

石雨豪:也无风雨也无晴

第二次参加田径世锦赛为中国队拼下铜牌

新华社东京9月18日电(记者 吴俊宽 岳晨星 王子江)2017年,18岁的石雨豪第一次参加田径世锦赛就杀入男子跳远决赛。决赛前的检录环节,他紧张到流泪。

2025年,26岁的石雨豪第二次参加田径世锦赛同样闯入决赛。而这一次,检录室里的他心情放松,甚至可以唱歌。

两次参赛间隔八年,石雨豪经历了职业生涯的至暗时刻,他的回归之路漫长而艰难。如今的石雨豪学会了不为对手成绩和外界因素干扰的平和与专注,练就了无论顺境或逆境都坦然面对的强大内心。

“我享受这样一场世界大赛,其实对我来说这是一个舞台,并不是比赛场、竞技场。”17日的东京国立竞技场,重回世界舞台的石雨豪以8米33的职业生涯第二好成绩,为中国队拼下一枚来之不易的铜牌。“这是对我过去这么多年的一个交代。我又回到了世锦赛的舞台,我真的太舒服了。回到世锦赛舞台,包括登上世锦赛的领奖台,这是我日思夜想的事情。”

八年前的石雨豪,风华正茂、鲜衣怒马。刚开始参加成年组比赛的他两次刷新亚洲青年纪录。伦敦世锦赛上,这位人们眼中的“希望之星”以8米23的成绩排名第六。虽未登上领奖台,但对于初登国际大赛舞台的新人而言,也算是不错的起步。此时的石雨豪已把目光放在更远的未来,2018年的雅加达亚运会、2019年的多哈世锦赛以及之后的东京奥运会……

进入2018年,一切仿佛都在沿着顺利的轨道发展。经历了冬训的积累,石雨豪在那一年的室内赛季小试牛刀,接连拿下亚洲室内锦标赛的冠军和英国格拉斯哥室内大奖赛冠军。室外赛季的跳远首秀,他选择了在上海举行的钻石联赛。在上海的那个雨夜,石雨豪与一年前在伦敦赢得世锦赛金牌的南非名将曼永加“硬刚”。石雨豪跳出8米43的个人最好成绩,直逼8米47的全国纪录,而南非人则跳出8米56。最后一跳中,一心想逆转对手的石雨豪由于发力过猛以及雨天导致起跳板湿滑,在落地时失去重心,多根跖骨错位。

赛事提前知

精彩的足球篮球赛事 周末又来了

本报讯(记者 魏若涛)本周末石家庄体育赛事精彩继续,不仅有石家庄功夫队的中甲主场赛事,还有渐入佳境的石家庄市篮球联赛等比赛,这些赛事又将让石家庄市民的周末生活丰富多彩。

本周六晚,石家庄功夫队将在中甲联赛第23轮主场迎战广西平果。在目前中甲积分榜上,石家庄功夫队排名第8位,广西平果排名第15位,两队都急于在本场比赛全力抢分。特别是处于保级区的广西平果,本场比



9月18日,季军中国选手石雨豪在颁奖仪式上。

新华社记者 李钢 摄

同一场比赛中,先跳出职业生涯最好成绩,紧接着就遭遇可能断送职业生涯的重伤。大起大落来得太快,对19岁的少年是无比巨大的打击。当夜的医院里,检查结果出来后,整个急诊室都回荡着石雨豪的哭声。

之后漫长的康复期和痛苦的找回状态的过程,让石雨豪错过了后续的一系列大赛。直到2023赛季,他才在赛场重新叩开8米大关。2023年在杭州举行的亚运会上,资格赛再次遭遇雨天,石雨豪在比赛中特意请裁判帮忙擦拭起跳板,因为“不想看到场上再有意外发生”。雨战,是石雨豪心中的一个阴影。更早之前的全国田径锦标赛上,因为雨势过大,他还曾选择了放弃比赛。

在杭州,石雨豪顺利通过了资格赛雨战的考验,并且在决赛中拿下一枚铜牌。不过,亚运会奖牌并不能满足他内心深处的渴望。“我受伤后,在医院里面躺了一天。第二天出院的时候,我就对自己说,总有一天我会回到世锦赛和奥运会的舞台上。”

17日晚的东京,无风无雨。闷热的天气中,石雨豪迎来了属于自己的彩虹。起跑、加速、近乎完美的踏板,一袭红色战袍在空中划出优美而绵长的弧线。场边的显示器上出现8米33的成绩,石雨豪脸上只是闪过了一丝微笑,很快又回归沉静。

“我知道可能是有希望的,但我并没有再去想更多的东西。”石雨豪说:“我只是打开了这一下,然后就再回到自己的精神世界里,再去慢慢地想,想我该要做的东西,然后我也做到了。”

直到确定自己收获世锦赛铜牌,身披国旗的石雨豪脸上才洋溢出不再克制的笑容。不过在赛后的混合采访区,他表现得依然很平静。

“我错过了东京奥运会,但是这一次,在东京,我回来了。我觉得自己可能只是晚一点拿到了这块奖牌。”他说:“这是我重生之路的第一集。”

