



羊城晚报

## 13岁的她首秀夺冠

邹明珂：想参加奥运会

在11日举行的十五运会滑板赛女子碗池决赛中，13岁的广东选手邹明珂一路稳扎稳打，以81.05、84.50、86.92分完成比赛，最后以86.92的高分拿下金牌，完成了自己的全运会首秀。

不管是在半决赛还是在决赛，邹明珂都是以零失误、分数逐步提升、最终排位第一的完美表现完成比赛。这个在外人看来心态超稳的小将，下了赛场却不停地“好紧张”。

“我比赛前超紧张，一紧张就会肚子痛。”邹明珂说，预赛取得第一名，她并不觉得是因为自己技术好，而是别人没发挥好。“可能只是一种运气，我对自己的表现也不是很确定。”

基于这种心态，次日的决赛，邹明珂赛前就做足了准备，让自己兴奋起来，以此来缓解紧张情绪。

决赛中，在第二轮比赛结束后，山东选手孟令妍以86.60分的成绩暂居第一，邹明珂排位第二。这样的排序一直持续到第三轮比赛最后一刻——邹明珂出场前。

“当时我能够确定自己最少是银牌，这是我首次参加全运会，能够得第二，我也很满足了。所以在最后一刻的时候，我就释然了，就开始玩线路。没想到最后能够反超，非常惊喜，因为孟令妍的水平大家也是有目共睹的。”邹明珂对自己的比赛做了总结。

在邹明珂完成最后一个动作落地后，全场沸腾，其中当属队友郑好好的呐喊声最高。郑好好与邹明珂是好朋友，好好外向热情，明珂是慢热型的，俩人在性格上刚好互补，也会在赛场上相互鼓励。“明珂有出色的表现，我也很开心。因为在家门口比赛嘛，我们俩都想努力把金牌留在广东。”郑好好说。

决赛最后一刻跨越火山的翻板，邹明珂在赛后还念念不忘：“预赛和决赛前两轮都没有做出来，我自己做这一招其实不是很有底气，最后一轮我做出来了，所以很开心。”

回忆起全场欢呼的那一刻，邹明珂表示，又高兴又忐忑，当时她感觉可以拿第一，但是结果还没出来，她又不敢确定。那一刻，她只能不断给自己心理暗示：“没事，放轻松，就算失败了也没关系，还有下次。”

完成全运会首秀后，邹明珂打算给自己放个小假，休息一段时间。“喜欢滑板，是因为滑板飞起来的时候，可以给人一种自由的感觉，心情也可以得到放松。这次全运会我最大的收获是能够鼓励我更进一步。”邹明珂说，她的目标是继续精进技术，多去国外参加比赛，并且可以进决赛。“如果有机会的话，我想参加奥运会，虽然这很难。”

文/图 羊城晚报记者 林海生



邹明珂比赛中

## 赛事焦点

# 广东这枚金牌，双手厚茧换来

11月11日，十五运会赛艇项目在广东国际划船中心圆满落幕，最后8枚金牌各归其主。东道主广东队终迎金牌入账，多位奥运冠军与沙场老将顶住压力，突破自我，在赛道上书写了“老当益壮”的动人篇章。

收官日赛场高潮迭起。在率先鸣枪的男子双人双桨决赛中，广东队组合倪旭林/聂毅德全程保持领先优势，最终以4分36秒49的成绩强势夺冠，为东道主锁定赛艇项目首枚金牌。湖南队伊褚帝/张亮紧随其后斩获银牌，贵州队赵超/李林富摘得铜牌。男子双人单桨决赛中，广东队王梓龙/刘万铖奋力拼搏获得铜牌；女子八人单桨有舵手决赛里，广东队以4分35秒95的成绩惜败于山东队，收获银牌。至此，广东队以1金（男子双人双桨）、5银（男子四人双桨、女子四人双桨、男子轻量级双人双桨、女子轻量级双人双桨、女子八人单桨有舵手）、1铜（男子双人单桨）的成绩结束本届全运会征程，其中4枚银牌均来自10日的首个决赛日。

“这块金牌对全队太重要了，多年来的所有付出都是为了此刻。”倪旭林坦言，赛前压力巨大。作为老将，倪旭林的第三次全运会之旅堪称传奇，这是他在该项目上的三连冠。他透露，如果身体条件不允许，这也可能是自己作为运动员参加的最后一届全运会。倪旭林摊开双手，厚厚的老茧是长年苦练的印记，“从2011年开始，训练磨出的老茧定期用刀削掉，不然会影响握桨发力。”谈及未来，这位亚运会冠军表示将

