

## 奥运冠军李冰洁、张一璠领衔,众多“小花”紧紧跟上 河北女子游泳未来可期

河北日报记者 赵瑞雪

9月22日,在第十四届全运会女子1500米自由泳项目比赛中,我省运动员李冰洁以15分58秒43的成绩,击败对手王简嘉禾,成功卫冕,为我省游泳队在本届全运会上收获首枚金牌。截至目前,我省女子游泳队已收获1金1银1铜。

### 李冰洁直面挫折证明自己

“1500米这个项目,太上头了。”9月22日,在女子1500米自由泳项目决赛中,以落后近8秒的成绩输给李冰洁后,该项目亚洲纪录保持者王简嘉禾不笑着感慨。

这场比赛从一开场,就是王简嘉禾和李冰洁之间的激烈争夺。开始是王简嘉禾处于领先,500米后,李冰洁开始反超,并且领先幅度在最后500米表现得越来越明显,最终,李冰洁以15分58秒43获得冠军。

“1500米这个项目,就是要根据对手的情况自己随机应变。前面我们两个人基本上是在看着对方游的,然后我就想着能冲,就努力向前冲。”李冰洁赛后说。

对于李冰洁而言,这枚金牌的意义不同一般。上届全运会豪取4金的她,在20日自己的主攻项目女子400米自由泳决赛中卫冕失败,无形中为后续项目的比赛增添了压力。这两天的训练备战中,李冰洁

调整心态,全力以赴备战1500米自由泳项目,终于赢下了这场比赛。

抛开成绩,本届全运会,人们更欣喜的是看到了李冰洁带给河北女子游泳队的榜样力量。东京奥运会上,她夺得1金1铜,为队里的运动员备战全运会鼓足了劲头——运动员赵祉皓就曾立即给母亲发微信说:“全运会上,我必须有所突破。”而在平时训练中,有的运动员如果没有训练好,着急的时候不仅想到教练,还会喜欢找李冰洁聊一聊,她也会毫不吝惜地传授一些经验。“像我们组里有个小女孩儿比赛少,心理素质不是特别强,平时训练我就会经常开导她,帮她成长。”李冰洁说。

站上赛场,她不仅能在自己遇到挫折后,快速调整情绪,还能带给队友满满的“安全感”:19日的女子4×100米自由泳接力比赛,游最后一棒的李冰洁力挽狂澜,将队伍从第五名带到了第三名。赛后,队友刘子璇激动地将手伸向还在水中的李冰洁,两人双手紧握,相视一笑——年仅19岁的李冰洁,显然已经挑起我省游泳队的大梁。

### 更多游泳“小花”加速成长

22日的女子1500米决赛,参赛的8名运动员里,5名来自河北女子游泳队。

同样的场景,还曾出现在女子400米自由泳决赛中。

河北女子游泳队出征本届全运会的15名运动员,全是“00后”,除了李冰洁、张一璠等9名运动员是第二次参加全运会外,马永慧、高唯中等是第一次登上全运会赛场。虽然这些游泳小将成绩来看还不足以与国内一流水平的运动员媲美,但她们勇于拼搏的精神,可圈可点。

9月19日,年仅13岁的高唯中在女子400米混合泳决赛中奋力拼搏,虽然只取得第六名,但是教练对她的表现很满意,因为她刷新了个人最好成绩。而15岁小将马永慧初登全运会赛场,就在女子4×100米自由泳接力项目上收获一枚铜牌,在女子400米自由泳决赛中位列第四名,在女子1500米自由泳决赛中位列第五名。

“站上全运会赛场,很兴奋,很激动,也看到了自己的差距,我会继续提高并证明自己。”马永慧表示,本届全运会她报名参加8个项目的比赛,希望能在后面的比赛中取得更好成绩。

如此充满活力的年轻队伍,是第十四届全运会周期,我省游泳队加强梯队建设成果。从上一个省运会周期开始,我省就对游泳竞赛体系进行改革,打破只有各地体校队员才能参赛的限制,分区办赛,增加办赛次数和参赛项目,

