

2012 倫敦奧運會

倒數
13天



中國運動員實力透視之⑦

「水軍」谷底反彈 衝金牌

衝金牌



◀孫楊在400米及1500米自由泳都有奪金實力

奧運會游泳比賽設有32枚金牌，是僅次於田徑項目的第二大項，因此，奧運會一直有「得田徑和游泳者得天下」之說。中國游泳隊在奧運歷史上曾經取得過輝煌的成績。1992年巴塞羅那奧運，中國游泳隊共取得了4金4銀的成績，其中莊泳、錢紅、林莉、楊文意及王曉紅被稱為中國泳壇的「五朵金花」。然而，巴塞羅那奧運後，中國游泳爆出「興奮劑」事件，隨即由盛轉衰，在此後的幾屆奧運中，中國隊戰績並不理想，甚至在2000年悉尼奧運游泳項目金牌顆粒無收。上屆北京奧運，主場作戰的中國游泳隊也僅僅由劉子歌在女子200米蝶泳比賽中獲得唯一一枚金牌。4年後，中國游泳隊臥薪嘗膽，渴望在倫敦走出低谷，取得大捷。

本報特約記者 史玄之

得償所願 孫楊可圓奧運金牌夢

在去年摘得上海游泳世錦賽男子1500米自由泳金牌後，孫楊自信地表示希望在倫敦奧運上獲得2枚金牌。孫楊的願望並非誇下海口，從去年到今年一系列的比賽，孫楊在男子400米自由泳和1500米自由泳兩個項目中戰無敵手，兩項成績都排名今年世界第一。在倫敦奧運上，如果孫楊能夠正常發揮自己平時的訓練水平，摘得2枚金牌的可能性很大。

從目前的形勢分析，孫楊在1500米自由泳這個項目上的競爭對手並不多。該項目的前世界冠軍、突尼斯選手邁努利狀態已過巔峰期，況且他的最好成績也與孫楊相差甚遠。如果孫楊能夠合理地調整自己在奧運的體力和心理狀態，拿下這枚金牌並無懸念。

400米火併朴泰桓

在400米自由泳這個項目中，孫楊將面對自己的最大對手韓國名將朴泰桓。朴泰桓是中國男子游泳的老對手，北京奧運上，朴泰桓在決賽戰勝了東道主的張琳，獲得金牌。孫楊此前與朴泰桓在400米自由泳的正面對壘亦兩戰全敗，2010年的廣州亞運會上，孫楊在決賽不敵朴泰桓僅得銀牌；去年的世錦賽上，賽前奪冠呼聲很高的孫楊在預賽中排名首位，朴泰桓排名靠後，這使他在決賽中分到了邊道。決賽中，孫楊始終無法看到朴泰桓的位置，對場面的把控不利，最終讓孫楊以微弱的差距負於朴泰桓，屈居亞軍。

雖然孫楊在往績中處於劣勢，但朴泰桓的內心依然對孫楊有所忌憚。尤其是孫楊近幾年在400米成績上的突飛猛進，讓朴泰桓感受到了不小壓力，他甚至表示今後要向更短距離的項目發展，以迴避孫楊的鋒芒。

澳洲特訓提高衝刺力

孫楊的強項是耐力驚人，據其母親介紹，孫楊在去年世錦賽游完1500米後，體內的乳酸蓄積並不多，這說明他仍有進步的空間。然而，孫楊並不滿足於只作長距離自由泳之王，他將自己的目標放在了中短距離自由泳比賽中。

在今年4月參加完全國游泳冠軍賽後，孫楊跟隨教練朱志根遠赴澳洲進行特訓。在澳洲，孫楊師從世界著名教練丹尼斯，進行大運動量訓練。據孫楊介紹，之前在澳洲的幾次訓練效果不錯，為自己的體能儲備打下了很好的基礎。此次赴澳洲訓練，主要是想提高自己在短距離的衝刺能力，增加在400米自由泳比賽的爭勝本錢。

心態或是成敗關鍵

雖然孫楊的實力毋庸置疑，但他畢竟是一位只有21歲的小將，又是首次參加奧運比賽，心理抗壓能力需經考驗。對於孫楊來說，如果能在倫敦獲得金牌，他將創造一個紀錄：成為首位在奧運游泳比賽獲得金牌的中國男子運動員。從另一方面來看，強烈的奪冠呼聲也會給孫楊帶來一些壓力，因此，以什麼樣的心態來面對壓力，是孫楊必須解決的問題，這也是他倫敦能否圓夢的關鍵。



▲趙菁於去年世錦賽100米背泳決賽驚險反勝封后



▲小將辛鑫是中國隊最值得關注的新秀

孫楊爭取「零的突破」

倫敦奧運上，孫楊計劃參加男子200米、400米、1500米自由泳以及男子4×200米自由泳接力的比賽，力爭成為中國男子游泳隊首名奧運金牌得主。國家游泳隊總教練王正傑介紹，孫楊的奧運金牌目標將鎖定在400米自由泳和1500米自由泳兩個項目。從目前的情況分析，孫楊若正常發揮，獲得1500米自由泳比賽的金牌應該沒有太大問題；在對速度要求更高的男子400米自由泳比賽中，孫楊將迎接上屆冠軍朴泰桓的挑戰。從今年的成績來看，孫楊在400米和1500米自由泳兩個項目中世界排名均列第一位，很有希望能問鼎這兩個項目的冠軍。

