

中国举重队冬训正酣

“增减”体重 “适配”级别

“加油!”“撑住!”记者上周走进中国国家体育总局训练局举重馆,呐喊声与杠铃落地声此起彼伏。中国举重队冬训正酣,队员们“增减”体重以“适配”新级别,是本次冬训的一大主题。

新奥运周期,国际举联对举重级别进行了大幅调整,2028年洛杉矶奥运会举重项目已确定设置男子65、75、85、95、110和110公斤以上级,女子53、61、69、77、86和86公斤以上级,新级别将从2026年8月1日开始启用。级别改变,意味着中国举重队的运动员们将根据队内及自身情况,来选择增重或减重以适应新的级别。

巴黎奥运会冠军罗诗芳倒并不担心:“我大概会定在往上涨的级别,所以对我来说还挺好的,能多吃一点。”罗诗芳笑着说,“多吃的肯定要转化成力量的,我现在已经转化了,已经涨成绩了。”

巴黎奥运会冠军刘焕华也有了明确的计划。“现在我没有很注重在饮食上,更多的就是正常吃,想先把体重稳一下,再压实一点,到后面强度上来之后,再慢慢把体重给涨上去。”

记者在现场看到,除一些奥运



刘焕华(右)在冬训中

冠军外,参与此次冬训的大部分是年轻的新面孔。

刘焕华在训练中不止顾着自己练,也时常给年轻运动员传授一些技术经验。他表示,帮助别人也是自己学习的过程,如果看别人练能发现问题,自己也会对技术动作有更清晰的理解。“这次我们国家队集训基本上都是比我小的队员,他们也很愿意问我一些问题,我也愿意去帮助他们,我们共

同进步。”刘焕华说。

面对一众年轻面孔,两届奥运会冠军李雯雯想起了曾经的自己。“刚开始两周,大家可能都不太敢跟我说话。像我刚来国家队的时候,也不太敢跟大一点的、有点成绩的运动员接触。”她说,“经过两周训练,我觉得年轻运动员非常有活力,带动着我现在也非常有活力,觉得特别想来训练。” (辉毅)



米兰冬奥期间设立休战壁画

2026年意大利米兰·科尔蒂纳冬奥会开幕在即,当地时间2月2日,国际奥委会主席考文垂在奥运村主持米兰冬奥休战壁画揭幕活动并在壁画上签名。米兰冬奥会组委会主席乔瓦尼·马拉戈以及奥运村里的一些运动员也在壁画上签名。

考文垂表示,冬奥会休战壁画象征着友谊、尊重与卓越,她呼吁人们“以家庭般团结和睦的方式”来践行这些价值观。

奥运会举办期间在奥运村设立休战壁画,是延续古希腊奥林匹克休战传统的一项和平活动,旨在传递和平美好的休战理念。2025年11月19日,联大通过了2026年米兰·科尔蒂纳冬奥会和冬残奥会奥林匹克休战决议,呼吁联合国会员国在米兰冬奥会(当地时间2026年2月6日至22日)开幕前七天起,冬残奥会(当地时间2026年3月6日至15日)闭幕后七天止遵守奥林匹克休战,确保运动员和官员的安全通行与参与。(金宝)



姆巴佩(左)与维尼修斯庆祝进球

西甲

姆巴佩压哨“点杀” 皇马嘘声中“奋蹄”

北京时间2月3日,西班牙足球甲级联赛结束了第22轮争夺,凭借姆巴佩最后时刻的点球命中,皇家马德里在主场以2比1险胜巴列卡诺,继续在积分榜上向“领头羊”巴塞罗那施压。

上周中,欧冠联赛阶段末轮,皇马被葡萄牙本菲卡击败,只好连续第二年参加欧冠淘汰赛附加赛。

回到西甲赛场,坐镇伯纳乌的皇马遭遇球迷的嘘声。第15分钟,皇马还是依靠维尼修斯的破门取得领先。巴列卡诺在下半时伊始由德·弗鲁托斯扳平比分。第80分钟,巴列卡诺的西斯对塞瓦略斯犯规,被红牌罚下。比赛进入补时,伯纳乌的嘘声更加刺耳。补时第10分钟,皇马获得点球机会,姆巴佩一蹴而就,将比分定格在2比1。终场前,巴列卡诺球员查瓦里亚与对方球员发生冲突,吃到第二张黄牌被罚下。

皇马目前积54分,继续以一分之差紧追巴萨。(东番)

