

好“羽”知时节 当春乃发生

# 一场全民健身赛事的幸福模样

3月份的周末,太原市滨河体育中心比往常更热闹一些。来自全国28个省(区、市)的800余名羽毛球爱好者,相聚于2023山西省中老年羽毛球公开赛。他们在这里挥舞着球拍,将胜利与掌声收入囊中;他们在这里交流健身故事,并书写各自的幸福模样。

## 手上脚上全是功夫

“脖子、肩膀、关节……一定要把身体活动开。”魏强玩笑着说,打球最重要的“技术”,其实是热身。

54岁的魏强,接触羽毛球运动已30年有余,堪称省内业余爱好者中的标志性人物。由于经常在各项民间赛事中斩金夺银,魏强逐渐成为健身圈子里的“大明星”。

比赛之余,魏强不定期投身羽毛球公益普及工作,为各地球友们指点迷津。“讲点手法及步伐的功夫,讲点球路上的技战术,希

望能帮助球友尽快提高,少走弯路。”

本次比赛,魏强与杨晋联手夺得男子双打A组比赛第三名。“这次比赛,吸引了北京、河北、山东等地的许多高手参赛。”魏强说,“外地球友水平挺高的,对我们来说是一个很好的学习机会。”

在魏强看来,分量最重的奖项,是健康的身体。“我觉得一周活动三四次就够了。”魏强说,“大伙儿别光顾着玩,一定要进行腿部力量、膝关节和踝关节的力量训练,避免受伤。”



## 场内场外皆有风景

## 能文能武快乐加倍

“我是哪个年龄组的?”王能长说,“140(岁),最大的那个组。”

王能长背着球包,穿梭于赛场之中,轻快的脚步一闪而过,令旁人很难看出他已83岁高龄。“这次比赛都是双打,俩人年纪加在一块算。”王能长坦言,“140(岁)是这么来的,哈哈。”

1995年,55岁的王能长开始接触羽毛球运动。“那时候单位组织比赛,我就买了本书,一招一式开始自学。”王能长表示,“我原来在剧院工作,唱武生,身体天赋还是不错的。”

自学成才的王能长,如今已有28年球龄。“在我这个年龄段的比赛中,省内冠军还是拿了不小的。”王能长说,“全国比赛老是亚军,总差那么一口气。”

常年参加省内外大赛,全国各地都有王能长的球友。本次比赛,老王在赛场外一刻也没闲着,他不停寻觅着来自天南海北的朋友,与他们见见面,叙叙旧。

“研究了一辈子戏剧,这一辈子呢,也就打羽毛球一个爱好。”王能长打趣道,“也算是能文能武,张弛有道。”

“一是来打球,二是来旅游。”朱保平如是说。

66岁的朱保平来自湖北,本次比赛他与妻子及俱乐部球友一同参赛。“球龄53年,水平还是可以的。”朱保平打开手机相册,展示着自己在各项比赛中获得的荣誉证书。

“年纪大了以后,主要玩双打,带着我老婆一起玩。”朱保平玩笑着说,“她水平差点,把她放到前场看着就行,赢球还得靠我。”许多球友当即表示,要把这段话录下来,发送给朱保平的夫人。

对此,朱保平没有正面回应,只道:“咱得实事求是,对吧。”老朱同时表示,此次选择来到太原参赛,还有一个重要的原因就是带着妻子来山西旅游。

“我们昨天刚去了那个,那个叫什么来着,就是地下冒泉水的地方。”朱保平说。听到“晋祠”二字之后,朱保平坦言:“对对对,就是晋祠,你看我手机里还有好多视频。”

“太原古县城、王家大院,还有大同,我们都想去看看。”朱保平如是说。

记者 杨尔欣 文/摄

## 短道速滑世锦赛中国队获1金1银

新华社首尔3月12日电(记者陆睿 孙一然)2023年短道速滑世锦赛12日展开最后一个比赛日的角逐,中国队摘得男子5000米接力金牌,并在混合团体接力决赛中获亚军。

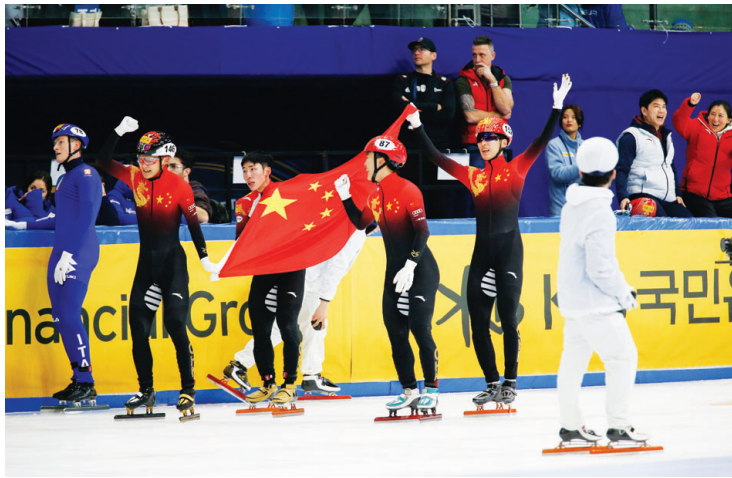
男子5000米接力决赛中,李文龙、林孝俊、刘冠逸和钟宇晨组成的中国队对阵意大利队、加拿大队和韩国队。

