



## 孙春兰代表党中央、国务院 向中国体育代表团致贺电

中国体育代表团：

欣闻我国选手杨倩在第32届夏季奥运会射击女子10米气步枪比赛中勇夺桂冠，获得中国体育健儿参加本届奥运会的首枚金牌。我代表党中央、国务院向获奖运动员及中国体育代表团表示热烈祝贺！杨倩在奥运赛场上沉着冷静，以顽强的作风和精湛的技艺，展示了奋发向上、勇攀高峰的精神风貌，为祖国和人民赢得了荣誉。

希望中国体育代表团大力弘扬奥林匹克精神和中华体育精神，拿道德金牌、

风格金牌、干净金牌，拿奥林匹克精神的金牌，充分展示新时代中华体育健儿“使命在肩、奋斗有我”的风采，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献体育力量。

中国体育代表团全体人员要做好自我防护，保持身体健康。祝愿中国体育代表团圆满完成各项参赛任务，努力取得运动成绩和精神文明双丰收，为党和人民争取更大的光荣！

孙春兰

2021年7月24日

(新华社北京7月24日电)

## 浙江省委省政府电贺 中国体育代表团获得首金

中国奥委会转中国体育代表团：

欣悉我省运动员杨倩在东京奥运会女子10米气步枪比赛中，沉着冷静、发挥出色，以251.8环的成绩勇夺桂冠，并创造新的奥运会纪录，摘得本届奥运会首枚金牌，实现中国体育代表团开门红，为祖国赢得了荣誉，为浙江增添了光彩。在此，谨向中国体育代表团，向杨倩和教练员致以热烈的祝贺！

衷心祝愿我国奥运健儿发扬“更快、更高、更强、更团结”的奥运精神，不畏强手，顽强拼搏，为祖国和人民赢得更多荣誉。希望参加本届奥运会的浙江运动员，以杨倩为榜样，奋勇争先，争创佳绩，为中国体育代表团增添光彩。

中共浙江省委 浙江省人民政府

2021年7月24日

## 宁波市委市政府电贺 中国体育代表团获得首金

中国体育代表团并中国射击队：

欣闻在第32届东京奥运会上，我市射击运动员杨倩在女子10米气步枪决赛中，不畏强手、顽强拼搏、勇于争先，为中国体育代表团获得了本届奥运会的首枚金牌，并创造了新的奥运会纪录，为祖国和家乡赢得了荣誉。在此，谨向中国体育代表团及杨倩表示热烈的祝贺！

杨倩获得奥运金牌，宁波人民欢欣鼓舞、倍感振奋。全市上下要以此为契机，干在实处、走在前列、勇立潮头，坚决扛起新发展阶段历史使命，高质量发展建设共同富裕先行市，为全国大局作出新的更大贡献！衷心祝愿我国体育健儿再创佳绩、再铸辉煌，为祖国赢得更多的荣誉！

中共宁波市委 宁波市人民政府

2021年7月24日

## 杨倩一枪打出中国代表团“开门红”

据新华社东京7月24日电

记者 林德韧 王梦 沈楠

来自宁波的“00后”小将杨倩打出了最后一发子弹，决赛场大屏幕显示出了名次——冠军！

枪中红心！热泪挥洒！这块奥运金牌，拿下了！

时隔9年，中国女枪手再度为代表团实现“开门红”！

这是一场来之不易的胜利。从资格赛到决赛险象环生，尤其是资格赛，状态并不在最佳的杨倩几度处于被淘汰的边缘，直到最后才拼出了一个决赛席位。

中国步枪队领队王烁哭了，过去这些年，中国射击队背负了太多的过往。从里约奥运会的低谷，历经5年卧薪尝胆，中国步枪终于重新见到了奥运金牌。

王烁说：“今天资格赛打得非常艰苦，名次也不高，环值也不高，最终还是真实体现了杨倩在精神上的这种力量。太棒了，一发一发咬得太紧了！”

杨倩打出最后一发子弹之前，教练葛宏砖握紧了拳头。他不敢出声，但内心的澎湃已难以抑制。

“终于打了一场翻身仗！”葛宏砖赛后说。

女子10米气步枪是一个竞争十分激烈的项目。新人不断冒头，最近一个奥运周期，印度队状态神勇，两名参赛选手分别是世界纪录保持者和世界排名第一。而杨倩，仅在2019年参加过一站世界杯分站赛比赛，还没有进入决赛。那也是她唯一一次参加世界级比赛的经验。

资格赛开始了，杨倩开局的一组10枪打出了104.3环，这个成绩并不算低，但也不算高。更要命的是，这场资格赛的其他选手，打出了相当高的水准，尤其是挪威选手迪斯塔德，更是有如神助，前4组的最低成绩是105.3环。

