

田径科技动态

2026 年第 1 期

2026 年 8 月编辑出版

中国田径协会

国家体育总局体育科学研究所 合编

2026 年日本名古屋亚运会田径项目竞技实力综合分析专题

➤第一章 短跨与接力项目(李智聪)-----	1
➤第二章 跳跃项目(曾令涛)-----	27
➤第三章 投掷项目(石鹏鑫)-----	44
➤第四章 竞走项目(段悦)-----	61
➤第五章 中长跑、马拉松和全能项目(刘亚卓)-----	72
➤第六章 中国田径亚运夺金点和奖牌点汇总分析(刘嘉伟)-----	100

第一章 短跨与接力项目

李志聪、段悦、刘嘉伟、曾令涛、刘亚卓、石鹏鑫、苑廷刚

1 亚洲整体竞争格局

亚洲短跑、跨栏和接力项目主要形成中日两队在多个小项的竞争，中国队的优势集中在女子 100 米、女子 200 米、男子和女子 4×100 米接力，男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏和混合 4×100 米处于争金区间。印度、泰国、巴林、卡塔尔和越南在男子 200 米、400 米、400 米栏及长接力项目中构成主要竞争。

1.1 短跑项目竞争格局

男子 100 米方面，日本选手小池祐贵和小室福翔以 10.06 秒、10.07 秒位居亚洲前列。中国队参赛运动员为曾克理（10.18 秒，亚洲第 26 位）和何锦橦（10.20 秒，亚洲第 38 位），与决赛及奖牌区仍有明显差距，主要目标应是稳定发挥、争取进入半决赛并为男子 4×100 米接力提供速度支持。

表 1 男子 100 米亚洲排名前 10 成绩情况(截至 2026.7.19)

排名	成绩	风速	姓名	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	10.06	+1.4	Yuki KOIKE	15 MAY 1995	 JPN	1f1	Takebishi Stadium, Kyoto (JPN)	5 月 24 日
2	10.07	+0.9	Fukuto KOMURO	26 JUN 2006	 JPN	1h2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
2	10.07	+1.4	Ali AL BALUSHI	09 FEB 2002	 OMA	1h2	General Klapálek's stadium, Nové Město nad Metují (CZE)	7 月 11 日
4	10.09	+0.3	Gurindervir SINGH	24 DEC 2000	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	5 月 23 日
4	10.09	-0.1	Muhammad Azeem MOHD FAHMI	29 APR 2004	 MAS	3h3	Un. of Kentucky Outdoor Track Facility, Lexington, KY (USA)	5 月 29 日
4	10.09	+0.1	Yoshihide KIRYU	15 DEC 1995	 JPN	1h7	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
4	10.09	+0.7	Naoki NISHIOKA	19 JUL 2006	 JPN	1sf2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
8	10.10	+1.4	Shuhei TADA	24 JUN 1996	 JPN	2f1	Takebishi Stadium, Kyoto (JPN)	5 月 24 日
9	10.11	+1.6	Jianhao LIN	27 JAN 2005	 CHN	1	Jiangnan Training Base Athletics Field, Nanning (CHN)	4 月 11 日
9	10.11	+0.8	Chun-Han YANG	01 JAN 1997	 TPE	1f4	Percy Beard Track, Gainesville, FL (USA)	4 月 18 日
9	10.11	+0.1	Rai ATAGO	17 AUG 2003	 JPN	2h7	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日

男子 200 米是中国男子短跑最具竞争力的个人项目。泰国选手 Puripol Boonson 以 20.03 秒排名第一，日本选手水久保漱至以 20.07 秒排名第二，黄友闻以 20.15 秒排名第三，仅落后第一名 0.12 秒。施君豪为中国队另一名参赛运动员，赛季最好成绩 20.57 秒，主要目标是争取决赛席位。

表 2 男子 200 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名/队伍	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	20.03	+0.2	Puripol BOONSON	13 JAN 2006	 THA	1f3	Banqiao Stadium, New Taipei City (TPE)	6 月 7 日
2	20.07	+0.5	Soshi MIZUKUBO	01 MAR 1999	 JPN	1h3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
3	20.15	-0.8	黄友闻	21 JUN 2005	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日
4	20.33	-1.3	Towa UZAWA	25 NOV 2002	 JPN	3	National Stadium, Tokyo (JPN)	5 月 17 日
5	20.36	+0.5	Akira HAYASHI	09 MAY 2004	 JPN	2h3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
6	20.39	+0.5	Tomoru FUNAKI	22 JUN 2004	 JPN	3h3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
7	20.47	+0.4	Animesh KUJUR	02 JUN 2003	 IND	1f1	Banqiao Stadium, New Taipei City (TPE)	6 月 7 日
8	20.50	+1.6	Joeljin NWAMADI	06 FEB 2006	 KOR	1sf2	Jeongseon Sports Complex, Jeongseon (KOR)	5 月 13 日
9	20.51	+1.5	Yujimaikeru ORISA	14 DEC 2002	 JPN	1h12	ND Soft Stadium, Tendo (JPN)	5 月 17 日
10	20.54	+0.1	Ke LIU	22 OCT 2000	 CHN	2	Sports Center, Bengbu (CHN)	5 月 31 日
10	20.54	-0.8	Zongwen YANG	03 JUN 2004	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日

男子 400 米前列由卡塔尔、阿联酋、印度和日本运动员占据，亚洲领先成绩达到 44.71—44.98 秒。中国队参赛运动员刘凯 45.87 秒、梁宝棠 46.20 秒，分别位列亚洲第 34 和第 55 位，与奖牌区差距较大，主要任务是服务男子 4×400 米和混合 4×400 米接力。

表 3 男子 400 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	44.71	Ammar Ismail YAHIA IBRAHIM	18 SEP 1996	 QAT	2f2	Luzhniki Stadion, Moskva (RUS)	6 月 5 日
2	44.85	Suleiman ABDULRAHMAN	11 AUG 2007	 UAE	1	Kai Tak Youth Sports Ground, Hong Kong (HKG)	5 月 29 日
3	44.98	Vishal THENNARASU KAYALVIZHI	17 DEC 2003	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	5 月 23 日
3	44.98	Shinya HAYASHI	15 APR 2004	 JPN	1h1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
5	45.19	Khala Ngare MAHAMAT	05 JUN 2007	 QAT	2	Kai Tak Youth Sports Ground, Hong Kong (HKG)	5 月 29 日
6	45.26	Rajesh RAMESH	28 MAR 1999	 IND	1f1	LNCPE, Trivandrum (IND)	3 月 21 日
6	45.26	Kalinga HEWA KUMARAGE	25 SEP 1992	 SRI	1	Diyagama Stadium, Diyagama (SRI)	5 月 16 日
8	45.27	Ashraf Hussien OSMAN	02 DEC 2001	 QAT	1f1	Province Naimette Arena, Liège (BEL)	7 月 15 日
9	45.28	Fuga SATO	01 JUN 1996	 JPN	2h1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
10	45.29	Yuki Joseph NAKAJIMA	30 MAR 2002	 JPN	4f2	National Stadium, Tokyo (JPN)	5 月 17 日

女子短跑仍是中国队最明确的个人优势。陈妤颀以 11.12 秒和 22.84 秒分别排名女子 100 米、200 米亚洲第一；女子 100 米主要对手为巴林选手 Edidiong Odiong 和菲律宾选手 Zion Corrales-Nelson，女子 200 米主要对手为日本选手井户阿比盖尔风果和印度选手 Bhadra Harita。中国队女子 4×100 米接力以 42.61 秒排名亚洲第一。

表 4 女子 100 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名/队伍	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	11.12	-1.6	Yujie CHEN	29 DEC 2008	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 27 日
2	11.15	+1.4	Edidiong ODIONG	13 MAR 1997	 BRN	2f1	Keskusurheilukenttä, Joensuu (FIN)	7 月 8 日
3	11.19	+0.3	Zion CORRALES-NELSON	11 OCT 1998	 PHI	2f1	Notre Dame HS, Sherman Oaks, CA (USA)	5 月 21 日
4	11.31	+2.0	Veronica Shanti PEREIRA	20 SEP 1996	 SGP	1f5	Stadion De Veen, Heusden-Zolder (BEL)	7 月 18 日
5	11.33	+0.6	Midori MIKASE	02 JUN 2001	 JPN	1sf1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
6	11.37	+0.5	Abigeirufuka IDO	15 JUN 2001	 JPN	1sf2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
6	11.37	+0.7	Kunzhi XUE	15 JUN 2005	 CHN	1	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	7 月 9 日
8	11.39	-1.6	Zixian CAI	05 APR 2007	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 27 日
9	11.42	+1.5	Masumi AOKI	16 APR 1994	 JPN	1f1	ND Soft Stadium, Tendo (JPN)	5 月 16 日
9	11.42	+0.7	Manaka MIURA	14 FEB 2002	 JPN	1h4	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日

总体来看，中国队短跨项目的主要保金点为女子 100 米、女子 200 米、男子 4×100 米和女子 4×100 米接力；男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏、混合 4×100 米及长接力构成主要争金和奖牌项目。男子 100 米、男子 400 米和女子 100 米栏属于冲击型项目。

1.2 跨栏项目竞争格局

男子 110 米栏形成中日直接竞争。日本选手泉谷骏介、村竹拉希德以 13.00 秒、13.05 秒排名前两位，陈圆将 13.14 秒排名第三，刘俊茜 13.22 秒排名第五。中国队具备一至两名运动员争取奖牌的基础。

表 5 男子 110 米栏亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名/队伍	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	13.00	+1.2	Shunsuke IZUMIYA	26 JAN 2000	 JPN	2	Sports Park Mladost, Zagreb (CRO)	6 月 26 日
2	13.05	-0.2	Rachid MURATAKE	06 FEB 2002	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	5 月 10 日
3	13.14	-0.3	Yuanjiang CHEN	27 JAN 2006	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 27 日
4	13.18	+1.1	Tatsuki ABE	03 AUG 2003	 JPN	1sf2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 13 日
5	13.22	+0.1	Junxi LIU	11 DEC 2003	 CHN	5	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	5 月 16 日
6	13.27	+1.6	Tejas Ashok SHIRSE	04 JUN 2002	 IND	1f2	Guru Nanak Stadium, Ludhiana (IND)	6 月 13 日
6	13.27	+0.8	Taiga YOKOCHI	01 OCT 2000	 JPN	2f1	Athletic Stadium, Tottori (JPN)	7 月 5 日
8	13.33	+0.5	Zhuoyi XU	21 AUG 2003	 CHN	6	Egret Stadium, Xiamen (CHN)	5 月 23 日
9	13.37	+1.5	Shenglong ZHU	25 JAN 2000	 CHN	1h2	Zhaoqing Sports Center, Zhaoqing (CHN)	4 月 25 日
9	13.37	-0.2	Yuan-Kai HSIEH	13 MAR 2006	 TPE	2	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	5 月 10 日

女子 100 米栏由日本队占据前端，福部真子、中岛瞳和青木益未分别为 12.72 秒、12.75 秒和 12.79 秒。中国队吴艳妮 12.99 秒排名第八、林雨薇 13.00 秒排名第十，属于冲击型项目，基本目标为前八并争取向奖牌区靠近。

表 6 女子 100 米栏亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名/队伍	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	12.72	-0.2	Mako FUKUBE	28 OCT 1995	 JPN	1sf1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
2	12.75	-0.4	Hitomi NAKAJIMA	13 JUL 1995	 JPN	1f1	Athletic Stadium, Tottori (JPN)	7 月 5 日
3	12.79	-0.2	Masumi AOKI	16 APR 1994	 JPN	2sf1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
4	12.81	-0.9	Yumi TANAKA	15 DEC 1998	 JPN	2	National Stadium, Tokyo (JPN)	5 月 17 日
5	12.94	+1.9	Shu MURAOKA	16 JAN 2000	 JPN	1	ND Soft Stadium, Tendo (JPN)	5 月 16 日
6	12.96	-0.5	Bo-Ya ZHANG	03 APR 2003	 TPE	3	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	5 月 10 日
6	12.96	+0.8	Yuki OMATSU	15 MAY 1996	 JPN	2h1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
8	12.99	+1.0	Jyothi YARRAJI	28 AUG 1999	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	6 月 24 日
8	12.99	-0.7	Yanni WU	28 JUL 1997	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 27 日
10	13.00	-0.7	Yuwei LIN	02 MAY 1999	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 27 日

女子 400 米栏亚洲第一为巴林选手 Kemi Adekoya 的 53.67 秒，中国队孔莹莹以 55.29 秒排名第二。女子 4×400 米接力中国队 3:32.68 排名第二，个人项目和接力均处于争金区间。

表 7 女子 400 米栏亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	出生日期	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	53.67	Kemi ADEKOYA	16 JAN 1993	 BRN	3	Suhaim bin Hamad Stadium, Doha (QAT)	6 月 19 日
2	55.29	Yingying KONG	22 MAR 2003	 CHN	1	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	5 月 19 日
3	55.59	Jiadie MO	06 JAN 2000	 CHN	2	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	5 月 19 日
4	55.69	Adelina ZEMS	25 DEC 1998	 KAZ	1	Kazhymukan Munaitpasov Stadium, Shimkent (KAZ)	6 月 30 日
5	55.92	Honoka AOKI	24 SEP 2001	 JPN	1f3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
6	56.07	Vithya RAMRAJ	20 SEP 1998	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	6 月 27 日
7	56.22	Satsuki UMEHARA	22 MAY 1994	 JPN	2f3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日
8	56.54	Anu RAGHAVAN	20 APR 1993	 IND	2	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	6 月 27 日
9	56.83	Lauren HOFFMAN	30 MAR 1999	 PHI	1f1	Dick Vert Stadium, High Point, NC (USA)	5 月 17 日
10	56.93	Mariam KAREEM	25 JAN 2008	 UAE	1	Kai Tak Youth Sports Ground, Hong Kong (HKG)	5 月 30 日
10	56.93	Moe MATSUOKA	02 MAR 2003	 JPN	3f3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	6 月 12 日

综合跨栏项目，男子 110 米栏和女子 400 米栏是中国队主要奖牌项目，女子 100 米栏具备前八及潜在奖牌竞争力。

1.3 接力项目竞争格局

中国队男子 4×100 米以 37.85 秒排名亚洲第一，女子 4×100 米以 42.61 秒排名亚洲第一，混合 4×100 米以 41.23 秒排名第二。男子 4×100 米和女子 4×100 米属于保金项目，混合 4×100 米属于争金项目。

表 8 男子 4×100 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	37.85	PR of China	 CHN	1wcq(2)1	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
2	38.01	Japan	 JPN	4wcq(1)1	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 2 日
3	38.28	Thailand	 THA	2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
5	38.41	Chinese Taipei	 TPE	3	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
6	38.63	Sri Lanka	 SRI	4	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
8	38.89	Guangdong	 CHN	1h2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
9	38.90	Jiangxi	 CHN	1f2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日
10	38.99	Jiangsu	 CHN	1f1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日

表 9 女子 4×100 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	42.61	PR of China	 CHN	5	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
3	43.85	India	 IND	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
4	44.09	PR of China B	 CHN	2	Jiangnan Training Base Athletics Field, Nanning (CHN)	4 月 10 日
5	44.11	Thailand	 THA	3	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
6	44.13	Fukuoka University	 JPN	1h4	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	6 月 19 日
6	44.13	Vietnam	 VIE	4	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
8	44.40	Zhejiang	 CHN	1f2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日
9	44.47	Shanghai	 CHN	1f1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日
10	44.55	Aoyama Gakuin University	 JPN	1h2	Kansekai Stadium, Utsunomiya (JPN)	5 月 21 日

表 10 混合 4×100 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	41.14	Thailand	 THA	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
2	41.23	PR of China	 CHN	3wcq(2)2	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
3	41.35	India	 IND	6wcq(2)2	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
4	41.40	Sichuan	 CHN	1f1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 26 日
5	41.50	Fujian	 CHN	1h2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 19 日
6	41.75	Sri Lanka	 SRI	4	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
7	41.84	Zhejiang	 CHN	2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
8	42.06	Philippines	 PHI	5	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
9	42.08	Hubei	 CHN	2	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	5 月 19 日
10	42.10	Guangdong	 CHN	1f2	Zhaoqing Sports Center, Zhaoqing (CHN)	4 月 26 日

表 11 男子 4×400 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	3:00.19	Japan	 JPN	1wcq(2)2	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
2	3:00.32	India	 IND	4wcq(1)3	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 2 日
3	3:01.59	PR of China	 CHN	4wcq(2)2	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
4	3:02.16	Sri Lanka	 SRI	2	Sports Complex, Sector 7, Chandigarh (IND)	3 月 28 日
5	3:02.60	Vietnam	 VIE	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
7	3:03.84	Kwansei Gakuin University	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	6 月 21 日
8	3:03.92	Guangdong	 CHN	1f1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	6 月 28 日
9	3:04.04	Toyo University	 JPN	1	Kansekai Stadium, Utsunomiya (JPN)	5 月 24 日
10	3:04.21	Anhui	 CHN	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日

男子 4×400 米中国队 3:01.59 排名第三，落后日本 1.40 秒；女子 4×400 米 3:32.68 排名第二，落后越南 1.52 秒；混合 4×400 米 3:16.95 排名第三，落后日本 4.09 秒。三项长接力均具备奖牌基础，但男子和混合 4×400 米需要依靠阵容优化缩小差距。

表 12 女子 4×400 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	3:31.16	Vietnam	 VIE	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
2	3:32.68	PR of China	 CHN	2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
3	3:32.81	India	 IND	1	Sports Complex, Sector 7, Chandigarh (IND)	3 月 28 日
5	3:33.87	Kazakhstan	 KAZ	3	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日
6	3:34.29	Bahrain	 BRN	1	Suham bin Hamad Stadium, Doha (QAT)	5 月 17 日
8	3:35.87	Tamil Nadu Team	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	6 月 28 日
9	3:36.18	Karnataka	 IND	2	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	6 月 28 日
10	3:36.41	Guangdong	 CHN	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 21 日

