

# 和队友杨昊获跳水男子双人十米台冠军 “大眼仔”练俊杰圆梦啦 这是山东选手在巴黎奥运会上夺得的首金



7月29日,冠军中国选手练俊杰(右)杨昊在颁奖仪式上。新华社发

**本报综合消息** 7月29日,在巴黎奥运会跳水男子双人十米台决赛中,山东选手练俊杰和队友杨昊合作夺魁。这是山东选手在本届奥运会上取得的第一枚金牌,也是练俊杰获得的首枚奥运会金牌。

练俊杰2000年出生于广西梧州,2006年到2008年在梧州市体校训练学习。8岁那年,他被烟台市游泳训练中心作为优秀跳水后备人才引进,开始接受系统的专业训练。两年后,他进入山东省跳水队集训。2016年,练俊杰正式进入中国国家跳水队。

高鼻梁、大眼睛,立体的五官,不少网友给他起了个可爱的昵称“大眼仔”。2017年,他因为在世锦赛夺冠后的直播采访中开玩笑承认是中国跳水队的“颜值担当”登上了热搜。

但运动员终究不是演员,长得再帅,也得靠硬实力去说话。别说,练俊杰还真是颜值才华兼具,作为一名“00后”,如今24岁的他早已多冠加身:2015年,他在首届全国青年运动会中获得男子单人十米台冠军;在2016年4月国际泳联跳水大奖赛波多黎各站,练俊杰首次参加国际赛事并夺得男子单人十米台金牌;在2016年9月举办的全国跳水锦标赛中,搭档台晓虎夺得男子双人十米台冠军;2017年,练俊杰搭档任茜获得世界游泳锦标赛男女混合双人十米台冠军,成为跳水队中第一位获得世锦赛金牌的“00后”男子运动员;2019年,他搭档司雅杰获得世界游泳锦标赛男女混合双人十米台冠军……

实际上,在东京奥运周期,练俊杰已经崛起。在奥运会选拔赛上,他的成绩只落后杨健,好于曹缘和陈艾森。但考虑到年轻的练俊杰状态容易起伏,中国跳水队最终选择了杨健、曹缘和陈艾森。

虽然错失东京奥运会的机

会,但练俊杰迅速从低谷中振作起来。又是新一轮奥运周期,中国跳水队做出调整,这一次年轻的练俊杰获得了机会。从2021年下半年开始,练俊杰与杨昊配对征战男子双人十米台,一路收割冠军:2022年、2023年、2024年连续三届世锦赛冠军,亚运会冠军,多项世界杯分站赛冠军,还有国内各项赛事冠军,成为这一项目的真正王者。

当然,更高的舞台,意味着更多的责任,在通往巴黎的道路上,练俊杰付出了太多艰辛。身高1.76米的练俊杰在跳水选手中算大个子,意味着他在训练中必须投入更多,才能弥补身高“劣势”带来的影响。过去这些年,他一直与伤病进行抗争,忍着伤痛坚持训练、比赛。出征巴黎前,练俊杰的手腕在北京集训时受伤。他打上封闭,继续训练。

此番出征奥运,两人可谓身兼重任。中国跳水队是“梦之队”,东京奥运会上,中国跳水队在8个项目中拿下7枚金牌,这唯一的遗憾正是男子双人十米台项目。

对于此次巴黎奥运会,练俊杰曾坦言,希望自己能够把握住机会:“这个周期要把握住每一个机会,机会都是留给有准备的人。希望我通过努力能把东京没得到的,在巴黎争回来。”

当天的比赛中,练俊杰/杨昊不负众望,在6轮比赛中全程领先,最终稳稳地将金牌收入囊中,也为中国跳水队弥补了上届奥运会痛失此项目金牌的遗憾。

经过“千锤百炼”,在巴黎奥运会中,练俊杰终于圆梦!

## 盛李豪三天之内两夺金牌

# “干饭哥”真的很淡定

**本报综合消息** 7月29日,巴黎奥运会射击男子10米气步枪决赛结束,19岁的中国小将盛李豪以252.2环打破奥运会纪录夺冠。继7月27日搭档黄雨婷获得10米气步枪混合团体金牌(巴黎奥运会首金)后,盛李豪在个人项目上也站上最高领奖台。

2004年12月4日,盛李豪出生于江苏苏州张家港市,13岁时才第一次接触射击,在同年龄段的职业选手中算入行比较晚的。但进入专业队后,盛李豪很快便展现出自己的天赋——训练半年后就在全国性赛事中跻身前15名、接受专业训练不到一年就能在队内测试考核中打出600环的满环成绩。在2018年的江苏省运会和一系列全国比赛中,他相继拿到冠军。后来,盛李豪把握住机会,进入国家队,参与竞争激烈的奥运选拔赛。

3年前,随着东京奥运会推迟一年举办,当时16岁的盛李豪搭上了中国射击队的“奥运末班车”,在东京射中了一枚宝贵的奥运银牌。

在2023年2月的全国射击冠军赛中,盛李豪获得男子10米气步枪项目冠军;2023年3月射击世界杯印度站,盛李豪获得10米气步枪混合团体金牌和男子气步枪金牌;2023年5月射击世界杯巴库站,黄

雨婷/盛李豪获10米气步枪混合团体金牌。随后,盛李豪以637.9环创造男子10米气步枪资格赛世界纪录。今年6月,盛李豪又在射击世界杯慕尼黑站以254.5环创造男子10米气步枪决赛世界纪录。

7月27日搭档黄雨婷获得巴黎奥运会首金后,盛李豪便被众多网友、媒体冠以“干饭哥”的昵称,原因是他的社交媒体名字为“光靠干饭就”。说起这个网名的原因,他解释道:“因为我比较瘦,所以希望自己好好吃饭。”

平静、淡定甚至有些“扑克脸”,这是外界对盛李豪比赛时表情的最直观印象,无论是7月27日夺得首金,还是7月29日获得男子10米气步枪冠军,盛李豪只是在赛后才微微抿嘴露出微笑。此前被问及获得金牌的感受时,这位略显腼腆的少年说:“能够为国争光很开心。”随后,他的嘴角再次抿得紧紧的,露出淡然的笑容。

看似冷面枪手的盛李豪,私下里只是一位寻常少年。这名看上去酷酷的“00后”小将,会在国际赛场上用英语跟外国选手交流;生活训练之余,他也会打游戏,看到喜欢的电竞选手,还会克服“社恐”追个星。

盛李豪说,金牌是努力的结果,但也有运气的成分,尽力就好。如今,19岁的他以两金完美结束了第二次奥运会之旅。留给他的时间还有很多,也有更多的成就等待这位少年去缔造。



7月29日,盛李豪庆祝夺冠。新华社发