



## 向永不“躺平”的老将致敬

本报特派全媒体记者 吴志刚



我们看到他们的时候，他们在赛场上或光彩夺目或虽败犹荣；我们看不到他们的时候，他们在训练场日复一日的磨砺，对抗自己，也对抗岁月。

在我们这一代体育记者的职业生涯里，丘索维金娜似乎是一个避不开的新闻源。她以一己之力，贯穿了我们31年的采访记录。而她坚守的项目，是最要吃“青春饭”的竞技体操。每到奥运会、亚运会这样的综合型运动会和世界体操锦标赛，“丘妈”还在参赛就是一个热点话题。

杭州亚运会，已48岁“高龄”的她又来了，还拼入了28日晚的女子跳马决赛。经过她的努力，儿子的白血病已经痊愈。她现在不必为治疗孩子而参赛挣钱，只要为自己的热爱享受比赛，“顺便”挑战人类极限。她说：“体操就像是一份工作，我就是遇到水的鱼。”

喜欢就是如鱼得水，这就是老将的精神源泉。

竞技场是人类运动最高水平的精彩对决，而老将的奋力一搏尤其让人动容。

在9月26日晚进行的乒乓球男子团体决赛中，被球迷们尊称为“龙队”的马龙，35岁依然宝刀未老。2006年多哈亚运会上，18岁的马龙和队友一起收获了乒乓球男子团体金牌。五年前的雅加达亚运会，马龙没能进入中国队大名单。今年，他在杭州迎来自己的第四届亚运会。

当那些经历过失败、伤病、挫折的运动员重新走上竞技场，像马龙一样，他们的脸庞饱经沧桑而又带着坚定，他们眼神平静而勇敢。

杭州亚运会也是36岁的张亮个人的第四届亚运会，继夺得赛艇男子双人双桨金牌之后，他又勇夺男子单人双桨金牌——这是张亮23年的赛艇生涯里夺得的第5枚亚运会金牌，他由此成为在亚运会上获得金牌最多的赛艇运动员。

赛艇是一项极其艰苦的运动，必须在日晒风吹雨淋的水面，进行年复一年的枯燥训练，张亮靠什么支撑自我？

热爱可抵岁月漫长，这是老将的心理动力。

目标明确，追求梦想。正如张亮夺冠后所说“我不能说自己有多么出色。我只是做了作为赛艇运动员应该做的事，追求自己的目标和梦想，做好自己。”

在人生赛场，我们又有几个人能做好自己？谁又能像巩立姣一样初心不改，目标不变？

2010年广州亚运会上，首次参赛的巩立姣拿到一枚银牌，随后在仁川和雅加达实现两连冠。按她自己的说法，自从东京奥运会夺金后，她参加比赛就只关注自己的发挥了。杭州亚运会，巩立姣和以前一样，“目标一直是21米，永远不会变”。

在中国代表团里，还有不少老将。34岁的吕会会，依然拼搏在女子标枪的赛场；33岁的王珊珊，将带领中国女足再一次冲击冠军；30岁的谢震业，要在苏炳添缺阵的情况下，挑起男子短跑的大梁；29岁的汪顺，在“汪顺还行不行”的疑虑中，也第四次出发！

从16岁的小将汪顺，到29岁的“老将”汪顺，历时13年的岁月洗礼，劈波斩浪“泳”往直前，汪顺不仅成为杭州亚运会主火炬手，还在游泳开赛首日打破自己保持的亚洲纪录，勇夺男子200米个人混合泳金牌。他豪迈地说，“29岁的年龄，只是个数字，说我不行的人，你们看这个成绩还行吗！”

老马识途，贵在经历。老骥伏枥，志在千里。在“躺平”之风流行的时代，我们尤其要向勇于拼搏、不甘于躺在功劳簿上的老将致敬，尊重他们坚守的精神，学习他们挑战自我的努力。

