

2010年中国十佳运动员



- 1. 刘翔 (男, 田径)**
27岁, 在广州亚运会男子110米栏决赛中, 以13秒09的成绩刷新亚运会纪录, 实现了亚运会三连冠, 同时也创造了复出之后个人的最好成绩。
- 2. 劳义 (男, 田径)**
25岁, 广州亚运会男子100米冠军, 为中国代表团夺得亚运会历史上首枚男子100米金牌。在男子4x100米接力项目上, 帮助中国队20年后再次夺得亚运会冠军。
- 3. 孙杨 (男, 游泳)**
19岁, 夺得广州亚运会男子1500米自由泳冠军, 打破亚洲纪录, 创造了2010赛季世界最好成绩, 距离世界纪录不到1秒钟。他还夺得了亚运会男子4x200米自由泳接力金牌。
- 4. 王濛 (女, 短道速滑)**
25岁, 温哥华冬奥会上夺得短道速滑女子500米金牌, 成为第一位在冬奥会上卫冕的中国运动员。她还获得了女子1000米和女子3000米接力两枚金牌, 在她的带领下, 中国女队在冬奥会短道速滑项目上包揽了全部四项冠军。
- 5. 周苏红 (女, 排球)**
31岁, 在11月世界锦标赛之前选择复出。带领中国队在广州亚运会决赛中逆转韩国队夺得金牌。
- 6. 林丹 (男, 羽毛球)**
27岁, 广州亚运会男单冠军、男团冠军成员, 成为世界上第一个得到所有世界大赛冠军的羽毛球运动员, 并成为广州亚运会“最有价值运动员”。
- 7. 申雪/赵宏博 (花样滑冰)**
32岁/37岁, 在2月15日进行的温哥华冬奥会花样滑冰双人滑比赛中, 申雪赵宏博以216.57分获得冠军, 夺得中国代表团30年冬奥征程里的第一块花样滑冰金牌。
- 8. 李娜 (女, 网球)**
28岁, 她凭借在澳大利亚网球公开赛上进入四强的表现, 排名上升至第十位, 成为中国首位进入WTA排名前十的球员。6月28日, 她又挺进温布尔登公开赛女单八强。在广州亚运会女团决赛中, 李娜率领中国网球队时隔24年之后再次夺得女团金牌。
- 9. 蒋文文/蒋婷婷 (女, 花样游泳)**
24岁, 2010年花样游泳世界杯双人自由自选赛冠军, 中国花样游泳历史上第一个世界冠军。在广州亚运会花样游泳双人自由自选赛上, 她们也最终卫冕。
- 10. 侯逸凡 (女, 国际象棋)**
16岁, 在12月进行的土耳其2010年女子国际象棋世界锦标赛上, 她成为女子国际象棋历史上第13位世界冠军, 也是国际象棋历史上最年轻的世界棋后。在此之前, 她还在广州亚运会中为中国国际象棋队夺得亚运会历史上首枚金牌。

(据新华社12月26日电)

“中华杯”全国足球赛落幕 青岛家樑队夺冠

本报海口12月26日讯 (记者林永成) “中华杯”全国(40岁以上)足球赛今天在海口落幕, 青岛家樑队以全胜战绩卫冕成功。海南两支参赛队分获第五名和第六名。

实力超群的上届冠军青岛家樑队在小组赛中5战全胜共打进22球不失1球, 在今天进行的冠军决赛中, 他们又战胜北海远方队, 卫冕成功。北海远方队获亚军, 延边卫视队和昆明保队分获第三名和第四名。

由于B组的辽宁中阳队和成都元老队队员年龄不符合要求, 组委会允许他们参加比赛, 但成绩全部计0.3分。这一规定给小组成绩带来了混乱, 组委会昨天在发布小组排名时, 把海口环球队列为第一名, 今天又作出纠正, 改为小组第三。这样海口环球队和海南另一支参赛队海中八四队争夺第五名, 结果海口环球队获胜名列第五, 海中八四队获第六名。

今晚在泰华酒店举行颁奖仪式。昨天是特邀观摩指导本次比赛的足球名宿曾雪麟的82岁生日, 在今晚的颁奖仪式上, 组委会为足球名宿曾老过生日, 全体人员为曾老唱生日歌, 感人的场面让曾老激动不已。第一次来海南的曾雪麟在海南度过了一个难忘的生日。

