

东京奥运会
金牌赛事指南



09:45	射击	女子10米气步枪决赛	【栾倩、王璐瑶】
10:00	公路自行车	男子公路赛	
12:50	举重	女子49公斤级A组	【侯志慧】
14:30	射击	男子10米气手枪决赛	【庞伟】
15:45	射箭	混合团体金牌赛	
16:00	柔道	男子60公斤级决赛	
16:00	柔道	女子48公斤级决赛	
19:45	击剑	女子个人重剑金牌赛	【孙一文、林声】
20:15	击剑	男子个人佩剑金牌赛	
20:30	跆拳道	女子49公斤级金牌赛	【吴静钰】
20:45	跆拳道	男子58公斤级金牌赛	

7.24
11 场金牌赛

奥运首金花落谁家

7.26
1 场金牌赛

乒乓球混双有望开门红

7.28
23 场金牌赛

三人籃球争创佳绩

7.30
1 场金牌赛

羽毛球诞生首金

8.1
5 场金牌赛

頂立蛟立志圓夢東京

8.3
4 场金牌赛

跳水体操摔跤多点开花

东京奥运会即将开幕，但每日纷繁复杂的赛事安排，可能让你“抓不住”重点，以下汇总了东京奥运会每日决赛赛程，以及当日中国选手参与的重要赛事提示，供你收藏！本届奥运会，8月7日将产生 34 枚金牌，是单日产生金牌最多的一天；首个金牌日 7 月 24 日将产生 11 枚金牌，是开幕式后产生金牌最少的一天；闭幕日 8 月 8 日虽然只产生 13 枚金牌，但女乒、女篮等重磅赛事将在这天举行。

05:30	铁人三项	男子个人赛	
09:30	游泳	女子 100 米蝶泳决赛	【张雨霏】
10:12	游泳	男子 100 米蛙泳决赛	【闫子贝】
10:20	游泳	女子 400 米自由泳决赛	【李冰洁】
11:05	游泳	男子 4x100 米自由泳接力决赛	
11:25	滑板	女子街式赛决赛	
13:50	射击	女子双向飞碟决赛	
14:00	山地自行车	男子越野赛	
14:00	跳水	男子双人 10 米跳台跳水	【曹缘 / 陈艾森】
14:45	激流皮划艇	男子划艇决赛	
14:50	射击	男子双向飞碟决赛	
15:40	射箭	男子团体金牌赛	
16:00-18:40	柔道	女子 57 公斤级决赛	
16:00-18:40	柔道	男子 73 公斤级决赛	
18:00	竞技体操	男子团体决赛	【肖若腾 / 邹敬园 / 孙炜 / 林超攀】
18:50	举重	女子 55 公斤级 A 组	【廖秋云】
19:45	击剑	女子个人佩剑金牌赛	【邵雅琦】
20:10	乒乓球	混合双打金牌赛	【许昕 / 刘诗雯】
20:30	击剑	男子个人花剑金牌赛	
20:30	跆拳道	女子 67 公斤级金牌赛	
20:45	跆拳道	男子 80 公斤级金牌赛	

8:18	赛艇	女子双人双桨决赛A	
8:30	赛艇	男子双人双桨决赛A	【张亮 / 刘治宇】
8:50	冲浪	女子金牌赛	
8:50	赛艇	女子四人单桨决赛A	
9:10	赛艇	男子四人单桨决赛A	
9:15	冲浪	男子金牌赛	
9:41	游泳	女子200米自由泳决赛	【杨浚瑄】
9:49	游泳	男子200米蝶泳决赛	
10:30	公路自行车	女子个人计时赛	
10:45	游泳	女子200米个人混合泳决赛	
10:54	游泳	女子1500米自由泳决赛	【王简嘉禾、李冰洁】
11:26	游泳	男子4x200米自由泳接力决赛	
13:00	公路自行车	男子个人计时赛	
14:00	跳水	男子双人3米跳板跳水	【王宗源 / 谢思埸】
16:00-18:40	柔道	女子70公斤级决赛	
16:00-18:40	柔道	男子90公斤级决赛	
16:30	马术	个人盛装舞步音乐自由演绎大奖赛	
17:00	七人制橄榄球	男子金牌赛	
18:15	竞技体操	男子全能决赛	【肖若腾、孙炜】
18:30	击剑	男子团体佩剑金牌赛	
18:50	举重	男子73公斤级A组	【石智勇】
20:55	三对三篮球	女子金牌赛	【张芷婷 / 万齐圆、杨舒予 / 王萌萌】
21:25	三对三篮球	男子金牌赛	【胡金秋 / 顾鹏 / 朱旭航 / 王睿 / 李金】

