



广东女篮庆祝夺冠

4月13日，2024至2025赛季WCBA联赛总决赛在东莞大朗体育馆上演第四回合较量，手握赛点的广东东莞新彤盛女篮在主场以81比65击败四川女篮，从而以3比1的大比分赢下本轮总决赛，时隔六年再度夺得WCBA联赛总冠军！

在总决赛前两场，广东女篮一鼓作气连下两城，尽管在身高和阵容深度上不如对手，但广东女篮将自己“快、灵、准”的特点发挥得淋漓尽致，将争冠主动权掌握在了自己手中。背水一战的四川女篮在第二个主场放手一搏，延续着本轮系列赛的胜负悬念。回到主场的广东女篮仍手握赛点，这场比赛也被视为她们拿到总冠军的最佳机会。

东莞的球市异常火爆，本场比赛一经开售便被抢购一空，现场座椅上摆放着印有“一齐撑广东队”和广东女篮标志的白色T恤，现场球迷为自己支持的球队营造出了火热的主场氛围。

比赛一开始便进入了白热化，双方都把这场比赛当成了最后一场输不起的决赛，将防守强度提升到了极致。和前几回合一样，广东女篮试图通过三分球打开局面，杨舒予为球队投进首个三分球。四川女篮主攻

内线的策略同样坚定，但杨舒予在外线严密贴防四川女篮的主要控球点王思雨，逼迫后者两次出现失误，使得四川女篮的进攻出现停滞。首节结束，广东女篮抢得开局，以18比16领先。

四川女篮在次节作出调整，琼斯和坎贝奇组成“双塔阵容”出战，这样的调整收到了成效，她们打出一波进攻小高潮，不仅反超了比分，还取得了8分的领先优势。不利局面下广东女篮队长杨力维挺身而出，内突外投连续得分，广东女篮稳住了阵脚。在广东女篮的严密贴防下，四川女篮外援琼斯出现了情绪波动，她连续向裁判抗议，并主动走向替补席。在半场结束时，广东女篮仍手握一分领先。

双方的攻防节奏在下半场

变得更加紧凑，哪一方想要得

分都十分艰难。四川女篮再次祭出“双塔阵容”，琼斯和坎贝奇轮番冲击广东女篮内线。在拼抢异常激烈的情况下，两队的投篮命中率都出现下滑，比

赛逐渐往肉搏战的方向发展。

第三节结束前，广东女篮抓住

四川女篮急躁暴露出的漏洞，

科利尔和黄思静连进两记三分，

帮助球队在决胜节拿到了8分

的领先优势。广东女篮全场比

赛对于四川女篮的限制都非常



广东女篮杨力维(左一)持球突破

54领先。

第四节一开始，气势如虹的广东女篮再度打出进攻高潮，杨力维连续投中两记三分，帮助球队在决胜节拿到了8分的领先优势。广东女篮全场比

赛对于四川女篮的限制都非常

成功，这让四川女篮的明星球

员们在场上非常难受，眼看比

赛结束时间临近，四川女篮的

进攻选择变得更加简单，但也

出现了更多失误。

随着比赛时间的不断流逝，胜利的天平已经彻底

倒向了广东女篮一侧。最终，广东女篮赢得了这场关键比赛，击败卫冕冠军四川女篮，夺得2024至2025赛季WCBA联赛总冠军！

文/羊城晚报记者 郝浩宇

图/东莞新彤盛俱乐部

苏炳添起跑

## 全国田径大奖赛

### 苏炳添领衔“广东速度” 广东队4×100米接力夺冠

“苏神”归来，燃爆肇庆体育中心！4月13日，2025全国田径大奖赛肇庆站迎来最后一个比赛日的争夺，在男子4×100米接力决赛中，苏炳添领衔三名00后小将刘洪熙、丘智贤和严海滨，率领广东队以39秒25的成绩夺冠。“亚洲飞人”在接力赛场重出江湖，完美演绎“广东速度”。

在广东接力队这套全新阵容中，刘洪熙、丘智贤和严海滨均为00后选手，苏炳添显然更希望以第一棒为广东队打响头炮，为年轻运动员起到表率作用。起跑前，苏炳添习惯性地用标尺精细量度着距离，鸣枪后，“苏神”如离弦之箭弹射而出，并与21岁的二棒刘洪熙顺利完成交接，后者也是四棒中最年轻的选手，这一刻广东短跑完成历史“接棒”，所见有人也见证了广东短跑的传承。最终，四棒严海滨完美撞线，广东队以39秒25的成绩夺冠。

