



新科百米冠军 他到底是谁?

做梦都没想到的金牌

比赛当晚，第七道，一个瘦瘦高高、戴着半框眼镜的青年显得有些“文气”。“但我不是学霸。”李泽洋在接受记者专访时说，“只是我不戴眼镜会看不清，可能对比赛更不利，所以我戴了镜腿有固定器的眼镜。”

指令枪响，选手们如离弦之箭。

前半程，李泽洋一度被两侧的短跑名将邓信锐和陈冠锋压制。

但在后半程，李泽洋一步步杀出重围，最终以领先亚军0.04秒的优势撞线。

随后，他愣住了。压根没想过会夺冠的他机械地举手，向着看台鼓掌。

“做梦没想到我会得金牌。”李泽洋说，“全运会冠军以前只属于电视里的‘三巨头’（苏炳添、谢震业、张培萌），我最多只敢想进入前三名。”

百米决赛后，李泽洋醒着好像在做梦，但想入梦也并非易事。

尽管他看起来好像很镇定，可大脑的兴奋却难以抑制，当晚直到凌晨四五点，辗转反侧的李泽洋才入睡。

半路出家的跑者

时针拨回2015年夏天。

世界田径锦标赛在北京举行，15岁的李泽洋拜托爸爸带他去现场看看。走进“鸟巢”，博尔特、加特林、苏炳添、张培萌……一位位短跑名将飞一般从他眼前掠过。

那一年，他只是个跑得比同龄人快一点的高中生。当时的他并没有想到，有一天这样的赛道会属于他。

次年，为了考上更好的大学，李泽洋决定“试试短跑”。于是，他在学校体育老师的指导下，开始业余训练。“没想到自己能走专业体育道路，但后面越跑越好，就坚持下来了。”

2018年，李泽洋凭借一级运动员身份考入武汉大学，成为政治与公共管理学院本科生。不久后，他被选入湖北省田径专业队，开启正式专业训练。

“他的小腿长，灵敏性、协调性、爆发性都不错，是个很有天赋的小孩。”曾任湖北省体育局田径运动管理中心副主任的潘奇回忆道。

训练半年后，李泽洋的成绩从10秒90稳定提升至10秒70。2019年，在第二届全国青年运动会体校甲组100米决赛中，李泽洋一鸣惊人，以10秒40斩获金牌。

于是，19岁的他被抽调进国家队。在那里，他见到了自己的偶像苏炳添，还随队赴美国参加集训。

“当时，我接受专业训练才一年时间，这样的机会，对我来说是人生绝对的高光时刻。”李泽洋回忆道。

但他没想到的是，走进“高光时刻”的同时也陷入泥潭。

不断变慢的“天才”

在美国的训练时间短，一节课两个小时，但强度极大。“当时一起去美国的运动员都是从小经过专业训练的，泽洋是业余出身，虽然有天分，但他的基础很薄弱。”潘奇说，国家队给湖北省队反馈，李泽洋的情况是“基础薄弱、专项不够、跟不上节奏”。

难以适应的李泽洋身体陆续出现伤病，备受打击的他离开了国家队。此后，从2020年至2023年，他的成绩从未再突破10秒40，比赛成绩甚至变得越来越慢。

“跟我一批的选手，都跑到10秒零几了，我还在10秒50，我感觉自己可能就这样了。”李泽洋说。

2023年，看着久久没有起色的成绩，他萌生了退

11月17日晚，湖北队李泽洋在第十五届全运会男子百米决赛中以10秒11夺得金牌，成为全运会历史上首位“00后”百米冠军。这是自十二运会以来，男子百米决赛首次没有苏炳添或谢震业的身影。8名参赛选手全部为“00后”，中国男子短跑的新时代已然开启。赛后，不少媒体记者都很好奇，这位从未有过国家队参赛经历的“神秘飞人”，究竟是谁?

役的念头。“我跑不出来了，做什么对我来说都没有差别了。”

于是，李泽洋决定回家考研，想借此将自己的注意力从短跑上挪走。接下来半年，他一边养伤，一边备考体育专业研究生，但内心始终有一个声音——“我不甘心”。

时间会给出答案

2024年春节期间，考研成绩不理想李泽洋，决心再搏一次。

“离队半年又回来重新训练的运动员，不多见。回来了还能练出来的，更是寥寥无几。”潘奇说，“但半年的沉淀，对李泽洋来说或许是好事。他的心理、伤病都得到逐步恢复，思想也更加成熟。”

那半年，李泽洋确实思考了很多。“以前，我觉得自己天赋，只要正常训练，慢慢我就能成为苏炳添。后来，我想明白了，短跑是非常复杂的学问，需要坚持不懈的努力，不仅要研究技术、控制力量，还要预防伤病，涨成绩不是那么容易的事情。”

转变思路、找对方法后，李泽洋逐步突破了瓶颈。2024年9月，他在全国田径锦标赛跑出10秒26；今年8月，他在全国田径锦标赛跑出10秒16；本届全运会男子百米预赛，他更是跑出10秒08，不断刷新着个人最佳成绩。

回想当时重启专业训练的决定，李泽洋说：“我只是单纯喜欢短跑这项运动，想知道自己到底能走多远。如果我不能坚持的话，以后的工作、生活，我真的干什么都无所谓。”

如果能回到过去，李泽洋想告诉当时因自我怀疑而痛苦的自己：“能坚持的话，还是再坚持一下吧。因为时间是很神奇的东西，它会改变一些思想和事物。如果觉得迷茫，可以让时间来把它冲淡。”

创造历史后，李泽洋依旧克制清醒。

“我们这一批‘00后’甚至是‘05后’的（短跑）运动员都非常优秀，就算我拿到了冠军，我的PB（个人最佳成绩）还是不如苏炳添、邓信锐、陈冠锋，我还是要继续努力，和兄弟们一起把中国短跑的大旗扛起来。”

“希望我能尽量把状态保持到明后年，争取参加亚运会、北京世锦赛，向世界展示中国速度。”李泽洋说。

据新华社

山东队包揽射箭反曲弓男、女团体金牌

据新华社深圳11月19日电 19日的十五运会射箭比赛中，山东队包揽男、女反曲弓团体金牌。山东队李梦麒继个人赛后再收一金，与湖北队宗钰一样加冕射箭“双金王”。

男子团体赛中，由两名国手冯浩、孙权和个人赛金牌得主李梦麒组成的山东队实力强劲。他们在决赛中面对权玉波、信东伟和陈秋豪组成的天津队，很快建立起了4:0的优势。随后天津队将权玉波的射箭顺序从第二调整到第一位，这一调整收到一些积极效果。但冯浩和李梦麒4箭打出37环，这样两队在第三局打平，山东队以5:1的总比分赢得冠军。

“大风天会对比赛有影响，我作为第一箭可以帮队友们去‘试风’，他们可以根据我的（箭的）落点判断后边该怎么打。”李梦麒说，“这两块金牌确实非常来之不易，感谢这么多年自己的不放弃。”



李泽洋(前左)庆祝胜利。