

对标巴黎赛程 争夺入场门票

全国游泳冠军赛以实战促备战

本报记者 李东辉

2024年全国游泳冠军赛巴黎奥运会选拔赛正在深圳大运中心游泳馆如火如荼地进行，本届冠军赛全面模拟巴黎奥运会比赛，以期达到锻炼选拔、实战练兵的目的。

全国冠军赛最终将产生35枚金牌，在比赛时间上尽可能对标巴黎奥运会，大部分赛程安排都和巴黎奥运会一致，上午时段进行预赛争夺，半决赛、决赛全部安排在晚间进行。

本届全国游泳冠军赛是巴黎奥运名额选拔的最后一站。中国游泳队已获得巴黎奥运会7个接力项目的资格，但个人单项的奥运门票要通过本次冠军赛确定，因此冠军赛每一个单项的角逐都将与奥运资格紧密相关。目前赛程已过半，赛场上好成绩频出、惊喜不断。

唐钱婷在女子100米蛙泳半决赛中游出1分04秒68的成绩，创造本赛季世界最好成绩的同时，也刷新了由日本选手青木玲绪树保持的1分05秒19的亚洲纪录。决赛中，唐钱婷游出1分04秒39的成绩夺冠，两天内第二次刷新该项目亚洲纪录。

事实上，本赛季女子100米蛙泳最好的3个成绩均由唐钱婷保持——除了此次1分04秒68的亚洲纪录外，唐钱婷在2月多哈游泳世锦赛上连续刷新个人最好成绩，先后游出1分06秒36和1分05秒27的成绩。她也是本赛季唯一游进1分05秒50的选手，排在唐钱婷身后的赛季最好成绩，是该项世界纪录保持者莉莉金游出的，她在1月的职业游泳系列赛中游出1分05秒67。换句话说，唐钱婷是今年世界泳坛女子100米蛙泳成绩最突出、进步幅度最大的选手。唐钱婷认为，“目前看来，我觉得自己没有上限吧，只要有足够信心、练得扎实，我无限可能。”

在女子100米自由泳决赛中，杨浚瑄以打破全国纪录的成绩夺冠。女子100米自由泳决赛的竞争十分激烈。杨浚瑄根据教练安排，采取“前跟后顶”的战术，在50米转身后全力加速，逐渐确立优势，最终她以52秒68的成绩夺冠，刷新了由张雨霏保持的52秒90的原全国纪录。此前，在女子200米自由泳比赛中，杨浚瑄游出1分54秒37，平个人最好成绩夺得金牌。

两枚含金量极高的金牌，彰显了杨浚瑄在女子自由泳项目上的绝对实力，为接下来的巴黎奥运会冲击更好成绩奠定了坚实基础。赛后，杨浚瑄表示，“能够在本次比赛中破纪录真的非常开心，也更提升了信心，这个成绩是此前备战训练成果的最好证明。随着个人项目成绩的提高，中国女子4×100米自



唐钱婷在女子100米蛙泳比赛中。

新华社发(彭志刚摄)

由泳接力项目、4×200米自由泳接力项目将更具竞争力，期待巴黎奥运会上站上领奖台。”

此外，小将潘展乐本次也有不俗的发挥，收获了包括接力项目在内的5枚金牌，个人项目则是从男子100米到400米自由泳实现了“平蹚”。男子100米自由泳的决赛，潘展乐以46秒97的成绩夺冠，距离他的个人最好成绩只差0.17秒，这也是他职业生涯第3次游进47秒，这个成绩在巴黎奥运会周期是各项世界大赛该项目的冠军成绩。本次全国冠军赛全面对标巴黎奥运会的游泳

赛程，潘展乐坦言没有什么感觉，因为这是不能改变的，大家都要去适应，接下来就是做好每一天的训练，吃好睡好，然后比好每一枪。

男子100米蛙泳决赛中，23岁的孙佳俊以58秒73的成绩获得亚军，达到奥运A标，也刷新他个人100米蛙泳最好成绩。出发哨响，他全力出击，前50米以微弱优势领先。但50米转身之后，还是被覃海洋超越，后半程，他紧紧咬住覃海洋。最后20米，他奋力冲刺，尽管最终到边未能实现反超，但58秒73的成绩不仅突破个人最好成绩，还顺利拿到了该单项的奥运资格。



中国选手庞倩玉(右)

新华社记者 吴壮摄(资料照片)

本报记者 袁雪婧

巴黎奥运会摔跤项目亚洲区资格赛不久前在吉尔吉斯斯坦比什凯克举行，中国摔跤队在女子自由式摔跤53、57、76公斤级和男子古典式摔跤87公斤级斩获四个奥运资格。在抢夺奥运资格的同时，中国摔跤队也更深入探查和了解了亚洲对手，为奥运备战做了更全面的准备。

本次比赛各级别前两名自动获得奥运门票，中国摔跤队除了在去年世锦赛拿到资格的女子自由跤50公斤级外，其他级别均全力出击。在女子自由跤比拼中，中国女队在53、57、76公斤级分别由东京奥运会亚军庞倩玉、未来之星洪可新、实力老将王娟勇夺三张奥运门票。在男子古典跤争夺中，中国选手钱海涛在87公斤级抢下奥运资格。比赛中，中国摔跤队在多个级别展现了敢打敢拼的作风，也为队伍接下来的备战和参赛提振了信心，鼓舞了士气。

