



澳网止步八强张帅奇迹终画句号

教练刘硕看台上落泪讲述师徒不易

张帅创造历史 靠他“煲鸡汤”

压力陡增,让本来就内向的张帅变得不自信。连教练刘硕也开始怀疑自己,“我是一个年轻教练,选赛经验不多,特别想在大的比赛中拿大分,有些操之过急,结果是欲速则不达。”

看得出,这是一个菜鸟教练带着菜鸟尝试单飞的过程。这样的故事在职业赛圈很多。不少师徒组合选择分道扬镳,好在这两人坚持了下来。

2012年,张帅还在世界前100外徘徊,刘硕却有机会执教国家队其他球员。刘硕的选择是拒绝。他告诉张帅,他看得到她内在的潜力,希望和她一起把潜力发掘出来。

那时的张帅,仍处在比上不足比下有余的地位。李娜是中国队的头号花旦,彭帅是天津队的当家一姐,张帅作为天津队女二号,日子倒也舒服。

但刘硕给张帅画了一张更大的饼:单飞。除了昔日中国女网四朵金花,还没有哪个小花敢于迈出这一步。毕竟时任国家网球管理中心主任的孙晋芳曾下过断语,排名50名之前别出去,养不活自己。

2013年全运会上,北京青年报记者和刘硕聊天,他又一次说到那时他是怎么鼓励张帅的,“我说张帅,你这几年打球也攒下不少钱了,但你就想这样结束你的网球生涯吗?你现在不出去看看,体会什么是职业网球,以后就再也出不去了。”

单飞的经济压力,刘硕也帮张帅盘算好了,“你有没有勇气,把你现在攒的奖金拿出来当做投资。从现在开始,出去,靠自己打球?”

说这话的背景是张帅在当年的全运会上早早出局,状态差得甚至让对手不知所措。但刘硕那种不知从哪里来的自信,给北青报记者留下了深刻的印象。

刘硕的这张大饼把自己也画了进去。2012年底张帅付诸行动,而刘硕为了张帅,也放弃了体制内的岗位,就此成为张帅的专职教练。

刚开始单飞,张帅就体会到自己太需要钱了。2013年张帅和北青报记者聊起来,还有底气,“今年冬训去美国,就是刷自己的卡。觉得也没什么,信用卡嘛,以后打比赛挣了钱,慢慢还呗。”

后来事情严重了,一轮游才300美元的奖金,不够房费,别说两人的机票了。但刘硕说,不要考虑钱,“我告诉她,自己可以一年不拿工资,我相信她能打出来。”

除了光干活不拿钱,刘硕还负责了订机票、签证、订酒店,想尽办法能省就省。弟子没钱雇不起大团队,刘硕教练、助理、体能师、理疗师一肩挑。

你以为这就完了?刘硕更重要的工作是心理疏导。“我现在安慰人可有一套了。为了鼓励她,我每次都要想用什么样的语言、什么样的故事安抚她的心情。”

比如,“张帅,你就是命硬,每次抽签都遇到这

么强的对手。但总有一天你得到的掌声和鼓励都要比别的人来得更多。”又一次冲击大满贯失败后,刘硕这样说。

比如,“张帅,没有关系,以我对你的了解,要么你就不赢,要么你赢绝对不止一场,你会一直赢下去。”又一次冲击失败后,刘硕这么说。

每一次输球后,从观众席走向球员区时,刘硕心里都在盘算,这次该怎么安慰张帅?“输得多了,有时候自己说出安慰的话都没有底气。”刘硕承认,很多时候他也不知道张帅是否会成功。

“但我要是再不坚定,张帅要怎么办?”

唯有励志。每次逛机场,刘硕都看看励志的好书,再推荐给张帅。一次参加亚洲教练员论坛,碰到昔日名将斯里查潘,刘硕询问斯里查潘在成为TOP10选手前,经历低谷时如何调整。斯里查潘告诉刘硕,最重要的是自己和教练都要有坚定和积极的信念,否则长期的消极,一定无法扛过最艰难的时候。

刘硕把斯里查潘的话记在纸上,并用手机拍下来发给张帅。刘硕的英文不好,但是总结、归纳能力很强。这些顶尖运动员调节心理的方法,给了张帅不少帮助。

这次在澳网,媒体纷纷在听了张帅口中蹦出的金句后“绝倒”。网上也传出了不少张帅熬制的“心灵鸡汤”。但这些鸡汤很多都是刘硕灌输给张帅的。

难得的是刘硕并不居功。2013年他就说过,未来张帅水平上去了,他一定让贤,“我不会让自己的能力差距拖累张帅。”

