

金牌聚焦

46秒40！巴黎奥运会游泳项目开赛以来的首个世界纪录诞生了！

潘展乐振臂高呼，拉德芳斯体育馆掌声雷动。7月31日晚的男子100米自由泳决赛，19岁的潘展乐打破自己保持的世界纪录，为中国游泳队夺得在巴黎奥运会的首枚金牌，这也是中国游泳历史上的首枚男子100米自由泳金牌，中国游泳和世界游泳的历史在这一刻被重新书写。

从布达佩斯世锦赛崭露头角，到多哈世锦赛打破世界纪录，到巴黎奥运会再破世界纪录夺金，这个自嘲为“看台观战选手”的大男孩，在即将度过20岁生日的前夕，梦想成真。

一个纪录接着一个纪录

男子100米自由泳预赛中，虽然潘展乐表现不佳仅以48秒40的成绩惊险晋级半决赛，但其实他来巴黎后有着不俗的竞技状态。

在男子4×100米自由泳接力决赛中，虽然中国队排名第四无缘奖牌，但潘展乐在预赛和决赛两次游进47秒大关。决赛担任第一棒的他，仍以46秒92的成绩打破了男子100米自由泳的奥运会纪录。

状态还在，需要调整的或许只是心理。男子100米自由泳半决赛，潘展乐再次展现出极佳的竞技状态和心理素质，游出了47秒21的成绩，排名第一晋级决赛。

决赛之夜，这个自认为出发、转身都不够好的中国少年，从入水后便一路领先，最后越游越快。当触壁的那一刻，成绩定格在了惊人的46秒40，他将自己保持的世界纪录大幅提升了0.4秒，也是决赛中唯一游进47秒的选手。

“我根本没想到（世界纪录），我就想着前面猛冲，后面硬顶也要顶回来，最后15米，发现他们被我落太多了，已经没法追上了。”赛后潘展乐说，他赛前就憋着一口气。“所有人的希望，在我下水前一刻，我感受到了！”

出征巴黎前，记者曾问潘展乐对于首次参加奥运会的期待。

“放轻松，愉快就行了，也不用想很多，（金牌）能拿就拿，拿不到就下一届。”随后他又话锋一转，“这次去肯定是要突破成绩的，不是奔着新的世界纪录，而是新的个人最佳成绩。”

潘展乐做到了！

“看台观战选手”走向大舞台

三年前的东京奥运会，潘展乐还只



7月31日，中国选手潘展乐在比赛后庆祝。

是一个看客，他在电视机前目睹了队里的老大哥汪顺三战奥运、一朝梦圆的激动场景。

因为年龄小，成年队参加游泳比赛时，潘展乐往往只能在看台上观战，以至于他一度用“看台观战选手”来自嘲。

和众多浙江籍奥运游泳冠军一样，潘展乐很小便开始练习游泳。4岁半时，因良好的综合身体素质，他被温州市少年游泳学校招入选苗班，在启蒙教练叶信的指导下，开启了与水解不开的缘分。

“我记得当时和他有过眼神交流，眼神很亮，给人一种很清澈的感觉。”叶信说，潘展乐很早就展现出在速度方面的天赋，“他各种泳姿的打腿速度都非常好”。

随后，潘展乐被输送到温州体育运动学校，师从王士教练。在王士印象中，潘展乐从小对游泳有着浓厚的兴趣和热情，“他只喜欢游泳。”当游泳队中有人表现不好，教练往往会加大训练量，但王士对潘展乐的“手段”恰好相反，“我就罚他

不能下水，他反而觉得特别难受”。

在王士看来，水感好是潘展乐的最大天赋。“踢球有球感，游泳就是水感，比如可能在陆地上我没你力气大，但是在水里，我就是能使得上劲。”

2013年温州市运会，9岁的潘展乐展现出惊人实力，包揽了所参加项目的全部金牌。2014年浙江省运会，10岁的潘展乐拿下7块金牌，每场比赛他都能超过对手好几个身位夺冠。

“反正他报的项目最后都拿了冠军。”时至今日，提起这段往事，启蒙教练叶信仍会乐得忍不住嘴角上扬。

2018年，潘展乐进入浙江省游泳队，成为“浙江泳军”的一员，而等待他的，是更宽广的舞台。

没有世界纪录不配叫“飞鱼”

随着高水平赛事的淬炼，潘展乐的成绩急速攀升。

杭州亚运会男子100米自由泳决赛，潘展乐游出了46秒97的成绩摘得金牌，仅比世界纪录慢了0.11秒，但赛后潘展乐却说：“没有世界纪录不配叫‘飞鱼’，我的世界纪录，你可以期待。”

今年初的多哈世锦赛上，他便兑现了自己的豪言。

在上海备战期间，记者曾问他，为了实现这个目标付出了什么？他开玩笑地说：“苦都已经过去了，你还要忆苦，我是一个记性不好的人，永远都会向前看。”

