

体育大看台

全国游泳冠军赛暨世锦赛选拔赛落幕

检验冬训成果 蓄力国际大赛

本报记者 孙龙飞

核心阅读

全国游泳冠军赛暨世锦赛选拔赛日前在山东青岛落幕，中国游泳选手通过比赛检验了冬训成果，基本实现了备战游泳世锦赛和东京奥运会的目标。

比赛中，浙江队选手何峻毅夺得男子100米自由泳冠军，辽宁队小将王简嘉禾收获了女子自由泳3个人单项冠军，表现抢眼。复出不久的浙江队名将叶诗文连夺三冠，让人对她在世界大赛中的表现寄予更多期待。浙江队名将孙杨报名参加了男子自由泳4个项目并全部夺冠，状态稳定。

还有不到4个月的时间，在韩国光州举行的游泳世锦赛将拉开帷幕，明年的东京奥运会也不远了，备战这两项大赛成为中国游泳选手当下最重要的任务。

3月31日，为期8天的全国游泳冠军赛暨世锦赛选拔赛在山东青岛落下帷幕，本次比赛共有来自全国各地的25支队伍500余名运动员在泳池中展开角逐。从成绩来看，本次比赛基本实现了备战目标，其中有一项亚洲纪录(女子800米自由泳)和两项全国纪录(女子800米自由泳和男子50米蛙泳)被刷新，老将发挥稳定，新秀未来可期。

何峻毅、王简嘉禾表现抢眼

在本次比赛之前，人们对浙江队选手何峻毅并不熟悉。而当他以48秒10的成绩夺得男子100米自由泳冠军时，现场的观众沸腾了。半决赛就游出48秒29，以第一名身份晋级决赛的何峻毅，在决赛中广东队名将余贺新展开激烈较量。50米转身时，何峻毅还落后排在第一位的余贺新0.25秒，后半程他奋起直追，最终以0.75秒的优势夺冠。教练朱志根说，在长距离项目有氧训练中打下的坚实基础，让何峻毅能够在短距离项目比赛的后半程具备较强的冲刺能力。

去年才开始转战短距离自由泳的何峻毅进步飞快，被朱志根称为“潜力股”。男子100米自由泳的亚洲纪录和全国纪录是由宁泽涛在2014年全国游泳锦标赛上创造的47秒65，何峻毅本次决赛成绩逼近48秒大关，这是自2017年全运会之后中国运

动员在这一项目上的最好成绩。“到目前为止，这是全部实力的体现，但我会争取突破48秒这个门槛。”何峻毅说。

辽宁队小将王简嘉禾在此次比赛中收获了女子400米、800米和1500米自由泳3个人单项冠军，并以8分14秒64的成绩打破了河北队李冰洁在布达佩斯游泳世锦赛上创造的800米自由泳亚洲纪录。这是本次比赛中仅有的一项亚洲纪录，却是王简嘉禾在不到一个月时间内拿下的第二个亚洲纪录——当地时间3月6日，她在美国职业游泳系列赛得梅因站上以15分46秒69的成绩将李冰洁保持的女子1500米自由泳亚洲纪录缩短了6秒多。

破纪录成为人们对王简嘉禾在比赛中的期待，但她自己却总说“没想到”，比赛时想得最多的是“按照自己的节奏游”。如无意外，王简嘉禾将在今年的游泳世锦赛上与美国名将莱德基正面交锋。虽然王简嘉禾在400米、800米和1500米自由泳这3项中握有两个亚洲纪录，但成绩离莱德基保持的世界纪录还有一定的差距。“现在要努力训练，到时候拼一下！”王简嘉禾斗志满满。

复出的叶诗文收获更多自信

复出不久的浙江队名将叶诗文在本次比赛中连夺女子200米混合泳、200米蛙泳和400米混合泳三冠，她给自己的表现打90分。叶诗文说：“本次比赛是我今年的第一赛，是个很好的开始，给我很多自信。”据教练徐国义介绍，叶诗文现在的主攻项目是200米蛙泳和200米混合泳。蛙泳

对技术要求高，而混合泳则非常辛苦，“要游出好成绩，没有付出是不行的”。回归泳池后的每一次训练叶诗文都格外珍惜，她说，自己选择重返赛场，目的就是登上最高领奖台。

男子50米和100米蛙泳的全国纪录保持者、湖北队选手闫子贝在本次比赛的蛙泳3个单项比赛中收获了2金1铜。在50米蛙泳半决赛中，他首次游进27秒并以26秒96的成绩打破全国纪录，离亚洲纪录仅差0.02秒；100米蛙泳半决赛58秒96的成绩也接近全国纪录。闫子贝表示，自己的耐力训练还有待加强，对待比赛的心态也要做出积极调整，力争在今后的大赛中有更稳定的发挥。

