

# 第31金！来自广东名将陈艺文

北京时间8月9日晚，在巴黎奥运会跳水女子3米板决赛中，中国选手陈艺文夺得金牌，另一位中国选手昌雅妮排名第三。这也是中国体育代表团在本届奥运会获得的第31枚金牌。

陈艺文和昌雅妮在本届奥运会携手出战女子双人3米板和单人3米板的比赛。在女子双人3米板项目中，两人顺利夺金。

女子双人3米板自2000年亮相奥运会以来，除第一届之外，后续六届奥运冠军都被中国跳水队包揽。首次参加奥运会的陈艺文和昌雅妮，能够顶住压力拿下巴黎奥运跳水首金，延续中国跳水队在此项目上的统治力，充分证明了她们强大的实力和稳定的心态。

陈艺文出生于1999年，主项为女子单人3米板和女子双人3米板。2010年，陈艺文进入广东省跳水队，2016年11月入选中国跳水队。

巴黎奥运周期，施廷懋退役，陈艺



昌雅妮摘铜

文接过接力棒，成为女子跳板项目的绝对主力。2022年、2023年两届世锦赛，陈艺文勇夺双金。近两年，通过不懈努力，陈艺文不断完善技巧，丰富比赛经验，在国际赛场越战越勇，被世界泳联评选为2022年度、2023年度最佳女子跳水运动员。这些成绩奠定了她在国家队女子3米跳板项目的领军地位。

昌雅妮2001年出生于湖北，5岁时进入李小双体操学校，后来转为训练跳水动作，8岁时被选送到湖北省跳水学校，2014年进入湖北省跳水队，2015年入选国家队。在2017年布达佩斯游泳世锦赛，昌雅妮在师姐施廷懋的带领下，获得女子双人3米板冠军，此后昌雅妮也逐渐成长为中国跳水队女子3米板项目的主力。

来到巴黎奥运会赛场，陈艺文和昌雅妮成为中国跳水队在女子3米板项目上的“双保险”。在预赛和半决赛中，陈艺文的发挥更加稳定。预赛中，昌雅妮的第二跳出现失误，仅得到38.75分，尽管后面昌雅妮努力追赶，但无奈第二跳“挖坑”太深，最终以第四名的排名进入半决赛，而陈艺文凭借稳定发挥以第一名的排名进入半决赛。

在半决赛中，昌雅妮又失误了，她在第一跳仅拿到48.00分，凭借后面几跳的追赶，以第四名的成绩进入决赛，而陈艺文发挥出色，依然排名第一进入决赛。

决赛中，陈艺文发挥稳定、动作流畅，以376.00的总分毫无悬念地赢得金牌，澳大利亚选手麦迪逊·基尼以343.10的总分夺得银牌，昌雅妮第一跳又出现了失误，仅获得42分，凭借后面几跳的发挥，最终以318.75的总分获得铜牌。

羊城晚报特派巴黎记者 苏苻 吕航 林桂炎



陈艺文夺得金牌

陈艺文夺奥运跳水女子3米板冠军，广东省委省政府向中国体育代表团致贺电

北京时间8月9日晚，在巴黎奥运会跳水女子3米板决赛中，广东运动员陈艺文勇夺金牌。

广东省委、省政府向中国体育代表团发出贺电，全文如下：

中国体育代表团：

欣悉广东运动员陈艺文在第33届夏季奥运会跳水女子单人3米跳板项目决赛中，不畏强手、锐意进取，勇夺金牌！陈艺文充分展现了顽强拼搏、勇攀高峰的坚韧意志品质和精湛竞技水平，生动诠释了中华体育精神和奥林匹克精神，为国家和人民赢得了荣誉！

在此，谨向中国体育代表团，向中国跳水队，向陈艺文和教练员致以热烈的祝贺！诚挚感谢国家体育总局对广东体育事业的关心与支持！衷心祝愿中国体育代表团在后续比赛中取得更加辉煌的成绩！

