

# 今晨泳坛属老将

## 女子200米蝶泳 刘子歌赵菁勇夺金牌 女子50米仰泳

本报巴塞罗那今日电 (特派记者 李京红)世游赛进入尾声,刘子歌和赵菁分别在女子200米蝶泳和女子50米仰泳中夺得金牌。两名老将的强势回归,让人惊喜、令人激动。

女子200米蝶泳是中国游泳自2007年墨尔本世游赛以来的强势项目,伦敦奥运会冠军刘洋和北京奥运会冠军刘子歌坐镇。

决赛前,被看好的焦刘洋发挥不佳,让中国队夺冠前景蒙上了一层阴影。刘子歌在北京奥运会后状态起伏不定,并不被外界看好。

决赛中,刘子歌顶住压力,力压西班牙本土选手加西亚和匈牙利名将霍思祖,把这枚金牌留在了中国。刘子歌和东道主选手加西亚冲刺争夺金牌的最后时刻,现场的惊叫声几乎要把穹顶震塌。

在刘子歌之后,老将赵菁再带来惊喜。去年伦敦奥运会,赵菁获得100米仰泳第六。今年全国游泳冠军赛,赵菁出现心率不齐,差点休克在泳池中。随后她返回武汉休养,状态一直不好。赛前,大家更看好浙江小将傅园慧在

女子50米夺冠。

预赛和半决赛发挥不佳的赵菁,在决赛中再现刘子歌强势夺冠的一幕。最后冲刺时,力压傅园慧摘得金牌,时隔4年再次登上50米仰泳的冠军领奖台。

24岁的刘子歌、23岁的赵菁游得如此出色,情理之中,意料之外,金牌是对两名老将的最好回报。



刘子歌5年之后再次起飞  
图 CFP

这个标题是写给刘子歌的,因为这是她最喜欢的一句话。此话出自道德经第六十四章。

如果24岁的刘子歌像孙杨那么爱哭的话,那今天刘子歌在5年后重回世界巅峰,足以让她哭得“惊天地泣鬼神”。因为24岁对一名女子游泳运动员来说,已是职业生涯末期,刘子歌在过去的五年里,遭遇了诸多不顺,成绩也一直不理想,现在可以重夺世界冠军——虽然成绩远不如北京奥运会,但

### 场外音

整个过程一定有许多让她回味的地方。

无为故无败,说的是圣人做事,常以“无为”的心态,这样,也就没有失败了。后面还有一句,无执故无失,是说不勉强去干,所以就不会遭受损失。

尽管这种心态有点消极,但如果设身处

### 无为故无败

地地为一个年轻的奥运冠军想想,还是可以理解的。

刘子歌一直给人的印象是沉稳,沉稳得甚至让记者们都快忽略了她。从北京奥运夺冠,到伦敦奥运会的第八名,她的情绪变化始终不大。这样的运动员,极少见。

今天,喜闻她又获金牌,从现场报道来看,赛后她仍一如以往的平静,再次让人感觉她内心的强大。奥运冠军,是一个极高的荣誉,对许多人来说,是穷尽一生的梦想。但许多人得到奥运冠军后,生活主动或被动地完全改变,之后的人生道路也千姿百态。

生活需要沉淀。在一个简单、枯燥,有时又会非常功利的生活环境下,刘子歌能够收获这些人生感悟,令人佩服。 高兴



刘子歌在女子二百米蝶泳决赛中奋力冲刺  
图 CFP

## 刘子歌：“歌声”响起

整整五年的等待,刘子歌回来了!  
2分04秒59,这是刘子歌夺冠的成绩。这个成绩仅仅比世界纪录慢了仅3秒,她已经等待了太久。

北京奥运会刘子歌以打破世界纪录的成绩摘金。之后,处于低迷期。特别是伦敦奥运会卫冕失利,仅列第八,让许多人几乎对她失去了信心。

刘子歌喜欢在沉默中爆发。决赛中,前50米刘子歌只排在第五位,但漂亮的转身后,刘子歌突然发力,在100米处将自己的名次提升至第一位。在后100米赛程中,西班牙选手加西亚渐渐靠近刘子歌,并占据了领先地位。最后刘子歌完美的冲刺,以0.19秒的优势率先触壁,获得冠军。这枚金牌,距离上一次站在世界大赛的最高领奖台整整五年。坚持和坚强换来了最好的回报。

刘子歌的勤奋是无庸置疑的,然而她为何会一直处于低迷状态呢?刘子歌说,奥运会之后自己颈椎和腰椎的伤病很严重,每天都要治疗。对于金牌,她已经期待得太久:“挺高兴的,赛前有夺金的目标!任何运动员都想拿冠军的,但任何人都不能说一定能拿到。”

