

总策划:刘海陵 林海利
总统筹:孙 璇
统 筹:陶 勇 蒋 铮 胡 军
协 统:林本剑



东京奥运会特别报道



中超·焦点

全红婵，全满分！

这位14岁的广东湛江姑娘，是本届奥运会中国代表团年纪最小的运动员，昨天她以近乎统治的方式摘取了女子十米跳台金牌

你能想象吗？一个14岁的姑娘，在自己参加的第一个国际比赛中，以近乎完美的表现拿到奥运金牌。这似乎是只会出现在小说中的场景，而在8月5日的东京水上运动中心，广东湛江女孩全红婵让这个梦变成了现实。在2020东京奥运会女子单人十米台决赛中，全红婵在五跳中拿到了三个全满分，以领先第二名41分的绝对优势夺冠。另一名中国选手陈芋汐摘得银牌。

天才少女贡献三跳满分

去年10月，全红婵才第一次参加全国比赛。然而在三站东京奥运会跳水选拔赛中，全红婵两次摘得冠军，这也让她拿到了一张直通东京的门票。全红婵的启蒙教练陈华明表示，全红婵就是一名“天才运动员”。而在东京，天才运动员全红婵贡献了一次完美演出。

从预赛到半决赛，女子单人十米台都是全红婵和队友陈芋汐的表演秀，而在决赛中，全红婵更是将跳台完全变成了自己的舞台。在第二

跳和第四跳，七名裁判全部为全红婵打出了10分的满分。当现场播音员读出一个“ten(10分)”的时候，现场观战的中国跳水队其他成员都已陷入了疯狂，而全红婵依旧没有太多表情。

最后一跳，有六名裁判再次给全红婵打出了10分，只有一名给了9.5分，不过这并不妨碍她又一次拿到了满分的有效分。除了三跳满分外，全红婵的另外两跳均分也在9.5分和9分。这位本届中国奥运代表团的 youngest 选手，以一种近乎统治的方式帮助跳水“梦之队”拿到了在本届奥运会上获得的第六枚金牌。

贺信

全红婵家长：

值此，特向您及家人表示热烈的祝贺和诚挚的问候！希望你们一如既往地大力支持全红婵继续弘扬爱国主义精神和奥林匹克精神，为祖国赢得更多荣誉，为广东体育强省建设再立新功。

广东省体育局
2021年8月5日

连线 广东

全红婵夺冠 爸爸激动得从椅子上跳起来

预备，起跳！屏幕前的全红婵爸爸全文茂和女儿动作神同步，只是全红婵是跳向水池，而全文茂则是看到女儿完美夺冠的表现，激动得从椅子上跳了起来。

全红婵爸爸：为女儿打满分！

昨天下午，在湛江体育中心会议室，全文茂带着全红婵的弟弟、妹妹，和全红婵的启蒙教练陈华明、她的师弟师妹们一起观看了全红婵的决赛。而全家人所在的麻章镇迈合村，也在村里的祠堂组织了另一场集体观赛，全红婵的妈妈和村里的亲朋好友，一起目睹了她登上奥运最高领奖台的辉煌。全家人的观赛虽在两地，但心情相似，而且不止他们一家人，昨天整个湛江都在为全红婵加油，为全红婵骄傲。

全红婵夺冠那一刻，全文茂激动地和周围人挨个握手，还一直和陈华明耳语，作为全红婵的父亲和启蒙教练，全文茂和陈华明一起接受了献花。“她跳得很好，向前冲！中国力量！永远向前冲！”全文茂冲着镜头，骄傲地为女儿竖起大拇指。

右臂上扬，是全文茂的标志性动作，他越说越激动：“我给她打满分！”形容自己的心情，“高兴、自豪！她为国家争光，为湛江争光！”

全文茂为身为奥运冠军的女儿送去祝福：“爸爸为你骄傲，湛江人民都为你骄傲，为你感到高兴，一定要继续努力，向前冲！加油加油！”全红婵的妹妹全红桃和弟弟全进鹏也都为姐姐感到骄傲，全进鹏还怯声怯气地说了句，“羡慕姐姐。”

全文茂说，等全红婵回来，一家人要一起开心地吃饭庆祝，“她想吃什么都做给她吃，做她喜欢的东西。”全文茂透露，因为年纪小，全红

婵和其他小孩子一样，还是喜欢零食多一点，“带一点辣的东西”。

启蒙教练：期待“全红婵时代”

