



谢思埸：成就大满贯

本报记者 刘 屹

最后一跳分数公布，谢思埸兴奋得热泪盈眶。走下领奖台，他的眼眶还红着。8月3日，在东京奥运会跳水男子3米板决赛中，此前斩获双人项目冠军的谢思埸和队友王宗源包揽了金银牌。

男子3米板比赛，过往的6届奥运会，中国队只在2012年伦敦奥运会上丢过一块金牌。本场比赛的冠军争夺主要在谢思埸和王宗源两位中国选手之间展开。

比赛中，谢思埸用更高的动作完成质量，赢得了裁判组的青睐。从第一轮开始，他便一路领先，王宗源紧随其后。最后一跳，率先出场的王宗源以109C拿到全场最高的102.60分。压轴出场的谢思埸只要得分超过78.75分，就能获得冠军。

走板、起跳、入水、同样的动作，谢思埸一气呵成。当场内大屏幕尚未显示分数时，王宗源就已经开始为好搭档鼓掌，谢思埸的主管教练聂玉弟也在直播镜头前“比心”提前庆祝。102.60分！他如愿夺金。

“出分的瞬间，脑海里像过了一部电影。这5年，我一直在努力打磨和改进自己的技术，把动作练得更流畅。”谢思埸说。

由于伤病，谢思埸错过了里约奥运会，但是他的奥运梦想仍然在继续。

在东京奥运会周期，谢思埸实现了3米板单人项目和双人项目的“大满贯”，除了今天的奥运会冠军之外，还有两届世锦赛冠军和一届跳水世界杯冠军。

“拿到这块奥运金牌我很兴奋、很激动，一路走到今天，确实很不容易。”谢思埸说。双人项目夺冠时，他担心接下来的比赛受影响，尽力控制着自己，如今终于可以好好释放一下兴奋、欣喜的情绪。

8月3日，在东京奥运会跳水男子3米板决赛中，中国选手谢思埸获得冠军。

图为谢思埸在比赛中。

新华社记者 许 畅 摄



8月3日，在东京奥运会体操项目男子双杠决赛中，中国选手邹敬园夺得冠军。图为邹敬园在比赛中。新华社记者 郑焕松 摄



8月3日，在东京奥运会体操项目女子平衡木决赛中，中国选手管晨辰夺得冠军。

图为管晨辰在比赛中。新华社记者 郑焕松 摄

苏炳添：没有金牌的“金牌”

张保淑

2021年8月1日是中国田径重要的一天。苏炳添在东京奥运会男子百米半决赛中以9秒83打破亚洲纪录，成为第一位闯进该项目奥运决赛的亚洲人。

决赛上，苏炳添以9秒98的成绩获得第6名。虽然未能摘得奖牌，但他在本场比赛中的精彩表现在社交媒体上刷屏，引起点赞热潮。有位日本记者发评论说，中国苏炳添进入决赛让日本民众更加关注百米飞人大战，很多人认为，站上决赛场就已经赢了，苏炳添是没有金牌的“金牌”选手。

激发潜能，超越自我，追求卓越是竞技体育的价值所在。此次，苏炳添连续两次跑进10秒大关，以“9秒83”改写亚洲纪录，使他在世界田联男子百米成绩榜单升至第3名。他用这“响当当”的成绩树立起中国乃至亚洲百米赛跑新的里程碑。

多年来，苏炳添在百米项目上大体保持了稳定、上升态势。伦敦奥运会上，苏炳添成为首个晋级奥运会半决赛的中国选手。10秒被认为是百米赛跑“硬坎儿”，2015年至今，苏炳添已突破了多次。

苏炳添已32岁，新纪录的背后是他多年持之以恒的刻苦训练和顽强拼搏的竞技精神。为了“战胜自己，战胜过去的自己，战胜年龄”，苏炳添平时每周训练6天，每天投入至少6小时。多年如此，雷打不动。

尊重训练科学规律是提升竞技成绩的前提。苏炳添在短跑职业生涯中高度重视运动科学研究成果。他在《体育科学》上发表的一篇文章中，披露自己践行科学化训练理念的实践，其中特别提到，2017年开始，他在教练指导下，参照“冠军模型”对其体能和技术状况进行全面诊断、分析，找出体能、技术方面存在的问题并进行针对性训练，为突破打下了坚实基础。

1932年8月，刘长春在洛杉矶男子百米赛道上开启了国人的奥林匹克梦。89年后，苏炳添在东京奥运会男子百米赛道继续逐梦，践行着“更快、更高、更强、更团结”的奥林匹克格言。

李雯雯：举界无双 继续超越

本报记者 刘 屹

8月2日，在东京奥运会举重女子87公斤以上级比赛中，中国选手李雯雯刷新了抓举、挺举和总成绩3项奥运会纪录，用一枚沉甸甸的金牌为中国举重队完美“收官”。

比赛中，李雯雯的对手只有自己。320公斤的总成绩，比亚军选手多出了37公斤。在这个项目上，还没有人能够挑战她的领先地位——世界纪录、奥运会纪录和青年纪录都属于这个只有21岁的姑娘。

