



散打训练场内,汗流浹背,他们仍然坚持训练。



▲训练中途休息时,学员们在缠散打绷带。



▲汗水浸湿了衣服。



▲教练在指导训练,脸上挂满汗珠,像是刚洗完脸。

滨州市体育运动学校的小将们

# 吃得苦中苦 方为人上人

文/片 本报记者 张凯 吝海滨 本报通讯员 王文洋

26日上午,晴,当天气温最高34℃,滨州市体育运动学校的训练场地上地面温度约40℃,训练场上热气腾腾。

“加速,加速,冲刺!”一群身着短裤背心的小伙子在跑道上疾驰而过,训练场边不时传出教练的指令。“训练从早上五点半开始,上午四个小时,下午从三点半开始到五点半结束。”田柔管理中心主任刘勇介绍,只要没有特殊天气,运动员们都要按时训练。“成绩光鲜,但必须用汗水浇筑。”一教练感慨说,“这就是所谓的冬练三九,夏练三伏。”

进入散打训练场,头顶三十余支日光灯让场内闷热无比,尽管没有运动,但不到五分钟记者全身被汗水湿透。10月,山东省散打冠军赛即将开赛,“目前我们有几个孩子有希望夺冠。”散打教练王子岳说,现在全队共有70人,经过训练,他们一部分将进入省一级专业队,一部分将进入大学深造,“不论哪条路,都需要加倍的努力。”

8月10日,全省田径锦标赛即将开始。为备战,运动员们都卯足了劲。近

期的连日高温,几个刚入队的小队员在训练出现中暑现象,为解决此问题,体校一天不限量提供桶装矿泉水,同时备足了运动饮料,避开中午下午高温时段。

“训练挺苦的。”19岁的运动员尚军超告诉记者,任何成绩的取得都需要付出,运动员的成绩和其他行业一样都是用汗水和智慧铸成的。“吃得苦上苦,才能成为人上人。”一小运动员坚毅地说。

体校办公室工作人员介绍,目前体校共有在校学生1000余人,开设有柔道、摔跤、举重、射击、跆拳道、乒乓球、篮球、田径、足球、拳击、皮划艇共11个奥运项目,武术、散手两个非奥运项目。学员年龄最大19岁,最小13岁,主要来自滨州各县区。

山东省第22届运动会,滨州市运动员在设置的六个综合奖项中,夺得两个第六,四个第七,创造了滨州参加省运会以来的历史最好成绩。

2002年以来,滨州籍运动员在国际比赛中获45枚金牌,在全国比赛中获95枚金牌,在全省比赛中获526.72枚金牌。



▲夏日高温,训练场室内温度更高。因为高强度训练,汗水已经完全把衣服打湿。



▲市体育运动学校训练场上,运动员在练习跨栏。



▲天气很热,小运动员们仍在坚持训练。