

陈芋汐全红婵包揽世界杯女子十米台冠亚军

“两小只”不只是长高了

中国跳水队“两小只”陈芋汐和全红婵的“水花消失术”，总能令观众看得意犹未尽，两人在女子单人十米台上的较量，是柏林跳水世界杯的最大看点之一。果不其然，前晚的决赛，欧罗巴体育公园跳水馆响起此起彼伏的掌声和尖叫声。

449.85分，陈芋汐的冠军，实至名归，这一分数也创下她本人的历史最高分。站上冠军领奖台上时，一旁的全红婵带领观众为师姐欢呼，还吹起了口哨，“两小只”的情谊，地久天长。

跟自己较劲

2019年世锦赛，陈芋汐一鸣惊人。3年后的东京奥运会，全红婵横空出世，一下子成为中国跳水队最受关注的新星，而出道更早的陈芋汐，仿佛成了她身边的陪衬。

“跳水是一项自己和自己较劲的运动。”比全红婵大2岁的陈芋汐，总是展现出大姐般的成熟风范。不管外界的议论，埋头练就对了。

事实上，两人的实力一直都在伯仲之间。三个月前的跳水世锦赛，陈芋汐以超过全红婵0.3分的优势成功卫冕，可见她们的竞争有多激烈。两人之间，任何一个细小的失误，就可以左右冠军的归属。

前晚也不例外，在跳第三个动作时，陈芋汐完美演绎高难度

动作626C(臂立向后翻腾三周抱膝)，拿到97.35分的高分，随后出场的全红婵在水时有瑕疵，陈芋汐从而在总分上实现了反超。上海跳水队前领队史美琴认为，“陈芋汐跳得更轻松了，5个动作都是在很高的高度就完成，太厉害了，这是她最大的转变，说明体能训练到位。”

跳台上的陈芋汐又长高了，大腿长且肌肉发达。史美琴透露，出征前，陈芋汐发烧了，没能参加队内测试赛，电话中，史美琴鼓励陈芋汐：“你一定是又长高了，没关系，这是好事，轻装上阵。”

经历了发育关，更经历了东京奥运会的起伏，在通往巴黎奥运会的路上，陈芋汐用更稳定、更无懈可击的表现，迈出了扎实的一步。

难题攻克了

决赛后，陈芋汐和全红婵来个大大的拥抱。这一次，调皮的全红婵甚至在领奖台上，为师姐吹起了口哨。对她来说，这届世界杯还有特别的意义。

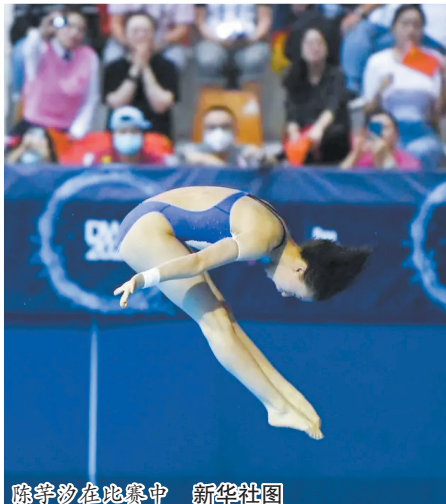
曾经，难度系数高达3.3的207C(向后翻腾三周半抱膝)是一个困扰全红婵的动作。由于向后翻腾的动作容易出现失误，再加上全红婵一直在长身体，因此以往她在这个动作上的稳定性欠佳。

东京奥运会上，全红婵在预赛中207C只得到47.85分，但在决赛

中，她跳好了207C，夺得冠军。后来在全运会和布达佩斯世锦赛上，她又没有跳好207C。

如今，她彻底“攻克”了这一难题。全红婵表示：“世锦赛后我主要练习这个动作的起跳，可以说我现在已经克服207C了，动作比以前有了比较大的进步，也更加稳定了。”

