

王凡:叱咤沙场,续写不凡

本报记者 洪波

“

前不久,在亚洲沙滩排球巡回赛泰国站决赛中,浙江运动员王凡与搭档董颖以总分2:0夺得泰国站冠军,这也是2023年王凡获得的首枚金牌。

出生于1994年的王凡,如今已是中國女子沙排队的一员老将。2004年,年仅10岁的她进入浙江体育职业技术学院,开启职业运动员生涯,一路披荆斩棘:2012年女子沙排亚洲邀请赛冠军,2013年全运会铜牌,2014年5月世界大满贯比赛亚军,2014年仁川亚运会铜牌,2017年全运会冠军,2018年雅加达亚运会冠军,2021年全运会冠军……征战“沙场”源于热爱。

”



勤勉刻苦的“拼命三娘”

沙排不仅仅是蓝天、沙滩那么简单,无论是烈日、阴雨还是刮风,都必须在室外训练和比赛。尤其是夏天,训练场上的温度高达四五十摄氏度,晒脱皮已司空见惯。在王凡看来,这都不是事儿,这个乐观爱笑的姑娘总能自得其乐,“训练场地很美,除了学院,还可以去海边、湖边,大自然的新鲜美景是艰苦训练之外的慰藉。”她甚至将黝黑的皮肤视作烈日为她颁发的勋章。

因为喜欢玩沙子,所以选择沙排,王凡的初衷纯粹至极。小时候,别家小囡爱玩洋娃娃,而王凡却独独青睐玩沙子。身为排球运动员的父母敏锐地发现王凡的体育才华,为她选择了沙排之路。



沙滩上筑起“女排精神”

“最近几届亚运会,中国女子沙排队就没有出过前四。”中国女子沙排队教练缪志红在2014年仁川亚运会沙排比赛前撂下的这句话,深深刻在了王凡的脑子里。的确,在亚运会沙排的历史上,中国女队可谓一枝独秀。除了1998年的曼谷亚运会仅获得第四名外,在仁川亚运会之前,中国女队已经实现“三连冠”。

“这是我首次登上亚运赛场,赛前还没什么参赛实感,但听了教练的话后,我和岳园像疯了一样,脑子里唯一的念头就是——坚决不能破例!”当时年仅20岁的王凡深知,捍卫中国“亚洲强队”的荣光是她们唯一的目标。最终,在季军战的较量中,王凡/岳园以2:0的战绩拿下泰国组合福孔戈普洛伊/滕帕克西,获得铜牌,另

10岁时,王凡的身高就已经达到了1米78,这也让她收获了省队的关注,开启了职业体育生涯。“素质极好,能担大任,是个出色的运动员。”多位教练日后对王凡如此点评。浙江沙排队教练马俊提及爱徒,更是欣慰不已:“王凡进队时,队伍的重心都在几名老队员身上,谁也没想到她会给我们带来这么大的惊喜。”

初来乍到的王凡不善言辞,靠的正是实力赢得教练的关注。“球商高,会用脑子打球,能够举一反三,别人练习一个动作要三四遍,但她往往一次就能做好。”在马俊眼中,除了有天分,王凡的另一特点就是勤勉刻苦,“一到训练场就变成了不折不扣的‘拼命三娘’。”

一对中国组合马园园/夏欣怡则2:0战胜泰国对手,为中国代表团顺利摘得这一届亚运会的第100枚金牌,更实现了亚运会女子沙滩排球的“四连冠”。

两年后,年长王凡7岁的岳园宣布退役,王凡、夏欣怡成为新搭档。这一次,王凡暗暗发誓,一定将“铜”换成“金”。

相比四年前的青涩懵懂,2018年,24岁的王凡显然技术更加纯熟,心理素质越发稳定。但在出发雅加达之前,王凡在一次比赛中意外受伤,膝关节的半月板三度撕裂。

“当时距离亚运会仅剩不到两个月,膝盖出现肉眼可见的水肿,真怕参加不了比赛。”当时除了白天坚持力量训练不间断外,每天晚上还要经历一个多小时的治疗。期间,王凡反复对自己强调:“硬着头皮也得,我的目标就是金牌!”

最终,王凡戴着护膝登上了亚运会赛场。在半决赛上,两位年轻

人物名片



王凡

王凡,中国沙滩排球运动员。

2014年,获仁川亚运会女子沙滩排球铜牌。

2017年,获第十三届全运会沙滩排球女子组冠军。同年12月,获评中国年度沙滩排球最佳女子运动员。

2018年8月27日,王凡/夏欣怡组合获雅加达亚运会女子沙排冠军。

2021年9月24日,获第十四届全运会沙滩排球女子组金牌。

中国姑娘遭遇东道主印尼队的头号组合朱丽娜/乌塔米,一对实力不容小觑的劲敌。“对方耐力极好,我们私下称其‘特能跑队’。”经过雨中鏖战,中国队以2:1淘汰对手,挺进决赛,出色的发挥甚至赢得了印尼球迷的热烈掌声。

随后与日本队的决赛,同样是一场艰难的战役。“这对日本选手并非等闲。”王凡坦言,之前的一些世界大赛中与其交手时就发现,对方组合的防守颇具威胁,发球的攻击性极强,因此想赢下比赛必须讲究策略。首局失利后,王凡和队友却并未慌乱,而是迅速找到问题所在,调整状态,贯彻了教练的战术布置。随后,连扳两局取得漂亮的逆转,顺利实现了中国女子沙排亚运会“五连冠”的纪录。

领奖台上,听着激昂的国歌声奏响,王凡眼含热泪。这不仅是中国女沙辉煌的延续,也创造了浙江沙排一段全新的历史。



期待“家门口”续写不凡

赛场上的“拼命三娘”,是父母心尖上的乖乖女。赛后,王凡第一时间向在家中看直播的父母打去报喜的电话。母亲在电话这头说:“你爸爸边看边拍大腿,腿都打青了。”爸爸也在一旁追问道:“什么时候回家,吃爸爸做的炸酱面和饺子。”

因为常年在训练,陪伴父母的机会更是少之又少,不过,对此家长都表示理解并以女儿为荣。王凡母亲还专门准备了个柜子用来放置女儿的奖牌,如今多得都装不下了。

此外,教练马俊则是王凡心中

另一位重要的长辈,“训练场上,马教练一丝不苟,极其严厉。但每次外出比赛,各方面对我的关心都细致入微,还画战术图给我,操碎了心。”

面对即将于今年9月在“家门口”举行的亚运会,王凡希望通过努力,争取在亚运会赛场上再度奏响国歌。另外,王凡还有一个心愿,那就是尽己所能,让沙排能为更多人所知,“沙排是一项时尚且富有魅力的运动项目,希望能有更多人了解和体验,在参与中享受快乐与健康。”

