

石智勇:中国力量的新一代

□见习记者 吴雨辰

“

在宁波体育运动学校正门口的显示屏上,石智勇的照片和出征奥运的文字反复播放,大屏幕上五环旗式样的花坛花团锦簇,也在为石智勇助威。要知道,宁波体育史上优秀运动员不少,但始终没有一枚奥运金牌入账,这在宁波体育人看来是一件非常遗憾的事。

“宁波到目前为止还没有出过一个奥运冠军,最好成绩是第三名。”石智勇的启蒙教练李东瑜告诉记者,这个夏天,23岁的石智勇或许会实现宁波体育人奥运突破的梦想。

”

奥运之星 24

石智勇

生日:1993年10月10日
项目:项目男子举重69公斤级

荣誉

2014年全国男子举重锦标赛冠军
2015年世界举重锦标赛冠军



出身举重之乡从小离家

广西桂林市五通镇,称得上全国知名的举重之乡。上世纪60年代,五通镇出了个肖明祥,从石头制成的杠铃练起,一路闯进国家队,5破1平世界纪录,受到周总理接见,至今仍然为人们津津乐道。之后唐灵生、肖建刚等举重奥运冠军、世界冠军都出自这里,举重也作为这里的传统运动被一直保留了下来。

在那个交通不便、信息还没有与互联网一同疾驰的时代,练举重是五通镇的孩子走出大山的“捷径”。多年前,李东瑜顺着这条“捷径”进入八一队,最后落户宁波成为举重教练。2004年,他回家探亲,想挖掘几个苗子带出大山,让他们沿着自己的足迹走下去。

“现在想起来有点淘到宝的感觉。”李东瑜回忆。当年和石智勇相遇是在五通镇中心小学的操场上,看见一个小鬼灵活的跑来跑去,他一眼就相中了这个孩子。

“我们选材讲究速度、爆发力和协调性,当时我就觉得这个孩子有天赋。”李东瑜介绍,因为练举重是个苦活,没有毅力根本坚持不下去,但从面相上,李东瑜看到了那股子韧劲。这个当时才11岁的孩子叫石磊,父母以务农为生,和李东瑜的父母非常熟络,听到李东瑜想带孩子出去练举重,出于同乡的信任,很快就答应了。

第二年,石磊跟着李东瑜来到了宁波体育运动学校,在宁波安顿了下来。李东瑜从广西招收了7、8个师弟,平日里李东瑜还会为他们烧点家乡的好菜,同乡之间的温情冲淡了少年离家的烦恼,石磊开始了与杠铃打交道的日子。

看着这个敦实、坚毅的孩子,李东瑜想给他寄托点好运,就为他改名石智勇,希望他能在赛场上做到智勇双全。没想到,这和福建的举重奥运冠军石智勇重名,而年轻的石智勇也一直没觉得有什么压力。直到日后两人在国家队碰见,雅典奥运会冠军鼓励石智勇要好好努力,争取有一天超过自己,才让他明白这个名字所承载的荣耀和意义。

苦中做乐在严寒中坚持训练

“中国力量,挑战力量极限,演绎精彩人生。”这是挂在宁波体育运动学校举重馆上的标语,这些日后将代表中国力量的星星之火,就在这所不大的学校里生根发芽。

“练我们这一行,是很苦的。”李东瑜自嘲地告诉记者,苦练十年,就为赛场上最重要的一举。沿着举重这条道走下去,与其说是捷径,倒不如说是布满荆棘的淬炼。

与其他正值青春的孩子不同,运动员的生活枯燥乏味。在宁波体育运动学院,他们的日常生活三点一线,宿舍、教室、训练馆,生活节制得如同修行。日复一日的锤炼后,唯有测试时那些成绩的提高能让他们欣喜若狂。