百米跑道很短，但苏炳添在这一条直线冲刺的赛道中却坚持了很久，这名短跑“老兵”的坚守，激励着无数追梦人奋勇向前，“苏神”将赛场比作宝藏，希望每一个人都能敢于付出，敢于拼搏，敢于闯荡，有机会赢得属于自己的One Piece（《海贼王》中指财宝），所有人都期待这名永不言弃的“亚洲飞人”在家门口书写新的传奇。

在次日的男子100米半决赛上，苏炳添因身体原因缺席，让现场几千名田径迷大失所望，但



文/羊城晚报记者 柴智

图/羊城晚报记者 钟振彬 梁喻 柳诚

## 全运访谈

相约粤港澳 逐梦新征程

策划 | 林如敏 朱帆 统筹 | 周方平 柴智  
文/羊城晚报记者 刘毅 图/受访者提供



## A. 全运会上冲破第四棒心结

2004年，19岁的汤晓茵第一次参加全国锦标赛，夺得女子400米冠军。在女子4×400米接力比赛中，广东队被视为夺标热门之一。跑最后一棒的汤晓茵因为年轻没有大赛经验，她在面对九运会400米冠军、山东名将卜范芳时超越对手并一路领跑，可惜在最后15米被卜范芳超越，广东队只能屈居亚军。

赛后，虽然队友们没有责怪，但汤晓茵心存内疚，对那次失利一直耿耿于怀。汤晓茵表示：“那次接力比赛的阴霾曾经长时间困扰着我，我在随后的比赛一直抗拒跑第四棒，感觉压力太大。我宁愿用那次比赛的400米单项金牌换取接力金牌。”

到了2005年第十届全运会，汤晓茵首次参加全运会。山东队在女子400米项目包揽前三名，自然成为女子4×400米接力的夺标热门。汤晓茵在内心还是非常抗拒跑第四棒的，无论教练还是师姐钟少婷都来做她的工作，认为以她当时的状况，第四棒非她

莫属。命运就是这么巧合，当第四棒汤晓茵拿到交接棒启动的一瞬间，看到前方又是卜范芳，简直和上次全国锦标赛一样的形势。汤晓茵努力追赶对手，跟在她后面，后面跟她拼速度，就这样慢慢把距离拉近。汤晓茵一直咬牙忍着伤痛跟在卜范芳后面，眼看要冲刺了，她甚至感觉追不上了。她心里不停地跟自己说：“坚持住，再坚持住，不能再像去年一样了。”

汤晓茵闭着眼睛，咬紧牙关，拖着僵硬的双腿，直到冲过终点，她才睁开眼睛，突然感觉全场安静了，她还不知道比赛结果如何。两位师姐钟少婷、高丽华以及另一名队友杨晓翠冲过来抱住汤晓茵，突然就兴奋地跳起来，队友们的眼睛湿润了。高丽华抱着汤晓茵大声说：“我们第一，我们第一！”汤晓茵的第四棒心结在懵懵懂懂中被撞开，她当时甚至不敢相信：“我们第一吗？我们赢了吗？”四位广东女将相拥在一起，被摄影记者们包围，享受着荣耀时刻。

## B. 苦练交接棒十一运会完成绝杀

在一般人眼中，4×100米接力的交接棒丝滑程度至关重要，4×400米接力更是硬实力的比拼。2009年在第十一届全运会上，汤晓茵带领三名第一次参加全运会的队友陈燕梅、丘洁辉、陈静文参加比赛，她由小师妹变成大姐大，由第四棒换到第二棒。在女子4×400米接力决赛中，广东队和东道主山东队再次上演巅峰对决，广东队以0.01秒的微弱优势后来居上完成“绝杀”，更多是依靠过硬的交接棒技术。

汤晓茵认为，不管是4×100米接力，还是4×400米接力，都非常讲究交接棒的流畅度和默契度。2006年以前，汤晓茵和队

友们还没有很注重交接棒这个环节，都是以保守方式交接棒。这个环节第一次被重视，她认为是国家队在2006年到美国训练的时候，当时的任务是争取拿到参加2008北京奥运会参赛资格。美国教练特意跟她们讲解了4×400米的交接棒应该怎么做，学会判断启动距离、启动步伐以及交棒和接棒的细节。在后续的200米循环跑训练当中，是拿着接力棒进行的，她们就是围绕模拟4×400米的后程接力来进行交接棒训练。回国后，她们继续苦练在美国学到的那套交接棒技术，帮助中国队夺得2008奥运会女子4×400米接力项目的入场券，获得与世界级高手同场竞技的机会。对中国队来说，在女子4×400米接力项目拿到奥运会入场券是非常难得的。

