

大力士筑梦燕赵 赛场上云涌风飞

专访全国举重冠军赛冠军赵飞

□本报记者 周强

10月28日,在湖南邵阳市体育中心举行的全国举重冠军赛男子+109公斤级比赛中,我省运动员赵飞以抓举186公斤、挺举226公斤、总成绩412公斤,获得抓举、挺举、总成绩三项冠军。他虽然才24岁,但已经有13年的“举龄”,可以说是一位名副其实的“老将”,在全国冠军赛中,他用双手举起了梦想的重量。今天我们就走近这位燕赵力士,分享他的冠军成长之路。

初练举重甘之若饴

1999年,赵飞出生于沧州黄骅市齐家务镇大科牛村,从小就体格健壮,比同龄的孩子力气大很多。小时候,他的父亲做面粉生意,他就把搬运面粉当成玩游戏,经常抱着几十公斤重的面粉袋穿梭在父亲的仓库里。他的父亲说:“这孩子天生力气就比别人大,他小的时候,我们曾开玩笑说要送他去练举重,没想到竟然一语成谶。”

他8岁那年,有一次和父亲去逛商场。商场里有一个60公斤重的哑铃,吸引了很多顾客试举,但大多数都举不起来。轮到赵飞时,小小年龄的他竟然毫不费力就把哑铃举过了头顶,赢得了现场市民的齐声喝彩。他的举动让父亲惊叹不已,也坚定了父母送他去练举重的决心。

回到家后,父亲开始认真考虑送他练举重的事情,并通过关系找到了一位领路人,“我父亲的一位朋友正好是体育爱好者,在他的帮助和推荐下,父亲决定送我去石家庄市体校练习举重”。11岁那年,他被父亲的朋友带着前往石家庄市体育运动学校参加试训,并很快就通过了测试,顺利进入体校开始了正式的学习。

“很多人刚入学时,对艰苦的体能和专业训练不适应,叫苦连天,我却没有这种感觉,到了体校反而如鱼得水,不仅能出色地完成各项训练内容,还乐在其中,训练成绩不断提升”。几个月后,他便在河北省青少年举重比赛中获得了第五名的好成绩。此后,凭借着天赋优势和不懈努力,他包揽了此后四届比赛的冠军,这也为他此后进入省队,成为一名专业举重运动员奠定了坚实基础。“在体校的这几年,得益于教练的悉心指导和科学训练,我的基本功十分扎实。这也坚定了我在举重这条路上走下去的决心”。

进入专业队压力陡增

2015年,因为成绩突出,他如愿进入河北省体育局体操举重柔道运动中心训练,从此开启了职业生涯。省队里高手云集,原本光环满身的他也有点黯然失色。面对激烈的队内竞争,他第一次感受到来自对手的压力。“大级别举重一直是河北省的优势项目,队里强手如云。我需要尽快适应高强度训练和队内竞争”。

要想在强手如林的举重队中脱颖而出,只有付出更多的辛苦,面对困境,他没有退缩,而是开启了更加艰苦的体能训练。由于块头儿比较大,日常枯燥的跑跳训练让他苦不堪言,但他从不叫苦叫累。他很清楚,自己只有越过这道难关,才能破茧成蝶。随着杠铃的重量不断增加,他的自信心也一点点回升。“技术上的薄弱环



■赵飞在比赛中。

节,只能用勤奋和汗水来弥补。只有这样,才能取得好成绩。除此之外,我没有任何捷径可走”。

“平时训练中,赵飞非常刻苦,不仅保质保量地完成训练内容,还积极总结,不断提升个人能力”。云艳红教练介绍说,随着赵飞的成绩不断实现突破,他逐渐成为队内的主力队员。

功夫不负有心人,2022年,在全国举重锦标赛上,他获得109公斤以上级抓举第二、总成绩第四的好成绩,用一枚银牌证明了自己的努力,也回报了教练的信任和指导。今年4月底举行的全国男子举重锦标赛上,他表现神勇,获得109公斤以上级抓举第二、挺举第三、总成绩第三,斩获3枚奖牌,创造了他在全国锦标赛上的最好成绩。

战胜伤病再获飞越

由于长年累月的训练,成绩突飞猛进的同时,他的膝盖、韧带等部位都出现了损伤。在2022年全国举重锦标赛前夕,由于旧伤复发,导致他在训练中无法使出全力,严重影响了竞技状态和心态,他心情沮丧,人也显得有些颓废,“那段时间,我一度对自身能力产生了质疑,觉得自己已经不在优秀选手之列。平时也特别抵触走进体育馆训练,甚至想到过退役。好在,队里的领导和教练都耐心开导我,队医也精心为我治疗,最终我逐渐调整好了心态,走出了那段阴霾”。那届比赛,他发挥出色,斩获一枚宝贵的银牌,也让他彻底找回信心。

今年夏天开始,他开启了全国冠军赛的训练备战,“经过前面将近一年的调整,我的身体恢复得很好,暂时告别了伤病困扰,心情特别好,竞技状态也回归了”。本次比赛由国家体育总局举重摔跤柔道运动管理中心、中国举重协会、中央广播电视总台体育青少节目中心主办,湖南省体育局、邵阳市人民政府承办,共有来自全国的61支代表队744人参加比赛,“各省的高水

平举重运动员基本都来了,可以说是高手云集”。

在之前的两届全国性赛事中,尽管成绩一直在进步,但他仍然没能登顶最高领奖台,夺冠成了他参加本次冠军赛的一个重要目标,“去年抓举是单项第二名,今年就想突破一下拿下抓举的单项冠军,赛前也是憋着一股劲”。

理想很丰满,现实却是很骨干,尽管竞技状态不错,但赛前的训练中,他抓举的最好成绩也仅仅是175公斤,距离他本人的最好成绩还差十几公斤,要想夺冠谈何容易。比赛正式开始后,他第一把就要了175公斤,并试举成功,然而他的主要竞争对手,来自贵州的选手要了176公斤,以一公斤的优势压他一头。第二把,教练直接给他要了181公斤,“试举成功的话,基本就能保证前三名”。结果,他不负众望,第二把再次试举成功,此时贵州选手再次以一公斤的优势试举成功,要想夺冠,只能是奋力一搏,“教练综合考虑之后,第三把给我要了186公斤,我也不辱使命,试举成功,贵州选手要了187公斤,但试举失败,就这样我夺得了这个抓举的冠军”。

此外,他还在男子+109公斤级比赛中,以挺举226公斤、总成绩412公斤再获两个第一,共获得抓举、挺举、总成绩三项冠军。“赛前非常希望自己能够在全国赛场上有所斩获,想着努力把力冲击冠军。这次比赛我属于正常发挥,试举成功率高,最终打败了其他选手,对于这次的成绩也比较满意”。

赵飞目前正处于举重生涯的黄金期,他希望通过更加刻苦的训练,让自己的水平再上一个新台阶,早日斩获大赛金牌,回报一直支持他的家人和朋友,“这次的成绩对我来说就是一个新的起点,我将以更好的心态,全力备战2025年全运会。希望能代表河北省参赛,诠释“凤凰涅槃、浴火重生”的深刻内涵,擦亮“金体举柔”的本色和底色,以优异的成绩为河北争光”。