

12秒97

雨中没有“刘一手”
栏上惊现“翔飞人”
天时地利人和让刘翔“跑疯了”

12秒97,这是一个在刘翔昔日全盛时期都算得上惊艳的好成绩。为何刘翔在赛季刚开始就能跑得这样快?他爆发的导火线是什么?在本报记者打探下,答案揭晓。

风调雨顺

就在110米栏开赛前,赛道上原本0.4米/秒的逆风倒了个方向,变成了顺风0.4米/秒。“我站在看台上,感觉到这个变化后,预感今晚有戏。”赛后,教练孙海平在接受记者专访时透露。

除了小小的顺风,昨晚有些寒冷的气温,也是刘翔创造佳绩的诱因之一。昨晚的上海体育场,场地温度不到15℃,在专业人士眼中,十几度的气温对于运动员而言却是适宜比赛的温度,“就像中长跑项目,新纪录大都创造于寒冷天气。”孙海平告诉记者。而在昨天赛前,刘翔团队为了防止伤病,提早9个小时就早早来到赛场,让刘翔开始热身。正是赛前这番充分的热身准备,才让刘翔在比赛时将自己状态调整到最好,完成了一场近乎完美的比赛。

观众热情

昨天刘翔的12秒97打破了奥利弗2010年创造的12秒99赛会纪录。家乡的比赛要留下自己的纪录,这是刘翔曾对自己定下的目标。主场优势带来的强大心理暗示,让刘翔在站上跑道那刻,充满冲劲。从2009年复出田坛的首场比



刘翔昨晚比赛中一马当先

赛,到去年用胜利止住了对手奥利弗的18连胜,在上海体育场,刘翔已经留下太多辉煌而特殊的回忆。

“因为上海是我的家乡,在家乡比赛,我肯定会尽全力,绝不会‘留一手’!”在昨天的赛后新闻发布会上,刘翔这句话引起一片笑声——在家门口比赛,刘翔往往能在全场观众的加油呐喊中,收获额外的信心和动力。而这,也是昨天夺冠的因素之一。

观众的支持功不可没。尽管昨天阴雨绵绵,但现场上座率依然满座。不少观众都是在21时左右入场的,他们显然是为刘翔而来。刘翔夺

冠后,整个赛场成为一片沸腾海洋,所有观众都站立起来,为刘翔喝彩。

对手强劲

“非常感谢对手”这是刘翔昨晚在赛后新闻发布会上说的第一句话。他说,如果没有这群强劲美国选手,自己昨天不可能跑进13秒。

遇强则强,这是刘翔的特点。从某种意义上来说,正是这群美国选手的参赛,才激发起刘翔性格中的好胜因子,让他在比赛中有了令人惊艳的表现。在昨天比赛中,刘翔0.160秒的起跑反应列所有选手第二。利用已日臻娴熟的七步上栏技

术,刘翔启动非常快,在抵达第二个栏架前,就已经处于领先位置,之后更是越跑越快。

长途飞行,辗转参赛,而在昨天比赛中,奥利弗、梅里特、理查德森发挥都不够好。但不管对手当时状态怎样,他们的出现,对于刘翔而言,就是一种挑战。将每一次比拼都当成伦敦奥运的预演,刘翔坦言,“我很享受这种挑战和竞争过程。和他们同场竞技,往往会激发自己的潜能,让自己有好的发挥。我很感谢他们,如果没有他们,我也跑不到今天这个成绩。”

本报记者 厉苒苒

钻石联赛上海站昨晚角逐中国选手收获两金

本报讯(记者 厉苒苒)昨晚,钻石联赛上海站比赛在上海体育场举行,共有来自36个国家的185名世界顶尖田径选手在16个项目上展开激烈角逐。国家体育总局副局长段世杰,上海市领导杨晓渡、赵雯,国际田联秘书长埃·加瑞尔出席并观看了比赛。

在压轴大戏男子110米栏比赛中,中国选手刘翔以12秒97夺得冠军,同时创下今年世界最好成绩。美国选手奥利弗以13秒13获得亚军,另一名美国选手理查德森以13秒16获得第3。在其他比赛中,中国选手也发挥出色,共获得一金一银一铜。中国撑杆跳选手杨雁盛在男子撑杆跳比赛中,以5.65米的成绩击败北京奥运冠军胡克,爆冷夺冠。他也成为继刘翔之后,第二个获钻石联赛冠军的中国男子田径选手。而在女子跳高比赛中,去年在上海站夺得女子跳高冠军的郑幸娟获得亚军。



杨雁盛勇夺一金 图 新华社



刘翔夺冠后很开心 本报记者 周国强 摄

刘翔完美夺冠,但背后付出的艰辛有几人知晓——
恢复周期比以前长一倍

在家门口成功卫冕,刘翔的胜利让央视解说激动惊呼“风停了,雨停了,天晴了,刘翔回来了!”赛场上的肆意狂欢,但刘翔夺冠背后的辛劳并非每个人都知

形影不离的队医

“我对这个成绩不惊讶,但对能在这种天气创造这样的成绩很惊讶!”昨天赛后,在酒店偶遇记者,刘翔专属的老外理疗师艾迪如是说。他告诉记者,当天下午1时左右,刘翔团队就来到上海体育场,进入东

