

中国网协选手袁悦3周内世界排名提升31位

“无论胜负，我都会全力去拼！”

本报记者 李硕

在3月18日公布的最新一期WTA(国际女子网球协会)世界排名中,25岁的中国网协球员袁悦排在第三十七位。

此前她在WTA250奥斯汀站夺得女单冠军,又在WTA1000印第安维尔斯站战胜两名世界排名前五的球员,闯入女单八强,3周内她的世界排名提升了31位。

“比赛成绩也许起伏,但我会始终倾尽全力。”袁悦说,“在低谷时也相信可以赢回来。无论在哪个阶段,保持平常心最重要。”袁悦希望能一直保持良好的心态,勇敢应对各种挑战。

孤身出国参赛磨砺自己

1998年,袁悦出生于江苏省扬州市,10岁开始学习打网球。袁悦青少年时期的成绩并不出彩,进入成人赛场后,也曾长期在低级别赛事中徘徊。而很多同龄选手进入了世界排名前100,并在巡回赛中历练成长。

低谷中,袁悦没有失去信心,她始终坚持训练,努力提升自己。2021年10月,她作出决定,孤身出国参赛磨砺自己。

400多天,辗转20多个国家和地区参加35站比赛,袁悦的世界排名从300位开外提升到第七十四位。

孤身出国参赛,锻炼了袁悦处理复杂局面的能力。“生活中的困难,远比球场上的困难要多。这些困难都能克服,到了球场上自然更有勇气。”袁悦认为这次“奇妙的冒险之旅”磨炼了她的意志,让她能更加乐观地应对赛场上的一切。

核心阅读

袁悦青少年时期的成绩并不出彩,进入成人赛场后,也曾长期在低级别赛事中徘徊。低谷中,袁悦没有失去信心,她始终坚持训练,努力提升自己。2023赛季以来,她全面进入巡回赛,不断创造好成绩。

旅程的末端,袁悦经历了一段瓶颈期。2022年法网前,她“几乎没怎么赢球”,但挺过那段低谷期,她迎来了好状态。2022年法网,她从资格赛突围,连胜5场,一路闯入女单32强,获得球迷广泛关注。

在大满贯赛场初露锋芒,不仅让袁悦增强了自信,更给予她前行的动力。从2022年法网到当年年底,袁悦两个月内取得20胜5负的战绩,胜率占到全年的一半。

袁悦并不认为法网是她运动生涯的转折点,“此前我已经做了很长时间铺垫,每天都在努力,我相信好状态迟早会来。”袁悦说,“我一直坚信,成功不取决于你某一天做了什么,而取决于你每一天做了什么。”

持久努力、全力拼搏,迎来绽放。2022年,袁悦5次闯入国际网球联合会(ITF)赛事女单决赛,获得2个冠军和3个亚军。随

着世界排名提升,袁悦在2023赛季全面进入更高级别的巡回赛,在更广阔舞台迎接更大挑战。

首夺巡回赛女单冠军

参加巡回赛意味着要挑战实力更强的对手,还处在适应期的袁悦在2023赛季多项赛事中止步首轮。

2023年9月的宁波公开赛,袁悦首轮比赛未能过关。那时她在过去的7场比赛中只取得一场胜利。赛后袁悦说:“最近比赛打得有些崩溃。希望大家记得我现在的样子,未来也督促我一步步克服困难,重新调整自己,再打回来!”

