

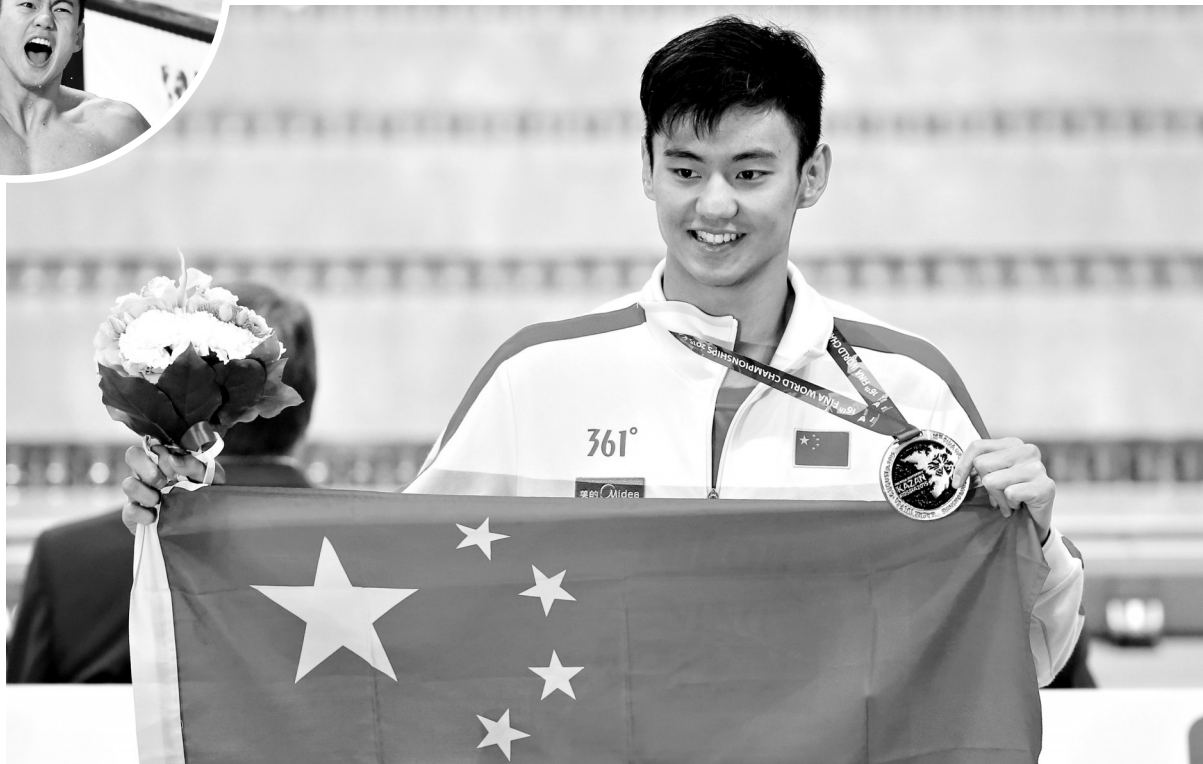
# 宁泽涛成首位问鼎世锦赛百米自由泳亚洲人

# 飞人之后，中国有了自己的飞鱼



“太疯狂了，就像做梦一样！”宁泽涛露出难以置信的表情，而这一刻对于世界泳坛乃至所有关注游泳的中国人来说都不可思议，在昨晚进行的喀山世锦赛男子100米自由泳的决赛中，宁泽涛以47秒84的成绩勇夺冠军。

青年报记者 张逸麟



宁泽涛颁奖后展示金牌。

新华社图

碧波池的涟漪渐渐平复，但宁泽涛和所有国人眼中的波涛这一夜注定难以平静。在中国人乃至亚洲人无法触及的男子“百米飞鱼”大战中，宁泽涛一次又一次地创造了历史，许多人努力了一辈子都无法达到的目标，23岁的宁泽涛在首次世锦赛之旅中就已经完成，他的表现对于中国体育的意义，堪比刘翔。

前一天的半决赛中，宁泽涛就发挥非常出色，以48秒14排名第二的成绩跻身决赛，他也创造了亚洲人杀入世锦赛百米飞鱼决赛的历史。而昨天的决赛中，宁泽涛被安排在了第5泳道，比邻澳洲名将麦克沃伊。发令枪响后，8名选手并驾齐驱，宁泽涛也始终处于前列，以22秒76的优异成绩完成了前100米，而他后劲十足的优势在最后的冲刺阶段展现无遗，尤其是最后5米，宁泽涛持续发力，以微弱的优势率先触壁，也就是这一刻，为中国游泳史乃至亚洲游泳

史写下了新的一页。

47秒84，宁泽涛决赛的成绩比半决赛又快了0.3秒，在这样一个最高水准的舞台上，他一次又一次地突破极限。而成功夺冠后，宁泽涛一开始并没有表现出狂喜，他起身坐上了泳池绳，看着大屏幕上自己的成绩，随后摘下自己的泳帽，用手指着泳帽上的五星红旗，并终于放声狂吼，而隔壁泳道的麦克沃伊也心悦诚服地向宁泽涛鼓掌祝贺……8月6日的喀山之夜，荣耀属于宁泽涛，荣耀属于中国游泳队，荣耀属于中国。

对于这一次的夺冠经历，宁泽涛赛后坦言如梦一般，“太疯狂了，就像做梦一样”，宁泽涛激动地说，“非常感谢我的父亲，我的家人，他们一直在给我灌输轻松的心态。”宁泽涛也表示，首次参加世锦赛，其实自己压力很大，“我非常紧张，毕竟是第一次参加世界大赛，之前的海外训练对我帮助很大，布朗教练也给我灌输

了很强的信心，一场场去拼，与高手去对决。”

