



32歲老將四戰「五環賽場」為中國田壇奪奧運首金

# 鞏立姣鉛球封后：

# 人一定要有夢想



中新社

香港文匯報訊（記者 任芳韻 北京報道）19.95米，19.98米，19.60米，20.53米，20.58米……每一投都在刷新着紀錄。東京奧運會女子鉛球決賽，鞏立姣以20米58的成績奪冠，刷新了今年世界最好成績，拿下中國奧運歷史上的首枚田賽項目金牌，更成就了個人的大滿貫。這位32歲的老將喜極而泣，淚灑賽場，身披國旗高喊着中國必勝。「人一定要有夢想，萬一哪天實現了呢，我實現了！」她稱這一刻已經等了21年，並表態「只要祖國需要，就不會退役，一直練下去。」



●舉球、牽引、投擲，鞏立姣不斷刷新紀錄。新華社

連續刷新個人最好成績，鞏立姣此役的表現堪稱完美。出場時鞏立姣便手指胸前國旗，第5投後更是面對着鏡頭大聲喊出「CHINA牛！」，並用雙手比讚！引起網友熱議，網友們則表示：致敬奧運「四朝元老」，你最牛！

### 里約失敗後再站起

鞏立姣1989年出生於河北省石家莊，2001年進入石家莊市體育運動學校，師從范煥文教練，開啟了專業鉛球訓練。3年後進入了河北省田徑隊，在前國手李梅素的親自指導下，進步神速。此前參加過2008年、2012年和2016年三屆奧運會，分別在北京奧運會和倫敦奧運會摘得銅牌和銀牌。里約奧運會上，賽前被認為是奪冠最大熱門的鞏立姣在決賽中發

揮失常，僅獲得第4名。里約奧運會後，鞏立姣自2018年3月以來已在田徑世錦賽、國際田聯鑽石聯賽等17場賽事裏保持不敗，拿遍了奧運會之外的所有金牌。本次東京奧運會奪冠後，奧運「四朝元老」終圓夢，奪得大滿貫。

「隨着年齡的增長，出現很多傷病與意想不到的狀況，2016年失利後，我平復了很久，失敗後我站起來，我勝利了。失敗成功都經歷了，我再也不怕了。」賽後，鞏立姣失聲痛哭：「感謝國家與團隊。他們都很辛苦，這個金牌不僅屬於我自己，也屬於我們團隊。」

「鉛球是冷門項目，我一直在用我的熱情帶熱這個項目，這是鞏立姣的時代。現在夢想實現了。退役？只要祖國需要我，我會一直練。」她說。

### 教練：不怕苦 不服輸

2001年9月，范煥文教練到鹿泉市體育運動學校選拔學員時注意到12歲

的鞏立姣。「那時的她根本不會鉛球，技術上基本是一張白紙，但她接受能力很好，爆發力相當強，是個有潛力的好苗子。」范煥文表示，鞏立姣不是那種力量型的選手，但她肌肉彈性好，出球速度特別快，在這方面其他隊員都比不了。

「我最喜歡鞏立姣那種不服輸的勁頭，她憑借自己極強的爆發力，刻苦訓練，成績的提高幾乎是飛躍式的，每年提高兩三米，太快了。」范煥文表示，在體育競技方面，任何一項成績的取得都離不開苦練。鞏立姣不怕苦，無論安排什麼樣的訓練她都不猶豫，不偷懶，她的成功與她堅持不懈的苦練是分不開的。

鞏立姣東京奪冠，實現個人奧運金牌夢的同時，更為中國田賽項目實現了奧運金牌零的突破。她的教練李梅素激動地表示：「鉛球項目通過幾代人的努力，今天終於實現了奧運冠軍的夢想。」

### 冠軍成長之路

1989年1月24日，出生於河北省石家莊市  
2001年，進入石家莊體校  
2004年10月，入選河北田徑隊

### 主要成績

2008年，北京奧運會女子鉛球季軍  
2012年，倫敦奧運會女子鉛球亞軍  
2017年，倫敦田徑世錦賽女子鉛球冠軍  
2017年，全運會田徑比賽女子鉛球冠軍  
2018年，3月24日獲2018全國室內田徑錦標賽總決賽女子鉛球冠軍；8月30日，在布魯塞爾舉行的國際田聯鑽石聯賽總決賽中，奪得女子鉛球冠軍。9月8日、9日奪得2018年國際田聯國際杯女子鉛球項目冠軍  
2019年，4月22日奪得田徑亞錦賽女子鉛球金牌；10月5日，奪得多哈田徑世錦賽女子鉛球金牌  
2021年8月1日，在2020年東京奧運會田徑女子鉛球決賽中，鞏立姣以第6投20米58創個人最佳成績的表現奪冠

