

奥运会女子帆板RS:X级比赛夺冠

卢云秀 曾经校队陪练 今朝奥运摘金

“她，来自一个有着8个兄弟姐妹的普通农家；她，用自己的坚韧、执着、拼搏，书写了一个新时代的励志故事；她，将继续为祖国奉献更多、更大‘金彩’！”这是2019年中国帆船年度颁奖典礼上，关于卢云秀的获奖词。

7月31日的东京海面，25岁的闽南姑娘卢云秀收获了更大的褒奖——在东京奥运会女子帆板RS:X级比赛中，卢云秀为中国队摘得金牌。这是中国代表团在此次奥运会中获得的第20枚金牌。由于2024年巴黎奥运会将不再设该项目，卢云秀拿到的这枚金牌更具历史意义。



原来练田径的小姑娘

1996年9月，卢云秀出生在福建漳浦杜浔镇范阳村。刚上小学时，整日在田里劳作的父母无暇接送她，热爱运动的卢云秀索性跑着上下学，家与学校间1公里的路程成了她儿时的跑道。

初二时，学校选拔选手参加漳浦县中小学田径运动会，卢云秀参加的项目是800米，恰逢另外一名参加1500米的同学需要一名陪跑，卢云秀便主动跟教练提出当陪练。没想到训练过后，卢云秀的成绩超过了原来的选手，1500米的名额也给了她。那一年的运动会，卢云秀拿下800米的第二名和1500米的第一名。

儿时的卢云秀是体育老师眼中的全才，她不仅擅长长跑、举重等偏门项目也能顶上去。在老师卢服体的推荐下，卢云秀前往漳浦少体校学习。半年后，她被选入福建省帆船帆板运动管理中心。卢服体曾这样评价卢云秀：“她参加运动会以后就非常能吃苦耐劳，我们搞体育的有她这种拼搏精神，肯定会出成绩的。”

昏倒在海上弱女子

从田径场来到海上，卢云秀起初并没有找到自己的方向。在教练高传卫的记忆中，卢云秀起初是由体校教练推荐给帆船队的。在楼下集合排队时，高传卫碰到了因为身材瘦小而被帆船队“退货”的卢云秀。“她的身材挺适合帆板项目，于是我就跟她的体校教练史玉涛了解情况，问她要不要到我这个队伍来试试。”高传卫没有想到，这一次“挽留”却留下了一个世界冠军。

刚来省队时，卢云秀的身体并不好，总是出问题。有一次在山东日照的训练中，她直接在海上昏倒，还好穿着救生衣，教练及时发现救了上来。“带队的助理教练都劝我该放弃，留她在队里风险太大。”高传卫说，“那时，我脑海里只有一个信念：好苗子往往都要经历更多的磨难。”跟卢云秀恳谈了一次后，高传卫发现这个孩子不仅肯吃苦、悟性

高，身上还有一股不服输的劲儿。

2010年，卢云秀在新疆参加了人生中的第一场帆板赛，仅仅获得了倒数第一。但教练并没有看走眼，那场惨败仅仅一年后，卢云秀便在山东日照举行的全国青少年帆板锦标赛中获得了第二名；2012年上海举办的同一赛事中，她获得场地赛和长距离两项冠军。自此，卢云秀开始在国内帆板赛事中崭露头角。回忆曾经挣扎的日子，卢云秀表示：“当自己遇到挫折时，不会轻言放弃，只要过程我努力过了，哪怕结果不如意，我也不会再有后悔。”

现在是属于她的时代

2013年，卢云秀披上国家队的战袍，在同年的世青赛女子RS:X级帆板赛事中，初出茅庐的卢云秀便将五星红旗升了起来——这是中国队第一次在该项赛事中夺金。随后，卢云秀开始打造属于自己的时代——全运会冠军、全国锦标赛冠军、中国帆船联赛冠军……卢云秀横扫国内赛场，但她眼中眺望着更广阔的天地。

从2016年底的世界杯总决赛夺得铜牌的那一刻开始，卢云秀在国际大赛的成绩就从未跌出过前十。这位来自漳浦的普通姑娘，成为了世界帆板界不可忽视的一股力量，并终于在2019年加冕世界冠军。

