楊凌 緬懷輝煌傳承薪火

「終身射擊冠軍」談奧運故事

由商務部世界貿易組織研究會、中國澳洲商會和大公網共同舉辦的「2017中澳文化藝術之夜」，於12月9日在北京JW萬豪酒店舉行。當晚，楊凌被授予「榮譽體育大使」稱號。2007年國際射聯百年慶典上，楊凌被授予「終身射擊冠軍」這一國際射擊界的最高榮譽。2000年悉尼奧運會上，楊凌以高超的技藝和穩定的發揮，成功蟬聯男子10米移動靶冠軍，成為首位蟬聯奧運冠軍的中國射擊選手。從14歲開始練習射擊到兩奪奧運冠軍，澳洲對楊凌有什麼特殊的意義？作為射擊項目的老前輩，楊凌又是如何看待中國代表團在里約奧運會上的表現？退役後，賽場外，楊凌又選擇了什麼「新標靶」？中國射擊的未來又將何去何從？

王 揚

◀楊凌（右）在一九九六年阿特蘭大奧運男子十米移動靶項目勇奪金牌，旁為奪得銀牌的隊友肖俊 資料圖片

2000年，楊凌飛往南半球，參加悉尼奧運會。對他來說，澳洲是一個神秘的國度。與此同時，他身上還肩負着蟬聯冠軍的重任，當時，中國射擊隊從沒有運動員連續兩屆拿下奧運金牌。儘管壓力巨大，初訪奧運村，楊凌仍是覺得十分新鮮。

「我第一次參加奧運會是在亞特蘭大，當時是一個代表團住一棟大樓。而澳洲的奧運村，則是一個代表團有一個區域。全部是用環保的材料搭建的臨時木屋。看着很簡陋，走在裏面嘎吱嘎吱響，但各類物品一應俱全。那屆奧運會，澳洲環保的理念，給我留下了很深刻的印象。」

悉尼是楊凌的福地，那年他成功蟬聯了男子10米移動靶冠軍，中國射擊隊也多了一個優勢項目。賽後，楊凌曾兩次重返悉尼，親眼見證了奧運對城市建設和文化發展的促進。「我曾經專門坐計程車去奧運村看看，那裏已經變成了一片綠地，非常漂亮，一點奧運村的影子都看不到了，是供大家休閒娛樂的場所。」

倘移動靶「返奧」真想去拚一拚

讓楊凌兩奪奧運冠軍的「10米移動靶」項目，在2007年的奧運「瘦身」計劃中被取消了。也因此，他未能在北京參加一次奧運會，對他來說頗爲遺憾和心痛。「如果移動靶眞要回歸奧運會，我眞有可能再去拚一拚。」

◀楊凌被授予「榮譽體育大使」稱號 大公網圖片

▶楊凌（右）接受大公網訪問，緬懷蟬聯奧運金牌的事跡，也分享對中國射擊運動發展的看法 大公網圖片

楊凌小檔案

- 出生：1972年5月24日
- 出生地：北京
- 項目：男子射擊
- 主項：10米移動靶
- 學習射擊年紀：14歲
- 奧運成績：
  - 1996年阿特蘭大奧運10米移動靶金牌
  - 2000年悉尼奧運10米移動靶金牌

▶觀看訓練的楊凌（中）在里約奧運看台上與杜麗（左）、易思玲一起玩自拍 資料圖片

新一代興趣太多 後備人才匱乏

勇對挑戰

楊凌在2010年廣州亞運爲中國贏得10米移動靶團體賽金牌後正式退役。楊凌在退役後有了新的身份，成爲了北京射擊運動技術學校的副校長，大賽時也經常擔任射擊比賽的嘉賓解說。離開了賽場，楊凌還是和射擊牢牢拴在了一起。「做教練非常不容易，所有一切教練員都要考慮。運動員的家庭生活，日常訓練，都要顧及到。」

射擊學校的運動員普遍年齡偏小，中專班裏的孩子，要同時兼顧學習成績和訓練成績。時代變了，如何管理好這些學生，也常常讓楊凌頭疼不已。「現在的孩子和我們過去截然不同，我當初訓練非常純粹，就是喜歡射擊，喜歡打槍。任何其他事情都讓我提不起興趣來。每天都希望到訓練場，打十環，一槍打十環，兩槍三槍四槍五槍，一點點摸索，一點點去練。現在的孩子，信息量太多，感興趣的東西太多了。」

楊凌和老師們也曾嘗試給學生們斷網，沒收手機，沒收電腦，鬥智鬥勇，後來發現也需要改變策略，順勢而爲，找到多元化的教育方法。「主要還是因爲玩遊戲很容易把手指玩機械了，這對練習射擊動作非常有影響。」

