

“过程很难，结果很甜”

——谢瑜获得男子十米气手枪项目冠军

本报记者 季芳 陶相安

当地时间7月28日，沙特鲁射击中心，当巴黎奥运会男子10米气手枪决赛还剩最后两枪，场上只剩下中国队选手谢瑜和意大利队选手费德里科·马尔蒂尼。虽然暂列第一的谢瑜拥有0.7环的领先优势，但气手枪项目的不确定性还是让人不敢松懈。

枪声响起，两个10.0环！悬着的心终于放了下来，谢瑜将稳定的状态延续到了比赛最后一刻。而费德里科·马尔蒂尼在最后一枪出现失误，仅打出9.5环。最终，谢瑜以240.9环的总成绩夺得男子10米气手枪金牌，为中国体育代表团再添一金，这也是中国队选手时隔16年再度获得该项目奥运金牌。

“过程很难，结果很甜。”谢瑜赛后说。决赛伊始，谢瑜的表现并不算抢眼。前10发子弹过后，他以99.3环的成绩排在8名选手中的第三位。进入淘汰阶段，谢瑜连续打出10.5环以上的好成绩，不断缩小与前两名选手之间的差距。

“我没有关注赛场上的其他情况，只是尽力做好自己。”谢瑜说。5名选手一个个淘汰离场，他与两名意大利选手展开奖牌争夺。气氛愈加紧张，对手先后出现了失误，谢瑜却是一如既往地沉稳和专注。最终，他抓住机会完成了反超。

这是谢瑜第一次参加奥运会，他此前参加国际大赛的经历并不多。“奥运会前为自己设定了目标，但是气手枪项目需要尽可能保持心态平和，不能想太多。”谢瑜说。抵达巴黎后的前几天，他的状态并不好，在训练中迟迟找不到感觉。经过不断调整，通过与教练和团队工作人员交流，谢瑜逐渐卸下心理包袱，找回状态。

“在两名意大利选手接连失误的情况下，谢瑜保持住自己的节奏，拼到了最后。他心态很稳定，打得很顽强。”在现场观赛的中国射击名将王义夫评价。

本届奥运会，10米气手枪的资格赛和决赛分在两天进行，谢瑜在资格赛中排名第

六。他回忆，决赛前那晚“格外煎熬”，“一夜都没怎么睡着，早晨6点多就起来准备比赛了。”

谢瑜最初只把射击当作爱好，14岁进入体校接受专业训练。2017年全运会前，贵州队进行组队选拔，他每天专注训练，成绩不断提升。东京奥运会，谢瑜虽然未能入选奥运参赛阵容，但更明确了努力方向。回到省队后，他在训练中更加刻苦，终于在2024年获得了参加巴黎奥运会的机会。

谢瑜十分珍惜每一次比赛机会。2024年射击世界杯巴库站，他第一次登上世界杯最高领奖台，这段经历让他收获信心。

站上奥运会最高领奖台，谢瑜的脸上一直带着微笑。“好成绩离不开整个团队的付出，我们有着共同的奋斗目标。”他说。

走下领奖台，谢瑜努力平复激动的心情，“下午还有训练，要好好准备后面的混合团体比赛。”他说，比赛还在继续，要保持状态，做好自己。

图①：巴黎奥运会滑板女子街式决赛中，中国选手崔宸曦获得第四名。
环球时报记者 李昊摄

图②：中国乒乓球项目混合双打组合王楚钦/孙颖莎战胜对手，晋级半决赛。
新华社记者 王东震摄

图③：巴黎奥运会山地自行车女子越野赛赛况。
新华社记者 胡虎虎摄

五环之光

图④：中国选手谢瑜在巴黎奥运会射击男子10米气手枪决赛中夺得冠军。
新华社记者 赵丁喆摄

中国射箭女团获亚军——

总有一天，我们会“射落”金牌

本报记者 刘 峤

自1988年汉城奥运会设置射箭女子团体项目以来，实力强劲的韩国队连续9次问鼎，从未让冠军旁落。7月28日，在巴黎奥运会射箭女团决赛中，韩国队将连冠纪录扩大到了10次。但这一次，卫冕冠军遭遇了严峻的挑战。

