

不老传奇的 奥运金牌梦

专访国家赛艇队女子双桨主教练张秀云

位于东方绿舟训练基地的上海水上中心,正在举行2020年全国赛艇锦标赛。傍晚时分,已经结束比赛的女子四人双桨组在赛道旁的训练房里继续体能训练。主教练张秀云走到8名运动员的身边,一个一个检查单车面板上显示的心率数据,确保每个运动员的智能手表已经连接上。赛艇队的保障团队格外强大,即便如此,训练中的每个小细节,张秀云都要严格把关。

前世界冠军、奥运银牌得主,有着赛艇“不老传奇”美誉的张秀云说:“当运动员时,我只差一枚奥运金牌,这是唯一的遗憾,当主教练,我要帮助运动员实现奥运金牌梦。”

拼搏人生

1993年赛艇世锦赛,年仅17岁的张秀云一战成名。从事赛艇运动仅3年,她便拿到了世锦赛冠军。1996年亚特兰大奥运会,张秀云又和队友合作在双人双桨项目上摘银。这两个成绩,创下了中国赛艇在世界赛场的最好成绩。

赛艇融入了她的人生。尽管无缘2000年悉尼奥运会,张秀云依然选择坚持。2001年全运会前的训练中,她突然昏厥了数次,经检查才得知心脏出了问题,即便如此,她依然坚持训练,在全运会上斩获两枚金牌。除了心脏问题,她的腰椎间盘突出也有很严重的伤。“医生曾说,如果你到2004年还没坐轮椅,我佩服你,他甚至还说我不能怀孕。”张秀云回忆道,“但我偏不信,我的眼里只有赛艇。”

2008年北京奥运会,距离张秀云第一次参加奥运12年后,她才又有机会再次站上奥运赛场,这个时候她已经是妈妈级选手了。此后,她更是突破自我,以36岁“高龄”又连续参加了2012年伦敦奥运会,尽管这届奥运会以遗憾收场,但张秀云仍然是当年国际赛艇女子单人艇项目的年度总冠军。

自2008年之后,中国赛艇界在世界大赛上又陷入沉寂,张秀云接手女子双桨组两年多来,进步显而易见。从2018年世锦赛的第四名,到2019年世锦赛金牌,中国女子双人双桨不仅战胜了老牌劲旅英国队,还在世界赛艇圈名声大噪。“以前我当运动员时,欧美人并没有将中国队放在眼里,现在感觉不一样了,我们成了他们强有力的竞争对手。”

心细如发

眼前的姑娘们,就像自己的女儿,在她们身上,张秀云看到了自己当年的影子。有时候,亲生女儿还会“吃醋”:“妈妈将全身心都扑在队里,想着叫她们吃饭,却想不到叫我吃饭。”

张秀云笑言,与其说自己是队员的妈妈,更不如说是奶奶。“吃饭了吗?睡得好吗?明天降温,记得多穿点……”生活中的小细节,她都叮嘱再三。

参加世锦赛的四个姑娘,都是张



◆8月4日,在2012年伦敦奥运会赛艇女子单人双桨决赛中,中国选手张秀云以8分3秒10的成绩获得第六名。
新华社记者 王庆钦摄



◆2019年赛艇世界杯分站赛,张秀云带领中国女子四人双桨队夺冠。
(图片由本人提供)

秀云一手挑选的,其实,她们也已经25岁上下了。“我刚接手时,改变了很多训练方式,首先从运动员的姿态开始抓起。”为了纠正姿势,张秀云常常到艇上同她们一起划,手把手教,这在赛艇教练中是极为少见的。

为了狠抓体能,运动员也有练哭过的时候,每当这个时候张秀云也会暗暗心疼,但训练中她依然相当严格。“一开始她们也很不适应,生怕自己坚持不了,但渐渐地她们看到了质的改变。毕竟我当了那么多年的运动员,也在国外学习过,所以我希望把最新、最科学的训练理念带给队

员,让她们少走弯路。”张秀云说。

今年疫情期间,中国赛艇队经历了长达数月的封闭训练,训练之余,张秀云会鼓励姑娘们学健身舞,调节气氛。她也欣然听取年轻人的建议,在体能训练时允许队员戴迷你音响,放动感十足的音乐,让训练气氛更活泼。

“东京奥运会推迟一年,队员们起初缺乏自信,怕自己坚持不到明年,我作为教练给运动员一再强调:不管有多难,都要拿下‘四双’金牌!反正已经推迟了,正好利用这个时间将体能练一练,把能力提升上去。”

据《新民晚报》报道

国际乒联总决赛 日本选手张本智和 遭遇一轮游

新华社郑州11月19日电(记者刘金辉 苏斌)19日开幕的国际乒联总决赛首轮就爆出冷门,赛会四号种子、日本名将张本智和在3:1领先的情况下被韩国选手张禹珍逆转,无缘八强。

在第五局比赛中,张本智和以10:8拿到赛点,关键时刻,张禹珍连得4分,以12:10赢下第五局。紧接着,张禹珍以11:2拿下第六局。决胜局,张禹珍状态火热,以5:1开局,交换场地后,张本智和虽全力反击,但依然无法挽回败局,最终张禹珍以11:5拿下决胜局,总比分4:3上演大逆转。

“刚跟张禹珍打过比赛,对他进行了研究,所以本场比赛前几局打得挺好的,但第五局拿到赛点之后有点虚了,落点有些单调,被他拼到了。今天现场听到有人为我加油我挺高兴的,但没赢下比赛挺难受的。”张本智和赛后说。

张禹珍和张本智和在上周举行的男单世界杯季军争夺赛中相遇,双方同样战至7局,张本智和最终获胜,获得季军。

张禹珍在赛后表示,刚开始比分落后时以为自己要输了,但后面可能运气好点,再加上对方有一些犹豫,才能反败为胜。

张禹珍四分之一决赛的对手是林高远与丹羽孝希之间的胜者。

ATP总决赛 世界第一落败

新华社伦敦11月18日电(记者张薇)世界第一德约科维奇18日在ATP年终总决赛第二轮小组赛中不敌梅德韦杰夫,两连胜的俄罗斯人已确定半决赛将有自己的一席之地。

一年前的男子网坛年终盛宴上,梅德韦杰夫连负3场铩羽而归。一年后再战伦敦的O2体育馆,这位24岁的世界第四先是直落两盘挑落前总决赛冠军兹维列夫,8天内两胜德国人,接着又以两个6:3让德约科维奇品尝失利的苦涩,整场不曾遭遇破发。

“坦率地讲,我确认他(德约科维奇)没有打出最高水平,但每个人都会遇到这样的情况。”梅德韦杰夫说,“我总说‘三巨头’之所以是冠军,那是因为他们有失水准的时候比其他球员少。就算他们不在状态,想要击败他们也会很难,因此我为今天的胜利感到非常高兴。”

德约科维奇也坦言,从第一盘中段开始自己“一泻千里”,出现了一些非受迫性失误,而对手很好地抓住了自己“掉链子”的时刻。