汤晓茵认为，女子4×400米接力是广东队的传统优势项目，连续三届全运会战胜实力强劲的山东队，得益于队友们日积月累的默契和交接棒的顺畅。广东队教练员对接力比赛有细致的战术，会根据接力队员的实际状态和情况灵活布阵，还要猜测主要对手几名队员的棒次，必要时会对棒次进行有针对性的调整。

第二届全运会上  
汤晓茵(左二)与教练、队友在

## 廿五年运期待广东再续辉煌

### 【人物档案】

**汤晓茵：**1985年出生于广东广州，第十届、第十一届、第十二届全运会女子4×400米接力冠军，唯一一位全运会女子4×400米接力连续三届金牌得主。其他荣誉还包括：2004年、2006年全国田径锦标赛女子400米冠军；2004年亚洲青年田径锦标赛女子400米冠军、女子4×400米冠军；2005年东亚运动会女子4×400米冠军；2005年亚洲大学生田径运动会女子200米冠军、400米冠军等。



## C. “矮瘦小苗”得遇良师成名将

汤晓茵的启蒙教练是广州市花都区体校的周谭英教练，她是在参加镇上的小学生田径比赛时被周指导发现的。在汤晓茵的体育生涯中，一共有8位教练员，分别是：周谭英、方枝云、潘鸿图、邹建成、冯志全、沈孝智、钟少婷、张增惠。每一位教练在她的体育道路上都非常重要，一环扣一环把她培养成全运会冠军、亚洲冠军。

回顾运动生涯时，汤晓茵觉得自己还是比较幸运的，她在训练场上的付出，都得到了回报。启蒙教练周谭英说过，其实她选汤晓茵的时候顶着很大的压力，因为她也是刚退役没多久，在所有老教练的眼中，都觉得她的体质苗子并不好，又瘦又矮，她唯独看上汤晓茵跑步的姿势动作及毅力，轻盈、永不服输。她坚信自己的眼光。

汤晓茵选择走上体育这条路，是因为父母觉得她身体比较差，只是希望练习体育锻炼一下。在区体校的时候，汤晓茵一度萌生了想要退队的念头，幸好周谭英及时劝说她留队。没过多久，广州市体校的方枝云指导来花都区体校选材，把汤晓茵选到市体校进行训练。后来，汤晓茵被输送到省体校邹建成指导那里进行训练。

## D. 转换赛道不换运动员精神

汤晓茵2012年被借调去五邑大学，然后又被借调回省队继续参赛。2013年9月在十二运会上，汤晓茵、李雪姬、陈燕梅、陈静文帮助广东队实现女子4×400米接力的三连冠，汤晓茵跑第一棒。2013年10月，在天津举行的第六届东亚运动会上，由周燕玲、陈燕梅、汤晓茵、陈静文组成的中国队夺得女子4×400米接力金牌，汤晓茵的运动员生涯完美收官。

汤晓茵在2014年1月退役，随后正式来到五邑大学工作，成为一名体育老师。汤晓茵2020年担任学校体育部副部长，主要分管学生群体竞赛、校运动队竞赛和管理、学生体质健康测试工作。由一名运动员转型为一名体育老师，后来又兼任行政工作，每一个过程的转变都很不容易。

汤晓茵认为，自己退役后从事的这些工作都需要重新学习，学会如何去处理这些行

政上的工作以及各种学生竞赛的问题等。当运动员的时候，只知道身体累，工作以后是身体累头脑更累，因为要考虑和做的事情更多。汤晓茵很庆幸自己拥有运动员的性格——不服输，不会就重新学，只要把运动员不怕苦不怕累的精神放到工作上，一切都能够学会。

十五运会将由广东、香港、澳门联合举办，汤晓茵对本届全运会充满期待，她特别期待粤港澳三地通过共同举办全运会擦出更多火花，举办一届特别新颖特别时尚的赛事。由于有教学任务在身，对于这届全运会，汤晓茵只能以一名体育爱好者的身份，通过电视、网络关注各项赛事。

汤晓茵希望广东田径队在十五运会能够取得好成绩，每个月项目都有突破，无论个人项目还是接力项目，她都希望师弟师妹们能够圆梦全运，希望广东田径队能够再续辉煌，多拿金牌。