



队伍简介

浙江游泳队自1958年建队以来,历经61年风风雨雨。先后涌现出了11位奥运处在全国领先水平。队伍多次被浙江省人民政府授予“勇攀世界高峰运动队”、“集体

会冠军、世界冠军,以及一大批亚洲冠军、全国冠军,拥有一批优秀教练员,队伍整体水平一等功”和“模范集体”等称号。

钱塘潮涌一甲子 劈波斩浪六十载

本报记者 王宇怀



陈桦



“

早晨8点,位于萧山的浙江体育职业技术学院游泳馆,走进门厅,便是一面鲜红的五星红旗,“团结协作,艰苦奋斗;创新理念,追求卓越”的十六字队训分列两旁。队训下方,是孙杨、叶诗文、罗雪娟3位奥运冠军的照片,左右还分别有杨雨、汤景之、陈桦、陈慧佳、吴鹏、傅园慧、汪顺、徐嘉余8位世界冠军的照片。没错,这里是浙江游泳队的大本营,一支冠军之师的起航之地。

旭日东升,游泳池里逐渐“热闹”起来。在泳池旁,听不到太多杂音,除了教练的喊话声、哨声、水循环的声音,剩下就是队员一次又一次转身的声音。这样一次又一次的转身,从1958年开始已经转了61年。一甲子光阴,见证了浙江游泳从弱到强,从蹒跚学步到全力奔跑的历程。如今,“中国游泳看浙江”已经成为一句所有人公认的话。

”



徐嘉余

萌芽

建队后16年艰苦“游击战”从未放弃

1959年,第一届全国运动会在北京举行,当时,浙江体坛风头正劲的人物当属田径女飞人姜玉民。不过在那一届全运会上,除了姜玉民为浙江拿到历史上第一枚全运会金牌外,还有一个名字不应该被忘记,那就是在女子200米自由泳项目上,为浙江摘得一枚银牌的陈效郃。

为了参加全运会,1958年浙江游泳队正式成立。但直到1959年金运会开幕前3个月,队员们才终于在玉泉游泳池(现浙江大学玉泉校区)有了真正下水训练的机会。恰恰是在这样艰难的条件下,一个全运会亚军的成绩令所有浙江游泳人振奋。

在那之后,浙江游泳队开启长达16年的“游击战”。每年秋季,浙江游泳队的队员都会赶赴安徽黄山、福建福州、广西武鸣等地的温泉游泳池训练。那个年代,道路艰险,去一个地方往往赶路就要花上数天时间。

直到上世纪70年代末,省体节衣缩食、教练员手抬肩扛,总算建起一座五泳道的游泳馆,结束了浙江游泳队“打游击”的尴尬史。在此之后,几年间全省陆续建起一批小型游泳馆,省里每年都会补助一笔烧煤费。这段艰苦创业、吃苦耐劳的历史,对浙江几代游泳人而言都是一笔弥足珍贵的精神财富。

起航

一场举办了39年的比赛见证浙江游泳崛起

有了场馆条件,业训布局、竞赛制度开始逐步完善。1981年春节前夕,全省首届青少年“迎春杯”游泳赛拉开大幕,这是全省的游泳苗子第一次在同座泳池比拼。没人想到,这项赛事坚持到今年已经举行了39届,年年举办、从未间断。

参赛选手从当初的100多人,扩大到了700多人。无论是罗雪娟,还是孙杨、叶诗文,都是在“迎春杯”的历练中成长的。如今在省队的年轻队员洪金权、吴俊杰、费立纬等更是从“迎春

杯”上走出来的新生力量。后来,除了“迎春杯”,游泳赛事更是五花八门,但历久弥新的“迎春杯”始终屹立不倒,更是成了一项含金量十足的赛事。从“迎春杯”创办至今,担任多年裁判长的黄家驹,已是两鬓斑白的长者。对过往的经历,他感悟:“游泳运动员的成长是‘百年大计’,我们的使命就是打好基石。”

