

浙江泳将全面出击

跳水和游泳将会是第4个比赛日最大的焦点，无论是女子双人10米跳台的比赛，还是男子200米蝶泳、女子200米个人混合泳以及男子4X200米自由泳接力，都有中国选手的身影，不仅竞争激烈，而且夺牌夺金希望不小。而浙江选手也将在伦敦绽放出不一样的浪花。

传统优势项目不仅仅在跳水项目上，举重男子69公斤级同样是中国举重队的强项。获得过世锦赛该项目挺举和总成绩金牌的宁波选手唐德尚因为伤病状态不佳，成了奥运会的看客，因此代表中国出赛的就是全国锦标赛冠军林清峰，他的硬实力不如廖辉，也缺乏国际大赛经验，但奇迹也有可能发生。

作为世界上第一位赢得世锦赛个人单项金牌的95后选手，杭州姑娘叶诗文将在女子200米个人混合泳上努力争冠。她的师哥吴鹏同样会亮相男子200米蝶泳决赛中，虽然菲尔普斯将会全力以赴向三连冠冲击，但曾经三次战胜过他的吴鹏不会轻易让他得逞。

与此同时，男子4x200自由泳接力项目也是国人瞩目的焦点赛事，在去年的上海世锦赛上，宁波选手汪顺和孙杨等人一起摘铜创造了历史，这次泳将们的目标仍是冲击奖牌，而汪顺也非常有可能再次在该项目上亮相。

虽然女子体操团体赛，中国队是以卫冕冠军身份出战，但在2010年和2011年世锦赛上，中国队都只是获得季军，从整体实力上来说中国女队还是要比美国队和俄罗斯队稍逊一筹，想要卫冕难度不小。



菲尔普斯

当日金点



7月31日22:00
女子双人
10米跳台

陈若琳/汪皓配对以来至今保持不败，她们在这个项目配合日臻成熟，并在2010年世界杯、2011年世锦赛和2012年世界杯上实现了三连冠，优势在不断扩大，女双10米跳台金牌无疑已经被中国队提前计入金牌榜了。对手方面，加拿大的本菲托/费利恩尽管实力不俗，但发挥稳定性一般，整体实力对比来看，陈若琳/汪皓的主要对手就是自己，如果能控制住失误，夺金问题不大。



8月1日02:47
男子200米
蝶泳决赛

男子200米蝶泳因为有菲尔普斯和吴鹏而备受关注，蝶泳是“菲鱼”的看家项目。已经拥有奥运14金的菲尔普斯就是想将这一数字提升至20枚，在该项目上“菲鱼”除了个人要完成三连冠外，也要替美国队拿下在奥运会该项目上的第10金。曾在2007年世锦赛获得银牌的吴鹏，几经沉浮后依然保持不错的状态。去年至今，吴鹏曾三次在该项目上击败菲尔普斯。菲尔普斯在伦敦奥运会上绝不会掉以轻心，他在今年美国选拔赛上游出1分53秒65的成绩，排名世界第一，也是今年唯一游进1分54秒的选手。吴鹏想拿冠军还是一个很困难的任务。



8月1日03:39
女子200米
个人混合泳决赛

美国的库科尔斯和澳大利亚的库茨原本是夺冠热门，但去年世锦赛一鸣惊人的叶诗文可谓一战惊天下，2分08秒90的成绩也创造了非高科技泳衣的世界纪录。从特点来说，叶诗文四个泳姿实力平均，唯一不足的就是国际大赛经验比竞争对手稍显缺乏，当然若表现出不畏强敌的冲劲，那么冲金的希望就会大许多。今年叶诗文游出了世界排名第二的成绩，仅比第一名落后0.05秒。

女篮女排迎来恶战

奥运会第5个比赛日将首次迎来夺金高潮，一共有20枚金牌将在射击、游泳、赛艇、跳水、举重、乒乓球等项目产生。而除了金牌项目之外，中国女篮和女排将全面出击，分别迎战小组赛对手，而且比赛都将非常关键。

在游泳方面，女子200米蝶泳这次由北京奥运会冠军刘子歌和焦刘洋组成双保险。而在女子4x200米自由泳接力项目上，已经连续两届奥运会摘得银牌的中国队现在最大的希望当然是战胜美国队和澳大利亚队，从而登上最高领奖台。

