



袁绍华:将“跤”字牢牢纹在心里



弄潮儿

本报粤港澳全运会特派记者 应宇康专电 11月11日,28岁的袁绍华在广东清远收获了自己的第二枚全运会金牌,这个在赛场上肌肉贲张,如出膛炮弹般猛扑对手的浙江摔跤名将,用4场精彩对决,展现着摔跤的极致较量。

袁绍华出生于1997年,上小学时,他因为特别贪玩被教练相中,从此,“好动分子”便成了体育“潜力股”。“11岁时,教练陈福勇发现了我,觉得我是个练摔跤的好苗子。”袁绍华说:“当时就是单纯地喜欢体育。”就这样,袁绍华正式开启了自己的摔跤生涯。

2010年,陈福勇被宁波市第二少年儿童业余体育学校人才引进到宁波,袁绍华也一起跟了过来。2011年他正式注册为浙江摔跤运动员,开始由业余训练转为专业训练。“刚来的时候特别不适应,跟不上专业队的大强度训练,萌生了打退堂鼓的念头。”那时袁绍华对摔跤有过动摇,他告诉记者:“觉得为什么要这么辛苦?所以开始偷懒,消极训练,结果被教练抓了现行,他让我不要训练了,直接回家吧。”教练的激将法果然有用,这句话犹如晴天霹雳,震醒了袁绍华。“多年的辛苦训练,我知道他舍不得。”陈福勇说。之后,袁绍华埋头苦练,每天只能在训练馆和宿舍的两点一线里见到他。

付出就有收获,袁绍华很快在全国比赛中崭露头角。2013年全国青少年摔跤锦标赛上,袁绍华拿下个人首个全国冠军。2015年他拿到了第一届全国青年运动会摔跤比赛60公斤级冠军,被授予“运动健将”称号。2016年,袁绍华夺得全锦赛61公斤级冠军,随后入选国家男子摔跤集训队。2018年,袁绍华为浙江男子自由式摔跤获得首枚全国冠军赛金牌。

“国家队训练水平更高,保障团队到位,队友都是各个级别最拔尖的选手,让袁绍华进步得更快。”陈福勇回忆道,拿遍全国冠军后,袁绍华开始对自己有更高要求。随后他在亚洲比赛上崭露头角,获得亚洲摔跤锦标赛男子70公斤级铜牌。

粤港澳是他第三次征战全运会,回忆起2017年第一次在天津参加全运会的经历,袁绍华感慨万千:“那时候通过几番的预赛选拔终于获得了决赛资格,正准备在决赛中一展抱负,谁曾想第一轮就被淘汰,我也终于明白教练为什么说全运会冠军才是真正的冠军,竞争实在是太激烈了!”

从那时起,袁绍华就坚定了要拿到全运会金牌的目标。在坚定的信念、刻苦的训练以及完备的训练保障之下,袁绍华在陕西全运会上成功夺冠,拿到浙江自由式摔跤全运会首枚金牌。

年龄不是问题,有足够经验就行,但最重要的还是伤病问题。由于多年的摔跤训练,袁绍华已经浑身是伤,腰伤已有10余年,“很多时候感觉不想再坚持了,因为伤病很困扰,但好在教练、队友、朋友都会开导我。”他告诉记者:“静下来想过之后,我觉得不应该在半途就放弃,不然前面的努力就白费了。”

袁绍华曾说,自己有一个摔跤冠军梦,不管吃多少苦,都要努力实现梦想。如今自己的梦想正在一步步实现,他还帮助陈福勇一起训练小队员,希望把这份坚持和经验传递下去,让更多人圆梦。“他是一个开朗积极的人,希望他能继续坚持下去,无论是当运动员还是当教练。”陈福勇说。

看过袁绍华比赛的人,一定忘不了他比赛时凶狠而专注的眼神,流畅的动作以及左臂上纹着的大大的“跤”字,“说起来实在有点后悔,纹这个其实不好。”袁绍华对记者说,“跤”字不用纹在身上,但要牢牢纹在心里。

举重女将裴鑫依:目标是“洛杉矶”



本报粤港澳全运会特派记者 孔乐佳专电 11月11日,第十五届全国运动会举重比赛女子59公斤级决赛举行。浙江选手裴鑫依以抓举100公斤、挺举125公斤、总成绩225公斤获得银牌。

抓举阶段,裴鑫依第一次试举96公斤未能成功,随后接连举起96公斤、100公斤。挺举阶段,她顶住压力,成功举起120公斤、125公斤。随着重庆队选手罗小敏挑战125公斤未果,奥运冠军、湖南中联重科队的罗诗芳将130公斤举过头顶后,胜负已定。最终,裴鑫依凭借挺举的稳定发挥,以1公斤优势超越罗小敏,锁定银牌。

出生于2005年的嘉兴姑娘裴鑫依,作为决赛中为数不多的“05后”选手,虽然年纪轻轻,却已是国际赛场上的“老将”,她曾在2022年夺得世锦赛金牌。这是她的第二次全运会之旅,终于如愿站上领奖台。与上届相比,20岁的她在经过各类比赛的洗礼后更沉稳,也更有拼劲了。裴鑫依告诉记者:“全运会原定目标是前三名,这次发挥已经超越了现阶段的自己,很幸运能获得银牌。”本次比赛金牌得主是巴黎奥运会该项目

的冠军罗诗芳,裴鑫依曾与她多次在比赛中交手。从这位前辈身上,裴鑫依也受益匪浅:“我非常敬佩她的心态和训练厚度,希望自己能尽快调节身体状态,进一步提升训练厚度。”

从2014年入选海宁市少体校至今,裴鑫依已经在举重的道路上走了十多年,谈及坚持的理由,她笑着说:“可能靠的是好胜心吧,我对自己有着很大的期待,身边也一直有人支持我。”说着说着,裴鑫依的眼眶渐红。实际上,这段时间她饱受伤病困扰,训练成绩也一直停滞不前。“我举起了最近没举起过的重量,觉得自己非常棒!”她噙着热泪感谢了努力的自己,以及背后的教练、队友与保障团队。

值得一提的是,目前裴鑫依的带训教练是浙江举重名将、两届奥运会冠军石智勇,本届全运会,他不仅是参赛选手,还兼任教练。聊起石教练,裴鑫依感叹:“他在有伤病的情况下依旧保持每天训练,很不容易,他的这种精神激励着我,也带动我训练、比赛充满拼劲。”关于未来,她立下了一个目标——争取代表中国队去洛杉矶奥运会闯一闯!



袁绍华(左)