作为全红婵的启蒙教练，已经退休又返聘的陈华明看到她夺冠也非常激动，“今天的表现可以说是完美，一点瑕疵都没有。小小年纪第一次参加国际比赛就能站到最高领奖台上，这是非常不容易的，大家都很自豪。”陈华明说：“这次能拿金牌，我愿意看到她今后以此为起点，开启中国跳水‘全红婵时代’。希望她继续努力，更上一层楼。”

不止是在湛江，全红婵在广东省队的教练何威仪看到全红婵夺冠也很欣慰。去年在全国冠军赛上一鸣惊人后，何威仪陪全红婵一起来到国家队，备战东京奥运会，付出了许多常人难以想象的努力。为此，何威仪的白头发了都多了不少。

广东省跳水项目管理中心主任凌海婵和全红婵一样，名字中都有个“婵”，凌海婵说，“婵”的名字在粤西很常见，她们师徒二人都来自粤西，一个来自茂名，一个出自湛江，这也是一种缘分。

文/图 羊城晚报记者 魏超然（发自湛江）



直到被教练高高抱起，全红婵的脸上才露出了羞涩的笑容。或许连她自己都没意识到自己在刚刚奉献了多么精彩的表现，这绝对是一场教科书级别的演出。

14岁女孩古灵精怪

跳台上的全红婵自信满满，但一到场下，她又变成了那个古灵精怪又有些羞涩的小女孩，毕竟她还只是个14岁的姑娘。一头短发的全红婵一副假小子模样，瘦瘦小小的她让人很有保护欲。在颁奖仪式上，直到身旁的教练团队大声提醒，全红婵才羞涩地

展示着金牌，并不熟练地做出了比心的动作。

在队友陈芋汐接受采访时，全红婵躲在一旁的柱子后面，只露出一个脑袋，一双亮晶晶的眼睛打探着正在发生的一切。只有当陈芋汐笑着说“全红婵是队里最调皮的一个，整天追着我打时”，全红婵才跳出来大声反驳道：“哪有！才不是这样！”在场的记者都被这两个分别只有14岁和16岁的小姑娘逗得哄堂大笑。

而等到自己接受采访时，全红婵又恢复了她害羞的样子。虽然不承认有追着陈芋汐打这样的事情，但当被

天才少女，练得最苦

家境不佳的全红婵抓住了命运给她的另一个机会

全文茂夫妻二人身上，全红婵遗传了很好的身体素质。

“我们每年都去基层学校选材，2014年去到全红婵的学校，发现她的力量、速度相当好，感觉她很适合练跳水，就把她招了过来。”回忆起7岁时招的全红婵，至今陈华明仍津津乐道。

在湛江体校练了四年，广东队进行了一次大集训，全红婵被推荐到二沙体育训练中心，何威仪一眼就相中了她，“她的条件非常好，在这批集训的队员里面是最好的。”何威仪说，全红婵的脚尖膝盖比较漂亮，身材修长且协调，在跳水需要的运动天赋方面，甚至比男孩子更好，“我们一般认为女孩子的身体素质要比男孩子差一些，但她跳动作比男孩子还要轻松。”

广东省跳水项目管理中心主任凌海婵也说：“她的空翻动作非常有力，爆发力很强，甚至超过了很多男选手。”也因此，全红婵没有再经过大集训选拔，直接进了省队。全红婵接近完美的身形和出色的技术动作，给凌海婵留下了深刻的印象，“我还当过教练有30年了，全红婵可以说是选材中最出色的一个。”

全红婵在去年的全国跳水冠军赛暨奥运选拔赛第一站中拔得头筹，一鸣惊人。而据何威仪讲，全红婵在比赛前三周才把动作学完，天赋之强可见一斑，“她还学过一些男孩子的动作，比如杨健、陈艾森跳的407B和307C，之所以没有用，是因为没有现在这套那么稳定。”何威仪说。

性格开朗

天不怕地不怕

过人的天赋是基础，但绝不是全红婵追平“跳水皇后”伏明霞，成为奥运会有史以来最小年龄冠军之一的唯一原因。

火箭般攀升速度的背后，是艰苦的训练投入。“对待动作的态度比同龄小朋友更专注。我们说改动作，马上就行动起来，而不是等、拖、不敢，很听教练的话，她是练得最苦的一个，所以我们也把重心放在她身上。”何威仪说，通过三年多时间，全红婵把动作都学会了，否则也不可能有机会去奥运会。

另外，全红婵的性格也很开朗，情商很高。“与人交往很主动，不怯场。”何威仪笑着告诉记者，“最近的那次选拔赛，有个动作难点，前一次她没用好，我问她要不要再练一次，她说不用，有信心，能掌控比赛流程。她的心态控制得很好，我觉得这个小孩真不得了！”

