

五环大视野

男子200米个人混合泳，汪顺刷新亚洲纪录夺冠

击水奋进 三战奥运终圆梦

本报记者 刘硕阳

“看到五星红旗在赛场升起，这些年的付出值得了！”7月30日上午，男子200米个人混合泳决赛，中国游泳队选手汪顺力压斯科特·安德鲁和濑户大也等夺冠热门选手，以1分55秒00夺得冠军。这是中国游泳队本届奥运会第三枚金牌，汪顺的夺冠成绩也刷新了该项目亚洲纪录。

预赛轻松晋级，半决赛排名第一，再到决赛最终夺冠，3天3场比赛，汪顺游得都很顺。在顺利夺金的背后，是他击水不止的拼搏激情。对于游泳运动员，27岁的年龄已不算年轻，近一年半的长时间封闭集训，对汪顺也是个考验：“这是我近几年来，经历过最困难的一段时期，但是我的目标一直很坚定，就是要在东京奥运会赛场上获得金牌，任何事情都不能影响我的决心。”

通向这枚金牌的道路上，努力坚持的不止汪顺一人。“感谢朱志根教练，两鬓都已斑白，每天还要为我的生活和训练操心。”汪顺说：“父母为了不打扰我，这几天都没有联系。还要感谢助理教练和体能教练，感谢国家给我们训练备战提供这么好的支持和保障。”

汪顺的教练朱志根，已是第六次征战奥运会。决赛前夜，汪顺早早休息。隔壁房间的朱志根跟手蹑脚地出门，在走廊里坐下。看到结束比赛路过的选手，老教练都会轻声提醒他们放轻脚步，保证汪顺的休息。“我和朱志根的房间就隔一层木板，其实他翻身我都能知道。”汪顺说：“为了能让我睡好，教练牺牲了自己的休息时间，出去提醒队友轻点走路，非常不容易。”

在训练上，师徒俩同样不放松。预赛、半决赛和决赛，朱志根为汪顺制定了相应的战术和目标。哪怕决赛前下水热身，教练还不忘提醒两句：“活动两下就可以了，不要消耗太多体力……”汪顺在赛后还特别感谢了队友闫子贝的教练郑珊：“在北京集训时，我和郑珊教练的队员一起合练，在蛙泳技术和节奏上，得到了她的很多帮助。”

在汪顺看来，顺利获得金牌，除了自身努力，也是团队共同付出的成果。“大家团结一心，为着共同的目标聚在一起，这是取得成功的关键。”

东京奥运会，是汪顺个人第三次奥运之旅——2012年在伦敦略作体验，2016年在里约摘得男子200米个人混合泳铜牌。此前很长时间，该项目的世界冠军都由美国队菲尔普斯和罗切特等选手获得。在来到东京之前，汪顺本已表示，这将是自己最后一届奥运会，然而一枚珍贵的奥运金牌让他增强了游下去的信心：“3年之后，我们巴黎奥运会上再见！”

集体的凝聚力，托举起个人的爆发力。所有人的付出，成就了赛场上的佳绩

体坛观澜

团队力量成就赛场佳绩

薛原

集体的凝聚力，托举起个人的爆发力。所有人的付出，成就了赛场上的佳绩

橄榄球运动有一条准则：“人人为我，我为人人。”

走上赛场的运动员都知道，只有队友间密切配合、无私付出、互相激励，才能成就彼此，打开胜利之门。团队意识，既体现着技战术的高下，也塑造着队伍的精气神。

首次亮相奥运赛场的中国女子橄榄球队，建队时间短、大赛历练少、对手实力强，正是依靠团队协作的精神闯入八强。比赛中的呐喊，失利时的鼓舞，都在汇聚每个人的力量。如果说球队像一架战车，每个球员都是其中的一颗螺丝钉——单独一颗自己转不动，少了一颗战车跑不动。用团队意志为战车加油，才有了实现梦想的突破时刻。

