第十三届全运会特别报道

朱美美
现居地：德国
项目：马术场地障碍个人

妮娜
现居地：美国
项目：铅球、标枪

石晶
现居地：美国
项目：10米气手枪个人
50米手枪个人

余腾渤
现居地：加拿大
项目：男子50米自由泳

黄汲清
现居地：美国
项目：100米蛙泳
200米蛙泳

张翔远
现居地：美国
项目：男子50米自由泳
100米自由泳
100米仰泳
100米蝶泳
200米混合泳

任嘉骅
现居地：美国
项目：400米混合泳
100米仰泳

陈嘉瑞
现居地：美国
项目：100米蛙泳
200米蛙泳

8名华侨华人选手闪耀全运会

“回家的感觉真好！”

本报记者　**彭训文**

在第十三届全运会赛场上，一群远道而来的选手成为媒体和现场观众关注的焦点。他们就是来自海外的8名华侨华人选手。虽然生活背景和成长环境不同，但出于对祖（籍）国的热爱，他们远渡重洋，汇聚在天津全运会的赛场上。

这是全运会首次邀请高水平华侨华人运动员参赛，最终共有8名选手入围，参加马术、射击、田径、游泳4个项目比赛。在天津，他们写下了属于自己的全运故事，也深深感受到回家的温暖。

“海归”选手夺马术铜牌

参加全运会马术场地障碍个人赛的39名选手中，以华侨选手身份参赛的朱美美是仅有的两名女选手之一。

今年25岁的朱美美生长在美国，五六岁就开始接触马术。为了磨练骑术，她常年在德国训练和生活。为了能回祖国参加更多的比赛，她放弃了美国国籍。她说，“这是因为爱。”如今，她成了中国国家队该项目第一位“海归”选手。

8月31日的第二轮比赛中，朱美美与坐骑“卡梅罗”配合得近乎完美，顺利通过全部障碍，最终获得一枚宝贵的铜牌。

谈及未来，朱美美希望在奥运赛场为祖国征战。里约奥运会选拔赛时，她以一分之差与奥运会失之交臂。“参加奥运会一直是我的梦想，我会更加努力训练，争取今后有机会代表中国队参加奥运会。”朱美美说。

田径场上的全能好手

9月2日，田径赛场，女子标枪选手妮娜虽然只投出45.04米，但观众依然为她热烈鼓掌。其中很大一部分原因是，她是本届全运会田径赛场上唯一一名华人选手。

今年19岁、来自加拿大的妮娜，是中国田径名将郑凤荣、段其炎的外孙女。1957年郑凤荣曾以1米77的成绩打破当时的女子跳高世界纪录，成为中国首位打破世界纪录的女选手。段其炎则是1959年首届全运会男子跳高冠军。

从小就跟着姥姥、姥爷练田径的妮娜，在田径场上成绩可不一般。今年她的女子七项全能项目曾达到6021分，目前世界排名可以排在39位，在20岁以下选手中则能排在第四。这个成绩即便在加拿大也能没有悬念地会获得2020年东京奥运会资格。

在全运会，她只参加了标枪和铅球两个项目。因为准备时间较短，最终成绩并不太好。不过妮娜并不在意，她说，“姥姥（郑凤荣）当初因为种种原因没能参加奥运会，我会更加努力，希望能代表中国参加奥运会，弥补姥姥的遗憾。”

华人射击选手享受比赛

在8月28日进行的全运会男子50米手枪慢射比赛中，一名选手放弃了厚重的射击服，身着短袖衫轻装上阵。他就是美籍华人选手石晶。里约奥运会时，他曾以选拔赛第一名的身份代表美国队出战。谈及此次比赛为何轻装上阵，他说：“能够登上全运赛场已经是意想不到的惊喜，我要珍惜每一分钟，好好享受比赛。”石晶说。

资格赛中，他的靶位被安排在了庞伟和谭宗亮之间，能与两位奥运名将同场竞技让石晶兴奋不已。赛后，他特意拉着两人合影，算是送给越洋归来的自己一份特别的礼物。

天津是石晶的故乡，之所以千里迢迢回国参赛，很大原因是那份割舍不断的乡情。“能在天津参加全运会，亲身感受中国发生的巨大变化，令我今生今世难以忘怀。”石晶说，如果下届有机会，他还会再来。

“少年团”成泳池明星

这些天的全运会游泳赛场上，如果说谁的风采能与孙杨、傅园慧等中国泳坛明星媲美，那当数5名华侨华人游泳少年了。他们都未满18岁，堪称由华侨华人组成的“少年游泳团”。他们的出现，不仅让游泳成为本届全运会华侨华人参赛最多的项目，也让游泳赛场的气氛变得更加温暖。每次他们比赛时，观众的加油声、欢呼声和掌声都显得更加热烈。

