

9战全胜，国乒勇夺国际乒联混合团体世界杯冠军——

新赛事带来新挑战

■本报记者 马晶 通讯员 秋锦



选手们场上丢掉的每一局，都会直接反映在最终的比分上。比赛中每一局的胜负关系在改写整体比分的同时，也会影响运动员下一局的心理状态。

面对新赛制，各支队伍都在调兵遣将上下足了功夫，国乒也在不断刷新自己的“数据库”。对此，马龙就提到了新赛制下不一样的感觉：“大家都是第一次经历这个赛制，边打边摸索。我觉得和以往团体赛相比，双打更重要了一些。而且比赛更多是打整体，每一局都很有价值。”

从这一点来说，混双组合王楚钦/孙颖莎深有感触。在对日本队的比赛中，他们以1比2负于日本组合户上隼辅/张本美和，虽然国乒最后在总分上还是胜出，但在大赛中混双项目输给日本队，还是为两位年轻队员和中国乒乓球队敲响了警钟。

“通过之前的比赛，我们俩总结了一些问题，今天赛场上也有意调整了一下。”战胜韩国队后，孙颖莎总结道。王楚钦也认为通过对阵日本队的比赛，他们在面对困难和思想波动上做了一些准备：“虽然在比赛中遇到了一些困难，但是我们相对来说更积极、更耐心了一些。”

总结这次比赛，孙颖莎说：“这是第一届混合团体世界杯，很开心能帮助团队拿下冠军。整个比赛自己混双打得更多一些，还是感受到了3局球比赛的氛围和紧张感，我觉得这种感觉也是最真实、最能练到我们的。我希望自己吸取一些比赛经验，能够越来越好。”王楚钦则表示通过这次比赛发现了很多问题：“这种赛制的比赛是第一次打，整体来说还是暴露了一些不足，未来会在训练中加强完善。”

夺冠时刻自当相拥而庆。不过，国乒也通过本届比赛反思问题。队员们将吸取经验，再接再厉，为巴黎奥运会做好更充分的准备。

左上图：中国选手王曼昱在比赛中回球。 新华社发

名言之所以成为名言

■郑蜀炎

阿森纳的球员们却能够严格执行主教练的战术，因为10余座英超冠军的辉煌，足以锻造出一句含金量极高的名言。

异曲同工的是，英国还有一个小镇叫卢顿，虽然人口只有28万，但卢顿足球队的历史却有138年。就在今年，这个小镇球队竟然令人称奇地打进英超，创造了一个“足球童话”。

这支球队无论是资金、场地、人才方面皆无优势可言，但他们在庆祝胜利的狂欢中自豪地告诉媒体，球队自1885年组建之日提出的口号，一直是每个队员奉为信条的名言——为彼此而战。

“飞扬跋扈为谁雄”，用杜甫的诗来描述博尔特一点不为过，他在2009年柏林田径世锦赛上创造的世界纪录9秒58，至今依然无人超越。

一次次令人赞叹的纪录无须赘言。其实，博尔特不仅撞还撞。坊间流传的各种版本“博尔特语录”，因他一次次创造的“闪电纪录”而闪出一些光亮。比如“你把目标锁在一个人身上时，你就已经开始落后了”；再如“未曾失败过的人，恐怕也未曾成功过”；还有“拥有梦想是一种智力，实现梦想是一种能力”……

跑道上的博尔特张狂得让人无可奈何，可当他想着跨界踢足球时，立马被现实狠狠上了一课。说到这里，我想起一个人，如论跨界，他绝对是旷古绝今。

1922年，诺贝尔物理学奖公布后，许多报纸都用了类似的标题《授予著名足球运动员尼尔斯·玻尔诺贝尔物理学奖》。

玻尔何许人也？——量子力学的掌门人，与爱因斯坦在物理江湖齐名的宗师级人物。同时他还有另外一个身份，丹麦国家足球队门将，曾参加过奥运会、世界杯等大型赛事的顶级球员。据说他跨界的原因是，在某项重要赛事中，他在门前突然想到一个物理学公式，现实中的球门全被他脑海中抽象的定义计算所覆盖。输球之后，他因内疚而远离绿茵场，然后跨界研究物理学，成为时常与爱因斯坦互怼的诤友，以及20世纪最重要的物理学家之一。

尽管拥有激情跨界的传奇人生，但作为顶级科学家，玻尔的名言却一点都没有跨出冷静的理性：“人应当具有激情，但是更应当具有驾驭激情的本领。”

