

叶诗文

性别:女
国籍:中国
出生地:杭州
生日:1996/3/1
身高:1.68米
体重:50kg
项目:女子200米、400米混合泳

【突破时刻】

 昨晨,16岁的叶诗文在女子200米混合泳比赛中,两次打破奥运纪录,以2分07秒57夺冠。此前,她已在女子400米混合泳决赛中,以4分28秒43的成绩打破世界纪录并夺取1金。她是第一个在一届奥运会上夺得两枚游泳金牌的中国女将。



孙杨

女子200米混合泳	150-200米 2分07秒57 第1位(自由泳)	100-150米 1分38秒25 第3位(蛙泳)	50-100米 59秒24 第1位(仰泳)	0-50米 28秒25 第4位(蝶泳)
-----------	---------------------------------	--------------------------------	-----------------------------	---------------------------

东风之破纪录

中国叶中国夜

 昨日的奥运会泳池内,纪录被改写变得司空见惯。叶诗文夺得女子200米个人混合泳的金牌,成为了中国游泳历史上第一个单届奥运会斩获两金的运动员。值得一提的是,她在该项目中两次刷新奥运会纪录。另外,孙杨领衔的男子接力队也实现了历史性突破,4×200米自由泳接力夺得的铜牌,是中国男子游泳历史上第一枚奥运会接力奖牌。

A特10-A特13专题采写/新京报特派伦敦记者 张宾 赵宇

男子4×200米自由泳接力	第一棒郝运 1分47秒17 第7位	第二棒李的琦 1分46秒41 第5位	第三棒蒋海琦 1分47秒17 第5位	第四棒孙杨 1分45秒15 第3位
---------------	-------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------

孙杨

性别:男
国籍:中国
生日:1991/12/1
身高:1.98米
体重:89公斤
项目:男子200米、400米、1500米自由泳

【突破时刻】

 昨日凌晨,男子4×200米自由泳接力中国泳将在孙杨的带领下夺得铜牌。这在中国男子泳将接力史上尚属首次。

 此前,孙杨在400米自由泳中获得了中国男子游泳奥运史上第一枚金牌。



赛事回放

比赛再演惊天逆转

 外界对其有关禁药的质疑从未打败叶诗文那颗“勇敢的心”。昨日的女子200米个人混合泳比赛中,虽然叶诗文曾一直处于下风,前50米前三都没进的她延续了在自由泳方面的冲刺能力,最后时刻上演大逆转。

 去年的上海世锦赛,她就是凭借自由泳最后50米的冲刺反超夺得这个项目的金牌。之前的女子400米个人混合泳,她故技重施。这一次,同样的

模式叶诗文启动了三次,收获了本届奥运会第二枚金牌,也再次打破了自己半决赛中创造的奥运会纪录。

 “我当时就想,千万别输啊。不过,最近一年,我一直就在训练自由泳的冲刺,我自己还是有信心的。”夺得冠军、破了奥运纪录之后,叶诗文仍然有些心有余悸,她甚至在接受采访时说感觉自己状态不是太好。

天赋异禀

有一双美丽的大脚

 叶诗文一直将菲尔普斯视为自己的偶像。而当叶诗文深陷质疑浪潮中时,中国游泳队领队许琦就表示索普、菲尔普斯可以是天才,“为什么叶诗文就不能是天才?”

 叶诗文只有16岁,很多人认为她配得上“天才”这个称谓。前中国游泳队总教练陈运鹏就认可这一观点,“她真的可以说是中国游泳百年一遇的天才,她看起来不是和水在拼命,而是如鱼得水,身体很轻、很飘,个子不高但四种泳姿技术全面。”

 惊人的身体天赋是她成功

的先决条件。她拥有一双42码的大脚。初到杭州陈经纶体校的游泳班时,还被教练徐国义误以为“天资平平”,有关系户的嫌。不过,另一位教练魏巍却发现她天生“大手”和“大脚”。

 在国际泳坛,索普和菲尔普斯均具备类似的身体条件。长期从事游泳方面科研工作的李之俊博士认为这双大脚是叶诗文名扬天下的先决条件。“从她的身高条件来看,普通人应该就穿38码的鞋。她的这双脚,让她与水的横截面增大,能够产生足够大的推力,帮助她更流畅地游进。”

后天努力

聪颖不忘刻苦训练

 叶诗文如今的成功,除了天生身体素质好,与天资聪颖的她仍然刻苦训练不无关系。

 张晶凌是来自上海的留学生,目前就读于巴斯大学。奥运会之前,叶诗文提前抵达巴斯进行最后的备战。而张晶凌恰好担任他们的翻译。叶诗文的刻苦给她留下了深刻的印象。

 “每天她都很早来到训练场。很多时候是一个人默默地训练,与别人的话也不多,就像邻家小女孩。当陌生人与她聊天或者合影时,她会很腼腆。”张晶凌透露,除了训练,叶诗文更多时间就是在宿舍呆着,并没有多少娱乐活动。