表 13 混合 4×400 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名/队伍	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	3:12.86	Japan	 JPN	3wcq(2)1	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
2	3:16.75	Kazakhstan	 KAZ	1	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
3	3:16.95	PR of China	 CHN	4wcq(2)1	National Stadium, Gaborone (BOT)	5 月 3 日
4	3:17.06	India	 IND	2	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
5	3:18.02	Sri Lanka	 SRI	4	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
6	3:18.58	Vietnam	 VIE	5	Shangyu Stadium, Shaoxing (CHN)	6 月 20 日
10	3:21.44	Bahrain	 BRN	1	Suham bin Hamad Stadium, Doha (QAT)	5 月 16 日

1.4 中国队整体竞争位置

中国队短跨与接力呈现“女子短跑保金、男子重点单项争金、接力多点竞争”的格局。陈妤颀的女子 100 米、女子 200 米和女子 4×100 米接力是最明确的优势组合；黄友闻、陈圆将、孔莹莹以及男子和混合接力构成主要争金和奖牌支撑。

接力项目中，男子和女子 4×100 米属于保金项目，混合 4×100 米、女子 4×400 米属于争金项目，男子 4×400 米和混合 4×400 米以稳定奖牌为主要目标。最终成绩取决于核心运动员兼项安排、接力棒次组合和多轮比赛稳定性。

2 短跑项目竞技实力分析与预测

2.1 男子短跑项目

男子 100 米方面，日本选手小池祐贵 10.06 秒、小室福翔 10.07 秒占据前列。中国队曾克理 10.18 秒、何锦橐 10.20 秒，分别位列亚洲第 26 和第 38 位，当前不具备个人奖牌竞争优势，应以进入半决赛和支撑接力为主要定位。

曾克理是中国队男子 100 米参赛主力，何锦穗为另一名参赛运动员。两人赛季成绩与亚洲前列存在差距，男子 100 米个人项目应以稳定发挥、争取半决赛为目标，同时服务男子 4×100 米接力。

表 14 男子 100 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Yuki KOIKE	Fukuto KOMURO	Ali AL BALUSHI	Keli ZENG	Jinxian HE
国家	日本 (JPN)	日本 (JPN)	阿曼 (OMA)	中国 (CHN)	中国 (CHN)
年龄	31	20	24	19	19
2026-SB	10.06 (+1.4) 5 月 24 日	10.07 (+0.9) 6 月 12 日	10.07 (+1.4) 7 月 11 日	10.18 (+1.6) 4 月 11 日	10.20 (+1.6) 3 月 11 日
	10.06 (+1.4) 5 月 24 日	10.07 (+0.9) 6 月 12 日	10.07 (+1.4) 7 月 11 日	10.18 (+1.6) 4 月 11 日	10.28 (0.0) 3 月 11 日
	10.17 (+1.6) 5 月 24 日	10.08 (+0.3) 5 月 5 日	10.08 (+0.6) 7 月 11 日	10.25 (0.0) 6 月 27 日	10.33 (-0.5) 5 月 17 日
2026 最好 5 次	10.21 (+1.3) 5 月 17 日	10.12 (+0.4) 6 月 12 日	10.12 (NWI) 5 月 8 日	10.27 (-1.5) 6 月 26 日	10.49 (-0.2) 5 月 17 日
	10.21 (+0.6) 5 月 17 日	10.23 (-0.2) 5 月 17 日	10.13 (+1.1) 5 月 14 日	10.27 (-1.7) 6 月 26 日	—
	10.22 (+1.5) 6 月 12 日	10.26 (+0.1) 6 月 13 日	10.15 (+1.2) 7 月 7 日	10.33 (0.0) 4 月 11 日	—
2025-SB	10.08 (+0.3) 2025 年 8 月 16 日	10.31 (0.0) 2025 年 7 月 4 日	10.09 (+0.5) 2025 年 9 月 7 日	10.16 (+0.4) 2025 年 11 月 17 日	10.21 (+1.5) 2025 年 3 月 28 日
个人 PB/ 时间	9.98 (+0.5) 2019 年 7 月 20 日	10.07 (+0.9) 2026 年 6 月 12 日	10.07 (+1.4) 2026 年 7 月 11 日	10.15 (+1.7) 2024 年 4 月 25 日	10.06 (+1.1) 2024 年 6 月 29 日

男子 200 米方面，黄友闻以 20.15 秒排名亚洲第三，落后 Puripol Boonson 0.12 秒、落后水久保漱至 0.08 秒，具备直接冲击金牌和奖牌的实力。

表 15 男子 200 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Puripol BOONSON	Soshi MIZUKUBO	Youwen HUANG	Towa UZAWA	Junhao SHI
国家	泰国 (THA)	日本 (JPN)	中国 (CHN)	日本 (JPN)	中国 (CHN)
年龄	20	27	21	23	20
2026-SB	20.03 (+0.2) 6 月 7 日	20.07 (+0.5) 6 月 13 日	20.15 (-0.8) 6 月 28 日	20.33 (-1.3) 5 月 17 日	20.57 (+0.5) 5 月 19 日
	20.03 (+0.2) 6 月 7 日	20.07 (+0.5) 6 月 13 日	20.15 (-0.8) 6 月 28 日	20.33 (-1.3) 5 月 17 日	20.57 (+0.5) 5 月 19 日
	—	20.14 (+0.6) 6 月 14 日	20.47 (+0.1) 5 月 31 日	—	20.66 (-1.7) 6 月 28 日
2026 最好 5 次	—	20.68 (-1.3) 5 月 17 日	20.62 (-0.4) 5 月 31 日	—	20.67 (-0.8) 6 月 28 日
	—	20.78 (-1.1) 5 月 3 日	20.63 (+0.5) 5 月 19 日	—	20.89 (-0.5) 5 月 19 日
	—	23.71 (+0.2) 5 月 3 日	20.87 (-1.9) 6 月 28 日	—	—
2025-SB	20.07 (+0.2) 2025 年 12 月 13 日	20.51 (-0.3) 2025 年 9 月 17 日	20.58 (0.0) 2025 年 6 月 15 日	20.11 (+0.9) 2025 年 8 月 16 日	20.30 (+1.7) 2025 年 11 月 19 日
个人 PB/ 时间	20.03 (+0.2) 2026 年 6 月 7 日	20.07 (+0.5) 2026 年 6 月 13 日	20.15 (-0.8) 2026 年 6 月 28 日	20.11 (+0.9) 2025 年 8 月 16 日	20.30 (+1.7) 2025 年 11 月 19 日

施君豪是中国队男子 200 米另一名参赛运动员，赛季最好成绩 20.57 秒，当前与奖牌区仍有差距，主要目标为争取决赛资格和前八。

男子 400 米中国队参赛运动员为刘凯 45.87 秒、梁宝棠 46.20 秒，分别位列亚洲第 34 和第 55 位。个人项目以争取突破和服务男子 4×400 米、混合 4×400 米接力为主。

表 16 男子 400 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Ammar Ismail YAHIA IBRAHIM	 Suleiman ABDULRAHMAN	 Vishal THENNARASU KAYALVIZHI	 Shinya HAYASHI	 Khala Ngare MAHAMAT
国家	卡塔尔 (QAT)	阿联酋 (UAE)	印度 (IND)	日本 (JPN)	卡塔尔 (QAT)
年龄	29	18	22	22	19
2026-SB	44.71	44.85	44.98	44.98	45.19
	6 月 5 日	5 月 29 日	5 月 23 日	6 月 13 日	5 月 29 日
	44.71	46.40	44.98	44.98	45.47
	6 月 5 日	7 月 11 日	5 月 23 日	6 月 13 日	7 月 18 日
2026 最 好 5 次	44.85	46.59	45.27	45.30	46.43
	7 月 11 日	7 月 18 日	5 月 22 日	5 月 17 日	4 月 8 日
	44.86	—	45.43	45.75	46.93
	6 月 28 日	—	6 月 28 日	6 月 14 日	1 月 27 日
2025-SB	45.16	—	45.44	—	—
	4 月 8 日	—	4 月 11 日	—	—
	45.51	—	45.59	—	—
	5 月 15 日	—	6 月 27 日	—	—
个人	44.63	45.66	45.12	45.65	46.84
PB/时间	2025 年 9 月 14 日	2025 年 5 月 9 日	2025 年 8 月 21 日	2025 年 5 月 3 日	2025 年 10 月 4 日
	44.63	44.85	44.98	44.98	45.19
	2025 年 9 月 14 日	2026 年 5 月 29 日	2026 年 5 月 23 日	2026 年 6 月 13 日	2026 年 5 月 29 日

综合男子短跑，黄友闻是主要个人奖牌点并具备冲金可能；曾克理和何锦穗主要承担男子 100 米参赛及男子 4×100 米接力任务；刘凯和梁宝棠重点服务长接力。

2.2 女子短跑项目

陈妤颀以 11.12 秒和 22.84 秒分别排名女子 100 米、200 米亚洲第一，是中国短跑项目最重要的冲金运动员。

女子 100 米方面，陈妤颀在-1.6 米/秒逆风条件下跑出 11.12 秒，领先菲律宾选手 Zion Corrales-Nelson 0.07 秒。她在预赛和半决赛中还分别取得 11.27 秒和 11.29 秒，具备较好的多轮比赛能力。若能稳定在 11.10—11.25 秒，应占据冠军竞争主动。

中国队女子 100 米参赛运动员为陈妤颀和梁小静。陈妤颀 11.12 秒排名亚洲第一，梁小静 11.54 秒排名亚洲第 26 位，主要承担个人项目和女子 4×100 米接力的阵容支持。

女子 200 米方面，陈妤颀以 22.84 秒领先日本选手井户阿比盖尔风果 0.17 秒，领先印度选手 Bhadra Harita 0.30 秒。其另一场成绩为 23.01 秒，同样达到亚洲第二水平，冲金基础比女子 100 米更为突出。

女子 200 米方面,陈妤颀 22.84 秒排名亚洲第一,朱俊颖 23.24 秒排名亚洲第五。两人均具备进入决赛和争取奖牌的基础,陈妤颀承担冲金任务,朱俊颖承担奖牌竞争和接力支持。

表 17 女子 100 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Yujie CHEN	 Edidiong ODIONG	 Zion CORRALES-NELSON	 Veronica Shanti PEREIRA	 Xiaoqing LIANG
国家	中国 (CHN)	巴林 (BRN)	菲律宾 (PHI)	新加坡 (SGP)	中国 (CHN)
年龄	17	29	27	29	29
2026-SB	11.12 (-1.6) 6 月 27 日	11.15 (+1.4) 7 月 8 日	11.19 (+0.3) 5 月 21 日	11.31 (+2.0) 7 月 18 日	11.54 (-0.1) 5 月 30 日
	11.12 (-1.6) 6 月 27 日	11.15 (+1.4) 7 月 8 日	11.19 (+0.3) 5 月 21 日	11.31 (+2.0) 7 月 18 日	11.56 (-1.6) 6 月 27 日
	11.27 (-0.5) 6 月 26 日	11.35 (+1.7) 7 月 1 日	11.35 (+1.7) 5 月 21 日	11.37 (+1.2) 7 月 15 日	11.58 (-1.1) 6 月 27 日
2026 最好 5 次	11.29 (-0.8) 6 月 26 日	11.52 (-1.3) 7 月 8 日	11.37 (+0.7) 4 月 18 日	11.37 (+1.7) 7 月 15 日	11.64 (-0.5) 6 月 26 日
	—	11.56 (-0.3) 7 月 1 日	11.47 (+1.5) 5 月 8 日	11.43 (+0.3) 6 月 13 日	—
	—	—	11.56 (+0.9) 6 月 6 日	11.45 (-0.2) 6 月 20 日	—
2025-SB	11.10 (+0.7) 2025 年 11 月 17 日	11.17 (+0.8) 2025 年 11 月 18 日	11.52 (+1.6) 2025 年 5 月 9 日	11.36 (-0.9) 2025 年 12 月 11 日	11.31 (-0.5) 2025 年 3 月 12 日
个人 PB/	11.10 (+0.7)	11.05 (+0.9)	11.19 (+0.3)	11.20 (0.0)	11.13 (+0.7)
时间	2025 年 11 月 17 日	2022 年 5 月 14 日	2026 年 5 月 21 日	2023 年 7 月 14 日	2019 年 9 月 1 日

表 18 女子 200 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Yujie CHEN	 Abigeirufuka IDO	 Bhadra HARITA	 Jessica LAURANCE	 Junying ZHU
国家	中国 (CHN)	日本 (JPN)	印度 (IND)	菲律宾 (PHI)	中国 (CHN)
年龄	17	25	23	22	21
2026-SB	22.84 (+0.3) 5 月 16 日	23.01 (+0.1) 6 月 13 日	23.14 (-0.3) 6 月 25 日	23.18 (-0.2) 2 月 7 日	23.42 (-1.8) 6 月 28 日
	22.84 (+0.3) 5 月 16 日	23.01 (+0.1) 6 月 13 日	23.14 (-0.3) 6 月 25 日	23.18 (-0.2) 2 月 7 日	23.42 (-1.8) 6 月 28 日
	23.01 (+0.2) 5 月 23 日	23.19 (+0.9) 6 月 14 日	23.55 (+0.2) 6 月 25 日	—	23.89 (-2.0) 6 月 27 日
2026 最好 5 次	24.46 (-1.1) 4 月 10 日	23.29 (+1.2) 5 月 17 日	23.58 (-0.5) 6 月 14 日	—	23.94 (-2.3) 6 月 28 日
	24.55 (+0.7) 4 月 11 日	23.32 (+1.3) 3 月 21 日	—	—	—
	—	23.85 (-0.9) 3 月 28 日	—	—	—
2025-SB	22.97 (+0.3) 2025 年 5 月 31 日	22.79 (+1.0) 2025 年 8 月 3 日	23.90 2025 年 2 月 16 日	23.86 (+1.6) 2025 年 4 月 12 日	23.12 (-0.1) 2025 年 11 月 19 日
个人 PB/	22.84 (+0.3)	22.79 (+1.0)	23.14 (-0.3)	23.18 (-0.2)	23.12 (-0.1)
时间	2026 年 5 月 16 日	2025 年 8 月 3 日	2026 年 6 月 25 日	2026 年 2 月 7 日	2025 年 11 月 19 日

综合女子短跑,女子 100 米和 200 米均为优势保金项目,陈妤颀是核心冲金运动员;梁小静和朱俊颖分别承担女子 100 米、女子 200 米及短接力阵容支持。

2.3 成绩及名次预测

表 19 中国队短跑重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	重点运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子 100 米	曾克理	10.18 秒	亚洲第 26 位，冲击半决赛并支撑接力
男子 100 米	何锦橐	10.20 秒	亚洲第 38 位，支撑男子 4×100 米
男子 200 米	黄友闻	20.15 秒	亚洲第 3，冲金争牌
男子 200 米	施君豪	20.57 秒	决赛及前八竞争
男子 400 米	刘凯	45.87 秒	冲击突破，重点支撑长接力
男子 400 米	梁宝棠	46.20 秒	支撑男子 4×400 米接力
女子 100 米	陈妤颀	11.12 秒	亚洲第 1，保金
女子 100 米	梁小静	11.54 秒	支撑短接力
女子 200 米	陈妤颀	22.84 秒	亚洲第 1，保金
女子 200 米	朱俊颖	23.24 秒	亚洲第 5，争牌

理想情景下，陈妤颀获得女子 100 米和 200 米两枚金牌，黄友闻在男子 200 米实现冠军突破，朱俊颖争取女子 200 米奖牌，男子和女子 4×100 米接力同时夺冠。

基准情景下，女子 100 米、女子 200 米和女子 4×100 米是主要金牌来源，男子 4×100 米保持夺冠优势；黄友闻、陈圆将、孔莹莹及混合 4×100 米、女子 4×400 米争取奖牌或冠军突破。

2.4 综合判断与备战提示

中国队短跑项目呈现“女子双项保金、男子 200 米争金、男子 100 米和 400 米服务接力”的格局。陈妤颀应优先保障女子 100 米、200 米和女子 4×100 米接力；黄友闻围绕 20.15 秒水平提高多轮稳定性；曾克理、何锦橐、刘凯和梁宝棠应根据接力阵容优化棒次。

男子、女子 400 米重点人员应以接力阵容建设为核心，通过实战确定主力、替补和棒次组合。个人项目与接力预决赛的人员安排，应优先保障最具金牌和奖牌竞争力的项目。

3 跨栏项目竞技实力分析与预测

3.1 男子跨栏项目

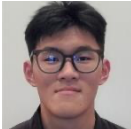
男子 110 米栏形成中日两队直接竞争。日本选手泉谷骏介和村竹拉希德分别以 13.00 秒和 13.05 秒排名亚洲前两位，陈圆将以 13.14 秒排名第三，日本选手阿部龙希以 13.18 秒排名第四，刘俊茜以 13.22 秒排名第五。

陈圆将本赛季 13.14 秒排名亚洲第三，落后日本第一名 0.14 秒、第二名 0.09 秒，处于明确奖牌位置。若稳定在 13.15 秒左右，可直接竞争前三。

刘俊茜本赛季 13.22 秒排名亚洲第五，与亚洲第三名相差 0.08 秒。若恢复至 13.15 秒左右，具备进入前三的实力；按当前水平，更可能处于第 4 至第 6 名竞争区间。

男子 110 米栏亚洲第 3 至第 6 名仅相差 0.13 秒，奖牌归属高度依赖起跑、栏间节奏和多轮稳定性。中国队具备争取 1 枚奖牌并冲击双人进入前三名的基础。

