

洋教練掛帥 高強度訓練

◆巴黎奧運會女子曲棍球金牌賽在當地時間9日舉行。圖為中國隊球員譚金儀(左)在比賽中。新華社



◆中國女曲球員在比賽中慶祝進球。新華社

中國女曲走出低谷 16年後巴黎摘銀

香港文匯報訊 綜合澎湃新聞及新華社報道，巴黎時間9日，巴黎奧運會女子曲棍球決賽在百年前曾經舉行過奧運會開幕式的伊夫·迪馬努瓦爾體育場開賽，中國女曲在決賽中對陣衛冕冠軍荷蘭隊。雙方在常規時間戰成1:1平，經過23米球決勝，最終，中國隊1:3不敵荷蘭隊，奪得銀牌。這是中國女曲自2008年北京奧運會亞軍以來又一次站上奧運會領獎台。16年間，球隊經歷了成績的起伏、教練團隊的調整，終於在巴黎重獲榮光。

巴黎奧運會前，中國女曲奧運會最佳成績是2008年北京奧運會，闖進決賽拿到銀牌。簡單找兩次佳績的共性，高水平洋帥不得不提。北京奧運會帶隊的是韓國人金昶伯，這一次主教練是澳洲人艾利森·安南，3年前在東京奧運會，她帶領荷蘭隊拿到了奧運會冠軍。

實戰中積累經驗 提升信心

事實上，女曲一直有聘請高水平洋帥的傳統。東京奧運會周期，管理中心也做過這方面的嘗試，德國人吉米帶着四人團隊執教女曲。但當時由於彼此磨合問題，吉米在中國帶隊時間並不長，也沒有堅持到東京奧運會。

2022年年初，也就是東京奧運會結束後不久，安南就上任中國女曲主帥。雖然2022年5月就已經帶隊打過比賽，不過安南正式組建球隊，還是在半年後的2022年11月，此時距離2023年亞運會也就只有10個月左右時間。如何備戰？安南認為，目前中國隊的年齡非常合理，但比賽經驗還不夠。「之前帶荷蘭隊的模式是創造一支平均年齡24歲、25歲的隊伍，但她們平均擁有100場的國際比賽經驗。這對隊伍閱讀比賽、了解對手以及建立自信心至關重要。我們正在幫助隊員們提升比賽場數。」

2023年2月的世界曲棍球超級聯賽悉尼站，

中國女曲同現世界排名第三位的澳洲隊交手，在常規時間與對手戰平。隨後的惠靈頓站，中國女曲取得3勝1負。3月中國隊三次與澳洲隊交手，兩次戰勝對手。本屆奧運會四分之一決賽中國隊恰巧與澳洲相遇，最終3:2取勝晉級，和之前雙方多次交鋒有很大關係。

進入2024年後，中國女曲組織了澳洲海外拉練，還前往安特衛普和倫敦參加了女曲世界超級聯賽，這樣的經歷對於女曲的整體實力提升效果是明顯的。安南此前通過數據分析發現，「排名世界第一的荷蘭隊，平均每場比賽的跑動距離能達到7,500米，中國隊之前是5,500米。」通過高水平比賽和加大單位時間的訓練強度，中國女曲速度和跑動距離等方面和世界強隊差距逐漸接近。

拚了命的女曲精神令人動容

「每次遇到對方的威脅球和短角球，我們的隊員都用身體，拚了命似地去擋，這樣的女曲精神，讓人動容。」中國女子曲棍球隊領隊陳應表說。陳應表補充道，拚搏精神之外，近幾年中國女曲運用數據驅動訓練，搭建了冠軍模型、體能模型等，通過兩年多的時間，一步一個腳印提升能力，才有了今天的佳績。

隊員李紅在採訪時說：「這三年來，我們一

直在國外訓練，遠離家鄉，遠離家人，大家都付出了很多。我們就是想爭口氣。」

而管理中心也為隊伍配備了完備的科研和體能團隊，由科研教練進行訓練監控，密切關注隊員的訓練數據，同時進行傷病防治，體能教練則制定了科學的體能訓練計劃。比賽期間，安南還會帶着隊員觀看比賽錄像，讓她們學會自己去分析比賽，場下安南則希望隊員們能夠學會獨立生活、獨立思考。

