

# 冲刺时回头,险些丢掉到手冠军

## “半昏迷”刘翔惊险夺冠

北京时间昨天凌晨,在谢菲尔德山谷体育场,中国飞人刘翔夺得了国际田联超级大奖赛英国站男子110米栏比赛冠军,为本次欧洲行画上了完美句号。其实,刘翔的成绩并不理想,仅为13秒23,回顾他的夺冠历程也充满了惊险。

### ■现场

冲刺·减速·还回头 夺冠也惊险

距离男子110米栏比赛开始不到半个小时,体育场内忽然大雨倾盆。比赛开始前,雨虽然停了,但赛道上仍有不少积水,并且气温较低,这限制了选手们的发挥。

刘翔的起跑反应依旧出色,0.138秒,比罗伯斯和约翰逊都快了至少0.01秒,虽然前三个栏约翰逊抢得了一点先机,但刘翔凭借出色的栏间技术,稳稳地在第五个栏架之后占据了第一的位置。

或许是为了防止受伤,刘翔冲刺阶段没有真正发力,这让第七道的威尔逊赶了上来。最令人惊呼的一幕出现在终点线前,可能感觉胜券在握,刘翔像在洛桑比赛时那样回头扫了一下对手,由于幅度太大,速度一下降了下来,他几乎是跨大步通过终点。

不断发力的威尔逊看上去几乎和刘翔并驾齐驱通过终点,慢镜头显示,刘翔撞线的刹那威尔逊的脚尖与终点线只有毫厘之差,假设威尔逊步伐再大一些,刘翔到手的冠军很可能就没了。

与刘翔相比,湿滑的场地或许更大,罗伯斯起跑后第一个栏架就出现打栏;约翰逊从第六个栏架开始更是跌跌撞撞。同样是担心受伤畏手畏脚,但刘翔的技术在这个时候显示出了优势,如果没有最后时刻的减速和那个略显“夸张”的大回头,刘翔的成绩应在13秒15左右。

早在2003年,刘翔曾在英国大奖赛上以13秒75的成绩夺得第六名,如今时隔4年故地重游,能够“意外”夺冠,对于上周五度过自己24岁生日的刘翔来说,这也算是一份迟到的生日大礼。

不过,刘翔在洛桑站跑出了13秒01的本赛季世界第三好成绩,但在谢菲尔德他的成绩只有13秒23,两者相比差距很大。赛后还气喘吁吁的刘翔说:“今天跑得不太好,进不了状态,有点梦游的感觉。跑13秒23还能拿冠军,真没想到。”他甚至开玩笑说,他是在“半昏迷”状态下跑完的。

在比赛开始前主持人介绍选手时,赛场大屏幕上还特别播放了刘翔在雅典奥运会上夺冠的那一幕,引得众多前来观战的留学生和华人欢呼不已。“华人特别多,像在主场一样。我很开心啊,特别是刚刚看到奥运会夺冠的镜头,本来是昏迷的,现在是在半昏迷的。”说完,刘翔自己也响亮地笑了出来。

在进行自我评价时刘翔说:“起跑还可以,途中跑的后程自己有点控制不住了,状态不好吧。因为下雨天,自己也不是很兴奋。我知道肯定是(13秒)20以外,还能拿第一,没有想到。不过,我不是把冠军看得很重。”

### ■解析

低温·湿滑·赛道软 三原因导致“慢”

虽然刘翔对自己的发挥感觉不好,但教练孙海平倒是觉得不错。孙海平说:“选手们的整体成绩都不太理想。”当日赛场内温度只有15摄氏度左右,有点逆风。在刘翔赛前半小时左右,雨势还突然变大,转为暴雨,令赛道有些积水。孙海平认为这样的天气不利于选手发挥,他具体说了三个原因:“温度低了点,一直下雨让场地也滑。另外一个,赛道偏软,这对训练很好,但对比赛来说,可能会对创造好成绩带来一些不利因素。”

赛前孙海平就说过下雨地滑,最重要的是保证刘翔不受伤。那么刘翔是否有所保留呢?孙海平说:“应该是这样,我看到他跨过最后一个栏时还看了看旁边,最后冲刺也没冲起来。”刘翔在跨过最后一个栏的时候,优势已经比较明显。

孙海平强调:“有的比赛不一定要求刘翔跑多少成绩,本身这只是我们大的系统里面小的周期。这次连续三站欧洲拉练还只是一个大强度的训练课。如果到了世锦赛、奥运会,会让他全力以赴,去跑出他的最好成绩。”

尽管刘翔“慢”了下来,但孙海平认为,和此前击败过刘翔的罗伯斯等人相比,“在同等条件下,刘翔还是跑了第一,说明刘翔的实力和他们接近,可能还稍微领先一点”。

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

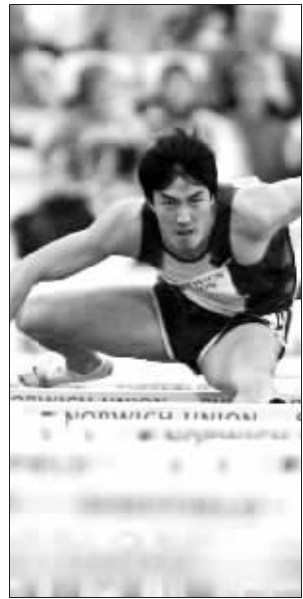
孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。

孙海平认为刘翔现在是“两头硬中间软”,起跑和后程都可以,因此从起跑到中途中途的衔接就成了主要问题。他说:“这段时间起跑还是要稳定一下,然后就是两个栏以后的加速。中间这一段是重要的,因为后程他一直是比较强的,那么主要问题是解决中间这一段。如果中间这一段速度能加快的话,那大阪世锦赛就能取得好成绩。”