中共广东省委  
广东省人民政府  
2024年8月9日

2.0版本的谢思埭王者归来

## 明年我还要跳全运会

北京时间8月8日晚，在巴黎奥运会男子单人三米板决赛中，广东名将谢思埭稳稳完成六跳。爬上岸后，他没有第一时间庆祝，而是看向教练手中平板的回放，复盘最后一个动作。

大屏幕打出分数，确定卫冕、登上最高领奖台，谢思埭脸上始终是平静的。“为什么你能一直这么冷静？你的内心也是如此吗？”面对羊城晚报记者提出的问题，谢思埭微微一笑，答道：“我的沉默震耳欲聋。”

重返赛场，学会接受失败

采访谢思埭多年，他给人的印象一直是沉稳和大器晚成。因为受伤，他与里约奥运会擦肩而过。在东京奥运会夺两金，凤凰达成后，他打算转换赛道。那两年，他走入婚姻殿堂，离开跳水馆，准备开启事业第二春。但2023年年初，谢思埭突然做出了重返国家跳水队的决定。

他的回忆很有画面感。“去年我在电视上看到昔日的队友在赛场上为国家升旗、奏国歌，我内心很激动，我总是幻想还能和他们一起征战，也为国家升旗、奏国歌，我询问自己是否还能坚持？当我把这个想法告诉我太太时，她和我聊了很多，她说如果你真的想恢复，继续你热爱的事业，那你尽情去，不要有所保留，排除所有困难，你必须向前冲。”

这番话给了谢思埭勇气。2023年4月，二沙体育训练中心的康复专家联合中山二院的教授，给谢思埭做了一场联合会诊。5月，谢思埭重返国家队，恢复仅半年，他就以队内第二名的成绩获得了2024年多哈世锦赛的参赛资格。

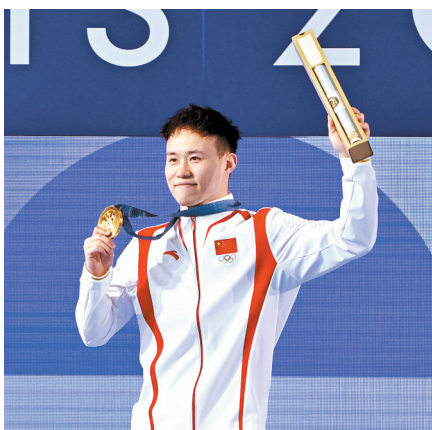
这半年所经历的艰辛不足以向外人道，克服伤病、重新储蓄体能，高强度的训练带来的生理反应、疼痛虽然苦，但对老队员谢思埭来说咬咬牙能够扛过去，更困扰他的反而是重新寻找比赛感觉。太久没有回到大赛赛场，过程中如何分配自己的能量，谢思埭在很长一段时间里把握不了这个度，不是能量有所保留，就是释放过了头。

此外，学会接受失败也是谢思埭要面对的。离开两年时间，王宗源等新秀冒头，在动作难度上已经超越了谢思埭这位老队员，在复出后的两场大赛里，谢思埭都败给了王宗源，他必须接受这样的过程，并及时调整自己的心态。

2.0版的谢思埭更沉稳

返回国家队后，谢思埭一刻刻意保持低调，在他看来，太多的关注只会带来两个后果——打击自信或是盲目自信，都会让自己产生错误的判断。他渴望回归内心，做好当下应该做的事情。在觉得坚持不下去的时候，他会给妻子发微信打电话，在妻子的鼓励中获取新的能量。

长期的分离、妻子的支持，也让谢思埭多了一份责任感，“我很爱我的家人，也很感谢我的太太，这两年他们做了很多牺牲，分离的时间也



谢思埭用“王者归来”形容巴黎之旅

很长，见面时间很少，但越是这样，我越希望用更努力的训练、更好的成绩来回报他们。”

这一年的磨炼让谢思埭完成了进一步的蜕变，2.0版的谢思埭更沉稳了。曾经在国家队陪伴谢思埭多年的广东跳水队教练潘兆伟曾对羊城晚报记者表示，感觉与东京奥运周期相比，谢思埭更成熟了，他以前遇到问题可能会生闷气，但现在会很冷静地分析，也很清楚自己要做什么、怎么做，“教练都很喜欢这种类型的运动员。”

