

备战1617 我们在行动

在军训中磨练意志 用大运动量储备体能

——竞技体育三系吹响冲刺里约号角

□本报记者 张宇豪 沈梦雪

为了更好地备战1617,深化2015年冬训实效,竞技体育三系今年在冬训形式上花了不少心思。羽毛球队、网球队、乒乓球队除了基本的日常训练,还加入了军训的项目。

此次军训为期一周,在学院的140名运动员分成六班,统一参加了军训活动。系主任张小平在开营仪式上要求全系运动员、教练员以昂扬的斗志迎接军训,高标准高要求,冬练三九,圆满完成冬训任务。

军训充分利用了晚上和周末的时间,进行了队列训练,内务整顿,军姿仪容和擒敌拳等。张小平说:“通过军训,看到了运动员们的拼搏和坚持,在寒风中站军姿时的那种风华正茂的样子让教练组都很欣慰,运动员们在这次军训中都收获了很多。”

军训之后,三支队伍全面展开了各自的技能训练。在网球馆,教练王迎政带着女队队员进行训练前的热身,绕着网球场跑步,还没开始正式训练,队员们就已经

满头大汗。接发球训练、发球定点练习,每一个项目王迎政都要求队员认真完成,“你们可能达不到我的高要求,但我要看到你们尽力去完成,而不是随便应付。”冬训期间的网球队就是在奔跑和挥拍中度过。

由于要征战2015-2016年羽毛球超级联赛,羽毛球球队的主力成员没有参加军训,不过他们每天的训练量都是一般人的3-4倍,“有时候都不需要教练布置训练任务,他们自己还会加练,虽然并没有明确冬训的计划,可他们每天都是超量完成任务。”教练王琳说。

200次对墙击球,100次脚步移动练习,乒乓球队一日三训,无论刮风下雨,队员始终在训练房做着日常训练。一份耕耘一分收获,训练科科长张立丹表示,今年乒乓球队的比赛任务比去年更重,他说:“这两年乒乓球队的成绩虽然一般,但是队员始终一如既往的跟着教练团队,现在已经有好几个小球员有长足的进步,下个周期成绩也一定会更好。”



羽毛球球队主力队员在征战羽超

我省男子步枪三虎将备战冲刺里约

朱启南成绩稳定,赵中豪、钱学超正在努力之中

□本报记者 张宇豪

还有不到两个月的时间,里约奥运会射击项目队内选拔赛的最后三轮比赛就将打响,比赛将决定每个项目各两位正选、一位替补的奥运名单。在竞争最为激烈的男子步枪方面,浙江共有三位选手将要参加本次选拔赛,分别是老将朱启南,小将赵中豪和钱学超。日前,他们已经结束了在福建的国家队集训回到北京全力备战此次奥运选拔赛。

从已经进行完的三轮积分来看,目前朱启南在两个项目中排位都较为靠前,只要不出现致命失误,踏上里约赛场的问题不大。而其他两位小将都暂时未进入所参加项目的前三位,如果想要拿到里约奥运会入场券,他们就需要在后三场比赛中拿出好成绩。其中,去年刚刚入选国家队的小将钱学超稍占优势,目前他位列所参加的项目六个人中的第四位,仅落后第

三位1分,与第二名的差距也不大。如果后三轮他发挥稳定,还是有一定的机会进入前三名。

省射击队步枪组教练李明表示,现在奥运会选拔赛还未打完,由于射击这个项目不确定因素有很多,谁也不能说百分百会被选上。尽管如此,李明还是希望队员们身上包袱不要太重,放开打。

信息动态

省局机关处室和省体彩中心向运动队送上新春祝福

本报讯 近日,省体育局和省体育彩票管理中心相关领导来到浙江体育职业技术学院,对训练一线的部分运动队进行慰问,送上慰问品,同时提前向大家致以新春的祝福和问候。

慰问人员一行先后来到网球馆、乒乓球馆、羽毛球馆、室内田径馆等训练馆观看运动员训练,三系主任张小平和一系主任朱乐丹分别介绍了目前各运动队的情况和取得的成绩,以及重点运动员的训练状况,感谢省局和省体彩中心对运动队的支持。看到运动员们挥汗如雨的训练场景,大家都被运动员的精神所感染。在各场馆,慰问人员向教练员和运动员们表达了关怀之情,并祝愿他们能再创佳绩。(钟何)

重竞技项目开展研讨会 学以致用,提升训练水平

本报讯 近日,竞技体育七系举行了全体教练员业务研讨会。竞技体育七系党总支书记、副主任李跃对下一步扎实推进重竞技项目“1617”备战工作提出了要求。系副主任殷茵主持会议并就加强科学训练、提高训练效果提了要求。

会上,摔跤队教练郑军就赴德国培训和俄罗斯交流训练的所见所得所感作了专题报告。

李跃充分肯定了这次研讨会的意义和价值,他要求各支队伍认真总结2015年的收获与不足,瞄准里约奥运会,为备战天津全运会打下坚实基础。

会上,各重点项目和各队主教练总结了2015年训练比赛的得失和备战中存在的不足,并提出了下一步改进和提升措施。(钟何)

我在现场

本报驻浙江体育职业技术学院记者专栏



寒潮里的一股暖流

□本报记者 张宇豪

事业做着一些自己力所能及的事情。

与之交谈许久,刘军叮嘱他注意身体不要过于劳累。王水琪对于刘书记一行的到访感到很激动,他深情地说:“一个问候便是一阵暖风,说明娘家人没有忘记我哩!”

走访慰问困难老职工陈仁芳时,得知这位老教练、老后勤人员去年被查出胃癌并进行了手术治疗时,一行人心情沉重。但看到陈老师心态乐观、积极配合治疗,刘军书记感到欣慰并嘱咐陈老师继续保持良好心态、照顾好自己。

一行人还走访慰问了应水根、汪瀛士、汤昌言等老教练和退休院领导苏志

清等老同志,向他们简要通报了过去一年学院的发展和取得的成绩,并希望老同志们在保重身体,常回学院看看,用他们宝贵的经验为学院的发展献计献策。老同志们对此十分感谢,并祝福学院越办越好。

学院组织这次走访慰问活动,像冬日里的一缕阳光温暖了曾为我省体育事业和学院发展做出贡献的老同志们和坚守岗位、默默工作的困难教职工、党员和家庭生活困难的部分运动员,在这个冬日的寒潮中,他们收获了欣慰收获了温情,有很多瞬间都让人久久难以忘怀。

前些日子,杭城寒潮来袭,气温骤降并一度伴有大雪,浙江体育职业技术学院党委心系学院诸多高龄的离退休老干部,及生活相对困难的老职工、老党员。于是由学院党组书记刘军带队,一行人分别走访慰问了部分离退休老同志以及困难老职工、老党员,给他们送上党的关怀、新春的祝福和学院的祝愿。

田径老教练王水琪把毕生的精力都投入到我省田径事业中,他带过的学生黄志红、徐德妹、李荣翔等人曾多次获得世界冠军和亚运会冠军。如今,他依旧奋战在基层,为丽水的青少年田径