



桂阳妹子侯志慧在最后一把奋力举起117公斤重量，逆转拿下49公斤级的金牌。

连续两天，桂阳小将罗诗芳、侯志慧成功夺冠
再现湖南举重荣耀

桂阳妹子 湘当给力

长沙晚报8月8日讯(全媒体记者 赵紫名)北京时间8月8日晚，巴黎奥运会女子举重59公斤级比赛结束争夺，来自湖南桂阳的小将罗诗芳，以抓举107公斤、挺举134公斤、总成绩241公斤的成绩夺得金牌，这是中国体育代表团本届奥运会的第28枚金牌，也是湖南运动员在本届奥运会的第四枚金牌。截至目前，湖南健儿在巴黎奥运会已斩获4金5银2铜，成绩超越近5届奥运会，为2000年悉尼奥运会之后最佳战绩。

来自湖南桂阳的小将罗诗芳，夺得59公斤级的金牌。

一晚连破三项纪录，冠军跑不掉

东京奥运会上，中国举重队没有派选手参加女子59公斤级的比赛，中国台北选手郭婞淳以236公斤的成绩赢得冠军。

三年后，桂阳小将罗诗芳踏上奥运舞台，参加这个级别的比赛，郭婞淳同样出赛。在女子59公斤级的世界纪录榜上，总成绩的纪录是罗诗芳在今年4月世界杯上创造的248公斤，挺举的纪录是郭婞淳的140公斤。此外，奥运会的抓举、挺举、总成绩三项纪录都是郭婞淳在东京奥运会上创造的。

湖南举重再次闪耀奥运赛场

在女子59公斤这个级别上，中国并没有太多优势，但罗诗芳的出现，改变了这一切，王国新教练回顾这个备战周期很感慨：“作为没有拿过(奥运冠军)的人，她真的玩命。”

湖南一直是举重大省，杨霞、龙清泉、王明娟、向艳梅、谌利军、侯志慧……都是响当当的举重名将，耀眼的荣誉背后一定是激烈的竞争，想举出名堂并不容易，而罗诗芳显然不缺乏这种面对竞争的能力，从夺得第一个亚青赛冠军起步，到打破全国青年记录，再到全运会夺冠正式入选国

队，一路走来，罗诗芳成绩突出，同时也是最自信的那一个。

“我一直觉得举重是一个很酷的项目，就是挑战自己。男生举不起来的我，我可以轻松举起来。”步入国家队以后，罗诗芳的大场属性得到了进一步的展现。

本次奥运会，年轻的罗诗芳再次展现出了“大将之风”，五次试举全部成功。而在前一天，被逼到绝境的郴州妹子侯志慧在最后一把奋力举起117公斤重量，逆转拿下金牌。至此，出征本届奥运会的两名湖南举重运

同样从135公斤调整为134公斤依然成功。挺举134公斤、总成绩241公斤都创造了新的奥运会纪录，罗诗芳也将主动权牢牢握在自己手里。

此时，为了争冠军，郭婞淳最后一把要了137公斤，但未能举起。至此冠军归属已定，罗诗芳最后一把放弃试举，她上台后与观众挥手致意，庆祝胜利。至此，罗诗芳为湖南拿下本届奥运会的第四枚金牌，她自己也成为湖南举重队第七位奥运冠军。

动员们都完成了自己的使命，出场即金牌，湖南举重再次闪耀奥运赛场。

或许，正是因为湖南人有吃得苦、霸得蛮的狠劲，有身处逆境也能够破釜沉舟的决心，才能层出不穷地产生出奥运举重冠军。自2000年杨霞为湖南举重拿下奥运首金以来，举重湘军已经在6届奥运会上为中国拿下9金1银，“中国举重看湖南”，举重湘军毫无疑问是中国举重的中坚力量。

赛事第一眼

就差0.02秒，邵阳小伙伍鹏攀岩摘银

中国攀岩队两枚银牌都来自湖南运动员

高手对决，胜负只在一瞬间

鹏不畏强手，以4秒85对4秒93，战胜世界纪录保持者，成功晋级大决赛。

大决赛中，伍鹏又遇到了亚洲纪录保持者、27岁的印尼名将维德里克·莱昂纳多。伍鹏继续高水平发挥，创造了个人最好成绩4秒77，不过莱昂纳多同样发挥出色，以4秒75率先触壁夺得冠军。

今年22岁的伍鹏，最早练的是柔道。15岁那年通过跨项跨项选材进入湖南省攀岩队，开始攀岩训练。伍鹏最初练的是攀岩的三项全能项目，从2019年底开始专注于速度攀岩。

贡献两银，中国攀岩上演湖南速度

8日的男子速度赛中再入一银。湖南攀岩队自2017年成立，仅用7年时间拿到奥运奖牌，上演了湖南速度。

省攀岩队领队田璐在接受采访时介绍，伍鹏的性格非常腼腆，但是非常自信专注，“在比赛中，他也对自己有很高的要求，包括他之前一直突破不了5秒的时候，他就一直在想办法。”田璐说，直到在今年冬训，伍鹏才爬出4秒99，“就是那个成绩，让他一下子就看到了希望，然后一发不可