带着这样的信念,袁悦从世界排名140位以外的位置重新出发。已退役网球名将郑洁的教练张宇也加入到袁悦的团队中,让她的技术有了明显提升。

随后的中国网球公开赛女单首轮,袁悦战胜了比利时名将梅尔滕斯,这是她运动生涯首胜世界排名前三十的球员,也是她第一场WTA1000正赛胜利。之后她在WTA250首尔站获得女单亚军,找回了自信。2023年底,袁悦的世界排名来到第七十六位。

经过冬训,袁悦的体能储备得到提升。2024年1月,她在WTA250霍巴特站闯入女单四强。3月的WTA250奥斯汀站,袁悦展现了良好状态,夺得运动生涯首个WTA巡回赛女单冠军,世界排名提升了19位。

“我开心的不只是赢下这一场比赛,而是有一个持续高水平的发挥。”袁悦赛后表示。

渴望继续展现良好状态

袁悦带着奖杯和好状态来到WTA1000印第安维尔斯站,晋级女单八强,继续刷新个人在WTA1000级别赛事的最佳战绩。虽然在1/4决赛负于美国名将高芙,但袁悦的世界排名再度提升,首次进入前四十。

本站比赛,袁悦先后战胜了中国网协选手郑钦文和俄罗斯选手卡萨金娜这两名世界排名前十的球员。

与卡萨金娜的比赛打满3盘,袁悦表示:“我比以往做得好的地方,就是不管多累仍保持自信,努力去拼。”自信源于韧劲和拼劲,袁悦在比赛中始终抱着要比对手多打一拍的态度,“对阵比我排名高的球员,我没有理由不倾尽全力去拼。”这场比赛获胜后,袁悦首次晋级WTA1000级别赛事女单八强。赛后她和新教练赫尔南德斯相互祝贺,而两人合作的第一站比赛就是袁悦夺冠的奥斯汀站。“我是他带的首名职业球员。”袁悦说。

今年澳网后张宇与袁悦结束了合作,北美赛季前,袁悦临时签约了来自多米尼加的前ATP球员赫尔南德斯。“奥斯汀站比赛是我作为教练参加的第一站WTA巡回赛,袁悦就夺得了女单冠军,很开心。”赫尔南德斯说,“感谢她信任我。”

目前,在本赛季WTA巡回赛连胜榜上,袁悦以9场连胜排在第三位,而她渴望在更大舞台展现良好状态。她说:“希望未来有更多机会跟世界排名前十或大满贯冠军球员同场竞技。无论胜负,我都会全力去拼!”

体坛观澜

运动员在竞技场上的出色表现,助力运动项目普及及推广,为项目发展注入活力。以赛事为媒介,激励和带动更多人参与体育、热爱体育,是竞技运动社会价值的重要体现

3月17日,世界乒乓球职业大联盟(WTT)新加坡大满贯赛结束,中国乒乓球队包揽5个项目金牌,展现了实力。作为WTT旗下高级别赛事,比赛为运动员提供了竞技舞台,同时对推广普及乒乓球项目发挥了重要作用。

新加坡大满贯赛创办3年以来,中国队获得了全部比赛金牌,成绩优异。进入巴黎奥运会的冲刺阶段,各协会选手格外珍惜锻炼机会,积极调整状态,不少比赛过程跌宕起伏。名将奋力拼搏,新锐展现风采,运动员在比赛中每球必争,很多场次比赛胜负悬念保持至最后一刻,让人感受到乒乓球运动的魅力。

本次赛事期间,残疾人比赛同步举行,残疾人运动员为实现运动梦想努力拼搏的画面令人感动。扩大赛事覆盖面,为残疾人提供奖金,这些举措有利于乒乓球运动的推广。中国队选手林高远在训练结束后,欣然接受意大利残疾人运动员合练邀请,传递了体育的温暖。

场上扣人心弦的较量与场下热情友好的交流,汇聚成体育赛事的精彩。赛场上的运动员对所从事的项目怀有深深的爱,他们也是项目发展的“宣传大使”。本次赛事期间,中国队、匈牙利队、斯洛文尼亚队等队伍的选手走进新加坡青少年乒乓球训练营,与小队员分享训练心得、比赛经验。中国队选手孙颖莎、林诗栋在比赛结束后与球迷热情互动,展现了中国运动员阳光自信的青春风采。