给了更多青少年锻炼成长的机会,从而也涌现了一批新人。马永慧就是在改革后的2018年省运会上被发现的。

省企联办,更为河北游泳队的发展增添了动力。从2016年起,省体育局游泳跳水运动管理中心就与衡水泰华锦业房地产开发有限公司联合创办了河北泰华锦业游泳俱乐部。该俱乐部夯实硬件基础,按照国际标准在衡水市建造了占地7120平方米的游泳馆,还配备了专业餐厨、营养师、医疗保障等团队,精准细致地服务省游泳队。

本届全运会前,鉴于李冰洁和张一璠刚刚打完东京奥运会这场硬仗,为帮助她们快速调整恢复状态,俱乐部和省女子游泳队组建专门备战保障工作组,一方面帮助她们分析对手,并建立个人的生理生化数据库,及时掌握其生理指标的变化,据此制定训练后的康复计划、按摩方案;一方面还特意加强李冰洁等重点队员的营养补给,保障了她们的训练“能量”。

据悉,俱乐部正在抓紧进行二线队伍建设,以发掘培养更多的后备人才,确保队伍实现良性成长。

- ①9月22日,河北队选手张一璠在比赛中,她以2分11秒73的成绩晋级半决赛。
- ②9月22日,河北队选手李冰洁展示金牌。
- ③9月18日,河北1队选手韩崑在比赛中,他以6分50秒95的成绩获得亚军。

新华社发



## 赛艇男子2000米单人双桨银牌得主韩崑: 我的目标是冠军

河北日报记者 张镜

9月20日,在结束了第十四届全运会比赛后,我省运动员韩崑随省赛艇队返回了石家庄。

“半决赛划得太猛了,影响了决赛的发挥。”谈起在本届全运会赛艇男子2000米单人双桨比赛中摘银,首次参加全运会的韩崑有些遗憾地说,“我的目标是冠军。”

韩崑2000年10月出生于唐山市曹妃甸区八农场孙塘庄,2015年,身高已达1.8米的他引起了前往八农场中学选才的唐山市体育运动学校教练刘存成的注意,进入唐山市体育运动学校练习赛艇和皮划艇项目。

2016年1月在湖南湘潭的冬训,是韩崑第一次下水训练,他记得,当时天冷,特别害怕翻船,幸好有老队员带着。上岸后,才觉得赛艇训练也不是多难的事。

2017年,韩崑到天津现场观看全运会赛艇比赛,大赛的热烈氛围、运动员的精湛技术和拼搏精神深深感染了他,他“目标越来越清晰,就是一定要拿全运会冠军”。

2018年,在第十五届省运会上,韩崑发挥出色,省体育局水上运动管理中心副主任兼省赛艇队主教练崔永辉一眼就相中了这个毛头小伙子,认为他是个可塑之才。

相比市队,省赛艇队训练量更大、训练强度更高——每天要划30公里,多的时候一天要划80公里。赛艇训练一般在偏僻的水库、湖泊进行,风吹日晒,非

常枯燥。但这都阻挡不了韩崑迎难而上的步伐。

“我喜欢赛艇,目标就是冠军。每天盯着目标努力,也就不觉得苦了。”韩崑说,他从来不会因为身体不舒服请假或在训练中偷懒,一直都是全力以赴。

他的专注和刻苦,崔永辉都看在眼里。“韩崑有梦想,所以有力量,吃得下苦头,耐得住寂寞。”崔永辉说,韩崑求胜欲望强烈,每堂训练课都抢着划在前面,训练质量很高。通过努力看到实现目标的希望,也让他训练中更加自觉。

今年8月,崔永辉发现韩崑在训练中后倒幅度大导致桨频上不来,就盯住他纠正动作。经过额外加练和反复揣摩,两个星期后,韩崑的成绩有了明显提升。

训练中练的是赛艇,韩崑生活中的主题也是赛艇。他不玩游戏,刷手机看

的、和队友聊的,也都是和赛艇相关的内容。

“韩崑的先天条件不占优势,但目标坚定,执行力很强。”崔永辉介绍,“有一次训练中我批评了他,他一时想不通,掉了眼泪,后来主动找我沟通想法。”

