

国家步手枪射击队训练赛模拟世界杯节奏

梁 琰

“今天你准备好像比赛一样训练了吗？今天你做到了像比赛一样训练了吗？”每天进出训练馆，国家步手枪射击队队员们都能看到这两句标语，用来提醒自己。在南美洲举行的两站世界杯开赛在即，国家步手枪射击队抓住最后的备战冲刺期举行联合训练，队内训练赛模拟世界杯比赛节奏，让队员们充分调整状态。

3月19日，手枪队举行了男、女10米气手枪队内训练赛。上午9时，队员

们在资格赛馆进行60发射击的资格赛比拼，前8名获得决赛资格。

国际射联大幅调整比赛规则后，允许在决赛阶段播放背景音乐，同时鼓励观众鼓掌欢呼。为了让运动员们全面适应比赛环境，队伍在资格赛馆的训练和比赛中也会播放相对动感的背景音乐，训练队员的专注度。

队内训练赛的决赛馆是2008年北京奥运会的比赛场馆，庞伟、杜丽、郭文珺等一批射击队老将在此捍卫了奥运会主场荣耀，场馆局部依稀可见北京奥运会元素。当日11时15分和12时，

男、女10米气手枪决赛分别在此打响，男、女运动员同场竞技，谢瑜、姜冉馨等熟悉的面孔悉数在列。

“首先让我们来介绍一下参与本次决赛的8位运动员；让我们用热烈的掌声恭喜这名运动员……”场馆现场的中英双语播报全面模拟正式比赛，赛前介绍时现场主持人会播报每位运动员的过往最好成绩，运动员们鞠躬示意。每当决出名次时，现场的“观众（教练、工作人员、媒体记者）”也会以掌声祝贺，可以说队伍已经在全方位模拟比赛节奏。

调整呼吸，举枪瞄准，扣动扳机，比赛场上，队员们调动专注力，将训练赛当做正式比赛来打。决赛结束后，巴黎奥运会冠军谢瑜对自己的发挥不够满意，他与主管教练进行了动作细节和心理状态等方面的沟通，直到下一场决赛开始前才离开决赛馆。

国家步手枪射击队的队内训练赛将持续至3月26日，即队伍出发前往阿根廷世界杯的前一天，而诸如此类的比赛准备，将会持续到比赛开始前最后一刻。



余依婷在比赛中。新华社记者 雒圆摄

游泳春锦赛第二日

刘培鑫游出个人最好成绩夺冠

本报青岛3月19日电 记者李东烨报道：今日，2025全国春季游泳锦标赛在青岛进入第二个比赛日。山东小将刘培鑫主场作战，在男子400米自由泳项目中游出3分46秒80的个人最好成绩夺得金牌。

在男子400米自由泳预赛中，湖北小将徐海博以3分50秒88的成绩总排名第一，刘培鑫游出3分52秒27的成绩总排名第三位，都进入决赛。决赛开始，刘培鑫反应迅速，率先占据领先位置，并将优势保持到了最后。最终，刘培鑫率先冲线，游出3分46秒80的个人最好成绩夺得金牌。浙江队选手孙杨摘银，湖北小将徐海博收获季军。赛后，刘培鑫表示：“这场比赛发挥比较好，比较幸运（夺得金牌）。今年冬训和往年不太一样，训练得更扎实了，所以游得也比较有信心，主要在有氧能力方面多下了一些功夫。这枚金牌也是对自己的激励，是对之前训练的肯定，也让自己对后面的比赛更有憧憬。”

在其他几项比拼中，湖北名将孙佳俊在男子50米蛙泳中以26秒85的成绩夺得他本次比赛的第二枚金牌。浙江小花余依婷在女子50米蝶泳中以25秒73的成绩折桂，队友吴卿风游出个人最好成绩25秒97摘银，山东小将王一淳26秒01收获铜牌。男子100米仰泳决赛，陕西小将姜呈霖游出54秒67的成绩将金牌收入囊中。女子200米蛙泳金牌归属云南队朱蕾桔，成绩为2分27秒87。湖北选手杨佩琪在女子800米自由泳中突破自己，游出8分19秒45的个人最好成绩登上最高领奖台，该成绩也让杨佩琪成为亚洲第四位游进8分20秒的女选手。

金牌进账 余依婷游得更更有底气了

本报记者 李东烨

“终于见到金牌了。”赛后，浙江名将余依婷发出感慨。

3月19日，2025年全国春季游泳锦标赛第二比赛日，余依婷在女子50米蝶泳决赛中率先冲线，游出25秒73的成绩。“50米蝶泳算是我比较轻松的一项了，也是我喜欢的项目，所以会抱有期待，今天也全力准备了，虽然最后没达到个人最好成绩，但整体也是满意的。”赛后，余依婷开心地说道，“算是一扫前一日的‘阴霾’吧，今天确实奔着金牌去的，感觉拿完金牌后（自己）更有劲了。”

前一天的比赛中，余依婷参加了女子100米自由泳、200米混合泳两个项目的角逐。她在女子100米自由泳决赛中游出54秒04的个人最好成绩摘得银牌。十分钟后，余依婷又出现在了女子200米混合泳决赛泳道，中间只隔了一场男子100米蝶泳决赛。