表 20 男子 110 米栏亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Shunsuke IZUMIYA	 Rachid MURATAKE	 Yuanjiang CHEN	 Tatsuki ABE	 Junxi LIU
国家	日本 (JPN)	日本 (JPN)	中国 (CHN)	日本 (JPN)	中国 (CHN)
年龄	26	24	20	22	22
2026-SB	13.00 (+1.2) 6 月 26 日	13.05 (-0.2) 5 月 10 日	13.14 (-0.3) 6 月 27 日	13.18 (+1.1) 6 月 13 日	13.22 (+0.1) 5 月 16 日
	13.00 (+1.2) 6 月 26 日	13.05 (-0.2) 5 月 10 日	13.14 (-0.3) 6 月 27 日	13.18 (+1.1) 6 月 13 日	13.22 (+0.1) 5 月 16 日
	13.01 (+0.8) 6 月 28 日	13.13 (+0.5) 5 月 23 日	13.22 (+0.1) 6 月 7 日	13.24 (+0.8) 7 月 5 日	13.35 (+0.5) 5 月 23 日
	13.13 (+0.7) 5 月 23 日	13.18 (+0.1) 5 月 16 日	13.38 (-0.3) 5 月 18 日	13.26 (-0.2) 5 月 17 日	13.51 (-0.2) 4 月 29 日
	13.17 (+1.0) 6 月 14 日	13.21 (+0.8) 6 月 28 日	13.39 (-0.4) 5 月 31 日	13.28 (+1.0) 6 月 14 日	13.61 (-0.8) 4 月 29 日
2026 最好 5 次	13.22 (+0.2) 6 月 28 日	13.30 (-0.8) 6 月 28 日	13.45 (+0.8) 4 月 18 日	13.33 (-2.0) 7 月 16 日	—
	13.19 (+0.3) 2025 年 7 月 4 日	12.92 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.18 (+0.2) 2025 年 8 月 4 日	13.12 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.14 (+1.7) 2025 年 11 月 19 日
	13.22 (+0.2) 6 月 28 日	13.30 (-0.8) 6 月 28 日	13.45 (+0.8) 4 月 18 日	13.33 (-2.0) 7 月 16 日	—
2025-SB	13.19 (+0.3) 2025 年 7 月 4 日	12.92 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.18 (+0.2) 2025 年 8 月 4 日	13.12 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.14 (+1.7) 2025 年 11 月 19 日
个人 PB/ 时间	13.00 (+1.2) 2026 年 6 月 26 日	12.92 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.14 (-0.3) 2026 年 6 月 27 日	13.12 (+0.6) 2025 年 8 月 16 日	13.14 (+1.7) 2025 年 11 月 19 日

3.2 女子跨栏项目

女子 100 米栏由日本队占据前端。吴艳妮 12.99 秒排名亚洲第八，林雨薇 13.00 秒排名第十，当前与日本领先集团存在 0.20 秒以上差距。

吴艳妮和林雨薇均处于亚洲前十，但赛季成绩分别为 12.99 秒和 13.00 秒。两人的历史能力上限较高，当前应以稳定进入前八、争取向奖牌区靠近为目标。

吴艳妮和林雨薇若能恢复至 12.80 秒左右，奖牌竞争力将明显增强；按当前 12.95—13.00 秒区间，基本目标为前八。

女子 400 米栏方面，巴林选手 Kemi Adekoya 以 53.67 秒排名亚洲第一，孔莹莹以 55.29 秒排名第二，哈萨克斯坦选手 Adelina Zems 以 55.69 秒、日本选手青木穗花以 55.92 秒进入其后。

孔莹莹领先哈萨克斯坦和日本主要对手 0.40 秒、0.63 秒，具备较明确的奖牌基础；与 Adekoya 相差 1.62 秒，争夺冠军需要实现较大突破。若能稳定在 55.30 秒左

右，应处于银牌及奖牌竞争区间；若成绩超过 55.70 秒，奖牌位置的不确定性将明显增加。

孔莹莹同时承担女子 4×400 米和混合 4×400 米接力任务，个人栏项目应作为主要奖牌项目优先保障。

表 21 女子 100 米栏亚运会主要竞争对手成绩情况

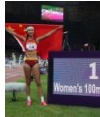
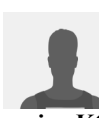
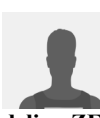
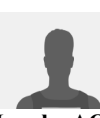
参数					
	Mako FUKUBE	Hitomi NAKAJIMA	Masumi AOKI	Yanni WU	Yuwei LIN
国家	日本 (JPN)	日本 (JPN)	日本 (JPN)	中国 (CHN)	中国 (CHN)
年龄	30	31	32	28	27
2026-SB	12.72 (-0.2) 6 月 12 日	12.75 (-0.4) 7 月 5 日	12.79 (-0.2) 6 月 12 日	12.99 (-0.7) 6 月 27 日	13.00 (-0.7) 6 月 27 日
	12.72 (-0.2) 6 月 12 日	12.75 (-0.4) 7 月 5 日	12.79 (-0.2) 6 月 12 日	12.99 (-0.7) 6 月 27 日	13.00 (-0.7) 6 月 27 日
	12.80 (+0.8) 6 月 12 日	12.77 (+0.1) 6 月 12 日	12.86 (+0.6) 6 月 13 日	13.06 (+0.5) 5 月 23 日	13.26 (-1.1) 6 月 26 日
2026 最好 5 次	12.83 (+0.6) 6 月 13 日	12.77 (+0.2) 6 月 12 日	12.90 (+1.0) 5 月 31 日	13.12 (-1.2) 6 月 26 日	13.28 (-0.3) 5 月 18 日
	12.85 (-0.9) 5 月 17 日	12.77 (+0.6) 6 月 13 日	12.95 (+0.4) 7 月 5 日	13.16 (+0.4) 5 月 16 日	—
	12.90 (-0.5) 5 月 10 日	12.78 (+1.2) 5 月 24 日	12.97 (-0.4) 7 月 5 日	—	—
2025-SB	12.73 (+1.4) 2025 年 8 月 16 日	12.71 (+1.1) 2025 年 8 月 9 日	12.99 (-0.1) 2025 年 9 月 28 日	12.85 (+1.2) 2025 年 11 月 19 日	12.94 (+1.2) 2025 年 11 月 19 日
	12.69 (+1.2) 2024 年 7 月 20 日	12.71 (+0.7) 2025 年 7 月 23 日	12.79 (-0.2) 2026 年 6 月 12 日	12.74 (+0.2) 2024 年 6 月 30 日	12.74 (0.0) 2023 年 10 月 1 日
个人 PB/ 时间					

表 22 女子 400 米栏亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Kemi ADEKOYA	Yingying KONG	Adelina ZEMS	Honoka AOKI	Vithya RAMRAJ
国家	巴林 (BRN)	中国 (CHN)	哈萨克斯坦 (KAZ)	日本 (JPN)	印度 (IND)
年龄	33	23	27	24	27
2026-SB	53.67 6 月 19 日	55.29 5 月 19 日	55.69 6 月 30 日	55.92 6 月 12 日	56.07 6 月 27 日
	53.67 6 月 19 日	55.29 5 月 19 日	55.69 6 月 30 日	55.92 6 月 12 日	56.07 6 月 27 日
	53.71 6 月 6 日	56.47 6 月 27 日	—	56.49 6 月 13 日	56.61 5 月 25 日
2026 最好 5 次	54.18 7 月 14 日	57.31 6 月 28 日	—	57.84 5 月 17 日	56.69 6 月 27 日
	54.60 4 月 24 日	1:00.33 5 月 19 日	—	58.11 5 月 10 日	57.02 4 月 12 日
	54.88 6 月 14 日	—	—	58.15 5 月 3 日	57.10 4 月 4 日
2025-SB	54.04 2025 年 9 月 17 日	55.54 2025 年 9 月 7 日	56.73 2025 年 5 月 31 日	56.93 2025 年 5 月 11 日	56.04 2025 年 4 月 23 日
	53.09 2023 年 8 月 24 日	55.29 2026 年 5 月 19 日	55.69 2026 年 6 月 30 日	55.92 2026 年 6 月 12 日	55.42 2023 年 10 月 2 日
个人 PB/ 时间					

3.3 成绩及名次预测

表 23 中国队跨栏重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	重点运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子 110 米栏	陈圆将	13.14 秒	亚洲第 3，奖牌核心
男子 110 米栏	刘俊茜	13.22 秒	亚洲第 5，前六及奖牌竞争
女子 100 米栏	吴艳妮	12.99 秒	亚洲第 8，前八及潜在奖牌
女子 100 米栏	林雨薇	13.00 秒	亚洲第 10，前八及潜在奖牌
女子 400 米栏	孔莹莹	55.29 秒	亚洲第 2，争金争牌

理想情景下，陈圆将和刘俊茜均发挥至 13.15 秒左右，争取双人进入男子 110 米栏前三；吴艳妮或林雨薇实现成绩突破；孔莹莹稳定获得女子 400 米栏奖牌并冲击冠军。

基准情景下，陈圆将和孔莹莹是主要奖牌点，刘俊茜争取前六，吴艳妮和林雨薇以进入前八为主要目标。

3.4 综合判断与备战提示

中国队跨栏项目以男子 110 米栏和女子 400 米栏为主要奖牌方向，女子 100 米栏承担前八及奖牌突破任务。

陈圆将应重点稳定 13.15 秒左右水平，刘俊茜需恢复 13.20 秒以内的竞争能力。吴艳妮和林雨薇应强化多轮比赛中的起跑、栏间节奏和最后阶段速度保持，争取缩小与日本领先集团的差距。孔莹莹应优先保障女子 400 米栏，并根据赛程合理安排两项长接力出场轮次。

4 接力项目竞技实力分析与预测

4.1 短接力项目

中国队男子 4×100 米、女子 4×100 米分别排名亚洲第一，混合 4×100 米排名第二，三个短接力项目均具备夺牌和争冠实力。

男子 4×100 米接力中，中国队以 37.85 秒排名第一，日本队以 38.01 秒排名第二，泰国队以 38.28 秒排名第三。中国队领先日本 0.16 秒，优势较小，冠军竞争主要取决于主力状态和交接棒质量。

男子 4×100 米中国队赛季阵容为施君豪、曾克理、王胜杰、何锦橐，赛季最好 37.85 秒。中国队应以稳定 37.80—38.00 秒水平、提高交接成功率为主要目标。

女子 4×100 米中国队赛季阵容为梁小静、刘国怡、朱俊颖、陈妤颀，赛季最好 42.61 秒排名亚洲第一。陈妤颀构成核心速度优势，其他三名运动员负责保证交接和整体稳定性。

中国队正常完成交接时具备明显的夺冠优势。该项目的主要风险来自陈妤颀兼项负荷和交接失误，备战重点应是稳定主力组合，并在预赛中合理使用替补运动员。

表 24 男子 4×100 米亚运会主要竞争对手成绩情况

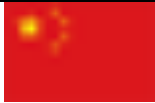
参数					
	PR of China	Japan	Thailand	Chinese Taipei	Sri Lanka
国家	中国 (CHN)	日本 (JPN)	泰国 (THA)	中国台北 (TPE)	斯里兰卡 (SRI)
2026-SB 阵容	1. Junhao SHI 2. Keli ZENG 3. Shengjie WANG 4. Jinxian HE	1. Hiroki YANAGITA 2. Shota IIZUKA 3. Yoshihide KIRYU 4. Yuhi MORI	1. Chutithat PRUKSORRANAN 2. Puripol BOONSON 3. Chayut KHONGPRASIT 4. Soraoat DAPBANG	1. Po-Hsiang LAI 2. Wen-Pu CHEN 3. Zuo-Jyun HUANG 4. Wu-Yen-Ming KE	1. Chalith Piumal FRANSICKUGE DON 2. Chamod YODHASINGHEGE 3. Merone WIJESINGHE 4. Dineth Induwara WEERARATNA
2026-SB	37.85 5 月 3 日	38.01 5 月 2 日	38.28 6 月 21 日	38.41 6 月 21 日	38.63 6 月 21 日
2026 最好 5 次	37.85 5 月 3 日 38.02 5 月 2 日 38.08 6 月 21 日 38.80 4 月 10 日 —	38.01 5 月 2 日 38.66 7 月 18 日 41.38 3 月 20 日 — —	38.28 6 月 21 日 — — — — —	38.41 6 月 21 日 39.31 4 月 17 日 — — —	38.63 6 月 21 日 — — — — —
2025-SB	38.03 2025 年 5 月 11 日	37.84 2025 年 5 月 10 日	38.28 2025 年 12 月 15 日	38.96 2025 年 5 月 11 日	39.41 2025 年 5 月 9 日
队伍 PB/ 时间	37.79 2019 年 10 月 4 日	37.43 2019 年 10 月 5 日	38.28 2025 年 12 月 15 日	38.41 2026 年 6 月 21 日	—

表 25 女子 4×100 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	PR of China	India	Thailand	Vietnam	Hong Kong, China
国家	中国 (CHN)	印度 (IND)	泰国 (THA)	越南 (VIE)	中国香港 (HKG)
2026-SB 阵容	1. Xiaojing LIANG 2. Guoyi LIU 3. Junying ZHU 4. Yujie CHEN	1. Srabani NANDA 2. Sneha SATHYANARAYANA 3. Sudeshna SHIVANKAR 4. . TAMANNA	1. Manatsada SAMMANO 2. Sukanda PETRAKSA 3. Supanich POOLKERD 4. Jirapat KHANONTA	1. Thi Thu HA 2. Du Y HOANG 3. Thi Hue PHUNG 4. Thi Cam Tu LE	1. Pui Yi YU 2. Chloe PAK 3. Tsz Yuen LUO 4. Pui Kei CHAN
2026-SB	42.61 5 月 3 日	43.85 6 月 21 日	44.11 6 月 21 日	44.13 6 月 21 日	44.96 6 月 21 日
2026 最好 5 次	42.61 5 月 3 日 42.62 5 月 2 日 43.83 4 月 10 日 43.83 4 月 10 日 44.09 6 月 21 日	43.85 6 月 21 日 43.97 5 月 2 日 44.18 3 月 28 日 — — —	44.11 6 月 21 日 — — — — —	44.13 6 月 21 日 45.18 4 月 17 日 — — —	44.96 6 月 21 日 44.96 6 月 21 日 — — —
2025-SB	42.94 2025 年 9 月 20 日	43.86 2025 年 5 月 31 日	43.88 2025 年 12 月 15 日	43.91 2025 年 12 月 15 日	44.88 2025 年 5 月 31 日
队伍 PB/时间	42.31 2019 年 9 月 1 日	—	—	—	—

混合 4×100 米接力竞争高度集中。泰国以 41.14 秒排名第一，中国以 41.23 秒排名第二，印度以 41.35 秒排名第三，三队只相差 0.21 秒。中国队落后泰国 0.09 秒、领先印度 0.12 秒，任何一次交接波动都可能改变奖牌顺序。

混合 4×100 米中国队赛季阵容为陈金凤、徐佳璐、常吉、刘夏俊，赛季最好 41.23 秒，落后泰国 0.09 秒。该项目应重点优化男女棒次和交接效率。

表 26 混合 4×100 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Thailand	PR of China	India	Sri Lanka	Philippines
国家	泰国 (THA)	中国 (CHN)	印度 (IND)	斯里兰卡 (SRI)	菲律宾 (PHI)
2026-SB 阵容	1. Chutithat PRUKSORRANAN 2. Sukanda PETRAKSA 3. Puripol BOONSON 4. Jirapat KHANONTA	1. Jinfeng CHEN 2. Jialu XU 3. Ji CHANG 4. Xiajun LIU	1. Ragul KUMAR 2. Nithya GANDHE 3. Animesh KUJUR 4. Sneha SATHYANARAYANA SHANUVALLI	1. Chamod YODHASINGHEGE 2. Amasha DE SILVA 3. Dineth Induwara WEERARATNA 4. K.Risansa HIRUPAMA	1. Kent Francis JARDIN 2. Lianne PAMA 3. Neil Michael CATRAL 4. Jessica LAURANCE
2026-SB	41.14 6 月 20 日	41.23 5 月 3 日	41.35 5 月 3 日	41.75 6 月 20 日	42.06 6 月 20 日
	41.14 6 月 20 日	41.23 5 月 3 日	41.35 5 月 3 日	41.75 6 月 20 日	42.06 6 月 20 日
2026 最 好 5 次	—	41.29 6 月 20 日 41.43 5 月 2 日	41.47 6 月 20 日 42.34 3 月 28 日	—	—
2025-SB	—	41.30 2025 年 5 月 10 日	—	—	—
队伍 PB/ 时间	41.14 2026 年 6 月 20 日	41.23 2026 年 5 月 3 日	41.35 2026 年 5 月 3 日	—	—

4.2 长接力项目

中国队在男子 4×400 米、女子 4×400 米和混合 4×400 米接力中分别排名亚洲第三、第二和第三，均具备奖牌竞争基础，但尚未形成稳定领先。

男子 4×400 米接力中，日本以 3:00.19 排名第一，印度以 3:00.32 排名第二，中国以 3:01.59 排名第三。中国队落后日本 1.40 秒、印度 1.27 秒，同时只领先斯里兰卡 0.57 秒。

男子 4×400 米中国队赛季阵容为梁宝棠、肖衡、刘凯、徐新龙，赛季最好 3:01.59。与日本、印度相比整体单棒水平仍有差距，基准目标为稳定获得奖牌。

女子 4×400 米接力中，越南以 3:31.16 排名第一，中国以 3:32.68 排名第二，印度以 3:32.81 排名第三。中国队落后越南 1.52 秒，仅领先印度 0.13 秒，当前处于第二至第三名密集竞争区间。

女子 4×400 米中国队赛季阵容为孔莹莹、李凤丹、黄诗瑶、左思雨，赛季最好 3:32.68 排名第二。若主力接近赛季最好水平，具备追赶越南并争夺冠军的可能。

混合 4×400 米接力中，日本以 3:12.86 排名第一，领先优势明显；哈萨克斯坦以 3:16.75 排名第二，中国以 3:16.95 排名第三，印度以 3:17.06 排名第四。中国、哈萨克斯坦和印度只相差 0.31 秒，主要竞争集中在第二至第四名。

混合 4×400 米中国队赛季阵容为郭龙宇、孔莹莹、丁文豪、李凤丹，赛季最好 3:16.95 排名第三。中国队落后日本 4.09 秒，现实目标为争取银牌并稳定进入前三。

