



►杨倩在颁奖仪式上做出比心动作
新华社发

小时候在射击摊百发百中 老板无奈:能不能别打了

清华学子杨倩,从“神枪手姐姐”到奥运首金得主

杨倩:比心动作 是回应两个姐姐

赛后在领奖台上,杨倩做了一个比心的动作。赛后,她在采访中解释了这一动作,“那个时候看到台上两个姐姐跟我比心,所以我也回了一个。”

杨倩口中“看台上两位比心的小姐姐”后来也被找到,她们是中央广播电视总台的记者。两人表示:“我们特别激动,场上没观众,很想把热烈的情感传递给她!”

要有站姿,杨倩就很好,她的眼睛很有灵气,眼珠子里像有水滴一样。”

杨倩老家宁波市杨家弄村的邻居透露,村里的孩子们都喜欢杨倩,这源于小时候的记忆。早先村里农忙结束后,会组织欢庆活动,杨倩当时在打气球送娃娃的摊位上大显身手。把娃娃全都送完的摊主很“哀怨”地看着百发百中的杨倩,无奈地问一句:“你能不能不打了?”

杨倩把收获的娃娃都送给了村里的小朋友,就此奠定了孩子们心里“神枪手姐姐”的地位。

曾在赛前训练时睡着了

出生于2000年7月10日的杨倩,头上的小黄鸭发卡格外显眼,美甲也成为公众讨论的焦点。夺冠后,刚刚21岁的杨倩还有些蒙,不知所措地与旁边前来道贺的其他国家运动员握手,让观众看到了这个放下射击枪的小女孩的可爱一面。

杨倩的可爱还不止于此,拥有一颗大心脏的杨倩曾在赛前训练时睡着了。2012年全国青少年射击锦标赛在南昌举行,一个小插曲让杨倩的教练虞利华又好气又好笑,“赛前训练时间,所有运动员都神经紧绷抓紧最后机会练习,裁判跑过来叫我,说我们有个队员睡着了。我跑过去一看,杨倩竟然在练跪射时跪着睡着了,叫都叫不醒,还是我拉衣服才把她拽醒。小姑娘真的很放松,心态特别好。”

她是清华学子,边读书边训练

2015年,在第一届全国青年运动会上,杨倩获得季军,年底入选国家青奥队,并取得了国家级运动健将称号。2016年,杨倩进入清华附中,射击训练也没落下,并在2018年通过普通高考考进清华大学高水平运动队,成为清华大学经济管理学院的一名学生。

在清华附中和清华大学的这些年里,悉尼奥运会女子10米气步枪铜牌得主、清华射击队教练高静是杨倩的带训教练,“这姑娘刚来的时候,个子不高,白白净净,成绩算不上很突出,但是很稳,个性也很沉稳。”高静说。

边读书边训练,和普通清华学子相比,杨倩的生活相对“枯燥”,业余时间有限。但和专业运动员相比,她又多了大学校园的经历。2019年全国第二届青年运动会,杨倩凭借出色的表现敲开了国家队的大门,一步步稳扎稳打,在奥运会选拔赛上屡获佳绩,最终逆袭,站上奥运赛场。“通过学习,杨倩扩展了思路,悟性,能帮她更好地融入射击运动。”在高静看来,读书和射击相辅相成,互相促进,杨倩在学习的过程中学会了时间管理,并养成了自我约束和控制的能力,而这些都是优秀射击运动员需要具备的特质。

第2金!

力拔山兮

7月24日下午,东京奥运会女子49公斤级举重决赛,中国名将侯志慧不负众望,以抓举94公斤、挺举116公斤、总成绩210公斤的成绩夺冠,抓举、挺举和总成绩均打破奥运会纪录。侯志慧为中国举重队取得开门红,同时也是中国代表团在东京奥运会上收获的第二枚金牌。

现代快报+/ZAKER南京记者 王卫

第3金!

一剑封喉

7月24日晚上,东京奥运会女子重剑决赛,中国队孙一文对阵该项目排名世界第一的罗马尼亚选手波佩斯库。最终,双方三回合后战成10:10,在“决一剑”中孙一文“一剑封喉”,以11:10赢下比赛,拿到中国代表团的第三金。

现代快报+/ZAKER南京记者 王卫

● 现场 ●

最后一枪 射落首金

杨倩打出了最后一发子弹,决赛场大屏幕显示出了名次——冠军!

枪中红心!热泪挥洒!这块奥运金牌,拿下了!

这是一场来之不易的胜利。中国步枪队领队王炼哭了,过去这些年,中国射击队背负了太多的过往。

杨倩打出最后一发子弹之前,教练葛宏砖握紧了拳头。他不敢出声,但内心的澎湃已难以抑制。“终于打了一场翻身仗!”葛宏砖赛后说。

女子10米气步枪是一个竞争十分激烈的项目。资格赛,杨倩的成绩排在第六位。为了让她更加放松,葛宏砖有意隐瞒了名次,告诉她“你是第八,放开打就行了”。

进入决赛,成绩清零,8名选手从头开始。杨倩找回了巅峰状态。决赛前10枪,她打出了两个正中靶心的10.9环,排名第一。胜利的希望出现了。

然而,对手同样强大,第16枪过后,从第一名到第四名,只有0.6环的差距。

咬住,再次成为这场决战的关键词。

第17枪,杨倩打出10.0环,与加拉希娜并列第一。

第18枪,杨倩打出10.6环,与加拉希娜相差0.2环。

第19枪,杨倩打出10.6环,与加拉希娜相差0.3环。

第20枪,杨倩打出10.5环,与加拉希娜相差0.5环。

第21枪,杨倩打出10.7环,与加拉希娜相差0.3环。

第22枪,杨倩打出10.6环,与加拉希娜相差0.1环。

第23枪,杨倩打出10.7环,与加拉希娜相差0.2环。

最后一枪,最终决战。加拉希娜率先击发,打出了一个离谱的8.9环,观众的喧哗对杨倩造成了一定的影响,她打出一发9.8环,但这已经足够锁定金牌。

据新华社

7月24日,东京奥运会首金大战,中国00后选手杨倩从一度落后到末枪逆转,最终在女子10米气步枪决赛中夺冠,为中国体育代表团拿下第一金。颁奖仪式上,小黄鸭发卡、灿烂而腼腆的笑容以及来一个比心的动作,杨倩尽显可爱的一面。

今年刚满21岁的杨倩是清华大学经济管理学院学生,尽管年纪轻轻,但射击之路已超十载。而小时候的她,是孩子们心目中的“神枪手姐姐”。

现代快报+/ZAKER南京记者 王卫

小时候在射击摊赢到老板无奈

杨倩从小就展现出在射击上的天赋,据杨倩的启蒙教练、现海亮教育射击国家级教练虞利华介绍,2010年底,浙江省运会周期刚结束,需要补充年轻队员,虞利华就去了宁波鄞州区姜山镇茅山小学选拔人才。

“当时就每个班都走了一圈,首先让视力好的孩子自己站起来。”虞利华现在还清楚记得,才10岁的杨倩毫不犹豫地就站起来了,气质好、乖乖的,令他印象深刻,“小孩站



◀杨倩最后一枪逆转 新华社发

我其实也并没有大家看到的这么冷静,其实在资格赛、包括决赛中也在不断调整自己的心情、心态,通过一些心理暗示,告诉自己,慢慢去调整,平复自己紧张的心情。

——杨倩