



征战全国锦标赛 我省健儿创佳绩

◆田径 刘诗颖超水平发挥

9月18日晚,2020年全国田径锦标赛在浙江绍兴上虞落下帷幕,我省选手在为期四天的比赛中共斩获3金6银6铜,奖牌数居全国首位。我省健儿在女子标枪、男子十项全能和男子铁饼项目中分别斩获金牌,并在女子标枪项目中收获今年世界第二好成绩。

作为今年唯一一场全国性场地田径赛事,今年的田径锦标赛成为检验各省田径选手训练成果、为两运练兵的宝贵机会。赛事共吸引了来自全国32支代表队的685名田径运动员参加,设置了除竞走、马拉松以外的全部奥运项目,男女各21项、男女混合1项,共计43项。

我省共派出59名运动员参赛,在首个比赛日中,标枪名将刘诗颖就以67.29米的成绩夺得女子标枪决赛的冠军。值得一提的是,这一成绩不仅是刘诗颖的个人最好成绩,也是今年的世界第二好成绩。此后,我省十三运男子十项全能冠军郭奇宝刀不老,凭借稳定的发挥摘得了本次锦标赛的金牌,男子铁饼选手孙世辰以58.40米的成绩夺得冠军。此外,我省男子撑竿跳高选手张伟、女子跳高选手张春露、男子5000米选手戚振飞、女子5000米选手王文斐、女子铁饼选手冯彬以及男子4×400米接力四位运动员分获各自项目银牌,男子撑竿跳高小将宋昊阳、女子



山东队选手刘诗颖在夺冠后庆祝。新华社发

10000米选手赵艳丽、女子400米选手程冲、女子1500米选手王文斐、男子跳高选手孙钊及混合4×400米接力项目分获铜牌。

在女子标枪赛场,我省刘诗颖第一枪就掷出了65.08米的较好成绩,此后又分别掷出63.47米、60.20米、61.14米、64.39米,而她的国家队队友吕会会在第五掷掷出了65.70米后暂居第一位。关键的最后一投,刘诗颖奋力一掷以67.29米实现反超,夺得冠军。赛后,刘诗颖表示,这场比赛主要是想检验今年冬训的效果,“没给自己定什么目标,最

后一掷前,就想到自己总是被别人绝杀,为什么就不能绝杀别人?最后我做到了,所以非常高兴”。刘诗颖也坦言,虽然拿到了冠军,但整个比赛过程中,自己还有很多瑕疵,需要回去继续进行针对性的训练,进一步提高自己。“以创造个人最好成绩夺冠的方式无疑是对我前一阶段刻苦训练的最好回报,本次比赛检验了之前的训练成果,无论技术还是心理诗颖都把控得特别好。”

十项全能项目的角逐对运动员的综合能力要求较高,在本次赛事男子十项全能的前五

个比赛项目中,我省老将郭奇以3778分的得分暂列第四位。此后的铁饼比赛中,郭奇掷出39.56米获得656分位列单项第一名,随后撑竿跳高项目中,郭奇又以4.80米的高度再获849分。比赛前三单元、八个项目结束后,郭奇实现反超,成功跻身总分排名的首位。随着标枪和1500米的比赛落下帷幕,郭奇最终以7405分的总得分摘得今年田径锦标赛男子十项全能项目的冠军,江苏队的胡雨飞得到7313分获得亚军,来自湖北队的选手宫克威以7217分的总成绩获得季军。

山东体育

**山东女子手球队
全国锦标赛获亚军**

9月26日,2020年“体彩杯”全国男女手球锦标赛室内手球比赛女子组的争夺在重庆万州落下帷幕。山东女子手球队的姑娘们在比赛中敢打敢拼、团结协作,在体能测试中全力以赴,最终收获了比赛的亚军。继2019年获得该赛事亚军后,山东女手连续两年杀入年度最高水平赛事的决赛,创造了建队以来的历史。

(郭伟 赵斐)

**我省成立
体能康复协会**

近日,山东省体能康复协会在济南成立。协会将整合我省及国内外体能、康复发展领域的知名专家学者及优质社会资源,搭建多学科融合研究平台,促进体能康复标准化课程体系的制订及推广应用,培养不同应用领域的体能康复专业人才;要倾力打造服务型、保障型、创新型精英团队,勇于探索新时代体能康复的科学化、系统化路径,使协会各项工作干在实处、走在前列、勇立潮头,为山东竞技体育发展插上腾飞的翅膀。

(宫尚文)

