

问鼎110米栏后 陈圆将大喊“谁是第一？中国！”



9月27日，中国选手陈圆将(左)在比赛中。

亚运会男子110米栏金牌，重新属于中国！

三年前的杭州亚运会，中国队的亚运会男子110米栏九连冠纪录戛然而止。27日晚的名古屋雨夜，来自上海的20岁小将陈圆将以13秒15夺冠。冲线后，他用英语面向全场大喊：“Who is the first? China! (谁是第一？中国!)”

他说：“我是带着一股劲来跑这场比赛的！”

当天决赛，强敌环伺，其中实力最为强劲的，是曾经跑过13秒的日本队夺冠热门拉希德。拉希德是亚锦赛冠军，站上过奥运会决赛跑道，个人最好成绩大幅领先于陈圆将，还曾在去年的世锦赛半决赛中以绝对优势领先陈圆将，将后者挡在了决赛门外。

“我赛前没想过能赢。”夺冠后，陈圆将说得直白。在决赛前一晚，他在看电视时发现，各大媒体已将拉希德的名字和金牌放在了一起，于是年轻人的要强劲儿上来了。

“我心里当时就有种不服气。我说没到最后一刻，谁是冠军都不一定！”

这股劲，其实一直在他心里。虽然没有在大赛中赢过拉希德，但亚运会前一个月，在一次全国比赛后被记者问到，如何看待日本队近年来在110米栏项目中的迅猛进步，陈圆将说：“我有可能输，也有可能赢，但我从来不怕他们。”

他说：“这是一场非常难跑的比赛，但我顶住了！”

从前一天的预赛到当晚决赛，名古屋持续降雨，日本老将泉谷骏介就在预赛中摔倒受伤。“场地很湿滑，我相信我们所有选手心里都是有一些担心的。”陈圆将说，“但重要的是要做到心无旁骛，专注每个技术动作。”

当晚，名古屋市瑞穗公园陆上竞技场场的上座率达到了开赛以来的高峰。最强的对手拉希德就在相邻道次，客场作战，陈圆将不可能不受现场氛围的影响。

但去年，同样是在日本举行的田径世锦赛上，首登世界顶级舞台的他说过：“我甚至有点喜欢极端天气下比赛，刮点逆风，下点雨，我就喜欢做有挑战的事情。”

鸣枪，起跑，中国队另一名选手刘俊茜失误摔倒，争冠的希望落在了陈圆将一人肩上。

但他的起跑并不占优，前三栏一直落后于拉希德。第四栏，两人开始齐头并进。第五个栏后，陈圆将完成超越！

“齐头并进的时候，当然能感觉到压力，但是我一直在专注自己。只要把自己的技术动作发挥出来，肯定会有一个很好的成绩。”

他说：“我要向亚洲证明，中国跨栏还是最顶尖！”

跨过最后一栏，陈圆将已经知道自己赢了。冲线后，大屏幕上的官方成绩还未打出，他就已经开始庆祝。“我太高兴了！我等这一刻太久了！”

去年的世锦赛，陈圆将无缘决赛。在十五运会上被寄予厚望，他最终仅获第六。当时，他在社交平台上写道：“杀不死我的，只会让我更强大。”

触底反弹、浴火重生，这名年轻冠军的个人经历，也恰如中国男子110米栏近年来走过的路。

1986年到2018年，中国在亚运会上实现了男子110米栏九连冠。但在2023年杭州亚运会上，冠军旁落。当时，和陈圆将同属上海队的徐卓一赛后走过混采区时，颤抖着说出的第一句话就是道歉：“对不起！我觉得对不起我的师父和前辈们，没能保住中国的连冠。”

“卓一师兄今年饱受着伤病的困扰，很遗憾没能来到亚运会。”陈圆将还提到了刘翔、谢文骏等上一代的亚运会冠军们，“我站在了巨人的肩膀上成长。”

他说：“真是双喜临门！”

采访最后，陈圆将还分享了一件“喜上加喜”的事：“我哥昨天结婚了！亲哥哥！”

为国出征，错过了家人的婚礼固然遗憾，但他说：“我的家庭特别有爱，家人都很理解我，也很支持我。祝我哥新婚快乐！我一会儿肯定要先给他们打视频。”

据他介绍，哥哥现在是一名大学老师，曾经也练过体育，后来没有成为专业运动员。“我的天赋比他更高一点。”他的眼睛笑得眯成了一条线，“真是双喜临门，我爸妈的大儿子昨天结婚了，小儿子……”

他指了指自己：“今天拿了一块亚运会金牌！”

一枪破纪录

严子怡想要开创自己的时代

伴随一声嘶吼，标枪划破雨夜天空。在全场观众惊呼中，严子怡掷出她的第一枪。

大屏幕上，成绩缓缓定格为70米46，她一举将名将刘诗颖在2018年雅加达亚运会上创造的赛会纪录提升了4米37。这也是她本场比赛投出的唯一一枪，此后再无参赛选手能撼动这一纪录。凭借这一破纪录的成绩，今年5月刚满18岁的严子怡夺得本届亚运会女子标枪冠军。

“没想到能一枪‘下班’，其实我的计划就是投好前两枪。”赛后走进混采区时，她眼角还带着泪水。她说，不久前的比赛没有拿到第一，觉得辜负了大家的期望，如今压力终于得以释放，“其实我的个性还是比较沉稳的，不会太情绪外露”。

两周前的世界田联终极冠军赛，严子怡首轮投出68米05，随后因脚伤退出比赛，北口榛花则以68米92夺冠。严子怡说，这位日本名将是她早已熟悉的对手，也是她观察学习的对象。相比压力，她对这位奥运冠军更多的是欣赏。

“不可以拍胸脯说(自己更强)，因为大家都是互相追逐的，都是我要追赶的目标。”谈到两人的多次交手，严子怡说。

严子怡与投掷项目的缘分，始于小学三年级的一堂体育课。她回忆，当时自己把垒球投得比同龄人远，因此进入田径队。到了体校，她起初以铅球为主项，后来才逐渐把训练重心转向标枪。

这条路并非一开始就顺畅。“一开始的时候其实也很累，也想过放弃，但最后都坚持下来了。”严子怡此前在南宁冬训时接受采访时说。谈到外界称她为天才，她的回答是：“有天赋不行，我肯定得练起来，才能把我的天赋展现出来。”

训练也要跟着她的身体变化不断调整。严子怡说，随着身高、体重发生变化，她需要继续练习助跑速度，并调整投掷技术。除了枯燥的重复，学习新动作和新的训练方法，也让她觉得很有趣。

此前，严子怡因年龄限制无法参加部分成年组世界大赛，但她表示，这段时间给了她打磨技术、积累经验的机会。

2024年，严子怡在全国田径大奖赛投出64米28，首次刷新世界青年纪录，同年又夺得世界U20田径锦标赛冠军。2025年，她在全国锦标赛带伤投出65米89，第四次改写世界青年纪录。

她的蛰伏很快迎来了回报。今年5月，刚满18岁的严子怡在钻石联赛厦门站首轮投出71米74，刷新亚洲纪录和世界青年纪录，成绩位列女子标枪历史第二。此后，她又拿下钻石联赛年度总冠军。

“未来，开启一个属于我的新时代吧。”2024年，严子怡接受新华社采访时笑着说。

本版图文均据新华社