



董棟以一面銀牌，為自己的奧運征程畫上圓滿句號。 新華社



董棟對自己的奧運告別演出感到很高興。 法新社

1金2銀1銅 四征奧運收穫豐

蹦床傳奇董棟圓滿謝幕



在決賽中，董棟以一套精彩的動作拿得高分。 新華社

東奧男子蹦床(港稱彈床)決賽於昨日上演，結果國家隊老将董棟以61.235分不敵白俄羅斯選手伊萬拿下銀牌。賽後，這位中國奧運「四朝元老」宣布退役，雖然未能以一面金牌作結，但四次征戰奧運收穫1金2銀1銅的董棟，仍以「圓滿」來形容自己多年的職業生涯。

●香港文匯報記者 楊浩然

出生於1989年4月13日，現年32歲的董棟5歲開始練習體操，直到13歲才轉練蹦床。2008年北京奧運，年僅19歲的董棟以一面銅牌開啟自己的蹦床奧運之旅；2012年倫敦奧運，23歲的董棟更首次站上奧運最高領獎台，迎來職業生涯巔峰；4年後，董棟在里約奧運屈居亞軍遺憾離開賽場。然而，年紀漸長的他卻未有放棄，更努力練習希望在東奧為職業生涯畫上圓滿句號，董棟之前表示：「我覺得自己還是一個戰士，仍有能力繼續戰鬥下去。高強度訓練是痛苦的，年復一年，日復一日，但不管有多苦，我都告訴自己一定要堅持下來。心中有理想，腳下有力量，為了國家的榮譽，再大的困難我也能克服。」

頂住壓力全力拚

昨日比賽，另一中國選手高磊於預賽出現失誤最終排第14位未能殺入決賽，奪冠壓力一瞬間全壓在董棟身上。在決賽，第4位出場的董棟以一套完美的動作得到61.235分領先，直至最後一名選手出場前也處於領先位置，只是白俄羅斯選手伊萬最終獲得61.715分，以微弱優勢奪得冠軍。賽後，伊萬本人也直言對超越董棟感到難以置信：「我沒看到董棟做動作，只想著自己的動作要怎做，但看到董棟的得分後，我就想不可能超過他了，能得到銀牌已是極限，沒想到自己能得到金牌，真的不可思議。」

董棟賽後表示，對拿銀牌尚算滿意：「我已經非常滿意了，如果給自己打分我會打200分，因為比賽確實很不容易，尤其我們在預賽時隊友高磊出現了一些狀況，本來我們是兩員大將來衝金的，最後進入決賽卻只有我一個，我覺得壓力還是非常大。但既然是這麼一個情況，我覺得我就要擔起這擔子，盡全力去拚。」

最大意義在過程

同時間，董棟也宣布了決定退役。談到自己的蹦床生涯，董棟表示可以用「圓滿」來形容：「2008年我想的是結果，但過程沒做好。2008年後的經驗，是盡全力把過程做好，結果就是順其自然。可能有人會覺得4屆4金才算圓滿，但世間哪有這麼便宜的事，所有都稱心如意。關鍵在於過程中，我成長了、成熟了，這是最大的意義。」

作為自己出戰的最後一屆奧運，被問到想對身邊人說什麼時，董棟說：「首先感謝舉國體制的培養，感謝領導教練以及我的團隊對我的幫助，還有我的家人和朋友對我的支持。可以說4屆奧運會，也蠻不容易的。蟬聯一枚銀牌，我現在這個情緒並不是沒有奪得金牌而遺憾，而是覺得確實這麼多年大家為我付出了很多，我很感動也很感激。謝謝！」

董棟小檔案

1989年4月13日	出生於河南省鄭州市
2005年	被選入國家蹦床隊
主要成績	
2008年	北京奧運會男子蹦床比賽銅牌
2009年	蹦床世錦賽男子網上個人冠軍，團體冠軍
2012年	倫敦奧運會男子蹦床比賽金牌
2016年	里約奧運會男子蹦床比賽銀牌
2018年	雅加達亞運會男子蹦床比賽金牌
2021年	東京奧運會男子蹦床比賽銀牌

奧運獻新「游」男女同競泳 國家健兒合力摘銀

(左起)徐嘉余、閔子貝、張雨霏和楊浚瑄摘下奧運史上首面男女混合泳接力銀牌。 新華社



香港文匯報訊(記者 楊浩然)東奧游泳項目昨日踏入新里程碑，首度納入奧運比賽的男女4×100米混合泳接力誕生史上首面金銀銅牌，由徐嘉余、閔子貝、張雨霏和楊浚瑄組成的國家隊組合游出3分38秒86，拿下銀牌。

2015年喀山世錦賽，男女4×100混合泳接力首次出現於國際長池大賽，規則為4位泳手先後出戰背泳、蛙泳、蝶泳和自由泳，每隊必須派出兩男兩女出賽，同時可各選出戰的項目，意味著男女泳將可在同一項目較技。賽事今年首次被納入奧運賽程，國家隊派出了徐嘉余(背泳)、閔子貝(蛙泳)、張雨霏(蝶泳)和楊浚瑄(自由泳)出戰。泳手們也對比賽顯得甚有新鮮感，負責第三棒的張雨霏便驚嘆：「游着游着就感到旁

