



丁铭良的冬训关键词：努力

早上8点多,朝阳洒在东山岛的海面上,省帆船帆板队49er级运动员丁铭良已经准备妥当出航了。男子49er级因其船长4.9米而得名,双人操纵,最高航速可达每小时50公里,属新生代快速船艇。十四运周期,这个观赏性极强的级别正式被列为全运项目。从470级改练49er不到两年时间,丁铭良和搭档刘添后来居上进步显著。今年,他们包揽了该级别全国锦标赛和冠军赛的两项冠军。

十二月份东山的全天平均气温在15摄氏度上下,然而队员们还是要穿着专门的保暖服。丁铭良说,南方是比家里暖和多了,但是海上的大风还是能轻易地吹进入的骨子里。海上风急浪涌,丁铭良的内心却无比火热,因为这是他帆船生涯中距离实现全运梦想最近的一年。

“冬训开始至今的一个多月,通过专注的训练我感觉收获很多,49er是新项目,我们要抓紧全运前的每一刻来提升自己。”作为一名老队员,丁铭良对冬训有着清晰的规划,“在起航等小的技术环节上还要细抠,再就是大风天的抗风能力需要进一步提高。”

返航时,丁铭良也会盯着岛上越来越多的高楼和现代建筑而心生感慨,他说,几年前来东山冬训时这里还像是渔村,充实的冬训年复一年,但我们的住训和各项保障条件却日新月异,我们唯有通过更加努力的训练,来回报队伍,回报家乡。

问到今年冬训的关键词,丁铭良略一思索,回答道:“就是‘努力’,为全运争金而努力,为不给自己的帆船生涯留下遗憾而努力,为不辜负领导教练的期望而努力!”

漂泊在异乡 拼搏为故乡 乘风破浪的山东省帆船帆板队

早在11月7日,省帆船帆板队就在福建东山召开了冬训动员大会,是省内最早开启冬训的运动队之一。由于项目受气候影响极大,每年冬训漂泊在外已成了帆船帆板队的常态,队内几乎人人都是十几二十年来从未能在家过一次春节。对此,他们总是笑笑说:“习惯了……”三个字道不尽“两帆”人的乡愁,却承载着他们为故乡争光而奋斗的真挚情怀。

今年的冬训,我们聚焦省帆船帆板队中的两个“新面孔”——帆船男子49er级和水翼风筝板,这两个项目均将首次在全运会上亮相,同样,这两个项目也有望成为我省十四届全运会上新的金牌增长点。

任天煜的冬训关键词：压力

进入冬训以来,省帆船帆板队49er级教练员任天煜内心的紧迫感与日俱增。每天早上6点起床,晚上12点以后睡觉,带队出航训练,开会总结每天的收获与问题,制定新的训练计划,研究近期的风力和天气情况……他说,忙起来感觉时间过得更快了。

距离十四运开幕还有200多天,对于49er这个本周期刚上马的新项目,大赛前最后一个冬训的意义不言而喻。任天煜告诉记者,49er级这样的快速艇是未来帆船运动发展的大趋势,他从2018年才开始接触此项目,虽凭借多年从事帆船项目的经验和持续不断的摸索学习,逐步形成了自己的带队理念,麾下的丁铭良/刘添组合的竞技能力目前也处于全国前列,但跟国内外高水平的教练员相比,他还有很长的路要走。

任天煜认为,今年冬训的重中之重就是要抓好系统性训练,“新项目的训练规律就是要通过量变带动质变,无疑,冬训期间运动员更能心无旁骛地执行好大运动量和高强度的训练计划。”

福建东山海域的特点是风大,今年全队到此冬训的目的就是强化大风天的抗风能力,届时,无论全运赛场面对何种天气,我省运动员都能更加自如地发挥实力。但东山的大风也给任天煜带来了一些苦恼,“我们的项目帆面大、船速快,风小了没法练,但风太大了队员们很容易受伤,所以每天的训练计划都要根据天气状况相应调整,毕竟运动员的安全是第一位的。”

说到任天煜的冬训关键词,这个性格爽朗的汉子哈哈一笑:“‘压力山大’啊,49er的船造价不菲,省局、中心下决心投入这么多,我们拿不出成绩怎么行?而且作为新项目,在第一个周期

占领制高点,是未来长久领跑的重要基础。”

任天煜的孩子还不满两岁,每天与妻子孩子视频是他放松和缓解压力的最好方式。“想想队伍和家人的支持,我觉得压力就是最好的动力。”任天煜如是说。

张浩然的冬训关键词：艰难

20岁的潍坊小伙张浩然称得上是国内男子水翼风筝板项目的第一人,健美的身材,俊朗的五官,出众的运动成绩,喜欢挑战的个性,可以说他就是山东竞技体育“后浪”的典型代表。由于水翼风筝板项目对天气和风力的要求更为苛刻,张浩然目前正和队伍在广东汕尾进行冬训。

“我认为是‘艰难’。”采访中,张浩然说出的冬训关键词有些出乎记者的意料,要知道近几年他几乎拿到了国内赛事的所有冠军,并且在亚洲级别的比赛中也有着出色表现,所以十四届全运会他理所当然地被寄予了很高期望。对此他解释道,往年俱乐部一般会到泰国和越南进行冬训,那边的风力条件最适合水翼风筝板运动的开展。今年由于疫情,冬训地点选在广东汕尾,这里的风和浪都很强,因此每天能高质量地完成训练任务都是不小的挑战。其次,今年是水翼风筝板项目归入省帆船帆板队的第一年,之前风筝板以俱乐部的形式在发展,成为专业队的一员,冬训的要求和强度也上了一个档次。

