

山东队蝉联全运会男子20公里竞走团体冠军

一老六新 抱团夺金



▲9月4日，山东队队员王瑞(右)在比赛中。

□ 本报记者 王建

9月4日，全运会田径比赛进入第三比赛日，在男子20公里竞走团体决赛中，山东队以5小时34分50秒的成绩，获得冠军。

第十二届全运会，山东队就是这个项目的冠军。四年时间过去，山东队的阵容变化翻天覆地，参加成年组比赛的四名选手，只有于伟参加了上届全运会，其他三位选手都是刚刚进入成年组不久的年轻选手，参加青年组比赛的三名选手都是新鲜血液。一老带六新的阵容，捍卫了山东队在男子20公里竞走项目上的霸主地位。

精兵强将 强势卫冕

本届全运会男子20公里竞走团体比赛，每队有四名成年组选手和三名青年组选手参赛，成年组选手走20公里，青年组选手走10公里，最后的总成绩由成年组前三名和青年组前两名的成绩相加得出。为了确保卫冕成功，山东队调集了精兵强将。

四名成年组选手中，王瑞主攻20公里。这个刚刚年满21岁的小伙子，曾获得挑战赛、锦标赛等多项冠军，进入成年组才一年多时间。据王瑞

介绍，单项比赛他也有争夺金牌的实力，但为了有足够的体力确保拿下这枚团体金牌，他没有参加单项比赛的较量。

上届全运会后，于伟从20公里改项到50公里，“50公里对体能和精神的挑战非常大，20公里更多的是考验肌肉承受能力。”于伟说，好几年没练20公里，速度要差一些，但作为唯一一名参加过上届全运会的老队员，状态保持得不错，因此还是作为主力参赛。

山东队的主要对手是云南队。青年组比赛率先完赛，山东队的前两名高英超和曹文龙分别排名第四和第七，稍稍落后于云南队。成年组比赛，山东队优势巨大，王瑞第一个冲过终点，于伟排名第五，孙松获得第七。最终，山东队以2分多钟的优势获得冠军。

“我们的主要对手是云南队，战术就是盯好人，然后让主攻20公里的王瑞向前冲。”于伟说，大家在比赛中的配合非常默契。

家有于伟 如有一宝

家有一老，如有一宝。在山东队，30岁的于伟就是这样一位老将。

刚刚比完伦敦世锦赛50公里比赛，3天

后还要参加全运会50公里比赛，尽管比赛强度如此之大，于伟还是毫不犹豫参加了20公里团体比赛，“20公里团体和50公里个人都有希望，哪一项在前面就先拼哪一项，拼下来也能为下一项做很好的准备。”于伟说。

伦敦田径世锦赛结束后的第二天，于伟就飞回国内，在日照备战全运会。刚刚参加完大赛，体力消耗极大，还要倒时差，备战的过程极其辛苦，“虽然很累但还要顶住，训练的第一周以量为主，后面以强度为主，比赛前一天还在上强度。”

于伟不仅为山东队走出了一个好成绩，还在队里起到了主心骨的作用，“全运会毕竟是大赛，年轻队员对大赛的理解可能差一些，我参加的大赛比较多，经验丰富一些，尽量引导他们，让他们放轻松。”

常年训练和比赛，于伟的婚事一拖再拖，今年1月7日，他终于完成了终身大事。于伟说，他和妻子从小学就是同学，属于青梅竹马。全运会上，有很多运动员的家属到现场观看比赛，但于伟从不让家人看自己比赛，“竞走太苦了，之前有前辈在家乡比赛，父母看了后哭，还是不要看了。”

(本报天津9月4日电)



张玉宁不“刷卡”战全运

“钻石”巩立姣期待三连冠

新华社天津9月4日电 5日中国体育界最受关注的赛事当属国足客场对阵卡塔尔。国家队常客张玉宁因种各种原因，未进入“刷卡”阵容，他将出现在这天的全运会足球赛场。中国首名收获国际田联钻石联赛钻石大奖的运动员巩立姣，将出战女子铅球比赛。

5日的全运会赛场将在游泳、田径、高尔夫球、体操、乒乓球等项目产生22枚金牌。

8月18日，中国足协为备战世预赛12强赛公布了一份集训名单，其中包括德国云达不来梅前锋张玉宁。然而，国足在武汉备战与乌兹别克斯坦比赛时，张玉宁因俱乐部原因未能及时归队。沟通不畅之下，国足主教练里皮直言“不能接受”，张玉宁未随国足前往多哈。

