

中国女排小组第一晋级半决赛

本报杭州10月5日讯（记者 王逸群 林晓晖）10月5日晚，杭州亚运会女子排球比赛继续进行。当晚7时，杭州师范大学仓前校区体育馆内，已经提前晋级半决赛的中国女排3:0轻松击败越南队，以四连胜的战绩，锁定复赛小组第一，强势晋级半决赛。

25:13、25:13、25:11，这场比赛的结果并不出人意料。整场用时仅54分钟，中国女排不负众望，轻松击败对手。

当前，除了中国、泰国、日本女排这3支亚洲强队，越南女排作为一匹“黑马”，不断追赶。近年来，这支球队整体实力逐步上升。2022年女排亚洲杯上，中国女排曾经以3:2的比分险胜越南女排。不过，当时中国女排只是派出二线阵容出战。

此次亚运之旅，越南队也表现不俗，此前保持全胜——小组赛阶段3:0胜尼泊尔，3:2逆转韩国；复赛首战，以3:1战胜了朝鲜队。

向前看，前路灿灿亦漫漫。此前采访中，中国女排队员王梦洁曾表示，亚运会在中国主场举行，女排队员们要力争每一场比赛，打出队伍的精气神。

本场比赛，中国女排依然派出最强阵容——首发主攻李盈莹、王云蕗，副攻袁心玥、王媛媛，接应龚翔宇，二传丁霞，自由人王梦洁。这场看似轻松的比赛，中国队也只在赛末派出了年轻小将吴梦洁上场。中国队的目标明确——志在卫冕。

凭借优秀的发球和进攻能力，此役中国女排在技术战术层面上占据明显的优势。而队员们几乎掌握着整场比赛的主动权。密不透风的拦网，就像一堵高高的厚墙，难以突破。

值得关注的是，最后上场的吴梦洁可谓潜力新星。此前的奥运会资格赛，替补上场的她在拦网和进攻方面有一定的威胁，防守相对较弱。对于她来说，亚运会是很好的锻炼机会。

10月6日亚运会女排半决赛，中国队将对阵泰国队。9月初，中国女排曾在亚锦赛决赛2:3惜败于泰国队，不过那支中国队并非主力班底。队员王媛媛所说，后面的对手会越来越强，中国女排需要做更多准备，应对更多挑战。



中国女篮队员们欢庆亚运会夺冠。
本报记者 董旭明 徐彦 倪雁强 摄

致敬每一个拼搏向前的你

蒋欣如 李攀

望，就拿出百分之百的努力。

在半决赛战胜韩国后，日本队主教练恩家亨曾这样总结亚洲杯输给中国女篮的原因：“在最后一刻我们失掉了斗志，动摇了获胜的信念，这也导致了我们最终输给了中国队。”

信念，尤其是面对逆境和困难时的信念，同样也是中国女篮主教练反复提及的制胜法宝。几乎每次面对采访，郑薇都会提到“困难”。

确实，这一年，中国女篮遇到了太多困难，队员因伤缺阵，赴海外进修，使得没有足够的时间进行集训，只能通过以赛代练的形式，打一场比赛进步一点点，让彼此变得更强。

亚运会小组赛开始前，中国女篮的官宣海报上写着：“比胜利更重要的是一起

走向胜利的人。”而我们也一次次看到，每一个危机时刻，总有人站出来。在这场比赛中，这个人是封锁内线的韩旭，是多次转换进攻的李梦，是平分僵局时一记三分提振信心的李缘，是最终绝杀的王思雨。每一位姑娘，代表的都是中国女篮。

很多球迷将女篮的获胜称为刺破中国篮球阴霾的一道光。

竞技体育中，输赢没有应该。赛后接受采访时，姑娘们对夺冠的分析出奇一致：“我们做足了应对困难的准备，我们坚定了信念，我们赢下了比赛。”

但所有人都知道，面对强大的对手，想要完成自我突破，并不是简单几句话能够说明白的。每次行云流水的配合背后是千百次机械重复的练习，只有在训练中经历过、承受过，才能在比赛时显得从容。她们

在别人无法看到的地方悄悄与困难搏斗，流过的泪水和汗水，只有自己知道。

女篮夺冠后，队员们哭了，很多现场观众也哭了。大家为什么会与女篮共情？不仅是因为她们的优秀，更因为她们面对逆境时呈现的那股精气神——坚韧、勇敢，总是坚定地向着既定目标一步一步前进，永不放弃，遇强则更强。

