



约你·里约

2016年奥运会特别报道

“丁”住满贯

乒乓球女单决赛，丁宁以4比3击败李晓霞夺冠，成就奥运会、世乒赛和世界杯大满贯



8月11日上午，四年前在伦敦，面对无懈可击的李晓霞，丁宁输得毫无脾气；四年后，在里约，丁宁终于将脖子上的奖牌由银色换成了金色。北京时间11日上午，在里约奥运会乒乓球女子单打决赛上，丁宁经过7局苦战，以4比3击败李晓霞夺得金牌，成就奥运会、世乒赛、世界杯的单打大满贯。

不少人对四年前伦敦奥运会女单决赛仍记忆犹新，那一次李晓霞正值巅峰，更令比赛具有话题性的

是，那一次裁判成为了比赛的第三人，由于受到判罚影响心情，丁宁比赛时情绪不稳，赛后更是委屈得失声痛哭。

里约奥运会，李晓霞和丁宁两人的状态发生了极大的变化。丁宁一直在稳步向前，并在2015年世乒赛上击败刘诗雯夺得女单桂冠。而李晓霞因为伤病浮浮沉沉，有过2013年巴黎世乒赛击败刘诗雯再度封后的巅峰，但此后也曾萌生退意，一直游离在国家队边缘。克服伤病后，李晓霞今年迎来复苏。凭借世乒赛、奥运预赛和亚洲杯上的精彩表现，她提前锁定一个里约女单名额。

但如今，李晓霞再不如四年前那般无懈可击。11日上午决赛面对

丁宁时，李晓霞一度占据优势，但失误比四年前明显增多。尤其在决胜局，李晓霞连续三个回球擦网出界，状态不好，她也只能无奈摇头。相反丁宁气势更盛，尤其在2比3落后的情况下，丁宁爆发出极大的能量，连扳两局夺得冠军。

拿下最后一分，丁宁的泪水立马涌出，她紧紧握拳高呼，两次跪地痛哭失声。“很开心！很享受这场比赛！”赛后，丁宁说道，“我现在有点懵，脑子什么都没想，这场比赛大家都拼尽全力，其实真的很艰苦，打完比赛那一瞬间，放松下来的时候，情绪真的很激动！”

丁宁说四年前伦敦的经历令自

己更加成熟，让自己能够不断挑战自己，战胜自己。“今天在面对李晓霞的过程中，我能够抛开四年前失利的阴影，全身心投入比赛，享受比赛过程。可以说，打入决赛后我就是为梦想而战。”

输了球的李晓霞表情平静，她说这次获得奥运会资格算是“死里逃生”。2015年，她曾经遭遇三次肺炎，也遭遇大腿肌肉拉断的痛苦。她表示，在场上自己已经尽

力，没有遗憾，感觉很坦然。她还透露自己到了要离开的时候：“我的年纪毕竟在这，高强度训练真的有些扛不住，今年年初我其实已经打了退役报告，这次能够重新回到赛场上，我真的就是尽情享受，没有任何遗憾。我想在我身体条件允许、队里需要我的情况下，我会义无反顾回来。不过，我想中国乒乓球队还是一个很强大的团队，我只需要把我的经验传授给她们就行了。”

(综合新华网)

向艳梅

太险了 杠铃砸头



太棒啦 举起冠军

举重杠铃砸头是多么危险的事情，中国选手向艳梅今天在奥运会赛场上就遭遇了这种意外。尽管“遇险”，向艳梅冲金的过程还是比较顺利。在女子举重69公斤级比赛中，向艳梅以抓举116公斤、挺举145公斤、总成绩261公斤夺得金牌，为中国代表团拿下里约奥运第9枚金牌。

惊险一幕

女子举重69公斤级是中国队最有传统的一个优势级别，2000年林伟宁、2004年刘春红、2008年刘春红，中国队曾在这个级别上实现过三连冠。2012年伦敦奥运会，中国女举意外地放弃了这个级别，也遗憾地中断了对这枚金牌的垄断。

来到里约，中国选手向艳梅的最大对手是哈萨克斯坦选手扎帕库尔。2014年世锦赛和2015年世锦赛，扎帕库尔曾分别以262公斤和253公斤的成绩获得亚军。本次比赛，扎帕库尔以261公斤的报名成绩，排在了所有参赛选手的第一位，向艳梅以260公斤排在第二。

