

# 训练状态良好 心理状态轻松 刘翔明天出征西班牙



3月1日，中国田径队将出征西班牙世界室内田径锦标赛。谈起即将到来的大赛，刘翔显得比较轻松：“主要还是找感觉，罗伯斯应该会比较抢眼吧！”

### 110米还是60米？

室内田径锦标赛比的是男子60米栏，刘翔最近的训练重心究竟是放

在室内的60米栏还是室外的110米栏？

教练孙海平给出了答案：从训练的比重来说，室外110米栏训练占了五分之二的时间，换句话说，刘翔没有耽误110米栏的训练。

“室内60米栏不是我的强项，栏太少啦！”刘翔笑着说，“我的优势主要是在后半程，栏架越多对我越有利。”孙海平也同意刘翔的观点：“60米栏对爆发力要求比较高，欧美选手的优势比较明显。我们这次去参加比赛，一是因为这是世界大赛，二来我们也需要找一找比赛的感觉。”

根据刘翔师徒的规划，这次比赛的目标是跑进前3名。“刘翔现在的60米栏水平稳定在7秒42左右，这也是他的最好成绩。”孙海平说。

### 罗伯斯还是杜库雷？

杜库雷一直是刘翔师徒最看重的对手，但古巴小将罗伯斯已6次刷新今年男子60米栏的最好成绩，跑出了惊人的7秒33，这使得刘翔师徒终于决定调整目标：“罗伯斯现在是头号对手。”

别看刘翔师徒“闷”在基地训练，其实消息灵通得很，对罗伯斯的6次成绩都了如指掌。“罗伯斯现在主要是以赛代练，他现在的状态确实很不错。”孙海平分析道。至于杜库雷，最近又传出了他右膝盖老伤复发的消息，孙海平对此感到非常惋惜：“杜库

雷的身体素质是最好的，但他的技术一直存在问题，这也导致了他非常容易受伤。”

除了罗伯斯和杜库雷，孙海平还谈到了阿兰·约翰逊。约翰逊最近以7秒60拿了一个美国室内比赛的冠军，但孙海平认为，由于年龄的问题，约翰逊的威胁已大大降低。“除了这3个选手，还有至今没露面的特拉梅尔和阿诺德。刘翔在北京奥运会上的对手，基本就在这5个人范围内，其他选手暂时还跟不上来。”

### 横向比还是纵向比？

罗伯斯最近那么“生猛”，会不会对刘翔造成影响？孙海平说：“跨栏毕竟是个项目，刘翔不需要横向比，只需要纵向比，和自己比，自己做到最好就可以了。”

“刘翔目前的训练状态很好，我们主要是预防他受伤。至于罗伯斯，到了室外……”孙海平顿了顿，笑了笑说，“刘翔自己说过，还是比较有信心的。”

2006年，刘翔扭伤了脚，却跑出了破纪录的12秒88；2007年，刘翔在出征前发烧，比赛又处在第9道，但还是跑出了12秒95，夺得了世锦赛的冠军。回顾前两年，孙海平承认都有些坎坷。“今年的备战是最好的，我相信到了夏天刘翔的巅峰期，他应该能突破2007年大阪世锦赛时的水平。” (张玮 徐思伽)



## 一天睡五六个小时 被记者倒追 探秘《小丫跑两会》

### 小丫办公室：

#### 办公桌像小学生课桌

央视各办公室都很拥挤，王小丫的办公桌小得像小学生的课桌，但她还是把办公桌布置得整整齐齐。墙上贴着她主持各类节目的小剧照，整个办公室，布置得温馨而充满文化气息。“真不好意思，这地方实在太小了。”不过，王小丫自豪地说，“可重大策划都是这里出去的！”

### 小丫日程表：

#### 一天只睡五六个小时

栏目组的一位同事提到《小丫跑两会》的幕后故事，连声夸奖说：“王小丫，很勤奋、很敬业！”每年“两会”召开前，小丫都要提前一个月做准备工作，查资料、找素材，每天都要加班，与栏目组的同事策划选题。

《小丫跑两会》的工作节奏非常快，栏目组向记者提供了小丫一天的工作流程：

7:00:起床化妆、吃早餐；

8:00:赶到台里，开策划会报选题；

11:00:到北京人民大会堂守候会议代表；

12:10:争分夺秒采访走出会议的会议代表4人；

13:00:赶到台里，吃盒饭15分钟，接着撰写串词，剪辑录像带2小时；

15:00:化妆、主持一位省长、书记访谈，录像3小时；

18:00:送审节目(送审过程中吃盒饭)；

19:30:主持专题节目，剪辑录像带，夜里11时，搜集观众反馈；

第二日凌晨1:00~2:00:参加策划会；

2:30:回家休息。

这位同事透露，小丫在“两会”期间每天睡五六个小时是常事。去年，就因为跑“两会”太辛苦，最后跑得累了，住进了医院，一治就是3个多月。

### 幕后风景：

#### 小丫追代表，记者追小丫

这几年在“两会”报道过程中有这样一道风景：小丫手持CCTV话筒，追着代表委员采访新闻时，记者们就追着小丫跑，就连代表们也争相和小丫合影。《小丫跑两会》是中央电视台第一个以主持人名字命名的报道“两会”的栏目，自2000年开办以来，已成为一档知名栏目。除了《小丫跑两会》外，台里的《开心辞典》、《经济半小时》等栏目还要正常录制，可只要在众人前露面，她依然会神采奕奕。

