



本版撰稿 本报粤港澳全运会特派记者毛佳琦

徐臧军/徐娅妮携手夺得十五运浙江帆船首金 默契与坚持成就逆风翻盘

“

10月29日,广东汕尾红海湾,第十五届全国运动会帆船混合470级奖牌轮比赛开始前,徐臧军和徐娅妮站在311号帆船前,相视一笑,在他们的目光中,记者看到了对胜利的渴望。作为帆船老将,这已经是徐臧军第五次踏上全运赛场,他与搭档徐娅妮用默契与坚持,上演了一出逆境中绝地反击的“金”彩戏码。

”

“帆船就像人生,面对逆境是关键”

首轮比赛,徐臧军/徐娅妮组合抢航犯规,如同当头棒喝,给他们的全运征程蒙上了阴影。

第二轮结束后,成绩单显示他们仅排名第四。面对不利局面,徐臧军和徐娅妮迅速调整心态。“比赛还没有结束,我们还有机会。”徐娅妮回忆当时的情景。红海湾海域风大浪急,平均风速5-6级,阵风达到7级。在平均风力14节的情况下,任何失误都可能被放大。但正是这种挑战极限的环境,激发了这对搭档的斗志。

五年磨一剑,留下传承与希望

徐臧军和徐娅妮搭档5年来,共同经历了无数次的训练和比赛,建立了深厚的默契。在浙江帆船帆板队,他们以“魔鬼训练”著称。每年海上训练时间达1500多个小时,每周训练超过35小时。这种高强度的训练,锻造了他们过硬的技术和意志品质。

记者注意到作为奥运三朝元老,徐臧军的手上布满了老茧,这是常年拉帆绳留下的印记。徐臧军向记者表示,在海南冬训期间,他们每天最早出海,最晚返航。高温、暴晒、海水浸泡,

徐臧军已是第3次参加奥运会、第5次踏上全运征程。作为队里的老大哥,他沉着冷静地分析着局势:“帆船比赛就像人生,不可能一帆风顺,关键是如何面对逆境。”

从第三轮开始,徐臧军和徐娅妮开始了他们的绝地反击。每天比赛结束后,两人都会仔细复盘当天的每一个细节,研究战术配合的改进空间。“我跟徐哥每轮比完,都会复盘比赛,然后互相鼓励。”徐娅妮告诉记者。这种日复一日的沟通与磨合,

这些都是家常便饭。但正是这种艰苦的训练,让他们在比赛的关键时刻能够保持最佳状态。

站在最高领奖台上,徐臧军的话语里充满了哽咽:“返航回来的路上,我还在跟娅妮说,这可能是我最后一场比赛了,这么多年比下来,真的不容易。”这位面对再大风浪都不动容的坚毅汉子,此刻眼中闪着泪光。对于他来说,第五次全运征程的收官之战,因这枚金牌而显得更加圆满。而他的坚持与毅力,也已经成为年轻队员学习的楷模。

让他们在关键时刻能够信任彼此的判断。

在奖牌轮的激烈角逐中,311号帆船始终保持着领先地位。徐臧军凭借丰富的经验判断风向变化,徐娅妮则精准控制着帆形。每一个配合都天衣无缝,每一次转向都恰到好处。最终依靠他们艰苦训练下培养的默契,他们为浙江帆船帆板队拿下了十五运的首金。这枚金牌不仅是个人的荣誉,更是浙江帆船帆板队整体实力的体现。

徐娅妮对搭档充满感激:“徐哥的经验 and 沉稳是我最值得学习的。在比赛中,他总是能在关键时刻做出正确判断。”这枚金牌不仅是对他们个人努力的肯定,更是对浙江帆船帆板队传承精神的最好诠释。从老将徐臧军到年轻队员,浙江水军正在书写着新的辉煌。明天,当红海湾的朝阳升起时,对于浙江帆船帆板队的队员们来说,不仅意味着训练又将开始,更代表着新的征程又将启航。

虞婷/兰景铖: 默契破浪,青春扬帆

10月29日,浙江帆船组合虞婷和兰景铖在第十五届全国运动会混合诺卡拉17级比赛中,凭借默契配合与顽强毅力摘得金牌。

“这次比赛感觉状态不错,从第一轮开始竞争就非常激烈,还好我们笑到了最后。”兰景铖在夺冠后面对记者镜头坦言,这枚金牌让自己如释重负了,之前的压力紧张全部释放了。

他的搭档虞婷来自宁波,她告诉记者:“这几天虽然天气不错,但是海上的风变化得很快,给我们造成了很多困难。”这种多变的风况对所有选手都是巨大考验。虞婷和兰景铖在比赛中展现出了出色的适应能力和临场应变能力。

优异成绩的背后是艰苦的训练。虞婷透露,他们每天根据计划训练至少7个小时,而这种高强度的日常训练一方面使这对组合培养了出色的体能,另一方面也让两人对彼此的技术特点和决策习惯都非常了解。而在帆船运动中,彼此之间的了解也往往决定着比赛成绩。

“虽然比赛期间不乏小失误,但总体来说发挥得要比在训练时更好。”对于运动员来说,比赛期间的心态调整至关重要,而虞婷也恰是拥有一颗大心脏的选手:“比赛期间无论是自己还是对手,任何情况都有发生的可能,所以只要做好自己,力争将最好的一面发挥出来就行。”这种冷静客观的心态帮助他们在比赛中保持稳定发挥。即使出现失误,他们也能及时调整,继续专注于后续比赛。

在2025年3月举行的全国帆船锦标赛暨十五运资格赛混合诺卡拉17级长距离赛中,虞婷和兰景铖就已勇夺冠军。对于两人来说,当前两位运动员均处于运动生涯的黄金时期。虞婷早在2017年就已在青年赛事中崭露头角,获得全国青年帆船帆板精英赛女子帆板RS:X级金牌。兰景铖也在2024年的全国帆船冠军赛诺卡拉成人组长距离赛中获得铜牌,展现出不俗的实力。此次全运会金牌,也将成为他们运动生涯中的重要里程碑。