2014年曾担任李娜、莎拉波娃教练的托马斯,就是刘硕主动接触后,短暂加入张帅团队。

2014年年底,李娜昔日教练卡洛洛曾对张帅进行了短期冬训指导,也给她带来技术上的飞跃。

这么多年坚守,无论张帅还是刘硕,当得起“不容易”这仨字。1978年出生的刘硕,儿子8岁,却一直没有怎么陪伴过,包括两次骨折,刘硕都在外地。这次澳网前,刘硕放假去陪儿子,把张帅放到天津队进行冬训。之后他还在微信中调侃,幸亏张帅这次没跟着我练,终于突破了。

澳网八强,这对张帅是一个重要的分水岭,也是刘硕在自己教练生涯中重要的一步。刘硕说,他看到网上骂他的多了,说赶快换教练的更多,有的还说中国教练就是不行。

“但是张帅一直说,我要证明我的教练是优秀的,外国教练也许很好,但不一定适合我。我也想告诉我的同仁,咱们中国教练也很优秀。现在有很多排名100多的中国选手,也是中国教练和中国网协带出来的。”如今刘硕也喝上了张帅熬的“鸡汤”。

文/本报记者 褚鹏

3场澳网资格赛,5场大满贯正赛,中国的张帅终于停止了脚步。留在澳网的,是她拿下正赛第一轮胜利后抑制不住的泣不成声。

镜头一转,澳网的球员看台上,教练刘硕,一个身高1.8米的大老爷们也哭得稀里哗啦。只有这师徒俩才知道,这期间经历多少次动摇、挣扎,甚至想放弃。

今年38岁的刘硕来自云南昆明。他12岁进入云南省网球队,从省队到国少队、国青队、国家队集训队,刘硕曾被誉为中国最有前途的男子单打选手之一。

他与队友杨净竹、张云虹被称作“云南网坛三剑客”,联手夺得过全国锦标赛团体第三、全运会团体第五的成绩。

退役后的刘硕一直在国少以及国青担任教练,2010年,国家队调整后,刘硕与张帅开始了师徒搭档的关系。那时的刘硕,说实话并没有太多教练的积淀,但他的目标很大。他给张帅制定的目标,是拿到伦敦奥运会的入场券。

彼时的张帅,是当年四朵金花之外,小花中成绩最好的。挂靠在实力雄厚的天津队麾下,张帅吃喝不愁,每年还能在国内大奖赛上拿到不错的名次。

但刘硕希望,张帅的眼界可以更开阔些。当时的奥运会要求,选手的世界排名要到50位左右,张帅当时排名第73位。为了快速提升排名,刘硕说服张帅,飞往世界各地去打比赛。

那是张帅第一次尝到职业化赛圈的味道。旅途奔波不说,从时差、场地到饮食的各种不适应,张帅找不到国内连胜的感觉。打一站比赛才拿到几百美元奖金,还“打不平”训练、住宿和吃饭的开销。

“现在退役? 我不甘心”

预选赛3胜,正赛4胜,张帅的澳网童话,昨天在女单四分之一决赛中止步。两盘不敌英国新秀孔塔后,张帅在赛后温情拥抱对手,送上祝福。这是张帅头一次不再沮丧地结束一站大满贯赛事,她更不必急着给自己的职业生涯画上句号了,“现在再说退役,我就有些不甘心了。”张帅说。

澳网大赛连打8场,张帅的疲惫让所有人看在眼里。“身体哪儿有伤? 哪儿哪儿都不怎么样了,没什么好的地方了。”张帅笑谈。她说,大满贯打到现在,球员们都在靠意志力坚持着,“大家的身体都疲劳。胜利就是最好的补药。”

虽然付出代价不小,张帅开心自己能够拼到现在,“如果第一轮就出局,可能身体哪儿都没伤。这次能从预选赛打到现在,我还是看到了自己努力的结果。因为从前的我,根本达不到在这样激烈的比赛中坚持8场的能力。”

说起自己的体能,张帅说,要感谢这次帮助她的体能师,“体能师是第一次来澳网,他问我,这澳网有多少签位,我说,预选赛96,正赛128,他想了想,行,那咱们至少进前八。”

“还有在日本,他说,咱拿冠军。我都没敢想,去年一年都没拿冠军。我觉得自己的人生就是这么不可思议。14次不胜也是不可思议的。现在连胜了这么多场也是不可思议的。很开心。”

张帅说,她感谢体能师的帮助和神奇的预测。她说,现在之所以不再想退役的事,是因为觉得不甘心,“如果退役了,会成为所有人的笑柄。我不想。也不想当教练、体能师、医生、球迷为我努力之后,因为我的放弃,留下遗憾。这成了我再坚持下去的理由。”

