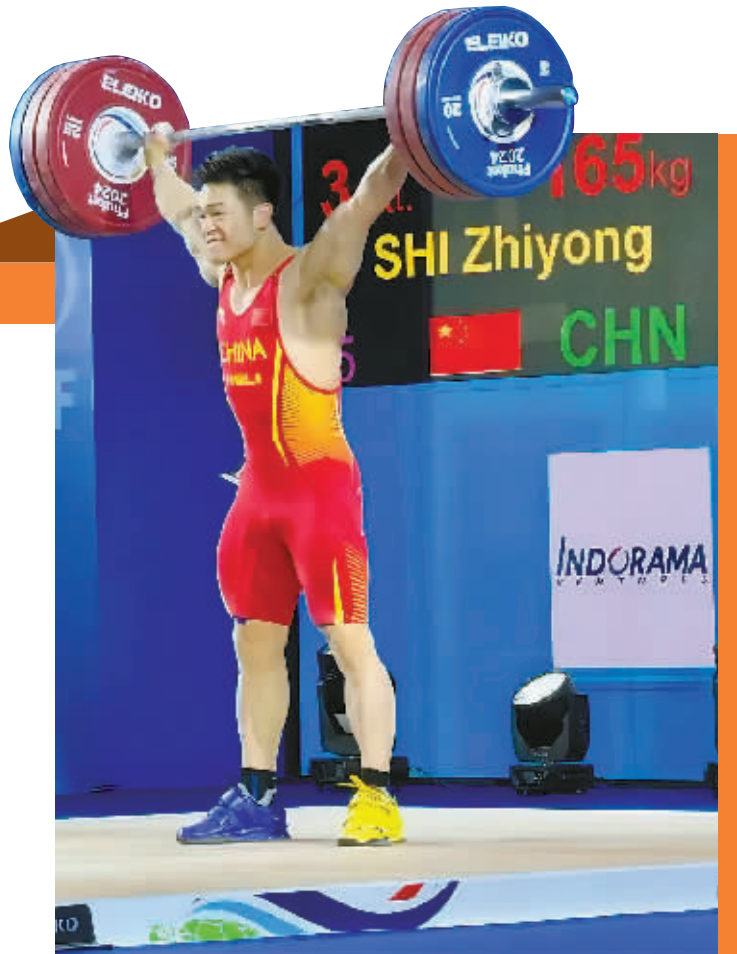




石智勇全力备战：

状态比世界杯时更好 让我看见无限的希望

“前天刚到山东体育学院日照分校，大约要在这边训练一周时间。计划本周末回北京，然后在北京一直训练到出征巴黎。”昨日，宁波举重名将石智勇告诉记者，他正全力备战巴黎奥运会，“目前状态比泰国世界杯时更好。”



石智勇在泰国世界杯比赛中。新华社发

1 「三朝元老」困难与机会同在

今年，石智勇的目标是第三次登上奥运会冠军领奖台。此前两届奥运会他都是金牌得主：2016年里约奥运会夺得举重男子69公斤级金牌；2020年东京奥运会夺得举重男子73公斤级金牌。

5月10日，中国举重队公布了参加巴黎奥运会的阵容名单并进行公示，石智勇名列其中。当天，石智勇也难掩兴奋，在朋友圈宣布“巴黎奥运我来了”：“看到名单公示那一刻，心里还是非常激动。2016年巴西里约奥运会，2021年日本东京奥运会，现在2024年法国巴黎奥运会，一届比一届难打，但是必须坚定信念，明确目标向前冲！法国巴黎奥运会我来了！”

由此，他也成为征战奥运会的“三朝元老”，这是一种荣耀，同时意味着更多的辛苦付出。对于“年龄不饶人”几个字，运动员会比常人更加深刻的认知——体能下降，伤病增多，规则变化等，往往都是老将们的“绊脚石”。

进入巴黎奥运会周期，石智勇从一开始就无比艰难。由于腰伤实在严重，这个周期的前两年，他几乎没有系统训练过。直到杭州亚运会后，才进行系统训练的尝试。去年12月的卡塔尔举重大奖赛，是石智勇东京奥运会夺冠后，时隔862天重返国际赛场，当时

