

全红婵赛后发微博：“我真棒”



特派记者卓朝兴

11月2日晚压轴进行的女子团体女子双人10米跳台比赛，广东队选手组合全红婵/王伟莹与上海队选手组合陈芋汐/掌敏洁的竞争，相当于是几天后的女子双人10米跳台单项比赛的“预演”。最终，全红婵/王伟莹以235.86分获女团双10米台第一名，陈芋汐/掌敏洁以234.96分列第二，广东队组合只赢了0.9分！

但就是这不到1分的微弱优势胜出，让伤愈复出的全红婵大受鼓舞。2日赛后，她连夜在个

人微博上发出“我真棒”。短短三个字，使大家看到了这位百折不挠“湛将”的信心和斗志。

队友们也对可爱的“婵宝”鼓励有加。2日赛后的新闻发布会上，当本报记者让全红婵的广东队队友、中山运动员陈艺文评价一下全红婵在女团赛上的表现时，陈艺文连连点赞：“全红婵很棒！超棒！”

湛江籍运动员王伟莹在赛后接受记者采访时，坦言与全红婵配对练女双10米台项目还不到一个月时间。“我们平时搭档比较少。全红婵（10米台技术）比我更好，我就向她学习，两人一起变好。”22岁的王伟莹还笑着说，遇到困难时，一般都是18岁的全红婵鼓励她——“要相信自己，尽力就好！”

将于11月6日晚进行的女子双人10米跳台单项决赛，不断磨合，日益默契的“湛将”组合全红婵/王伟莹，能否为广东队再次带来好消息，拭目以待！



11月3日晚，男子团体3米板比赛现场，全红婵现身为队友加油助威。 本报记者郎树臣 摄

跳水赛场“湛将”闪耀



11月3日晚，十五运会跳水比赛男子团体双人十米跳台在广东省奥体中心游泳跳水馆举行，广东队夺冠。 组图/本报记者郎树臣 摄



湛江籍运动员莫永华/莫钧之组合。



“湛将”何超。



湛江籍选手朱子锋。

湛江原创歌曲《湛蓝的约定》发布

本报讯（记者卓朝兴）为迎接第十五届全国运动会开幕，宣传和推介“鲜美湛江”，近日，湛江原创歌曲《湛蓝的约定》上线发布。

据悉，《湛蓝的约定》由吴怡、杨清宇作词，徐兆霆作曲，吴怡和徐兆霆/莫松萌演唱。湛江艺术学校青年声乐教师吴怡介绍，《湛蓝的约定》以“海上国宝”、十五运会吉祥物中华白海豚为创作音乐灵感，联合词、曲、演唱团队，历经数月打磨推出。歌曲以“湛蓝”为情感纽带，灵动串联起湛江和海洋的共生关系，深情聚焦“守护海洋”与“人与自然和谐”的主题。歌词巧妙运用“浪花”“白海豚”“红树林”“南粤海岸”等鲜活具象元素，以湛江海洋生态为背景，通过意象的层层递进，引人入胜。整首歌旋律青春洋溢、节奏欢快轻盈，既兼具文学诗意的传唱性，又如画卷般展现了海洋生态的活力，是富有艺术价值与现实意义的佳作。



本报讯（记者潘洁婷 通讯员黄云）11月3日，湛江市少林学校内锣鼓喧天，醒狮腾跃，第十五届全国运动会群众比赛空手道项目广东省代表出征仪式在此举行。由1名领队、3名教练、14名运动员及1名队医组成的19人队伍，踏上奔赴澳门的决赛征程，将于11月6日至8日在澳门向全运会群众比赛空手道项目奖牌发起冲击。

作为享誉全国的空手道队伍，广东省空手道队由广东省体育局与湛江市少林学校共建。在全运会赛场上，队伍战绩斐然，连续在第十三届、第十四届全运会空手道男子个人型项目摘金，展现出强劲的实力。此次第十五届全运会，队伍延续良好势头，在群众比赛空手道项目的两站预赛8个小项中斩获14张决赛“入场券”，成功锁定14个决赛席位。

