

于子迪 “疯长”的13岁

9月21日，距离于子迪的14岁生日还有25天。这一天，她一年内第二次刷新亚洲纪录。

这是在东京水上运动中心举行的2026年爱知·名古屋亚运会女子200米个人混合泳决赛，于子迪在第五泳道，她的队友、卫冕冠军余依婷在第四泳道。50米蝶泳结束时，余依婷领先0.14秒；随后的仰泳和蛙泳阶段，她继续保持领先。但在150米转身时，于子迪已经只落后0.03秒。最后的50米自由泳，于子迪凭借强劲的后程冲刺完成反超。

“毕竟最后一个50米了，就不要留劲、全力以赴，什么都不要想，闭眼撑就行！”赛后，于子迪在接受采访时回忆道。

从现场转播大屏看，她在最后阶段几乎压着象征亚洲纪录的绿线冲刺，并不断向世界纪录靠近。最终，她以2分06秒10完赛，刷新亚洲纪录。这是该项目历史第二好成绩，仅次于世界纪录保持者麦金托什的2分05秒70。这也是于子迪一年内第二次刷新亚洲纪录。

“很意外、很激动，这算是我们团队的训练成果。回想起自己训练付出了这么多，拿到一个好结果，感觉挺激动的。”于子迪说，“亚运会拿到两枚金牌，这只是一个开始。”

这段连刷亚洲纪录的故事，与于子迪的13岁紧密相连。

2025年11月11日，深圳。第十五届全运会决赛中，她游出2分07秒41，打破了尘封13年的亚洲纪录——叶诗文在2012年伦敦奥运会上创造的2分07秒57。

2026年6月17日，杭州。全国游泳冠军赛决赛，余依婷游出2分06秒82，亚洲纪录易手。于子迪当天以2分09秒33获得亚军。

三个月后，东京。2分06秒10，于子迪又把亚洲纪录提高了0.72秒。

“（余依婷）姐姐是实力很强的对手，她会鞭策我继续进步、继续努力。”于子迪说。

余依婷则说：“我觉得这是一个好事情。我们只有不断去突破亚洲纪录，才敢去想世界纪录，才有可能在2028年奥运会去挑战麦金托什或者其他优秀选手。”

于子迪和余依婷，两个常在决赛相邻泳道并肩前进的女孩，在一年内将女子200米个人混合泳项目的亚洲纪录提升了1秒47。

尽管外界关注渐多，这个13岁的女孩却鲜少被影响。眼神纯净、有点害羞、“采访比比赛难”、一到混采区就想“溜”，是很多媒体对于子迪的印象。

亚运会出发前，新华社记者曾专访她。被问及除了成绩，更想给人留下什么印象，她说：“（一个）很符合这个年龄的小孩。”

私下里，她开朗爱笑，爱玩游戏，独自在外训练时常给爸爸妈妈打电话聊天……

被问到赛前会想些什么，她平静地说：“眼睛里只有泳池，然后想想接下来自己该怎么游。”

谈及训练的苦，她没有否认：“有时候，会对自己说我今天就要较劲，我今天必须把训练做好，练到目标。很累的时候也要练，然后顶不住的时候还要练，然后累到极限的时候还要顶。”

被追问是否因为累而想过放弃或暂停，她立刻摇头：“不行！因为现在我觉得正是打基础的时候，要（现在）歇的话，后边我怎么练？”

回望13岁这一年的神奇经历，她认真总结道：“这一年受过的苦只有我自己知道。但是，我都顶过去了。希望接下来的自己越来越好，越来越棒。”

纪录已经写下，于子迪或许把更多话留在了泳池中。每段旅程的付出，自会有回答。

据新华社



9月21日，爱知·名古屋亚运会游泳项目女子200米个人混合泳冠军中国选手于子迪（右）、亚军中国选手余依婷在比赛后。 新华社发

“光速”打卡下班 盛李豪三刷世界纪录

新华社日本名古屋9月22日电 在22日进行的爱知·名古屋亚运会10米气步枪混合团体决赛中，中国组合王子菲/盛李豪以507.1环的成绩夺金，并先后打破资格赛和决赛世界纪录。

