

国乒京郊“全员”军训

刘国梁：这个春节不放假



刘国梁(资料图)

新华社北京1月13日电 (记者 张寒) 中国乒乓球队13日一早奔赴北京郊区某军事体育训练中心,以144人的庞大队伍开始为期一周的军训。中国乒乓球协会主席刘国梁告诉记者,这次不仅国家一队、二队的队员们,教练、队医乃至协会工作人员等国乒相关人员全部参与到军训当中。

“以前军训只军训运动员,但我觉得教练员和协会人员都是国乒的一部分,大家只不过分工不同。”刘国梁说,“这是延续国乒好传统,通过军训增强凝聚力、战斗力和团结精神,也希望通过军训让大家静下心来思考,以最高、最严的标准,结合奥运备战需要。”

按照国乒队的东京奥运会备战安排,这个春节保持训练、全队无休,其中除夕(24日)全天训练,初一半天训练,初二上午便要结队出发,前往欧洲参加德国公开赛。“我想,在奥运年的时候,大家已经忘记了过年的感觉。”刘国梁笑着说,“还有半年,打完东京奥运会之后再补过春节吧。”

何以在奥运备战的紧要关头安排军训?刘国梁有充足的考虑:“正是因为东京奥运会的比赛任务非常重、挑战非常大,才特意把军训放在最后的冲刺阶段,通过向部队学

习,把军人的精神结合到备战当中,再带到赛场之上,因为在大赛当中,思想上、精神上的准备比技战术更重要。”

就连刘国梁的生日也是在队里过的,谈起奥运备战的紧张程度,这位曾以教练身份陪伴国家队走过四个奥运周期的国乒大当家说:“其实奥运备战不仅仅是开赛前的一两个月,而是整整四年的准备,循序渐进的推进。如果四年都用一个节奏备战,很难达到效果,这也是为什么去年我们没有军训,而是通过一些别的手段,比如说世乒赛夺五冠后去南梁和延安,目的是在不同的阶段加强不同的方面。而现在这个阶段,我认为思想政治工作和凝聚力比任何东西都重要。”

一周前日本乒协公布奥运阵容,但在刘国梁看来这份名单早在意料之中,甚至尚未公布的P卡人选,他和教练组也早有猜想。“奥运备战,我们不仅仅做一套方案,还有两套,甚至三套。”他说得胸有成竹。

至于新年愿望,刘国梁笑称“大家都知道吧”。“半年之后,希望大家能够在东京看到一支更强大、更有战斗力的中国乒乓球队。”他说。

中国速滑获一银一铜

冬青奥
中国代表团
首枚奖牌出炉

新华社瑞士圣莫里茨1月12日电 (记者 牛梦彤 凌馨 刘咏) 12日,洛桑冬青奥会圣莫里茨赛区首个比赛日进行了速度滑冰500米决赛,王晶漪以41秒07的成绩摘得女子组银牌,这是中国代表团在本届冬青奥会上的首枚奖牌,随后男子组中国选手薛智文收获铜牌。

在女子500米比赛中,最后一组出场的王晶漪由外道出发,起跑发挥稳健,但在最后一个内道速度没控制好,最终落后冠军荷兰选手格蕾维尔特·伊莎贝尔0.5秒拿到银牌。年仅18岁的王晶漪赛后表示发挥不尽人意:“今天感觉没有发挥好,预计能得第一,但是最后一个弯道没滑好,但得奖了还是很开心。”另一位中国小将杨滨瑜以41秒25的成绩位列第四。

在随后进行的男子项目比赛中,本届冬青奥会中国代表团的旗手之一薛智文在倒数第四组出发,以36秒67的成绩夺得铜牌,日本选手山本悠乃以36秒42的成绩摘金,获得银牌的是西班牙选手略普伊斯基耶多·尼尔,另一位中国速滑选手孙嘉钊获得该项目第10名。

