

运动员是个特殊群体,基本没有节假日概念,饮食也需严控

浙江泳军的中秋,就在训练池里过

本报记者 赵磊

庆团圆,看晚会,吃月饼,赏圆月……又逢中秋团圆日,举家欢聚的喜庆氛围成为了这个小长假的主旋律。不过,运动员就是这么一个特殊的群体,在其他阖家团圆的日子里也不能“偷懒”。巴黎奥运会上表现亮眼的浙江游泳队众将们,这个中秋节,依旧在训练中度过。



浙江游泳队在训练。(资料图)记者 姚颖康摄

奥运会后,主旋律就是收心备战

“中秋节,浙江游泳队的主旋律就是:收心,备战。”浙江体育职业技术学院游泳系(省游泳运动管理中心)主任王伟告诉记者,中秋小长假期间,浙江游泳队除了参加为金华地区的一所学校捐助公益助学金的活动外,其余的安排就只有一项:恢复训练。

王伟透露,紧张的巴黎奥运赛场鏖战之后,目前队员们仍处在一个逐步恢复调整状态的过程。

眼下距离10月18日在上海举行的游泳世界杯分站赛还有一个月,届时征战巴黎的9名浙江奥运健儿会悉数出战。这是今年年底前世界泳坛最重要的赛事了,不少国际巨星都将参赛。

王伟告诉记者:“接下来浙江游泳队会以明年的全运会为大周期,积极备战新加坡游泳世锦赛等众多大小赛事。”

如果天好,大家饭后在广场赏月

“中秋怎么过?我在外面有点事儿。”作为浙江游泳队乃至中国游泳队的老大哥,汪顺的回复颇有些神秘感。当记者问他是不是私人的“终身大事”,汪顺“哈哈”笑出了声:“不是不是,不要误会,是一些受邀参加的活动。”作为浙江游泳队的颜值担当,顺哥除了保证自身日常训练保持状态在线之外,还要负责出席不少活动。原来汪顺是应邀出发去米兰参加时装周了。

“对于运动员来说,基本上没有‘节假日’的概念,我们只会有周末一天的休息,没有其他的假期。”徐嘉余的主管教练蔡力透露,由于浙江游泳队内不少年轻队员都要参加接下来在武汉举行的全国游泳锦标赛,因此假期里也处于集中训练的状态,饮食也

需要严格控制,并不能因为过节而“破戒”。

“但节日的仪式感我们还是会有,到时候教练会和运动员们一起过节,如果天好,饭后计划大家一起去学院广场上赏月交流。”蔡力说。

谈及徐嘉余,蔡力表示小长假期间弟子要参加的活动比较多,行程基本排满,但每天都保证了基本的训练量,以确保维持竞技状态。对于下月出战游泳世界杯上海站的徐嘉余,蔡力表示弟子只会游一项50米仰泳。“奥运会高强度比赛的节奏和压力,会导致运动员们出现神经疲劳。我原本的计划就是让徐嘉余能够好好休息,毕竟他想要4年后在洛杉矶奥运会,因此需要彻底调整训练框架,不能过度压榨老将的身体啊。”蔡力笑着说。

不敢懈怠,小叶子近期有两场比赛

“我中秋的话应该就是正常训练,晚上在家里吃个饭了,没啥特别的安排嘛!”叶诗文说,自己近期已经恢复训练,本月末的全锦赛以及下月上海的世界杯,两站都报了名,这个中秋小长假也不能懈怠。好在身为杭州姑娘的小叶子,有能够跟家人团聚的机会。“虽然不允许过节期间随意外出,但在杭州能回家吃饭也算稍微自由点了,哈哈!”

武汉的全锦赛,叶诗文的报项你绝对猜不到——既不是蛙泳,也不是

混合泳,而是仰泳。

为啥会报仰泳?对此叶诗文的回复是:最近对仰泳有点兴趣,想要在这个项目上能有更好的提升。而且一直游主项容易麻木,达到一个瓶颈期后就很难再有突破。

记者打趣问她:“参与仰泳角逐,是不是已经拿到了傅园慧的洪荒之力?”

叶诗文听到这里也乐了:“哈哈,我要是有她前25米的速度,我就无敌了!”

中秋过集体生活,广厦新援第一次团建烤肉,安排上备战CBA,不能松

这几天正是中秋假期,但是有些人是没有假期的,这其中就包括正在认真备战CBA新赛季的浙江广厦男篮的球员们。

每年中秋,都是CBA球队进入新赛季备战倒计时,所以假期是肯定不会有,甚至连一天两练的强度都没啥变化。但今年的中秋还是有些不同。因为浙江广厦男篮本赛季来了新人,来自宝岛的球员林秉圣。这位1996年12月26日出生,身高184厘米,体重75公斤的后卫是浙江广厦男篮将李金效租借给四川男篮交换到了四号签,随后在选秀大会上选到的,可见对他的重视程度。

这并不是林秉圣第一次挑战CBA,5年前他曾经参加过选秀大会,只不过没有被选中,随后他被NBL(比CBA低一级的中国职业篮球联赛)陕西信达男篮签下,

在NBL征战了两个赛季。所以来到浙江广厦男篮,他没有特别不适应的感觉,在队里过中秋,也是他和队友们打成一片的好机会。

林秉圣告诉记者,他在来浙江广厦之前效力的T1联赛,开赛时间和CBA联赛差不多,所以前两年中秋这个时候,也都是球队备战期,只不过因为T1联赛的球队基本是走训,可以练完就回家,中秋节和家人朋友还是有机会聚一下的。“中秋节一定要聚会啊,和朋友在一起吃烤肉、吃月饼、看月亮。”

其实林秉圣来到浙江广厦的时候,也挺好奇,因为都是集中住在球队,那球队会怎么过中秋,之前有一天球队训练,老板楼总来看,林秉圣就问了:“中秋节球队有团建么?”于是老板直接给安排上了。

只不过他们的聚餐团建不能安排在中秋正日子,只能在完成体测,返回训练基地的那天提前安排,那天晚上大家都吃得很开心,一群人吃掉了两只烤全羊。

这段时间一直保持训练强度,又相继参加了友谊赛和CBA体测,林秉圣感觉已经渐渐融入球队,也进入到状态了:“队友相处都很好,大家都合得来。此前的训练就是针对体测的训练,其实还挺累的,后面的话就要针对CBA季前赛、新赛季的比赛,增加战术类的训练了。”

在中秋节假期之后,他们就要前往晋城赛区和岳阳赛区进行季前赛,这算是新赛季之前的最后热身,由于外援已经基本到位,所以这次季前赛基本能够体现各支球队在新赛季的实力,所以备战丝毫松懈不得。

即将实现自己打CBA梦想的林秉圣,对于新赛季可以说是越来越期待了。

本报记者 曹林波



林秉圣在训练中投篮。照片由广厦俱乐部提供