

广州市运会多项目开赛

# 世界冠军领唱国歌

羊城晚报讯 记者魏超然报道：国庆节期间，广州市第十八届青少年运动会13个项目开赛，10月1日，皮划艇静水项目在增城区亚运龙舟赛场率先拉开序幕。

恰逢新中国72周年华诞，开赛前，赛事组委会组织全体人员奏唱国歌，刚刚征战东京奥运会、陕西全运会归来的世界冠军黄杰仪领唱国歌。

黄杰仪是广州市水上运动管理中心培养、输送的皮划艇运动员，曾获得2014年世锦赛冠军，2014年、2018年连续两届亚运会夺得金牌，在陕西全运会上也斩获铜牌。她鼓励师妹们在比赛中要发扬拼搏精神，为理想和目标奋勇前进，争创佳绩。

皮划艇静水项目赛期三天，

首日的静水回旋项目共产生12枚金牌，其中越秀区代表队发挥上佳，占据半壁江山，斩获6枚金牌；海珠区代表队、番禺区代表队分别获得2枚金牌，荔湾区代表队、增城区代表队分别获得1枚金牌。

昨日，田径、棒球、乒乓球、篮球、游泳、蹦床、拳击、击毬球等多个项目接力开赛，其中田径、游泳两个传统大项最受瞩目，将分别产生90枚金牌。田径根据年龄分甲乙丙组，最激烈的男子甲组100米跑决赛将在10月4日上午举行。虽然比赛空场进行，但观众可通过网络直播，观看自己喜欢的赛事。

为确保赛事顺利进行，各项工作在赛前召开了联席会议，对相关工作进行部署，重点强调疫情防控的重要性，明确比赛最新规则。

## 意甲·前瞻

明晨AC米兰客场挑战亚特兰大

# “老友鬼鬼”，“和气”为上

意甲第7轮明晨上演强强对话，AC米兰客场挑战亚特兰大(咪咕视频10月4日2时45分直播)，这是双方今年的第三场意甲交锋。

AC米兰是上赛季意甲亚军，亚特兰大是上赛季意甲季军，两支球队都在周中参加了欧冠比赛。AC米兰在主场以1比2被马德里竞技逆转，在欧冠历史上首次在小组赛两轮无法获胜。亚特兰大在主场以1比0小胜瑞士球队年轻人，后者上轮欧冠爆冷以2比1战胜曼联。虽然亚特兰大赢球了，但也付出左后卫戈森斯受伤离场的代价，这名德国国脚至少将会休战两个月。

两支强队近几年的交锋和球员交易很有意思，亚特兰大对AC米兰称得上“恩威并施”。为了帮助AC米兰复兴，亚特兰大允许中场大将凯西以先租借后买断的方式加盟AC米兰，还允许边锋卫小孔蒂加盟AC米兰。如果亚特兰大100%投入比赛，AC米兰真不是对手；2019

年12月，亚特兰大在意甲主场以5比0狂胜AC米兰；今年1月，亚特兰大在意甲客场以3比0大胜AC米兰。

有时候，亚特兰大也会为AC米兰“放水”。上赛季，亚特兰大提前锁定意甲前四名，而AC米兰要在最后一轮获胜才能确保前四名，结果在客场挑战亚特兰大时，主队采取“消极不抵抗”策略，让AC米兰以2比0获胜，最终在积分榜以1分的优势反超亚特兰大。

与亚特兰大相比，AC米兰的欧冠比赛早结束一天，可以有更充足的时间备战这场比赛。AC米兰多名年轻球员既有才华又有活力，包括托纳利、莱昂、迪亚斯、特奥、赛莱梅克斯等人，新加盟的门将迈尼昂也渐入佳境。亚特兰大本赛季在意甲主场表现并不稳定，9月12日意外地以1比2输给实力不强的佛罗伦萨。戈森斯受伤对亚特兰大还是会有较大影响，本场推荐冷敲AC米兰不败，首选平局。

羊城晚报记者 刘毅

## 高尔夫专区

沃尔沃中国公开赛——

# 两场青少年赛开球在即



重庆上邦体育俱乐部

暂时离开欧赛的沃尔沃中国公开赛，本月中旬将在重庆上邦体育俱乐部举行全国青少年挑战赛和全国青少年比洞锦标赛。

按照欧赛官方的解释，考虑到世界各地的参赛选手在疫情影响下出行不便，沃尔沃中国公开赛已经退出今年欧赛日程，该项赛事将像去年那样闭门举办。而沃尔沃中国公开赛组委会则宣布，2021年沃尔沃中国青少年高尔夫挑战赛将于10月18日至20日举行，2021年沃尔沃中国青少年高尔夫比洞锦标赛将于10月21日至24日举行，两场赛事的举办地均为重庆上邦体育俱乐部。

