

手里银针变杠铃 郑静淘跨界体验举重世锦赛

“直到我举不动为止。”面对新华社记者关于“会坚持多久”的提问,35岁的郑静淘语气坚定。

世界举重锦标赛正在挪威弗勒进行,在女子63公斤级比赛中,作为中国香港队的“独苗”,郑静淘最终在34名选手中排名第30位。

郑静淘不是专业运动员,而是从事运动创伤治疗的中医针灸师,最初为在橄榄球运动中增强肌肉力量而接触举重,从此彻底爱上举重,自费频繁参加各类比赛。

“我的生活除了工作,最大的乐趣就是比赛,我想在举重台上挑战自己的极限。”

从橄榄球到举重 跨界摸索“野蛮生长”

10年前,25岁的郑静淘与举重结缘,当时她在练习橄榄球,还代表中国香港队参加了第八届女子15人制橄榄球世界杯。相比国外选手,她觉得自己身材矮小,“只有练得更强壮,才能跟上国际比赛的竞争”。为增强体能,她首次接触举重,没想到这项“辅助增强训练”日后成为她长久热爱的主赛道。

“后来在疫情期间,朋友寄给我一副杠铃,我每天跟着视频训练,算是‘自学成才’,之后就专攻举重了。”

世锦赛初体验 学习之旅为爱“充电”

郑静淘参加了今年的亚洲举重锦标赛,名列女子64公斤级第10名。在挪威弗勒迎来人生首个世界级比赛,她深刻感受到了不同级别赛事的差异:“亚锦赛参赛人数少,可以与顶尖选手同场竞技,既刺激又紧张;世界大赛量级分组细致,我被分在C组,竞争相对不激烈,但能见到电视上的冠军选手,感到特别兴奋。”

对她而言,世锦赛“首秀”更像一场“学习之旅”:“我经历了长途奔波、交通

不便、气候时差等多重考验,很多规则也不太了解……这些都是经验积累。如果把举重当职业,压力会大得多,那是‘工作’。我现在是休假状态,带着兴趣来比赛,享受过程。”

这份“清醒”来自她的本职身份——中医针灸师,她从事运动创伤治疗,深知高强度训练对身体的损耗:“我练举重更像是‘养生’,既会预防也懂治疗,会根据自身身体状况调整训练强度,避免受伤。”



郑静淘(右)和教练谭伟基在本届世锦赛上合影

“很遗憾,我没有机会参加家门口举行的粤港澳全运会,但我会继续训练,希望参加更多比赛,直到举不动为止。我今年35岁,不算年轻了,而且是在很多运动员退役的时候才开始练习举重,不过我很享受比赛的紧张和训练的专注,这种‘因热爱而坚持’的感觉,是我最大的人生财富,比任何成绩都珍贵。”郑静淘认真说道。

据新华社



武汉女足主帅: 目标跻身冠军杯四强

新华社武汉10月8日电 8日,在首届国际足联女足冠军杯预选轮中,武汉车谷江大女足以1:0力克乌克兰联。武汉女足主教练常卫魏在赛后新闻发布会上表示,这是一场艰苦的比赛,球队的胜利来自充分准备和顽强执行,未来目标是进入冠军杯四强。

“我预料到这场比赛会很艰难。”常卫魏说,“冠军杯赛是一场定胜负,背后的压力和困难都更大。乌克兰联是一支相当有实力的队伍,她们的压迫、身体对抗和用球能力都非常不错。”

针对对手特点和自身情况,武汉女足在战术上更多考虑的是协防、稳守。“我们采用了五后卫阵型,因为队员身体状况并不在最佳。我们希望先顶住前45分钟不丢球,后面肯定会有机会。”

这种稳扎稳打的战术最终奏效。武汉队坚守到第88分钟由姜晨璟接金惠利助攻完成绝杀。常卫魏说,球队确实利用了天气和主场优势,但胜利的关键在于球队的充分准备和队员们对战术的贯彻执行。