张浩然直言,今年的冬训对自己的成长是很好的历练,他会在教练的指导下重点解决体能不足的问题和继续强化海上技能的熟练度。张浩然坚信,克服了这些困难,他才能迎来更好的蜕变。

常年离家在外,作为家中独子的张浩然最能体谅父母亲的不易。明年全运会的水翼风筝板比赛场地正设在潍坊滨海,他说,到时父母一定会到场观看他

的比赛,主场作战的他渴望在父母面前展示出自己多年刻苦训练的成果,渴望能在家乡父老的见证下拿下这枚意义非凡的全运金牌。

陈占营的冬训关键词：拼争

省帆船帆板队教练陈占营所负责的水翼帆板及水翼风筝板竞赛项目均为2024年巴黎奥运会帆船项目拟新增比赛小项,同样也是十四运的全新金牌设项。今年的冬训,水翼帆板队跟随大部队在福建东山,而水翼风筝板队则在广东汕尾,兼顾好两支队伍的训练工作,陈占营需要额外付出很多的时间和精力。

新的项目蕴含新的机遇,但更得直面新的挑战。问及陈占营的冬训关键词,这位为山东“两帆”事业奋斗了近三十年的教练员的回答掷地有声:“是‘拼争’,全运当前,强敌环绕,我们只能拼每一时每一刻,争每一分每一秒,目前全队都是这种状态。”

陈占营表示,水翼风筝板很有希望成为十四运山东军团新的金牌增长点,今年冬训中心给队伍配备了教练艇等设置,全力保持张浩然在男子方面的领先地位。而在女子方面,福建队的陈静乐是国内最早开始从事风筝板训练的女子运动员,因此目前还无人能够撼动她的地位。陈占营语气坚定地告诉记者,虽然对手强大,但山东队一直没有放弃追赶和学习的步伐。随着风筝板纳入队伍统一管理,各方保障更为全面到位,练好今年的冬训就是缩短与对手之间差距的最好时机。

十五年的运动员生涯,截至今年又是十五年的教练员生涯,陈占营几乎经历了省帆船帆板队每一年的在外冬训,每年能够陪伴家人的时间屈指可数。他说自己早已与帆船帆板运动建立了难以割舍的情怀,为了山东“两帆”的发展,他无怨无悔。(郭伟)



十五人制橄榄球 首进省锦标赛

12月20日,2020年“同和杯”山东省青年U18十五人制橄榄球锦标赛圆满落幕。本次比赛由省威海体育训练中心主办,省橄榄球运动协会和山东省华侨中学承办。经过激烈角逐,东道主山东省华侨中学和日照市体校分获男、女组的冠军。首届赛事的成功举行,也让我省成为全国首个将十五人制橄榄球列入省锦标赛正式比赛项目的省份,我省橄榄球运动发展又迈出了坚实一步。(郭伟 张天成)

山东省三人篮球 晋级全国总决赛

近日,随着广州站比赛落幕,2020全国三人篮球俱乐部精英赛12个分站赛全部结束,“快爱特红旗”山东省三人篮球队有9站打入八强淘汰赛,1站杀入四强,收获1个第四名、2个第五名、4个第六名,最终以总积分第六成功晋级全国总决赛,并获得以种子队身份直接参加明年精英赛的资格。(郑保军)

日照全力推进 省运会竞赛筹备工作

近日,山东省第25届运动会日照市筹办工作委员会竞赛工作会议暨单项竞委会筹备组成立大会召开。日照市筹委会首席专家对筹备工作进行专题培训指导。据了解,省运会日照市筹委会竞赛部内设机构计划设置综合处、竞赛组织处等7个职能处,先期运行3个处,并筹备成立了35个单项竞委会筹备组。目前,已制定整体工作推进表,确定了31个竞赛项目的场馆布局,拟定全部器材清单及经费预算编制,在强化场馆体育工艺指导,推进“一馆一图”编制等方面,较好地完成了年度目标任务。(金康)

体教融合一体化 走出“潍坊模式”

日前,潍坊市体教融合发展试验区 and 潍坊市少年儿童体育学校分校揭牌仪式在潍城区智群学校举行,本次揭牌标志着潍坊市体教融合工作迈出了坚实一步。2019年,潍坊市将潍城区作为全市体教融合试验区,着力构建“1+N”体教融合发展模型。“1”是潍城区体育运动学校作为一处体教融合中心校,“N”是潍城区其他传统体育项目学校在原有基础上发展多个特色项目。在“1+N”体教融合发展新模型引领下,潍城区中小学的特色体育项目逐步形成体教融合一体化发展“一校一品、一校多品”多元化态势和“多校一品、多校多品”集聚式发展新格局。(邵光远)

泰山脚下新添 冰雪文体中心

日前,山东省“中国体育彩票杯”短道速滑锦标赛在泰山冰雪文体中心开幕,标志着备受关注的泰山冰雪文体中心这一目前山东省规模最大、功能最全的室内冰雪运动场地正式落成并投入使用。该项目的建成运营,也填补了泰安市室内冰雪运动项目的空白,对于丰富该市体育旅游、活跃体育文化市场、更好开展全民健身运动再添助力。据悉,山东省第四届冬季全民健身运动会明年1月份将在这里拉开帷幕。(吴擎 靳立超)