

不是徐莉佳一个人在战斗

——上海帆船队领先一步揭秘



等待了一天之后,昨天下午,大连瓦房店将军石港依旧风平浪静,全运帆船女子激光雷迪尔级奖牌轮最终取消……按照预赛成绩,上海选手徐莉佳和徒弟张东霜包揽冠亚军。徐莉佳夺冠之后坦言:“我已经不是一个人在战斗……”

耐得住艰苦

虽说是在大连瓦房店,但这片海域对徐莉佳来说并不神秘。今年5月起,上海帆船队便进驻了将军石港旁的小渔村,“这应该是我们近些年呆过最艰苦的地方了……”

苦在哪里?“最大的问题是缺水,我们每天都要出海,回来身上就是一层盐渣,不洗澡肯定不行。”但由于当地供水紧张,每两天才来一次自来水。怎么办?队员们只能每天打井水,通过热水器加热后用来洗澡。

此外,住宿环境也很差,“一间20多平方米的房间要住12个人,房间里没有空调,刚开始更没有电扇。”拿到男子激光级冠军的施健说,“徐莉佳虽说是奥运冠军,但也和我们住在一起,听说都热得烙出

了一身痱子。”就这样每天上午出海、下午练体能,帆船队苦了足足3个月。

玩得了科技

其实,队员还不是来得最早的。“伦敦奥运会结束一个月,我们的科研团队就进驻了,那时正好是去年9月,和全运会的比赛时间吻合。”徐莉佳的教练刘小马告诉记者,科研人员直接把传感器和浮标放在海里,用了整整一个月,监控该海域每个时段的洋流、潮汐、风向等信息,并传回上海做分析……那时,在做这些的仅上海一家。

上海市体育局科教处的赵荣善告诉记者,“以前运动员比赛都是靠经验,后来我们看到英国、比利时这些帆船发达国家都有这套设备,就和我们高校的科研团队一起攻关了。”

如今,不少省市都在揣摩上海的这套海域监测设备,而上海队已经转向了更新的技术,“这些已经不稀奇了,我们的检测系统,现在可以监控运动员在专项训练时的身体指标。”有了这些,训练变得更加合理有效,“既能控制运动员不出现严重伤病,测出的指标还可以帮助队员在比赛时合理分配体能。”而这,又走在全国的前列。

带得动团队

本届全运会,从OP级到激光级,应该说是上海帆船队的一次集体胜利。就徐莉佳所参加的激光雷迪尔级来说,进入决赛轮的就有多名上海选手,除了代表上海出战,还有选手被借到其他省市。

获得亚军的张东霜虽然仅比徐莉佳小两岁,却是徐莉佳一手带起来的小徒弟。“我们队里有个传统,老队员要带新进队的小队员,东霜当时就认了我做师傅,现在我们是师徒,更是室友,在场上还是对手。”

徐莉佳坦言:“东霜特别有天赋,给了我不少威胁,这也鞭策我不断进步。”

徐莉佳的成功,已经感染了队里的每个人。“平时除了自己训练,徐莉佳还会给小队员们一些体能、海上经验和饮食上的建议。”施健告诉记者,“伦敦奥运会前夕我当了一段徐莉佳的陪练,她为人处世的方方面面都值得学习,特别是在细节方面,徐莉佳对自己很苛刻,垃圾食品从来不碰,赛后的能量补充恢复也很有一套。”

如今的上海帆船队,徐莉佳已非个案。特派记者 许明
(本报大连今日电)