他的总成绩为340公斤。

去年底至今年初的冬训阶段，石智勇一直在“疯狂试探和极限拉扯”，试探保持高强度训练与避免伤病恶化的界限在哪里，拉扯冲击大重量试举与扛住腰伤疼痛的极限在何处。

今年4月初在泰国举行的举重世界杯，是各国选手为获取巴黎奥运会资格必须参加的一站赛事。这次比赛也是中国举重队制定的奥运选拔办法中的一项重要赛事，是奥运阵容选拔考量的重要依据。

比赛中，石智勇以抓举165公斤摘金，总成绩356公斤拼下银牌，他在男子73公斤级的奥运资格排名提升至世界第二。“这个总成绩只是完成了赛前设定的‘底标’，‘高标’是360公斤。比赛结束后我觉得很遗憾，没有完成‘高标’，以为自己去巴黎希望不大了，就把举重鞋也送人了。隔了一天去看男子89公斤级比赛，国家队队友比得也不是很好，我觉得自己可能还有机会，又把送人的举重鞋给要回来了……”近日，石智勇接受央视采访时透露了当时的小插曲。

最终，中国举重队按照选拔办法参考资格赛成功率、对手实力、大赛经验、技术稳定性等进行综合评定，石智勇入选奥运参赛名单。

2 让自己更强「感觉特别幸福」

巴黎奥运会举重比赛将于8月7日至11日在法国南巴黎竞技场6号馆进行。眼下离奥运比赛只有一个多月时间，冲刺阶段的备战非常关键。接下来石智勇必须做好伤病控制、保持系统训练，全力恢复到最好水平。

泰国世界杯比赛中，比石智勇足足年轻10岁的印尼小将朱尼安斯亚以365公斤的总成绩夺冠，并刷新了石智勇保持的世界纪录，他将是巴黎奥运会上石智勇最强劲的对手。

“他确实很厉害。不过，举重和那些对抗性项目不一样，对抗性项目要去研究对手，要抓对手的弱点，举重项目关键是做好自己，不要过多考虑对手的成绩怎么样。”石智勇认为，“研究对手应该是教练想的事情，我要做的就是按教练的要求完成好训练，努力去举起设定的目标重量。”

目前，石智勇在控制伤病的同时保持着系统训练，他用“太幸福了”几个字形容自己的感受。“这两年多来，我经常是每上一个强度就要歇两三天。最近是每天都能练，就感觉特别幸福，一天天积累起来，自己就会变得更强。”石智勇说，目前感觉状态要比世界杯比赛时更好，“让我看见无限的希望。”

记者 戴斌

分类信息 [刊登热线] 56118885 56118880

法律服务 87295238 商务信息 低价出售红木家具 15888038607

燃气灶专家爷玛喜 发明锅底不黑烧菜快的节能环保，爷玛喜新能健康燃气灶，解决了因问题排放的苯和二氧化碳、挥发的甲醛、滋生的细菌引发的燃气事故。 联系电话：18957456281 专利号：ZL 2016 1 1033002.6

关于送达《关于征求补偿决定方案意见的通知》等的公告 管敬宝(男,身份证号码:33022719630214****)、周兆军(男,身份证号码:33022719691021****),现依法向你们公告送达原鄞县求精液压机械有限公司所有的位于宁波市高新区梅墟工业区明达路全部的工业房地产业的《关于征求补偿决定方案意见的通知》及其附件《关于梅墟北区旧城改造项目被征收人管敬宝、周兆军(原鄞县求精液压机械有限公司)工业房地产业的补偿决定方案》、《被征收人选择补偿方式意见书》。请你们自本公告之日起30日内到梅墟街道拆迁办(高新区梅墟街道天韵荟4号楼53、54号,联系人:王挺,联系电话:88487087)领取,逾期视为送达。请你们在送达之日起十五日内就补偿方式选择提出书面意见,并反馈至宁波高新区房屋征收中心(联系人:王挺,联系地址:高新区梅墟街道天韵荟4号楼53、54号梅墟拆迁办,联系电话:88487087)。逾期未选择补偿方式的,补偿方式由补偿决定确定。 宁波市鄞州区人民政府 2024年6月12日

