

重新开始

体坛话题

好的开始,是成功的一半。尽管孙杨没有恢复到伦敦奥运会时最佳状态,但是同今年4月的全国冠军赛相比,他进步了。

伦敦奥运会时,400米自由泳他游出了3分40秒14,全国冠军赛游出了3分42秒93,而昨天的成绩是3分41秒59。正如他自己所说,半年没有系统训练,能够游出这样的成绩,拿到金牌,还是很激动的。

整整半年,让孙杨刻骨铭心。回忆这半年的经历,孙杨坦言那段没有队友、没有教练的时光很是难捱。孙杨说:“半年中,有一段时间一直一个人训练,每天自己练,要保持手感,要保持运动量,所有问题自己解决。我想,这段时期或许会成为我最难忘的经历,这段经历也会伴随着我成长。这半年非常不容易,要克服很多困难。我希望它尽快过去,有一个新的开始。”

其实,半年前同师傅朱志根的风波,让孙杨很受伤。尤其是没有上高原,让孙杨的体

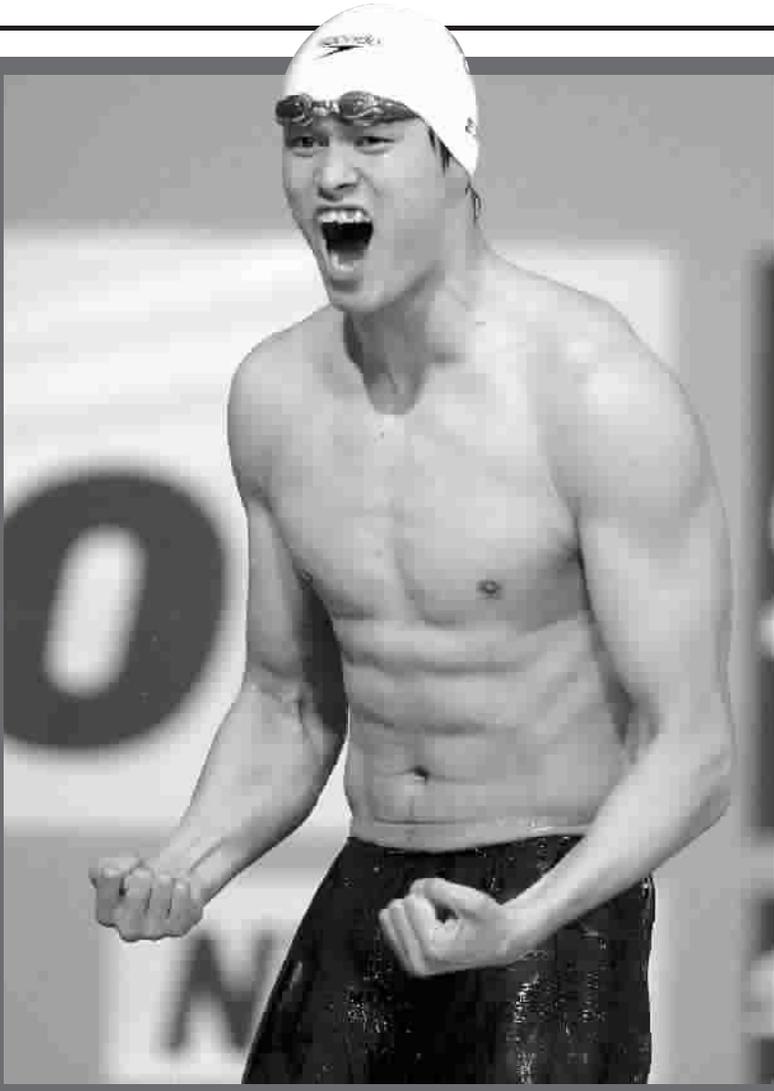
能储备出现问题。好在大家没有放弃他,也不会放弃他。面对批评,好胜的孙杨心有不甘,更激发了他所有的潜能。一个人训练时,必须战胜惰性,必须时刻告诉自己,游完两万米的量。一个多月前,前中国游泳队总教练张亚东的接手,使孙杨在“失去”教练近5个月后,重回正轨。

客观地说,孙杨是幸运的。试想一下,假如没有张亚东接手,孙杨岂不是仍然天马行空独往独来?假如没有香港16天的封闭训练,不知孙杨能否在本次比赛中重新崛起?