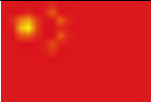
表 27 男子 4×400 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Japan	India	PR of China	Sri Lanka	Vietnam
国家	日本 (JPN)	印度 (IND)	中国 (CHN)	斯里兰卡 (SRI)	越南 (VIE)
2026-SB 阵容	1. Shinya HAYASHI 2. Takuho YOSHIZU 3. Kenki IMAIZUMI 4. Yuki Joseph NAKAJIMA	1. Dharmveer CHOUDHARY 2. Rajesh RAMESH 3. Vishal THENNARASU KAYALVIZHI 4. Manu THEKKINALIL SAJI	1. Baotang LIANG 2. Heng XIAO 3. Kai LIU 4. Xinlong XU	1. Aruna Dharshana SINGHAPURAGE 2. Pasindu Lakshan PANAMBARA 3. Rajakaruna MUDIYANSELAGE 4. Kalhara Idupa KURUWITAGE	1. Ngoc Tuong TA 2. Ngoc Khanh VU 3. Dinh Son TRAN 4. Phuc LE NGOC
2026-SB	3:00.19 5 月 3 日	3:00.32 5 月 2 日	3:01.59 5 月 3 日	3:02.16 3 月 28 日	3:02.60 6 月 21 日
2026 最 好 5 次	3:00.19 5 月 3 日	3:00.32 5 月 2 日	3:01.59 5 月 3 日	3:02.16 3 月 28 日	3:02.60 6 月 21 日
	3:00.79 5 月 2 日	3:01.43 3 月 28 日	3:03.23 6 月 21 日	3:03.33 6 月 21 日	—
	—	3:05.33 6 月 21 日	3:10.49 2 月 8 日	—	—
2025-SB	2:59.74 2025 年 9 月 20 日	3:03.67 2025 年 5 月 29 日	3:00.77 2025 年 9 月 20 日	3:05.12 2025 年 10 月 26 日	3:03.85 2025 年 12 月 16 日
队伍 PB/ 时间	2:58.33 2024 年 8 月 10 日	2:59.05 2023 年 8 月 26 日	3:00.77 2025 年 9 月 20 日	3:01.56 2023 年 7 月 16 日	—

表 28 女子 4×400 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Vietnam	PR of China	India	Kazakhstan	Bahrain
国家	越南 (VIE)	中国 (CHN)	印度 (IND)	哈萨克斯坦 (KAZ)	巴林 (BRN)
2026-SB 阵容	1. Hoang Thi MINH HANH 2. Thi Lan QUACH 3. Thi Hang NGUYEN 4. Thi Ngoc NGUYEN	1. Yingying KONG 2. Fengdan LI 3. Shiyao HUANG 4. Siyu ZUO	1. Vithya RAMRAJ 2. Poovamma Raju MACHETTIRA 3. Rashdeep KAUR 4. Vijayakumari GOWDENAHALLI KUMARA	1. Anna SHUMILO 2. Mariya SHUVALOVA 3. Alexandra ZALYUBOVSKAYA 4. Adelina ZEMS	1. Zenab MAHAMAT 2. Aisha ABDULLA 3. Sufian ABDULGHANI 4. Kemi ADEKOYA
2026-SB	3:31.16 6 月 21 日	3:32.68 6 月 21 日	3:32.81 3 月 28 日	3:33.87 6 月 21 日	3:34.29 5 月 17 日
2026 最好 5 次	3:31.16 6 月 21 日	3:32.68 6 月 21 日	3:32.81 3 月 28 日	3:33.87 6 月 21 日	3:34.29 5 月 17 日
	—	3:38.29 2 月 8 日	3:34.88 6 月 21 日	3:38.02 2 月 8 日	—
2025-SB	3:25.59 2025 年 12 月 16 日	3:32.74 2025 年 5 月 11 日	3:34.18 2025 年 5 月 29 日	3:40.71 2025 年 5 月 29 日	—
队伍 PB/ 时间	3:25.59 2025 年 12 月 16 日	—	3:26.89 2004 年 8 月 27 日	—	—

表 29 混合 4×400 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Japan	Kazakhstan	PR of China	India	Sri Lanka
国家	日本 (JPN)	哈萨克斯坦 (KAZ)	中国 (CHN)	印度 (IND)	斯里兰卡 (SRI)
2026- SB 阵容	1. Kira HIRAKAWA 2. Abigeirufuka IDO 3. Kentaro SATO 4. Nanako MATSUMOTO	1. Andrey SOKOLOV 2. Mariya SHUVALOVA 3. Elnur MUKHITDINOV 4. Adelina ZEMS	1. Longyu GUO 2. Yingying KONG 3. Wenhao DING 4. Fengdan LI	1. Theerthesh P. SHETTY 2. Poovamma Raju MACHETTIRA 3. Barath SRIDHAR 4. Neeru PATHAK	1. Kalinga HEWA KUMARAGE 2. Lakshima MENDIS 3. Rajakaruna MUDIYANSELAGE 4. Jithma WIJETHUNGA
2026- SB	3:12.86 5 月 3 日	3:16.75 6 月 20 日	3:16.95 5 月 3 日	3:17.06 6 月 20 日	3:18.02 6 月 20 日
	3:12.86 5 月 3 日	3:16.75 6 月 20 日	3:16.95 5 月 3 日	3:17.06 6 月 20 日	3:18.02 6 月 20 日
	3:13.61 5 月 2 日	—	3:17.20 6 月 20 日	3:18.90 3 月 28 日	3:19.58 3 月 28 日
2026 最好 5 次	—	—	3:18.47 5 月 2 日	3:19.40 5 月 3 日	—
	—	—	—	—	—
	—	—	—	—	—
2025- SB 队伍 PB/时 间	3:12.08 2025 年 9 月 13 日	3:22.70 2025 年 5 月 28 日	3:13.39 2025 年 5 月 11 日	3:14.81 2025 年 5 月 11 日	3:20.61 2025 年 5 月 11 日
	3:12.08 2025 年 9 月 13 日	3:16.75 2026 年 6 月 20 日	3:13.39 2025 年 5 月 11 日	3:12.87 2024 年 6 月 30 日	3:15.41 2023 年 7 月 15 日

4.3 成绩及名次预测

理想情景下，男子、女子 4×100 米均获得金牌，混合 4×100 米或女子 4×400 米实现冠军突破，三个长接力全部进入前三。

基准情景下，女子 4×100 米和男子 4×100 米是最稳定的金牌来源，混合 4×100 米和女子 4×400 米处于争金区间，男子和混合 4×400 米稳定争取奖牌。

表 30 中国队接力项目赛季成绩、亚洲位置与竞技定位

项目	中国队赛季成绩	亚洲位置	竞技定位
男子 4×100 米	37.85 秒	第 1	保金，日本为主要对手
女子 4×100 米	42.61 秒	第 1	保金，优势明显
混合 4×100 米	41.23 秒	第 2	争金，落后泰国 0.09 秒
男子 4×400 米	3:01.59	第 3	奖牌竞争，缩小与日本印度差距
女子 4×400 米	3:32.68	第 2	争金争牌，重点应对越南印度
混合 4×400 米	3:16.95	第 3	争取银牌并稳定前三

4.4 综合判断与备战提示

接力项目是中国队短跨项目群最主要的奖牌来源。男子、女子 4×100 米属于保金项目，混合 4×100 米和女子 4×400 米具有冠军突破可能，男子和混合 4×400 米以稳定奖牌为主。

短接力应重点固定主力棒次和交接组合，提高高速条件下的交接成功率。女子 4×100 米应优先保障稳定性，男子和混合 4×100 米则需通过交接效率弥补与主要对手的单棒差距。

长接力应建立预赛和决赛两套阵容，统筹男子 4×400 米、女子 4×400 米与混合 4×400 米人员使用。孔莹莹应优先保障女子 400 米栏，同时兼顾女子 4×400 米和混合 4×400 米；陈妤颀应优先保障女子 100 米、200 米和女子 4×100 米接力。

5 中国队短跨与接力项目综合实力判断与备战提示

5.1 整体竞技实力定位

中国队短跨与接力项目呈现“女子短跑保金、男子重点单项争金、接力多点竞争”的格局。女子 100 米、女子 200 米、男子和女子 4×100 米是保金项目；男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏、混合 4×100 米和女子 4×400 米构成主要争金及奖牌项目。

表 31 中国队短跨与接力项目竞争层次划分

竞争层次	主要项目
保金项目	女子 100 米、女子 200 米、男子 4×100 米、女子 4×100 米
争金项目	男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏、混合 4×100 米、女子 4×400 米、男子 4×400 米、混合 4×400 米
冲金项目	男子 100 米、男子 400 米、女子 100 米栏
前八及潜在奖牌	男子 100 米、女子 100 米栏
前八及接力支撑	男子 400 米

日本队是中国队最主要的整体对手，在男子 100 米、男女短跨及部分接力项目中具有较强实力。印度、泰国、巴林和卡塔尔则分别在男子 400 米、男子 200 米、混合接力及 400 米栏等项目构成重点竞争。

5.2 主要金牌与奖牌项目

陈妤颀是中国队最重要的个人冲金运动员，11.12 秒和 22.84 秒均排名亚洲第一。女子 100 米、女子 200 米和女子 4×100 米接力是最主要的保金组合，梁小静和朱俊颖分别提供女子 100 米、女子 200 米及接力阵容支持。

黄友闻以 20.15 秒排名男子 200 米亚洲第三，具备冲金和奖牌实力。陈圆将 13.14 秒排名男子 110 米栏第三，刘俊茜 13.22 秒排名第五，二人构成男子跨栏主要奖牌支撑。

孔莹莹以 55.29 秒排名女子 400 米栏亚洲第二，是较明确的奖牌竞争者。其与亚洲第一名相差 1.62 秒，主要目标为稳定奖牌并争取冠军突破。

接力方面，男子 4×100 米 37.85 秒、女子 4×100 米 42.61 秒均排名亚洲第一；混合 4×100 米 41.23 秒排名第二；女子 4×400 米 3:32.68 排名第二；男子 4×400 米和混合 4×400 米分别排名第三，整体奖牌覆盖面较广。

5.3 综合成绩预测

表 32 中国队短跨与接力项目综合成绩情景预测

情景	主要表现	综合目标
理想情景	女子 100 米、女子 200 米、男子 4×100 米和女子 4×100 米夺冠；男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏及混合 4×100 米实现突破；长接力全部进入前三	争取 4—6 金、10—13 枚奖牌
基准情景	四个保金项目稳定发挥；黄友闻、陈圆将、孔莹莹和混合 4×100 米、女子 4×400 米争取奖牌或冠军突破；长接力多数进入前三	争取 3—4 金、8—11 枚奖牌
保守情景	核心运动员受兼项和多轮比赛影响，男子 200 米及部分接力未能突破，男子 100 米、男子 400 米和女子 100 米栏以前八为主	争取 2—3 金、6—9 枚奖牌

基准目标是巩固女子 100 米、女子 200 米、男子 4×100 米和女子 4×100 米四个保金点，争取男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏、混合 4×100 米和女子 4×400 米实现冠军或奖牌突破，并保障男子和混合 4×400 米的奖牌位置。

5.4 重点兼项与阵容安排

陈妤颀可能承担女子 100 米、女子 200 米和女子 4×100 米接力，应优先保障三个项目；混合 4×100 米根据赛程和恢复情况安排。

黄友闻、曾克理、施君豪和何锦橐可能兼顾个人项目与男子 4×100 米接力。黄友闻的男子 200 米具备较高奖牌价值，应避免接力预赛影响个人项目决赛状态。

孔莹莹同时承担女子 400 米栏、女子 4×400 米和混合 4×400 米。女子 400 米栏是其个人主要奖牌项目，应优先保障；两项长接力依据预赛、决赛阵容进行轮换。

男女 4×400 米与混合 4×400 米人员重叠较多，应建立主力和替补组合，避免 3 个项目完全依赖同一组运动员。

5.5 综合备战提示

第一，优先保障陈妤颀所在的女子 100 米、女子 200 米和女子 4×100 米接力，并统筹多轮比赛和恢复安排。

第二，强化男子 200 米、男子 110 米栏和女子 400 米栏的多轮稳定性。黄友闻应稳定 20.20 秒以内，陈圆将和刘俊茜提高 13.20 秒以内成绩的重复能力，孔莹莹巩固 55.30 秒左右的奖牌水平。

第三，短接力重点提高交接效率。男子 4×100 米、女子 4×100 米和混合 4×100 米均需通过棒次优化将赛季速度优势转化为决赛成绩。

第四，长接力重点优化阵容轮换。男子 4×400 米需要缩小与日本、印度的整体差距；女子 4×400 米重点应对越南和印度；混合 4×400 米以争取银牌并稳定奖牌为目标。

第二章 跳跃项目

曾令涛、段悦、刘亚卓、刘嘉伟、李智聪、苑廷刚

1 跳跃项目亚洲整体竞争格局

中国队在跳跃项目中具有较强的整体竞争力。除男子跳高未列入派出名单外，其余7个项目均有运动员进入亚洲前列。李晨洋、牛春格和栗文分别以5.86米、4.73米和17.40米排名男子撑竿跳高、女子撑竿跳高和男子三级跳远亚洲第一；袁陈龙、马英龙、陆佳雯、黄滢滢和李艺分别在男子跳远、男子三级跳远、女子跳高、女子跳远和女子三级跳远排名亚洲第二。印度是男女跳远、男子三级跳远和女子跳高的主要对手，日本、韩国在跳高项目具备实力，乌兹别克斯坦在女子三级跳远中占据领先。

1.1 垂直跳跃项目竞争格局

男子跳高亚洲前列成绩集中在2.27—2.31米。印度选手 Sarvesh Anil Kushare 以2.31米排名第一，日本选手长谷川直人、新野智大和韩国选手禹相赫均以2.30米并列第二。中国队未选派该项目运动员，不纳入成绩预测。

表1 男子跳高亚洲排名前10成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	2.31	Sarvesh Anil KUSHARE	17 JUN 1995	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	27 JUN 2026
2	2.30	Naoto HASEGAWA	15 NOV 1996	 JPN	2	Městská sportovní hala, Hustopeče (CZE) (i)	07 FEB 2026
2	2.30	Tomohiro SHINNO	17 AUG 1996	 JPN	2	Športová hala Dukla, Banská Bystrica (SVK) (i)	24 FEB 2026
2	2.30	Sanghyeok WOO	23 APR 1996	 KOR	3	Športová hala Dukla, Banská Bystrica (SVK) (i)	24 FEB 2026
5	2.27	Aadarsh Ram JOTHI SHANKAR	27 SEP 1997	 IND	1	Jawaharlal Nehru Stadium, Chennai (IND)	10 MAY 2026
5	2.27	Mutaz Essa BARSHIM	24 JUN 1991	 QAT	2	Suhaim bin Hamad Stadium, Doha (QAT)	19 JUN 2026
5	2.27	Ziang DONG	03 JAN 2005	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
8	2.26	Tejaswin SHANKAR	21 DEC 1998	 IND	1	Cliff Rovelto Indoor Track, Manhattan, KS (USA) (i)	30 JAN 2026
9	2.25	Hirokazu SAKAI	05 NOV 2001	 JPN	1	Universiade Commemorative Stadium, Kobe (JPN)	19 APR 2026
9	2.25	Chao-Hsuan FU	14 DEC 2002	 TPE	1	Banqiao Stadium, New Taipei City (TPE)	07 JUN 2026

男子撑竿跳高中，李晨洋以5.86米排名亚洲第一，菲律宾选手 Ernest John Obiena 以5.85米排名第二，卡塔尔选手 Seifeldin Abdelsalam 以5.72米排名第三，沙特阿拉伯选手 Hussain Asim Al Hizam、黄博凯和姚捷均以5.70米并列第四。李晨洋领先亚洲第二名1厘米，仍是中国队冲金点，但 Obiena 个人最好成绩达到6.00米，冠军竞争将较为激烈；姚捷具备奖牌竞争能力。

表 2 男子撑竿跳高亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	5.86	Chenyang LI	12 MAY 2003	 CHN	1fl	Shanghai Sports University Indoor Athletics Stadium, Shanghai (CHN) (i)	25 MAR 2026
2	5.85	Ernest John OBIENA	17 NOV 1995	 PHI	2	Estadio Vallehermoso, Madrid (ESP)	16 JUL 2026
3	5.72	Seifeldin ABDELSALAM	28 MAR 2005	 QAT	6	Suhaim bin Hamad Stadium, Doha (QAT)	19 JUN 2026
4	5.70	Hussain Asim AL HIZAM	04 JAN 1998	 KSA	2fl	John McDonnell Field, Fayetteville, AR (USA)	24 APR 2026
4	5.70	Bokai HUANG	26 SEP 1996	 CHN	6	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	16 MAY 2026
4	5.70	Jie YAO	21 SEP 1990	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
7	5.66	Tomoya KARASAWA	17 MAY 2002	 JPN	1	ND Soft Stadium, Tendo (JPN)	16 MAY 2026
8	5.60	Masaki EJIMA	06 MAR 1999	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
8	5.60	Patsapong AMSAM-ANG	02 OCT 1997	 THA	2	Gwangalli beach, Busan (KOR)	30 MAY 2026
8	5.60	Yang CHEN	10 MAY 2001	 CHN	2	Sports Center, Bengbu (CHN)	30 MAY 2026

女子跳高形成印度与中国运动员竞争前列的格局。印度选手 Pooja 以 1.93 米排名第一，陆佳雯以 1.92 米排名第二，金若宣以 1.90 米排名第三，乌兹别克斯坦选手 Barnokhon Sayfullayeva 以 1.89 米排名第四。陆佳雯与第一名仅相差 1 厘米，具备直接冲金实力；金若宣处于奖牌区，但与后续对手优势较小。

表 3 女子跳高亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	1.93	POOJA	21 FEB 2007	 IND	1	Kai Tak Youth Sports Ground, Hong Kong (HKG)	29 MAY 2026
2	1.92	Jiawen LU	19 AUG 2002	 CHN	1	Sports Center, Jiaxing (CHN)	10 MAY 2026
3	1.90	Ruoxuan JIN	08 JAN 2005	 CHN	2	Sports Center, Jiaxing (CHN)	10 MAY 2026
4	1.89	Barnokhon SAYFULLAYEVA	05 FEB 2005	 UZB	1	AFU Athletics Stadium, Tashkent (UZB)	25 JUN 2026
5	1.88	Jingyi LIU	27 OCT 1994	 CHN	1	Olympic Sports Center, Chongqing (CHN)	14 MAY 2026
5	1.88	Kristina OVCHINNIKOVA	21 MAR 2001	 KAZ	3	FBK Stadium, Hengelo (NED)	21 JUN 2026
7	1.87	Valeriya GORBATOVA	07 SEP 2004	 UZB	1	Tuanbo Sports Center, Tianjin (CHN) (i)	08 FEB 2026
7	1.87	Nadezhda DUBOVITSKAYA	12 MAR 1998	 KAZ	2	Tuanbo Sports Center, Tianjin (CHN) (i)	08 FEB 2026
7	1.87	Linpeng HU	29 DEC 1995	 CHN	1	Shanxi Athletics Administrative Center, Xi'an (CHN) (i)	08 MAR 2026
10	1.86	Yuzuki ISHIOKA	01 AUG 1997	 JPN	1	Nihon University Stadium, Tokyo (JPN)	19 APR 2026

