

湛江籍全国跳水冠军郑钧之积极备赛力争佳绩

人生不设限 逐梦新赛场

记者 卓朝兴
实习生 关安倩

6月23日是奥林匹克日。近日,在紧张的训练之余,22岁的湛江籍跳水选手郑钧之接受了记者的连线采访,他说道:“这段时间一直很忙,5月30日比完全国跳水冠军赛,6月1日就回到了广州,开展紧锣密鼓的赛后总结和训练,7月份要去德国参加世界大学生夏季运动会,回来之后还要准备11月份的全运会跳水赛……我会刻苦训练,争取好成绩,为祖国与家乡争光!”

郑钧之(左一)代表广东队获得2024年全国跳水冠军赛男子双人10米台项目亚军。
受访者 供图

成长

海滨泳场成就了跳水梦

“家乡湛江的水土孕育和滋养了我!”郑钧之2003年出生于坡头区南三镇,在小学一年级时,他与跳水结缘,当时他在霞山海滨游泳场被启蒙教练陈建华选中。得知消息后,郑钧之的父母给予了儿子极大的鼓励与支持,对他说:“就当是去玩水,不用有压力,大胆尝试。”在父母温暖的话语和期许的目光中,郑钧之怀揣着好奇与期待踏入训练场地。没想到,这一试,他便深深爱上了跳水,自此踏上了充满挑战与荣耀的跳水生涯。

海滨游泳场一直是湛江市水上项目训练的重要基地之一,先后为国家培养输送了众多优秀的跳水、帆船、游泳、花泳项目运动员。训练初期,郑钧之只能利用课余时间,在每天下午放学后的5点至7点,准时奔赴海滨游泳场进行训练。尽管时间有限,但他凭借过人的天赋和超乎常人的刻苦,直面挑战、超越自我,在一轮又一轮的选拔中崭露头角。2014年,凭借扎实的功底和出色的表现,郑钧之入选广东省跳水队,向着更高的目标迈出了坚实的一步。

磨砺

榜样激励,砥砺前行

郑钧之走进位于广州二沙岛的广东省跳水队训练基地,跳水便完成了

从课余爱好到专业运动员使命的蜕变。在这里,高强度的体能训练和反复打磨的动作练习,艰苦程度远超想象。但正是身边良师益友的陪伴与鼓励,成为他在困境中坚守的力量。

提及榜样,郑钧之言语中满是钦佩:“广东队的谢思埸大哥,是我最敬佩的跳水运动员。看他训练时,每个动作都力求完美,对自己近乎苛刻的要求,让我明白——想要出类拔萃,就必须付出更多。”而2021年全运会跳水男子团体项目比赛,更是郑钧之运动生涯中浓墨重彩的一笔。比赛中,由于队友意外失误,巨大的压力瞬间袭来。好在教练敏锐察觉到他的不安,在旁不断鼓励:“别紧张,相信自己!”带着这份信任,郑钧之调整状态,沉着应战。最终,他与小伙伴们齐心协力,夺得冠军。这枚金牌意义非凡,不仅是他收获的第一个全国大赛重要奖项,更让他坚定信念,立志成为一名出色的跳水运动员。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。近年来,郑钧之屡获佳绩。在2022年全国跳水冠军赛男子双人10米台决赛中,他和队友莫永华获亚军;2023年,在全国跳水锦标赛暨巴黎奥运会、多哈世锦赛选拔赛上,他助广东队夺得混合全能项目金牌;在2024年全国跳水冠军赛中,他摘得男子双人10米跳台和男子个人全能两枚银牌;在2025年全国跳水赛上,他代表广东队参赛,取得混合团体冠军和男双10米台亚军。

乡情

念恋家乡情,拳拳赤子心

湛江亲人们对郑钧之屡获佳绩,表示热烈祝贺。郑钧之满是感激地说道:“亲人是强大的后盾。他们常叮嘱我,比赛要保持平常心,享受过程才最重要,既不要因胜利而骄傲自满,也别被失败轻易打倒。”这些来自家乡的温暖箴言,让他在赛场上始终保持从容。如今,他不再为比赛设定严苛目标,而是专注于自我提升,以平和心态在竞技场上稳步前行。

常年在广州集训的郑钧之,始终将湛江视为心底最温暖的港湾。回忆起去年9月那次难得的假期,他仍难掩眷恋。当时,他回到家中,听听音乐,训练的疲惫与压力瞬间消散。妈妈亲手熬制的沙虫粥、鲜嫩多汁的皮皮虾等这些家乡独有的风味,更是他心心念念的美味。夜幕降临时,漫步在湛江奥体中心,感受着轻柔的海风与迷人夜景,这份惬意成为他最珍贵的放松时光。

作为从湛江走出去的运动员,郑钧之始终心系家乡跳水事业的发展。他感慨道:“湛江的跳水氛围特别浓厚,越来越多孩子爱上这项运动,家长全力支持,大众热切关注,‘跳水之乡’的美誉名不虚传!”同时,他也分享了自己的见解,建议广大青少年要注重锻炼,要有吃苦耐劳、奋勇拼搏的精神,争取续写湛江跳水事业的辉煌。

省青少年帆船锦标赛暨十五运会测试赛
湛江队斩获
2金3银2铜

本报讯 记者卓朝兴 实习生李婧报道:经过为期四天的激烈争夺,6月23日,由广东省体育局主办,广东海上项目训练中心、广东省帆船协会协办的2025年广东省青少年帆船锦标赛暨第十五届运动会帆船项目测试赛在汕尾落幕。其中,湛江队表现出色,共斩获2金3银2铜。

据悉,作为我省级别最高的青少年帆船锦标赛,本次比赛是检阅各地市平时训练成果的舞台。而且,第十五届全国运动会帆船项目将于2025年10月20日至30日在汕尾红海湾举办,此次比赛更是检验十五运会汕尾赛区执委会筹备工作的重要节点。

在本次比赛中,湛江队表现出色,共夺得2金3银2铜,还有1个第四名、1个第五名、1个第六名和1个第七名。其中,在女子甲组帆板T293级团体赛上,“湛将”肖钰瑶、黎汶获得金牌;在男子甲组帆板风筝双向板级场地赛个人项目里,“湛将”金春晖获得金牌。

据介绍,帆船帆板项目在湛江有着优良传统。33年前即1992年,“湛将”张小冬曾在巴塞罗那奥运会上勇夺女子帆板奥林匹克航线赛银牌,为中国乃至亚洲实现了奥运会水上项目奖牌“零的突破”,那也是湛江籍运动员历史上获得的第一枚奥运会奖牌。近年来,湛江市帆船帆板队又涌现了不少很有潜力的新星,有望为广东乃至中国帆船帆板运动发现、培养和输送更多的优秀运动员。

