

本版撰稿 本报记者 崔义刚 文/摄

台州小伙“绝杀”举重首金

教练:目标是进省队,文化课也不能落下

本报讯 上周五,安吉龙山体育中心,省运会举重项目拉开大幕,首金(男子乙组46KG)被台州15岁小伙儿秦宇平摘得。

秦宇平的这枚金牌可谓来之不易。抓举比赛中,他举起了78KG,只比第2名温州的黄耀多了1KG。随后的挺举比赛,两名小将你来我往,互相“飙着劲”。最后一举,黄耀成功举起99KG,反超1KG。此时,压力来到了秦宇平的身上,只见他屏气凝神,扎稳脚步,稳稳地举起了99KG,“反绝杀”成功,拿到首金!

安波是台州少体校的举重教练,他告诉记者,秦宇平在进入体校前没有接受过专业训练,但是爱打球、跑步,身体素质比较好。“这孩子起步有点晚,练了才2年半,但训练非常刻苦,而且有想法,对

成绩有要求,想要进省队争取更大荣耀。”

除了训练刻苦,秦宇平在学习上也很努力。“体校离读书的初中很远,坐车要40分钟,每天下午第3节课结束,车子把孩子们接到场地训练,5点到6点半,时间很紧张。应该说,这孩子训练和学习上协调得比较好。”安波说。

文化课,是安波接受采访时说的最多的字眼,今年省运会,没有通过文化测试的运动员不能参赛,安波觉得,这样的规定很好:“文化课绝对不放弃,孩子的学习一定要跟得上,如果以后不走运动这条路,还可以考大学,不能‘瘸腿’。”安波告诉记者,体校跟孩子们有约定,学习跟不上要停训:“我们都知道,学习是一辈子的事情,要放在首位。”

举重赛场加重员:有力量还得有“巧劲儿”

省运会举重赛场上,有一批人经常要在赛场上下来回奔波,他们不是运动员,而是“专业工种”加重员。每当有选手下场,2名穿着黑色运动装的小伙子就箭步冲上去,分两边,以迅雷不及掩耳的速度给杠铃加重,再迅速跑下场地,即便在有空调的室内,也常累得满头大汗。

“要对杠铃片的重量很熟悉,上下都要小跑,这样时间就短了。”张文龙是安吉孝丰中学的体育老师,曾经在少体校练过3年举重,今年省运会,他被选中负责加重员的培训工作。这次,共有11名当地体育老师担任这项工作。“下午一批,晚上一批,分组跑,不然很累,分工要明确,速度要快。”

除了快速,张文龙说,加重还是门技术活儿:“怎么样加得快加得顺有技巧,加和卸的动作是不一样的,加重要利用寸劲推上去;比完赛卸杠铃片,要利用手腕的力量快速卸下来,不然杠铃片掉在地上就拉不动了。”同时,加重员还要算准重量。“大屏幕显示下一个选手的重量,我们要按照杠铃片的重量算准加哪个‘片子’。”上场时,他们都要带着手套,防止汗液留在杠铃片上打滑。

接下来的几天,这些不停奔波的小伙子们,将继续在举重赛场上为运动员保驾护航。

省举重协会副主席朱敏华:基层选拔为举重项目发展奠定基础

上周五,省运会举重比赛的现场,技术代表、省举重协会副主席朱敏华一边记录着孩子们的表现,一边频频点头。“举重比赛看成功率,成功率高就有希望拿冠军,比如台州秦宇平和温州黄耀这两个队员,竞争相当激烈,挺举3次都成功了,差距就在之前的抓举。”

看到这么精彩的对决,朱敏华觉得很欣慰。“应该说,这两名运

动员在全国的水平也不错。”朱敏华认为,省运会上,孩子们比的就是心态,“年轻队员就是要看谁的心态更好,临场发挥好了就有可能获胜。”

今年3月,2018年全国U17、U18举重锦标赛在海宁举行,这是国家首次举办U系列举重竞赛,浙江队成绩不俗。“国家体育总局重视青少年的培养,在浙江,除了

U17、U18在省队比较多,更年轻的队员大多由基层少体校培养。”而且相比以往,队员选拔有了变化:“以前练举重的小孩子要胖,现在的运动员都很挺拔,要看跑跳能力和爆发力。”

朱敏华觉得,如今的浙江举重发展比较均衡:“基层教练都比较敬业,培养出来的孩子成绩都不错,也有拿金牌的实力。”

60℃沙滩上挥洒青春 她们虽很“黑”,但是很美

上周六,长兴体育中心,32℃的高温下省运会女子沙滩排球乙组8进4的比赛“火热”上演。

下午3点,工作人员就已经陆续来到比赛场地,对赛场进行布置并洒水。一位工作人员告诉记者,经过一中午的暴晒,沙子的温度接近60℃,赤脚踩上去的感觉可想而知。这几天的比赛也由原定的15点,往后推迟了1个小时。赛场边的两个大塑料箱里,放着几块“巨冰”,志愿者将矿泉水放到里面进行冰镇,方便选手们赛后饮用解暑降温。

下午4点,比赛准时开始,对阵的双方是杭州1队和舟山1队。此前,杭州1队小组三战全胜,优势比较明显,舟山1队则以小组第2的身份出线。双方实力悬殊,比赛没有太多悬念,仅用时20多分钟,杭州队的舒杭/俞婷就直落两局,轻松战胜了舟山队

的毛婕羽/沈依心。

“我们都练了3年左右,1年前我们两个才组队,互相之间比较默契吧。”赛后,舒杭满头大汗,4连胜晋级半决赛,她很开心:“第1次参加省运会还是过于紧张,不过整体表现还可以,4进2的比赛要更加努力。”

赛场上,舒杭和俞婷经常互相喊话,对方一定会给予回应。为什么要这么做?舒杭告诉记者:“场上一定要兴奋,互相鼓励会比较有激情,更专注地投入比赛中。”

同样是第一次参加省运会,俞婷的表现更为“淡定”,不过,她也有着小小的“野心”:“练了这么久,也该拼一下了,到了最后更要努力,控制好失误、情绪,发挥出最好的水平。”

金苇是杭州沙滩排球队主教练,对于两名女将的发挥,他也给予了肯定:“两位小队员身体条件一般,但很

努力很认真,打出了该有的水平,体育的精神不一定是夺冠,更多的是参与、合作,今天的比赛我比较满意。”

对于如此炎热的天气,见过“大风浪”的金苇淡定地表示:“对于沙滩排球来说,这个气温很正常,我们的孩子都晒得很黑,但我们都觉得挺美的。”

谈到浙江沙滩排球的总体水平,金苇认为,杭州的沙排目前处在中上游,女子最强的是湖州队,男子则是绍兴队。“我们处在冲击对手的位置,到时候还要看队员的临场发挥、天气状况等因素,沙滩排球的魅力就在这里,我们会全力准备、全力应对。”

