳洲没多少天,遇上两次尿检。上次晚上九点多,我惊呆了,这次居然晚上十点多,外加血检……宝宝明早5点就要去训练啊!本已骨折,现在心碎。”孙杨还附上了自己受伤右脚带着厚重护具的特写,言语间显得非常无奈。

据BBC报道,里约奥运会的游泳项目可能将对最优秀的运动员采取多达7次的药检,而这项政策的最终针对者将是34个游泳单项上各自排名世界前十的选手。孙杨作为世界上最优秀的游泳运动员之一,如无意外将接受这7次的药检。另外,澳大利亚泳协也新近出台了史上最严格的药检计划,在未来通往里约奥运的近半年时间内,在其境内训练的国外运动员特别是游泳运动员,将会被针对性地加大检测频度。来澳大利亚刚一个月,虽然遭遇骨折,孙杨却没有任何优待,已经先后遇到了两次尿检。而他还将在澳大利亚恢复训练至3月中下旬,因此他在这期间还将接受类似不定期的突击尿检。但考虑到奥运会也将遭遇7次药检,现在开始适应,也不失为利好。

孙杨在受伤后并未间断陆上练习,且在骨折后仅11天就开始进行水中训练。浙江体育职业技术学院院长、孙杨的主管教练张亚东解释,孙杨能够比普通同类伤者更早下水也是在澳大利亚当地医疗机构和国家队科研人员经过慎重探讨后决定的,不会对他的骨折部位造成更多不利危害。奥运会的临近加上4月初马上就将进行国内奥运选拔赛,孙杨着急开始水中训练也是无奈之举。

里约奥运会,孙杨可能要经历七次药检

□本报记者 汤怡虹