孙颖莎伤愈归来 亚洲杯首战告捷

北京时间2月4日11时,海南省海口市五源河体育馆,绚丽的灯光在地胶上投下明亮的光斑,三张球台静立其中。孙颖莎从球员通道走出,全场沸腾。她身穿蓝白相间的国家队队服,标志性的黄球鞋,身影比一个多月前在香港受伤时,似乎瘦了些。

时间拨回2025年12月13日,世界乒乓球职业大联盟(WTT)总决赛女单半决赛,孙颖莎因脚伤退赛。当天稍晚,她带伤参加混双决赛,与王楚钦遗憾摘银。赛后,莎莎那句“混双是外战,必须去”的解释,感动了很多人。此后,这位“世界第一”在国际赛场消失了52天。

如今,孙颖莎伤愈复出,在第35届国际乒联-亚乒联盟亚洲杯女单小组循环赛第一轮中,以3比0战胜中国台北队的叶伊恬,首战告捷。

“今天是自己的第一场比赛,也是亚洲杯揭幕战,再回到赛场,对于比赛的新鲜感还在,非常兴奋。”赛后的孙颖莎直抒胸臆。

整个第一局,一号台都弥漫着谨慎的气息。孙颖莎的进攻依旧犀利,但凶猛发力少了;她的步伐依旧迅捷,但侧身抢冲少了。11比8,比分差距不大,但内行都能看出,这是孙颖莎一种克制的、留有余地的掌控——她在用比赛找状态。

“第一局还是没找到舒服的感觉,”孙颖莎说。“比赛前,马琳指导也在提醒我,不要急于求成去找到最好

的状态,还是要一场一场打。”

局间休息,孙颖莎安静地听着马琳的嘱咐,眼神偶尔瞟向看台,沉静得像风暴来临前的海面。

变化发生在第二局,大家熟悉的“暴力莎”回来了。3比3后,孙颖莎没有再给叶伊恬机会,以11比3速胜。

第三局,孙颖莎很快以10比4拿到赛点,不料叶伊恬连追3分。关键时刻,孙颖莎以一记反手结束战斗,仅用时25分钟,就赢下复出首战。

混合采访区早已被记者挤得水泄不通,问题像连珠炮:“莎莎,脚疼感觉如何?”“状态恢复几成?”“海口比赛感受怎样?”

孙颖莎的回答,一如场上的风格,简洁、务实、蕴含力量。

“脚基本没问题了,休息再加上恢复训练,有一个多月了,身体状态没有什么让自己担心的。”“海口空气很好,睡得很安静。”“主要还是通过比赛,检验自己恢复的竞技状态。”“从小组赛开始,一场一场打,发挥出最好水平。”对孙颖莎而言,归来的路,从这场胜利开始,但远未结束,她正向着自己首个亚洲杯女单冠军发起冲击。(冉宇)



孙颖莎在比赛中

73人“终身禁足” 13队“分款双罚”

公安部、国家体育总局、中国足协上月在北京联合召开足球行业“假赌黑”问题专项整治行动新闻发布会,通报公安机关依法严肃查处足球领域赌球、假球等违法犯罪情况,以及中国足协对涉案人员和俱乐部的纪律处罚情况。陈戌源、李铁等73人被终身禁止从事足球活动,天津津门虎等13家俱乐部被扣除2026赛季积分并罚款。

中国足协纪律处罚公告中称,对经人民法院认定构成犯罪的73人给予终身禁止从事任何与足球有关的活动处罚,其中包括中国足协原党委书记杜兆才、中国足协原主席陈戌源、中国男足国家队原主教练李铁、中国女足国家队原主教练郝伟、中国男足原队员秦升。此外,还对艾尔帕提·米吉提等3人给予禁止从事任何与足球有关的活动五年的处罚。

13家受处罚俱乐部包括2026赛季9家中超俱乐部和4家中甲俱乐部。中超俱乐部中,天津津门虎扣10分并罚款100万元、上海申花扣10分并罚款100万元、青岛海牛扣7分并罚款80万元、武汉三镇扣5分并罚款80万元、山东泰山扣6分并罚款80万元、河南队扣6分并罚款60万元、浙江队扣5分并罚款60万元、上海海港扣5分并罚款40万元、北京国安扣5分并罚款40万元。中甲俱乐部中,长春亚泰扣4分并罚款20万元、梅州客家扣3分并罚款20万元、苏州东吴扣3分并罚款20万元、宁波队扣3分并罚款20万元。(迟睿)