2021年沃尔沃中国青少年挑战赛为两轮36洞比杆赛，面向10岁至19岁(不含19岁)的选手，男子组和女子组各设39个参赛席位，每组前10名将直通2021年沃尔沃中国青少年比洞锦标赛。2021年沃尔沃中国青少年比洞锦标赛，将有男女选手各16人参赛，除沃尔沃中国青少年挑战赛每组前10名外，另外6人根据R&A世界业余积分榜和中国高尔夫协会青少年积分排名选出。2021年沃尔沃中国青少年比洞锦标赛产生的男子冠军，将直接进入2021年、2022年沃尔沃中国公开赛。

羊城晚报记者 梁劲松



广东赣商联谊会

羊城晚报讯 2021年“雅建设杯”广东赣商秋季联谊会赛本周在九龙湖高尔夫球会开幕，100多位赣商会员带着酷暑以球会友，顺利完成比赛，冠军季军分别

由郭云平、徐学光、邓列获得。作为广东江西商会会员单位，江西银行、七鑫燕缘、匠坊坊酒业等企业为本次比赛的颁奖晚宴提供了抽奖奖品。(梁劲松)



苏炳添在训练中图/视觉中国

## 记者手记

# 亲和、自信、真实的阳光男孩

当记者在暨南大学第一眼看到苏炳添时，已经换上便装的苏炳添看上去只是一名身材并不特别醒目的小伙子。卸下紧身运动衣，浑身肌肉线条被隐藏的苏炳添，很难与世界顶级短跑运动员画上等号，更像是邻家的小哥哥。

采访中，苏炳添说话时始终看着对方的眼神虽然锐利，却并不咄咄逼人，是那种冷静观察、沉稳分析的眼神。这种性格也被认为是苏炳添的天赋之一：不容易紧张，具备相当程度的自我放松能力和强大自信。

采访苏炳添是在9月27日的上午。与在赛场上的霸气不同，面对面坐下来的苏炳添给人的感觉是亲和的。对于记者而言，他绝对算得上是一个好的采访对象，他自信、健谈，回答问题时会注视着你的眼睛，目光里透露着坚定，但不会令人感到压力。说好的30分钟专访，最后聊了一个多小时。苏炳添敞开心扉，记者感觉干货满满。

成功的人一定有他的道理。整个采访下来，记者更多的是倾听的角色。就像在赛场上一样，在采访中，我们也感受到了苏炳添对场面的掌控力，这不仅表现在他对自己有清晰的认识，更体现在他对于自己在田径事业上清晰的规划。在苏炳添身上，仿佛能看到姚明、刘翔、邓亚萍等前辈的影子，作为中国体育的先锋，他们都有着高智商、高情商，言谈举止滴水不漏却又真挚，话语和眼神中都写满自信、果决和真实，让你身不由己就被其所感染、吸引并引发共鸣，这也许就是顶流的魅力吧。

许多人会在巅峰时期面对鲜花和掌声而迷失，苏炳添没有，他直接地告诉记者：“我就是个普通人”，也一直是这一路走来的艰辛。竞技运动员在一线的时间毕竟有限，苏炳添未来的规划显露出他长远的眼光。

虽然赛场与日常是两个不同的状态，但记者并未感到割裂，他会直接地表示：“不希望我在比赛时受到太多打扰”，也会在谈起家人时变得温柔。在他身上，我们看到了新时代中国运动员的面貌：积极、清醒以及最不可或缺的努力。

羊城晚报记者 林本剑 王沫依 柴智

对于运动员来说，巅峰时期的万人敬仰很多时候只在瞬间，像烟花绽放一样。冷静下来后，人们很快会追问，下一个目标是什么？或是说，这种巅峰能持续多久？苏炳添也不例外，奥运会半决赛9秒83的成绩绝对是一个顶峰，赛前他定下的“进入奥运会百米决赛”的目标也已实现，摆在这位32岁老将眼前的问题是，接下来有什么打算？

## 独家专访

# 解密苏炳添(下)

# 苏炳添：“未来小目标”还有这些

羊城晚报记者 林本剑 王沫依 柴智

## A 下一个目标：明年亚运会进10秒

“苏炳添，电子计时器时代亚洲第一位进入奥运会百米决赛的运动员！”

东京赛场一战封神，2021年8月1日，网络被“苏炳添”这个名字刷屏。令人们惊讶的除了9秒83这一成绩外，还有苏炳添的年龄。32岁，对于普通人来说正值壮年，但对一名竞技体育运动员来说，这并不算上黄金年龄，甚至不少人还选择在这个年龄退役。

有学者统计了田径世锦赛跑进百米半决赛的男子运动员，发现他们跑出最佳成绩的年龄主要集中在25岁至26岁。换言之，运动员在这个年龄以前还处于上升阶段，并在25岁左右到达巅峰，而之后受身体机能、竞技状态、伤病等一系列因素的影响愈发明显，成绩也会有波动。