百米后程的强大实力一直是宁泽涛的优势，但昨天的决赛，宁泽涛在前100米也游出了22秒76的佳绩，宁泽涛表示，力拼前半程是自己赛前的计划，“今天我必须豁出去，我对我的后程非常有信心，只要前面拼出去了，我相信后面一定能拿到冠军。”

“这一次的世锦赛对我是非常宝贵的经验，就像是做梦一般，我已经无法用语言来表达这一刻的心情。”对于夺冠时刻的心情，宁泽涛激动地说，“我是黄种人，我是中国人，我用今天的表现，向世界证明了中国人也能夺得百米的冠军。”

宁泽涛和孙杨正在改变世界泳坛的历史，如果说当年的刘翔在田径场上有些孤单的话，那么中国这对泳将双子星正结伴而行，国人可以期待他们联手统治男子自由泳的未来。

## ■ 申花动态

### 伤员渐愈 瞄准后半程发力

本报讯 记者 杨羲之 短短在家休息几天，8月4日，申花就重新集合进行本赛季最后冲击的备战。最近几日，上海遭遇了今年最大的“高温期”，申花方面也是进行了调整，冰桶、推迟训练时间，队员们也是竭尽全力对抗艰难的训练环境。好在，西索科、莫雷诺等伤员悉数归来且恢复尚佳，全队目前士气达到了新的高度，高温挡不住申花渴望后半程发力的决心。

### 推迟训练时间 冰桶浇灭高温

就在申花集训前一天，申花主帅吉洛跟教练组在召开会议时，表达了自己的一个意见。“这两天天气真的太热了，为了队员们的身体考虑，我觉得是不是应该推迟一下下午的训练时间？”这个想法，得到了所有人的肯定，最终，吉洛决定将训练时间改为下午5点开始。而一周两练的时候，上午，申花球员全部选择在健身房恢复训练、跑步，为的就是避免高温。

不过，即便是如此，上海的天气依然考验着申花球员的任性。每次下午训练时，工作人员都会准备两大箱的冰镇饮料。可是往往是训练一开始，饮料就已经被一抢而空，这让工作人员必须尽快补充饮料。有的队员甚至用冰桶中的冰水浇在身上，用这样的方式给自己降温。“确实比较热，对于体能的考验也很大。”队员王赟说，“不过总的来说还是能适应，夏训嘛，这也正常。而且我们现在训练的苦，等到比赛的时候也有帮助。”

好在，炎热的天气即将就要过去。此后的几天，上海的温度会逐渐下降。而看过今后几天的天气预报之后，吉洛也是决定，重新将训练的时间改回下午4点半。

### 外援已经归队 伤员恢复良好

前往国外与家人小聚的登巴巴，接受治疗的莫雷诺和西索科，申花的几位“离队”外援，已经悉数归队。值得一提的是，西索科和莫雷诺的伤病恢复良好，虽然前者可能下半场还需要休息一场，不过后者出场基本无问题。

“从他们自己反馈的消息来看，目前恢复的情况很不错。伤处已经没有痛感了，接下来主要还是体能恢复和调整状态。”昨天，俱乐部新闻官马悦向记者介绍了两位外援的情况，“其实他们的情况不是说非常严重，这次出国治疗，只是为了让伤势恢复更快一些。离开的时候恢复到百分之八十，希望经过治疗恢复到百分百。从目前的情况来看，基本符合预期的目标。”

至于两位“伤员”下一场是否能够出场，马悦也是透露了最新的消息。“莫雷诺肯定是没有问题的，到时候一定会出场。西索科也基本没有问题，不过毕竟好几场比赛没有上场了，体能方面还需要恢复。为了慎重起见，也许我们下一场不会让他出场。不过还是要看这两天的恢复情况而定，如果感觉好，也不排除让他出战。”同时，马悦也是表示，球队希望能够在最后几场比赛中获得一个“飞跃式”的结果。“现在球队阵容很齐整，队员们无论是心气还是状态都来到了赛季的又一个高度，我们希望能够后半程发力。”

## “全民健身日”周末亮相

青年报记者 张逸麟

本报讯 在举国欢庆北京赢得冬奥会举办权之际，8月8日“全民健身日”即将到来。今年全民健身日当天，沪上将有500余家各类体育场馆设施，80余家市、区、市民体质监测指导中心和社区体质监测站点实行公益性开放，加上贯穿整个8月的290余场群众性体育赛事活动、290余次体育健身技能培训和讲座，催促你真正“动起来”，科学健身，从全民健身日开始！

今年，一系列丰盛的“全民健身大餐”将让更多申城百姓体验运动

的乐趣，培养运动习惯，从此爱上运动！8月5日起，全民健身爱好者可搜索新上线的上海市体育局政务微信“上海体育”或登录上海市体育局网站，了解全民健身日活动详情。

这个全民健身日，除了常规的公共体育场馆、公共运动场、百姓健身房三大类公共体育场馆设施以外，不少经营性体育场馆也加入到公益性开放的行列。譬如，星之健身俱乐部14家门店将会在当天下午向市民公益性开放。

全民健身日当天会举办“挑战王励勤——上海市乒乓球擂台赛”、

2015年上海市市民体育大联赛——上海市公务员游泳大赛、2015年“我爱足球”中国足球民间争霸赛上海赛区五人制足球赛市级总决赛、2015年上海市全民健身日“健身达人挑战赛”总决赛等覆盖各类人群的草根赛事，让各类人群都可以找到自己喜爱的体育赛事活动。

此外市体育科学研究所也将打开大门，以自行车骑行爱好者为对象，开展技能体能测评咨询指导服务，通过先进仪器和方法的测评、专家学者的咨询指导、科普讲座的知识普及等体验活动，为广大市民科学锻炼、强身健体加油助力。