

张伟丽重夺终极格斗冠军赛金腰带

努力付出终有回报

刘硕阳 陶相安 赵雨佳

北京时间11月13日中午,终极格斗冠军赛(UFC)281在美国纽约麦迪逊花园广场进行。在作为联合主赛的女子草量级冠军赛中,中国选手张伟丽在第二回合通过裸绞战胜美国选手卡拉·埃斯帕扎,重获该级别金腰带。

一年前,张伟丽曾两次输给罗斯·娜玛尤纳斯,失去了当时握有的该级别金腰带。在挫折和困难面前,32岁的张伟丽训练更加刻苦,如今重获金腰带,是对她努力付出的最好回报。

赛前,本场比赛被认为是站立技术与地面技术的对决。35岁的卡拉以摔跤技术见长,此前保持着44次的女子草量级抱摔成功纪录。首回合比赛,短暂的试探后,卡拉两次试图通过抱摔取得优势,但都被张伟丽顺利化解。第二回合,当卡拉再度尝试抱摔时,张伟丽在地面缠斗中形成裸绞,取得胜利。

“如果卡拉摔我就会给我机会。”张伟丽

让自己赛前的预测成了现实。在总共不到两个回合的比赛进程中,张伟丽展现出强大的实力,不仅在拳腿等方面占据优势,摔柔等地面技术也进步显著。

提升实力的每一步背后都凝结着辛苦付出。今年6月战胜乔安娜获得冠军挑战权后,张伟丽很快就到泰国普吉岛继续苦练自己的摔跤技术。本场比赛前6周,她来到美国训练,适应时差和气候。在此期间,张伟丽又请了专门的柔术教练来强化自己的缠斗能力,“技多不压身”就是她对自己挥汗如雨的讲解,也是鞭策和提醒。

无论顺境还是逆境,胜利还是失败,张伟丽都未曾停下学习的脚步。她清楚,重要的是将更多精力放在训练中,因为这是自己能掌控的。“做自己该做的事情,准备自己能准备的部分。”张伟丽说。

2021年之前,张伟丽的综合格斗运动生涯十分顺利,曾豪取21连胜,其中2019年在

深圳举行的UFC格斗之夜上,她战胜杰西卡·安德拉德,首次夺得UFC女子草量级世界金腰带,也成为首位获得UFC世界冠军的亚洲选手。一年之后,她又在UFC248中打满5个回合,通过分歧判定,战胜乔安娜·耶德尔泽西克,成功卫冕。

然而在2021年,张伟丽先是在自己第二场卫冕战中首回合就被对手罗斯·娜玛尤纳斯击倒,失去了金腰带,随后又在挑战罗斯的比赛中失利。想要战胜场上的对手,张伟丽需要重拾信心。再创佳绩绝非易事,在UFC女子草量级比赛历史上,此前只有两名选手能在失去金腰带后重新登顶。

对张伟丽来说,勇攀高峰的信念始终未曾远离。挫折和失利没能消磨她的意志,反而让她变得更坚韧。张伟丽说:“我觉得应该继续努力,在训练中取得更好的效果,不断提升技术夯实基础。”第二场对阵罗斯的失利仅过了半年多,张伟丽就再次击败了乔安娜,赢得了本场冠军赛的挑战权。

通过自己的不断努力,张伟丽在UFC赛场闯出了一片天地,获得了体育爱好者的认可。而从另一个角度看,以她为代表的中国选手不断积累UFC等职业综合格斗赛事比赛经验,凭借优异表现,让世界领略到中国选手的风采和能力。与此同时,也吸引着更多国内的年轻人对这个项目产生兴趣。

张伟丽赛后表示,未来她可能会尝试将中国传统武术的一些技术加入自己的战法之中。此外,她也表示希望能够在未来迎来自己的卫冕战。在张伟丽看来,综合格斗在国内的前景将非常广阔。

本场比赛重新赢得金腰带后,张伟丽又将迎来新的挑战者,莱莫斯、闫晓楠以及两度战胜自己的罗斯都可能是下一场比赛的对手,而等待她们的将是一个更加成熟、全面的张伟丽。

体坛观澜

追寻梦想,年轻运动员需要苦练内功,夯实基础。聚沙成塔,积水成渊,训练中的汗水和赛场上的拼搏,使运动员的追梦历程更加动人

在近期公布的国际女子职业网联(WTA)年终世界排名中,24岁的中国选手袁悦位列第七十四位,创造了她个人运动生涯新高,她也成为世界前100位选手中,排名提升第二快的球员。不到1年时间,袁悦从2021年底的第312位迅速提升,她在所参加的赛事中不断积累经验,踏实迈进,提升实力。

在竞争激烈的职业网坛,向上攀登的道路非常不易,追逐梦想的过程充满艰辛,需要球员拥有坚定的信念。去年10月,袁悦独自前往欧洲参赛,几乎每周都要辗转于不同赛场,在训练和比赛中倾尽全力,这段独立闯荡的旅程让她迅速成长。

