



星耀巴黎

# 谢瑜射落第三金

## 时隔16年，中国队再夺男子10米气手枪奥运金牌

在28日进行的巴黎奥运会射击男子10米气手枪比赛中，中国选手谢瑜以240.9环的成绩夺得冠军，这是中国代表团在巴黎奥运会上拿到的第三枚金牌。

拿到巴黎奥运会男子10米气手枪冠军后，24岁的谢瑜终于可以稍稍放松一下了。

这是一块中国射击队期盼已久的金牌。这个项目一直是中国队的强项，许海峰、王义夫、庞伟

等名将都曾在这个项目上打出过经典的比赛。在2004年和2008年，中国队都将这个项目的金牌收入囊中。然而，在2008年之后，中国的男子手枪选手们却一直未能站上这个项目的最高领奖台。

这是谢瑜的第一届奥运会，在资格赛上，中国队的另一位选手张博文未能进入前八名，谢瑜只能在决赛中孤军奋战。

站到了决赛赛场，不想拿冠军是不可能的。谢瑜说，这种要争冠军，但又不能太在意争冠军的想法，很微妙。“前几天就是把压力释放太多了，导致自己进入一个非常低迷的状态，怎么打、怎么训练都没有那种拼劲。然后经过这两天反复调节，才慢慢把斗志激发出来。”他说。

在决赛中，压力来得更加猛烈。虽然谢瑜大部分时间排在前三位，但处于两名意大利选手的夹击中，显得势单力孤。进入前三名争夺战，竞争十分胶着，好在谢瑜在关键时刻发挥稳定，而意大利两名选手均不同程度出现了低环数，谢瑜最终成功夺冠。

整个决赛，谢瑜的状态逐步提升。按照目前的规则，男子10米气手枪决赛采用“末位淘汰”，这意味着选手们需要尽可能提升自己的排名，同时把其他选手“踹”下去。“今天的心理暗示比较简单——踹掉一个就好。”对

于决赛的调整，谢瑜这样说。

谢瑜小学六年级开始练习射击。十几岁，正是活泼的时候，相对枯燥的射击运动让当时的谢瑜很不适应，曾经几次中断训练。

“小的时候，想玩的心态比较多，训练没那么上心，所以在省队来回回好几次。2019年，心思又跑到外面去了，不太想训练，所以又沉淀了一年。直到2020年打（东京奥运会）选拔，一下就拉回来了，一直到选拔上巴黎奥运会，这期间都老老实实训练。”谢瑜说。

“调皮”是谢瑜形容自己性格时用得最多的一个词。“调皮，我意思是做什么事情都想按自己的风格来做。”谢瑜说。

从“调皮”到“老实”，射击磨练了谢瑜的性格和心态。在奥运会之前，他的国际比赛经验并不算丰富。这次奥运会，面对雷茨、米凯奇等男子手枪名将，谢瑜也绝对可算作一匹“黑马”。

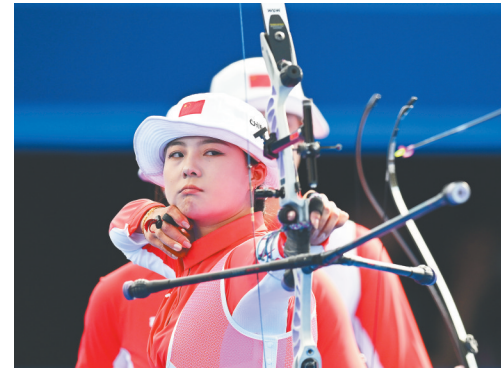
“来到奥运会，思想上的紧张每天都伴随着，所以每天都要进行一些比较简单的‘洗脑’，告诉自己放松一些，不要那么紧。第一次参加奥运会，干嘛给自己那么高的要求，达到自己的正常水平就可以了。”他说。

