

季軍、冠軍、亞軍。三屆奧運會，三次登上領獎台，集齊金銀銅牌，諶龍解鎖了一項特別的成就。作為國羽東京陣容中唯一有過奧運參賽經歷的球員，已是「三朝元老」的諶龍站好了自己這班崗，為年輕球員樹立了榜樣。然而在這背後，諶龍經歷了不為人知的困惑。

●諶龍在東京奧運會打入男單決賽，並最終獲得亞軍。新華社



奧運三朝元老集齊金銀銅牌

諶龍走出困惑

杭州續

追

夢



●諶龍(右)與東奧冠軍安賽龍惺惺相惜。新華社

「對於奧運會，從賽前準備到比賽發揮，再到最終結果，我認為整體還算不錯。雖然沒能贏得金牌，但我從第一場到最後一場比賽都全力以赴了，希望去爭勝。安賽龍確實發揮得更好，因此我也能接受這一結果。」

結束東京歸來的隔離後，剛回到省隊沒幾天，諶龍就馬不停蹄奔赴全運賽場。

「這是我的最後一屆全運會，非常希望能夠為福建隊做出貢獻。特別是團體賽，我也把全部精力都投入其中。」最終諶龍得償所願，他與隊友時隔8年重新奪回了這枚男團金牌。

對於單打，諶龍坦言，經過奧運會後的隔離與全運會團體賽，他已經感到非常疲憊，狀態也慢慢打光了。「我的隊友石宇奇在準決賽中的表現非常好，輸給他也很正常，沒什麼可失落的。」

東奧推遲一度自我懷疑

然而綜觀東京奧運週期，對於諶龍而言，更大的困難在於如何消解奧運會推遲給予心理層面的負擔，這一度令身為奧運冠軍的他產生了自我懷疑。

「奧運會推遲一年，自己能否在這段時間內維持好競技水平與運動狀態，對此我有顧慮與焦慮。突然又多出一個備戰時間，該如何利用它訓練提高，彌補自身不足，這也令我感到困惑。特別是在東京奧運會宣布延期的前三個月中，自己很迷茫。」

「不僅如此，隨着年齡的增長，在身體機能、體能狀態這方面，其實也有擔心。畢竟我已經32歲，也很想打好這屆奧運會，當特別希望能夠有好的表現時，就會擔心身體狀況能否支撐自己發揮出水平。」

那段痛苦的日子裏，不安與焦慮始終糾纏着諶龍。幸好在時間的幫助下，豐富的閱歷令他逐漸解開了心結。

「當處於低谷時，家人、隊友、教練、領導都對我非常關心，幫助了我很多。大家希望我能夠調整好自己的狀態，專注於過程與積累，可能自然就會有比較好的表現與結果。」

新賽程確定後，諶龍每周都會和教練溝通，把奧運會這一大目標分解為各階段，一步步靠近。備戰，終於重回正軌。

帶傷重返奧運會男單決

賽，與隊友合力奪回全運會團體金牌，已經32歲的諶龍，以老將的堅毅與執着，將汗水兌現為碩果。

短暫調整充電陪伴家人

對於羽毛球項目而言，這是非常特別的一年，大賽聚集。在奧運會與全運會之後，年內還有蘇迪曼盃、湯優盃、世錦賽將相繼上演。然而這些賽事，通通沒有出現在諶龍的日程表中。

「我覺得是時候短暫調整，通過休息給自己『充電』，讓身體得到充分恢復。我也希望能夠多陪陪家人，多年來與她們聚少離多。包括兒子剛滿兩歲，其實從他出生起，我們在一起的時間很少。」在2021年餘下的日子裏，諶龍選擇暫時放下手中的球拍，在丈夫與父親的角色中更多投入。

這並不意味着諶龍將就此淡出賽場。恰恰相反，杭州亞運會上，還有他未竟的夢想。「明年的亞運會也是四年一屆的大賽，而且又是在中國杭州舉辦。仁川亞運會男單決賽，我輸給了丹哥(林丹)，獲得亞軍。因此自己希望能夠參加杭州亞運會，實現這個目標。」

●諶龍與太太、前國手王適嫻及兩歲的兒子中秋團圓。微博圖片



國羽險勝丹麥 晉蘇盃4強

香港文匯報訊(記者 陳曉莉)蘇迪曼盃世界羽球混合團體錦標賽，昨在芬蘭萬塔展開8強戰。中國隊在男雙、男單丟分的情況下，以3:2險勝丹麥隊，將與韓國隊爭奪決賽權，後者昨以3:2力挫泰國晉級。

昨日中丹一戰，國羽在男雙比賽派出何濟霆/周昊東這對新組合上陣，他們苦戰1小時27分鐘，以21:17、16:21、19:21，以1:2不敵拉斯姆森/索加德。其後，奧運冠軍陳雨菲在女單比賽以18:21、21:8、21:17挫米婭，為國羽扳回1分。第三場比賽一男子單打，石宇奇面對奧運金牌得主安賽龍完全處於下風，以17:21、14:21速敗。不過，國羽在女子雙打及混合雙打仍保持着強大優勢，陳清晨/賈一凡與奧運冠軍王懿律/黃東萍齊齊連下兩局，為中國隊奠勝。