本次比赛由海南省文体厅主办, 海南省体育总会、海南省高级体育运动技术学校、海南体育赛事中心承办。

海南省推广第三套中小 学生广播体操决赛举行 10支队获一等奖

本报海口12月26日讯 (记者林永成) 海南省推广第三套中小学生广播体操决赛, 今天下午在海南华侨中学举行, 24支队伍近1000名选手参加决赛, 昌江矿区学校等10支队伍获一等奖。

据悉, 本次比赛分初赛、复赛、决赛三个阶段, 全省150多万中小学生在其中。经过多场比赛, 全省24支参赛队今天下午汇聚海南华侨中学, 进行最后的决赛。每支队伍有运动员41人, 共984人。比赛开始后, 24支队伍列队在侨中足球场上统一表演, 场面蔚为壮观。之后, 每支队伍逐一亮相表演, 由评委根据完成情况、服装、精神面貌等多个环节打分。最终, 昌江矿区学校、海口市琼山中学校、海南华侨中学、国兴中学、海南中学、万宁中学、文昌市田家炳中学、定安实验中学、琼海嘉积第二中学、海口市府城中学等10支队伍获一等奖。其他14支队伍获二等奖。

本次比赛由海南省文体厅主办, 海口市教育局、海南华侨中学承办。

首届海南大学生 围棋赛开赛

本报海口12月26日讯 (记者王黎刚) 2010“明辉杯”首届海南省大学生围棋锦标赛今日在海南大学开赛。来自海南大学、海南师范大学、海南医学院、海南职业技术学院、海口经济学院等省内高校的选手参加了角逐。

据悉, 这是我省高等院校首次举办围棋比赛。比赛采用中国围棋最新规则, 按积分编排共赛9轮, 每轮规定各队上场男队员3名, 女队员1名。比赛奖励团体前3名, 个人前8名。另设体育道德风尚奖1名, 优秀教练员奖和优秀男、女运动员奖各1名。个人前3名获得者将由中国围棋协会分别授予业余4段和业余3段棋手称号。

本次比赛由省教育厅、省文体厅、共青团海南省委联合主办, 海南省围棋协会承办, 海南明辉拍卖有限公司赞助, 海南大学围棋俱乐部协办。

2010年国际十佳运动员



- 1. 拉斐尔·纳达尔 (西班牙)**
24岁, 2010年年终排名世界第一, 夺得了当年四项大满贯赛事中的三项冠军, 成为继阿加西之后完成职业生涯“金满贯”(夺得全部四大满贯赛冠军和奥运会冠军)的第二人, 同时也成为第七名夺得过全部四大满贯赛冠军的选手。
- 2. 塞巴斯蒂安·维泰尔 (德国)**
23岁, F1红牛车队车手, 2010年夺得F1年度车手总冠军, 成为夺得这一头衔最年轻的车手。他还与队友韦伯合作, 帮助红牛车队战胜了迈凯轮和法拉利两支强队, 夺得了年度车队总冠军。
- 3. 迭戈·弗兰 (乌拉圭)**
31岁, 2010年南非世界杯金球奖得主, 在世界杯上打入5球, 与其他三名球员并列领跑世界杯射手榜。在他的带领下, 通过世界杯预选赛附加赛获得晋级资格的乌拉圭队闯入四强, 取得40年来的最好成绩。
- 4. 科比·布莱恩特 (美国)**
32岁, NBA洛杉矶湖人队球员, 率领湖人队在2009-2010赛季成功卫冕了NBA总冠军, 这也是他获得的第五个NBA总冠军, 他本人也连续第二年获得“总决赛最有价值球员”称号。
- 5. 林赛·沃恩 (美国)**
26岁, 滑雪运动员, 2月份在温哥华冬季奥运会高山滑雪速降项目上摘金, 成为历史上唯一一名获得该项目金牌的美国女运动员。另外, 她还连续三个赛季夺得世界杯总冠军。
- 6. 卡罗琳·沃兹尼亚奇 (丹麦)**
20岁, 成为继瑞士选手辛吉斯(2000年)之后, WTA最年轻的年终排名世界第一选手。作为首位世界排名第一的丹麦女选手, 2010年她赢得6个女子单打冠军头衔和62场胜利, 两项数据均为WTA最高。
- 7. 金妍儿 (韩国)**
20岁, 2010年温哥华冬季奥运会花样滑冰女子单人滑冠军, 以总成绩228.56分刷新女子单人滑历史最高分纪录, 为韩国夺取首枚冬奥会花滑金牌。她本人也成为花滑历史上唯一一位囊括各大赛事冠军的“大满贯”得主。
- 8. 阿莉娅·穆斯塔菲娜 (俄罗斯)**
16岁, 在荷兰鹿特丹举行的世界体操锦标赛上, 夺得一枚个人全能金牌, 一枚团体金牌和三枚银牌。4月在伯明翰举行的欧洲锦标赛上, 她率领俄罗斯队夺得了团体金牌。
- 9. 赖恩·罗切特 (美国)**
26岁, 在泛太平洋游泳锦标赛上夺得6枚金牌。在年末举行的世界短池游泳锦标赛上斩获6金1银共7枚奖牌, 并打破了男子200米和400米个人混合泳的短池世界纪录, 成为2010赛季首位在个人项目上打破世界纪录的游泳运动员。
- 10. 林丹 (中国)**
27岁, 广州亚运会羽毛球男单冠军、男团冠军, 成为世界上第一个得到所有世界大赛冠军的羽毛球运动员, 同时也是广州亚运会“最有价值运动员”。