全运会男足20岁以下组半决赛恰逢国际比赛日，张玉宁日前接受征召来到天津，他将于5日晚代表浙江队出战半决赛。4月的预赛中，他代表浙江队屡有进球，显示出在这一级别比赛中的统治力。上届全运会，张玉宁为浙江队拿下一枚银牌。本届全运会是他与一同成长的队友争夺全运金牌的最后机会。未能赴多哈为国足最后一丝出线希望拼搏，他将在全运赛场拼尽全力弥补遗憾。

田径赛场，河北女子铅球运动员巩立姣风头正劲。她在全运会前先拿下世锦赛、钻石联赛苏黎世站冠军，并成为首名收获赛季钻石大奖的中国选手。此前两届全运会，她连续获得女子铅球冠军。实力、经验俱增的她再战全运会，“三连冠”可期。

刚刚夺得百米大战冠军的谢震业，已晋级5日的男子200米决赛。作为这一项目全国纪录保持者，他肯定不希望这块金牌旁落。

碧波池同样好戏连台。在本届全运会已两次超亚洲纪录的河北小将李冰洁被称为“女版孙杨”，她将在5日出战女子800米自由泳比赛；已夺得男子100米自由泳冠军的河南队宁泽涛将在5日参加男子50米自由泳比赛。

宁泽涛：更专注比赛的“沉默冠军”



□ 本报记者 王磊

47秒92!9月4日晚，第十三届全运会男子100米自由泳决赛结束争夺，宁泽涛再次游进48秒内，成功卫冕该项目的冠军。获胜之后的宁泽涛，没有张扬的庆祝，只是在泳池中默默地给自己鼓了鼓掌。

“宁泽涛，宁泽涛！”伴随着数百名“包子”女粉丝的尖叫，宁泽涛摘掉泳帽，走出泳池。按照惯例，所有的冠军都会在混采区驻足，先是央视的采访，接着是地方电视台和纸媒的采访。但宁泽涛没有接受任何媒体的采访，预选赛如此，半决赛如此，决赛还是如此，在婉拒了央视的采访后，宁泽涛又以鞠躬、谢谢的方式，告别了混采区。

“冷”，这是宁泽涛重回全运会赛场后，给人最大的感觉。宁泽涛的沉默，让很多看台上的观众感到很意外——“我们的‘包子’到底怎么了？”更让一些苦苦等待的记者不满——“四年前的辽宁，他还是礼貌有加，热情面对各家媒体的采访，现在怎么变得这么大牌了？”

躲得过混采区，却躲不了赛后的发布会。作为冠军，宁泽涛必须得说些什么。一套有些官方的感谢词，是宁泽涛在发布会上的开场白：“很高兴能够来参加发布会。从五月恢复训练到现在，很感谢布朗教练和我的家人……”

感谢词之后，宁泽涛终于直面记者的提问。四年一轮回，十二运的宁泽涛初出茅庐却一鸣惊人，随后便迎来世锦赛的巅峰。但奥运过后又是一地鸡毛。如今的十三运再次夺冠，宁泽涛有什么感受？宁泽涛说：“从20岁到24岁，从男孩到男人，也经历了很多事情，成长了。”宁泽涛的回答，虽然只有短短几句话，但是他付出的努力却不止于这些。

篮球巨星科比曾经用凌晨四点的训练，来描述自己是如何走向成功的。宁泽涛虽然没有见过凌晨四点的洛杉矶，却见过凌晨四点的澳大利亚。为了重回巅峰，宁泽涛在布朗教练的要求下，每天都是凌晨四点起床，随后驱车赶

往游泳馆，在五点前就会开始一天的训练。

远离国内复杂的舆论氛围，远离一个又一个的商业广告，宁泽涛过得更加单纯。除了训练之外，宁泽涛每天都和家人一起买菜做饭，生活过得很充实，就像他自己说的，“全新的生活，不一样的体验。”这样轻松的生活，也帮助宁泽涛很快找回了状态。在国家队征战世锦赛之时，宁泽涛在澳大利亚当地的比赛中，游出了46秒64的个人最好成绩。

