

# 张伟丽：吃饭、睡觉、训练，迎接卫冕战

还有一个多月，UFC(终极格斗冠军赛)现任女子草量级冠军、中国名将张伟丽就将迎来她重夺“金腰带”后的首场卫冕战——在美国波士顿的UFC292比赛中对决阿曼达·莱莫斯。张伟丽在接受记者采访时表示，在任何对手可以想到的方面，她都做了非常充分的准备。

## 100%专注的卫冕战

去年11月，张伟丽裸绞终结草量级冠军卡拉·埃斯帕扎，重夺金腰带。此后，她出席活动、接受采访、录制综艺节目、拍摄广告、登上杂志封面，享受了短暂又难得的假期。今年3月，张伟丽前往泰国，恢复了高强度训练，为接下来的比赛做准备。

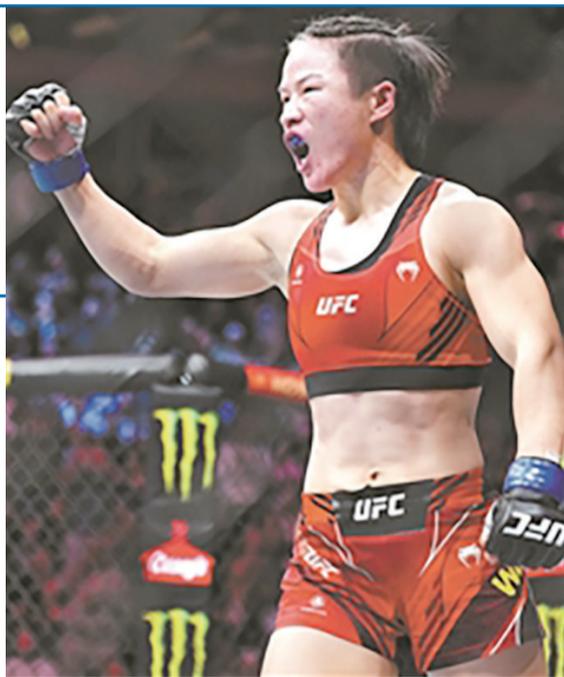
“我在这边的生活非常简单，每天就是吃饭、睡觉、训练，真的就是这样。每天专注去做这些事，我觉得挺好的。”张伟丽说。

很快，UFC便敲定巴西人莱莫斯挑战张伟丽的金腰带。35岁的莱莫斯排名女子草量级第四，职业战绩为13胜2负1平，其中8次KO(击倒)、3次降服对手。莱莫斯以犀利的打击能力见长，速度快、力量大、爆发力强，同时也拥有不错的地面能力。她在比赛中倾向于速战速决，是一名不容小觑的对手。

张伟丽对莱莫斯有着充分的了解和认可：“莱莫斯是一个非常全面的对手。我在她还没有进入前15的时候看过她的比赛，那时候我觉得她肯定能打上来，隐隐约约感觉我们在未来的某一天会打一场比赛，没想到真的来了。这应该是一场激战。”

“排名前几的选手里面，每一个人都是‘怪物’，每一个选手都非常有威胁。你需要100%认真对待，100%的专注来迎敌，一点不能分神。”

张伟丽在泰国的备战一直以基础为主，专



注于弥补自身短板，同时在摔跤、站立、地面等方面都做好了充分准备。日前，她已经前往美国拉斯维加斯的UFC精英训练中心，与她的柔术教练和新的站立教练会合，在将近六周的时间里更多针对8月19日的比赛进行战术方面的模拟训练。

“我现在状态挺好的，很放松，就是专注于眼前的事情，每一天、每一节课。我觉得心情好的时候身体就好，身体好的时候心情就好。”

训练中倾尽全力、心态上淡然自若，这或许是当下对张伟丽最好的形容。在得知将迎战莱莫斯时，32岁的张伟丽表示自己“很淡定，没有特别激动的感觉”。

“其实我现在没有压力。卫冕者的心态和挑战者是完全不一样的，我特别了解作为一个挑战者的心态是什么样，因为我之前都是挑战者。(但是现在)我会把我自己当成一个挑战者，我挑战的就是我自己。当你真正把所有精力放

在自己身上的时候，你会感觉很快乐，很轻松，而且效率更高。”

## 万众期待的“中国德比”

不久前的UFC288比赛中，中国女子草量级选手闫晓楠首回合TKO(技术性击倒)杰西卡·安德拉德。她取胜后在八角笼中表示，希望UFC接下来可以安排“中国德比”，让她挑战现任草量级冠军张伟丽。

赛后，闫晓楠的排名来到草量级第三。由于排名第一的埃斯帕扎怀孕、排名第二的罗斯·娜玛尤纳斯升重到蝇量级，紧随其后的闫晓楠和莱莫斯便成为了金腰带最有力的挑战者。但出于种种原因，张伟丽的卫冕战并没有像广大中国拳迷期待的那样成为一场“中国德比”。

