余依婷比赛资料照片。

全国游泳锦标赛

余依婷收获7金 成为大赢家

2025全国游泳锦标赛暨全运会资格赛在成都落下帷幕。一周前刚刚在赛场度过20岁生日的宁波泳将余依婷，在最后一个决赛日收获两金，至此，她在本届赛事中累计获得7枚金牌，成为赛场大赢家。

本届全国游泳锦标赛于9月5日至12日进行，在8个竞赛日里余依婷连夺7金，夺冠的个人项目是女子200米个人混合泳、女子400米个人混合泳、女子50米蝶泳，另外她还与浙江队队友在4项接力赛中夺得冠军，分别是女子4×100米自由泳接力、女子4×200米自由泳接力、男女4×100米混合泳接力、女子4×100米混合泳接力。

余依婷表示，此次全国锦标赛对于她来说是一次非常新奇的体验：“之前进行了高原训练，在高原训练结束后没有过多调节便投入到了全锦赛的比拼中，有许多方面需要继续适应，包括可能会有醉氧的情况，这几天睡觉的时间特别多。第四个比赛日时才明显地感觉自己的身体恢复到了平原状态。”

余依婷说，此次比赛作为备战全运会的一场练兵，自己在战术上做出了新的调整。“以赛代练，把比赛当成训练来游，我在比赛中尝试了新游法。希望看看自己的训练水平现在在哪个高度，找一下感觉。”

老将汪顺也将此次全锦赛作为以赛代练、提升短板的“训练课”，这次他参加了男子100米自由泳和100米蛙泳两个项目。“蛙泳确实比较薄弱，参加这个比赛希望能够帮助到全运会。”汪顺表示，希望通过此次全锦赛补足自己在混合泳中的不足，“也希望通过这个比赛，保持比较好的状态。”

在男子100米蛙泳决赛中，汪顺获得第四名。他坦言，尽管1分01秒30的成绩没有达到1分01秒以内的目标，“但三枪（预赛、半决赛、决赛）也是把自己的成绩一步步往前推”。“三枪成绩，一枪比一枪好。我希望通过一些学习与交流，给队友或者其他游泳爱好者分享关于蛙泳的技术。”汪顺表示，尽管由于身体条件的原因无法在蛙泳这一单项上取得很好的成绩，但自己的学习经验可以帮助到更多人。

在100米自由泳预赛中，汪顺以49.13秒刷新个人近5年最佳成绩。“希望能够通过这个比赛帮助自己的混合泳，也希望在后面像全运会这样的大赛中能为队伍出一份力。”他说。

孔雅琪（中）在比赛中。图片源自组委会

小将孔雅琪在女子4×100米自由泳接力预赛中出场，帮助浙江队挺进决赛。决赛中，浙江队以3分38秒73的成绩绝杀山东队夺得冠军。女子4×200米自由泳接力孔雅琪也是在预赛中出场，帮助浙江队挺进决赛。决赛中，浙江队以7分51秒61的成绩获得冠军。由此，孔雅琪也以2金结束本届全锦赛之旅。

我市另一位小将严窕珊在女子4×200米自由泳接力决赛中与范亚琦、柳雅欣、余依婷一同代表浙江队登场，严窕珊第一个开棒，助浙江队收获了这枚金牌，她个人也实现了全锦赛夺金的目标。

另外，宁波泳将刘海洋在男子1500米自由泳决赛中游出15分37秒09，获得第七名；林宇宸在男子100米蝶泳决赛中游出53秒14，刷新个人最好成绩，获得第五名。

记者 戴斌 通讯员 陈皎宇 范晓磊

抢世界排名积分 180余名魔方高手在甬比拼

9月13日，2025WCA宁波魔方秋季赛在江北区全民健身中心举行。这是近几年在我市举行的较大规模高水平魔方赛事之一，因为此次比赛是WCA认证的赛事，获得优胜的选手可获世界排名积分，所以吸引了省内外180余名高手参加，包括从新疆过来参加比赛的选手。

比赛场景。组委会供图

世界魔方协会（WCA）成立于2003年，主要致力于举办魔方的速拧、盲拧和最少步等项目的赛事。通过世界魔方协会认证的比赛成绩可以记载入世界排名，运动员则可获得世界排名积分。

目前开展的魔方比赛项目包括三阶魔方速拧、二阶魔方速拧、四阶魔方速拧、五阶魔方速拧、六阶魔方速拧、七阶魔方速拧、三阶魔方盲拧、三阶魔方最少步、三阶魔方单手速拧、五魔方速拧、金字塔魔方速拧、魔表速拧、斜转魔方速拧、SQ1魔方速拧、四阶魔方盲拧、五阶魔方盲拧、三阶魔方多个盲拧等。

今年6月，国家体育总局将魔方运动归类于智力运动项目，由国家体育总局棋牌运动中心管理，并且成立了中国魔方工作委员会。这对国内魔方运动而言是一个里程碑事件，意味着魔方不再是儿童玩具和社会体育活动，魔方运动已经正式步入运动竞技的殿堂。

在此背景下，2025WCA宁波魔方秋季赛广受全国各地魔方运动爱好者关注，报名通道开放后名额“秒光”。“我们这次比赛是由WCA认证的赛事，WCA认证代表全程监督赛事。比赛项目设置三阶速拧、二阶速拧、三阶单手速拧、金字塔速拧、斜转速拧五个项目。”宁波市幼儿体育协会副秘书长朱嘉辉告诉记者，参加此次比赛的选手中，宁波本土选手约占三成。

此次比赛由江北区体育总会指导，宁波市幼儿体育协会主办，宁波甬立方魔方体育发展有限公司承办，旨在搭建一个魔方竞技的国际化平台，培育和挖掘本土魔方人才，同时也进一步推动该项目发展。

“作为一项老少皆宜的健身益智项目，我们希望把魔方运动在宁波更好地普及推广，让更多市民特别是青少年参与进来。我们宁波也培养了不少魔方项目的高水平选手，其中一些选手在全国大赛中拿过奖项。”朱嘉辉透露，目前市幼儿体协已经针对幼儿园小朋友在编写魔方入门教程，接下来将走进幼儿园为小朋友们讲解授课，让小朋友们参与这项脑力运动，培养大家的逻辑思维。

“一般来讲，三岁的孩子就可以玩魔方，四五岁的孩子经过训练，就可以熟练掌握三阶魔方技能。”朱嘉辉说，今后我市也将举办更多青少年魔方赛事，为孩子们创造交流、挑战的机会。 记者 戴斌 通讯员 李永清

助听器工厂特价进行中

宁波万聆助听器，近30年专注科学验配，值得信赖！

特惠活动时间：**9月19日-9月21日**

一、活动期间选配助听器**最高可享3折起**，旧机折价换新，免费测听+免费深度保养！二、活动期间工厂特惠零售价30%，付款立减。现场可抽取红包。三、斯达克绚音系列享受5-8年超长保修。四、听力科学小贴士：**眼镜式骨导助听器**，可以满足国人骨导适配需求，聆听舒适更便捷！

活动期间福利：（1）全新数字耳背机低至988元/台！（不参与红包抽取）；（2）凭旧机和听损身份验证免费赠6粒装进口电池！（3）凭残疾证、老年证、军人证等，家属及亲友均可享受特价优惠！

地址：宁波市海曙区柳汀街646号

公交：7、22、28、357、364、503、504、506、507、622路到柳汀立交桥西下车。

咨询电话：18968325717

0574-87293412