天津全运会，是宁泽涛复出之后的第一次大赛，也是他重回巅峰的开始。47秒92，虽然与他个人的最好成绩还有一些差距，但已经是他自从2015年喀山世锦赛之后的最佳成绩，比四年前全运会夺冠的成绩快了0.35秒。

“目前专注于比赛，还没想以后的事情。”谈到未来的打算，宁泽涛没有正面回答。

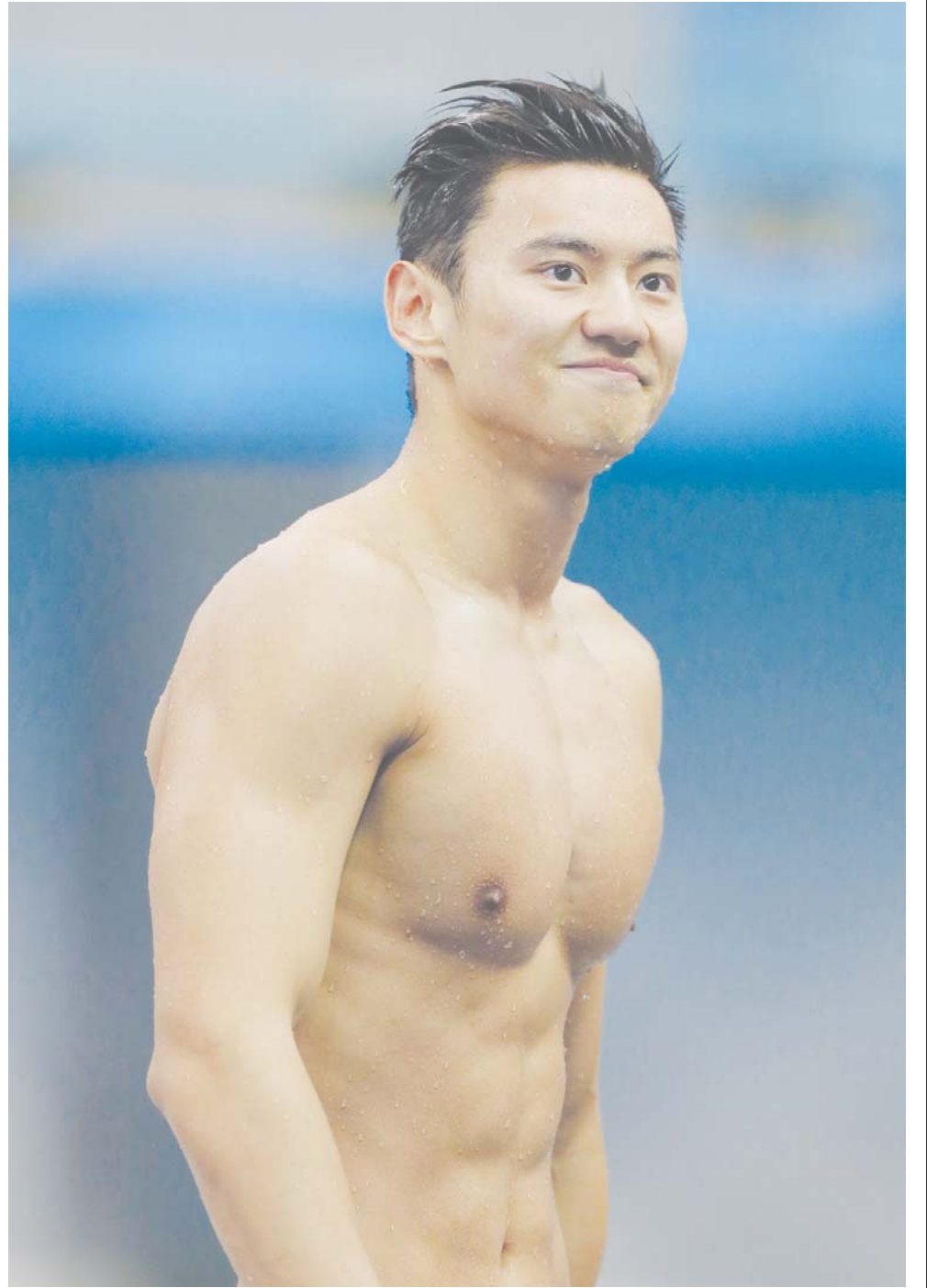
(本报天津9月4日电)