运动员在竞技场上的出色表现,助力运动项目普及及推广,为项目发展注入活力。以赛事为媒介,激励和带动更多人参与体育、热爱体育,是竞技运动社会价值的重要体现。

从提供高水准的观赛体验,到激励更多人参与运动,服务全民健身,乒乓球运动带给人们快乐和健康,为人们的生活添彩。

借力赛事推动项目普及

孙龙飞

短道速滑世锦赛

中国队共获得4枚金牌

本报北京3月18日电(记者李洋、季芳)当地时间17日,2023—2024赛季国际滑联短道速滑世锦赛在荷兰鹿特丹结束了最后一个比赛日的争夺。中国队接连夺得混合接力冠军与男子5000米接力冠军,在本届赛事上共收获4枚金牌。

本届世锦赛是本赛季短道速滑项目的收官赛事,共设9个项目,中国队派出12名队员参赛。

当天进行的混合团体接力决赛,中国队派出范可新、公俐、林孝俊和刘少昂出战,最终以2分37秒697的成绩夺得金牌。男子5000米接力竞争激烈,中国队以7分18秒468的成绩夺得金牌。

在前一日进行的男子1500米决赛中,率先冲线的韩国队选手黄大宪被判超越犯规,紧随其后出发的中国队选手孙龙夺得金牌。在男子500米决赛中,林孝俊全程领滑,以41秒592的成绩夺冠。

全英羽毛球公开赛

郑思维/黄雅琼夺得混双冠军

本报北京3月18日电(记者孙龙飞)当地时间17日,世界羽联世界巡回赛全英公开赛在英国伯明翰结束。中国羽毛球组合郑思维/黄雅琼夺得混双冠军。

作为本次比赛混双项目头号种子,郑思维/黄雅琼在晋级之路上的4场比赛一局未丢,展现良好状态,他们的决赛对手日本队组合渡边勇大/东野有纱实力不俗。双方在决赛第一局的前半段展开激烈角逐,12:12之后,郑思维/黄雅琼确立优势,以21:16胜出;第二局,他们没有给对手太多机会,最终以总分2:0战胜对手,夺得冠军。

女单决赛,日本队选手山口茜在第二局因伤退赛,西班牙队名将马林夺冠。印尼队选手乔纳坦以2:0战胜队友金廷,夺得男单冠军,印尼队组合阿尔菲安/阿迪安托获得男双冠军,韩国队组合白荷娜/李绍希获得女双冠军。

中国女子篮球联赛全明星周末正赛

南区明星队战胜北区明星队

本报北京3月18日电(记者陶相安)2023—2024赛季中国女子篮球联赛(WCBA)全明星周末正赛17日在杭州奥体中心体育馆进行,南区明星队以119:105战胜北区明星队,南区明星队韩旭当选最有价值球员。

全场比赛,韩旭得到37分,并抢下7个篮板,当选全明星正赛最有价值球员。在当日进行的单项决赛中,李双非夺得技巧挑战赛冠军,黄思静夺得三分球大赛冠军。

本赛季围甲联赛决赛将开赛

本报北京3月18日电(记者郑轶)17日,本赛季中国围棋甲级联赛季后赛冠军区半决赛结束。龙元明城杭州队和深圳龙华队分别淘汰各自对手,晋级决赛。两队将于23日和25日通过两回合比赛决出总冠军。

半决赛面对上届冠军苏泊尔杭州队,龙元明城杭州队经过两回合比赛,以总比分6:2胜出。另一场半决赛,首回合3:1获胜的深圳龙华队,次回合以相同比分再胜深圳聂卫道围棋队。

本版责编:塔怀扬 王博 刘佳华



快乐运动 多彩童年

近年来,湖南省怀化市通道侗族自治县幼儿园积极推行运动教学模式,开展丰富多彩的体育活动,让孩子们在跑、跳、爬等活动中增强体质。

图为日前,孩子们进行“体能大循环”训练。

李尚引摄(人民视觉)

