



本报粤港澳全运会特派记者孔乐佳专电

韩佳予:475度的神枪手

瞄准镜后是475度的模糊世界,10米外是弹无虚发的绝对精准。10月13日,第十五届全运会女子10米气步枪决赛场上,浙江选手韩佳予凭借最后一枪10.6环的出色发挥,以252.7环的总成绩逆转夺金,为浙江队夺得射击项目首金。

站在领奖台上的韩佳予,圆圆的脸庞上架着一副深色眼镜,笑起来格外甜美。这位看似文静的“萌妹子”,在赛场上展现出了超乎常人的冷静与沉稳。更令人惊讶的是,这位能在10米外精准命中靶心的“神枪手”,其实有着475度的近视。

“这样的视力在射击选手中并不少见。”韩佳予表示,她的枪上装有特制近视镜片,比赛时无需佩戴隐形眼镜。这个细节打破了人们对射击运动员的刻板印象。她用实际行动证明,精准的关键不在于完美的视力,而在于稳定的心态和过硬的技术。浙江射击队领队吴佳宁告诉记者:“偶然性就是射击比赛的常态,不到最后一刻都无法下定论。”

2001年出生于湖州长兴的韩佳予,2013年进入湖州市射击队训练。当时还在读小学的她因为图新鲜报名参加学校选拔,没想到

就这样误打误撞地踏上了射击之路。在训练中,她逐渐打通了“任督二脉”,不仅展现出过人的射击天赋,更找到了这项运动赋予自己的人生价值。

2018年,韩佳予入选省射击队。在这里,日复一日的举枪、瞄准、放下,成千上万次的重复练习,不仅磨砺出她稳定的技术动作,更淬炼出强大的抗压能力。2021年,她成功入选国家队,开启了职业生涯的新篇章。之后,韩佳予更是在国际赛场上屡创佳绩:在2024年国际射联世界杯巴库站女子10米气步枪资格赛中刷新世界纪录;在杭州亚运会上,她和队友一起获得女子10米气步枪团体金牌并打破亚洲纪录。一枪一枪地练,一场一场地比,这个从煤山镇走出的姑娘,一步步登上了更高舞台。

全运会夺冠后,韩佳予只是低头收拾装备,佩戴好黑框眼镜,面向掌声雷动的观众席微微欠身致意,神情平静。直到走上最高领奖台,和教练一起佩戴上这枚沉甸甸的金牌,她才露出淡



淡的微笑。从上届全运会团体金牌到本届全运会个人金牌,韩佳予深有感触:“无论从技术还是心态上,自己都成长了。”吴佳宁也肯定了她的表现:“随着参赛经验增加,她的比赛表现更加成熟老练,能够顶住压力发挥出训练水平,值得肯定。”

走下领奖台,一切从零开始。韩佳予已投入到今日女子10米气步枪团体决赛的备战训练中,几天后还将参加女子50米步枪三种姿势淘汰赛。“为家乡争光是自己义不容辞的事。”这位戴着眼镜的“神枪手”,正在用自己的方式书写着属于她的传奇。

年轻小将唱主角 浙江蹦床的双银答卷

本报记者 洪 游

10月12日,第十五届全运会蹦床比赛在广州体育馆落幕。浙江蹦床队表现优异,一举夺得男子团体和女子团体两枚银牌。其中,男子团体的这枚银牌,更是刷新了浙江男子蹦床队在全运会历史上的最佳战绩。

根据本届全运会赛制,团体预赛每队可派出4至6名运动员参赛,其中成年组运动员最多4名,青年组运动员最多2名。每位选手需完成两套动作,最终取成绩最高的3名成年组运动员和1名青年组运动员计入总分,排名前八的队伍晋级团体决赛。决赛阶段,每队派出3名成年组运动员和1名青年组运动员上场,取三个最高分相加决定最终名次。

浙江蹦床男队此次参赛阵容中,除了邹绍政和陈昱翰外,王家阳、郭钦钻、喻炜杰、张昊楚轩均是首次亮相全运会赛场。“预赛中邹绍政、陈昱翰虽然出现失误,但队伍最终还是以第五名的成绩有惊无险地晋级决赛。”男队教练赵坤杰介绍道。进入决赛后,队员们及时调整状态,全力投入比赛。喻炜杰以稳定发挥率先登场,随后出场的陈昱翰顶住压力表现出色,邹绍政也成功摆脱预赛失利的阴影,凭借扎实的训练基础,沉着冷静地完成了全套动作。

