

劉翔備戰奧運無壓力

新華社北京電 雅典奧運會110米欄金牌得主劉翔27日在北京接受媒體採訪時透露，雖然已進入倫敦奧運會最關鍵的備戰階段，但他絲毫沒有感覺到壓力，期望能在倫敦奧運會時為觀眾奉獻精彩的比賽。

劉翔是27日專程趕到北京出席「騰訊倫敦奧運戰略暨《中國茶館》啟動新聞發佈會」，在接受採訪時作如上表述的。

談及倫敦奧運會備戰，已身經百戰的劉翔顯得相當淡定。他說：「其實我真的沒有感覺到有什麼壓力，也沒有感覺到時間很緊湊的，因為我們的訓練正在按部就班推進。北京奧運會傷癒復出後，現在我已接近自己巔峰時期的狀態，備戰明年倫敦奧運會，主要還是看這個冬訓期的成果，要從訓練中尋找到不足並加以改進。不過，比賽時還要看臨場發揮，希望能在倫敦奧運會上有很好的表現，期望屆時會帶給大家精彩的比賽。」

冬訓將加強各方面能力

談及冬訓的心態，劉翔表示，尤其希望能夠安心地訓練，有個安靜的環境，可以更好地投入到訓練中。明年肯定會有一段時間安排在國外訓練和比賽。

劉翔還透露，在參加完韓國大邱田徑世錦賽後，獲得了一個假期，有一周時間教練沒有安排訓練。不過休假之後，又逐漸恢復了訓練，進行了一段時間的身體訓練，尤其是做一些關節和肌肉群的鍛煉。接下來便是投入到對備戰明年倫敦奧運會最重要的冬訓。在此期間將加強各方面的能力，然後再參加一些室內和室外比賽，到倫敦奧運會時把狀態調整到最佳，這是一個完整的周期。

談及明年倫敦奧運會的主要對手時，劉翔認為奪得大邱世錦賽冠軍的美國選手里查德森要想跑進13秒有點難，不過此人肯定是一個對手。同樣來自美國的奧利華可能受到一些傷病的困擾，在今年田徑世錦賽上發揮得

不是很好，但他還是很有實力。對奧利華來說，明年可能比賽的慾望會更強烈。

劉翔表示，不論面對的對手是誰，關鍵還要看自己的發揮，自己的水準怎麼樣，不要想得太多。首先是獲得決賽資格，只有這樣才有機會站在第三名、第二名或者最高的位置上。

關鍵是臨場發揮和表現

「我希望屆時能給大家奉獻一場精彩的比賽，因為觀眾都希望看到精彩的比賽，都喜歡看到強手如林的比賽」。

劉翔說：「我已經拿過奧運會冠軍，拿過世錦賽金牌，沒有更大的包袱了。對我而言，更主要的還是看臨場的發揮和表現，現在也正在為這個目標努力着。我覺得首先要具備能跑出13秒左右的實力，儘管真的到了大賽，能否跑出這個成績，還要受制於很多客觀因素，例如天氣、場地、溫度，以及自身的狀態等，不是說想跑到13秒就能跑到的；但我現在要做的就是讓自己有這個實力，其他的客觀因素不是我所考慮的。」

倫敦奧運會將是劉翔的第三屆奧運會，同前兩次相比，劉翔表示，將會通過微博這種新的方式，與媒體以及體育愛好者分享自己的奧運經歷。劉翔還呼籲更多的人為中國田徑隊加油，同時也希望參加明年奧運會中國代表團的每個運動員都不要有太多的包袱，在奧運會上不要過多地想名次，好好享受奧運會帶給大家的快樂。



■全情投入訓練。 資料圖片



■劉翔一臉自信。 資料圖片



■孫海平親力親為，為隊員準備訓練器材。 資料圖片

據新華社北京電 幫助劉翔奪得雅典奧運會110米欄金牌的孫海平教練27日在北京接受媒體採訪時透露，劉翔已進入倫敦奧運會最關

孫海平：冬訓着重提高起跑技術

鍵的備戰階段，這一時期提高起跑技術將成為備戰重點。

據孫海平透露，劉翔在2008年北京奧運會傷退後，圍繞他腳傷的恢復情況安排了一系列工作。今年下半年，劉翔整個訓練情況比較理想，一方面是把後程的優勢逐漸恢復到原來的水準，他之前大部分重要比賽的勝利，都是靠後程發力取得的成功。另外，劉翔將8步改成7步上欄後，經過包括大邱田徑世錦賽在內的重大比賽的檢驗，已基本掌握

了這一技術。

不過，孫海平認為劉翔復出後，在起跑方面與歐美主要對手相比，可能還要稍微差一點。孫海平表示，從現在到明年的倫敦奧運會只有半年多的時間了，從目前的情況來看，還要加強起跑方面的訓練，爭取有大的提高。劉翔下一階段的重點是全力以赴投入到冬訓中，因為這是明年奧運會前最重要的備戰階段。對於劉翔來說，明年能否獲得理想的成績，就要看冬訓的效果。

運動會目不暇接 耗巨資亂象叢生

香港文匯報訊（記者 陳曉莉）或者是成功主辦2008北京奧運會的效應，內地各項綜合運動會一個接着一個，僅以2011年為例：包頭全國中學生運動會、深圳世界大學生運動會、貴州全國少數民族傳統體育運動會、杭州全國殘疾人運動會、南昌全國城市運動會等令人目不暇接。

2012年是奧運會年，內地體壇同樣熱鬧非凡：1月的全國冬季運動會、年中的全國大學生運動會及全國農民運動會。之後，還有2013年和2014年分別在天津和南京主辦的東亞運動會和青奧會。對此，《人民日報》發表評論文章，質疑「大型運動會是不是太多了？」

