

# 怕受伤,陈中不敢碰篮球

## “如果能三连冠,我的职业生涯就没有遗憾了”

奥运会的脚步越来越近,承担夺金重任的中国跆拳道队正在苏州厉兵秣马,积极备战。按照计划好的蓝图,跆拳道夺金点有两个,一个是吴静钰,一个是陈中,底线是两块金牌至少确保一块。还剩一个多月时间,两位姑娘准备好了吗?



陈中渴望三连冠

### 吴静钰 每天要进步一点点

最近两年,一提到跆拳道,很多人自然而然会想到吴静钰,这位才21岁的江西姑娘风头实在太盛,一步一个台阶,亚运会冠军、世锦赛冠军,一系列光环罩在她的头上。就连“一姐”陈中还在为奥运资格奋斗时,吴静钰早就拿到了奥运会的人场券,而且她没有替补,奥运会她只有一个目标,那就是金牌。

俗话说,人怕出名猪怕壮,巨大光环下,吴静钰已经毫无保留地提前暴露在了世界面前,包括她的竞争对手,“现在所有人都在研究小钰,她们都在盯着她。”私下

里,吴静钰的教练王志杰告诉记者。今年端午节,苏州体育局局长鲍东东专门去天津韩家墅看望吴静钰,并用了“训练不错,困难很多”来形容她的奥运参赛前景。鲍东东说,吴静钰属于进攻型选手,技战术特点和优势都比较明显,这是她能够在一系列大赛中取得好成绩的重要原因。但从另一个角度来说,特点太突出也是一种隐患,使得对手可以把她研究得比较透,一旦比赛中受到对手遏制发挥不出自己的技术特点就会很被动,因此她需要在训练中加强一些变化。

在女子49公斤这个级别上,并非没有高手,中国台北的杨淑君就是一位很有实力的队员,在去年的亚锦赛

上还战胜了吴静钰,只不过当时是电子计分,而奥运会则是裁判亮分。“现在我们在跟时间赛跑,跆拳道运动说实话,想迅速提高不是没有可能,需要加倍努力,我和小钰也开玩笑,我说现在你的能力确实要高一点,但人家在暗,我们在明,如果她们比你更努力,到时候说不定真能超过你。所以我现在对她的要求就是,每天都要进步一点点,这样的话,到奥运会把握才比较大。”王志杰告诉记者。

现在的吴静钰比一年前,的确又成熟了不少,“她现在不再一味地猛攻猛打,而是更注意比赛节奏,有策略性地选择攻击手段。”中国跆拳道协会秘书长赵磊

点评道。吴静钰的杀手锏,一直是那个招牌式的下劈,每天晚上她都会看一些比赛录像,包括男子的比赛录像,琢磨各种动作,“她的身体素质、体能都没有问题,也没有大的伤病,这段时间关键是要抓临场应变能力,抓一些细节,进一步提高自身实力。”王志杰告诉记者。小级别的变数很大,历史上还没有谁能蝉联小级别的奥运冠军,这样一个现实也时刻在提醒着吴静钰,任何时候都不能放松警惕,这几天韩国队也正好在苏州集训,“最近欧美很多队都去韩国训练,正好我们可以通过与韩国队的合练,摸摸欧美对手的情况。”总教练陈立人告诉记者。

### 陈中 最怕受伤不敢乱动

晚饭后,很多队员都会习惯性地去看篮球场要上几把,但陈中只能默默地看着队友,坐在场边习惯性地抱着自己的右膝,曾几何时,陈中也是篮球场上的主力选手,而如今,为了保护自己不出现伤病,这个奥运会跆拳道项目的绝对主力,只能坐在球场边当看客,篮球在某些时候已经成为她记忆的一部分。当球出界飞过来时,陈中习惯性地护住了自己的右膝,这条腿给她带来了无数荣誉,同时也让她

经历了无数次伤痛折磨。

“不要受伤!”这是陈中时刻在提醒自己的话题,是的,连续拿到了两届奥运会冠军,陈中的身体不再像年轻时那么硬朗,多年训练累积的伤病时常会折磨她一下,好在她挺了过来,现在恢复情况相当不错。作为“一姐”,陈中不仅自己的训练不能放松,还时常要给大家起模范带头作用,按照恩师陈立人的话说,陈中相当于半个教练。

在67公斤以上级中,陈中的水平依旧是最高的,现在能把她击垮的只有伤病,“所以现在陈中除了正常的训练,不敢乱‘动’。”

这几天,时常有球迷跑去酒店找陈中合影,她总是面带微笑,很是配合,陈中说,“如果能三连冠,我觉得我的职业生涯就没有什么遗憾了。”