21岁的盛李豪由此成为本届赛事诞生的第一个“三金王”。前一天，他刚刚夺得男子10米气步枪团体和个人冠军。加上男子团体的世界纪录，他还已经打破三项世界纪录。

对于持续破纪录的表现，盛李豪说：“比赛成绩打得是非常高，我也没预料到能打那么高，比平时训练要高很多，感觉也是运气好一些。”

当天资格赛中，两名中国队选手手感火热，盛李豪319.3环，王子菲319.6环，两人合计638.9环，把世界纪录一下拔高了2环。原纪录是盛李豪和彭鑫露搭档在2025年射击世界杯宁波站上创造的。

资格赛总时长40分钟，每人30发，盛李豪用了不到20分钟就“打卡下班”，平均不到40秒就完成一套装弹、举枪、贴腮、瞄准、击发；跟前一天男子比赛一样，留下一众对手齐刷刷站在靶位上继续奋斗。“对，比赛风格一直也是这样，希望能保持自己的打法和节奏。”他说。

中国队、印度队、韩国队和日本队闯入决赛。

决赛中，王子菲/盛李豪从第一阶段开始就保持领先。进入淘汰阶段后，他们以379.5环排名第一，领先第二名日本队1.3环，印度队排名第四率先出局。随后3枪，王子菲和盛李豪合计打出64.1环，将优势扩大到3.5环，日本队获铜牌，中国队与韩国队进入冠军争夺。

最后3枪，中国组合继续稳定输出，打出63.5环，最终以507.1环夺冠，把挪威队保持的原世界纪录提高了0.4环。韩国队以502.9环获得银牌。

决赛中，19岁的王子菲一度打出9.4环和9.9环的低环数，但她迅速调整，最终拼下了这枚金牌。对此，王子菲说：“中间有失误，我觉得也是很正常的事情。就是回想一下自己的感受，然后努力调整回正常的状态。”

在后面赛程中，王子菲和盛李豪都还将参加50米步枪三姿的比赛。

►9月22日，盛李豪在比赛前。 新华社发



公路自行车女子个人赛 中国队时隔32年再摘金

据新华社日本名古屋9月22日电 在22日举行的爱知·名古屋亚运会公路自行车女子个人赛中，郭莉率先冲线，摘得中国自行车队本届亚运会首枚金牌。这也是中国队继1994年广岛亚运会后再次在亚运会夺得该项目冠军。

当天比赛赛程为90.4公里，共有来自17个国家和地区的40名选手参赛，采用集体出发方式，选手完成规定赛程后，按冲线先后确定名次。

中国香港队选手梁颖仪以2小时50分46秒获得铜牌，中国队选手、本届亚运会女子个人计时赛亚军张好位列第四。另一位中国队选手周秋盈获得第30名。

张好冲线后，与郭莉紧紧相拥，两人激动落泪。“我们做到了，我们成功了。”郭莉回忆两人当时的交流，她表示，金牌离不开队友们的配合和整个团队的准备。

首次参加亚运会便夺金的郭莉表示，冲在最前面的是一个人，金牌背后却是三名队员和整个团队的共同努力。她说，张好在个人计时赛获得第二名后，大家都希望能在这场比赛中站上最高领奖台。想要实现这个目标，需要三名选手在比赛中打好配合，充分发挥各自能力，再寻找突破的机会。

“我觉得我们今天的战术打得非常好，每个人都做到了自己的极致。”郭莉说，今年进入国家队后，她获得了更多参赛和学习机会，在不断参赛、学习的过程中，她逐渐明确自己的目标，找到了属于自己的突破点。

郭莉表示，比赛前家人、朋友和教练给她发来消息，提醒她以平常心面对比赛，不要背负太大压力，把自己的能力发挥出来就好。她感谢那些始终关注自己、为自己加油的人。