年龄的增长不可逆，却可以在其他地方进行弥补。作为暨南大学的副教授，和苏炳添一起上热搜的还有他在攻读硕士学位期间写的论文，里面提到“随着运动员身体条件的变化，训练手段的科学化，以及伤病康复水平的提高，我国运动员的运动寿命不断延长，且出现了‘大龄’依然创造个人最好成绩的现象。”他还把自己作为论据，“如笔者在29岁依然跑出9秒91的世界级成绩”。有网友笑称，这篇论文可以更新了，毕竟“这位笔者在32岁时以9秒83刷新了自己的最好成绩。”



苏炳添在暨南大学为学生授课图/视觉中国

这一切在与苏炳添的交流中也有迹可循。他提到2017年开始跟随外教兰迪·亨廷顿训练，这位外籍教练为苏炳添带来了更先进的科学训练理念，在2018年便三破10秒大关。苏炳添说，从2019年腰伤中恢复过来后，整个人便更能“放得开”。

除此之外，我们还能看到苏炳添不断寻求探索和突破的野心。在采访中，苏炳添表示“从年龄的角度我也想探讨这样一个问题，比如加特林在39岁时也跑进了10秒，百米短跑最大年龄的运动员是41岁退役的，他在39岁的时候还创造了自己的最好成绩”。

也许是更科学的训练、更好的心态以及前人树立的标杆都令苏炳添变得更加成熟和自信，故当记者问到“会不会再坚持到下一届奥运会”时，他没有犹豫，直接给出了肯定回答。不过他随后又补充道：“只是我坚持到三年后的巴黎，还能跑进10秒吗？如果不能跑进10秒，坚持又有什么意义呢？”作为一名运动员，他清楚地知道外界对他的期待，也明白自己身上的使命。

关于接下来的坚持，苏炳添也有着清晰的规划：“三年有点太远了，我现在需要想的是明年亚运会我还能不能跑进10秒，能跑一年是一年，一年一年坚持下来就是一个榜样，告诉年轻的运动员，其实我们32岁还可以拿全国冠军，33岁还能在亚运会破10秒。”

## B 成立实验室，培养更多短跑人才

在全运会夺冠后的新闻发布会上，苏炳添透露了希望暨南大学成立“苏炳添短跑实验室”的消息。

“比起其他地方，我还是想回到家乡来做自己喜欢的事情。”苏炳添表示，广东省的短跑运动一直以来都发展得很好，他希望能够把自己的知识和经验在家乡继续传承下去。而暨南大学作为自己的母校，一方面心理上更加熟悉，另一方面也有更好的资源进行对接和支持。整个实验室在选材、环境等方面都会加入苏炳添本人的经验，当他在一线比赛时，会有专门的团队负责运营。

苏炳添表示，希望将这个实验室打造成一个模型，为更多运动领域的好苗子提供一个训练和发展的平台。目前中国竞技体育人才的培养仍是地方体校到国家队这样的模式，少有针对于某一项目精细化操作的实验室培养模式。苏炳添设想，这一实验室将会融入更多的针对性训练方式，例如聘请外教，与国际上一些更加先进的理念进行交流。

除此之外，苏炳添还特意提到了关于生物力学方面的运用，这也与他之前提出的“模型”概念有着紧密的联系。相比起机械化的训练，生物力学将数据精确到个人，通过科技手段对每个人的数据进行分析。实际上，国家对于科技在体育方面的运用也十分重视，“模型”这一概念来源于今年体育总局聘请的一名生物力学方面的外籍专家，他将诸多百米优秀运动员的数据综合后打磨出一个模型，其他运动员可以根据自己身高、体重等个人数据进行匹配，并结合自身的训练视频与标准模型对比，找到差距后再作进一步的针对性练习。

可以看出，苏炳添对于田径的热爱不仅在于对自身的不断突破，还着眼于整个中国

田径事业的发展，这也与他另一个身份不谋而合。在公开场合，苏炳添多次强调自己是一名运动员，还是一位老师。训练之余，苏炳添会回到学校给学生教授短跑课程。而面对这样一位巨星级人物，学生给予的回应是“课秒光”。在东京奥运会苏炳添比赛期间，暨南大学组织了师生共同观战，问到现场学生们的感受时，大多数人的回答是“苏老师太厉害了，我好想抢到一节他的课！”其火爆程度可见一斑。

说起这个问题，苏炳添也表示，回学校上课的时候很多学生想要和他拍照，自己则会劝学生先好好上课。在授课内容方面，相比于专业课，公选课的学生更多的涉及体能、热身等较为基础性的知识，目的是希望增加他们对田径的了解，让更多的人喜欢这项运动。

