

# 最後一舉抱起教練提前慶祝 李雯雯衛冕「女力士」 國家隊40金收官

巴黎奧運會舉重項目昨日壓軸一戰，中國選手李雯雯在女子81公斤以上級賽事做出總成績309公斤，以絕對優勢成功衛冕，摘下中國體育代表團在巴黎奧運的第40面金牌，亦是中國舉重隊今屆奧運的第5金。

◆香港文匯報記者 郭正謙 綜合報導

女子81公斤以上級是今屆巴黎奧運舉重最後一個項目，一共有12個國家和地區的12位選手參加。中國選手李雯雯三年前在東京奧運以抓舉140公斤，挺舉180公斤，總成績320公斤，創三項奧運紀錄的優異表現成功奪冠。此項目的三項世界紀錄同樣是由李雯雯所保持，這位24歲選手被視為今屆奧運本項目的奪金大熱門。

在昨日決賽中，李雯雯於抓舉部分首次試舉已達到130公斤，是其他競爭對手無法企及的重量，她輕鬆舉起後第二次試舉挑戰136公斤，並再次輕鬆完成。此時李雯雯已經領先第二名的朴惠正5公斤，領先第三名的甘寶10公斤，遙遙領先的她因此主動放棄了第三次試舉。

到了挺舉部分，李雯雯仍然未遇考驗，她第一次試舉167公斤成功，而朴惠正及甘寶則分別舉起163及162公斤。此時李雯雯的領先優勢已拉開至5公斤，到第二次試舉她挑戰173公斤成功，而朴惠正成功舉起168公斤繼續守在第二位。第三次試舉李雯雯本來要嘗試174公斤，不過金牌已成囊中物的她登台後沒有再次挑戰，而是和熱情的現場觀眾互動，做出其招牌愛心手勢，並且帶着自己的教練吳美錦上台，將這位功勳教練抱起慶祝，師徒二人一起接受全場熱烈掌聲。

最終李雯雯以總成績309公斤衛冕成功，摘下今屆奧運中國舉重隊第5金，亦是中國體育代表團在巴黎奧運的第40面金牌，創下中國於境外奧運的歷史最佳成績。銀牌由總成績為299公斤的韓國選手朴惠正奪得，至於銅牌得主則是英國選手甘寶。

## 壓力大兼要避免受傷 坦言比賽辛苦

新華社報道李雯雯賽後接受採訪時說：「今天很辛苦，比得其實很難，因為賽前想得多，第二次奧運會壓力大，比賽又要保證自己不受傷。我準備很充分，但最大的對手還是自己。」有人認為，李雯雯將教練抱起來，讓教練看起來像個「小掛件」。對此，她回應說：「我把教練舉起來，這不是大家想看到的嗎？但教練不是『小掛件』，要尊重，他像我的父親一樣。」

排名	隊伍	金牌	銀牌	銅牌	總計
1	美國	40	44	42	126
2	中國	40	27	24	91
3	日本	20	12	13	45
4	澳洲	18	19	16	53
5	法國	16	26	22	64
37	中國香港	2	0	2	4



◆李雯雯開心地抱起教練吳美錦慶祝。

新華社



◆李雯雯為中國隊奪取今屆奧運的第40面金牌。

法新社

## 李雯雯冠軍成長之路

- 2000年3月5日 出生於遼寧省鞍山市岫岩滿族自治縣
- 2012年 進入鞍山體校
- 2014年 隨教練關詠梅落戶福州，同年進入福州市體工大隊
- 2018年 全國女子舉重錦標賽抓舉金牌；全國青年舉重錦標賽刷新三項全國青年紀錄
- 2019年 入選國家隊。一年內三次擊敗當時的世界舉壇名將卡什麗娜，成為女子最大級別的最強女力士
- 2021年 舉重亞錦賽刷新女子87公斤以上級三項世界紀錄；東京奧運奪冠並打破三項奧運紀錄
- 2023年9月 在舉重世錦賽因傷退賽
- 2024年4月 在舉重世界盃暨巴黎奧運會資格賽復出並奪冠

