



图为刘治宇(左)/张亮在比赛中。 新华社发

34岁张亮,仍是热血少年

湖南日报·新湖南客户端记者 卓萌

“你是我心目中的英雄,我们为你骄傲!”赛艇冲过终点线那一刻,张亮的妻子汤志国一直抿紧的嘴唇终于放松下来,她红着眼眶,激动地向丈夫“表白”。

在7月28日举行的东京奥运会赛艇男子双人双桨决赛中,湖南籍赛艇运动员张亮与搭档刘治宇默契配合,勇夺铜牌。这是张亮的第一枚奥运奖牌,也是中国男子赛艇的第一枚奥运奖牌。张亮的家人在常德的家中全程观看直播,共同见证了这历史一刻。

爱玩水的少年圆梦奥运

拿一枚奥运会奖牌,是张亮追逐已久的梦。

1987年,张亮出生在辽宁省锦州市义县张家堡乡。回忆起张亮与赛艇“结缘”,父亲张景合至今还觉得有些奇妙。“咱们那时也不懂赛艇。张亮小时候也没啥特别的,就喜欢玩水,下河洗澡、钓鱼。非要说特别之处,就是高,17岁已经1米87。”张景合说。

个子高、手臂长,瞅着就是搞运动的好苗子,有人便推荐张亮去划赛艇。张景合心想:“赛艇不也是玩水吗?孩子喜欢,那就去呗。”就这样,爱玩水的大男孩进了旱新赛艇队。

母亲王秋玉对孩子更严格。她对张亮说:“选择这一行,就要尽力做到最好。”张亮点点头,放了一句“狠话”：“再苦再累,就是累死我也不回来,一定要把赛艇练好。”

优秀的身体素质加上一股“狠劲”,让张亮在赛艇队中脱颖而出,被湖南省水上运动管理中心赛艇队教练宋良友看中。2004年,宋良友将张亮带到位于常德柳叶湖的湖南省水上运动训练基地,进一步接受专业训练。此后,张亮一次又一次迎来“高光”时刻:

2007年,张亮获赛艇世界杯男子单人双桨第8名;2010年、2014年亚运会,分别获双人双桨冠军;2018年亚运会获单人双桨冠军;2019年赛艇世界杯,张亮和刘治宇搭档,斩获男子双人双桨金牌,同年赛艇世锦赛,两人再度携手夺魁;今年赛艇世界杯,张亮、刘治宇组合又一次夺冠……

佳绩频创,荣誉相继落怀。然而,参加过多届奥运会却没有拿奖,始终是张亮心头一件憾事。“现在,他终于收获了一枚奥运奖牌,我们全家人都为他高兴。”汤志国说。

信念让他“逆生长”

17岁便南下常德,后来又来到常德娶妻生子,湖南已成为张亮的第二故乡。“辽宁人的吃苦耐劳和湖南人的霸蛮倔强,在他身上融合了。”妻子汤志国说。

训练艰苦、竞争残酷,父亲张景合都看在眼里,但他不曾从张亮口中听到一句抱怨。张景合说,每次打电话问孩子近况,他只说“一切正常”。从十多岁到三十多岁,一直如此。

34岁,在运动员里算大龄。“但是张亮这几年的状态倒是越来越好。这次能拿到奖牌,也是在意料之中。”同是赛艇运动员出身的汤志国用专业的眼光看张亮,说他仿佛在“逆生长”。这得益于张亮的高度自律。

拿一块奥运会奖牌已经成为张亮的信念。“睡觉之前,他会给自己打气说‘我最棒!’特别有激情。”汤志国说。执着追求梦想、奋不顾身拼搏,而立之年的张亮依然像个热血少年。

坚定的信念赋予了张亮强大的行动力。常年在外高强度训练的他,即便是回家休息调整,也绝不松懈,常常四五点就起床锻炼。“加训”。“有一回我们去浏阳爬大围山。早上6点多,我刚醒就接到他的电话:‘我已经爬到山顶啦!’”说起这事,汤志国哭笑不得。

