

中国马拉松近年来进步显著,何杰更是将男子全国纪录一口气提升45秒

飞跃的背后是16年的坚持

特别关注

阳春三月,中国马拉松“春风得意”!继张德顺14日在日本名古屋马拉松以2小时24分05秒获得第四名,创造中国女子马拉松近11年最佳成绩后,何杰和杨绍辉又在19日的无锡马拉松双双刷新中国男子马拉松全国纪录。何杰更是将纪录刷新为2小时07分30秒,将原纪录提升了45秒之多。为了这个历史性时刻,一代代中国马拉松运动员等待和拼搏了16年。由此刻起,中国马拉松翻开了全新篇章。



何杰在无锡马拉松冲线瞬间 图视觉中国

“常青树”董国建引领男子成绩“井喷”

从1957年张亮友创造第一个中国马拉松纪录开始,到2007年任龙云在北京马拉松跑出2小时08分15秒,其间共有16名运动员刷新纪录。不过,此后16年中国男子马拉松陷入沉寂,直到何杰在无锡刷新纪录。在提升的45秒背后,无数中国跑者为之奋斗了16年。

2019年堪称中国马拉松的转折点。先是多布杰在3月的徐州马拉松跑出2小时10分31秒,创造11年来中国男子马拉松最好成绩;随后董国建又在9月的柏林马拉松跑出2小时08分28秒,仅比当时的全国纪录慢了13秒,已无限接近这个此前遥不可及的目标;同年12月的广州马拉松,“95后”新星彭建华以2小时09分57秒成功攻破“210”难关,标志着新生代的崛起。

在疫情期间,由于国内外马拉松赛事纷纷停办,中国马拉松运动员的备战和比赛受到不同程度的影响,成绩并无明显起色。而作为中国马拉松第一人,36岁的“常青树”董国建再次用实际行动激励了所有跑者。他在去年的芝加哥马拉松跑出2小时08分53秒,虽然再次与全国纪录擦肩而过,但却犹如一道光

引领着中国男子马拉松运动员一路向前。

如今,何杰、杨绍辉、彭建华、仁青东知布等新生代马拉松运动员开始崭露头角,已有越来越多的运动员有能力突破“210”大关,并逐渐形成集团优势和良性竞争。27岁的彭建华在2022年厦门半程马拉松以1小时02分30秒的成绩打破全国纪录;23岁的仁青东知布夺得陕西全运会马拉松冠军;30岁的杨绍辉在东京奥运会以2小时14分58秒,创造中国男子马拉松奥运历史最佳成绩;24岁的何杰去年在柏林马拉松跑出个人最佳成绩,并成为深圳马拉松史上首位夺冠的中国选手。进入2023年,中国男子马拉松更是迎来成绩“井喷”。何杰和杨绍辉双双在无锡打破全国纪录,标志着两名“90后”选手正式接过中国马拉松的接力棒。而董国建、彭建华、仁青东知布和管油胜均在首尔马拉松刷新个人最佳成绩。目前,何杰、杨绍辉、董国建和彭建华均已达标布达佩斯田径世锦赛,中国田协也将面临幸福的烦恼,将在他们四人中选出三人代表中国队出征田径世锦赛。



杨绍辉、何杰、李配友(由左至右) 图视觉中国

三朵“金花”均处黄金期,期待更大突破

中国女子马拉松目前由三朵“金花”张德顺、张新艳和夏雨雨领衔,三人都是场地赛选手出身,综合能力出众,也处于运动生涯的黄金期,是当前中国女子长跑项目的佼佼者。28岁的张新艳是陕西全运会女子5000米冠军,曾在2021年打破女子3000米障碍全国纪录,去年在杭州亚运会选拔赛上跑出2小时26分56秒的年度最佳成绩;26岁的云南名将张德顺过去几年多次在马拉松赛事中跑进2小时30分,陕西全运会则包揽女子10000米和马拉松冠军,去年以2小时27分01秒的成绩位列年度第二,如今又在名古屋马拉松创造中国女子马拉松近11年最佳成绩,是当之无愧的国内女子马拉松第一人;24岁的夏雨雨在去年的北京马拉松也跑出2小时28分57秒的夺冠成绩,位列赛季第三。29岁的李芷萱在名古屋马拉松跑出2小时26分28秒的成绩,名列

第八。中国女子马拉松最近一次跻身世界前八名,为2012年伦敦奥运会朱晓琳以2小时24分48秒的成绩夺得第六名。论绝对实力,中国女子马拉松选手要想登上奥运会和世锦赛领奖台,面临的难度和挑战更为艰巨。2022赛季,世界女子马拉松的最佳成绩为肯尼亚名将切普格蒂奇在芝加哥马拉松创造的2小时14分18秒,全年共有29名女运动员打开“220”大关。和世界顶尖水平相比,中国女子马拉松选手仍有一定差距。中国男女马拉松在2023年双线奏凯,一方面得益于训练备战和赛事恢复常态化后,运动员们厚积薄发后集体能量的释放,另一方面则因他们正处于杭州亚运会、布达佩斯世锦赛和巴黎奥运会新周期的备战中,经过冬训的打磨,运动员的竞技状态正处于最佳阶段。更为重要的是,包括董国建、杨绍辉、彭建华、仁青东知