本次亚洲区资格赛三大跤种18个级别共36张奥运门票花落各家。男子自由跤方面，伊朗、哈萨克斯坦、乌兹别克斯坦、吉尔吉斯斯坦、日本、蒙古均抢到了奥运门票。女子自由跤的奥运门票被中国、朝鲜、印度、蒙古、吉尔吉斯斯坦、乌兹别克斯坦瓜分，其中中国、朝鲜、印度是最大赢家，各抢到三张奥运门票。男子古典跤的资格分配较为分散，韩国、伊朗、中国、日本、哈萨克斯坦、乌兹别克斯坦、吉尔吉斯斯坦、朝鲜均有收获。通过比赛，中国摔跤队更全面掌握了各跤种各级别亚洲对手的情况，尤其神秘之师朝鲜队在去年杭州亚运会展现出很强实力，且朝鲜选手极少出现在各种国际积分赛上，中国队需要利用好少有的几次交手机会分析研判对手情况。

在年初的国际摔跤联合会萨格勒布积分赛上，中国摔跤队收获3金5银2铜，庞倩玉、洪可新、周凤分别在53、57、68公斤级夺金。随后队伍先后在北京、海南展开冬训，强化体能、突出技战术训练，帮助队员逐步把冬训前期储备的基础体能转化成专项能力。为了助力国家队备战，还抽调了三跤各级别全国前三名的选手展开实战模拟赛，帮助队员不断强化实战能力。本次亚洲区资格赛结束后，摔跤项目奥运资格赛仅剩最后一场世界资格赛，将于5月在土耳其举行。根据摔跤项目的奥运资格获取办法，世界资格赛前三名也将获得奥运门票。中国摔跤队还未获得奥运资格的级别，也将再次出击，做最后一搏。

奥运会摔跤项目亚洲区资格赛

中国队抢夺门票探查对手

集结漳州备战世界联赛

中国女排向奥运资格冲刺

本报记者 苏 畅

距离2024世界女排联赛第一周巴西里约热内卢站的比赛还有近20天时间，中国女排目前正在福建漳州进行着紧锣密鼓的备战集训。本次世界女排联赛三周分站赛后的即时世界排名将关系到中国女排能否获得巴黎奥运会参赛资格，备战此次世界女排联赛也成为目前中国女排集训的重中之重。

中国女排4月初结束在北京的第一阶段集训后来到福建漳州，参加了北京集训的16名队员全部在漳州继续集训，老将丁霞在23日抵达漳州后，中国女排的集训人数达到了17人。

据主教练蔡斌介绍，在来到福建漳州之后，训练重心从个人能力转化

到整体配合方面，其中包括不同位置队员之间的配合、攻手和二传之间的配合，以及拦网和防守之间的配合等。接下来也会演练不同阵容和打法，并根据世界女排联赛分站赛长达三周的密集赛程，让队员们做好体能方面的储备。

在记者本周前往漳州探营期间，中国女排一直保持着大训练量。每天上午从8点30分开始，先进行轻技术训练，随后进行力量训练。上午的训练基本要持续到中午12时之后。下午一般从15时许入馆开始技术训练，根据不同阶段的训练进度演练一传、防守、拦网和对抗。训练节奏非常紧密，一个科目或一组训练结束后，蔡斌留给队员休息的时间很短，往往队员们刚刚坐下喝上几口水，教练就会吹哨集合，开始下一个科目的训

练。蔡斌也非常关注各个队员的技术细节，发现问题随时纠正。在对抗训练中，蔡斌还设置了“10过7”“7过4”等训练要求。以“7过4”为例，队员们按照主力和替补分为“一组”、“二组”，其中“二组”队员每打成一个好球就可以得到1分，得到4分就可以获得一轮的胜利，“一组”虽然也要得到4分获胜，但要求却更加“苛刻”，必须连打3个好球才能够累计1分，任何失误都会让本组的得分清零，从头开始。由于必须按照计划完成训练，而这样的有条件对抗又存在很大不确定性，训练过程往往非常胶着，很考验队员们的抗压能力和技术水平，所以下午的技术训练有时会持续到晚上19时乃至20时才结束。但至关重要的世界女排联赛在即，每个队员都全力以赴、精力集中地完成好每天的训练，从不叫苦喊累。

按照赛程，巴西里约热内卢站，中国队将于5月15日至19日先后迎战韩国队、美国队、加拿大队、塞尔维亚队。中国澳门站，中国队将于5月29日至6月2日先后迎战荷兰队、日本队、泰国队、意大利队。分站赛最后一周中国香港站，中国队将于6月11日至16日先后迎战保加利亚队、德国队、土耳其队和波兰队。



目前，巴黎奥运会女排比赛已产生7张入场券，分别是东道主法国队，通过资格赛获得席位的多米尼加、塞尔维亚、土耳其、巴西、美国、波兰等队。根据规则，剩余的5张巴黎奥运会门票将在此次世界女排联赛的三周分站赛结束后，根据世界排名确定。获得巴黎奥运会资格的优先顺序为：尚未有任何球队获得奥运席位的大洲旗下排名最高的球队，世界排名靠前且尚未获得奥运席位的球队。

截至4月24日，中国女排以329.65分世界排名暂列第6，亚洲排名第1，但与暂列亚洲排名第2名的日本女排相比(305.09分，排名世界第9)领先优势并不大。

此外，世界排名暂时高于中国女排的土耳其、美国、巴西、塞尔维亚和意大利等五支球队中，意大利暂未获得奥运资格，世界排名暂列第7的波兰和第8的多米尼加则均获得奥运资格。由于中国女排在三周分站赛中不仅必须战胜同样来自亚洲的日本等队，也需要在与意大利、荷兰等奥运资格直接竞争对手的比赛中力争获胜，更不能在世界排名低于本队的球队身上“翻车”。所以即将开始的世界女排联赛，对于中国女排而言，每一场比赛都是“硬仗”。



主教练蔡斌(左)在训练中指导球员吴梦洁。

新华社记者 贾浩成摄



张常宁在训练中。

新华社记者 贾浩成摄



王媛媛在训练中

新华社记者 贾浩成摄