师徒同心,其利断金。本届全运会前两个月,厚积薄发的韩崑,成绩已经达到国际级运动健将的标准。本届全运会,他奋力拼搏,因缺乏大赛经验,遗憾摘银。

“如果发挥出训练水平,决赛时是有望拿金牌的。”韩崑至今心有不甘,他下定决心:“在今后的训练中,我一定要对自己高标准、严要求,早日在大赛中把金牌挂在胸前。”

韩崑说,东京奥运会上,身高1.87米的希腊赛艇运动员恩图斯科斯在该项目夺冠,大大增强了他的信心。全运会休赛结束后,他将更努力地投入训练中。



9月22日,河北队选手巩立姣在比赛中,她以19.70米的成绩获得1189分,排名第一。当日,第十四届全运会田径项目女子投掷团体铅球比赛在西安奥体中心举行。

新华社发



9月22日,河北队选手孙颖莎在比赛中回球。当日,在陕西延安进行的第十四届全运会乒乓球项目女子单打1/16决赛中,河北队选手孙颖莎以4比0战胜澳门队选手刘卓颖。

新华社发

### 快评

本届全运会,百米飞人苏炳添有多火?西安奥体中心体育场2万多人的上座率就是证明。而四次参加全运会、首夺金牌的苏炳添,年已32岁。

本届全运会赛场,我省老将也不鲜见,35岁的庞伟,32岁的巩立姣,30岁的王涵……他们夺得的每一枚金牌,都因为自身年龄而显得弥足珍贵。

因为年龄,老将们的身体机能下降是必然的,多年训练累积的伤病更是让他们的体能恢复减慢,专项能力进一步提升也遇到阻力。面对困难,是见好就收、急流勇退,还是坚持到底、不懈追梦?不同的人给出了不同的答案,苏炳添、庞伟、巩立姣、王涵等人的共同答案是:坚持。他们用坚持书写了精彩,用坚持铸就了传奇。

坚持不是老将的专利,也是小将破茧成蝶、取得佳绩的保证。

赛艇训练远离城市生活,枯燥乏味,我省“00后”赛艇运动员韩崑目标坚定,吃得下苦,耐得住寂寞。也正是因为坚韧和坚持,让他进入省队三年后首次参加全运会,就夺得了一枚银牌。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。没有坚持,近在咫尺的胜利也许化乌有;没有坚持,竞技场就会缺少了许多鼓舞人心的故事。

坚持,既是战胜自我的勇气,又是克服困难的动力;既是拼搏奋斗的主动选择,又是成长进步的客观需要。

让我们为坚持点赞!

## 为坚持点赞

张镜

### 我的全运故事

## “羽毛球已成为我生活的一部分”

河北日报记者 张镜

“首次参加全运会群众比赛,多少有些紧张,虽然没能闯进八强,但能代表河北省参加全运会这样高级别的比赛,太荣幸了。”9月22日,石家庄外国语学校教育集团小学部体育教师唐威激动地说。

9月18日,第十四届全运会群众赛事活动羽毛球A组和B组的比赛同时在陕西省咸阳市礼泉县开赛,唐威是我省的14名参赛者之一。“这些参赛选手来自我省教育、出版、传媒等行业。”省体育局乒羽中心经营开发科科长徐程远介绍说。

28岁的唐威小时候身体不好,8岁时开始跟着体校教练打羽毛球锻炼身体,这一打就是20年。这期间,他不仅凭借打羽毛球特长考上天津体育学院,毕业后还在就职的学校教羽毛球,并兼任学校小学、初中、高中3支羽毛球队的教练。“羽毛球已成为我生活的一部分。”他表示。

