

包揽100米和200米冠军

谢震业扛起了中国短跑大旗

3天时间,4枪比赛,兼顾100米和200米两个项目,29岁的谢震业真的累坏了。6月29日上午,2023年全国田径冠军赛暨世锦赛及亚运会选拔赛男子200米决赛中,谢震业跑出了20秒49的赛季个人最佳成绩。不仅赢得了本次选拔赛的第二个冠军,而且在今年的室外赛季首次“打开”20秒50的成绩,达标亚运会选拔标准。对于中国短跑而言,今年是一个极具挑战的赛季,除了亚锦赛,最重要的两场考验就是布达佩斯世锦赛和杭州亚运会。当中国短跑的“老大哥”苏炳添因伤暂别短跑赛道,谢震业扛起了中国短跑的全部期待和希望。

“100米有些可惜,200米跑得太少”

6月29日的沈阳,在凌晨的一场暴雨过后,气温不降反升。10时许,当男子200米决赛开始前,沈阳奥体中心田径场内的体感温度已经超过了30℃。

对于参加当天比赛的所有运动员来说,气温都是一个不小的考验,而相比于20出头的小将们,已经以“老将”自居的谢震业面临的体能挑战更大。就在前两天,谢震业刚刚跑完了3枪比赛,其中男子百米决赛,谢震业还是带着“破10”的目标,全力冲刺。

3天时间,4枪比赛,对于这个赛季的谢震业而言,也是头一遭尝试。“其实在预赛的时候,节奏跑得不舒服,所以决赛也没有想说一定要冲一个好成绩,主要还是找感觉。”赛后谈起200米的两场比赛,谢震业坦言,虽然刷新赛季个人最佳,但比赛的过程并不算满意,“决赛稍微调整了一下,节奏还是有点不舒服,因为这跟现在200米练得少有关系。”

作为出道时以200米作为主项的短跑选手,谢震业之所以在这几个赛季逐渐将重心转向100

米的训练,不仅是因为在苏炳添逐渐减少参赛后,有能力“破10”的谢震业需要担起领军人物的重担,更是因为谢震业的脚踝也还有一些伤势,不适合在200米的弯道训练中“上强度”。

“因为左脚脚踝不舒服,所以弯道练得特别少。”从200米的预赛到决赛,谢震业的弯道表现就并不算出色,他也透露了自己的一些伤病情况,“就是因为脚部不适,所以整体而言,跑得不是特别好。”

事实上,谢震业在200米项目上曾经为中国男子短跑带来的突破丝毫不亚于100米上的成绩。

2019年的伦敦钻石联赛男子200米比赛中,谢震业跑出19秒88成为首位突破20秒大关的“黄皮肤运动员”。也就是在那之后,兼顾成了他肩头的又一个重担。

如今,谢震业再次尝试兼项,尽管在国内的赛场上拿到两个冠军,但是从成绩和比赛过程上看,谢震业都不满意,“100米有点可惜,200米也有点不尽如人意,还是跑得太少,还是有很多地方可以调节,后面几场比赛继续加油。”

身兼两项,能在亚洲赛场顶住吗

值得一提的是,即便是在状态比较火热的三年多前,谢震业要完全兼项也并不容易。

彼时,在2020年中国田协训练基地特许赛的第4站,谢震业就曾聊过兼项在体能和恢复上的多重压力,“因为要在短时间内完成多枪的比赛,对我来说更多是体能方面的储备,体能的分配是重点。”

但在那个阶段,当时26岁的谢震业刚刚在两个项目上都完成了突破,可以算是“动力满满”,所以他也曾对于兼项的考验颇有信心,“很多优秀的运动员都在做这件事情(兼项),那么,我凭什么做不到呢?”

而到了2021年的东京奥运会上,由于身体原因和伤病的一些影响,坚持在奥运赛场兼项100米、200米和接力的谢震业终究没能平衡多个项目之前的状态和表现。

在东京奥运会之后,谢震业也曾在多项赛事中报名100米和200米,但是大多数情况他都根据自己的比赛状况,选择参加其中一项。

如今,当谢震业自己透露他在这个赛季前的冬训“练得很扎实”之后,他又再次尝试兼项,甚至有可能在这个赛季最重要的杭州亚运会上兼顾100米、200米和接力。

“努力去拼吧,做最好的准备,结果谁都没法预料。”相比于几年之前,当被问及自己在短时间内挑战多枪比赛的转换压力,谢震业显得更加谨慎和低调,但是依旧不失信心,“当然100米还是很有信心的,随时都做好打开10秒的准备。”

但2个多月后的世锦赛跑道和3个多月后的亚运赛场,显然不会像这场国内选拔赛一样,给谢震业这么多的容错空间。

根据世界田联的官方成绩显示,谢震业在这个赛季200米的个人最佳成绩也仅仅排到亚洲第五位,在他身前,有3位日本选手跑进20秒50,还有一位中国台北的百米飞人杨俊瀚也跑出了20秒46。

而在百米赛场上,谢震业也被日本、卡塔尔和马来西亚的“飞人”包围,其中日本名将桐生祥秀更是跑出过10秒03的成绩。

“今年开春以来,情况都比较理想,所以也是复燃了一些渴望和信心,加上今年亚运会就在家门口,所以也是迫切希望能够做好。”谢震业在本次选拔赛期间谈起了他的期待,“也希望自己能够守好自己的东西,然后跑出大家的预期,这也是我一直努力的方向和目标。”

据澎湃新闻 图片均据新华社

