

本报撰稿 本报记者 丁梦婧 郑润鑫 /文 余敏刚/摄

谢震业:朝着梦想奔跑,向着阳光前行

感念百年党恩
开启崭新征程②

迈开腿,风声呼啸过耳边,时光随着谢震业脚步狂奔过2012年伦敦奥运会与2016年里约奥运会。最终,来到2021东京奥运会。将要第三次踏上奥运征程的他已不是当年那个初出茅庐的青涩小伙,站上领奖台,让五星红旗迎风飘扬是他的目标。

让日常不寻常,顽强是训练不懈的形容词

训练、吃饭、睡觉。对于运动员而言,每天的训练日常是十分枯燥的。十几年如一日的训练里,谢震业学会了调节,打开他的社交平台,你会看到夏日的晚霞和春天的繁花,记录日常成为他的习惯。

生活中的小美好仅是谢震业日常中的小部分,你更多看到的依旧是关于训练和比赛。力量训练怎么做、劳动节不放假照常训练、比赛后的认真又略显诙谐的小总结……“他让更多人看到了短跑和短跑运动员,挺好的。”谢震业的带训教练陶剑荣也是他的摄影师之一,很支

持他在社交平台上的发声。对于这个徒弟,陶剑荣思索很久,想到了一个词来形容他——顽强。

疫情的原因,东京奥运会推迟了一年,训练计划被打乱的谢震业和教练迅速进行了改变和适应。去年夏天,他虽然没站上奥运跑道追逐梦想,却完成了人生重要一步,在浙大完成研究生答辩,顺利毕业。

谢震业从不会喊苦喊累喊痛。在他的日常中你找不到退缩、畏难的状态分享。“在他十多年的训练经历里,遇到过很多曲折,最终都被他顽强地克服了。”陶剑荣说起徒弟满是自豪。

是运动员也是党员,为梦想时刻准备



5月底,在福州参加比赛时,谢震业受伤的腿已能正常发力。一个月左右状态恢复,让一直提着心的陶剑荣松了口气,“这个恢复速度算很不错了,接下来我们要按计划,在赛事中提升状态和成绩。”

“没有哪一刻我是准备好了的,

一直都是不断地让自己准备着,时刻准备着。”谢震业对自己有高要求,这一年的比赛,他每场赛事都印象深刻,“这几场跑得都不是很好,每一场都有自己的一个问题出现。”谢震业和教练非常珍惜奥运会前的每次比赛机会,“出现的问题我们会在后续的训练中及时调整。”

说起赛事大年的目标,谢震业挺淡然:“也没有做什么特别的努力,因为一直以来都是在朝着这个方向努力,也一直在朝着这个梦想奋斗。”站上奥运会领奖台,是谢震业的梦想。“这是我第三届奥运会。”谢震业现在的身份是一名运动员,也是一名党员:“作为党员,肩上不知不觉多了责任和担当,在赛场上更渴望赢,希望为祖国增光添彩,让赛场飘扬五星红旗。”

Q&A 谢震业快问快答

记者:除了跑步,日常的兴趣爱好有什么?

谢震业:拍视频剪视频、画画、拼乐高、折纸。

记者:你从什么时候开始在社交平台上更新谢震业日记?有数过自己更新了多少条吗?

谢震业:从2017年开始更新的,其实一开始是为了让大家能看到我的生活和训练状态,具体多少条不清楚,大概有200条了。

记者:你还记得自己去年在建党节发的状态吗?怎么会想到去发这样一条状态?

谢震业:记得,我还配了一张图。我入党也有好几年了,入党以后站在赛场上会更想赢,去为国争光,让五星红旗飘扬在赛场。

记者:在肇庆比赛时,你说自己起跑阶段没到预期,最近有猛攻练习起跑吗?

谢震业:起跑是我的薄弱环节,所以我会跟它“死磕”到底。

【人物名片】

谢震业,浙江绍兴人,中国短跑运动员,青奥会200米冠军,仁川亚运会4×100米冠军,现男子200米亚洲纪录保持者。2018年6月20日,谢震业在法国蒙特勒伊赛,在百米大战中跑出9秒97,一度成为当时百米跑得最快的黄种人。2019年国际田联钻石联赛伦敦站男子200米,谢震业以19秒88的成绩夺冠,打破亚洲纪录,并成为首位突破20秒大关的黄种人。



从水乡跑出来的大男孩:实力和谦逊兼具

13岁时,谢震业被教练发现,进入绍兴市市体校田径队,次年进入省队集训,主项200米。年少成名,对于很多运动员来讲,并不一定是好事。但在谢震业身上,丝毫看不出这带来的负面影响。

谢震业出生于绍兴市柯桥区湖塘街道,这是个河流遍布的水乡。他从小就喜欢跑步,跑道在操场上、在水乡的桥上、在家里的房子边……小学二年级时,他在全校50米跑步上获得第一名,这张奖状开启了他的跑步生涯,一直被珍藏至今。

出道以来,他每一个赛季都会迎来新的突破,每年都会

在赛道上给人带来新的惊喜。

1993出生的谢震业因为“第九道奇迹”被大家熟知。如今在田径场上,他已是一名实力老将。“除了教练的指导,他现在提高成绩主要靠持续激励自己,才能产生质变。”带训教练陶剑荣表示,现在要跟上谢震业的训练节奏和强度并不容易。谢震业的两个陪练是两位小队员,“谢哥不摆谱,还会给我们一些中肯建议。”在小队员受伤时,谢震业也会第一时间冲上去帮助冰敷。

这个从水乡跑出来的大男孩,有实力却也谦逊,带着一往无前、全力以赴的少年意气,冲向崭新明天。