放眼当今世界泳坛，男子100米自由泳可谓高手如林，其中罗马尼亚名将波波维奇尤为强劲，他在今年曾两次游进46秒90大关，而潘展乐只有一次。

知己知彼，方能百战百胜。不过在潘展乐看来，在巴黎，他的对手只有自己。“他们又没有超过我46秒80的成绩，而且这次比赛我肯定是要突破这个成绩的。”

对于比赛中可能遇到的挑战，潘展乐乐在其中。“奥运会所有人都会涨成

在傲慢与偏见面前，用事实打脸，用实力说话，是最好的反击。中国泳士，真的勇！

新华社记者周欣 夏亮 刘阳

据新华社巴黎7月31日电



7月31日，冠军中国选手潘展乐（中）、亚军澳大利亚选手查默斯（左）与季军罗马尼亚选手波波维奇在颁奖仪式上合影。

新华社记者雒圆 摄

巴黎奥运会金牌榜

				总数
1 中国	11	7	3	21
2 法国	8	10	8	26
3 日本	8	3	4	15
4 澳大利亚	7	6	4	17
5 美国	6	13	12	31
6 英国	6	7	7	20
7 韩国	6	3	3	12
8 意大利	3	6	4	13
9 加拿大	2	2	3	7
10 德国	2	2	2	6

奖牌榜数据统计时间：北京时间8月1日 23:36 据新华社



8月1日，杨家玉在夺冠后庆祝。

新华社记者李钢 摄

杨家玉：这枚金牌我等了8年

新华社巴黎8月1日电（记者许东远 吴俊宽）1日，在巴黎奥运会女子20公里竞走决赛中，世界纪录保持者、中国选手杨家玉一骑绝尘，以1小时25分54秒的成绩夺得金牌，这也是中国田径历史上第12枚奥运金牌。

当天比赛因为天气原因推迟了时间。比赛在埃菲尔铁塔下举行，现场有不少中国观众挥舞着国旗，在沿途为中国选手加油鼓劲。

开赛后，杨家玉冲出第一集团，取得领先。2公里处，秘鲁选手跑到第一位。杨家玉紧跟在第一集团前排位置，马振霞紧随其后。5公里处，杨家玉开始加速取得大幅领先，优势越拉越大。7公里时，杨家玉步态轻盈，领先第二名16秒，马振霞仍紧紧跟住。9公里时，临近中午11点，气温明显上升，场上选手开始在补给站补水降温。到13公里处，杨家玉与第二集团的距离最大拉开到44秒。14公里时，第二集团开始发力，到18公里处，杨家玉的领先时间仅剩15秒。进入最后一公里，西班牙选手佩雷斯紧追不舍，杨家玉顶住压力，领先第二名25秒，微笑着冲过终点。“我听到教练一直在赛道边上喊，让我放松，让我相信自己，让我笑。”杨家玉赛后说道。

谈到这场比赛的战术，杨家玉坦言：“一开始的战术是要跟随10公里后再加速，但教练一直相信我具备夺冠的实力，所以今天根据自己的身体状况，临场改了战术。”

2019年田径世锦赛，杨家玉被罚出场，无缘决赛。东京奥运会，她领到第三张红卡被罚停2分钟，直接退出了金牌争夺。而这一次，杨家玉赢得精彩。

“我非常激动，今天这枚金牌等了8年。从头到尾一直都是按照自己的节奏走，很自信。”她说。

西班牙选手佩雷斯获得银牌，澳大利亚选手蒙塔格夺得铜牌。中国队马振霞和五届奥运“元老”刘虹分别以第11、21名完赛。

赛场内外



8月1日，刘宇坤在夺冠后庆祝。

新华社记者张帆 摄

拿到巴黎奥运会男子50米步枪三姿金牌之后，刘宇坤一脸平静。27岁，第一次参加奥运会就夺冠，这是多么值得激动万分的事情啊，但在他的描述中，这类似于“上班”，甚至“还没有全运会紧张”。无论是赛前训练，还是赛后采访，他总是挂着笑容。用流行语说，这叫“松弛感”，用这个词来形容他这两年给人留下的印象恰如其分。

巴黎奥运会之前，刘宇坤就是这个项目的最大热门之一。今年5月，他曾国际射联世界杯分站赛上三天之内两破世界纪录。他的射击皮服上印着英文词“LUCKY”，代表着“幸运”，所以国际射联的奥运会赛前预测中用了这样的标题——这位来自中国的世界纪录保持者还会继续“幸运”下去吗？

刘宇坤在比赛中发挥不错，最后一枪之前基本已经确定胜局，但他自己并不满意。“我觉得今天打得不是很好，和世界杯相比较的话，状态还是会有一些回落。我觉得自己今天整场思想上的调控比较好，赛场里的欢呼多或少让人有一些紧张，但是自己想法上面没有过多考虑结果。”

被问到对第一次拿奥运冠军的看法，他说：“看法就是，没有什么太大的看法，只是恰巧在我状态好的时候，恰巧举办了奥运会。”