对于下一阶段的备战,常卫魏表示,球队将在休整三天后,全力备战全运会,随后将备战12月对阵非洲女足冠军联赛新冠军的比赛。“目前对手尚未明确,我们将根据准确信息开展备战,希望进入四强。”

省“海飞杯”业余围棋赛收枰 烟台天地围棋两小将获佳绩



王嗣言(左)

在日前结束的山东省第十一届“海飞杯”业余围棋公开赛中,5岁开始学棋的烟台天地围棋小将孙浩然5段战绩为9胜2负,从该组550名少年围棋高手中脱颖而出,获得第八名。天地围棋另一名小将王嗣言在少儿组中7胜4负,晋升为业余4段。 金玉坤

柯洁:我真的很爱围棋

在2025洛阳·栾川“老君山杯”中国围棋圣战决赛中,柯洁九段在三番棋决胜盘中执黑261手击败挑战者屠晓宇九段,从而以总比分2:1胜出,连续三届获得棋圣战冠军。

作为中国围棋界最年轻的世界冠军“八冠王”,见惯了大场面的柯洁生涯斩获奖杯无数,但此番夺冠后仍激动落泪:“我真的很爱围棋,但围棋带给我的痛苦也太多了。曾一度自暴自弃,但这次我做到了。希望借这场比赛重振旗鼓。”

柯洁所说的“自暴自弃”,发生在第29届LG杯世界围棋棋王战决赛后。

今年1月,柯洁在第29届LG杯决赛中对阵韩国棋手卞相壹。冲击“九冠王”的他在过往交锋战绩上大幅

领先于卞相壹,因此是被广泛看好的一方。三番棋首盘较量,柯洁也顺利取胜。

然而次盘对局中发生意外,由于提子后未按照韩国围棋规定放入棋盒盖,柯洁开场后不久被罚两目,但他的白棋仍被AI判定局面占优。可行至中盘,卞相壹举报柯洁提子犯规,导致后者被直接判负,中国队抗议无果。之后的决胜盘对局同样未能正常结束,因不满裁判介入,柯洁选择退赛。

围绕这场决赛,中国围棋协会彼时连续发布声明表达不满,并且没有组队参加今年5月启幕的新一届LG杯赛事。就连韩国媒体也认为柯洁遭遇了“赛外因素”,决赛以这样的方式收场,无疑令棋迷们感到失望。

柯洁曾回应称,这场决赛对他

巨大的创伤,甚至可以说是陷入了无尽的黑暗当中。他每天晚上脑海里都会播放幻灯片,只要闭上眼睛就能清晰地看到那些画面。

今年2月,韩国棋院运营委员会针对在第29届LG杯世界围棋棋王战决赛中引发争议的“提子保管规定”等盘外规则做出变更决定,取消“累计犯规将直接判负”的相关规定。

经历这场风波后,柯洁曾长期远离赛场。后虽在围甲赛场复出,但状态距离个人巅峰仍有差距。

因此,这次夺冠对柯洁而言意义非凡。希望如他自己所说,能够通过这场比赛重振旗鼓。迄今为止,中国围棋历史上尚未诞生世界冠军“九冠王”,柯洁仍有机会缔造新的纪录。

据中新网



本栏目由以下单位特约刊登:

- 天地围棋道场总校
6391031 6216697
开发区长江路57号福星大厦二楼
6391031
- 芝罘区烟中大厦二楼
18561006156
- 芝罘区秦山屯财富大厦四楼
15552214856
- 开发区澎湖湾广场二楼
18053585421
- 开发区爱琴海万行广场二楼
15866491958
- 海阳市海阳商城院里2号楼博古棋院
3255255
- 牟平区东奔围棋学校(丰金广场三楼)
4335318
- 牟平区东奔围棋幼儿园
(新建大街699号) 4337711
- 牟平区东海城幼儿园
(滨海东路586号) 4228108

冠中棋院总院,联系电话:
18615955958(微信同号)

冠中棋院开发区分院:
开发区长江路福星大厦二楼