

罗欢迎来国家队冬训第七年 新秀小将也迎头赶上 浙江体操选手 冬训蓄力待2019再腾跃

本报记者 洪 漩

从2013年进入国家队训练至今,今年已经是罗欢在国家体操队训练的第七个年头。就在1月9号国家体操队组织的冬训中段测验中,罗欢在各项上表现出色,发挥稳定,让专程赶赴北京的浙江省体操队主教练陈红十分欣慰。



除了罗欢之外,浙江体操选手有多人入选国家队,15岁的姑娘管辰辰是有天赋的新秀,而两位15岁的少年杨皓楠、谢晨屹也入选了国家二队,都在北京刻苦集训。

“老将”罗欢寻求突破

去年的雅加达亚运会上,“救火队员”罗欢的出色发挥,不但帮助中国女子体操队顺利拿到了体操比赛女子团体的金牌,个人全能和高低杠的两个单人比赛也都拿到了银牌,保障了中国体操女队的奖牌收入。同样,在卡塔尔多哈进行的体操世锦赛上,作为中国女队拿下团体铜牌的主力,罗欢依然功不可没。

“通过亚运会和世锦赛,欢欢在大家的心目中改观非常大,包括国家体操队主教练乔良,也认可了欢欢是个潜力股,在未来一定会有所发展。”陈红告诉记者,今年的冬训,罗欢将继续打好基础,卧薪尝胆,一刻也不放松,为明年的东京奥运会做好准备。

在年龄上,罗欢已经算是队里的“老大姐”了,同时,通过两次大赛的洗礼,她在抗压能力、自信心上也得到了提升。但是这姑娘丝毫没有自满,而是更加勤勉训练,甚至常常在休息日主动加练,只为向着自己努力的方向靠近一步再靠近一步。她的自律与执着,在冬训的日子里就像一团火焰,让自己发光发热的同时,也为师弟师妹们起到了很好的带头作用。

国家体操队主教练乔良介绍,冬训到现在已经进行到中期,此次测

验的目的是为了让队员演练冬训前期架子套的效果,以及检验冬训中期难新动作的落实。在今年的冬训中,罗欢将训练的重点放在了高低杠和跳马上。“冬训以来,欢欢表现不错,一直努力发展难度,加强身体素质。通过测验可以看到,目前为止最大的提升,是高低杠难度从6分套提升到6.2分套,稳定性也有提高。不仅如此,后期还有望在跳马项目上迎来突破。”陈红如此评价,并告诉记者,与此同时,国家队教练也在对罗欢进行合理调控,让罗欢保持系统训练、防伤防病,这同样是冬训的重中之重。

新秀小将迎头赶上

除了“老大姐”罗欢之外,浙江另一位体操姑娘2004年出生的管辰辰也在国家队训练。陈红告诉记者,管辰辰四项全能中,最擅长的还是平衡木:“小姑娘很有天赋,平衡感好,空中姿态也稳。”管辰辰年龄小,训练辛苦的时候,难免偶尔出现一点小情绪,但经过教练、队友的开导,与自己的调整,立马就能重新焕发斗志,生龙活虎地练下去。

“性格有些小倔强,不服输,想争胜是管辰辰最大的特点。”陈红谈到,管辰辰非常希望争取到参加明年东京奥运会的机会,但她也知道,体操这个项目变数大,只要努力做好自



己,机会到来时就能把握住。

在冬训的阶段测试中,管辰辰表现出色,无论是身体素质还是技术层面,都发挥了全面、“不偏科”的优点。冬训还没过半,接下来管辰辰冬训攻关点,一是突破难度,增加动作得分率,二是预防伤病,保持健康,积蓄体能。

此外,浙江队两位男运动员,目前也在国家二队训练。15岁的杨皓楠和谢晨屹,是为下一个奥运周期而储备的人才,小荷才露尖尖角,冬训成了他们“冬藏春发”最好的蓄力起点。冬训正酣的浙江体操队姑娘小伙们,才刚刚起步,期待他们创造佳绩。

