



目前,31岁的肖棣正随国家队全力备战亚运会。 ©sports供图

特约记者 郭伟

### 践行一名老将的坚守与担当

肖棣出生于滨州市无棣县,15岁时,展露出过人体体育天赋的他被选入体校,正式与摔跤结缘。踏实、勤奋,特别能吃苦,这是历任教练对肖棣的一致评价。

2012年,肖棣在亚洲摔跤锦标赛中获得男子古典式摔跤96公斤级冠军;2013年第十二届全运会是肖棣的全运首秀,冲劲十足的他一路过关斩将登上男子古典式摔跤96公斤级的最高领奖台;2017年,第十三届全运会98公斤级古典摔跤决赛中,正值当打之年的他又以绝对优势实现了卫冕。

十四届全运会,而立之年的肖棣稳稳将古典跤130公斤级的金牌收入囊中,成就辉煌的全运三冠王,为山东体育全运四连冠做出了卓越贡献。

“只有吃得别人吃不了的苦,才能取得别人取不了的成绩”,简单朴实的一句话,就是肖棣十五年如一日奋斗跤场的信条。

采访中肖棣直言,十四运后他确实有过转型的想法,但是鉴于自己的身体状况和心态都保持得不错,中心领导和教练也希望他能够继续在运动员岗位上发光发热,加之他对摔

跤项目难以割舍的情感,都让他觉得自己还有能力和信心再拼一把。

而来自家庭的支持最终坚定了肖棣的决心。“一直以来,家人都非常支持我的事业。他们知道我还舍不得离开热爱的摔跤,因此这一次他们同样对我的选择表示了理解和鼓励。”

他说,如今女儿开始懂事,他想让她看到在赛场上全力拼搏的自己,以父亲的角色为她未来的人生做最好的榜样。

### 追寻一个未尽的目标与梦想

相对于全运会三连冠的意气风发,肖棣的亚运会经历则略显坎坷。

2014年韩国仁川,首次参赛亚运会的肖棣一路过关斩将闯进决赛,但最终不敌伊朗名将马赫迪。

2018年印尼雅加达亚运会,正值当打之年的肖棣再度杀回决赛的跤场。可惜的是,比赛最后被韩国选手赵孝哲逆转,以一分之差再度屈居亚军。

忆起第二次亚运会经历,肖棣感慨颇多:“当时只是奔着前三名的打算去参赛,并未坚定地树立争夺冠军的目标,再加上当时在心智上还不够成熟,因此导致在比分领先的情况下没有一颗强大的心去掌控比赛。”

连续两届亚运会闯入决赛,却均与冠军擦身而过,用肖棣的话说是幸运又遗憾。不过,这让他的心境获得了成长与蜕变,同样也让他对即将到来的杭州亚运会充满战意。

据悉,今年全国锦标赛的冠军将确保获得一个亚运会的参赛资格,另外的名额会根据运动员平时的训练表现,由国家队教练组商议决定。

“杭州亚运会既是在家门口作战,也有可能是我运动员生涯中最后一届亚运会,为此我一直在努力地保持状态。”肖棣说,目前他的首要任务就是先要确保获得一张入场券。

### 树立一个跤手的标杆和榜样

跤场摸爬滚打十五年,肖棣很清楚如何让自己始终保持出色的竞技状态。

“目前我的备战情况还算理想,虽有一些伤病困扰,但我相信我们强大的科医团队,他们一直在积极地帮助我。”肖棣表示,年龄增长之后,他深刻认识到体能和康复训练的重要性。

为了对抗岁月的“侵袭”,身体技能的下降,肖棣在训练中必须要比年轻运动员付出更多,并且之后还需要更长的时间进行调整和恢复。

但只要踏上跤场,他训练的质与量就是队里的标杆,极

致的自律让他从未对痛苦、疲劳有过丝毫的妥协。

作为一名荣誉满身的老将和一名优秀的共产党员,如今的肖棣除了要做好自己,还在队伍中积极承担起影响和引领年轻运动员的作用。

今年是山东的省运会年,一批怀揣梦想的摔跤少年们即将迎来生涯中的第一场大考。采访中,肖棣也给这些师弟师妹们送上了自己所感悟出的“摔跤箴言”：“千钧之力,聚于涓埃。”

