

“升级”的赵帅

冠军成色“升级”！比赛级别“升级”！担当旗手“升级”！虽然年少成名，15岁就拿到了全国冠军，但是跆拳道名将赵帅依然在不断“升级”。

1995年8月，赵帅出生于辽宁朝阳市，9岁开始在当地体校进行业余跆拳道训练。后来由于启蒙恩师张彦峰转投江苏省常州市体育运动学校，赵帅便跟随恩师前往江苏继续跆拳道训练。2009年，刚刚年满14岁的赵帅进入江苏省队，从女队的陪练开始，他走上了更为严格和专业的跆拳道生涯。

身高1米88的他，四肢修长，兼具灵活性和爆发力，可以说是跆拳道运动的“天选之子”。进行专业训练不久，赵帅的天赋和能力就帮助他开启了被大家视为“开挂”的运动生涯：一边升级别，一边拿冠军。

2010年，也就是进入江苏省队仅一年后，15岁的他就获得了全国跆拳道冠军赛男子54公斤级冠军，一战成名。2011年，他成功卫冕该项目冠军。2013年，赵帅在第12届全运会跆拳道男子58公斤级决赛中折桂；同年10月，他又在第六届东亚运动会的跆拳道比赛中战胜韩国选手权赫进，斩获金牌。

2016年，赵帅运动生涯的第一个高光时刻到来：在里约奥运会跆拳道男子58公斤级比赛中，他以6:4战胜泰国选手汉普拉比获得金牌。这是中国跆拳道在里约奥运会的首金，也是中国男子跆拳道奥运历史上的首枚金牌。

2017年，在世界跆拳道锦标赛男子63公斤级决赛中，赵帅以11:5击败伊朗选手夺得冠军，这不仅是他首次获得世锦赛冠军，也是中国男子跆拳道首枚世锦赛金牌。同年9月，在第13届全运会上，他又斩获了跆拳道男子68公斤级冠军。

从里约奥运会的58公斤级到2017年世锦赛的63公斤级，再到现在的68公斤级，赵帅一直在不断挑战自己，每升一个级别，对于职业运动员都意味着积分要从零开始，同时也是比赛打法的全新挑战——在58公斤级，赵帅身体优势突出，升级到68公斤级后，身高、力量就不占优了。

“我要升级别，一直在犹豫自己到底行不行，因为68和58，它的感觉是完全不一样的，68是综合能力，特别是对抗能力特别强。”赵帅说，“以前我先把对手顶飞，现在人家会一脚把我踹出去，人家力量又大，速度快，连续性又比你强，所以会不自信。”

通过艰苦训练和比赛尝试之后，赵帅逐渐建立起信心。“我觉得自己也不差什么，人生就是在不同的尝试、不同的经历当中，我现在努力训练，结果会顺其自然（到来）的。”

2018年12月大满贯年度总决赛，赵帅在黄金加时赛中终于获得国际大赛68公斤级的第一个冠军，次年10月的索非亚大奖赛，赵帅再次在该级别体验到了成功的喜悦。

2018年雅加达亚运会，赵帅就首度担纲中国代表团的旗手，不过在那届亚运会中，他决赛惜败对手未能夺冠。3年后的东京奥运会，他再度被选为中国代表团旗手。从亚运旗手“升级”为奥运旗手，将满26岁的赵帅在接受采访时表示：“这是一种很大的荣誉，也是一种动力，期待更好地为国争光。”

5年前里约奥运赛场上双双获得金牌后，赵帅与女友郑姝音的爱情佳话也成为体育迷们关注的话题。目前这对“金牌情侣”都在全力备战奥运，期待延续佳话。中国体育迷则不仅期待这对“金童玉女”实现奥运经历的“再升级”，也期待奥运会后，他们开启新的生活。



赵帅

中国女曲

这次出征奥运，拼就完了！

顶着连续六届获得奥运资格的光环，中国女子曲棍球队18日傍晚顺抵东京，她们满怀憧憬，要为这次时隔五年的奥运拼一把，力争拼出最好成绩。

本次参加东京奥运会的中国女曲共19人，运动员平均年龄不足26岁，最大年龄34岁，最小年龄为22岁，其中9人参加过上届奥运会。

中国女曲是奥运常客。自2000年在悉尼首次亮相奥运会以来，中国女曲已经连续第六届获得奥运资格，她们在

2008年北京奥运会上勇夺银牌，创造历史最佳战绩，也是中国球类集体项目在该届奥运会上的最好成绩。2016年里约奥运会上，中国女曲位列第九。

由于疫情、阵容调整等影响，这次参赛面临更大的挑战。中国女曲领队王涛分析说，在12支参加本次奥运会的队伍中，目前中国队世界排名第11位，所以说从实力上看中国女曲夺得奖牌很难。

但王涛强调说，竞技体育的魅力就在于不断超越自己，在有限的时间中发挥出

最佳的能力和状态去寻求突破。“我们希望在本次奥运会中打出我们一年来封闭训练后的最佳状态，一场一场有准备地去拼出作风、拼出风格、拼出水平！”她说。

去年一年，女曲经受了海外和回国后封闭训练考验，女曲姑娘们对于这次参赛信心满满。

中国女曲队长崔秋霞笑容满面地回应新华社记者：“已经做好了充分的准备，这次目标就是登上领奖台！”

在出机场等候大巴时，中国女曲前

锋罗甜甜也表达了相同的目标：“很有信心，就是要站上领奖台！”

罗甜甜说，对于海外疫情的反复，队伍已经制订了严格的防控措施。“我们提前知道长途飞行还要戴护目镜、防护面罩和口罩，所以提前做了准备。”她说。

相信有“冰山雪莲”美誉的女曲姑娘在这次疫情下的东京奥运会，秉承不畏困难、全队如一、持之以恒、永不言败的“冰山雪莲精神”，一场一场“拼”出最美的雪莲花。

中国赛艇队

东京奥运会

中国女足赛前训练

▼7月19日，中国女足在日本宫城县仙台市训练，备战21日东京奥运会女足小组赛F组首场对阵巴西队的比赛。图为中国女足队员在训练中。



东京奥运会

国乒赛前训练

▲7月19日，中国乒乓球队在东京体育馆进行赛前训练，备战东京奥运会。图为刘诗雯（右）和许昕在训练中。

做好充分准备 迎接奥运大战

作为较早抵达东京备战奥运的中国代表团队伍之一，中国赛艇队正在积极调整状态。19日，中国赛艇队教练徐权在接受新华社记者采访时说，感谢组委会在吃住交通等方面的到位安排，中国队已做好充分准备，迎接即将到来的奥运大战。

徐权说，赛艇队17日下午2点半到达东京成田机场，总体感觉日本方面的组织是不错的，从下飞机到抵达奥运村，核酸检测、通关等都比想象的要顺利，日本方面在吃住交通上安排得都很好，感谢组委会。

中国赛艇队在到达东京的第二天（18日）就来到场地展开适应性训练。“应该说我们在家里（中国）就做了充分准备，考虑到了东京天气热的情况，对气温、水温都做了了解。为此队伍带了一些冰背心、冰手套、冰围脖。”徐权说。

本版文图据新华社