**省国民体质监测中心
进社区获点赞**

近日,省体育局群众体育处、省体育科学研究中心联合在济南市鲁商凤凰城社区开展体质测试“进社区”公益体测活动。省国民体质监测中心的健身专家们为社区居民带去了健康福利。此次体质测试以“测体质送健康”为主题,以“送服务上门”的方式,来到群众身边,旨在为群众测试体质,宣传科学健身知识,指导群众科学健身,提升群众身体健康水平,助力健康山东建设。

(李洁)

**我省体能教练员
第五期培训班开班**

近日,山东省第五期体能教练员培训班在省教练员学院开班。据悉,本次培训班首次对地市“敞开怀抱”,允许地市派优秀退役运动员参加。我省于2012年举办了首期体能教练员培训班,在首期培训班取得圆满成功和实质性成果后,又开办了第二、三、四期培训班,自此,我省的体能教练员培训逐步走向精品化和品牌化。目前无论规模、课程设置以及软硬件的投入等方面,均在国内处于领先地位。

本次培训班分为入学培训和正式培训两个阶段,入学培训每单位报送人数不超过2人,正式培训计划招生30人,从通过国职考试的队员中择优录取。第一阶段的培训时间为9月21日至28日,培训内容为健身教练国家职业资格培训和考试;第二阶段培训时间是10月19日至12月31日。

培训将延续前几期“每天八小时、每周六天课”的学习强度,在纪律、管理、考核等方面坚持全面从严治的原则,并采取“严进严出、层层考核”的末位淘汰机制,力求每一位学员在结业时都能够脱胎换骨,真正胜任高水平的体能训练工作。(宫尚文 魏夫超)

◆拳击 取得近年最好成绩



山东队选手于丰铠(右)在比赛中。新华社发

9月22日,2020“洛阳家鑫杯”全国男子拳击锦标赛在洛阳市宜阳县凤凰岭生态体育文化公园结束决赛的争夺,我省男子拳击队共收获1金2银2铜,这也是我省拳击项目近年来参加全国锦标赛所获得的最好成绩。

本次赛事自9月17日开战,共进行10个级别的比拼,共吸引了来自全国各地的40支代表队、500多名拳击健儿和教练员参加比赛,本次比赛也是历届全国拳击锦标赛参赛人数最多的一次,同时,众多国家队主力选手在本次比赛中迎来今年国内的首秀,也提升了赛事的含金量。比赛还增设了五项体能测试,包括30米冲刺、垂直纵跳、卧推最大力量、背肌耐力和3000米跑等。作为本次比赛的一项新举措,各级别四分之一决赛时体能测试发挥着至关重要的作用:各级别前八名运动

员参加的五项体能测试,排名前四位的选手将直接进入四强,排名后四位的则被淘汰,这项新规也受到了参赛教练员、运动员的一致重视。中国拳击协会也希望能够通过在全国锦标赛增设体能测试比赛,来进一步推动全国教练员、运动员对体能训练的重视,提高基础体能,并实现体能训练与专项技术训练的更好结合。

我省此次共派出16名运动员参与角逐,其中我省名将、第十三届全运会冠军于丰铠一路过关斩将,在半决赛争夺中以3比2战胜河南选手韩雪振进入决赛,随后在决赛中5比0击败沈阳体育学院队选手刘太森,斩获91公斤级冠军。而我省另外两名进入决赛的队员——57公斤级吴宇峰和81公斤级王金祥,则分别在决赛中不敌安徽选手王龙和代表江苏出战的国家队选手陈大祥,收获各自

级别的亚军。此外,来自我省的60公斤级选手张泽和63公斤级选手王天淇则分获第三名,另外还有4名队员收获第五名。赛后,省拳跆中心主任李湧表示:本次比赛我省参赛选手整体表现有所进步,尤其是年轻队员拼劲十足,发挥出了应有的水

◆竞走 泰山脚下创佳绩



9月20日,为期两天的2020年“海尔斯杯”全国竞走锦标赛在泰安落幕。山东竞走队收获1金2银2铜。

全国竞走锦标赛是今年第二场全国性的竞走赛事,作为全国田径单项顶级赛事首次在泰安举办,吸引了来自全国23个省、自治区、直辖市的316名运动员参加,比赛赛道设置在泰山西湖景区石腊河路,共设置男、女青年组10公里竞走,男、女青年组10公里竞走团体,男、女成年组10公里竞走团体,男、女成年

组20公里竞走,男、女成年组20公里竞走团体,男子青年组30公里竞走以及男子成年组50公里竞走十个项目。

经过激烈角逐,我省竞走队共收获一枚银牌和两枚铜牌。其中,我省选手王瑞以3小时55分48秒的成绩收获男子成年组50公里竞走亚军,朱立洲以40分40秒的成绩收获男子青年组10公里竞走季军,此外,我省选手还获得男子20公里竞走团体第三名。(综文)