孙海平说:“要完全解决,使他能够形成一种固定熟练的节奏,我们还要再回去强化训练。”这也将是刘翔在8月的大阪世锦赛之前重点解决的问题。



刘翔在起跑时回头扫了一眼对手,险些丢掉到手冠军。

# 南京博通百分百新高考复读大型报告会

报告会时间:7月21日 领票地点:新街口国贸七楼 B3-2 (免费领取)  
博通是目前南京地区规模最大的拥有独立的花园式校园的高考复读基地。

<p><b>主讲</b> 全国著名语文特级教师<b>喻旭初</b>; 国家级示范重点中学高级数学教师<b>沈利</b>; 全国英语大赛特等奖指导教师<b>蔡中贤</b>。</p>	<p><b>内容</b> ① 08新高考思路与动态并发送考改最新研究讲义 ② 高补班史校长介绍管理措施 ③ 高补班师资介绍</p>	<p><b>07高考</b> 张厉 637分提高107分; 刘婷婷 610分提高130分; 朱冀臣 612分提高102分; 陈丽娟 633分提高101分, 刘沙 588分提高180分, 人均增分67分, 一本达线率33%, 二本达线率61%, 98%以上学生都有明显提高。</p>
---	---	--

招生 1)校址:南京汤山汤龙路8号 2)南京市中山东路18号国贸中心7楼 B3-2座 (南京书城楼上)  
校址: 电话:025-52123342 电话:84708223、84708067、52985893、52985895 网址:www.qjbf.com

### 空乘韩语班 空乘韩语班 招生

南京蓝鹰航空职业培训学校 短期培训 快速就业

权威资格证书:通过培训可参加韩语或日语等级证书及国家劳动部和民航总局颁发的《民航乘务员》职业资格证书的考试。

快速就业通道:针对国际航线急需小语种空乘人员的现状,学校与航空公司签定了联合培养协议书,入学即签订推荐就业协议书,订单式培养。07下半年强化空乘韩语或日语及空乘技能培训,合格率100%推荐到民航系统,08年就业。

培训专业:空乘韩语35名,空乘日语30名

学习形式:2007年8月全日制培训(双休日休息),9、10、11、12月双休日培训

报名条件:年龄18-24岁,身高:男172-182公分,女162-172公分

报名时间:7月16日起报名,7月29日面试,报名时携带本人身份证学生证或毕业证原件及复印件

报名地点:1.南京中医药大学(汉中路282号)3号楼311室  
2.南京晓庄学院(汉中大路123号)北大门中韩语学院韩国语言培训中心招生办公室  
咨询电话:025-86657008、15951913896、13770668720、13815862707  
同时招收全日制三年航空乘务、航空机务大专学历班

### 月牙湖 中小学暑期精品提高班

## 开课通知

名师授课,小班化分层教学,确保每个学生增强信心,提高成绩。多年诚信依法办学,家长交口称赞,信誉放心可靠。空调教室,在舒适环境中轻松快乐学习。

○ 上课时间:2007年7月18日——8月6日(共上课18天)

○ 报名上课地点:月牙湖紫金路富康新村14栋3单元217室

○ 联系电话:52921667(程老师) 13655178331(王老师)

不用东奔西走,校门口、家门口享受优质教育培训!  
欢迎垂询 欢迎试听(试听免费)!!!

# 启东中学高考复读特训班

启东中学远程教育江苏欣瑞教育联合开办的启东中学高考复读特别训练班再次在南京进行招生了。江苏省启东中学远程教育是启东中学在南京的惟一直属启东中学管理的教育中心,法人是启东中学校长王生。为了让南京的有志学生就读更好的大学,让每个学生都享用启东中学更好的教学资源,江苏省启东中学网校第三次在南京开设高考复读特训班。特训班所有教师以及教学计划均出自启东中学网校一线名师,采用军事化管理,对学生进行高考特别辅导训练。

为了复读学生取得更好的成绩,启东中学高考复读特训班将尽现五大特色:

<p><b>军事化、全封闭教学管理:</b> 特训班处于紫金山下军事管理处内,教学环境安静、安全。</p>	<p><b>签订协议:</b> 特训班将与学生家长签订协议,是目前唯一敢与学生签约的高复班,将保证学生在2008年高考中达到承诺成绩,否则将按承诺退还费用。</p>	<p><b>科学的强化训练体系:</b> 特训班与南通地区一些名校合作,采用南通一些名牌县中的教学模式,如海安中学、启东中学、如东中学等,全部使用启东中学如东中学内部资料。</p>	<p><b>强大的师资内容:</b> 特训班教师全部都是南京名校的名师和启东中学一线教师,所有教师配备三年新教材教参资料,完全掌握新教材教案知识点以及考点。</p>	<p><b>分层次小小班制教学:</b> 特训班是目前江苏第一个使用小小班制教学的高复班,每班限制12人以内。建立独立的学生学习档案,由一名专职班主任全程跟踪管理,有针对性的帮助学生提高。</p>
---	--	--	--	--

启东中学将再给您一次考入理想大学的机会  
备注:如家长学生同意,可安排学生到启东中学、如东中学本部学习复读,2006年最高提高104分。  
报名时间:2007年6月20日起 报名对象:2007届应届高中毕业生,因2007年高考成绩不理想的学生 详情咨询电话:83215008 52013189  
咨询报名地址:中山北路28号江苏大酒店3楼301室(总部) 启东中学远程教育中心(南京大学附属中学十一中对面即江苏商厦三楼)