

第八十九期

朱婷：周口姐成女排新“榔头”

□晚报记者 徐松 文/图

后面几场硬仗储备了体力。”詹海根说，朱婷的体力也是他担心的因素之一。

近年来,无论是打联赛还是国家队的比赛,朱婷均是场上的主力主攻手,上场时间长,体力消耗大,往往成为限制她发挥的因素。詹海根说,朱婷入队时年龄小,这几年一直处于生长发育阶段,比较瘦,经过这几年在国家队的训练和优秀体能师的指导,她在体能上进步很大。

2015年9月6日，中国女排3:1击败东道主日本队，取得女排世界杯冠军，时隔11年再次登上世界之巅，同时获得直通里约奥运会的资格。其中，有一名球员居功至伟，她就是这支冠军之师的MVP(最有价值球员)——朱婷。

这位从豫东周口市郸城县农村走出的女排国手载誉回乡时，受到了家乡各级领导的亲切接见和父老乡亲的热烈欢迎。9月22日，周口市委书记徐光接见朱婷时说，朱婷不仅为国争了光，而且也提升了周口的知名度，是中国的骄傲，更是周口千万人民的骄傲，不愧为“出彩周口人”。

从2007年步入体校，朱婷用8年的时间完成了从农家女孩到世界冠军的蜕变。

教练：
天赋和刻苦成就了她

“刻苦和天赋成就了朱婷，她一直训练很刻苦，身体素质好，弹跳好。经过在国家队的训练和一系列世界大赛的洗礼后，朱婷技术进步很快，尤其是后排防守，原来是公认的弱项，但现在接6轮一传动作都做出来了，说明她的各项技术好了很多，更加全面。另外，自信心比原来更强了，像打日本队比分这么紧张的情况下，她敢于打调结合，而且效果很好，说明她在逐渐走向成熟。”河南女排主教练詹海根是朱婷的启蒙教练，他这样评价朱婷。

2010年,朱婷进入国青队,从此在世界赛场上崭露头角。2011年8月,朱婷与队友合作获得世界少年女排锦标赛亚军;2012年亚洲青年女排锦标赛,朱婷全面爆发,帮助国青队豪取八连胜夺得第十冠,朱婷本人荣膺最有价值球员;2013年,朱婷进入女排国家队大名单,受到主教练郎平的赏识,她在当年的世界女排大奖赛澳门站“一战成名”;2014年女排世锦赛,朱婷成为中国队最终夺得亚军的重要功臣,她同时凭借不俗的发挥以最佳主攻身份入围世锦赛最佳阵容,并以237分的总得分斩获最佳得分奖。

“刻苦和天赋成就了朱婷，这孩子有很多优秀的品质，还知道感恩。”詹海根说，从进入体校到今年成为世界冠军成员，朱婷用了8年时间，如今已是世界女排的绝对主力，“我们河南省队也在尽最大的努力为她提供保障，希望她明年能在里约为中国女排再铸辉煌。”

父母：
朱婷是个孝顺的孩子

1994年,朱婷出生在郸城县秋渠乡朱大楼村。朱婷幼时家里特别贫困,父亲便在村里开了一间修车铺养活一家人。说起朱婷这次在世界杯上的表现,朱婷的父亲笑着说:“这孩子打得很棒。她能为国争光,我们很高兴。孩子很孝顺,她心里一直记挂念着俺俩的身体,每次回来都劝我别干粗活儿重活儿了。她去年回来给我买了辆桑塔纳轿车,还给俺俩在县城买了套房子,让俺俩住城里享福。”



女排姑娘们庆祝胜利

朱婷： 我很幸运但仍需努力

朱婷在母校周口市体育运动学校的小会议室接受“出彩周口人”采访组采访时,向在她成长过程中给予帮助和鼓励的人表示感谢。谈起未来,朱婷目标非常明确,就是踏实锻炼,争取在明年的奥运会上取得好成绩。

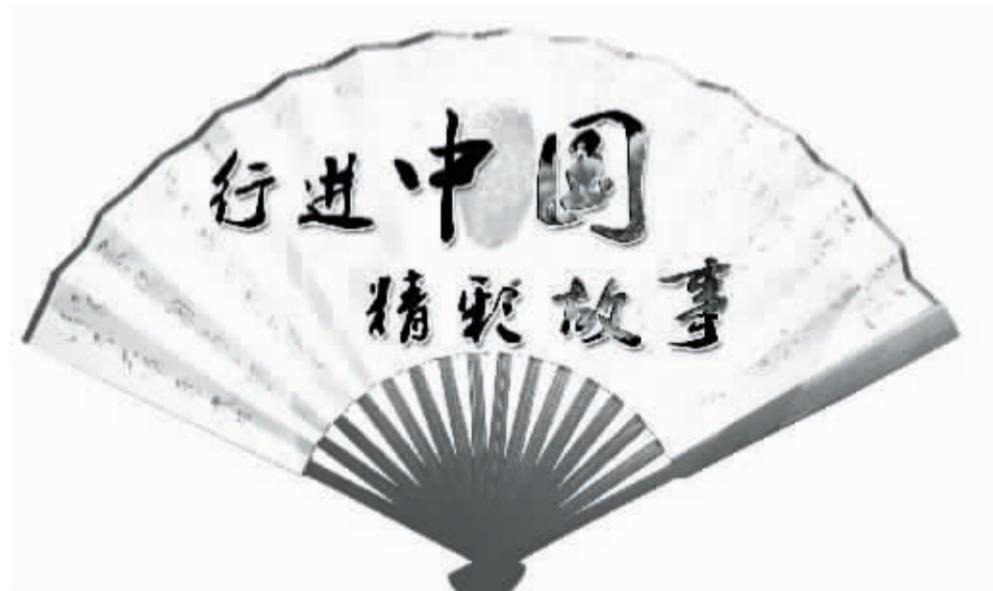
朱婷说，小时候家里很穷，父母虽然很辛苦，但非常支持她打球。上体校时，父亲都是开着机动三轮车风里来雨里去地接送她去县城搭公共汽车。从上体校到现在，有太多的人给予她和她

的家人莫大帮助。在国家队，郎平教练在业务上给予指导，使她的球技有了很大提高，而且在生活上，郎平教练对她关怀备至。“我特别高兴郎指导把我招进国家队。不管是在球场上还是在生活中，郎指导都对我都特别好。现实中的郎指导和原来我在电视上看到的是两个样子，我以为她肯定是个很严肃的人，但实际上她给人的感觉特别亲切，像妈妈一样。比如，她经常送给我大袋的蛋白粉和营养品。有时候我训练擦伤了，她都会亲自给我擦药，查看伤口。”

记者注意到,在国家级媒体的采访报道中,郎平为了保护好这个“国宝”,对朱婷也是疼爱有加:“朱婷需要跟其他人区别对待,因为她的体质与别人不同,如果一味加练,可能会把她练伤,甚至可能造成不可挽回的后果。所以我从来不给她加练,她的成长需要呵护。”郎平经常从美国给朱婷买蛋白粉,帮她恢复体力,增重增肌。

增重增肌。

寄语未来，朱婷说：“我今后的路还很长，需要努力的地方有很多。我也希望球迷和家乡人民一如既往地支持我们，希望家乡的学弟学妹们热爱排球，热爱体育运动。”



朱婷展示 MVP 奖牌