同为17岁的陈嘉瑞和张翔远是“美国匹兹堡双星”，这对一起长大的好友都从3岁时开始学习游泳，并很快喜欢上这项运动。两人目前既是高中同学，又同为校队效力。

陈嘉瑞的父母都是从江苏省苏州市移居美国的华侨。听说海外侨胞能参加本届全运会，父母立刻为他报了名。陈嘉瑞十分看重此次经历：“虽然我出生在美国，但是中国是我的根，对我来说，回家很重要。和祖国的运动员一起比赛，对我一生来说是一次很好的经历。”

在8名华侨华人中，张翔远的中文说得很溜。他解释说：“妈妈是北京人，爸爸是广东人，爷爷奶奶都在美国，他们不会说英文，所以在家里大家都说中文。”他可谓游泳项目的全能选手，参加了男子50米自由泳、100米自由泳、100米仰泳、100米蝶泳和200米混合泳4项比赛。

“祖国强大了，我们海外侨胞更加自豪，回国参加全运会，实现了我长期以来的回家梦。”虽然最终成绩不太好，但张翔远更看重此次参赛的收获。

16岁的华侨选手余腾渤出生在北京，8岁到加拿大读书。在加拿大学习期间，他曾连续两年在加拿大全国青少年锦标赛夺得50米自由泳冠军，目前已入选加拿大国家游泳队预备队。9月5日，他将参加男子50米自由泳比赛。对于有机会与宁泽涛同场竞技，余腾渤表示，“我很开心，也很珍惜这个机会，我会不断努力，实现超越偶像、参加奥运会的梦想”。

年仅15岁的华人选手任嘉骅是参赛年龄最小的华侨华人选手，他来自美国旧金山，参加100米仰泳和400米混合泳。能够参加全运会，他感到既紧张又兴奋。让他印象最深的是在北京体育大学训练期间参观冠军园里的冠军之路，“里面印有很多从这里走出的冠军的脚印，很震撼”。

17岁的华人少年黄汲清来自美国休斯敦。父亲黄天滋是一名华人科学家，这次他主动为儿子报名参加全运会蛙泳比赛。由于是以个人名义参赛，黄天滋做好了自费参赛的准备。令他没有想到的是，抵达北京后，北京体育大学不仅负责父子二人的食宿，还派一名经验丰富的教练帮助5名参加游泳项目的华侨华人选手备战，学校还分担了一部分费用。

在运动员村，黄汲清和家人住在一起，不仅品尝了全国各地的可口美食，还体验了手绘脸谱、剪纸、捏面人等中华传统民俗文化。

黄汲清说，他和其他华侨华人选手感受一样，处处能感受到回家的温暖。“很多选手、志愿者会主动和我们交流，问在这里比赛、生活还有什么困难。总之，回家的感觉真好”。

做好自己 应对变化

叶　子

本届全运会中，作为东京奥运会正式比赛项目而引进的3个混合团体射击项目，吸引了众人目光。9月1日的比赛中，河北队和江苏队均以0.1环的优势险胜对手，分别获得10米气手枪和气步枪混合团体赛冠军，看得观众直呼“刺激”。

这是混合团体射击赛首次进入全运会赛场。男女选手混合搭配，资格赛、半决赛和金牌战三轮赛程，以及单发对决的“抢七”赛制，使不少运动员备感压力。有的甚至发挥失常。不过，获得10米气步枪混合团体冠军的高霆捷认为，团体赛实质上还是个人赛，“把自己做好，基本上就没问题。”

近年来，为了增加比赛的悬念感和观赏性，吸引更多人热爱体育、参与体育，射击比赛的竞赛规则和项目设置都有很大变化。规则变化后，有的射击新星崭露头角，也有的奥运冠军不幸落马。

其实，不只是射击，任何体育项目的竞赛规则都是不断调整变化的。或是为了提升比赛的公正性，或是为了增加观赏的趣味性，或是为了与国际接轨。国际赛场上，国际田联、国际足联等也不断调整各自领域的比赛规则。对于运动员而言，应对变化的规则是一项不变的挑战。

不过，从根本上说，无论规则如何变，对运动员核心技能的考核不变。所谓“敌军围困万千重，我自岿然不动”。正如射击比赛，不管如何规划比赛流程，采用何种计分方式，团体赛还是个人战，考验的都是运动员射得准、射得稳的能力。