来到德国，从预赛到决赛，全红婵用连续高质量的呈现证明了自己，拿下207C，这是她本次比赛的重大收获。



陈芋汐在比赛中 新华社图



全红婵在比赛中 新华社图



冠军陈芋汐(右)和亚军全红婵在颁奖仪式上合影 新华社图

实现大满贯

是对手更是队友，在良性竞争中携手成长，这才是陈芋汐和全红婵每一次都有优异表现的关键所在。世界杯开赛首日，两人便在双人十米台上以超出亚军近90分的成绩拿到冠军，实现了奥运会、世锦赛和世界杯的金牌“大满贯”。

由于本届世界杯与世锦赛时间接近，在种种客观因素影响下，参赛选手仅有58人。尤其是在女子双人十米台，她们

的对手只有一对美国选手，但她们并不觉得有什么影响，“每一次机会都来之不易，每一场比赛我们都很珍惜，都会认真对待。”陈芋汐说，“不管对手是谁，跳自己的就对了。”

中国跳水队领队周继红指出：“在短时间内连续参加两次世界大赛，运动员恢复最佳状态可能会有一些困难，”尽管其他国家缺席了不少运动员，但对于中国跳水队来说，这仍是

一次很好的磨练机会。

显然，陈芋汐和全红婵从未松懈过，在日复一日的训练中，跟自己较劲。“和今年世锦赛相比，我们可能有一些进步。我们需要系统训练维系彼此之间的默契感。”陈芋汐说，“金牌‘大满贯’对于运动员来说非常不容易。但我们的追求不限于此，还有更高目标等着我们去实现。”

据新民晚报

陈妍摘女子25米手枪银牌

中国队再获两个奥运席位

国际射击运动联合会官网消息，在埃及开罗当地时间22日举行的射击(步手枪)世锦赛比赛中，首次参加世锦赛成年组比赛的中国选手陈妍获得女子25米手枪亚军，并为中国队拿下一个奥运席位。刘宇坤获得男子50米步枪三姿第五名，根据规则顺延拿到该项目奥运席位。中国队在已经结束的9个奥运项目中收获4金3银3铜和7个奥运席位。

在女子25米手枪比赛中，中国队派出刘锐、陈妍和东京奥运会该项目铜牌得主肖嘉芮萱参赛。陈妍以585环名列资格赛

第六，晋级8人参加的排位赛。在悬念迭起的排位赛中，陈妍第一组5发射击连续4发不中，排名垫底。随后她迅速调整状态，后三组共15发仅3发不中，列小组第二晋级奖牌赛。

奖牌赛中，陈妍发挥稳定，一路保持领先，7组射击过后，她以28中领先韩国选手金将美1中。最后一组，陈妍2发不中，而金将美5发全中反超夺金，陈妍以1中之差获得银牌。德国选手文内坎普获得铜牌。

稍早进行的男子50米步枪三姿比赛中，中国队刘宇坤以60发596环的突出表现排名资

格赛第一。但他排位赛表现不稳，最终名列第五。乌克兰选手库利什、波兰选手巴特尼克分获冠、亚军。由于获得铜牌的挪威选手海格已在欧锦赛上获得奥运席位，因此中国队递补拿到一个奥运名额。在东京奥运会后，男子50米步枪三姿的资格赛从长期以来的每种姿势40发改为每种姿势20发，这一改变对不少选手产生较大影响。奥运冠军张常鸿和另一位中国选手赵中豪资格赛分列第21和第60位。

当天的青年组比赛中，20岁的刘军辉与18岁的沈奕瑶搭档，



以16:8击败队友王思雨和刘延昌，获得10米气手枪混合团体铜牌。

本届世锦赛在10个奥运项目中的8个个人项目上产生32个奥运参赛资格，每个项目4个

席位，每个单项每个协会最多拿1个名额。而在整个奥运席位战中，每名选手在个人项目中只能为本协会拿一个奥运席位。

(新华社北京10月23日电)