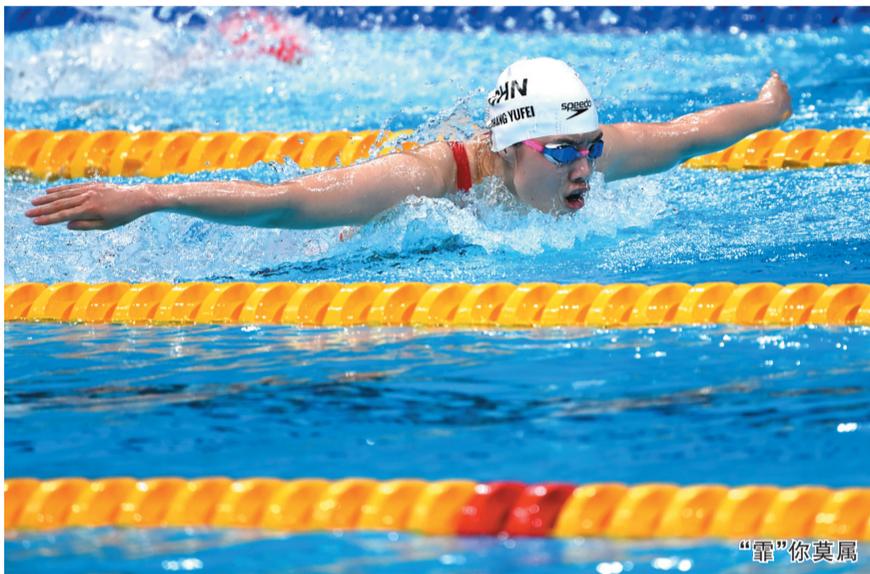




雨霏圆梦

女子200米蝶泳夺冠并打破赛会纪录

“哪吒”终闹海 蝴蝶展翅“霏”



“霏”你莫属

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。

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。

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。

里约的挫败，她刻骨铭心。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米蝶三个项目上全数覆盖，没有一项

进入决赛。

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”。

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。

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。



(7月29日)

名次	国家/地区	金	银	铜	总数
1	中国	15	7	9	31
2	日本	15	4	6	25
3	美国	14	14	10	38
4	俄罗斯奥委会	8	11	9	28
5	澳大利亚	8	2	10	20
6	英国	5	7	6	18
7	韩国	4	3	5	12
8	法国	3	5	3	11
9	德国	3	3	7	13
10	意大利	2	7	10	19



乒羽“收”金 田径启动



汪顺将冲击金牌

东京奥运会30日将迎来重磅项目的亮相——共产生48枚金牌的田径拉开大幕，中国田径队将力争有所突破。当日中国军团“新”夺金点不太多，因为把握最大的两项在29日已经提前锁定，谁能在“内战”中夺得乒乓球男单和羽毛球混双金牌成为唯一悬念。

在29日的比赛中，中国队就提前锁定了30日两枚金牌。郑思维/黄雅琼和王懿律/黄东萍会师羽毛球混双决赛，樊振东和马龙会师乒乓球男单决赛，提前为中国奖牌榜添上两金两银。29日连夺两金的游泳项目30日也值得期待，汪顺在男子200米个人混合泳中排名第一晋级决赛，他在决赛中有望冲击金牌。此外在赛艇、蹦床等项目上中国也有冲击奖牌的机会。

田径赛场首日就将迎来传奇选手的登场，男子10000米将成为田径首金，作为男子5000米和10000米两项世界纪录保持者，乌干达运动员切普特盖将向金牌发起冲击。

30日，田径、游泳、赛艇、射击、自行车、网球等项目共产生21枚金牌，并产生女足四强。中国女篮30日将迎来本届奥运会的第二场比赛，对手是世界排名第二的澳大利亚队。羽毛球项目将决出女单四强，两位中国选手陈雨菲、何冰娇有望在半决赛“会师”，男双半决赛中，李俊慧/刘雨辰将迎战马来西亚组合。

本版文图据新华社



会师决赛

▼ 29日，中国乒乓球队征战男单的两员大将樊振东（左）、马龙经过两场4:3的艰难胜利，顺利会师决赛。



包金揽银

▲ 29日，在东京奥运会乒乓球女子单打决赛中，中国选手陈梦以4:2战胜队友孙颖莎，夺得冠军。

图为陈梦（左）和孙颖莎在比赛后携手共展国旗。