

徐臧军：靠刻苦与坚持驶向梦想彼岸

本报记者 郭乐天

感念百年党恩

开启崭新征程④

“进入6月,奥运会和全运会的脚步越来越近。已经锁定奥运参赛资格的徐臧军,在不久前参加了在山东日照举行的2021全国帆船锦标赛暨东京奥运会帆船项目备战大合练。7月初,他将与国家队会合一同备战奥运,即将步入而立之年的徐臧军,正为自己的第二次奥运之旅厉兵秣马。”



【人物名片】

徐臧军,1992年出生于杭州,中国帆船运动员。2016年,夺得全国帆船锦标赛男子470级场地赛冠军。2017年,在第十三届全运会男子470级奥林匹克航线赛上夺得冠军。2018年,在雅加达亚运会帆船帆板比赛男子470级项目上摘得银牌。

■ 向往大海,化挑战为乐趣

在没有比赛的日子里,为了尽快适应比赛场地的海况,徐臧军已于今年早些时候跟随国家队前往福建东山训练。“因为东山那边的海况和东京还是比较相似的,教练在这段时间也对我们的薄弱环节做了不少针对性的部署。”谈及备战时遇到的最大挑战,徐臧军坦言是伤病,“主要还是由于训练量大引起的,但

是我都能克服。”

一路走到现在,徐臧军已经经历了近20年的职业生涯,可谁能想到,他当时选择帆船只是因为一个调皮又朴素的小心愿。

“我11岁就开始练帆船了,因为当时喜欢吃肉,正好碰到体校老师来学校招人,体校的伙食好,所以就做了这个决定。”回忆起刚进职业

队的情形,徐臧军至今记忆犹新。“小时候我就一直对大海特别向往,当我第一次进队来到象山海边的时候,我非常开心。相比之下,室内运动对我来说显得枯燥了一些,而帆船能让我更充分地体验到大自然所带来的挑战。”徐臧军说,他乐在其中,这也是让自己一路坚持到现在的原因之一。

■ 用认真和刻苦冲破瓶颈

作为运动员,难免会在职业生涯中碰到瓶颈,徐臧军也不例外。浙江帆船队曾在几年前遭遇了一段低谷期,这也让徐臧军的情绪一度有些低迷。“那个时候一星期大概有12-13堂海上训练课,每次训练的量都不小,而且我的一位搭档也退役了,所以一时间有点接受不了。”所幸,徐臧军没有被困难所击倒,不断地通过训练和比赛提升自己,终于迎来了成绩上的突破。

徐臧军的启蒙教练沈龙生十分看重这位爱徒,“他很聪明,记得刚开始训练的时候,经常讲一遍他就明白应该怎么做。徐臧军的先天条件很好,舵感、水感都很好。帆船这项运动需要运动员了解很多东西,比如水流、海洋知识、动力学、阻力等,所以需要有一个灵活的舵手来引导帆船前进。”沈龙生说。

“徐臧军很刻苦。”这是沈龙生

给徐臧军的另一个评价。训练的时候只要告诉他怎么做,他就会认真地完成,让人很放心。

展望即将到来的“双赛”,徐臧军显得信心十足。“目标是在奥运会上争取到一枚奖牌,全运会上能蝉联冠军。”作为一名中共党员,徐臧军也很清楚自己肩上的责任所在。“站在国际赛场上,我不仅代表自己,还代表着祖国。希望能拿出自己最好的表现,为国争光!”

家人,是他最坚强的后盾

作为一名帆船运动员,时常需要跟着队伍东奔西跑,出国训练和比赛更是常态,如此一来,与家人相聚的时光便显得格外珍贵。“我上次回家看家人已经是4月的事了,那个时候刚好碰到国家队的休整期。”徐臧军告诉记者,虽然不常与家人见面,但家人们在精神上总是给予他最大程度的支持,让他觉得分外温暖。

“每次我准备去比赛的时候,家人总会叮嘱我注意不要受伤,同时也不要给自己太大的压力。”徐臧军说,家人对于成绩没有什么要求,顺其自然就好。

离家的时候,弟弟徐均涛才5岁,而徐臧军一练就是18年,回家的次数屈指可数。长时间的聚少离多,也让兄弟间更珍惜这份血浓于水的情谊。每次徐臧军回家,弟弟都会和他睡一张床,一起躺在床上看着天花板,聊着兄弟俩学校和训练中心的故事以及各自的梦想。从小离家,让徐臧军显得比同龄孩子更成熟。空闲时,顾家的徐臧军也经常打电话回家,关心父母、询问弟弟的近况,并嘱咐弟弟要多分担父母的家务活。

当年那个喜欢在村子里和弟弟、小伙伴们满处跑的小男孩,现在已经成为了浙江队乃至国家队的重要一员。他将带着刻苦、认真与坚持,义无反顾地驶向梦想的彼岸。

■ Q&A 徐臧军快问快答

记者:与第一次相比,这次征战奥运会自己发生了哪些变化?

徐臧军:第一次的时候更多抱着重在参与的心态,这个奥运周期我与搭档的配合越来越默契,与国际高水平选手的差距正在缩小,所以也有信心去拼一把。

记者:最印象深刻的一次比赛是什么?

徐臧军:是2019年在意大利举行的帆船世界杯,当时我和队友以第1名的身份晋级决赛,但可惜最

后没能夺冠。

记者:作为一名老队员,你在队中是如何发挥带头作用的?

徐臧军:从平时的训练做起,保持刻苦的态度,不惧困难与挑战,对于年轻的队友我也会提供力所能及的帮助。

记者:身为中共党员,在参与党员活动和党课教育的过程中学到了什么?

徐臧军:我觉得最重要的就是作为一位运动员,出现在国际赛场上时,要具有足够的使命感、责任感。

