

“国乒2005年天才夺双冠”“国乒14岁天才迎来爆发”“宁波小将又拿世界冠军”“14岁泰州小将陈垣宇获‘双冠王’”……此前从克罗地亚公开赛(U15)上载誉归来的陈垣宇在乒乓球比赛中的出色表现,引得江苏泰州、宁波、金华纷纷“抢夺”这位冠军的归属地。不过陈垣宇的父亲陈玉忠表示,陈垣宇籍贯建德,小时候在建德市大洋镇麻车村小吉自然村生活。

14岁“乒坛天才”辗转多地为逐梦 陈垣宇:我为乒乓球而生

耳濡目染 天赋异禀

2005年,陈垣宇在金华出生。在上幼儿园之前,陈垣宇一直在麻车小吉自然村的老家生活,和老家的二伯很有感情,至今还保留了一口正宗的小吉方言。

“朋友的小孩在练习乒乓球,陈垣宇经常去看哥哥打球。”陈玉忠回忆说,在哥哥的引导下,陈垣宇五岁半就已经开始接受乒乓球训练。

陈玉忠说,孩子小的时候,培养兴趣靠父母,长大了靠自己。教练说陈垣宇“天赋高、手感好、悟性强”,父母就想方设法给他创造好的训练条件,听说东阳二小有个好教练,他们就让小学二年级第二学期才读了一个月的陈垣宇转学到东阳。3个多月后,陈垣宇又通过选拔进入上海体育学校(中国乒乓球学院)接受训练。为提升技能,两年后,陈垣宇转道宁波,师从指导过许昕、陈玟等国乒队员的汤志贤。

从8岁就离开父母异地求学的陈垣宇,不喜欢把苦字挂在嘴上。父母虽不能常伴左右,但是关怀却不曾缺席,陈玉忠少不了每天一通电话,一起分享训练中的点点滴滴,分析成败原因。

在宁波就有出色表现的陈垣宇,引来全国多支队伍的关注和邀请,最终家人讨论后去江苏队,师从奥运冠军陈玟。今年8月,陈垣宇代表江苏参加了全国第二届青年运动会,并夺得U15组男子团体、男子双打、混双的“三金王”,被认为是“‘二青会’乒乓球馆内最闪耀的新星。”

9月,陈垣宇正式入选国家乒乓球二队,成为现役国家队中年纪最小的队员。

因为热爱 所以坚持

2016年,陈垣宇在一次总结里写道:要对球有感情,才会付出,别看这么小的球,把它打到顶尖不容易……很多人比我有天赋,但在少年或青年时就消失了,现在能赢,不代表将来能赢,世界冠军是付出的,只有刻苦训练,才可能打到顶尖。

陈玉忠对儿子说,出去以后就要埋头走路,不要半途而废。在上海训练时,陈玉忠安排儿子回来后继续补习文化课,每晚还必须完成两张书法临帖。2013年,陈垣宇获得了上海市学生规范汉字书写大赛杨浦赛区选拔赛硬笔书法小学一组的特等奖。

“从8岁开始,就一直在训练。”陈玉忠说,哪怕孩子放假休息,他们依然会监督儿子去球馆练习。在上海训练的时候,陈垣宇被发现姿势不是很好,需要纠正,他就会在家里拿一块铁制的球拍,对着镜子,将那个动作重复练习1000多次。就是靠着这样的毅力,



陈垣宇才将正确的动作逐步固定下来,成为教练眼里的“天才”。

“有时候故意跟他说,要么不要练球了,回家上学。”陈玉忠深知儿子练习很辛苦,偶尔故意“刺激”他一下,而陈垣宇却用一句“我是为乒乓球而生的”驳回。

夺冠28次 未来可期

陈玉忠给儿子记录了每一次比赛的成绩,从2013年开始夺得全国少儿乒乓球男单冠军开始,至今共夺冠28次。从去年开始,陈垣宇出国赴克罗地亚、匈牙利比赛,到今年的意大利、比利时、泰国,参加国际性赛事亦是冠军不断。

在蒙古国首都乌兰巴托举行的2019乒乓球亚青赛上,他代表中国队拿下了男单和男团两项冠军,包揽男队所能够拿到的全部冠军奖杯。比赛中,14岁的陈垣宇所展现出来的与之年龄“绝对不相称的成熟”,特别是老辣的球风让人极为赞赏。他甚至先后打出4个“11:1”的比分,让人们看到了他在同年龄段的统治力。