同舟共济这个词，用来形容赛艇更贴切不过。女子四人双桨金牌团队成员张灵说，教练常告诉我们，一个人划得好固然重要，但是4个人一起努力才能划得更快。所以大家要相互信任、相互依赖、同舟共济，才能所向披靡。劈波斩浪时，4个人就像一个人，将团队意识灌注进每一次划桨，从动作到心灵的默契，正是千百次锤炼的收获。

团队意识并不仅仅体现在团队项目中。拧成一股绳，劲往一处使，每支来到奥运赛场的队伍，都有这样的故事。集体的凝聚力，托举起个人的爆发力。团队意志也是体育精神的内涵，不仅闪耀在场上，在场外同样动人。

夺得男子67公斤级冠军的举重选手谌利军，2020年10月肌腱断裂必须手术。“做完手术之后，医疗、康复、训练，一个都没耽误。3个月之后检查，已经完全恢复。感谢整个团队对我的精心呵护，让我及时在奥运会前找回巅峰状态。”

教练团队、科医团队、后勤团队……所有人的付出，成就了赛场上的佳绩。运动员每一次登场、每一个突破、每一块奖牌，都凝结着团队奋斗的心血，展现着团队协作的意志。

赛艇女子八人单桨有舵手决赛摘铜 一枚等了33年的奥运奖牌

本报记者 郑轶 季芳

进入冲刺区，中国队的赛艇提升了桨频。“她们距离领奖台越来越近了！”解说员提高着音量。6分01秒21！7月30日，赛艇女子八人单桨有舵手决赛，中国队收获一枚铜牌。

“王子凤、王宇微、徐菲、苗甜、张敏、巨蕊、李晶晶、郭淋淋、张德常。”颁奖仪式上，播报员念出一个个名字。八人艇极佳的团队协作配合，郭淋淋说：“我们组队时间不长，但决赛做到了最好。”

中国女子八人艇上一次获得奥运奖牌，还要追溯到1988年。近年来，中国赛艇运动进步很快。2019年9月八人艇攻关组成立。先在训练负荷上超过对手，才能实现成绩的提高。2021年5月，中国赛艇八人艇国家队成立，选择最强选手组队。

女子八人艇的选手，来自双人双桨、双人单桨、四人单桨和八人单桨4个项目。为了共同的目标，每节训练课后，大家总会坐在一起复盘，寻找问题，培养默契。男舵手张德常负责掌控方向、把握节奏，遇到困难，他的丰富经验总能发挥作用。

辛勤的付出换来丰硕的果实。在东京奥运会资格赛上，中国女子八人艇以第一名的成绩拿到奥运入场券。这场胜利，坚定了全队的信心。王宇微说：“奥运会的对手很强大，但我们立足自身，把每一桨的效果划出来。”

东京海之森水上竞技场，见证了这条艇的出色发挥。在中国赛艇队运动表现总监雷德格雷夫看来，这枚铜牌有着与金牌一样的分量。“好成绩会带动越来越多人从事赛艇运动，中国赛艇队也将越来越强大。”

赛场直击

19岁小将夺女子25米运动手枪铜牌

本报东京7月30日电（记者季芳）女子25米运动手枪比赛30日在朝霞射击场举行，中国队19岁小将肖嘉芮萱以资格赛第二名闯入决赛，最终获得一枚铜牌。

肖嘉芮萱在资格赛慢射比赛中状态慢热，仅以291环排名第十一位。但她在资格赛速射比赛中打出296环，以587环排名第二晋级决赛。

决赛中肖嘉芮萱前5组发挥一般，每组5发都打出3中，排名一度下滑到第六位。不过，她在此后3组打出了4中、4中和5中的成绩，并在两次同分对决中胜出，闯入前三名。三进二比赛中，肖嘉芮萱5发仅1中，以29中中获得一枚铜牌。她在赛后表示，自己整体感觉不错，只是经过最后两轮同分对决，没有在赛后把握好后面的比赛。



