

亚运荣光——
海南集训

4年一届的亚运会是我国运动员检验自己竞技水平的一项重要赛事,也是他们获取积分赢得巴黎奥运会“入场券”的重要机会。为了备战杭州亚运会,中国乒乓球队、中国羽毛球队、中国举重队等10多支“国字号”队伍在海南集训,从海南出发,奔向亚运赛场。

夺金大户在海南冬训

最晚从海南出发前往杭州参加亚运会的是中国高尔夫球队。9月1日,第二届中国(海南)高尔夫年度活动暨国家高尔夫球队杭州亚运会出征仪式在海南博鳌亚洲论坛国际会议中心举行。殷若宁、吴阿顺、丁文一、林希妤、刘钰、陈顾新等队员,从海南奔赴杭州参加第19届亚运会高尔夫球比赛。

中国羽毛球队也在海南长时问集训备战杭州亚运会。2022年12月中旬,国羽在陵水黎族自治县集结,为参加亚运会进行有针对性的训练。在陵水冬训期间,国羽队员还参加了模拟比赛,比赛进行网络直播,众多球迷点击观看。今年1月,国羽飞赴欧洲参加羽毛球巡回赛,回国后继续在陵水集训。今年7月至8月,国羽还在陵水进行封闭训练,为参加杭州亚运会做最后的准备。

其实,从2013年初开始,国羽几乎每年都来陵水冬训,以备战世界大赛。国羽领队说,在陵水冬训是每年国羽队员调整身体状态、储备体能、提升技战术水平的重要一环,陵水堪比队员们的“加油站”。

中国乒乓球队一队和二队几十名队员2022年冬天先后前往陵水和海南体育职业技术学院参加封闭训练,以备战2023年的世锦赛和亚运会。国乒是亚运会中国体育代表团夺金大户,这是国乒继2020年、2021年之后第三年在海南冬训,海南已成为国乒冬训的首选之地。

多支国家队“恋”海南

今年初,中国举重队在国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)集结,开始冬训,备战杭州亚运会。共有含运动员、教练员、保障工作人员在内的130多人抵达五指山市。其中,大部分队员是在去年全运会上崭露头角第一次进入国家队的年轻运动员。侯志慧、汪周雨、李雯雯、李发彬、石智勇等5位东京奥运会冠军也归队参加训练。“我们来海南集训主要是做好运动员的训练和选拔工作,帮助运动员巩固专项能力,加强体能训练,让他们在亚运会上发挥出更好的水平,展示中国举重的力量。”中



中国女子橄榄球队在海口集训。
本版图片除署名外均由新华社发

备战亚运在海南

文海南日报记者 王黎刚



国家羽毛球队陵水训练基地。



中国乒乓球队在陵水集训。



中国冲浪队在万宁举行开放日活动。

训练
备战奥运会、亚运会。
中国铁人三项队2021年在海南冬训
资料图



国男子举重队主教练于杰说。

中国射箭队这两年也“恋”上了海南,选择在海南冬训。2022年冬季,中国射箭队在海口观澜湖集结,养精蓄锐,备战杭州亚运会。在海南冬训期间,该队组织开展了标准严格的选拔赛,同时全国射箭锦标赛也在海南举行。通过组织队员参加相关赛事,中国射箭队选拔出优秀队员,代表国家出征杭州亚运会。

海南岛四面环海,冬季气候温暖,是开展水上运动的佳境。从20世纪80年代开始,中国帆船帆板队几乎每年都来海南冬训。2023年是亚运年,今年初,中国帆船帆板队全员出动来海南集训。杭州亚运会帆船帆板项目进行了“大调整”,一些项目比赛要求变了,增加了难度和观赏性。中国帆船帆板队在海南开展了有针对性的训练。

今年上半年,国家攀岩集训队选择前往海南白沙黎族自治县开展集训。集训期间,国家攀岩集训队举办了多次选拔赛,筛选出优秀队员参加杭州亚运会。而早在2022年5月,国家体育总局登山运动管理中心等单位就在白沙举办了杭州亚运会国家攀岩集训队速度组选拔赛,以筛选出佼佼者进入国家攀岩集训队。

中国拳击队也选择“空降”海南集训,在海南备战杭州亚运会。在海南集训期间,中国拳击队举办了公开赛。中国网球队去年冬天在琼海集训,以备战杭州亚运会。中国女子足球队去年冬天到今年3月,一直在海口观澜湖足球基地集训。

海南缘何受“国字号”青睐?

多支“国字号”队伍选择在海南集训,备战杭州亚运会,这和海南良好的气候条件及近些年加快完善训练基础设施分不开。

海南多个冬训基地软硬件完成升级改造,符合“国字号”队伍开展集训

的要求。2020年,国家体育训练南方基地在海南挂牌。海南9个体育训练基地被统一命名为“国家体育训练南方基地”,它们分布于海口、三亚、文昌、万宁、陵水、五指山、澄迈、白沙8个市县。

其中,国家体育训练南方基地(五指山·综合)建有综合训练馆、运动员综合楼、游泳池等,为国家队及各省、区、市竞技体育队伍营造了优良的冬训环境。五指山环境好,空气中负氧离子含量高,举重大力士在五指山集训,恢复得特别快,而且不太需要使用“辅助手段”。中国举重队队员、奥运会冠军李发彬说,在北京进行大重量训练后,至少要在高压氧舱里待1个小时,身体才能恢复,在五指山训练,上完大重量后深呼吸一会儿就没事了。

中国拳击队对海南白沙青睐有加。该队女子75公斤级选手李倩说,每次参加世界大赛前来白沙训练,都有提高,白沙基地提供的后勤保障服务很到位。“白沙环境好、空气好、服务好,在白沙训练冬天不需要暖气,夏天不需要空调。”中国拳击队总教练张传良介绍,该队自2018年起入驻白沙基地,每年要在白沙训练近半年。

国家羽毛球队陵水训练基地于2012年初挂牌,基地内有训练馆及配套酒店,建有24块标准羽毛球场地。中国羽毛球协会主席张军表示,陵水常年承接国家羽毛球队集训任务,在训练场地配套、后勤服务保障等方面做了大量工作,是国羽的另一个“家”。

中国射箭队以前在四川攀枝花进行冬训。2022年初,该队第一次转场至海口冬训后,感觉海口的气候非常适合开展射箭运动。中国射箭队领队说,射箭比赛在户外进行,国家队选择去哪里冬训必须考虑气候因素,“海南冬季的天气状况,非常适合射箭”。为了让国家队更好地开展训练,海口观澜湖专门修建了一个射箭训练场,软硬件设施均较为齐全,可满足中国射箭队训练的基本需求。

中国帆船帆板队之所以每年都来海口冬训,主要是考虑到海口西海岸的训练场地、风力及天气状况都很好。该队领队说,冬天国内主要城市只有海口的海域能下海“深度训练”,冬季海口的风力、风向也很给力,“一个冬训练下来,队员的技战术水平都有不同程度的提高”。

国家体育训练南方基地(海南白沙·综合)建成了一面标准的攀岩墙,吸引许多国内外攀岩高手前往一试身手。此外,白沙、五指山等地的体育训练场馆,位于海南岛中部山区,当地空气质量优,这对帮助国家队队员恢复身体、缓解疲劳大有益处。同