

汪顺东京奥运会夺冠后深情“表白”——

希望我的坚持与不服输的精神,能够感染更多的“泳者”

本报东京奥运会特派记者 黄 维 专电



奥运浙一面

惊喜,大惊喜,巨大惊喜!在东京奥运会游泳赛场,“低开高走”的中国泳军继续创造神话:7月30日上午举行的男子200米个人混合泳决赛中,浙江选手汪顺以1分55秒00的成绩摘得冠军,创造了个人最好成绩。

这是本届奥运会上,中国男子游泳的第一枚金牌。汪顺由此也成为中国男子游泳第二位奥运冠军。

拿到金牌后,汪顺真情流露“感谢祖国、感谢教练”。汪顺介绍,这个奥运周期的备战特别不易,尤其是在疫情的背景下,国家队、省队都给予了最好的训练保障,在艰难的大背景下营造良好的训练环境,“(在疫情背景下)很多人选择了放弃,很多人没有坚持到最后,我一直有着坚定的信念与目标,不管是疫情还是其它任何事情,都无法改变我对东京奥运会金牌的向往。”

汪顺由衷地表达对教练朱志根的感谢。“他都64岁了,两鬓斑白,无论是训练还是生活中处处为我着想。”汪顺透露,就在决赛前夜,朱指导还在为自己“值班”。住在运动员村,很多运动员、教练员训练或比赛回来较晚。朱指导唯恐影响到汪顺的休息,站在门口提醒“轻一点,轻一点,别影响汪顺睡觉”。谈到比赛的技战术安排,汪顺告诉记者“一切按照教练的要求进行”:预赛,游进小组第二;半决赛,确保前八;决赛,锁定冠军目标。

汪顺的这枚金牌,也给中国男子游泳更多信心。汪顺说,1994年出生的自己已是队伍中的“老大哥”,他希望自己坚持、不服输的精神,能够感染更多“泳者”为国争光、为民族争气。

走下领奖台,一切从零开始。汪顺表示,先让自己“享受一会儿喜悦”,之后很快会与教练探讨安排新的训练周期,尤其是需要提高的环节,力争在成绩上有更大突破。汪顺表示,现在离2024年巴黎奥运会只有三年时间,相信自己会出现在巴黎赛场的。



浙里你最棒

汪顺夺冠后 远在宁波的他们“沸腾了”

汪顺父母:夺冠很争气,下届继续努力

通讯员 周 力 见习记者 徐萃萃 本报记者 毛佳琦



再厉。“希望汪顺继续努力,有多少能力全部使出来,做人就是要有这样的志气。”面对记者的镜头,他对儿子寄予厚望。

但随后,从汪爸爸的言语里,对儿子的想念也透露了出来。他告诉记者,如果全运会允许观众到场观赛,他决定带上一家都去陕西为汪顺加油。

此外,谈及汪顺是否会继续征战巴黎,作为父母都觉得,只要祖国有需要,那么汪顺就肯定会为祖国继续拼搏的。

与此同时,奉化区博物馆一楼报告厅内也一片沸腾。宁波奉化区文化和广电旅游体育局广大干部职工、区游泳协会的会员代表和市民朋友也一同收看了直播。报告厅四周布置着“激情飞扬 汪顺最强!”“汪顺,奉化人民支持你!”等横幅。大家还手拿小国旗和“汪顺加油、奉化骄傲”KT板,现场充满着激情的观赛氛围。当汪顺到达终点那一刻,所有人站起来一起为他欢呼:“1分55秒00”汪顺金牌!第一名!汪顺厉害、奉化骄傲……据悉,这也是奉化籍运动员在奥运会赛场上获得的首枚金牌。



7月30日,在男子200米混合泳比赛中,汪顺以1分55秒整的成绩获得该项目冠军。不仅为中国代表团再添一金,也是中国游泳队在本届奥运会上第一枚男子金牌。在他的家乡浙江宁波,汪顺的父母也和亲朋好友一起坐在电视机前,见证了这一光荣时刻。

一大早,时间还不到9:30,汪顺家不大的客厅里满满当当挤满了各家媒体。

在家里新买的75寸电视机前,汪顺的父母从他入水的第一时间就喊着“汪顺加油”来隔空为儿子助力。一直到汪顺以1分55秒的成绩第一个触壁。

汪顺夺冠后,大家都兴奋地欢呼。庆祝着中国、浙江又多了一枚沉甸甸的金牌。

作为母亲,陈水芬兴高采烈地告诉记者,一开始没想过汪顺能夺得金牌。到奥运赛场上每个人都是很优秀。在她看来,汪顺把自己水平发挥出来,能突破自我,那就更加OK了。

相比陈水芬,父亲汪严守更像一位传统的中国式家长,即便汪顺交出如此优秀的“成绩单”,但他依旧要求儿子再接

朱志根教练独家披露汪顺奥运夺冠的训练“秘笈”——从大周期到小周期、从重视量到提高质

本报东京奥运会特派记者 黄 维 专电

日前,东京奥运会游泳比赛收兵。作为奥运“六朝元老”的国家队功勋教练朱志根,连续三届从奥运赛场携弟子带回金牌。赛后,朱志根教练携新科奥运冠军汪顺,接受本报特派记者独家专访,首次详细披露汪顺奥运会夺冠的训练“秘笈”。

朱志根表示,作为27岁的老将、第三次征战奥运会的汪顺,从里约奥运会的铜牌,到东京奥运会的金牌,实现了自己的梦想,也创造了中国游泳新辉煌。朱志根认为,这是刻苦训练、科学训练的结果。

东京奥运会因为疫情推迟一年,给备战训练带来了很大困难。为提高成绩,在训练部署中进行了针对性调整、部署。“我是个老教练了,但一直在学习国外先进的训练理念、方法,不断在探讨中改变自己。”朱志根说,比如学习借鉴“小周期”训练方法,连续训练两周,再调整三天。从“大周期”到“小周期”的改变,汪顺的成绩提高很快。

除此,改变以往单纯重视大训练量训练的做法,而是有针对性地强化体能训练。为此,为汪顺配备了体能训练师,加强科医保障团队的力量。除平时的按摩、放松,以及伤病问题及时解决外,更重要的是加强体能训

练,细致到哪块肌肉力量不够补哪块,努力提高爆发力与水下力量等,收获很大。

朱志根还透露,临场的指挥、部署与充分地准备对汪顺的夺冠,也起到至关重要的作用。东京奥运会的赛程安排是晚上预赛、上午决赛,与国内赛事恰恰相反。为此,安排早上7时就开始训练,以及早激活、调动兴奋点,有利于更好发挥。“到东京后,同样是每天很早就来到训练场,也是这个目的。”

已过花甲之年、退休返聘,下届奥运会还会带着汪顺出征巴黎吗?朱志根说:“这个问题我会与汪顺好好探讨的。”不过他说虽然年龄大了、还有一身的病(糖尿病),体力、精力有时确实跟不上,

但他还想与汪顺

一起征战巴

黎奥运

会,更想

多培养

几个巴

黎奥运

会选手。

