

丁俊晖：为中国台球欣喜 为突破自我努力

没有丁俊晖，或许就没有中国台球如今的发展。从丁俊晖在2005年中国公开赛决赛击败“台球皇帝”亨德利、夺得属于中国人的首个斯诺克排名赛冠军后，中国的台球运动便在他的引领下迎来了一个新的时代。在接受新华社记者专访时，这位中国台球的旗帜性人物坦诚与坦率地分享了如今的感受与期待。



丁俊晖

“中国台球人都非常开心的一天”

自丁俊晖夺得2005年中国公开赛冠军开始，到赵心童拿下2025年世锦赛冠军，中国台球用20年的时间，完成了一杆147分“满分杆”。回想起赵心童夺冠的那一天，丁俊晖说，那是中国台球人都非常开心的一天。

“挺感动的，从赵心童第一场我们就很关注，一直到最后他走到顶峰，其实不光是我，应该是中国台球人都非常开心的一天，也是我们共同努力的成果。”他说，“在这条路上，我们其实走得太久，也很孤独，一路走来，很多人希望能够出现一个中国选手站在世界最高级别的赛事领奖台上，披着国旗去举起奖杯。其实我是希望有更多的球员跟我一起并肩，一起前进，这也是我们所有台球人希望看到的。”

“谢谢晖哥当年的坚持与突破，让我们今天能站在更宽的跑道上继续奔跑。”这是夺冠之后，赵心童在丁俊晖的评论区的留言。丁俊晖当年踏碎的门槛，如今成为年轻一代中国选手起飞的跑道。

“以前相对来说封闭一点，中国选手在那儿本身就没有先例，所以在赛场上我们遇到的阻力会更大一些。”丁俊晖说，“现在他们在各个方面其实都已经是最完善和完美的状态，剩下的就是自己尽可能地希望能够帮助到他们。我们这一代的选手一路走来遇到的问题，我尽可能会帮助他们避免，这样才能够在赛场上更好地体现竞技水平。希望年轻的一辈努力做好自己，去超越前辈们的成绩，去做更大的突破。”

“他（赵心童）夺冠对中国来说非常重要，意义非常大。”丁俊晖说，如何利用好这个机遇也很重要。“未来的发展规划，包括我们在赛事的机制、青少年培训、教育的融合、可持续性发展上，应该思考更多一些。其实这一代的关注度已经非常高，但如何在今后一代一代地传承下去，这可能需要我们更多的思考。”



赵心童

中式台球大有可为

在接受采访的当天，丁俊晖作为推广大使出席了独牙传奇中式九球国际巡回赛全球总决赛，如他所言，这也是保持台球、尤其是中式台球关注度的方式。

“看到这么大赛事的举行我非常开心，因为有60多个国家和地区能够参与到这个赛事中来，所以我们中式台球在国际上的影响力是越来越大的。”他说，“很多老朋友退出斯诺克职业圈之后，也会回到国内参加中式台球。这是一个很好的发展平台，同时也是一个很好的推广平台，让更多青少年去了解学习。”

丁俊晖一直很看重赛事对于青少年的影响力：“首先我觉得中式台球适合青少年，它对性别的要求也不高，所以说更方便去推广。我自己从事这个行业，获得了一些成绩，也希望通过自己去吸引到更多青少年。”

刚满6岁的“垫子哥”吴一人拖着自制的增高垫打球的视频近期在网络上走红，丁俊晖也看到了他的视频。“从他打球的身影子当中也看到我们小时候对打球的热爱，他的出现也是代表着很多小朋友对台球的热爱。打球其实也能提高孩子们的专注度，对他们的思维方式、逻辑、抗压性都是有帮助的。”

丁俊晖表示，中式台球走到今天已经被很多国际台球组织认可，而中国在这方面的培训、赛事体制包括商业规划已经在国际上处于领先地位。“现在在中式台球赛事不止在中国，在东南亚、欧洲也有，已经国际化了，也有更多外国人把比赛侧重点放在中国版图上。”

中式台球中的八球将在今年于成都举行的世界运动会上亮相，肖国栋、白雨露等中国台球人也将在该届运动会上的斯诺克等多个项目中主场作战。

“我之前参加过一次，希望他们能打得更好一些。肖国栋在过去一两个赛季成绩是非常好的，大家对他的关注度也更高了一些，白雨露也是中国女子最厉害的一位选手，非常希望看到他们能够站在最高领奖台上。”

丁俊晖也一直用行动诠释着“坚持”的意义。经历了长期的冠军荒之后，2024年，他在南京国锦赛上捧得桂冠。夺冠后，他与家人们在球台边留下一张温馨的合照，那个画面也留在了许多人的脑海中。

“其实非常激动，很久没有夺冠了。大家也知道是很多年了，大概5年多。我也是一直在坚持，让自己努力地走到每一个比赛的最后那几轮，甚至获得冠军。对我来说，这几年的坚持和努力还是有回应的。”

“所以说，一次次的失败也不代表什么，我们更多的是坚持，去做好准备，去打好下一场比赛。”他说。

展望职业生涯未来的目标，丁俊晖说，还是希望能够突破自己，也希望影响更多人关注台球。

新华社

胡金秋等

入选中国男篮集训名单

中国篮球协会9日公布了最新一期的中国男篮集训名单，胡金秋、周琦等老将和参加美职篮选秀的新锐杨瀚森等23名球员入选。

这份新出炉的名单包括新科中国男子篮球职业联赛（CBA）总冠军浙江广厦队的胡金秋和朱俊龙，获得联赛亚军的北京首钢队有周琦、曾凡博和雷蒙3人入选。此外，名单中还有张镇麟、赵睿、胡明轩、徐杰、余嘉豪等国家队常客以及杨瀚森、赵嘉义、刘礼嘉、王浩然、刘金雨等年轻新锐，旅外球员赵维伦和王俊杰也榜上有名。

