



今闻·人物

从小山村走来,期待走向国际赛场

艾鹏强:冉冉升起的举重新秀

●建宁记者站 饶丽英

“加油!”“坚持住!”10月28日,全国举重冠军赛暨第十五届全国运动会举重比赛资格赛上,气氛紧张而热烈。

随着阵阵加油声和欢呼声响起,建宁籍举重运动员艾鹏强在男子102公斤级拿下抓举金牌。

“希望自己能够继续扎实训练,一步一个脚印,走得更远。”谈到刚刚结束的全国比赛,艾鹏强脸上透露出同龄人少见的沉稳。眼下,艾鹏强又在省体工大队马江基地开始了新一轮的集训。

艾鹏强2002年出生,1.78米的高个,身材魁梧,长相俊俏,从小学二年级开始练习体育,靠着坚持不懈的努力,他不断在赛场上突破自我,挺起属于自己的荣光。

从小山村走出来

艾鹏强的老家建宁县伊家乡伊家村,这个宁静的小山村,体育并非大多数村民的关注点,甚至体育指的是什么,他们也不甚了解。

与职业体育的结缘,缘于一次



训练

偶然的机会。2011年,在小学一堂体育课上,读二年级的艾鹏强在立定跳远和短跑项目中,表现出爆发力与身体协调能力,引起了建宁少体校吴斌教练的注意。

“他的身体素质不错,又很灵活,这对举重运动员来说很重要。我就问他想不想尝试练体育,当时小艾才9岁,懵懵懂懂的,于是我们立马找到家长沟通。”回忆起当时的场景,吴斌仍记忆犹新。

艾鹏强父母在外务工,他跟着爷爷奶奶生活。拨通艾鹏强父亲电话后,吴斌给他们讲举重的历史,讲孩子练举重的前景,讲艾鹏强的优势和以后会面临的问题等。

“当时,我们少体校采取‘二集中’的训练模式,集中训练、集中生活,学员还能被推荐到建宁县实验小学上学。”吴斌说,孩子年纪这么小,家长的顾虑和犹豫都能理解,听到孩子能进城接受更好的教育,他的父母同意先试试。

9岁的艾鹏强就这样进入了建宁少体校。一开始,教练让孩子们学习动作要领,练习举水管、铁管,然后逐渐增加举物重量,开始举杠铃。第一次试举15公斤杠铃时,杠铃掉落在肩上,艾鹏强疼得哇哇大哭。

“当时,我给他买了两个棒棒糖,就哄好了,小艾忘记了疼痛,继续认真练习。”吴斌说。

举重是个苦差事,在同龄人纵情玩耍的年纪,艾鹏强每天都要进行枯燥而辛苦的训练。看着孩子训练辛苦,艾鹏强的家长也动摇了。吴斌没有放弃,特地到艾鹏强家家访,给他父亲做思想工作。

“现在很多家长一听到举重,都觉得不好,怕耽误文化课,也怕练了举重孩子会长不高,这是对举重的误解。”吴斌说,从事举重训练不仅不会影响身高,适当的力量训练反而会促进骨骼生长发育,艾鹏强就是例子,9岁开始练习举重,长大

后长到1.78米。

谈到这些年的付出,艾鹏强脸上浮现出一抹青涩的笑容。自从他在全国赛场上崭露头角,每次回到老家,总能感受到一种不同寻常的关注。“大家见到我都会热情打招呼,有时还会开玩笑说要让孩子跟着我一起训练。”艾鹏强笑着说,语气中难掩内心的开心。

他还发现,乡镇上的人们对体育的关注度明显提高了,孩子们也更加对各种体育项目产生兴趣。

在苦训中累积力量

来自农村的孩子,往往更能吃苦。吴斌说,艾鹏强在队里训练,就是很刻苦的一个。刚开始,他在举重班年纪小,不算拔尖,但凭着耐力和毅力,成绩突飞猛进。

2014年,艾鹏强正式进入三明市少体校。“举重训练其实特别枯燥,每一个动作都需要反复练习成千上万遍,才能够打磨成型。”艾鹏强说。从观众们的视角来看,举重比赛很燃,也很有激情,但其实每一个技术规范动作,每一次的重量提升,都需要付出巨大努力。

