



四十年传承 浙江田径的全能血脉延续

本报记者 余敏刚

第十五届全运会上,25岁的华梓惠以7855分夺得第十五届全运会男子十项全能金牌,这是浙江田径男子全能项目在全运会历史上的首金。刘静逸在女子七项全能中夺下银牌。1金1银,不仅标志着浙江田径在全能项目上的薪火相传,更印证了一个项目跨越四十余载的强大生命力。

上世纪70年代末,浙江女子七项全能项目开始崭露头角。这一项目的崛起与洪延庆教练密不可分——“洪家娘子军”几乎从未让金牌旁落。队伍相继培养了叶联英、马苗兰、沈盛妃等优秀运动员。

2届亚运会冠军得主沈盛妃参加了2004年雅典奥运会,是中

国第一位进入奥运会赛场的女子七项全能运动员。奥运参赛经历让她明白了与世界顶尖水平的差距,也让她更加坚定了培养新一代运动员的决心。退役之后,沈盛妃留在省队从事教练员工作。洪延庆教练退休之后,沈盛妃挑起了重担,目前担任省田径队全能组主教练。

这种从运动员到教练员的身份转变,成为浙江全能项目传承的关键一环。沈盛妃不仅传授技术,更传递着一种精神——“把争光精神传承下去”。这种精神可以追溯至更早的奋斗岁月,体现在老一辈运动员为荣誉咬牙坚持的韧劲中。而当这份精神传递至新一代,则被赋予了更具时代特色的内涵。

1978年曼谷亚运会,金学伟在脚跟严重受伤的情况下,依靠打封闭针坚持完赛,硬生生为中国队拼下了一枚男子十项全能铜牌。这种“咬牙坚持”的韧劲,成为了浙江全能运动员的真实写照。

当这份精神传递到华梓惠、刘静逸这一代时,它演化出了新的时代内涵。谈及与教练的关

系,华梓惠表示“像亲母子一样”,这背后是技术细节的严苛打磨,也是低谷期不离不弃的信任与支持。刘静逸的成长轨迹也是如此,她的全能道路并非坦途,曾遭遇瓶颈,也曾萌生退意,但在沈盛妃一次次耐心指导下,最终从全国冠军走向亚洲赛场。他们的故事表明,传承不仅是接受训练,更是内化那种“热爱和执着,不要半途而废”的信念。

历经四十余年发展,浙江全能项目长盛不衰的密码,在于稳固的选拔体系、深厚的冠军文化与不断进化的科学训练三者形成的合力。

从县市基层的广泛选材、精雕细琢,再到省队历练,这条输送通道始终畅通。

面对挑战,浙江田径正在探索与时俱进的科学化训练,训练手段也更加丰富多元,以适应新一代运动员的特点。

如今,全运烽火暂熄,但追求更高、更快、更强的脚步从未停歇。华梓惠已将目光投向“8000分以上的风景”,刘静逸等年轻选手也将向着更高目标进发。



第十五届全运会上,华梓惠拿到浙江田径男子全能项目全运史上首金。

浙江U18女足如何迈步跨越?

本报记者 谢嘉伟

本届全运会,浙江U18女足以顽强拼搏的姿态斩获铜牌,这也是浙江代表团在本届全运会竞技项目上收获的首枚奖牌。

全运会结束后,浙江U18女足姑娘们赴丽江开展高强度封闭拉练,系统调整队员状态,夯实技战术基础,最终在女乙联赛升级附加赛中脱颖而出,成功获得2026年中国女子足球甲级联赛参赛资格。此后,队伍在代表国内青少年足球最高水平的第四届中国青少年足球联赛中,以稳健表现获得女子U18组季军。当前,队伍正在青少年女足锦标赛(U18)征战,已经冲进四强。

这支U18女足队伍组建于2023年,队员主要通过2022年省运会、省锦标赛选拔及地市输送。回顾建队历程,成绩的飞跃令人瞩目:从建队初期在全国锦标赛、中青赛排名12名开外,到2024年接连斩获中青赛、全锦赛亚军,再到如今全运夺牌,即将踏上职业赛场,短短两年半时间实现了跨越式提升。

谈及队伍快速成长的原因,浙江女足俱乐部总经理郭晨总结为三点:一是近年来省队更加系统化、专业化的训练体系;二是对

队员们在训练、生活、学习等各方面提供的坚实保障;三是通过全国各类高水平大赛的持续磨砺与锤炼。

“实际上在建队初期,队伍确实遭遇过一些艰难情况。”浙江U18女足主教练李文君告诉记者,足球训练是一个长期、科学的过程,并非一朝一夕就能有变化,刚开始第一年队伍成绩比较一般,但全队上下一心通过训练沉淀技术,并给孩子们树立坚定的目标,最终才造就了今天的成绩。

“奇迹的另一个名字叫努力。”这是李文君执教的座右铭,她将队伍两年多以来所获得的成绩,归功于队员们在日常训练中的刻苦。“我觉得再有天赋的球员,如果自己不够努力,那么即便再有天赋也无济于事。”谈及队伍成绩实现跨越式发展背后的秘诀,李文君坦言,她日常给队员们布置的训练科目还是比较累的,队员们也吃了很多苦。

李文君举例:“在最开始的时候,我用了半年的时间去打磨她们的个人技术,接着是对身体体能的积累,之后从局部到大范围的战术配合,再通过比赛检验训练成果,并将比赛中遇到的问题反馈到日常训练再加强,通过这



在第十五届全运会足球项目女子18岁以下组,浙江队收获铜牌。

样的方式,一步一步实现成绩的提升。”

从另一个角度来看,浙江U18女足的成长,折射出浙江女足青训体系的良好发展。目前,浙江在女足方面已经有了一套相对成熟的青训体系,省内11个地市都有自己的市队,这极大地便利了青训苗子的选拔。李文君表示,这种省内足球人才“百花齐放”的局面不仅扩大了选材面,让队伍各个位置的队员都能优中选优,为队伍打造更加坚实的战术体系提供保障。

“随着省内对足球事业日益重视,各地市女足人才培养成果显著。”郭晨表示,俱乐部将继续依托省内高水平赛事平台,发掘更多本土新秀,期待她们未来能创造更高成绩。

近年来,通过省、市两级的强力保障,浙江在女足人才培养上持续发力。省足协相关负责人表示,未来这是将不断完善竞赛体系,组织省级精英训练营,强化教练员与专业人才培养,让浙江女足始终保持活力和竞争力,从而实现可持续发展。