



殷茵:不变的是心中的情怀

本报记者 钟 樑 郑润鑫 杜欣羽 马碧茹

参加过1994年和1998年女排世锦赛、1995年和1999年世界杯、2000年悉尼奥运会,曾和主教练郎平一起获得过1998年世锦赛亚军,也曾在2000年悉尼奥运会落选赛力挽狂澜为中国女排出线立下汗马功劳,中国女排原主攻手殷茵,目前是浙江体育职业技术学院体操系副主任,运动生涯唯一一次亚运会经历是1998年曼谷亚运会,那届亚运会上郎平带领的中国女排和汪嘉伟带领的中国男排双双夺冠。

回忆过往,恍如昨日。



洪亮、殷茵、王贺兵



殷茵与吉祥物合影



人物名片

1995年世界杯女子排球赛季军

1998年世界女子排球锦标赛亚军、曼谷亚运会冠军成员

曼谷亚运会男女排队员合影



从篮球到排球 回归最初梦想

最初殷茵是一名篮球运动员。“教练来选人时问我喜欢不喜欢打篮球,我心里的想法是‘我想打排球’,可惜金华当时没有排球队,所以就入了篮球队。”当初身高1.77米的殷茵在篮球队中并不占优势,恰巧当年浙江女排青年队要去漳州参加集训正缺一个人,于是她被借调到了排球队。在集训的2个月内,殷茵的个头猛窜到1.81米,当篮球队来询问她意向时,她果断选择留在排球队。“在我很小的时候就有一个排球梦,1981年中国女排首次夺得世界冠军时我就很想像女排姑娘们那样上场去拼。在漳州的那2个月,场馆的墙上以及训练大厅到处挂满了女排姑娘们团结、拼搏的照片,我觉得自己也是其中的一份子,所以我选

择留下。”

1994年,殷茵进入中国排球队。“那一年可以说是女排的最低谷,1994年的广岛亚运会上丢了金牌,那年的女排世锦赛上也只拿了第8,别说在国人心里,我们自己也无法接受。所以我入队的第一年就背负着1998年曼谷亚运会必须夺冠的任务。”为了达成这个目标,时任国家体育总局局长的袁伟民邀请郎平回国执教,“女排精神”要重新立起来。

可对于殷茵而言,郎平从偶像变为教练,这又是一项新的挑战。“朗执导回国后,各大媒体都在报道,我看着电视上的画面既兴奋又紧张,她是我的偶像,我不想让她失望。”这是殷茵当时最直观的感受。殷茵回忆,朗执导延续了老女排的训练模式,又加入了新的训练方法,队员每天都要挑战“极限”。“我每次想到那时的‘极限训练’都会手心冒汗,确实太恐怖了。但

这样的训练能锻炼意志品质,在体能达到极限的时候咬咬牙,正式比赛时才能挺过去。”女排们的训练时间从上午7点一刻吃完早餐后开始,一直练到晚上。每天三次训练,每天接受“极限挑战”,除此之外,殷茵还需要比队友们再多练半小时。“因为我需要改动作,所以要比她们早起半小时。”

1996年、1997年,殷茵曾经霸占国内联赛“最佳扣手”称号,她的实力有目共睹,而这样一位实力强劲的选手,却总是屡屡与世界大赛绝缘,或是成为国际大赛上的“板凳球员”。殷茵解释,因为她的打法与欧美选手相似,在国际赛场上并不占优势。“我个子比较高,进攻力量大,但动作不够快,这样的打法在国内比较好打,但在国际上和对手差不多就没多少优势了。”即便如此,她仍然想争取上国际大赛的机会。



“当时很苦 回味很甜”

1998年,曼谷亚运会,殷茵迎来了这次机会。那一届,中国男女排同时获得亚运会冠军,这是继1990年北京亚运会后中国男女排再次同时称雄亚洲。“那届记得特别清楚,我们女排和男排最后的对手都是韩国队,而且是在同一片场地上进行。女排决赛先打,男排后打,我们比赛时男排队员就在旁边为我们呐喊加油,他们打的时候我们已经夺冠,在场边为他们加油助威的声音也更加洪亮。”殷茵清晰记得,当年男女排一起夺冠后在场边留下合影、欢呼的画面。在本次夺冠大军中,除了她以外,还有王贺兵、郑亮三位浙籍选手,他们拿着亚运会金牌在场边留下了一张珍贵的合影。

还有一件趣事,曼谷亚运会亚运村24小时提供饮食,餐厅出口十几米距离摆满了雪糕,每次吃完饭出来的时候,大家总有忍不住拿着一根雪

糕边走边吃的欲望。当时,郎平注意到了这个小细节,每天不是拉着队员练体能,就是去蒸桑拿,让大家注意控制体重。“郎导不担心比赛,就担心我们亚运会完了都胖了。”殷茵笑着说,郎平对队员都特别好,考虑也特别周到——亚运会结束后国家队队员都要回省队参加联赛,郎平怕体重增加影响她们的状态。

之后,殷茵如愿参加了2000年悉尼奥运会。她说,职业生涯中压力最大的一次比赛就是悉尼奥运会落选赛。“当时我们年纪比较大了,状态也不是最佳,差点连参加奥运会的资格都要失去了。如果输掉悉尼奥运会落选赛,我们就‘创历史’了,因为从1984年洛杉矶奥运会开始,没有一届奥运会是女排没参加的。”顶着巨大压力,殷茵在落选赛中力挽狂澜。2001年,她加盟意大利联赛摩德纳俱乐部,与郎平再叙师徒情缘,并在她的带领下,夺得了意大

利杯冠军和欧洲杯冠军。在高手如云的强队中获得“MVP”称号,她是继郎平之后获得这一称号的第二位中国球员。

谈起职业生涯,殷茵说当时很苦,回味很甜。她羡慕运动员每天都能收获“成就感”。谈起遗憾,她说有很多,最大的遗憾是20年的运动生涯中参加过五届全运会,却没能能为浙江队拿过一枚奖牌。

正式退役后殷茵先后在浙江体育职业技术学院大球系、重竞技系、体操系任职,目前身为体操系副主任的她正和同事一起为备战杭州亚运会的队员提供保障服务。“期待中国健儿在亚运会上有精彩的表现,也希望分管的项目能在家门口亚运会有好的表现。”殷茵说。

25年前曼谷亚运会一幕幕宛如昨日,家门口的杭州亚运会已经进入倒计时阶段,殷茵心中的亚运情怀再次拉满。