在赛场上,陈垣宇分析自己是上场后“又兴奋又沉稳”的选手。他也有自己喜欢的前辈,“男选手喜欢张继科,在场上很霸气;女选手喜欢刘诗雯,打球速度很快。”陈垣宇希望自己能朝着他们走,“一定要成为世界冠军。”

在9月中旬的国际乒联克罗地亚青少年公开赛载誉归来后,他如此总结道:下了领奖台一切从零开始,重新回到训练当中,后面还有比赛,希望自己也能打出最好的状态,不能因为一个亚少冠军而满足……正如陈玉忠所说的,机会不会每一次都到来,陈垣宇是“把每次比赛都当作人生最重要的一次战役,为维护国家荣誉、集体荣誉而战!”

(通讯员 胡燕群)

73岁大伯打“飞的”去美国跑马 林鸿泽:爱跑不“退休”

本报记者 华雨晨

在此前结束的大宋108公里国际越野赛中,跑者林鸿泽用5小时02分的成绩刷完了25公里的好汉组赛道。相比同组别第一名的用时,他的成绩还存在一定差距,但他却收获了在场所有人敬佩的目光——他已经73岁了,而且这是他连续第4年参赛。

国内跑山 美国跑马

参加跑山越野赛并不是心血来潮的决定,而是他由来已久的爱好。

林鸿泽出生于1946年,自从1953年从老家温州永嘉搬来杭州后,就定居了下来。

杭州西湖边的群山对于林鸿泽来说,有着特别的吸引力。从1997年参加西湖跑山赛以后,林鸿泽的脚步就有点停不下来了:“山上跑跑真当满舒服的。以前杭州的山路是野路居多,现在台阶多起来了,环境也更好了。”

跑山给林鸿泽最深的印象就来自于遇到的人:“现在跑山的年轻人越来越多,而且他们对我们老年人都很尊重。”在参加越野赛时,不少年轻人看到他都冲他“大伯、大伯”地叫,林鸿泽也回应他们:“明年见,明年见!”

最多的一次,林鸿泽在山里一口气跑了42公里,整整花了7个小时:“那次参加比赛是5年前,跑完后在家里躺了3天,感觉脚也酸,腿也酸,但心里就是高兴。”在林鸿泽看来,每次跑到终点的快乐是其他事代替不了的。

除了跑山,林鸿泽也爱跑马。光是杭马他就参加了8届,最后止步于“70岁”的硬杠杠(一般出于安全考虑,国内马拉松赛事会限制70周岁以上的人报名参加)。林鸿泽说起杭马,还是挺失落:“不能参加杭马真是最大的遗憾,要再跑

两届就圆满了。”

为了能参加马拉松,前阵子林鸿泽打“飞的”去了美国洛杉矶跑马。机票和酒店、网上报名等一系列流程都是他的儿子帮忙搞定。“他相信我的实力,也很支持我跑马。”林鸿泽打趣道,“我帮他带孙子,他帮我搞定票子。”

全家健身 一个不落

几乎每个人都曾对林鸿泽这么大年龄参加越野赛提出过担心,毕竟在普通人眼里,老年人退休生活中的体育锻炼还是以健步走、太极拳等不太激烈的运动为主。对此,林鸿泽有着自己的解释:“跑山和跑马我都很喜欢,不过我自己平时运动很注意的,如果稍微有点不舒服还是要休息的。这么多年下来,我的关节不痛,心脏也没有不适的症状。”

别看他说得谦虚,他的底气都来自平时的积累和锻炼。

林鸿泽日常的生活“三点一线”,早上送完小孙子就去跑步,一般跑10—15公里左右,然后回家午睡,下午再送孙子去学游泳。“我们家里都是运动达人,我老婆每天都要走1个小时左右,儿子、儿媳刚参加了杭马的半马,孙子在陈经纶少体校学游泳也有一年半的时间,现在游得很好。”

关于老年人的健身锻炼,林鸿泽有他的建议和经验:“老年人一定要锻炼,不能整天呆在家里不动,哪怕出门走1公里、500米都好。”对于他自己来说,现在还没有退出跑圈的打算:“只要身体没毛病,基本就是活到老,跑到老吧。”