赛后中国速滑国家队青年组教练刘凯表示,今天队员们发挥稳定但仍留有遗憾。“都有点可惜,本来预计是冲着金牌来的,竞争对手发挥非常好。但总的来说已经把正常训练水平发挥出来了。薛智文已经是自己室外高原最好成绩了,已经超出训练水平了。”

本次中国代表团速度滑冰队伍共派出两男两女共四名队员参赛,他们都将参加速度滑冰500米、1500米和集体出发三个项目的比赛。明日,圣莫里茨湖上的纯天然速滑赛场将展开男女组1500米决赛。

“明天杨滨瑜和孙嘉钊的1500米,争取冲击奖牌吧。长距离项目的主要竞争对手来自荷兰,还有日本。但他们的水平都非常接近,不是说差距特别大。”刘凯补充道。

紫禁城里年夜饭都吃啥

《故宫贺岁》带你在故宫探寻传统过大年的习俗

由故宫与腾讯联合出品的文化年俗节目《故宫贺岁》已经上线。从重华宫茶宴上的君臣趣事,到乾隆的紫禁城年夜饭,主持人窦文涛和王刚、冯唐等嘉宾一起一探究竟。对于吃货们来说,皇帝的年夜饭吃什么的话题,绕不过去。

吃啥? 翠花,上酸菜!

节目中,皇帝的过年期间行程安排很紧。乾隆的大年初一,礼节性的活动排得满满当当,从子夜的“元旦开笔”,到四更天的一系列祭拜活动。一到下午,象征着团圆饭的宫廷宴席又拉开帷幕了。

说到吃,初一早上起来,皇上就会先吃饺子,菠菜猪肉馅,节目中还展示了手抄的正月膳档,上面详细记载了乾隆团圆宴上菜品的名称。东北菜可是清朝宫宴的C位。作为东北菜灵魂的酸菜,更是紫禁城宫宴上必不可少的元素。炖鸡大炒肉炖酸菜热锅一品,翠花,上酸菜!

很多菜名都非常有趣,例如“拉拉一品”指的是黄米饭,“野意热锅”指的是野味。但这还算通俗的,节目中提到,皇帝给太后祝寿时的菜名更是文雅得玄妙,例如“上青玉版”指的是大白菜,“天厨玉粒”指的是白米饭。

记者也采访专家,拿到乾隆家宴的菜单,研究下来感觉也是“无肉不欢”。乾隆四十九年(1784年)的除夕家宴皇帝一桌御膳要用猪肉65斤,野猪肉25斤,还不算鸡、鸭、鹅、羊肉、鹿肉、鱼肉等,足见“肉劲十足”。以肉食、野味为主是满族食俗和习惯,清官年夜饭、团圆饭一直沿袭肉食为主的传统。

咋吃? 男女有别,分两场吃!

皇帝过年其实也是够累的,除夕这天午时要在保和殿赐宴群臣,下午回到乾清宫休息一会儿,晚上五六点钟开始家宴。而皇帝的家宴出于“礼制”的约束,还要分开男女两场。初一早上,皇帝和自己的后

妃们会一起共进早膳。到了晚膳,皇帝才会和皇子、亲王等等男性亲属共同享用晚宴。这是避免年长的皇子与非生身嫡妃接触,妃嫔们在五十岁之前不能跟非亲生的皇子见面,想来皇帝过年吃一顿不能团圆的团圆饭也够闹心的。有观众表示,如果严格史实来看,想想《甄嬛传》中,皇帝与后宫妃嫔、皇子一起吃团圆饭的场景,也是不合适的。

不过,就像电视剧《延禧攻略》给观众普及的,乾隆对心目中的“白月光”富察氏宠爱有加。节目中也提到,成为皇后之后,富察居住在长春宫。每年春节初一早上,她走出数华门,去往乾清宫和乾隆与嫔妃们吃一餐团圆饭。这样以紫禁城为家的日子,在富察溘然长逝前,过了13年。富察皇后过世两年后,乾隆写的悼亡诗中,就有这样的句子:内人例事迎佳节,勉强酬春付管弦。

(张楠)



《故宫贺岁》宣传海报