胡金秋不甘只做“饼皇” 广厦大胜的背后 仍存隐患

本报记者 王宇怀

1月16日,CBA常规赛继续进行,在结束了全明星周末后,广厦众将造访南昌挑战军旅八一。面对年轻的八一,胡金秋砍下26分13个篮板的两双数据,广厦全队7人得分上双,最终以119:87的比分兵不血刃战胜八一。

本场比赛,胡金秋发挥出色成为获胜功臣。上半场比赛,7投6中得到15分,另外有6个篮板入账。在下半场,胡金秋继续保持高效的进攻效率,6投全中。在成为全明星首发之后,胡金秋的自信心可以说得到了很大的提升。在对位八一的付豪时,胡金秋加强了底线背身单打的次数,多次强硬对抗之后还能取分。

此前,外界在评价胡金秋时送给他“饼皇”的称号,一方面是赞赏他在篮下终结能力很强,但另一方面则认为在没有福特森为他穿针引线的情况下,很难通过自己的个人能力单打取分。这一弱项在一定程度上会限制胡金秋的上限和在国家队里的战术地位。毕竟在国家队阵中易建联、王哲林都有不错的自主进攻和低位背打的能力。不过,此战对阵八一,胡金秋明显地加强了自己的个人单打次数,并且命中率也很高,让外界看到了他积极提升的一面。

不过,此役广厦尽管大胜,却依旧暴露出不小的隐患。面对没有外援的八一,广厦两位外援福特森和博洛西斯合力仅仅拿到17分的尴尬数据。或许是对阵弱旅,福特森也有所松懈,不过全场12投3中的惨淡命中率着实不能令人满意。博洛西斯也仅仅投出9投3中,并且作为内线球员大部分时间都飘在外线打球的情况也不是长久之计。在面对季后赛级别的球队时,他们必须拿出更好的表现。

目前,广厦的所有球员已经走出前段时间伤病的阴霾,用一波五连胜巩固了联赛排名前四的位置。国内球员的表现也越来越出色,李金效、吴羽佳两位小将也得到了锻炼机会,可以说广厦正是兵强马壮的时候。在联赛后半阶段,只要稳定状态,尽量避免伤病,相信广厦定能在季后赛上再有一番作为。

锦织圭再战五盘险胜发球机器 澳网刮起亚洲旋风

本报综合报道

本报讯 昨日,2019赛季澳大利亚网球公开赛继续男单次轮角逐。亚洲一哥锦织圭连续两轮战至决胜盘,凭借最后抢十的胜利险胜克罗地亚发球机器卡洛维奇,澳网刮起一阵亚洲旋风。

众所周知,锦织圭技术全面,打法细腻,作为亚洲选手虽没有绝对强势的核心力量,但灵巧机动性和对球路预判的前瞻性非常出色。早在赛前几天,锦织圭就和教练团队反复观

看卡洛维奇之前的比赛录像,研究兵棋推演之后的应对策略。

头脑清晰的锦织圭把功课做在前面,正式比赛时效果立竿见影,虽然对手依然狂刷60个Ace球,但锦织圭自己的主动进攻得分率也超常发挥,打得对手措手不及。心态欠稳的卡洛维奇在锦织圭绵延不断地连续攻势之下,精神层面先出现动摇,特别是几个抢七球的争夺,接球时技术变形,还没碰到球之前就已

经输掉了。反观锦织圭,无论领先还是落后,内心岿然不动,喜怒不形于色,强大的心理素质也是他取胜的秘诀。

赢下卡洛维奇这个最难啃的骨头,锦织圭前路一片坦途,就像他赛前所言,想在澳网创造属于亚洲人的传奇。因为在女网方面,李娜当年在澳网证明过自己,而男网方面,锦织圭直言要向李娜学习,夺冠绝非空梦。

面孔

朱易

在日前举行的全国花样滑冰锦标赛上,年仅16岁的朱易惊艳全场,获得青年组女单冠军,她已经能完成后内点冰三周接三周等高难度的连跳。



霍金斯

2019年斯诺克大师赛持续进行,名将霍金斯6:2力克墨菲。这位技术全面的斯诺克大师,火力全开,打响自己2019赛季开门红的同时,也破了连胜纪录。



稀势之里

日本本土唯一的相扑横纲级选手稀势之里正式宣布退役。他退役后,相扑界只剩下两位“横纲”级别的选手,都是蒙古国人。