《奥林匹克宪章》中写道：“现代奥林匹克主义是一种生活哲学。”前女足国家队门将赵丽娜有一句话，其实是在传递着同样的价值观。

赵丽娜今年正式退役后，成为中国足球发展基金会发起的公益项目——“星球计划”的足球推荐官。该项目计划用5年时间，走进100所偏远地区的学校，为中国足球事业播撒种子，让热爱足球的孩子有球可踢。

“我依然站在门下”，面对自己的新阵地，赵丽娜如是说。这句挺平实的话，不管算不算名言，但能让人会心一笑。因为昔日门将，今日之责不再是守门扑球，而是要引导更多的青少年儿童踏入足球之门、跨进体育之门。

宋代抗金名将吴玠，仗打得好，书也读得好。他尤其喜欢读史书，亦喜爱名言格言：“凡往事可师者，置座右，积久，墙牖皆格言也。”

其实，能把那些撞到心头的话语记住，且时时“虚神静思以取之”就好。



场边杂弹

“闻者叹服，以为名言。”如欧阳修所说，名言就是让闻者由衷赞叹之言。

当然，名言之所以成为名言，不是因为出自论道经邦、变理阴阳的书籍。鲁迅先生说得好：“许多名言，倒出自田夫野老之口。”同样，体坛上的许多名言，也是出自运动员闪转腾挪之际、挥汗如雨之间。正可谓：三五招，打遍天下；一二句，讲透输赢。

在6月刚结束的25届中国大学生篮球联赛总决赛上，广东工业大学队以87比83击败了实力占绝对优势的清华大学队，爆冷夺冠，终结了清华、北大两队轮流垄断冠军的7年历史。说实话，这支队伍在纸面上的实力绝对不能与“清北”学院派篮球相比。所以他们就另辟蹊径，“打野球”——在各种场地挑战各式球队，每年能打100多场比赛。这种民间篮球赛虽然不正规，也不够专业，但怪球绝招颇多，主打一个死拼硬扛。恰恰是这种拼不得假、偷不得懒的磨炼，使之收获了扎实的比赛经验和打拼勇气，弥补了球员天赋、教练能力、训练资金等差距。

胜利者说话底气才硬，球队教练的获奖感言贡献出一句令人信服的名言——我们是一群不完美的人，但我们组成了一支完美的球队。

英国阿森纳足球俱乐部主教练阿尔塔塔是位极富个性的人，而他的个性就是不允许球员在比赛中张扬个性。这位主帅把团结视为一种踢球风格，提出的队训一点都不绕弯子：“没有团结，一事无成。”

据说英式足球踢得很率性，但

长镜头

7天时间，18支队伍，129名运动员在美丽蓉城上演了国际乒坛的巅峰对决。

12月4日至10日，2023国际乒联混合团体世界杯在成都举行。在收官日进行的第二阶段最后一轮比赛中，中国队与韩国队这两支此前保持全胜的队伍狭路相逢，上演了一场决定冠军归属的直接对话。

在率先开始的混双比赛中，王楚钦/孙颖莎以3比0战胜韩国组合安宰贤/申裕斌。无论是在技术上，还是配合默契程度上，王楚钦/孙颖莎均占据一定优势。他们在首局4比7落后的不利情况下，逐步控住了比赛局势，并逆转取胜。

第二场女单较量，国乒派出了近期状态不错的王曼昱迎战韩国选手金娜英。在比赛中，王曼昱没有给对手任何机会，以11比2、11比5和11比7连下三城，把球队的领先优势扩大为6比0。“这是第一次和她打，之前只看过她的比赛录像。她的打法还是比较全面的，发球也很有特点，自己发挥比较正常吧。”总结这次世界杯比赛时，王曼昱说，“其实最开始的时候，有些地方没有做好，但是到了第二阶段整体还是不错的，自己收获很多，也得到了非常大的锻炼。”

随后进行的男单比赛中，樊振东以2比1战胜李尚洙。中国乒乓球队以8比1的总比分战胜韩国队，以9战全胜的成绩勇夺国际乒联混合团体世界杯冠军。

回顾国乒夺冠之旅，除了在9日晚与日本队的比赛中，经历了开赛以来的首个“五盘大战”，最终以8比5艰难击败日本队外，其余8场都是轻松取胜。

作为一个新生成的赛事，共有18支球队参加本届混合团体世界杯。所有球队被分为4个小组，中国队和瑞典队、中国香港队及波多黎各队同组。每个小组的前两名，晋级第二阶段。第二阶段比赛中，小组赛同组的球队不再交手，其他球队之间再分别打一场比赛。最终，按照第二阶段的积分排名，来决定最终的冠军归属。