韩国队在比赛前半程保持领滑,比赛还剩最后三圈时,中国队一举超越至第一,并将领先优势保持至终点,以7分04秒412的成绩摘得金牌。意大利队和韩国队分获银牌和铜牌。

赛后林孝俊在接受采访时展露笑容。他说,世锦赛各队优秀选手云集,自己按照一直以来的备赛节奏全力以赴参加这次国际大赛,对自己现在的竞技状态感到非常满意,虽然有一些紧张和遗憾,但相信明年会以更好的面貌出现在赛场上。

2000米混合团体接力半决赛中,由臧一泽、公俐、李文龙、林孝俊组成的中国队以小组第一的身份晋级决赛。

决赛中,面对荷兰队、意大利队和比利时队,中国队在前半程保持领滑,但此后被荷兰队反超。最终,荷



中国队夺冠后庆祝。当日,在韩国首尔进行的2023年短道速滑世锦赛男子5000米接力决赛中,中国队以7分04秒412的成绩获得冠军。新华社发

兰队夺冠,中国队获得银牌,意大利队获得铜牌。

当天还决出男子和女子1000米金牌。公俐在女子1000米四分之一决赛中位列小组第四,无缘半决赛。该项目冠军由荷兰选手维尔泽波摘得,亚军和季军分别由韩国选手崔敏静和加拿大选手萨罗获得。

林孝俊在男子1000米四分之一决赛中排名小组第四,无缘下一轮。韩国选手朴智元收获该项目冠军,比利时选手德梅获得亚军,加拿大选手杜博伊斯获得季军。

女子3000米接力冠军由荷兰队摘得,韩国队和加拿大队分列第二和第三。

## 113比110险胜天津队 山西男篮压哨“绝杀”

本报讯(记者 杨尔欣)3月11日,CBA常规赛第33轮比赛全面展开,山西男篮凭借原帅最后时刻投中的三分球,客场以113比110“绝杀”天津队。

此战之前,天津队战绩仅为7胜25负,山西男篮则取得了17胜15负。单看数据,山西男篮仿佛可以轻松拿下对手,然而两队的比赛总是打得非常艰苦。本赛季首次交锋时,山西男篮最后时刻由外援门罗上演“绝杀”,以93比91险胜。

本场比赛开局阶段,两支球隊很快进入状态,展开对攻战。战至下半场,天津队命中率不断下滑,山西男篮抓住机会,一度取得10

分左右的领先优势。

最后一节决战,比赛双方不约而同提升防守强度,彼此也都出现了大量失误。比赛剩余6秒钟时,两队战成110平,天津队关键时刻传球出界,山西男篮获得最后一攻的机会。

原帅最终成为比赛的“关键先生”,他接到队长葛昭宝的助攻后,底角果断出手投篮。篮球空心入网,比赛时间耗尽,山西男篮再次“绝杀”对手。

此战过后,山西男篮以18胜15负的成绩,暂居联赛积分榜第六位。3月13日,山西男篮将在常规赛第34轮比赛中,主场对阵广东队。

## WCBA总决赛

## 四川收获队史首冠

新华社成都3月12日电(记者曹奕博 陈地)12日,四川远达美乐女篮在2022-2023赛季中国女子篮球联赛(WCBA)总决赛第三场中以83:82击败内蒙古农信女篮,在三场两胜制的系列赛中以总比分2:1夺得联赛总冠军。

第一节,四川队继续加快进攻节奏,同时加强防守压力迫使内蒙古队多次出现传球失误,并以19:16领先结束。第二节中段,内蒙古队突然打出一波“小高潮”将比分反

超并逐渐扩大领先优势。

易边再战,四川队王雪朦、韩旭相继命中三分球,而内蒙古队则由陈丽宇还以颜色。第三节战罢,两队打成63:63平。

比赛在最后一节进入白热化。内蒙古队在末节中后段损失两员大将,张茹和黄思静相继犯满离场,四川队在此期间将比分反超。最后时刻,四川队领先一分并手握球权,内蒙古队没能成功执行犯规战术。终场哨响,获胜的四川队捧得队史第一座总冠军奖杯。

## 中国队无缘U20男足亚洲杯四强

新华社塔什干3月12日电 在12日进行的2023年乌兹别克斯坦U20男足亚洲杯四分之一决赛中,中国队经历加时赛鏖战1:3不敌韩国队,无缘本届赛事四强,从而无缘2023年印度尼西亚U20世界杯。

本场比赛,中国队两名主力球员拜合拉木、陈哲宣因累计黄牌停赛,木塔力甫和鲍盛鑫顶替首发出场,中国队继续贯彻防守反击的战术思路。比赛从一开始,两队身体对抗就非常激

烈,双方球员频频在拼抢中倒地。韩国队在第39分钟获得进球机会,成镇荣门前的推射被中国队门将李昊神勇扑出。

易边再战,第48分钟,中国队在前方完成抢断,木塔力甫右路一条龙突破后小角度射门得手,为中国队拔得头筹。可惜中国队的领先优势未能保持太久,阳敏杰禁区内防守时手球被判犯规,第62分钟金龙鹤罚进点球为韩国队扳平比分。此后韩国队

对中国队球门发动猛攻,中国队凭借顽强的防守将比赛拖进加时赛。

进入决战时刻,中国队在高强度拼抢中体能告急,多名球员出现抽筋,防守强度下滑。第100分钟,韩国队右路高球传入禁区,成镇荣禁区内得球抢射破门,韩国队反超比分。仅仅5分钟后,崔锡铉头球得分,韩国队将比分扩大为3:1。两球落后的中国队试图发起反击,但未能取得进球,中国队最终遗憾止步八强。