收抬。”

田璐表示，3位湖南运动员回到湖南以后，将会有个短暂的休整期，“还需要备战将于明年9月举行的大湾区全运会，他们都是主力队员，任务也十分艰巨。”下个奥运周期，湖南将进一步提升发挥在速度项目上的优势，“同时由于下一届奥运会攀岩可能会从4枚金牌升级为6枚金牌，我们也会向难度和攀岩这两个项目去进行发展，把我们的优势扩大到全能。”

近三年来，伍鹏不断突破自己，从2021年5秒62创下全国纪录，到2022年突破5秒大关，再到今年4月爬进4秒90，伍鹏已经成为中国速度攀岩项目的领军人物。来到奥运会的舞台上，伍鹏也表现出了最好的自己，拿到一枚宝贵的银牌。

“决赛我已经发挥出最好状态，未拿到金牌有点不服，但这也说明自己还是有进步空间。”伍鹏赛后说，“未来要进一步提升体能和稳定性，自己的目标仍是要继续争取奥运冠军。”

在比赛中，用脚踢击对手躯干部位一次得2分，而用脚击打对手头部则可以得3分。“使用转身踢击对手躯干得3分，头部则再加2分。”曹瑞林说。

而“拳打脚踢”也并不是不可以，只是不仅得分上是“两拳才能换一脚”，还要力度很“合适”，才能算1分，所以还是上腿划算。

长沙晚报8月8日讯(全媒体记者 赵紫名)北京时间8月8日，巴黎奥运会男子速度攀岩决赛中，来自邵阳的伍鹏赛出个人最好成绩4秒77，决赛对手印尼的莱昂纳多同样赛出个人最好成绩4秒75，一举夺魁，伍鹏落后0.02秒获得银牌。这是中国攀岩队首次夺得男子项目的奥运奖牌。



来自邵阳的伍鹏赛出个人最好成绩4秒77，获得银牌。这是中国攀岩队首次夺得男子项目的奥运奖牌。

均为新华社发

每日奥运焦点

跆拳道得分如何算？

“扫堂腿”不能横扫跆拳道

面对记者的提问，贺龙体育运动学校跆拳道教练曹瑞林笑笑说：“其实，平时看到的只是跆拳道的表演，跟我们武术里的套路表演是一个概念。”

在上个月结束的湖南省青少年跆拳道锦标赛中，以贺龙体校跆拳道队为班底的长沙市代表队斩获10枚金牌，拿下了金牌总数、团体总分第一的好成绩。曹瑞林表示，虽然跆拳道对运动员的身高腿长有一定的要求，但跆拳道和柔道摔跤举重一样，都属于重竞技，平时的苦练是必不可少。

曹教练介绍，比赛中运动员的步法速度和腿法速度，对结果至关重要。运动员通过急停、急起以及快速转向的步法来完成移动，在步法移动中利用拳法和腿法，从而将反击、进攻和防守有机结合起来。在比赛中是否得分很多时候取决于运动员的腿法技术，主要腿法有横踢、跳劈、下劈、后旋踢、旋风踢、后踢以及侧踢，其中以横踢和下劈最为常见。

“扫堂腿？不不不，那不行的。”记者突兀地一问，让曹瑞林半天才反应过来，“击打脚腕以下部位，不仅不能得分，还会被判犯规扣分。”

曹瑞林说：“跆拳道跟击剑差不多，必须击中有效部位才能得分。”和击剑一样，跆拳道的护具里装有感应装置，允许被攻击的部位只有两个，一是头部，二是胸部以上的躯干。在对抗中，允许使用拳和脚的技术攻击躯干被护具包裹的部分，但禁止攻击后背脊柱。

在比赛中，用脚踢击对手躯干部位一次得2分，而用脚击打对手头部则可以得3分。“使用转身踢击对手躯干得3分，头部则再加2分。”曹瑞林说。

而“拳打脚踢”也并不是不可以，只是不仅得分上是“两拳才能换一脚”，还要力度很“合适”，才能算1分，所以还是上腿划算。

奥运奖牌榜				
国家/地区	金牌	银牌	铜牌	总计
1 中国	28	25	17	70
2 美国	27	35	33	95
3 澳大利亚	18	14	11	43
4 法国	13	18	21	52

截至8月9日1时30分

金牌不辜负汗水

● 宁莎鸥

8日凌晨，中国花样游泳队以绝对优势力压美国队，站上了巴黎奥运会最高领奖台。夺冠时刻，守在屏幕前的省花游队主教练沈映沙哭成了泪人。她与队医抱作一团，忘情转圈庆祝的画面，成为当晚动人的时刻。

喜悦而泣，沈映沙、孙文雁、张雅怡……一代一代湖南花游人薪火相传，助力中国花游队实现了奥运金牌零的突破。41年，几代花游人的不懈努力，终于首度拿到这枚沉甸甸的金牌，成就了历史性时刻。这是激动的泪水，这是幸福的泪水。

