

宁波体育报

东方港城的体育写真

联办单位:宁波市体育局 体坛报社编辑出版 新闻热线:0571-85285455 投稿邮箱:ttb0571@163.com 本版编辑/版式设计:毛锦怡 E-mail:ttb0571@163.com

编辑指导委员会——主编:徐健(宁波市体育局副局长) 执行主编:项新(宁波市体育局办公室主任)
编委:郑国芳(海曙区体育局副局长) 姚荣宗(江北区体育局副局长) 周国华(镇海区体育局副局长) 王能良(北仑区体育局党委副书记) 鲍磊(鄞州区体育局副局长) 韩茂洪(余姚市体育局副局长)
房迪庆(慈溪市体育局副局长) 王建国(奉化区体育局副局长) 邵叶茂(象山县体育局副局长) 冯宗川(宁海县体育局副局长)

宁海深山飞出金凤凰 蝉联两届世界冠军

详见**二版**甬动者·综合

宁波帆船运动长风破浪会有时

详见**三版**三江潮·户外

水变清了 树更绿了 宁波体育人在行动“动治”结合享健康

详见**四版** 四明风·风采

教科书般的越野类赛事再度来袭 马拉松成江北体育之光

上周末，2017宁波山地马拉松如期而至。这场以“体育+公益”为主题的马拉松，包括总距离42.195公里，累计爬升1712米的全程马拉松组；总距离27.6公里，累计爬升1066米的大半马组和团队组；总距离8公里，累计爬升480米的体验组，四个组别共计4600人参赛。赛道全程翻越六座山峰，穿越五座湖泊湿地，跑过一个千年古城和一座国宝级的千年古刹，公路、大坝、竹林、落叶、碎石、沙土等多种地形都将出现在赛道上，是一个考验跑者全地形奔跑能力的越野赛事，也是跑者从公路马拉松赛向越野跑赛事转换的入门级比赛。

获得全马男子组第一名的选手是来自温州的张交。这是张交第二次宁波山马比赛。“跑马拉松有4年了,平常锻炼一个月大约跑400公里左右”。

全马女子组第一名被44岁的张盈波摘得。她来自北仑长跑协会,是北仑

长跑协会形象大使。“由于天气原因,今年没去年发挥得好。”她说,今天太热了,但是补给点很给力。

由于前三年的成功举办和良好口碑,这项被誉为“教科书般的马拉松”赛事,今年还成为了中田协首个越野类公办赛事,再度为江北点亮体育之光。

近年来,江北区多次承接国家、省、市各级各类赛事,均获得圆满成功,为市民献上了精彩的体育盛宴。以保国寺—荪湖旅游度假区开发建设为支撑,江北加快打造荪湖“五棋一牌”训练竞赛基地。三块“国字”号基地——全国棋牌运动推广基地、全国桥牌竞赛训练基地、全国象棋竞赛训练基地均落户江北。2013年9月,北山休闲游步道全线贯通。这条起于庄桥灵山村,终至慈城五星村的“百里休闲绿道”,将沿线美丽村落和湖光山色串珠成链。连续举办三年的宁波山马也依靠好口碑,吸引了成千上万人齐聚



于此,掀起全民登山的健身热潮,也推动了江北健身氛围,目前该区各个角落共有257个晨晚练点,各乡镇(街道)都有自己的特色团队。

如果说承办大型赛事是对一个城市的市民文明程度、环境治理状况、经济建设规划水平等综合能力的大检阅，

那么,设备精良的硬件场馆更是对城市发展起到不可估量的作用。2014年开建的宁波市奥体中心选址在江北,宁波水上运动基地、宁波小球训练中心等建成及推进,也将给江北的专业体育场馆建设添砖加瓦。

(通讯员 戴斌 张落雁)

风光背后是无人知晓的辛酸 汪顺：无畏风雨 我只想游得更快

本报特派记者 沈梦雪 发自青岛

在青島全國游泳冠軍賽暨全運會預選賽上，寧波選手汪順共收獲3金1銀，其中還以1分56秒16打破男子200米個人混合泳全國紀錄。站在冠軍領獎台上的汪順意氣風發，然而這位冠軍選手几周前還被確診為“自發性氣胸”，差點要做開胸手術。但是從不懈怠的他在休息幾天後感覺到身體好轉就立刻下水了。

差点要做开胸手术 打破全国纪录却仍不满意

尽管打破了自己保持的全国纪录，但汪顺并不满意自己的成绩，认为应该游得更快：“我的状态并不是特别好，因为之前身体出现了一点小问题，没有连续、系统性的训练。”看得出汪顺对自己的要求十分严格，即便夺冠破纪录仍然不满意。

事实上,汪顺当时在昆明高原训练时还被查出了自发性气胸。

朱志根说：“当时汪顺的肺大泡有0.5公分大小，医生让他做手术，但是开胸手术动静太大了。第二天就把汪顺送了回去，他休息三天后情况有所好转，自己每天下水保持水感。这前后大概休息调整了三周，直到比赛前两周，他的身体完全没有问题了，才开始有一点强度的训练。”

提到差点要做手术这件事，汪顺却说：“没什么事，现在都好了。大家不要担心。”这个阳光开朗的少年，总是报喜不报忧，提到接下来的训练和目标，他觉得只要自己“不忘初心，坚持内心”就一定能取得比现在更好的成绩。

忘记成绩 从“0”开始 剑指天津 目标东京

作为2016年世界短池锦标赛男子200米混合泳冠军,汪顺表示,之前看到队友徐嘉余打破了男子100米仰泳亚洲纪录,距离世界纪录只差0.01秒后也很受鼓舞,他说:“男人都是有血性的,我也希望自己游得更快!”

平日里,乐天派的汪顺爱和队友打打闹闹,但一到训练场,他就像换了一个人,格外认真。

罗马不是一天建成的,汪顺的成绩也不是一日取得的。

习惯每次比赛前都早早到热身场地,拿着训练器材把每一个动作都做到位,从他的目光里你看到对训练的认真和对冠军的渴望。汪顺告诉记者,教练一直都和他说要把功夫落在平时和细节上,这样才能在比赛中取得突破。对于自己的缺点,他也心中有数:“我在比赛中还是有很多细节做得不够好,尤其是转身。全运会马上要到了,接下来我会不断提高自己的蛙泳和水下蝶泳腿技术,这样才能更接近世界顶级选手。”

对于这次比赛的成绩,朱志根觉得汪顺稳中有进,他说:“汪顺个子很高,天赋特别好,如果能沉下心把细节做得更好,不仅是全运会,未来的东京奥运会都指日可待。”