八一队选手覃海洋是男子200米蛙泳的全国纪录保持者，他和闫子贝代表了中国男子蛙泳的最高水平，依然有上升空间。目前，男子蛙泳3个项目的亚洲纪录都由日本选手保持，中国队教练郑珊认为，中日男子蛙泳整体实力相差不多，胜负的关键在于谁的准备工作更充分、训练努力程度更高。“中国游泳队也经常前往日本进行交流和训练”，郑珊说，“我们要不断比下去，看谁能够坚持得更长一点。”

孙杨状态稳定一人夺得四冠

本次比赛是今年游泳世锦赛中国队的选拔赛，也是2020年东京奥运会的达标赛之一，因此，除了夺取奖牌，运动员和教练员更在意的是在比赛中提高成绩以及检验冬训成果。

为了提前适应国际大赛的强度，浙江队名将孙杨这次报名参加了男子200米、400米、800米和1500米自由泳4个项目并全部夺冠，其中3项

创造了今年世界最好成绩。由于目前世界上各项游泳大赛还未全面展开，这个成绩只能在一定程度上作为参考，但他在800米和1500米两项上的成绩都比去年雅加达亚运会时有所提高。

孙杨说，这次比赛比去年亚运会时游得轻松，而这得益于他在冬训中打下的体能基础。在朱志根看来，自由泳中长距离各项目相互促进，因此主攻中长距离，提升有氧能力被确定为孙杨的训练方向。作为一种训练方式，参加1500米的比赛也是为了提升他在男子800米自由泳——2020年东京奥运会游泳比赛新增项目上的竞争力。

浙江队仰泳名将徐嘉余也发挥稳定，包揽了男子仰泳三冠。在100米仰泳决赛中，他游出52秒27的个人第二好成绩，仅次于自己保持的亚洲纪录，而这一成绩也超过了该项目世界纪录保持者、美国名将墨菲在今年1月游出的53秒17，暂列今年世界第一。“面对国际顶级运动员，我必须具备这样的实力才能跟他们较量。”徐嘉余把目光放在了未来，他说：“还要更努力地训练，在世界大赛上证明自己。”

这次比赛，山东队的王一淳夺得女子50米蝶泳冠军、福建队朱嘉铭女子200米蝶泳夺冠，这些“00后”小将的表现让人惊喜；山东队选手杨浚瑄在女子100米、200米自由泳项目上的成功卫冕以及季新杰在男子中长距离自由泳上的稳定发挥也得到教练肯定。进入4月，全国各地也将陆续开展游泳选拔赛，面对激烈的竞争，中国游泳选手还要认真总结，在接下来的时间里积极调整身体和心理状态，为游泳世锦赛和2020年东京奥运会蓄力。

体坛观澜

我运动，我快乐。春日户外运动，不仅能强身健体，还能提振精气神，但要谨记循序渐进，科学健身

户外健身去 莫负好春光

史哲

天气渐暖，草长莺飞，花开成海。“走走路，出出汗，舒服！还真不能总憋在屋里。”朋友小万感慨道。周末，与朋友一起到郊外踏青、赏花、拍照、爬山、骑行，到户外感受大自然，把身体“唤醒”，在运动中收获不一样的快乐。

早出晚归，久坐办公室，空闲时跟着健身软件做些简单动作，或是到健身房练器械，这是小万的日常状态。有不少朋友也跟他情况相似，由于各种原因，鲜有时间进行户外运动，长此以往总感觉“没精神”。这次户外健身让他感触颇多：室内锻炼固然便捷，但难免枯燥，走出来晒晒太阳，呼吸新鲜空气，边赏风景边运动，心情大好。

“春困秋乏夏打盹，睡不醒的冬三月”，不想锻炼，总能找到理由。春季温度适宜，想要一扫身体的昏沉状态，不妨多到户外走走。适时适量进行体育锻炼，不仅能改善身体状态、促进新陈代谢、提高机体免疫力，还能愉悦精神收获快乐，一举多得。

说到户外运动，可能有人觉得一定得有点儿探险的感觉才行。其实不然，户外运动种类丰富，选择广泛。比如，对刚起步的健身者而言，徒步、骑行、登山等“慢动作”都是不错的选择，如果是周末全家总动员，放风筝、垂钓也能玩得尽兴。选好项目，出门锻炼需要注意什么，也是一门学问。有专家提示，春季也是运动损伤的高发期，“蛰伏”一冬的身体如果骤然加大锻炼强度，容易造成肌肉和韧带拉伤。另外，天气多变，早晚温差大，运动后应多加小心，避免受凉感冒。因此，户外运动怎样热身、什么样的强度适合自己、运动后如何防风保暖等知识，大家还需要多学习、多了解，才能更好地享受户外运动带来的乐趣。

