



望东京

2021.7.30 星期五 15  
编辑 梁波 美编 任兰君

TOKYO 2020



# 张雨霏破茧成蝶 四小将不负众望 泳池激起两朵“金”花



奥运名人堂



29日,在东京奥运会女子200米蝶泳决赛中,中国选手张雨霏夺得冠军。

新华社发

东京速递

## 中国女排惨遭三连败 出线命悬一线

这是一场过于艰难的比赛。继两场0:3不敌土耳其和美国后,面对实力稍逊的俄罗斯奥运女排,中国女排在第四局一度大比分领先的局势下,决胜局2:3不敌俄罗斯女排,遭遇东京奥运三连败。

根据赛程安排,中国女排将在31日20时45分迎战强敌意大利女排。如果输球,就将彻底无缘小组出线。可以说,命运已经不掌握在我们自己手里了。

对于中国女排和关心她们的球迷们来说,东京奥运显得过于残酷。

首轮比赛,朱婷伤势未愈,几度变阵的中国女排状态不佳,0:3脆败老对手土耳其。次轮面对美国的焦点战,姑娘们及时调整,尤其在防守端对美国几位攻手进行针对性盯防。

面对手腕受伤的朱婷,郎平也非常无奈,“她很尽力了,我们也希望别的进攻手帮她分担些压力。但现在她还不能发力扣球,这不是一时半会就能解决的问题。”

从目前积分榜来看,美国、意大利和土耳其基本锁定三个出线名额,俄罗斯奥运队之前击败阿根廷后,也已经有3分在手。

可以说,这场比赛的重要性堪称“谁赢谁出线”——如果中国女排击败俄罗斯奥运队,即使后面输给意大利,也可以再拼下阿根廷,总成绩拿到2胜3负。

而俄罗斯奥运队在对阵中国女排后,还要面对美国和土耳其。

只不过,这一场失利后,留下的只是绝境……如果中国女排下一场不能击败意大利,或者俄罗斯奥委会队再取得一场胜利,我们的东京奥运旅程就将结束。

据澎湃新闻

在7月29日上午举行的女子200米蝶泳决赛中,张雨霏不负众望,游出2分03秒86,创奥运纪录斩获金牌!紧接着,女子4×200米自由泳接力再夺金牌。



29日,由杨浚瑄、汤慕涵、张雨霏、李冰洁组成的中国队4×200自打破世界纪录并夺冠。新华社发

## 只要我不紧张 就能拿到金牌

此前在7月26日,张雨霏在女子100米蝶泳的比拼中摘得银牌——彼时,她和冠军之间的差距仅有0.05秒。

虽然未能得到金牌,但张雨霏还是那么活泼可爱。面对媒体,虽然嘴里吐槽着银牌“挂在脖子上死死我了”,但在张雨霏的脸上,你还是能看到止不住的笑意。

“我也没有给自己太大的压力,一定要拿到冠军,毕竟奥运会冠军有实力和运气的成分。但我觉得哪怕我拿不了第一名,我也不会让对手赢得那么轻松。我一定要争一争,可以输,但我绝对不会轻易地认输。”张雨霏已经成了游泳队的“大姐”。

于是,在200米蝶泳的比赛中,人们依然能看到那个自信的张雨霏。

200米蝶泳预赛和半决赛,张雨霏始终排在第一位,表现得游刃有余,她说还是200米的距离让她更有安全感——在半决赛,她游出了2分04秒89的今年世界最好成绩,同时还刷新了自己的最好成绩。

而2分04秒89的成绩,似乎也出乎意料,张雨霏转向相邻泳道的队友李妍说“我也没想到”。

这样的表现,也给了张雨霏更多的信心:“挺高兴的,这成绩真的是超出我预期了。我也

没有用尽全力。”

决赛前她表示:“只要我不紧张,就能拿到金牌。”但她话锋一转,“在决赛前我可能还是会紧张,但是比游100米蝶泳时好。我很怕100米蝶泳那种大家每一米都在竞争的感觉。”

去年参加游泳冠军赛期间,张雨霏就曾透露,自己体能相对比较薄弱,“大量的时间和精力都投入在专项训练中,因此我花了大概4-5个月时间,才将自己的基础体能提高到一个相对平衡的水平。”

艰苦的训练,有了肉眼可见的成果——张雨霏此前引体向上只能勉强负重15公斤,后来提升到了可以稳稳负重40公斤。

上一届里约奥运会,张雨霏参加的就是200米蝶泳的比赛,但当时在决赛中只获得第六名,泪洒赛场。如今回忆起里约的经历,张雨霏说自己当时紧张到了“石化”的状态。

五年之后,张雨霏还是那个爱笑而积极的女孩,但已经变得更加的成熟。

“以前我会偷懒,现在我会更加鞭策自己——我想拿奥运冠军。比起在赛场上哭,我更

想在训练场上多流点汗、多承受点累。”

## 4小将拼出世界纪录再夺金

这是一个巨大的惊喜!

在29日上午,中国队夺得东京奥运会游泳女子4×200米自由泳接力金牌,同时以7分40秒33打破世界纪录,力压莱德基领衔的美国队和利特姆斯的澳大利亚队。

这四位姑娘是——第一棒杨浚瑄、第二棒汤慕涵、第三棒张雨霏、第四棒李冰洁!而就在一个小时前,张雨霏刚刚拿下200米蝶泳金牌!李冰洁此前也获得了400米自由泳铜牌。

赛后张雨霏表示,“接力没想到能拿到冠军,想着应该差不多第三名。前150米跟澳大利亚差不多入水,前150米觉得肯定没人家快了,毕竟我主项不是自由泳。”“不知道怎么回事,游最后50米,就觉得中国力量从心里燃起来了,就觉得我一定要跟你拼了。”

据澎湃新闻



国家地区	金	银	铜	总数
1 中国	15	7	9	31
2 日本	15	4	6	25
3 美国	14	14	10	38
4 俄罗斯奥运队	8	11	9	28
5 澳大利亚	8	2	10	20

(截至29日晚10时)

版权所有 违者必究

总值班:杨军  
一版编辑:赫巍利  
一版美编:王晨同

零售  
专供报



6 935970 566666