中国队主教练郭士强表示，本次集训是为了备战8月在沙特阿拉伯举行的男篮亚洲杯赛。中国男篮被分入C组，同组对手包括沙特阿拉伯队、印度队和约旦队。

“本次亚洲杯是中国男篮备战2028年洛杉矶奥运周期的重要赛事，我们将积极备战，在比赛中展现出团结拼搏、坚韧顽强的球队精神，在每一场比赛中全力以赴，力争取得优异成绩。”

据郭士强介绍，集训名单的制定主要着眼于2025年男篮亚洲杯备战，同时为2027年男篮世界杯、2028年洛杉矶奥运会考察、锻炼和储备人才。在球员选择上，教练组不仅考察他们在联赛、全运会资格赛等比赛中和国家队各期集训中的表现和状态，也综合考虑年龄结构、技战术特点、队伍的位置需求和对手情况等因素，并充分评估了运动员的伤病情况。

郭士强说：“我们也全力支持年轻球员走出去，到更高的平台提升技术，展现能力。队伍一直在与旅外球员保持密切沟通，他们表达了响应国家队征召、为国效力的意愿，并将在结束海外必要活动后第一时间归队合练。队伍以球队整体磨合提升为出发点，统筹考量海外联赛选秀球员和旅外大学生球员的选秀和集训计划以及归国时间，结合与队伍今夏备战计划的契合度，最终确定了本次的集训名单。”

除部分旅外的运动员外，其他所有集训人员计划于6月13日报到。6月13日至7月23日，队伍将在国家体育总局训练局组织集训。此外，中国男篮计划进行8场热身赛，对手包括突尼斯队、荷兰队、委内瑞拉队和波黑队。

新华社



竞技体育项目奖牌。



群众赛事活动奖牌。

全运会奖牌“同心跃”发布

第十五届全国运动会奖牌10日正式发布，奖牌取名“同心跃”，设计融合粤港澳大湾区发展脉搏、中华优秀传统文化与全运历史传承。

奖牌设计团队负责人介绍，竞技体育项目奖牌重354.5克，一面正中上方的会徽由代表粤港澳三地的花瓣交叠扭转形成同心礼花，下方牡丹花托举而上，寓意粤港澳大湾区依托祖国的坚实后盾蓬勃发展，为民族复兴贡献力量；另一面中间的吉祥物中华白海豚手举火炬，周围浪涛造型的数字“15”将全运会届别与体育精神的传承结合。

群众赛事活动奖牌重232克，一面刻有会徽和运动会名称，另一面则是吉祥物中华白海豚浮雕及毛泽东同志的题词“发展体育运动增强人民体质”，彰显“全民全运，全民惠民”的理念。

在细节方面，奖牌挂扣采用了港珠澳大桥的同心结造型，寓意三地同心、紧密团结、共同发展。奖牌边缘特意设计了66道纹路，代表全国运动会已走过了66年历程。奖牌绶带以“三花映牡丹”为纹样，左右对称印有会徽、运动会举办地和时间。

第十五届全国运动会将于2025年11月9日至21日在广东、香港、澳门举行。

新华社

夏天跑步按温湿调配速

在炎热潮湿的夏季跑步，可能会觉得迈不开腿、心率飙升，并有明显的疲劳感，这背后其实潜藏着两大“训练杀手”——高温和高湿。其实，只要基于温度和湿度适当调整配速（每跑1千米所需时间），就能让跑步变得更高效、安全。

高温狭义指高于35℃，广义为高于25℃。高湿是相对湿度在70%以上。通常来说，较为舒适的跑步气温是10—13℃，相对湿度为40%—60%。跑步时，肌肉会消耗能量，大部分能量以热量形式损失，使身体核心温度升高。一般来说，身体主要通过出汗和皮肤表面散热来调节体温。但在高温高湿环境中，汗液容易积聚在皮肤表面，蒸发慢、散热效率低，体温更难维持在安全范围内，从而可能引发运动耐力

和效率降低、心率上升、疲劳、头晕、脱水，甚至中暑、呼吸困难等一系列问题。

当前，很多城市最低气温超过25℃，最高气温超过35℃，相对湿度超过60%。此类环境下，科学调整跑步配速，才能充分保障运动的舒适度和安全性。夏天调整跑步配速的简单做法就是降低速度，具体如何降、降多少，有一套量化的步骤。

第一步：确定露点温度。露点温度是指空气中的水蒸气达到饱和，并开始凝结成露珠或水珠的温度，是衡量空气中水分饱和度最有用的指标。在具体实践中，可通过大多数天气APP查到此刻的气温与相对湿度，部分会显示露点温度。如果未显示，可结合气温、相对湿度通过“不同气温与相对湿度对

应露点温度表”找到与之相对应的露点温度。

第二步：计算天气因素值。将气温与露点温度相加，得到天气因素值。举例来说，35℃、相对湿度70%的情况下，露点温度为28.7℃，天气因素值为35+28.7即63.7℃。

第三步：查询配速调整系数并计算新配速。通过“配速查询表”，查找天气因素值对应的配速调整系数，并基于原配速和公式“新配速=原配速×（1+配速调整系数）”计算得到新配速。配速值越大，速度越慢。举例来说，若天气因素值为63.7℃，则对应的配速调整系数为8%—10%；当原配速是6分钟/千米时，新配速应为6.48—6.6分钟/千米，即每千米用时6分29秒—6分36秒。

生命时报