在巴黎，谢思埭每一跳都很稳，他的每一个准备动作都非常精准，场边热身、陆上动作比划，上跳台前反复拍大腿肌肉放松，谢思埭沉默、冷静、有条不紊。除了难度最低为3.3的5353B他拿到79.2分外，其余五跳都在86分以上，他更是将最完美一跳留在了第六跳，难度系数为3.8的109C获得了100.70的高分。而王宗源由于第五跳的失误，最终只获得了银牌。

赛后谈及如何凭借一套难度并非最大的动作获得冠军时，谢思埭很冷静地表示：“他们的难度比我高，我只能把握好自己的每一轮，一旦找到机会，我肯定要咬住，反超、去冲击，去突破自己。如果我不去享受每一个过程和每一跳，那么对我来说可能会更加遗憾。”

如今谢思埭的左脚还有两颗手术后留下的钉钉，两颗长的钉子前几年因为磨脚已经被取出，两颗短的钉钉据说可以被肌肉慢慢吸收，但目前吸收成什么样，谢思埭也说不清楚，与伤病共处成了他的日常功课。如今已28岁“高龄”的他，未来是否还会延长自己的跳水职业生涯？对此谢思埭给出了肯定的答复：“我会跳明年的全运会，我也希望我的职业生涯会更长，也希望中国跳水队能够有更好的传承。”

最后，当记者希望谢思埭用一句话来形容这次的巴黎之旅时，谢思埭才鲜有地流露出了自己的霸气：“王者归来！”他的回答铿锵有力。

羊城晚报特派巴黎记者 苏苻 吕航 林桂炎



## 第32金！国乒男团五连冠，马龙成历史“第一人”

北京时间8月9日晚，在巴黎奥运会乒乓球男子团体决赛中，由马龙、樊振东、王楚钦组成的中国队以大比分3比0战胜黑马瑞典队，国乒实现男团五连冠，收获本届奥运会的第四块金牌，向巴黎奥运包揽5金的目标继续迈进。35岁老将马龙在第四次奥运会之旅斩获个人第6枚奥运金牌，成为中国奥运历史上夺得金牌最多的选手。

自北京奥运会乒乓球由团体项目取代男女双打以来，国乒男团就从未让冠军旁落。在巴黎奥运周期，中国男乒已形成老中青三代的竞争格局，王楚钦成长迅速，在杭州亚运会上包揽男单、男双、混双和团体4枚金牌，成为亚运会历史上首位男子“金满贯”，并在本届奥运会与孙颖莎夺得混双金牌；樊振东大赛经验越发丰富，在夺得巴黎奥运男单金牌后，他成为第11位达成大满贯成就的乒乓球运动员；马龙则是

队中的定海神针，是罕见的“双圈大满贯”选手，手握伦敦奥运会男团冠军，里约奥运会男单、男团冠军，东京奥运会男单、男团冠军。只要再揽一金，他即将当之无愧地成为中国奥运历史“第一人”。

本次奥运会，中国男团的晋级之路并未遇到太多考验，以3比0的相同比分分别淘汰印度、韩国和东道主法国。在此前的乒乓球男子单打32强赛中，刚刚经历断拍事件的王楚钦以2比4爆冷不敌瑞典选手莫雷加德，无缘晋级16强，爆出本届乒乓球赛事最大冷门。而樊振东则在男单决赛以4比1战胜莫雷加德，本场男乒团体赛对于双方来说都有“复仇”意味。

决赛首盘，王楚钦/马龙与卡尔伯格/卡森的对决跌宕起伏，中国组合上演翻盘好戏。第一局，中国组合凭借前三板的犀利进攻一度以6比1领先，但此后卡森的反手进攻逐渐发挥威力，

瑞典组合以11比8先声夺人；第二局，及时调整的中国组合以11比4还以颜色；第三局，找到比赛感觉的中国组合以11比3将总比分反超；第四局，没有退路的瑞典队采取搏杀战术，并顽强地以11比6将总比分扳成2比2平；决胜局，中国组合顶住压力以11比7赢下开门红。

次盘，樊振东与莫雷加德的二番战堪称男单决赛的重演。第一局，莫雷加德凭借多变的进攻手段以12比10先胜；第二局，樊振东的进攻更为坚决，逐渐扭转场上局势，并以11比8扳回一城；第三局，樊振东一度以0比4落后，随后稳住阵脚以11比9强

