



郭金城 50 米换一次气

“涡轮增压”的“无臂飞鱼”

杭州第四届亚残运会正在如火如荼地进行，中国残疾人游泳运动员郭金城的一段比赛视频在网上热传：高频摆腿自带“涡轮增压”般的加速，被称为“无臂飞鱼”的他，以50米几乎不换气的方式，打破了自己创造的亚残运会纪录，拿到冠军。

在10月23日进行的杭州亚残运会男子S5自游泳50米决赛中，郭金城出发动作并不算快，但入水后“涡轮增压”般的加速让他慢慢拉开了与第二名的距离，最后，郭金城用头触壁，以30秒01的成绩夺冠，并打破了他在当天预赛中创造的30秒28的该项目亚残运会纪录。

但郭金城还是仍然有点小遗憾，“中途换了一口气，要不然就能打破自己保持的世界纪录。”郭金城赛后说。

今年8月，在英国曼彻斯特举行的2023年残疾人游泳世界锦标赛上，郭金城首次游进30秒，以29秒78的成绩打破世界纪录，勇夺S5级50米男子自由泳冠军。

郭金城6岁时，因为一次意外失去双臂。2012年秋天，12岁的郭金城被河北省残疾人游泳队选中，开启了运动生涯。郭金城说，游泳给他的人生打开了一个新的窗口。但是他告诉记者，自己并不是一开始就能游这么快，背后离不开大量的努力与付出。

有几次参加比赛，郭金城都与冠军失之交臂，巧合的是，他几乎每次都是因为慢了0.2秒。

如何打破“魔咒”呢？“憋气是最好的提速方式。”采访过程中的郭金城，阳光开朗，脸上洋溢着自信，他说，自己开始横下心来练习憋气。

“我就给自己计时，最开始是30秒，后面慢慢适应了，憋气的时间就一次比一次长。”郭金城表示，这方面，自己吃了很多苦头，“为了提速，每天要坚持训练6个小时。”

就这样，郭金城慢慢从只能憋气一分钟延长到近两分钟，游50米也慢慢从需要换三次气到只需要换一次气，状态好的时候甚至不用换气。

这次的杭州亚残运，郭金城除了获得S5自游泳50米金牌，还获得

S5仰泳50米银牌。

仰泳对于没有双臂的运动员来说，最大难点是出发。无法抓住泳池跳台栏杆，只能采用嘴咬毛巾的出发方式——运动员用牙齿紧紧咬住毛巾，教练用力拉住毛巾的另一头，当出发口令响起，运动员同时松嘴、蹬腿，跃入水中。郭金城说，与教练的配合需要千锤百炼，现在仰泳的出发已经很顺畅了。

最后的冲刺方式是用头撞向池壁。郭金城表示，一开始练习时，头顶常常起包、出血，后来练多了，慢慢习惯了，也会适当控制撞击的力度。“但像亚残运会、残奥会这种世界性大赛，输赢就在零点几秒，没有人会在最后冲刺时刻保留、控制，都是咬着牙奋力撞上去。”

对于网友评论他的双腿是“涡轮增压的小马达”，郭金城咧嘴笑了起来，“都是网友的夸赞，没有这么夸张。”不过他说，倒是希望能够用自己的经历，告诉残疾人朋友。“每个人都能在自己的生活中出彩，做一回属于自己的英雄。”（东番）

欧冠 曼城“教学”年轻人 米兰“零落”大巴黎

北京时间10月26日，在欧冠足球联赛G组第三轮的较量中，英超曼城以3比1客场击败瑞士伯尔尼年轻人，收获小组三连胜；意甲AC米兰队客场0比3完败给法甲巴黎圣日耳曼队，大巴黎就此占得F组头名位置。

由于本周末就将在英超赛场迎来“曼市德比”，此役曼城把不少主力都留在了替补席上。大雨中，曼城上半场未能有所建树，但易边再战仅3分钟就打破僵局。迪亚斯的头球被主队门将封出，阿坎吉禁区内补射命中。然而，曼城仅仅领先了4分钟，年轻人就由埃利亚挑射破门将比分扳平。15分钟后，哈兰德的点球命中帮助曼城2比1领先。第86分钟，哈兰德梅开二度，曼城最终3比1“教学”年轻人。

曼城目前以9分在G组领跑，同组的德甲莱比锡红牛本轮主场3比1击败塞尔维亚贝尔格莱德红星，以6分位居第二，红星和年轻人同积1分。

在F组中，本轮远征的米兰0比3“零落”大巴黎，姆巴佩、穆阿尼、李刚仁先后为大巴黎建功。在英超纽卡斯尔联本轮0比1主场败给德甲多特蒙德的情况下，大巴黎抢过F组头名。多特和纽卡都是1胜1平1负积4分，落后大巴黎2分，曾7次称雄欧冠的米兰则2平1负垫底。

另外，西甲巴塞罗那本轮2比1力克乌克兰顿涅茨克矿工，三连胜位居H组第一。H组的葡萄牙波尔图客场4比1大胜比利时安特卫普，以3分之差暂列次席。荷甲费耶诺德本轮主场3比1送走意甲拉齐奥后以6分位列E组头名，苏格兰凯尔特人本轮2比2战平西甲马德里竞技后收获本赛季欧冠小组赛首个积分。（东番）



女子三人篮球 赛季最有价值

北京时间10月26日，国际篮联宣布，中国女子三人篮球队队员王丽丽当选2023赛季女子三人篮球系列赛最有价值运动员。这是中国三人篮球队首次获此殊荣。

国际篮联在公告中称：“经过球迷和球员投票，中国女子三人篮球队的王丽丽，当选2023赛季国际篮联女子三人篮球系列赛最有价值运动员。”

现世界排名第三的王丽丽，本赛季共代表中国女子三人篮球队参加9个分站赛，出战40场共拿到217分，帮助中国队三次夺冠。（东番）



世界泳联评选

覃海洋年度“佳男” 麦基翁年度“佳女”

24岁的覃海洋在7月举行的福冈游泳世锦赛上一举夺得男子50、100和200米蛙泳3枚金牌，成为历史上首位在同届世锦赛上包揽蛙泳3个项目金牌的选手。他还打破200米蛙泳世界纪录，并以历史第二好成绩夺得100米蛙泳冠军。世锦赛后，他在成都大运会上摘得5枚金牌。在刚刚结束的游泳世界杯上，他以三站比赛包揽9枚金牌的佳绩成为世界杯年度总冠军。

覃海洋在颁奖典礼上说：“今年对我来说最自豪的事情就是打破了世界纪录，这对我来说是一个惊喜。更重要

的是，我比去年有了更多的进步，这真的让我非常高兴。”

22岁的麦基翁在福冈游泳世锦赛上包揽女子50米、100米和200米仰泳冠军，和覃海洋一样，成为在同届世锦赛上包揽游泳单项3金的运动员。在世界杯系列赛中，她包揽9枚女子仰泳金牌，并在布达佩斯站50米和100米仰泳决赛中，两次刷新世界纪录，将女子50米、100米和200米仰泳世界纪录全部收入囊中，获得世界杯年度总冠军。

此外，世界泳联宣布，其布达佩斯新总部计划于2026年底竣工，明年下半年世界泳联将部分迁至布达佩斯。今年7月，世界泳联投票决定将其总部从瑞士洛桑迁至匈牙利布达佩斯。（东番）