回望自己受伤恢复的漫长过程,石雨豪说最大的收获是拥有了更加强大的内心。“现在我觉得我的心态已经非常平和,不管对手跳了多少,我就跳我自己的。我现在是光脚的,不怕他们穿鞋的,我只要去发挥出自己的水平就好了。”

展望未来,石雨豪表示,现在去考虑2028年洛杉矶奥运会为时过早,自己更希望专注于眼前的目标。“先展望明年的亚运会吧。上一届亚运会我是第三,有点可惜。明年的亚运会上我要再冲一冲,起码领奖台上的名次再往上提一提,这是我想做的事情。”

不受外力干扰,专注眼下目标。石雨豪“重生之路”的后续剧情,值得期待。

中国女篮热身赛再胜

韩旭得23分为全场最高

本报讯(记者 常明)中国女篮昨晚在西安与西班牙尤文图特女篮进行了第二场热身赛,最终以91比86胜出。石家庄姑娘韩旭表现出色,得到全场最高的23分。

首节争夺,中国女篮一改上一场表现不佳的状态,一上来就拼防守,很快占据了场上主动。内线方面,中国女篮由张子宇和韩旭轮番上阵。本节末,尤文图特队利用快攻和远投,一举将比分追成36平。

次节,尤文图特队不断加快攻防节奏,一度将比分反超。随后,主帅宫鲁鸣派上了“双塔”,张子宇打五号位,韩旭打四号位。“双塔”频频连线,多次打出精彩进攻。中国女篮连得5分,不断将差距缩小,上半时结束,双方打成50平。

同上一场一样的是,中国女篮第三节发力,依然是“双塔”带动全队,小将田媛媛也有出色表现,她速度快,远投准。中国女篮一度将优势扩大至10分。之后尤文图特队将差距缩小,不过此时韩旭接管了全队的进攻,先是在弧顶附近接连命中两记三分球,之后又中投命中,连得8分。本节结束时,中国女篮以74比62领先。

第四节,尤文图特队展开反击,将比分差距缩小。在中国女篮领先优势只有1分时,杨舒予三分得手,紧接着中国女篮抢断得手,篮下再得2分,最终以91比86胜出。

此战,韩旭10投9中,得到全场最高的23分,另外还有5个篮板和2次助攻。张子宇得到9分和6个篮板。杨舒予得到12分,小将田媛媛得到11分。中国女篮助攻20次,但失误与上一场一样,同为20次。

两场热身赛结束后,中国女篮将回北京进行集训。

相关新闻

女篮新生力量国家队首秀 有荣幸、有紧张

新华社西安9月18日电(记者 苏斌 姚友明)17日晚在陕西省体育馆进行的中国女篮与西班牙尤文图特队的热身赛,对于田媛媛、冉珂嘉、徐凤威和李雨汧四位后起之秀来说,有着特别的意义,她们就此完成了从大学生球员或国青队成员到成年队国手的进阶。

田媛媛来自中南大学,今年7月随中国队获得了莱茵-鲁尔大运会女篮金牌。17日的比赛中,田媛媛18分44秒的出场时间在全队16名球员中排名第五,她用4分5次助攻的表现回报了主教练宫鲁鸣的信任,其中5次助攻仅低于首发控卫李缘的8次。

“穿上国家队战袍是我从打篮球开始一直以来的梦想。”田媛媛说,她在场上就是尽己所能把比赛打好,专注于赛场,做好自己,与队友互相鼓励,也在不断鼓励着自己。

在与国家队进行了为期四周的高原训练后,田媛媛感觉收获很大,“第一次接触这么专业的训练,教练组和前辈们一直在对我的场上表现进行指导和帮助”。

中国女篮在本次夏训期间还举办了后卫训练营,田媛媛是训练营的成员之一。宫鲁鸣表示,田媛媛在后卫线上具有比较好的技术和身体素质,但在完整理解全队配合体系、减少失误、节奏控制方面还有进步空间。“我们也会不断交流,会给她提供更多锻炼机会,希望她能更快进步,满足国家队备战大型比赛的需求。”他说。

同样在7月举行的U19女篮世界杯上,尽管中国队最终位列第11,冉珂嘉的表现可圈可点,她场均贡献19.1分、11.3个篮板的“两双”数据,与李雨汧成为中国队的主要得分手,徐凤威则交出了全队最高的场均4.6次助攻。

三位小将也在各自的成年国家队首秀中留下了不同的印记:冉珂嘉出场后不久就完成快攻上篮,全场两投全中贡献5分;李雨汧末节出战,得到4分;最后时刻登场的徐凤威出现了两次失误。

宫鲁鸣表示,冉珂嘉在高原训练中扭伤过脚踝,此前也经历过膝关节的重伤,球队目前对她还仅限于“保护性使用”。徐凤威技术不错、速度很快,但还是显得有些紧张,没有完全释放自己,还需要做出一些调整。

“希望通过集训把这些人才集中起来进行筛选。明年球队有女篮世界杯和亚运会的比赛任务,时间很紧,我们希望能把有意愿为国家做贡献的优秀队员集中起来,通过训练,能让她们承担起重大比赛任务。”他说。