



“这一刻等了很多年。该来的,都在路上……” 创历史! 浙江U17男沙全运会夺金

本报陕西全运会特派记者 郦琪琛

“该来的,都在路上……”这是昨天浙江沙排男队主教练王卫中朋友圈发的一句话。

23日,全运会沙排男子U17组决赛,浙江青年一队洪伟强/方易组合2:0战胜江苏青年二队,斩获一枚金牌。赛后,王卫中舒了一口气。“我们等这一刻,太多年了。”

上届天津全运会,浙江男沙目标冲金,结果只得了第四;2013年的辽宁全运会也是满怀希望出征,结果连前八也没有进。

8年的跨度,如今,浙江男沙终于在陕西圆梦。

体能是夺冠的关键

“全运会一路全胜打到决赛,我们仅丢了一局。”王卫中说到这支队伍,满是自豪,“四支种子队伍,就我们没遭遇爆冷。输掉的那一局,也是背了点包袱。”

浙江青年一队成立其实不久——方易是去年7月才从杭州市陈经纶体校选拔入省队,洪伟强比方易早一年。近一年的大赛,但凡这支队伍参赛,几乎都能锁定决赛。“最大的对手是上海,但上海在半决赛输给了山东。”王卫中介绍,和决赛的对手江苏二队此前多次交手,浙江队从未输过。“因此无论是技术,还是心态,我们都是占据优势的。”

浙江队的两名队员,是出了名

的“累不死”——方易是全国身体素质测验第一名,洪伟强是第四名。但这背后,也有客观的无奈。“我们的队员身高不够,所以只能强化体能。”王卫中说,身材优势是天生的,但体能却是可以通过训练弥补的。“有了体能基础,到了关键时刻对手打不动了,咱们还能打,对手没体力思想注意力分散,我们还能集中”。体能为本,这就是取胜的钥匙。

想在更大的比赛创造佳绩

决赛当天,渭南一早便开始下起大雨,沙地没一会儿就成了泥地——在这样的天气比赛,对哪支队伍有利?王卫中想了想,“对技术全面的队伍来说,下雨并非坏事。下雨天沙地硬,拦网更高,移动更快,球的重量比平时重了三分之一,很考验运动员的体能。”王卫中没说的是,在艰苦环境中的训练,浙江男沙早已成了习惯。

杭州的夏天,沙地上的温度能高达五六十摄氏度。每次训练前,都要在沙地上浇很多水。夏季午后又多雷阵雨,队员们仍照练不误。



“条件艰苦,但队员对此都习以为常,也不松懈,除了练还是练。”王卫中叹了口气,“我对他们很严格。因为要强化体能,我们吃得苦比人家多。”一周体能练三四次,专项一二次,雷打不动。”王卫中说,“训练不刻苦些,我们拿什么和那些条件好的队伍拼?”

拿了冠军,又该有新的目标。“想冲国家青年队,想在更大的比赛创造好成绩。”洪伟强说。王卫中则表示:“从领奖台下来,一切从零开始。需要更加努力,为浙江大球创造更好的成绩。”

创造新历史

“跤王”袁绍华摘金

本报陕西特派记者 余敏刚

本报讯 9月23日,第十四届全国运动会男子自由式摔跤65公斤级比赛在陕西延安体育中心体育馆打响,我省选手袁绍华以5比2的比分战胜甘肃选手叶尔兰别克·卡泰夺得该项目的冠军,这是我省摔跤队在本届全运会的首金,也是我省自由式摔跤项目在历届全运会的首金。

在当天的比赛中,袁绍华一路披荆斩棘杀入决赛。决赛阶段,比赛一开始就进入白热化,两个人扭在一起,像拔桩似的来回移动,互不相让。直到比赛最后1分钟,比分也一直僵持在2比2。最后十几秒钟,袁绍华突然发力,以抱腿紧接交叉的招数绝杀对手。

当裁判宣布冠军后,教练陈福勇第一时间冲进赛场,抱起场边的弟子,把袁绍华“摔”在了赛场上。“太激动了,这是我们运动员和教练员庆贺的一种方式。”陈福勇笑着说,“这场比赛,绍华发挥得淋漓尽致。”

“他训练非常刻苦。”这是陈福勇对爱徒的评价。袁绍华从来不怕训练艰苦,身上破皮、流血都不在乎。

今年24岁的袁绍华在摔跤赛场上已经摸爬滚打十多年,也多次拿过全国冠军、亚锦赛季军,但在全运会上他还是一张比较“陌生”的面孔。4年前天津全运会没有收获好成绩的袁绍华,给自己下了军令状——“不管吃多少苦,都要努力实现梦想。”即便去年受到疫情影响,袁绍华仍一直坚持他的梦想,刻苦训练,尽可能地保持良好的竞技状态。宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。就在今年温州举行的全国摔跤锦标赛上,袁绍华用自己的努力换来了金牌。而现在,他再次用优异地表现证明了自己。