孙杨承认,再夺冠军,一是凭借良好的天赋;二是10年扎实的底子在那儿。其实对于孙杨而言,真的不能再有噩梦般的“半年”了,因为天才也经不起一而再再而三的折磨。

再夺冠军,这是孙杨良好的开端。希望这是孙杨重回正轨的开始。

特派记者 李京红 (本报巴塞罗那今日电)



■ 400米自由泳夺冠,孙杨强势回归

图 新华社

孙杨夺冠 掩面而泣

本报巴塞罗那今日电(特派记者 李京红)巴塞罗那游泳世锦赛在圣乔尔蒂游泳馆决出首金。伦敦奥运会男子400米自由泳冠军孙杨,以3分41秒59的成绩率先触壁。来到混合采访区,孙杨不禁掩面哭泣。

决赛出发时,孙杨稍微落后,但第一个转身过后,他就一直处于领先地位。从电视直播的屏幕上还可以看到,那条代表着世界纪录的红线也好几次出现在孙杨身后。350米过后,他领先第二名一秒多已经锁定胜局。

“对我来说也是完成了大满贯,

400米和1500米都获得了世锦赛和奥运会金牌。这次发生了很多困难,但我挺了过来,这枚金牌也是对我这段时间最好的回报。”孙杨接受采访时说。

至于比赛中一度领先世界纪录,孙杨表示由于缺少强大对手的“刺激”,使得自己的最佳状态没有激发出来,“比赛一定要有强大的对手,这样对抗起来才会精彩。就像奥运会上索普说的,如果400米自由泳朴泰桓没有进入决赛的话,那不会是一场精彩的比赛。这次世锦赛他没有来,他一直是我最尊敬的对

手之一。在没有对手的情况下,我是很难创造好成绩的。”

当有记者问孙杨此时此刻最想感谢谁时,一下子触动了小伙子的情感:“我还是想感谢……感谢张亚东教练,感谢朱志根教练吧。因为不管怎么样,10年了,能有今天这么快的恢复,也是因为我之前有非常好的底子。朱教练毕竟带了我10年,我一直感谢他的付出,也从不怀疑他的能力。其实……”话没说完,他用左手捂着脸开始掩面哭泣起来。这时,张亚东拉着他去准备随后的颁奖仪式。

与1500米中,我们可以看看他的表现,与最高峰相差多少。

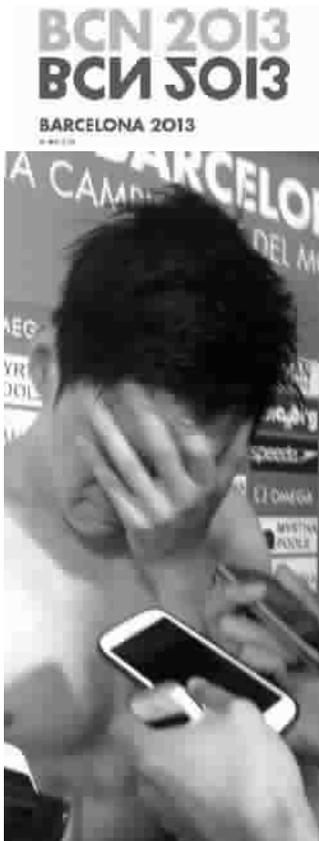
孙杨为何哭泣?也许有两种解读。一种是觉得自己经历过一段挫折后,又重回正轨了;一种是觉得外界对自己的批评这么多,现在又用金牌来证明了自己。我想很多人更希望是第一种。因为第一种是志存高远,夺取金牌只是附带品,更重要的是,这对孙杨走好今后的人生道路更有益处。 高兴

场外音 孙杨为何哭泣?

