

八年如一日,师徒如父子

王地:我想为自己和教练争口气

□本报记者 洪璇

“不久前,一年一度的2016年全国武术套路锦标赛落下帷幕。浙江武术队收获颇丰,其中王地在南拳、南刀、南棍3个单项比赛夺得3枚金牌,同时获得了本届赛事的最高奖项——全能冠军。比赛中,王地在掌握套路技术的内涵中表现出的气质受到裁判的一致好评,国家武术研究院专家委员会专家陈顺安在赛后更是给出非常高的赞誉,“可谓功夫纯净,达到了炉火纯青的地步”。当所有人为王地的表现鼓掌祝贺时,有一个人对王地的表现尤为欣慰,他就是王地的教练郑波。”

教练感慨徒儿多年勤勉如一日 郑波:为后辈树立好榜样

王地师从郑波八年有余,郑波也见证了王地从一个不更事的少年成长为如今的全能冠军。

平日里郑波十分严厉,有一次王地需要完成一个难度辅助动作,从高垫上旋转着往下跳,反复多次都没能让追求完美的郑波满意。师徒俩心急又懊恼,当时场面有些僵持。不过王地很清楚,教练更多时候是刀子嘴豆腐心,严厉批评过后,只要好好聊一聊,就能化解情绪。随后,师徒两人坐了下来,经过郑波的引导,王地的情绪也平静了,几次尝试之后两人攻克了难度。

郑波告诉记者,王地作为队里的老运动员,除了训练,在平时的学习、生活上更

是给大家树立了好榜样。“王地喜欢尝试新鲜事物,还参加演讲比赛、达人秀等活动,在浙大读书期间,他更是积极参加校园活动,年年都有奖学金,更是被评为浙大的十佳学生。”郑波语气中难掩对爱徒的自豪。

这次比赛,王地表现依旧出色。“比赛一开始,也就是最紧张的时候,看着王地比赛,我也很紧张。还好叮嘱过的沉着冷静,集中注意力都做得不错。”郑波说。

比赛结束翌日,王地早早就来到训练馆继续练习,郑波早已习以为常,“别说赛后的了,平时休息时间,他也总是会待在训练馆里刻苦训练,从小不用我操心,反而我还得提醒他别练伤了。”而每当王地利



用业余时间加练时,教练郑波总是默默在身边。

教练白发丛生惹徒儿心疼 王地:要为自己也为教练争口气

王地回忆,备战2013年的全运会时,武术团体项目在预赛中表现失误,让郑波承受了极大的压力。“就在那一年里,教练头发白得特别快。”王地心疼地说。有一天,郑波把备战全运会的队员叫到一起开会,言语之间反复强调让大家不要有压力,不要在乎得失,赛出自己的风采才最重要。看着憔悴的教练,王地心绪起伏,“我知道教练这样是安慰我们,其实他自己是真豁出去了,

牺牲了陪伴家人的时间,付出了所有心血。”

“教练还打电话到我家里,告诉我父母,我在赛场上一定有希望……当时我觉得,全运会我必须比得精彩,为了我也为了他,我想给他争口气!”最终在第十二届全运会武术套路项目比赛中,王地获得男子南拳南刀南棍全能亚军,这个成绩既让他欣慰,更让他安心。

“这么多年来,教练的生活里一只都

只有两点一线,家和训练馆,多少次备战比赛他甚至连家都照顾不上,这么多年一直如此。”王地一直用刻苦训练来回报教练的付出。

而郑波只是看着训练的队员们微笑着说道:“能来省队的孩子身体条件都不错,能不能拿到好成绩,就看他们是不是耐得住寂寞,训练时候能够多思考、分析,希望现在的孩子们能够快点成长起来,早一点把王地的班接上才好。”

陈雨菲首获个人全国冠军

□本报记者 沈梦雪

本报讯 最近几年,陈雨菲的名字频频出现在全国和世界级的羽毛球赛事上,并夺得了不菲的战绩。日前,在2016年全国羽毛球单项锦标赛上,她一路过关斩将,收获了女单冠军,而这也是她第一次夺得了个人全国冠军。

虽然此次比赛没有国家队主力选手,但比赛中依然不乏国内名将。在决赛中,陈雨菲和江苏队何冰娇上演了一场精彩的对决。在一旁观战比赛的省羽毛球队女队主教练王琳说:“雨菲之前一直在北京集训,这次看到她移动速度更快了,多拍能力也强了,看来集训很有成效。”