别说人生无常，“老去”就是最大的确定。为这个“注定的结局”，寻找精神的动力和心灵的慰藉，是我们的人生应有之义。

## 赣军风采

## 万乐天：下一个目标是冠军

本报特派全媒体记者 李征 文/图

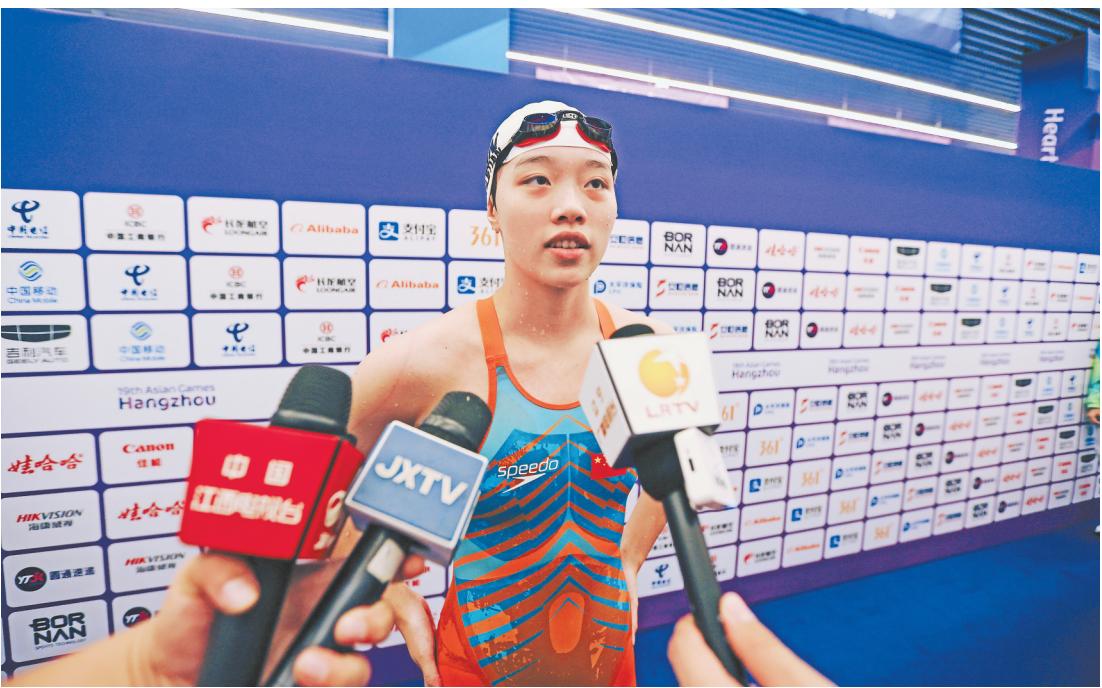
杭州亚运会女子50米仰泳决赛的焦点，是中国选手汪雪儿与万乐天之间的对决。

对中国游泳队仰泳项目的“姐妹花”，一个是经验丰富的泳将，一个是游泳队的年轻新秀，两人水平相当，技术特点相似。19岁的江西小将万乐天在2023年全国游泳冠军赛女子50米仰泳决赛中站上了最高领奖台。2023福冈游泳世锦赛，女子50米仰泳半决赛汪雪儿和万乐天同时到边，成绩都是27秒74，必须通过加赛决出晋级者，最终汪雪儿力压万乐天跻身决赛。

9月25日上午，杭州亚运会结束了女子50米仰泳预赛。小将万乐天在本届亚运会上完成了首次亮相，她以预赛第二的成绩晋级决赛，预赛排名第一的是汪雪儿。预赛中只有她们两人的成绩游进了28秒，显示出对中国选手在该项目上的竞争力。

电光石火的较量，毫厘之间的竞争，50米仰泳决定胜负的关键是专注与搏杀。25日晚，“嘟”一声发令号响起，女子50米仰泳决赛打响。汪雪儿排在第四泳道，万乐天在第五泳道出发，两人一入水就开足马力，像两颗鱼雷一样并驾齐驱迅速冲出重围。“中国队加油！”全场响起欢呼呐喊声。最终广东女将汪雪儿的冲刺能力略胜一筹，以27秒35的个人最好成绩撞线夺取冠军，万乐天以0.06秒之差屈居亚军。两人携手为中国体育代表团斩获一金一银。

“总体表现还是不错的，毕竟游到了自己的最好成绩。”赛后，万乐天这样告诉记者。27秒41，首次参加亚运会的万乐天创造了个人职业生涯的新纪录。



万乐天在赛后接受媒体采访。

接下来的比赛日程，万乐天还将参加女子100米仰泳、女子4×100混合泳接力项目的比赛。“现场的

观众很热情，感染了我，下一个目标就是努力向冠军发起冲击！”这个爱笑女孩露出了标志性的笑容。

## 程玉洁女子100米自由泳摘铜

本报杭州讯（特派全媒体记者 李征）9月26日，杭州亚运会游泳项目在杭州奥体中心游泳馆进行第三个比赛日的争夺。在女子100米自由泳比赛中，江西姑娘程玉洁以53秒91的成绩为中国体育代表团夺得铜牌，收获个人在亚运会的第二枚奖牌。中国香港名将何诗蓓以52秒17的成绩