8:33	赛艇	女子单人双桨决赛A	
8:45	赛艇	男子单人双桨决赛A	
9:05	赛艇	女子八人单桨有舵手决赛A	【郭淋淋 / 李晶晶 / 巨蕊 / 张敬 / 雷甜 / 徐菲 / 王宇霞 / 王子凤 / 张继军 / 黄悦 / 李
9:25	赛艇	男子八人单桨有舵手决赛A	
9:41	游泳	女子200米蛙泳决赛	
9:50	游泳	男子200米仰泳决赛	
9:59	游泳	女子100米自由泳决赛	
10:16	游泳	男子200米个人混合泳决赛	【汪卿】
10:40	竞速小轮车	男子决赛	
10:50	竞速小轮车	女子决赛	
11:00	网球	男子双打金牌赛	
13:50	蹦床体操	女子决赛	【朱雪莹 / 刘灵玲】
13:50	射击	女子25米手枪决赛	
15:00	激流皮划艇	男子皮艇决赛	
15:45	射箭	女子个人金牌赛	
16:00-18:40	柔道	女子78公斤以上级决赛	【徐仕妍】
16:00-18:40	柔道	男子100公斤以上级决赛	
17:30	羽毛球	混合双打金牌赛	【郑惠维 / 黄雅琼 / 王懿律 / 黄东萍】
18:30	击剑	男子团体重剑金牌赛	【董超 / 兰明豪 / 王子杰】
19:30	田径	男子10000米决赛	
20:00	乒乓球	男子单打金牌赛	【马龙、樊振东】

6:30	高尔夫男子第四回合	
9:10	自由式小轮车	女子自由式公园赛决赛
9:30	游泳	男子50米自由泳决赛
9:35	田径	女子铅球决赛 【巩立皎】
9:37	游泳	女子50米自由泳决赛
9:44	游泳	男子1500米自由泳决赛
10:15	游泳	女子4×100米混合泳接力决赛
10:20	自由式小轮车	男子自由式公园赛决赛
10:36	游泳	男子4×100米混合泳接力决赛
11:00	网球	男子单打金牌赛
11:00	网球	女子双打金牌赛
11:00	网球	混合双打金牌赛
13:33	帆船	男子单人艇激光级奖牌赛
14:00	跳水	女子3米跳板跳水决赛 【施廷懋、王涵】
14:33	帆船	女子单人艇激光雷迪尔级奖牌赛
16:00	竞技体操	男子自由体操决赛
16:55	竞技体操	女子跳马决赛
17:44	竞技体操	男子鞍马决赛
18:10	田径	男子跳高决赛 【王宇】
18:27	竞技体操	女子高低杠决赛 【范忆琳】
18:50	举重	女子76公斤级A组
18:50	击剑	男子团体花剑金牌赛
19:20	田径	女子三级远跳决赛
20:50	田径	男子100米决赛 【苏炳添、谢震业】
21:00	羽毛球	女子单打金牌赛 【陈雨菲、何冰娇】

9:50	田径	女子跳远决赛	
10:37	静水皮划艇	女子200米单人皮艇决赛A	
10:54	静水皮划艇	男子1000米双人划艇决赛A	【刘浩/ 郑鹏飞】
11:20	田径	男子400米跨栏决赛	
11:21	静水皮划艇	男子1000米单人皮艇决赛A	
11:47	静水皮划艇	女子500米双人皮艇决赛A	
12:05	拳击	女子羽量级(54-57公斤)决赛	
13:33	帆船	男子单人艇芬兰人级奖牌赛	
14:00	跳水	男子3米跳板跳水决赛	【王宗源、 谢思埸】
14:33	帆船	男女混合多体船诺卡拉17级奖牌赛	
16:00	竞技体操	男子双杠决赛	【邹敬园、尤浩】
16:26	场地自行车	女子团体追逐赛金牌赛	
16:44	场地自行车	男子团体争先赛金牌赛	
16:48	竞技体操	女子平衡木决赛	【管晨辰、欧钰珊】
17:37	竞技体操	男子单杠决赛	
18:05	拳击	男子重量级(63-69公斤)决赛	
18:20	田径	男子撑竿跳高决赛	
18:50	举重	男子109公斤级A组	
18:55	摔跤	男子古典式77公斤级决赛	
19:30	摔跤	男子古典式97公斤级决赛	
19:35	田径	女子链球决赛	【王峰、罗娜】
20:20	摔跤	女子自由式68公斤级决赛	【周凤】
20:25	田径	女子800米决赛	
20:50	田径	女子200米决赛	