在家陪伴家人之余,张亮每天总要抽几个小时踩动感单车,锻炼身体。“我怀着小儿子那一年,有一次看到张亮在阳台上,戴着耳机蹬单车。地上一大摊汗水,都能照出人影。他特别专注,连我站在身后都没察觉。”汤志国心疼丈夫,却也不愿打扰。她拉来一把椅子,坐在丈夫身后,和腹中的孩子一起静静地陪伴他。

日复一日刻苦训练下,张亮的体能丝毫不比年轻人逊色;岁月留给他的,只有稳重的心态和丰富的经验。这也是他近些年一次次打破记录,实现历史性突破的关键。

“张亮已经非常优秀了!但如果他继续追逐梦想、冲击金牌,我们也会一直支持他。”家人们说。

6分03秒63 创历史

湖南日报·新湖南客户端特派记者 蔡矜宜

6分03秒63!创历史!

7月28日,奥运会赛艇男子双人双桨A组决赛在东京海之森水上竞技场进行,我省34岁老将张亮与搭档刘治宇拿下一枚“金灿灿”的铜牌!这是中国男子赛艇在奥运会史上获得的首枚奖牌。

风中“海之森”,速度与激情

受台风影响,近日东京天气多变,组委会曾发邮件称:“由于8号风暴即将登陆,赛艇、冲浪等部分赛事或将受到影响。”

好在台风只是27日在东京“打了个转身”。

28日上午9时30分,赛艇男子双人双桨A组决赛如期举行。比赛地东京海之森水上竞技场骄阳似火,温度高达30摄氏度,风力也很大,这对赛艇运动员的临场应变能力是一个不小的考验。

决赛在顺风中展开,位于第二道的张亮/刘治宇前500米位居第三,到1000米处一度冲至榜首。进入后期,实力强劲的法国组合、荷兰组合开始发力,反超后始终保持在前两位。铜牌竞争也十分激烈,英国组合突然提速,最后500米,“亮宇组合”加快桨频,力保奖牌。最终,他们第三组撞线,拿下了这枚历史性的铜牌!

短短几分钟,比赛现场瞬间被这场精彩的“速度与激情”点燃,就连工作人员和志愿者都化身“观众”,直呼:“太刺激了!”

水上“百米跑”,拒绝当陪跑

“这证明我们中国爷们儿可以做到,只要我们想做,只要我们努力,我们就可以做到!”张亮说。为了登上奥运领奖台,他与搭档做了充分的准备,不过却是以娘子军为主。之后多年,赛艇队在世界赛场上争金夺银,基本也是靠女将撑门面。

直到“亮宇组合”出现。

2019年赛艇世锦赛,张亮/刘治



蔡矜宜

宇划出6分05秒680夺得男子双人双桨冠军,为中国男子赛艇夺得首枚公开级世界冠军。此外,他们还连续在两项世界锦标赛上获胜。

来到东京后,“亮宇组合”也备受中国赛艇迷的关注。在此前的预赛和半决赛中,他们均以小组第二晋级。

“奥运会延期对我反而是件好事,可以让我做到更好。”

作为中国赛艇队如今的领军人物,张亮是国家队里出了名的“拼命三郎”。他每天都在想着同一件事,那就是“如何让自己更好!”

有数据显示,张亮每年至少划行13200公里,划桨66万次,所有休息时间加起来不到1个月。

“赛艇是一个力量耐力型项目,所以体能对我们来说是最基础的,没有良好的体能,再好的技术动作也坚持不下来。”如何做到20年如一日坚持这股劲头?张亮说,每一名运动员都是追梦人,在追逐奥运梦想的路上,他不愿让自己留下遗憾。

今天,34岁的张亮终于如愿登上奥运领奖台。

这个年纪,在赛艇运动员中算不上“高龄”,东京会是他的终点吗?