根据身体恢复情况决定是否继续征战。倪旭林和搭档聂毅德搭档近5年，两人从2021年起都从单桨转到双桨，倪旭林说：“单转双难度不小，需要两个人都做好身心的双重配合。”

聂毅德称倪旭林为“兵哥”，“兵哥

作为老大哥，一直在帮助我，这个项目，就是需要互相帮助才能实现冠军目标。”教练曲晓明和倪旭林也合作已久，他对两人本次的表现给予高度评价：“他们顶住了压力，从起步、中途到冲刺都发挥得很好，执行战术非常准确。”

湖北队在男子四人单桨决赛中展

现绝对实力，李文雷/张璐通/刘治宇/孙露组合以4分20秒67的成绩夺冠。32岁的奥运奖牌得主刘治宇堪称队中定海神针，这是他首次在四人单桨项目斩获重量级荣誉。“过去一年从双桨改单桨，还为团队从左桨换到右桨”，刘治宇向记者揭秘转型之苦，“双手反复起泡结痂，严重时手指都伸不直，但队友们的拼劲给了力量”。他笑称带队秘诀是“放手”：“嘴上让他们累了就歇，其实知道他们会默默坚持，这群年轻人都太棒了。”

在2021年东京奥运会上，由陈云霞、吕扬、崔晓桐和张灵组成的中国队

在赛艇女子四人双桨项目夺得一枚历史性的金牌，并创造世界最好成绩（因赛艇赛道受水文、风向等自然条件影响，不同赛场环境差异大，因此只设定世界/奥运最好成绩而不设立世界纪录）。



▲倪旭林手上厚厚的老茧 羊城晚报记者 赵亮晨 摄

◀倪旭林（左）、聂毅德庆祝胜利 新华社发

霞、吕扬、崔晓桐和张灵组成的中国队

在赛艇女子四人双桨项目夺得一枚历史性的金牌，并创造世界最好成绩（因赛艇

赛道受水文、风向等自然条件影响，不同

赛场环境差异大，因此只设定世界/奥运

最好成绩而不设立世界纪录）。

在本届全运会上，她们的表现同样

耀眼：陈云霞与张灵搭档，以绝对优势

为上海队卫冕女子双人双桨冠军；辽宁

队崔晓桐/吕鑫阳夺得女子双人单桨冠

军，这是崔晓桐职业生涯第三枚全运会

金牌；吕扬则在10日率领河南队以0.39秒的微弱优势战胜广东队，斩获

女子四人双桨冠军。值得一提的是，崔晓桐时隔多年从双桨改回单桨，与新搭档磨合历经波折：“我们前阵子曾因配对问题争吵，但一次次重建信任，终于形成默契。”而陈云霞与张灵的五年搭档情谊，从训练到生活的朝夕相处，成为她们卫冕的关键保障。

本届全运会赛艇项目共产生16枚金牌，辽宁队收获3金领跑，河南队、湖北队、山东队、四川队各取2金，老将带新人、薪火相传的景象贯穿全程，见证着中国赛艇运动的稳步发展。

羊城晚报记者 赵亮晨

朱雨玲的三个关键词：

## “穿越”“梦幻”“在乎”

## 高光人物

“复出一年多，我不停地打各种各样的比赛，支线赛、常规赛、冠军赛、大满贯，我很享受身处比赛中的自我状态。全运会是我复出来以来打的第11站比赛，这对我来说会有一点‘穿越’，那几年里，我没有想过我还能站在全运会的赛场上。”11月10日晚，在十五运会乒乓球项目成年组女单1/16决赛中战胜山东队选手孙艺祯后，前兵团主力、前女单世界第一的朱雨玲这样描述自己的首秀感受。这次朱雨玲给出的关键词是“穿越”。

时间回到2024年7月，朱雨玲在WTT美国大满贯比赛决赛中逆转国乒后辈陈熠，又一次站在了世界大赛的最高领奖台。当时的朱雨玲捧着奖杯酝酿许久，用来表达感受的关键词是“梦幻”。

在乒乓球赛事的采访中，很少听到运动员讲出“穿越”和“梦幻”这样的字眼，倘若换作别人，这样的词汇像是飘在空中，令人很难信服。但朱雨玲的经历赋予了这两个词别样的时间重量——5岁起练球，12岁进入省队，14岁便入选国家二队，2010年，成为世青赛历史上最年轻的女单冠军，2017年，首次获得世界杯女单冠军，并在当年11月登顶世界第一……命运的转折总会在最意想不到之处悄然到来。2019年，全心投入紧张备战东京奥运会的朱雨玲确诊纤维腺瘤，尽管最终的诊断结果显示朱雨玲的病理结果为良性，但也需要休整半年，这实