这也是当下所需要的精神。

郑薇在刚开通微博的时候写过一句话：“不见得每天都是好日子，但每天总会有些好事发生。”对普通人来说，这正是每天的日常。我们总会遇到无法掌控的困难和逆境，但女篮姑娘们用行动致敬每一个付出的人，反复践行着中华民族千百年来奉行的理念：有志者、事竟成，苦心人、天不负。

曾经的“赤脚少年”夺取亚运史上中国男子马拉松首金

把每一次比赛都当作最后一次去拼



10月5日，中国选手何杰赛后庆祝夺冠。

新华社记者 孙非 摄

回忆自己的成长，何杰十分感慨。

奔跑，魔力何在

“非常感谢，这是一个最燃的时代。”奔向终点后，杨绍辉如是说。赛后，何杰与杨绍辉不约而同地提起对马拉松运动蓬勃发展的感激。

当专业运动员突破自我时，他们身后是一座座燃动起来的城。以杭州马拉松为例，拥有36年历史的杭马，今年将于11月开跑，36万人的参赛规模吸引了15万人报名，激烈程度可谓“挤破脑袋”。

时间回到1981年，北京举办了我国第一届马拉松比赛，只有不到100人参与。2015年，中国田协将马拉松的举办由审批改为备案后，马拉松开启新阶段。

根据此前公布的数据，今年前6月，全国共举办路跑赛事303场，参赛总人次达224万。从数据上看，半年的数据已经接近2021年全年348场的数据。而在赛事遍布的29个省级行政区的排行榜上，浙江以35场（半程以上马拉松赛事）位居榜首，比排名第二的省份多了11场。

“得益于国内氛围好，大众对马拉松关注度也高，促进了整体水平的提升；而马拉松竞技体育的突破也为全民健身的推广注入了助推剂。”何杰说。

“亚运会是一个起点，以后会越来越好。我要给大家看看，中国马拉松并不差。”10月5日上午，杭州亚运会马拉松赛场上，中国选手何杰勇夺金牌，这是中国队在亚运史上首次获得男子马拉松金牌，也是中国队在本届亚运会田径比赛的最后一枚金牌。至此，杭州亚运会田径项目收官，中国队19金11银9铜排名奖牌榜第一，成绩超过雅加达亚运会。

本届亚运会上，中国田径不断摘金夺银。铅球女将巩立姣毫无悬念地实现亚运三连冠。短跑名将谢震业和顶着“哪吒头”的葛曼棋，脚踩“风火轮”般斩获男女100米金牌，而他们参与的男女4×100米接力，也双双获得金牌。出身体育世家的郑妮娜力继承了优秀的基因，成为中国首位田径归化运动员夺金。一度陷入低谷的世界冠军冯彬，以打破亚运会纪录的成绩夺得女子铁饼冠军。第一次参加亚运会的00后小将王琦，为中国队时隔29年获得男子链球亚运金牌。还有男子三级跳远、男子女子竞走20公里等项目，中国队更是包揽了金银牌。

迟来的奥运奖牌更让中国田径的勇士们对未来充满了信心。中国奥委会在杭州奥体中心体育场举行递补奥运奖牌颁奖仪式，汤星强、谢震业、苏炳添、吴智强递补东京奥运会男子4×100米接力铜牌，中国接力队在该项目中的首枚奥运奖牌；切阳什姐、刘虹、吕秀芝分别递补伦敦奥运会女子20公里竞走金、银、铜牌，这三枚奥运奖牌推迟到了11年。现场数万名观众举起手机，见证了这七枚来之不易的奖牌。

在一些鲜少看到中国运动员身影的项目中，依然有“孤勇者”在高手如云的赛场上拼搏。在同时考验速度和毅力的1500米、800米项目中，唯一进入决赛的中国选手刘德助只想证明：中国中长跑可以。比较特别的田径项目3000米障碍赛中，不服输的扎西次仁是唯一代表中国队出战的选手，他一心想让这个项目成为中国队的强项。虽未夺牌，但这些“孤勇者”却是国内田径圈的匹匹黑马，他们用年复一年的训练和努力，提升着中国田径的竞技水平。

英雄出少年，名将志千里。短短7天的田径比赛，有万众瞩目的名将，也有首次亮相的小将，有热血的逆转夺金瞬间，也有虽败犹荣的高光时刻。运动员们拼尽全力，用行动践行“永远向前”的亚奥理事会格言。田径比赛虽然已经收官，热情仍将继续燃烧下去。

2023年
10月6日
星期五

责任编辑
肖艳艳

版式
陈仰东

联系电话
0571
85310479

邮箱
zjrb@
8531.cn

9秒绝杀，战胜日本队夺冠

“关键时刻，中国女篮从没掉过链子”

