

名古屋亞運勇摘7金 少年張展碩 憋着勁不能輸

游泳熱話

5歲那年，張展碩第一次被爸爸帶到海邊。他在山東青島出生。爸爸覺得，海邊長大的孩子不會游泳，「說出去丟人」，於是把他送進泳池學游泳。半年後，這個剛剛學會和水打交道的小孩，在全市比賽裏拿了6枚金牌。十多年後，張展碩又開始數金牌。這一次，是在愛知・名古屋亞運會的泳池。

張展碩小檔案

出生日期	2007年5月14日
出生地	山東省青島市
身高	1米98
運動項目	游泳
本屆亞運獎牌	7金

並在一起。張展碩率先觸壁，國家隊反超奪冠。

迎着潮水般的掌聲，張展碩卻輕描淡寫地說：「因為我知道，早晚都會超過他們。」站在一旁的潘展樂笑了：「他是單項冠軍，而且手最長，每次最後一棒總有奇跡，他是『奇跡之子』。」



▲張展碩展示在本屆亞運獲得的金牌。

資料圖片

這種篤定，在張展碩身上並不少見。

男子1500米自由泳決賽前，日本選手今福和志公開放話，「要全力擊敗張展碩」。

14分42秒42，最終張展碩奪冠，領先今福和志近12秒，報了一個月前泛太平洋游泳錦標賽中不敵對手的「仇」。觸壁後，一向低調的他罕見地躍上出發台，把食指放到嘴邊，做出一個「噓」的動作，又攤開雙手。

「想贏的人臉上沒有笑容」

「今天我有不能輸的理由，也是憋着一股勁。」

他說起一句自己很喜歡的話：「我不是想贏，我只是不想輸。」想了想，他又補了一句：「對我而言，我想贏，更不想輸。」

「想贏」，或許比「奇跡」更接近張展碩。

有人問他，為什麼比賽時總顯得有些嚴肅。他的回答很簡單：「想贏的人，臉上是沒有笑容的。」

中新網

▲張展碩漸成中國游泳隊的領軍人物。資料圖片

▲張展碩年僅19歲，仍有不少進步空間。資料圖片

張展碩本屆亞運7金

項目	時間
男子200米自由泳	1分43秒49★
男子400米自由泳	3分41秒28▲
男子800米自由泳	7分42秒49▲
男子1500米自由泳	14分42秒42
男子4×100米自由泳接力	3分10秒60★
男子4×100米混合泳接力	3分27秒89
男子4×200米自由泳接力	7分00秒17★

註：★為刷新亞洲紀錄，▲為刷新亞運紀錄。

修讀復旦新聞系 越來越習慣表達

多面才華

出發台上的張展碩，總是把臉繃得很緊。可一離開泳池，他又常常顯露出19歲該有的樣子：會害羞，會玩梗，也會被一句玩笑逗笑。

兩年多前，張展碩還在躲記者。2023年全國游泳錦標賽，16歲的他連奪兩金，開始進入更多人的視野。比賽結束，記者們守在混採區想多問幾句，他朝鏡頭鞠了一躬，很快便從人群中溜走。

人跑了，潘展樂卻湊到鏡頭前，替記者喊了一句：「未來的奧運冠軍，多採訪他。」

反客為主採訪隊友

兩年後的第15屆全國運動會，比賽結束後來到混採區的張展碩不僅沒躲，還反客為主，從記者手裏接過話筒，轉身採訪起隊友，還打趣說「尊重一下我的專業好嗎？我是學新聞的」。

