

台州男足主教练冯坤：我和队伍一起成长

本报记者 赵 恺

在近日结束的省运会足球项目男子甲组的比赛中,台州队3:2击败东道主金华队,捧起了台州足球历史上第一个省运会冠军。作为球队的主心骨,主教练冯坤功不可没。

两度接手 直面挑战

1984年出生的冯坤7岁就开始接触足球,曾经效力于天津泰达的各级梯队。2015年末,退役的冯坤来到台州,第一次见到了这批05/06年龄段的孩子,当时就为备战2018年省运会。不过由于种种原因,冯坤的执教处于秀与省运会擦肩而过,最终,18年省运会台州男丙以第五名收场。

再次见到这批孩子是2019年，一年未见，冯坤和孩子们之间还保持着当年的默契。冯坤再次接手球队后的第一个省比赛中，台州队便拿到了男子甲组年龄段的第三名，这也让冯坤暗暗下定决心，一定要带着这批孩子在省运会上圆梦。不仅是运动员的梦、教练员的梦，更是台州足球的梦。

冯坤告诉记者：“这批队员是我做主教练带的第一批队员，所以我也和队员们一起学习，每堂训练课，我们的目标都只有一个，那就是提升自己。只要每天都有进步和收获，那么四年的时间一定可以进步很多。”

除了帮助队员解决训练上的难

题,冯坤还会关注队员们的心理状态,和队员们保持沟通,对他而言,这些队员,就像是自己的孩子一般。在省运会前,队员潘俊祥遭遇了左脚脚踝撕脱性骨折,眼看着自己的省运会之旅将提前画上句号,潘俊祥心里满是遗憾与不甘。作为过来人的冯坤多次和潘俊祥沟通,分享自己曾经作为球员如何从伤病中恢复的例子。再后来,省运会因为疫情延期,给了潘俊祥更多恢复时间,拥有了天时地利人和的他终于如愿踏上了省运会的赛场,虽然没有完全康复,但他还是作为球队的首发左边后卫几乎打满了从小组赛到决赛的每一场比赛。

但是又有谁曾想到，冯坤把队员们当作自己的孩子，却来不及见到自己父亲的最后一面，这也是冯坤心中的一个结。如今，冯坤带领着台州队拿到了历史上第一个省运会足球冠军，他也把冠军献给了父亲，用这样的方式表达了自己对父亲的思念。

做好自己 破茧重生

出征省运会前,冯坤和领队李新星定下了拿到三枚金牌(按照省运会竞赛规程,第二名即可拿到三枚金牌)的目标,虽然从备战到决赛前没有人看好这支队伍,但冯坤带

着孩子们一直默默的在努力。“我们把这个大目标拆分成一个一个小目标,一场一场去拼,当我们拿下了所有的比赛后,我们就已经站在了省运会的最高领奖台上。”冯坤自信地说道。

队员们和教练心照不宣,所以冯坤在赛前也并没有太多的豪言壮语。只让孩子们不留下任何遗憾。

事实上,球队也确实没有留下任何遗憾。从淘汰赛开始,每一场球,台州队或多或少都突破了自己的历史。1/4决赛,面对苦主湖州队,连续三年倒在1/4决赛的台州队一改往日被逆转的态势,将胜利保持到了终场,战胜了连续三年八强的心魔;半决赛面对衢州,台州队在整体实力占优的情况下没有丝毫放松和懈怠,没有给对手任何可乘之机。决赛来临的那一刻,冯坤已经没有了压力。在热身赛中2:9负于金华队,让冯坤知道自己和对手的实力差距,死守平局不如打出自己的技战术,打出台州足球的风格,最终在没有任何人看好的情况下拿到了冠军。

这一刻，冯坤等了太久。他用了“破茧重生”一个词来概括了自己这7年，也道尽了这支队伍的这7年。从首次执教到球队上演黑马奇迹，在这支队伍身上发生的每一件事都像破茧化蝶那样神奇而又美丽。

“00后”小将 海上追梦

日前,2022年全国航海模型锦标赛(耐久、仿真、仿真航行项目)在丽水鸣笛。台州籍运动员卢麒名代表浙江队以绝对优势斩获FSR—O7.5项目冠军,FSR—V7.5及F6—S团体项目季军。

2006年出生的卢麒名，曾是一名帆船运动员，8岁进入椒江区少体校学习OP级帆船。“卢麒名小时候好动。在一年级暑假时，一次偶然机会，他去了大陈岛第一次接触到了帆船项目。”卢麒名的妈妈韩洁回忆道，“回来后，他时常会跟我说，自己好像听到了拉帆的声音，也讲述了好多关于大陈岛的所见所闻，看得出他非常喜欢。于是，在他二年级的时候，我们决定让他做他喜欢的事情。”