作为游泳后备力量最重要的“生产基地”之一,杭州陈经纶体校被誉为“冠军的摇篮”,也是“迎春杯”的常客。游泳馆眼下是体校最忙碌的场馆,大小4个泳池,高峰时段,数百个孩子同时下水训练,从五六岁到十二三岁的都有。场外等候的家长,爬上梯子眺望、趴在窗台张望,凝固成一道生动、鲜活的风景区。

提速

人才积淀悉心培育,浙江游泳世界舞台崭露头角

经过近20年的积淀,浙江游泳的人才库逐渐夯实。1999年,正值中国游泳的低潮期,就在此时,年仅16岁的陈桦一鸣惊人,在2000年世界短池游泳锦标赛800米自由泳项目上斩获金牌,让世界重新看到了中国游泳的水平,而陈桦的出现,是后来浙江游泳腾飞的开端。

1995年,12岁的陈桦来到省队,第一次见到恩师朱志根。回忆起刚刚接手陈桦的情景,朱志根仍记忆犹新。陈桦进队后,经过一个多月的细致观察测试,朱志根发现,陈桦虽然身体条件不很理想,但心肺功能不错,臂力大,一个猛子扎进水里,能一口气潜泳50多米,“踏破铁鞋无觅处,得来全不费功夫,我终于得到了一个中长距离游泳项目的好苗子。”

为了提高陈桦的竞技实力,朱志根把她安排在年龄和身材都高出好一截的男子组训练。每天,朱志根都要在湿度很高的游泳馆中坚持指挥4个小时以上,而陈桦则必须每天在50米长的泳道来回游上400余次,计20公里以上。陈桦练得很苦,经常是边游边哭。但要想战胜国内外强大的对手,除了要比对手付出更多的努力和辛苦之外,没有别的捷径可走。

虽然已是90年代,但生活仍然很艰苦,为了培养出高水平的运动员,省队教练们可以说是又当爹又当妈。所幸的是付出终有回报,在1998年曼谷亚运会,15岁的陈桦一人独得3块金牌,在中国游泳队一度陷入低谷之时,陈桦更是一花独放,在中长距离项目连续两年排名第一,接连在世界短池游泳锦标赛、世界杯短池池系列赛等国际大赛上获得8次世界冠军。

荣耀

3位奥运冠军,6枚奥运金牌,中国游泳看浙江

2004年,浙江游泳队迎来了最具荣光的时刻。在雅典奥运会上,“蛙后”罗雪娟在女子100米蛙泳项目中上演“第一道奇迹”,她游出1分06秒64,以打破奥运会纪录的成绩夺冠,为浙江游泳队摘下队史第一枚奥运会金牌。这位11岁进入省队的“蛙后”,在恩师张亚东的指导下成绩突飞猛进,而这冠也就此开启了浙江游泳的“奥运荣光”。

2008年北京奥运会,杨雨、汤景之获得女子4×200米自由泳接力银牌并打破世界纪录;2012年伦敦奥运会,浙江游泳更是达到了史无前例的巅峰,孙杨横空出世,斩获2金1银1铜,4枚奖牌。初出茅庐的叶诗文在混合泳项目上独取200米、400米2枚金牌。4金1银1

体坛报

铜外加两副世界纪录、三副奥运会纪录,这对来自浙江的“金童玉女”名震天下。2016年里约奥运会,孙杨延续强势,摘下1金1银,而以徐嘉余、傅园慧、汪顺等为代表的后起之秀开始展现自己的实力,再为浙江添上1银2铜。2016年8月9日,浙江游泳队让里约奥运会的泳池旁三次升起国旗,让那一天成为名副其实的“浙江日”。

除了奥运会,在世锦赛上,从2001年开始,浙江游泳队在第九届、第十届、第十三届和第十四届、十五届、十六届、十七届、十八届世界游泳锦标赛上共夺得22枚金牌。期间诞生的亚洲冠军、全国冠军更是不计其数。

