

练得狠了 心态好了 新人亮了

——全国游泳冠军赛成绩喜人的背后

体坛观察

作为东京奥运达标赛,在青岛落幕的全国游泳冠军赛上,中国泳军成绩喜人,连创今年世界最好成绩,已有42人次达到奥运会A标。剑指今年7月的光州游泳世锦赛,中国泳军值得期待。

苦练 没有捷径

相较于孙杨四金入账,他在长距离项目的复苏更值得欣喜。

天才,都是练出来的。在中国队中,每一位教练都如此教导弟子。而孙杨,是贯彻得最彻底、最坚决的那一位。8天游完9枪,孙杨每逢大赛都是出了名的“劳模”。而1500米自由泳项目,苦到很少有人愿意练,但孙杨这一次依旧选择参加。“一开始是想报三项,但总觉得心里缺点什么。”孙杨解释道,“让我突然一下不游1500米,我也有点放不下,后来想反正就当训练吧。”

为了提高孙杨的有氧能力,朱志根选择让他继续进行1500米训练。在新加坡的冬训,孙杨承认有几次甚至练到“绝望”的感觉,连身旁的队友也感叹,“杨哥练得太狠了!”

正是太过“狠”的冬训之后,让孙杨在全国比赛中全面开花。

改变 由内而外

从成绩到精神,“老将”叶诗文脱胎换骨。低迷过的她重返赛场,终于在本次全国冠军赛上重新登顶。2分9秒24的200米混合泳成绩,可以排在今年世界第三位,同时也创造了她个人近几年最佳成绩。叶诗文的脸上又出现了甜甜的笑容,“现在的我,更享受游泳。”

其实,过去的3个月在昆明,叶诗文经历的是严苛的高原魔鬼冬训。这一次,她不再抗拒训练,同刚成名时相比,叶诗文最大的变化在于心态,她更享受训练和比赛了。按教练徐国义的话来说,心态好了,当然会更积极、更主动了。

除了心态上的改变,叶诗文在项目上也发生了改变,开始向蛙泳项目倾斜。徐国义说:“叶诗文的主攻方向现在放在了200米蛙泳和200米混合泳两个项目上,但是我们也不会轻易放弃400米混合泳。”

小将 前景可期

一批有潜力的00后小将给这次冠军赛带来了巨大冲击力。如果问中国游泳队与两年前有什么最大的不同,当属从2017年年底横空出世的16岁小将王简嘉禾。

女子800米自由泳决赛,王简嘉禾以8分14秒64的成绩夺冠,并打破了此前由李冰洁保持的亚洲纪录。随着王简嘉禾的崛起,她与李冰洁组成的双子星也有望在中长距离自由泳上,向美国天才少女莱德基发起冲击。需要指出的是,王简嘉禾新创造的亚洲纪录距离莱德基保持的世界纪录还相差10秒。

1997年出生的浙江选手何峻毅,从年龄上看,不算年轻,但根据他的成长历程来看,他绝对是中国泳坛的新人。大器晚成的他给中国男子短距离自由泳项目带来了极大的惊喜。以48秒10的成绩夺得男子100米自由泳金牌,何峻毅的夺冠成绩,不仅可以在雅加达亚运会摘金,即使放在布达佩斯世锦赛决赛中,也可以跻身前五。

全国冠军赛只是通往2020东京奥运的第一步,接下来的光州世锦赛,才是检验中国泳军在世界舞台上真正实力的开始。昨天,日本国内选拔赛刚刚开始,而俄罗斯、澳大利亚、英国、美国等众多国家的选拔赛还没有开始,所以我们自己今年的世界最好成绩,并不能作为绝对参考。只有等所有这些国家的选拔赛比完了,我们才能对中国游泳有一个基本的评价。

本报记者 陶邢莹

▼ 小将王简嘉禾打破女子800米自由泳亚洲纪录
图 VCG

◀ 孙杨比赛中全面开花 图 新华社

▶ 叶诗文夺冠后露出甜甜的笑容
图 VCG

谁才是真正的MVP?

郭艾伦打出职业生涯最佳一季

文体人物

本赛季的CBA,谁是表现最好的本土球员?易建联?王哲林?郭艾伦?此前的CBA官方评选中,郭艾伦惜败给好友王哲林,无缘常规赛MVP。但从实际表现看,打出职业生涯最佳一个赛季的郭艾伦,也完全有资格当选MVP。

本赛季CBA常规赛结束后,郭艾伦一度被认为是MVP最大热门。确实,辽宁队在伤病满营的情况下,能够拿到常规赛第二,作为球队大脑的他功不可没。出战41场常规赛,郭艾伦场均能得到23.2分4.8个篮板5.8次助攻1.9个抢断,其中得分、篮板和助攻都创造生涯新高,而在所有本土球员中,他的得分仅次于王哲林,助攻排名第一。更重要的是,郭艾伦已经越发成熟,整个赛季他多次在最后一节挺身而出,带领球队逆转比赛或者抵挡住对手反扑。论场上表现,郭艾伦甚至一度超过外援哈德森,成为全队头号关键先生,连一向在表扬球员方面比较谨慎的辽宁队主帅郭士强,都表示郭艾伦进步确实很大。