►9月4日，在粉丝的尖叫声中，河南队选手宁泽涛以47秒92的成绩夺得男子100米自由泳冠军。

□记者 李勇 报道

▲▼粉丝的助威设备各式各样，整个游泳馆就像大型演唱会现场。



全运会男子跳高遗憾摘铜

张国伟：希望33岁前跳过2米40

□记者 王磊 报道

本报天津9月4日电 第十三届全运会男子跳高决赛今天在天津奥林匹克中心体育场结束争夺，山东选手张国伟虽然跳过与冠军同样的2米27的高度，但因为是第二跳过关，最终屈居季军。

作为2015年世锦赛的亚军得主，张国伟在开局发挥十分稳定，在2米10、2米15、2米20和2米24四个高度上，都是一次跳过。但是在2米27的高度上，张国伟第二跳才通过，而北京队的王宇和天津队的王臣都是一跃而过。随后，张国伟冲击2米30的高度，但是三次试跳全部失败。

赛后，张国伟透露自己有伤在身，正在慢慢恢复中。不过，他也表示：“有了这次全运会的积累，明年肯定会迈上一个新的台阶。我现在才26岁，我希望33岁之前，我能跳过2米40。”

全运会男子小轮车决赛

山东收获一银一铜

□记者 王建 通讯员 宫尚文 报道

本报天津9月4日电 今天下午，第十三届全运会小轮车决赛在天津团泊体育中心小轮车场地举行。山东两员老将联袂出战，最终孙越夺得银牌，朱岩夺得铜牌，金牌被天津选手李晓刚夺得。

虽然没能夺得金牌，但省场地自行车中长距离组和小轮车主教练王象彬对两位身兼教练和队员的弟子的表现感到很满意，“两名队员都是打了四届全运会的老队员了，朱岩是十一运的冠军，孙越是十二运的冠军，两名队员能有今天的成绩，应该说已经很不容易了。”

本届全运会，王象彬负责的场地中长距离组和小轮车加起来总共获得2金1银5铜，对于这个成绩，他说：“我最欣慰的，是在场地和小轮车赛场我们新生力量的成长。比如场地自行车我们有两组非常年轻的选手获得两枚铜牌，他们组队只有两年十个月，就在夺得全运会铜牌，在全运史上还是从来没有过的。另外，小轮车女子赛场，我们的小队员王梦瑶决赛中摔倒了获得第八名，还有男子组的林浩超，虽然没能进入前八名，但他们本周期在同年龄组的比赛中，都常常是包揽前三名。”

男子古典跤75公斤级杨斌夺冠

四年前“断指”失金

四年后如愿以偿

□记者 王建 报道

本报天津9月4日电 今天，第十三届全运会摔跤比赛拉开帷幕。在男子古典式摔跤75公斤级比赛中，山东选手杨斌如愿获得75公斤级冠军，弥补上届全运会屈居亚军的遗憾。

决赛中，面对辽宁队的张日东，杨斌率先取得一分。随后的比赛进入胶着状态，张日东屡次尝试进攻，均被防守稳健的杨斌一一化解。比赛即将结束时，张日东发起最后一搏，杨斌沉着应对，再次化险为夷。最终，6分钟的比赛结束，实力更胜一筹的杨斌以技术分优势战胜对手，首度加冕全运会桂冠。

夺冠后，杨斌亲吻了自己的右手中指。四年前的第十二届全运会上，杨斌还是个初出茅庐的小伙子，有着初生牛犊不怕虎的气势，一路打进决赛。但就在他离自己的首枚全运金牌近在咫尺时，却发生了意外。决赛中，杨斌折断了右手手指，他忍着剧痛坚持完成比赛，获得亚军。

经过了四年的苦苦等待，杨斌卷土重来，终于在本届全运会上圆了冠军梦。正因如此，才有了比赛结束后，杨斌亲吻自己四年前受伤的手指这一举动。

在接受采访时，杨斌表示，这次比赛他唯一的目标就是冠军，甚至拿到亚军都是失败。“四年前我还是个毛头小子，经过一个周期的积累，我比之前更加成熟了，这届全运会我就是为了冠军而来。”