势逆转；第四局，樊振东再遭1比4的逆风局，最终以11比13落败。决胜局，樊振东没有再给对手机会，以11比5将大比分扩大为2比0。

第三盘，王楚钦以3比2战胜卡森。国乒男团毫无悬念地锁定五连冠。

羊城晚报特派巴黎记者 苏苻 吕航 林桂炎



马龙(右)/王楚钦在比赛中

## 第30金！徐诗晓/孙梦雅成功卫冕

北京时间8月9日晚，巴黎奥运会皮划艇静水项目在马恩河畔韦尔水上体育场继续进行。在女子500米双人划艇决赛中，东京奥运会冠军徐诗晓/孙梦雅以1分52秒81的成绩实现卫冕，并再次打破奥运会最好成绩。乌克兰组合卢赞/雷巴考克以1分54秒30获得银牌，加拿大组合麦肯齐/凯蒂·文森特以1分54秒36获得铜牌。

徐诗晓/孙梦雅堪称梦幻组合，自从2019年配对以来在世界赛场上保持不败。东京奥运会上，“诗雅组合”在大雨中夺冠，不仅为中国皮划艇女队摘得首枚奥运金牌，还以1分55秒495刷新奥运会最好成绩，甩开第二名2.004秒之多。

徐诗晓/孙梦雅曾经三次夺得皮划艇静水世锦赛冠军。在预赛中，徐诗晓/孙梦雅以1分54秒

45的成绩获得小组第一，刷新了自己在该项目保持的奥运会最好成绩，直接晋级半决赛。加拿大组合麦肯齐/凯蒂·文森特则在预赛的另一组以1分54秒16的成绩晋级半决赛，刷新“诗雅组合”刚创造的奥运会最好成绩。

加拿大组合曾是该项目的世界第一，文森特姐妹保持着该项目的世界最好成绩1分51秒42。由于姐姐劳伦斯·文森特年龄偏大，妹妹凯蒂·文森特的搭档换成现在的麦肯齐。

在半决赛中，“诗雅组合”继续展示强劲实力，以1分53秒73的成绩获得半决赛第一小组头名，不仅轻松进入决赛，还打破加拿大组合刚刚创造的奥运会最好成绩。当天下午的风浪较大，加拿大组合麦肯齐/凯蒂·文森特在半决赛第二小组没有发挥出最高水平，也可能是有所保留，但依然以1分55秒34获得小组头名，同样进入决赛。

到了决赛，徐诗晓/孙梦雅没有给对手任何机会，顺利实现卫冕。徐诗晓比孙梦雅年长9岁，两人在2019年搭档初期也曾面临磨合问题。“我年龄比较小，内心有时较为急躁，训练时不时会发一些牢骚。”孙梦雅说，“姐姐的心态比较好，她会教我如何放平心态，如何在比赛中配合，怎么发力等很多内容，我从中受益匪浅。”“诗雅组合”

磨合的速度很快，成为该项目的世界头号组合。

中国运动员在500米双人划艇项目上技术精湛，配合默契，“诗雅组合”在东京奥运会和巴黎奥运会连续夺得该项目金牌。在巴黎奥运会皮划艇静水男子500米双人划艇决赛中，刘浩/季博文以1分39秒48的成绩夺得金牌，他们领奖时还模仿了足坛巨星C罗大喊“siu”的招牌庆祝动作跳上领奖台。在雅典奥运会上，孟关良/杨文军夺得皮划艇静水男子500米双人划艇金牌，并在北京奥运会成功卫冕。

羊城晚报特派巴黎记者 吕航 苏苻 林桂炎



徐诗晓(左)/孙梦雅堪称梦幻组合

### 奖牌榜

排名	国家/地区				总计
1	中国	32	25	20	77
2	美国	30	38	36	104
3	澳大利亚	18	15	14	47
4	法国	14	19	22	55
5	英国	14	17	21	52
6	日本	13	8	13	34
7	韩国	13	8	7	28
8	德国	11	9	7	27

(截至北京时间8月10日0时)

本版图片均据新华社