●石宇奇面對安賽龍完全處於下風。新華社

中國奧委會 杜絕體育「飯圈」亂象

中國奧林匹克委員會9月30日發布聲明指，針對近日個別粉絲在機場等公共場合出現拉扯、推擠運動員等過激行為，中國奧委會堅決擁護中央杜絕「飯圈」亂象向體育領域蔓延。



●中國奧委會聲明。官網截圖

加強「飯圈」亂象治理的通知》要求，營造健康清朗的網絡輿論氛圍，中國奧委會作出聲明指，堅決擁護中央「清朗·「飯圈」亂象整治」專項行動，號召中國體育健兒不參與組織明星後援會，不發起或參與各類話題，堅決杜絕「飯圈」亂象向體育領域蔓延，堅決反對利用「飯圈」從事營利活動，繼續秉承「使命在肩、奮鬥有我」的精神，始終踐行社會主義核心價值觀，集中精力，刻苦訓練，大力弘揚中華體育精神，向社會傳遞正能量，力爭為祖國贏得更多榮譽。

聲明提到，走下領獎台，一切從零開始。第十四屆全運會結束後，國家隊運動員經過短暫調整，即將投入新一輪緊張的訓練參賽中，希望社會各界能夠給予充分理解，在一如既往關心愛護運動員的同時，尊重運動員個人權益，理性追星，避免不當言行。

理文備戰亞協盃 今對東方練陣容



香港文匯報訊(記者 黎永淦)昨日國慶假期上演的菁英盃賽事，晉峰以3:0大勝港會，打開今季勝利之門。至位暫列榜首的理文，今午則會與上屆冠軍東方龍獅會師斧山道運動場，合演冠軍爭奪戰。

8支港超球隊中，半數在菁英盃仍保持不敗身，分別是理文、東方龍獅、冠忠南區及下周才登場的香港U23。東方龍獅雖有鍾偉強因左膝半月板撕裂要接受手術，暫時脫離戰線，唯去仗面對傑志仍憑U22球員王力威頂入扳平，與宿敵踢成1:1。王力威在對理文前夕指出：「能夠在季初面對強隊取得入球，的確為自己打下了強心針，對理文

我會保持着這份信心，全力為球隊貢獻更多。」另一位U22中場林樂賢已落實外借至香港U23到季尾。

首季執教東方龍獅的主教練盧比度則對球隊進度感滿意：「有U22球員為球隊貢獻入球，這是我們樂見的事。菁英盃是長途戰，目前我對球隊的表現感到滿意。」

理文今季演出穩定，連勝傑志及港會之後，上仗悶和冠忠南區首度失分，顯示有重奪錦標的實力。球隊踢罷10月份3場菁英盃後，便會飛到烏茲別克出戰亞協盃準決賽，鑑於未來兩仗對手晉峰及標準流浪都非主攻型球隊，估計理文會把握今天對東方龍獅一戰，為亞協盃演練陣容，球迷不妨留意。

至於昨午一戰，晉峰開賽不足1分鐘已有何思哲打破僵局，加上費利浦薩6分鐘及43分鐘連下兩城，以3:0擊潰港會敲響勝鼓。



●費利浦薩(左)包辦兩球，助晉峰全取3分。足總圖片

菁英盃今日賽程

時間	地點	戲碼	票價
15:30	斧山道運動場	理文 VS 東方龍獅	\$80、\$30 (特惠票)

長話短說

女籃亞洲盃 中韓爭決賽權



香港文匯報訊(記者 陳曉莉)正在約旦安曼進行的2021年女籃亞洲盃，9月30日(當地時間，下同)結束兩場附加賽，四支球隊全力爭奪準決賽剩餘兩張入場券。最終，韓國隊以80:74勝中國台北隊，10月2日的準決賽將對陣中國隊(上圖)。澳洲隊以72:61力克新西蘭隊晉級4強，將與衛冕冠軍日本隊爭奪決賽權。中韓女籃上一次交手是東京奧運會資格賽，當時中國隊以40分巨大優勢戰勝對手。

國足閉門熱身 戰平敘利亞



香港文匯報訊(記者 陳曉莉)正在阿聯酋沙迦進行的世界盃亞洲區外圍賽12強賽的中國男足，9月30日(當地時間，下同)晚與敘利亞國家隊進行了一場閉門熱身賽，最終國足憑張玉寧(上圖)的進球，以1:1戰平對手。賽後，國足休息一日，之後便再次投入緊張的備戰。另外，亞足協宣布：為避免球員受到當地炎熱天氣影響，國足對越南的12強比賽時間由原來的10月7日19時改為21點(香港時間10月8日凌晨1點)。

港男乒勝哈薩克 亞錦賽第7

香港文匯報訊(記者 陳曉莉)亞洲乒乓球錦標賽昨在卡塔爾多哈進行男子團體賽事，香港隊以3:0輕取哈薩克獲得第7名。另外，各單項賽事也隨之展開，黃鎮廷/杜凱傑、何鈞傑/李皓晴兩對混雙組合齊晉級16強。而在前晚深夜進行的女團賽事，香港0:3負日本獲銅牌。

由於在8強賽以1:3不敵韓國，5至8名淘汰賽又以2:3負伊朗，令港隊只能與哈薩克爭奪男子團體第7至8名。結果，港隊三名單打球手黃鎮廷、吳柏男及林兆恒齊勝對手，獲得本屆亞錦賽第7名。



●香港女乒獲得亞洲錦標賽團體賽銅牌。乒總供圖

至於男團準決賽，韓國以3:0輕取印度，中國台北以3:2力挫日本。