女子200米混合泳决赛，余依婷位于第四泳道。第一个50米余依婷处于领先位置，但转身身后她渐渐失去优势，最终以2分12秒47的成绩收获本次比赛的第二枚银牌，比她之前预赛的成绩慢了0.67秒。“确实（间隔时间）太短了，还是尽力了，说实话最后拼的时候，我也能感受到身体到达一种非常极限的感觉了。”余依婷在赛后表示，这是她第一次感受比赛时间挨得这么近的两个项目，“100米自由泳其实游出了我个人最好成绩，比完确实比较累，200米混合泳下去的第一个50米就有点疲劳，没有把优势比出来。”

“这次比赛主要是以赛代练。”谈起后续全国冠军赛和全运会的目标，余依婷说，希望把自己能够抓住的几个优势项目发挥好，“我对混合泳还是很有信心的。”

本次比赛，余依婷共报名了11个项目，也是此次比赛报项最多的选

手。余依婷笑称这是教练对她的要求：“教练说我要想来比赛，就要报够10个项目。毕竟我的主项是混合泳，所以要各个泳姿都兼顾到，也希望去尝试一些没有游过的项目。其实，很多项目我从来没有参加过，我觉得还是想摸个底。200米蝶泳和400米自由泳确实是我的一个心理障碍，有点不敢去游，所以这次要克服一下。”对于这次参赛的目标，余依婷打趣道，“就是要把11个项目都游完，希望自己不要生病，不要影响到后面的比赛。”

余依婷根据本次比赛的状态，制定了本赛季的目标，“这次比赛也发现今后自己要在体能上包括陆上训练要有所加强，赛前并未对这场比赛做太多调整，我觉得在冠军赛或者者全运会上还是很有希望突破自己的最好成绩。的主攻方向的话还是以混合泳为主，蝶泳是辅助项目。”

（青岛3月19日电）

而且主力框架除了中卫位置外也没有太多的伤病。这让国足可以一个相对完整的阵容出征客场。进入18强赛后，主帅伊万科维奇大量启用年轻球员以保证自身的战术打法能够更好地得以贯彻。许多年轻球员虽然国际比赛经验并不多，但表现超过了预期，国足的成绩也有了保证。年轻加拼劲，也成为了这支国足的标签和争胜的保证。

国足主帅伊万科维奇曾经在西亚执教多年，对西亚足球的了解也是他的优势之一。其实当初选择伊万科维奇作为国足主帅，一个原因是他曾经在中超执教，了解中国足球，二也是看中他在西亚的执教经验。新人塞尔吉尼奥的加入会让中国队的进攻更有条理，也更具威胁。有了他在中场的梳理，国足锋线会有更多“吃饼”的机会。国足的进攻也会实现从被动等待机会到主动创造机会的转变。

展现自我，放手一搏，国足并非没有机会拿到想要的结果。

乒乓球澳门世界杯参赛球员名单公布

本报讯 国际乒联3月18日公布2025年澳门国际乒联男子及女子世界杯参赛球员名单。澳门世界杯将于4月14日至20日在中国澳门银河综艺馆举行。届时，来自五大洲的男、女各48位顶尖运动员将向冠军发起冲击。

中国队方面，王楚钦、孙颖莎领衔10人的参赛阵容。男单由林诗栋、王楚钦、梁靖崑、林高远、黄友政出战，女单参赛选手包括孙颖莎、王曼昱、王艺迪、陈幸同、蒯曼。

其他协会也都尽遣主力。日本队将派出张本智和、篠塚大登、户上隼辅、宇田幸矢、张本美和、早田希娜、伊藤美诚、大藤沙月8人参赛。韩国队的参赛阵容包括安宰贤、赵大成、张禹珍、吴晙诚、金娜

英、李恩惠、申裕斌、徐孝元共8人。中国香港队为黄镇廷、杜凯琹两人。中国台北队由高承睿、林昀儒、郑怡静、简彤娟、黄怡桦5人出战。此外，法国队勒布伦兄弟、巴西选手卡尔德拉诺、德国选手弗朗西斯卡、奥恰洛夫、韩莹，尼日利亚选手阿鲁纳，瑞典选手卡尔伯格、莫雷加德，罗马尼亚选手斯佐科斯，印度选手巴特拉等也将悉数登场。

本届世界杯采用两阶段赛制。第一阶段选手将被分为16个小组、每组3人，进行单循环赛。种子排名将根据2025年4月8日的世界排名确定，确保最高排名选手合理分布。赛事第一阶段每场比赛为4局制，第二阶段比赛将变为7局4胜制。（李雪颖）

跆拳道全锦赛第三比赛日精彩纷呈

本报讯 2025年全国跆拳道锦标赛系列赛19日在世界跆拳道无锡中心馆进入第三个比赛日的角逐。当天的比赛争夺激烈、精彩纷呈，福建队最终获得2金，浙江队和陕西队各获1金。