陈华明和何威仪也有同感，虽然本届奥运会是全红婵第一次参加国际大赛，但她丝毫没有怯场，“她天不怕地不怕，没杂念，初生牛犊不怕虎。”陈华明说，“她（性格）很冲的，学动作都

问道自己是不是队里最调皮的一个时，全红婵还是不好意思地点了点头。面对一众媒体记者，全红婵的几乎每一次回答都能出乎所有人的预料。面对一个只有14岁的孩子，一众老记也显得无可奈何。

当被问到是否把同样在14岁的年纪夺得奥运冠军的伏明霞当成自己的偶像时，全红婵挠了挠头，她显然没听明白这个问题。“她可能不知道（伏明霞）是谁”，不知是谁说了这么一句，全红婵自己也跟着笑了起来。

羊城晚报特派东京记者
郝浩宇 周方平

是带头学。平时也很爱玩，但训练的时候一要求起来就很认真。”

当然，全红婵能参加奥运会，确实有运气的成分在里面。“如果没有疫情，她不可能参加奥运会。”何威仪告诉记者。因为奥运会限制年龄要在14岁以上，而全红婵今年3月才刚满14岁，如果奥运会不延期一年，全红婵根本就没有人选资格。

另外，全红婵从去年10月到今年8月，在国家队待了还不满一年，能够在如此短时间内被培养成奥运冠军，这在人才济济的中国跳水队中也没有先例。“伏明霞第一次参加奥运之前，也在国家队待了比较长的一段时间。”何威仪说。在北京的这几个月，何威仪一直陪伴在全红婵身旁，直到国家队出征前夕，6月底，她才返回广州。

控制好自己

还能跳十年八年

在陈华明和何威仪看来，全红婵还拥有非常长的运动周期，将继续为广东队、为中国队作出更大的贡献。

“只要她在发育过程中控制好自己，可以跳个十年八年。”同时，何威仪认为，全红婵要控制好零食，一方面是零食可能含有兴奋剂的成分，另一方面乱吃零食也会影响肠胃。

全红婵未来有没有机会从跳台转向跳板？何威仪认为，以全红婵现在的身高和身材，还不适合练跳板，“后面要看生长发育，如果长得像伏明霞那么好的身材，跳板也有戏。跳板需要扎实一点的才能压板，太轻不行。”

继劳丽诗、何冲之后，全红婵为湛江跳水再添一冠，也延续了湛江乃至广东跳水的优良传统。湛江跳水人才济济，许多像陈华明这样的基层教练，为跳水运动奉献了自己的一生。陈华明此前已经退休，但出于对跳水这项运动的热爱，他接受返聘，继续带弟子。

此外，全红婵的妹妹全红桃和弟弟全进鹏也受到姐姐的影响，练起了跳水，他们虽没有全红婵进步那么飞快，但也有机会参加省里的比赛，而且最重要的是，他们都喜欢跳水，以此为乐。

广东省体育局局长王禹平昨天见证了全红婵的夺冠，他表示，全红婵跳成这样的好成绩，可喜可贺，湛江、广东有这个跳水传统传承，有历史的积淀。凌海婵也介绍，每届全运会之后，广东省跳水队都会通过广州、深圳、湛江、惠州等地的跳水基地选拔人才，脱颖而出的运动员将参加省队的大集训，其中优秀者将获得进入省队的机会。希望越来越多的小全红婵能够涌现，让广东跳水持续传承，未来更美好。

文/图 羊城晚报记者 魏超然（发自湛江）

击败河南队 广州队紧随山东队

中超第12轮广州队主场与河南嵩山龙门的比赛昨晚在广州天河体育场结束，凭借阿兰和洛国富的进球，广州队以2比0获胜，提前晋级争冠组，在积分榜上紧追山东泰山，依然保有争夺赛区第一的希望。

由于赛程密集，广州队近期轮换幅度较大，尤其是前锋线。此役，主教练卡纳瓦罗排出了442的首发阵型，上一轮梅开二度的韦世豪和阿兰搭档锋线组合。上一轮上演帽子戏法的高拉特，与艾克森等人坐在替补席上。上半场，河南嵩山龙门采取密集防守，广州队无功而返。下半场，严鼎皓在中场发挥出色，相继在第55和73分钟助攻阿兰和洛国富，将比分定格在2比0。