两人的较量从抓举开始，扎帕库尔成功举起111公斤的开把重量，向艳梅第一把成绩就超过对手2公斤。扎帕库尔第二把要了115公斤，并成功举起。向艳梅第二把又比对手多了1公斤，以116公斤压制对手。

在扎帕库尔没能举起117公斤的重量结束抓举比赛后，向艳梅在第三把向118公斤发起冲击，意外在这个时候发生了。向艳梅成功把杠铃举过头部后，手部力量不足杠铃突然砸下。躲避不及的向艳梅被杠铃砸到了后脑勺和脖子部位。好在力道不是很重，向艳梅还能独自行走，但步伐有些踉跄。

直到比赛结束，向艳梅的头还有一点疼。“当时有点晕，旁边有‘星星’的感觉。”向艳梅描述说。

实力保证

经历了波折，比赛还未结束。向艳梅的教练周继红称，教练员就相当于她的父母，当时极度担心：“(那一下)就跟砸到我们自己孩子似的，她后

面还能不能比，我们都不管，只要她没事。”

好在并无大碍，向艳梅继续挺举的比赛，策略还是让扎帕库尔先比。开把重量140公斤，扎帕库尔用了两次试举才获得成功。这时向艳梅才开始自己的第一把试举，直接要了142公斤，顺利举起。为了冲金，扎帕库尔的最后一把重量是144公斤，逼到绝境的她确实发挥出色，将这个重量举起，在总成绩上领先向艳梅1公斤。

对手的比赛已经结束，就要看自己的发挥了。向艳梅只要能举起第二把要了的145公斤，冠军就到了手。有实力做保证，向艳梅顺利地将杠铃举起，冠军到手了！

在确保金牌后，向艳梅仍然有一次挺举的机会，她没有放弃，而是选择冲击147公斤。这让人有点意外，即使她举起147公斤，也无法冲击世界纪录。这一次向艳梅没能举起杠铃，并且捂着腰离场了。这一幕让人心疼，好在并无大碍，冠军到手可以尽情庆祝了。

更高目标

“刘春红的世界纪录就像一个标杆，让我一直努力追赶，我希望能够在明年的全运会上打破这个纪录。”向艳梅说。奥运会金牌并不是终点，向艳梅的终极目标，是打破前辈刘春红266公斤的世界纪录。

向艳梅从进入国家队开始，就希望有一天能够打破这个纪录，这个世界纪录一直是她追求的标杆。夺得奥运金牌之后，向艳梅最想感谢的是自己的家人：“我特别想回国之后好好陪一陪我的父母，他们养了我们四个孩子，非常辛苦……”话语不多的向艳梅，在赛后几次提到了自己的爸爸：“家里人为了支持我付出了很多，特别是我爸爸。我练举重也是因为爸爸，他特别要强，我只希望爸爸以后能够幸福。”

其实4年前，向艳梅就有实力夺得奥运会冠军，可惜未能参赛。向艳梅坦言，现在并不是自己状态最好的时候，能够在这个时候拿这个金牌非常不容易。(综合新华网)

举重场上演惊天逆转 吕小军无缘卫冕

新华社里约热内卢8月10日电(记者王恒志刘阳)四年前，吕小军以破抓举世界纪录、总成绩379公斤夺得伦敦奥运会男子举重77公斤级金牌。四年后的今天，他再度打破自己保持的抓举世界纪录、总成绩同样是379公斤，但却没能卫冕。哈萨克斯坦选手拉希莫夫以惊人的214公斤打破尘封15年之久的挺举世界纪录，总成绩追平吕小军，并凭借体重较轻的优势夺得里约奥运会该级别金牌。

32岁的吕小军当日在自己的强项抓举上保持强势，三把成功，并以177公斤打破自己保持的抓举世界纪录。这个成绩领先亚美尼亚选手卡拉佩强3公斤，领先拉希莫夫足足12公斤！

挺举比赛首先出现了意外，卡拉佩强在第二把试举195公斤时左肘受伤放弃了比赛。吕小军虽然第一把试举197公斤失败，但他随后举起了197公斤和202公斤。吕小军赛后说：“其实我最近状态不太好，我在世锦赛后的训练成绩都没这么好，举起202公斤之后特别高兴，我觉得在奥运会上能举起这个重量，我为自己感到高兴。”