“努力没有白费”、“付出终有回报”……赛后,男团队员激动地重复着这些话语。赵坤杰表示欣喜远超预期:“原本希望登上领奖台就是圆满完成任务,这枚来之不易的银牌确实是意外之喜。”他坦言,预赛的失利确实给团队带来不小的压力,但队员们齐心协力实现了自我超越。“如果要给队员们打分,我个人一定会给他们打‘满分’。四年的努力没有白费,他们都给了自己一个最好的交代。”

值得一提的是,浙江蹦床男队此前在全运会上的最好成绩是2017年天津全运会上获得的团体铜牌。赵坤杰表示,在实现新突破的同时,队伍将继续努力:“接下来我们将认真总结经验,进一步提升动作难度,争取创造更好成绩。”

女团赛场同样传来捷报,由陈凌云、曹云珠、范心怡、石馨怡组成的浙江队以167.03分的优异成绩夺得银牌。女队教练沈沉表示,加上王子维和汤欣怡两位队员,6名队员的表现符合赛前预期。尽管预赛阶段遇到一些挑战,但队伍通过及时的战术调整,在决赛中团结协作,圆满完成任务。

沈沉表示,预赛阶段第四次参加全运会的替补队员王子维发挥了“定海神针”的作用,为团队贡献了两套有效分,助力队伍顺利晋级决赛。同时,石馨怡、汤欣怡两位青年选手首次参加全运会就展现出不俗实力,显示出巨大潜力。

在个人项目上,曹云珠、陈昱翰分别获得女子和男子个人决赛第六名和第四名的成绩。“当前成绩基本符合预期,但还不是最理想的结果,我们会继续努力,带领队员不断进步。”沈沉表示。全运会结束后,重点运动员将返回国家队报到,进行为期一周的调整恢复。“10月底,范心怡、陈昱翰将出征西班牙世锦赛,队伍也将围绕世锦赛赛程展开针对性训练。”

“羊城”广州盛装迎全运

11月9日,第十五届全国运动会开幕式将在广州举行。在此之前,蹦床、射击等项目已率先吹响比赛的号角。10月11日,在射击项目开赛前一天,记者从杭州飞抵广州,提前开启全运会报道之旅。

从钱塘江畔到珠江之滨,落地“羊城”的第一感受,便是一个“热”字——比天气更炽烈的,是这座城市为全运燃起的热情。在广州白云机场航站楼内,吉祥物“喜洋洋”“乐融融”与“激情全运会,活力大湾区”的标语随处可见。身穿蓝色制服的志愿者“小海豚”们分布在各处,他们训练有素的笑容与服务,让每一位远道而来的宾客都倍感温暖。记者在与一位“小海豚”交流中了解到,负责机场抵离服务的志愿者大多来自广州高校,其中不少是本地学子。他们从几个月前的测试赛便开始投入服务,尽管任务繁重,但能为家乡尽一份力,

让他们充满自豪。

穿行于广州街头,全运元素已深深融入城市的肌理。从主干道到人行天桥,从地标建筑到商圈景区,主题道旗、宣传海报与横幅交织成一道道流动的“全运风景线”;全运口号与“魅力新广州”的标语在公交站台与地铁灯箱上熠熠生辉;各大赛场馆前,憨态可掬的吉祥物也成为市民争相合影的热门打卡点。

这份全运氛围,不止于视觉的装点,更在于人心的凝聚。出租车司机杨师傅得知记者前来报道全运,热情地聊起广州的变化:“大家都在盼着全运会开幕呢!”许多社区和街道正如火如荼地开展全民健身活动,市民们正以运动的姿态呼应这场体育盛会——“我的城市,我的荣耀”,这样一种朴素而真切自豪感,在寻常巷陌间悄然流淌。

据了解,为迎接十五运

会和残特奥会,广东省奥林匹克体育中心、广州天河体育中心等场馆均完成了升级改造,以全新面貌静候赛事。家住天河体育中心附近的陈先生常年坚持晨跑,他对焕然一新的跑道赞不绝口:“新跑道弹性好、缓冲佳,锻炼起来更舒适了。最近来运动的人明显变多,全运真的带动了大家的健身热情。”

漫步广州,这股扑面而来的全运热浪,让人不禁想起两年前的杭州亚运会。同样因一场赛,改变一座城。借助重大体育赛事推动城市焕新、激发全民健身热潮,正是体育赋予一座城市最生动的幸福感。

我们相信,广州饱满的热情与精心的筹备,只是大湾区迎接全运的一个缩影。待到11月,整个湾区将以花团锦簇的市容、开放包容的胸襟与周到细致的服务,为第十五届全运会搭建起最绚丽的舞台。