赛后,在接受记者采访时,袁绍华坦言,比赛整体感觉很好。能获得冠军,很开心也很激动,同时,更令他欣慰的是,他创造了我省该项目在全运会金牌零的突破。他想感谢所有关心他的人。此外,袁绍华透露,能在一天高强度、高密度的比赛中胜出,同样离不开教练组精心地训练,赛前摔跤队曾组织队伍去云南集训了2个多月,通过高原训练保证了他的体能储备。

当谈及接下来的计划时,袁绍华说:“今天开始,一切归零。全运会是对我最好的历练,不过我渴望站上更大的舞台,明年的杭州亚运会,3年后的巴黎奥运会都将是我奋斗的目标。”

泳池打响百米“飞鱼大战” 绍兴小伙何峻毅夺金 强势证明自己

本报陕西全运会特派记者易龙吟专电 如果说百米“飞人大战”是田径场上最受关注的项目,那么在泳池里,男子100米自由泳则被称为“飞鱼大战”,这也是极具观赏性的项目。9月23日晚,在奥体中心游泳馆举行的第十四届全运会男子100米自由泳比赛中,浙江队共有3位选手进入决赛,分别是2道洪金权、3道何峻毅和5道的潘展乐。三位选手此前均已在本届全运会的比赛中收获金牌。最终,何峻毅以48秒51的成绩夺得金牌,另一位浙江队的小将潘展乐以48秒59获得铜牌,亚军则被天津队杨金潼收入囊中。

这也是何峻毅在本届全运会收获的首枚个人项目的金牌,能够在百米飞鱼大战中证明自己,何峻毅显得非常高兴,他透露:“赛前其实有点担心,因为肩膀还是有点疼痛,内心比较害怕。但是,我证明我自己了。”他认为,这枚金牌是目前为止自己取得的含金量最高的金牌。

1997年出生,今年24岁的何峻毅和汪顺一样,是浙江游泳金牌教练

朱志根的学生,和汪顺还是同一宿舍的兄弟。今年的东京奥运会上,何峻毅参加男子4×100混合接力决赛,但中国队因为犯规被取消成绩。

说起如何与游泳结缘,启蒙教练赵美华回忆道,当时还在读幼儿园的何峻毅比同龄孩子个子高出不少,自己在见到何峻毅1.9米高的父亲和高挑的母亲时,更加坚定了要把何峻毅培养成才的想法。然而,一开始何峻毅有些怕水,经过半年多的适应终于克服。一年四季,不论寒冬酷暑,除了感冒发烧生病,何峻毅基本每天都出现在绍兴市少体校游泳馆内。下午4点多放学回家放下书包,何峻毅父亲何建民就骑着自行车带他直奔游泳馆,直到7点结束,有时候赵美华还会看学生训练情况安排加练。

小学毕业之后,何峻毅进入了省队,开始系统训练。最开始何峻毅练的是中长距离,但成绩一般,表现不起眼。进入省队6年,跟何峻毅同期的其他队员在各类大赛中崭露头角,纷纷进入了一线队,只留下他。不仅如此,最苦恼的是他发育

缓慢,18岁也才只有1.7米的个子。当时,不少人都认为,何峻毅应该放弃游泳了。

好在朱志根没有放弃他。最终,功夫不负有心人。何峻毅在19岁时身高蹿升,从1.7米长到1.95米。很快,朱志根让何峻毅改练短距离,之后成绩突飞猛进。2019年全国游泳冠军赛男子100米自由泳决赛,21岁的何峻毅横空出世,以48秒10的成绩轻松夺冠。身高1.95米、臂展超长的何峻毅赢得了希望和未来,“大器晚成”的何峻毅用成绩证明了自己的实力。

“我喜欢游泳,从小就喜欢,但如果没有朱教练的坚持,就没有今天的我。”何峻毅表示,接下来希望能在家门口的亚运会上为祖国、为家乡取得更多的荣誉。

在当晚进行的其他比赛中,费立纬在男子800米自由泳决赛中获得第四,浙江队在女子4×200米自由泳接力中获得第6。此外,浙江队叶诗文、徐嘉余、汪顺和吴俊杰都在半决赛中顺利晋级,今晚浙江队将继续在泳池掀起“夺金潮”。