來源：百度百科



▶李雯雯以力的表現成功衛冕。

法新社

## 克服傷患痛楚 「快樂大寶貝」逆境再成長

香港文匯報訊（記者 張發兒 綜合報導）對李雯雯來說，這面巴黎奧運金牌背後有着更多辛酸。去年9月世錦賽，她右肘關節的韌帶和肌肉相繼受傷，克服傷患後再摘下奧運金牌，上演了一個逆轉勝的故事。

天真可愛的形象令李雯雯有着「快樂大寶貝」之稱。不過，前段時間的李雯雯看起來卻不怎麼快樂，去年9月世錦賽，她右肘關節的韌帶和肌肉相繼受傷，令她錯過杭州亞運和國際舉聯卡塔爾大獎賽，訓練也變得不太順利。

傷病為李雯雯帶來的不只身體上的困擾，也對她的心理造成影響。李雯雯早前接受採訪時曾指出：

「這個傷病很嚴重，剛開始很痛，胳膊是伸不直的狀態，會讓我的心裏犯愁。」儘管傷病為李雯雯帶來不少困擾，但走出困境的過程令她有「旁觀者清」的體會。所謂「旁觀者清」，李雯雯表示，如果不是這次傷病讓自己能夠抽離出來，可能永遠看不到自己的問題，這是一次很好的體驗。

李雯雯12歲時就已經接近1.7米高，體重更接近90公斤，如此體重讓遼寧鞍山體校教練選材的時候直接將她排除，讓她被貼上了「一個沒用的胖子」的標籤。不過，李雯雯之後轉轉找到體校校長，恰巧校長之前是舉重運動員，且體校舉重項目缺少大級別運動員，李雯雯就此留在體校訓練。

在接受專業訓練並正式開始參賽後，李雯雯已多次站上最高級別賽事的頒獎台。今屆巴黎奧運會，李雯雯克服傷患後再次奪得奧運金牌，上演了逆轉勝的故事。對此，她賽後說：「從去年受傷開始，我300多天裏沒有睡過一天好覺，壓力很大。感謝國家，在我需要的時候給我最好的治療，謝謝高大夫，謝謝我的醫生。」

李雯雯做出招牌可愛動作。一路走來，或許正是樂觀的態度幫助她能力抗逆境。

法新社

## 刻苦堅持三戰奧運終圓夢 李倩戰勝自我登頂女拳王

香港文匯報訊 據新華社和中新社報道，中國女將李倩在巴黎奧運會當地時間10日晚的女子拳擊75公斤級決賽戰勝巴拿馬選手貝隆，奪得中國拳擊本屆奧運第三枚金牌。

李倩在決賽中攻防兩端均發揮不俗，最終以4：1戰勝對手，繼里約奧運、東京奧運分獲銅牌、銀牌後，終於在巴黎圓了金牌夢。李倩賽後接受採訪時說：「這是我自己戰勝自己的時刻。」她表示，從里約奧運的「初生之犢不怕虎」，到東京奧運遺憾失金的打擊，再到巴黎奧運彌補遺憾，對金牌的信念支撐着自己一路走來。她坦言，在本奧運周期隨着年齡增長，很多教練組制定關於跑的訓練內容，自己經常會「跟不上」，「沒什麼解決辦法，唯有堅持二字，一路堅持到今天才把金牌拿下。」

## 成功說服雙親 東奧後再拚一次

今年34歲的李倩在東奧後繼續堅持挑戰的想法，最初曾遭家人「勸阻」。父母親希望女兒能考慮自己的人生大事，不想讓她太拚。母親解秀秀尤其不敢看她的比賽，總覺得「一拳一拳打在女兒身上，無比心疼。」

然而，李倩希望「還想拚一把，我想戰勝自己」。和父母溝通過後，李倩2023年10月在杭州亞運會如願摘金，拿到巴黎奧運入場券。作為巴黎奧運會一號種子選手，李倩在訓練中更勤奮刻苦，在收穫自信的同時，對奧運金牌也無比渴望。她說過：「感覺奧運金牌一直掛在那裏等着我去摘。」