布和何杰在内的中国马拉松集训队曾在去年9月远赴肯尼亚的长跑训练基地基普乔格体育场,与基普乔格等世界高手一同训练,基普乔格在去年的柏林马拉松以38岁的高龄打破自己保持的马拉松世界纪录,其坚持不懈的精神以及肯尼亚先进的训练理念、多样性的训练方式,都让中国马拉松运动员们受益匪浅。目前,世界马拉松运动已进入高速发展的快车道,肯尼亚和埃塞俄比亚处于领先地位,日本则位居第二阵营前列,中国马拉松与世界顶尖水平存在肉眼可见的差距,他们仍有很长的路要走,但2023年喜报频传,也让我们对中国马拉松的未来充满期待。正如何杰在创纪录时说:“这是中国马拉松历史长河中的其中一步,我相信这是一个开始,我们还会继续努力,扛着中国马拉松再攀高峰。”

崔永熙赢得“超新星对决” 广州队拿下“季后赛卡位战”

谁是目前中国男篮最闪亮的新星?广州队的崔永熙和同曦队的林葳可能是大多数人心目中的候选人。3月20日,两人在一场事关季后赛席位的卡位战中直接碰面,而崔永熙的表现更出色,他砍下25分的全场最高分,不光在和林葳的对话中占得上风,更帮助球队在客场以101比95带走一场关键胜利。

赛前,广州队和同曦队同为17胜19负,在新疆队重回联盟后,有关季后赛门票争夺的形势更加微妙。对于两队而言,这都是一场输不起的比赛。由于广州队接下来还将面对辽宁和北京两支实力较强的球队,因此这场在客场和直接竞争对手的比赛显得更加重要。正因如此,广州队在开局阶段打得更加主动,尤其是成功限制了同曦队外援皮特森和近期活力很猛的林葳。到第三节时,广州队一度获得了21分的领先优势。

但作为一支年轻球队,广州队的发挥并不稳定。到了第四节的关键时刻,同曦队在主场球迷的助威声中屡屡打出反扑,广州队在局面上相当被动。

在此关键时刻,挺身而出的正是小将崔永熙。这只是崔永熙的处子赛季,但在经历了国家队的洗礼后,他显得愈发有大将之风。在广州队仅以微弱优势领先的情况下,崔永熙是在24秒即将到时的情况下投中关键三分,随后又利用超强的弹跳抢得篮板二次进攻得手。正是凭借崔永熙的这两个进攻回合,广州队才有惊无险地将胜利收入囊中。

更为难得的是,全场比赛出场了超过40分钟的崔永熙在比赛的最后时刻仍然能有如此发挥,他三分球7投5中,几乎以一己之力扛起了球队的外线进攻大旗。而林葳本场则出现了起伏,三分球8投仅1中,不在最佳状态。两队关键年轻球员的表现成为了决定本场比赛胜负手,最终准备更充分的广州队笑到了最后,也在冲击季后赛的路上迈出了关键一步。

羊城晚报记者 郝浩宇

彩民故事
习惯(下)
插图:采采

自从第一次买彩票中了奖,王师傅就琢磨着买起了彩票。他心态好,说自己期盼中大奖,但中不了奖也没关系,算是为福利事业做贡献了。王师傅还给自己立了个规矩,每次买彩票2元起步,最多10元封顶。

渐渐地,买彩票成了习惯,王师傅隔三差五就去附近的福彩店,买三五注彩票,从开始买3D、七乐彩,到后来的双色球。偶尔中个奖,也能让王师傅备受鼓舞。

转眼十几年过去了,王师傅也退了休。退休后,王师傅更是准点购彩。老伴说他“彩迷心窍”。王师傅笑着说:“你体会不到其中的乐趣,买几注彩票,每天期盼能中奖,心里永远不会空虚,多好呀。”老伴问:“你中过大奖吗?”王师傅说:“可我小奖也没中呀。”老伴说:“中不了奖真不知你图个啥。”王师傅说:“为公益事业做贡献呀,顺便碰碰运气。”



王师傅又说:“上了年龄的,玩玩数字游戏,适度购彩,也是一件趣事,利国利己,何乐不为呢?我要把这习惯一直延续下去!”(汪小弟)