其实,上届全运会就设立了群众羽毛球比赛,唐威因为年龄不够没有参加选拔。本届全运会省选拔赛,他第一时间报名参加,取得了A组男双冠军,顺利取得全运会参赛资格。

“学生们知道我获得全运会参赛资格后,都很崇拜我,练球的积极性更高了。”唐威说。

比赛中,唐威和搭档奋力拼搏,以小组第二名的成绩出线,只

可惜后来止步于16进8的比赛。“参加全运会比赛开阔了我的眼界,对我也是一种激励——真是天外有天啊。我要加强训练以提高水平,同时更好地推广羽毛球运动。”唐威说,9月29日,他将带校队参加省青少年羽毛球锦标赛,争取好成绩。

徐程远介绍,保守估计,目前我省参与羽毛球运动的群众也有几十万人,羽毛球俱乐部有上百家。以前张家口、承德等北部城市参与羽毛球运动的人少,与石家庄、邯郸等南部城市差距明显,近年来南北差距不断缩小,羽毛球运动在我省几近遍地开花。

40岁的承德市青少年宫工作人员李杰,是第二次参加全运会群众羽毛球比赛。

他12岁开始跟着体育老师练习羽毛球,获益匪浅。工作和家庭稳定之后,发现身边打羽毛球的朋友越来越多,他又找出了几年不摸的球拍。2017年,因为在一次全国业余羽毛球比赛中获得好成绩,他被选中代表我省参加第十三届全运会群众比赛,和队友获得了男双B组第九名。

本届全运会,李杰通过省内选拔赛再次获得参赛资格,遗憾的是也止步于16进8的比赛。“回去后,我会在更多孩子中推广羽毛球运动,让他们享受羽毛球运动的乐趣。”李杰表示。

## 热情“小秦宝”,亮丽风景线

河北日报记者 杨明静

兵马俑、大雁塔、唐妞、羊肉泡馍……9月22日,在西安奥体中心游泳跳水馆媒体工作间,一幅幅画面可爱、颇有创意的漫画出现在信息公告栏。现场的记者忍不住驻足拍照,给繁忙的工作增添了一丝乐趣。

这些画是该场馆的志愿者们创作的。为了给媒体记者提供优质志愿服务,志愿者们不仅立足岗位做好志愿服务,还积极发挥主动性、创造性,不断提升服务质量。

第十四届全运会共有1.5万名赛会志愿者,被大家亲切地称为“小秦宝”。他们活跃在赛场、全运村等,认真完成好每一项任务。在赛场,他们热情引导,有序服务,为比赛的顺利进行贡献力量。有观众问路时,他们不仅耐心细致地指路,有时还主动带路;选手们比赛时,他们认真搬设设备、擦拭场地,做好服务保障工作;媒体采访时,他们帮助记者递送设备,甚至为了不影响镜头半跪着举话筒……他们默默奉献,以认真的态度、专业的素养,为赛事提供全方位、高质量的志愿服务,赢得无数点赞,成为全运会的亮丽风景线。

今年20岁的赵海静来自西安交通大学,是第十四届全运会游泳项目媒体处的一名志愿者。“我们主要负责打印比赛成绩单,为媒体记者及时提供比赛信息。这就要求我们必须细心、耐心,因为如果成绩单弄错了,会给记者的工作造成麻烦。”赵海静说,这个岗位的工作看似枯燥,却很有意义。能在服务大赛中锻炼自己,她觉得很值得。

在运村,志愿者们的身影也是随处可见。在进村的第一个路口,志愿者们挥舞着欢迎的标语,第一时间让大家感受到家人一般的温暖。做好疫情防控是本届全运会的头等大事,志愿者们坚守在运动员村、媒体村等地的测温通道,认真查验入村人员的全运码并检测体温,努力守好全运村疫情防控的“第一道防线”。此外,他们还设计剪纸、拓印、中秋猜字谜等主题活动,丰富参赛人员的场外生活。

来自河北廊坊的张杰琦是媒体村的一名志愿者,日常主要是为媒体记者提供咨询、借阅等服务。“能参加到第十四届全运会的志愿服务中,在奉献中体现自我价值,我特别骄傲。”她说,北京冬奥会日益临近,她也时刻关注着。如果有机会,希望能为北京冬奥会贡献自己的一份力量。