巴黎奥运会跆拳道项目亚洲区资格赛 中国队收获第六个奥运参赛席位

本报记者 刘硕阳

3月15日至16日,2024年巴黎奥运会跆拳道项目亚洲区资格赛在山东泰安的泰山国际会展中心进行,每个级别的前两名将获得巴黎奥运会的参赛资格。在16日下午的男子+80公斤级比赛中,宋兆祥为中国队拿到巴黎奥运会的参赛资格。

跆拳道奥运会资格赛,有严格的参赛限制。男、女各4个级别中,每个国家(地区)奥委会只要获得两个名额便被认定为该性别满额参赛,而只有未实现男、女全部满额参赛的奥委会才可参加洲际资格赛。此前,通过奥运积分排名和世跆联大满贯积分排名两种方式,中国跆拳道队已获得了女子全部4个级别及男子-68公斤级共5个巴黎奥运会参赛资格,男子+80公斤级的宋兆祥成为中国队参加本次资格赛的唯一选手。

共有8名选手争夺两个男子+80公斤级的巴黎奥运会参赛席位,赢两场就能出线,对奥运排名第十一位的宋兆祥来说,正常发挥就能如愿。16日上午的1/4决赛,对手是奥运排名300名开外的吉尔吉斯斯坦队选手阿克巴·艾塔胡诺夫,但宋兆祥却表现得过于谨慎,首回合还剩半分钟时甚至还以0:1落后。好在最后他还是以2:1赢下了首回合,并在第二回合以6:1获胜,晋级半决赛。16日下午的半决赛,对手是中国台北队选手李孟恩,宋兆祥从比赛一开始便表现得积极主动,最终以2:0获得胜利,为中国队拿到巴黎奥运会跆拳道项目第六个参赛资格。

27岁的宋兆祥去年夺得了杭州亚运会冠军,在世锦赛等世界大赛的赛场上,他只在2019年、2022年收获了两枚世锦赛铜牌。宋兆祥说:“我拿了两次世锦赛铜牌了,在巴黎奥运会赛场,我想创造更好的成绩。”

滑雪登山青年世界杯比赛结束 中国队位列本赛季总积分榜第五

本报记者 李洋

北京时间3月18日,滑雪登山青年世界杯挪威站比赛在挪威莫尔德结束。经过5天的激烈角逐,中国队收获4金2铜。

本次比赛设置个人项目和混合接力项目,其中,个人项目包括垂直竞速、短距离和个人越野赛3个小项,下设U18(18岁以下)、U20(20岁以下)两个组别。共有来自中国、法国、意大利、奥地利、瑞士等17个国家和地区的106名选手参赛。

近一年来,中国队小将次旦玉珍进步很快。2023年2月,她首次参加国际比赛,就夺得青年世界杯U18组女子个人越野赛和垂直竞速赛冠军。本站青年世界杯,次旦玉珍发挥出色,再次将两个项目的金牌收入囊中。

U20组男子个人项目中,中国队选手布鲁尔表现可圈可点。在率先进行的垂直竞速赛和短距离赛中,他分别获得第九名和第七名。个人越野赛共进行5次攀登和5次滑降,

赛段全程接近10公里,十分考验运动员的综合能力。布鲁尔全力拼搏,最终以59分15秒的成绩夺得金牌。

混合接力赛是2026年冬奥会比赛项目,本次比赛中国队派出次旦玉珍和布鲁尔参赛。决赛采用接力形式,每名选手进行2圈比赛。次旦玉珍以第二名的成绩完成第一圈,布鲁尔在自己的棒次追至第一。第二圈的竞争更为激烈,次旦玉珍保持领先,布鲁尔和法国队选手展开激烈竞争,最终凭借出色的耐力和滑行技巧,以领先对手12秒的优势率先冲过终点,中国队夺得金牌。

挪威站比赛过后,本赛季滑雪登山青年世界杯比赛全部结束。中国队参加了4站比赛中的两站,最终位列总积分榜第五。“接下来,我们将努力补短板,为下个赛季的奥运资格赛和世锦赛做准备。”国家滑雪登山集训队副领队张耀华表示。