比赛中，由李佳蔓、杨晓蕾、安琦轩组成的中国队将比赛拖入加时赛，最终惜败韩国队。尽管未能最终获得金牌，但中国队的“将帅们”相信，中国射箭正走在正确的道路上。

射箭项目比赛在有300多年历史的荣军院举行。中国队在当天的1/4决赛、半决赛中分别战胜印度尼西亚队和墨西哥队，与韩国队会师决赛。

决赛的前两轮比赛，中国队进入状态较慢，韩国队接连取胜，以4:0的优势拿到赛点。关键时刻，中国选手及时调整，连下两轮，将比分扳至4:4平。双方进入一队一箭、交替射箭的加时赛。加时赛上，韩国队最终以29:27获胜，总比分5:4战胜中国队。

“没能夺冠虽然有遗憾，但队员们表现得已经很好了，把自己的拼劲打了出来。”中国射箭女队的韩国籍主教练权容学在赛后说。

东京奥运会上，中国射箭女队止步8

强。此后，队伍主动求变，曾在韩国培养出多名奥运冠军的权容学出任主教练。在此之前，他还曾在中国多支省队执教，讲着一口流利的普通话。

“权教练带来了新的理念，他非常细心，有着一定要干成一件事儿的拼搏心态，这带动了我们的整个队伍。”安琦轩说。

今年以来，中国队表现不俗。在两场世界杯赛上，女队都在团体项目上击败了韩国队。安琦轩说，中国队要以挑战者的姿态向对手发起冲击，只有做好自己，才能有取胜的希望。

杨晓蕾是队伍中唯一一个参加了上届奥运会的选手，在她看来，东京奥运会暴露了队伍中的一些问题，现在这些问题已经逐渐得到解决。只要坚持正确的方向，保持既有的训练方式，朝着目标努力，中国射箭一定会有更好的成绩。

当天决赛现场涌入了大批观众，其中韩国观众占了大多数，赛场内的气氛非常热烈。几名中国选手不约而同地说，虽然韩国观众很热情，但他们的助威并未影响到自己在比赛中的表现。

“我跟队友们说，我们的教练也是韩国人，观众给韩国队加油，也等于是在为我们

加油。”杨晓蕾笑着说。

在采访中点评队伍的表现时，权容学满怀信心地表示：“只要我们继续坚持，努力拼搏，就终将‘射落’金牌。”

接下来，中国射箭选手还将参加个人项目的比赛。安琦轩说，自己不预设个人赛的目标，尽力射好每一箭就可以了。

巴黎走笔

微笑面对未来可期

刘 峤

巴黎奥运会女子100米蝶泳颁奖仪式后，获得铜牌的张雨霏并没有多少喜悦。她说，自己一直渴望取得奥运会100米蝶泳冠军，甚至创造该项目的世界纪录，然而事与愿违，与金牌失之交臂。

怀揣着坚定的目标，在训练和比赛中全力以赴；面对强劲的对手，无缘冠军。张雨霏心中的不甘和失落是可以理解的。

学会与压力相处、相伴，是优秀运动员的“必修课”。压力不仅来自外部的期望和对手的挑战，也源于自我对成功强烈的渴望。

在巴黎奥运周期，张雨霏的比赛重心从200米蝶泳转移到100米蝶泳并取得优异成绩，特别是在去年的福冈游泳世锦赛上，力压各国高手，勇摘100米蝶泳金牌。由此可以想见，张雨霏对这枚巴黎奥运会金牌一定志在必得，给自己平添了不少压力。

学会减压同样是一名优秀运动员的“必修课”。减压并非降低预期，而是以平和的心态面对挑战，从中汲取经验教训，轻装上阵。

“这次是我没调整好，期待下一次大赛，我能以更好的竞技心理和对手们碰一碰。”比赛后的采访中，张雨霏已经调整好了情绪，向记者朋友微笑颌首。

我们相信，经历过巴黎奥运会的锤炼，张雨霏和队友们一定会更加成熟和从容，将在泳池飞溅的浪花中演绎新的青春传奇。

图⑤：由安琦轩、杨晓蕾和李佳蔓组成的中国队，获得巴黎奥运会射箭女子团体亚军。
因为中国选手在比赛中。
新华社记者 贺灿灿摄

图⑥：中国选手张雨霏获得巴黎奥运会游泳女子100米蝶泳项目季军。
环球时报记者 李昊摄

责任编辑：
张保淑 孙亚慧

奥运看台



扫码
更多
精彩