创新

善于学习,坚持走“上”去和走“出”去

浙江是全国实行竞技体育“院校化”改革最为彻底的省份之一。当年的“省体工大队”,在2006年正式挂牌为浙江体育职业技术学院,迄今前后累计投入15亿元,建成游泳馆、田径馆、自行车馆等多座国内一流的训练设施。在原来对运动员进行训练、生活保障外,又最大程度地提供科研、医疗、教学全方位支撑,这种体制创新,使训、学、研达到“三位一体”。体制的创新,为运动队提供高质量的训练保障扫清了障碍。

走上去,上的是高原。浙江游泳队是全国最早上高原拉练的队伍之一。十多年前,对高原训练的成效尚处于争议之中,浙江游泳队便来到海拔1800米的昆明海埂基地。长期的实践证明,高原训练大大提高了有氧训练的能力。直到现在,每逢大赛前,浙江游泳队都要上高原进行一个月的调整训练,这也是浙江游泳队的制胜法宝之一。

走出去,出的是“国门”。2009年,澳大利亚著名游泳教练丹尼斯向朱志根夸下海口:“你把孙杨交给我,我还你一个世界冠军。”当年底,朱志根带着几名队员,开始了澳大利亚的试水之行。丹尼斯的俱乐部,地处澳大利亚的黄金海岸,虽然场馆设施、训练条件不及浙江队,但朱志根与他的队员很快发现:换了训练环境、训练方法后,成绩长了,效益出来了。

如今,随着训练条件的日益改善,游泳队还会根据每项泳姿和游程长短来设计运动员的外训计划。澳洲、美国、新加坡和香港地区,世界各地都遍布浙江游泳队的脚印。

团队

相亲相爱的大家庭,每个人都无私奉献

运动员在前线披荆斩棘、争金夺银,后方就要时时刻刻做好运动员的保障工作。这背后依靠的是教练员团队、科医保障团队、管理团队的通力协作。

从今年3月的全国游泳冠军赛到7月的光州游泳世锦赛,沉寂许久的叶诗文开始了逆势上升的旅程。作为队里的大师姐,离开泳池一年的叶诗文近半年的表现堪称惊艳,冠军赛斩获3金,世锦赛2银收官。如今在泳池里的叶诗文早已甩掉包袱,只剩热爱,亲如父母的教练徐国义、楼霞成了她背后最大的支撑。这对浙江游泳界的“神雕侠侣”用实际行动给了叶诗文别样的温暖。

2007年,当楼霞把叶诗文招至省队时,这个9岁的“小叶子”是所有队员中年龄最小的一个。训练中,楼霞会把叶诗文特意安排在边道,以便时时刻刻关注、关照。后来,叶诗文进入国家队,徐国义接棒。两夫妻早已把叶诗文视如己出。

2018年下半年,叶诗文决心休学回到浙江游泳队训练,徐国义只是淡淡地回答一句:“只要你想好了,我们全力支持你。”这句话像极了父亲对女儿的叮嘱。因为叶诗文的底子好,在清华念书时始终保持着训练,因此回归泳池后的她在徐国义、楼霞的精心指导下,水平恢复很快。

今年7月的光州世锦赛前,徐国义因病在北京休养,没有跟随中国游泳队去光州现场观战。在拿到女子400米混合泳金牌后,叶诗文面对电视镜头向徐国义表达感谢,这一幕感动了所有观众。

在游泳队里,还有很多的年轻教练员、队医,他们为了浙江的游泳事业,舍小家为大家,错过了无数个孩子的生日,错过了孩子年幼时的陪伴。为了保障优秀运动员,他们远离家人默默无闻地奉献,金牌背后,离不开他们的默默付出。



徐国义夫妇

传承

不断新陈代谢,一代接着一代干

去年12月,浙江游泳队成立60周年庆祝大会在杭州举行。一代又一代浙江游泳人齐聚一堂,共同回忆60载岁月。这个大家庭之所以能在激烈的竞争中生存,并且不断发展壮大,正是得益于这一代又一代的传承。