吕小军的总成绩定格在379公斤，这也是他四年前夺冠的成绩。中国男队总教练于杰说，吕小军今天已经发挥出了最好水平，在并不是强项的挺举也发挥不错，可以说完全没有遗憾。雅典奥运会举重冠军张国政也用“表现完美”来形容吕小军。

拉希莫夫虽然第一把挺举就举起了202公斤，但他要想超越吕小军必须举起214公斤——这个重量比世界纪录高出4公斤，210公斤的世界纪录已经足足保持了15年之久。

于杰坦言，最后一把要202公斤，就是要逼对手举214公斤，“他是我们的主要对手，也一直在研究他，根据我们掌握的信息，他之前最好的训练成绩也就是211公斤。从我们专业来说，觉得这个重量他是举不起来的。”

令所有人吃惊的是，虽然身子有些摇晃，但哈萨克斯坦人举起了这一重量！

三名裁判一致给了显示成功的白灯。还有三天就将度过23岁生日的拉希莫夫仿佛不相信自己的眼睛一样激动万分，他的教练甚至直接躺倒在了入场处的台子上，全场陷入巨大的疯狂之中。

凭借这一举，拉希莫夫的总成绩也达到了379公斤。但拉希莫夫比吕小军轻0.64公斤，凭借体重优势，哈萨克斯坦人夺走了这枚金牌，吕小军获得亚军，埃及选手马哈茂德以361公斤获得铜牌。



好“意外”

■谢应龙

饥渴难耐，沙漠里的人绝望了！突然看到前面有一眼泉，有蝴蝶绕泉花飞，这是意外，大喜也！但还有些意外是，比如，一只忘了穿裤衩的飞鸟，它的排泄物就像长了眼睛似的，这是意外，痛哉！

8月10日晚，在乒乓球女单半决赛时出现了一个意外：那就是中国队的李晓霞4局横扫福原爱，让人感到意外的是，总共四局比赛一共只让福原爱得到9分。

赛后，这个9分连李晓霞也感到好意外，是自己能力无比巨大？还是意外之喜她不骄？其实，我们需要像李晓霞样的意外！特别我们的中国足球队更甚，如果哪天打进世界杯决赛，再与巴西点球争冠。在取胜后举

国同庆那一刻，高举大力神杯的国足队长大声地向全世界宣布：不是对手巴西变弱了，而是我们变强大了！

那么，想要得到这样的意外之喜，也就需要我们有李晓霞一样的“本钱”！这个“本钱”就像是刘备礼贤下仕，三顾茅庐请孔明，从此蜀中兴旺，五虎上将各司其职，厉兵秣马勤操练，渐成鼎立霸业！这个“本钱”就是唐三藏，要时刻监督徒弟去三打白骨精，把内心的戾气和功利棒掉，才会取得真经！

意外在接二连三。8月11日，男子举重77公斤级的吕小军，因对手体重稍逊，而金牌意外旁落！为此，解说评论也受到“传染”，文质彬彬的他也竟意外地与“粗口”碰了一个满怀！

其实，意外无处不在，它的双重身份

证也许是天秤两端的天使与魔鬼！喜不骄、败不馁，才是意外的最好解药！因为，生活中的惊喜与失落是“意外”它的一对“双胞胎”。那么在惊喜里总结经验，去发现和解决问题，才能出现连连惊喜！在失落中如宋江一样反思，为何三打祝家庄屡败？在反省中定下方案，没准，就会像矮脚虎一样娶四个貌美如花的花三娘！

10日夜晚，“瓷娃娃”哭如黛玉，一世英名全掉在那耻辱般“9”里了。哭出来，是想把它和花一样葬了，长出下个赛次的重生？但愿如此！因为意外之喜是等不来，也哭不出来的！只有重头再来，韬光养晦，谢安的“东山再起”就在明天！

如此看来，意外就都不是意外了，都是“将军战马今何在？野草闲花满地愁”，都是浮云！

2016 里约奥运会 奥运奖牌榜				
	金牌	银牌	铜牌	总数
美国	11	11	10	32
中国	10	5	8	23
日本	6	1	11	18
澳大利亚	5	2	5	12
匈牙利	5	1	1	7
俄罗斯	4	7	4	15
韩国	4	2	3	9
意大利	3	6	2	11
英国	3	3	6	12
法国	2	3	1	6

(截至北京时间8月11日23时)