



强！跳水男双十米台夺冠

本报记者 孙龙飞

中国体育代表团再添两金



103.23分！看到最后一跳的超高得分，中国跳水队教练陈若琳和蒯萌萌连连鼓掌。

当地时间7月29日，跳水项目男子双人十米台决赛在巴黎水上运动中心举行，中国队组合练俊杰/杨昊以490.35的高分夺得冠军。“这一回终于梦想成真了！”练俊杰激动地说。

决赛中，上届冠军英国队第六位出场，这给紧随其后的中国队组合带来了一定压力。不过，经验丰富的练俊杰和杨昊从第一跳开始就占据领先位置，随后不断将优势扩大并保持到最后。490.35的总分，超越了东京奥运会和近三届游泳世锦赛该项目的夺冠成绩。

“对手的出色发挥激发了我们的潜能，我们经受住了考验。”杨昊在赛后说。

自2000年悉尼奥运会至今，中国跳水队在7届奥运会中5次夺得男子双人十米台金牌，上届奥运会以1.23分之差摘得银牌。2021年底，练俊杰和杨昊搭档，肩负起男子双人十米台的重任。

进入巴黎奥运周期，由于伤病较多，杨昊在个人动作难度上做了减法。在教练团队和保障团队的帮助下，杨昊在逐渐恢复状态的同时，不断完善技术动作，心态也愈发成熟。在今年2月举行的多哈游泳世锦赛上，他在男子十米台项目中拿到了首枚世锦赛个人金牌。

而对练俊杰来说，则需要提升动作难度，首要难关就是攻克难度系数达到3.6的207B(向后翻腾三周半

屈体)。想要在短时间内提高，只能靠“磨”。那段时间，主教练陈若琳抓得很紧，帮助他一遍遍打磨细节。

2022年4月的队内测验，只练了40多天207B的练俊杰，在这一跳中拿到了高分，出色的发挥给队伍带来惊喜。

练俊杰攻下207B，提升了他和杨昊在男子双人十米台上的实力，两人的配合也越来越默契。“彼此多鼓励，有问题就一起解决。”杨昊说。

今年2月，练俊杰和杨昊首次在世锦赛上演207B，虽然82.08分难言完美，但是凭借其他动作的出色呈现，最终他们连续第三次夺得该项目冠军，为备战巴黎奥运会增添了信心。

中国跳水队成绩优异，如何放下心理包袱，从容应对比赛，是摆在每一名队员面前的难题。练俊杰和杨昊都是首次踏上奥运赛场，面对外界期待，他们唯有全力以赴。

决赛中，练俊杰和杨昊把握节奏，力求把每一跳做到最好。“每一次训练都到位了，就有足够的信心迎接挑战。”杨昊说。

巴黎奥运会开幕以来，中国体育代表团选手在赛场上不断实现突破。

当地时间7月28日，在滑板女子街式比赛中，14岁的中国选手崔宸曦获得第四名，创造了中国队在该项目上的最好成绩。

当地时间7月27日，在巴黎奥运会4×100米自由泳接力比赛中，由杨浚瑄、程玉洁、张雨霏、吴卿凤组成的中国女队夺得铜牌，由潘展乐、季新杰、陈俊儿、王浩宇组成的中国男队获得第四名，双双刷新了中国队该项目的最好成绩。

滑板女子街式、4×100米自由泳接力并非我国竞技体育的优势项目，运动员们用拼搏和奋斗实现了突破。他们的优异表现鼓舞人心，人们被体育精神打动，为中国体育事业的发展而自豪。

突破，不限于成绩。夺得金牌、刷新纪录是突破，初登奥运赛场、晋级决赛同样也是突破。追求突破是奥林匹克精神的体现，实现突破提振了运动员的信心。谈及未来的打算，崔宸曦表示：“因为喜欢，会一直滑下去。”突破之后，更要保持冷静，王浩宇说：“能够顺利完赛感觉不错，但还要进一步努力。”

回望中国体育代表团参加奥运会的历程，首次参赛、首次夺得金牌……正是一代代体育人的拼搏、传承与突破，助推我国体育事业不断攀上高峰。

敢于拼搏、为国争光的精神，激励着我国运动员努力实现新的突破。正是无数个勇于追梦、敢于突破的身影，汇聚起中国体育事业发展的澎湃力量。

为突破喝彩，为拼搏加油。巴黎奥运会上，运动员们正在书写新的奋斗故事。

为突破喝彩
为拼搏加油

厉衍飞

稳！射击男子10米气步枪摘金

本报记者 季芳

19岁的中国选手盛李豪又一次创造佳绩。当地时间7月29日进行的巴黎奥运会射击项目男子10米气步枪决赛中，他打出了252.2环的好成绩，夺得金牌的同时，也刷新了该项目奥运会纪录。

站上最高领奖台，盛李豪展露笑容。在高手云集的决赛场上，他的表现堪称精彩。第一组5发子弹过后，盛李豪就名列第一，并凭借稳定发挥将优势保持到了最后。

这也是盛李豪在本届奥运会上拿到的第二枚金牌。当地时间7月27日，他与队友黄雨婷为中国体育代表团拿到巴黎奥运会首金。两天后再度登上决赛场，盛李豪的心态依旧平稳。“走下领奖台就是新的开始。”他说。

“盛李豪心无旁骛，很少受外界干扰，这是他能连创佳绩的重要因素。”主教练姚焯评价。

盛李豪是人们眼中的天才运动员。进入国家队5年多，他两度拿到奥运会参赛资格，在人才济济的中国射击队，这是相当难得的成绩。2020年，他从零积分开始一路闯关，在多场选拔赛中夺得冠军，搭上了通往东京奥运会的“末班车”。东京奥运会上，他以一枚银牌完成了自己的奥运首秀，成为奥运会射击项目历史上最年轻的奖牌获得者。

