



# 渴望巴黎那个奋力击水的时刻

## 走下2023浙江“体坛十佳”领奖台，三位游泳冠军战意高涨

本报记者 赵磊

2023年，浙江体育健儿在“家门口”的杭州亚运会赛场上表现惊艳，98名浙军参赛，夺得51金21银8铜，创造浙江参加亚运会以来的最好战绩。

在浙江省“体坛十佳”颁奖盛典上，汪顺和叶诗文分别获得最佳男、女运动员奖项，徐嘉余获得最佳突破奖。作为浙江游泳队的“定海神针”，走下领奖台，他们向记者透露了不少关于训练、生活上的细节，三位游泳冠军战意高涨，渴望在巴黎交出满意答卷。

### 最佳女运动员叶诗文

#### 明年希望还能站在这里领奖

“上次拿到这个奖项，还是11年前，没想到我还能拿到这个奖项。”叶诗文打趣说，很多朋友跟她说，自己是看着叶诗文的比赛长大的，“他们认为我不再是‘小叶子’，已经是‘老叶子’了。”

玩笑过后，叶诗文说，自己想表达的是，年龄并非问题，只要内心充满热爱和激情，就能创造无限可能，希望今年自己能够在冠军赛和巴黎奥运会上都取得优异成绩。“我希望明年能够继续站在这里领奖。”

去年的杭州亚运会，叶诗文再一次站上了最高领奖台。在女子200米蛙泳夺冠后，向来平静的叶诗文，很用力地用手掌拍打池面，激起了很大的水花，似乎所有的压力和困难，在那一刻都迎刃

### 最佳男运动员汪顺

#### 在奋斗路上，我心无旁骛

“我准备了发言，但他们不让我说得太官方。但我还是想感谢各方对我们的支持，这一定是我和所有运动员的心声，没有大家对我们的支持和关心，我们就不会取得今天的成绩和成就。”汪顺在发表获奖感言时，依旧是稳如“老干部”，不愧是浙江游泳队的老大哥。

在汪顺看来，2023年已经成为过去，2024年的巴黎，谁将笑傲泳坛，现在还是未知数。“在游泳到边之前，我们永远不知道下一秒的冠军会是谁。因此展望2024年，我们希望在巴黎奥运赛场上争金夺银并且取得好成绩。”

汪顺说，自己的状态目前来说还不错，经过一整个冬训期的积累，希望能够在接下来的奥运选拔赛和奥运会正赛上都有比较出色的发挥。“奥运会的目标，是希望能够再一次站上最高领奖台，圆梦巴黎！”

下周二，汪顺就要奔赴深圳参加2024年全国游泳冠军赛，该赛事也是巴黎奥运会的选拔赛。除了自己的主项混合泳之外，汪顺还报名了仰泳的比赛。

“报名仰泳的目的还是为了混合泳。”汪顺解

而解。

谈及去年自己的状态，如果满分是100分，叶诗文给自己打了95分。“一方面是因为要兼顾学业，另一方面因为我恢复的时间比较短，系统训练只有6个月左右，所以说在底层的积累还是比较欠缺。”叶诗文希望，今年的自己能够做到不留遗憾，交出一份自己满意的答卷。

释说，之前在混合泳比赛中，自己的仰泳比较薄弱。通过专项训练，可以让混合泳的整体成绩更好，此次报名参赛也想检验一下效果。

此外汪顺还透露，自己苦练仰泳，也是为了在接力比赛中为徐嘉余打好预赛的前战，让“甲鱼”以充沛的体能来备战最后的决赛。

人们都说三十而立，今年的汪顺正值而立之年。在他个人看来，运动员到这个年纪以后，在面对奥运级别的大赛时，可以用更丰富的经验去沉着应对挑战，这对运动员来说是十分宝贵的。“以前会比较急躁一点，现在跟教练会有更多的沟通和交流。在树立目标之后，在奋斗的路上会越发坚定，心无旁骛。”

有趣的是，颁奖前走红毯接受主持人采访时，汪顺还坦白了自己的部分择偶标准。“喜欢头发长的还是短的？”“长发。”“是胖还是瘦？”“匀称。”“年龄大的还是年龄小的？”“这个都可以。”最后，汪顺还不忘满足众多女粉丝的期望，对着镜头比了个心。



### 最佳突破奖徐嘉余

#### 唱歌训练呼吸，是我的独门秘笈

“我小时候也看过体坛十佳颁奖，当时觉得他们能拿奖好帅，没想到我也能拿到浙江体坛十佳的奖项，我认为这是对我今后比赛非常大的激励。”获奖后的徐嘉余如是说。

近来，一向开朗活泼的徐嘉余一直在潜心苦练，充耳不闻窗外事，一心奋战游泳池。他说，在大赛前运动员仍然需要保持一定的低调，“低调地训练，并在比赛中充分展现自己。”

来参加颁奖典礼之前，徐嘉余刚刚完成了今日份的训练。“我非常疲惫，目前仍在恢复中。”徐嘉余透露，目前自己已经进入赛前备战状态，每天一早6点45分起床，8点到11点训练三小时，下午3点继续训练到6点，每天的训练量大致在8000米到15000米之间。

徐嘉余还透露了自己训练的“独门绝学”——游泳之后通过唱歌训练呼吸。“唱歌需要训练膈肌，它也能帮助我们在赛后呼吸平稳。”在训练最累的时候，例如跑步时，已经上气不接下气了，这时徐嘉余会要求自己一定要清晰平稳地唱完一首歌。“甲鱼”笑着说，自己之前还被嘲笑过唱歌难听，但现在已经大有改观，他喜欢周杰伦的歌，但太难唱了，所以他会选择唱王力宏的歌曲。

连续两届亚运会开出“五金店”的徐嘉余，曾在赛后采访时说，亚运获得了这么多金牌，不相信自己没有奥运冠军的命。相较于汪顺和叶诗文，“甲鱼”对于一枚奥运金牌的渴望更甚。

此次获得最佳教练员奖的蔡力曾透露，徐嘉余将在本届巴黎奥运会承担个人仰泳和接力项目的双重任务。

“个人项目是我一个人在战斗，团队项目则是4个人齐心协力奋战。我会相信自己，也会相信队友，在每一场比赛中全力以赴。”在徐嘉余看来，个人项目和集体项目同样重要，“亚运会上的表现也让大家看到了自己的进步。涅槃重生的新自我，重新展现在大家面前，我希望成为最好的自己。接下来我会争取更大的突破，敬请期待。”

今年29岁的徐嘉余，也不避讳关于老将的话题。他表示，有一直非常优异的成绩支撑着他继续前进，“希望能够一直焕发出‘第二春’和‘第三春’，并且有更好的表现。我希望让大家看到，运动员不仅在年轻时能够迸发出优异的成绩，身为老将时一样能够做到。”