



望潮客户端

台州晚报公众号

# 台州晚报

贴身贴心 与你最近

2023年3月  
星期三 22  
癸卯年二月初一

新闻爆料·监督热线  
88516110

台州市新闻传媒中心(集团)主办  
国内统一刊号CN33-0115

## 2023年全国室内田径锦标赛,3分46秒71夺冠

# 奚泉横:调皮少年成长为“田径悍匪”



1999年12月,奚泉横在天台县三合镇灵溪村出生。

和许多男孩子一样,调皮好动的他从小就爱上蹿下跳,小学二、三年级在校运动会崭露头角后,被选入校田径队,每天课后参加运动训练。

第一次接触田径,奚泉横最大的感觉是兴奋——跑跑跑成了每天的乐事,训练成绩也相当亮眼。

带着这份兴趣,2012年,他被天

### 1 从调皮少年到田径健将

台县少体校教练谢挺秀相中,正式开始系统训练中长跑,后被选拔到浙江省体育职业学院田径队,师从王君印教练,进行中长跑专项训练,主攻1500米和800米。

随后的8年间,一块块奖牌的获得,见证着这位田径健将的光芒:2021年全国田径锦标赛暨全运会资格赛中,奚泉横以800米第七名获全运会决赛资格,以3分43秒83获1500米第二名

破浙江省纪录成绩,取得该项目全运会决赛资格,创造了个人最好成绩;第十四届全国运动会田径男子800米预赛中,以1分50秒89预赛第一的成绩进入决赛……

“始于爱好,精于职业,终于事业。”在他看来,当初对田径的兴趣,如今已成为生活中不可或缺的一部分,是他愿意为之拼搏奋斗的体育梦想。

### 2 3分46秒71,全国冠军

3月16日,2023年全国室内田径锦标赛举行。

其中男子1500米决赛,由于广西队刘德助和上海队谢冬生在前一天的预赛中双双打破了全国室内纪录,赛事备受期待。

站在起跑线上的奚泉横,面临过无数次这样紧张的时刻。不过,旁边有好几个一起比过赛的老对手,有的

创下过全国纪录,有的是国家最高级别赛事的冠亚军,说无压力是不可能的。“尽管高手如云,调整好自己的比赛状态才是最重要的。”奚泉横说。

前几圈,他保持速率,争取排在中上位置。等到还剩最后两圈的关键点,他一股作气,迈开更大步伐冲了出来,随后一路领跑到终点,以3分46秒71夺冠。刘德助以3分47秒85

获得亚军。季军归属云南队杨国斌,成绩为3分49秒22。

在强强对决中拿下桂冠,奚泉横表示和此前1个多月的高原集训分不开。“国内选手在这个项目上的水平旗鼓相当,大家都有希望去争冠,谁临场发挥更好,胜算就更大。”遗憾的是,这次比赛没有破纪录,他争取在下次可以有新的突破。

### 3 训练没有捷径,靠的是自己

欠缺的问题。”奚泉横这样形容。

怎样解决?逐步分析,并一遍遍模拟比赛状态,尝试做脱敏训练。后来比赛多了,经验积累足了,心态上的稳重也就慢慢练出来了。

在省队训练的日子里,奚泉横的日常训练大多以有氧为主,一周十三堂训练课,一堂课时长2至3个小时。训练项目比如14千米至16千米跑,

几乎是每天必修;还有一些高强度训练,过程同样煎熬。

虽然辛苦,但训练不存在捷径。“支撑我跑完的动力,就是对手也在跟我一样进行着高强度的训练。人家坚持下来了,我却想着如何去缓解疲劳,结果一定高下立见。”奚泉横说。

### 4 赛场上的“田径悍匪”,还有另一面

赛的“实力。”

生活中的他,其实更喜欢低调做人、踏实做事。

在教练谢挺秀眼中,中长跑训练需要耐力、力量和速度,要求运动员具备坚持不懈、勤奋刻苦、奋勇拼搏的精神。这些,奚泉横都做到了。“难得的是,无论获得过多少的荣誉,他

并没有骄傲自满,反而更加努力投入训练。”

下个月中旬有一场宁波分区的赛事。这段时间,奚泉横将总结经验,继续备战。“目前最大的愿望,是争取拿下参加亚运会资格,在田径履历中再添浓墨重彩的一笔。”

