

花样滑冰赛季收官 新生力量进步明显

新华社记者 李嘉 高萌 岳冉冉

随着全国冠军赛31日在云南腾冲落幕,2023/24赛季花滑项目正式收官。中国花滑本赛季在国际赛场上成绩惨淡,但从国内比赛看,女单项目有新人涌现,双人滑水平提升,新生代的表现在正处于低谷的中国花滑带来些许希望。

女单一直是中国花滑的弱项,继陈露后在国际大赛上再无实力突出的选手。近年来,随着花滑普及度提升,国内涌现出一批兼具跳跃和滑行能力的小选手。北京队尤其突出,13岁的高诗棋、12岁的金书贤、14岁的王一涵本赛季都有亮眼表现。在冠军赛女单赛场,11位选手中有6位来自北京队,金书贤最终以高诗棋夺冠。

呢称“贤贤”的金书贤是本赛季全锦赛亚军、“十四冬”公开组冠军。她动作难度高,能完成高级三三三跳。高诗棋是本赛季全国青年锦标赛冠军、“十四冬”青年组亚军,代表中国队参加了青冬奥,获得第七名。北京队教练王佳磊介绍:“金书贤个人能力比较强,跳跃难度大,比赛时思路很清晰,性格比较稳重。高诗棋的优势主要体现在滑行速度大,表演很有感染

力,动作完成质量高。”

此外,王一涵虽然缺席了冠军赛,但本赛季也有上佳表现,是“十四冬”青年组冠军、俱乐部联赛总决赛青年组冠军,还获得了大奖赛波兰站第四名。

然而,女单后各力量虽然较为充沛,但与国外年轻选手差距不小,如何提高她们的竞技水平是当下必须面对的问题。

王佳磊说:“国内女单的技术水平在近两年已经在缩小与日、韩的差距了。花样滑冰是一项相对复杂的体育运动,运动员不能只关注其中一点,比如跳跃、旋转、滑行、步法、表演、编排、体能,这些都是运动员在平时的训练项目。所以我们现在把训练模块化,成立教练组明确分工,从不同方面有针对性地制定训练计划,从而高效地提高运动员的竞技能力。”

几对年轻的冰上组合本赛季有明显进步。张轩琦/丰闻强跟随冬奥冠军隋文静/韩聪的启蒙教练栾波训练已经两年。张轩琦现在12岁,丰闻强15岁,两人本赛季在动作稳定性和艺术表现力上都有提升,在冠军赛上获得第三名。隋

文静是这对组合的编舞。“隋老师对我们的艺术表现力帮助非常大,尤其是手部的动作。我对舞种的认知也扩大了很多。”丰闻强说,“这个赛季我们成长最多的地方是表演和滑行,每一站比赛的分数都比上一站有提高。我们下赛季的目标是参加(国际滑联)青年大奖赛,争取为中国花滑拿到一枚奖牌。”

配近两年来的张嘉轩/黄一航也日臻默契,抛跳和捻转完成度很高,他们在冠军赛上顺利夺冠。“我们给自己这个赛季打90分,下赛季把技术再稳定一下,表演再提升一下。最想提高的就是表演。”黄一航说。获得亚军的孙优美/李泽恩在自由滑中完成了难度极高的捻转四周,但三周抛跳和单跳都有失误。随着12岁的孙优美身高不断增加,25岁的李泽恩感到两人配合度更高,但抛跳还需要更稳定。

和女单的人才济济相比,男单后备力量稍显单薄。“十四冬”季军韩文宝在冠军赛上呈现了一套完整的自由滑节目,勾手三周跳高度可观,但没有三周半和四周跳,难度有

所不足。他表示下赛季希望能提升难度。13岁的李嘉锐经过“十四冬”的历练后沉稳不少,自由滑中只有一个三周跳有些许失误,最终夺得银牌。满分5分的话,他给自己这赛季打4.9分。“我心态好了很多,以前比赛前睡不着,现在该吃吃该喝喝。”