文章稱，在奧運會等重大賽事努力謀求「瘦身」的時代背景下，國內的綜合性運動會卻逆流而行，各類賽會規模越來越大，耗時越來越長。為數不少的東道主好大喜功、求全責備，以承辦一屆「歷史之最」的賽會為榮。從全國主要賽會規模統計表中可以看出，各類運動會今日的設項、參賽人數已膨脹到最初的數倍，其中不排除事業發展的需要，但也有相當多的水分。「注水運動會」大大增加了辦賽成本，賽會幾十億、上百億元的驚人投入早已司空見慣。毫不誇張地說，中國是全世界最慷慨的東道主，為逞一時風光，不惜一切代價。

最終帶來的後果是鋪張浪費、資源無法利用、弄虛作假、賽風難以扭轉、千會一面、觀眾審美疲勞……賽會亂象。

因此，《人民日報》質疑「我們有沒有必要辦這麼多運動會？如何真正實現節儉辦賽、讓賽會回歸體育本源？如何讓賽會更有效地服務於中國體育事業以及經濟社會的發展？需要探索的課題還有太多太多。」



■農民運動會盛大開幕場面。 資料圖片

甘馬曹14條建議 揭國足陋習

香港文匯報訊（記者 梁啟剛）日前在中國女足的總結會上，足管中心主任韋迪將國足主帥甘馬曹（見圖）總結世界盃亞洲區20強外圍賽前3場比賽的14條建議拿出來與16家省市體育局官員分享，希望對女足發展有借鑒意義。

甘馬曹的對國足的建議非常細緻，其重點如下：球員比賽節奏太慢，我們在主場比賽應該有更快的比賽節奏；罰球、傳切總是很慢。拿球缺乏連續性；比賽節奏下降導致很多暫停，比賽不流暢。缺乏競技能力，比如球員在訓練時，只有很少的身體接觸，在比賽中一樣，說明訓練對抗非常弱。訓練水平和比賽需要差距太大。很少出現球員間的交流、呼應、對話。缺乏兇狠的比賽態度。要有更強責任感。缺乏隊伍領袖，缺乏核心，缺乏有性格的球員。作出正確決定的高失誤率。缺乏有效進攻。技戰術上缺失。缺乏團結和幫助。球員總是在走。尤其無球時隊員總是在走着踢比賽，缺乏有效接應；比賽和訓練態度一樣，對勝負無所謂。



古力膺年度中國最佳棋手

香港文匯報訊（記者 章蘿蘭 上海報道）陳毅盃首屆中國圍棋年度大獎日前在上海揭曉，古力九段、朴文垚九段分獲「最佳棋手獎」、「新銳棋手獎」，陳祖德、聶衛平則榮膺「終生成就獎」。

為紀念新中國圍棋事業的奠基人陳毅元帥誕辰110周年，弘揚中國的圍棋文化，中國棋院、上海市體育總會、上海市應昌期圍棋教育基金會共同主辦陳毅盃首屆中國圍棋年度大獎頒獎典禮。

圍棋頒獎盛典上，古力無疑是最大贏家，攬獲壓軸頒發的「最佳棋手獎」。而在本周剛剛結束的第八屆倡棋盃中國職業圍棋錦標賽上，古力亦斬獲冠軍，可謂雙喜臨門。頒獎禮現場，古力感慨萬分，



■古力獲「最佳棋手獎」。 香港文匯報記者 章蘿蘭 攝

「今年上半年我的成績不是很理想，有負大家的關愛，非常高興獲得了倡棋盃冠軍，還能獲得陳毅盃年度大獎，今天真是非常開心。我希望在接下來三星盃等比賽中，以更好的成績回報支持古力、關心中國圍棋的各界人士。」

中華拾錦

中國男籃獲世青賽門票

香港文匯報訊（記者 陳曉莉）2011年越南U16亞青賽準決賽，當地時間27日正式打響。最終實力強大的中國隊在周琦和趙繼偉的率領下，僅用一節的時間就奠定勝局，最終以82：43大勝日本，晉級決賽的同時也拿到明年世青賽的門票。四節比分分別為：30：14、14：13、16：6、22：10（中國隊在前）。

首屆文體博覽會將舉行

香港文匯報訊（記者 馬靜 北京報道）首屆中國體育文化博覽會將於今年12月15日至18日在北京國際展覽中心舉行，這將是中國首次舉辦大型體育文化博覽會。博覽會主要內容包括：展示中華民族體育文化藝術、中外著名體育俱樂部文化精髓、高端國際體育文化與經濟論壇、國內外體育集藏精品展示交流、體育明星簽名互動、品牌體育賽事文化沙龍、體育美術影視藝術博覽等。

滬愛心聯盟高球賽落幕

香港文匯報訊（記者 章蘿蘭 上海報道）16支參賽隊伍經過激烈角逐，人頭馬SGCU（上海高爾夫愛心聯盟）慈善盃高球總決賽日前在昆山落幕。賽後進行的慈善拍賣會則籌得153萬餘元的善款（見圖），並認助困難學生109名。據悉，SGCU慈善盃高球賽已經走過第三個年頭，期間通過比賽募捐和慈善拍賣，共籌得近473萬元的善款，陸續捐贈給了汶川、都江堰、玉樹等受災地區，用於災後小學的重建。



名宿撐青奧

■俄羅斯泳壇名宿、國際奧委會南京青奧會協調委員會主席波波夫28日走進南京市弘光中學與青少年學生交流互動，宣傳普及青奧知識。 新華社