记者 王艳 图片由受访者提供

跑完1500米,你需要用时多少?  
在3月16日结束的全国田径赛事中,天台运动员奚泉横给出的答案是3分46秒71。

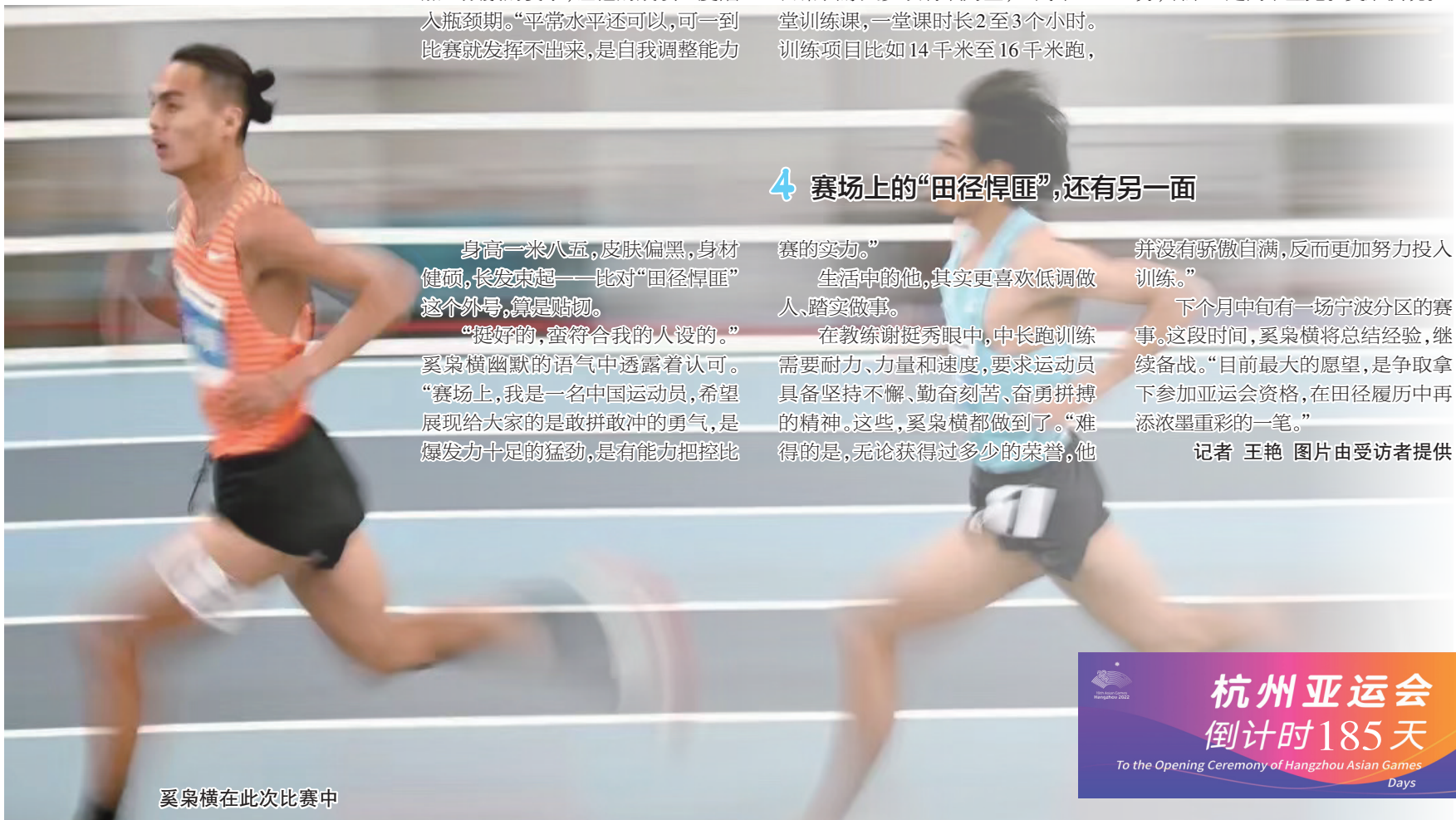
这个成绩,让浙江省在全国室内田径锦标赛男子中长跑拿下了第一个冠军,也让奚泉横这个名字被更多人知晓。

奚泉横,今年24岁,人送外号“田径悍匪”。

日前,记者联系上本人,聊了聊他的体育经历。

身高一米八五,皮肤偏黑,身材健硕,长发束起——比对“田径悍匪”这个外号,算是贴切。

“挺好的,蛮符合我的人设的。”奚泉横幽默的语气中透露着认可。“赛场上,我是一名中国运动员,希望展现给大家的是敢拼敢冲的勇气,是爆发力十足的猛劲,是有能力把控比



奚泉横在此次比赛中