孫楊參加男子200米比賽主要是為了能提升自己的後程衝刺速度，為400米自由泳打下基礎

但200米自由泳這個項目的奪金形勢並不樂觀，因為這個項目世界上的好手較多，美國「飛魚」菲比斯、羅切特和德國世界冠軍比德爾曼都是孫楊爭冠路上的「攔路虎」。

焦劉洋劉子歌「雙保險」

女子游泳方面，中國隊近年來湧現出了像趙菁、葉詩文、焦劉洋等天才選手，整體的競爭力比上屆奧運強出不少。去年的上海世錦賽，中國女將獲得3枚金牌，創造了10年來中國女子游泳隊的最好成績。

從重點奪金項目分析，中國隊在女子100米背泳、女子200米蝶泳、女子200米混合泳以及女子4×100米混合泳4個項目上具備奪取金牌的實力。女子100米背泳項目上，中國選手趙菁曾在去年上海世錦賽中完成大逆轉，在最後十五米反超原本領先的美國名將考琳，獲得金牌。然而，讓人略感擔憂的是，趙菁在今年全國冠軍賽所表現的狀態並不好，這有可能為她的倫敦之行蒙上一層陰影。

女子200米蝶泳中，京奧金、銀牌得主劉子歌和焦劉洋將聯手為中國隊鎖定這枚金牌。在這個項目中，東道主英國選手同樣具備強大的實力，屆時會對劉、焦二人產生一定的威脅。

女子200米混合泳中，去年上海世錦賽上，中國15歲小將葉詩文出人意料地戰勝世界各路高手奪魁，讓人對她的倫敦之行充滿了期待。葉詩文在四種泳姿中擅長蛙泳和自由泳，尤其是自由泳的衝刺能力較強。上海世錦賽時，葉詩文正是依靠自己最後五十米自由泳的奮力衝刺追上了半個多身位的差距。對於首次參加奧運的葉詩文來說，如何能夠在比賽中縮小在前兩項蝶泳和背泳的落後距離，發揮出後兩項的優勢，是她能否成功的關鍵。

接力隊硬撼美國澳洲

此外，女子4×100米自由泳接力比賽中，中國女隊將與美國隊和澳洲隊展開激烈的爭奪。從實力上分析，中國隊在蛙泳上略遜於美國隊一籌，其他三項與美國隊不相上下。要想最終奪冠，需要超水平的發揮才可。

雖然，中國游泳隊只將倫敦奧運的目標定位1至2金，但從實力分析，中國游泳隊極有可能在倫敦給國人帶來一個驚喜，獲得3枚以上的金牌。



◀劉子歌是上屆北京奧運女子200米蝶泳冠軍

特稿

泳隊小花複製「黑馬」傳奇

每屆的奧運會比賽，游泳池裡總會冒出幾匹「黑馬」。2004年雅典奧運，南非男子游泳隊在4×100米自由泳比賽中爆大冷戰勝了奪冠大熱門美國隊、澳洲隊和荷蘭隊，奪得冠軍。2008年北京奧運女子200米蝶泳比賽中，賽前名不見經傳的劉子歌出人意料地奪取冠軍，並且打破了該項目的世界紀錄。賽後，當媒體驚呼劉子歌是誰時，中國游泳隊的教練才透露，劉子歌之前在國際比賽並沒有太多驚艷的表現，只是在當年的奧運選拔賽中達到了奧運A標，才得以入選最後的奧運陣容。出人意料的是，劉子歌在奧運上一鳴驚人，從準決賽到決賽都排名第一，堪稱是中國奧運軍團的一匹「黑馬」。那麼，在倫敦奧運中，中國是否會再出現類似劉子歌的「黑馬」呢？

陸滢是下一個劉子歌

來自上海的游泳小將陸滢，就有可能在倫敦脫穎而出。早在2010年底，陸滢就代表中國參加了廣州亞運會，並獲得了女子50米蝶泳的金牌。2011年上海世錦賽，主場作戰的陸滢在女子100米蝶泳的比賽中獲得銅牌。由於世錦賽上，中國

女將成績喜人，共獲得3枚金牌，又湧現出葉詩文等小花，陸滢的這枚銅牌並沒有吸引別人的注意。然而，隨後一段時間裡，陸滢多次創造出個人的最好成績，在今年的全國游泳冠軍賽上，陸滢一人獲得了女子50米蝶泳、100米蝶泳和4×100米混合泳接力的冠軍。尤其是在100米蝶泳比賽中，陸滢擊敗了中國女子蝶泳界兩名當家花且焦劉洋和劉子歌獲得冠軍，而她游出的成績列今年世界第三。倫敦奧運上，陸滢或能複製劉子歌在上屆奧運會取得的佳績，一戰成名。

辛鑫被視為「女孫楊」

與陸滢相比，辛鑫可算是一匹不折不扣的「黑馬」。今年只有16歲的山東小將辛鑫，在今年的全國游泳冠軍賽中異軍突起，在女子800米自由泳比賽中，以8分22秒76的成績獲得冠軍，其奪冠成績名列今年世界第二。在世界泳壇，女子800米自由泳和男子1500米自由泳被稱為是泳池裡的「馬拉松」，由於孫楊是男子泳壇的「長距離之王」，辛鑫也因此被業內人士看好為「女孫楊」。辛鑫在倫敦奧運中的最強對手將是東道主名將阿德林頓，這位英國選手是上屆奧運的冠軍，在當地擁有着極高的人氣，想必這場比賽將會是一場激烈精彩的較量。



▶焦劉洋在蝶泳項目有上佳的競爭力

▲陸滢狀態不俗，有力成為「黑馬」