女子撑竿跳高中，牛春格以 4.73 米排名亚洲第一，领先日本选手 Misaki Morota 的 4.50 米 23 厘米。韦凌霞、陈巧铃均达到 4.40 米，但中国队派出名单仅包括牛春格。按当前成绩，牛春格具有明显领先优势，是稳定冲金点。

表 4 女子撑竿跳高亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	4.73	Chunge NIU	14 FEB 2000	 CHN	1	Sports Center, Bengbu (CHN)	31 MAY 2026
2	4.50	Misaki MOROTA	06 OCT 1998	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
3	4.40	Lingxia WEI	20 MAR 2004	 CHN	2fl	Shanghai Sports University Indoor Athletics Stadium, Shanghai (CHN) (i)	21 MAR 2026
3	4.40	Qiaoling CHEN	22 NOV 1999	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	26 JUN 2026
5	4.35	Diva Renatta JAYADI	24 JAN 2002	 INA	2	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	19 MAY 2026
6	4.25	Akari OSAKAYA	10 APR 2002	 JPN	2	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
6	4.25	G. SINDHUSHREE	23 OCT 2000	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	25 JUN 2026
8	4.23	Baranica ELANGOAN	03 FEB 1997	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND) (i)	03 MAY 2026
9	4.20	Keni MOU	05 AUG 2008	 CHN	1	Hubei Olympic Sports Center, Wuhan (CHN)	11 APR 2026
9	4.20	Kanae TATSUTA	21 JUL 1992	 JPN	2	Municipal Stadium, Mito (JPN)	05 MAY 2026

综合垂直跳跃项目，中国队在男子、女子撑竿跳高中均有冲金实力，女子跳高由陆佳雯和金若宣形成双人争牌格局；男子跳高不纳入中国队预测。

1.2 水平跳跃项目竞争格局

男子跳远竞争主要集中在印度、中国和乌兹别克斯坦。印度选手 Sreeshankar 以 8.38 米排名第一，袁陈龙以 8.33 米排名第二，印度选手 Shahnnavaz Khan 以 8.30 米排名第三，乌兹别克斯坦选手 Anvar Anvarov 以 8.29 米排名第四。袁陈龙与第一名仅相差 5 厘米，具备冲金争牌实力。

石雨豪以 8.14 米排名亚洲第 9，按亚运会参赛阵容预计处于第 6 名左右。其历史能力较高，但本赛季与奖牌区仍有 16 厘米以上差距，主要目标为进入前六并争取奖牌突破。

表 5 男子跳远亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	8.38	-0.8	SREESHANKAR	27 MAR 1999	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	28 JUN 2026
2	8.33	-1.3	袁陈龙	04 JAN 2002	 CHN	1	Nanjing (CHN)	09MAY 2026
3	8.30	+1.4	Shahnnavaz KHAN	02 FEB 2008	 IND	2	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	28 JUN 2026
4	8.29	+0.7	Anvar ANVAROV	22 OCT 2000	 UZB	1	Sports Park Mladost, Zagreb (CRO)	26 JUN 2026
5	8.26	0.0	张溟鲲	20 OCT 2000	 CHN	2	Nanjing (CHN)	09MAY 2026
6	8.22	+1.9	Yuki HASHIOKA	23 JAN 1999	 JPN	1	National Stadium, Tokyo (JPN)	17MAY 2026
6	8.22	+1.4	David PATTURAJ SOLOMON	17 MAR 2002	 IND	1	LNCPE, Trivandrum (IND)	14 JUN 2026
8	8.21		Lokesh SATHYANATHAN	21 DEC 1999	 IND	1fl	Randal Tyson Indoor Center, Fayetteville, AR (USA) (i)	13MAR 2026
9	8.14	-1.3	石雨豪	26 SEP 1998	 CHN	3	Nanjing (CHN)	09MAY 2026
10	8.12	+0.7	R.C. Jithin ARJUNAN	11 DEC 2007	 IND	3	LNCPE, Trivandrum (IND)	14 JUN 2026

女子跳远中，印度选手 Ancy Sojan Edappilly 以 6.88 米排名第一，黄滢滢以 6.76 米排名第二，印度选手 Shaili Singh 以 6.67 米排名第三，谈梦怡以 6.63 米进入前列。黄滢滢具备较明确的奖牌基础并保留冲金可能；谈梦怡与第三名仅相差 4 厘米，是中国队第二奖牌竞争点。

表 6 女子跳远亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名	生日	国家	成绩排名	比赛地点	日期
1	6.88	+0.7	Ancy SOJAN EDAPPILLY	01 MAR 2001	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	27 JUN 2026
2	6.76	+1.1	Yingying HUANG	18 AUG 2004	 CHN	1	Sports Center, Nanping (CHN)	03 JUN 2026
3	6.67	-0.1	Shaili SINGH	07 JAN 2004	 IND	2	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	27 JUN 2026
4	6.65	+0.2	Shiqi XIONG	09 MAR 2004	 CHN	6	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	16 MAY 2026
5	6.63	+1.3	Mengyi TAN	05 SEP 2002	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
6	6.59	+0.7	Yatong DING	20 AUG 2002	 CHN	1	Sports Center, Bengbu (CHN)	30 MAY 2026
7	6.53	+0.7	Mubssina MOHAMMED	22 FEB 2006	 IND	3	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	27 JUN 2026
8	6.50	-0.3	Yiting ZHAO	14 JUN 2005	 CHN	2	Taizhou Yuhuan Olympic Sports Center Stadium, Taizhou (CHN)	23 MAY 2026
9	6.47		Pavana NAGARAJ	07 NOV 2005	 IND	1	Mosier Indoor Facility, Norman, OK (USA) (i)	16 JAN 2026
9	6.47	+0.6	Reyhaneh MOBINI ARANI	20 NOV 2000	 IRI	1	Aftab Enghelab Sport Complex, Tehran (IRI)	03 JUL 2026

男子三级跳远是中国队优势项目。栗文以 17.40 米排名亚洲第一，马英龙以 17.11 米排名第二，印度选手 Praveen Chithravel 以 17.08 米排名第三，Selva Prabhu Thirumaran 以 17.05 米排名第四。中国队形成栗文、马英龙包揽亚洲前两位的双人冲金争牌格局。

表 7 男子三级跳远亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	17.40	+0.3	Wen SU	10 FEB 1999	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
2	17.11	0.0	Yinglong MA	11 MAY 2005	 CHN	1	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	09 JUL 2026
3	17.08	-0.9	Praveen CHITHRAVEL	05 JUN 2001	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	25 MAY 2026
4	17.05		Selva Prabhu THIRUMARAN	28 DEC 2004	 IND	2f1	Randal Tyson Indoor Center, Fayetteville, AR (USA) (i)	14 MAR 2026
5	16.90	-0.2	Rongjia ZHOU	12 FEB 2006	 CHN	1	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	19 MAY 2026
6	16.83	-0.6	Abdulla Aboobacker NARANGOLINTEVIDA	17 JAN 1996	 IND	1	Anju Bobby High Performance Centre, Bengaluru (IND)	14 MAR 2026
7	16.80	+0.6	Karthik UNNIKRISHNAN	03 JUN 1993	 IND	2	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	26 JUN 2026
8	16.64	-1.7	Manato MIYAO	16 JUL 2004	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
9	16.63	+1.8	Sami BAKHEET	06 DEC 2005	 KSA	1	McArthur Stadium, Potchefstroom (RSA)	17 MAR 2026
9	16.63	+0.1	Jangwoo KIM	20 AUG 1999	 KOR	1	Jeongseon Sports Complex, Jeongseon (KOR)	13 MAY 2026

女子三级跳远由乌兹别克斯坦和中国运动员占据前三名。乌兹别克斯坦选手 DAVRONOVA Sharifa 以 14.24 米排名第一,李艺以 14.16 米排名第二,黄滢滢以 14.12 米排名第三。李艺和黄滢滢分别落后第一名 8 厘米和 12 厘米,均处于奖牌竞争区并具备冲击冠军的实力,但中国队在该项目已由领先位置转为双人追赶,临场有效试跳质量将直接决定奖牌顺序。

表 8 女子三级跳远亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	风速	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	14.24	+0.1	Sharifa DAVRONOVA	27 SEP 2006	 UZB	1	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	12 JUL 2026
2	14.16	0.0	Yi LI	26 NOV 2005	 CHN	1	Changshou Sports Center, Chongqing (CHN)	19 MAY 2026
3	14.12	-0.6	Yingying HUANG	18 AUG 2004	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	26 JUN 2026
4	13.89	-0.3	I. ASHA	18 JUN 1999	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneswar (IND)	24 JUN 2026
5	13.83	+0.1	Mariya YEFREMOVA	19 OCT 1998	 KAZ	1	Kazhymukan Munaitpasov Stadium, Shimkent (KAZ)	01 JUL 2026
6	13.77		Hui ZHOU	08 JAN 2006	 CHN	1fl	Shanxi Athletics Administrative Center, Xi'an (CHN) (i)	08 MAR 2026
7	13.69	+0.8	Akari FUNADA	27 AUG 2000	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	14 JUN 2026
8	13.68	+1.9	Madushani HERATH	04 MAY 2005	 SRI	1	Diyagama Stadium, Diyagama (SRI)	01 MAR 2026
8	13.68	+1.7	Yazhan XIE	30 JAN 2002	 CHN	3	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	26 JUN 2026
10	13.64	+0.1	Niharika VASHISHT	17 OCT 1995	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	23 MAY 2026

综合水平跳跃项目,栗文和马英龙占据男子三级跳远亚洲前两位;袁陈龙、黄滢滢和李艺具备冲击冠军和奖牌的实力;谈梦怡和石雨豪承担第二奖牌点或前六名突破任务。

1.3 中国队整体竞争位置

表 9 中国队跳跃各单项重点运动员及竞技定位

项目	中国队重点运动员	竞技定位
男子撑竿跳高	李晨洋、姚捷	李晨洋优势冲金,姚捷争牌
女子跳高	陆佳雯、金若宣	双人争牌,陆佳雯冲金
女子撑竿跳高	牛春格	优势冲金
男子跳远	袁陈龙、石雨豪	袁陈龙冲金争牌,石雨豪争取前六
女子跳远	黄滢滢、谈梦怡	黄滢滢冲金争牌,谈梦怡争取奖牌
男子三级跳远	栗文、马英龙	栗文优势冲金,马英龙争牌
女子三级跳远	李艺、黄滢滢	双人冲金争牌

中国队跳跃项目具备多个金牌点和双人获牌项目。牛春格优势最为明显;李晨洋、栗文和马英龙处于冲金区间;陆佳雯、袁陈龙、李艺和黄滢滢与领先者差距较小,是扩大金牌数量的主要突破方向。最终成绩将主要取决于关键高度成功率、有效试跳稳定性及黄滢滢的兼项安排。

2 垂直跳跃项目竞技实力分析与预测

2.1 男子垂直跳跃项目

男子跳高亚洲前列成绩集中在 2.27—2.31 米，印度、日本和韩国运动员占据主要竞争位置。中国队未选派该项目运动员，不纳入成绩和名次预测。

表 10 男子跳高亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Sarvesh Anil KUSHARE	 Naoto HASEGAWA	 Tomohiro SHINNO	 Sanghyeok WOO	 Ziang DONG
国家	印度	日本	日本	韩国	中国
年龄	32	30	30	31	22
2026-SB	2.31m, 6 月 27 日	2.30m, 2 月 7 日	2.30m, 2 月 24 日	2.30m, 2 月 24 日	2.27m, 6 月 28 日
	2.26m,7 月 10 日	2.20m,6 月 14 日	2.20m,6 月 4 日	2.27m,5 月 11 日	2.27m,6 月 28 日
2026-5 个最好 成绩	2.31m,6 月 27 日	2.20m,5 月 3 日	2.20m,5 月 17 日	2.26m,3 月 21 日	2.20m,6 月 7 日
	2.28m,5 月 24 日	2.21m,4 月 12 日	2.20m,5 月 3 日	2.30m,2 月 24 日	2.10m,5 月 23 日
	2.19m,4 月 12 日	2.26m,2 月 24 日	2.26m,3 月 21 日	2.25m,2 月 7 日	2.10m,3 月 11 日
	2.23m,4 月 4 日	2.30m,2 月 7 日	2.30m,2 月 24 日		
2025-SB	2.28m, 9 月 16 日	2.27m, 7 月 21 日	2.29m, 7 月 4 日	2.34m, 7 月 11 日	2.20m, 2 月 15 日
个人 PB/时间	2.31m, 2026 年 6 月 27 日	2.30m, 2026 年 2 月 7 日	2.31m, 2020 年 9 月 20 日	2.36m, 2022 年 2 月 5 日	2.27m, 2026 年 6 月 28 日

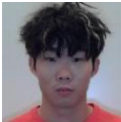
男子撑竿跳高是中国队的重点项目。李晨洋以 5.86 米排名亚洲第一，菲律宾选手 Ernest John Obiena 以 5.85 米排名第二，卡塔尔选手 Seifeldin Abdelsalam 以 5.72 米排名第三，沙特阿拉伯选手 Hussain Asim Al Hizam、黄博凯和姚捷均以 5.70 米并列第四。

李晨洋本赛季先后跳出 5.86 米、5.82 米和 5.75 米，高水平表现具有较好延续性。其赛季最好成绩仅领先 Obiena 1 厘米，而 Obiena 本赛季连续达到 5.85 米、5.81 米和 5.80 米，个人最好成绩为 6.00 米。李晨洋具备冲金实力，但需要提高 5.80 米以上高度在室外赛场的成功率。

姚捷本赛季达到 5.70 米，与亚洲第三名相差 2 厘米，并与亚洲第四位多名运动员同成绩。其个人最好成绩为 5.82 米，2025 年赛季最好成绩为 5.63 米。按当前水平，姚捷处于第三至第六名竞争区间；若恢复至 5.75 米以上，奖牌把握将明显提高。

男子撑竿跳高的主要竞争来自菲律宾、卡塔尔和沙特阿拉伯。Obiena 本赛季达到 5.85 米，是李晨洋最直接的冠军对手；Abdelsalam 达到 5.72 米，Al Hizam 达到 5.70 米。日本选手赛季最好成绩 5.66 米，也具备进入前列的能力。

表 11 男子撑竿跳高亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 李晨洋	 Ernest JohnOBIENA	 SeifeldinABDELSALAM	 Hussain Asim ALHIZAM	 姚捷
国家	中国	菲律宾	卡塔尔	沙特阿拉伯	中国
年龄	23	30	21	28	
2026-SB	5.86m, 3月25日	5.85m, 7月16日	5.72m, 6月19日	5.70m, 4月24日	5.70m, 6月27日
2026-5个最好成绩	5.60m,6月27日	5.85m,7月16日	5.45m,7月11日	5.42m,6月13日	5.70m,6月27日
	5.70m,5月16日	5.80m,7月14日	5.65m,6月14日	5.65m,6月4日	5.60m,5月18日
	5.86m,3月25日	5.81m,7月5日	5.72m,6月19日	5.60m,5月31日	5.60m,3月25日
	5.82m,3月21日	5.78m,3月6日	5.55m,5月14日	5.70m,4月24日	5.50m,3月21日
2025-SB 个人PB/时间	5.75m,3月17日	5.77m,1月28日		5.67m,5月8日	5.65m,2月27日
	5.85m, 2月1日	5.80m, 2月16日	5.75m, 9月13日	5.72m, 7月11日	5.63m, 5月24日
	5.86m, 2026年3月25日	6.00m, 2023年6月10日	5.75m, 2025年9月13日	5.72m, 2025年7月11日	5.82m, 2023年6月10日

2.2 女子垂直跳跃项目

女子跳高由印度选手 Pooja 以 1.93 米领跑，陆佳雯以 1.92 米排名第二，金若宣以 1.90 米排名第三。乌兹别克斯坦、哈萨克斯坦主要对手集中在 1.88—1.89 米。

表 12 女子跳高亚运会主要竞争对手成绩情况

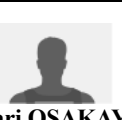
参数	 POOJA	 陆佳雯	 金若宣	 Barnokhon SAYFULLAYEVA	 刘胙毅
国家	印度	中国	中国	乌兹别克斯坦	中国
年龄	20	24	22	22	32
2026-SB	1.93m, 5月29日	1.92m, 5月10日	1.90m, 5月10日	1.89m, 6月25日	1.88m, 5月14日
2026-5个最好成绩	1.83m,6月28日	1.87m,6月28日	1.83m,7月10日	1.83m,7月10日	1.75m,6月28日
	1.81m,6月14日	1.88m,5月23日	1.87m,6月28日	1.88m,6月30日	1.84m,6月7日
	1.93m,5月29日	1.92m,5月10日	1.84m,5月24日	1.89m,6月25日	1.88m,5月14日
	1.91m,4月11日	1.88m,3月28日	1.90m,5月10日	1.88m,2月14日	1.81m,4月28日
2025-SB 个人PB/时间	1.87m,2月8日	1.87m,2月8日	1.87m,3月12日	1.84m,2月8日	1.80m,3月8日
	1.89m, 5月30日	1.90m, 8月1日	1.84m, 8月1日	1.86m, 8月17日	1.87m, 8月1日
	1.93m, 2026年5月29日	1.92m, 2021年9月21日	1.90m, 2026年5月10日	1.89m, 2026年6月25日	1.90m, 2024年5月25日

陆佳雯本赛季跳出 1.92 米，追平个人历史最好成绩，与 Pooja 仅相差 1 厘米。她具备直接争夺冠军的实力，关键是提高 1.90 米以上高度的连续成功率，并在相同高度下控制失败次数。

金若宣本赛季达到 1.90 米，另有 1.87 米、1.84 米和 1.83 米成绩，具备奖牌高度，但不同场次表现存在一定波动。若能再次越过 1.90 米，可稳定参与前 3 名竞争；若发挥在 1.87 米左右，需与乌兹别克斯坦、哈萨克斯坦和日本运动员竞争后续名次。