进入中段，杨倩状态起伏，名次开始逐渐滑落，最低时跌出了前十名。

杨倩并未慌乱，她按照自己的节奏，准备、瞄准、击发……



咬住，再次成为这场决战的关键词。

第17枪，杨倩打出10.0环，与加拉希娜并列第一。

第18枪，杨倩打出10.6环，与加拉希娜相差0.2环。

第19枪，杨倩打出10.6环，与加拉希娜相差0.3环。

第20枪，杨倩打出10.5环，与加拉希娜相差0.5环。

第21枪，杨倩打出10.7环，与加拉希娜相差0.3环。

第22枪，杨倩打出10.6环，与加拉希娜相差0.1环。

第23枪，杨倩打出10.7环，与加拉希娜相差0.2环。

最后一枪，最终决战。加拉希娜率先击发，打出了一个离谱的8.9环，观众的喧哗对杨倩造成了一定的影响，她打出一发9.8环，但这已经足够锁定金牌。

夺冠之后，杨倩的表情仍然没有太大的变化，反而是拿到季军的瑞士选手克里斯滕在恣意庆祝。颁奖仪式上，中国姑娘在口罩后面露出笑意，还面对镜头比了一个大大的“心”。

回顾整场比赛，杨倩坦言自己虽然面无表情，但内心波澜起伏，只不过长期的训练和模拟，让她知道了如何面对困境。

“我其实也并没有大家看到的这么冷静，其实在资格赛、包括决赛当中也在不断调整自己的心情、心态，通过一些心理暗示，告诉自己，慢慢去调整，平复自己紧张的心情。”杨倩说。

王烁说：“平时的决赛模拟做得非常多，奥运会更多地还是要靠决赛拿成绩，都要奔着金牌来，所以针对上一届的情况，这届做了很多方面的提高，今天把决赛训练的成果体现出来了。”

夺金之后，杨倩说得最多的就是感谢。这一块金牌，圆的不仅是她的梦。

首金属于射击，首金属于中国！

## 杨倩夺金后，家乡沸腾了

记者 林海 黄程

24日，东京奥运会在女子10米气步枪项目产生本届奥运会的首枚金牌，宁波运动员杨倩和队友王璐瑶参加这个项目的比赛。一大早，宁波日报网记者兵分三路来到杨倩的家乡鄞州区姜山镇杨家弄村、宁波体育运动学校以及市体育局会议室，与她的乡亲父老、老师同学以及体育界人士共同观赛，为杨倩冲击首金加油助威。

风雨声中，在杨倩的家乡——杨家弄村的文化礼堂里，几百名村民把小小的礼堂挤得满满当当。大家紧紧盯着大屏幕，关注着杨倩比赛的情况。杨倩的启蒙教练虞利华和杨倩的母亲施安方坐在一起，一边看着大屏幕，一边接受着媒体的采访。

上午9时45分，决赛开始。当画面中出现杨倩的镜头时，观众席中响起一阵欢呼声；当杨倩在决赛中两次打出10.9环的满环成绩时，礼堂里又是一片欢呼声、喝彩声。

倒数第2枪，杨倩10.7环，而俄罗斯选手打出10.8环，领先杨倩0.2环；最后一枪，俄罗斯选手仅打出8.9环，而杨倩打出9.8环，杨倩惊险逆转对手，夺得这枚分量极

资格赛尘埃落定，杨倩的成绩排在第六位。为了让她更加放松，葛宏砖有意隐瞒了名次，告诉她“你是第八，放开打就行了”。

进入决赛，成绩清零，8名选手从头开始。杨倩找回了巅峰状态。决赛前10枪，她打出了两个正中靶心的10.9环，排名第一。胜利的希望出现了。

然而，对手同样强大。俄罗斯运

动员加拉希娜连续打出高环数，杨倩退居第二。第16枪过后，从第一名到第四名只有0.6环的差距。



杨倩的妈妈在接受采访。

(徐能 摄)

重的金牌。

杨家弄村的文化礼堂里，顿时沸腾了。“感谢教练，带着我女儿走上了射击这条路。”杨倩的妈妈施安方激动地说。虞利华在一旁也激动得一度落泪。他说：“我当教练30多年了，学生拿过几十个全国冠军，也有学生参加过亚运会、奥运会这样的大赛，拿过奥运会的铜牌；但这是第一次有学生在奥运会上拿到金牌，并且是奥

运会首金，对此我感到非常的自豪，非常的开心！这是她自己努力的结果。”

与此同时，在杨倩的母校——宁波体育运动学校的会议室里，包括射击队的教练队员在内的学校部分师生一起观看杨倩的比赛。“百发百中，师姐加油！”在观赛现场，射击队的小运动员们准备了专门的助威牌，气氛十分热烈。看着杨倩在奥运赛场上

的英姿，他们内心有了更明确的目标。

观赛过程中，宁波体育运动学校步枪射击项目教练项晓晓表示，每次杨倩举枪时微闭双眼，其实是在“稳心”。江浩俊教练表示，气步枪中的0.1环好比一根头发丝，比赛越到最后越紧张，选手之间真的是毫厘之差，却能决定比赛的名次，所以最后的心态以及稳定发挥是非常重要的。