邊「東西」嘩地就過去了，我心想怎麼可能來了個人！」原來那是英國男泳手蓋伊，感受到男泳將壓迫感的中國「蝶后」直言，自己只能靠着信念才能撐了下來。

閔子貝哽咽：離冠軍最近一次

由於隊員來自不同組別，為出戰接力賽必須犧牲各自的訓練時間去磨合。正因為團隊精神，閔子貝賽後受訪時一度哽咽：「感覺很遺憾，沒有讓我教練嚐到金牌滋味，如果我今天能更好的發揮，我覺得後面兩棒可更快一些，這可能是我離冠軍最近的一次。」英國隊以3分37秒58成績，打破國家隊2020年全國游泳冠軍賽創下的3分38秒41世界紀錄奪得金牌。

鍾伯光專欄

中國香港進佔奧運版圖

在新冠疫情困擾和沒有現場觀眾下的東京奧運會，中國香港隊健兒都為全港市民帶來震撼性的驚喜，先有參與男子花劍的張家朗，在沒背負太大期望和比賽包袱下殺入4強繼而晉身決賽，最終更把對手擊倒而為中國香港隊奪得奧運第二金。張家朗這面突如其來、並連他自己也不相信會奪得的金牌，即時喚醒了全港市民，尤其青少年，讓他們知道個人的夢想在不斷堅持和不懈的努力下是有成真的一天。

張家朗的震撼性成就，也為港帶來一股劍擊熱潮，全港劍擊教練立即收到無數要求學習劍擊的查詢和報名，就像李麗珊在1996年取得滑浪風帆金牌後也是吸引了大批青少年學滑浪風帆。繼張家朗在今屆奧運會為中國香港隊進佔獎牌榜版圖後，女飛魚何詩蓓在被一致看好下，亦為港隊改寫紀錄，實現同屆奧運取得超過一面獎牌、港將個人同屆奧運取得超過一面獎牌的成績。

相對張家朗的劍擊要跟對手直接交

鋒比拚，對手表現也影響着自己的相應發揮，何詩蓓的游泳則主要視乎自己本身的水平、臨場體能和心理狀態，受對手影響較為輕微。何詩蓓結果在200米和100米自由泳中發揮出她最佳水準，取得兩面銀牌，對她來說，也實現了她從小訂下要游入奧運決賽的夢想和目標。由早期泳手滿足於取得奧運A標資格到何詩蓓真正站上奧運領獎台的一刻，也喚醒市民這個看似不可能實現的夢想也真的可以實現。

在之後的比賽，無論李慧詩和劉慕裳發揮得如何，她們已經得到廣大市民的支持和愛戴，包括每位有份參與今屆奧運的中國香港隊健兒，他們的付出，是成就中國香港在奧運版圖上建立了新地位的英雄。

●浸會大學體育、運動及健康學系教授 鍾伯光



呂小軍奪得男子81公斤級舉重冠軍。 新華社



盧雲秀摘下女子帆板RS:X級比賽金牌。 法新社

中國隊昨進兩金 鞏立姣今衝冠

香港文匯報訊(記者 楊浩然)中國奧運代表團昨日東奧再添兩金，金牌數達到21面，在獎牌榜大幅領先。今天則會產生25面金牌，國家隊在鉛球、體操、羽毛球、跳水等項目皆有望爭金牌。

昨天在帆船賽場，中國選手盧雲秀在女子帆板RS:X級獎牌賽勝出，這位24歲選手賽後予人如釋重負的感覺：「非常感謝我的團隊，我們真的做到了，所有人的付出在這一時刻被證明都是值得的。」

昨日另一金牌來自男子81公斤級舉重，呂小軍做出抓舉170公斤、挺舉204公斤，總成績374公斤，在3項皆破奧運紀錄下奪得代表團今屆第21金，亦讓中國大力士包攬參賽級別的金牌。據中新社報道，呂小軍奪冠後非常淡定，並坦言有些遺憾，「我還在等待2016年里約奧運會冠軍，等待國際奧委會的決定。」上屆奧運，他因體重劣勢屈居亞軍，當時奪冠的哈薩克斯坦選手拉希莫夫被查出涉嫌興奮劑違規，若對手沒被剝奪金牌，呂小軍便實現奧運3連冠。昨晚羽毛球男雙決賽，國家隊組合李俊慧/劉雨辰以局數0:2不敵中國台北組合李洋/王齊麟，取得銀牌。

今天中國軍團將兵分多路衝金。體操項目，

差點在男子全能賽贏得金牌的肖若騰，下午約5時出戰自由體操決賽；孫焯輝將於約6時出戰男子鞍馬決賽，范憶琳、蘆玉菲則在約7時許於女子高低槓爭獎牌。田徑方面，2008年京奧銅牌及2012年奧運銀牌得主鞏立姣，今早將出戰女子鉛球決賽，她和宋佳媛在日前預賽包辦了前兩名。蘇炳添昨晚在男子100米預賽跑出10秒05，追平日本選手山縣亮太的亞洲選手奧運最好成績，以小組第2進入24強準決賽；男子百米決賽將於今晚約8時半上演。

跳水「雙保險」爭標

跳水賽場，今日下午約2時將進行女子3米板決賽，國家隊派出女子雙人3米板金牌得主王涵和施廷懋組合「雙保險」，兩人於昨日預賽也包攬頭兩名晉級。今早在游泳館，吳卿風將出戰女子50米自由泳決賽；女子4×100米混合泳接力賽和男子4×100米混合泳接力，國家隊也殺入了決賽，且看能否再創佳績。羽毛球今晚8時許上演女單決賽，國家隊的陳雨菲昨日準決賽以2:1擊敗隊友何冰嬌，將與中國台北的戴資穎爭冠軍。



鞏立姣在女子鉛球預賽，以第1名身份躋身決賽。 新華社