冰舞项目上,肖紫兮/何凌昊令人眼前一亮,两人搭档不到一年就获得了“十四冬”的季军,并在冠军赛上获得银牌,仅仅输给了经验丰富的陈溪梓/邢珈宁。

本赛季中国花滑仍处于北京冬奥会后的调整期,成年组在国际比赛中成绩不佳。刚刚配一年的彭程/王磊是目前国内双人滑实力最强的组合,但在3月的世锦赛上只获得第16名。男单名将金博洋在世锦赛上出现失误,没能晋级自由滑。陈溪梓/邢珈宁也未能进入自由舞。女单最为惨淡,无人获得参加世锦赛的资格。

双人滑多年来一直是中国队的优势项目,男单在平昌冬奥会上也获得过第四名的佳绩。希望这批新生力量能够迅速成长,早日挑起大梁,帮助中国花滑尽快走出低谷。

(新华社云南腾冲3月31日电)

在采访2024石家庄马拉松的过程中,记者遇到了50岁的市民何向阳。虽是第三次踏上“石马”赛道,他的心情仍很激动,因为如今“石马”的吸引力越来越大,今年何向阳所在的跑团里,算上他只有四人中签。

而在15年前,石家庄的26名跑步爱好者自行组织了一场绕着城市二环路的长跑比赛。恐怕谁也不会想到,最开始只有26名跑者自发组织的这个“草根”比赛,能够持续“成长”。2016年,比赛定名为“石家庄马拉松”,开始由石家庄市人民政府主办,“石马”完成了从“0”到“1”的飞跃。

此后,“石马”迈上新台阶:2017年到2019年,从中国田协铜牌赛事晋升为金牌赛事;2021年,获评世界田联银牌赛事……

作为河北省今年举办的首场城市大型马拉松赛、省会石家庄市今年举办的首场大型群众体育赛事,本届“石马”吸引了来自全国多地以及加拿大、澳大利亚等国家和地区共计3.1万名选手。为提升赛事的本地影响力和群众参与度,这次参与全马和半马的21000名选手中,石家庄市选手达9426人,占比44.9%。

从办赛规模、赛事成绩、运营水平等多个维度来讲,“石马”与中国各大城市的马拉松赛事相比,还有不少提升空间,但这项赛事一直在努力学习和进步。

多年来,记者对“石马”办赛持续关注,深刻感受到这场赛事已发展为一座城市的运动品牌IP,成长为能够展现石家庄自信、活力、开放的标志。

想让城市增添更多运动气质,一场马拉松赛事是远远不够的。

近几年,石家庄每年都会推出大量专业竞技与全民参与的赛事活动:五人制足球、三人制篮球、越野、水上、棋牌等赛事活动,让运动热情在球场、商圈、街头升温。

体育升温的背后,离不开体育场地和设施的规划和运营。记者近期走访了石煤机智慧体育公园,这里在改造老旧工业厂区的基础上,修建起了2个标准篮球场、3个半场篮球场、2个网球场、9张乒乓球桌、800米环形跑道……一批像石煤机智慧体育公园这样规模大、标准高的体育公园在石家庄城区投入运营,当地各区县也新建、改建了一批体育主题公园,极大缓解了群众健身“去哪儿”的问题。

石家庄市能够直观感受到,身边的体育公园和体育场地越来越多,体育器材、健身步道越来越多。闲暇时分,出门运动的市民越来越多。

石家庄,想要的可不是一场马拉松。

新华社记者 杨帆 张玮华

从只有26人到一签难求

「石马」见证石家庄体育升温

(上接第一版)
“很高兴生活在各民族交流交融的好时代”

“2017年,一次偶然的机会,我成为西藏自治区体育运动技术学校的一名足球选手,从此开启了自己的体育之路。”第十四届全国冬季运动会单板滑雪障碍追逐项目青年女子组冠军拥青拉姆说。

拥青拉姆出生于西藏昌都市左贡县旺达镇普绒村,从足球“转行”到单板滑雪,再到获得“十四冬”金牌,她的竞技体育之路并不简单。

“从高原小村庄,走向国家大舞台,还获得了冠军。很高兴生活在各民族交流交融的好时代。”拥青拉姆说。

25岁的格珍来自山南市扎囊县,得益于就业援藏好政策,格珍2021年从西藏民族大学毕业后被湖北省黄石市一家企业录用。如今,格珍身边来自西藏的同事越来越多,当地还开起了第一家藏餐馆。

