



散打训练场内，汗流浃背，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 岑海滨 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，头顶三十多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

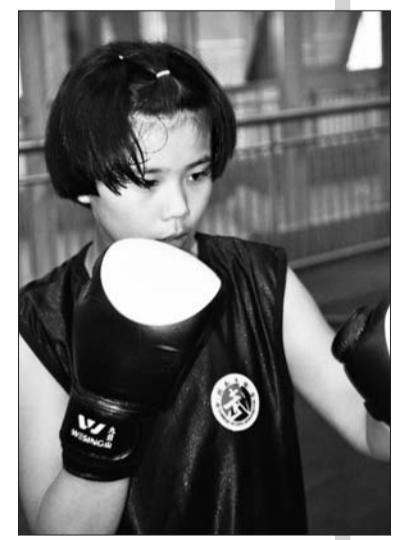
期的连日高温，几个刚入队的小队员在训练中出现中暑现象，为解决此问题，体校一天不限量提供桶装矿泉水，同时备足了运动饮料，避开中午下午高温时段。

“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。“吃得苦中苦，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、散打两个非奥运项目，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。