(据新华社12月26日电)

聚焦海南休闲体育系列报道·登山

在海南登山, 很休闲

本报记者 林永成

海南拥有五指山、黎母山、雅加大岭三大山脉, 热带雨林资源全国独一无二, 在海南旅游, 除了看海, 还可以玩山。说到登山, 人们会想到征服崇山峻岭、皑皑雪山, 是对体能、意志力等的高强度考验。海南登山协会会长秦建桥认为: 登山活动其实也是一项广受大众欢迎的健身活动, 而在海南, 可以把登山玩得很休闲。

海南适合开展“休闲式”登山

秦建桥是资深登山爱好者, 2003年, 他联合一些“山友”创办了海南登山协会, 并出任会长至今。刚开始时, 海南登山协会的工作侧重于专业性强的竞技性登山, 但效果不佳, 响应者不多, 不容易普及。之后, 登山协会转换思路, 把工作重点转向了开展体验式、休闲式登山上。

“要想吸引更多的人参与到登山运动中来, 得解决去哪里玩、玩什么、有什么收获等问题。”秦建桥说。

去哪里玩其实问题不大。秦建桥说, 海南的热带雨林原始风貌十足, 动植物种类丰富, 负离子成分高、景色秀美, 对于外地游客有很大的吸引力。海南的三大山脉都适合开展登山活动, 而且各有特色, 比如五指山溪流、瀑布多, 沟谷漂亮; 莺歌岭等原始生态保护好; 吊罗山交通便利等等。

而玩什么却值得探讨。秦建桥认为, 应该把专业性、趣味性、挑战性结合起来。比如经过周密的准备和组织, 设计一些游玩项目或竞技项目。参与者得接受登山知识和技能培训, 并把这些知识和技能应用到活动中, 通过参加活动, 能收获到知识, 体验到快乐, 达到健身的效果, 并有一种成就感。秦建桥介绍说, 海南登山协会这几年重点放在开展休闲式登山活动上, 每年都举办多次登山体验活动, 利用悬崖峭壁、瀑布沟谷等设计活动项目, 非常受欢迎, 参与者累计几千人。此外, 秦建桥说, 定向穿越、漂流、攀岩、体验民俗等, 都是与登山相关的休闲项目, 也是他们下一步要拓展的项目。

“海南的山不像那些高寒缺氧的大山, 在海南的山里, 支起帐篷你就能露营。只要有更多好玩的项目, 相信会有更多的人愿意到山上去玩甚至住上几天, 海南的休闲式登山大有可为。”秦建桥说。



登山爱好者在海南的热带雨林中攀登。登协供图

玩得安全 玩得舒心

虽然海南的山不像高寒缺氧的大山那么严酷, 但在热带雨林中穿行还是存在一定的安全隐患, 比如野生动物的攻击, 碎石、山洪等也是考验。征服热带的山林, 不单要有登山技术, 还需要丰富的动植物和生物知识, 要知道怎样寻找干净的淡水, 怎样在迷路情况下自救, 还要懂得哪些植物有毒, 怎样防止毒蛇等等。

“我们组织一个活动, 都会做好充分的准备, 永远把安全放在第一位。”秦建桥说, “要有周密的计划和组织, 成熟的线路设计, 得有资深的人士带队, 应付各种突发状况。”

