



这块金牌，中国柔道队等了整整9年

“9年！终于拿到了！”马振昭刚走下柔道垫，大口喘着气，和教练紧紧拥抱着在一起。

9月26日，这个山东姑娘在柔道女子78公斤级决赛中击败日本选手，获得金牌。

这块金牌的分量远比我们想象的要重——这不仅是中国柔道队在杭州亚运会获得的首枚金牌，也是2014仁川亚运会以后时隔9年，中国柔道队再获金牌。

决赛场上的惊心动魄，至今让人难忘：起初，日本选手高山莉加占据优势位置，抓住马振昭的腰带发起猛烈攻势。马振昭把自己的重心压低，不给对方留出任何发力的角度。

经历了多个艰难的防守时刻，双方进入加时赛，并且都面临一个轻度犯规就被直接判负的紧张境地。如履薄冰的马振昭，没有采取保守战术，在加时赛3分7秒，她一个漂亮的扫腿，将对手控制在地，获得一本胜利。

走出赛场的马振昭恢复了淡定，一如她冷静的比赛风格。“我今天一直在叮嘱自己要镇定。我想今天就胜在意志力，不服输、不放弃，一往无前。”

5年前在2018年雅加达亚运会上，马振昭同样遇上日本选手，最终落败、获得铜牌，她还记得当时的不甘心。“最近我们在绍兴训练近一个月，专门针对日本和韩国的选手，训练了把位技术和防守能力。”

她说，这次打起二百分的精神，抱着全力以赴的心去应对，从赛前准备一直走到冠军，“付出总有收获”。距离2024巴黎奥运会还有不到一年的时间，本届亚运会是奥运资格赛，也像是运动



员们的“中考”。“我们也想验证一下，自己在亚洲是什么水平，究竟能不能走向世界。”

目前，马振昭的世界排名在第五位，“接下来还有很多积分赛要打，要努力向上爬到更高的位置，为奥运会做准备。”

记者注意到马振昭的双膝缠紧了绷带，此前，在2019年世锦赛的小组赛上，她与对方选手角力，出现膝盖韧带断裂。随后经历了手术和恢复期，这段低潮期带给她很大的压力。“现在心理上已经克服了（伤病），也跟着康复团队做了专门的训练，来加强膝盖的稳定性。”她说，“虽然有低潮、有伤病，但是能反过头来，再走向成功，就是一段难忘的故事。”

据潮新闻

国乒女团3：0战胜日本队 拿下亚运五连冠

在26日下午进行的杭州亚运会乒乓球女子团体决赛中，中国队3：0战胜日本队，摘得金牌，拿下亚运会五连冠。这也是国乒在本届亚运会中斩获的第一枚金牌。

之前的半决赛中，由孙颖莎、王曼昱、陈梦出战的中国队，以3：0轻取泰国队。老对手日本队则是用时近3个小时，以3：1战胜韩国。

日本名将伊藤美诚缺席本届亚运会，但早田希娜、平野美宇、张本美和等选手组成的日本队还是有着不错的实力。半决赛之前，他们一路3：0晋级。

决赛中，中国队率先派出孙颖莎，日本队则派出早田希娜。

首盘比赛一上来，孙颖莎很快进入状态，以11：6拿下第一局。第二局比赛双方进入僵持阶段，不过孙颖莎

还是以12：10拿下。8：11丢掉第三局后，孙颖莎迅速调整状态，以11：9取胜，帮助中国队大比分1：0领先。

第二盘比赛，陈梦对阵平野美宇。双方首局陷入胶着，陈梦以12：10拿下关键一局。第二局和第三局，陈梦处于被动局面，以8：11、7：11连丢两局。

第四局，陈梦逐渐找回节奏，以11：8扳回一局。关键的决胜局，陈梦以11：5顺利拿下。中国队2：0日本队。

第三盘比赛，王曼昱对阵张本美和。首局王曼昱6：11先丢一局，第二局以11：4轻松取胜。第三局，王曼昱以11：7再下一城。第四局中，王曼昱13：11取胜。

最终，中国队以3：0战胜日本，拿下杭州亚运会乒乓球女子团体项目冠军，实现亚运五连冠。 据中新网

杭州奥体中心游泳馆升国旗奏国歌 这位舟山姑娘见证夺冠时刻



杭州亚运会开幕后的每个比赛日，杭州奥体中心游泳馆都有金牌产生。至9月25日晚，中国队拿到了11枚游泳金牌。舟山姑娘陶诗洁与现场观众一起见证了这些摘金时刻。

说起开幕式后第一个比赛日，中国队游泳健儿们勇摘7金，陶诗洁无比激动，“一场场比赛中，中国运动员率先触壁拿下冠军，观众席爆发出雷鸣般的掌声。听着国歌一遍遍响彻游泳馆，我每每激动得快跳起来了。”