羽毛球混合双打，中国队两组合包揽冠亚军

隔网竞技 四将打出高水平

本报记者 范佳元

7月30日，两面五星红旗同时在羽毛球混合双打决赛现场升起，中国队王懿律/黄东萍组合、郑思维/黄雅琼组合分获金、银牌。

看着国旗缓缓升起，王懿律热泪盈眶，这个感情外露的小伙子刚刚经历了一场高度紧张胶着的决赛。“我脑袋一片空白。”在拿下赛点的瞬间，他激动地拥抱自己的搭档黄东萍，似乎所有的压力在这一刻尽情释放。

29日混双半决赛的结果，确定了冠、亚军同属中国队，但是谁能站在最高领奖台仍有悬念。带着这唯一的悬念，两对中国组合在决赛中联手奉献了一场精彩的比赛。

面对国际大赛成绩更好、世界排名更高的队友郑思维/黄雅琼组合，王懿律和黄东萍将自己放在冲击对手的位置，第一局比赛以6:1的开局占据了主动。

郑思维/黄雅琼组合似乎有些放不开，在将比分追至7:11的时候，利用短暂的擦汗机会，郑思维对黄雅琼说：“现在已经没有退路了，就是硬扛！”

从2017年起，郑思维和黄雅琼才开始尝试配对混双，时间虽短但“化学反应”却是最好，3年多来大小数十个国际比赛冠军的经验提醒他们必须有所改变。但奥运会决赛临场应变又谈何容易，何况对手也是队友，彼此之间没有战术秘密可言。第一局17:17之后，王懿律/黄东萍连得4分拿下首局。第二局如同第一局的翻版，同样一个21:17，只是郑思维/黄雅琼扳回一局。

进入到第三局，比赛进入到白热化阶段：从2:2一直打到14:14，任何一方只要领先1分，另一方势必追平。16:14，王懿律/黄东萍连得两分，这是第三局开始以后最大的领先。“我一直告诉自己一定要坚定信念，要敢于求胜。”王懿律说。胜利的天平开始出现倾斜，王懿律/黄东萍最终以21:19拿下决胜局。

从整场比赛看，王懿律/黄东萍一直是整场比赛中更为兴奋的一方。“大家都已经发挥到极致，不断地拉锯，不断地寻找赢球的机

会，可能就是最后几个球我们处理得更好一些。”王懿律说。

这是在2012年伦敦奥运会之后，中国羽毛球球再次获得奥运会混双金牌。“这是我们刻苦训练的回报，4名中国选手进入最后决赛，向世界展现了中国羽毛球的精彩。”王懿律说。

