

路途艰难 微笑相待

——对话“蝶后”张雨霏

结束福冈游泳世锦赛之旅，张雨霏就马不停蹄地赶到成都大运会，参加9个项目、拿到9枚金牌——“蝶后”再次在泳池里乘风破浪。荣耀之路布满荆棘，更无人能永保巅峰。面对不可避免的疼痛与磨砺，25岁的张雨霏始终充满自信，微笑以待。

►张雨霏在成都大运会上夺得9枚金牌。



报项和心态对标巴黎奥运会

东京奥运会双料冠军、福冈世锦赛女子100米蝶泳金牌，足够为张雨霏正名。在成都大运会上，她还报名9个项目，8次打破赛会纪录，如此高质量的“劳模”，初衷为何？

“其实从今年开始我就进入比赛模式，我的报项和心态都逐渐对标巴黎奥运会。大家问为什么我要报9项这么多，每天都能看到我出场，每一场都是（游）两三枪，我就是为了锻炼自己持续作战的能力，就是为了到明年巴黎奥运会上出现这种情况，我知道该怎么应对、怎样更好地去解决。”

在张雨霏心目中，成都大运会是“人生中一个值得打卡的站点”。“青奥会和大运会，可能在运动员一生中只有那么一次机会能参加，所以我很荣幸能参加这两个比赛，都在我适龄的年纪”。

作为难得的经历，张雨霏特别享受大运会轻松活泼的氛围。“无论是在（大运）村里还是在泳池里，每个人都不会像在世锦赛、奥运会那样被强烈的比赛情绪所影响，更多时候就是‘我们一起去玩，我们比比谁更快’。如果你比我快，我也祝福你，我们下一场再比”。

“轻舟已过万重山”

成都大运会上，张雨霏每场比赛看起来毫不费力的背后，其实是在训练中负重45公斤做引体向上、肌肉在深夜灼热燃烧的艰辛历程。回顾这段经历，张雨霏说：“有种……那部很火的电影叫什么？《长安三万里》‘轻舟已过万重山’的感觉。”

从国家队“小不点”到奥运冠军、加冕“蝶后”，一步步走来，张雨霏并非一帆风顺。在她春风得意时，现实总是会给她“一巴掌”。面对“蝶后”头衔，她曾一度有些心虚。“但随着这两年实力慢慢稳定后，我觉得我承担得起了，在赛场上听到这种称呼，我还是蛮开心的”。

张雨霏坦承，福冈世锦赛前自己的心态是“自信又忐忑”。“大半年没进行世界级比赛了，不知道对手的情况怎么样，也不知道我能发挥成什么样。我知道自己的水平其实一直跻身世界前列，但更怕的就是又拿一堆铜牌回来，所以在100（米）蝶（泳）之前我还是比较紧张的，我特别希望能有一项属于自己单项的个人金牌”。

56秒12！张雨霏在福冈打破世锦赛纪录夺冠，也让偶像舍斯特伦牢牢记住了她。“舍斯特伦是女子100米蝶泳世界纪录保持者，对于我们这些追逐者而言，只有靠近她了，才会引起她的关注。我觉得我就是这样，（成绩）无限地去接近她。她是我的偶像，但是我还是想有一天能够超越她，对对手最大的尊敬，就是全力以赴地去比赛。我期待着那一天”。

“远未达到巅峰状态”

张雨霏认为，自己无论在心态还是在实力上都还没有达到巅峰状态。“心态方面，我从今年才开始慢慢拥有奥运冠军应该有的心态；实力的话，也只能说是去接近奥运会的水平。到了明年，我肯定要努力突破，去超越东京奥运会那一年的自己”。

200米蝶泳其实是让张雨霏感到“害怕”的一个存在，福冈世锦赛上为了确保男女4×100米混合泳接力赛而放弃这一项目时，她在纠结之余还松了口气。“我是属于那种越失败就越不想去面对的人。教练想尽办法在帮我突破，但一直没有彻底根治”。

在外界期望下，她也害怕失败，而她治愈自己的方式是“乐观、健忘”。“作为年轻运动员，最大的好处就是敢于冲刺，不怕失败。得到了冠军之后，反而会畏手畏脚，担心下一次会不会拿不到冠军了，这也是我所面临的。我希望年轻选手能多一点自信，不要害怕失败”。

说到对手，张雨霏坦言，自己能力压加拿大选手麦克尼尔和美国选手赫斯克、拿到世锦赛金牌，有运气成分。“我们三个的水平差不多，就看谁的时机和运气更好”。

“想看看自己的极限在哪”