在东京奥运会上取得佳绩，让盛李豪信心倍增。“更清楚自己的目标了，在训练和比赛中也更加专注。”他说。进入巴黎奥运周期，他的竞技状态稳步

提升，多次在世锦赛、世界杯等国际大赛中夺得冠军。2024年，他在奥运会前的世界杯分站赛中夺冠，并刷新了决赛的世界纪录。

“这个周期，盛李豪更加成熟沉稳，也更有责任感。”姚焯表示，训练场上的盛李豪认真刻苦，有股倔强劲儿。正是这股劲头，让他在射击赛场不断前行。

在盛李豪看来，每一次训练和比赛都是宝贵的成长机会。虽然已拥有奥运冠军的头衔，但他并没有放松对自己的要求。走下领奖台，他默默复盘：“比赛中还是有一些不足，需要好好总结。”

盛李豪夺金之前，在巴黎奥运会射击项目女子10米气步枪决赛中，中国选手黄雨婷获得银牌，以一金一银结束了自己的首次奥运之旅。决赛中，她打出了251.8环的成绩，追平该项目的奥运会纪录。

决赛开始后不久，黄雨婷和韩国队选手潘秀珍就稳稳占据前两名的位置。倒数第三枪，黄雨婷出现失误，打出了9.6环，被对手反超。黄雨婷并没有放弃追赶，决赛最后一枪，她以10.5环成功将比分追平。

两名选手又一次站到同一起跑线。加时赛中，潘秀珍打出10.4环，黄雨婷打出10.3环，黄雨婷以0.1环之差负于对手，摘得银牌。

“奥运会的氛围和其他比赛不同，关注度很高，在这种情况下要做好自己并不容易，未来我还要继续努力。”黄雨婷说。

站上奥运赛场，3名中国姑娘敢打敢拼，顺利晋级决赛。

与韩国队对决，中国队在前两轮以总比分0:4落后。困难时刻，队员们依然面色沉静，一箭一箭去拼。此时韩国队出现波动，中国队抓住机会奋力追赶，将总比分扳成4:4。加时赛的单箭决胜，中国队最终被对手超出2环。

站上领奖台，队员们情绪复杂，有骄傲，有遗憾，也对未来充满希望。团体赛之后，中国射箭女队还将出战个人赛。“继续努力，勇敢挑战，梦想总有实现的一天。”杨晓蕾说。

选手迅速成长，逐渐挑起大梁。

今年射箭世界杯分站赛，中国射箭女队两次战胜韩国队夺冠，大大增强了自信心。备战奥运阶段，全队目标明确，不断磨合状态。“不管领先还是落后，都要专注于每一支箭。”大家互相提醒。

本次阵容中，只有杨晓蕾参加过奥运会。

女子100米蝶泳 张雨霏获得铜牌

本报巴黎7月29日电 (记者孙龙飞)当地时间28日晚，在巴黎水上运动中心举行的女子100米蝶泳决赛中，中国选手张雨霏以56秒21的成绩获得铜牌。继东京奥运会摘银后，张雨霏再次站上该项目奥运会的领奖台。

张雨霏在比赛前半程发挥较好，前50米她用时25秒42，仅比率先触壁转身的世界纪录保持者、美国队选手沃尔什慢了0.02秒。进入后半程，张雨霏稍显乏力，另一名美国队选手胡斯克最终夺得冠军。

在国际泳坛，女子100米蝶泳项目的竞争异常激烈。巴黎奥运周期，张雨霏在该项目上的主要对手不断变换，但她的成绩始终比较稳定，在世界比赛中从未跌出前三，在亚洲和全国比赛中一直是冠军。“面对更年轻选手的挑战，张雨霏始终保持高水平，她在训练中非常刻苦。”教练崔登荣说。

东京奥运会，张雨霏在个人单项上收获女子200米蝶泳金牌和100米蝶泳银牌，夺得100米蝶泳奥运金牌一直是她的目标。这次没能如愿，张雨霏把目光投向未来，“我会调整好心态，从容面对接下来的比赛。”她说。

图①：当地时间7月29日，中国体育代表团选手盛李豪在巴黎奥运会射击男子10米气步枪决赛中。

图②：当地时间7月28日，中国体育代表团选手张雨霏在巴黎奥运会游泳女子100米蝶泳决赛中。

图③：当地时间7月29日，中国体育代表团选手练俊杰(前)/杨昊在巴黎奥运会跳水男子双人十米台决赛中。

图④：当地时间7月28日，中国体育代表团选手安琦轩在巴黎奥运会射箭女子团体决赛中。

射箭女子团体中国队收获银牌

本报巴黎7月29日电 (记者郑轶)当地时间28日，巴黎奥运会射箭女子团体决赛战至加时赛。比赛氛围愈加紧张，一队一箭，交替进行，全场观众屏息观看。27:29，中国队以两环之差失利。最终，由李佳蔓、杨晓蕾、安琦轩组成的中国射箭女队以总比分4:5负于韩国队，摘得巴黎奥运会射箭女子团体银牌。

从1988年奥运会设立射箭女团项目至今，韩国队已连续9届获得金牌。中国射箭女队此前曾4次获得亚军，但近两届奥运会未能获得奖牌。巴黎奥运周期，经历新老交替的中国射箭女队重新出发。韩国籍主教练权容学带来新的训练理念和方法，帮助队员们提高水平、增强技术稳定性。经过多项大赛的磨练，队中年轻

本版统筹：塔怀吟
十版责编：巩育华 唐天奕 翟钦奇
十一版责编：季健明 徐雷鹏 何昭宇
版式设计：蔡华伟 沈亦伶