看到杨倩夺金成功，宁波体育运动学校校长朱群激动地流下了眼泪。她表示，这是继石智勇之后，学校的第二位运动员赢得奥运会金牌，为国争光。

在市体育局的会议室里，市体育局相关负责人和机关干部一起观看杨倩的比赛。决赛开始后，现场瞬间安静下来，大家都屏气凝神，目不转睛地盯着屏幕。

直到最后一枪，杨倩反超拿下冠军，现场顿时欢呼雀跃，掌声雷动。

颁奖仪式上，看着可爱的宁波姑娘杨倩露出了笑容，大家也开心地笑了。市体育局党组书记、局长张竟说：“杨倩在东京奥运会的赛场上赛出了中国人的风采，为中国、为宁波、为体育人争了光添了彩。”

## 杨倩： 妈妈，我想吃油焖大虾

新华社东京7月24日电（记者林德韧 王梦）夺得东京奥运会首金，让“00后”小将杨倩迅速成为了关注焦点。在24日这场扣人心弦的较量中，这位年仅21岁的中国姑娘扛住了多位世界顶尖高手的压力，最终成为了中国第四位拿到奥运会首枚金牌的运动员。

对于本场比赛杨倩评价道：“成绩总的来说也正常，因为这段时间总的训练状态也基本上是在这个范围之内上下起伏，整个发挥比较正常，符合我的水平。”

东京奥运会的推迟，使运动员们备战的周期被拉长了一年。对于自己过去这五年，杨倩说：“觉得首先自己之前在选拔赛包括训练中付出的努力得到了回报，也让自己收获了特别多，能够拿到这枚奥运会金牌特别开心和激动。一开始可能也没有想这么多，真的拿到了之后觉得开心，还有感恩，非常感谢自己过去这一段时间在国家队集中的训练，包括我们的教练团队、复合团队，还有领导班子。他们对我的关心和鼓励让我能够信心满满地打这次比赛。”

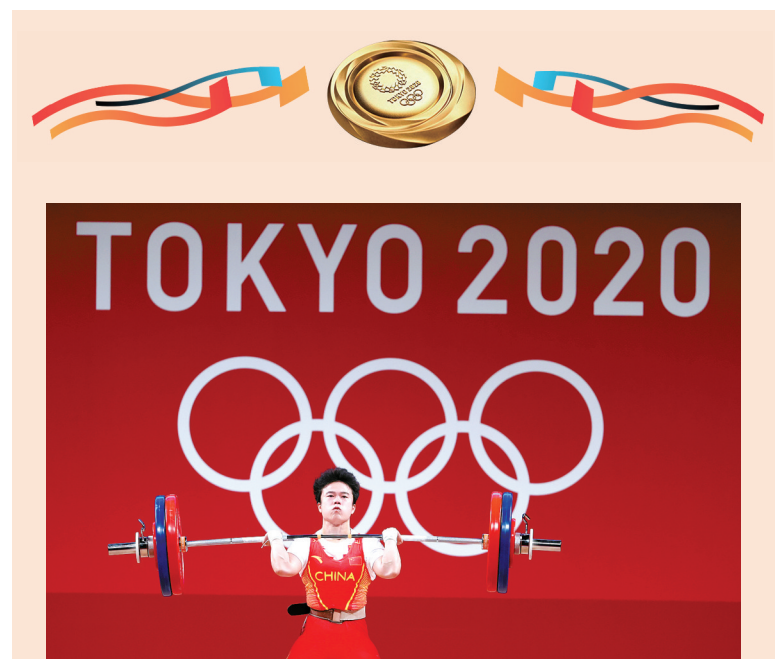
对于比赛中的发挥，杨倩说：

“整个比赛过程当中我也一直在调整自己的心态，也紧张，所以整场打下来自己内心感觉也是挺艰难的，因为不断地在调整自己的心态。至于现场的音效，我们平时在训练当中也进行了专门的训练，所以我觉得这对我来说已经很正常了。”

处变不惊，坚决果敢，杨倩在首金争夺战中展现出了强大的心理素质，但她在平时生活当中的性格与比赛时并不相同。“我属于比较乐观的性格，平时生活中大大咧咧，比较开朗一些，但是对于训练、对于学习我还是会很认真地对待的。”杨倩说。

杨倩目前是清华大学经济管理学院的一名大三学生，因为疫情原因，她特地申请了休学，全心备战东京奥运会。“等到比赛结束之后，我再重新回到校园当中。”杨倩说。

首金拿下，重要任务完成，长时间没能回家的杨倩也想爸爸妈妈了。记者问她最想吃什么妈妈做的什么菜，她回答只要是妈妈做的都喜欢吃。“我最想吃的是油焖大虾。”她补充道。



## 举重——女子49公斤级： 侯志慧夺得冠军

7月24日，侯志慧在比赛中。

当日，在东京奥运会举重女子49公斤级决赛中，中国选手侯志慧夺得冠军。（新华社发）



## 击剑——女子个人重剑： 孙一文夺得冠军

7月24日，孙一文在颁奖仪式上。

当日，在东京奥运会击剑项目女子个人重剑决赛中，中国选手孙一文以11比10战胜罗马尼亚选手波佩斯库，夺得冠军。（新华社发）