

世锦赛中国游泳队再揽两金

覃海洋夺得男子50米蛙泳金牌 中国队夺得男女4×100米混合泳接力金牌



当地时间7月26日，中国队选手覃海洋在决赛中。当日，在日本福冈举行的2023年世界游泳锦标赛男子50米蛙泳决赛中，覃海洋以26秒29的成绩夺得金牌。

新华社记者 夏一方摄

本报日本福冈7月26日电（记者李洋）在日本福冈举行的2023年世界游泳锦标赛26日继续进行，中国队选手覃海洋在男子50米蛙泳决赛中夺得金牌，由徐嘉余、覃海洋、张雨霏和程玉洁组成的中国队夺得男女4×100米混合泳接力金牌。目前，中国队在游泳项目上共获得4金4铜。

本届世锦赛，覃海洋状态极佳，继24日以3次刷新亚洲纪录的方式夺得男子100米蛙泳金牌后，26日又将男子50米蛙泳金牌收入囊中。在预赛和半决赛中，他连续打破亚洲纪录晋级，将男子50米蛙泳的亚洲纪录提高到26秒20。

来到决赛，覃海洋凭借惊人的爆发力一

路领先，以26秒29夺得金牌，他的队友孙佳俊以26秒79摘得铜牌，银牌得主是美国队选手尼克·芬克。“这场比赛状态有点下滑，很幸运能拿到金牌，希望能在接下来的200米蛙泳中站上最高领奖台。”覃海洋赛后表示。

“我这个赛季在科学训练上花了不少心思，比如下水前的力量训练，小肌肉群的控制，大肌肉群的锻炼等。”在覃海洋看来，科学训练和心态转变对取得好成绩至关重要，他说，“以前对待游泳的心态更像是对待工作，现在完全是享受这项运动，做好每一个细节，不去过度纠结成绩。”

随后进行的男女4×100米混合泳接力共



当地时间7月26日，中国队选手徐嘉余、覃海洋、张雨霏和程玉洁（从左至右）在颁奖仪式后合影。当日，在日本福冈举行的2023年世界游泳锦标赛男女4×100米混合泳接力决赛中，中国队以3分38秒57的成绩夺得金牌。

新华社记者 许畅摄

有仰泳、蛙泳、蝶泳和自由泳4个泳姿，每队派出男、女运动员各两名参赛。东京奥运会上，中国队曾获得这个项目的银牌。此番决赛中，由徐嘉余、覃海洋、张雨霏和程玉洁组成的中国队发挥出色，以3分38秒57夺得金牌，澳大利亚队和美国队分别获得银牌、铜牌。

徐嘉余是两届世锦赛男子100米仰泳冠军，他在第一棒游出52秒42，仅次于美国队选手。愈战愈勇的覃海洋在第二棒追至第一，张雨霏在第三棒扩大领先优势。最后一棒，面对一众强手的猛烈追击，17岁小将程玉洁全力拼搏，中国队首次夺得该项目世锦赛金牌。这是中国游泳队在本届世锦赛上

收获的第四枚金牌。

“中国队曾刷新这个项目的世界纪录，也曾获得过很多奖牌。这一次，我们终于如愿把奖牌换成了金色。”张雨霏说。为了冲击这枚金牌，她当天上午还放弃了女子200米蝶泳预赛。如今，队员们全力以赴，配合默契，终于站上了最高领奖台。

此前进行的预赛，中国队派徐嘉余、闫子贝、王一淳和吴卿风出战，位列第四晋级决赛。决赛中，队伍更换了3名队员，派出更强阵容。“这说明我们的人才厚度不断提升，希望未来更多年轻队员能从我们手中接过接力棒，书写中国游泳新篇章！”徐嘉余表示。

次获胜就伴随一次“升级”，成功的经验激励樊振东继续闯关，不断迈向顶峰。

“及时找准并解决问题，对运动员能否继续攀向高峰至关重要”

7月4日，国际乒联公布今年第二十七周世界排名。由于2022年1月至6月的赛事积分到期，樊振东以210分的微弱差距“让出了”男单榜首位置。尽管如此，此前连续142周排名世界第一，说明了樊振东的强大实力。“这是对我持续付出的肯定，也是我继续努力的信心来源。”樊振东说。

樊振东清醒地认识到：“及时找准并解决问题，对运动员能否继续攀向高峰至关重要。”2022年成都团体世乒赛男团半决赛至今仍让樊振东难忘，当时，他在关键的第四盘以2:3输给日本队选手张本智和。赛后，他及时总结得失，认为应该提高乘胜追击、快速结束比赛的能力。