男子80公斤级决赛在福建队蔡兆勋和甘肃队王郭清之间展开。面对身高腿长且力量强的对手，蔡兆勋充分发挥自己的速度优势，把控进攻与防守的节奏，直落两回合拿下冠军。北京体育大学队崔阳和新疆队赵俊博获得季军。

男子63公斤级决赛由北京队胡文浩对阵福建队黄锦松。前两回合双方平分秋色，在关键的第三回合中，黄锦松连续在中高位取得得分，尽管胡文浩在高位颇具威胁，但黄锦松凭借灵活的步伐和严密的防守，将优势保持到最后，摘得该级别金牌。内蒙古队的车品毅和

福建队选手吴德超获得铜牌。

浙江队选手傅晓璐凭借自己充满力量的前腿进攻，在女子49公斤级决赛中击败湖南轨道集团队的邱文婷，获得冠军。福建队高楠菁和山东队朱静雨获得季军。

女子67公斤级决赛跌宕起伏。来自北京体育大学的邢佳妮在第一回合末段凭借一记迎击击头先下一城。但陕西选手陈绪堰在第二回合开始便抢攻得分。虽然第二回合仅剩5秒时，邢佳妮顽强地将比分反超，但陈绪堰凭借中段得分再次反超比分，将比赛拖入决胜回合。第三回合，两人比分交替上升，在比赛最后1秒两人还是同分。最终，陈绪堰凭借有效技术得分优势获得冠军。

19日是本次全锦赛的最后一个比赛日。

（苏 畅）

中国足协裁判委员会2025赛季第三期评议结果公布

本报记者 马艺欧

3月18日，中国足协裁判委员会评议组进行了2025赛季第三期（20250304期）裁判评议工作。本期主要评议8个判例，分别来自中甲联赛和女超联赛俱乐部的申诉，最终评议组认定其中有5例错漏判。

本期评议会采用视频会议形式，邀请了中国足协纪检人员和两名来自社会和媒体界的足球社会监督员列席旁听会议，采用评议组成员集体讨论和单独发表意见相结合的形式，其中5例错漏判评议结论如下：

中甲联赛第1轮南通支云与上海嘉定汇龙的比赛第84分钟，南通支云33号队员疑似在本方罚球区内手臂触球，裁判员未判罚球犯规。

于此判例，评议组一致认为：南通支云33号队员手臂触球，其手臂抬起并处于使身体不自然变大的位置，应判罚其手球犯规，并判罚球点球。裁判员临场决定错误，漏判手球犯规和罚球点球。

中甲联赛第1轮深圳青年人对阵佛山南狮的比赛第50分钟，佛山南狮26号队员在对方罚球区内倒地，裁判员未判罚犯规。

于此判例，评议组多数成员认为：深圳青年人26号防守队员对佛山南狮26号两次实施拉扯，第一次并未明显影响后者的移动和争抢球，但第二次深圳青年人26号不以争抢球为目的，对佛山南狮26号实施拉扯并将身体挂靠在后者身上，使后者无法争抢球，破坏了佛山南狮26号明显的进球得分机会。应判深圳青年人26号犯规，罚球点球，并出示红牌罚令出场。裁判员临场决定错误，漏判罚球点球和红牌。

中甲联赛第1轮南京城市对阵大连鲲城的比赛第13分钟，大连鲲

城26号队员在争抢时对南京城市38号队员犯规，裁判员判罚直接任意球并出示黄牌警告大连鲲城26号。

于此判例，评议组多数成员认为：大连鲲城26号在球已离开自身控制范围的情况下，使用腾空飞铲的争抢动作，左腿争抢球的同时，右腿鞋钉朝向对方队员蹬踹，冲撞速度较快，力量较大，已构成危及对方队员安全的严重犯规，应出示红牌将大连鲲城26号罚令出场。裁判员临场出示黄牌的决定错误，漏判红牌。

女超联赛第2轮永川茶山竹海澄狮女足对阵山东体彩女足的比赛第60分钟，永川茶山竹海澄狮女足11号队员在对方罚球区内接队友传球，与对方队员身体接触后倒地，裁判员未判罚犯规。

于此判例，评议组一致认为：永川茶山竹海澄狮女足11号在接队友传球后，试图继续控球，山东体彩女足32号防守时对其实施绊摔，应视为草率犯规，判罚山东体彩女足32号犯规并判罚球点球。裁判员临场决定错误，漏判罚球点球。

女超联赛第3轮广东省女足对阵长春大众卓越女足的比赛第83分钟，疑似处于越位位置的长春大众卓越女足10号队员在对方球门区附近接队友传球，后传球助攻队友得分。裁判员判进球有效。

于此判例，评议组一致认为：长春大众卓越女足传中后，球被守方广东省女足队员触及，该队员在处理此空中球时，没有时间调整身体动作，属于受限的触球，依照规则第十一章，不属于守方有意触球的情况。裁判员和助理裁判员认为攻方传球后守方队员主动触球，因此判长春大众卓越10号不是越位犯规，后续进球有效，该决定错误。应判长春大众卓越10号在越位位置获利，越位犯规，后续进球无效。