(杜恩湖)

## 全国政协委员 彭丽媛、宋祖英、张艺谋等职务曝光

十一届全国政协委员职务和界别情况已经公布，许多身为全国政协委员的文艺圈明星、名人们的职务情况也随之被披露出来。

著名歌唱家彭丽媛是解放军总政治部歌舞团艺术指导；新当选的政协委员宋祖英则是海军政治部文工团副团长。

一直活跃在国际影坛的导演张艺谋也是新当选的全国政协委员，其编制还在广西电影制片厂；著名导演冯小刚的“东家”则是北京电视艺术中心。

《新闻联播》播音员李瑞英是央视播音组组长；回族姑娘海霞的职务是中央电视台新闻中心新闻主播；曾主持过几届春晚的央视主持人倪萍是中国电视剧制作中心的演员。

濮存昕现任的职务是北京人民艺术剧院副院长；著名男演员陈道明是中国电视剧制作中心的一级演员，相当于正教授的高级职称。

相声名家冯巩不但是民革常委，还是中国广播艺术团艺术总监；著名小品演员巩汉林的职务有两个，分别是曲艺家协会理事和中国广播艺

术团一级演员；小品演员黄宏的职务是解放军总政治部歌舞团一级演员。

新当选的政协委员关牧村的编制在天津歌舞剧院；歌唱家郁钧剑的职务是中联百花文化艺术有限公司总经理；阎维文的编制在解放军总政治部歌舞团；藏族歌手韩红则是中央国家机关青联常委；“观音姐姐”邵丽华的职务是中国残疾人艺术团艺术总监。

梅兰芳之子梅葆玖的现任职务是北京京剧院梅兰芳京剧团团长。(据中国新闻网)

## 为避免再爆负面新闻 中国跳水队下“封口”令

刚刚在“水立方”结束了跳水世界杯，中国跳水队又马不停蹄地赶往深圳，参加即将在那里举行的国际泳联跳水大奖赛。为了避免再次出现“郭晶晶耍大牌”这样的负面新闻，中国跳水队下达了“封口令”，拒绝接受一切媒体的采访。

本次深圳站大奖赛在昨日开赛，聚集了众多顶尖高手。中国队除了绝对主力郭晶晶、吴敏霞外，刚刚在“水立方”获得跳水世界杯“双冠军”的陈若琳和男子双人3米板冠军秦凯/王峰也将亮相。此外，奥运冠军胡佳、李婷以及名将罗玉通、周吕鑫等都将参加比赛。

近日跳水队因为郭晶晶“耍大牌”事件正处于舆论的风口浪尖，为了避免“惹是生非”，跳水队在抵达深圳的时候已经给队员下达了“封口令”，在赛前谢绝任何媒体的采访。(龚洁芸)

## 主唱周晓鸥突然宣布退出 零点乐队面临解散危险

2月25日，周晓鸥在博客上突然宣布退出零点乐队，这支摇滚乐队将面临着解散的危险。27日，零点乐队的经纪人陈先生表示，他正在努力与周晓鸥沟通，希望能保住零点乐队。

25日，周晓鸥突然在其博客中发表了一篇名为《天下没有不散的宴席》的文章，宣布退出零点乐队。至于离开的理由，他说：“离开是没有理由的，而我离开的只是零点的音乐而已。”

27日，记者采访陈先生时，他矢口否认解散，只表示：“现在，公司和零点乐队的合约到期了，暂时没有续约。公

司正在跟周晓鸥沟通此事，让他留在乐队。我们所有人都极力保护零点乐队，不让他解散。”至于谈判进展，陈先生一概回避答复：“我们会选择合适的时机向大家解释。”

据记者了解，周晓鸥把自己的影视拍摄合约签给了赵宝刚的影视制作公司。而周晓鸥本人也多次表示有进军影坛的意愿。陈先生承认：“周晓鸥在很早以前就有进军影视圈的打算。不过，我们都认为，他最喜欢的仍然是音乐。”

(据《北京娱乐信报》)



## 体彩开奖公告

第08052期排列彩中奖号码 **2 8 0 1 1**  
奖池余额:91882195.34元

## 市供电公司 2008年3月停电公告

停电时间	停电线路	停电范围
4日 6:00~5日 18:00	冷#13	大河涧矿 (4日 18:00至5日 7:00恢复运行)
5日 6:00~18:00	冷#12	白龙庙、后沟、青岩寺等
5日 5:00~9:00 15:00~17:00	滨#18线黄河支	黄河路、热力二站、公安局、地税局、鹤翔东区、淇滨区政府等
5日 5:00~9:00	滨#18线#1与#3环网柜之间线路	黄河路、鹤翔小区、广播电视局等
6日 23:00~7日 3:00	海#10线支	黄山路、香江四季苑等
30日 6:00~12:00	锦#3	杨邑、中山、姬家山、沙锅窑等