奥运冠军梦想成真，但谢瑜后面还有比赛，他暂时没想到更好的庆祝方法。

“我觉得就这么过去，也挺好的。”他说。

（新华社巴黎7月28日电 记者 林德韧 王梦）

## 女子射箭团体决赛 中国队惜败韩国获银牌



在当地时间28日进行的巴黎奥运会女子射箭团体决赛中，由李佳蔓、安琦轩和杨晓蕾组成的中国队以4:5惜败韩国队，获得银牌。韩国射箭女团在奥运会上保持不败金身，自1988年射箭团体项目进入奥运会后已实现十连冠。

图为中国选手李佳蔓在比赛中。 新华社发

## 江旻憓为中国香港队 夺队史首枚女重个人金牌



北京时间28日，江旻憓在巴黎奥运会女子重剑决赛中为中国香港队斩获队史首枚女重个人金牌，同时也是本届奥运会中国香港代表团首金。

图为江旻憓在颁奖仪式上展示金牌。 新华社发

谢瑜在颁奖仪式上。

新华社发



妙语连珠

“其实没有什么特别的降心率的方法，因为心率不是自己可以控制的，曾经有一段时间我尝试过降心率，让自己不那么紧张，但其实，其实……”

——在巴黎奥运会首金得主、中国射击运动员盛李豪看来，控制心率不是夺得首金的关键，一切以硬实力说话。

“这真的让我吃惊。对他来说，我简直就是一本打开的书，他完全读懂了我。这比赛打得就好像他是三届奥运会冠军，而我是第一次参加奥运会。”

——从三届奥运会男子佩剑个人冠军匈牙利阿隆·斯拉奇加输给加拿大对手的表现来看，姜也不一定是老的辣。

“我在这里看到很多头发花白的老记者——如果我告诉你可以放下麦克风退休了，你会不会也感到不被尊重？”

——第六次参加奥运会的美国篮球运动员戴安娜·陶乐西已经受够了被反复问到何时退役的问题。

“我从里约热内卢奥运会开始就收集奥运会徽章。在奥运会闭幕时，我的注册卡重量可以达到2公斤。”

——匈牙利赛艇运动员本德古兹·莫尔纳来到巴黎，除了参加奥运会，还要收集徽章。

“对我来说，获得奥运参赛资格就已经意味着一枚奖牌了。这过程如同虎口拔牙，得天上所有的星星都排成一条直线，几乎是不可能的事。”

——即将年满51岁的英国滑板选手麦克唐纳现在都觉得自己能赢得奥运参赛资格是一件“超现实”的事。

“我们去斐济学的如何打七人制橄榄球，我们必须感谢斐济教会我们关于这个项目如此多的内容。决赛对阵斐济队非常特别，能击败斐济队，我们赢的可是专家中的专家。”

——法国队在七人制橄榄球男子组决赛中击败卫冕冠军斐济队，为东道主赢得在巴黎奥运会上的首枚金牌，法国队主教练的赛后感言充分证明了一句老话，“教会徒弟，饿死师父”。

（据新华社巴黎7月28日电 记者王春燕 王恒志 王子江）

妈妈都被吓到了！

# 陈艺文的英语为啥这么好？

新华社巴黎7月28日电（记者王浩明 赵紫羽 钟坤）27日，陈艺文和昌雅妮搭档出战跳水女子双人三米板项目，稳稳摘下中国军团在巴黎奥运会的第三枚金牌。赛后，陈艺文一口流利的英语在国内短视频平台“火了”。

赛后接受采访时，面对镜头，她用英语说：“说实话，我松了一口气，前两天我们真是超级紧张，昨天晚上也是一样。我们现在都有点说不出话来，真的超级紧张，我的腿发抖得厉害，我们冷静了下来，我们做到了，这真的不可思议。”

陈艺文的英文流利，更让人惊讶的是，表达非常自如，就像是和一位老朋友聊天。这也帮助陈艺文和昌雅妮不仅在奥运赛场收获了金牌，还收获了跨国友谊。27日赛后，获得银牌的美国选手培根和库克在接受采访时说：“我们超爱她们，她们太有意思了，陈艺文的英语非常好，所以我们可以很好地交流，昌雅妮是我见过最好的、

最甜的女孩之一。”