整理：香港文匯報記者 任芳韻

## 媽媽：給姣姣捏餃子慶祝

香港文匯報訊（記者 任芳韻 北京報道）8月1日上午，河北省體育局的大屏幕前，坐滿了前來為鞏立姣加油的父老鄉親。從鞏立姣的出場到每一次奮力投擲，都能迎來現場觀眾的加油喝彩。隨着比賽結果的公布，全場歡呼起來。

「姣姣得過很多比賽的冠軍，就差一個奧運金牌了。」鞏立姣的父親鞏文全表示，他最近經常看體育資訊，心裏掛念女兒，為了保證賽前不打擾女兒練習，他只有默默在家守着。如今，鞏立姣終於實現了夢想，鞏文全說：「姣姣是石家莊的驕傲，是河北的驕傲，更是全國的驕傲。希望她今後能繼續努力，爭取更好的成績。」

「姣姣能回來通常就是中午十來點，在

家兩三個小時，吃了飯就走。她喜歡吃麵，我就給她用壓麵機壓點麵吃。」媽媽陳秋蘭說，「今年還一次沒給她做過呢。這次她終於奪冠，希望她能早點回家，回家後我給她做好吃的，燉鍋紅燒肉、捏餃子，好好給她慶祝一下。」

值得一提的是，在全國田徑冠軍賽暨奧運會選拔賽結束之後，摘得冠軍的鞏立姣展現奧運會曾放豪言稱：「我現在覺得這個金牌已經快裝兜裏了。」在資格賽結束後，鞏立姣展現決賽時還霸氣表示：「爭取8月1日上午綻放東京！」對此，網友們紛紛表示，「姣姐果然沒有食言，太霸氣了！」「6次出手，5次有效成績，這5個成績中每一個都足以奪金！」「一投定乾坤，歡呼聲把我屋頂都要掀翻了！」



●鞏立姣與父母。網上圖片

●中國選手鞏立姣以20米58的個人最佳成績，在田徑女子鉛球決賽奪冠。中新社

## 小隊友首戰奧運：為姣姐保駕護航

香港文匯報訊 據澎湃新聞報道，在昨日舉行女子鉛球決賽中，中國選手鞏立姣、宋佳媛、高陽出戰——上海小將宋佳媛首次參加奧運會最終以19米14獲得了第5名。「宋佳媛，你是最棒的，是我們的驕傲。」昨日上午，宋佳媛在上海的家異常熱鬧，坐滿了親朋好友、鄰居和同事。目睹了女兒在東京奧運會的表現，宋佳媛的母親許玲琳有些激動，「大家都是來為她打氣的。我們跟宋佳媛說，放開比賽，展示自己就可以了。還有就是為姣姐（鞏立姣）保駕護航。」

宋佳媛是中國田徑隊繼鞏立姣和高陽之後，第三位達到東京奧運會女子鉛球參賽標

準的選手。今年3月底，宋佳媛在四川成都投擲項群賽中以18.91米的成績達到東京奧運會參賽標準。

### 「特別是要向鞏立姣學習」

而在比賽前，宋佳媛的啟蒙教練王芳特別叮囑她，一定要把自己的勢頭在前三投就展現出來，從實戰來看宋佳媛成功做到了。

「今天是非常緊張的，我其實最開始給她的目標是能夠進奧運，這已經是最大的心願。一年前就跟他開玩笑，『如果你進奧運，我們全部去現場給你助威』，可惜疫情原因未能現場給她加油打氣。」

「她還年輕，24歲，還有幾個奧運會等

着她，」宋佳媛的舅舅許為也說，「首先一點，要跟前輩老運動員，特別是要向鞏立姣學習，看看人家老運動員的拚搏精神。」

作為啟蒙教練，王芳對曾坐在教室最後一排、紮小辮的高個子女生印象深刻。「招生組的教練拿出鉛球讓她試了一下，她拿鉛球就與其他小朋友不同，一般小孩兒拿起一公斤實心球時一出手就會往上投，但是她做出了較為規範的動作。」王芳表示，剛開始宋佳媛練體育，她的家長沒有那麼支持，他後來追隨了五年，給小孩和她父母做思想工作。「我的誠意打動了家長，同意把這個孩子給我們長寧體校。」



▽（左起）高陽、鞏立姣、宋佳媛賽後慶祝。新華社