

燃烧了自己 照亮了冠军

——记默默守护全运会冠军的陪练们



体育人生

本报记者 陶邢莹 许明 钟喆

昨天下午,第十二届全运会上上海市代表团总结大会举行,在全运会上取得佳绩的运动员获得了各种荣誉称号。荣誉不仅仅属于运动员个人,同样属于为全运会默默无闻的人,比如陪练——许多项目,都有那些默默守护冠军的陪练们,军功章也有他们的一半。

天使守护者

在全运会自行车女子场地争先赛中,上海自行车新秀钟天使夺得团体金牌和个人铜牌。赛后,钟天使指指等候区的3位身着休闲服的男生,“他们是我的保护神,军功章里有他们的功劳。”

原来,场地自行车项目也有男陪练。比赛开始前,只见庄倪仔细检查自行车的每一个零件,小到每一个螺丝,都要确保安全。虽然这是技术人员做的事情,但庄倪等人的再次检查,让赛前保障工作更加到位。赛后,庄倪也是最后离开赛场的人。换零件、搬运自行车……事无巨细,“自行车交到我们手里,要让运动员感到一百个放心。”杨曹良说。

庄倪、顾葛发和杨曹良三人和钟天使同一批进入上海自行车队的运动员,他们为何甘心做冠军身后的守护者?庄倪告诉记者,今年年初,得知自己无缘全运会后,他们并没有就此泄气或是放弃自己的梦想,“我们愿意帮助天使,她的成功也是我们的成功。”

陪练也是门技术活,有时不能骑得太慢,也不能骑得太快,“要比普通速度稍微快一点,以让女队员在身后拼命追赶我们。”庄倪说。有时候,训练量大了,天使累得气喘吁吁,陪练也要硬着心肠,不放慢速度。陪练最重要的一点,是安全为先。“场地项目本来就容易摔倒,所以我们在骑行时一定要保持安全距离。”

陪练是枯燥的,因为陪练过程中,似乎没有了自己的骑行目标。可杨曹良不这么认为,“我就是热爱自行车,无论是自己比赛,还是帮助队友比赛,我都感到很开心。”在今年1月世界杯墨西哥站上,钟天使以10秒573的成绩打破200米世界纪录,“感觉自己特有成就感。”杨曹良说。

问他们最大的梦想是什么,杨曹良脱口而出,“天使在奥运会上夺冠呗。”

在队里,他们亲切地叫她“天使”,而他们,就是天使的保护神,同甘苦、共命运。

陪练有春天

在大海中单枪匹马作战的帆船运动员,平时训练中也需要陪练。因为在帆船比赛中,对竞争对手采取怎样的战术,相当重要。在日常训练中,就要有人扮演这样的假想对手。

在本届全运会上,上海帆船队出尽风头,拿到了激光级、激光雷迪尔级和OP级三枚金牌。男子激



上海女子自行车队夺得全运会团体冠军后,3位男子陪练顾葛发、杨曹良、庄倪(从左至右)为姑娘们整理器材
本报记者 陶邢莹 摄



在辽宁全运会田径男子1500米决赛中,上海选手孙乐乐(前)为帮助身旁的队友张海坤夺金,成为前半程的“陪跑者”
图 IC



奥运冠军徐莉佳的陪练施健在辽宁全运会上如愿夺得男子激光级金牌
图 IC



场外音

天使的翅膀

自行车新秀钟天使全运会夺金,3名男陪练功劳不小。他们就像一双翅膀,让天使的梦想,飞得更高。

每每听到类似“护花使者”的故事,总是会被感动。冠军永远是出现在镜头前最多的,那些他们身后的人却往往被忽略。实际上,每一块金牌,都必定是一个团队的产物。尤其在乒乓球、羽毛球、跆拳道、拳击等对抗性项目中,为了模拟对手,很多陪练都要牺牲掉自己,变成另外一个假想敌。

金牌当然得之不易,但陪练更需要一颗大心脏。他们非常清楚,所做的一切,等于是在为他人做嫁衣,没有大气的性格,没有看淡名利的心态,很难做一个好陪练。也许他们的能力尚不及冠军,但谁说经过一番努力,就一定比冠军差?

在这个略显浮躁喧嚣、不少人竞相追逐名利的社会,选择去做无名英雄是很艰难的。我们所希望的是,他们也能有比较好的待遇,莫让幕后英雄无名又无利。
关尹

光级冠军施健,之前就充当过奥运冠军徐莉佳的陪练。

在伦敦奥运前,为了当好陪练,施健只能驾驶和徐莉佳一样的雷迪尔级别的帆船。等到自己在奥运会比赛时,又转而驾驭激光级帆船,最终,徐莉佳夺得女子激光雷迪尔级冠军,而施健在男子激光级比赛中却名落孙山。施健表示,“帆船这个项目本来就是共通的,当徐莉佳陪练那段时间,我学到了不少经验。除了在海上,徐莉佳在赛后调整和平时饮食控制上的方法,也很独到。”

本届全运会,施健如愿拿到男子激光级冠军,在他看来,这里面也有徐莉佳的一份功劳。

除此之外,在本届全运会夺得激光雷迪尔级亚军的张东霜,也曾是徐莉佳的陪练。在本次比赛中,她甚至还在个别轮次的比赛里成绩排在了徐莉佳的前面,“张东霜是个偏才,在小风天,她甚至可以帮徐莉佳给‘封闭’掉(冲线后20分钟对手仍未冲线),但遇到大风天,东霜的力量就不行了……”上海帆船队领队胡家铭说。

每次大赛,往往一个单项只能有3名选手可以参加,而上海帆船队人才济济。“剩下的选手就只能充当陪练,帮上场选手练手。”胡家铭告诉记者。幸好在全运会这样的比赛中,部分上海选手被交流到了外地,也获得了上场机会,“像这次全运会的OP项目,辽宁的选手就是上海交流过去的,他们也取得了第四名的成绩。”

一同经历枯燥训练,只要耐得住寂寞,陪练何尝不会有春天?

陪跑也开心

有些选手,不仅是“陪练”。赛场上,他们为了帮助队友争金夺银,成了“陪跑”。

全运会田径赛场,男子1500米比赛,上海队张海坤摘金。金牌背后,是队友孙乐乐的默默付出。

在国际田联钻石联赛上,为了取得好成绩,中长跑的“金牌”选手常常会邀请其他运动员领跑,赛后付一定“酬劳”。但在全运会上,这样的情况并不多见,因为参加决赛的选手,都希望自己能取得好名次,而很少会主动“牺牲”自己。

但孙乐乐却例外。在12名参加决赛的选手中,主场作战的辽宁队有3人,山东队有2人出战,上海队则由张海坤和孙乐乐师兄搭档登场。大家都是金牌的有力竞争者。发枪后,孙乐乐一直领跑,把速度提得很快,让队友张海坤“躲”到他身后,保存体力最后冲刺。领跑了1000米,孙乐乐用光了大部分体力,这才放慢脚步,因为前半程跑得过快,他后来放弃了比赛。最终,师兄张海坤最终不负众望,在冲刺阶段一马当先,为上海代表团拿下一枚宝贵的金牌。

其实,孙乐乐也是一名有相当实力的选手。两年前的城运会,他是男子1500米比赛的冠军。

全运会比赛结束后,孙乐乐并不失望和沮丧,“师兄夺冠,我替他感到开心。我比他小5岁,下次还有机会。”