

走出亚运会失利阴影 全国冠军重塑信心 陈森森:坚持做最好的自己,剑指更高舞台

近日,2019年全国赛艇春季冠军赛落下帷幕,浙江选手陈森森获得男子轻量级单人双桨水上8公里竞速冠军。正在湖北随国家队集训的陈森森已经将目标放在了即将开始的世界杯。

备战充分有耐力优势 全国冠军源自背后的努力

陈森森今年23岁,温州永嘉县东城街道陡门村人,2008年被县体育运动学校田径教练郑双燕发现,随后招入体校就读,进入皮划艇训练队,2014年进入省赛艇队,2017年进入国家赛艇集训队名单。

31分02秒的成绩获得全国赛艇春季赛冠军后,陈森森表示,这次比赛是奥运资格淘汰赛,自己做了充足的训练准备。“相比于其他人,我可能在耐力方面更有优势。”

陈森森优异的成绩,离不开平日的刻苦训练。他每天早上六点天还没亮就开启了一整天的训练。训练内容包括测功仪、拉锯、耐力、速度和体能等项目。谈起训练感受,陈森森用苦和累来形容。他说,平时训练很枯燥,要一直练,每天练,有一点点的进步,都觉得很快乐。

从省队转入国家队,陈森森一开始还难以适应,因为训练强度完全不同,而国家队教练的高标准要求,让他颇有压力。“每天训练结束衣服脱下来,拧下来的汗水都能有一大盆。划桨划得手



掌长满了血泡、水泡和老茧。”

走出亚运会阴影 梦想站上奥运舞台

去年8月雅加达亚运会上,陈森森与队友因0.46秒的微弱差距,遗憾获得银牌。如今,谈起那次比赛,他仍然觉得有些遗憾。“是挺遗憾,其他几个项目都拿冠军,就我们没拿。那次最主要的失利的的原因是风向,赛前我们的船没运动比赛地,后来只能临时用了新船。然后加上风向,因为是自然环境,一道跟六道差很多,我们预赛没拿第一。”

然而失落的情绪并没有持续很久,陈森森迅速投入到国家队的冬训中。他恶补短板,在体能、力量、速度、技术上得到了较大的提升。此次春季冠军赛,就是对他冬训成果最好的检验。

陈森森坦言,自从进入国家队,自己施展的平台更为广阔,国家队努力拼搏的精神让他深受鼓舞。“我在国家队结识到了来自五湖四海、全国各地的朋友兄弟,我们都很团结。在国家队这个团队当中,我们一起进步,一起成长。”

陈森森的座右铭是坚持做最好的自己,心无旁骛,潜心训练。他说:“我要参加世界级比赛,我要拿世界冠军。我会坚持做最好的自己,不让自己失望,不让关心我的人失望。”

“我们3月16日要离开湖北鄂州去北京训练,接下来还有世界杯三站、世锦赛等比赛,我会好好准备的。”下一阶段,陈森森的最终目标是取得东京奥运会的参赛资格。对此他很有信心,希望自己能够在东京奥运会上亮相,并夺得优异的名次。(通讯员 潘罗华)

齐达内回归皇马重掌帅印 银河战舰有望不再“星际迷航”

本报综合报道

阿扎尔会来,贝尔必走,以及伊斯科还有救……这应该是每个皇马球迷,在看到齐达内回归后都能预想的必然事件。

昨日,伴随着皇家马德里的官方宣布,一切尘埃落定——离开马德里还不到一年的齐达内,临危受命接过索拉里的教鞭。



体|坛|短|讯

御风而行? 古巴小将超风速跳出8米92

本报讯 近日,古巴20岁小将埃切瓦利亚在其国内进行的一场室外跳远比赛里,跳出8米92的惊人成绩。不过和去年埃切瓦利亚在斯德哥尔摩跳出8米83一样,这次8米92的取得,同样也在超风速前提下,而且风速达到了顺风每秒3米3。

世乒赛韩国队名单: 李尚洙领衔男队梁夏银未入围

本报讯 近日,韩国公布了2019年布达佩斯世乒赛的参赛名单,李尚洙、张禹珍、田志希、徐孝元等人参加,其中世乒赛混双冠军梁夏银并没有入围。据悉,韩国乒协根据世界排名,确定了4个世乒赛参赛名额,而另外的6个名额,是通过选拔产生。

窘! 东京奥运会出现司机与 公交缺口

本报讯 3月11日,据日本媒体报道,2020年东京奥运会和残奥会组委会再遇挑战,需要寻求到足够多的公交车和司机,以满足运送运动员和相关人员的刚性需求。组委会认为,东京周边的竞技场每天最多需要2000辆公交车,司机的数量至少是这个数字的两倍。