女子撑竿跳高中，牛春格以 4.73 米排名亚洲第一，领先日本选手 Misaki Morota 23 厘米，优势明显。其本赛季还达到 4.60 米和多次 4.50 米，成绩稳定性较好。按照当前实力，牛春格是该项目的金牌核心，主要任务是合理设置起跳高度和免跳策略，确保优势转化。

表 13 女子撑竿跳高亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 牛春格	 Misaki MOROTA	 Diva Renatta JAYADI	 Akari OSAKAYA	 G. SINDHUSHREE
国家	中国	日本	印度尼西亚	日本	印度
年龄	26	27	24	24	25
2026-SB	4.73m, 5 月 31 日	4.50m, 5 月 10 日	4.35m, 5 月 19 日	4.25m, 6 月 12 日	4.25m, 6 月 25 日
2026-5 个最好 成绩	4.73m,5 月 31 日	4.50m,5 月 10 日	4.35m,5 月 19 日	4.25m,6 月 12 日	4.25m,6 月 25 日
	4.60m,5 月 19 日	4.37m,2 月 14 日	4.20m,5 月 30 日	4.25m,5 月 10 日	3.70m,5 月 23 日
	4.50m,3 月 31 日	4.35m,4 月 18 日	4.20m,3 月 25 日	4.24m,4 月 19 日	4.00m,5 月 10 日
	4.50m,3 月 21 日	4.35m,2 月 7 日	4.20m,3 月 22 日	4.20m,5 月 30 日	3.80m,3 月 24 日
2025-SB 个人 PB/时 间	4.50m,3 月 14 日	4.25m,6 月 12 日		4.10m,5 月 19 日	3.95m,3 月 15 日
	4.65m, 5 月 1 日	4.40m, 1 月 25 日	4.35m, 12 月 11 日	4.20m, 5 月 11 日	3.90m, 4 月 21 日
	4.73m, 2026 年 5 月 31 日	4.50m, 2026 年 5 月 10 日	4.35m, 2025 年 12 月 11 日	4.25m, 2026 年 5 月 10 日	4.25m, 2026 年 6 月 25 日

2.3 成绩及名次预测

表 14 中国队垂直跳跃重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子撑竿跳高	李晨洋	5.86 米	优势冲金
男子撑竿跳高	姚捷	5.70 米	奖牌及前五名竞争
女子跳高	陆佳雯	1.92 米	冲金争牌
女子跳高	金若宣	1.90 米	奖牌及前五名竞争
女子撑竿跳高	牛春格	4.73 米	优势冲金

理想情景下，李晨洋和牛春格获得金牌，陆佳雯实现冠军突破，姚捷和金若宣至少 1 人进入前三名。

基准情景下，女子撑竿跳高是最稳定的金牌来源，男子撑竿跳高处于激烈冲金区间，女子跳高获得至少 1 枚奖牌，姚捷和金若宣参与第三至第六名竞争。

2.4 综合判断与备战提示

中国队垂直跳跃项目以女子撑竿跳高稳固冲金、男子撑竿跳高竞争冠军、女子跳高双人争牌为主要目标。

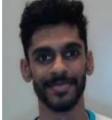
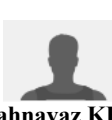
李晨洋应重点提高 5.80 米以上高度在室外比赛中的成功率，姚捷需恢复 5.75 米以上水平。陆佳雯应围绕 1.90—1.94 米高度强化一次过杆能力，金若宣重点巩固 1.87—1.90 米区间。牛春格应根据主要对手 4.50 米左右的水平合理设置起跳高度和免跳策略，优先确保有效成绩和金牌位置。

3 水平跳跃项目竞技实力分析与预测

3.1 男子水平跳跃项目

男子跳远主要由印度、中国和乌兹别克斯坦运动员竞争。印度选手 Sreeshankar 以 8.38 米排名亚洲第一，袁陈龙以 8.33 米排名第二，印度选手 Shahnnavaz Khan 以 8.30 米排名第三，乌兹别克斯坦选手 Anvar Anvarov 以 8.29 米排名第四。

表 15 男子跳远亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 SREESHANKAR	 袁陈龙	 Shahnnavaz KHAN	 Anvar ANVAROV	 石雨豪
国家	印度	中国	印度	乌兹别克	中国
年龄	28	24	19	26	28
2026-SB	8.38m(-0.8), 6月28日	8.33m(-1.3), 5月9日	8.30m(+1.4), 6月28日	8.29m(0.7), 6月26日	8.14m(-1.3), 5月9日
	8.38m(-0.8),6月28日	7.54m(0.0),6月26日	8.30m(+1.4),6月28日	8.12m(0.2),7月14日	8.05m(0.3),6月26日
	8.08m(0.0),5月24日	8.3m(-1.3),5月9日	8.17m(1.3),6月14日	8.29m(0.7),6月26日	7.70m(0.2),5月23日
2026-5个最好成绩	8.04m(-0.6),5月10日	NM,5月30日	7.84m(0.8),5月30日	8.19m(0.5),6月14日	8.14m(-0.3),5月9日
	8.12m(-1.0),4月28日	7.62m,3月28日	8.23m(1.4),4月25日	8.23m(3.0),6月14日	8.06m,3月8日
	8.15m(1.2),4月4日	7.80m,3月8日	7.74m(-0.9),4月24日	8.06m(0.3),5月18日	8.05m,2月27日
2025-SB	8.13m(1.0), 8月10日	8.16m(+1.7), 6月15日	8.04m(0.00), 8月10日	8.25m(1.5), 7月12日	8.33m(0.0), 9月17日
个人PB/时间	8.41m(1.5), 2023年6月18日	8.33m(-1.3), 2026年5月9日	8.30m(+1.4), 2026年6月28日	8.29m(0.7), 2026年6月26日	8.43m(0.7), 2018年5月12日

袁陈龙的 8.33 米是在-1.3 米/秒逆风条件下取得，与亚洲第一名相差 5 厘米，领先第三、第四名分别 3 厘米和 4 厘米，具备直接争夺冠军和奖牌的实力。亚洲前 4 名仅相差 9 厘米，袁陈龙需要提高 8.20 米以上成绩的重复能力，并尽早建立有效成绩。

石雨豪本赛季以 8.14 米排名亚洲第 9，按亚运会参赛阵容预计处于第 6 名左右。其历史最好成绩达到 8.43 米，2025 年曾跳出 8.33 米，但当前状态与奖牌区仍有 16 厘米以上差距。若恢复至 8.25 米以上，可重新进入奖牌竞争；按 8.14 米水平，更可能处于第 4 至第 6 名区间。

男子三级跳远是中国队的优势项目。栗文以 17.40 米排名亚洲第一，马英龙以 17.11 米排名第二，印度选手 Praveen Chithravel 以 17.08 米排名第三，Selva Prabhu Thirumaran 以 17.05 米排名第四。

栗文本赛季还取得 17.11 米和 17.40 米，近几个赛季多次突破 17 米，具有较好的高水平延续性。若保持 17.20 米以上，应占据冠军主动；同时需重视马英龙和两名印度选手在密集区间内的竞争。

马英龙本赛季先后取得 17.11 米、17.04 米、17.00 米和 16.51 米，已升至亚洲第二。其与 Praveen Chithravel 和 Selva Prabhu Thirumaran 分别仅领先 3 厘米和 6 厘米，进入前三名的关键是稳定 17 米以上水平；若发挥低于 16.80 米，奖牌竞争力将明显下降。

表 16 男子三级跳远亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 栗文	 马英龙	 Praveen CHITHRAVEL	 Selva PrabhuTHIRUMARAN	 周荣嘉
国家	中国	中国	印度	印度	中国
年龄	28	22	26	22	21
2026-SB	17.40m(0.3), 6月28日	17.11m(0.0), 7月9日	17.08m(-0.9), 5月25日	17.05m, 3月14日	16.90m(-0.2), 5月19日
2026-5 个最好 成绩	17.40m(0.3),6月28日	17.11m(0.0),7月9日	16.51m(2.3),7月16日	16.79m(0.1),6月26日	16.17m(-0.2),6月28日
	16.64m,3月20日	17.00m(0.6),6月28日	16.92m(0.2),6月26日	16.92m(1.3),6月12日	16.90m(-0.2),5月19日
	17.11m,3月7日	17.04m(-1.6),5月25日	17.08m(-0.9),5月25日	16.68m(1.9),5月29日	16.55m(-0.4),4月26日
	16.72m,2月27日	16.51m(0.5),5月9日	16.95m(0.9),5月10日	17.05m,3月14日	16.27m,3月12日
2025-SB 个人 PB/时间	16.55m,2月6日	16.49m,2月27日	16.78m(-1.3),3月14日	16.63m,1月31日	15.99m,3月12日
	17.09m, 3月21日	16.77m(2.4), 8月4日	17.37m(0.6), 4月24日	16.49m(2.0), 5月30日	16.63m(-0.7), 11月20日
	17.40m(0.3), 2026年6月28日	17.11m(0.0), 2026年7月9日	17.37m(-1.5), 2023年5月6日	17.05m, 2026年3月14日	16.90m(-0.2), 2026年5月19日

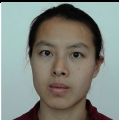
3.2 女子水平跳跃项目

女子跳远主要形成中印两队竞争。印度选手 Ancy Sojan Edappilly 以 6.88 米排名第一，黄滢滢以 6.76 米排名第二，印度选手 Shaili Singh 以 6.67 米排名第三，谈梦怡以 6.63 米进入前列。

黄滢滢本赛季先后跳出 6.76 米和 6.63 米，两场均获得第一名。其最好成绩落后亚洲第一名 12 厘米，领先印度第二名 9 厘米，具备较明确的奖牌基础并保留冲金可能。若能稳定达到 6.70 米以上，应处于前三名竞争主动位置。

谈梦怡以 6.63 米追平个人历史最好成绩，与亚洲第三名只相差 4 厘米。她具备进入前三名的现实可能，但赛季高水平比赛次数较少，需进一步巩固 6.60 米以上的稳定性。

表 17 女子跳远亚运会主要竞争对手成绩情况

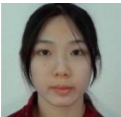
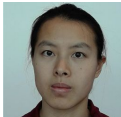
参数	 Ancy SOJAN EDAPPILLY	 黄滢滢	 Shaili SINGH	 熊诗麒	 谈梦怡
国家	印度	中国	印度	中国	中国
年龄	26	22	23	23	24
2026-SB	6.88m(0.7), 6 月 27 日	6.76m(1.1), 6 月 3 日	6.67m(-0.1), 6 月 27 日	6.65m(-0.5), 5 月 23 日	6.63m(1.3), 6 月 27 日
	6.88m(0.7),6 月 27 日	6.48m(0.2),7 月 10 日	6.67m(-0.1),6 月 27 日	6.46m(0.3),6 月 27 日	6.63m(1.3),6 月 27 日
2026-5 个最好成绩	6.75m(0.1),5 月 22 日 6.45m(0.9),4 月 12 日 6.54m(1.0),4 月 4 日 6.21m,2 月 8 日	6.63m(-0.5),6 月 27 日 6.67m(1.1),6 月 3 日 6.46m(0.7),5 月 18 日 6.41m,3 月 7 日	6.42m(0.6),6 月 13 日 6.58m(0.2),5 月 22 日 6.24m(-0.9),4 月 11 日 6.52m(2.0),4 月 4 日	6.65m(-0.5),5 月 23 日 6.65m(0.2),5 月 16 日 6.42m,2 月 8 日	6.46m(0.1),5 月 16 日 6.49m,3 月 12 日 6.33m,3 月 7 日 6.45m,2 月 27 日
2025-SB	6.54m(1.7), 5 月 11 日	6.54m(0.5), 11 月 19 日	6.64m(1.1), 4 月 24 日	6.68m(0.4), 7 月 22 日	6.54m(0.7), 11 月 19 日
个人 PB/时间	6.88m(0.7), 2026 年 6 月 27 日	6.76m(1.1), 2026 年 6 月 3 日	6.76m(0.0), 2023 年 4 月 15 日	6.73m(0.0), 2023 年 10 月 2 日	6.63m(0.4), 2022 年 6 月 5 日

女子三级跳远由乌兹别克斯坦选手 DAVRONOVA Sharifa 以 14.24 米排名亚洲第一，李艺以 14.16 米排名第二，黄滢滢以 14.12 米排名第三。三人最大差距为 12 厘米，中国队两名运动员均具备冲击冠军和奖牌的实力，但 DAVRONOVA Sharifa 已取得一定领先。

李艺本赛季另有 14.01 米，近两个赛季成绩持续保持在 13.90 米以上。其赛季最好成绩落后 DAVRONOVA Sharifa 8 厘米，具备较明确的奖牌基础。若稳定达到 14.10 米以上，可保持前三名竞争力；若要提高夺冠把握，需要进一步接近或突破 14.20 米。

黄滢滢本赛季还取得 13.96 米和室内 13.91 米，具备较稳定的亚洲前列水平。其赛季最好成绩落后 DAVRONOVA Sharifa 12 厘米、落后李艺 4 厘米，同样具备奖牌竞争力并保留冲金可能。跳远与三级跳远兼项产生的连续助跑和起跳负荷，是影响其两项成绩的主要因素。

表 18 女子三级跳远亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Sharifa DAVRONOVA	 李怡	 黄滢滢	 I. ASHA	 Mariya YEFREMOVA
国家	乌兹别克斯坦	中国	中国	印度	哈萨克斯坦
年龄	20	21	22	28	28
2026-SB	14.24m(0.1), 7月12日 14.24m(0.1),7月12日	14.16m(0.0), 5月19日 14.01m(-0.5),6月26日	14.12m(-0.6), 6月26日 14.12m(-0.6),6月26日	13.89m(-0.3), 6月24日 13.89m(-0.3),6月24日	13.83m(0.1), 7月1日 13.83m(0.1),7月1日
2026-5个最好成绩	14.13m(0.9),6月13日 14.15m(2.3),6月13日 14.13m(1.1),5月17日 14.05m,2月7日	14.16m(0.0),5月19日 13.68m(0.3),4月26日 13.87m,2月7日	13.96m(0.7),5月19日 13.47m(1.3),5月9日 13.91m,3月11日 13.66m,3月8日	13.57m(0.5),6月7日 13.52m(0.5),5月10日 13.35m,1月11日	13.32m(0.0),5月19日 13.51m,2月14日 13.68m,2月7日
2025-SB	14.33m(1.2), 7月27日	13.93m(-0.5), 8月4日	13.96m(0.2), 9月28日	12.62m(0.0), 8月20日	13.87m, 3月1日
个人PB/时间	14.33m(1.2), 2025年7月27日	14.16m(0.0), 2026年5月19日	14.12m(-0.6), 2026年6月26日	13.89m(-0.3), 2026年6月24日	14.34m(1.8), 2021年6月7日

3.3 成绩及名次预测

表 19 中国队水平跳跃重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子跳远	袁陈龙	8.33 米	冲金争牌
男子跳远	石雨豪	8.14 米	前六及潜在奖牌竞争
男子三级跳远	栗文	17.40 米	优势冲金
男子三级跳远	马英龙	17.11 米	冲金争牌
女子跳远	黄滢滢	6.76 米	冲金争牌
女子跳远	谈梦怡	6.63 米	奖牌及前五名竞争
女子三级跳远	李艺	14.16 米	冲金争牌
女子三级跳远	黄滢滢	14.12 米	冲金争牌

理想情景下，栗文或马英龙获得男子三级跳远金牌，袁陈龙、李艺或黄滢滢实现冠军突破，谈梦怡进入前三名，中国队在多个项目实现双人获牌。

基准情景下，男子三级跳远是主要金牌点，袁陈龙、黄滢滢和李艺稳定参与前三名竞争，马英龙承担第二冲金点，谈梦怡争取奖牌，石雨豪进入前六。

3.4 综合判断与备战提示

中国队水平跳跃项目具备多点冲金和多个双人争牌项目。栗文和马英龙占据男子三级跳远亚洲前两位；袁陈龙所在项目竞争高度集中，李艺和黄滢滢需要追赶女子三级跳远亚洲领先成绩，关键在于提高高水平有效试跳的重复能力。

跳远和三级跳远运动员应优先保证前3轮有效成绩,避免连续犯规影响后3轮资格。袁陈龙需巩固8.20米以上水平,石雨豪重点恢复8.25米以上竞争能力;栗文和马英龙应稳定17米以上水平,谈梦怡需提高6.60米以上成绩的重复性。

女子三级跳远应将14.20米作为冲击冠军的重要竞争线。李艺需在稳定14.10米以上的基础上进一步提升成绩上限,黄滢滢则需兼顾竞技状态和兼项负荷,提高14米以上成绩的稳定性。

黄滢滢同时承担女子跳远和三级跳远,应根据正式赛程确定项目优先级,合理控制资格赛试跳次数和两项比赛间恢复,避免兼项比赛负荷较大削弱最具奖牌把握项目的发挥。

4 中国队跳跃项目综合实力判断与备战提示

4.1 整体竞技实力定位

中国队在7个参赛跳跃项目中均具备前列竞争力,形成“女子撑竿跳高优势冲金,男子撑竿跳高和男子三级跳远竞争冠军,女子跳高、男女跳远及女子三级跳远多点争牌”的格局。

牛春格领先女子撑竿跳高亚洲第二名23厘米,是优势最明确的金牌点。李晨洋、栗文和马英龙处于冲金区间;陆佳雯、袁陈龙、李艺和黄滢滢所在项目与主要对手差距较小。姚捷、金若宣、谈梦怡和石雨豪的发挥将影响双人获牌和前六名数量。

表 20 中国队跳跃项目竞争层次划分

竞争层次	主要项目
优势冲金	女子撑竿跳高
冲金竞争	男子撑竿跳高、男子三级跳远
金牌与奖牌竞争	女子跳高、男子跳远、女子跳远、女子三级跳远
第二奖牌点及前六	姚捷、金若宣、谈梦怡、石雨豪

4.2 主要金牌与奖牌项目

李晨洋以5.86米排名男子撑竿跳高亚洲第一,仅领先Obiena的5.85米1厘米,冠军竞争激烈。姚捷以5.70米与多名运动员并列第四,恢复至5.75米以上后有望提高奖牌把握。