以绝对优势摘金后，李雯雯比了一个大大的心，把感谢送给支持她的人。“看到我在奥运村睡在地上，大家都很关心我，还有很多网友给我发私信。”李雯雯说，“其实不单是这一次，每次比赛期间我都睡在地上，因为床太软了。”

比赛结束后，李雯雯发文回应网友：“大身材小可爱就是我！拿下奥运会金牌的感觉简直是太好了，东京的赛场再一次升起了五星红旗，开心！”

目前，李雯雯的挺举最好成绩是187公斤。虽然目前在该项目上“举界无双”，但她的心里还有更高的目标。“我不会停下前进的脚步，会继续奋斗下去，争取创造更多纪录。”李雯雯说。

“每个胖女孩都有自己的梦想，不要放弃自己。”李雯雯说。这位自称“胖女孩”的中国举重之星，未来还有机会实现更大超越。

李雯雯的金牌为中国举重队的东京奥运之旅画上了圆满的句号。7金1银的成绩刷新了中国举重队的奥运最佳战绩。从37岁的吕小军，到21岁的李雯雯，人才辈出的中国举重诠释了“强者恒强”的力量。

邹敬园：永远都要去拼

8月3日，东京奥运会男子双杠决赛现场，凭借明显高出一筹的表现，中国选手邹敬园以16.233分的总成绩获得冠军。

决赛中，邹敬园第二个出场，他的难度分为6.900分，仅次于土耳其选手。邹敬园心无旁骛，把自己的动作做好，凭借9.333的超高完成分一举收获了16.233的总分，成为全场唯一总分超过16分的选手，毫无悬念地把金牌收入囊中。

拿下金牌后，邹敬园平静地说：“我今天的动作并不是最完美的一套，可能因为是奥运会吧，大家都紧张。”在2019年，邹敬园练过7.200难度分的动作，就是按照总分16.5分以上的目标去练的。后来将难度分下降到6.900和6.800，就是为了确保完成的质量。奥运会决赛得到全场最高的完成分，是裁判对这套动作的认可。

还未开赛，外界对于邹敬园拿下这块双杠金牌期望极大，认为夺冠是很稳的。邹敬园坦言：“我不喜欢别人说这块金牌是最稳的，这无形中给了我压力。只要8名选手动作没有比完，裁判没有打分，就不知道谁是冠军。”

东京奥运会延期一年举行，对于邹敬园来说是好事。“2019年，在国内比赛，我失误了两次，这两次失误告诉了我很多东西。”邹敬园说，“奥运会延期一年，我的心态放得比较平和了。之前，我也认为自己能特别轻松地拿到这枚金牌，不会很紧张，每次都能完美地发挥。但是经过那几次比赛的沉淀之后，我知道以后永远都要去拼。”

邹敬园说，他的体操生涯会坚持到巴黎奥运会和洛杉矶奥运会，他要把完美的表现留在那里。

(袁虹莹、李远飞、陈嘉堃)

管晨辰：体操小花 惊艳全场

本报记者 季 芳

东京奥运会是16岁的中国体操小花管晨辰第一次参加成年组国际大赛。整个赛程，她只有两次在比赛中亮相。一次是在体操女子资格赛，她以14.933分高分在女子平衡木排名第一，晋级单项决赛。第二次，在8月3日的平衡木决赛中，最后一个出场的她获得14.633分，一跃升至榜首，收获了一枚宝贵的金牌。

两次出场、两个第一，她的表现足够让人惊喜。女子平衡木决赛场上，汇聚了包括本届奥运会女子个人全能冠军苏妮莎在内的众多高水平选手。管晨辰却在最后时刻惊艳全场。她以全场最高难度动作夺冠，并与队友唐茜靖一起，为中国队包揽了该项目的一金一银。

“有点不敢相信，”小姑娘赛后说，“听着国歌奏响，觉得特别自豪。”两个姑娘拥抱在一起，庆祝这来之不易的胜利。此前，中国体操队在女子团体和个人全能比赛中表现不佳，未能有所斩获。但体操小花们却依然保持着斗志和决心，在体操项目最后一个比赛日，终于迎来了奥运赛场上的“绽放”时刻。

中国体育代表团体操队领队缪仲一认为，面对挫折，队员们能够及时调整心态、顶住压力，拼到最后一刻，精神可嘉。在奥运赛场上包揽冠亚军，就是对她们不服输、不轻言放弃的最佳褒奖。

备战期间，中国体操队一直处于压力之下。在里约奥运会受挫后，“打好翻身仗”成了队伍的“高频词”。研究规则、细抠动作，将压力转化为动力，追求难度与稳定性两提高，全队拧成一股绳，每天都向着同一个目标迈进。

中国体操队在东京奥运会上取得3金3银2铜的优异成绩，是对过去5年付出和拼搏的最好回报。更重要的是，队员们在赛场上展现出的精神风貌，赢得了更多尊重和认可。

8月3日，在东京奥运会皮划艇静水男子1000米双人划艇决赛中，中国选手刘浩/郑鹏飞(右)获得亚军。新华社记者 摄