17岁的小将毛就盛是队伍中的亮眼新星。2021年他与空手道结缘并迅速展露天赋，加入校队后历经5年磨砺，6次征战全国赛事，今年斩获

醒狮助威踏征程

广东空手道队14将剑指十五运决赛



11月3日，出征仪式举行。 本报记者张锋锋 摄

全国U系列比赛团体型第二、个人型第五等佳绩。此次预赛，他与队友再度拿下团体型亚军，为备战决赛，三人组开启了高强度训练模式。“这几个月以来，我们都是上午上课，下午、晚上训练，每天练习近8小时，是平时

3小时训练量的两倍多。”毛就盛介绍，获得决赛资格后，近半年里团队针对预赛中失误动作强化训练，通过反复打磨提升熟练度与默契度，“教练的细心指导让我们信心十足，目标就是冲击金牌。”

跳水赛场跃动“湛江精神”

□关月

11月2日晚，第十五届全国运动会跳水比赛首个项目——女子团体赛在广州决出金牌。三名湛江籍运动员表现出色，助力广东队在主场成功卫冕。（11月3日《湛江日报》）

十五运会跳水女子团体决赛的碧波之上，三位湛江籍运动员的轻盈跳跃，不仅为广东队主场卫冕作出关键贡献，更让“坚毅、坚韧、坚强”的湛江精神在竞技舞台上熠熠生辉。这片红土地，向来以敢拼敢闯、百折不挠的品格滋养儿女，而运动员们在赛场上的每一次起跳、每一次拼搏，都写下了城市精神最鲜活的注脚。

坚毅，是湛江人刻在骨子里的不屈底色，更是运动员直面挑战的精神底气。湛江地处南海之滨，世代与风浪相伴的渔民，早已将“劈波斩浪敢弄潮”融入血脉。作为奥运冠军，全红婵的“复出”承载着无数期待，双人10米台的角逐中，她与王伟莹需在短时间内磨合默契、适应节奏。面对各地强手的冲击，她们顶住压力，以235.86分的高分夺冠，“我真棒”源自对目标的坚定执着。而在单人10米台赛场，王伟莹以372.70分摘金，梅颖芯在双人3米板斩获铜牌，三位姑娘在不同项目中各自发力，用稳定发挥回应挑战，这份坚毅，既是湛江人乘风破浪的勇气延续，也是竞技体育中突破自我的核心动力。

坚韧，是湛江人在时光淬炼中沉淀的品质，映照出运动员日积月累的付出。跳水运动的每一次完美入水，都源于千万次的重复训练。湛江南海之滨的水土，孕育了儿女吃苦耐劳的韧劲。全红婵的“水花消失术”，是常年在训练馆与池水为伴的打磨；王伟莹能在单、双人项目中双线告捷，离不开日复一日对技术细节的雕琢；梅颖芯在双人跳板中展现的稳定发挥，背后是无数次起跳、翻腾、入水的反复校准。这份“台上一分钟，台下十年功”的坚韧，让运动员们在高强度赛事中保持最佳状态，也让湛江精神有了最生动的“现场解说”——没有捷径可走，唯有久久为功。

坚强，是湛江人抱团取暖的奋进密码，在团队协作中绽放的硬核力量。作为沿海城市，湛江的繁荣始终离不开“拧成一股绳”的团结之力，渔民出海时的相互扶持、迎战台风中的众志成城，早已将“万众一心”的信念深植人心。比赛中，三位湛江籍运动员分工协作，覆盖了团体赛4项中的3项，从单人项目的孤军奋战到双人项目的默契配合，她们相互支撑、彼此成就。他们放下个人得失，以团队荣誉为己任，用集体的坚强抵御挑战，这份“心往一处想、劲往一处使”的合力，正是湛江人团结奋进的精神写照，也是团队制胜的关键密码。

跳水赛场的跃动，是湛江精神的生命演绎；运动员的拼搏，是城市品格的鲜活传承。“坚毅、坚韧、坚强”从来不是抽象的口号，而是跳水女将们腾空而起的力量，是湛江这座城市生生不息的底气。赛场之上，她们用拼搏诠释“争气”；赛场之外，这份精神足以让全体湛江人“燃”起来。愿这跃动的湛江精神，化作冲刺四季度的强劲动能，激励湛江儿女以坚毅破局，以坚韧砺能，以坚强聚力，在各条战线勇挑重担、奋勇争先，决战决胜“全年红”！