牛春格以4.73米领先女子撑竿跳高亚洲第二名23厘米,是领先优势最明显的运动员之一。其主要任务是稳定4.60米以上水平,确保赛季优势转化为金牌。

栗文以17.40米排名男子三级跳远亚洲第一,马英龙以17.11米排名第二,分别领先印度主要对手Praveen Chithravel 32厘米和3厘米。中国队具备双人冲金争牌基础,但马英龙所在的第二至第四名区间竞争密集。

女子跳高方面,陆佳雯以1.92米排名第二,与第一名仅相差1厘米;金若宣以1.90米排名第三。中国队具备冲击金牌和双人获牌的基础,但两人的关键高度成功率将直接决定最终顺序。

男子跳远和女子跳远均由印度运动员占据第一。袁陈龙以 8.33 米落后亚洲第一名 5 厘米，黄滢滢以 6.76 米落后第一名 12 厘米，两人都具备冠军竞争力。石雨豪和谈梦怡分别承担第二参赛人选的前六及奖牌突破任务。

女子三级跳远由乌兹别克斯坦选手 DAVRONOVA Sharifa 以 14.24 米领跑，李艺以 14.16 米排名第二，黄滢滢以 14.12 米排名第三。中国两名运动员分别落后第一名 8 厘米和 12 厘米，均具备奖牌竞争力并保留冲金可能。该项目已形成乌兹别克斯坦一人领先、中国队双人追赶的竞争格局。

4.3 综合成绩预测

表 21 中国队跳跃项目综合成绩情景预测

情景	主要表现	综合目标
理想情景	牛春格发挥优势；李晨洋、栗文或马英龙夺冠；陆佳雯、袁陈龙、李艺或黄滢滢实现冠军突破；多数第二参赛运动员进入前三名	争取 5—6 金、10—12 枚奖牌
基准情景	女子撑竿跳高夺冠；男子撑竿跳高和男子三级跳远成为主要冲金项目；女子跳高、男女跳远和女子三级跳远获得主要奖牌	争取 3—4 金、8—10 枚奖牌
保守情景	单场突出成绩未能重复，密集竞争项目出现名次波动，部分第二参赛运动员退出前三名	争取 2—3 金、6—8 枚奖牌

基准目标是保障女子撑竿跳高金牌，力争男子撑竿跳高和男子三级跳远夺冠，争取女子跳高、男子跳远、女子跳远和女子三级跳远实现冠军突破，并推动多个项目双人获牌。

4.4 重点风险与备战提示

第一，强化关键高度成功率。李晨洋应提高室外 5.80 米以上成功率，姚捷需恢复 5.75 米以上水平；陆佳雯应稳定 1.90—1.94 米关键高度，金若宣重点巩固 1.87—1.90 米；牛春格应围绕 4.60 米以上制定稳健的起跳和免跳策略。

第二，提高有效试跳稳定性。男子、女子跳远及三级跳远的主要竞争者成绩接近，应优先保证前 3 轮有效成绩，再争取远度突破。袁陈龙、李艺和黄滢滢尤其需要提高高水平成绩的重复能力。

第三，提高女子三级跳远冲金能力。DAVRONOVA Sharifa 已将亚洲领先成绩提高至 14.24 米，李艺和黄滢滢需要将 14.20 米左右作为冲击冠军的重要竞争线。李艺应在稳定 14.10 米以上水平的基础上提升成绩上限，黄滢滢需提高 14 米以上成绩的稳定性。

第四，推动第二参赛运动员进入奖牌区。马英龙已以 17.11 米升至亚洲第二，应稳定 17 米以上水平；谈梦怡需巩固 6.60 米以上能力，姚捷和金若宣应提高关键高度成功率。石雨豪需恢复 8.25 米以上水平，才能形成更强的奖牌竞争力。

第五，统筹黄滢滢兼项。女子跳远和三级跳远均具备奖牌价值，应根据赛程明确项目优先级，控制资格赛试跳次数和连续起跳负荷，保障最具竞争力项目的发挥。

第三章 投掷项目

石鹏鑫、段悦、刘亚卓、刘嘉伟、曾令涛、李智聪、苑廷刚

1 投掷项目亚洲整体竞争格局

中国队在投掷项目中具有明显的整体优势。除男子标枪未列入派出名单外，其余 7 个项目均有运动员进入亚洲前列。阿卜杜艾尼·图尔贡、张林茹、冯彬、赵杰和严子怡分别占据男子铁饼、女子铅球、女子铁饼、女子链球和女子标枪亚洲第一；宋佳媛、张家乐排名第二，邢家梁、王琦、姜志超和戴倩倩也处于主要奖牌竞争区。

印度是男子铅球和男子标枪的主要力量，日本在男子铁饼、男子链球和女子标枪中具备较强竞争力，伊朗、土库曼斯坦、马来西亚等代表队在个别项目拥有奖牌实力。中国队的主要优势集中在女子项目，4 个女子投掷项目均具备冲金和双人争牌基础。

1.1 男子投掷项目竞争格局

男子铅球由印度、中国和伊朗运动员竞争前列。印度选手 Tajinderpal Singh Toor 以 21.03 米排名亚洲第一，邢家梁以 20.95 米排名第二，伊朗选手 Mohammad Reza Tayebi 以 20.75 米排名第三。3 人差距仅 28 厘米，邢家梁具备直接争夺金牌和奖牌的实力。

表 1 男子铅球亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	21.03	TajinderpalSinghTOOR	13-Nov-94	 IND	1	JawaharlalNehruStadium,NewDelhi(IND)	11-Apr-26
2	20.95	邢家梁	26-May-01	 CHN	1	ShandongSportsTrainingCenter,Jinan(CHN)(i)	27-Mar-26
3	20.75	MohammadRezaTAYEBI	25-Mar-97	 IRI	1	GhandomiStadium,Bandar-eTorkman(IR)	16-Jun-26
4	20.49	KaranveerSINGH	24-Jul-97	 IND	1	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	27-Jun-26
5	20.46	SamardeepSinghGILL	3-Jan-01	 IND	1	BirsaMundaFootballStadium,Morabadi,Ranchi(IND)	22-May-26
6	20.18	陈鸿飞	23-Jul-02	 CHN	1	MokpoSportsComplex,Mokpo(KOR)	2-May-26
7	20.07	陈成雨	25-Oct-02	 CHN	1	TuanboSportsCenter,Tianjin(CHN)(i)	8-Feb-26
8	19.88	Hau-WeiMA	3-Feb-99	 TPE	1	YecheonStadium,Yecheon(KOR)	21-Jun-26
9	19.75	AbdelrahmanMAHMOUD	1-Jan-01	 BRN	1	KingFahdSportsCityStadium,Taif(KSA)	9-May-26
10	19.72	张浩辰	7-Oct-02	 CHN	4	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26

男子铁饼是中国队男子投掷中优势最明显的项目。阿卜杜艾尼·图尔贡以 66.39 米排名亚洲第一，领先日本选手汤上刚辉 1.01 米。马来西亚选手 Muhammad Irfan

Shamsuddin 以 62.87 米排名第三，吴南军以 61.83 米排名第四。阿卜杜艾尼·图尔贡是主要冲金点，吴南军承担第二奖牌竞争任务。

表 2 男子铁饼亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	66.39	阿卜杜艾尼·图尔贡	16-Jun-97	 CHN	2	Heinz-Steyer-Stadion,Dresden(GER)	31-May-26
2	65.38	MasateruYUGAMI	14-Apr-93	 JPN	2	MillicanFieldatThrowTown,Ramona,OK(USA)	26-Apr-26
3	62.87	MuhammadIrfanSHAMS UDDIN	16-Aug-95	 MAS	1	EgyetemiStadion,Veszprém(HUN)	20-Jun-26
4	61.83	吴南军	25-Sep-00	 CHN	2	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	27-Jun-26
5	60.79	李志鑫	22-Aug-05	 CHN	1	SportDevelopmentCenterStadium,Ordos(CHN)	9-Jul-26
6	60.6	YujiTSUTSUMI	22-Dec-89	 JPN	2	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	12-Jun-26
7	60.54	ZehaoJIANG	22-Nov-06	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
8	59.74	EssaMohamedALZENKAWI	17-Oct-92	 UAW	1	SuhaimbinHamadStadium,Doha(QAT)	17-May-26
9	59.22	ShituMA	14-Jan-94	 CHN	4	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	27-Jun-26
10	59.05	JiachengZHU	27-Mar-00	 CHN	2	SportsCenter,Jiaxing(CHN)	10-May-26

男子链球亚洲前三名高度接近。日本选手中川达斗以 73.93 米排名第一，土库曼斯坦选手 Mergen Mammedov 以 73.55 米排名第二，王琦以 73.42 米排名第三。王琦与第一名相差 51 厘米、与第二名仅相差 13 厘米，具备冲击冠军和稳定争牌基础。

表 3 男子链球亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	73.93	TatsutoNAKAGAWA	17-Oct-98	 JPN	1	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	13-Jun-26
2	73.55	MergenMAMMEDOV	24-Dec-90	 TKM	1	SportComplex,Ashgabat(TKM)	21-May-26
3	73.42	王琦	10-Feb-01	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
4	72.77	ShotaFUKUDA	28-Nov-00	 JPN	2	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	13-Jun-26
5	72.18	李梓旭	11-Jun-05	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	30-Mar-26
6	71.69	MohammedALDUBAISI	1-Jul-92	 KSA	1	McArthurStadium,Potchefstroom(RSA)	17-Mar-26
7	71.33	AyubkhonFAYOZOV	7-Mar-04	 UZB	2	MokpoSportsComplex,Mokpo(KOR)	2-May-26
8	71.31	AshrafELSEIFY	20-Feb-95	 QAT	3	MokpoSportsComplex,Mokpo(KOR)	2-May-26
8	71.31	陈嘉伟 JiaweiCHEN	10-May-08	 CHN	1	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	27-Jun-26
10	70.78	TakahiroKOBATA	9-Mar-97	 JPN	2	TokaiUniversityStadium,Hiratsuka(JPN)	25-Apr-26

男子标枪由斯里兰卡和印度运动员占据前列。斯里兰卡选手 Rumesh Tharanga Pathirage 以 92.62 米排名第一，印度选手 Rohit Yadav 和 Neeraj Chopra 分别达到 87.05 米和 85.69 米。中国队未选派该项目运动员，不纳入成绩预测。

表 4 男子标枪亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	92.62	RumeshTharangaPATHIRAGE	21·MAR·2003	 SRI	1	StadioOlimpico,Roma(ITA)	04·JUN·2026
2	87.05	RohitYADAV	06·JUN·2001	 IND	1	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	28·JUN·2026
3	85.69	NeerajCHOPRA	24·DEC·1997	 IND	4	SuhaimbinHamadStadium,Doha(QAT)	19·JUN·2026
4	83.72	YashVirSINGH	22·OCT·2001	 IND	2	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	28·JUN·2026
5	82.32	SachinYADAV	25·OCT·1999	 IND	3	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	28·JUN·2026
6	82.05	YutaSAKIYAMA	05·APR·1996	 JPN	1	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	13·JUN·2026
7	81.71	ShivamSATISH	14·SEP·2004	 IND	1	BirsaMundaFootBallStadium,Morabadi,Ranchi(IND)	25·MAY·2026
8	80.66	SumedhaRANASINGHE	10·FEB·1991	 SRI	1	DiyagamaStadium,Diyagama(SRI)	14·MAY·2026
9	80.57	AnandSINGH	03·MAR·2004	 IND	1	SportDevelopmentCenterStadium,Ordos(CHN)	12·JUL·2026
10	80.35	Tae-pongNAM	11·SEP·1997	 KOR	1	IksanSportsComplex,Iksan(KOR)	06·JUL·2026

综合男子投掷项目，阿卜杜艾尼·图尔贡是最明确的冲金点，邢家梁和王琦具备金牌及奖牌竞争力，吴南军争取进入前三名。

1.2 女子投掷项目竞争格局

女子铅球由中国队占据前两位。张林茹以 19.36 米排名亚洲第一，宋佳媛以 18.89 米排名第二，印度选手 Manpreet Kaur 以 17.75 米排名第三。宋佳媛仍领先最强外部对手 1.14 米，中国队具备包揽前两名的明显优势。

表 5 女子铅球亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	19.36	张林茹	23-Sep-99	 HN	1	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26
2	18.89	宋佳媛	15-Sep-97	 HN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	29-Mar-26
3	17.75	ManpreetKAUR	6-Jul-90	 ND	1	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	25-Jun-26
4	17.63	姜月	6-Oct-98	 HN	1	ShandongSportsTrainingCenter,Jinan(CHN)(i)	27-Mar-26
5	17.58	孙悦	19-Jun-01	 HN	1	SportsCenter,Bengbu(CHN)	31-May-26
6	17.4	丁朱慧	11-Apr-06	 HN	2	ShandongSportsTrainingCenter,Jinan(CHN)(i)	27-Mar-26
7	17.39	Ching-YuanCHIANG	31-Dec-06	 PE	4	SpecTownsTrack,Athens,GA(USA)	11-Apr-26
8	17.35	KrishnaJAYASANKAR	10-Nov-02	 ND	1	BirsaMundaFootBallStadium,Morabadi,Ranchi(IND)	23-May-26
9	17.3	文鑫	11-Aug-03	 HN	1	ZhaoqingSportsCenter,Zhaoqing(CHN)	26-Apr-26
10	17.25	田心怡	9-Aug-06	 HN	3	ShandongSportsTrainingCenter,Jinan(CHN)(i)	27-Mar-26

女子铁饼同样由中国运动员占据前列。冯彬以 65.03 米排名第一，姜志超以 61.09 米进入主要奖牌区。印度选手 Seema 和日本选手郡菜菜佳分别为 59.73 米和 59.23

米。冯彬具备较明确的冲金优势，姜志超领先主要外部对手 1 米以上，是中国队第二奖牌点。

女子链球是中国队优势最突出的项目。赵杰以 78.22 米排名第一，张家乐以 77.94 米排名第二。日本选手 Raika Murakami 以 68.83 米成为成绩最好的外部对手，落后赵杰 9.39 米、落后张家乐 9.11 米。金牌竞争主要在赵杰和张家乐之间展开，中国队具备稳定包揽前两名的基础。

表 6 女子铁饼亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	65.03	冯彬	3-Apr-94	 CHN	2	EgretStadium,Xiamen(CHN)	23-May-26
2	62.34	王芳	26-Oct-00	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
3	61.09	姜志超	6-Jan-05	 CHN	1	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26
4	59.73	SEEMA	25-Feb-99	 IND	1	KalingaStadium,Bhubaneshwar(IND)	26-Jun-26
5	59.44	苏艺馨	27-May-07	 CHN	2	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26
6	59.23	NanakaKORI	2-May-97	 JPN	8	MillicanFieldatThrowTown,Ramona,OK(USA)	11-Apr-26
7	58.92	谢雨辰	12-May-96	 CHN	3	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26
8	58.85	白合提尼沙·艾麦尔	3-Jan-03	 CHN	1	ChangshouSportsCenter,Chongqing(CHN)	19-May-26
9	58.82	NidhiRANI	3-Jan-97	 IND	1	JawaharlalNehruStadium,Chennai(IND)	10-May-26
10	58.08	娄雪珂	10-Sep-01	 CHN	3	SportsCenter,Jiaxing(CHN)	9-May-26

女子标枪形成中国与日本竞争奖牌的格局。严子怡以 71.74 米排名亚洲第一，领先日本选手北口榛花 8.73 米；戴倩倩以 62.42 米排名第三，落后北口榛花 59 厘米。严子怡是优势冲金点，戴倩倩主要与日本运动员竞争第二至第三名。

表 7 女子链球亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	78.22	赵杰	13-Oct-02	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
2	77.94	张家乐	22-Oct-06	 CHN	1	HaywardField,Eugene,OR(USA)	4-Jul-26
3	73.17	高瑾尧	30-Apr-04	 CHN	3	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
4	73.06	张阿喜	6-Mar-02	 CHN	1	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	28-Jun-26
5	72.46	李江燕	22-May-99	 CHN	4	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
6	71.7	王子怡	15-Feb-06	 CHN	6	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	3-Apr-26
7	70.88	方玲	24-Oct-05	 CHN	2	SportDevelopmentCenterStadium,Ordos(CHN)	9-Jul-26
8	68.83	RaikaMURAKAMI	13-Mar-04	 JPN	3	SportDevelopmentCenterStadium,Ordos(CHN)	9-Jul-26
9	67.76	JoyMCARTHUR	5-Jul-99	 USA	1	JackRoseTrack,LongBeach,CA(USA)	6-Mar-26
10	67.42	陈家骏	1-Feb-08	 CHN	5	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	28-Jun-26

综合女子投掷项目，中国队在 4 个项目中均占据竞争主动。女子链球和铅球具备较强的包揽前两名的基础，女子铁饼和标枪由冯彬、严子怡承担主要冲金任务，姜志超和戴倩倩争取第二枚奖牌。

表 8 女子标枪亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	71.74	严子怡	22-May-08	 CHN	1	EgretStadium,Xiamen(CHN)	23-May-26
2	63.01	HarukaKITAGUCHI	16-Mar-98	 JPN	3	StadeCharl��ty,Paris(FRA)	28-Jun-26
3	62.42	戴倩倩	23-Aug-00	 CHN	1	KuishanSportsCenter,Rizhao(CHN)	26-Jun-26
4	61.74	SaeTAKEMOTO	23-Nov-99	 JPN	2	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	12-Jun-26
5	61.45	YukiYAMAMOTO	16-Oct-00	 JPN	1	MunicipalStadium,Hiroshima(JPN)	29-Apr-26
6	61.4	MomoneUEDA	27-Jun-99	 JPN	2	NationalStadium,Tokyo(JPN)	17-May-26
7	60.45	MarinaSAITO	15-Oct-95	 JPN	4	NationalStadium,Tokyo(JPN)	17-May-26
8	60.27	MomokoTSUJI	5-Dec-03	 JPN	4	MunicipalMizuhoStadium,Nagoya(JPN)	12-Jun-26
9	58.57	DilhaniLEKAMGE	14-Jan-87	 SRI	1	DiyagamaStadium,Diyagama(SRI)	15-May-26
10	57.82	杜天青	19-Dec-03	 CHN	1	SichuanXipuTrainingBase,Chengdu(CHN)	29-Mar-26

