

# 三金就是失败? 李永波:我没说

## 对拿到三金两银三铜非常满意

第一次,中国羽毛球队在奥运会上拿到三金两银三铜,且五个单项都有奖牌入账,其中蔡赟/付海峰的银牌刷新了李永波/田秉毅在1992年巴塞罗那奥运会上铜牌的男双最好成绩纪录。

对于外界“拿到三金就是失败”的说法,李永波日前在腾讯网《第一演播室》接受记者专访时回答说:“我从没有说过这样的话。”相反,他对三金两银三铜的成绩“非常满意”。这样的一支梦之队背后,是怎样的一个运作团体?他们怎样摆脱压力?听李永波来解密。

### 减压:玩起抽签游戏

当7月26日北京奥运会羽毛球抽签结果出炉之后,李永波公开表示,这是一支中下签。但是很多人不知道,一种异常压抑的氛围笼罩着中国羽毛球队。女单、双双、混双全部为中下签,只有男单和男双算是不好不坏,但林丹也要在男单第二场比赛中遭遇韩国球星朴成奂。

“队员们会嘀咕,第一场球都遇到了很多强手。”李永波说,他在抽签结束之后发现不少队员都有些想法,看起来有些闷闷不乐,心事重重。中国羽毛球队紧急召开会议,给大家减压。

“我从另外一个角度帮他们分析这个事情的时候,他们反而释放了,觉得提前碰更好,越提前碰越好打。因

### 金牌

女双 杜婧 / 于洋  
女单 张宁  
男单 林丹



### 银牌

女单 谢杏芳  
男双 蔡赟 / 付海峰

### 铜牌

混双 何汉斌 / 于洋

女双 魏轶力 / 张亚雯  
男单 陈金

为越提前碰,对手越不适应。所以把坏事变好事,他们倒变得很开心。反正都是要拿冠军,在乎这个干吗?早晚都要碰的。”李永波的一番话,让队员们茅塞顿开。

效果立竿见影,为了巩固减压成果,中国羽毛球队又别出心裁,在奥运村玩起了抽签游戏。“进了奥运村之后,我们每天都抽签,剪刀石头布,大家玩得都很开心。”当然,远不像你想象的那么简单,为了刺激大家的兴奋点,抽签还有奖品可拿——K金项链和手机。

唯一可惜的就是,女双头号种子杨维/张洁雯在第一场比赛中击败了强大的印尼组合利利亚纳/韦塔·马利萨,后来却倒在了实力较弱的日本组合前田美顺/末纲聪子的拍下。对此,李永波称输得可惜,但是从竞技体育的不确定来看,队里完全能够接受。

### 防抗:不让家人联系队员

抗干扰,不仅是中國羽毛球队,也是中国体育代表团的一个课

题。为了让运动员们安心备战,国家体育总局要求,运动员在奥运村需要被没收手机、电脑等物品。但是中国羽毛球队没有这么做,李永波认为,只要队员懂得自制,上上网、更新博客、看看电视也是非常好的放松。

在防干扰方面,中国羽毛球队有自己的一套办法。拿鞍山姑娘于洋来说,她是中国羽毛球队在北京奥运会上唯一一位拿到两枚奖牌的选手。她初生牛犊不怕虎的劲头,帮助她和搭档杜婧拿到了女双金牌,也帮助她和何汉斌拿到了混双铜牌。俨然,于洋就是小高口,前途不可限量。

### 放松:请葛优来逗乐

遥想当年,李永波在运动员时代也是一把羽毛球高手。没事的时候,他也会跟队员打上两拍。胜负?李永波都能占到便宜。当

然,不是李永波实力有多强,而是队员“不敢”赢他。

于洋喜欢打羽毛球,乐趣就在“调戏对手”。但是跟李永波对打的时候,她从来不敢戏耍李永波。“他们不敢溜我?主要是他们给我面子。我是还有一些技术,但是跑不动了,也怕受伤。”

除了陪练,李永波还经常陪唱,给队员调剂单调的训练生活。

李永波有一副好嗓子是众所周知的。在林丹夺冠的当晚,现场播放的背景音乐来自孙楠,但是不少人误以为是李永波唱的。“孙楠比我唱得好,所以放他的,要是《红旗飘飘》就放我的了,那首歌我比他唱得好。”玩笑归玩笑,在以唱歌或者曲艺放松的时候,李永波总能给队里请来庞龙、羽·泉、毛宁、林依轮、梁天、葛优等人,给羽毛球队的业余生活带来非常多的乐趣。