亚富豪宾馆的一个房间休息。当时,离他比赛的时间,足足还有9个小时。在去热身场活动之前,艾迪和队医小钱一直在为刘翔进行按摩放松。

而在赛后新闻发布会上,当记者们用热烈的掌声欢迎刘翔入场时,队医小钱快步走上台,悄悄递给刘翔一包冰块。“现在就开始冰敷。”

不管是数九寒天抑或盛夏酷暑,刚训练完或是才下赛场的刘翔都要褪去鞋袜,把热气腾腾的脚伸

入冰水,承受突如其来的刺骨寒冰。这是脚伤手术后,医生对他的要求。而这个要求即使是在发布会上,也不例外。在奥运会日益临近的今天,刘翔明白,防止伤病比成绩更重要。

压力很大的师傅

孙海平瘦了,这是最近大家一致的感受。

12秒97,刘翔上一次跑进13秒还是在2007年大阪世锦赛创造“九道奇迹”时,5年之后的今天,刘翔重回巅峰,在孙海平看来,这个成

绩给大家的欣喜有多大,反馈到刘翔身上的压力,就会有多重。

孙海平笑称,自己如今的心情就像参加高考的莘莘学子,“对于伦敦奥运始终是期待中混杂着忐忑。总感觉还有不少还没准备好,但又好像什么都已经差不多了。”

岁月不饶人,孙海平深知相比5年前,如今的刘翔能再次跑出这个成绩,背后的艰辛更甚以往。他举了个简单的例子,5年前的刘翔,体力好像用不完一般。“大强度的训练,几乎天天都有,根本不用进行调整。”而如今,刘翔的恢复周期要比以前长一倍多。“我们现在一周最多只能上三次大强度。”若不是靠着坚强的毅力以及自控能力,刘翔不可能撑到今天。

本报记者 厉苒苒

晋级罗马决赛
李娜今战莎娃

本报讯(记者 华心怡)省时省力又省心,昨天李娜借着小威廉姆斯因伤退赛,直接晋级罗马赛决赛。她将在今天决赛中挑战势头正猛的2号种子莎拉波娃,冲击冠军。

去年李娜在备战红土大满贯罗兰·加洛斯之前,选择了斯图加特、马德里和罗马三站赛事热身。当时她取得了一个16强,两个4强的成绩,为最终法网夺冠

做足准备。今年,李娜选择了完全相同的赛事,在此前斯图加特与马德里站赛中,李娜均止步8强。决战罗马,眼下世界排名第九的李娜状态不错,但面对更强大的对手莎拉波娃,李娜4胜6负略占下风。今年莎拉波娃的回升势头更猛,在李娜前教练托马斯的带领下,莎娃在发球这一薄弱环节上有了很大改善,底线球更见进攻性。

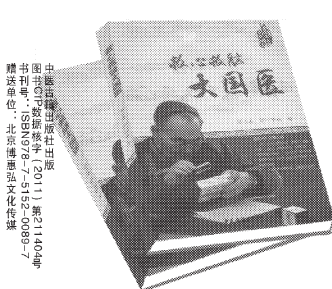
联网销售超级大乐透
第12057期中奖公告

开奖日期:2012-05-19
中奖号码:01+02+14+33+34 03+05
出球顺序:02 01 34 14 33 03 05

奖级	全国中奖注数	每注奖额
一等奖	1	10000000元
一等奖(追加)	0	0元
二等奖	22	203780元
二等奖(追加)	6	122268元
三等奖	71	16061元
三等奖(追加)	17	9636元
四等奖	189	3000元
四等奖(追加)	55	1500元
五等奖	5220	600元
五等奖(追加)	1639	300元
六等奖	17297	100元
六等奖(追加)	4637	50元
七等奖	195612	10元
七等奖(追加)	54492	5元
八等奖	2281602	5元
幸运彩	6459	60元

一等奖基金积累数为:395939072.94元
上海体育彩票管理中心

“心脏病、高血压、脑中风”不再怕——
《救心救脑大国医》免费送



难以自理等都能在本书中找到答案!

特别喜讯:本书浅显易读,患者一看就会,一会就能用,一用就受益!为了让更多患者掌握国医大师医学方法,进而重获健康,现免费向全社会赠送此书。

免费赠书热线:400-650-5266(数量有限,送完即止)

85岁高龄的蒙族医学家苏荣扎布,一生行医60年,他最杰出的贡献是:在传统蒙医药验方基础上,总结了一套心脑血管病防治新方法,专门针对“冠心病、高血压、脑中风”,无数的心脑血管患者,得以终身受益。

鉴于苏老的特殊贡献,2009年国家卫生部、国家中医药管理局,共同评选苏荣扎布为全国首届“国医大师”,享受政府特殊津贴!

中医古籍出版社把苏老的心脑血管防治成果整理出版了《救心救脑大国医》一书。涵盖了“冠心病、高血压、脑中风”的防治、保健、运动、饮食、养生等一整套方法!困扰心脑血管患者的难题,如:血压控制不住;心绞痛经常犯;中风偏瘫