



每0.01秒的提升都是汗水与泪水的交织

亚洲百年 100米跑

超越自身极限的梦想生生不息

毫无疑问,苏炳添在东京奥运会创造9秒83的成绩,令大家奔走相告,这不光宣告亚洲人正式跑进9秒90,更确立了中国选手在亚洲短跑界的霸主地位。

多少年来,无论是中国选手甚至是亚洲选手,短跑一直都是他们不断挑战自己的舞台。每0.01秒的提升,都是汗水与泪水的交织;每一步的向前,都是超越自身的强势进发。今天我们不妨一起回首过往,看看近百年来,那些百米赛道上奋进的故事。

全国纪录被多次改写

早在1929年的华北运动会上,刘长春在百米项目中跑出了10秒8的成绩,这也是国内第一个有记载的百米全国纪录。四年之后,他又将成绩提高到了10秒7。

1932年洛杉矶奥运会,刘长春作为选手代表中国出战,但因乘船时在海上漂浮了3个星期,他的体力受到了巨大影响,因此他未能在洛杉矶取得优异成绩。

1933年,刘长春以10秒7的成绩创造百米的全国纪录,这一纪录直到新中国成立后才被打破。打破纪录的选手名叫梁建勋,他在1958年跑出了10秒6。

1959年,陈家全跑出了10秒5的成绩,创造了新的全国纪录。此后的6年,陈家全共6次刷新自己创造的纪录,并在1965年跑出了10秒整的成绩。当然,那时的田径比赛还处于手动计时的时代,但10秒整的成绩也算轰动一时。

1968年,田径进入电子计时时代,相对于手动计时,电子计时更加精确。

1978年,来自广东的袁国强跑出10秒61的成绩,而4年后他又将成绩提高到了10秒52。这位袁国强,在日后成为了苏炳添的教练。

此后,中国短跑进步飞快。1985年浙江选手郑晨在雅加达举行的亚洲田径锦标赛中跑出10秒28的成绩,一举将中国的百米纪录带到了10秒30以内。一年之后,四川选手李涛在亚洲青年锦标赛中跑出了10秒26,再次改写了全国纪录。

随后,改写纪录的人变成陈文忠,他曾先后跑出10秒24、10秒20的成绩。到了1998年,江西选手周伟在全国田径大会上跑出10秒17,成为国内第一个跑

进10秒20的选手。

10秒17的成绩一度尘封13年,直到2011年的奥运选拔赛,苏炳添跑出10秒16,改写了全国纪录。

此后在苏炳添和张培萌的引领下,中国短跑进入了一个全新的时代。

亚洲选手不断挑战

虽然无法与欧美选手直接抗衡,但在亚洲层面,短跑选手们追梦的脚步一直没有停歇。很长一段时间内,冲击10秒大关便成了他们搏杀的舞台。

1965年,中国选手陈家全在手动计时的情况下跑出10秒整的成绩,但手动计时与电子计时还是有些差别。如果按照国际田联的相关规则,手动计时加上0.24秒就是电子计时的成绩,因此陈家全的参考成绩应为10秒24。

1998年,日本人伊东浩司在曼谷亚运会中跑出过10秒整,使得亚洲短跑与10秒相拥。

2007年,在第17届亚洲田径锦标赛,代表卡塔尔出战的归化选手萨缪尔·弗朗西斯跑出了9秒99的成绩,亚洲终于跑进10秒。2013年莫斯科田径世锦赛,中国选手张培萌也曾拿到10秒的成绩,追平了伊东浩司。

一年后的仁川亚运会,代表卡塔尔出战的归化选手奥古诺德创造了9秒93的佳绩,一年后他又将成绩刷新至9秒91,再次提高了亚洲水准。

就在那一年,日本选手桐生祥秀曾在超风速(顺风3.3米/秒)的情况下跑出9秒87,但这一风速超过了国际田联所承认的范畴(顺风2米/秒以内),因此成绩也就未被官方所认可。

■新快报记者 高京

此后,苏炳添开始引领亚洲风潮,9秒99、9秒92、9秒91……一个又一个好成绩在近几年涌现,直到今年的东京奥运会,他用9秒83的佳绩带领亚洲进入全新时代。

有日本媒体报道,日本短跑界对于苏炳添所创造的9秒83感到欣喜,这也是全亚洲的喜悦,接下来日本选手将把9秒83作为目标,期待着在未来能够完成超越。

正如日本媒体所言,新一轮的竞赛已经开始,这个舞台,也期待能有更多后来者加入。

■新华社图



亚洲短跑选手冲击10秒情况一览

年份	选手	赛事	时间	备注
1965	陈家全(中国)	全国运动会	10秒	手动计时
1998	伊东浩司(日本)	曼谷亚运会	10秒	
2007	弗朗西斯(卡塔尔)	亚洲田径锦标赛	9秒99	归化选手
2013	张培萌(中国)	莫斯科世锦赛	10秒	
2014	奥古诺德(卡塔尔)	仁川亚运会	9秒93	归化选手
2015	奥古诺德(卡塔尔)	亚洲田径锦标赛	9秒91	归化选手
2015	桐生祥秀(日本)	青年田径邀请赛	9秒87	因超风速不被官方认可
2015	苏炳添(中国)	国际田联钻石联赛	9秒99	
2018	苏炳添(中国)	国际田联世界挑战赛	9秒91	
2018	苏炳添(中国)	雅加达亚运会	9秒92	
2021	苏炳添(中国)	东京奥运会	9秒83	

苏炳添为何能持续提升? 起跑脚改变是关键



作为最吸引眼球的运动项目之一,在百米赛场想提升0.01秒都异常艰难,而苏炳添在过去几年却能够持续提升,他是怎么做到的?

其实在很长一段时间内,苏炳添都无法突破10秒10,为此他做了一个重要决定:将起跑脚由右脚改为左脚。

刚开始改变的时候,苏炳添觉得非常难,为此他挣扎了很长时间才完成适应。此前他需用47步跑完百米,如今却需要48步。然而,步幅变小、步数增多之后,他的成绩大大得到提升,2015年他终于跑进了10秒。

此后,苏炳添一发不可收拾,他一步一个脚印地提高着自己的成绩。同样,生活中的苏炳添极其自律,他不吃任何辛辣油腻的食物,每晚10点前会关掉手机睡觉。

在陈家全、梁建勋、陈文忠、郑晨、袁国强等一代代中国短跑选手此前的积累

和帮助下,苏炳添完成了这次汹涌澎湃地冲击。日复一日的努力,终于在他32岁时,换来了东京奥运会的成就。

“能够站在决赛的起跑线上就是一种胜利,跑完半决赛的成绩(9秒83),对我来说是一种超水平的发挥,各方面的体力已全部用在半决赛那一枪了。所以隔着这么短的时间,再去参加决赛,对我来说是一种再次极限的挑战。对整个团队来说,只能尽量在决赛跑一个好的成绩,展现自己的水平就可以。”苏炳添在决赛之后兴奋地表示。

的确,苏炳添的这场比赛给人带来的震撼,丝毫不亚于刘翔在雅典所摘得110米栏的金牌。从雅典到东京,17年间两位追梦人穿越时空完成交接,共同展现中国速度。

多年以后,我们一定还会记得这个夜晚。2021年8月1日,东京国立竞技场,中国人站在奥运百米决赛赛场的日子。

小资料



男子100米世界纪录 9秒58

男子组百米世界纪录由牙买加著名短跑运动员尤塞恩·博尔特创下,于2009年8月17日在柏林世锦赛上,以9秒58的成绩勇夺冠军,并刷新了自己创造的世界百米纪录。