洛国富的挑射进球尤其精彩。近来，洛国富的状态十分出色，不仅体重减了10公斤，射门感觉也在加强。虽然一直作为替补登场，但在有限的时间内把握住了机会，已经打进了三个联赛进球。谈到自己如今的状态，洛国富颇为感慨地说道：“过去的一年，我经历了很多外界不知道的事，可能我的翻译可以更加清楚地讲述这一切。在这一年里，我不断地努力，希望克服自己所处的困境，战胜伤病。很高兴，现在我可以克服这一切了。到了场上，我又能用自己的进球来帮助球队，除了进球，我在场上还充满了取胜的欲望。”

此役获胜后，广州队已提前晋级争冠组。目前在广州赛区积分榜上，广州队积24分，落后榜首的山东泰山3分，依然有希望竞争赛区第一，同时提前晋级争冠组。

羊城晚报记者 林本剑

2比0胜沧州雄狮 广州城迎来三连胜

广州城5日迎来2021赛季中超联赛三连胜，他们在花都体育场以2比0战胜沧州雄狮，三名外援形成梦幻联动，为球队进球的是蒂亚戈和卡尔多纳，吉列尔梅先后为他们送上助攻。

广州城近况要好于对手，上轮以替补阵容首发却以1比0战胜深圳队后，继续在广州赛区第四位次上保有6分优势，进入争冠组的希望不小。而沧州雄狮近期状态不佳，上轮2比5不敌广州队，创赛季最大失分，近三轮1平2负。本赛季第五轮两队曾相遇，当时广州城以0比0战平对手。

上轮得到休息的广州城主力阵容本役进入首发名单，整场比赛广州城控球率占优，控球传导也更为主动，吉列尔梅连续获得射门机会。不过边路主将唐鑫第21分钟因伤退赛，令球迷颇为担心。

比赛中为广州城进球的是蒂亚戈和卡尔多纳。第35分钟吉列尔梅中路送出手术刀般的斜塞，蒂亚戈抢点近角破门，这也是他打进的个人本赛季中超第4球；第80分钟，又是吉列尔梅拿球后推进直塞，卡尔多纳晃过防守球员后轻松将球打入空门。这同样是卡尔多纳打进的本赛季个人中超第4球，值得注意的是，其中的三个进球是卡尔多纳替补上阵时踢进的，堪称“替补杀手”。

前几轮比赛，广州城的进攻能力一度被诟病，但近两轮有了较大改观，尤其本轮比赛7次射门贡献4次射正两个进球，进球效率大大提高，这也是广州城三连胜的重要原因。

羊城晚报记者 苏符

不敌山东 深足仍晋级争冠组

中超第12轮焦点战山东泰山与深圳队的比赛昨晚在广州越秀山体育场上演。深圳队以2比4不敌对手，遭遇赛季首次连败，也退出了广州赛区领头羊的争夺，但仍提前两轮晋级争冠组。

此役事关双方争取赛区头名，两队都派出了现有最强阵容。但深圳队的后防核心普拉利甘吉因伤缺席，对球队的防守影响很大。面对山东泰山的费拉尼和郭田雨两个进攻端高点，深足的防守力不从心。上半场，徐新首开记录，费莱尼梅开二度，郭田雨也有一球入账。深圳队在大比分落后的情况下，由李源一和阿奇姆彭在上半场后半段扳回两球。上半场双方打成2比2，深圳队落后两球。下半场，双方都进行了战术调整，没有再进球。

深圳队进入状态很慢，上半场不到30分钟就落后3球，导致球队非常被动。费莱尼的两个进球都来自角球。主教练卡洛赛后透露，自己赛前一直向球员强调对手的优势，并针对性地做了定位球防守的训练，但还是出了问题。“我认为，这是我们进入状态慢的原因导致的，用汽车挡来形容的话，我们比对手少了一挡。我们开场踢得很不好，让全场比赛受到了很多限制。对方连续进球，对我们是很大的惩罚。”

下半场，深圳队在战术上进行调整，对对手实施紧逼，限制了山东泰山队的进攻，并一度接近进球。卡洛斯认为，当时如果能打进第三球，比赛或许会有不同的结果，“但很可惜，我们始终没有再进球。”这是深圳队本赛季的第三场失利，也是首次连败。不过，卡洛斯认为，自己上任以来，对球队的表现十分满意，“球员在训练比赛中的投入态度和执行力都很好，我很满意。”

此役失利后，山东泰山继续位列广州赛区第一，深圳队落后6分。第二阶段还剩两轮，深圳队的最高积分也只能和山东队同分，但由于相互对赛成绩为1平1负，因此，深圳队实际上已经退出了广州赛区第一的争夺，但由于领先第5名达7分，因而提前锁定争冠组名额。

羊城晚报记者 林本剑