关于未来,他给了记者一个开放式的回答:“一切皆有可能……”

(湖南日报·新湖南客户端东京7月28日电)

张亮如酒,越陈越香

王亮

备受期待的湖南老将张亮,与搭档刘治宇一起,获得一枚闪着“金光”的铜牌。这不仅是他个人的第一枚奥运奖牌,也创下中国男子赛艇参加奥运会的最佳成绩。

这块奖牌意义非凡——张亮今年34岁了,这已是他第三次参加奥运会。回看张亮的职业生涯,会注意到,他年轻的时候,有过一些“奇葩”的经历。

2008年北京奥运会,他记错了时间,居然没赶上比赛,被取消了两项赛事的资格;2013年全运会男子双人双桨决赛中,他的桨盘莫名其妙坏掉,最终未能卫冕。

此后,张亮一直憋着一股劲,努力训练,想要证明自己。越来越成熟、

稳健的张亮,也犹如白酒一般,越陈越香。

2018年,张亮拿下亚运会赛艇男子单人双桨冠军;2019年赛艇世锦赛,他和队友问鼎男子双人双桨,改写了中国赛艇的历史;去年没赶上正式比赛,他也闲着,创下陆上赛艇马拉松的世界纪录。

本届奥运会,张亮终于站上梦寐以求的领奖台,再次改写历史!放到赛艇的国际赛场,34岁的张亮,年纪并不算大。

赛艇比赛没有直接的身体对抗,大部分项目主要是耐力和技术的比拼,是对自我的超越。

因此,赛艇运动员往往拥有很长的运动生涯,参加过三届以上奥运会的选手比比皆是。

英国著名赛艇运动员雷德格雷



王亮

夫连续五届奥运会都拿到金牌,挪威运动员奥拉夫·蒂夫特今年已经45岁了,东京奥运会已是他的第七届奥运会。

看来,张亮这瓶酒,还可以更“陈”,可以更“香”。

这届奥运会,张亮创造了历史,下一届是不是还能期待下?我们等待着。

乘风破浪,“一颗赛艇”!

周偶

快!实在是太快了!冲过终点,直播画面里只剩了一颗赛艇。

“一颗赛艇”,真Exciting!创造这个“谐音梗”,是4个乘风破浪的小姐姐——28日上午,在东京奥运会女子四人双桨决赛中,陈云霞、张灵、吕扬、崔晓桐以6分05秒13刷新世界最佳成绩,拿下中国代表团在本届奥运会的第10金。

看着身后选手“追呀追呀”,4个姑娘没有丝毫“骄傲放纵”;看着金牌就在眼前,小姐姐们整齐划一向更好的成绩追逐。“一颗赛艇过终点”的场面,真带劲!



周偶

久违了!时隔13年,中国姑娘再次在奥运赛场上碾压群芳;继唐宾、金紫薇、奚爱华、张杨杨之后,奥运赛场再次出现一波强势的“中国女子力”,一波“乘风破浪”小姐姐身影。

举重湘军,长盛不衰凭什么

湖南日报·新湖南客户端记者 王亮

“湖南举重,厉害!”东京奥运会火热举行,举重项目上,湖南选手的出色表现引发广泛关注。

7月26日,随着廖秋云斩获举重女子55公斤级银牌,举重湘军在东京奥运会上勇夺二金一银,创下单届奥运会最佳纪录。

从1984年到2021年,中国举重队在10届奥运会上共夺得三十余枚金牌。自2000年悉尼奥运会起,我省有6名选手角逐奥运会,已累计拿下7金,奥运冠军人数与金牌总数均领跑全国。

举重湘军为何能够人才辈出、长盛不衰,成为体育湘军和中国举重梦之队的王牌之师?

