

第4金

李冰洁游出河北体育新高

几乎毫无征兆的，创造河北体育历史的金牌就这么到来了。7月29日，东京奥运会游泳赛场，李冰洁与队友一道夺得了女子4×200米自由泳接力冠军，并且创造了新的世界纪录。这是中国游泳队首次拿到奥运会接力项目金牌，也是李冰洁个人的首枚奥运金牌，更是河北健儿在本届奥运会上取得的第4枚金牌，从而超越了2008年奥运会上单届最高3枚金牌的纪录。李冰洁在比赛中与莱德茨基的直接对话，更是让人看到了这位19岁小将的光明前景。

燕都融媒体记者 宗苗淼 实习生 田芸菲



中国队选手杨浚瑄、汤慕涵、张雨霏、李冰洁(从左到右)在颁奖仪式后合影。新华社发

最后一棒硬扛莱德茨基

几天前，当李冰洁夺得女子400米自由泳项目铜牌时，省体育局副局长何文革曾表示：“以李冰洁展现出来的能力、实力和潜力，最多不出两年，应该可以超越莱德茨基。”话音未落，李冰洁便在女子4×200米自由泳接力最后一棒顶住了莱德茨基的疯狂追击，为中国游泳队夺得了这枚历史性的金牌。

2004年雅典和2008年北京奥运会，中国曾两度获得这个项目的银牌，距离冠军只有一步之遥。之后经过两届奥运会的蛰伏，随着李冰洁、张雨霏、杨浚瑄等新秀的崛起，重新具备了竞争奖牌乃至金牌的实力，2017年世锦赛再次收获银牌。昨天的决赛中，李冰洁安排在第四棒出场，承担的重任和压力可想而知。前三棒，面对澳大利亚队和美国队的夹击，第三棒的张雨霏最后50米超过澳大利亚选手，为中国队取得了微弱优势。

第四棒的李冰洁率先入水，而排名第三的美国队最后一棒正是莱德茨基，她先是反超了澳大利亚选手，又不断缩小着与李冰洁的差距。即时数据显示，莱德茨基每秒比李冰洁快2厘米，眼看两人即将并驾齐驱，终点到了，李冰洁以0.4秒率先触壁，为中国游泳队拿到了本届奥运会第2枚金牌。观看直

播的人们也惊出了一身冷汗——如果再多10米，也许就要被追上了。

虽然这次并非真正意义上击败莱德茨基，但从李冰洁顽强抵抗了200米的表现来看，面对面对面战胜莱德茨基一次，也许用不了等待太久。

决赛换将全力冲金

“我一看中国队的决赛出场名单，就明白要全力拼这块金牌了。”一直关注李冰洁的河北省体育局跳水中心竞训科长王晓玲说。

决赛各队都派出了最强阵容。中国队由获得200米自由泳第四名的杨浚瑄顶替董洁，刚在200米蝶泳决赛中为中国游泳队夺得首金的张雨霏顶替河北选手张一璠，与李冰洁和汤慕涵联袂出战。王晓玲说：“我觉得这个战术安排非常好。当我知道决赛换人的时候，一看杨浚瑄不游100米自由泳

了，就明白要全力拼这块接力金牌了。她和李冰洁是中国队200米自由泳水平最高的选手，而且她游第一棒，李冰洁最后一棒，这个排兵布阵的目的，肯定是让杨浚瑄在第一棒冲一下。事实证明，她在第一棒取得了优势，我们的二棒三棒只要能咬住对手，到李冰洁这一棒交接时还是第一位，我们就有希望。而李冰洁也靠自己的意志坚持到了最后，可以说，这4名运动员都游出了自己最好的水平。”

父母没想到拿了金牌

李冰洁的父母一直在关注着这场比赛，

等到女儿触壁之后，连连说“怎么也没想到拿到了金牌”。

据了解，比赛之前，李冰洁与家里通话时，母亲王伟鼓励女儿一定要全力以赴，各方面细节都要做到位，先把接力比好。夺冠之后，王伟表示，这些孩子们表现太好了，“我们本来想能拿奖牌就很不容易了，怎么也没想到拿到了金牌，还破了世界纪录！”

父亲李健则表示：“破了世界纪录也好，拿到奥运冠军也罢，这一页都已经翻过去了。不管将来的比赛中参加多少项目，每一轮都要全力去拼，体现出中国运动员的精神风貌。”