花样游泳对于选材要求极高，训练也非常辛苦，前国家队队员顾贝贝就发表过一段颇为经典的花游选手心声，“我想雇一个游泳运动员，帮我游每天的4000米；雇一个田径运动员，帮我每天早上绕着田径场跑步；雇一个举重运动员，帮我扛杠铃；雇两个舞蹈演员，一个帮我跳古典芭蕾、一个跳民族舞；雇一个水球运动员，帮我练球

水、跃起；雇一个南海捞珍珠的，帮我憋3分钟……”

从沈教练口中，记者了解到张雅怡这一路走来颇为不易。东京周期，受疫情影响，训练比赛失去日常节奏。张雅怡一度也成了国家队边缘队员。练下去，一定能入选吗？一定能站上奥运会这样的大舞台吗？答案飘在风里。幸而张雅怡坚持了下来，这一路的艰辛超出常人想象，沈映沙才会形容姑娘们经过了“九九八十一难”。

纵观竞技场，不乏不世出的天才人物，比如短跑名将博尔特。大多数运动员尽管资质不错，但仍需付出极大努力才能有一线成功机会。无论人生还是赛场，也总归不是顺风顺水，总有崎岖坎坷。当前方没有路，那就由自己开路；当生活少了光，就成为自己的光。金牌既嘉奖天赋，同样不辜负汗水，坚持、奋斗、执着，也许金牌会有的，一切也会好起来的。



水花翻涌 双金到手

划桨浪花里 刘浩/季博文夺冠
入水水花中 谢思埸卫冕

长沙晚报8月8日讯(全媒体记者 宁莎鸥)8月8日，巴黎奥运进入第十三个比赛日，在皮划艇与跳水两个在水中举行的项目中，中国选手“遇水则发”，收获两金。刘浩/季博文获得静水男子500米双人划艇冠军；在巴黎奥运会跳水决赛中，谢思埸卫冕男子3米板金牌，队友王宗源获得银牌。

时隔16年再夺皮划艇奥运冠军

在此前的比赛中，刘浩/季博文就展现了良好的状态。在分组预赛中，两人划出了1分37秒40的成绩，以小组第一晋级之外，摘带打破了该项目的奥运会纪录。

巴黎奥运会周期，男子双人划艇项目从1000米改为500米。而男子双人划艇500米是中国皮划艇项目在奥运会取得金牌零的突破的项目，这是2004年雅典奥运会之后，该项目首次回到奥运赛场。云南名将刘浩搭档“00后”季博文冲击金牌，不负所托。

这是继2004年雅典奥运会和2008年北京奥运会后，中国队第三次获得该项目金牌。两人延续和传承了这一项目的火炬。这是中国代表团在巴黎奥运会上的第26枚金牌，是中国皮划艇队时隔16年在此项目上再夺奥运金牌。

带着钢钉拿到金牌

随后，跳水男子三米板决赛开展，中国派出了谢思埸与王宗源的“双保险”。同女队的全红婵与陈芋汐一样，这个项目也是中国队的“内战”，从第一跳开始两人就锁定优势，真正的对手只有国家队队友。

谢思埸是东京奥运会该项目的冠军，但王宗源也不遑多让，在前四跳领先卫冕冠军。比赛中，谢思埸的脚踝缠着护具，因为受伤的左脚被打进三根钢钉。第五跳，王宗源出现失误，谢思埸趁势反超，并把领先一直保持到完赛。他再次夺得奥运金牌，也帮助中国队实现了三米板上的三连冠。

“张雅怡为祖国为家乡赢得了荣誉” 长沙市体育局一行看望慰问张雅怡家属

长沙晚报8月8日讯(全媒体记者 赵紫名)“张雅怡这一次和中国花游队一起，实现了项目上的历史性突破，表现非常不错！”8月8日，长沙市体育局一行来到张雅怡家中，看望慰问张雅怡家人。

市体育局局长苏敏芳向张雅怡的家人表示热烈祝贺，感谢他们培养出了一位优秀的运动员，为祖国、为家乡赢得了荣誉。近年来，长沙市在花游项目上涌现了像孙文雁、张雅怡这样的优秀选手，她们在国家队表现出色，争得了不少荣誉，也为全市花游游泳的发展起到了巨大的推动作用。

巴黎奥运会上，张雅怡和其他七位队友一起，在花样游泳集体项目中以总分996.1389

分，领先第二名美国队81.79分的巨大优势夺得冠军，实现了中国花游奥运金牌“零”的突破。同时，这也是长沙运动员在本届奥运会上的第一枚金牌。

张雅怡的妈妈任雪曼说：“雅怡能取得今天的成绩，非常感谢市体育局和市体育训练竞赛管理中心的培养和教育、支持和关心。她自己也很争气，凭借自身的实力和坚持不懈的拼搏，坐稳了中国花游队的主力位置。这一次夺冠，我特别激动，也为她感到骄傲。”

任雪曼介绍，张雅怡将在奥运会闭幕之后回国。“回来之后，要先给她身体做下理疗，因为她还有一些伤病。然后做一些好吃的给她，像小龙虾、糖醋排骨这些。”