

岩壁“飞人”

邓丽娟、伍鹏双双摘银，中国攀岩奥运历史性突破

北京时间7日，邓丽娟在巴黎奥运会女子速度攀岩比赛中夺得银牌，这是中国队首枚奥运会攀岩项目奖牌。8日，伍鹏在巴黎奥运会男子攀岩速度赛决赛上，再夺一枚银牌，为中国队首次夺得男子攀岩项目奥运奖牌。



邓丽娟在比赛中

新华社发(PPOOL 照片/迈克尔·里夫斯)



伍鹏在比赛中

新华社发(PPOOL 照片/迈克尔·里夫斯)

邓丽娟：两大秘诀助她“爬得比跑得快”

速度攀岩在高15米的攀岩墙上进行，赛道由20个大手点和11个小脚点组成，选手借助这些岩点向上攀登。这一赛道男、女选手通用、全球统一，在任何标准速度攀岩比赛中都是一样的。奥运会进入八强阶段后，两条并置的赛道上各有一名选手，两两对决，一攀定胜负，谁快谁赢，胜负一眼便知。因此，速度攀岩也被称为岩壁上的“百米飞人大战”。

对手哭成泪人 她主打一个情绪稳定

24岁的邓丽娟当天在八强赛中先是以0.006秒的优势战胜印度尼西亚名将德莎克，6秒36的成绩也刷新了她的个人最好成绩。顺利通过半决赛后，邓丽娟在金牌决赛中对阵在本届奥运会上创造世界纪录的波兰名将米罗斯瓦夫，最终以6秒18完赛，再次创造个人最好成绩，也刷新了亚洲纪录。米罗斯瓦夫的夺冠成绩是6秒10。

看了邓丽娟的比赛视频，网友们惊呼“她爬得比我平地跑得都快”。赛后，邓丽娟透露了自己比赛时的一些神秘技能，揭秘了现实版“蜘蛛人”是如何炼成的。

首先，她能“闭耳塞听”。

在女子速度攀岩比赛中，6秒多的时间段里，一点失误就可能瞬间葬送比赛。现场观众的呐喊更是如山呼海啸，许多人还会跺脚，坐

在看台上都能感受到脚下在震动。重压之下，比赛结束那一刻，冠军和季军都哭成了泪人，邓丽娟却带着一脸“人畜无害”的笑容站在一旁，主打一个情绪稳定。

“我比赛时什么都不会想，其实是好多时候脑子来不及思考，就已经开始爬下一趟了。”她说，“决赛那趟，我也没有太多情绪，耳朵里也什么都听不到。”

“心态对速度攀岩的影响是巨大的。”中国攀岩队速度组主教练钟齐鑫解释，由于速度攀岩持续时间非常短，也没有第二次尝试机会，因此容错率极低，运动员要承受巨大压力，也极易被现场的任何风吹草动影响。在这种情况下，强大的心理调节能力，反而成为了邓丽娟独特的优势。“我有时候都很佩服她。性格不悲不喜的，还特别能忍耐。”回顾备战历程，邓丽娟的主管教练张宁说。

敢于挑战男子动作的 “大排量越野车”

不过，邓丽娟也不是没有着急的时候。今年年初，记者探访冬训，她正在改技术动作，并且陷入了瓶颈，平时能顺利通过的岩点却抓不住，过不去了，急得她下来一趟甚至会大喊：“我想把那个(岩)点拆了！”

改动作是为了提高攀爬效率。“理想的速度攀爬是沿着一条直线

向上，身体不出现太大左右摆动，这样肯定最快。”张宁解释说，如果女选手想要更快，学习男子动作便是一种必然。但这也意味着，一次发力需要跨越更远的距离。“一开始太难了，我肩膀还有伤，改了反而不如没改快，还和张教练吵了一架。”邓丽娟说。

但张宁对邓丽娟有信心，因为他一开始看中邓丽娟，就是她敢做男子动作，“如果把速度选手比作车，有的人是超跑，邓子(邓丽娟)就是大G(硬派越野车)，大排量那种。”张宁说。根据中国自主研发的影像学技术诊断系统，队伍为邓丽娟优化了攀爬路线，有针对性地制定康复计划，加强她左肩的肌肉力量。

7日的比赛中，邓丽娟在八进四轮对阵自己的世锦赛和亚运会“苦主”、印尼选手德莎克，两人出发后齐头并进，直到邓丽娟祭出那个折磨了她很久的窜跳动作后，才以0.006秒的微弱优势战胜对手。

邓丽娟的个人最好成绩在奥运会前一直徘徊在6秒4几，此次奥运会，她从资格赛起就连续刷新这个数据，直到爬出了6秒18。这一成绩将她的个人最好成绩提升了将近0.3秒，也超过了奥运会前的世界纪录。

所以，“蜘蛛人”的第二个秘籍，是她敢于挑战女子项目男子化，以及背后有人愿意支持她的野心。

新华社记者 王沁鸥、王梦、卢星吉

伍鹏：半路“出家” 夺金仅差0.02秒

8日，在巴黎奥运会攀岩男子速度赛中，印度尼西亚选手莱昂纳多获得金牌，中国选手伍鹏获得银牌，美国选手沃森获得铜牌。这是中国攀岩队继前一天在女子速度攀岩项目上历史性地夺得第一枚奥运奖牌之后，首次夺得男子项目奥运奖牌。

本次比赛强手如林，世界纪录保持者、美国名将沃森在比赛中将自己保持的世界纪录4秒79提高到了4秒75，是夺冠的头号大热门。伍鹏在当天的半决赛上与沃森狭路相逢。有一颗大心脏的伍鹏不畏强手，以4秒85对4秒93，将沃森淘汰出局，闯入决赛。决赛遇到了亚洲纪录保持者，27岁的印尼名将莱昂纳多。伍鹏继续高水平发挥，创造了个人最好成绩4秒77，仅比莱昂纳多的夺冠成绩4秒75慢0.02秒，获得银牌。但这已经是中国攀岩首次夺得奥运会男子项目奖牌。

今年22岁的伍鹏，最早练的是柔道。15岁那年(2017年)通过跨界跨项选材进入湖南省攀岩队，开始攀岩训练。伍鹏最初练的是攀岩的三项全能项目，从2019年底开始专注于速度攀岩。

自2022年开始参加世界杯攀岩分站赛以来，伍鹏在已参加的10站世界杯比赛中，8次进入决赛，4次站上领奖台，2次夺冠。此外，伍鹏参加过一次世锦赛并进入决赛。

在今年举行的奥运会资格系列赛布达佩斯站男子速度攀岩半决赛上，伍鹏创造了4秒83的个人最好比赛成绩，刷新了该项目全国纪录，同时平了由莱昂纳多在奥运会资格系列赛上海站比赛中创造的该项目亚洲纪录。

中国青年报记者 慈鑫