

苏炳添今晨跑出 9 秒 99,成为首个跑进 10 秒的黄种人

百米大战,中国飞人还能跑更快



■ 苏炳添 (右) 今晨在尤金站创造中国男子百米历史 本报图片新华社

■ 刘翔赛后向苏炳添表示祝贺

美国尤金的赛场，再次见证黄种人的传奇纪录。北京时间今天凌晨，在国际田联钻石联赛尤金站男子 100 米比赛中，中国选手苏炳添以 9 秒 99 的成绩获得亚军，打破张培萌 2 年前创造的 10 秒的全国纪录，创造了黄种人在百米大赛中的历史最佳成绩。

走下赛场，兴奋的苏炳添与在场观赛的刘翔拥抱在一起。互相竖起大拇指，中国田径的飞人传承凝聚在这一刻。

独特起跑笑傲群雄

比赛的胜利，并不仅仅只靠身材。独门绝技，有时也能让平凡人闯出一片天。“‘疯’一样的男子”，是队友对苏炳添的评价。事实上此番赴美参赛，舟车劳顿、时差影响本不利于跑出佳绩。但赛后，苏炳添却兴奋表示：“我就喜欢这样，越跑越兴奋……”跑疯了，原来正是好成绩创造的原因。

苏炳添身高只有 1.71 米，在男子百米运动员中，这并不是理想身材。但苏炳添是



男子百米世界和亚洲纪录					
	成绩	运动员	国籍	比赛时间	比赛地点
世界纪录	9 秒 58	博尔特	牙买加	2009 年 8 月	柏林
亚洲纪录	9 秒 93	奥古诺德	卡塔尔	2014 年 8 月	仁川

步频型天才，就像美国前百米飞人蒙哥马利，虽然身材矮小，但却以频率取胜。

“苏炳添的起跑太有特点了，在全世界也找不出第二个能和他一样的了。”至于什么特点，苏炳添说，那就是起跑后，从身体折叠到完全打开进入平跑阶段，这一环节的转换速度特别快。在今晨的比赛中，前 30 米苏炳添一骑绝尘，始终保持领先，直到 50 米后才被泰森·盖伊追上。队友张培萌曾如此评价：“前 20 米，博尔特也得看着苏炳添跑。”

打破黑人一统天下

百米飞人决战，从来都是黑人选手的天下。自 1984 年以来，奥运会男子 100 米决赛不仅全是黑人，而且全是西非裔黑人。在历史上最好的 500 个百米赛跑成绩中，只有 6 个不属于具有西非血统的运动员。

黑人选手的短跑天赋与其生理特征密切相关，黑人血液中睾酮激素的含量比白人和黄种人高出 3%~19%，这从激素水平上解释了黑人的身体优势。换句话说，黑人短跑选手相当于拥有天然的“兴奋剂”。

但历史在 5 年前改写，2010 年 7 月 9 日，法国人克里斯托弗·勒梅特尔跑出了 9 秒 98，成为第一个跑进 10 秒大关的白人。而这也让同样在苦苦努力突破极限的黄种飞人们看到了成功的希望。

百米大战，黄种人究竟能跑多快？赛后面对这个问题，苏炳添笑笑回答：“一定会越来越快。”

对于苏炳添而言，另一个可借鉴的例子就是刘翔。10 年前，英国人斯洛特将刘翔描述成了“一个超自然的英雄”，因为他完成了黄种人在短道上对黑种人的“逆袭”。在他之前，中国跨栏高手基本只能在亚洲称雄，国际大赛赛场始终徘徊在决赛圈之

外。而刘翔出现后，彻底扭转了传统印象。抓住技术核心，紧扣细节，刘翔的训练方式同样适用于技术型选手苏炳添。踏上快速跑道，只要保持目前的训练方法，苏炳添能代表黄种人跑得更快。

亚洲进入快跑时代

仁川亚运会上，卡塔尔归化选手跑出 9 秒 93 的亚洲新记录。两个月前，日本短跑天才桐生祥秀在超风速情况下跑出 9 秒 87 的惊人战绩。如今，苏炳添的“破十”更为亚洲田径添上光彩一笔。

以卡塔尔为代表的西亚军团，他们的做法是直接砸钱从非洲挖人，这样做虽然效果立竿见影，却很难维持长久。

日本短跑的优势由来已久，从上世纪 90 年代涌现出的伊东浩司等几位能够跑进 10 秒 05 的世界级选手，就可以看出日本以往在田径项目上的整体实力。2008 年北京奥运会，日本队在男子 4×100 米接力项目中获得铜牌。2013 年起，日本短跑选手进入集体爆发，有近 10 名选手都能跑进 10 秒 30 大关。日本军团在身材不占优势的情况下，拼命去抓技术，并成功打造出了许多“个矮腿短”的黄皮肤飞人，给世界短跑领域添了一抹亮色。