图①：7月30日，汪顺在比赛中。

影像中国

图②：7月30日，王懿律（左）/黄东萍在比赛中。

新华社记者 陈益宸摄

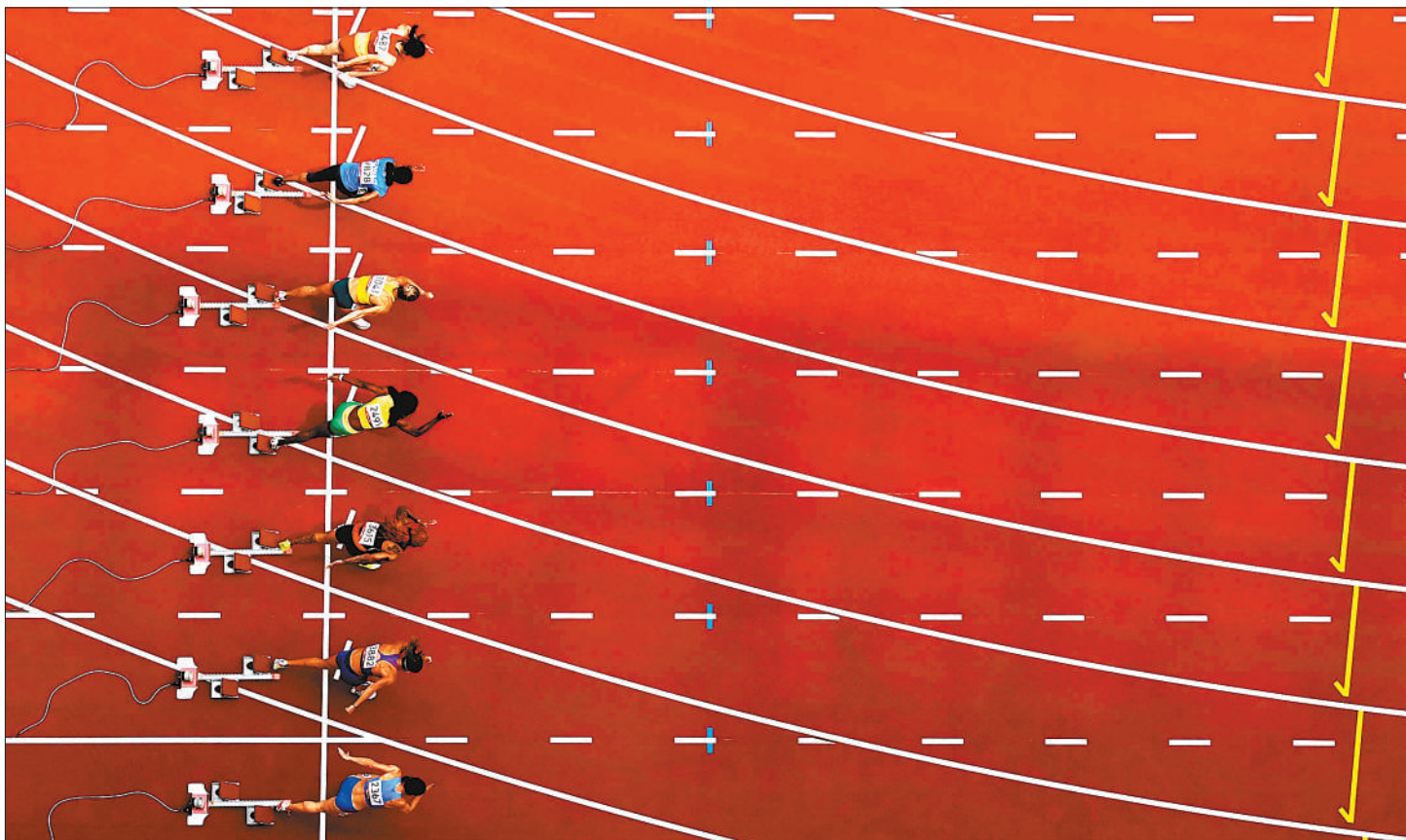
图③：7月30日，郑思维/黄雅琼（后）在比赛中。

新华社记者 曹灿摄

7月30日 东京奥运会 金牌榜					
	金牌	银牌	铜牌	总数	
1	中国	19	10	11	40
2	日本	17	4	7	28
3	美国	14	16	11	41
4	ROC	10	14	10	34
5	澳大利亚	9	2	11	22
6	英国	6	9	9	24
7	韩国	5	4	6	15
8	荷兰	3	7	5	15
9	法国	3	5	5	13
10	德国	3	4	9	16

7月31日赛事推荐	
北京时间	比赛项目
10:43	游泳 男女4×100米混合泳接力
13:50	蹦床 男子赛
14:50	举重 男子81公斤级
15:00	射击 女子50米步枪三姿
18:45	田径 男子100米第一轮
20:45	女排 小组赛

（本报记者孙飞龙整理，以实际时间为准）



田径“开跑”

7月30日，本届奥运会田径比赛拉开大幕。图为中国队选手韦永丽（最上）在当日的女子100米预赛中。

影像中国