

22支队伍从海南走向奥运

训练基地为“国字号”队伍作出“海南贡献”

2024年巴黎奥运会8月12日落下帷幕。中国体育代表团获得40金、27银、24铜共91枚奖牌，取得了我国1984年全面参加夏季奥运会以来境外参赛历史最好成绩。从去年冬季到今年年初，中国乒乓球队、羽毛球队、拳击队等22支“国字号”队伍在海南冬训，备战2024年巴黎奥运会。海南已经成为众多国家队备战奥运的福地，海南的国家体育训练南方基地也为祖国奥运健儿们作出“海南贡献”。

□南国都市报记者陈望 实习生 李舒卉



国家体育训练南方基地(五指山·综合)。记者 余育桑 摄



白沙奥运村。(训练基地供图)



国家体育训练南方基地(海南文昌)吸引国内球队来冬训。记者吴岳文 摄

多支国家队白沙备战

自2018年10月国家体育训练南方基地(海南白沙·综合)投入使用以来，中国拳击协会、中国摔跤协会、中国武术散打协会、中国射箭协会等7个国家级体育运动协会在白沙挂牌设立9个训练基地，接待了218支国家级、省级集训队伍逾5057名运动员。

值得一提的是，作为国家体育训练南方基地(海南白沙·综合)的重要组成部分——五星级标准的白沙奥运村(运动员公寓)，2023年12月已部分投入使用。该项目总建筑面积约7.2公顷，可提供340余间标准客房、容纳600名运动员食宿，集餐饮、住宿、训练、酒店、会议、商务办公等多功能于一体，为运动员长期集训提供便利的同时，也为体育旅游拓展提供了更多思考空间。

国家体育训练南方基地(海南白沙·综合)相关负责人介绍，运动员集训备战期间，白沙全方位做好国家队服务保障工作，对国家队服务无微不至，国家队对我们提出诉求是“零拒绝”，住宿、餐饮、安保、医疗等备受好评，运动员们吃得放心、用得安心。

在谈到为何选在海南白沙集训时，中国女子拳击队主教练哈达巴特尔告诉记者，白沙负氧离子极高，硬件设施完备，非常适合进行集训。在集训期间，他们把空击、沙包、手靶、对练、力量、跑步这6个大项进行混合训练，主要是最大化地强化运动员们的技术和体能。

五指山获评中国举重队福地

中国举重队是夺金“大户”，在巴黎奥运会上，中国举重队拿到了5枚金牌。夺得冠军的李发彬、刘焕华、侯志慧、罗诗芳、李雯雯都曾随队在国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)进行冬训。在五指山冬训期间，当地良好的气候和完备的设施都为他们体能恢复以及训练提供了助力。

不只是本届奥运会，从2004年开始，国家举重队每年来五指山冬训成为了传统，这里已被誉为“中国举重队的福地”。

“冬训期间对队员积蓄体能力量非常重要。”国家男子举重队主教练于杰告诉记者，五指山的气候环境适合队员们进行高强度的体能训练，往往队员们在环境好以及负氧离子含量高的地方会睡眠充分，利于进一步提升力量和体能储备。

冬暖夏凉，年平均气温高，国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)可谓冬训的最佳训练地，这也是国家体育训练南方基地在海南的综合型训练基地之一。

为了助力国家举重队在五指山进行封闭训练，海南多举措对国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)进行提质升级。此外，五指山在食宿方面予以全方位保障，每年有固定的服务团队为其进行专业保障。

国羽、国乒陵水万宁备战

从2019年开始，中国乒乓球队先后在陵水、万宁备战东京奥运会和巴黎奥运会。

今年年初，为了备战巴黎奥运会，中国乒乓球队选择

了万宁作为集训基地，充分利用了万宁优越的自然条件与完善的训练设施进行封闭训练。万宁市对此高度重视，不断提升服务配套设施、优化训练基地环境，为国乒提供了高水平的训练条件和全方位的保障服务。

在集训期间，中国乒乓球队不仅专注于提升竞技水平，还积极践行社会责任。组织了2024年“国球进校园”活动，陈梦、孙颖莎、王曼昱、王艺迪等球员走进北京师范大学万宁附属中学，与学生们面对面交流，分享运动心得。

2012年，国家体育训练南方基地(海南陵水·羽毛球)建成，中国羽毛球队从此开启了海南冬训。中国羽毛球协会副主席夏煊泽表示：“我们国羽从2013年来陵水基地集训，陵水的训练条件、康复环境、气候比较适合国家队的训练。在陵水集训了这么多年，陵水在我们心中，既是‘家’，也是福地。”

海南深受“国字号”青睐

海南缘何能成为“国字号”队伍集训的“香饽饽”？在家行看来，这无疑与海南得天独厚的气候、日益完善的基地软硬件设施和海南出台相关政策息息相关。

海南有着得天独厚的自然环境优势，冬季和北方相比，海南气候舒适，是非常理想的冬训地。中国帆船帆板运动协会主席张小冬说，每年10月至次年3月，国内只有海口能进行帆船帆板冬训，海口的海水洋流和温度恰到好处，适合下海训练。

国家体育训练南方基地软硬件的逐渐完善，让“国字号”队伍练得安心。比如，国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)10多年前开始改造。目前，该基地奥林匹克体育训练馆内设有56个高标准的举重台，可容纳近200人训练，系国内第二大举重训练馆。

近年来，国家体育训练南方基地陆续“发力”。2020年9月，中国国家体育训练南方基地在海口举行挂牌仪式，海口、五指山、文昌、三亚等9个单项或综合体育训练基地统一命名为中国国家体育训练南方基地，涵盖帆船帆板、沙滩排球、冲浪、羽毛球等运动项目。2022年至2023年，国家体育总局与相关部门签约，挂牌成立了国家潜水南方训练基地、国家摩托艇南方训练基地、中国足球(南方)训练基地。

这12个单项或综合体育训练基地的建成并投入使用，让海南冬训基地“上了一个档次”，基地不但硬件设施完善，科研、康复等软件也“领先一步”。

近年来，海南多措并举加快推进国家体育旅游示范区建设。2020年，出台《海南省国家体育旅游示范区发展规划(2020-2025)》，明确提出，海南要重点建设一批体育训练基地，丰富体育训练基地设施供给，强化体育训练设施保障，提升中国足球(南方)训练基地、国家体育训练南方基地(海南万宁·冲浪)、国家体育训练南方基地(海南海口·帆船帆板)、国家体育训练南方基地(海南三亚·沙滩排球)、国家体育训练南方基地(海南五指山·综合)等多个基地的硬件设施与服务水平，助力海南省成为国民休闲体育基地、国际休闲体育度假基地。

今年，海南部分训练基地还将进一步升级改造，以更高的标准迎接更多“国字号”队伍来琼集训。

海南国家冲浪队训练基地吸引国家冲浪队冬训。记者李昊 摄