日本选手的爆发引起了中国田径军团的格外关注。相比日本，中国田径有更广阔的选材面——我们可以培养出苏炳添这样技术出色的“南国精灵”，也可以有张培萌这样身体素质极佳的“北方大汉”。因人施教，对于苏炳添这样的短腿飞人，日本队的技术流颇有帮助，而对于身高马大的张培萌等，欧美的训练方式更为有效。

正因为有了日本短跑高手的 PK 刺激，近几年，中国短跑飞人才越跑越快，最终在今晨捅破了那层窗户纸。

本报记者 厉苒苒

记者手记

低调的飞人

0.01 秒的提高，却几乎是一个时代的提升。苏炳添，一战成名。

中国田径军团，苏炳添始终都不是最抢眼的那个。矮矮的个子，浓厚的广东口音，且不说和刘翔比，甚至相比京城三杰的风光无限，苏炳添都颇为寂寞——很多比赛后，围绕在他身边的大多只有广东家乡媒体。

两年前的莫斯科世锦赛，队友张培萌跑出 10 秒佳绩。混合采访区，苏炳添落寞的身影无人顾及。甚至 10 天前的北京田径挑战赛，苏炳添跑出 10 秒 06，平个人最好成绩。混合采访区，依然是大半记者围绕着张培萌，探究他为何迟迟未达 A 标，而冷落了他。

没有羡慕嫉妒恨，脸上始终带着微笑，苏炳添的回答依然质朴：“相比个人成绩的突破，我更希望中国百米选手的集体进步。世锦赛，我更看重的是 4×100 米接力。”直言对于“破十”“没有计划、没有想过”，他说，自己只希望将成绩稳定在一个平台上一段时间后，再考虑之后的路。

苏炳添的低调或许与他的成才方式有关，非体育科班出身，职业生涯最初，他每天在泥地里没有目标地闷头跑，成绩倒也慢慢提高了。苏炳添的低调还和他的爱好有关——喜欢读书、爱动脑，是周围人对苏炳添的评价。就读暨南大学国际经济与贸易专业，苏炳添在过去 5 个学期的考试中成绩良好，还曾获得“2011 中国大学生年度人物”称号。10 天前的采访中，他曾透露自己最近状态爆发是因为“想通了技术环节的一个难点。”略加调整，果然颇见成效。

低调的飞人，生活中唯一能体现他赛道霸气的只有另一个细节——从很小开始，苏炳添就喜欢骑着摩托车飙车。对速度的极致追求，原来从那时候就已开始。

厉苒苒

苏炳添

出生:1989 年 8 月,广东中山
身高:1.71 米
亚洲冠军 2011 年 田径亚锦赛男子 100 米
2013 年 田径亚锦赛男子 100 米
2010 年 亚运会男子 4×100 米接力
全国纪录 男子 100 米(9 秒 99)
男子室内 60 米(6 秒 52)

男子百米全国纪录进程表

(10 秒 20 以内)			
成绩	运动员	比赛时间	比赛地点
10 秒 20	陈文忠	1996 年 4 月	上海
10 秒 17	周伟	1998 年 6 月	北京
10 秒 16	苏炳添	2011 年 9 月	合肥
10 秒 04	张培萌	2013 年 4 月	肇庆
10 秒 00	张培萌	2013 年 8 月	莫斯科
9 秒 99	苏炳添	2015 年 5 月	尤金



扫一扫添
加新民体育微
信公众账号

张国伟距离朱建华只有1厘米

今晨在钻石联赛尤金站跳出 2 米 38

本报讯（记者 厉苒苒）尤金的赛场成为中国军团的福地。除了苏炳添创造历史之外，跳高名将张国伟也在今晨钻石联赛尤金站中突破个人最好成绩。

在男子跳高比赛中，从 2 米 28 起跳，张国伟最终以 2 米 38 获得亚军，将他 2 米 35

的个人最好成绩提高了 3 厘米。这个成绩距离朱建华保持 31 年之久的 2 米 39 的全国纪录，也就是前世界纪录仅差一厘米。该项目冠军获得者是卡塔尔的跳高神童巴西姆，其跳出的 2 米 41 创下今年世界最好成绩及赛会纪录。