

第7金

跳水女子双人10米跳台  
陈芋汐/全红婵

# 陈芋汐全红婵 “拿捏”跳水女双十米台

从东京到巴黎,还是跳同一套动作,还是摘金牌,变化是陈芋汐的个子高了,身旁的搭档从张家齐换成了全红婵。两位东京奥运会时十四五岁的小姑娘,从站上奥运冠军领奖台起至今的三年时间里,一直是国内体育圈的流量明星,靠的当然绝不仅仅是俏皮可爱,出师必捷才是人见人爱的关键所在。

7月31日傍晚,全红婵/陈芋汐在巴黎水上中心举行的奥运会跳水女双十米台决赛中,以359.10分,领先第二名43.20分的优势轻松夺得冠军。这场

巴黎奥运会的女双十米台决赛,两位中国姑娘赢得毫无悬念。前两跳规定动作,她们分别拿到56.40分和54.60分,迅速建立起13.80分的领先优势。

此后的三轮动作,两位中国姑娘的得分分别是80.10分、85.44分和82.56分。虽然最后一跳5253B(向后翻腾两周半转体一周半屈体)由于陈芋汐入水时水花没有完全压住,得分明显低于巴黎奥运周期内她们在三届世锦赛上的同一动作得分,致使她们的总分未能冲上360分,但这丝毫不影响她

们最终拿下冠军。

自2000年悉尼奥运会设置跳水双人项目以来,6届奥运会,中国队丢失了1枚女双三米板、2枚男双十米台以及2枚男双三米板金牌,而女双十米台项目的冠军中国队从未丢失过。即便过去三年,长身高、增体重给全红婵完成动作带来了不少麻烦,但丝毫不影响这对中国组合金牌拿到手软。

根据世界泳联的比赛数据,陈芋汐/全红婵在巴黎奥运周期的三年时间里,包括三届世锦赛、亚运会在内,参加了11次国

际比赛,全部拿下冠军。得分最低的一次是2022年的世界杯柏林站,当时她们的夺冠成绩是349.80分,107B(向前翻腾三周半屈体)和407C(向内翻腾三周半抱膝)两个动作完成质量一般,但那仅是两人第一次在国际比赛中合作。此后她们越跳越默契,得分再未低于360分。

“这一次比上一次更紧张一点。”赛后,陈芋汐在解释自己为何发挥欠佳时,谈到了心中对两次奥运之旅的不同感受,“第一次时,年龄小,懵懂,并不太能够理解奥运会的意义。这

次的话,在经历了一个新的周期,包括世界比赛的锻炼后,对奥运会产生了更深刻的理解,会觉得意义不太一样。”

无论如何,女双十米台的水花已经散尽,两位姑娘还将在北京时间8月6日的21时,于女单十米台展开竞争。值得一提的是,陈若琳是中国跳水队此前唯一一位在同一届奥运会上包揽女子十米台单人两枚金牌的运动员。而8月6日,无论陈芋汐还是全红婵最终夺冠,都将复刻陈若琳的高光表现。



7月31日,潘展乐在比赛后庆祝夺冠



第9金

游泳男子100米自由泳  
潘展乐

## 破纪录,夺金牌

北京时间8月1日凌晨,《义勇军进行曲》在拉德芳斯体育馆响起。在巴黎奥运会游泳男子100米自由泳决赛中,潘展乐以46秒40的成绩打破他自己保持的原46秒80的世界纪录,为中国游泳队夺得首枚巴黎奥运会金牌。同时,这也是中国游泳的首枚奥运会男子100米自由泳金牌。潘展乐由此成为中国男子游泳第三位奥运冠军。

在这场决赛前,中国游泳男选手获得过4枚奥运会金牌,分别是孙杨的2012年伦敦奥运会男子1500米自由泳金牌、400米自由泳金牌和里约奥运会男子200米自由泳金牌,以及汪顺在东京奥运会上获得的男子200米个人混合泳金牌。而巴黎奥运会这枚男子100米自由泳金牌,早在潘展乐于今年多哈游泳世锦赛男子4×100米自由泳接力首棒破世界纪录时,就被外界视为他的囊中之物。不过,由于中国游泳队一些被寄予厚望的项目在本届奥运会上落了空,也让人们为潘展乐捏了一把汗。