进入新奥运周期，中国乒乓球队队员来到同一起跑线，有了共同的目标。经历了去年一段较长时间的状态起伏，今年樊振东的精神面貌焕然一新。3月WTT世界乒联新加坡大满贯赛男单比赛，他先后战胜瑞典队名将莫雷加德以及队友王楚钦、马龙，成功卫冕。尤其是对阵莫雷加德大比分1:2落后时，樊振东在局间摘下护腰，放手一搏，连扳3局后获得最终胜利，拼搏精神打动人心。

每一名运动员都渴望在奥运赛场展现运动才华，参加巴黎奥运会也是樊振东的下一个目标。他期待在巴黎奥运会赛场上绽放激情，创造佳绩。

（梁琰参与采写）

运动人生

用，人们出门就能锻炼，“健身去哪儿”的问题有效缓解。

这样的探索比比皆是。如今，人们的健康意识越来越强，社会运动健身氛围越来越浓厚。这既是生活水平提高的必然结果，也承载着人们对美好生活的向往和追求。因此，如何保证全民健身公共服务的供给，促进群众健身普遍化和生活化，增强群众在运动中的获得感、幸福感，是一道必须用心答好的题目。

推进全民健身是一项长期任务，需要久久为功。持续激发人民群众的健身意愿，满足多样化的体育消费需求，需要下“绣花”功夫。为群众健身提供广阔的空间，为群众办实事在在在在谋福利，才能让人们更健康更幸福地享受美好生活。

核心阅读

走过10年、6届单项世乒赛的拼搏之路，樊振东逐渐成长为中国乒乓球男队的主力队员。参加巴黎奥运会是樊振东的下一个目标，他期待在巴黎奥运会赛场上绽放激情，创造佳绩。

“不论输赢，今天都打出了质量。”要通过比赛不断调整状态，努力让自己始终保持在世界前列。”北京时间7月10日，中国乒乓球男队队员樊振东在夺得WTT世界乒联球星挑战赛卢布尔雅那站男单冠军后表示。

一个多月前，樊振东在南非德班举行的2023年世界乒乓球锦标赛（以下简称“德班世乒赛”）男单比赛中成功卫冕，并同王楚钦搭档获得男双冠军。接连取得胜利，并非一帆风顺，卫冕之路上闯过了几道关，跨越了多少次“令人窒息”的紧张时刻，其中的艰辛超乎想象。

把时间线拉长到10年，6届单项世乒赛的参赛经历，将樊振东的意志锤炼得愈发坚韧。他相信，一个真正强大的自己并不意味着战无不胜，而是一个怀有足够坚定的信念去穿越输赢的波瀾，迎接一个又一个挑战。

“不到最后一分，谁都不会轻易放弃”

5月28日，德班世乒赛进行到最后也是最令人期待的男单决赛。经过71分钟的6局缠斗，樊振东以4:2战胜王楚钦成功卫冕。

团体观澜

推进全民健身是一项长期任务，需要久久为功。持续激发人民群众的健身意愿，满足多样化的体育消费需求，需要下“绣花”功夫

近年来，各地多措并举鼓励群众参与体育健身，为大众提供多样化的体育服务，下了不少“绣花”功夫。

为了调动群众参与体育锻炼的积极性，有的地方想出“金点子”。近日，陕西西安市发放500万元体育类电子消费券，市民领取

尽管世乒赛男单冠军已归属中国队，但球台两端的二人依然严阵以待，他们对胜利的渴望让比赛始终处于胶着对抗、分分必争的状态。尤其是第五局，王楚钦挽救5个赛点，延续了比赛的悬念。樊振东坦言：“不到最后一分，谁都不会轻易放弃，这就是竞技体育的魅力。”

大赛对决，比的是实力也是心态。作为队友，樊振东和王楚钦非常熟悉彼此的打法，但后者展现的技战术执行能力和对待比赛的坚决程度，还是超出樊振东的想象。面对冲击，樊振东稳住心态，在把自身实力优势发挥到极致的同时打出变化，夺冠水到渠成。

两年前在美国休斯敦世乒赛，樊振东夺得男单冠军，首次捧起圣·勃莱德杯。领

乒乓球运动员樊振东——

淡然看输赢 自信向未来

本报记者 孙龙飞

奖时，他举杯不稳让杯盖意外滑落的画面令人忍俊不禁。有球迷戏称“开盖有奖，再来一杯”。这一次，樊振东稳稳地举起奖杯，他自信又谦虚：“这个冠军只是对我这一段时间的肯定，还要全力以赴训练，迎接下一场比赛。”