三声明公告

- 轨道交通7号线(体育馆站-曙光路站区间、曙光路站)被征收人谢银华(身份证号码:330204195510203074)遗失私有住宅房屋征收产权调换协议(编号:鄞政发202225-0027)一份,私有住宅房屋征收产权调换核算单(编号:鄞政发202225-0027)一份,声明作废
- 余姚市宇帆毛纺厂遗失公章一枚,编号3302190035763,声明作废
- 王鸿焯遗失保险销售从业人员执业证书一份,执业证编号00001733020000002020000735,发证日期2020年11月10日,登记日期2020年9月3日,声明作废
- 蒋亮英遗失保险销售从业人员执业证书一份,执业证编号00001733020000002021000134,发证日期2021年4月10日,结束日期2024年4月9日,登记日期2021年4月10日,声明作废
- 宁波皓锐体育文化发展有限公司遗失财务专用章一枚,声明作废
- 宁波永承海蒙工程技术服务有限公司遗失财务专用章一枚,声明作废

- 宁波蓝湾劳务有限公司遗失劳务派遣经营许可证正、副本各一本,编号:330205202305150037,声明作废
- 宁波湖林居旅游管理有限公司遗失公章一枚,声明作废
- 唐磊、折雪丽遗失农银人寿保险股份有限公司宁波分公司保险销售从业人员执业证,编号分别为:00009233020000002023000191、00009233020000002023000183,声明作废
- 宁波北仑新碶绿之苑花艺坊遗失财务专用章一枚,声明作废
- 宁波海曙海隆纺织品有限公司遗失公章一枚,声明作废
- 宁波拓锐信息科技有限公司遗失公章(编号:3302120413519)一枚,声明作废
- 慈溪市周巷镇新潮村社会组织服务中心遗失公章一枚,编号33028210110603,声明作废
- 宁波博源装饰材料商行遗失公章、法人章(范琴彩)各一枚,声明作废
- 慈溪戈弟塑料制品经营部遗失公章一枚,编号:33028210208977,声明作废
- 宁波及青科贸有限公司遗失公章一枚,编号33020310106556,声明作废

- 宁波乐乐纸制品有限公司遗失公章一枚,声明作废
- 浙江问天文化传媒有限公司遗失合同专用章一枚,编号33021110107460,声明作废
- 宁波市北仑区春晓周末农场遗失公章一枚,编号3302060241777,声明作废
- 宁波市江东三上计算机科技有限公司遗失营业执照正、副本,统一社会信用代码91330204MA2GFTFQ4B,声明作废
- 宁波北仑慧东商务服务有限公司遗失营业执照正、副本各一本,统一社会信用代码:913302063404856226,声明作废
- 宁波北仑慧东商务服务有限公司遗失公章一枚,编号:330206174329,声明作废
- 宁波锦誉贸易有限公司遗失公章一枚,编号33021210145809,声明作废

余姚大隐 福寿墓园 民政部门批准的正规墓园,位于大隐镇交通便捷环境优美,南面靠近玉佛寺边上入口,东面通途路到底,桥下入口。 公交:33路和156路到马车桥站下,301路玉佛寺站下。 地铁:1号线高桥西站下。 免费汽车接送(需提前预约) 电话 0574-62915168 13957891168 18968376365

宁波市育王三墓园 本墓园是民政部门批准的正规墓园,位于阿育王寺大门正南面(过铁路桥洞往左40米),价格亲民,交通便利,来必接送。 公交:155路、162路或轻轨一号线宝幢站下车。 预约电话:88339061 13567920891

北仑福寿墓园 福寿墓园是民政部门批准的一家园林式公墓,园内山水相映犹如公园。平时长期有每穴1-2万元低价墓惠民。本园交通方便,即将通行的坝头路延至通途路距墓园约300米。从宁波市区、镇海乘地铁2号线终点站红联站A出口乘701路到新凉亭下即到。宁波至北仑的788、789公交站堰山站下车乘701路新凉亭站下车即可。 在建甬舟高铁北仑西站就在附近300米内。 来客车辆接送,提前预约:86226769、13906690756、13646665189