

“栏之神”曾是理科尖子生

——访劳伦斯学会主席埃德温·摩西

谁会料到,一个在学校里研究火山、收集化石、做火箭模型的学生,有一天会成为世界田径史的传奇人物,退役后,又成为世界最高体育奖劳伦斯世界体育奖的主席。

2014年劳伦斯世界体育奖近日在吉隆坡落幕,记者有幸采访了学会主席、两届奥运会400米栏金牌得主、58岁的美国人埃德温·摩西。跨栏如何练?劳伦斯的意义何在?听他逐一详述。

让跨栏变得简单

小时候,摩西的运动天赋比一般同学来得出色,玩橄榄球、打篮球,“不过,我可从来没想到有一天我成为田径明星或者从事其他职业运动。”他进入亚特兰大莫尔豪斯学院主修物理时,获得的奖学金,不是体育奖学金,而是学术奖学金。直到1975年,20岁的摩西才开始进行跨栏训练,而这所学校甚至没有栏架。

摩西拥有极佳的身体条件,腿长94厘米,比一般成年人长19厘米,且略高于栏高,加之出众的速度和弹跳,使他在跨越91.4厘米高的栏架时,如履平地,简直是在跑栏。1976年美国的“金牌”教练L·沃克博士把他招至麾下,用3个月的时间对他进行强化训练,逐日记载他的进步,并指出:“摩西的身体和速度都极适合400米栏,最重要的是他的感觉极佳,他可以准确测出栏间距离、步伐和起跨点,每项细节他都能自己体会,不需要教练。”

用科技助力训练

在9年零9个月9天的跨栏生涯中,摩西曾连续取胜122次,



摩西携夫人出席劳伦斯颁奖典礼

图

先后4次打破世界纪录,得了两次世界锦标赛、三次世界杯赛和两届奥运会冠军。他独特的13步跨栏法名噪一时,那个时代多数人运用的是14步。

只要有他参加比赛,其他选手只好甘拜下风,努力争第二。摩西的独一无二,曾赢得田坛“梵高”的美誉。

但难能可贵的是,摩西仍旧是个好学生,参加训练的同时,保持优秀的学习成绩。他笑言,“跨栏的唯一缺点是,影响了我的平均分点GPA。”作为一名理科尖子生,他将自己研究科学训练,比如,使用电子胸带记录生理状况,调整训练量,他甚至还为自己设计了专属跑鞋。

当世界体坛榜样

“400米栏之神”退役后,还不甘心。他将注意力转向雪橇运动,在1990年世界杯比赛中取得第三名。

2000年,劳伦斯世界体育奖成立,摩西当选为主席,这可不是什么虚职。记者问摩西,劳伦斯颁奖礼一年一次,除此之外,您的工作是什么?他说道:“我们所有46名学会成员以及劳伦斯大使,一直在各地推广公益事业。对我而言,一年或许有300天不着家。”

他介绍说,劳伦斯世界体育奖的收入,直接使劳伦斯体育公益基金会受益,同时还强化该基金会会对全球34个国家和地区、140多个社区体育项目的支持,自2000年成

立以来已成功筹募超过6000万欧元善款。

作为刘翔的前辈,摩西在采访中也特意表达了对他的期待,“刘翔受伤是件令人伤心的事,我的职业生涯从未受到过严重伤病,我能理解他的复出很难。总之,希望能在未来看到他回归劳伦斯的领奖台。”

从学霸到体坛巨星,再到体育大使,摩西始终在其所从事的领域独一无二。特派记者 陶邢莹

(本报吉隆坡今日电)



扫一扫二维码,添加新民体育微信,看看摩西主席对新民体育粉丝说了些什么。

邓亚萍能不能在颁奖活动上笑?

最近的马来西亚,因为MH370航班的失联成为关注焦点,不仅如此,每年一度的劳伦斯体育奖也在这里被颁出。作为劳伦斯体育学会中唯一一位中国成员,邓亚萍因为在颁奖活动中的几次笑容,招来了一阵非议。

作为唯一一位中国评委,邓亚萍的采访报道这两天也见诸国内外各大媒体的体育版面,其中就不乏她在参与官方活动时的笑容。

谁知,笑脸引来了麻烦。就在颁奖礼结束后的当晚,一名拥有24余万粉丝的微博大V发了一张邓亚萍的笑脸照,并配了“她这个时候到马来西亚还能笑得很开心”的文字,立即引发网友热议。

截至昨晚,单就这条原始微博就被转发600余次,数百条网友评论为了明显的正反两派,不少人赞同原作者的看法,称邓亚萍在马航失联事件的当口上这样做,不顾中国同胞的感情,甚至有人还搬出了邓亚萍去年在“即刻搜索”任职时亏损20亿元的新闻,对其进行攻击。

