

广东健儿闪耀巴黎

文/羊城晚报记者 龙希

北京时间8月8日晚,在2024巴黎奥运会跳水项目男子3米板决赛中,东京奥运会男子3米板“双冠王”谢思埸霸气上演“王者归来”,实现卫冕。阔别跳板两年,从2023年5月才恢复训练的广东汕头小伙谢思埸,用一块沉甸甸的金牌再次展现了他在该项目上的统治力。

载誉归来,谢思埸近日在广东省二沙体育训练中心的跳水馆和羊城晚报记者敞开心扉,讲述自己复出的艰辛、备战的历程,以及卫冕的感受。



谢思埸“王者归来” 无惧年龄,跳出自我

C 优秀榜样,广东省跳水队里的“大师兄”

谢思埸出生于1996年,6岁时,在汕头市读小学的他因身体柔韧性好,被前来选才的跳水教练选中,从此开启了跳水人生。2007年,谢思埸进入广东省跳水队集训,师从何威仪。2009年,谢思埸成为广东省跳水队正式运动员。

在广东省跳水队,谢思埸经常被队友们称为“谢哥”“大师兄”,经常和“00后”打交道的他也逐渐被年轻人乐观积极的态度所感染:“现在的‘00后’都是乐天派,无所畏惧,不管遇到什么困难都不怕的那种,所以我希望他们的这种精神也能带动一下我,激励一下我。”

手握三枚奥运金牌,谢思埸的实战经历便是最宝贵的

经验,作为广东省跳水队的“老大哥”,训练之余,谢思埸平常也会给小运动员们提供一些技术上的指导,他还寄语小队员们:“在训练上一定不要着急,要多去想多动脑。相信自己,给自己足够的信心。”

展望十五运,谢思埸期待带领广东队在家门口取得佳绩,作为一名老将,他也会面临来自年轻运动员的挑战,只不过身经百战的他早已豁达:“过早制定目标,反而会成为负担。”

展望未来,两届奥运会夺得三块金牌的谢思埸依旧不满足,他觉得自己的职业生涯可以更长久:“作为运动员,我当然希望能够尽可能地延长自己的职业生涯,为跳水事业作出自己的贡献!”



▲谢思埸展示金牌 新华社发

▶谢思埸在比赛中 新华社发

A 实现卫冕,在巴黎奥运会上演“王者归来”

很多人都以为在东京奥运会夺得双金的谢思埸已经功成名就准备退役。事实上,脚踝、腰部、膝盖以及修补过多次的视网膜,都让谢思埸的身体不堪重负,于是他给自己放了个长假。在离开跳水的日子里,谢思埸不仅完成了婚姻大事,也完成了硕士研究生的学业,还当选了广东省人大代表,专注于青少年体育的调研。

尽管身体离开了跳水,但他的思想却从未远离过跳水:“这个过程当中我没有一刻停止对动作的思考、对动作的解析,还有这两年多的比赛,我每一场都是有看的,所以我也在观察男子3米板的动态。跟自己对话的时候,我发现我是热爱跳水的。”

遵从内心,在2023年5月谢思埸又出现在了跳水池旁,开始了艰难的恢复。对于跳水运动员来说,超过25岁以后,竞技状态就可能开始走下坡路。谢思

埸需要对抗体能、对抗伤病,还要直面自己的欲望,“像我们有时候休息个三天,再回来训练可能就已经不知道该怎么练了,何况是歇了两年的时间,我始终还是希望能再努力一把,朝着巴黎奥运会再拼一拼,参加了奥运会,我觉得肯定是要去夺冠的,不可能说我只是以重在参与的心态去。”

巴黎奥运周期内,王宗源在男子3米板的国际比赛中占据统治性地位,而谢思埸经历了一段时间的恢复性训练,在2023年全国跳水锦标赛拿到了男子3米板亚军的成绩,并重新回到了中国跳水队。紧接着在各种比赛中,谢思埸稳稳地拿到了巴黎奥运会的门票,和队友王宗源一起向男子3米板的金牌发起冲击。

在赛前,谢思埸或许并不被看好,但他最终用无可挑剔的发挥实现卫冕,证明自己依然是这个项目上不可撼动的王者。

B 艰难复出,付出超人的代价才有超人的成功

谈及自己复出的点滴,谢思埸历历在目:“我在电视上看到昔日的队友在赛场上为国家拼搏,内心很激动,总是幻想还能和他们一起征战,也想为国家升旗奏国歌,我问自己是否还能坚持?”