近年来,越来越多来自西藏的高校毕业生去往祖国的大江南北工作。西藏在各援藏省市和四川省成都市建立了18个区外就业服务联络站,全方位帮助他们“出得去、留得住、干得好、融得进、扎得下”。

(据《人民日报》)



美国迈阿密网球公开赛:
辛纳夺冠

3月31日,在美国迈阿密网球公开赛男单决赛中,意大利选手辛纳2比0战胜保加利亚选手迪米特洛夫,夺得冠军。

图为当日,辛纳(左)和迪米特洛夫在比赛后拥抱。

(新华社发)

三人篮球亚洲杯收官 澳大利亚包揽金牌

新华社新加坡3月31日电(记者刘春涛)31日晚,为期五天的2024三人篮球亚洲杯在新加坡落下帷幕。男子组方面,澳大利亚队大胜“黑马”伊朗队,夺得队史亚洲杯第四冠。女子组方面,澳大利亚队成功卫冕,新西兰队再获亚军。

男子组决赛中,此前一路过关斩将的伊朗队面对澳大利亚队的窒息防守陷入得分荒,比赛时间过半仅得到2分。虽然伊朗队随后的进攻有所起色,但双方分差始终在两位数,最终澳大利亚以21:7

取胜。女子组决赛,澳大利亚队与新西兰队再次相遇。两队曾在本届亚洲杯小组赛阶段有过交手,当时澳大利亚以22:9轻取对手。决赛较量则更为胶着,比赛剩余不到1分钟时,澳大利亚仅以15:13领先。关键时刻,威尔逊命中远投,帮助球队以18:13力克对手。

由于本届亚洲杯与国内职业联赛赛程冲突,中国三人篮球国家队未派出最强阵容,而是以练兵为主,最终男、女篮双双止步八强。

(新华社石家庄4月1日电)

公益福彩 情暖高原 西藏福彩

中国福利彩票3D游戏 开奖公告

第 2024082 期 开奖日期: 2024年04月01日

本期销售总额: 889,956元

中奖号码: 9 2 0

奖等	中奖注数	单注奖金(元)	中奖金额(元)
单选	212	1,040	--
组选3	0	346	--
组选6	262	173	--

中奖总金额: 265,806元 本期返奖率: 23.04%

西藏自治区福利彩票发行中心

2024年04月01日

本栏目由
西藏福彩中心
拉萨日报



中国福利彩票“七乐彩”开奖公告

第 2024036 期

一、本期投注总额为: 3,411,094元

二、中奖号码:

基本号码						特别号码	
07	08	18	19	22	28	29	27

三、中奖结果:

奖等	全国中奖注数	西藏中奖注数	每注金额(元)
一等奖	2	0	349,585
二等奖	6	0	16,646
三等奖	159	0	1,256
四等奖	538	1	200
五等奖	4,813	6	50
六等奖	8,047	20	10
七等奖	48,780	72	5

四、奖池资金累计金额: 0.00元

西藏自治区福利彩票发行中心

2024年04月01日

中奖喜讯

★2024年3月31日晚,中国福利彩票快乐8第2024081期开奖,拉萨市54010085号销售网点一彩民选五胆拖十倍,中得奖金172600元。

★2024年3月31日晚,中国福利彩票双色球第2024035期开奖,我区日喀则市54020009号销售网点中出双色球二等奖1注,奖金43022元,林芝市54040041号销售网点中出二等奖2注,合计奖金86044元。

★2024年3月29日,拉萨市54010266号销售网点中出刮刮乐“好运十倍”一等奖,奖金40万元。

★2024年3月28日晚,中国福利彩票双色球第2024034期开奖,拉萨市54010386号销售网点中出二等奖1注,奖金100384元。



如果以上开奖数字有误请以福彩中心的原始开奖数据为准,本数据仅限参考,其中中奖号码以中国福利彩票发行管理中心正式公告为准