

她踏浪而来

——东京奥运会女子帆板 RS:X 级冠军卢云秀访谈

新华社东京 8 月 3 日电（记者周杰 公兵 卢羽晨）卢云秀看起来很瘦弱。长年浸润在阳光、风浪中，她的皮肤成了健康的小麦色。

7 月 31 日在东京成为奥运会项目女子帆板 RS:X 项目金牌终结者后，她成了名人。回望踏浪海上十多年，卢云秀说，我们无法预测风下一秒向什么方向吹，但我们能把控好自己。

把控，是她成长路上的关键词，无论是生活还是比赛。

卢云秀近日在接受新华社记者专访时说，走上帆板之路纯属意外。少年的卢云秀就展现出优秀的体育天赋。因为个人爱好，她主攻 800 米、1500 米。在参加了一次全县中学生运动会后，她被选入福建漳浦体校练田径。

不过才一个多月，卢云秀就面临了一次打击。体校教师要送一名学生到省帆船队，就叫她一起跟去了。对此卢云秀笑言称，是“因为在田径上确实没天赋”。

结果，第二次打击接踵而至：卢云秀被帆船队拒收了。理由是一名教练说，这女孩儿太瘦了。“幸好帆板队高（传卫）把我留下，叫我试试。”

然而，入队第一天，卢云秀就被吓到了。

“我当时也不知道什么是帆板。第二天早上就跑了 10 公里，我还从来没有跑那么长的距离，而且是在外面跑，我就有点害怕，每一次拐弯我都看不到队友，他们都跑太快了。我大概跑了一个多小时才跑完。”

10 公里刚跑完，隔天教练就给了她一套帆板器材，让她下水。当时卢云秀就懵了，因为她根本不知道怎么去抬帆抬板。

“我看着队友一下子就把帆拉起来，然后就走了。”卢云秀在回忆时仍然难掩一脸震惊，“我怎么办？他们都走了。”

于是，她就在岸边慢慢摸索：站上去掉下来，站上去掉下来……

将近三天后，当她学会在板上保持平衡，用力气把帆拉起来后，卢云秀开始可以在海上跑一点距离了。当然，当时的她还不太能把控自如，不能想往哪里跑就往哪里跑。好在一个礼拜后，她也慢慢熟悉了。

帆板运动危险吗？卢云秀说其实并不危险。

“我们的安全系数还是蛮高的，我们刚接触这个项目的时候，都必须穿救生衣，从板上掉下去也是在

器材的旁边，马上就可以抓到，抓到板子就有安全感。”

教练在队员技术不是特别好、风力又特别大时，会禁止下海。特别是初学时，基本都在近岸训练，就算从板上掉下来，随时也可以踩在沙滩上。当队员们的技术能力提高、逐渐适应后，教练才会让她们到海上训练。

在日复一日的训练中，卢云秀迎来了东京奥运会。“江之岛这个赛场我以前来过三次，这次感觉特别激动，对奥运会特别期待。因为疫情的原因，我们阔别赛场已经有 22 个月了。”

卢云秀说：“这次来到江之岛，我并不紧张，是那种很兴奋的感觉，我想去跟她们竞争，我想要那种航行的感觉。”

把控，在卢云秀这次比赛中体现得极为出色。首日比赛风平浪静，她在第三轮比赛中却发生错失风摆的失误名列第 25 位。后面四天的比赛中，有三天都在风浪中进行，卢云秀牢牢把握节奏，和风浪平稳对话，直到把金牌收入囊中。

回望从 2008 年接触帆板运动到今天，卢云秀不是没有想过放弃。“有过好几回。”她说，“最困难

的时候，我都怀疑自己是不是真的在这个项目上能有所成就。”

最近的一次，就是发生在前几个月在海南。当时有体能测试，分为周赛和月赛，卢云秀总是要求自己一定要去跑第一，得第一。但是，要做到完美真的是太难了。

“我们的教练，还有徐（莉佳）姐姐都和我说，你不能要求所有事情都尽善尽美，但你至少要让自己不后悔。当你跨出那一步去走向这条路的时候，你已经有属于自己的成功了，因为你走的是自己所喜欢的所梦想的路。”

“他们一直在告诉我，有些困难只是暂时的，这些困难过后，你的彩虹终将会到来。”卢云秀说。

终于，卢云秀在东京迎来了属于她的彩虹。作为奥运会女子帆板 RS:X 级项目终结者，她将开始新的旅程。

从 2024 年巴黎奥运会开始，女子帆板 RS:X 级将被水翼帆板项目所取代。“全运会后，我就会改练水翼帆板，我觉得我应该要去挑战一下自己。下一届不一定是我上，但是我还是要尽我最大努力去努力一把，不让自己去后悔。”

奥运乒台将再现中日争冠 李隼希望中国女乒“豁出去”

新华社东京 8 月 4 日电（记者张寒 苏斌）考验整体实力的奥运会乒乓球团体赛进行到第四天依然无人爆冷，中国女队 4 日上午以第三个 3:0 击败半决赛对手德国队，预约了 5 日晚与东道主日本队间的一场冠军之争。

作为团体项目自 2008 年北京奥运会加入乒乓球赛“套餐”以来的唯一金牌得主，中国女队“团战”三场三次变阵，本场派出了孙颖莎去“捉”对方“一单”韩莹。

20 岁的石家庄小将不负众望，时不时重锤出击，将“打不死”的削球手限制在有限板数内。作为有经验的老将，韩莹削中带攻，结合变线和改变节奏，也有自己的场上闪耀时刻，不过杀招终究不及攻球手，以 6:11、4:11、9:11 告负。

此前率先上演的双打比赛也以中国队毫无悬念的 3:0 胜利告终，王曼昱搭档陈梦以 11:9、11:2、11:4 速胜单晓娜/索尔佳。

第三场的单打对战中，陈梦起拍失误频频，首局以 5:11 速败于索尔佳。第二局开始，新冕奥运女单冠军逐渐找回自己的节奏，11:4、11:9、13:11 连扳三局，为中国队锁定胜利。

中国女队主教练李隼赛后说，陈梦的这场单打原本就不好打，对手此前几次在总决赛等场合给她制造麻烦，再加上陈梦之前经历了漫长而艰难的单打赛程，团体赛两名队友发挥出色的情况下偶尔会有些放松。“还是要让陈梦调动起来，紧张起来。”

谈及与日本队的决赛，李隼说：“这场决赛就是看发挥，（实力）其实差得不太多，就看哪个队谁能拼得出去，谁能豁出去。”

3 日晚举行的另外一场女团半决赛中，石川佳纯、伊藤美诚、平野美宇组成的日本队 3:0 轻取杜凯■领衔的中国香港队，率先挺进决赛。伊藤美诚赛后说：“我都是按照完胜的标准去训练的，非常期待最终的决赛。”

女子拳击沉量级： 中国选手谷红晋级决赛



8 月 4 日，中国选手谷红（下）与美国选手琼斯在比赛中。

当日，在东京奥运会拳击女子沉量级半决赛中，中国选手谷红战胜美国选手琼斯，晋级决赛。
新华社记者 陈益宸 摄