[illegible]

跳水梦之队亮相

7.25
8. 杨金博

中国赛艇队开启冲金之旅

7.27
2场金牌赛

国乒女单期待会师决战

7.29
7场金牌赛

举重“三朝元老”吕小军冲金

7.31
21场金牌赛

举重女力士冲击金牌

8.2 2 场全牌赛

女排打响1/4决赛

8.4

9:30	游泳	男子 400 米个人混合泳决赛【汪顺】
9:52	游泳	男子 400 米自由泳决赛
10:12	游泳	女子 400 米个人混合泳决赛
10:15	射击	女子 10 米气手枪决赛
10:45	游泳	女子 4x100 米自由泳接力决赛
11:25	滑板	男子街式赛决赛
12:00	公路自行车	女子公路赛
14:00	跳水	女子双人 3 米跳板跳水【施廷懋 / 王涵】
14:30	射击	男子 10 米气步枪决赛
14:50	举重	男子 61 公斤级 A 组【李发彬】
15:40	射箭	女子团体金牌赛
16:00-18:40	柔道	男子 66 公斤级决赛
16:00-18:40	柔道	女子 52 公斤级决赛
18:50	举重	男子 67 公斤级 A 组【谯利军】
19:45	击剑	女子个人花剑金牌赛
20:15	击剑	男子个人重剑金牌赛
20:30	跆拳道	女子 57 公斤级金牌赛【周俐君】
20:45	跆拳道	男子 68 公斤级金牌赛【赵帅】

5:30	铁人三项	女子个人赛	【仲梦颖】
8:58	赛艇	男子四人双桨决赛 A	
9:10	赛艇	女子四人双桨决赛 A	【陈云霞 / 张灵 / 吕扬 / 崔晓桐】
9:43	游泳	男子 200 米自由泳决赛	
9:51	游泳	女子 100 米仰泳决赛	
9:59	游泳	男子 100 米仰泳决赛	【徐嘉余】
10:17	游泳	女子 100 米蛙泳决赛	
10:35	射击	混合团体 10 米气手枪金牌赛	
14:00	山地自行车	女子越野赛	
14:00	跳水	女子双人 10 米跳水跳水	【陈芋汐 / 张家齐】
14:50	举重	女子 59 公斤级 A 组	
14:50	射击	混合团体 10 米气步枪金牌赛	
15:00	激流皮划艇	女子皮艇决赛	
16:00	马术	团体盛装舞步特别大奖赛	
16:00-18:40	柔道	男子 81 公斤级决赛	
16:00-18:40	柔道	女子 63 公斤级决赛	
18:30	击剑	女子团体重剑金牌赛	【林声 / 孙一文 / 朱明叶】
18:45	竞技体操	女子团体决赛	【唐茜靖 / 芦玉菲 / 章瑾 / 欧钰珊】
18:50	举重	女子 64 公斤级 A 组	
19:00	棒球 / 垒球	垒球金牌赛	
20:30	跆拳道	女子 67 公斤以上级金牌赛	【郑姝音】
20:45	跆拳道	男子 80 公斤以上级金牌赛	