在最低迷的时候,刘子歌是否曾想放弃?刘子歌说:“有一段时期确实比较迷茫。训练时还可以,一上强度就不行。但是,我不会因为奥运会没打好就退役。今年的世游赛和全运会,我想通过比赛找原因,把状态找回来。”

至于能否坚持到三年后的里约奥运会?刘子歌说:“这个还不知道。”但她表示,世游赛后的首要目标是全运会,届时她将代表上海出战:“我将为上海争取金牌。”

特派记者 李京红  
(本报巴塞罗那今日电)



赵菁夺冠后振臂欢呼  
图 CFP

### 赵菁：奇人奇才

时隔4年,再次登顶世游赛。赛后,在混合采访区,赵菁一度因痛哭失声而无法回答记者的问题。她哽咽着说:“这枚金牌来之不易,赛前根本没想过会夺金牌。教练赛前特别肯定和鼓励我,我现在特别感谢她给了我信心。”

女子50米仰泳,中国游泳队派出赵菁和傅园慧“双保险”。傅园慧是今年世界最好成绩保持者,而赵菁是该项目的世界纪录保持者。赵菁在此前一年里状态不佳,去年伦敦奥运会只获得第六名。来到巴塞罗那,赵菁仍然没有找到感觉,且因为身体例假的缘故,不被外界看好。

赵菁被认为是仰泳奇才,这位湖北姑娘也是中国游泳队肺活量最小的运动员。身体条件一般,尤其是耐力差,从常识上讲她并非游泳的好材料。但赵菁水感好,臂展长、踝关节韧带柔韧,水感好浮力大。从这个意义上讲,她又特别合仰泳。

赵菁在本届世游赛女子50米仰泳面临小师妹傅园慧的挑战。傅园慧以爆发力好著称,在国内比赛中不止一次击败赵菁。赵菁坦言来世游赛,状态不是很好,游起来比较累,预赛赵菁落后傅园慧0.26秒排名第二,半决赛赵菁更是落后傅园慧0.47秒位列第四。决赛之前,外界一致认定傅园慧是夺金第一热门人选,赵菁本来体能就不及小将,何况又在女孩子的生理期。但是,赵菁用拼搏克服了生理期。决赛中,赵菁以27秒29登顶。成为中国游泳历史上第一位连续三届世游赛都有单项金牌斩获的选手!

特派记者 李京红 (本报巴塞罗那今日电)

## 在碧波中消暑 在泳池里健身

### 闸北区游泳达标赛人气旺

高温天一个接一个,要说起避暑纳凉的好去处,莫过于清凉的泳池。前天上午10时,闸北青少年活动中心水上乐园,闸北区游泳达标赛热闹开赛,两百多名小朋友在泳池里既消暑又健身,度过了一个快乐而有意义的上午。

本次闸北区游泳达标赛,是上海市市民体育大联赛的一个组成部分,也是一次以“人人学会游泳”为主题的暑期公益体育活动。谁是游泳健将?你的游泳水平是几级?在游泳达标赛里均可一见高低。此次游泳达标赛也得到游泳爱好者的积极响应,前天就有200多位参赛者报名,其中绝大部分都是10岁左右的小朋友,附近的居民以及参赛小朋友的家长

也前来捧场,使得比赛现场气氛非常热烈。

8岁的小姑娘叶思杨,20天前才开始学习游泳,前天她也在妈妈的陪同下来参赛。本来小思杨报名的是15米蛙泳,可是到了真正比赛时,她居然坚持游到了终点(25米),这也令她的妈妈杨女士喜出望外。杨女士说,她也没想到小思杨今天这么勇敢,“开始我还以为她15米都游不下来呢,毕竟才刚刚开始学。”其实在泳池里,小思杨的最大对手是她自己——这个刚学会游泳的小姑娘,比赛中几度差点被水呛着,但她并未中途放弃,勇敢地坚持到了最后。“小姑娘好样的。”最终,小思杨的达标证书也由15米的“蝌蚪级”变成了25米的“海马

级”,发证书的老师也忍不住夸奖了她。

比起小思杨,10岁的小男孩王乐桐算是泳池里的佼佼者,比赛中他泳姿标准速度惊人,以明显优势获得小组第一,让场边其他选手直呼“好快!”小乐桐是个体育迷,已经在游泳训练班学会了三种泳姿,他除了经常参加校级比赛,几乎每天都来水上乐园玩,“每天坚持游泳,又凉快又能锻炼身体,感觉特别舒服。”

在碧波中嬉戏,在清凉中健身。据了解,今年夏天,全市将有132家指定游泳场馆向市民开放,游泳爱好者可以在各区报名参赛。

本报记者 李元春



小选手叶思杨获得游泳的达标证书  
本报记者 李元春 摄