在經過了充分的準備以後，到達巴黎的中國女曲，已經成為了一支更具戰鬥力的隊伍。

中國女曲成長之路	
1989年	在第一屆亞洲盃女子曲棍球賽上獲得冠軍
1990年	在北京亞運會上獲得亞軍
2000年	在悉尼奧運會上獲得第五名
2002年	贏得世界冠軍盃賽
2002年	在釜山亞運會上首奪冠軍
2004年	雅典奧運會四強
2008年	獲得北京奧運會銀牌
2010年	在廣州亞運會達成三連冠
2012年	倫敦奧運會上排名第六
2016年	里約奧運會上無緣八強
2017年	贏得2018年女子曲棍球世界盃賽入場券
2021年	東京奧運會上無緣八強
2023年	在新西蘭惠靈頓曲棍球世界超級聯賽中以5:2擊敗新西蘭隊
2024年	獲得巴黎奧運會銀牌

來源：綜合新華社和百度百科



◆8月9日，銀牌得主中國女曲在頒獎儀式上。新華社

巴黎奧運中國隊焦點賽程(香港時間)			
時間	項目	比賽	運動員
8月11日星期日			
14:00	田徑	女子馬拉松決賽	白麗、夏雨雨、張德順 ▲
17:30	舉重	女子81公斤以上級別	李雯雯 ▲

註：▲代表項目將產生金牌 來源：巴黎奧運官網

女曲名宿：小眾項目要做好普及和傳承

香港文匯報訊 據澎湃新聞報道，「女曲這一屆再次打進決賽，詮釋了堅持的意義。」2008年收穫銀牌的中國女曲隊長程暉告訴記者。作為女曲名宿，程暉這幾年一直在上海閔行區的幾個曲棍球特色學校推廣這項運動。「我們後備力量不是很多，你看現在全運會就10個左右參賽隊伍，首先要擴大省市一線隊的數量，有一線隊下面才有二線隊和三線隊。」

「現在亞洲範圍內，日本、韓國、印

度的發展都不錯，國際上荷蘭、加拿大、德國這些強隊也擁有很強的人才儲備。」令程暉印象深刻的是，她打球那會兒有一次去荷蘭，「人家比賽看台上一片橙色，和足球比賽一樣，我就在想，我們國內比賽觀眾都沒有，後來了解了一下，荷蘭幼兒園就開始練曲棍球了，普及太好了。」

程暉告訴記者，「期待這次奧運會的成績，能夠讓外界更多關注到曲棍球，更支持曲棍球的發展。」



◆8月9日，中國女曲球員在比賽後向觀眾致意。新華社

霹靂舞初登奧運舞台 「盡力了」的劉清漪摘銅也開心



掃碼睇片

香港文匯報訊(記者 劉蕊 河南報道)中國選手劉清漪巴黎時間9日晚在巴黎奧運會霹靂舞女子組比賽中獲得銅牌，這是首次進入奧運會的霹靂舞項目決出的首枚獎牌。劉清漪賽後對媒體表示，自己已在比賽中盡了力，拿到銅牌也很開心。此次備戰奧運的時間很長，挑戰有很多方面，首次參加奧運也是自己不斷成長進步的過程。

談到當天的半決賽，她感覺對手一直在重複動作，場上氛圍有一點壓抑，裁判可能也沒有太注重自己所擅長的難度和技術。她覺得奪取金牌需要天時地利人和，缺一不可。

她表示，這塊銅牌是中國運動員在奧運會上奪得的首枚霹靂舞獎牌，她希望讓喜歡霹靂舞的人能因此有動力堅持下去。

現年18歲的劉清漪是此次奧運霹靂舞女子組比賽表現上佳的選手之一。她通過贏得2023年杭州亞運會霹靂舞女子組冠軍直接拿到巴黎奧運入場券。在9日舉行的霹靂舞女子組循環賽中，劉清漪順利晉級，接着在四分之一決賽中擊敗烏克蘭選手，晉級半決賽。另一位中國選手曾登瑩在四