跑出个人最佳成绩，王欢获全运会女子400米栏金牌

小组第三 逆袭夺冠



□记者 李勇 报道

▲夺冠后，王欢(左)喜极而泣。

□ 本报记者 王建

55秒99，个人最佳成绩!9月4日，当王欢冲过女子400米栏的终点时，计时器上的时间停留在这个数字上。对王欢来说，这个数字让她夺得了冠军；而对于山东田径队而言，这个数字意味着时隔8年再夺全运会女子400米栏冠军。

从2005年开始，山东田径称霸全运会女子400米栏项目——第十届和第十一届全运会，黄潇潇两夺冠军。

本届全运会，23岁的王欢又接过了前辈们的接力棒。

赛前改变上栏技术

女子400米栏的预赛分三组进行，每组的前两名和成绩最好的两个小组第三晋级决赛。9月2日的预赛，王欢在第三组出场。前八个栏，她的发挥非常完美，但在最后两个栏，节奏出现了问题，速度下降，最终获得第三，以两个成绩最好的小组第三之一闯入决赛。

“最后两个栏心理出现了问题，想的太多了。”王欢回忆比赛时说。

王欢所说的心理问题，不是这次比赛才出现的，根源在过去的一年当中，“之前的比赛成绩不好，也有伤，在栏上失败多了，就害怕，害怕再受伤，有点抵触，想少跨。”王欢曾经获得过2014年和2015年这个项目的冠军，只要正常发挥，拿下这枚金牌就是水到渠成，但这样的状态，让她变得不被看好。

关键时刻，山东短跨队总教练张增惠的一个调整，让王欢重焕生机。“按照原计划，我的节奏是前七个栏16步上，后三个栏17步上，马上就要开始比赛，教练决定让我前五个栏16步上，后五个栏17步上。”

这一改变的效果立竿见影，“16步上七个栏需要很拼才行，上五个栏相对轻松。”王欢说，技术上的变化给她带来了信心，让她放开了拼了。

预赛获得小组第三的王欢，在决赛中第一

个冲过了终点。55秒99，这个成绩不仅让王欢收获了金牌，还创造了个人最好成绩，她因此流下了激动的泪水，“因为最近一年都跑得不好，能不能跨下来我也没数，完成比赛后很激动。”

从400米改练400米栏

作为全运会冠军，王欢是女子400米栏的顶级选手，但很多人不知道的是，她最初练的其实是400米。

上届全运会后，王欢开始从400米转项到400米栏，“400米栏是我们队的传统专项，要以400米为基础，教练觉得我的400米能力比较强，栏上的技术也很协调，就让我转项。”

400米和400米栏，字面上只有一字之差，但转换起来却并不轻松，“节奏完全不一样，我跑400米的时候一路冲就行，400米栏不行，我出现的失误就是因为老按照400米的节奏跑。”

王欢说，完成转变除了多练没有别的办法，在这一过程中，山东短跨队领队黄潇潇给了自己很多帮助，“黄领队会跟我说，因为她亲自经历过，所以对我很实用，我受益很大。”

改项之后，只用了四年，王欢就成为全运会冠军，她表示，自己进步很快，主要是因为400米的能力比较好，未来心理再强大一些，成绩还会继续提高。

(本报天津9月4日电)

山东乒乓球一铜

收官全运会群众项目

□记者 王建 报道

本报天津9月4日电 9月1日至4日，第十三届全运会群众项目的收官战——乒乓球比赛在天津中国民航大学举行，山东队参加了男子团体、女子团体以及男、女30-39岁组、40-49岁组、50-59岁组、60岁以上组各四个组别的单打比赛。最终，我省袁洪丽在女子单打50-59岁组别中获得一枚铜牌，为山东参赛本届全运群众项目收官。

53岁的袁洪丽是一名公务员，8岁开始进入业余体校学打乒乓球。她说，乒乓球不仅能锻炼手、眼、腿的协调性，还能结交很多朋友。在三、四名争夺战中，她充分发挥了防守特长，最终战胜了湖南选手，获得一枚宝贵的铜牌。

在其他几个项目的比赛中，我省的李伟获得男子单打40-49岁组的第四名，丛本艳获得女子60岁以上组第五名，曹杰获得女子单打30-39岁组的第八名，男子团体最终获得第六名。