今年9月,一批浙江游泳小将在太原二青会上传来喜讯,这一次是对我省游泳后备力量的大检阅,再次证明了浙江游泳传承的力量。小将费立纬豪取8金,洪金权独得7金,“浙江包游”的场景多次上演。每个项目上,我们都有着全国数一数二的运动员,人才厚度、项目广度上,放眼全国也无人能比。其中,洪金权、余依婷、吴卿凤等小将都已经达到参加世锦赛的水平。

除了优秀运动员辈出,教练员的言传身教则更加重要。在目前游泳队的教练队伍中,于诚、蔡力、陈桦、杨帆都是省队培养出的运动员,如今他们正成为教练员队伍中的主力军。于诚在运动员时期就跟随朱志根训练,如今他成为教练,一直以来都是朱志根的助手。在朱志根本身边,他从零开始,已经成长为可以独当一面的教练员。在他看来,教练员队伍也和运动员一样,需要不断地更新换代,而他作为教练员队伍中的晚辈,更应该抱着虚心的态度向朱导这样的老前辈请教,让自己的执教水平更加精湛,才能让浙江游泳队永葆活力。

“我眼中的浙江游泳队”

傅百练:肯吃苦、善学习
方显浙江游泳人本色

本报记者 王宇怀

提起浙江游泳队,傅百练绝对是最有发言权的人。1958年建队,年仅15岁的傅百练从宁波来到杭州加入浙江游泳队,并在1959年跟随浙江游泳队参加第一届全国运动会。后来,他先后担任浙江游泳队领队、教练,是个地地道道的游泳人。61年时间,傅百练见证了浙江游泳从创建到成长再到辉煌,回忆起过去的点滴,他用“吃苦不叫苦”“善于学习创新”两句简短的话语来总结浙江游泳成功的秘密。在他看来,这也是浙江游泳人最根本的品质。

1959年到1975年,在长达16年的时间里,浙江游泳队的发展始终受限于场地条件。作为浙江游泳队最早一批的运动员,傅百练回想起那段时光仍然记忆犹新:“安徽黄山几乎成了我们半个家,每年冬训我们都会到黄山训练。”

数九寒冬,那时的黄山远不比如今游客如织,浙江游泳队成了为数不多冬天还在黄山逗留的人。“从游泳馆里面出来头发湿的,一结冰都是冰碴子。那个时候也没有吹风机,连洗个热水澡都是很奢侈的一件事情。”傅百练说,即使是在这样艰难的条件下,游泳队队员们也始终保持高昂的斗志和训练热情。

除了去黄山,游泳队去广西武鸣也冬训过很多次。一路风尘仆仆,将近10天时间,包括哑铃、拉力器等训练器材都要运动员自己背着。尽管如此,整个团队始终保持积极的态度。正是这样的品质,支撑着浙江游泳队走过起初最艰难的20年时间。

伴随着改革开放的进程,物质条件不断改善,训练条件也不断提高。那么在这段时间里,浙江游泳又是如何开始快速发展的呢?傅百练说:“浙江游泳人善于学习的特质让教练员队伍和运动员队伍始终保持生机和活力。”80年代,省体工大队建起了第一片50米游泳池,傅百练却另辟蹊径,请来工人把50米池分隔成了2个25米池,这样不仅满足更多人训练的需要,还增加了转身技巧的训练。

进入管理岗位后,傅百练更加注重运动员、教练员的学习。“我在当运动员的时候,就时常带着队员们背古诗、念课文,文化课必须抓好。”傅百练回忆,只有运动员的文化水平提升,他才能更好地理解教练员对他的指导。教练员之间则应该崇尚相互学习、虚心求教,这两点如今一直在游泳队有着优良的传统。

明年,浙江游泳队将迎来东京奥运会的大考。在傅百练看来,东京奥运会对浙江游泳队的挑战十分严峻,必须做到运动员训练不松劲、教练员计划节奏准、管理人员严格执行三方产生合力,才能保证东京奥运舞台上浙江泳军再创佳绩。