李倩這份自信更多源於她多年積累的實力。16歲隨父母從河南到內蒙古鄂爾多斯的她，最早是內蒙古體育職業學院籃球隊學生。由於身高臂長具備學拳優勢，2007年她被時任中國拳擊隊教練哈達巴特爾慧眼選入內蒙古拳擊隊，李倩亦迅速展露出天分與實力。

## 父親喜極而泣 盼女兒早日成家

早早守候在內蒙古自治區重慶運動管理中心電視機前的李守營，當看到女兒奪冠後再也抑制不住情感，任淚水在指縫間流淌。打給老伴的電話中，兩人激動到抽泣。談到李倩拿下奧運金牌後的下個目標時，李守營透露，「我希望她早早披上婚紗，步入婚姻殿堂」，「我要手挽手地把奧運冠軍女兒嫁出去，李倩需要有自己的新生活。」

◆李倩三戰奧運終圓金牌夢。

新華社



## 李倩冠軍成長之路

- 1990年6月6日 出生於河南省商丘市寧陵縣石橋鎮吳良吉村
- 2007年 曾是籃球後衛，當年遇到拳擊教練哈達巴特爾後改練拳擊，進入內蒙古拳擊隊
- 2012年 全國錦標賽和全國冠軍賽均獲冠軍
- 2016年 里約奧運女子拳擊75公斤級銅牌
- 2021年 東京奧運女子拳擊75公斤級銀牌；全運會女子拳擊75公斤級冠軍
- 2023年 杭州亞運會女子拳擊75公斤級冠軍

來源：百度百科

## 中外教練團訓練奏效 國家女子拳擊金牌豐收

香港文匯報訊 據新華社報道，巴黎奧運拳擊13個小項中，中國隊收穫3金2銀，刷新了在2008年北京奧運會創下的2金1銀1銅的歷史最佳戰績。

本屆奧運前，中國女拳手已在過去12年收穫7枚奧運獎牌，數量排名世界第一。巴黎奧運會拳台上，全球僅有三支代表隊實現女子拳擊項目滿額參賽，中國隊便位列其中，結果先後由54公斤級的常園、50公斤級的吳愉及75公斤級的李倩，為中國隊斬獲3金。

在戰術層面，巴黎奧運周期，中國拳擊隊首次嘗試長期與外教團隊合作。在古巴教練組的幫助下，中國拳擊隊訓練體系不斷完善，也能更好地對照國際標準發展。中、古教練組共同研定「以攻為主、以我為主」的備戰理念，幫助中國拳手走出舒適區，中國拳手的進攻能力與中距離對抗能力也因而都有顯著提高。

「無論在訓練中還是生活上，外教對我的幫助都很大。他們教會我要有一顆強大的心臟。」吳愉賽後說，「剛接觸古巴教練時，因為不是同一個體系，他們提出來很多需要我們改變的地方，我們也懷疑過，也產生過很多問題。但慢慢嘗試改變後，感覺自己打得越來越堅定了。」

## 高強度科學訓練寓賽於操

全隊上下堅持高強度的科學訓練。據中國拳擊隊中方教練組組長趙勇介紹，今年冬訓後從2月開始，中國隊每月都會出國參加訓練營以賽代練，在與國外強手的交流中研究對手、發現問題，並針對性調整備戰細節。2023年世錦賽以來，吳愉、楊文璐等選手人均參加過20多場外戰。奧運會「三朝元老」李倩也會跟年輕隊友們分享大賽經驗，幫助弟弟妹妹們保持平穩心態。奧運結束後，中國拳擊隊已開始思考隊伍的長遠發展。「近年來，我們不斷鞏固青訓、加強基地建設、完善訓練大綱，目的就是讓不同年齡段的選手能有好的銜接。我們會繼續不忘初心，爭取在日後的比賽中不留遺憾。」趙勇說。

◆李倩和教練喜極相擁。

新華社