8:18	赛艇	男子双人单桨决赛 A
8:30	赛艇	女子双人单桨决赛 A
8:50	赛艇	男子轻量级双人双桨决赛 A
9:10	赛艇	女子轻量级双人双桨决赛 A
9:30	游泳	男子 800 米自由泳决赛
9:44	游泳	男子 200 米蛙泳决赛
10:28	游泳	女子 200 米蝶泳决赛 【张雨霏】
10:37	游泳	男子 100 米自由泳决赛
11:31	游泳	女子 4x200 米自由泳接力决赛
13:30	射击	女子多向飞碟决赛
14:30	射击	男子多向飞碟决赛
14:45	激流皮划艇	女子划艇决赛
16:00-18:40	柔道	女子 78 公斤级决赛
16:00-18:40	柔道	男子 100 公斤级决赛
18:50	竞技体操	女子全能决赛 【唐茜靖、芦玉菲】
18:55	击剑	女子团体花剑金牌赛
20:00	乒乓球	女子单打金牌赛 【孙颖莎、陈梦】

6:30	铁人三项	混合接力赛	
9:30	游泳	男子 100 米蝶泳决赛	
9:37	游泳	女子 200 米仰泳决赛	
9:46	游泳	女子 800 米自由泳决赛	【王简嘉禾】
10:43	游泳	男女混合 4x100 米混合泳接力决赛	【徐嘉余 / 闫子 张雨霏 / 杨浚
11:00	网球	女子单打金牌赛	
13:00	射击	混合团体多向飞碟金牌赛	
13:33	帆船	女子帆板 RS:X 级奖牌赛	【卢云秀】
13:50	蹦床体操	男子决赛	【高磊、董栋】
14:33	帆船	男子帆板 RS:X 级奖牌赛	
14:50	举重	男子 81 公斤级 A 组	【吕小军】
15:00	射击	女子 50 米步枪三姿决赛	【史梦瑶、陈东琦】
15:45	射箭	男子个人金牌赛	
16:00-18:40	柔道	混合团体决赛	
17:00	七人制橄榄球	女子金牌赛	
17:00	羽毛球	男子双打金牌赛	【李俊慧 / 刘雨辰】
18:30	击剑	女子团体佩剑金牌赛	
18:50	举重	男子 96 公斤级 A 组	
19:15	田径	男子铁饼决赛	
20:35	田径	4x400 米混合接力决赛	

9:20	田径	男子跳远决赛【黄常洲、高兴龙】
10:50	田径	女子100米跨栏决赛
12:00	羽毛球	女子双打金牌赛【陈清晨/贾一凡、杜玥/李茵晖】
13:30	射击	男子25米手枪速射决赛【林俊敏】
13:33	帆船	女子49人FX级奖牌赛
14:33	帆船	男子49人级奖牌赛
14:50	举重	女子87公斤级A组【汪周雨】
15:50	射击	男子50米步枪三姿决赛【赵中豪】
16:00	马术	三项赛·团体赛决赛
16:00	竞技体操	男子吊环决赛【刘洋】
17:00	竞技体操	女子自由体操决赛
17:09	场地自行车	女子团体争先赛金牌赛【钟天使/鲍珊菊】
17:54	竞技体操	男子跳马决赛
18:50	举重	女子87公斤以上级A组【李雯雯】
18:55	摔跤	男子古典式60公斤级决赛
19:00	田径	女子铁饼决赛
19:30	摔跤	男子古典式130公斤级决赛
19:45	马术	三项赛·个人场地障碍赛决赛
20:15	田径	男子3000米障碍赛决赛
20:20	摔跤	女子自由式76公斤级决赛
20:40	田径	女子5000米决赛
21:00	羽毛球	男子单打决赛【谌龙、石宇奇】

5:30	马拉松游泳 女子 10 公里	【辛鑫】
10:30	田径	女子 400 米跨栏决赛
11:30	滑板	女子公园赛决赛 【张鑫】
13:33	帆船	男子双人艇 470 级奖牌赛
14:33	帆船	女子双人艇 470 级奖牌赛
14:35	拳击	男子轻量级 (75-81 公斤) 决赛
17:06	场地自行车	男子团体追逐赛金牌赛
18:00	马术	个人场地障碍决赛
18:30	花样游泳	双人自由自选决赛 【黄雪辰 / 孙文雁】
18:50	举重	男子 109 公斤以上级 A 组
18:55	摔跤	男子古典式 67 公斤级决赛
19:00	田径	女子 3000 米障碍赛决赛
19:15	田径	男子链球决赛
19:30	摔跤	男子古典式 67 公斤级决赛
20:05	田径	男子 800 米决赛
20:20	摔跤	女子自由式 62 公斤级决赛
20:55	田径	男子 200 米决赛 【谢震业】