但是在最终的MVP评选中,职业生涯首次带队杀入季后赛的王哲林得到了更多选票,郭艾伦惜败。值得一提的是,由于部分选票中郭艾伦的位置甚至跌落到前三名开外,所以也有球迷为他叫屈,认为是有投票者故意打压了他,球迷甚至在网络上质疑MVP评选模式,并掀起了一轮“谁才是真正的MVP”的大讨论。对于自己的落选,郭艾伦虽然有些失望,但并未放在心上,因为他的好友王哲林也完全有资格当选。王哲林也表示,他和郭艾伦谁当选MVP都很正常:“大家选择了我,但艾伦也非常优秀,在我眼里他也是配得上MVP。我得到了,他向我送上了祝福;如果是我得了,我也会去祝福他,我们俩都看得很开。”

有趣的是,辽宁队和福建队在季后赛中狭路相逢,郭艾伦和王哲林两人直接交手表现如何,也成了比赛最大看点。首战中,辽宁队经过双加时苦战以124比118战胜福建队,郭艾伦砍下职业生涯新高的46分,并且同时有12个篮板5次助攻和5个抢断入账,成为球队取胜的关键人物。3场比赛下来,郭艾伦场均能够拿到34.3分7个篮板6次助攻,成为整个八强战中表现最出色的球员,他个人的疯狂表演已经足以证明,自己完全有资格当选MVP。

不是MVP,胜似MVP。没有当选CBA常规赛MVP,已经成为郭艾伦继续前进的新动力,激励他更加努力地攀登新目标。

本报记者 李元春

先输两场再扳平 CBA 历史头一回

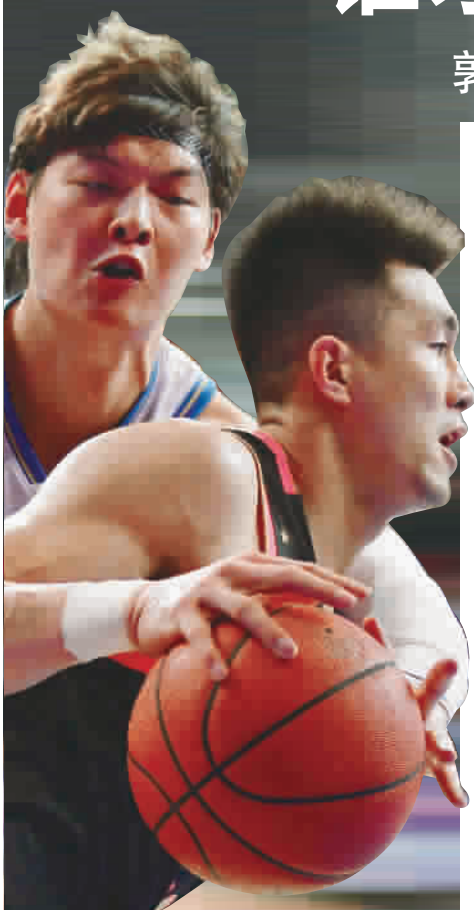
昨晚深圳队客场战胜北京队,将总比分扳成2比2——此前在CBA历史上,还没有一支球队能够在0比2落后的情况下扳平比分,所以深圳队已经创造了历史。

在24年CBA的历史上,无论是五战三胜制还是七战四胜制的季后赛,还没有球队在0比2落后的情况下扳平比分甚至实现逆转,就算是1比2的情况下翻盘也只有屈指可数的4次。

当北京队带着客场两连胜回到北京的时候,深圳队也在客场爆发了惊人战斗力。第三场比赛,深圳队两名小外援恢复火力,最终该队加时战胜北京队,扳回一城。昨晚的季后赛第四战,北京队依然手握赛点,可是却背上了想赢怕输的包袱——上半场北京队三分球15投1中,全场32投仅仅命中4个,这显然不是该队正常水平,最终也让多点开花的深圳队再下一城扳平比分。

此前常规赛结束时,深圳队获得第4名,北京队获得第5名,从排名和相互战绩来看,两队的实力差距非常小,所以这一组也是被认为是最有可能“以下克上”的对决。从季后赛前4场比赛看,两队确实旗鼓相当,稍显意外的就是都在客场获胜,主场优势反而成了摆设。如今第5场比赛又将回到深圳队主场,那么问题来了:是定律依旧北京队客场凯旋,还是深圳队主场打破魔咒创造历史?

本报记者 李元春



■ 郭艾伦(前)突破王哲林的防守 图 新华社