

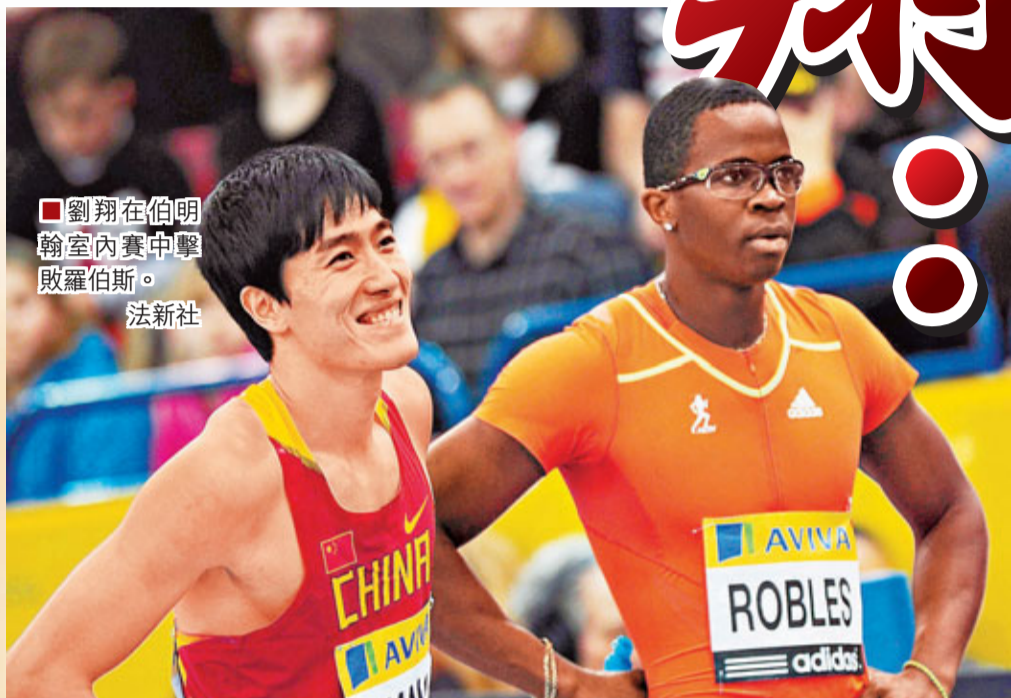


# 劉翔

# 沒有甚麼不可能

## 田聯室內賽伯明翰站締7秒41個人最佳績

中國「飛人」劉翔以7秒41的個人最好成績，在國際田聯室內錦標賽伯明翰站的比賽中，交上了他新賽季首次亮相的完美答卷。對於這個成績，劉翔掩飾不住喜悅之情，自豪地表示「沒有甚麼不可能」。



劉翔在伯明翰室內賽中擊敗羅伯斯。 法新社

他在賽後接受新華社採訪時說：「我有這個實力破亞洲紀錄，但沒想到第一場、在英國就破了。我感覺現在還有點像在夢遊。我自己從未敢想的事情，今天做到了。有很多人不相信的事情，我今天也做到了。有甚麼不可能？」

劉翔對自己在決賽中的表現相當滿意。他認為自己的後程不錯，起跑也不差，只是第一個欄和第二個欄的銜接還有點問題。

劉翔在當天的小組預賽中就跑出了7秒49的成績。他說，第一場比賽，本來準備跑到7秒50左右就可以了，沒想到決賽中再次刷新了個人最好成績，同時也破了亞洲紀錄。這是飛人第一次在大賽中檢驗八步改七步的訓練成果。劉翔說，這種改變也算是他運動生涯中的一次挑戰。一年來自己感覺很不容易，畢竟已經不再是20出頭的小伙子。

「開門紅」讓劉翔對接下來瑞典和土耳其的比賽充滿信心。他說：「你覺得7秒41怎麼樣？畢竟7秒41不是很多人都能跑的。特別是第一場比賽，能跑到7秒41，我感覺非常非常棒。我對自己很滿意。接下來的比賽誰知道會發生甚麼呢？」