夺金的重任有女人扛着,男选手呢?他们也不想拖后腿,80公斤以上级的刘哮波近来成绩进步很快,他被认为是能创造历史的男选手,很有希望站上领奖台,刘哮波帅气而稳重,一副成熟的模样,就连小师妹吴静钰都曾戏言,“找男友要找刘哮波那样的。”对于奥运,刘哮波坦言,“我希望给自己一点压力,那就是争取站上领奖台,也为男选手们争口气。” 快报记者 吕远

### 腰椎间盘突出 郑智缺席奥运?

快报讯 目前中国国奥正在沈阳备战,来沈阳前,郑智在北京的一次检查中被查出有腰椎间盘突出,这让这位目前中国最优秀的足球运动员参加奥运会的前景蒙上一层大大的阴影。但是,无论是杜伊,还是郑智本人都不轻言放弃,毕竟他的伤势并不是太严重。


“我不会轻易放弃郑智,他是现在中国最好的球员,国奥需要他,需要那个有好状态的郑智。”杜伊强调在29日确定奥运最终的18+4名单之前,他都会让郑智留在球队,帮助他恢复,希望事情能有转机。(亚南)

### 身体原因 穆特鲁无缘奥运

新华社安卡拉7月4日奥运专电(记者 郑金发)土耳其举重协会秘书长雷吉帕·沙辛4日向记者证实,该国的举重传奇人物穆特鲁由于“身体原因”无法参加即将召开的北京奥运会。

沙辛说:“土耳其举重队将在北京奥运会上派出4名男选手,2名女选手,具体人选目前尚未确定。不过穆特鲁因为身体原因,已经不再打算参加北京奥运会了。”沙辛只是简短地回答了记者的问题,拒绝透露更多的细节。

“神童”穆特鲁今年已经35岁,他曾经在亚特兰大、悉尼和雅典奥运会举重赛场上接连获得冠军。2005年,他因使用违禁药物被国际举重联合会禁赛两年。今年4月,穆特鲁参加了欧锦赛,成绩平平。在56公斤级中,他最大的对手就是中国选手。



# 新航道 - 学术型雅思、新托福培训学校

## 热烈祝贺南京图书馆校区正式成立

环境、服务、教学设备、课程全面升级。更多精彩,敬请关注.....

汇聚顶级的**老师**  
奉献超强的**雅思**

- ◆“中国雅思之父”胡敏 领军,“雅思满分教头”陶哲 领衔授课
- ◆胡敏雅思第五代权威教材,教育部 高等教育出版社 权威出版
- ◆雅思长训班、基础班、基础突破班、6.5分班、7分班、层层递进
- ◆根据学员不同基础和学习需求,提供一站式完整解决方案
- ◆设班主任管理制度、考勤、补课制度

美国KAPLAN携手**新航道**  
全面提升**新托福**成绩

- ◆KAPLAN 新托福经典培训享誉全球
- ◆KAPLAN 授权新航道独家使用新托福原版教材
- ◆新航道先进的教学模式: 课堂面授加网络练习
- ◆新航道新托福教学主管, UC Berkeley, MBA, Andy 领衔授课
- ◆免费全真模拟题库网考(需预约)

暑假雅思、新托福班两校区全面热招

学者办学  
专家治校

通 知

自即日起,雅思、新托福听力及阅读能力水平免费测试时间为:  
**周一至周五 9:00 - 20:00**  
**周六、周日 15:00 - 20:00**  
**广州路及南图校区均可接受预约测试**

课程名称	开班日期
雅思6.5分高分日班	7.6、7.15、7.25、8.5、8.12
雅思6.5分高分晚班	7.14、8.4
雅思6.5分高分周末班	7.12、8.9
雅思6分基础突破日班	7.6、7.15、7.29、8.4
雅思6分基础突破晚班	7.14、8.4
雅思6分基础突破周末班	7.12、8.9
雅思6分突破日班	7.5、7.17、7.26、8.9、8.19
雅思6分突破晚班	7.21、8.11、9.1
雅思6分突破周末班	7.26、8.16、9.13
雅思6分长期基础日班	7.10、7.15、7.21、8.4
雅思6分长期基础晚班	7.21
新托福100分保分突破日班	7.19、8.4
新托福90分保分基础突破日班	7.12
新托福90分保分突破晚班	7.18

南京新航道学校

www.newchannel.org

南京广州路校区: 广州路5号君临国际2幢11层 51860523 51860532

南京图书馆校区: 中山东路189号南京图书馆新馆(总统府对面)西门首层 51860537