当被问到会不会担心以后回去上课时会有人围观，苏炳添笑了笑：“不怕，这个是正常的事情，也希望通过自己的影响力让更多的人了解田径。”而暨南大学的老师和同学们对苏炳添的评价是：“苏老师是一个非常自信，也充满家国情怀的人。”

中国体育会不会出现下一个苏炳添？“我不敢说能不能达到9秒8几这样的高度，但是未来几年中国再出现一个破十秒的运动员应该不难。”这种信心从何而来？苏炳添认为，当前中国短跑的训练模式已经发生了很大变化，运动员的整体水平也比较高，“这一届全运会百米决赛第八名是10秒29，这个成绩放在前两届是可以拿奖牌的，所以说现在年轻一代的运动员真的非常优秀”。培养更多的田径人才，让中国短跑的训练方式更加科学化合理化专业化，这也是苏炳添在未来致力的方向。

## C 聚少离多，儿子模仿爸爸比赛

2017年，苏炳添结束了爱情长跑，与相恋多年的女友完婚，婚后的苏炳添也有过退居二线的念头。他向羊城晚报记者坦言，当时并不想前往美国训练，希望在国内的时间多一点，可以更好地陪伴家人。但是由于在广东没有适合的教练，只能自己练，经过一番考量，苏炳添还是做出了前往北京训练的决定，也就在这时遇到了外教兰迪，让苏炳添的训练方式和理念都有了大幅度的调整。

竞技体育要出成绩，需要日复一日的认真训练，这也意味着运动员往往会缺失许多与家人相伴的时光。2018年苏炳添升级为父亲，但妻子林艳芳生产时恰逢苏炳添要参加欧洲巡回赛卢塞恩站的比赛，苏炳添因此没能见证儿子出生的重要时刻。如今，儿子“小天天”已经满3岁，正是飞速成长的年纪。全运会后，苏炳添回到广州，时隔7个月再见到儿子，发现儿子已经有了很大的变化。

9月27日当天上午在接受羊城晚报记者采访时，苏炳添刚送完儿子去上幼儿园。“上次在家时，他还会说很多话，这次回来，发现他已经开始问许多‘为什么’了。”说到这里，苏炳添一向坚定的目光变得温柔起来，“儿子也在摸索自己的人生了”。

“小天天”还不知道自己的父亲此时已是中国体育的一面旗帜，只是有着对父亲本能的模仿。苏炳添透露，家人平时的陪伴，妻子也会相应地艾特苏炳添，两人偶尔在评论区互动，在不能见面的日子里用这样的方式陪伴着彼此。

如今的苏炳添，赞誉和掌声随处可见，他会如何更好地平衡田径事业与家庭？苏炳添表示，这实际上也是他希望尽早落实短跑实验室的一个动力。“未来不排除在广东继续训练，如果能尽早落实，我都希望在学校练，这样可以离家人更近，现在孩子也长大了，希望多给孩子一些陪伴。”

微博苏炳添都会艾特妻子，而点进苏炳添妻子的微博，通常都是平淡而美好的生活日常照，妻子也会相应地艾特苏炳添。两人偶尔在评论区互动，在不能见面的日子里用这样的方式陪伴着彼此。

“其实运动员就是一个职业，没有国家、学校包括省队的支持就没有今天的我。脱下钉鞋，离开跑道后，我就是个普通人。”苏炳添这样看待如今的自己。

苏炳添现在有多重身份：图去做出一些改变，例如全运会赛后的发布会，他就呼吁外界在运动员低谷时应给予更多正面的支持，也期望公众能够换位思考，对运动员给予尽可能多的理解。

雅典夺得男子110米栏冠军，举国上下倍感振奋。但在2008年和2012年连续两届奥运会上，刘翔因伤退赛被舆论推上了风口浪尖。苏炳添认为，别人没能达到刘翔的高度，所以很难理解他。自己当下仿佛在经历刘翔曾经经历过的关注和压力。他表示，如果哪天不跑了，大部分人不应该会理解，“毕竟年纪在那里，运动员也不是铁人”。苏炳添也在用行动试

# “脱下钉鞋，我就是个普通人”

赛场外的苏炳添是一个普通人，他会去网上搜索自己的名字，看看网友的评价。被问到是否在意别人怎么看待自己时，苏炳添显得很释然：“我想我也没做错什么，别人应该不会说我(坏话)吧。”

说到这里，苏炳添谈起了对自己影响极大的人，也是中国田径另一位里程碑式的人物——刘翔。2004年刘翔在

“地球上跑得最快的副教授”“亚洲飞人”，同时还是丈夫、父亲，也是一名老师。“这么多身份，你最喜欢哪一个？”听到这个问题后，苏炳添微微低下头后又很快抬起头：“最喜欢苏炳添，我就是我。”声音不大，却很坚定。这个回答有些出乎意料，但也很“苏炳添”。

羊城晚报记者 林本剑 柴智 王沫依