從被採訪的人變成提問的人，他還不忘認真強調自己的另一個身份——復旦大學新聞學院學生。

這一年，張展碩成為復旦大學新聞

學院2025級本科生。於是，泳池之外的他，多了一重頗有意思的身份：學着採訪別人，學着提問，也開始越來越習慣站在鏡頭前，表達自己。

但如果因此覺得這個新聞學院學生總是一板一眼，那就錯了。

名古屋亞運會男子800米自由泳頒獎儀式結束後，張展碩正在場邊，觀眾席突然傳來一聲：「山東王，看這裏。」

他一下笑了。隨後轉過身，朝看台揮了揮手。剛剛在泳池裏還一臉嚴肅的

冠軍，被一句玩笑輕易「破了功」。

「山東王」這個梗，也就這樣一路追到了亞運賽場。等到7金到手，他在社交媒體晒出與7枚金牌的合影，配樂選了《山東王FREESTYLE》。

青島小伙，7枚金牌，再加上一首氣勢十足的《山東王》，很快被網友視作格外適配的組合。甚至有人把這首歌稱作他的「專屬戰歌」。

泳池裏的他只想着贏。走下出發台，他又只是一個19歲的大男孩。

中新網



▲右起：張展碩、潘展樂、費立緯、徐海博攜手奪得本屆亞運男子4×200米自由泳接力金牌。資料圖片

蓄勢待發

張展碩給自己的這次亞運會打了85分，「差一步完美」。

對一個首次參加亞運會、已經把7枚金牌掛在胸前的年輕人來說，這個分數多少有些苛刻。

本屆亞運會，他參加的4個單項全部刷新個人最好成績並多次打破紀錄，唯一沒有站上頒獎台的100米自由泳，他排名第4。

轉身技術待改進

7金之外，他看到的仍是差距，他特意提到了一個細節——轉身，「技術和能力仍有差距，尤其要練好轉身。」

張展碩很少把一場勝利當作終點。

2024年多哈世錦賽，他第一次參加成年組世界大賽，就隨國家隊拿下男子4×200米自由泳接力冠軍。第一次成為世界冠軍，他說自己是「抱住隊友們的大腿」，緊接着又提醒自己，「不能浮躁」。

那時，他還是一個擔心自己是否會「拖隊友後腿」的接力小將。兩年多後，從200米到400米、800米，再到1500米，他已經把自己的距離越來越長；接力賽裏，他也一次次被放到最後一棒，成了隊友口中重任在肩的「奇跡之子」。

項目越來越多，速度越來越快，他衡量自己的那把尺子，也在不斷往前移。7枚亞運金牌到了這位復旦大學在讀生這裏，只是一場「期中考」，「我的目標是奧運會」。

在男子400米自由泳決賽中，他已經把個人最好成績推進到3分41秒區間，與世界紀錄之間的距離越來越近。談到未來，他沒有繞彎子：要去衝擊。

張展碩給自己的下一道題，總比剛剛完成的那一道更難。鮮花和掌聲之後，他選擇孤身一人再次躍入泳池，與浪花作伴。

5歲時，他要游到的，只是泳池另一頭。19歲，他望向的，已是更遠的水域。

「2028年見。」

中新網

摔跤世錦賽中國隊再獲兩金

【大公報訊】據新華社報道：世界摔跤聯合會官網消息，當地時間29日，2026年世界摔跤錦標賽在哈薩克斯坦阿斯塔納繼續進行，中國選手龍佳和李澤露分獲女子自由式摔跤68公斤級和72公斤級冠軍，為中國隊再添兩金。

女子68公斤級決賽中，龍佳以4：3戰勝吉爾吉斯斯坦名將茹馬納扎羅娃。後者曾奪得世錦賽冠軍，並在東京、巴黎兩屆奧運會上獲得獎牌。比賽中，雙方在首局展開激烈爭奪，龍佳在一次連續攻防中取得4：3的領先優勢。第二局雙方均未能得分，龍佳最終守住勝果，奪得金牌。

龍佳李澤露先後折桂

這是龍佳第二次奪得成年組世錦賽冠軍。2024年，她獲得非奧運級別世錦賽65公斤級金牌；2025年轉戰68公斤

級後，她收穫世錦賽銅牌。今年，龍佳在亞錦賽上升至72公斤級參賽並奪冠，還在愛知，名古屋亞運會上獲得68公斤級銅牌。

女子72公斤級決賽中，李澤露以4：3逆轉戰勝波蘭選手喬盧伊。首局，李澤露以1：2落後。第二局，她先是將比分追至2：2，隨後抓住機會完成抱摔，以4：2反超。儘管對手在最後時刻追回1分，李澤露仍將領先優勢保持到終場，奪得個人首枚成年組世錦賽金牌。

72公斤級屬於非奧運級別。去年，李澤露在世錦賽上奪得該級別銅牌，此次成功實現突破。

加上此前洪可新獲得的57公斤級金牌和馮紫琪（50公斤級）、馮泳欣（65公斤級）的銅牌，中國女子自由式摔跤隊已在本屆世錦賽上收穫3金2銅。



▲中國選手龍佳（左）與吉爾吉斯斯坦選手茹馬納扎羅娃在比賽中角力。新華社



▲女子68公斤級冠軍龍佳在頒獎儀式上。新華社
▲女子72公斤級冠軍李澤露在頒獎儀式上。新華社