



奥运会前最后练兵 全锦赛佳绩不断 中国田径准备好了吗

日前在重庆举行的全国田径锦标赛,是离东京奥运会最近的一次国内大赛,因此赛场上除了争金夺银的主题,更增添了为奥运冲刺的浓厚氛围。来这里以赛代练的奥运选手,不论是检验训练效果还是身体状态,心里都有同一根准绳——向7月的奥运赛场看齐。

以奥运为主 视健康第一

第一比赛日,百米决赛前的热身,苏炳添做得非常充分。尽管早已手握东京奥运会的人场



苏炳添决赛前热身

券,但“亚洲飞人”一丝不苟,仿佛两小时后在重庆奥体中心上演的,即是奥运会的百米之争。

6月下旬的重庆,最高气温已过30℃,并有些湿热。在热身场地,苏炳添索性光着膀子,把身体活动开后,在国家队外教兰迪·亨廷顿的指导下,完成腿部肌肉的针对性练习。最后,蹲在4号跑道上,他掏出秘密武器小皮尺,仔细测量起跑器与起跑线之间的距离,试完踏板的位置,才进入最后一项热身——起跑。身边,兰迪时而与他有一些交流。理疗师则扮演发令枪,助他模拟百米实战。

也许观众有些失望,决赛中,苏炳添战略性放弃争先,最后的成绩仅为11秒50,而身边的陈冠锋跑出10秒06的成绩夺冠。这本是一场激动人心的飞人大战,除了陈冠锋,苏炳添的国家队队友吴智强也跑出10秒11的个人最好成绩。

若苏炳添不放弃的话,很可能在今年第三次打开10秒大关,但他自己清楚,一个月后的东京才是他的战场,既然腿部肌肉不适,就不必冒险。赛后兰迪透露,这问题不会影响苏炳添的奥运之旅,“苏炳添很聪明,懂得如何控制自己的身体”。

苏炳添解释:“一切以奥运

会为主,以健康为主。”不只他,每一位来到重庆的奥运选手都带着这样的抱负。女飞人梁小静兼项100米、200米和4×100米接力,这种一天多枪的节奏,正是东京奥运会的节奏。从前一段的腰伤恢复后,梁小静的力量还没完全恢复,“深蹲蹲不了,高翻翻不了”。但她仍在200米预赛中跑出赛季最佳成绩。赛后她表示,会和教练商量下,是否在后继项目上做调整。

阵容再磨合 自信又提档

距奥运会只剩一个月,不少项目的选手仍在抓紧调整。进军东京的男女4×100米接力团队,均来到全锦赛磨合阵容,拟选出理想的4人组合。预赛,男队就跑出本赛季亚洲最佳成绩38秒27。一棒的吴智强和二棒的严海滨是第一次配合,赛后吴智强表示,因为知道自己小腿有些痠疼,在交接棒时队友临时调整,伸手早了一些,回去再改善。而“00后”的隋高飞是首次跑四棒,他自评和三棒汤星强的默契度还算满意。

女队除韦永丽、梁小静和葛曼棋外,新人均上场亮相。梁小静、葛曼棋、黄瑰芬和李玉婷的组合在预赛跑出42秒80,这个成绩

不仅是今年亚洲最佳,还排进世界前五。4×100米接力是最讲究团队配合的径赛项目,这几天在热身场上,女队队员一棒棒地细抠技术,微调送棒和接棒的时机,力争将交接时间进一步压缩。

女子4×100米接力决赛中,梁小静、韦永丽、黄瑰芬和李贺的组合轻松夺冠。跑四棒的李贺总结自己交接棒不错,但起步还可以改善。将第二次参加奥运会的韦永丽说:“现在发现问题都是好的。我们这个组合是第一次跑,还需要再磨合一下。”

田赛赛场上,标枪双姝吕会和刘诗颖也借全锦赛继续相互促进,共同向东京冲刺。虽然

近期的成绩未能突破65米大关,但以赛代练给了她俩更多信心。刘诗颖总结:“多哈世锦赛后,感觉自己对标枪技术的理解更深了。”吕会说:“距奥运会还有不到30天,会根据这场比赛出现的问题去调整,尽最大努力把技术细节做好。”

女子铅球决赛中,巩立姣在中间几投状态受到影响的情况下,稳住情绪,最后一投掷出20.39米,将两周前自己在上虞创造的今年世界最佳成绩,又提高一截。这个结果在她的意料之中,志在圆奥运金牌的她道:“我最后一投感觉能创造纪录的。”

据《新民晚报》



巩立姣投出好成绩

女子4×100米接力跑出今年亚洲最好成绩

为备战12强赛,职业联盟筹备组初步拟定赛程安排—— 本赛季中超联赛只踢22轮

受国足备战世预赛亚洲区12强赛影响,本赛季中超余下赛事如何进行,一直困扰中国足协职业联盟筹备组。据悉,经过多方协商后,职业联盟筹备组已经初步拟定了本赛季中超的赛程安排:赛季共将进行22轮比赛。

近日,中国足协、职业联盟筹备组、联赛赞助商代表等对今年中超赛程的安排进行了商议。从目前的情况来看,世预赛12强赛将大概率以主客场的形式进行,

在今年9月、10月、11月和明年2月、3月分别进行两轮比赛,按照当前的疫情防控要求,国脚们将无法在今年9月至11月参加中超联赛。有人提出把今年的中超由原定的30轮缩减至15轮,16支球队进行单循环比赛,但此方案对于中超联赛的品牌形象损害较大,赞助商也极力反对,因此遭到了否定。各方经过协商后,决定本赛季中超共进行22场比赛。

具体安排是,第一阶段的14轮比赛按照原计划进行,即在广

州、苏州两大赛区分别进行双循环14轮比赛。第二阶段,两个赛区的前4名共8支球队组成一组,后4名共8支球队组成另一组,第一阶段尚未交过手的球队间进行组内双循环的比赛,共8轮比赛。两个阶段22轮联赛积分相加,确定整个赛季的联赛名次。

国足目前正在苏州进行隔离,队员每天坚持训练,预计将于下月初解散,球员们各自返回俱乐部。主教练李铁希望国足在8月17日再次集中,备战12强赛。

在球队集中之前,李铁希望国脚们能有四五天的休息时间。因此,目前初步拟定的中超第一阶段余下9轮(第六轮至第十四轮)将从7月18日开始,至8月12日结束。

而此前第五轮河南嵩山龙门对广州队、北京国安对河北队的两场补赛初步定于7月15日、16日进行。这意味着中超各队将在接下来面临平均每3天一赛的高强度比赛节奏。届时,炎热的天气、密集的赛程都将是非

常严峻的考验。而第二阶段的8轮赛事初定于今年12月至明年1月进行,国脚们也将借助联赛保持状态,为明年2月和3月的12强赛做准备。

7月1日,12强赛抽签分组将进行,届时有关12强赛的比赛时间、赛制等都将明确。中国足协、职业联盟筹备组等也将将在下周12强赛抽签分组结束后,再次就今年中超赛程的安排进行更深入的沟通,并最终确定相关方案。据《羊城晚报》