2019年是卢云秀大爆发的一年——在1月美国迈阿密的世界杯上，她拿下了RS:X级女子帆板比赛金牌；同年8月，在国际帆联世界杯日本江之岛站，卢云秀在比赛中登上冠军宝座；9月，在意大利举办的2019帆板世锦赛中，卢云秀先抑后扬，再得冠军……至此，她站入了张小冬、殷剑、陈佩娜和叶兵的行列，成为了第五位加冕世界冠军的中国选手，眼前只剩下奥运会冠军需要去征服。而拿到奥运会参赛资格后，卢云秀表示：“我想现在我的目标更明确了，我要做的就只有一件事——拿到东京奥运冠军。”



金牌背后是淡定豁达

无论是场上场下，卢云秀的脸上总是带着腼腆的微笑，她的沉静背后让人感觉到一份超乎寻常的沉稳和豁达。“当自己遇到挫折时，不会轻言放弃，只要过程我努力过了，哪怕结果不如意，我也不会再有后悔。”

“我们闽南话有一句叫，‘三分天注定，七分靠打拼’。我觉得既然老天爷已经给了我那么多分，那我去打拼也没有什么可担心的……”奥运延期让卢云秀的状态产生了一定的起伏，但她依然保持着淡定，从中寻找到积极的一面，“多出来的一年时间可以解决我备战中的遇到的突发情况，让我的心理准备更充分一点。教练经常和我说的一句话就是——哪怕是奥运会，它也只是一场比赛，除了周期长一些，其他没有什么不一样……”

一如我们盼望的那样，卢云秀没有让冠军旁落，这枚沉甸甸的金牌背后是卢云秀一路走来的坚韧与豁达。“如果过程都做不好，一直去想结局会怎么样，那真是有点太多余了。”奥运备战期间，这份沉静如水是卢云秀最真实的内心写照。

综合新华社、《澎湃新闻》报道

三次奥运之旅摘得2金1银
时隔9年
吕小军再上奥运之巅

7月27日，吕小军刚刚迎来37岁生日。7月31日，他收到了一份迟到的生日大礼。在当天结束的东京奥运会举重男子81公斤级比赛中，奥运“三朝元老”吕小军以总成绩374公斤夺得金牌。他三次奥运之旅摘得2金1银，成为中国举重获奥运奖牌最多的运动员。

比赛中，被大家称作“军神”的吕小军是10名选手中唯一的“80后”，年纪最小的美国选手哈里森·詹姆斯则是2000年出生。抓举比赛，吕小军开把165公斤第一把试举节奏太快，没能成功。但随后，他两次试举轻松举起165公斤和170公斤，抓举中确立了5公斤的优势。随后的挺举比赛，吕小军开把197公斤、第二把204公斤都轻松举起，最终他以总成绩374公斤将这枚金牌稳稳收入囊中。据《新京报》报道

“四朝元老”收获1金2银1铜
董栋摘得
男子蹦床个人银牌

东京奥运会男子蹦床比赛7月31日在东京有明体操馆举行。中国蹦床“四朝元老”董栋顶住压力，为中国队摘得一枚银牌。这是他连续四次参加奥运会获得的第四枚奖牌，这位32岁老将用“圆满”两字总结了自己在奥运征程。

在奥运赛场上，董栋曾夺得过2008年北京奥运会铜牌、2012年伦敦奥运会金牌和2016年里约奥运会银牌。来到东京，闯进决赛，董栋只有一个想法：拼了！“当我顺利进入到决赛，而且只有我一个人，我就跟教练说，我只有拼尽全力，全力以赴去拼才有可能赢。”据新华社东京电



今日看点

8月1日 星期日

CCTV5

08:00 田径女子铅球决赛(巩立姣)

14:00 跳水女子3米板决赛

(施廷懋、王涵)

16:00 体操多项决赛

(肖若腾、孙炜、芦玉菲、范忆琳)

18:15 田径男子100米决赛等

21:00 羽毛球女单决赛(陈雨菲)