

◆ 练得狠了 心态好了 新人亮了

——全国游泳冠军赛成绩喜人的背后



图为王简嘉禾以8分14秒64创造了女子800米自由泳新的亚洲纪录。
新华社发 雒圆 摄

作为东京奥运达标赛,在青岛落幕的全国游泳冠军赛上,中国泳军成绩喜人,连创今年世界最好成绩,已有42人次达到奥运会A标。剑指今年7月的光州游泳世锦赛,中国泳军值得期待。

苦练 没有捷径

相较于孙杨四金入账,他在长距离项目的复苏更值得欣喜。

天才,都是练出来的。在中国队中,每一位教练都如此教导弟子。而孙杨,是贯彻得最彻底、最坚决的那一位。8天游完9枪,孙杨每逢大赛都是出了名的“劳模”。而1500米自由泳项

目,苦到很少有人愿意练,但孙杨这一次依旧选择参加。“一开始是想报三项,但总觉得心里缺点什么。”孙杨解释道,“让我突然一下不游1500米,我也有点放不下,后来想反正就当成训练吧。”

为了提高孙杨的有氧能

力,朱志根选择让他继续进行1500米训练。在新加坡的冬训,孙杨承认有几次甚至练到“绝望”的感觉,连身旁的队友也感叹,“杨哥练得太狠了!”

正是太过“狠”的冬训之后,让孙杨在全国比赛中全面开花。

改变 由内而外

从成绩到精神,“老将”叶诗文脱胎换骨。低迷过的她重返赛场,终于在本次全国冠军赛上重新登顶。2分9秒24的200米混合泳成绩,可以排在今年世界第三位,同时也创造了她个人近几年最佳成绩。叶诗文的脸上又出现了甜甜的笑

容,“现在的我,更享受游泳。”其实,过去的3个月在昆明,叶诗文经历的是严苛的高原魔鬼冬训。这一次,她不再抗拒训练,同刚成名时相比,叶诗文最大的变化在于心态,她更享受训练和比赛了。按教练徐国义的话来说,心态好了,当然

会更积极、更主动了。除了心态上的改变,叶诗文在项目上也发生了改变,开始向蛙泳项目倾斜。徐国义说:“叶诗文的主攻方向现在放在了200米蛙泳和200米混合泳两个项目上,但是我们也不会轻易放弃400米混合泳。”

小将 前景可期

一批有潜力的00后小将给这次冠军赛带来了巨大冲击力。如果问中国游泳队与两年前有什么最大的不同,当属从2017年年底横空出世的16岁小将王简嘉禾。

女子800米自由泳决赛,王简嘉禾以8分14秒64的成绩夺冠,并打破了此前由李冰洁保持的亚洲纪录。随着王简嘉禾的崛起,她与李冰洁组成的双子星也有望在中长距离自由泳上,向美国天才少女莱德基发起冲

击。需要指出的是,王简嘉禾新创造的亚洲纪录距离莱德基保持的世界纪录还相差10秒。

1997年出生的浙江选手何峻毅,从年龄上看,不算年轻,但根据他的成长历程来看,他绝对是中国泳坛的新人。大器晚成的他给中国男子短距离自由泳项目带来了极大的惊喜。以48秒10的成绩夺得男子100米自由泳金牌,何峻毅的夺冠成绩,不仅可以在雅加达亚运会摘金,即使放在布达佩斯世锦赛决赛中,

也可以跻身前五。

全国冠军赛只是通往2020东京奥运的第一步,接下来的光州世锦赛,才是检验中国泳军在世界舞台上真正实力的开始。昨天,日本国内选拔赛刚刚开始,而俄罗斯、澳大利亚、英国、美国等众多国家的选拔赛还没有开始,所以我们自己今年的世界最好成绩,并不能作为绝对参考。只有等所有这些国家的选拔赛比完了,我们才能对中国游泳有一个基本的评价。(据《新民晚报》)

· 影视速递 ·

《复仇者联盟4》 原班人马集结



近日,漫威超级英雄巨制《复仇者联盟4:终局之战》宣布将于4月24日在内地公映。这也意味着该片将早于北美两天上映。据悉,整部影片长达182分钟,将集结漫威影业十年来的原班人马。对此,不少漫威影迷倍感兴奋。(综合)

《神奇乐园历险记》 讲述冒险故事



由美国派拉蒙影片公司出品的合家欢冒险动画巨制《神奇乐园历险记》于4月19日全国上映。该片讲述了一个充满欢乐与冒险的神奇故事。(新华)

《回到过去拥抱你》 开启青春之旅



由花明执导,侯明昊、彭昱畅、盖玥希主演的青春轻喜剧电影《回到过去拥抱你》定档6月28日全国上映。电影讲述了这三位感情深厚的好朋友,因为误解其中一人选择离世,为挽回遗憾另外两人则想尽办法回到过去渴望拯救他。(综合)