低谷中磨砺意志,前行时便愈加坚定。今年美国网球公开赛前,袁悦经历了长时间状态低迷,“基本没怎么赢球”,但挺过那段难熬时光,她将内心锻造得更加强大。努力迎来回报,袁悦在网资格赛中成功突围,一路闯入女单32强。

实力提升的自信让袁悦在赛场上愈加从容,本赛季她5次打进国际网球联合会(ITF)赛事女单决赛,获得2个冠军和3个亚军。凭借持续稳定的发挥,她的世界排名一步步提高,她将在下赛季到更高级别的巡回赛中接受磨练。

赛场上出色发挥的背后是训练中的千锤百炼。比如,需要高度专注力的斯诺克运动,尤其要求球员耐得住寂寞,沉得下心。00后小将范争一首次参加斯诺克冠军邀请赛就闯入半决赛。小组赛,他先是挽救赛点,战胜澳大利亚名将罗伯逊,之后又战胜威尔士选手瑞恩·戴,展现出初生牛犊不怕虎的气势。范争一曾一度状态不佳,甚至在2020年面临降级的窘境,但他对斯诺克运动的热爱从未动摇,进而将挫折转化为前进的动力,一步一个台阶地扎实训练,耐心积累实力。

赛场上亮眼的成绩来自平时刻苦的训练。潜心耕耘,静待花开。追寻梦想,年轻运动员需要苦练内功,夯实基础。聚沙成塔,积水成渊,训练中的汗水和赛场上的拼搏,使运动员的追梦历程更加动人。

潜心耕耘 静待花开

李硕

短道速滑四大洲锦标赛

中国队获得1金2银1铜

本报北京11月14日电(记者季芳)当地时间12日,2022—2023赛季国际滑联短道速滑四大洲锦标赛在美国盐湖城结束。中国队在最后一个比赛日获得男子5000米接力金牌,女子1000米和混合团体接力银牌,以1金2银1铜的成绩结束了本次锦标赛。

本次短道速滑四大洲锦标赛,中国队选手公俐、徐爱丽、李坤、宋嘉华等人伤病初愈,均报名上场。

在当地时间12日进行的男子5000米接力比赛中,由李坤、刘冠逸、宋嘉华、钟宇晨组成的中国队以半决赛小组第二的身份闯入决赛,晋级决赛的还有日本队、韩国队和加拿大队。决赛中,中国队出发后一直在队尾跟滑,还剩22圈时,加拿大队选手和韩国队选手发生碰撞,中国队把握住机会,逐渐确立起领先优势,最终以6分54秒766的成绩获得金牌。日本队和韩国队分获银牌、铜牌。

在女子1000米决赛中,公俐敢打敢拼,不

畏强手,最终以1分28秒840的成绩获得银牌。

在随后进行的混合接力比赛中,由王欣然、公俐、李坤和钟宇晨组成的中国队,在激烈的竞争中凭借默契的配合,最终以2分38秒244的成绩获得银牌。美国队获得金牌,加拿大队获得铜牌。

本赛季,中国短道速滑队以年轻阵容为主参赛,尽管在世界杯首站蒙特利尔站比赛中只获得了一个第六名,但这支队伍在比赛中积累了经验,紧接着在世界杯盐湖城站的两个接力项目中获得1金1铜。经过了世界杯两站比赛的磨炼,队员状态渐入佳境。主教练张晶表示,希望队员在与其他强队高手的竞技中看到差距,努力训练,弥补不足,尽快成长。

2022—2023赛季短道速滑世界杯6站比赛,其中12月9日至18日在哈萨克斯坦阿拉木图连设两站。接下来,中国短道速滑队将进行短暂休整,总结经验,全力以赴准备下一个分站赛的比赛。

检验前期训练成果 选拔队员外训外赛

全国滑雪登山交流赛结束

本报北京11月14日电(记者李洋)

2022年全国滑雪登山交流赛暨国家滑雪登山集训队外训外赛选拔赛13日在北京市乔波滑雪馆结束,选拔出的20名运动员将于本月底开启外训外赛,进一步提升队伍的竞技水平。

本次比赛由国家体育总局登山运动管理中心、中国登山协会主办,将运动员分为有滑雪登山训练经历组、无雪上项目训练经历组及其他雪上项目经历组3个组别,吸引了100余名高水平运动员和爱好者参加。其中,有滑雪登山训练经历的运动员参加短距离、个人越野两个项目,其余两个组别只参加垂直竞速项目。

垂直竞速赛在首个比赛日进行,赛道长度约300米,爬升约70米,对运动员的耐力和体能储备是巨大考验。第二天进行的是短距离赛,赛道长度约600米,爬升约70米。个人越野赛在最后一个比赛日进行,赛道总长度

