



“梦之队”梦幻亮相，施廷懋/王涵3米板登顶无悬念 跳水“60岁组合”打响头炮

据新华社电 施廷懋/王涵夺得金牌

昨日，中国跳水“梦之队”迎来东京奥运会首秀，施廷懋/王涵在女子双人3米板决赛中以326.40分的总成绩轻松夺冠，帮助中国跳水队取得开门红，加拿大和德国选手分列第二第三位。



■王涵(右)在颁奖仪式上为施廷懋戴金牌。

施廷懋为王涵戴上金牌

自2000年悉尼奥运会跳水比赛设立女子双人3米板项目以来，中国队从2004年雅典奥运会开始，此前已经连续四届包揽了该项目金牌。东京奥运会上，里约奥运会女子3米板、双人3米板双料冠军施廷懋携手王涵出战。从2019年世锦赛开始，她俩的双人组合配合默契、优势明显，只要不出现大的失误，在东京奥运会夺金便只是时间问题。

比赛中，施廷懋/王涵从第三跳开始，就逐渐拉开和其他选手的距离。最后一跳405B，施廷懋/王涵拿到了76.50的全场最高分，帮助中国队彻底锁定金牌。在分数公布的那一刻，王涵背过身，和施廷懋相拥，流下了眼泪。

“当分数出来的时候，我们俩先是拥抱感谢了彼此，然后她感谢我跟她搭档，我感谢她带着我拿到人生中的第一块奥运会金牌，所以这个时候会有一点泪腺(发达)。”赛后，王涵已经能笑着分享自己摘得人生首枚奥运会金牌时的心境。“我也不太想让自己这样，30岁了嘛，感性了一回”。

根据防疫要求，东京奥运会颁奖仪式上运动员将自行拿取托盘上的奖牌、花束和奥运会吉祥物。在领奖台上，经验老

到的施廷懋率先拿起金牌，给首次参加奥运会的王涵戴上。在互相佩戴金牌后，两人再次深情相拥。

施廷懋：掌声在我心中

施廷懋和王涵都在1991年出生，两人现在是中国跳水队中年龄最大的选手，年龄加起来都有60岁了。王涵赛后表示：“五年的准备时间，对我们来讲很困难，但也是一件好事情。在人生的道路上，这是一段精彩的回忆，让人变强的从来都不是奥运会金牌，而是通往奥运金牌的路途。”

谈及受疫情影响、观众无法到现场观看的空场比赛，施廷懋说：“在我心里，掌声在我心中，祖国在为我喝彩。”

因为疫情，施廷懋表示自己跟父母的关系更紧密了。“疫情让我和父母的关系更好了，感谢他们帮助我走出了人生中的最低谷，开导我、引导我、帮助我，让我在人生路上有了很多感悟，让我学会了忍耐、忍受，然后去接受、接纳，去和解。”

在人才济济的中国跳水队度过了18个春秋，30岁“高龄”王涵才争取到第一次征战奥运机会。“新人”王涵感慨万分：“我很珍惜拿到奥运金牌之前的过程，这让我的人生更加精彩。酸甜苦辣都尝过了。”

女子单人3米板预赛将于30日进行，届时施廷懋和王涵将组成中国队的“双保险”，联袂出战。

李发彬举起中国第5金 “金鸡独李”，别学我！



据新华社电 昨日，中国代表团男选手也开始发力了。28岁的李发彬在举重男子61公斤级比赛中力克印度尼西亚老将伊拉万，为中国代表团添上第5金。

刚刚走下东京奥运会的最高领奖台，李发彬就说：“我接下来还有比赛，还要保持训练状态。我还要比好全运会呢！”全国运动会9月中旬举行。李发彬的提前准备，把在场的记者都逗乐了。

这注定是一场经典但并不精彩的对决。李发彬的最大对手、四届奥运老将伊拉万和他上演了第三次“巅峰对决”，前两次是在2018和2019年的世锦赛，两人各有胜负。第三次，距离上一次相遇已经过去了一年半的时间。

紧张在所难免，32岁的伊拉万第一次试举137公斤成功后，李发彬试举同样的重量竟然失败了。“第一把压力很大，而我通常愿意把难度想得更大一些，这样比赛就会显得简单一些。”李发

彬说。

李发彬其实是抓举和总成绩的世界纪录保持者，开把的失败反而让他释放了一些不必要的紧张，此后他连续两次试举成功，以141公斤完成抓举比赛。反观伊拉万，急于求成导致发挥失常，两次试举141公斤无果。

“这场比赛虽然比我想象得要轻松，但是能够赢他真的很难。”李发彬说。的确，挺举比赛开始后，中国队教练团队的智慧展现无遗，他们通过战术安排，在确保李发彬领先的情况下，逼迫伊拉万两次试举超越世界纪录的重量，将力量的比拼转化为心理和战术的试探。伊拉万两次试举全部失败，只能接受第二的位置。

比赛中发生了一幕小插曲，挺举第一次试举，李发彬举起杠铃时由于身体有点歪，竟然直接通过“金鸡独立”，单腿离地转移，把重心调整过来。“这是我比赛时惯有的一个错误动作，奥运会这种场合，千万别误导大家。”李发彬说，“我核心力量比较强，所以能硬掰过来，大家可千万别学我啊！”

李发彬11岁被父亲送去学习举重，他的启蒙教练陈孝铭说，李发彬体重轻、身体灵活，协调性和柔韧性都相当好，“是一块举重好材料”。2011年，李发彬初登国际舞台，就获得了世青赛冠军，前途一片大好。然而国家队高手林立，李发彬直到近而立之年才争取到参加奥运会的机会。



谌利军，这次不抽筋

“胜利军”爆发赢下第6金

据新华社电 昨日，中国举重队男选手表现出色，在李发彬拿下61公斤级冠军，谌利军又在67公斤级比赛最后有惊人爆发，一举夺得金牌。至此，中国队包揽了举重项目产生的三枚金牌。

在昨晚进行的男子67公斤级的比赛中，谌利军的开局并不顺利。在抓举

比赛中，谌利军发挥不佳，三次试举仅第一把成功，只取得145公斤的成绩。谌利军这个成绩连前三名都进不了，落后排名第一的哥伦比亚选手莫斯奎拉6公斤，这也是他近年来大赛中抓举的最差成绩。

在挺举比赛中，莫斯奎拉最终举起180公斤，总成绩达到331公斤。谌利军第一次试举举起175公斤。为了逆袭，谌利军直接在第二把要了187公斤——这是一个非常有难度的冒险。在过去几年的大赛里，谌利军在2019年世锦赛上曾举起过这一重量。成功就是冠军，失败则将无缘领奖台。

要知道，5年前参加里约奥运会时，谌利军曾在决赛中突然抽筋，经过队医和教练检查确认后无法坚持比赛，他只能无奈弃权。

这一次，谌利军顶住压力，一把成功！他以抓举145公斤，挺举187公斤，总成绩332公斤力压对手，为中国代表团取下第6金。

赛后，谌利军在社交媒体上表示：“在我的老家益阳，亲友的乡音给我的名字赋予了‘胜利军’的发音，这次我没让你们失望。感谢过去5年来所有给予过我支持和帮助的人，是你们让我在失败时昂首、在胜利时坦荡。常年控制饮食的我，现在好想回到祖国，痛快地吃一顿火锅！”

(本版图片：新华社)