面对艰苦而枯燥的训练，张雨霏认为自己的心态发生了很大变化。“东京奥运会之前的训练，更像是我被人推着走，大家都希望你能拿这个奥运冠军，大家都渴望中国（游泳）能再出一位奥运冠军，我是在万人注视下去成就的冠军。但现在更多是我想看看自己的潜力还有多大，试试我能不能蝉联奥运冠军，探探自己的极限在哪里”。

张雨霏很清楚自己的短板在哪。“我这个人太粗心了，教练说的很多细节我都做不到，就是能想到，但是我总会给自己找一点偷懒的理由，于是就‘啊，算了算了算了’”。

自从新晋“蛙王”覃海洋在一年多前加入崔登荣教练的训练队伍后，张雨霏的斗志被激发出来。“他在训练中比我认真很多，崔导和我讨论过很多次。他说，‘你要是有（覃）海洋这种认真，世界纪录早就破了’。我说‘是，我承认’。所以当我看到海洋那么踏实训练的时候，我会更勉励自己‘你不能再偷懒了，要把技术细节做到（完美）’”。

下一站，杭州亚运会。张雨霏依然发扬她“一贯的作风”，报名参加7个项目。“我的亚运会目标不变，争取在所有报项上都获得金牌，把MVP（最有价值运动员）给拿下来”。

据新华社

500余名男高中生 篮球场上精彩对决

本报讯（潍坊日报社全媒体记者 付东升）2023年“中国体育彩票杯”山东省中小学生体育联赛篮球比赛（男子高中组）日前在潍坊高新区金樱学校体育馆开幕，来自全省各地市的34支球队500余名运动员展开为期7天的激烈角逐。

本次比赛由山东省体育局、山东省财政厅、山东省教育厅主办，山东省篮球运动管理中心、山东省学校体育协会承办，潍坊市体育竞赛服务中心、潍坊市教育局高新分局、潍坊高新区金樱学校、山东风速体育文化传媒有限公司协办。

据悉，男子高中组分为甲组和乙组进行，甲组比赛共有青岛六十七中、章丘四中、山师附中、济南西城实验中学、临沂一中、枣庄三中、泰安一中、枣庄一中、淄博十一中、泰安二中、枣庄十六中、日照一中、潍坊一中、临沂三十九中、青岛二中、历城二中共16支队伍参赛，乙组比赛则有18支队伍参加。

2023年“中国体育彩票杯”山东省中小学生体育联赛篮球比赛共分为女子高中组、男子高中组、女子初中组和男子初中组四个组别，男子高中组比赛历时7天，共进行120余场精彩对决。

市运动会足球比赛 圆满落下落幕

本报讯（潍坊日报社全媒体记者 付东升）8月7日，潍坊市第21届运动会足球比赛在山东省高密市第一中学足球场圆满落下帷幕，来自我市多个县市区的近400名运动员参赛。

“加油，加油！”8月7日，在山东省高密市第一中学足球场上，男子组冠军争夺赛正在火热进行中，参赛的小球员们个个生龙活虎、快速反应、来回攻防，精彩的球赛赢得了现场阵阵掌声（下图）。

比赛经过4天激烈角逐，最终，男子甲组前八名分别由寿光市、临朐县、潍城区、高密市、奎文区、诸城市、昌乐县、安丘市代表队获得；女子甲组前四名分别由高密市、青州市、诸城市、临朐县代表队获得；男子乙组前四名分别由潍城区、安丘市、临朐县、高密市代表队获得；女子乙组前四名分别由青州市、潍城区、临朐县、高密市代表队获得。此外，青州市、潍城区、高密市、寿光市代表队获得本届足球比赛“体育道德风尚奖”。



分类广告

订版电话：8888315

13953667072

字画/酒水/礼品回收

商务/房产/婚介/招聘

潍坊幸福佳缘大型婚恋公司
红娘电话：8731886 微信：15689225798
女23文职26公务员28在编教师30个体房车
女35短婚护士38开厂45电业局52机关房车
男24国企27大学教师29军官房车33
公务员38开公司豪宅豪车42民企
男47在编教师房车52机关房车58机关干部

吉房出售

四楼带电梯商业用房，
建筑面积1167.95平方米，低
价出售。位于潍坊火车站北
广场东临北方茶都11号楼。

电话：13905366207

提示：请交易双方妥善查验对方相关有效手续及证

件，本刊信息不作为承担法律责任的依据。

潍坊大润物流有限公司

潍坊 ⇄ 浙江全境

宁波 杭州 嘉兴 余姚 慈溪 义乌 台州 温州 舟山 湖州 绍兴 金华 衢州
电话：13853693650 13336369368 8916961
地址：潍城区东风西街传化公路港内L214-L222、L238-L244库

精品物流专版

15853691935