

10米台憾负陈芋汐 207C再成“心魔”

# 挂上银牌后 全红婵哭了



3月21日,2023年全国跳水冠军赛继续在上海进行。在备受关注的的女子10米跳台决赛中,陈芋汐凭借稳定发挥,以416.25分夺冠,全红婵在第4轮的207C(向后翻腾三周半抱膝)动作中出现失误,以10.4分之差位居亚军,掌敏洁获季军。

在3月19日携手夺得女子双人10米跳台冠军后,陈芋汐和全红婵成为单人项目上的对手。3月20日的女子10米台预赛,全红婵以416.60分获得头名,陈芋汐以411.45分位列次席。值得一提的是,在预赛比拼中,全红婵成功

完成207C,拿下了89.10分。

在3月21日的半决赛和决赛里,207C“魔咒”再现。

半决赛中,全红婵前3跳确立了领先优势,但第4跳完成这一动作时,入水出现失误,陈芋汐由此追平分差。两人直至最后一跳才决出胜负,全红婵以416.05分获半决赛第一,陈芋汐以406.45分排名第二。

这场女子10米台的“巅峰对决”在决赛达到白热化。全红婵前3跳一直处于领跑位置,第二跳的407C表现完美,现场4名裁判均给出了10分。第4

跳的207C成为分水岭,全红婵出现失误,仅得到54.54分,被紧随其后的陈芋汐反超。尽管全红婵最后一跳拿下89.60分,但依然难以抹平分差,最终获得亚军。

再次被207C绊倒,全红婵赛后在师兄谢思埸的安慰下仍泣不成声。调整情绪后,“红姐”接受媒体采访时承认,她确实感到遗憾,因为“没有把水平发挥出来”。能否尽快克服对207C的“心魔”,对全红婵来说极为关键。

据《新京报》 周萧

## 陈芋汐赛后送上安慰

“我们是良性竞争,一直互相鼓励督促”

在3月21日刚刚结束的跳水全国冠军赛女子单人十米台上,陈芋汐力压队友全红婵摘得冠军。比赛中,全红婵在第四跳207C动作(向后翻腾三周半抱膝)出现明显失误,导致被拉开差距。

不过在赛后接受记者采访时,陈芋汐认为自己的发挥还没有达到完美。

“结果是满意的,但是对过程不满意,特别是最后一个动作出现了比较大的问题,不应该,也是因为自己比较紧张,心态没有调整好。”

“无论比赛大小,或者对手多么强大,我的对手都是自己。自己对训练和比赛的要求也会比较高一点。”

对于赛后忍不住泪洒赛场的队友全红婵,陈芋汐也主动上前安慰。“能理解,其实大家都有失误的时候,有时候也许失误并不是坏事,我也希望她在之后的比赛中发挥好自己。”

如今,两人已经连续在奥运会、世锦赛、世界杯包揽大赛女单和女双十米台金银牌——陈芋汐表示,能够取得这样的佳绩,两人之间的

互相帮助和促进非常重要。

“我们俩是良性的竞争,互相督促和进步,才能使得自己的水平提高。如果是只有我或者她一个人,很有可能原地踏步甚至是退步。”

“生活中也会互相鼓励比较多,我们都有控制体重的需求,吃得很少,一直会互相鼓励,互相督促,一起进步。”

据澎湃新闻 蒲彦磊

周继红说陈芋汐全红婵近况

## 长高没长胖 她俩都挺好

2023年东方体育中心跳水馆开年第一赛——全国跳水冠军赛热气腾腾地上演。看台上,观众对“水花消失术”的惊叹声此起彼伏。

距离“两小只”东京奥运会夺冠已过去了一年半,中国跳水协会主席周继红欣慰地表示,她们长大了。更高的要求,也在周继红言辞之中流露出来。

记者:全红婵的难点207C,练得怎么样了?

周继红:全红婵的这个动作有了进步,但动作的稳定性还需要通过比赛进行磨炼,从而给她增加更多信心。因为在技术上,她还是有反复的,有时候“跑来跑去”。对于一名高水平运动员而言,动作的稳定性很关键,完成的成率高也很重要。

记者:中国女子10米台出了很多世界冠军,同前辈们相比,现在的陈芋汐和全红婵有什么特色?

