

中国姑娘“水中”并蒂花开

29日,中国游泳队双喜临门,夺得第13、14金!

张雨霏获女子200米蝶泳金牌

“哪吒”终闹海,蝴蝶展翅“霏”

五年等待,一朝梦圆。
触壁、抬头、挥臂,张雨霏灿烂地笑着,朝着看台上为自己加油的教练和队友们不停地挥手。
作为“全村的希望”,这一刻,她做到了!
困扰她五年的阴霾,这一刻,烟消云散。

“对于200米蝶,我一直有种害怕的心理”

23岁的张雨霏年少成名,出生于游泳教练之家的她,14岁便进入国家队,主项是200米蝶泳。

2015年喀山世锦赛,张雨霏一战成名,200米蝶泳拿到铜牌,随后在女子4×200米自由泳接力比赛中,和队友一起再次站上领奖台。

那年,她只有17岁,第一次参加世锦赛。

“一天晚上双铜,两次站上领奖台。感觉一切都太顺利,顺利到我自己都没什么想法,没花什么精力,就轻而易举拿到那些荣誉和成绩。”

事实证明,有时候太过于一帆风顺,并不是一件好事。

首次参加世锦赛便摘得两枚铜牌,这也让张雨霏产生了一种错觉,觉得里约奥运会一样可以站上领奖台。

抵达里约后,她在社交媒体上分享了一组九宫格照片,照片里的她,梳着丸子头,扎着红飘带,并配文道:“我只是告诉你,哪吒该上场了。”

然而,现实是残酷的。里约奥运会,她一败涂地,200米蝶泳仅拿到第六。“我从来没有过,才游了100米,身体就发硬,后面100米我都不知道是怎么游下来的。”

里约的挫败,她刻骨铭心。

以至于五年之后,即便是在全国游泳冠军赛预赛中,游出了2分06秒11的好成绩,她仍然会在200米蝶泳决赛前心生畏惧。

“对于200米蝶,我一直有种害怕的心理,觉得自己挺怂的,为什么同一个项目害怕这么多年。”她不解。

“每当我有信心的时候,现实总会给我一巴掌”

从喀山世锦赛到里约奥运会,间隔不过一年,她便已经体会到人生的大起大落。

2017年布达佩斯世锦赛前,她心想,自己肯定会落选。结果选拔赛上,100米蝶泳意外涨成绩了,还拿到了人生中首个全国比赛冠军,这也让她重拾信心。

布达佩斯世锦赛稍有起色,随后的雅加达亚运会,张雨霏摘得200米蝶金牌,100米蝶银牌,为自己再次正名。

张雨霏憧憬着,在2019年光州世锦赛大干一场,但等来的却是史无前例的大溃败。

比赛中,她在50米蝶、100米蝶和200米蝶三个项目上全军覆没,没有一项进入决赛。其中主项200米蝶成绩,相较于四年前喀山世锦赛摘得铜牌时的成绩,倒退了将近8秒。

对于有些运动员来说,突如其来的新冠疫情导致东京奥运会



7月29日,张雨霏在颁奖仪式上

被迫延期,备战节奏被打乱。但是对于身处谷底的张雨霏来说,延期一年,未必就是一件坏事。

为了让张雨霏重拾信心,教练崔登荣将她主项由200米蝶改成100米蝶。为此,张雨霏没少加练力量和改技术。“很多次夜里感觉肌肉在燃烧,被疼醒。”

改变的过程很难,但效果也立竿见影。去年在青岛举行的全国游泳冠军赛,张雨霏接连打破世界纪录、亚洲纪录和全国纪录,她形容自己在比赛时的感觉,“就像在水里飞一样”。

“每当我有信心的时候,现实总会给我一巴掌。”回望这段经历,张雨霏说:“感觉就好像老天爷已经帮我计划好了,先让我一步登天,再让我重重摔下来。然后再给我一个激励,就这样上上下下,起起伏伏。”

“五年前哪吒闹海,结果没闹成,今年成功!”