一群扎根基层的幕后英雄

7月24日,当侯志慧以6把全起的表现完美夺冠时,她的启蒙教练李志平正带着学弟学妹们,在桂阳三中举重训练场,高声为她加油。

侯志慧是李志平13年前在一次运动会上一眼看中的。

举重湘军为何厉害?不管是省体育局党组成员、副局长龚旭红,省举重队总教练周均甫,还是奥运冠军龙清泉,大家异口同声提到:我们有一群有慧眼、能力强、肯付出的基层举重教练员。

湘西土家族苗族自治州,一直是湖南举重的“重镇”,先后涌现杨霞、龙清泉、向艳梅三位奥运冠军。

湘西举重的兴起,要追溯到上个世纪70年代。当时,从省举重队退役的曹文富回到家乡古丈县,从事体育教学工作。

其间,曹文富组建了古丈县第一支举重队,开始训练小队员。当中,就有后来走上举重教练岗位的古丈县玉玲举重运动学校总教练甘智悦。

甘智悦表示:“曹文富可以说是湘西举重的奠基人,他组建了举重队,更培养了我、李小平等一批举重教练。为湘西州,乃至全省的举重运动发展做出了贡献。”

甘智悦今年已经60岁,做基层举重教练数十载,硕果累累。湘西州的第一个世界冠军龙玉玲,3破世界纪录的罗红卫,以及龙清泉都是他的弟子。

扎根郴州桂阳的李志平是目前基层举重教练中的中生代力量和杰出代表。除了侯志慧,他还挖掘出了世界冠军李萍、张旺丽。

李志平告诉记者:“我们省内的基层举重教练,基本都练过举重,很多还是省举重队退役运动员,都是绝对的专业人士。”

因此,基层的举重教练,首先都有一双火眼金睛,总能在人群中挖掘到未来的千里马。

基层举重教练的工作非常辛苦。李志平介绍,学期中,周一到周五都是上课前和放学后进行训练,周六、周日则各练半天。寒暑假,既要训练,又要带队出去比赛,一整年加在一起的休息时间只有20多天。

“练过举重,所以会有特别的情结,我想其他市州的基层教练应该也是这样的想法。当看到自己培养的队员,有所成就,尤其是获得奥运金牌,再苦再累也觉得幸福。”李志平说。

一支敬业科学的专业团队

在东京奥运会举行之时,省举重队正在海南五指山集训,备战将于9月份举行的陕西全运会。

3名湖南举重运动员杨威东京,背后是整支湖南举重队的呵护和支持。

龚旭红说:“这支团队不但是有一批以周继红为代表的优秀教练,也摸索出了一套科学、行之有效的训练方法和培养模式。”

目前,省举重队共有13名教练,

既有周继红等资深“老炮”,也有毛角等“80”后担当。

周继红从事举重教练已有数十年,向艳梅、侯志慧和廖秋云她都带过,她也是首位带出两名举重大满贯得主的女教练。

作为一名经验丰富的女教练,周继红不仅注重日常训练,还特别关心队员的小“心思”,与她们“斗智斗勇”,该鼓励时鼓励,该冷战时冷战。向艳梅、侯志慧都曾面临巨大的心理压力,周继红就不断开导她们,进行心理“按摩”,帮助她们调整状态、恢复信心。

运动员想要出成绩,要夏练三伏、冬练三九,教练员的工作量更大。

据介绍,省举重队的教练员就像“家长”一样,不但要管训练,还要管生活。每天6时带领队员出早操,晚上9时要看着所有队员就寝,日复一日不停训练、比赛,全年几乎无休。这种工作强度和艰辛不是常人可以想象的。

省举重队总教练周均甫还告诉记者:“省举重队的成绩一直很稳定,省体育局也给予了特别的政策和支持,帮助举重队改善训练条件。近几年,我们的科技支撑和后勤保障都上来了。”

为提高训练质量和对运动员的保护,省举重队配备有专门的科研专家,在充分掌握运动员的信息基础上,为队员量身定做训练计划与营养补给。

侯志慧、谌利军和廖秋云本次出战奥运,或多或少都有伤病。省举重队就派出了两名经验最丰富的队医,在国家队里一直跟在他们身边,提供贴身的看护。

一种勤奋霸蛮的湖湘精神

谈到湖南举重运动员的特质,龚旭红言简意赅:“能吃苦、耐得烦、霸得蛮!”