从初露锋芒时的懵懂懵懂，到“不把年轻当借口”的不服输，再到学会从失败中汲取前进的力量，樊振东逐渐成长为中国乒乓球男队的主力队员。从大赛的历练中，他悟出胜利背后的意义：“全力付出之后拿到自己想要的冠军时，真的很美好。”

“面对复杂的局面和多变的对手，要更专注”

德班世乒赛男单决赛开始前，国际乒联

为马龙颁发了一座圣·勃莱德复制杯——这是对他连续3次夺得世乒赛男单冠军成就的表彰。此前，中国乒乓球队只有庄则栋获此殊荣。如今，樊振东也有了争取复制杯的机会：“我也要向马龙学习，争取把每一次比赛都发挥到极致，提升自己，永无止境。”

在马龙等队友创造辉煌战绩的时期，年轻的樊振东从同龄人中脱颖而出，有了“再往前冲一冲”的想法，一直以战胜他们为目标。想赢固然很好，但如果掌握不好“度”，反而会自乱阵脚，带来状态起伏。2021年举行的东京奥运会上，当时世界排名第一、势头正盛的樊振东在男单决赛中输给了马龙，没能如愿登顶。

“只顾着瞄准，却忽略了做好细节，冲得太盲目，到头来发现自己的步子走得没那么扎实。”遗憾不全是坏事，带给樊振东更多思考。他意识到：“面对复杂的局面和多变的对手，要更专注，多补上一个漏洞，就能在比赛中多一分胜算。”

德班世乒赛前，中国乒乓球队在四川成都封闭集训。樊振东进行了针对性训练，努力把自己的长处练到更强，同时注意补短板，增加应对方法。当比赛陷入被动局面，他就会从脑海的“数据库”里“调取”成功经验，帮助自己尽快渡过难关。同时，他逐渐学会释放压力，积极调整心态。

德班世乒赛，樊振东在男单比赛接连对阵打法不熟悉的对手，他果断出手逐渐“打开”状态；在男双1/8决赛险胜法国队勒布伦兄弟，对手的求胜心激发了他的斗志。每一

后，可在全市173家体育场馆使用。体育消费券的发放，激发了群众参与健身的热情，同时也带动了体育场馆的运营，进一步释放了体育消费潜力。

不仅要让群众“常健身”，更要让人们“会健身”。前不久，《2022年上海市全民健身发展报告》发布，从健身设施、健身组织、健身生活、健身指导、体质健康、市民参与6个维度进行打分，以数据形式清晰展现市民群众参与

推进全民健身要下“绣花”功夫

王博

体育锻炼的情况。报告指出，截至2022年底，上海市共有在册社会体育指导员62086名。他们在组织社区体育活动、指导群众科学健身等方面发挥了重要作用，群众参与与体育活动的科学性和安全性得到有效保障。

推进全民健身，还需在解决难点问题上持续发力。例如，不少地方利用城市边角地块，建造口袋体育公园。河湖沿岸、废旧厂房、高架桥下……城市边角地得以充分利

喜迎大运 展风采

本报成都7月26日电（记者孙龙飞、李凯旋）“青春绽放——世界大学生运动员人文交流活动”启动仪式26日晚在四川大学博物馆新馆举行。

该活动由中央宣传部（国务院新闻办公室）、教育部、四川省人民政府主办。

当晚，“国宝新韵”博物馆文创大集、“大运记忆”外国青年影像计划、“悦读中国”文化精品展示、“魅力非遗”中国非遗文化体验活动等一系列人文交流活动正式发布。

启动仪式上，京剧《原神：神女劈观》再度亮相，箜篌联奏中外名曲，中外青年共唱大运歌曲，呈现传统与现代、东方与西方的文明对话交流。

据悉，作为本次交流活动的重要项目之一，“青春In Time”——成都第31届世界大学生夏季运动会运动员联欢会将于29日晚在大运村东盟艺术中心剧场举行，以国风、民乐、川江号子、说唱、街舞、电声等多元形式，为大学生运动员提供交流互动、增进理解、深化友谊的舞台。

