



台晓虎(左)和教练  
(受访者供图)

## 参加十五运会跳水比赛 目前已斩获一银和一铜 台晓虎继续加油

本报讯(记者 付东升) 11

月4日晚,第十五届全运会跳水比赛继续在广州举行,在男子1米板决赛中,潍坊运动员台晓虎为山东队夺得银牌。此外,在3日进行的跳水男子团体决赛中,台晓虎和队友合作获得铜牌。

4日晚,第十五届全运会跳水项目男子1米板决赛,面对实力强劲的奥运冠军、湖北队选手王宗源,27岁的台晓虎前两轮发挥稳定,第三轮出现失误,随后的比赛及时调整心态最终逆转获得一枚宝贵的银牌。王宗源夺冠,湖北队的郑九源获得季军。

在3日进行的跳水男子团体决赛中,台晓虎先后出战单人3米板和双人3米板,最终分别排名第八和第四,为山东队摘得铜牌贡献了分数。自此,台晓虎参加的3届全运会,每届都有奖牌入账。

台晓虎,1998年3月1日出生,高密市夏庄镇人,2004年进入高密市少儿体操学校开始体操训练,2008年入选山东省跳水队。他2012年入选国家跳水队,曾在2015年搭档司雅杰获得喀山世锦赛混合双人10米台冠军。2017年第十三届全运会,他首次代表山东参加了男双10米台的角逐并一举夺得季军;2021年第十四届全运会,与队友合力夺得男子团体银牌。

本届全运会,接下来他还将参加男子双人3米板的比赛。在此前男团的比赛中,他曾在3米板多个动作上有不错表现,期待他在随后的比赛中能有更好的发挥。

### 相关新闻

## 王宗源:1米向上

11月4日晚,广东省奥体中心游泳跳水馆。

24岁的王宗源脚尖踩上跳板边缘,发力起跳,流畅翻转,笔直入水——第六轮比赛后,他稳稳拿下第十五届全运会跳水项目男子1米板金牌。

继日前助力湖北队历史性夺得男子团体银牌后,他再次证明了他稳定的实力。他是东京、巴黎两届奥运会双人3米板冠军,世锦赛双人3米板“四冠王”,也是中国跳水“梦之队”男子3米板项目的核心力量——似乎他就该赢。

他是年轻队员心中的“定海神针”。他的师弟郑九源拿下1米板项目铜牌,赛后受访时表示:“跟着王宗源跳就行。”为备战国际双人赛事,师兄弟5个多月前组成了“源源不断”新组合。当被问到两人的技术特点时,郑九源自信地说:“我们的技术特点应该就是能力强。”

然而,带给队友满满“安全感”的王宗源却并非绝对自信:“跳水的确定因素太多,不是说你站上去金牌就属于你,想法太多反而不好。慢慢来吧,也只能一步一步去拼。”

因成熟稳重而被队友戏称为“老王”的王宗源,总是以平稳温和的语调强调着“想法少一些,一步步去拼”,似乎在极力压制那颗叫嚣着“想赢”的心,生怕多余的念头会扰乱自己在比赛中的心神。

在广州拿下全运会首枚个人金牌,他情不自禁流露出欣喜和感慨:“没想到能在1米板项目上拿到这么宝贵的金牌,它能帮我打打气,让我拿出王宗源该有的气势。后面3米板的单项我会更加自信一点,不会怕这怕那、唯唯诺诺,要像1米板这样去拼,每个动作、每一步都要拼出自己的水平。”

在个人3米板项目上,王宗源有许多骄傲和荣光,却也留下了最多的遗憾。东京、巴黎,还有刚刚结束的新加坡游泳世锦赛,他都是在双人项目上荣耀加身,却错失个人金牌,这甚至让他对自己产生了一丝怀疑。

为备战全运会,他做过无数次模拟练习,包括怎样在晚上11时多结束团体项目后,第二天早晨精神满满地投入个人比赛——不止是体能,还有心态。在许多人看来,他是轻松取胜,但他却是做了万般准备。

1米板是非奥项目,却是每名跳板运动员打基本功的起点,王宗源也不例外。

“在一些比赛中会有失落和气馁,但我也不要忘记自己的初心,从1米板的起点再重新往上,对自己是一种激励。”在赛后新闻发布会上,他如是说。

东京奥运会上,他跟着“老大哥”谢思埸一道拿下双人3米板金牌,又见证着如今已29岁的谢思埸是如何长期保持高度自律,继东京奥运会拿下个人3米板金牌后,又在巴黎完成卫冕,并再次出战此次全运会。

如今,他要接过谢思埸肩上的重担,也在学着像谢思埸一样,克服随年龄增长不断下降的身体机能和持续增多的伤病,去完成洛杉矶双冠的目标,延续“梦之队”的荣光。

从长江边套着泳圈下水游泳的小男孩,到怀疑自己是否应该退队回归校园的少年,再到“梦之队”的中流砥柱,脚踏实地、越走越远的王宗源,用努力和实力不断坚定着信念。

“这四年就像棋盘一样,每一步都非常关键。下一届奥运会会更加艰难,但我的目标永远不会变,就是双金——我也想朝着这个目标去前进。”王宗源说。

据新华社