刷新亚洲纪录夺冠，中国选手杨浚瑄获得银牌。目前，江西运动员在本届亚运会斩获一金一银一铜。

## 杭州“绿色亚运”创吉尼斯世界纪录

本报杭州讯（特派全媒体记者 李征）绿色，是杭州亚运会的办赛理念之一。9月26日，杭州亚组委举行“绿色亚运”主题新闻发布会，向国内外媒体记者介绍了绿色理念下的办会亮点。

绿色亚运，就是要把绿色、低碳和可持续理念融入亚运会筹办全过程和各环节。亚组委场馆建设部部长邱佩瑾介绍，杭州亚运会和亚残运会所有竞赛场馆中，新建场馆仅12个，其余均为改建或临建；场馆设计方面，杭州亚运创新制定绿色规范，研究发布了《亚运会绿色健康建筑设计导则》，明确了场馆建筑全寿命周期内绿色健康的设计要求。数据显示，富阳水上运动中心屋顶雨水收集系统，每月可节约35%的水；杭州奥体中心体育场、游泳馆、临安文

体会展中心应用导光管无电照明系统作为日常照明，每年照明节能可达30%。

在绿色能源供应方面，杭州亚运会实现了两个“首次”。杭州亚组委环境保障部副部长孟祥胜介绍，本届亚运会是首次实现全部场馆绿电供应的亚运会，通过绿电交易，将新疆、青海的光伏电和内蒙古的风电，通过特高压电网输送到浙江，以丝绸之路的“光”，点亮杭州亚运的“灯”；开幕式主火炬使用了绿色的甲醇燃料，这也是亚运会历史上首次。

孟祥胜透露，社会各界积极参与亚运会绿色行动，参与人次已超过2亿。其中，“人人1千克 助力亚运碳中和”活动，参与人次破亿，获得了“一年内最多人参与的环保活动”吉尼斯世界纪录认证。

## 每秒30人退场 亚运会开幕式离场为何如此丝滑？

据新华社杭州9月26日电（记者段菁菁）23日晚，杭州第19届亚运会开幕式在杭州奥体中心体育场盛大举行。这场以文化为底色，融科技之力与艺术之美的盛会，向世界展示了中华优秀传统文化的意韵。

而在开幕式现场，令人吃惊的一刻出现在开幕式结束后。你可能很难想象，现场7.1万人在40分钟内全部离场，相当于每秒有30人安全顺利地退场。

亚奥理事会终身名誉副主席魏纪中为此点赞：“我参加过11次亚运会，这一次的疏散工作是做得最好的。”

据了解，为最大限度提升观众进、离场的效率，此次亚运会建立了“一长三员”的保障机制。在开幕式远端集结点设置一名“点长”，负责集结点所有事务的协调工作；每25名观众配备一名网格员，负责从集结到散场全过程的

组织引导。

要实现安全准时、集散有序，还需要“最强大脑”的统筹智慧。记者在入场时就发现每个座位边都配有一只小灯，这束不起眼的光源，演出时是“荧光棒”，退场时是“信号灯”——开幕式结束后，自己所在区域的灯变绿，便意味着可以起身离场。

不仅如此，杭州还为开幕式合理调度了两条免费地铁线路专列。在奥体中心体育馆周边重点地铁口，每个出入口都有工作人员引导有序进站。

这场“丝滑”离场的背后，不仅体现了杭州作为东道主在组织运营上的科学、高效，同时也是“最美杭州”“浙江有礼”的生动写照。场上，运动员们奋勇拼搏、屡创佳绩；场下，观众在享受“家门口”观赛乐趣的同时，也以行动践行文明观赛的理念。

## 国乒女队连赢三场 拿下亚运五连冠



9月26日，中国队选手王曼昱、孙颖莎、教练员马琳、选手陈梦、王艺迪、陈幸同（从左至右）在夺冠后庆祝。新华社记者 刘续摄

据新华社杭州9月26日电（记者田光雨、牛梦彤、刘金辉）26日，杭州亚运会乒乓球项目首枚金牌在杭州拱墅运河体育公园体育馆诞生。中国女队以3:0战胜日本队，实现亚运会乒乓球女团五连冠。

首场比赛，女单世界排名第一的孙颖莎对阵日本队的早田希娜，两位“00后”选手此前交手九次，孙颖莎保持全胜。本场比赛中，孙颖莎以11:6、12:10拿下前两局。此后早田希娜扳回一局。第四局双方比分紧咬，战至9:9平，孙颖莎把握住关键球，连得两分获胜，为中国队取得“开门红”。

第二场陈梦与平野美宇的对决最为跌宕起伏。双方开局就陷入胶着，战至10:10后，陈梦连取两分拿下首局。接下来平野美宇手感火热，以11:8、11:7连赢两局，大比分领先。在主场观众的助威声中，陈梦愈战愈勇，以11:8扳回一局。决胜局，陈梦没有给平野美宇太多机会，以11:5拿下。