想要成为一直被裁判举起手臂享受最后胜利的跤手,就要在思想上具备争分夺秒的紧迫感、不等不靠的主动性、争先恐后的进取心以及迎难而上的勇气。

就摔跤项目而言,体能和技术二者相辅相成。肖棣还特别嘱咐年轻队员,一定要在练好项目的同时不落下文化课学习,因为一个高水平、高素质的运动员,必须要有文化成绩做支撑。

采访最后,被问及未来退役后是否会有转型从教的打算,肖棣直言:“既然当下还是在役运动员,就先不考虑赛场之外的事。我现在只想去争取更好的运动成绩,全力以赴为我所在的集体赢得荣誉!”

岁月从不败拼搏,初心不改,老将不老。只要踏上跤场,就能看到一个个百分百投入的肖棣。

# 跤场『老男孩』再启新征程

## 老将肖棣功成身不退,继续坚守摔跤赛场

### 亚运会围棋选拔 我省范廷钰脱颖而出

4月20日,2022年杭州亚运会中国围棋队选拔赛在浙江衢州结束,我省棋手范廷钰在选拔赛中表现出色,成功获得亚运会参赛资格。据了解,2010年广州亚运会,围棋首次进入亚运会赛事项目序列,但之后仁川、雅加达两届亚运会都不设置围棋项目。2022年杭州亚运会,围棋重回亚运会大家庭,设置男子团体、女子团体和男子个人共3个小项。(吴迪)

### 山东省62名运动员 获本科保送推荐

近日,国家体育总局科教司发布《关于2022年优秀运动员本科保送推荐名单的公示》,全国有873名运动员在本年度通过审核,获得保送上大学的推荐资格。我省包括奥运冠军孙梦雅,全运冠军胡孜怡、赵郁菲、鲁诗雨,亚运冠军张明煜等62人榜上有名。(宫尚文 张希波)

### 第十四届“百千万三大赛” 5月启动

记者从省体育总会获悉,山东省第十四届“百县篮球、千乡乒乓球、万人象棋三大赛”将于5月开赛。其中,8月底前,各地自下而上根据各自实际组织举办县级初赛和市级预赛;9月至10月,将举办省级总决赛,并根据疫情防控形势合理确定具体时间和地点。今年赛事举办的重要意义在于,突出“强国复兴有我”主题,在为广大群众持续提供丰富多彩的全民健身赛事活动,不断满足人民群众对美好生活的向往的同时,引导带动全社会进一步振奋精神、凝聚力量,坚定听党话、跟党走信心和决心,为喜迎党的二十大胜利召开积极营造深厚热烈的社会氛围。(李开锋)

### 省排管中心趣味 运动会调心态促备战

4月23日下午,省排球运动管理中心组织举办了首届趣味运动会。本次趣味运动会共设4个项目,分别是双人持球对垫、四人五足、九宫格、转圈发球区域对抗。省排管中心室内排球项目总教练安家杰透露,本次运动会所设4个项目,一部分跟平时各支队伍做准备活动时的趣味运动相像,另一部分则是根据队员提议设置的。不仅发挥了队员的创造思维,也极大满足了他们的参与感。(宫尚文)

### 省轮滑协会 举办培训班促规范化

日前,2022年山东省等级教练员、裁判员晋级培训班暨山东省轮滑裁判员年审培训班在线上举办。来自全省各地的120名学员参加本次培训,各市轮滑协会和俱乐部的部分教练员也借此机会积极参与。此次培训旨在贯彻落实《“十四五”职业技能培训规划》精神,通过高质量培训,进一步提高山东省轮滑裁判员执裁和教练员教学的业务水平,加强轮滑裁判员和教练员建设和管理,推动轮滑运动的大众普及和规范化发展。(李洁 张洪杰)



扫码下载齐鲁壹点  
找记者 上壹点