分之一決賽中未能戰勝對手，遺憾出局。

家鄉親朋盼早日歸來分享感受

在劉清漪的老家河南輝縣，劉清漪父母劉紅濤、艾海霞和啟蒙教練馮文博，以及許多練舞的夥伴們度過了一個不眠之夜，他們在一起觀看了比賽。

父親劉紅濤說，「清漪的所有比賽，我們到現場的觀看機會很少，但是都在家看，不管大小賽事，每一次比賽必看。」劉紅濤說：「我賽前告訴她要放下包袱，去享受比



▲8月9日，劉清漪在比賽中。新華社

賽就好。沒有拿到金牌，有點遺憾，如果說有瑕疵的話，可能是策略上有些失誤，沒有把更高的難度動作在半決賽中就拿出來。但她能站到奧運會的舞台上，已經足夠讓我們驕傲。」而母親則在期待孩子的歸來：「要給她做最愛吃的紅燒肉。」

希望能吸引更多加入霹靂舞

從兒時在街頭被街舞吸引到參加奧運會比賽，劉清漪一路走來未曾停歇，想要站上奧運領獎台並不容易。場上看似輕鬆帥氣的各種動作背後是一次次的摸索和失敗，而最終她的表現沒有辜負自己的努力。「輝縣有很多景區，但是清漪都沒有去過，不是寫作業就是在練功房。」談及劉清漪的付出，其父母滿眼心疼，「從亞運會我們都沒有見過她，她自己很能吃苦。」

「拿實力證明一切」是劉清漪的座右銘，只要是自己定下的目標，她一定會盡力完成好，她也希望自己的舞蹈能吸引更多加入霹靂舞的世界。

而她的啟蒙教練馮文博則表示：「我肯定是想盡快地看到她。她這次比賽壓力也大，我想先給她說一些關心的話，但更多的是想傾聽她的心聲。」

▲中國選手劉清漪在頒獎儀式上。新華社

記者手記

香港文匯報記者 葉詩敏

在巴黎奧運會步入尾聲之際，終於迎來了最讓我期待的比賽項目之一，

正式首次在奧運登場的霹靂舞，首日女子賽事點燃了巴黎市中心協和廣場的氣氛。

這「Now Or Never」的霹靂舞在舉世聞名的協和廣場舉行，協和廣場之所以有名，在於它既是法國歷史的見證地，又是巴黎市民重要的活動場所，大會把充滿歷史感的協和廣場作為比賽場地，舉辦滑板、三人籃球、BMX和霹靂舞四個年輕項目賽事。蘊含歷史的廣場打造成街頭運動的公園，四周是古典風格的建築物，埃及方尖碑矗立在廣場中央，兩側是一對巨大噴泉，這種反差著實讓霹靂舞者的首個奧運舞台更添意義。

還沒踏入廣場已聽到節拍強勁的音樂，感受到自由活力的氣息。沒有門票未能坐上看台的舞者和觀眾，圍在廣場公眾空間的大螢幕，一邊擺動身體一邊為選手打氣。入場時MC(主持)的吶喊與助威把氣氛推到最高點，來自世界各地的頂尖舞者，在這「有生無來世」、大有機會是最後一次亮相的奧運舞台，盡情跳躍征服世界。

許多霹靂舞的觀眾，也許和我一樣抱着一種惋惜的心情；霹靂舞作為奧運項目，在巴黎開始也將在巴黎落幕。2028年洛杉磯奧運會不設此項目，霹靂舞意外地不在發源地美國榮登奧運殿堂。

完場後，廣場響起熱鬧的歡呼聲，原來是一班「素人」舞者在義工拿着「大聲公」充當MC吶喊下跳起舞來，每個人都自信地走出來展現自己，「在街頭跳街舞」，有幸能在這裏感受難在香港體驗的街頭文化。

古典現代碰撞 霹靂舞台綻放年輕活力