以脚步丈量大地，用行动“唤醒”身体。春日户外运动，不仅能强身健体，还能提振精气神，但要谨记循序渐进，科学健身。

女子冰球热身赛

中国队1:0小胜波兰队

据新华社北京4月3日电 (记者林德韧)正在为2019年国际冰联女子冰球世界锦标赛甲级B组赛事备战的中国女子冰球队3日在首钢冰球馆与波兰队进行了一场热身赛，结果凭借管莹莹的进球，中国队以1:0小胜对手。

中国队的世界排名是第二十位，波兰队位居第二十二位，双方实力相当，中国队与对方互有攻守，比赛进程十分胶着。管莹莹在上个月结束的世界大学生冬运会上就有过不错的发挥，本场比赛她再度完成破门。

中国队主教练克利克赛后表示：“在新的场馆找到世锦赛之前的感觉，我觉得很重要。我们在比赛中出现过一些失误，不过我们以1:0取得了胜利，表现还是不错的。”

女冰世锦赛分为顶级、甲级、乙级等档次，其中甲级又分为A组和B组。中国女子冰球队处于甲级B组行列，同组对手分别是韩国队、拉脱维亚队、哈萨克斯坦队、波兰队和荷兰队。根据规程，本届世锦赛采取单循环赛制，获得冠军的队伍将升入甲级A组。

中国男子手球超级联赛启动

本报北京4月3日电 (记者晨曦)中国男子手球超级联赛3日在北京正式启动，将有4支球队参与这一全新赛事，其中包括中国手球协会国家男子手球俱乐部。这也标志着在中国尚属小众项目的手球将以国家队俱乐部的形式提升水平。

联赛的另外3支球队为北京光彩男子手球俱乐部、江苏吴越男子手球俱乐部和广东路环四庙男子手球俱乐部，这3支球队都可以引进两名外援增强球队实力。

中国男子手球超级联赛将采用分站赛方式，每站都以单循环比赛确定排名，各分站赛将于6月28日至8月18日分别在北京、江门、苏州等地展开。总决赛将采用双败淘汰制决出冠军。

人民太极平台举行启动仪式

本报北京4月3日电 (张帆)人民太极平台启动仪式日前在北京举行。人民太极平台由人民网人民体育与太极好(北京)体育文化有限公司共同建设，以传承优秀传统文化为目标，推动太极运动发展，推动全民健身、助力健康中国。

在启动仪式上，人民太极平台联合相关机构发起成立了人民太极发展联盟，并推出了相关的公益行动。人民太极希望通过此活动传播太极文化，凝聚太极界诸多名家的力量，让更多的人享受太极运动的健康和快乐。

本版责编：塔怀旻 史哲 高信

动感2019

操场上的摔跤课

4月3日，安光小学学生在操场上练习摔跤。近年来，天津市北辰区安光小学定期开展中国式摔跤拓展课，帮助学生通过接触传统体育项目，增强体质，磨炼意志。



新华社北京4月3日电 (记者王镜宇、郑道锦)国家体育总局官方网站2日公布了《国家体育总局2019年部门预算》(以下简称《预算》)，在压缩培训支出等非刚性项目支出的同时，重点保障与备战2020年东京奥运会和2022年北京冬奥会相关的费用。

根据这份预算公布的数据，2019年国家体育总局有关体育训练的预算支出约为14.59亿元人民币，比2018年的执行数增加约18%。

《预算》对国家体育总局2019年一般公共预算支出情况进行了说明。《预算》称：“国家体育总局2019年一般公共预算支出421097.72万元，比2018年执行数352662.72万元



国家体育总局公布2019年部门预算 压缩非刚性支出保奥运备战

增加68435万元。2019年按不低于5%压缩培训支出、其他体育支出、宣传文化发展专项支出等非刚性、非重点项目支出，同时重点保障了与备战2020年东京奥运会和2022年北京冬奥会相关的体育竞赛、体育训练、体育场馆、体育交流与合作等支出。”

具体到体育训练方面，2019年预算数为145938.73万元，比2018年执行数增加22296.81万元，增长18.03%。主要是备战2020年东京奥运会和2022年北京冬奥会相关支出增加。

在体育交流与合作方面，2019年预算数为44266万元(约4.43亿元)，比2018年执行数增加15446万元(约1.54亿元)，增长53.59%。主要是备战2020年东京奥运会和2022年北京冬奥会相关支出增加。

2019年因公出国(境)费预算数比2018年预算数减少18939.13万元，下降63.37%，主要原因是根据国务院批准的体育团队因临时出国执行奥运备战任务按专项任务管理政策，体育团队因临时出国执行奥运备战任务相关支出不列入“三公”经费管理。

此外，根据《预算》的内容，国家体育总局2019年政府性基金财政拨款支出预算为159827万元，主要是国家体育总局本级和直属事业单位用于体育事业的彩票公益金支出。

根据《预算》的内容，国家体育总局2019年收入预算约为94.25亿元，支出预算约为93.46亿元。