挺举、硬拉、颈后支撑跃,每个动作艾鹏强一丝不苟地练习着。长年累月训练让他的双手布满血泡和老茧,受伤也是家常便饭。

为了不影响训练进度,他经常轻伤不下火线,咬着牙坚持。“体育训练不怕慢,只怕停,哪块肌肉没受伤就练哪块肌肉,大力量做不了就做小力量练习。”艾鹏强说,“提臂、展体、蹬腿,这些看起来简单的动作,都需要无数次练习才能真正发挥出它的作用。技术要精益求精,角度、高度、宽

度、速度配合起来,才能发挥出举重若轻的威力。”

“这个孩子能吃苦,性格也很成熟,超乎同龄人的稳重。”市少体校教练吕仙桃也为艾鹏强点赞。功夫不负有心人,凭借着天赋和刻苦的训练,艾鹏强很快被选拔到省体工队。

2016年6月,他代表福建队出战,参加中国体育彩票杯全国青少年举重锦标赛,获得男子69公斤级(14岁以下)总成绩第一的好成绩。2018年3月,在全国U系列举重总决赛中,艾鹏强获得77公斤级抓举第一名、挺举第一名、总成绩第一的好成绩。

2019年8月,在第二届全国青年运动会男子举重项目,体校乙组男子81公斤级抓举阶段,艾鹏强领先8公斤,挺举阶段反超,最后总成绩被反超1公斤,获得第二名。

艾鹏强和教练也看到,由于力量不够足,小艾的挺举一直是弱项。为了弥补这一短板,他们有计划进行针对性训练,希望在保持抓举实力的同时,尽量提升挺举的重量。“训练的日子里,虽然很苦很累,但学到了很多,每天都在进步。我的家人、教练、队友都在支持我。”在艾鹏强看来,天赋只是一部分,更多的是后天的努力和坚持,所有的成就都是慢慢积累起来的,现在的努力都是为登上更高平台打基础。

目前,艾鹏强正和队友们一起备战明年9月份的第十五届全国运动会。面对明天,艾鹏强坚定地说:“希望能够走上国际赛场,为国争光!” (图由受访对象提供)

今闻·趣点

火车上晨练的大爷

●李秀芹

去外地旅游,乘坐卧铺火车,我只买到了上铺的车票,同去的朋友运气好些,买了个中铺。我们半夜一点钟上了火车,朋友倒头就睡,我却怎么也睡不着。

凌晨3点半,火车到达一个小站,我们下铺的乘客下车后,又上来了一位大爷。他放好行李,就从包里掏出香肠、鸡蛋、面包、水果和牛奶等,放在小桌上吃起来,吃饱喝足才脱下鞋来躺在铺上休息。

20分钟后,火车驶入下一站,我对面的上铺来了一位年轻的女孩,还未睡着的大爷帮她把行李箱放到了行李架上。火车开始启动,女孩并没急着到上铺休息,而是坐在了走廊的边座上。一会儿,我听到女孩对列车员说,一周前她刚动过手术,刀口还未长好,爬到上铺有困难,想请列车员帮忙把票换到下铺。列车员说目前没有空余的下铺,建议她和现在下铺的乘客商量着看,能否有人愿意与她互换。女孩环顾四周,然后说算了,也就不远的车程,她坐着也能坚持。

女孩话音刚落,下铺的大爷突然坐起来说:“我和你换铺,你睡下面吧,我上去。”说话间,他的脚已经踩着楼梯架,上半身探到上铺的位置,把自己随身带着的一个小包搁上去了,身手敏捷。目测这位大爷有70岁了,女孩不好意思地再三推辞。可大爷说:“别看我年龄大了,但身体好着呢,干庄稼活,有些年轻人干不过我,每天我还坚持晨练。而且我愿意睡上铺,又干净又安静。”

于是,列车员建议女孩先和大爷换铺,等天亮后其他乘客睡醒了,他再帮忙问问有没有人愿意和大爷换铺。大爷又是连声拒绝:“不用换不用换,现在都快5点了,这个点若在家里,我早出去骑车锻炼了。我就在车厢走一走活动活动,之后去餐厅吃个饭。跟我一起的几个老伙计正在别的车厢里睡觉呢,等我吃完饭他们也该醒了,我找他们去。”