在逆境中,每一个坚持的理由都是那么宝贵。而在熬过低谷后,得到的奖赏也格外丰富。比如奖金,张帅在2015年全部奖金仅为178144美元,约合117.2万元人民币,而此次澳网八强奖金就是40万澳元,约合183.5万元人民币。这也是张帅职业生涯收获的最大一笔赛事奖金。

比如收到费德勒的祝福。“刚刚看到费德勒,他对我说,特别为我开心,也祝福我,说我干得很好。得到了球王偶像的祝福,那种感觉比赢球还高兴。”谈到偶像,张帅的两只眼睛直冒金光,“费德勒人特别好,伦敦奥运会的时候,我鼓起勇气和他拍了张合影,后来他每次见到我都能认得我,跟我say hi!”

比如排名飙升。张帅排名从赛前的第133位,已经来到第64位,超越郑赛赛,成为中国女选手中排名最高

的。“现在我真的可以享受网球了。因为排名高了,很多比赛我可以打上正选了。”

打消了退役的念头,张帅说,她会从澳洲转往美国,接受进一步训练,“我需要一段时间,安静下来,好好思考一下人生。澳网之后,我的想法跟澳网前有些差别了。未来的路怎么走,包括从前的赛事安排也要调整。我想看看我能够再打多高,我对未来还挺有期待的。”

文/本报记者 褚鹏



里约奥运会

奥林匹克公园已近完工

新华社里约热内卢电(记者 姬烨)2016年里约奥运会还有不到7个月即将拉开大幕,里约奥组委26日公布了场馆建设进度月度更新,其中作为赛事核心区的巴哈奥林匹克公园已完工97%,比上月提升了两个百分点。

2014年巴西世界杯足球场建设普遍延期,一些当初承诺的基础设施和交通项目甚至至今仍未完工,这让巴西办赛能力饱受质疑。不过,里约奥运会和残奥会的场馆建设给人感觉更靠谱些。尽管近期里约市政府先后因施工方违约而解除了奥运会网球场和美术馆的施工合同,但奥运场馆建设并未引发外界过多担忧。

里约奥运会和残奥会将在该市东南、东北、西南和西北4块区域进行。其中,以“足球圣殿”马拉卡纳球场为核心的东北部赛区,基本为现有场馆,且经历了巴西世界杯的检验。东南部科帕卡巴那海滨片区也将基本利用现有公共设施举办比赛。

位于西南部巴哈新区的奥林匹克公园将成为奥运核心区,公园内共有7座新建场馆和2座现有场馆,赛事期间将举办16个奥运项目和9个残奥会项目,此外,主新闻中心和国际广播中心也坐落于此。目前该赛区的整体建设进度已达97%,其中,自行车馆加快了施工进度,从上月的76%升至80%;游泳馆完工97%,工人已开始为泳池画线;奥运会篮球举办地里约人一号馆、奥运会手球比赛地未来体育馆已全部完工,其他场馆基本完成90%或以上的工程量。

临近巴哈奥林匹克公园的高尔夫球场也在去年完工,并将接纳约14000名运动员的奥运村(残奥村)的施工进度也达到97%。

全冬会

王冰玉复出担任一垒

新华社电(记者 符晓波 刘兵)第十三届冬运会冰壶比赛27日继续进行男子、女子循环赛。以哈尔滨队替补队员身份参赛的前国家女子冰壶队队长王冰玉在当天的比赛中上场,带给冰壶迷不小的惊喜。

在女子冰壶第五轮循环赛中,哈尔滨队在第六局以7:2的比分战胜对手白山队,提前结束比赛。担任一垒首发的王冰玉在赛后表示,对自己当天的表现较为满意。“因为刚刚复出,体力和赛场状态都在恢复当中,队里安排了压力相对较小的一垒位置,总体感觉发挥还行,跟四垒也完成了比较好的配合。”在紧接着同上海队的第六轮比赛中,哈尔滨队再次以8:2的大比分获胜,并以目前循环赛不败战绩位列第一。

在女子组其他比赛中,塔城队也有不俗表现,在之前连输三场后,与乌鲁木齐队打出8:0的好成绩,暂时位居第四。齐齐哈尔队、乌鲁木齐队分列第二、第三位。

在男子冰壶循环赛中,哈尔滨队和齐齐哈尔队分列第一、第二位,上海队、乌鲁木齐队、佳木斯队并列第三。28日是男子、女子冰壶项目最后一天循环赛,将决出排名前四的8支队伍进入29日男子、女子冰壶半决赛。