约3000米,累计爬升约350米,这也是滑雪登山最复杂、最考验运动员综合能力的一个项目。经过激烈角逐,来自山东的选手梁启帆和国青队小将次且玉珍分别获得个人越野赛男子组、女子组冠军。“未来,我将继续努力,提升自己的专项水平,争取站在国际赛场上为国争光。”梁启帆赛后表示。

作为2026年冬奥会的新增大项,滑雪登山项目时隔78年重返冬奥会赛场,将在短距离男子、短距离女子和混合接力3个小项上产生3枚金牌。

为了备战2026年冬奥会,国家滑雪登山集训队今年8月在北京怀柔国家登山训练基地进行了首次全国性选材,共有36名运动员初步入选。随后经过为期两个多月的体能训练与陆地专项训练,队伍于10月底开启雪上训练,为新赛季参赛做好准备。接下来,国家滑雪登山集训队将进行外训外赛。

本版责编:塔怀阳 杨笑雨 李铁林

江西莲花:生态与经济共生共赢

走进地处江西省西部的萍乡市莲花县,秀美的莲江清水岸绿、鱼翔浅底、鹤鹭嬉戏,莲江两岸乡村绿、花开四季、游客如织,工业园内车流穿梭、机器飞转、工人忙碌……这一幅幅生态优、乡村美、产业兴、百姓富的动人画面,正是江西省莲花县在协同推进经济发展与生态保护中交出的绿色答卷。

近年来,莲花县牢固树立“绿水青山就是金山银山”的理念,统筹谋划、协调推进生态环境保护和经济社会发展,产业生态化和生态产业化实现齐头并进,生态美、生产旺、生活富的“三生”共赢画卷正在罗霄山脚下的中国莲花之乡精彩描绘。



莲花县六市乡蜜梨喜获丰收

江西有泽新材料科技有限公司

护治结合 环境展魅力

优质良好的生态是县域经济社会高质量发展的支撑点。近年来,莲花县紧紧围绕打造全域美丽、全民共享、全国闻名生态名县发展思路,压实生态保护治理责任,创新推行生态保护机制,以严格的纪律监督执行机制保证长江流域生态保护和高质量发展等重大战略的落地落实,以实绩实效护航生态文明建设。同时,莲花县在净气、清水、固土、降碳、防污染、强生态等方面积极作为,全面推行河湖长制、林长制、蓝天碧水净土治理和生态鄱阳湖流域建设行动,全力实施水环境治理、退化林修复、防护林扩面、废弃矿山修复、城镇生活污水处理等重大生态整治工程和项目。护治结合,让莲花县的“颜值”不断提升,生态底色越擦越亮,宜居指数越来越高。近年来,全县先后创建国家森林乡村4个、江西省森林乡村7个、江西省乡村森林公园8个、江西省省级生态乡(镇)13个、江西省水生态文

绿色赋能 产业添活力

依托良好的生态底蕴和不断提升的环境指数,莲花县大力度、高标准推动“两山”转化。近年来,莲花县不断巩固国家有机食品生产基地建设示范县成果,培育出以吉内得大米、胜龙牛业为代表的一批省级有机种养龙头企业,打造了“莲小花”农产品区域公用品牌,“莲花血鸭”、肉牛、白鹅、麻鸭等特色产业集群化发展,产业链不断延伸,产业集聚度明显提升。目前,全县拥有有机农业企业11家,认证“三品一标”农产品46个,蜂蜜、莲子、大米、白鹅等8个农产品入选《全国地域特色农产品普查备案名录》,有机食品产业产值突破7亿元,占农业总产

融合发展 旅游惠全域

打造以生态观光、瓜果采摘及休闲康养度假等为主的旅游产品,莲花县推出了“赏莲花、尝血鸭、踏青山、游莲江、仰红色”的生态主打旅游线路和服务,在农旅、农旅、花旅、茶旅、村旅等方面开展深度融合。围绕全域旅游生态游,莲花县编制了《莲花县全域旅游发展规划》《莲花县总体战略发展规划暨莲江乡村振兴示范带规划》和“多规合一”实用性村庄规划等规范方案,上线“漫游莲花”小程序,莲花县

文旅地图、“智慧闪石”数字乡村平台等数字化旅游工具,构筑“景城、景镇、景村”全域一体化生态旅游布局和发展体系,获评江西省首批“美丽活力乡村+乡宿”联动建设先行县和江西省文旅融合生态文明教学实践创新基地,“人在景中、景在城中、城在绿中”的景象在莲花县生态文明建设中逐步呈现。

迈上新征程,莲花县正努力让天更蓝、地更绿、水更清,生态更美好、环境更友好、产业更低碳、社会更和谐,全力为革命老区生态文明建设探索有益经验。

数据来源:中共莲花县委宣传部