决赛中,潘展乐入水便取得领先,前半程游出22秒28,仅比他多哈世锦赛破世界纪录时的前50米

慢了0.02秒。转身之后,他越游越快,后程仅用时24秒12,全程用时46秒40,将自己保持的世界纪录提高了0.40秒。抵达终点后,潘展乐回头看到大屏幕上自己的成绩,心中只涌起一个字——爽!他恣意地在水中庆祝撒欢,“我感觉现在有什么就可以说什么了,以前有好状态也不敢说,现在就觉得自己状态好,可以放开了真好。”

从去年杭州亚运会打开47秒关口时起,潘展乐就在比赛中固定了自己的战术——前程冲,后程顶。“其实我游之前根本不敢想今天能够夺冠,就想全力去拼,后面硬顶,发挥出自己的最好成绩就行了。”他说,“我感觉今天的发挥特别完美,让大家眼前一亮,让大家相信接下来我们的比赛能够更好。”

潘展乐是浙江温州人,家中此前从未出过专业运动员。上幼儿园中班时,父母想让他锻炼身体,他就此开始接触游泳。没想到潘展乐很快学会了全部四种泳姿,而且越游越上瘾。此后,他一步一个脚印,直到进入国家队。他始终告诫自己,在没有拿到世界冠军前,自己就不是一个称职的

国家队运动员。

2022年,他在布达佩斯游泳世锦赛的男子100米自由泳半决赛中游出47秒65,追平尘封多年的全国纪录。虽然最终决赛只获得了第四名,但那次比赛对他极大的鼓舞,他当时就暗自下定决心,世界冠军不是终极目标,他还要破世界纪录。

去年,潘展乐的状态继续稳步提升,5月在全国游泳冠军赛100米自由泳比赛中游出47秒22的超亚洲纪录成绩;7月在福冈游泳世锦赛决赛游出47秒43;9月在杭州亚运会上游出46秒97,成为亚洲首位在100米自由泳项目上打开47秒关口的运动员。今年,他的好状态在继续,2月在多哈游泳世锦赛接力比赛中打破世界纪录后,在今年4月的全国游泳冠军赛上再次游出46秒97。潘展乐在大赛中的表现和成绩相当稳定,给人十分踏实的感觉,这也是他能在巴黎站上最高领奖台、破世界纪录的底气。

曾经,潘展乐拒绝人们称他为“飞鱼”,因为“都不是奥运会冠军,算不上‘飞鱼’”。如今他做到了,他就是“飞鱼”,属于中国的“飞鱼”。



第8金

自由式小轮车女子公园赛  
邓雅文

7月31日,邓雅文在比赛中

## 邓雅文亮相即巅峰

作为一名从事极限运动的选手,“怕”这个字其实从未离开过邓雅文的“字典”,但也正是因为如此,18岁的她学会了如何去面对它。

就在7月31日夺得巴黎奥运会BMX女子小轮车公园赛冠军的那场比赛中,邓雅文也“怕”了。不过和小时候的怕不同,这次是怕自己临时加的难度动作做不好。

在首轮取得92.50分的成绩后,邓雅文排名所有决赛选手的第一位。但她没有因此自缚手脚,而是在第二套动作中加了两个难度很高的“神龙摆尾”。所谓“神龙摆尾”,其实非常传神,就是运动员和车一起腾越在空中,然后运动员控制住车把,使车身围绕车把在自己身下旋转。

怎么样?是不是听着都觉得难?邓雅文怕自己做不好这个动

作,搞砸自己的第二轮骑行。但她也知道,预赛成绩更好的美国选手汉娜在自己之后还有一次骑行机会,如果不加上难度,第一轮的那个92.50分并不保险。

“‘神龙摆尾’我每天都会练,做一次成功一次。但我还是害怕,怕自己紧张,发力不当导致失误,所以还是会有犹豫,这个时候我需要相信自己。”邓雅文说。

最终,邓雅文顺利完成了第二次骑行,而汉娜则两次骑行都先后失误。这是中国人第一次出现在奥运会小轮车的舞台。而邓雅文“出道即巅峰”,首次亮相就拿到奥运会金牌。她激动不已,“夺冠后,我第一反应是,感谢大家,感谢各个支持我的教练,感谢祖国!”

本版稿件据《北京晚报》

PARIS 2024 奥运金牌榜					
数据更新时间: 2024年8月1日17时35分					
	国家/地区	金	银	铜	总数
1	中国	11	7	3	21
2	法国	8	10	8	26
3	日本	8	3	4	15
4	澳大利亚	7	6	4	17
5	英国	6	6	6	18
6	韩国	6	3	3	12
7	美国	5	13	12	30
8	意大利	3	6	4	13
9	加拿大	2	2	3	7
10	德国	2	2	2	6