

11连胜!

李娜是怎样炼成的

从悉尼赛到澳网打进决赛,李娜一路过关斩将,已经豪取11连胜。网络上,网友们封她为“女王娜”,纷纷赞扬李娜的给力表现。事实上,作为中国网坛的一姐,在她的身上,拥有很多特质,甚至是其他人所没有的。快报记者将从头到脚,为您“解剖”一个个性十足的李娜……

头脑

熟悉李娜的人都知道她聪明,场内外都是如此。20岁时她便知道,她需要一个专职的教练,她需要一对一。这一愿望在她22岁时才实现,教练正是她的丈夫,为了争取这一天,她甚至退役去上了两年大学。李娜知道自己的发球不好,是弱项,这几年,她一直在发球上用功,如今有了重大突破,使得她更加全面,具备了与世界顶尖球手叫板的实力。

她知道,在网球世界,29岁的年龄,算是“高龄”了,因此比赛中,李娜特别重视体能的分配,她会把多数精力都放在进攻上。她知道,打网球也是一种生活方式,所以她尽力打球,尽力挣钱,一切凭借自己的努力。一切的一切似乎也成就了李娜在网球场上的过人天赋。

口才

如果让时间倒退7年,那么多数人看到的是那个“刺头”李娜,嘴里时常“跑火车”,说了很多让别人听了不舒服的话。现在呢?一切都不同,李娜正用一句句的幽默改变国人对她的看法。

她的妙语连珠,帮助记者们写出了很多“出彩”的文章。她喜

欢拿老公姜山开涮。她接受采访时说的话,总能令现场笑声不断,以至于听李娜说话,听李娜接受采访,成了中国球迷的一种习惯。央视也很配合,现在每每转播李娜比赛,赛后的采访环节也一定会直播。李娜的话,甚至变成了“李娜语录”,在网上流传。

文身

李娜的体能训练师阿列克斯说,李娜是个爱生活、爱家的人,她总喜欢调侃老公,但那是爱的表现。是的,不仅如此,李娜还把她对丈夫姜山的爱文在了身体上。

随着李娜在澳网的顺利晋级决赛,她胸前的穿心玫瑰文身也成为摄影师捕捉的焦点。原来,在心里面画一朵

玫瑰,正是象征着李娜和姜山之间刻骨铭心的爱情。

每次李娜比赛,丈夫姜山都会伴随在李娜身边,时不时也会给她一些场外指导,姜山是教练更是丈夫。这次澳网的现场转播,导播把很多镜头都给了李娜的老公姜山,这是李娜时常挂在嘴边的人,也是最亲近的人。

臂膀

和外国运动员相比,李娜的身体素质丝毫不落下风,力量十足。她宽厚的臂膀,保证了她的正反手进攻都处于世界前列,对阵世界第一沃兹尼亚奇,李娜的主动得分是对手的好几倍,充分体现了她在进攻端的能力。央视解说曾调侃,沃兹尼亚奇的跑动距离是李娜的两倍,因为整场比赛,沃兹尼亚奇都在防守,疲于奔命,足可见李娜的进攻到底有多厉害。

事实上,李娜的能

力也让很多外教对其欣赏有加,比如她之前的教练托马斯就曾点评爱将,“她是个浑身都充满力量的人,总有使不完的劲,对比赛的专注度超出我的想象。”她现在的体能训练师阿列克斯也说,李娜的球还在长。

心脏

在李娜的体能师阿列克斯看来,李娜拥有一颗强大的心脏,“我研究了李娜过去的比赛录像,那是她刚出道的时候,我一直不理解,李娜为何在场上经常情绪崩溃,自我放弃。但现在,你们再去看看李娜,她变得完全不同,她放开了怀抱,更快

乐,同时也更加自信,很多场胜利给她带来了更多的自信心。”

事实上,李娜也有很多压力,比如还没有中国球手站到过大满贯单打决赛的舞台上,但李娜一步一步在改写历史。她的紧张,通过赛后的几句幽默,便烟消云散了。

大腿

记得几年前,有记者问李娜是如何提高体能的,李娜回答,“你们直接说我腿粗不得了。”虽是调侃,但事实是,李娜的大腿非常强壮,跑动能力和爆发力丝毫不逊色于欧美高手,这一点,李娜的体能师阿列克斯也是这么认为的。

为此阿列克斯还专门为李娜制定了一套训练方法,那就是找平衡,“李娜可不是那种计算巧克力热量,然后纠结半天吃还是不吃的小姑娘,如果她吃了一块巧克力,我就让她多跑上半个小时。生活就

这么简单,一切都在于平衡。”阿列克斯说。

找到平衡的李娜,接近职业生涯迟来的巅峰。“她的脚步移动非常好,非常灵活,她还可以做得更好。她尽力打球,尽情生活,她找到了职业网球的节奏,这一点非常重要。”在阿列克斯看来,年龄并不是什么问题,“年龄只是写在纸上的一个数字。”阿列克斯对李娜充满信心,“很快你们会看到一个更让中国人骄傲的李娜,来到自己黄金岁月的李娜。”

本版撰稿 快报记者 吕远

延伸阅读

父亲早亡让她学会独立

一直以来,李娜都是一个特立独行的人,独立而又坚强。如此的特性,与她父亲早早离开了她有很大关系。

李娜14岁那年,父亲便去世了,“家里大大小小的事情都由妈妈一个人照料,所以我不能总是向妈妈提要求,告诉她我想要什么,因为这会让妈妈很为难。所以我一直相信只有付出努力才能取得成功。”正是这样一个特殊的经历,让李娜变得与其他人有所不同。

从开始打网球,到出成绩,李娜没有花多长时间,2002年前,李娜已是国家队一员,但那时的中国网球水平较低,那时的李娜也无大作为。2002年她出人意料地退役,去华中科技大学念书,为了给自己一个更好的将来。“2004年,我觉得我该为中

国网球做些什么了。”所以李娜复出。

但正如当年在釜山亚运会前不辞而别,突然回归的武汉妹子依旧是“刺头”一个。她公开炮轰国家队体制,称没有一对一的教练自己感到很迷茫。不过这招却是李娜的“先斩后奏”,醉翁之意实是为了姜山。

之后,下定心的李娜在教练兼丈夫的陪伴下重新踏上职业路。依旧要从小比赛打起,依旧要面临一次次挫败,但有了姜山的李娜,却在年龄渐长时让玫瑰炫丽绽放。

从此之后,李娜开始“单飞”,她也和其他职业球手一样,组成了自己的教练团队,也请了外教来帮忙,李娜的成绩每一年都稳步上升,去年澳网进了四强,今年更是打进了决赛。

