

三大強項躋國際頂尖

技術
分析

(一)身材比肩歐美高手

謝震業身高1米83，這在短跑選手中屬於高個子運動員，與國際一流選手的身高較為接近。雖然身高並不是決定短跑成績的唯一標準，但在同等條件下高個子選手在步幅上更大，在50米過後的速度保持和加速階段比矮個子選手更加省力。與歐美高手比，謝震業的肌肉力量有所差距，但在協調性和步幅上有着自己的優勢，這也是他能夠不斷取得突破的重要原因。

(二)速度耐力能力突出

謝震業技術上的另一大特點就是速度耐力強。與中國另一位百米飛人蘇炳添相比，謝震業在起跑反應和起跑爆發力上有所不足，但在途中跑和後程跑中卻佔據優勢，這與他的速度耐力能力強有很大關係。從中國男子接力隊的排棒就可以看出，無論身邊的隊友是誰，謝震業總是跑第二棒。在短跑接力比賽中，第二棒最長可以跑120米，而且直道有利於發揮速度，這就要求跑第二棒的運動員必須具備絕對速度快且速度耐力好的特點，這恰恰與謝震業的技術風格十分匹配。

(三)特訓一百米成效大

雖然謝震業近兩年在百米短跑上一次次突破自己的最好成績，但實際上二百米跑才是他的主項。近兩年教練團隊加強了對謝震業一百米跑的訓練，主要是希望通過一百米的專項練習帶動二百米的整體速度，讓他的競爭力再上一個台階。從比賽來看，這一訓練思路收到了良好的效果，謝震業200米的前程速度有明顯提升，而後程保持速度能力強的優勢讓他後半程沒有明顯掉速，這是他刷新最好成績的重要原因。



▲謝震業（右）的身材不遜歐美頂級健兒

▲謝震業是男子200米跑亞洲紀錄保持者

中國短跑未來領軍人物

中流
砥柱

26歲的謝震業正值運動生涯的黃金時期。考慮到短跑運動員出成績相對較晚的特點，謝震業在未來三到五年內很有可能成為中國田徑最閃耀的明星。今年中國「飛人」蘇炳添因為腰傷退出了多項大賽，在世錦賽選拔賽中也僅僅跑出10秒19的成績，傷病恢復情況不容樂觀。考慮到蘇炳添已經年過30，身體機能明顯下降。因此，未來謝震業將要扛起中國短跑的大旗，肩負中國短跑接棒人的重任。近幾年日本男子接力隊實力大增，四棒選手都可以跑在10秒左右，這就給中國隊形成了很大壓力。在謝震業的帶動下，其他年輕選手還須繼續

努力提高自己的最好成績，才能提升中國接力隊的整體實力。謝震業200米19秒88的成績不僅刷新了亞洲紀錄，更讓人看到了他在東京奧運會上取得突破的可能。19秒88的成績在今年排名世界第六位，而如果把這一成績放在2008年北京奧運會和2016年里約奧運會上，都僅僅排在「閃電飛人」博爾特之後，可以收穫銀牌。當然，不同比賽環境難以對選手成績進行直接的橫向比較，但謝震業在200米項目上的競爭力和潛力還是讓國人值得期待。如果能夠將今年的狀態保持到明年的東京奧運會上，謝震業將很有可能創造中國田徑乃至亞洲田徑的歷史。



▲謝震業（左）與蘇炳添既是競爭對手，也是接力隊隊友

專業
點評



陶劍榮

（謝震業的教練）

謝震業是一位天賦很高的選手。今年冬訓我們在體能、技術和心態上三管齊下，取得了很好的訓練成果。他現在實力已經足夠了，需要做的就是控制傷病、抓好細節。



鄒振先

（中國田徑名宿）

謝震業的途中跑有一套非常符合自己身體條件的流暢節奏，在比賽中無論怎樣都能堅持自己的節奏，這是他不斷取得突破的關鍵。

◀謝震業成為了中國田徑短跑的新希望

7月21日，在國際田聯鑽石聯賽倫敦站男子200米比賽中，中國「飛人」謝震業後來居上，以19秒88的成績率先衝過終點，成為首個在男子200米短跑項目上進入20秒的黃種人。在蘇炳添因傷狀態低迷的情況下，謝震業的爆發讓中國田徑看到了新的希望。