### 新賽季「第一跑」完勝羅伯斯

在18日的伯明翰室內田徑賽男子60米欄決賽中，劉翔以7秒41的個人生涯最好成績擊敗古巴名將羅伯斯，取得了自己在新賽季的「開門紅」。

劉翔在預賽和決賽中兩次都是第一。他在決賽中將自己之前的個人最好成績7秒42提高了0.01秒，率先衝過終點。他也由此刷新了由他保持的亞洲紀錄。「我沒有想到能跑這麼好！七步上欄今天來看很成功！」賽後的劉翔十分興奮。羅伯斯以7秒50獲得第二。美國選手富爾克以7秒54獲得第三。中國另一位跨欄高手史冬鵬在預賽時退出。

在幾個小時前的預賽中，第一組出場的劉翔成績為7秒49，領先全場。第二組出場的羅伯斯以7秒57緊隨劉翔。

劉翔的這一成績對其新賽季以及奧運會無疑是個好的開頭。

劉翔的教練孫海平昨天在接受新華社記者專訪時分析，去年劉翔室內最好成績是7秒55，室外是13秒，今年如果室內能跑進7秒50大關，對他室外能跑進13秒是絕對有幫助的。他當時謹慎預測，能跑7秒50左右就可以了。

### 室外賽有實力跑進13秒

而據此推論，劉翔如果在本賽季隨後比賽中發揮正常，且能保持健康的體魄，有實力，也有可能在外賽110米欄中跑進13秒大關，那將是世界跨欄界的一流成績，距離他12秒88的前世界紀錄也更近了一步。「很多人不相信的我也做到了，沒有甚麼是不可能的。以後的比賽誰知道呢？」劉翔雖然沒有明說目標，但他的信心、霸氣顯露無遺。

接下來，按照計劃，劉翔還將在本月參加斯德哥爾摩的另一項室內賽，接著將於3月參加在土耳其的國際田聯世界室內錦標賽，之後才開始室外賽的征程。

本次較量是劉翔與羅伯斯在「牽手門」之後的首次對決。在去年大邱世錦賽110米欄決賽中，劉翔與相鄰跑道的羅伯斯手臂出現接觸，劉翔因此受到影響排在第三位；但在中國隊申訴後，羅伯斯被判犯規、冠軍也被取消，劉翔升至第二名。

在二人目前為止的13次交鋒中，劉翔將自己的領先優勢提高為8:5。

男子60米欄的世界紀錄為7秒30，由英國名將哥連·積遜在1994年創造。羅伯斯的個人最好成績為7秒33，而由他保持的110米欄世界紀錄為12秒87。

新華社英國伯明翰18日電

### 7步上欄改變不易



教練孫海平指劉翔由8步上欄改為7步殊不容易。 資料圖片

「倫敦奧運會，首先要讓他有一個健康的體魄，完了還要有一個良好的訓練狀況，」孫海平說。

「至於名次和成績，如果說劉翔能正常參加比賽，身體健康，成績也肯定不會差。」

孫海平介紹說，劉翔目前仍需要將7步上欄的熟練度提高。而這重要戰術的改變也是非常艱難的。拿劉翔的話說，難度不亞於左撇子換右手吃飯。

「他的8步上欄已經形成10來年了，你靠短短幾個月的時間要把他前面已經形成的這麼一個固定技術改變的話，難度確實比較大。所以從去年世錦賽結束後一直練到現在，(他)已經練習將近超過100次了，目的就是为了熟能生巧。」

劉翔在今天的比賽後表示，自己儘管前兩個欄有些落後，但感覺這次的「7步上欄很成功」。

對於當初為何讓劉翔改7步，孫海平說，歐美選手人高馬大、力量大，跑8步「有點擠」，所以一般都是7步上欄，而亞洲選手一般都是8步。

「劉翔因為身高將近1米9，8步原來可以有很好的成績，但是隨著訓練程度的不斷提高，力量水準提高，他感覺8步也有點擠，所以在這種情況下做了改變。但改7步後力量水準上還要加強，整個冬訓幾個月練下來，力量水準上有提高，7步起跑的情況比去年也好一點。」

對於劉翔的腳傷，孫海平說，大部分應該能恢復正常，康復每天都在做，有一定反應能及時治療和恢復，不影響正常系統訓練。但他同時強調，健康必須是第一位的，「畢竟他那個地方手術過，去掉幾塊鈣化物，大強度下還是有些反應，但和以前比好了很多。」