本报杭州10月5日讯（记者 蒋欣如 李攀）74:72！10月5日晚，杭州亚运会女篮决赛，随着王思雨的一记绝杀，中国女篮战胜日本队，成功卫冕亚运会女篮项目冠军。

本次亚运会，中国女篮派出了最强阵容。以亚洲杯班底为主，李月汝、黄思静及杨力维都回归球队。主力尽出的中国女篮一路高歌猛进取得五连胜，在决赛中迎战老对手日本队。7月举办的亚洲杯上，中国女篮2分险胜日本队夺冠，终结对方的亚洲杯五连冠。

日本队同样以主力阵容出战。这支队伍平均身高只有1.76米，将小快灵的风格发挥到了极致，敏捷的攻势和三分球是中国女篮最大的威胁。日本队主教练恩家亨在半决赛的赛后发布会上曾表示，今年夏天输给中国队后，日本队一直有针对性地进行系统训练和战术部署。

而中国队也始终将日本队视为重要对手。3日中国女篮晋级决赛后，主教练郑薇并未随球员一起返回亚运村，而是选择留在场馆继续观看日本队与韩国队的比赛。

这是两支世界级强队的对决。第一节开始，双方都展现了严密的防守，最终在第二分钟由韩旭一记中投命中拿下全场第一分。随着韩旭、黄思静、李梦交替得分，分差拉至7分，日本队请求暂停，试图通过有针对性的防守将中国队带入自己的节奏。第一节结束时，双方比分来到26:16。

第二节，中国队继续发挥自身内线优势，持续拉开分差，再一次将日本队逼入暂停。随后，日本队多次进攻转换成功，利用突破和三分球，将比分追至45:40。

第三节双方交替得分，中国队出现多次失误，比赛陷入胶着，场内响起《铿

锵玫瑰》为中国女篮助威。比赛进入最后3分钟，日本队一度将比分追平，李缘一记漂亮的三分球将比分再次拉开，但又被日本队外线命中，再次将比分扳平。

最后时刻！王思雨在仅剩9秒时突破上篮得分，日本队反攻不中，中国女篮有惊无险成功卫冕！

赛后，记者问起李缘投进三分球时想了什么。这位姑娘想了想说：“我们做足了困难准备。无论是交替领先，还是一直领先，我要做的就是按照我们的计划去完成。”

2018年雅加达亚运会收获金牌后的五年，中国女篮飞速成长。郑薇这样回顾过去五年的时光：“我们经历了很多刻骨铭心的失败，但也通过东京奥运会和亚洲杯，一直在向更高水平发展。现在，我们的球队和队员在心理上和技术水平上都更为出色，应对压力也有了更好的表现。我为我的队伍和球员们骄傲。”

这无疑是中国女篮困难的一年。有球员伤病，有球员赴海外进修。郑薇坦言，因为集训时间不长，女篮一直以赛代练，边打边磨合，本次比赛也是靠精神和实力支撑到最后。郑薇再次重复了亚洲杯半决赛战胜澳大利亚队时的那句话：“关键时刻，中国女篮从没掉过链子。”

日本队主教练恩家亨被球迷称为“不生气的教练”，曾在亚洲杯痛失五连冠后失去笑容的他，这次将微笑保持到了最后。“这次虽然惜败，但我们始终保持着拼搏的精神和心态，无论是否赢得了比赛，都超越了自我。我们把最好的祝福送给中国队，也期待巴黎奥运会再会。”他说。



中国女篮队员们欢庆亚运会夺冠。
本报记者 董旭明 徐彦 倪雁强 摄

亚运走笔

10月5日晚，杭州亚运会女篮决赛中，中国女篮在最后时刻绝杀日本女篮，以74:72赢得队史第7个亚运冠军。

这无疑是一场“对心脏不好”的比赛。比赛中，日本队用速度不断突破，两次将比分追平。而中国队也报以猛烈的攻势。双方都试图以自己最擅长的方式击败老对手。最后，李缘助攻，由素有“大心脏”之称的王思雨突破绝杀，锁定胜局。

这也无疑是一场迷人的比赛。竞技体育的魅力在40分钟的搏杀内一览无余。直至最后一刻，双方都没有放弃对胜利的渴求——只要有百分之一的希望，就拿出百分之百的努力。

在半决赛战胜韩国后，日本队主教练恩家亨曾这样总结亚洲杯输给中国女篮的原因：“在最后一刻我们失掉了斗志，动摇了获胜的信念，这也导致了我们最终输给了中国队。”