当谢思埸把这个想法告诉妻子时,得到了她的全力支持:“我太太和我聊了很多,她说如果你真的想恢复,继续你热爱的事业的话,那你尽情去,不要有所保留,排除所有困难,你必须向前冲。”

家人的全力支持,让谢思埸能全心全意回归跳水,他也感慨

道:“有人无条件支持自己去想做想做的事情,对我来说真的非常宝贵。”

复出的过程并非一帆风顺,此前谢思埸在广东队的主带教练何威仪曾告诉羊城晚报记者,老队员复出的过程非常痛苦,谢思埸在刚恢复训练的时候反应很大,从头发丝到脚指甲都是反应,但他用超强的毅力克服了下來,为年轻的队员们树立了标杆,也鼓舞了一同复出的老队员们。

正如谢思埸自己说的“开弓没有回头箭”,选择了复出,就等于选择了风雨兼程。重新开

始恢复训练,谢思埸首先要面对的就是体能和伤病这两大难关。“从体能到专项,我从最基础的动作开始练起,一步步去恢复。”谢思埸告诉记者。

离开两年时间,王宗源等新人不断涌现,面对实力强劲的后浪,谢思埸的心态也在不断调整:“在这个过程中,我学会了调整自己的心理。我能不能接受失败?如果可以的话,那我还怕失去什么呢?没有什么好害怕的。”

艰难的复出,辛苦的训练,谢思埸终于在28岁这年再次站上了奥运会的最高领奖台。



谢思埸 羊城晚报记者 钟振彬 摄

香港“一国两制”研究中心专家: 乘十五运东风 助大湾区联通

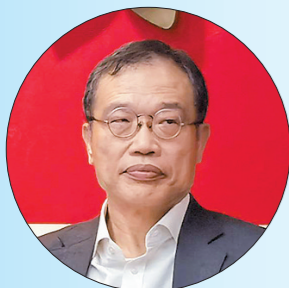
专访

文/图 羊城晚报记者 柴智

作为首次由粤港澳联合承办的大型综合性赛事,十五运会和残特奥会具有历史性的意义,也为粤港澳带来无限机遇。26日,羊城晚报记者专访出席“全运大讲堂”的香港“一国两制”研究中心总裁张志刚、香港“一国两制”研究中心研究总监方舟,两位专家就粤港澳如何借助体育赛事推动区域协同、广州如何以赛兴城等话题建言献策,他们期望粤港澳加强互联互通,携手并进,共创全运盛会。



广东奥林匹克体育中心 图 视觉中国



张志刚



方舟

展示“一国两制”区域特色

今年是《粤港澳大湾区发展规划纲要》印发实施五周年。经过五年努力,粤港澳大湾区综合实力不断增强,湾区内城市间合作更加广泛深入,国际一流湾区和世界城市群建设迈出坚实步伐。

张志刚认为,由粤港澳三地联合承办十五运会和残特奥会,不仅是中央推进粤港澳大湾区建设的重要举措,也是展示粤港澳大湾区的发展成就,提升粤港澳大湾区国际知名度和影响力的重要机遇。

方舟表示,十五运会由粤港澳三地联合,背后有着更深层次的战略考虑,一方面通过十五运会展示“一国两制”的区域特色,另一方面通过三地联合的方式,促进大

湾区的整合与塑造。“我们要打造拥有8700万人口共同家园的概念。”方舟说。

张志刚表示,无论是经济硬实力还是文化软实力,粤港澳大湾区都具有雄厚的“立体竞争力”。2023年,大湾区经济总量突破14万亿元,以不到全国0.6%的国土面积,创造了全国1/9的经济总量。“深圳-香港-广州”科技集群连续四年排名全球第二,整个大湾区拥有75万家国家级高新技术企业。同时,粤港澳大湾区在岭南文化、对外贸易和中西交流等方面都拥有一脉相承、源远流长的历史积淀。张志刚认为,粤港澳大湾区应当牢牢把握举办全运会的契机,向世界发出大湾区之声,展现大湾区速度。

激发大湾区融合新概念

十五运会和残特奥会将在“一个国家、两种制度、三个关税区、三种货币体系”背景下举办,张志刚认为,这是展示“一国两制”实践的绝佳契机,为粤港澳三地不同制度下的融合发展提供了先行先试的平台。“十五运会将实现三地人流、物流、资讯等方面更加快速流动,发挥最大功效。”张志刚说。

他期待通过十五运会激发三地融合发展的新概念、新思路,以十五运会为试金石和突破口,从而实现三地在经济、文化和市民生活等层面的深度融合。

张志刚相信,加强互联互通,将为粤港澳大湾区的发展带来无限可能。以“体育+文旅”的方式,通过合作举办赛事、共享市场资源、开发旅游产品等方式,以体育为媒,将粤港澳三地的优势资源进行互补,有利