但更多网友觉得邓亚萍此番去马来西亚是为了参加劳伦斯奖的活动,和马航失联事件属于两码事,不允许笑是一种“道德绑架”。此外,邓亚萍此次在马来西亚期间,也谈到过马航失联事件,称这是“艰难的时刻”,“所有(劳伦斯体育学会)委员都表达了对于失联家属的关切和慰问。”

本报记者 许明

去万花丛中奔跑

健康生态跑今起报名——首届赏兰·辰山·新民

本报讯(记者钟喆)你可能有各种路跑经历,但你试过在万花丛中奔跑吗?首届赏兰·辰山·新民健康生态跑将给你开启一个全新体验的跑步世界。今晚8时起,上海国际马拉松官方网站(www.shmarathon.com)将为本届赛事开通报名通道。

首届赏兰·辰山·新民健康生态跑是一项5公里公园路跑活动,由新民晚报、辰山植物园主办,新民晚报团委协办,上海东浩兰生赛事管理有限公司进行赛事运营管理。生态跑将以2014上海市市民体育大联赛系列活动的身分亮相申城。

4月13日上午8时30分,生态跑将在辰山植物园发枪。凡年龄在18周岁至60周岁的市民均可报名参赛,报名费为100元。主办方将提供价值60元的上海国际兰展门票一张、号码簿等物品。生态跑期间,中国移动还将利用4G技术进行手机在线直播。

赛后,主办方将抽取特别幸运大奖一名,奖品为上海移动提供的价值5000元新款4G手机一部,另有十名幸运参赛者将收到新民晚报提供的神秘礼品;每个在1小时内抵达终点的参赛者都将获得由辰山植物园提供的花种礼品一份。

上海男排没有拿到联赛冠军,上海女排没有进入前四名。对上海排球而言,很受伤。本赛季上海排球是最“闹”的。花重金,男排请来了三名世界一流球星,女排同样请来了高水平的三名外援。但是,在最关键时刻,外援并不给力。

请世界最好的外援,就是想夺冠的。美国副攻大卫·李赛后说,来上海的目标就是争冠。“非常遗憾!没能最终赢得冠军。”他明白,下赛季上海男排很可能不会再与他续约了。

从今年请外援的得失看,名气很大并不一定派上场,选择自己合适球队打法的外援,才是最重要的。

上海男排请来的是世界最重量级的大牌明星,意大利队长萨瓦尼、美国队长大卫·李、塞尔维亚队长雅尼奇。上海队决赛首场以2比3负于北京队。决赛的第三场又以1比3输给对手。整个赛季就输了这两场球,丢掉了冠军。其实,就两队实力而言,上海队取胜应当有相当大的机会。然而,决定命运的第三场,大卫·李的拦网不见了,雅尼奇稳定的一传脆弱了。萨瓦尼首局完全“梦游”,整场比赛没有一个跳发球,全部采用上手飘球,这同他在半决赛中连续跳发得分形成强烈反差。

合适比名气更重要

上海男女排引进大牌外援冲冠未果



上海男排大牌外援在关键时刻并不给力 本报记者 周国强 摄

再看北京男排,比利时37岁的老将沃特最后一场决赛频频打出了难度极大的球。他常常歪着身体或仰着身体将球打过网得分,仅进攻就得了16分。而另一名外援加拿大人温特斯,屡屡防起萨瓦尼的重扣。能够防起这样的球,足以说明他花了足够的功

夫,非常用心地去研究萨瓦尼。

沃特和温特斯,在世界排坛名气不大。他们同重量级的三名上海外援相比,简直就是小巫见大巫。但是,他们更合适北京男排。北京队的副攻不错,接应也有国手王琛,因此,在他们最缺的主攻位置,有两名一

传稳定,能攻善守的外援,是极其合适的。

反观上海队,萨瓦尼进攻强势,但他的一传并不让人放心。雅尼奇比较全面,但进攻实力一般。而大卫·李的三号位进攻无人能防,但在第三场决赛中拦网仅仅得了1分。客观地说,在只能有两名外援上场的前提下,主攻和接应显然要比副攻实用得多。其实,上海男排无需用多大牌的外援,有温特斯这样用心的主攻足矣。上海男排需要补充的是适合自己的外援。

上海女排同样如此。本赛季,她们引入了著名的美国副攻鲍恩,二传手斯派瑟,波兰主攻卡斯佩扎克。其实,在女排比赛中,更需要的是重磅榔头,而非副攻和二传。同时,二传位置也显尴尬,斯派瑟很少有机会上场。主攻卡斯佩扎克也并不能主宰比赛,后期还因伤不能上场。可以说,上海女排找来了大牌,但并不适合自己。

本报记者 李京红