与此同时,拍广告也是羽毛球队放松的一个方式。每逢有商家找上门来,李永波总是把把关。在确定可以合作之后,李永波就拉着弟子们拍广告。从羽毛球场的镜头前,到镁光灯的镜头前,别样的经历也带来了新鲜的放松感。

捷报奥运联盟记者 黄双  
快报特派记者 陶晶  
(发自北京)

带着腰伤夺铜不满足

## 陈金伦敦要夺金

16日晚,陈金获得了本次奥运会的羽毛球男单铜牌。他的启蒙教练也是他的干爸爸金超也去了北京观看比赛,为干儿子加油。昨天,回到南京的金超,在陈金的母校,下关体校接受了快报记者的采访。他说,陈金的腰不太好,拿到铜牌,他很欣慰。

### 体校挂条幅,祝贺陈金夺牌

虽然是暑假,下关体校门口还是人来人往,很多孩子都利用暑假来这里训练。羽毛球馆里早就人声鼎沸。

正对校门的大楼上挂着一条横幅,“热烈祝贺我校运动员陈金获得奥运会铜牌”。金超说:“这是今天早上刚挂上去的,区体育局也有一条。”这是一个有羽毛球传统的体校,共培养出五位世界冠军,他们是孙俊、刘永、戴韫、钱虹,还有现在的陈金,这些世界冠军的照片都挂在羽毛球馆里,激励着正在练球的孩子。

陈金原名陈鹏飞,原籍河北,但河北并没有专业的羽毛球队,所以后来来到江苏南京打球。他曾在2007年夺得瑞士超级赛男单冠军。

金超在校长办公室接待了快报记者,这是一间充满中国味的办公室:金超穿着一件火红色的奥运T恤,桌上摆着装饰台灯,装饰是一个巨大的羽毛球,还有一套功夫茶具,金超说平常他喜欢品茶。金超说:“T恤是在南京买的,为了当火炬手而准备的。”金超是南京的第203棒火炬手,“这个羽毛球也是人家送的,刚好放在台灯上,正合适。”作为基层教练,金超对羽毛球的热爱,可见一斑。

### 男单票紧张,干爸也没得看

陈金的第一轮比赛是在11日,金超10日晚上就赶到了北京,可羽毛球男单的票实在太紧张,就算是家属,也搞不到门票。金超说:“没有办法,根本搞不到票啊。”最终,金超夫妇

只能和普通观众一样,坐在北京宾馆的电视机前收看陈金的比赛。

为了不影干儿子备战,金超甚至连电话也没多打,“就和平常一样,一周两个电话。多了也不好,他会紧张。”没有票不能到现场为陈金加油,场下也不方便打扰他,金超在北京唯一一次与陈金见面,还是隔着车窗。在陈金第三、四名争夺战前,金超夫妇来到北京工业大学体育馆,羽毛球队的面包车正好来到赛场。总教练李永波见到了金超,特意让司机停车,金超这才见到了陈金,匆匆叮嘱两句,陈金就踏上了赛场。

### 到伦敦,把奖牌换个颜色

对于陈金在奥运会上的表现,金超坦言比较满意。他说:“一场比赛要取胜,有五个决定因素:技术、体能、心态、意志、运气,缺一不可。”金超对陈金最满意的一点就是,“意志品质非常顽强,能够顶下来”。

陈金的意志力也是金超着重培养的。为了训练陈金的耐力,他要求陈金每隔一天就要跑着从训练场回家,而这段路的距离应该是4000米左右。为了训练他的自控力,金超让小陈金必须每天静下心来写日记,每晚看电视不能超过9点。正是从小培养出的意志力,让陈金在比赛中往往比对手显得更有韧性。央视解说员洪刚曾戏说:“陈金打比赛,每次都是搞搞弄弄就赢了。”其实,陈金就是用自己的毅力消耗对手的体能,把对手击败。

说到陈金的辛苦,金超又流露出慈父的关爱。他说:“其实,陈金这次也是带伤上场的,他的腰伤一直没有好,脚也不太舒服。我看他有几个杀球,就明显是腰转不过来。那时是真的紧张,担心他扭了腰。”

拿到铜牌,陈金说,希望把北京这枚铜牌,到伦敦换个颜色。金超也觉得,干儿子有这个实力:“他还年轻,才22岁,到伦敦时,正是当打之年。而且他的性格介于林丹和鲍春来之间,这对羽毛球运动来说是合适的。不会太着急,也有一定的韧性。”

现在陈金还在北京,金超说,等干儿子回来要亲自去接他,好好庆祝一下。

快报记者 吕远  
实习生 夏静娴



陈金的巨幅照片已挂在下关羽毛球馆里,干爸金超很自豪地介绍着。快报记者 赵杰 摄