“时来运转”新票广州上市

情侣相约逛街 刮中百万头奖

情侣逛街刮彩抱走大奖

原来,两人从事销售工作多年,萌生了一起创业的想法,但一直苦于启动资金不足,因此迟迟没有行动。这次刮中大奖,两人计划先留一笔钱用于生活费,其余部分全部用于创业。

两人对创业项目非常有信心,也希望利用福利的大奖奖金创造出更大价值。临走之前,阿冰表示,有了这笔奖金,两人能更好地实现人生梦想,未来他们将支持刮彩,支持福利事业。

今年以来,广州福彩刮彩频频爆出大奖。据广州市福彩中心统计,截至目前,广州彩民已中出各类刮彩彩票游戏一等奖12个。

阿冰说:“我一开始只是想体验下新游戏,而且这款彩票票面非常精致,就随手从一整卷彩票里抽了几张出来,没想到就刮了不少刮刮乐‘粉丝’的喜悦。近日,来自广州市海珠区的一对年轻情侣刮“时来运转”彩票中得一等奖100万元。”

阿冰说:“我一开始只是想体验下新游戏,而且这款彩票票面非常精致,就随手从一整卷彩票里抽了几张出来,没想到就刮了不少刮刮乐‘粉丝’的喜悦。近日,来自广州市海珠区的一对年轻情侣刮“时来运转”彩票中得一等奖100万元。”

阿冰说:“我一开始只是想体验下新游戏,而且这款彩票票面非常精致,就随手从一整卷彩票里抽了几张出来,没想到就刮了不少刮刮乐‘粉丝’的喜悦。近日,来自广州市海珠区的一对年轻情侣刮“时来运转”彩票中得一等奖100万元。”

彩票开奖公告栏

开奖时间:2023年3月20日

超级大乐透 第23030期

前区号码	35	20	06	12	11	05	12
后区号码							
本期中奖情况							
等级	中奖注数	单注奖金(元)	应派奖金合计(元)				
一等奖	5	10000000	50000000				
二等奖	1	8000000	8000000				
三等奖	82	166908	13686456				
四等奖	34	133526	4539884				
五等奖	173	10000	1730000				
六等奖	618	3000	1854000				
七等奖	14374	300	4312200				
八等奖	21514	200	4302800				
九等奖	30708	100	3070800				
合计	664353	15	9965295				
合计	6959005	5	34795025				
合计			136256460				

排列3排列5 第23069期

排列3	9	3	2		
排列5	9	3	2	8	6
中奖情况					
等级	全国销量(元)	本省销量(元)	全国中奖注数	本省中奖注数	单注奖金(元)
直选	15497	581	1040	0	346
组选3	0	0	0	0	173
组选6	49607138	2244568	66638	2843	154
排列5	119836230	127	10	1090	77
合计			127	10	100000

好彩1 第2023069期

中奖符号	22	鸡	秋	北
投注方式	投注注数(元)	中奖注数	单注奖金(元)	
数字	445424	9214	46	
生肖	12598	548	15	
季节	1294	117	5	
方位	1474	496	5	

3D 第2023069期

中奖号码	0	7	4
等级	中奖注数	单注奖金(元)	中奖金额(元)
单选	757	1040	787280
组选3	0	346	0
组选6	2228	173	385444
1D	261	10	2610
2D	34	104	3536
通选1	1	470	470
通选2	4	21	84
通选3	0	693	0
包选三全中	0	173	0
包选三组中	1	606	606
包选六全中	4	86	344
包选六组中	1	86	344
和数11	98	15	1470

“南粤风采”36选7 第2023069期

36选7投注总金额:351764元	中奖基本号码:23 26 09 21 08 07 特别号码:22		
中奖等级	中奖注数	总中奖金额(元)	单注奖金(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	5	9660	1932
四等奖	61	30050	500
五等奖	158	15800	100
六等奖	2945	29450	10
合计		267762元	入下一期一等奖。

已经在广州火热上市

近期,一款刮刮乐新游戏在广州火热上市,它就是“时来运转”刮刮乐彩票。据悉,这是一款聚焦财富类的主题彩票,名称取自成语“时来运转”。游戏票面设计以靓丽大胆的色彩搭配,营造出财富感,极具视觉冲击力。

彩票共设有两个玩法,分别为两同图和即中玩法,简单直接,富有乐趣。其中,玩法一区域内绚丽的霓虹和炫彩的轮盘寓意“大奖快快转起来,好运转起来”,具体玩法为刮开覆盖膜,在同一局游戏中,如果刮出两个相同的图符,即可获得该局游戏所对应的奖金。共有8局游戏,中奖奖金兼中兼得。

玩法二区域内耀眼的金条元素寓意“中奖就在眼前”,具体玩法为刮开覆盖膜,如果刮出任何中奖金额,即可获得该局游戏。中奖奖金兼中兼得。

“时来运转”刮刮乐彩票单张面值20元,最高奖金为100万元,有11个等级和23次中奖机会,奖金返还率为65%。目前,该款彩票已在广州上市,市民可前往全市各福彩投注站、户外销售亭、商业综合体体验店等渠道购买体验。