本届混合团体世界杯所采用的赛制也比较新鲜：打破男女单打、双打和混合双打项目之间的分隔，用15局8胜的赛制将它们贯通在一起。也就是说，

12月10日，中国选手范可新(前)和王欣然在2023/2024赛季国际滑联短道速滑世界杯北京站女子500米第二场决赛中分获第三、第五名。 新华社发

冬训，遇见更好的自己

■王郑聪 何凌霄

体谈

在竞技体育领域有一句话，“得冬训者，得天下”。

冬训，顾名思义就是在冬季进行的强化训练，一般指从当年12月到次年3月期间开展的训练。除了基础体能训练之外，冬训中也会安排打磨专项技术以及培养意志品质等方面的训练内容。

冬训肯吃苦，来年猛如虎。在世界体坛，冬训向来是决定运动员来年体力和竞技成绩的关键期。我国高水平运动队一直都十分重视冬训，田径、

游泳、网球、乒乓球、羽毛球、举重等国家队多年来都有进行冬训的优良传统。

对于我军官兵来说，冬训同样是强化基础体能、练好军事体育技能的关键期。数九寒冬，正是夯实官兵基础体能、强化身体素质、打牢专项技能基本功的好时节。

冬训为何会被如此重视？答案其实很简单，因为冬训可以带来众多好处。首先，冬季气候寒冷，气压较低，氧气相对稀薄，此时开展军体训练可以有效提升人体呼吸系统的功能；其次，冬季人体更易储存脂肪，寒冷天气中进行的大运动量训练能有效地将脂肪转化为肌肉，并激发身体的潜能，提升肌肉的力量和耐力；此外，在冰天雪地中进

行训练，也可以更好地磨炼意志品质、锤炼血性胆气。

强化基础体能，是冬训中的重点内容。出色的基础体能，是取得竞技成绩的基本保障。强大的体能储备，就好比一座建筑的地基，承载起万丈高楼。如果没有良好的基础体能，运动员就很难在高水平的训练和比赛中展现出更好的技术水平。

“成功需要努力，但成功不止于努力。”在一部体育电影中，有这样一句话引人共鸣。在冬训中，我们不仅要勤奋努力，更需要将科学训练放到突出位置。

进步和变革，是每一名官兵不断追求的目标。对于我军官兵来说，应该抓

住冬训这个难得的契机，通过科学的训练方式和合理的训练强度，来提升自己的体能水平。

冬训还有一个优势在于，我们可以进行长达几个月的系统性训练。运动训练学的研究表明，想要提升体能水平和技战术能力，需要进行完整的周期性训练才行。这也是很多欧洲足球俱乐部更迭主帅，都会在赛季开始之前进行的原因，毕竟要给新教练一个完整的备赛期，否则教练的战术意图很难灌输给队员，不利于提升球队新赛季的表现。

古人云：博观而约取，厚积而薄发。越是艰苦的环境，训练效果反而会越好。冬训是一个漫长且煎熬的过程，但只要我们坚持下来，那么来年一定会有意想不到的收获。

成功从来不是一件一蹴而就的事情。冬训中，冰天雪地、寒风呼啸，严峻的环境考验着我们。不过，军体训练就是这样——你付出多少，最终就会收获多少。因为，汗水不会白流，拼搏的人生才会更精彩。

第六届中式台球世锦赛开赛

■本报记者 仇建辉 马晶

第六届中式台球世界锦标赛8日晚在江西省上饶市玉山县开幕。来自41个国家和地区的496名球员在为期8天的比赛中争夺世界冠军。

作为一项拥有自主知识产权的台球项目，中式台球自20世纪80年代以来在中国乃至全球取得了迅猛发展。2012年国家体育总局小球运动管理中心正式宣布项目定名为“中式台球”，并依照此前颁布的相关标准，选用统一标准的球台和用球，这项运动开始步入正轨。

2015年，中国台球协会首创CBSA中式台球世界锦标赛，加速了中式台球的国际化进程，让中式台球逐渐被全世界台球运动员和爱好者所接受。这些年，随着中式台球的规则和技巧在全球范围内传播，蓬勃发展的中式台球运

动，慢慢成为世界台球运动的重要组成部分。

本届中式台球世锦赛参赛国家数量和参赛人数均创赛事新高，是全球规模最大的中式台球比赛。近年来，江西玉山全力打造以台球运动为特色的县域体育品牌，成功举办了五届中式台球世界锦标赛、四届斯诺克世界公开赛和中式台球国际职业联赛，逐步走出了“从资源到产品、从产品到赛事、从赛事到文化、从文化到品牌”的县域体育高质量发展特色之路。

“中式台球世锦赛已不仅仅是一个单纯的体育赛事，所有运动员的参赛收获也不仅仅限于成绩和荣誉，它是世界台球人相互交流、增进友情的平台，更是展现中式台球运动魅力的平台。”中国台球协会副主席甘连童说。

