

张伟丽：轻松愉快迎接“中国德比”



北京时间14日，UFC(终极格斗冠军赛)将见证其历史上首次在冠军战上演的“中国德比”——由现任女子草量级冠军张伟丽迎战现女子草量级排名第一的闫晓楠。

作为UFC300比赛的联合主赛，张伟丽当地时间13日将在美国拉斯维加斯迎来她2022年底重夺草量级冠军头衔后的第二场卫冕战。

张伟丽日前接受记者专访时透露，她在本场卫冕战敲定前，曾和现任女子蝇量级冠军亚历克莎·格拉索达成口头协议，将升重至蝇量级进行比赛。但出于多方面考虑，张伟丽还是决定留在草量级进行卫冕战，并最终促成了与闫晓楠的对决。

张伟丽表示：“这(对阵闫晓楠)肯定是一场非常精彩的比赛，场上瞬息万变，我不会给自己设限，不会去想要打站立或者摔跤。上场以后我会用自己的本能去展示和表达。”

与偏向站立型的闫晓楠相比，张伟丽打法更为全面，地面技术占优、终结能力强，比赛中打摔结合的手法近些年也愈发成熟。进入UFC后的8场胜利中，张伟丽有2次降服、2次KO/TKO(击倒或技术性击倒)、4次判定取胜。在闫晓楠的8场UFC胜利中，仅有去年5月的UFC288比赛中首回合TKO前草量级冠军杰西卡·安德拉德取胜，其余皆通过判定获胜。

“综合格斗的要求就是什么都得会，不能偏科、不能有短板。无论是力量、体能、技战术，还是站立、摔揉等等，我们需要在各个方面不断加强自

己的能力。”张伟丽说。

在美国备战的7周左右时间里，张伟丽保持着周一至周六、每天五六个小时的训练节奏：上午训练、按摩、午饭、午休、继续训练。唯一的休息日中，教练有时也会要求她出去跑步。

“每天我们出门的时候太阳大大的，回来的时候天都黑了，吃饭、收拾一下就睡了。每天生活都很充实，每天都有一些变化和进步，我很开心。备战一切都在顺利进行当中。”她说。

很快，张伟丽将正式进入格斗周的节奏，开始降重并迎来备战的最后冲刺。“(降重)一切都没有问题。因为我前期准备得非常充分，现在身体状态各方面都非常好。感觉轻松愉快，我觉得这个心态也是很重要的。”张伟丽说，“不要给自己压力，只需要很轻松、很开心地去面对就可以了。我们没有必要提前制造焦虑，只要专注做好当下。”

张伟丽认为，这种轻松愉快的底气更多来自日复一日的训练和团队中所有人的付出，“我做好每一堂训练课、做好每一个细节，就会养成这样的习惯”。(据新华社 董意行 卢羽晨)

举重世界杯： 刘焕华男子102公斤级 刷新世界纪录夺冠



4月8日，刘焕华在比赛中。新华社记者王腾摄

8日在泰国普吉岛举行的2024年举重世界杯上，中国队刘焕华凭借挺举的绝对优势，赢得男子102公斤级的挺举和总成绩2枚金牌，并刷新这2项的世界纪录。

首先进行的抓举比赛并不是刘焕华的优势项目，他凭借第二把试举181公斤名列第5。

挺举比赛刘焕华充分展现了自己的实力。他第一次试举举起全场最大的开把重量220公斤，第二次试举225公斤成功锁定挺举和总成绩金牌。他第三次试举232公斤成功，以抓举181公斤、挺举232公斤、总成绩413公斤刷新了挺举和总成绩的世界纪录。

刘焕华赛后表示，今天的比赛完全发挥了自己的训练水平，甚至有所突破，抓举比赛留下了一些遗憾，但挺举的发挥比较完美。“打破挺举和总成绩世界纪录是我赛前的目标，所以今天的比赛也是完成了自己的目标。”他说。

对于巴黎奥运会，刘焕华说：“我自己心里对去奥运会是特别渴望的。中国举重还没有100公斤以上级别的奥运冠军，很多前辈已经铺了一条路，我希望有机会把这条路铺成，成为中国举重100公斤以上级别的第一个奥运冠军。”

本次泰国举重世界杯3月31日至4月11日举行，是获取巴黎奥运会参赛资格必须参加的一站赛事。(据新华社 林昊 王腾)

阿不都沙拉木当选 2023—2024赛季CBA常规赛MVP



阿不都沙拉木(右)在吉林九台农商银行队球员防守下进攻 新华社记者胡虎虎摄

中国男子篮球职业联赛(CBA)8日公布了2023—2024赛季常规赛各奖项，新疆队的阿不都沙拉木荣膺最有价值球员(MVP)。

本赛季常规赛，阿不都沙拉木全勤出战52

场比赛且51场首发，平均每场上场35.0分钟，贡献19.0分、10.2个篮板和4.4次助攻，投篮命中率超过50%。在他的带领下，上赛季仅排名常规赛第17位的新疆队本赛季高居常规赛第二，成了夺冠热门之一。

在教练生涯的第4个赛季、来到新疆队执教的第2个赛季，新疆队主帅邱彪本赛季率队取得41胜11负的战绩，位列常规赛第二，球队胜率达到了78.8%，他也因此荣膺最佳教练员。

其他奖项评选中，青岛队的杨瀚森当选最佳防守球员和最佳星锐球员，浙江队的吴前当选最佳第六人，上海队的李弘权当选最具进步球员，深圳队的萨林杰当选最佳国际球员。

国内球员第一阵容为：阿不都沙拉木(新疆)、胡金秋(广厦)、杨瀚森(青岛)、赵继伟(辽宁)、孙铭徽(广厦)。

国内球员第二阵容为：张镇麟(辽宁)、齐麟(新疆)、余嘉豪(浙江)、胡明轩(广东)、崔永熙(广州)。

最佳国际球员阵容为：萨林杰(深圳)、詹姆斯(天津)、沙约克(山东)、布莱克尼(南京)、鲍威尔(青岛)。

(据新华社 林德初 李博闻)

中伊国家武术散打对抗赛将在呼和浩特举办

本报讯(记者 杨志伟)4月8日，记者从“中伊国家武术散打对抗赛推介会”上获悉，中伊国家武术散打对抗赛将于4月27日至5月3日在我市举办。

据了解，本次比赛由国家体育总局武术运动管理中心、中国武术协会、伊朗武术协会、呼和浩特市人民政府、内蒙古自治区体育局联合主办，呼和浩特市体育局、呼和浩特市足球运动与社会体育发展中心承办。

比赛采用散打规则，分为男子70kg、75kg、80kg、85kg、90kg5个级别，女子60kg、65kg、70kg3

个级别，共8场散打比赛。比赛期间，还将开展中伊武术散打国家队武术进校园活动，将走进呼和浩特市体育运动学校、内蒙古师范大学附属第二学校等5所学校，开展现场教学、交流、互动等相关内容的活动。

据介绍，本次比赛首次以国家队的形式在国际武术散打领域展开交流，这不仅是一场体育竞技的盛宴，更是两国文化交流的重要平台。主办方希望通过这样的活动，让更多的人了解武术、热爱武术，同时能够为推进共建“一带一路”文化交流做出积极贡献。