南山单板赛助热北京雪季

本报讯(记者 褚鹏)第14届红牛南山公开赛日前如约在北京南山滑雪场举办,14年里,南山也见证了北京越来越高的滑雪热潮。

本届比赛吸引了更多国内滑雪爱好者积极参与,比赛当天就来了4500名雪友。预选赛当天现场报名人数达52人,也比去年增加近一倍,年龄总体呈现年轻化趋势,而跨度则跨越了从11岁到54岁。

红牛单板公开赛为提高国内滑雪运动员和爱好者的成绩,搭建一个与欧美等国际高水平滑雪运动员沟通和切磋的平台。这次比赛除了正赛,参赛选手均参加了决赛后的Big Air果酱赛。虽然是集体滑行的表演赛,各路好手仍旧拿出看家本领,酷炫动作频频出现。来自挪威的选手蒂申多夫凭借自创动作“未来后空翻”脱颖而出,获得5000美元奖金。

直播导视

全国冬运会
10:55 自由式滑雪U型池场地女子决赛(CCTV-5)
13:05 自由式滑雪U型池场地男子决赛(CCTV-5)
16:45 花样滑冰男子单人滑短节目(CCTV-5)
19:20 花样滑冰女子单人滑短节目(CCTV-5)
(具体直播时间及场次以最新电视预告为准)

让爱无边界
安贞店双人厅
(4号厅)

UME影城

UME手机APP
全面上线
会员可随时随地选座购票

华星 82115566

安贞 58257733

双井 59037171

<p>星球大战：原力觉醒 IMAX3D 09:00 11:30 14:00 16:30 19:00 21:30 3D 18:00 20:30 23:00</p> <p>云中行走 3D 09:35 11:50 13:20 14:05 15:40 16:20 18:40 21:00 22:10</p> <p>鼠来宝4：萌在囧途 10:10 10:35 11:55 13:40 14:50 15:25 17:10 18:55 19:30 20:40 22:25 真相禁区 12:45</p> <p>神探夏洛克 10:35 14:50 19:30 22:25</p> <p>老炮儿 10:15 15:15 20:15 22:45</p> <p>熊出没之熊心归来 3D 09:00 15:35</p> <p>寻龙诀 3D 10:55 13:15 17:30 19:50</p> <p>唐人街·探案 12:45 17:00 21:40</p> <p>功夫熊猫3 IMAX3D 23:59</p>	<p>星球大战：原力觉醒 4D 14:30 17:00 19:30 22:00 3D 09:30 10:55 12:00 13:05 15:35 18:05 20:35 22:35</p> <p>云中行走 3D 10:20 12:35 13:30 15:45 16:50 18:00 19:05 20:15 21:20 22:30</p> <p>最后的巫师猎人 09:50 11:55 13:05 15:20 17:20 19:20 21:25 真相禁区 16:05</p> <p>鼠来宝4：萌在囧途 10:20 14:20 15:55 18:10 19:35 通灵神探 17:05 21:05 21:40 神探夏洛克 12:10 13:45 16:15 19:00 20:30</p> <p>唐人街·探案 10:35 13:45 16:15 19:10 21:10 功夫熊猫3 3D 23:59</p> <p>寻龙诀 3D 13:55 16:50 18:45 19:55 22:20</p> <p>熊出没之熊心归来 3D 13:25 17:40</p> <p>老炮儿 11:10 14:30 17:05 19:40 22:15</p> <p>极限挑战之皇家宝藏 14:50 15:05 21:20</p>	<p>星球大战：原力觉醒 DMAX 14:00 16:30 19:00 21:30</p> <p>云中行走 4D 15:45 18:00 20:20 22:35 3D 09:50 12:05 19:20 21:40</p> <p>鼠来宝4：萌在囧途 09:30 11:10 12:55 14:15 16:00 17:45 19:30 21:15 23:00</p> <p>唐人街·探案 15:20 17:30 19:40 21:50</p> <p>最后的巫师猎人 14:40 16:40 18:40 20:40 22:45 功夫熊猫3 DMAX 23:59</p> <p>熊出没之熊心归来 3D 09:40 13:10 15:05 17:00</p> <p>寻龙诀 3D 14:00 16:20 18:35 20:55 23:10</p> <p>老炮儿 10:40 14:20 16:50 18:50 21:20</p> <p>神探夏洛克 15:20 17:30 19:40 21:50</p>
--	--	---

安贞店和双井店可免费停车2小时。安贞店 UME 会员专享3小时免费停车优惠。