张伟丽坦言和闫晓楠并没有就此有过多交流，后续比赛还要看卫冕战的结果以及官方安排，但她觉得“有可能会看到这场比赛”。

自2019年8月在深圳42秒速胜安德拉德赢得草量级金腰带后，张伟丽还没能回到国内进行比赛。算上本场卫冕战在内，除UFC275落地新加坡外，其余五场比赛都在美国举行，让张伟丽总是面对客场作战的种种影响。

尽管已经突破自己、不再被客场外部环境所困扰，但张伟丽还是非常希望可以在国内打一场比赛。“在国内打比赛的状态非常好，大家都给我加油。我特别希望可以在中国‘粉丝’面前打比赛。”

今年5月，UFC赛事自2019年后首次回归中国。目前UFC阵中除张伟丽和闫晓楠外，宋亚东、李景亮和苏木达尔基也都在各自的量级打出名堂；李凯文、益扎、茸主等选手也在UFC精英之路赛事中表现出色，为UFC正式合同奋力一搏。随着中国军团在UFC阵容中的不断壮大，中国拳迷家门口的“中国德比”或许指日可待。(据新华社 董意行 卢羽晨)

## 携手赛前不认识的搭档 徐一璠挺进温网混双决赛

徐一璠与来自比利时的弗列根12日击败一对荷兰和印尼组合，挺进温网混双决赛。中国姑娘透露，和搭档赛前完全不认识，没想到配合默契程度还不错。

徐一璠/弗列根当日以6:1、3:6和6:3胜出，13日将与7号种子帕维奇/基切洛克争夺冠军。她透露，本来是想和张之臻搭档，因为大家熟悉，“就觉得一起打会挺好玩”。结果两人排名不够，徐一璠也并不要再找新搭档。“自己有很多伤病，然后我就觉得要不要保护自己一下，只打个女双就好。”徐一璠说。

没想到，好几个可以直接排进正赛签表的男选手向她发出邀请，她才想着试一试，但选中的弗列根，她之前完全不认识，不过和她一样是“左撇子”。

两人首轮就淘汰了2号种子，然后又连赢3场闯进决赛。不过，曾两次打进大满贯女双决赛的徐一璠只想把决赛当成一场平常的比赛，“没有把它看得很重”。

34岁的徐一璠坦言，女双项目她是很想回到大满贯决赛的，“但是有时我认为自己越是这样想，可能越不好拿到。所以我希望自己现在把目标看淡一点”。“我能做到的就是尽量去享受比赛，然后训练还是要100%投入，进一步提高水平。”她说。

(据新华社 张薇 肖亚卓)

## 内蒙古自治区第十届少数民族传统体育运动会闭幕 呼和浩特市代表团斩获一等奖18个

呼和浩特晚报讯(记者 许婷)12日，内蒙古自治区第十届少数民族传统体育运动会各项比赛结束，呼和浩特市代表团展现出各族运动健儿奋力争先、勇于拼搏的良好精神风貌，最终斩获一等奖18个、二等奖40个、三等奖31个，一等奖和奖牌总数均实现历史性突破，在本届运动会上名列12个盟市前茅。

本次赛事呼和浩特市代表团派出127名选手参加中国式摔跤、赛马、男儿三艺、民族健身操、蒙古射箭、蒙古象棋、布鲁、押加、毽球、搏克、武术、射弩等12个大项72个小项的比赛，以及搭建蒙古包(表演项目)。其中，中国式摔

跤项目获得一等奖3个、二等奖4个、三等奖5个；民族健身操项目获得一等奖2个、二等奖1个；男儿三艺项目获得一等奖1个、三等奖1个；速度赛马项目获得二等奖7个、三等奖4个；射弩项目获得一等奖8个、二等奖15个、三等奖2个；射箭项目获得一等奖1个、二等奖3个、三等奖10个；布鲁项目获得二等奖3个、三等奖2个；武术项目获得一等奖3个、二等奖5个、三等奖2个；搏克项目获得三等奖3个；押加项目获得二等奖1个；蒙古象棋项目获得二等奖1个、三等奖2个；搭建蒙古包表演项目荣获参与奖杯。

## 樊振东重回乒乓球男单世界第一

在国际乒联11日公布的最新一期世界排名中，中国队选手樊振东反超队友王楚钦，重新回到男单世界第一的位置。樊振东在日前结束的世界乒乓球职业大联盟(WTT)球星挑战赛卢布尔雅那站上夺得男单冠军，本期排名上升一个名次，位列第一。上一期生涯首次登顶的王楚钦排名第二，老将马龙位居第三。

男单世界第四至第十的运动员分别为张本

智和(日本)、卡尔德拉诺(巴西)、林高远(中国)、梁靖崑(中国)、张禹珍(韩国)、约奇克(斯洛文尼亚)、莫雷加德(瑞典)。

女单方面，中国队运动员孙颖莎、陈梦、王艺迪、王曼昱、陈幸同、钱天一位列前六。

排名女单第七至第十的运动员分别是伊藤美诚(日本)、早田希娜(日本)、申裕斌(韩国)和韩莹(德国)。(据《太原晚报》)