■ 徐莉佳将GPS定位器牢牢固定在桅杆上



■ 徐莉佳推广新民体育微信

上海男女足球头一次同进决赛



■ 上海U20男足昨天点球决胜后全队欣喜若狂

本版图片 特派记者 周国强 摄

点球大战、补时绝杀……昨天下午,上海男女足先后在全运赛场玩了把心跳,最终携手创造历史,上海足球第一次有男女足球队一同进军全运会决赛。

男足 点球决胜

4年前,徐根宝带领一批娃娃军,时隔26年为上海足球再度夺得全运冠军。昨天下午,昔日根宝弟子成耀东带领的上海U20男足,又一次走到了通往决赛的十字路口。

轻松,是这支球队给人最大的感觉,甚至昨天90分钟0比0战平浙江进入点球大战前,队员们仍旧相

互调侃着。就像每场比赛前,成耀东在休息室的战术板上写下的:“相信自己!”其实走到半决赛,队员们已经完成了任务;不过在很多人心中,最高领奖台才是那个终极目标。

最终,球队4比2赢下点球大战,这一刻,孩子们才喜极而泣;就连在看台上看球的范志毅,也忍不住兴奋跑进了球场。赢下浙江,被很多人认为是不可能完成的任务。如今,球队正朝着卫冕走去……明天下午,上海将与东道主辽宁争夺冠军。

女足 老将绝杀

本届全运会,上海成年女足在小组赛阶段势如破竹,攻防两端实力强劲,不仅保持三战全胜且未失一球。昨天下午的半决赛,面对东道主辽宁,胜利的天平不再一边倒,毕竟对手阵中还有韩端、毕妍、马晓旭这样经验丰富的老将,而之

前最后一场小组赛,辽宁更是雪藏了毕妍、韩端两位老将,为的就是力拼上海。

双方战至90分钟,比分仍旧是0比0,就当所有人都以为常规时间即将以平局收场时,一个人站了出来。她便是上海女足33岁的老将浦玮,她在禁区弧顶的一记凌空抽射,直挂球门死角。世界波!上海队最终补时绝杀东道主,跻身决赛。

在另一场半决赛中,江苏女足同样1比0战胜天津。上海和江苏将在明天下午角逐本届全运会成年女足冠军。特派记者 许明
(本报大连今日电)

【相关链接】

上海女足最近一次夺冠:2001年第九届全国运会(广东)

上海男足最近一次夺冠:2009年第十一届全国运会(山东)

伤了翅膀的蝴蝶

刘子歌身心俱疲夺女子200米蝶泳银牌

昨晚的女子200米蝶泳决赛,刘子歌0.87秒的出发反应时间是8名选手中最慢的。最终,她负于老对手焦刘洋,以2分04秒78的成绩夺得一枚银牌。重重心事,或许是影响她起跳的最大原因之一,赛后,刘子歌吐露真言:“累了,游泳已经不能带给我乐趣了。”

刘子歌透露,来沈阳后她每天要去医院做治疗,“我的颈椎三四节和腰椎三四节都有错位,已经压迫到了神经。”去年伦敦奥运会结束至今,她的伤病时好时坏,以至于成为医院里的常客。“每天将大把的时间放在治疗上,我很痛苦。”

不是不坚强,而是太要强。“你想想,训练中付出了那么多,却最终没法取得一个好的名次,心里多难过。我已经不再年轻。”刘子歌说。现在,她甚至连读书的爱好都不得不放弃。

领奖台上,刘子歌微微笑着,将承受的艰辛藏在心里,即便是在向记者吐露内心的痛苦时,她仍旧面带笑容。“无论多么艰苦,一旦同焦刘洋一起比赛,我都能充满动力。自从2005年认识她后,我们一起经历了风风雨雨,国际比赛中有她在,我的压力也会小一些。”刘子歌看了一眼身旁的焦刘洋,“我很珍惜每次跟她一起比赛的机会和时光,也挺感谢她的。”

出生于辽宁本溪的刘子歌,全运会期间尚未同父母见过面。去年伦敦奥运会前,她的父亲生了重

病,这一年来,刘子歌一家人经历的风风雨雨并不为外人所知。伤在痛,心中还牵挂着家人,刘子歌却以坚强的姿态重返世游赛的最高领奖台。现在,伤了、累了、乏了,若她真想歇一歇,我们也能理解吧。

特派记者 陶邢莹
(本报沈阳今日电)



■ 刘子歌(中)祝贺焦刘洋(下)