不管是杨霞、龙清泉、王明娟,还是向艳梅、侯志慧、谌利军,湖南的举重人才,首先就是能吃苦、耐得烦。

运动员为能在竞技场上取得好成绩,踏上奥运会,需要长年承受高强度训练。湖南的举重运动员,从小就主动“加练加量”。

侯志慧刚学举重时,不但从不偷懒,还主动给自己加量,李志平不得不“警告”她:“你不能把任务加得太快!”谌利军在体校时,每天也总是早早来到训练场,提前热身练习。训练结束后,还经常拉住教练要求“开小灶”。

举重湘军霸得蛮的气质,在近两年两届的奥运会比赛中,体现得淋漓尽致。

7月25日,谌利军在第二把挺举中,破釜沉舟加了12公斤,并成功举起,一举逆袭。

谌利军这种关键时刻霸得蛮的神勇,和5年前龙清泉在里约奥运会上最后时刻舍我其谁的霸气,有异曲同工之妙。

在里约,龙清泉和朝鲜选手尹润哲上演巅峰对决,龙清泉在挺举第三把必须破釜沉舟的情况下,咬牙举起170公斤,以破世界纪录的总成绩获得金牌!

这么多年,不管是勤奋苦练的意志,还是霸得蛮的精神,一直在举重湘军中传承着。

王明娟,16岁时就获得全国48公斤级冠军,却先后错过雅典奥运会和北京奥运会。但她一直没有放弃,2012年伦敦奥运会上,27岁的她获得女子举重48公斤级冠军,终于圆梦。

里约奥运会上,向艳梅在抓举第三次试举中被杠铃砸到后脑勺。但她带着伤痛,在挺举先后征服142公斤、145公斤,如愿夺金。

侯志慧和谌利军,2016年都遭遇了巨大的打击。这5年,两人又先后摸索出了一套科学、行之有效的训练方法和培养模式。”

目前,省举重队共有13名教练,震神州大地,震撼世界坛。

我们点赞湖南力量,更要讴歌奋斗在举重训练场上的湖南举重人。是他们一届接着一届接续拼搏,奋勇争先,永不放弃,敢为人先,以更高、更快、更强的奥运精神,铸就了令人赞叹的湖南力量,以更团结的体育精神凝聚起强大的推动力,使湖南举重成为了中国举重梦之队引以为傲的王牌之师。

点赞湖南力量

潘家坪

举重,是力量的象征;奥运,是展示力量的圣殿!

2000年悉尼奥运会上,湖南选手杨霞一举夺金,成为湖南首位奥运举重冠军,向世界展示了湖南力量。从此,湖南举重扬威奥运,湖南力量赢得世人喝彩!

从2000年到2021年,从悉尼到东京,湖南举重一路高歌凯歌,有6名选手展示湖南力量,连续夺取了7个奥运冠军,金牌总数在奥运史上夺冠全国。湖南力量已名副其实,威

让我们荡起双桨,小船儿推开波浪……”儿歌里唱得很好,可真正训练中,4个人,一条艇,“一颗赛艇”就是她们的日常;“水上飞”的背后,是无数次的蓄力,无数“孤独”的累积。

每一次乘风破浪,都远离城市喧嚣;每一次前行闯荡,更多是与自我的较量。这支“王牌之师”在近几年比赛中未尝败绩,这次更是志在将“好久不见”的奥运金牌拿下。

“一颗赛艇”,14个姑娘做到了。Exciting!28日的东京奥运会赛艇比赛水域上,“中国浪花”更是持续激荡——张亮/刘治宇拿下男子双人双桨铜牌,林心玉、王飞、秦苗苗、鲁诗雨拿下赛艇女子四人单桨第五名……

中国水上飞人们,好消息一个接一个,他们,真的“艇”牛气!