无数优胜者的经验说明，做好自己，以不变应万变，才是最佳的应对之道。如果唯结果论，寄希望于从规则的变化中寻找捷径，投机取巧，也许可能收获暂时的佳绩，但往往容易走向歧途，本末倒置，沦为规则的奴隶。

当然，在核心技能之外，选手还应该注意提升专注力和稳定性，以及适应规则的心理素质，这不仅有助于积极适应变化的规则，也是作为一名运动员的基本功。毕竟好运气源自日复一日的刻苦训练的积淀。

做好自己更是一种修身自省的智慧，以不变应万变是一种成竹在胸的泰然。面对不断变化的新规则，运动员只有处理好自我与外界、变与不变的关系，方能举重若轻，更好地诠释“更高更快更强”的奥林匹克精神。

全运走笔

首夺全运会百米飞人大战金牌

谢震业：下个目标 跑进十秒

本报记者　**刘　峣**

全运会男子百米飞人大战，更年轻的谢震业笑到了最后。

这可能是中国近年来水准最高的一场百米“内战”。与谢震业同场竞技的，是两次世锦赛决赛参赛者苏炳添、中国首个达到10秒大关的张培萌……

从起跑开始，谢震业就抢得领先位置。尽管途中跑更出色的苏炳添一度拉近距离，并在最后20米一度齐头并进，但谢震业还是凭借强力冲刺，率先撞线。10秒04，这是谢震业的个人最好成绩，也是他首次夺得全运会金牌。

做好自己

“感觉好像还没比完，不太相信！”加冕百米飞人，谢震业感觉像在做梦一般。

在不久前的伦敦田径世锦赛上，谢震业因左腿肌肉拉伤，无缘百米决赛。要知道，为了备战世锦赛接力比赛，他几乎放弃了自己的主项200米，转而专攻100米。

“金牌是对自己伦敦世锦赛的一个补偿。”谢震业说，“我告诉自己，只要做好自己，就相当于把压力抛给了对手。”

起跑并不是谢震业的强项，不过在决赛中，他从起跑之时就确定了领先优势。“在起跑方面，前几年还是有问题，这两年跟苏炳添一起训练，学到很多起跑经验，但还是时好时坏，处在不稳定状态。如果自己能处理好前程，不受别人干扰，成绩不会差。”谢震业说。

收获自己的第一个全国冠军，给谢震业注入了一针强心剂。“这场决赛的表现，是对我前段时间技术改进的肯定，证明我走的道路是对的，不过还需要在技术等方面继续打磨和雕琢。”

9月3日，谢震业在全运会男子100米决赛中以10秒04的成绩夺冠。新华社记者　**王丽莉**摄

信念引领

对于谢震业的表现，中国接力队的队友苏炳添和张培萌也不吝赞美。

苏炳添说：“从谢震业这场比赛的情况来看，他的未来非常值得期待。希望通过这次全运会男子百米精彩的表演，让中国越来越多的观众喜爱田径运动，参与到其中。”

张培萌说：“谢震业世锦赛时受伤，恢复没多久。但在全运会这么重要的比赛上，他这么年轻，还能顶住压力，战胜苏炳添这么强大的对手，很有前途。苏炳添和谢震业都是目前中国队达到国际水准的选手。”

从在接力比赛中并肩作战，到在百米赛场成功夺冠，谢震业实现了从仰望到超越的过程。谈及前辈，他充满感激。“他们给我们一种信念引领，正是因为他们高水平的突破奋斗，给我们年轻运动员一缕曙光，前面有光照着，就给我们信念，所以我非常感谢苏炳添、张培萌。”

实力冲击

10秒04的成绩，让谢震业成为第三位跑进10秒05的中国飞人。这一成绩也超越了日本飞人桐生祥秀，名列本赛季亚洲第二。

更重要的是，1993年出生的谢震业比张培萌小6岁、比苏炳添小4岁。看来来，谢震业还有一定的提升空间，也已经具备了跑进10秒的能力。不过，要冲击10秒大关，谢震业还需要身体和技术上的进阶与爆发，要想在正式比赛中跑出出色的成绩，需要更多的训练和保障。

今年4月，在美国佛罗里达举行的田径公开赛上，谢震业曾在超风速的情况下跑出9.91秒的成绩。尽管并未列入正式记录，但依然让人看到了谢震业的潜力。

谢震业说，冲击10秒大关，就在明年。“如果我技术的稳定性可以再扎实一点，我想自己明年可以冲击这个境界。因为10秒对我们来说是一个门槛、是一个新的世界。我相信明年自己会踏入新的世界，不靠风速，我要靠自己的实力。”