

龙江链球名将罗娜：

为3年后的巴黎！

拼了



罗娜

憋足劲头投入训练

27日，面对记者，罗娜不愿意多谈自己的首次奥运会之旅。对她来说，无论成绩还是名次，东京奥运会都不是一次愉快的经历。作为2018年亚运会和2019年亚洲田径锦标赛该项目的冠军，她的目标是登上奥运领奖台。而在最近几年，她的成绩曾一度稳定在75米左右，这样的成绩放在本届奥运会上也有一定竞争力。然而，由于种种原因，她在本届奥运会上并没有处于最佳状态，铩羽而归。这种失落感，让她倍感压力。为了鼓励罗娜尽快走出阴霾，24日她回到哈尔滨时，省田径中心相关领导、她的父母，以及启蒙教练刘继冠、体能教练单成不约而同地到机场迎接，为的就是让她能第一时间感受到来自家乡亲人们的支持。

刘继冠介绍，罗娜回国隔离期间，没有一天停止训练。在北体大的隔离房间内，罗娜备齐了所有能在室内使用的训练器材，每天由刘继冠、单成通过视频连线指导训练；隔离后期可以到室外训练场，她更是抓紧一切能够利用的时间。“她回来以后，我本来计划让她25日上午歇一歇，下午再训练。她说‘不歇了，哪还有时间休息啊’，所以回来这些天，除了今天（27日）上午去进行例行核酸检测，她根本就没歇，今天下午还要进行力量训练”，刘继冠告诉记者。

据了解，结束奥运征程回国后，国家田径队对每名队员的表现进行了系统的分析总结，罗娜本人更是表达了要为3年后的巴黎奥运会奋力一搏的决心。

有的放矢调整状态

3年后罗娜31岁，对于一般运动寿命比较长的女子投掷项目来说，这并不是一个很大的年龄。像本届奥运会女子铅球冠军巩立姣，是32岁；而获得女子链球银牌的王峥，更是将于年底年满34岁。而她们中的很多人，也都有过从失利到扬眉吐气的奥运经历，刘继冠认为，她们都可以成为罗娜的榜样。“罗娜还比较年轻，更重要的是她没有过大的伤病，她完全有机会在未来的奥运会上取得好成绩。”对自己从小带大的罗娜，刘继冠有足够信心。

对于如何让罗娜在未来3年内重新回到一个比较高的竞技水

平，刘继冠也有着自己的看法。他认为，罗娜目前“长板很长，短板很短”，长板是肌肉力量达到了高水准，但本来具有优势的动作灵活性、流畅性有所下降，心肺功能等也不足以支撑运动水平。“拿心肺功能来说，就好比是武侠小说中说的‘内力’，理想状态下应该是由内而外地发力，而不是单纯依靠肌肉力量。我和国家队科研教练有过沟通，一致认为现阶段当务之急是对罗娜的各个方面进行调整。国家队科研教练和我都认为，未来3年，要让她每一次的成绩提升都能巩固住，这就需要在训练和参赛计划上做得更加细致

科学。比较这个奥运周期只有3年，不会留给我们犯错再纠错的时间。”

值得一提的是，罗娜回到哈尔滨后，她的父母也一直陪伴在她身旁，训练也一直在场。对于现阶段的罗娜来说，家人的陪伴能够从心理上给她更大的支持。而在近几天的训练中，罗娜又投出了70米以上的成绩。尽管只是小进步，但仍足以让教练和家人感到欣喜，“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，距离全运会还有不到一个月，希望罗娜能以此为起点，在3年的巴黎奥运周期里，一步步迈向新的巅峰。

亲哥俩连夜“奔袭”
领大乐透千万大奖

生活报讯（许褚）8月23日开奖的体彩大乐透第21097期，全国开出1注基本投注一等奖，奖金1000万元，花落四川省达州市。次日一早，中奖者来到四川省体彩中心兑奖大厅领取了大奖。

前来领奖的是一位中年男子，他所持的中奖彩票是一张10+2复式票，中出一等奖1注、四等奖25注、六等奖100注、八等奖100注、九等奖26注，单票擒奖1009万元。

据中奖者介绍，这张彩票是他与哥哥共同购买的，他负责选号和投注。开

夫妻俩喜领大乐透990万
继续工作 奖金存银行

生活报讯（一晨）8月16日开奖的大乐透第21094期，浙江杭州购彩者李女士（化姓）喜中1注一等奖990万元。8月18日上午，在爱人的陪同下，她来到浙江省体育彩票管理中心领奖。

李女士说，她和丈夫当天累了一天，晚上早早睡下了，直到第二天中午

空闲时间翻看手机，才知道自己中了一等奖。但由于下午还要忙，并没有选择马上来领奖。“这注号码我再熟悉不过，多年购彩，说经验真没有，就是凭借自己的感觉选号。”李女士说，“这5注号码后区是一样的，前区也是就变动了几个号码，这都是我自己选号所得。”



体育彩票

黑龙江省体育彩票管理中心协办



欧冠夺冠赔率
巴黎居首 曼城次席

生活报讯（金刀）北京时间8月27日凌晨，2021/2022赛季欧冠小组赛分组揭晓，曼城和巴黎在小组赛相遇，看点十足。而曼联、切尔西、尤文、皇马、国米等都是在实力相对分明的小组，出线形势非常好。欧洲各大机构也第一时间更新了欧冠最新的夺冠赔率。

从目前欧冠最新夺冠赔率看，巴黎1赔4排名第1，而曼城则是1赔4.50排名第2，拥有豪华阵容的巴黎并没有被机构“捧上天”，夺冠前景也仅仅是“谨慎乐观”而已。排名夺冠赔率第3的则是拜仁1赔8、切尔西1赔9第4、利物浦1赔10排名第5位。

而本赛季欧冠夺冠赔率榜最悲惨的非巴萨莫属，夺冠赔率仅为1赔21略显落魄，和尤文并列。身前的皇马则是1赔17、身后的马竞则是1赔26，西甲几支球队的夺冠前景都是比较暗淡的。

记录时代风云 推动社会进步

星期天

2021/8/29
星期日
辛丑年七月廿二



主管/主办：黑龙江日报报业集团 出版：生活报社 国内统一连续出版物号：CN 23—0017 代号：13—37 总第 11492 期 今日 8 版

国家级示范区揭牌 吉页油平1井揭牌



古龙页岩油1号试验区压裂施工现场 殷定斌 摄

振奋！

大庆打响页岩油新会战

斑马线前，
礼让行人如何让？



扫码看现场实录

29日	白天	多云	22°C
	夜晚	晴	13°C
30日	白天	多云	21°C
	夜晚	晴	14°C
31日	白天	晴	25°C
	夜晚	晴	15°C

龙头新闻

更亲 更近 更懂你



畸形饭圈：
以爱为名的厮杀

A03、04

4 种 报料方式
本报官微 本报官博
龙头新闻APP 生活报网