际上意味着朱雨玲告别国乒的时刻已经到来。

告别赛场的朱雨玲选择从零开始，一头扎进此前人生毫无关系的领域。2022年，她报考电子科技大学经管学院DOM博士，从体育到管理学，朱雨玲自嘲“社会常识为零”。在课堂上，她不是世界冠军，不是国家队主力，“只是一个会打乒乓球的女学生”。

2023年，朱雨玲被聘为天津大学的老师，与学生之间的联系成为她决定重返赛场的重要原因。2024年2月，朱雨玲通过澳门特区政府的人才引进计划获得了澳门居民身份。2024年9月，澳门举办WTT冠军赛，澳门方面提议已经拿到澳门身份的朱雨玲作为东道主选手参加比赛，这也是对澳门乒乓球的一个展示和推动。

“我当时其实很犹豫，就询问自己的学生，自己要不要去参加比赛，学生们异口同声鼓励我：‘老师，你要去尝试，我们不在乎你的输赢。’”

此前的采访中，朱雨玲谈起重返赛场的决定时，表示自己“应该回到赛场，跟乒乓球好好告个别”。从后续的过程来看，朱雨玲的“告别”进行得无比绚烂，像一场盛大的烟花，且让人无法猜测何时会停止——从2024年9月开始，朱雨玲从最小的支线赛打起，到WTT常规赛，再到WTT冠军赛、WTT大满贯，实现WTT所有级别赛事的全覆盖，就这样逐步累计积分，从零一路打到了世界第七。

打开朱雨玲的社交媒体主页，如今的朱雨玲介绍自己，首先是“95后大学生”，其次是“电子科大博士研究生”，最后，她才是一位“乒乓球爱好者”。她曾评价自己前30年的人生



朱雨玲 新华社发

“像游乐园的过山车一样”，有了足够阅历加持，输赢、排名这些从前在意的东西，如今在朱雨玲眼里似乎失去了重量。

但朱雨玲对于自己的比赛仍有期待，“说比赛前不紧张是假的，我每场比赛一定会紧张。但‘紧张’并不是贬义词，它意味着在乎，我还是在乎我的表现，一场比赛中我可能会打出很差的表现，我需要在参赛的过程中，把状态努力向好的方面调整”。

人需要花掉一些时间，经历过一些事，才能赋予普通的词语别样的重量，朱雨玲正是这样，无论是“穿越”“梦幻”还是“在乎”，三个关键词如今都有了别样的重量。作为“世界第一”的朱雨玲会在乎，那时的她想赢，也需要赢；作为“乒乓球爱好者”的澳门队选手朱雨玲同样会在乎，但她在乎的东西，早已不只是输赢。

羊城晚报记者 吕航

## 王曼昱差点被爆冷

陈梦阔别赛场九个月后首秀取胜

11月11日，十五运会乒乓球比

赛继续在澳门进行角逐，在成年组

女单1/16决赛中，巴黎奥运会女单

冠军、山东队选手陈梦以大比分4比

0零封上海队选手孙铭阳；黑龙江队

选手、现世界排名第二的王曼昱遭

遇山东队选手范思琦的顽强阻击，

鏖战七局才艰难取得胜利。

### 陈梦：要尽量多坚持几场

在巴黎奥运会之后，陈梦暂别乒乓球队，但其凭借巴黎奥运会女单冠军位列本届全运会女单4号种子，9个月内，陈梦没有进行过系统训练，唯一一次参赛也只是与马龙一起参加去年12月份举行的“老瓦杯”友谊赛。

尽管在比赛中轻取对手，但陈梦在赛后坦言自己的全运会首秀并不轻松。作为第五次参赛的“全运老兵”，陈梦坦言自己对于十五运会的个人首场比赛做了大量预案，确保自己能够迅速进入比赛状态。每一次参加全运会都是一件非常荣耀的事，它是国内最大型、水平最高的乒乓球赛事，全运会的比赛非常难打，我要尽量多坚持几场。”

陈梦：要尽量多坚持几场

“如果满分是10分，我会给自

己本场表现打20分。”遗憾不敌王

曼昱后，范思琦表示自己本场是“超

常发挥”，“曼昱今天是第一场球，对

场地也有些不适应。我今天看到了一

些机会，但我跟她的实力存在较

大差距，最终没赢下来也是很正常

的事情。

“如果满分是10分，我会给自

己本场表现打20分。”遗憾不敌王

曼昱后，范思琦表示自己本场是“超

常发挥”，“曼昱今天是第一场球，对

场地也有些不适应。我今天看到了一

些机会，但我跟她的实力存在较