蝴蝶飞不过沧海,没有人会责怪。但五年前的失利,在张雨霏心里,始终是一道过不去的坎。

出征东京,她将五年前自己那张梳着丸子头、扎着红飘带的照片打印出来,挂在背包上。喜欢在社交媒体上分享生活的她,五年前“哪吒该上场了”的动态,依旧处于置顶状态。

“这是五年前的我,对比一下,五年前哪吒闹海,结果没闹成功,被拍在沙滩上,今年成功!”在东京比赛场地完成首次适应性训练后,她霸气十足地说。

霸气源自底气。在来到东京前,张雨霏手握女子200米蝶今年世界最好成绩,女子100米蝶世界第二好成绩。

100米蝶0.05秒憾负摘银,很多人都为她感到可惜,她却不以为然,认为“大家都有机会去赢。”赛后,她露出标志性的甜美笑容对着镜头庆祝,并握拳大喊了一声“加油!”

后来的比赛证明,在经历了100米蝶的淬炼之后,这个被寄予厚望的新一代“蝶后”已经准备好了展翅高飞。

200米蝶泳半决赛,2分04秒89,今年世界最好成绩!决赛,2分03秒86,奥运会纪录!

当东京水上运动中心本届奥运会第一次为中国游泳升国旗奏国歌,这一刻,她终于和200米蝶达成和解。

正如她自己所说:“路途艰难,微笑相待。”

这就是张雨霏。

据新华社

中国队夺得女子4×200米自由泳接力金牌 打破世界纪录

中国女子接力“水姑娘”组合展示中国力量



7月29日,中国队选手庆祝夺冠

女子4×200米自由泳接力冠军,原本被锁定为澳大利亚的囊中之物。四位名字中有水的中国“水姑娘”杨浚瑄、汤慕涵、张雨霏和李冰洁却迸发出强大能量,以7分40秒33的成绩夺得“看似不可能”的金

牌,改写由澳大利亚和美国队保持的世界纪录和奥运会纪录。

过去六届奥运会女子4×200米自由泳接力比赛,都是美国和澳大利亚分享胜利。按照正常实力分析,中国队可以冲击铜

牌。

然而,竞技体育的赛场不相信纸面数据,只有硬碰硬的实力对抗才是真章。中国游泳教练组彻夜研究出来的接力阵容让中国力量得以全部释放。

比赛前夕,杨浚瑄、汤慕涵和李冰洁观看了张雨霏的200米蝶泳夺冠过程,激动得热血沸腾。下水后出任第一棒的杨浚瑄表现出色,50米过后帮助中国队取得领先。交棒时,她的200米时间定格在1分54秒37,甚至超过了澳大利亚选手蒂特马斯,而后者28日刚刚在200米自由泳比赛中摘得金牌。

“因为我是第一棒,需要给队友创造比较大的优势,这样她们可以更好游一点,所以比赛中我全力去拼。”杨浚瑄说。

出战第二棒的小将汤慕涵

顶下了200米继续保持领先,在她交棒时,中国队的领先优势从0.14秒扩大到0.45秒。

“杨浚瑄第一棒游得那么好,我下水的时候就想‘不能拖后腿’,毕竟我的能力、经验都没有大家好,我一定要稳住,我也没想到,最后50米我真的冲上去了。”汤慕涵说。

刚刚以全新奥运纪录赢得200米蝶泳奥运冠军的张雨霏是整个团队中最后一个知道自己入选接力的人。“我今天早上做完了蝶泳比赛准备活动后,教练才通知我要上接力。我还意外呢,平时都没有怎么练自由泳,一上来就让我参加奥运会接力决赛的比赛。”其实此前她曾经在5月的全国游泳冠军赛200米自由泳预赛上游出了不俗战绩。直到比赛后,张雨霏才意识到了种种苗头。“早上她们三个人

看到我,没有一个人跟我提接力的事情,李冰洁还冲我做了个加油的手势,我心里想,200蝶,加油吧。”

临危受命,但不辱使命。“我想,不管三七二十一,下水就拼吧,展示出我们的中国力量来。”在她游完之后,中国队领先排名第二的澳大利亚队0.41秒。

担任最后一棒的李冰洁被队友们看作是“定海神针”,已经收获本届奥运会的400米自由泳铜牌。她确实稳得住,顶住了美国队最后一棒莱德茨基的反扑,游出了个人最好成绩。冠军!世界纪录!这是中国游泳首次赢得这个项目的奥运会冠军。

“在检录室的时候,看到霏姐升国旗奏国歌,我的眼泪都出来了,斗志一下就激发出来了,接力拼了!”李冰洁说。

据新华社