



赛事前瞻

决战东京！

中国现代五项队争取最好表现

东京奥运会激战正酣，被誉为“最完美运动”的现代五项即将于5日登场。中国现代五项队表示，已做好全方位准备，争取最好表现。

现代五项包含游泳、击剑、马术、射击和跑步五种运动，是对运动能力的全方位考验。运动员不仅要掌握击剑、马术的技术，还要有游泳、长跑的体能。除此之外，在确保跑步速度的同时，具备立马停下脚步进行射击的稳定性更是取胜的关键。

我国现代五项起步较晚，但在世界大赛中成绩不错，曹忠荣在伦敦奥运会上曾收获一枚银牌。东京奥运会周期，

曹忠荣以主教练的身份率领队员备战，实现了男、女各两名选手满额参赛。两名男选手为罗帅、李澍寰，女选手为张明煜和张晓楠。罗帅现世界排名第六，是四人中最有机会冲击好成绩的选手。由于现代五项比赛具有一定偶然性，因此世界前八都有可能拿到金牌，并且经常出现“黑马”。

曹忠荣介绍，中国现代五项队在奥运赛前调整时采取的是具有针对性、实战性的弹性训练策略。“不同的时期要设计不同的训练策略，松紧有度才能达到最佳效果。”他说。

今年完成全部奥运积分赛后，中国

现代五项队选择在地理气候条件接近东京的上海崇明训练基地备战奥运。为了保证比赛时可以正常发挥，现代五项队日常训练的难度及强度都高于正式比赛。

7月末，中国现代五项队转训北京做最后的赛前调整，临近出征，放缓了训练节奏。“赛前调整是集训与比赛中间的过渡，让运动员能够在赛前有更多补充与恢复的时间，舒缓征战的压力，回归对自身运动状态的调节。”中国现代五项队击剑教练杜智山说。“赛前如果太累，肌肉的负担会增大，精力也难以集中，不利于比赛发挥。”他说。



摘金夺银

▶ 3日，中国选手谢思场（右）与王宗源在颁奖仪式后。

当日，在东京奥运会跳水男子三米板决赛中，中国选手谢思场获得冠军，王宗源获得亚军。



身轻如燕

▲ 3日，中国选手唐茜靖在比赛中。

当日，在东京奥运会体操项目女子平衡木决赛中，中国选手管晨辰夺得冠军，唐茜靖获得亚军。

一气呵成

▼ 3日，中国选手邹敬园在比赛中。

当日，在东京奥运会体操项目男子双杠决赛中，中国选手邹敬园夺得冠军。



家乡连线

刘洋父母

为了这块金牌儿子五年没回家

中喊出“稳了，金牌稳了”的欢呼声，她才冲进门，已是热泪盈眶。

“里约奥运会后休息了一周，之后的五年再也没回过家。”杨晓丽深知这块来之不易的金牌背后是儿子无数的汗水和艰辛。2016年里约奥运会，刘洋以预赛第一的成绩闯入决赛，却因失误与奖牌

失之交臂。

“这五年里，他一直都憋着一股劲儿，要把失去的金牌夺回来。”杨晓丽说，“今天终于如愿，我为儿子感到骄傲。”

27岁的刘洋出生在辽宁省鞍山市一个普通家庭，他的父母从未想过，他的家庭能走出一个奥运冠军。



奖牌榜

(8月3日)

名次	国家/地区	金	银	铜	总数
1	中国	32	21	16	69
2	美国	24	28	21	73
3	日本	19	6	11	36
4	澳大利亚	14	4	15	33
5	俄罗斯奥委会	13	21	18	52
6	英国	13	17	13	43
7	德国	8	8	14	30
8	法国	6	10	8	24
9	荷兰	6	7	7	20
10	韩国	6	4	9	19
11	新西兰	6	4	5	15
12	意大利	5	9	15	29
13	匈牙利	4	4	3	11
14	古巴	4	3	4	11
15	捷克	4	3	1	8



今日看点

中国女篮出击 继续挑战“不可能”



中国女篮今天对阵塞尔维亚队

东京奥运会4日将决出17枚金牌，前两日在金牌榜上高歌猛进的中国军团夺金点不多，辛鑫将冲击女子10公里马拉松游泳金牌，花样游泳双人项目将向俄罗斯选手发起挑战。最引人关注的还是中国女篮，小组赛三连胜的女篮姑娘们将在八强战里继续挑战“不可能”。

马拉松游泳项目4日开赛，2019年光州世锦赛冠军、里约奥运会女子10公里第四名辛鑫将全力冲击金牌。中国队当日另一个冲牌点也在游泳池中，在花样游泳双人项目上，里约奥运会亚军黄雪辰/孙文雁将挑战花游霸主俄罗斯的地位。

作为三大球“独苗”，小组赛表现极为出色的中国女篮将在4日迎来八强战。面对欧洲冠军塞尔维亚队，中国女篮将跨向新的台阶。

此外，乒乓球男女团体半决赛中，中国女队将迎战德国队，男队对阵韩国队，两支队伍继续向金牌进发。

4日东京奥运会将在田径、摔跤、帆船、拳击等项目决出17枚金牌，本届奥运会新增的滑板项目将再燃战火，决出女子碗池冠军，中国选手张鑫将出战。

本文版图据新华社