新華社

### 「我一直堅持，不放棄，這是一種信念。」

——「飛人」劉翔

坦言倫敦奧運會「應該是」自己運動生涯最後一屆奧運會的劉翔，沒有顯得特別傷感。對他而言，奧運會一直就不是終點。

在他的模糊記憶中，1995或96年在一項少年比賽中拿的冠軍是他的首個冠軍。回顧近20年的運動生涯，參加伯明翰室內賽的劉翔在接受新華社記者專訪時，用了兩個「很珍惜」來講述他的「跨欄往事」。

「一直很努力，一步步走過來。中間的開心、歡笑，然後可能是低谷、困難，自己都體驗過。」

「很多東西就像兩個邊界。拿快樂和痛苦來說，我覺得有了痛苦，你就會感受到快樂更美好，然後更快樂、更開心，你就會很知足、很珍惜。」

林丹前一段來倫敦出席勞倫斯頒獎禮時，談到劉翔，曾說他「非常不容易」。因為好多奧運冠軍在功名成就或是重大挫折後，都會選擇退出。但劉翔無視傷病、手術、外界的質疑始終在堅守。林丹說，劉翔只要能站在倫敦奧運賽場上，就已經算得上是奇跡和成功了。

「我覺得這是一種信念，」劉翔說。

「我一直堅持，不放棄。我感覺也是一種精神吧。因為我喜歡這個項目，我熱愛，我可以為它付出很多。所以，我一直堅持到現在。我很快樂，我很享受。」

當北京奧運會因傷退賽，當劉翔留給「鳥巢」一個消逝的背影時，很多人曾說，他已經不行了，不可能再重演雅典奧運的輝煌了。但是，幾年來，劉翔一步步演繹著「沒有甚麼不可能」的真理。

「我覺得很多東西用實力說話。一些流言蜚語是沒根據的。事實勝於雄辯，主要看自己的成績表現，這是騙不了人的。」

### 不排除參加2016奧運

倫敦奧運會對於28歲的劉翔真是最後一屆了麼？「我覺得應該是吧！應該是運動生涯、作為運動員當中最後一屆奧運會了。但是，不排除有可能會參加2016年奧運會，看狀態，我現在也不知道。」

「但我的目標不只是奧運會，還有其他的比賽等著我。奧運會對我來說只是運動生涯中重要的比賽，因為四年一次，因為很多人關注它。」而對於我來說，我做到了。我曾經很快，現在也可以很快。」

新華社

## 國羽湯盃預賽奪冠 優盃負日屈居亞席

2012年世界羽聯湯姆斯盃/優霸盃亞洲區預選賽落下帷幕，在湯盃預選賽決賽中，諶龍、柴飆、郭振東和杜鵬宇各貢獻一場勝利，中國隊以3:0橫掃日本隊奪冠。韓國隊獲得第5名拿到湯盃決賽圈門票。

優霸盃亞洲區預選賽決賽，中國隊先勝兩場，但劉鑫、成淑/潘攀和王琳連敗三場，中國隊慘遭日本隊3:2逆轉屈居亞軍，日本隊拿到優霸盃預選賽的冠軍。

在三、四名的角逐中，泰國隊3:2險勝中華台北隊。在5-8名的爭奪中，印尼隊

5:0橫掃馬來西亞隊，新加坡隊3:2險勝香港隊，印尼隊兩戰全勝，新加坡隊和香港隊同為1勝1負，馬來西亞隊兩戰皆負。

優霸盃5-8名爭奪中，印尼隊4:1挫香港隊，新加坡隊3:2險勝馬來西亞隊。這樣印尼隊3戰全勝排名第5位，她們將與歐洲區第4名比較世界排名來決定誰能躋身優霸盃決賽圈，新加坡隊2勝1負排名第6位，香港隊1勝2負位列第7，馬來西亞隊3戰皆負排名第8位。

綜合外電



在湯盃預選賽中，中國隊以總比分3:0勝日本隊，奪得冠軍。 新華社



在優霸盃預選賽中國隊對陣日本隊的比賽中，中國隊選手王琳以0:2不敵日本隊選手三谷美津津。 新華社