石智勇少年时期每天要去的举重馆已经使用多年,看上去有些陈旧。因为场馆太高,窗户漏风漏雨,又没有空调,每到

永不放弃踏上里约奥运末班车

苦尽甘来,当石智勇经受住种种磨炼后,奥运舞台也向他张开了怀抱。李东瑜介绍,从小到大,石智勇拿过大大小小的金牌可能已经有七、八十块,但最让兴奋的是2015年在衢州开化举行的全锦赛暨世锦赛选拔赛,当时锁定金牌后石智勇忘情庆祝的画面被照片定格。要知道,虽然这只是世锦赛选拔赛,但因为国际举联规定,想要参加里约奥运会的运动员,必须在奥运会之前参加两次国际比赛。也就是说,只有出征世锦赛,石智勇才有里约的参赛资格。这个机会石智勇牢牢抓住了。

冬天,是小队员们最痛苦的时候。

“说实在的,天冷的时候我都不想走进训练馆。”李东瑜回忆,不同于北方的干冷,宁波的冬天湿冷冰凉,外面的寒风吹进室内,让人叫苦不迭。最难受的是,举重受不了和杠铃打交道,冬天的杠铃如冰锥一样冷的刺痛,每一次紧握都要克服严寒。

在师兄弟里面,石智勇沉稳踏实,教练给他的训练任务都会尽力完成,一如他的小名“石头”一样刻苦、自觉。

更让教练们欣慰的是,“石头”虽然平日有些内向,但在赛场上无疑是激情型的选手,哪怕训练时试举前,也会大声吼叫来鼓励自己。

“这其实就是运动员的气质,是自信的表现,给自己提气的好方法。”李东瑜回忆,少年时期,每个礼拜队里都会进行小

在奥运赛场上,举重是中国的梦之队,而男子69公斤级称得上梦之队里的王牌。1998年开始设立男子69公斤以来,中国队只有2006年让世锦赛冠军旁落,奥运会冠军从2004年开始连续3届拿下冠军。想从这个项目中脱颖而出,承受的压力绝非常人可以想象。

今年4月在衢州江山举行的全锦赛暨奥运选拔赛,石智勇虽然达到了350公斤的奥运标准,但仍以2公斤之差不敌名将廖辉,奥运资格命悬一线。赛后面对家乡媒体的长枪短炮,坚毅的石智勇眼里浸满了泪水。“哭是排解压力吧。”他当时表示,

测试,就和模拟比赛一样。每当石智勇看到自己的成绩提升,看到自己的进步,就是他笑得最甜的时候。

这个评价得到了省队教练陈环的认可。“懂事、刻苦、有上进心,基本不用操心,教练交代的训练计划他都能兢兢业业完成。”谈起这个得意弟子,陈环最深的印象就是他的踏实,刚入队时石智勇还只有15岁,身体没有完全发育开,但身体成长后,力量上的优势很快就让他崭露头角。

2006年浙江省的青少年运动会,首次参赛的石智勇就拿下冠军,在同年龄段成为翘楚,在全国比赛中始终保持着尖子生的行列。2008年,石智勇上调省队,之后进入国家队,经过一系列大赛磨炼,去年拿下世锦赛男子69公斤级冠军,让石智勇这个名字重新被体育迷认识。

廖辉是这个项目的霸主,面对他压力确实很大,虽然没能冲击金牌成功,但之后依然会好好练习,争取最后的机会。

高压之下,石智勇对自己更狠。奥运前最重要的夏训,他的状态一直保持很好,特别是原来的弱项抓举有突破性的提升。7月6日国家举重队安排了一场公开训练课,中国男子举重队副总教练于杰在接受媒体采访时提到石智勇的夏训表现,并称他所在69公斤级是重点夺金项目。与此同时,廖辉因膝盖受伤无法继续训练。随着奥运名单最终公布,石智勇榜上有名,成功踏上了奥运的征途。

7月23日,石智勇随举重队出征里约。走之前,李东瑜给弟子打了个电话,和平时一样聊天。“我还是有点紧张,你紧张吗?”石智勇用方言问师父。“我紧张什么,又不是我去比!不用紧张,你是经历过世锦赛的人了,都身经百战了!”李东瑜笑着告诉记者,如今23岁的“石头”正是举重的黄金年龄,以他目前的状态如果正常发挥,夺金有很大希望。

曾经的奥运冠军、如今石智勇的主管教练占旭刚则透露,剩下的十几天备战将以保持状态和防止受伤为主,还要保持良好的心理状态,为奥运做最后冲刺。