“这是一个非常有意义和激动人心的时刻，各种文化在此碰撞。我认为大运是一个可以体现人类命运共同体内涵的好机会。”国际大体联青年记者计划导师里卡尔多·罗马尼说。

蹴鞠、投壶、射箭、空竹……活动现场，外国大学生饶有兴致地体验起了中国传统体育项目。由故宫博物院、中国国家博物馆等20余家国内知名博物馆联合举办的文创联展也将活动气氛推向高潮。

“博物馆文创大集将体育与文化等进行多态链接，是真正的年轻态。”北京画院院长、策展人吴洪亮在启动仪式现场发言说，“一组信笺、一只香囊、一个玩偶甚至是小小的冰箱贴，都会让中华文化散发新光彩、传递新能量。”

“成都第31届世界大学生夏季运动会的举办，更使得这个城市荡漾着青春的力量，生气勃勃。”作家阿来作为活动受邀嘉宾发言说，国际运动盛会的召开，为中华民族与全世界和平交往搭建了广阔桥梁。

人文交流系列活动正式开启后，成都大运村将会愈加热闹非凡。活动试运行期间，大运村内已经有不少运动员呼朋唤友地来到体验场所，跟非遗传承人学皮影、画脸谱、穿汉服……“来自世界各地的运动员拥有不同文化、不同语言，而体育能很好地消除‘不同’，建立联结。”曾多次参加“汉语桥”比赛的埃及留学生刘正曦感慨，大运也是极好的文化交流机会。

在现场，四川大学博物馆联合北京大学赛勒考古与艺术博物馆、中山大学博物馆等国内6家大学博物馆向参加本次大运会的全体运动员发出终身免费参观的邀约。

成都大运火炬传递圆满完成

本报成都7月26日电（记者孙龙飞、宋豪新）26日，成都第31届世界大学生夏季运动会（以下简称“成都大运”）火炬传递成都站在西南交通大学（九里校区）、成都理工大学、成都大学和东安湖体育公园举行。至此，成都大运火炬传递圆满完成在全国25所高校和开幕式举办场地的活动。

上午9时，起跑仪式在西南交通大学（九里校区）进行，第一棒火炬手汤荣杰高举火炬开始传递。随后，火炬来到成都理工大学、成都大学和东安湖体育公园，由124棒（128名）火炬手共同完成传递。

13时，成都大运火炬传递收火仪式在东安湖体育公园进行。成都大运执委会有关负责人以及火炬手代表等共同启动“蓉火筑梦”成都大运火炬传递特展活动，火炬传递26个点位赠予成都市的纪念品将在成都大运博物馆展陈。

6月8日，成都大运火炬传递启动仪式在成都天府国际机场举行，6月10日，火炬传递在北京大学正式开始，7月2日“蓉火”回到成都开启市内传递，7月26日完成收火……成都大运火炬传递历时49天，在800名火炬手的接力下，最终圆满完成了在国内25所高校和东安湖体育公园的活动。

成都大运村“汉语桥”中文学习互动体验区揭幕

本报成都7月26日电（记者孙龙飞、王永成）26日，由教育部中外语言交流合作中心、中国大学生体育协会和成都大学共同主办的“汉语桥”中文学习互动体验区在成都大运村正式揭幕。

为了让来自世界各地的青年运动员在参赛之余进一步了解中国语言文化，教育部专门在成都大运村设立“汉语桥”中文学习互动体验区，开展“语你同行，畅享大运”主题活动。体验区设置了学说中国话、学写中国字、学做中国菜、学唱中文歌和中外高校徽章交换等互动内容。

教育部副部长、成都大运组委会副主席陈杰表示，这些形式多样的语言文化交流活动为各地青年提供了学习中文的平台，搭建了语言之桥、文化之桥、友谊之桥和心灵之桥。“希望广大青年朋友们在成都成就梦想、收获友谊，留下一段美好的记忆。”

据了解，目前已有180多个国家和地区开展中文教学，83个国家把中文纳入国民教育体系，开设中文课程的各类学校和培训机构有8万多所，正在学习中文的人数超过3000万。

女足世界杯小组赛首轮结束

本报阿德莱德7月26日电（记者陶相安、陈晨曦）当地时间7月25日，在2023年女足世界杯H组的一场小组赛对决中，哥伦比亚女足以2:0战胜韩国女足，至此，本届赛事小组赛首轮比赛全部结束。

小组赛首轮16场比赛总共打进34粒进球，只有两场比赛以平局结束。据国际足联统计，本届赛事前16场比赛的总上座人数为459547人，场均上座人数为28721人，与2019年法国女足世界杯前16场比赛相比增长了54%。