奥运会后的松弛，与奥运会前的松弛，是一致的。在奥运会前，刘宇坤在回答如何备战时说：“我觉得最主要的还是正常，该做自己的事情就做自己的事情，不管是奥运会也好，全运会也好，不管是什么样的比赛，我要做的事情都是一致的。”

特别值得一提的是，刘宇坤这次是穿着国产的射击服上场比赛的。这件射击服由北京服装学院设计制作。这也是中国选手首次穿着国产射击皮服赢得奥运会金牌。此前，中国步枪选手参加国际比赛用的专项皮服基本上都是进口的。“穿国产皮服的感受当然是非常好的了。非常希望我们自己的国产品牌可以做得比国外的品牌更好。虽然说我这次只穿了一件上衣（裤子还是进口品牌的），但是后面我相信国产品牌可以做得更好，更加完善。”刘宇坤说。

本届奥运会许多项目的资格赛和决赛分两天进行，很多选手不适应，刘宇坤却没有特别的感觉。说到晚上如何调整状态，他说：“看看小品、听听相声。就，下班了，总得有点娱乐活动吧？”

说到娱乐活动，刘宇坤平时喜欢听音乐、看书、看电影，也打打游戏，还喜欢打篮球和羽毛球。“我最喜欢的肯定是周末了，在家骑个自行车出去逛逛公园，然后饭后遛遛食、晒晒太阳。三五好友一起坐在湖边喝茶什么的，我觉得这是最舒服的。”

刘宇坤是陕西人，奥运会之后，他坦言最想放个假。对于假期安排，他说：“先买辆车，用两天时间去秦岭，两天时间去钓鱼，再留下三天时间玩玩游戏。然后，回家里面和父母、老婆一起开车自驾游一下，在周边逛一逛。周边呢，有可能不出陕西，只是在秦岭这里面。”

27岁的刘宇坤在去年领证结婚了。恰巧从那个时候开始，他的成绩逐步提升。在今年年初的国家队奥运选拔赛上，他就打出了远超过当时世界纪录的成绩，打得队友们直摇头，戏称“这就是爱情的力量”。

从单身汉到成家立业，刘宇坤坦言：“领证了，对于我人生的改变就是，督促着我从一个运动员慢慢向一个教练员去转型，当然依旧还是会在这个事业当中，也会在这个周期结束以后再开始转型。”

对于未来的规划，他说：“希望我以后当教练的时候，多来一些有天赋的运动员。就是我睡觉，然后他出成绩的那种。”

新华社记者林德初 王梦

新华社巴黎8月1日电

劈波斩浪见真金

——中国“泳”士实力回击傲慢与偏见

“爽！太爽了！”潘展乐在巴黎奥运会男子100米自由泳夺冠后发出了这样的呐喊。

这是本届奥运会游泳赛场上的首个世界纪录，也是中国游泳史上首枚男子100米自由泳奥运金牌。这更是重压之下的爆发！

作为中国竞技体育的“优等生”，中国游泳“天团”一直拥有超高人气，是备受瞩目的偶像军团。然而，奥运会前几个月来，中国游泳队因食品污染事件被外媒持续攻击诋毁，运动员频繁接受反兴奋剂检查，往往一个人的检查次数就超过了四到五个国外对手的检查总和。

尽管世界反兴奋剂机构主席班卡明确表示“无故批评中国选手不公平”，世界泳联也认定此事“无违规”，两个机构还先后在北京奥运会前的新闻发布会上力挺中国队，但某些别有用心西方媒体仍然揪住不放。中国游泳队抵达法国后，在短短两

周内接受了超过外国选手全年的检查。

在外界干扰和国人期待的双重压力下，中国游泳队在巴黎奥运会出师后的表现略显低迷，获得2银2铜，总是与金牌失之交臂。

劈波斩浪，始见真金。所有的努力不会白费，所有的阴霾终将被一扫而空。当潘展乐触壁终点、打破纪录的那一瞬间，所有的质疑、委屈和不甘都化为乌有。

潘展乐承认，原本有实力的队友们此前一直未能“开张”，让自己赛前压力很大。“游之前我根本不敢想今天能夺冠，就想着全力去拼，前面冲，后面硬顶也要顶回来。最后15米距离，发现他们被我落

太多了，已经没法追上了。”

至于重压之下怎么做到这一切的，他说：“憋着一口气吧，所有人的希望，在我下水前一刻，我感受到了！”

潘展乐并没有为个人突破而欣喜若狂。“其实这块金牌对我的意义并不大，因为生活还是得继续。但是对于中国游泳来说意义重大，这是我们中国人第一次在男子100米自由泳中夺得金牌，这是非常值得高兴的一件事情。”

赛后，面对《纽约时报》记者关于频繁接受反兴奋剂检查是否对他造成困扰的问题时，潘展乐直接用数据回击：“去年我接受了29次检查，今年我从5月份到7月