培育良才任重道遠

任何競技項目的成功，都離不開充足、優秀的儲備隊員，而射擊項目的推廣，則面臨器械管控等諸多限制。「目前國內有幾款激光槍，技術趨於成熟，各地也有激光槍進校園活動。激光槍沒有槍管，沒有激發裝置，沒有火藥，沒有殺傷力，非常安全。但這也只能作爲初期輔助使用，離眞正的競技體育射擊用槍有很大差距。」

除了器械的限制，訓練場地越來越少也是射擊項目普及的巨大障礙之一。楊凌從14歲開始接觸射擊，最初僅僅是因爲興趣，好奇。「我第一次摸槍是1986年，到1996年第一次拿奧運冠軍。那時候，北京的業餘比賽熱鬧程度，絕不亞於全國比賽，幾百人參加，氛圍極好。現在，一參加比賽，可能只有四五個區縣，往靶位上一站，六七人，也就算一場比賽了。後備人才太匱乏了。」

▲楊凌（左）接受大公網訪問 大公網圖片

◀楊凌（右）退役後仍積極參與體育推廣，曾在二〇〇七年於北京出席奧運特許商品的推廣活動 資料圖片

中國隊奧運射擊歷屆金牌榜

年份	城市	選手	項目
2016	里約	張夢雪	女子10米氣手槍
2012	倫敦	郭文珺	女子10米氣手槍
2012	倫敦	易思玲	女子10米氣步槍
2008	北京	陳穎	女子25米運動手槍
2008	北京	杜麗	女子50米步槍3X20
2008	北京	邱健	男子50米步槍3X40
2008	北京	郭文珺	女子10米氣手槍
2008	北京	龐偉	男子10米氣手槍
2004	雅典	朱啓南	男子10米氣步槍
2004	雅典	杜麗	女子10米氣步槍
2004	雅典	王義夫	男子10米氣手槍
2004	雅典	賈占波	男子50米步槍三姿賽
2000	悉尼	陶璐娜	女子10米氣手槍
2000	悉尼	楊凌	男子10米移動靶
2000	悉尼	蔡亞林	男子10米氣步槍
1996	阿特蘭大	李對紅	女子25米運動手槍
1996	阿特蘭大	楊凌	男子10米移動靶
1992	巴塞羅那	張山	男女混合雙向飛碟
1992	巴塞羅那	王義夫	男子10米氣手槍
1984	洛杉磯	吳小旋	女子標準步槍50米3X20
1984	洛杉磯	李玉偉	男子移動靶標準速50米
1984	洛杉磯	許海峰	男子手槍慢射50米

註：只有楊凌及郭文珺曾經蟬聯同一項目的奧運金牌

中國射擊後輩需勇敢表達

前輩進言

回顧里約奧運，中國射擊隊拿到了一金二銀四銅，三個第四名。作爲中國射擊項目的老前輩，楊凌坦言，和過往的成績相比，這樣的結果確實有些不盡如人意。

楊凌評價，客觀來看，里約奧運會中國射擊運動員整體實力水平都很強。以步手槍項目爲例，一共10人進入決賽，每個項目都有中國運動員進入決賽，甚至有些項目有兩人進入決賽。但最後收穫的金牌只有一枚。「當時我是中央電視台射擊項目的嘉賓解說，去現場的時候發現，射擊館實在太偏了，距離遠，氣候也不適應，水土不服，和中國人的生活習慣也有關。」

除了距離和氣候的影響，射擊項目的「新規」同樣讓不少中國運動員「水土不服」。新規之下，決賽時觀衆可以吶喊，叫好，一定程度上也影響了運動員的發揮。「射擊運動員希望有安靜的感覺，但這些嘈雜的東西，讓緊張的成分提高，運動員自身心態又靜不下來，這是一種雙重的壓力。」和西方運動員相比，中國運動員的「表現欲」較弱，而外國運動員反而容易在喧鬧的氛圍中被調動情緒，最終實現超常發揮。「未來，中國運動員要去適應嘈雜的環境，提升自我表達能力，把最好的狀態拿出來，勇敢的面對鏡頭，這也是國家隊需要訓練和提升的。」

冀中澳兩國增體育交流

近年來，中國和澳洲在經濟、文化、體育方面有越來越多的交流。在楊凌看來，澳洲是體育強國，雖然很多項目並不是很全，但經過系統訓練，很多項目的競技水平都非常高。以游泳項目爲例，國內的運動員去澳洲集訓，回來之後水平都有質的飛躍。射擊方面，澳洲有幾個飛碟項目的奧運冠軍，打得相當好。

未來，楊凌也希望中澳兩國有更多體育方面的交流。男子飛碟項目，澳洲表現相當亮眼，中國運動員的水平則亟待提高，步手槍項目則是中國的優勢項目。如果中澳運動員能夠彼此取經，交流經驗，會有非常好的效果。相互促進，優勢互補，雙方才能越來越好。