值得一提的是,在现场见证陈雨菲夺冠的还有她的爸爸,看到女儿站上领奖台时,他哽咽了:“女儿在国内的比赛,我场场不落,在球场上她确是拼得更厉害了。这次夺冠对雨菲来说,是一个新的起点,也是更高的起点,希望她再接再厉。”

下周,陈雨菲还将代表国家羽毛球队参加世界级的羽毛球大奖赛,下个月,将参加亚洲锦标赛。密集的赛程对身体的



负荷会有巨大的挑战,王琳也在赛后和陈雨菲叮嘱了不少应该注意的事项。“因为她现在在省队训练的时间很少,所以我们只能通过微信和电话联系,虽然有了个人冠军,但是在比赛心态方面她还要许多要注意的。”王琳说。

18岁小将问鼎全国拳击赛冠军

本报讯 6月23日,2016“华鼎杯”全国青年男子拳击锦标赛在宁海圆满闭幕,经过长达6天的激烈对战,相继产生了49kg、52kg、56kg、81kg等10个级别的冠军。

浙江搏星队队员郑宇聪从18名对手

中脱颖而出,问鼎81kg级冠军。当谈到本次比赛的过程时,郑宇聪并不满意:“表现只能说一般,很多技术没有打出来,现在打法和世界更加接轨,要更加主动一些,这场打得不是太主动。”

赛后,省队教练认为郑宇聪的身体

条件不错,但在成人级别的比赛还需要有很大提高。“青年赛毕竟难度低一些,明年打成年赛,他在力量、技巧上应该说还有很大差距,希望他不断努力,争取参加世界青年锦标赛。”

(通讯员 王静雅)

金华姑娘郑小倩 用金牌回馈父爱

本报讯 在2016年全国田径冠军赛暨大奖总决赛女子1500米决赛中,金华姑娘郑小倩发挥出色,以4分21秒35的成绩拿下冠军,这也是她今年第三次获得该项目的全国冠军。

郑小倩说:“全国田径冠军赛的水平仅次于全国田径锦标赛,所以能拿到这个冠军算是完成了自己的一个目标。”

其实在1500米的决赛开始之前,小倩的心中是有些忐忑的,她说:“虽然1500米是自己的主项,不过比赛时天气阴雨,场地湿滑,所以变数还是挺大的。”比赛开始前,小倩也和自己在金华市体校的伍教练“抱怨”了一下今天的天气,伍教练马上就发了一个“大红包”给她加油鼓劲。

小倩开玩笑地说:“有了教练的这个刺激,看来不拼是不行了。”说起和教练的这种互动,小倩说这是自己和教练之间的一种习惯,一般重要的比赛之前,教练都会用这种方式给她加油。

比赛当天刚好是父亲节,在拿到这个全国冠军之后,小倩也第一时间把好消息告诉了自己的父亲,送上了这份珍贵的“父亲节礼物”。

最近一年,小倩取得不少好成绩。2015年全国田径锦标赛女子1500米亚军;2015年第一届全国青年运动会女子1500米冠军;2016年全国田径室内赛女子1500米冠军;2016年全国田径大奖赛女子1500米冠军。不过,她的心中依然有一点小小的遗憾:“这次拿到冠军本来已经是完成目标了,不过在这次比赛开始之前,教练让我争取达到奥运A标。”

“前段时间的上海钻石联赛中,我跑出了4分10秒的成绩,奥运A标需要达到4分7秒,这次冠军赛是奥运会之前国内最后一次可以达标的机会。”没能达到奥运标参加奥运会,小倩的声音听上去有一些失望。

谈及接下来的目标,小倩说:“应该是以明年的全运会为主,多参加一些全运会的积分赛,争取明年全运会能拿到一个好成绩。”(通讯员 叶星辰)

全国田径冠军赛 浙江斩获两金

□本报记者 郦琪琛

2016年全国田径冠军赛暨大奖总决赛在日前落幕,本次比赛是今年全国水平最高、规模最大的专业田径比赛,共吸引了来自全国35支代表队的917名运动员参赛。

浙江田径队的队员们在天气条件不利的情况下,共获得2金5银3铜,其中陆敏佳和郑小倩分别获得女子跳远和女子1500米冠军。“总体发挥还算稳定,特别是郑小倩这个姑娘,一直都在进步,这次的表现让我们感到惊喜。”浙江体育职业技术学院竞技体育一系副主任谢建辉告诉记者,“比赛中我们面临最大的难题,可能就是糟糕的天气,不过队员们还是咬紧牙关去克服。”

据悉,本次冠军赛由于备战里约奥运会的需要,正在国家队集训的李玲、谢震业都未能前往参赛。