28岁的陶诗洁是国网舟山供电公司一名技术人员。她以技术官员服务工作人员的身份参与杭州亚运会。不少人会好奇，一名供电公司技术人员怎么成为亚运赛事工作人员的呢？有门槛吗？

面对记者的疑问，陶诗洁自豪地笑了：“我曾经也是一名游泳运动员，退役后我在业余时间考取了国家一级游泳裁判员资格证，而且我英语还可以，因此有幸被借调到这里，参与游泳、跳水、花样游泳和亚残游泳项目的运动队和技术官员服务工作。”

这项工作，在陶诗洁看来就是做好技术官员的后勤保障。她掰着手告诉记者：“现在正式比赛了，我要对接技术官员住宿、交通、热身、抵离、报销等事务。此前的四次测试赛，运动队的这些事务，我也要负责，算算已经累计服务运动

员300余人次、技术官员200余人次。”

小到问路大到报销、住宿事务，但这些远没有听着这么简单。陶诗洁认为，正是自己运动员的豪迈性情、较强的沟通能力，让她胜任了这份工作，并得到了亚运会技术官员服务组织的肯定和表扬。

游泳馆正式比赛前两天，陶诗洁和同伴接到了一个棘手的任务：临时通知几位国际技术官员第二天开会。由于国际技术官员不使用微信交流，远距离沟通非常困难，陶诗洁就提议给每位国际技术官员发邮件，提供开会地点、交通方式以及司机的电话，并通过绘画的方式将线路画出来附在邮件里。

“同伴们觉得这个方法不靠谱，但也只能‘死马当活马医’试试看，没想到，我的这些点子都用上了。有2位当晚回复了邮件，第二天大家都顺利到了会议现场。其中有个小波折，一位国际技术官员错过了班车，他打电话联系司机，最后我们还是顺利接到了他。”

4月13日到9月25日的165个日夜，陶诗洁回家的次数屈指可数，又因为爱人是警察，两人忙得一天都通不上一次电话，“我非常想家，但看到赛场上运动健儿们奋力拼搏为国争光，一下子就又有激情，何况自己曾经也是一名运动员，身上有运动员坚持不懈的精神。”

在接下来的赛事中，除了游泳，陶诗洁还要服务花样游泳、跳水、亚（残）运会游泳的技术官员，想到还能见证更多夺牌时刻，她忍不住举着双手为中国队呐喊：“中国队加油！你们都是好样的！”

（舟山市新闻传媒中心亚运前方融媒报道组记者 高阳）

奖牌榜

名次	国家/地区	金	银	铜	总数
1	 中国	53	28	13	94
2	 韩国	14	16	19	49
3	 日本	8	20	18	46
4	 乌兹别克斯坦	5	6	11	22
5	 中国香港	5	4	10	19

截至昨晚9点30分

今日看点

观赛日历

9月27日(周三)  47枚金牌
*所有时间均为北京时间

战胜白血病的 池江璃花子回归了



时间	项目	比赛名称	比赛场馆
15:00	体操	 女子全能决赛	黄龙体育中心体育馆
18:30	曲棍球	女子预赛B组:中国-哈萨克斯坦	拱墅运河体育公园体育场
19:00	水球	女子循环赛:中国-哈萨克斯坦	黄龙体育中心游泳馆
19:25	三人篮球	女子循环赛A组:中国-印度	德清地理信息小镇篮球场
19:30	游泳	 女子100米蝶泳决赛 日本游泳运动员池江璃花子回归泳池	杭州奥体中心游泳馆
19:50	三人篮球	男子循环赛C组:中国-马来西亚	德清地理信息小镇篮球场
20:00	篮球	女子预赛A组:中国-蒙古	杭州奥体中心体育馆

*如有调整以当日赛事实际安排为准