大公報特約記者

史玄之

如果把田徑項目比作奧運會的重頭戲，那麼短跑項目無疑是這場大戲的壓軸戲。由於身體素質的先天下差異，亞洲選手在100米、200米等短距離項目上與歐美高手有較大差距，頂級田徑比賽很難在短跑決賽上看到亞洲選手的身影。然而，近些年，張培萌、蘇炳添等一批中國短跑飛人的誕生讓人眼前一亮。當更為年輕的謝震業異軍突起時，人們開始相信屬於中國短跑的春天已經到來。

青奧會奪冠一鳴驚人

謝震業如今已是中國短跑項目的一張王牌，而他的首次騰飛是在九年前的青年奧運會上。2010年首屆青年奧運會在新加坡舉行，在田徑男子200米比賽中，預賽排名第一的謝震業以21秒22的成績為中國隊奪得金牌，這是中國選手在世界田徑200米短跑項目上收穫的首枚金牌。雖然，不少世界級選手缺席首屆青奧會，但謝震業的出現還是給中國田徑在世界大賽上放了一顆衛星。

青奧會奪冠後，謝震業成為中國短跑界的一顆新星，而這一時期正是中國男子短跑全面爆發的時期。張培萌和蘇炳添不斷刷新着黃種人百米短跑的紀錄。憑藉着出色的速度耐力水平，謝震業進入中國男子4×100米接力隊。在中外教練的聯合調教下，中國男子接力隊進步顯著，先後取得仁川亞運會冠軍和北京世錦賽銀牌的佳績，並多次打破亞洲紀錄。作為承上啟下的第二棒，謝震業在大賽中不僅積累了經驗，也找到了自己身



▲中國接力隊在謝震業（左一）壓陣下表現出色

中國男子短跑新強者

謝震業

亞洲飛人雄視東奧



▲謝震業（中）在今年四月輕鬆榮膺亞錦賽200米跑冠軍

謝震業小檔案
出生日期：1993年8月17日
出生地：浙江省紹興市
身高：1米83
體重：76公斤
技術特點：速度耐力強
所獲成績
2010年青年奧運會田徑男子200米冠軍
2014年亞運會田徑男子4×100米接力冠軍
2015年田徑世錦賽男子4×100米接力亞軍
2019年鑽石聯賽倫敦站男子200米冠軍

上的不足，這為他日後的真正騰飛打下了基礎。里約奧運會後，張培萌逐漸從國家隊隱退，蘇炳添成為中國短跑的代名詞。蘇炳添不僅是第一個在百米比賽中跑進10秒的黃種人，也是第一位在世錦賽百米大戰中殺入決賽的中國人。出色的表現自然讓蘇炳添成為2017年全運會的奪冠熱門。然而，出人意料的是，在全運會男子百米決賽中，謝震業從一出發就佔據領先地位，儘管蘇炳添苦苦追趕，但謝震業後程的耐力優勢發揮得淋漓盡致，最終爆冷擊敗蘇炳添，成為了中國百米新飛人。

鑽石聯賽驚艷奪冠

全運會後，謝震業步入了自己運動生涯的黃金時期。2018年上半年，他在法國蒙特勒伊跑出了9秒97的成績，成為繼蘇炳添之後第二位跑進10秒的黃種人。

然而，或許是命運的捉弄，正當謝震業準備在雅加達亞運會上再創輝煌時，一次接力比賽交棒時的意外受傷讓謝震業不得不退出亞運會，並開始了長時間的傷病恢復期。經過了漫長的等待和康復，謝震業在今年找回了最佳狀態。七月份的鑽石聯賽倫敦站，賽前不被看好的謝震業上演了第九道奇跡，在風速每秒0.9米順風的合規條件下，以19秒88獲得冠軍。這一成績打破了由卡塔爾歸化選手奧古諾德在2015年創造的19秒97的亞洲紀錄，也讓謝震業成為首個在200米比賽中跑進20秒大關的黃種人，並達到了東京奧運會的參賽標準。