信念，尤其是面对逆境和困难时的信念，同样也是中国女篮主教练反复提及的制胜法宝。几乎每次面对采访，郑薇都会提到“困难”。

确实，这一年，中国女篮遇到了太多困难，队员因伤缺阵，赴海外进修，使得没有足够的时间进行集训，只能通过以赛代练的形式，打一场比赛进步一点点，让彼此变得更强。

亚运会小组赛开始前，中国女篮的官宣海报上写着：“比胜利更重要的是一起

走向胜利的人。”而我们也一次次看到，每一个危机时刻，总有人站出来。在这场比赛中，这个人是封锁内线的韩旭，是多次转换进攻的李梦，是平分僵局时一记三分提振信心的李缘，是最终绝杀的王思雨。每一位姑娘，代表的都是中国女篮。

很多球迷将女篮的获胜称为刺破中国篮球阴霾的一道光。

竞技体育中，输赢没有应该。赛后接受采访时，姑娘们对夺冠的分析出奇一致：“我们做足了应对困难的准备，我们坚定了信念，我们赢下了比赛。”

但所有人都知道，面对强大的对手，想要完成自我突破，并不是简单几句话能够说明白的。每次行云流水的配合背后是千百次机械重复的练习，只有在训练中经历过、承受过，才能在比赛时显得从容。她们

在别人无法看到的地方悄悄与困难搏斗，流过的泪水和汗水，只有自己知道。

女篮夺冠后，队员们哭了，很多现场观众也哭了。大家为什么会与女篮共情？不仅是因为她们的优秀，更因为她们面对逆境时呈现的那股精气神——坚韧、勇敢，总是坚定地向着既定目标一步一步前进，永不放弃，遇强则更强。

这也是当下所需要的精神。

郑薇在刚开通微博的时候写过一句话：“不见得每天都是好日子，但每天总会有些好事发生。”对普通人来说，这正是每天的日常。我们总会遇到无法掌控的困难和逆境，但女篮姑娘们用行动致敬每一个付出的人，反复践行着中华民族千百年来奉行的理念：有志者、事竟成，苦心人、天不负。

当专业运动员突破自我时，他们身后是一座座燃动起来的城。以杭州马拉松为例，拥有36年历史的杭马，今年将于11月开跑，36万人的参赛规模吸引了15万人报名，激烈程度可谓“挤破脑袋”。

时间回到1981年，北京举办了我国第一届马拉松比赛，只有不到100人参与。2015年，中国田协将马拉松的举办由审批改为备案后，马拉松开启新阶段。

根据此前公布的数据，今年前6月，全国共举办路跑赛事303场，参赛总人次达224万。从数据上看，半年的数据已经接近2021年全年348场的数据。而在赛事遍布的29个省级行政区的排行榜上，浙江以35场（半程以上马拉松赛事）位居榜首，比排名第二的省份多了11场。

“得益于国内氛围好，大众对马拉松关注度也高，促进了整体水平的提升；而马拉松竞技体育的突破也为全民健身的推广注入了助推剂。”何杰说。

每日之星

本报杭州10月5日讯（记者 翁宇君）“只要咬牙，我就有无穷的力量！”在杭州亚运会田径项目最后一个竞赛日，中国队选手何杰勇夺金牌，这是中国队在亚运史上首次夺得男子马拉松金牌。

何杰，改写历史

“冲！冲！何杰加油，加油！”5日上午9时12分的钱塘江边，征服约42公里的路程后，全国纪录保持者、中国选手何杰率先出现在终点线前。

人群沸腾了！短短几秒后，何杰冲过终点线，以2小时13分02秒的成绩夺金，改写中国马拉松历史——中国队首次亚运男子马拉松金牌诞生！另一位中国选手杨绍辉则以2小时13分39秒的成绩获得铜牌。

“站到起跑点那刻起，我心里就把这场比赛当作竞技生涯的最后一场，竭尽全力，就算拿不了冠军，也要展现我们中国人的风采。”虽然年仅25岁，但站上“战场”的何杰有一股英雄胆气。

如果了解他的成长，就会明白这种把每一次当作最后一次的拼劲。



10月5日，中国选手何杰赛后庆祝夺冠。

新华社记者 孙非 摄

回忆自己的成长，何杰十分感慨。

奔跑，魔力何在

“非常感谢，这是一个最燃的时代。”奔向终点后，杨绍辉如是说。赛后，何杰与杨绍辉不约而同地提起对马拉松运动蓬勃发展的感激。

当专业运动员突破自我时，他们身后是一座座燃动起来的城。以杭州马拉松为例，拥有36年历史的杭马，今年将于11