国球乒乓球的女单决赛也会在本日进行，应该来说，这个项目的金牌是属于中国队的丁宁和李晓霞。不管她们谁夺冠，中国乒乓球女单都将实现奥运会七连冠。

除了这些金牌赛事，更受关注的将会是球类项目。中国女篮将迎战小组赛第三个对手安哥拉队，安哥拉队实力相对较弱，若想小组出线此役非胜不可。中国女排则会在小组赛第三轮中与上届奥运会亚军美国女排对战，2008年两队在小组赛阶段就曾遭遇，中国女排在两度领先的情况下不仅被美国女排顽强追平且最后决胜局告负输球，而现在美国女排的实力稳居世界第一，人员储备雄厚的美国女排将是俞家军伦敦之行所面临的 strongest 对手。



丁宁

当日金点



1日22:00
跳水男子双人
3米板决赛

随着王峰淡出比赛，男双3米板中国最终确定了秦凯/罗玉通配对。尽管他们已经在2010年世界杯、2011年世锦赛和2012年世界杯实现大赛三连冠，但男子项目向来都是国外对手冲击的重点，在难度上可能与竞争对手无太明显的优势，但无论默契程度还是动作完成方面他们都要强出不少，在伦敦两人只要发挥出自身水平这枚金牌就不会旁落。



1日22:30
乒乓球
女单决赛

女单派出丁宁和李晓霞参赛，如果不出意外，她们俩有望会师决赛。生于1990年的丁宁是国乒队这个奥运周期里的最大发现，她在2011年拿到世乒赛和世界杯冠军，如果在伦敦继续登顶，她成为最短时间内完成大满贯的选手。而如果决赛与李晓霞碰面，球路、心理均占据上风，她赢的几率更大。



2日03:09
女子200米
蝶泳决赛

作为2008年北京奥运会上中国泳军唯一的夺金项目，当时的冠亚军刘子歌和焦刘洋将再次联手出击。在刘子歌竞技状态有所下滑的情况下，焦刘洋似乎有望一圆奥运冠军梦，不过日本的星奈津美、英国选手甘迪以及澳大利亚名将施佩尔也都具备很强的实力。



刘子歌



当日赛程

- 31日 16:00 男篮预赛 中国VS俄罗斯
 - 31日 17:23 游泳女子200米蝶泳预赛
 - 31日 20:45 曲棍球女子 比利时VS中国
 - 31日 21:00 射击男子飞碟双向决赛
 - 31日 22:00 女子双人10米跳台决赛
 - 31日 22:30 举重女子63公斤级决赛
 - 31日 23:00 柔道女子63公斤级决赛
 - 31日 23:10 柔道男子81公斤级决赛
 - 31日 23:30 竞技体操女子团体决赛
 - 8月1日 02:00 举重男子69公斤级决赛
 - 8月1日 02:10 击剑男子花剑个人决赛
 - 8月1日 02:39 女子200米自由泳决赛
 - 8月1日 02:47 男子200米蝶泳泳决赛
 - 8月1日 03:00 乒乓球男子单打1/4决赛
 - 8月1日 03:39 女子200米个人混合泳决赛
 - 8月1日 03:47 男子4x200米自由泳接力决赛
- (以上均为北京时间)



当日赛程

- 1日 18:15 女篮预赛 中国VS安哥拉
 - 1日 21:10 女子水球预赛匈牙利VS中国
 - 1日 22:00 男子双人3米跳板决赛
 - 1日 22:30 举重女子69公斤级决赛
 - 1日 22:30 射击女子25米手枪决赛
 - 1日 22:30 乒乓球女子单打决赛
 - 1日 23:30 体操男子个人全能决赛
 - 2日 02:00 举重男子77公斤级决赛
 - 2日 02:30 男子200米蛙泳决赛
 - 2日 03:00 男子重剑个人决赛
 - 2日 03:09 女子200米蝶泳决赛
 - 2日 03:17 男子100米自由泳决赛
 - 2日 03:00 女排预赛 美国VS中国
 - 2日 03:30 女子佩剑个人决赛
 - 2日 03:57 女子4x200米自由泳接力决赛
- (以上均为北京时间)