秦建桥认为, 休闲式登山要想玩得舒心、玩得安全, 需要地方政府的大力支持, 建设各种基础设施提供有关服务, 比如建专用宿营区、补给点、食宿点, 配备专门搜救人员, 编制线路图、在山路或森林中设置指示牌、危险区域警示标识, 等等。“目前, 这些配套设施和相应服务都有欠缺。”

多举办活动和赛事

除了办体验式登山活动, 这几年, 海南登山协会还参与协办多个登山、登高活动和赛事。秦建桥认为, 多多举办活动和赛事, 可以宣传自身形象, 扩大影响力, 提升专业水平。他们正积极寻找合作机会, 举办更多有影响力的赛事和活动, 争取能

资深登山爱好者秦建桥—— 我喜欢登山 但不喜欢冒险

秦建桥出生在河北平原, 他说, 小时候没看到过山, 但对大山充满了好奇和想象。“我不到二十岁就参加工作了。1985年, 我坐火车出差到东北吉林, 我第一次看到大山的样子。从车窗望着大山, 美得让我直发呆。”

“那次我在吉林落脚的地方附近有一座山, 山并不大, 海拔就几百米。有一天, 我没带任何装备和食物, 就决定去爬那座山。记得那时还很冷, 爬到半山腰时, 我又累又饿又冷。后来还是坚持爬到山顶。上午9点出发, 下山脚找吃的地方时, 已是下午3点。”

第一次爬山的经历, 让秦建桥体会最深的是, 爬山并不是那么容易和浪漫的事情, 但并没有让他爬山的兴趣减弱。秦建桥登过的山越来越多, 结交了许多“山友”, 他从一个当初什么都不带就往山上跑的愣小伙, 成为了一个备齐登山装备、熟悉登山技能的“专业人士”。

与许多登山爱好者一样, 秦建桥也说登山的最大乐趣, 并不在成功登顶那一刻的感觉, 而是登山过程中的享受。但与许多爱好者体味登山的孤独感不同, 秦建桥享受的登山过程, 是与一大推“山友”们一块登山中, 人与自然、人与人的交流。他不喜欢独自一个人去登山, 更不喜欢带有冒险性质的登山。“每次登山前我都会做好充分的准备, 从不轻易冒险。”秦建桥到云南登过海拔5400多米的雪山, 他说那次登山其实很安全, 但就算准备再充分, 总会有不可预知的危险。秦建桥说他也碰到过山洪、雷电等, 幸运的是, 都能化险为夷。

1993年, 秦建桥来到海南。他每个月都要在山上呆几天, 他的足迹几乎登遍了海南的每一座山峰, 成为海南著名的登山“踩线人”之一。海南的山让秦建桥着迷, “让我印象最深的是‘蒸腾现象’的神奇, 来海南后, 长期呆在山里, 我才有时间来仔细观察这种现象的形成过程, 真是美不胜收。”

2003年, 秦建桥与“山友”创办了海南登山协会, 任会长至今。成为了登山活动的组织者, 秦建桥显得更“谨慎”更不敢冒险了, “每一个活动都要充分论证安全性, 我要保证参与者百分之百地安全回家。”

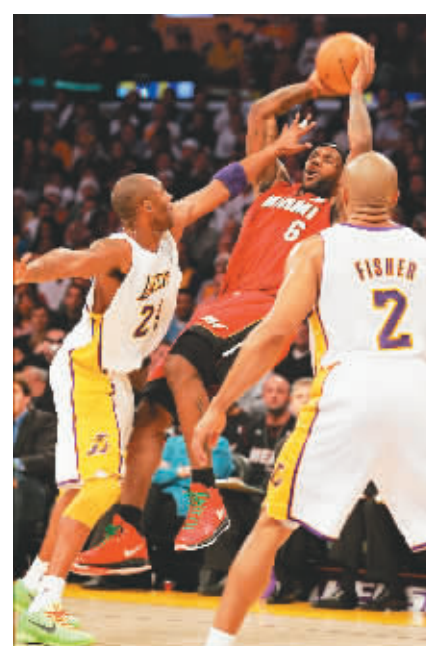
记者 林永成 (本报海口12月26日讯)

乐在其中

NBA战报

(12月26日)

尼克斯 103:95 公牛
魔术 86:78 凯尔特人
雷霆 114:106 掘金
勇士 109:102 开拓者



NBA圣诞大战 热火大胜湖人

北京时间12月26日, 在NBA常规赛“圣诞大战”中, 热火队客场以96:80大胜湖人队。图为科比(左)防守詹姆斯(中)。

新华社发