



“嗨,加油!”每次试举前都大喊一声为自己鼓劲,6把试举把把表现完美,昨天中午12时,来自番禺的陈燮霞夺得北京奥运会女子举重48公斤级金牌,为中国代表团拿下北京奥运会首金,同时还打破了这个级别的挺举和总成绩的奥运会纪录。陈燮霞夺冠的成绩是212公斤(抓举95公斤,挺举117公斤),这一成绩打破了210公斤的奥运会纪录。陈燮霞在挺举第三把举起了117公斤,这也打破了挺举的奥运会纪录。土耳其选手厄兹坎获得银牌,中华台北选手陈苇绫获得第三名。



陈燮霞在赛后新闻发布会上表情丰富,俏皮可爱。新华社发

陈燮霞 举起中国第1金!



陈燮霞在领奖台上十分开心。新华社发

首金之揭秘现场

最被呵护的一双腿

昨天早上7点刚过,中国举重女队就来到了北京航空航天大学体育训练馆。根据赛程安排,陈燮霞将在早上8点称重,9点热身,10点开始比赛。实际上,中国队已经提前5天作了这样的部署。大战前,陈燮霞的腿成了呵护的重点。昨天上阵前,她进行了20分钟的热身,腿部的热身更是重中之重。中国女子举重队主教练马文辉亲自上阵。推、搓、敲……马文辉的手法相当娴熟。几分钟下来,马文辉已经汗流浹背,但他顾不上擦拭汗水,依旧忙着帮陈燮霞热身。陈燮霞的每一把重量,都是马文辉和举摔柔中心主任马文广商定的。这边陈燮霞刚开始往自己的手上、身上涂抹防滑的镁粉,那边马文广也跑上来,抓起一把防滑镁粉,快步走到陈燮霞身边,一遍又一遍地提醒陈燮霞冷静。直到陈燮霞登上举重台,马文广大喊一声,犹如一位送孩子上学的父亲。

首金之一举成名

这是一个神奇的上午,北航体育馆把我们的希望点燃。广东妹陈燮霞,她以无懈可击的表现获得了中国军团在北京奥运会的第一枚金牌。虽然老山射击馆是本届奥运会第一枚金牌的诞生之地,但是中国军团却将第一枚金牌的“宝”押在了陈燮霞身上。国家体育总局副局长崔大林、肖天赶到北航亲自压阵。

塔伊兰在挺举的意外出局令土耳其队的“双人包夹”战术失败。没了师姐的支持,厄兹坎似乎一下子乱了方寸。她在首次试举86公斤成功后,第二次没有举起88公斤。中国教练组当机立断,将陈燮霞的开举重量

稳当当,响当当

从92公斤降到90公斤。厄兹坎第三次艰难举起88公斤的重量。她的狂喜劲还没过去,陈燮霞首次就轻松举起90公斤。这时,比赛已经完全成为陈燮霞的独角戏。她接连举起93公斤、95公斤,抓举领先厄兹坎7公斤。抓举阶段的比赛结束后,举摔柔中心主任马文广就离开了座位。直到11点30分左右才回来,一副胸有成竹的样子,看来马文广心里有底了。

落后了7公斤、体重又比对手重的厄兹坎,欲在陈燮霞的强项挺举中翻盘。厄兹坎最后一次试举把重量加到111公斤,并极艰难地举成功。她高兴得跳了起来。总重量199

公斤的成绩已经是她的极限,银牌已让她心满意足。随着陈燮霞首次试举举起113公斤的重量,总成绩已经超过处于第二位的厄兹坎9公斤,冠军其实已经到手。但这只是挺举的第一把!陈燮霞轻松解开土耳其的“谜团”。总成绩212公斤、6次试举6次成功——这位来自广东番禺的25岁姑娘以破奥运会纪录的好成绩,为中国军团获得北京奥运会的首枚金牌。马文广赞叹:“在腿部有小伤的情况下,仅仅恢复了28天就以破纪录的成绩拿到金牌,真是奇迹!”刚刚当选国际奥委会副主席的于再清专门到现场为陈燮霞颁奖。射击首金旁落的中国军团,可以松口气了。

首金之幕后花絮

方便面鸡汤海虾海参制成

按照规定,举重运动员在赛前都要称体重。一般而言,选手为了能够尽量减轻体重都在称体重之前不吃饭。不过,在体重称完之后,教练员都会为运动员准备一点食品充饥。在昨天上午比赛开始前,陈燮霞的教练就为其准备了一碗热腾腾的方便面条。别看是方便面,但配以鸡汤和海虾与海参后,绝对是美味。而陈燮霞也没有辜负教练的苦心。在随后的比赛中以破奥运会纪录的成绩为中国体育代表团夺得了北京奥运会的首枚金牌。

马文广有了生日礼物

昨天是举摔柔竞技中心主任马文广52岁的生日。陈燮霞当天上午夺得的这块金牌可以算是马文广收到的最好的生日礼物。自从女子举重项目进入到奥运会后,女子举重队一直都是中国体育代表团中的夺金主力部队。这一次,中国的女大力士又为中国夺得了北京奥运会首金。这一成绩让马文广喜上眉梢。赛后,马文广说,这是过得最高兴的一次生日。他更希望陈燮霞的开门红可以为中国举重队在接下来的比赛中带来更多的喜悦。



92公斤就像一道闸

离开举重台时,塔伊兰还低头亲吻了杠铃。卫冕冠军塔伊兰被压力击垮了。陈燮霞的92公斤重量就像一道闸。另一位实力不俗的泰国选手汶披塔也在抓举比赛中与塔伊兰一样,3次抓举84公斤都没有成功。好一招“不战而屈人之兵”。眼见自己最强大的对手被淘汰,陈燮霞将自己第一次抓举重量从92公斤改为90公斤,稳当地举起了第一把,踏踏实实地向中国军团第一金。中国女举的主教练马文辉说,中国队充分吸取了上届奥运会“大热倒灶”的教训,确实在方方面面下足了工夫,抢下了这枚沉甸甸的金牌。

首金之夺冠特写

“嗨,加油!”

昨天上午结束的北京奥运会女子举重48公斤级比赛中,中国选手陈燮霞以领先第二名13公斤的成绩夺冠。这是中国代表团在本届奥运会上获得的第一块金牌。每次上场前,陈燮霞都会大喝一声。赛后,她表示:“这是用自己的方式在为自己鼓劲。”陈燮霞对记者说:“其实我喊的就是,嗨,加油!”陈燮霞腼腆地笑了:“不是家乡话,可能我们喊的别人都听不懂。”陈燮霞说:“比赛时,没有想过金牌,还是首金,只是想把她们都比下去。比赛完后知道这是中国队首金,感到很开心。”据新华社电

首金之揭秘战术

4年前的雅典,土耳其名将塔伊兰击败中国的李卓,夺取奥运会女子举重48公斤级金牌。昨天上午,塔伊兰被陈燮霞第一次抓举申报的92公斤的重量所压倒,竟然没能得到抓举成绩,刚出场就被完全淘汰。

一身红衣的卫冕冠军塔伊兰第一次抓举申报的重量是84公斤,这只能算是她很普通的成绩。雅典奥运会上,她曾经举举过97公斤的重量。第一次试举,塔伊兰的表情有些严肃,杠铃还没有过肩就失败了。第二次,塔伊兰在握住杠铃前,来了一次深呼吸,并闭上双眼,再发力却竟然软绵绵地掉了下来。第三次,塔伊兰连再举的斗志都没有