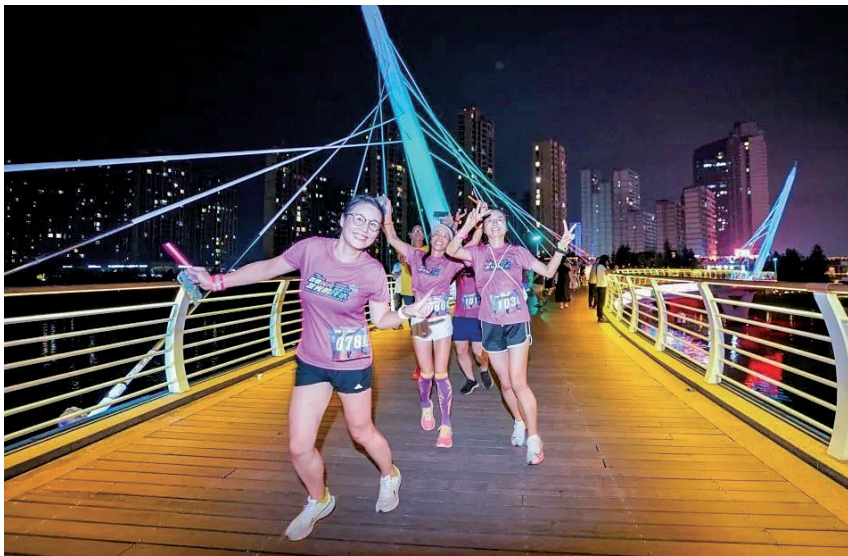
经过一年的长训，年仅9岁的卢麒名从2015年开始就在全中国比赛上名列前茅。2021年7月，卢麒名被椒江区少体校推荐到浙江省智力运动管理中心，学习耐久模型项目。对于卢麒名而言，这是一个全新的项目。“刚开始接触耐久，操作时方向不容易控制，反应不过来，花了半个月时间才适应。”卢麒名说，在领队刘海媚和教练陈长耀的教导帮助下，他很快适应了新的训练环境。

第一次参加航海模型比赛卢麒名发挥欠佳,没有获得好名次,在那之后,卢麒名便加倍努力。不管是双休日还是节假日,只要有机会,他都会全身心投入到训练中,哪怕回椒江参加学校会考,他也考完试便连夜赶回杭州。机会总是留给有准备的人的,经过一年的刻苦训练,年仅16岁的他终于成为了全国冠军。

对于卢麒名来说,热爱是坚持的动力,奋斗是圆梦的阶梯。无论是从挫折中奋起,还是从新起点启程,他都拼尽全力。8年的帆船运动员生涯,让他学会了耐心、细心、坚持,在航模比赛时发挥更加稳定。

“今后我会更加努力训练,力争在今后的全国赛乃至世界锦标赛中取得更好的成绩,为浙江体育做出更多贡献,为家人、老师、教练、领队交上一份满意的答卷。”卢麒名说。

(通讯员 陈笑笑)



荧光跑

近日,2022黄岩全民健身·荧光夜跑活动激情开跑。700余位爱好运动的市民齐聚永宁公园,用一场别开生面的奔跑体验了千年永宁的文化与黄岩文明的滥觞,用热情的脚步书写了当代黄岩人民的激情与活力。

通讯员 黄欣

动静之间，空手道少年圆梦省运

本报记者 洪 漩

省运会空手道首日比赛中,来自台州代表队的方岩以行云流水的步伐,富有气势的动作,将力量、速度、礼节和拼搏的精神展现得淋漓尽致,充分展现出空手道“动”与“静”的魅力。最终,他斩获本次比赛甲组个人型冠军,也是本届省运会空手道项目的首金。

和大部分从小学习空手道的选手不同,出生于2004年的方岩最先接触的项目其实是跆拳道,还练过一段时间散打,直到14岁那年才转项空手道。

问及缘何走上体育路,方岩说:“我小时候体弱多病,不时需要吃药打针挂盐水,于是六七岁时候,父母

就把我送去了俱乐部锻炼,师从跆拳道教练吴光普。”

方岩自幼很能吃苦，有时候韧带压得狠了，哭得嗷嗷叫。教练便递过来一把戒尺，他咬着戒尺继续埋头苦练。这把印有牙印的戒尺，如今还被吴光普收藏着。

自身的勤勉努力,教练的悉心调教、家长的全力配合,让年幼的方岩在竞技体育之路上迈出了稳稳的前进步伐。“第一次参加比赛,他站上台就懵了,把平日里所学忘了一干二净,只好一边挠头一边想动作。”虽说出师不利,但是吴光普却觉得方岩通过这次比赛得到了锻炼,提高了心理素质,更收获了成长。

2013年后,方岩逐渐参加省市各级比赛,开启“金牌收割机”模式。随着年龄增长,如今方岩也越发沉稳老练。本次省运会比赛上场之前,他在热身区域反复做着最后的练习。教练叮嘱他放松心态,而他自己也用深呼吸来调整状态。最终,方岩不负众望,将这一枚来之不易的金牌收入囊中。

如今,每次放假回家的方岩都会回家探望吴光普,作为师兄的他还会主动协助师傅指导师弟师妹,俨然是个最佳助教。而他自己对未来也有着明确的规划,目标很清晰很明确:成为世界冠军!登顶更高舞台,让更多人为之喝彩。