推动湾区经济持续发展

全民健身跨境互动、体育消费资源分享等奠定基础。

“粤港澳三地要硬联通、软联通,更要心联通。”张志刚期待,通过全运会,粤港澳能充分发挥自身独特优势以及重要战略地位作用,联通国内外资源,将体育、文化、旅游产业发展成为粤港澳大湾区重要增长点以及区域合作交流重要手段,携手合作,讲好新时代的大湾区故事。

于推动粤港澳大湾区旅游业和文化产业的和谐发展,同时带动体育装备制造业和服装业发展,促进体育人才培养。

对于广州如何通过全运会推动城市发展,张志刚指出,广州作为粤港澳大湾区的核心城市之一,在经济、文化、科技等诸多方面具有显著优势,产业体系完备,特别是在制造业和服务业领域具有强大的竞争力。广州应抓住机会加强体育设施建设,提升城市服务水平,通过赛事推广特色文化和旅游资源,吸引更多国内外游客和投资者。

张志刚表示,十五运会将是三地不同历史文化的协同展示,文化内涵将更为丰富,“粤港澳本来就是一个人,将不同文化不同历史融合展示,我相信会引来全世界的兴趣和关注。”

方舟则希望借助十五运会的东风,充分发挥广州在大湾区领头羊的重要角色作用,与香港、澳门紧密配合,形成大湾区三角式的稳定发展核心架构。

国内球员重磅交易活跃 外援新政或成赛季关键

CBA·观察

26日,CBA官方在北京召开了2024至2025赛季新闻发布会,会上公布了一项重要数据——新赛季有65名球员完成首次注册,各俱乐部完成球员交易46人次。在65名首次注册球员中,通过选秀方式进入联赛的有27人,通过俱乐部自行培养球员认定的方式进入联赛的有36人,通过认领选秀球员的方式进入联赛的有2人。

休赛期的CBA交易市场也较为活跃,各俱乐部共完成球员交易46人次,其中转会10人次、自由球员认领签约21人次、匹配签约2人次、独家签约权转让4人次、租借9人次。与上赛季休赛期国内球员交易情况相比,2024至2025赛季开始前的球员交易数量保持稳定,自由球员认领、独家签约权转让及球员租借的数量增加。其中,共有4名顶薪球员通过独家签约权转让(2人)、转会(1人)及自由球员认领(1人)的方式交易到新俱乐部并签约顶薪,达到历年最多。

在所有球员交易中,当属周琦、郭艾伦、陈盈骏和沈梓捷这四名顶薪球员的转会最吸引眼球。广东三队在休赛期均有主力球员流失,广东队的周琦和广州队的陈盈骏均已加盟北京队,而深圳队的沈梓捷则在休赛期前往北控队效力。广州队则从辽宁队引进了辽宁功勋后卫郭艾伦。这四名球员在各自母队均是当家球星,他们的交易将直接影响新赛季CBA的实力格局。

尤其是引进了周琦和陈盈骏的北京队,沉寂多年的他们一跃成为新赛季夺冠的最大热门之一。而在主帅郭士强、主力球员陈盈骏相继离队,崔永熙又远赴

NBA后,在几个赛季表现不俗的新锐广州队将在新赛季遇到不小的挑战。这几名球员离开各自母队当然和各队经营战略调整有着不小的关系,但这么多顶薪球员在同一个休赛期完成转会绝对是罕见现象,其背后有着外援使用政策调整的助推。

新赛季CBA的外援使用政策将从四节四人调整至四节七人次,这也意味着除了最后一节外,其余三节每支球队均能使用双外援阵容出战。外援在CBA联赛中一直起到举足轻重的作用,在上赛季常规赛得分榜上,场均得分前11位的球员均为外援。在外援使用政策修改的大背景下,新赛季各球队必定会更加倚仗外援的发挥,各队需要的外援人数也会有所增加。如今,山西和吉林两队率先实现四外援满额配置,可以预计的是,将会有更多球队跟随这两支球队的脚步,增添更多的实力派外援。

在各球队得以使用性价比更高的外援后,国内球员在新赛季的联赛地位实际上有所降低。尤其在本次休赛季完成转会的四名顶薪球员,在原先的外援政策下,各球队很难找到和他们有着同等水平的国内球员,球队的操作空间不大。但如今,各队却可以相对轻松地找到和这四名球员实力相近的外援。在外援新政的影响下,一支拥有三至四名强力外援的球队,在没有顶级国手的情况下,仍有可能打出不错的战绩,这也在无形削弱了顶级国内球员在转会市场上的影响力。

距新赛季CBA联赛开赛已不足一月,20支球队都在进行赛季开始前的最后准备。在联赛格局改变的大背景下,在更多实力派外援的加持下,新赛季的CBA联赛想必会更加激烈和精彩。

羊城晚报记者 郝浩宇



2024年中国男子篮球职业联赛(CBA)选秀大会 新华社发