

季博文:“尽力男孩”乘风破浪

本报记者 郭乐天 丁梦婧 潘笑坤 毛佳琦

我们的奥运·全运之旅

在陕西全运会皮划艇项目的比拼中,浙江“00后”小将季博文大放异彩。作为浙江皮划艇的希望之星,首次参加全运会的他,便集齐了金银铜三种颜色的奖牌。本期《我们的奥运·全运之旅》,让我们来听听他的故事。

记者:在2018年湖州市运会上你就一人独得三枚金牌,开始崭露头角。首次参加省运会就取得这样的成绩,还是在家门口,你是怎么看待的?

季博文:当时这算是我的一个小目标,我只是想着把自己平时训练的东西发挥出来就行了。

记者:一路走来,从安吉少体校到省队,又从省运会到全运会,当你得知自己能去陕西参加全运会时是什么心情?

季博文:很激动,也很开心,毕竟全运会是一个大舞台,我也一直想在更高的舞台展示自己。能够拿到资格,说明自己的能力得到了认可。

记者:备战这次全运会,你觉得最艰难的是什么时候?

季博文:最艰难的时候应该是训练中寻求突破的时候,每次训练,我都要顶到极限并且坚持住。有的时候划完500米,两腿都是发软的,根本站不住,还会出现呕吐的情况。

记者:练到呕吐是常态吗?

季博文:常有。我起步较晚,想要追赶队内的老队员和其他高水平的运动员,肯定要付出比别人更多努力。现在我已经习惯训练时练到吐了,训练对我来说就是一个和自己比、并且超越自己的过程。比如在冲刺的时候,你松一桨,可能位置就掉下去了,你顶一桨,可能位置就冲上去了,胃酸也冲上去了,呕吐的感觉就来了。

记者:这次全运会,有没有让你压力比较大的时刻?

季博文:有,就是比1000米双人划艇的时候。因为这个项目的比赛是在第一天进行,决赛也是在第一个决赛日进行。比赛的对手中,有一组拿到了东京奥运会的亚军,我们和他们比拼还是有压力的,但是最后我们拿到了一块银牌,达到了赛前制定的目标,心中的压力马上就释放了,后面的比赛心态也更加轻松。



从左至右:季博文、教练雷文斌、缪飞龙

记者:全运会上,赛后接受采访时记者问你给自己的表现打几分,你说11分,这多出来的1分是加在哪里?

季博文:这1分加给我和我的队友(缪飞龙),也算是对我俩在备战过程中的坚持和努力的一种肯定。

记者:你们俩是什么时候开始搭档的?

季博文:我们是从2018年开始配艇的,他是我的师兄。刚开始搭档时,两个人要进行磨合,这



季博文(右)接受本报《我们的奥运·全运之旅》节目专访

也是一个很“破坏感情”的过程。比如一次训练课没划好,我俩都觉得自己尽力了而对方没有,就不可避免会产生“矛盾”。

记者:产生“矛盾”的时候,你们会坐下来相互沟通吗?

季博文:技术方面的沟通对我们来说是非常关键的。如果要想把艇划快,首先得有技术的支撑,其次就是配合。尤其是划双人艇,两个人动作要尽量一致,才能取得好的效果。

记者:全运会上最难忘的一瞬间是什么?

季博文:500米双人划艇夺冠的那一刻。我记得很清楚,当进行到250米途中的时候,我们只领先第二名小半个船头,当时就已经非常累了。但我们坚持了下来,最后率先冲过终点,就特别兴奋,我俩都不约而同地吼了起来。

记者:如何评价自己的全运之旅?

季博文:我觉得比较圆满。皮划艇这个项目需要年月的积累和沉淀,像我这个年纪的参赛选手是比较少的。但是我不满足于现有的成绩,以后还有更高的竞技水平等着我去突破。

记者:今年是亚运年,你有没有一个具体的目标?

季博文:我对家门口的亚运会还是比较有把握的,希望能通过不断地努力,在国家队争取到一个席位。

记者:你在训练之余有什么兴趣爱好吗?

季博文:平常空闲的时候会打打篮球、拍拍照片。看到美好的风景,就会顺手拍两张,看到篮球场,也会时不时去投几个篮。

记者:你的社交媒体账号名字叫“尽力男孩”,为什么会取这样一个名字?

季博文:当初取名时也没有想太多,因为自己年纪小,觉得做什么事都需要尽自己的全力,索性就取个名叫“尽力男孩”。后来发现这个名字还不错,就没有改过,一直用到现在。

记者:你平时写的训练日记里有一些激励自己的话,会经常拿出来翻看吗?

季博文:不会,因为这些东西都是记在脑子里的。如果自信心不够,看多少励志的句子都不会有太大的效果,如果内心足够强大,不需要看这些句子,也能够达到更高水平。

