

屏息,凝神,翹首以盼——孙杨今天终于出场了。

“飞人”博尔特是当今体坛最为炙手可热的红人,“牙买加闪电”在短跑上的统治地位无人可撼。可你见过这位“地球上跑得最快的人”要参加长跑吗?

速度与耐力,从来都是一对矛盾。无论陆上还是水中,短距离与中长距离对运动员的要求相差天上地下。纵然强大如博尔特,也只能在100米、200米称王。全运会的舞台,1500米起家的孙杨却要尝试挑战一个全新的领域:100米自由泳。

全运会泳池注定又要掀起新的波澜。

很显然，在打遍天下无对手之后，孙杨已不满足于“中长距离自由泳之王”的封号。本届全运会，孙杨一共报名参加7个项目，除了200米、400米、1500米自由泳和4×200米自由泳、4×100米自由泳、4×100米混合泳3个接力项目外，竟然还有100米自由泳。

既游长的，又游短的，如此之大的“跨界”，不敢说“后来者”，也是“前无古人”。即便在北京奥运会上创造“八金传奇”的一代奇才、号称游泳运动历史上“伟大的全能运动员”的菲尔普斯，距离也从不超过200米。

多少年来,体育界都深知,短距离与中长距离项目之间,从来都有一道鸿沟。两者所要求的运动员肌肉类型、训练方法等方面截然不同。短

距离讲究速度和爆发力，中长距离则更需要耐力支撑，太难兼顾。

偏偏孙杨是“异类”，他喜欢“熊掌”，还想要“鱼”。巴塞罗那世游赛上，训练并不系统的孙杨在4×200米自由泳接力中爆发出的惊人能量，让他信心爆棚：统吃，为什么不可以？

对孙杨来说,还有一个利好,就是他与恩师朱志根和解了。经历了两段沸沸扬扬的分手风波,两人重归于好,在全运会的训练场上已经亲密如初,据说朱志根甚至专门为孙杨带去电饭煲熬汤“开小灶”。

破镜重圆,是中国人特别喜欢的桥段。回到昔日恩师身边,

对孙杨来说无疑会有一个更好的舆论环境,有利于他潜心训练。而 56 岁的朱志根心中,还有一个雄心勃勃的“超人计划”:让孙杨参加奥运会 100 米到 1500 米的所有自由泳比赛,统治自由泳领域。

如果孙杨这一次在 100 米自由泳也能摘金,并创造出好成绩,说明什么?只能说明,他真是一个天才、一大奇才,“中国 SUN”将创造一个前所未有的、令全世界瞩目的“全自由泳时代”。

在刘翔淡出、姚明退役之后,中国体坛无比迫切地呼唤有足够影响力的巨星出现。拥有这样的孙杨,是中国游泳之幸,中国体育之福。

本报记者 关尹

新民图表 贺信 制图

■ 孙杨欲泳池里掀起新的波澜

前中国游泳队总教练陈运鹏眼中的孙杨

兼项不易 佳绩更难

年游出了 58 秒 91,并打破世界纪录,动作又减少 4 下。也就是说,在单位时间相同的情况下,提高每划效率。因此,孙杨游短距离的好处是可以提高每划效率,增强肌群力量,从这个意义上讲,对提高长距离运动成绩是有帮助的。也就是说,对于孙杨而言,游短距离,也是为最终在长距离项目上取得最好成绩做铺垫。

陈运鹏认为,长距离是有氧为主,短距离是无氧为主。两者难以兼顾。

陈运鹏说,“长距离之王”哈克特同恩师丹尼斯在2005年发生了矛盾,离开教练后,哈克特成绩一落千丈。2005年哈克特在蒙特利尔世锦赛上夺取了400米、800米、1500米自由泳金牌,200米自由泳银牌,还打破了

9月18日，苏宁五角场EXP0超级店全新升级，中秋专场团购特惠酬宾

苏宁3C开学特卖季 新生享专属优惠

即日起到9月8日，大量高校学生开学回到校园，手机、电脑、相机等3C产品需求急剧扩大，为了满足学生开学购买3C产品的需求，上海苏宁打造3C开学特卖季，为开学添置装备的学生提供优惠。

除了3C等品类之外,9月6—8日,上海苏宁推出“人山人海抢彩电”的品牌营销,同时,即日起至9月9日,厨卫秋装节继续开展,市民到苏宁全市门店和乐购仕门店购买厨卫产品即可享受优惠。

此外，9月18—21日，上海苏宁五角场EXPO超级店升级开业，9月18日17:00—24:00组织中秋专场夜市

团购，雷霆7小时，嗨爆午夜场。9月30日，上海第4家乐购仕门店也将全新开业，为市民带来惊喜。

3C开学特卖季
新生送170元购物券

即日起到9月8日，上海苏宁打造3C开学特卖季，凭学生证或录取通知书至上海苏宁全市门店、乐购仕门店即可获赠170元购物券，手机、电脑、数码单件满500元抵20元，满1000元抵50元（手机满800元抵用），满2000元抵100元（手机满1200元抵用）。

此外，海量明星精品手机、电

脑、数码低至7折起，凭学生证或者入学通知书购买，每人限买一台。

人山人海“抢”彩电 强势来袭

9月6—8日，上海苏宁继前期推出的“人山人海”品牌营销之后，再次推出人山人海“抢”彩电的活动，为上海市民再来全新一波彩电优惠。

9月6日前，消费者预付10元订金，活动期间购买2000元以上彩电及先锋影音产品，即可现场直抵150元；此外，购46英寸及以上大屏彩电（特价产品除外），享受满

1000元减100元。同时，苏宁还结合上海市民的消费者习惯推出了多款活动优惠产品，国产品牌32英寸蓝光LED电视活动价为1200元；国产品牌42英寸3DLED电视活动价为

相关链接：[苏宁解码](#)

8月28日，苏宁云商召开“第三的转型路径”。

苏宁云商董事长张近东在本次会议上，点名是苏宁转型互联网的定调大会，是品牌化执行的大会，一系列关于布局虚拟类和体验、创新互联网文化的举措，是半年内的行动纲领，并将引领中国零售

2999元；国产品牌50英寸智能LED电视活动价为3999元；合资品牌55英寸超窄边框3DLED彩电活动价为7999元；合资品牌60英寸大屏LED彩电活动价为6688元。

联网路线图

会议上进一步明确表示,如果说年初更
么本次大会就是一次战略解码、精细
入口、全面开放能力与资源、优化品
持续实施,成为苏宁未来相当长一段
售业进入一个新的阶段。

广告