看了赛后采访视频的不少网友纷纷表示：“我们的运动员真是越来越国际范了！”还有人感叹：“她的英语感觉比我一个专八的还要好！”

事实上，这位25岁的姑娘可是精通三种口语。夺冠后，她还接受了普通话和粤语采访，无缝切换，轻松自如。

陈艺文出生在海南海口，在广东长大，因此粤语自然是在话下，但英语为什么又能这么好呢？

陈艺文的妈妈孙铭茵说，大概十四五岁时一次出国比赛，让女儿意识到英语的重要性。

“那时候她还小，出国了，就觉得自己一定要懂英文，就叫她的姐姐把学习的英语书寄给她，她自己学，然后每天晚上看那些英文电视剧。”孙铭茵说，“我们知道她在学英语，但都不知道她英语这么棒。是看到她讲英文的视频，一下子把我们吓到了，我女儿怎么英语这么棒？我都不知道！”



7月27日，陈艺文（左）与参赛选手交流。 新华社发

陈艺文妈妈：

# 她也圆了我的跳水梦



家乡连线

新华社广州7月28日电（记者赵紫羽 钟坤）在陈艺文和队友昌雅妮为中国队锁定巴黎奥运会跳水女子双人3米板金牌后，全程观看比赛直播的陈艺文家人一跃而起，相拥而泣。

27日，广东省中山市体育运动学校里人声鼎沸。在陈艺文跳水梦发芽的地方，她的家人、体校教练和700名在校学生一起见证了她的荣誉时刻，隔着屏幕共唱国歌。

“真的太激动太兴奋

了，又有点心酸。辛苦这么多年，梦想终于实现了！”看到女儿最后一跳入水中，妈妈孙铭茵的泪水夺眶而出，她说最开始想让女儿练习跳水是因为自己喜欢，这块金牌也圆了她的跳水梦。

“我从小就喜欢跳水，那时候非常崇拜我的邻居，他拿了很多跳水比赛的冠军。有一次过年带着艺文回老家遇上他，他当时是广东省跳水运动管理中心主任。我就说想让女儿学跳水，他看了一下觉得艺文条件不错，说可以试一下，就这样开始跳了。”孙铭茵说。

2008年陈艺文进入中山体校跳水队，师从张秀荣教练。“艺文是

我们中山体校跳水队的第一批运动员，她有天赋，弹跳力、柔韧性、协调性都非常好。”

观看弟子的奥运会首秀，张教练还特意准备了纸笔，在艺文和搭档每一跳之后记录分数。

从省队到国家队再到奥运冠军，十多年的跳水生涯中，最令家人担心的是陈艺文报喜不报忧。

“回忆起来，她受伤好像从来都没有当时告诉过我们，小的时候可能是生病发烧这种，长大了要去医院做个小手术什么的，她都是过后才告诉我们，然后我们就很心痛。她才那么小，那些时刻没有家人在身边，她怎么自己走过来的，

想起来就会很心疼。”陈艺文的姐姐陈麒安几度哽咽。

从这场决赛的第一跳开始，陈麒安就紧紧盯着大屏幕，看到妹妹圆梦巴黎后，陈麒安说自己终于放心了。“不是因为金牌，而是因为她实现了自己的愿望，我是因为这个开心，她真的太辛苦了。”

在这个充满爱的家庭里，开赛前家人每天跟陈艺文聊的话题是“运动员村逛了没？”“买了什么巴黎的纪念品？”，千方百计帮她疏解压力。

“之后的单人比赛，她加油就行了，跳出自己的最好水平就好。”孙铭茵说。



奖牌榜

（截至2024年7月29日0时）

名次	代表团	金	银	铜	总数
1	韩国	3	2	1	6
2	澳大利亚	3	2	0	5
3	中国	3	1	1	5
4	法国	2	2	1	5
5	日本	2	0	1	3
6	美国	1	3	2	6
7	哈萨克斯坦	1	0	2	3
8	比利时	1	0	1	2
9	德国	1	0	0	1
9	中国香港	1	0	0	1

制表/杨干露