孙杨夺冠没有什么悬念。不光是400米自由泳,800米与1500米,只要不犯规,没有谁能阻止他夺取金牌。当然,400米他最看重,因为这是他教练风波半年来的第一次大赛亮相,同时,他在这个项目上的优势也最小。如果这次朴泰桓能够同他较量,也许结果就难说了。

22岁不到的孙杨是一个天才,这不是一两个教练的夸口,而是游泳圈内的共识。

很多时间,他只有一个对手,那就是他自己。以这个标准来看,应该处在上升期的孙杨今天在400米自由泳上已经败了,败给了伦敦的自己。接下来在他的绝对强项800米



■ 孙杨接受采访时泪流满面 图片来源于网络

难度上去了 金牌到手了

邱波蝉联男子10米台冠军

伦敦奥运会仅仅1.8分之差,邱波惜败美国选手鲍迪亚摘得银牌。昨天,邱波使出了两跳高难度的新动作,一共斩获11个10分,最终凭借总分581.00分问鼎桂冠,蝉联世锦赛冠军。至此,梦之队以九金收官。

昨天是世锦赛的跳水收官战。与以往不同,此番邱波将原来的整套动作进行了调整,提升了难度。

难度提升带来了巨大的风险,这对邱波是新挑战。半决赛,邱波一度跌至17名,差点倒在难度上,最终也仅排在第六位晋级,但最终邱波脱颖而出。

决赛中,邱波超越第二名有60多分,他究竟付出了怎样的努力?邱波说:“为了伦敦奥运会上差的1.8分,我付出了极大的努力,特别是109B需要超负荷训练才行。来

到赛场,练这个动作肌肉拉伤了,也没怎么跳。我是抱着锻炼新动作的心态而来,但我相信付出会有回报。”

从10米台的决赛看,邱波是成功的,但是半决赛的失利,同样让人担心。因此,如何增加难度动作的稳定性,将是邱波的新课题。

特派记者 李京红 (本报巴塞罗那今日电)



■ 邱波夺冠“喜送秋波”图 新华社

F1匈牙利站备受关注 汉密尔顿称雄

本报讯(记者 钟喆)昨天,2013年F1匈牙利站正赛在亨格罗林赛道举行。因为匈牙利站是F1半程站,所以比赛备受关注。最终,英国车手汉密尔顿杆位发车一路领跑夺冠。值得一提的是,这是汉密尔顿加盟新东家梅赛德斯车队夺得的首个分站冠军。莱科宁、维特尔分列二三位。

汉密尔顿对亨格罗林赛道十分熟悉。此前,他曾在这里得到过3个分站赛冠军。昨天,汉密尔顿杆位发车早早把领先时间扩大到10秒以上,牢牢掌控住局面。当然,汉密尔顿能够取得如此大的领先优势,还要感谢他的英国同胞巴顿,正是巴顿在第11圈顽强阻挡了维特尔,才使汉密尔顿与他拉开了距离。

F1车手前三名(截至匈牙利站)

名次	车手	国籍	车队	积分
1	维特尔	德国	红牛·雷诺	172
2	莱科宁	芬兰	路特斯·雷诺	134
3	阿隆索	西班牙	法拉利	133

F1车队前三名(截至匈牙利站)

名次	车队	积分
1	红牛·雷诺	277
2	梅赛德斯AMG	208
3	法拉利	194

体育舞蹈赛昨开幕

本报讯(记者 钟喆)昨天,由上海市体育舞蹈运动协会主办的“2013第八届上海体育舞蹈公开赛”在虹口体育馆举行。来自长三角地区2200名体育舞蹈爱好者参赛,其中2000名选手是青少年。主办方希望在比赛中发现体育舞蹈的明日之星。

中国体育舞蹈联合职业舞蹈分会副主席车遥介绍,体育舞蹈老少皆宜,尤其在上海地区有良好的群众基础。

本届体育舞蹈公开赛的一大特色,是绝大部分选手为青少年。车遥的另一个身份是体育舞蹈国家队集训队的教练,她希望能在比赛中发现有潜力的青少年体育舞蹈人才,今后能参加国际赛事为国争光。

收视指南

央视五套明晨0时将转播世界游泳锦标赛男子100米蛙泳、女子100米蝶泳、男子50米蝶泳、女子200米混合泳决赛实况。

体彩公告

排列3第13202期

中奖号码:1 3 7
直选 8717注 1000元
组选6 19744注 166元

排列5第13202期

中奖号码:1 3 7 0 8
直选 65注 100000元

七星彩第13087期

中奖号码:3 0 2 2 3 9 6
一等奖 0注 0元
二等奖 7注 59592元
三等奖 235注 1800元
四等奖 3120注 300元
五等奖 36873注 20元
六等奖 406535注 5元