第三个出场的王曼昱面对日本新星张本美和的挑战。由于双方此前从未交手过，王曼昱有些不适应对方的发球，出现多次接发球失误，以6:11输掉首局。张本美和此后进攻失误增多，王曼昱抓住机会以11:4、11:7连赢两局。第四局，王曼昱连续挽救四个局点，以13:11逆转取胜，为中国队锁定金牌。

中国乒乓球队女队主教练马琳赛后表示：“今天这场比赛是我们近期对阵日本女队打得最为激烈的一场，充分体现了中国女乒的凝聚力和战斗力。”

## 中国队时隔9年 再获亚运柔道金牌

据新华社杭州9月26日电（记者谭畅、程楠）杭州亚运会柔道项目26日进入第三个比赛日，中国队马振昭赢得女子78公斤级冠军，这是中国柔道队时隔9年再次赢得亚运金牌。徐仕妍在女子78公斤以上级决赛惜败，收获银牌。至此，杭州亚运会柔道项目个人赛事全部结束，日本队收获4枚金牌，乌兹别克斯坦队赢得3枚金牌，中国台北队两度登顶，中国队、韩国队、阿联酋队、塔吉克斯坦队、吉尔吉斯斯坦队各摘一金。

当天上午的首个竞赛单元，中国队4名运动员出战，2名参加过东京奥运会的选手晋级决赛。其中，马振昭在女子78公斤级比赛中，徐仕妍两连胜晋级女子78公斤以上级决赛。男子方面，李瑞轩一胜两负，布和毕力格首轮出局，均无缘奖牌。

马振昭的决赛对手是日本选手高山莉加。双方在常规时间均未得分，在金分加时赛中，马振昭使出“小外挂”招式将对手摔倒，直接“一本”得分胜出。中国柔道队上次赢得亚运柔道金牌还是在2014年的仁川亚运会。



## 滑板少女冲冠 “蝶后”力拼“四金”

新华社杭州9月26日电（记者张泽伟、王恒志）27日的杭州亚运会赛场将产生47枚金牌，中国军团将在多个优势项目上向金牌发起冲击。游泳“天团”再度出击，张雨霏可能将成为本届赛事首个斩获四金的选手。作为中国代表团年龄最小的运动员，13岁的崔宸曦将在滑板女子街式项目中全力冲金。

在杭州亚运会上刮起“青春风暴”的滑板项目为亚运会增添了“炫酷”气质。继15岁的陈烨为中国队夺得女子碗池冠军后，13岁的崔宸曦27日将在女子街式项目中“放大招”。练习滑板仅3年多时间的崔宸曦成长迅速，不仅拿到了参加奥运积分赛的资格，如今还有望在亚运会站上最高领奖台。与崔宸曦一同参加这个项目的还有18岁的曾文蕙，她在东京奥运会上获得这个项目的第六名。26日的预赛中，曾文蕙和崔宸曦技高一筹，排在前两位。

滑板比赛具有一定的偶然性，相比之下，中国队在游泳比赛中有把握。两金在手的“蝶后”张雨霏将参加女子100蝶，夺冠几无悬念；如果她能和队友在男女混合4×100米混合泳接力项目上夺冠，那么她本届亚运会的金牌数将增至4枚。刚刚创造了男子100米自由泳亚洲纪录的潘展乐，将是男子200米自由泳冠军的最大热门；混合泳新星余依婷将在女子400米混合泳中再展风采；如果王长浩能够在男子100米蝶泳中夺金，中国队或能包揽当日7枚游泳金牌。

射击将决出8枚金牌，中国队都有争金实力。两名“00后”韩佳予、江伊婷值得关注，前者已经收获本届亚运会女子10米气步枪团体冠军和个人银牌，后者在今年的射击世界杯开罗站上夺得女子飞碟双向金牌。体操项目当天将决出女子个人全能金牌，17岁的左彤和22岁的章瑾将力争成为“全能王”。

国际象棋将是本届亚运会智力运动中首个决出金牌的项目。中国队的韦奕、卜祥志和侯逸凡、朱锦尔将努力突围，争夺男子个人、女子个人两枚金牌。

中国女篮将在27日亮相，小组赛首个对手是蒙古国家队。同样迎来首战的还有三人篮球女队，王佳绘、万济圆、陈明伶和王雨程组成的中国队将迎战实力不俗的马来西亚队。中国男足亚足联则将在男足1/8决赛中迎战卡塔尔队。

帆船和柔道项目将迎来收官日，前者将产生全部14枚金牌，后者将决出最后一枚混合团体金牌。