“哪吒”终闹海 蝴蝶展翅“霏”

五年等待，一朝梦圆。触壁、抬头、挥臂，张雨霏灿烂地笑着，朝着看台上为自己加油的教练和队友们不停地挥手。作为“全村的希望”，这一刻，她做到了！困扰她五年的阴霾，这一刻，烟消云散。

曾一直有种害怕的心理

23岁的张雨霏年少成名，出生于游泳教练之家的她，14岁便进入国家队，主项是200米蝶泳。2015年喀山世锦赛，张雨霏一战成名，200米蝶泳拿到铜牌。随后在女子4×200米自由泳接力比赛中，和队友一起再次站上领奖台。

那年，她只有17岁，第一次参加世锦赛。“一天晚上双铜，两次站上领奖台，感觉一切都太顺利。”这也让张雨霏产生了一种错觉，觉得里约奥运会一样可以站上领奖台。

抵达里约后，她在社交媒体上分享了一组九宫格照片，照片里的她，梳着丸子头，扎着红飘带，并配文道：“我只是告诉你，哪吒该上场了。”

然而，现实是残酷的。里约奥运会，她一败涂地，200米蝶泳仅拿到第六。“我从来没有过，才游了100米，身体就发硬，后面100米我都不知道是怎么游下来的。”

里约的挫败，她刻骨铭心。“对于200米蝶，我一直有种害怕的心理，觉得自己挺怂的，为什么同一个项目害怕这么多。”她不解。

“就像在水里飞一样”

2017年布达佩斯世锦赛前，她心想，自己肯定会落选。结果选拔赛上，100米蝶泳意外涨成绩了，还拿到了人生中首个全国比赛冠军，这也让她重拾信心。

布达佩斯世锦赛稍有起色，随后的雅加达亚运会，张雨霏摘得200米蝶金牌、100米蝶银牌，为自己再次正名。

张雨霏憧憬着，在2019年光州世锦赛大干一场，但等来的却是史无前例的大溃败。比赛中，她在50米蝶、100米蝶和200米蝶三个项目上全军覆没，没有一项进入决赛。其中主项200米蝶成绩，相较于四年前喀山世锦赛摘得铜牌时的成绩，倒退了将近8秒。

对于有些运动员来说，突如其来的新冠疫情导致东京奥运会被迫延期，备战节奏被打乱。但是对于身处谷底的张雨霏来说，延期一年，未必就是一件坏事。

为了让张雨霏重拾信心，教练崔登荣将她主项由200米蝶改成100米蝶。为此，张雨霏没少加练力量和改技术。“很多次夜里感觉肌肉在燃烧，被疼醒。”

改变的过程很难，但效果也立竿见影。去

年在青岛举行的全国游泳冠军赛，张雨霏接连打破世界纪录、亚洲纪录和全国纪录，她形容自己在比赛中的感觉，“就像在水里飞一样”。

哪吒闹海，今年成功！

蝴蝶飞不过沧海，没有人会责怪。但五年前的失利，在张雨霏心里，始终是一道过不去的坎。出征东京，她将五年前自己那根梳着丸子头、扎着红飘带的照片打印出来，挂在背包上。喜欢在社交媒体上分享生活的她，五年前“哪吒该上场了”的动态，依旧处于置顶状态。

“这是五年前的我，对比一下，五年前哪吒闹海，结果没闹成功，被拍在沙滩上，今年成功！”在东京比赛场地完成首次适应性训练后，她霸气十足地说。

霸气源自底气。在来到东京前，张雨霏手握女子200米蝶今年世界最好成绩，女子100米蝶世界第二好成绩。

100米蝶0.05秒憾负摘银，很多人都为她感到可惜，她却不以为然，认为“大家都有机会去赢。”赛后，她露出标志性的甜美笑容对着镜头庆祝，并握拳大喊了一声“加油！”

后来的比赛证明，在经历了100米蝶的淬炼之后，这个被寄予厚望的新一代“蝶后”



张雨霏在比赛中入水。新华社发

已经准备好了展翅高飞。

200米蝶泳半决赛，2分04秒89，今年世界最好成绩！决赛，2分03秒86，奥运会纪录！

当东京水上运动中心本届奥运会第一次为中国游泳升国旗奏国歌，这一刻，她终于和200米蝶达成和解。（新华社）