 作为她的启蒙教练,魏巍

对于叶诗文的刻苦更有发言权,“她很少有完不成训练量的时候。一般都是你交代她游10000米,她往往会游12000米,绝对不会少游。她非常自律,这也是她为什么能够在小小年纪就登上世界之巅的原因了。”

 叶诗文给教练留下另外一大印象是聪明。“叶诗文很爱动脑子,我说过话,她都会去仔细琢磨,下水后执行得很到位。训练中如果出现了错误,一旦我给她纠正了,她就很少再犯。”徐国义如此表示。

 与刘子歌相类似,叶诗文闲暇时喜欢看书,不过她看的不是《道德经》之类的古籍经典,更喜欢侦探和推理方面的,《名侦探柯南》是她最爱之一。

他山之石

师从外教训练科学

 叶诗文是最近两年涌现出的青年才俊。与之前刘子歌成功的轨迹类似,她在出道之初大多数时间都在澳洲集训。征战奥运会之前,她师从澳大利亚名帅肯·伍德。刘子歌之前也曾投师他门下。

 有了之前的背景,肯·伍德对中国女游泳员的身体条件进行过研究。他发现中国女游泳运动员能够控制好体型。“肥猫打不了架,因为他们总在火炉边睡觉。中国游泳运动员没有一个是‘肥猫’。”从这方面看到了叶诗文的潜质。

 四年之前,上海外教戴维曾经声称中国游泳训练手段落后世界50年。他的说法存在夸张的一面,当时就遭到时任中国游泳队总教练张亚东的反驳。但过去这个奥运周期,运

动员更多在海外接受系统训练则成为了常态。

 在海外训练以及科研的辅助下,叶诗文的泳姿等方面的问题得到了及时的纠正。“叶诗文之前比赛中喜欢晃动头部,这会影响她的速度。不过,如果头部不晃动,又很难发上力。我们通过科学的手段,最终解决了这个难题,叶诗文的成绩得到了大幅提高。”浙江游泳队负责科研的韩照岐如此表示。

 除了浙江省队以及中国游泳队所下的工夫,体育总局也为叶诗文等运动员配备了专门的体能训练师。这个奥运周期,他们与美国身体功能训练公司(AP公司)签订了合同。每支运动队都有专门的外籍体能师来负责身体训练。



7月31日,叶诗文展示金牌。

新华社记者 凡军 摄

 叶诗文虽然个子小,但她却有个大马达,她的澳大利亚教练认为叶诗文完全没有问题,并且有能力达到这个高度。

 ——央视主持人韩乔生也站出来为叶诗文出头,昨日他突然从评论席来到叶诗文赛后的新闻发布会现场力挺她。

东风之破纪录

四爷们儿“杨”威

 中国水军的神奇不只是叶诗文。昨日凌晨,中国男子泳将在4×200米自由泳接力上夺得铜牌。这在中国男子泳将接力史上尚属首次。

 时光回溯到2006年多哈亚运会,张琳已经崭露头角。不过中国男子游泳4×200米自由泳接力在国际并没有多少地位,在亚洲也落后于宿敌日本队。

 但随后几年,历史逐渐被改写。张琳逐渐成熟,而以蒋海琦、戴骏为首的上海自由泳军团实力强大,再加上孙杨的成长,中国男子在广州亚运会上击败日本夺得了这个项目的金牌。

 到了上海世锦赛,张琳状态陷入低谷,不过李的琦涌现出来,中国男子200米自由泳整体实力继续上涨。他们最终夺得了世锦赛的铜牌,实现了历史性突破。

 今年,17岁的郝运异军突起,让中国男子泳军实力得到进一步补充。正值巅峰的孙杨则成为了这支队伍的领头羊。不过在这个项目上拥有菲尔普斯、罗切特的美国队,以及安格内尔领衔的法国队实力强劲,中国队很难在铜牌的基础上更进一步。可击败澳大利亚、德国等劲敌登上了领奖台,也是一

个弥足珍贵的成绩。

 比赛的过程并不轻松。承接最后一棒的孙杨在最后时刻上演了逆转好戏,他拼尽了体力,出水时甚至躺在泳池边。赛后他透露,赛前他们就对这个项目的奖牌有想法,“前面三棒也非常努力非常好,在我这一棒就是希望竭尽所能为中国再次创造历史。”

 在此之前,孙杨已经将男子400米自由泳的金牌和200米自由泳的银牌收入囊中。不过,他也承认这枚铜牌的意义同样弥足珍贵,“这个是团体项目的奖牌,之前那些是个人的。两种力量和意义都是不同的。”



7月31日,中国男子4x200米自由泳接力摘铜。

图/CFP