开奖公告

中国体育彩票浙江20选5第19063期开奖信息			
本期全国销售金额:258,310,439元			
本期中獎情況			
獎級	中獎注數	單注獎金	應派獎金合計
一等獎	基本 1注 追加 0注	10,000,000元 0元	10,000,000元 0元
二等獎	基本 89注 追加 34注	506,436元 406,148元	45,072,804元 13,775,032元
三等獎	256注	10,000元	2,560,000元
四等獎	451注	3,000元	1,353,000元
五等獎	10,796注	300元	3,238,800元
六等獎	18,298注	200元	3,659,600元
七等獎	34,306注	100元	3,430,600元
八等獎	530,916注	15元	7,963,740元
九等獎	5,784,063注	5元	28,920,315元
合計	—	—	119,973,891元

7,126,442,763.63元獎金滾入下期獎池。
本期開獎前獎池資金高於15億元。二、三等獎金按《中國體育彩票超級大樂透浮動獎金特別規定》分配,詳見中國體育彩票公告。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票浙江省20选5第19063期开奖信息

开奖日期:2019年3月11日
 本期销售金额:198,838元
 本期开奖号码:02 04 12 14 20
 本期出球顺序:20 04 14 02 12
 本期中奖情况

奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	6注	12,826元
二等奖	495注	50元
三等奖	7,118注	5元

0.00元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票排列3(浙江省)第19063期开奖信息

開獎日期:2019年3月11日			
本期浙江銷售金額:1,344,708元			
本期開獎號碼:2 1 1			
本期中獎情況			
投注方式	中獎注數	單注獎金	應派獎金合計
直選	143注	1,040元	148,720元
組選3	233注	346元	80,618元
組選6	0注	173元	0元
合計	376注	...	229,338元

8,895,564.68元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票排列5第19063期开奖信息

开奖日期:2019年3月11日
 本期全国销售金额:10,916,186元
 本期开奖号码:2 1 1 8 7
 本期中奖情况

奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	30注	100,000元	3,000,000元
合计	30注	...	3,000,000元

217,609,511.02元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票足球胜负第19033期开奖信息

本期全國銷售金額:34,226,630元												
主隊	阿根廷	烏拉圭	墨西哥	哥倫比亞	秘魯	美國	多明尼加	佛羅里達	羅納	塞爾維亞	巴西	阿塞拜疆
客隊	希臘	波蘭	德國	法國	意大利	荷蘭	比利時	捷克	比利時	瑞士	哥倫比亞	墨西哥
結果	1	3	0	1	3	0	1	0	1	0	3	0

本期中獎情況			
獎級	中獎注數	單注獎金	應派獎金合計
一等獎	476注	32,213.00元	15,333,388.00元
二等獎	9,953注	660.00元	6,568,980.00元
合計	10,429注	---	21,902,368.00元

0.00元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票足球胜负任选9场第19033期开奖信息

本期全國銷售金額:23,360,070元												
主隊	阿根廷	烏拉圭	墨西哥	洪都拉斯	哥倫比亞	委內瑞拉	美國	多明尼加	牙買加	薩爾瓦多	巴拿馬	阿瓦查
客隊	希臘	秘魯	危地馬拉	哥斯達黎加	牙買加	墨西哥	多明尼加	牙買加	薩爾瓦多	巴拿馬	阿瓦查	哥倫比亞
結果	1	3	3	0	0	3	0	1	0	3	0	3
本期中獎情況												
獎級	中獎注數				單注獎金				應派獎金合計			
任選9場	47,985注				311.00元				14,923,335.00元			
合計	47,985注				...				14,923,335.00元			

0.00元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票足球6场半全场胜负第19036期开奖信息

本期全國銷售金額:98,870元											
主隊	阿塞那	阿森納	西	弗洛西	國米	國米	桑普多	薩索洛	伊索洛	佛羅倫	博洛
客隊	曼聯	曼聯	都靈	都靈	費拉	費拉	亞特	那不	那不	拉齊	拉齊
結果	3	3	3	0	1	3	1	0	1	1	0
本期中獎情況											
獎級	中獎注數			單注獎金			應派獎金合計				
一等獎	0注			...			0.00元				
合計	0注			...			0.00元				

101,811.20元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。

中国体育彩票足球4场进球第19038期开奖信息

本期全國銷售金額: 950,998元								
主隊	國米	費拉拉	桑普多	亞特蘭	薩索洛	那不勒	佛羅仁	拉齊奧
結果	2	0	1	2	1	1	1	1
本期中獎情況								
獎級	中獎注數		單注獎金		應派獎金合計			
一等獎	194注		3,137.00元		608,578.00元			
合計	194注		...		608,578.00元			

0.00元獎金滾入下期獎池。
本期兌獎截止日為2019年5月10日,逾期作棄獎處理。
本信息若有誤以公證數據為準。