女孩跟我聊了会儿天,说她是异地打工,生病出院后回家疗养,她只买到了这趟火车上铺的车票。很幸运,一上车便遇到了好心的晨练大爷,不由分说就和她换了铺。

到了上午八九点,女孩到站下车时,把两包零食放在了大爷的下铺上。火车再次启动后,大爷才返回车厢。看到女孩留下的零食,大爷感慨地说:“这孩子,还送我东西。我说去别的车厢找老伙计玩,就是怕她心事重重不踏实,也不愿麻烦列车员再帮我找人换下铺。我干庄稼活出身,当兵复员后去了钢铁厂上班,退休后又回农村老家种地,一直从事体力劳动。虽然已经72岁了,但身体很健康,我也乐意做点有用的事儿……”“刚才,我是去车厢连接处晨练,做操了。”大爷接着说。

今闻·体讯

世界乒联(WTT)法兰克福冠军赛收官

女线亚洲占优 男线群雄逐鹿

●李雪颖



林诗栋在比赛中发球。(新华社发)

11月10日,经过8天的激烈角逐,世界乒联(WTT)法兰克福冠军赛落幕。中国队包揽了两个项目的冠军,王曼昱、林诗栋分别登顶女单、男单冠军。

WTT冠军赛是WTT系列赛中级别较高的赛事,冠军可获得1000分的世界排名积分,因此云集了世

界顶尖好手。此次中国队共派出7人参赛。其中女选手5人,包括王曼昱、王艺迪、陈幸同、钱天一、何卓佳;男选手为王楚钦、林诗栋。

现世界排名第二的王曼昱、世界排名第四的王艺迪分别是赛会的一号、二号种子,两人不负众望守住各自半区会师决赛,帮助中国队提

前锁定女单冠军。最终,王曼昱在决赛中更胜一筹,登上最高领奖台。本次比赛王曼昱接连战胜泰国选手帕拉南、韩国选手朱芊曦、队友钱天一和陈幸同,并在决赛中王艺迪共同奉献了一场精彩的对决。本赛季王曼昱已经拿到了WTT新加坡大满贯女单冠军,当时她便是4比1战胜王艺迪折桂。这一次胜利依旧属于王曼昱,她在国际赛场对王艺迪的战绩达到了9胜3负。这也是王曼昱的第三个WTT冠军赛系列的女单冠军。近来状态有些起伏的王艺迪同样在比赛中有上佳表现,特别是她战胜了韩国选手申裕斌、日本选手张本美和等主要对手。此外,钱天一3比0“零封”主要对手日本选手伊藤美诚,表现也是可圈可点。从本次比赛看,亚洲依旧占据世界女子乒坛主导地位,八强选手全部来自亚洲,其中中国队5位女选手全部跻身八强,日本队占据两席,韩国队一席。

男单方面,头号种子世界排名第一的王楚钦在1/8决赛中不敌瑞典选手卡尔伯格,遗憾出局。“独苗”

林诗栋笑到了最后,他的决赛对手正是卡尔伯格。世界排名第二的林诗栋延续了近段时间的良好竞技状态,他本赛季已经手握4个WTT系列赛的男单冠军,包括中国大满贯、澳门冠军赛、常规挑战赛马斯喀特站和阿拉木图站。此次比赛他接连闯过瑞典选手法尔克、德国选手杜达、日本选手松岛辉空、中国台北选手林昀儒、卡尔伯格等关卡,最终将个人本赛季WTT系列赛第五冠收入囊中。虽然最终负于林诗栋,但卡尔伯格的表现让人眼前一亮,他先后战胜了王楚钦、德国选手沃尔瑟以及队友、巴黎奥运会男单亚军莫雷加德,展现了不俗实力。

其他主要对手方面,日本选手张本智和首轮2比3不敌尼日利亚选手阿鲁纳,巴黎奥运会男单铜牌得主、法国小将费利克斯·勒布伦在1/4决赛中1比3负于莫雷加德,巴黎奥运会男单四强、巴西选手卡尔德拉诺被中国台北选手林昀儒挡在四强之外。这些都展现了当下的世界男子乒坛依旧是群雄逐鹿的格局,充满悬念。



建宁举办中小学体育科技艺术节

11月9日,建宁县第三中学运动场上,建宁县第二届中小学生体育科技艺术节开幕。开幕式上,由建宁县中小学各校组成的阳光体育活动表演队向大家呈现了各具特色的表演,全场洋溢着青春活力。本次体育科技艺术节,共有全县中小学生18支代表队、230名运动员参加,运动会分高中组、初中组和小学组,共设跑步、跳绳、跳远等13个项目78个奖项。

(建宁记者站 付哲文 摄)