巩立姣两刷个人最佳 绝对优势夺中国奥运田赛首金

新华社东京 8 月 1 日电 （记者 朱翊 周畅 张悦姗）第一投奠定优势，第三投继续提升，第五投刷新赛季和个人两项最佳，第六投再次刷新最佳……中国田径队东京奥运会的首枚金牌就在一次次惊喜中诞生。

8 月 1 日上午的东京新国立竞技场，中国女子铅球运动员巩立姣以 20 米 58、领先第二名 0.79 米的绝对优势，拿下中国奥运历史上的首枚田赛项目金牌，夺得中国代表团本届奥运会第 22 枚金牌。

在之前的预赛中，巩立姣第一投就投出了 19 米 46 的成绩，轻松超过 18 米 80 的资格线，携手宋佳媛和高阳两位队友，一起晋级到 1 日的奥运会女子铅球决赛中。

在决赛中，巩立姣第一投 19 米 95，仅凭这一成绩，也足以夺得本届奥运会的金牌。美国选手桑德斯和新西兰老将亚当斯 19 米 70 左右的成绩难以对巩立姣产生实质性威胁。站在奥运会赛场上，巩立姣的对手只有自己。

第二投出现了小失误，巩立姣主动犯规放弃成绩。第三投，巩立姣将成绩提升到 19 米 98。虽然已经笑傲全场，但巩立姣赛后告诉记者：“没到 20 米，总感觉还不够保险。”

总是习惯到最后“涨一涨”的巩立姣在倒数最后两投迎来了爆发。

第五投，巩立姣投出了 20 米 53，这一成绩不仅刷新了她之前在国内奥运测试赛投出的 20 米 39 的今年世界最好成绩，也刷新了个人最好成绩。媒体工作室的中国记者纷纷鼓掌祝贺；巩立姣也在赛场上兴奋起来，对着摄像机镜头喊出：“China，牛！”

奇迹还在继续。第六投，巩立姣将成绩提升到 20 米 58，把几分钟前刚刚创造的两项最佳扔进了历史尘埃里。

最终，巩立姣以 20 米 58 的成绩将冠军稳稳收入囊中。美国的桑德斯以 19 米 79 排名第二，新西兰选手亚当斯 19 米 62 摘得铜牌。

中国另外两位选手整体表现也不错：首次参加奥运会的小将宋佳媛，以 19 米 14 排名第五，高阳前三投最好成绩 18 米 67，未能进入到最后三投的决战，最终排名第 10。

“小妹”与“王者”

——记女子 RS:X 级帆板奥运冠军卢云秀

新华社东京 8 月 1 日电 （记者 公兵 赵焱 周万鹏）“帆板是一个神奇的项目，在海上，你从来不会知道下一秒风会往哪里走。这个项目的比赛不单单是体力，也包括脑力的专注度与感觉。它让人琢磨不透，无风时，平静的水面让人觉得可以忘记一切；中风时，尽情地追逐，在宽阔的大海中一直前行，那一刻有再多的烦恼也随风而去；大风中，涌浪随之而来，那一份刺激是在平时任何时候都体会不到的，因为紧急情况下把控方向的只有你自己。”

这是一段卢云秀关于帆板的感悟。

东京奥运会的征战，或许会让卢云秀有更深的感悟。

从第一天错失风摆出师不利，到后面积极调整直至夺冠，波折的奥运征程势必会成为卢云秀人生中一段刻骨铭心的记忆……

1996 年 9 月，卢云秀出生在福建漳浦杜浔镇范阳村一个农民家庭。卢云秀的父母有 8 个孩子，她排行老幺，家里人多，父母又忙于农活，孩子们都是“散养”的，她直到读小学才有了真正意义上的大名“卢云秀”。

她从小好动，上学前就和小伙伴们漫山遍野奔跑玩耍，小学时就展现出体育天赋。

进入漳浦少体校时，卢云秀原以为会练田径，未曾想却被送到福建省帆船帆板运动管理中心，从此改练帆板。

卢云秀 2008 年 7 月开始真正接触帆板，而正是这一年，殷剑获得北京奥运会女子帆板金牌。

刚接触帆板时她一无所知，系统训练后，才明白看起来好玩的帆板练起来一点也不轻松。长跑、体能训练、拉帆……卢云秀一度打起了退堂鼓。教练有意识地培养她对帆板的兴趣，让她在训练中感受到自己的进步。

但是，卢云秀 2010 年在新疆参加的人生首场比赛就给了她一记“重拳”——排名倒数第一。她开始怀疑自己，教练开导她，告诉她运动员拿成绩并非易事，而且她缺乏比赛经验，技术不够全面……

卢云秀当时并不服气，也因此继续留在了队里，久而久之，她渐渐喜欢上了这个项目。

当一个事物在一个人心里扎下根，想赶都赶不走。

经过几年的专业训练，卢云秀在 2011 年全国青少年帆船锦标赛中获得亚军，从此，她开始崭露头角，足迹也开始踏上世界舞台。2013 年世界青年帆船锦标赛中，卢云秀夺冠，这是中国队首次在该项赛事中夺金。

不断的努力加上亮眼的成绩让卢云秀在 2013 年 11 月进入国家队。从此，她更加如鱼得水。2017 年，斩获世界杯金牌；同年，取得全运会亚军。

2019 年是卢云秀的丰收年，美国迈阿密世界杯、日本江之岛世界杯夺冠大大增强了卢云秀的信心，而当年 9 月在意大利世锦赛问鼎更是让她成为东京奥运会的夺冠热门。

此番再次踏上江之岛，卢云秀坦言自己渴望比赛，尤其在近两年未能与高手交手的情况下。或许正是这种迫切心理导致她在第三轮系列赛错失风摆、排名第 25 位，好在最差的一轮成绩可以取消，加上卢云秀调整能力极强，慢慢追赶，终于在 12 轮系列赛后登顶积分榜。

谈及自己如何调整，卢云秀说：“我的心理老师跟我说了一句话：云秀，江之岛是你的地盘（曾在这里两夺冠军），你要像王者归来一般，要用那样的气势去战胜对手，这句话给了我很大的鼓励。”

系列赛后 4 分的领先优势并不足以确保卢云秀获得冠军，她只有在奖牌轮获得一个相对较好的名次，才能顺利夺冠。

而 31 日恰逢卢云秀不算擅长的小风天。“即便如此，我绝不放弃，拼命摇帆……”坚强的意志和对胜利的渴望，让卢云秀笑到了最后。

卢云秀曾经说过：“为了帆板，我牺牲了自己的童年时光、学校光景，甚至陪伴家人的时间。过去这 10 年，我一心只做这一件事情。如果这件事再做不好，又不能让自己开心的话，那是真的对不起自己的宝贵青春了。”

女子跳水三米板决赛：

中国选手包揽冠亚军

8 月 1 日，中国选手施廷懋（左）与队友王涵在比赛后。

当日，东京奥运会跳水项目女子三米板决赛举行，中国选手施廷懋夺得冠军，王涵获得亚军。 新华社记者 许畅 摄

乒乓球女团：中国队晋级八强

8 月 1 日，中国队教练李隼（左二）在比赛中指导陈梦（左一）。

当日，在东京奥运会乒乓球女子团体 16 强赛中，中国队战胜奥地利队，晋级八强。 新华社记者 王东震 摄

■社址：河南省周口市周口大道 ■邮政编码：466099 ■准予广告发布变更登记的通知书 豫周 1902 号 ■本市每份零售价：1 元 ■印刷单位：周口日报社印务中心 地址：周口日报社院内