周继红:跳水这项运动,随着时代的发展,从人类的进步程度上来讲,水平无疑是越来越高的。这两个小朋友的特点,和以前的运动员不一样,动作质量是高的,但我觉得前提是一定要做到高成功率。

记者:她们现在还在面临“发育”这一成长的烦恼吗?

周继红:她们正处于发育的“一头一尾”,陈芋汐差不多度过了,全红婵还在发育。为此,我们制订的饮食方案中,在保证营养的前提下,控制好体重。目前来看,身体长高了,体重没特别大变化,主要还是靠运动员的自律。

记者:同一年半前相比,你觉得两个人在哪方面长大了?

周继红:经过大赛的磨炼,她们更成熟了,更懂得跳水的含义了。全红婵不像以前那么稚嫩,陈芋汐的主观能动性更强了。两个人现在都挺刻苦,她们更多的是在享受跳水。

记者:两个人的关系如何?

周继红:她们两个人是个Team(团队),全红婵私下很搞怪,两个人的关系很好,不是很强的竞争关系。

记者:你觉得陈芋汐和全红婵,谁现在更好?

周继红:我没办法说她们两个人谁更好,她们都挺好,都很努力,咱们比赛见分晓。据《新民晚报》 陶邢莹

## 倔强全红婵自解失误

“水平没发挥出来,下次赢回来”

3月21日,全国跳水冠军赛暨奥运会、世锦赛、亚运会、大运会选拔赛迎来女子单人十米台决赛,经过激烈争夺,陈芋汐和全红婵分列冠亚军。

全红婵在本场比赛的五跳之中有四跳都发挥出色,但第四轮的207C动作(向后翻腾三周半抱膝)出现明显失误,这次失误也让她无缘冠军……

挂着银牌走下领奖台之后,全红婵还是没能控制住眼泪,一头埋进了场边的广东队师兄谢思埸怀中,流下了难过的泪水。

带着泪痕,全红婵接受了记者的采访,她一边擦着眼睛,一边嘴里还在否认,“我没事,我没哭”。

谈到这场比赛,她坦言自己有些“兴奋过头”,“没有把自己的水平发挥出来,有点太兴奋了,感觉翻得比平时快了一点,起跳也没有抓住那个点。”

“回去还要改进,就感觉自己老是差那么一点点,总是不够完美。”

在自己一直在努力提高的2组动作上,全红婵说,“其实信心是够的,但是没有放开。”

作为当下世界跳水界的顶尖级选手,下周才年满16岁的全红婵说自己也会紧张,“压力是有的,但是也没有太多,有时候比赛还是有些紧张。还是一步一步来,不是说一下子就到顶峰,慢慢来不用着急。”

擦干眼泪之后,全红婵也立刻把目光放到了之后的训练和比赛任务上,“谢谢观众们过来为我加油,之后我会把自己的心态调整一下,训练也要多加改进,包括2组和其他动作。”

“以后还有比赛,这次比赛过了就过了,下次再赢回来。”

据澎湃新闻 蒲彦磊

## 王宗源男子3米板轻松夺冠

3月21日晚间,2023年全国跳水冠军赛迎来男子单人3米跳板决赛的较量。王宗源以超过第二名50分的绝对优势轻松夺冠,郑九源摘银,龙道一位列第三。

王宗源被视为男子跳水冉冉升起的新星。东京奥运会收获一金一银、2022年世锦赛三夺冠军成就“历史第一人”,2022年跳水世界杯加冕“双冠王”,王宗源在各大世界大赛上,展现出对男子3米板的绝对掌控力。

前几天举行的男子双人三米跳板决赛上,被寄予厚望的王宗源和郑九源组合,出现重大失误,最终仅排名第14位。赛后,王宗源没有因为失误而责备队友,反而鼓励郑九源,“后面还有单人,我们要加油,争取后面一起站上领奖台。”最终,两人均未食言。

预赛和半决赛阶段,王宗源每一跳都发挥出色,以第一名的身份晋级决赛。当晚进行的男子3米跳板决赛走

势与预赛和半决赛如出一辙,王宗源以其无懈可击的难度和稳定度,从比赛开始便牢牢占据领先地位,最终以总分546.40分获得冠军。

迈入巴黎奥运备战周期,王宗源赛后接受采访时表示,“心态变得更踏实,也更沉稳了一些。”但仍然有一些伤病和困难需要去克服,“现阶段我的比赛节奏没有之前那么好了,接下来就是要想办法怎么面对和战胜它。”

据中国新闻网 缪璐