1.3 中国队整体竞争位置

表 9 中国队投掷各单项重点运动员及竞技定位

项目	中国队重点运动员	竞技定位
男子铅球	邢家梁	冲金争牌
男子铁饼	阿卜杜艾尼·图尔贡、吴南军	阿卜杜艾尼·图尔贡优势冲金，吴南军争牌
男子链球	王琦	冲金争牌
女子铅球	张林茹、宋佳媛	优势冲金，争取包揽前两名的
女子铁饼	冯彬、姜志超	冯彬优势冲金，双人争牌
女子链球	赵杰、张家乐	双人冲金，包揽前两名的
女子标枪	严子怡、戴倩倩	严子怡优势冲金，双人争牌

中国队投掷项目形成“女子全面占优、男子多点争牌”的格局。女子 4 个项目是主要金牌和奖牌来源，男子铁饼冲金基础最为明确，男子铅球和链球具备冠军突破可能。最终奖牌数量将主要取决于吴南军、姜志超和戴倩倩等第二参赛运动员的发挥。

2 男子投掷项目竞技实力分析与预测

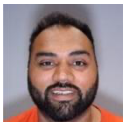
2.1 男子铅球

男子铅球由印度、中国和伊朗运动员竞争前列。印度选手 Tajinderpal Singh Toor 以 21.03 米排名亚洲第一，邢家梁以 20.95 米排名第二，伊朗选手 Mohammad Reza Tayebi 以 20.75 米排名第三。

邢家梁本赛季室内、室外成绩分别为 20.95 米和 20.72 米，均获得第一名，较 2025 赛季 20.44 米的最好成绩明显提高。其室内成绩只落后 Toor 8 厘米，但室外成绩比 Tayebi 少 3 厘米，3 人的实际竞争较为接近。

邢家梁具备直接争夺金牌和奖牌的实力。若室外比赛达到 20.80—21.00 米，可与 Toor 竞争冠军；发挥在 20.70 米左右，仍处于主要奖牌区；若低于 20.50 米，则需防范印度第二参赛运动员冲击前三名。

表 10 男子铅球亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 TajinderpalSinghTOOR	 邢家梁	 MohammadRezaTAYE BI	 KaranveerSINGH	 陈鸿飞
国家	印度	中国	伊朗	印度	中国
年龄	31	25	29	28	23
2026-SB	21.03m, 4 月 11 日 20.27m, 6 月 27 日	20.95m, 3 月 27 日 20.72m,6 月 26 日	20.75m, 6 月 16 日 19.96m, 7 月 16 日	20.49m, 6 月 27 日 20.49m, 6 月 27 日日	20.18m, 5 月 2 日 19.91m,6 月 26 日
2026-5 个最好成绩	20.72m, 6 月 13 日 20.07m, 5 月 22 日 19.97m, 5 月 9 日 21.03m, 4 月 11 日	19.75m,5 月 23 日 20.95m,3 月 27 日 19.99m,2 月 8 日 -	20.75m, 6 月 16 日 - - -	19.73m, 6 月 13 日 19.38m, 5 月 22 日 19.30m, 4 月 11 日 19.36m, 3 月 7 日	20.18m,5 月 2 日 19.74m,4 月 2 日 19.61m,3 月 29 日 19.60m,3 月 7 日
2025-SB	19.74m, 2 月 10 日	20.44m, 8 月 4 日	20.3m, 5 月 29 日	18.19m, 7 月 28 日	20.12m, 11 月 20 日
个人PB/时间	21.77m, 2023 年 6 月 19 日	20.95m, 2026 年 3 月 27 日	20.75m, 2026 年 6 月 16 日	20.49m, 2026 年 6 月 27 日	20.18m, 2026 年 5 月 2 日

2.2 男子铁饼

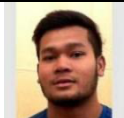
男子铁饼是中国男子投掷中优势最明确的项目。阿卜杜艾尼·图尔贡以 66.39 米排名亚洲第一，日本选手汤上刚辉以 65.38 米排名第二，马来西亚选手 Muhammad Irfan Shamsuddin 以 62.87 米排名第三，吴南军以 61.83 米排名第四。

阿卜杜艾尼·图尔贡本赛季先后投出 66.39 米、65.30 米和 65.15 米，3 场均超过 65 米；其历史最好成绩为 67.29 米。稳定的 65 米以上能力使其领先日本主要对手 1 米左右，是中国男子投掷最主要的金牌点。

吴南军本赛季成绩为 61.83 米和 60.85 米，与亚洲第三名相差 1.04 米。其历史最好成绩达到 63.34 米，具备进入前三名的能力上限。若恢复至 62.50—63.00 米，可直接竞争奖牌；若保持 61 米左右，更可能处于第四名附近。

中国队男子铁饼的目标是保障阿卜杜艾尼·图尔贡金牌位置，并推动吴南军实现第二枚奖牌突破。

表 11 男子铁饼亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	阿卜杜艾尼·图尔贡	MasateruYUGAMI	MuhammadIrfanS HAMSUDDIN	吴南军	YujiTSUTSUMI
国家	中国	日本	马来西亚	中国	日本
年龄	29	33	30	25	36
2026-SB	66.39m, 5月31日	65.38m, 4月26日	62.87m, 6月20日	61.83m, 6月27日	60.60m, 6月12日
	66.39m, 5月31日	65.38m, 4月26日	62.87m, 6月20日	61.83m, 6月27日	60.60m, 6月12日
2026-5个最好成绩	65.30m, 4月22日 65.15m, 5月16日 65.4m, 4月15日 64.81m, 5月9日	63.43m, 4月19日 62.00m, 4月11日 61.48m, 4月25日 61.38m, 4月9日	61.24m, 7月5日 60.17m, 6月12日 59.29m, 7月11日 59.08m, 6月4日	60.85m, 5月10日 60.32m, 5月2日 59.88m, 4月3日 58.73m, 3月30日	58.06m, 4月16日 57.12m, 5月10日 55.33m, 3月27日 NM, 5月2日
2025-SB	67.29m, 6月11日	64.48m, 4月26日	60.23m, 12月16日	63.34m, 9月27日	61.76m, 2月22日
个人PB/时间	67.29m, 2025年6月11日	65.38m, 2026年4月26日	62.87m, 2026年6月20日	63.34m, 2025年9月27日	62.59m, 2020年3月27日

2.3 男子链球

男子链球亚洲前三名仅相差 51 厘米。日本选手中川达斗以 73.93 米排名第一，土库曼斯坦选手 Mergen Mammedov 以 73.55 米排名第二，王琦以 73.42 米排名第三。

王琦与第一名相差 51 厘米、与第二名仅相差 13 厘米，处于金牌和奖牌密集竞争区。其历史最好成绩为 75.53 米，近几个赛季多次达到 74.50 米以上，能力上限高于当前亚洲领先成绩。

王琦本赛季高水平比赛次数较少，当前竞技状态主要由 73.42 米体现。若恢复至 74.50 米以上，具备较强的夺冠可能；保持 73.00—74.00 米，应稳定参与前三名竞争；若低于 73 米，奖牌位置将受到日本第二参赛运动员冲击。

表 12 男子链球亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 TatsutoNAKAGAW A	 MergenMAMMED OV	 王琦	 ShotaFUKUDA	 李子旭
国家	日本	土库曼斯坦	中国	日本	中国
年龄	27	35	25	25	21
2026-SB	73.93m, 6月13日	73.55m, 5月21日	73.42m, 4月3日	72.77m, 6月13日	71.15m, 9月26日
	73.93m, 6月13日	73.55m, 5月21日	73.42m, 4月3日	72.77m, 6月13日	72.18m, 3月30日
2026-5个最好成绩	72.38m, 5月23日 71.89m, 5月2日 70.59m, 4月25日 69.40m, 3月21日	69.70m, 6月14日 - - -	71.23m, 3月30日 71.22m, 6月27日 - -	72.01m, 5月23日 71.29m, 4月25日 70.25m, 3月13日 70.08m, 5月2日	71.71m, 5月25日 71.47m, 7月9日 70.63m, 5月2日 70.60m, 4月3日
2025-SB	72.32m, 6月8日	69.26m, 8月16日	74.50m, 5月28日	74.57m, 7月5日	72.18m, 3月30日
个人PB/时间	73.93m, 2026年6月13日	74.01m, 2013年6月16日	75.53m, 2023年6月13日	74.57m, 2025年7月5日	72.18m, 2026年3月30日

2.4 男子标枪

男子标枪由斯里兰卡和印度运动员占据前列。斯里兰卡选手 Rumesh Tharanga Pathirage 以 92.62 米排名亚洲第一，印度选手 Rohit Yadav 和 Neeraj Chopra 分别达到 87.05 米和 85.69 米。中国队名单未包含男子标枪运动员，不纳入成绩和名次预测。

表 13 男子标枪亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 RumeshTharangaPATHI RAGE	 PATHIRAGE	 NeerajCHOPRA	 YashVirSINGH	 SachinYADAV
国家	斯里兰卡	印度	印度	印度	印度
年龄	23	25	28	24	26
2026-SB	92.62m, 6月4日	87.05m, 6月28日	85.65m, 6月19日	83.72m, 6月28日	82.32m, 6月28日
2026-5个最好成绩	92.62m, 6月4日 89.37m, 3月28日 89.28m, 4月24日 88.68m, 6月19日 86.57m, 6月16日	87.05m, 6月28日 83.76m, 6月13日 82.17m, 4月11日 80.40m, 5月25日 78.82m, 5月9日	85.69m, 6月19日 - - - -	83.72m, 6月28日 82.93m, 6月13日 81.61m, 4月11日 80.80m, 5月25日 77.00m, 4月5日	82.32m, 6月28日 81.95m, 4月11日 79.18m, 6月4日 79.07m, 5月25日 -
2025-SB	86.50m, 8月10日	83.65m, 8月24日	90.23m, 5月16日	82.57m, 5月31日	86.27m, 9月18日
个人PB/时间	92.62m, 2026年6月4日	87.05m, 2026年6月28日	90.23m, 2025年5月16日	83.72m, 2026年6月28日	86.27m, 2025年9月18日

2.5 成绩及名次预测

表 14 中国队男子投掷重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子铅球	邢家梁	20.95 米	金牌及奖牌核心
男子铁饼	阿卜杜艾尼·图尔贡	66.39 米	优势冲金
男子铁饼	吴南军	61.83 米	前四及奖牌竞争
男子链球	王琦	73.42 米	金牌及奖牌核心
男子标枪	未参赛	—	—

理想情景下，阿卜杜艾尼·图尔贡、邢家梁和王琦均实现冠军突破，吴南军进入前三名，中国队争取 3 金、4 枚奖牌。

基准情景下，男子铁饼是主要金牌来源，邢家梁和王琦稳定获得奖牌，吴南军竞争第三至第四名，中国队争取 1—2 金、3 枚左右奖牌。

2.6 综合判断与备战提示

中国男子投掷形成“铁饼优势冲金、铅球和链球争冠争牌”的格局。阿卜杜艾尼·图尔贡应保持 65 米以上的稳定发挥，并提高资格赛一次达标能力；吴南军需恢复 62.50 米以上水平。

邢家梁应重点提高室外 20.80 米以上成绩的重复能力，缩小与印度对手的差距。王琦需通过后续比赛巩固 74 米以上状态，增强主动争冠能力。3 个项目均应优先保证前 3 轮有效成绩，避免连续犯规削弱现有竞争位置。

3 女子投掷项目竞技实力分析与预测

3.1 女子铅球

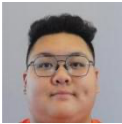
中国队占据女子铅球亚洲前两位。张林茹以 19.36 米排名第一，宋佳媛以 18.89 米排名第二，印度选手 Manpreet Kaur 以 17.75 米排名第三。

张林茹近两个赛季多次达到 19 米以上，历史最好成绩为 19.47 米，具备较稳定的亚洲领先能力。其赛季最好成绩领先宋佳媛 47 厘米、领先印度主要对手 1.61 米，是主要冲金运动员。

宋佳媛当前领先印度选手 1.14 米，具备明显的奖牌优势。其历史最好成绩达到 20.38 米，但本赛季状态以 18.89 米为主要参考。若恢复至 19 米以上，可与张林茹直接竞争冠军；保持 18.50 米以上，应处于较稳定的前两名区间。

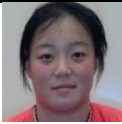
女子铅球的目标是确保金牌并争取包揽前两名。

表 15 女子铅球亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 张林茹	 宋佳媛	 ManpreetKAUR	 Ching-YuanCHIANG	 KrishnaJAYASAN KAR
国家	中国	中国	印度	中国台北	印度
年龄	26	28	36	19	23
2026-SB	19.36m, 6月26日	18.89m, 3月29日	17.75m, 6月25日	17.39m, 4月11日	17.35m, 5月23日
2026-5个 最好 成绩	19.36m, 6月26日	18.89m, 3月29日	17.75m, 6月25日	17.39m, 4月11日	17.35m, 5月23日
	18.17m, 5月16日	18.85m, 5月16日	17.66m, 6月13日	16.82m, 7月11日	17.09m, 2月28日
	-	18.36m, 2月6日	17.33m, 5月9日	16.81m, 4月18日	16.96m, 6月25日
	-	17.58m, 6月26日	16.42m, 4月11日	16.01m, 6月13日	16.96m, 5月10日
2025-SB 个人 PB/时 间	-	-	-	15.83m, 6月7日	16.83m, 2月13日
	19.47m, 11月16日	18.95m, 11月15日	-	18.08m, 10月22日	16.03m, 3月1日
	19.47m, 2025年11月16日	20.38m, 2022年6月16日	18.06m, 2022年6月11日	18.08m, 2025年7月28日	17.35m, 2026年5月23日

3.2 女子铁饼

表 16 女子铁饼亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 冯彬	 姜志媛	 .SEEMA	 NanakaKORI	 NidhiRANI
国家	中国	中国	印度	中国	印度
年龄	32	21	27	25	29
2026-SB	65.03m, 5月23日	61.09m, 6月26日	59.73m, 6月26日	59.23m, 4月11日	58.82m, 5月10日
2026-5个 最好 成绩	65.03m, 5月23日	61.09m, 6月26日	59.73m, 6月26日	59.23m, 4月11日	58.82m, 5月10日
	64.51m, 5月31日	60.79m, 5月9日	59.55m, 4月11日	58.17m, 5月23日	57.08m, 6月13日
	64.15m, 6月7日	60.54m, 5月14日	58.16m, 6月13日	57.07m, 5月10日	55.92m, 6月26日
	63.28m, 5月9日	60.39m, 5月16日	57.78m, 3月7日	56.46m, 3月14日	55.05m, 5月22日
2025-SB 个人 PB/ 时间	62.80m, 6月20日	58.68m, 3月30日	57.29m, 5月22日	54.18m, 5月2日	-
	65.52m, 9月13日	60.10m, 4月26日	57.18m, 8月23日	59.08m, 8月2日	53.71m, 2月22日
	69.12m, 2022年7月20日	64.49m, 2024年5月22日	59.73m, 2026年6月26日	60.72m, 2024年8月3日	58.82m, 2025年9月27日

女子铁饼由中国队占据竞争主动。冯彬以 65.03 米排名亚洲第一，姜志超以 61.09 米进入主要奖牌区。冯彬历史最好成绩达到 69.12 米，曾多次投出 67 米以上，能力上限明显高于亚洲主要对手

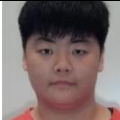
3.3 女子链球

女子链球是中国队优势最突出的投掷项目。赵杰以 78.22 米排名亚洲第一，张家乐以 77.94 米排名第二；日本选手 Raika Murakami 以 68.83 米成为成绩最好的外部对手，落后两名中国运动员均超过 9 米。

赵杰本赛季另有 77.61 米，近两个赛季多次达到 76 米以上。张家乐本赛季还投出 77.15 米和 76.47 米，同样具备稳定的高水平表现。两人的赛季最好成绩只相差 28 厘米，金牌竞争主要在队内展开。

正常完成比赛时，中国队具备稳定包揽前两名的实力。该项目的核心任务不是继续扩大成绩优势，而是控制资格赛和决赛中的犯规及技术波动，确保两名运动员均进入有效竞争。

表 17 女子链球亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 赵杰	 张家乐	 RaikaMURAKAMI
国家	中国	中国	日本
年龄	23	19	22
2026-SB	78.22m, 4 月 3 日	77.94m, 7 月 4 日	68.83m, 7 月 9 日
	78.22m, 4 月 3 日	77.94m, 7 月 4 日	68.83m, 7 月 9 日
	77.61m, 3 月 30 日	77.15m, 4 月 3 日	68.18m, 6 月 13 日
2026-5 个 最好成绩	76.25m, 6 月 6 日	76.47m, 5 月 23 日	67.20m, 6 月 20 日
	75.63m, 7 月 4 日	75.82m, 4 月 23 日	66.87m, 2 月 21 日
	75.62m, 5 月 23 日	75.78m, 5 月 1 日	66.16m, 2 月 21 日
2025-SB	77.60m, 9 月 15 日	77.24m, 8 月 2 日	66.88m, 7 月 5 日
个人 PB/ 时间	78.22m, 2026 年 4 月 3 日	77.94m, 2026 年 7 月 4 日	68.83m, 2026 年 7 月 9 日

3.4 女子标枪

女子标枪形成中国与日本竞争奖牌的格局。严子怡以 71.74 米排名亚洲第一，日本选手 Haruka Kitaguchi 以 63.01 米排名第二，戴倩倩以 62.42 米排名第三。日本另有 Sae Takemoto、Yuki Yamamoto、Momone Ueda 等多名运动员达到 61 米以上，

具备较强的集团竞争力。严子怡本赛季另有 67.44 米和 67.11 米，3 场比赛均明显优于亚洲第二名。其优势并不依赖 71.74 米的单次突出表现，正常发挥时具备较稳定的夺冠基础。

戴倩倩落后 Haruka Kitaguchi 59 厘米，领先日本第二顺位运动员 Sae Takemoto 68 厘米，处于第二至第三名竞争区间。其历史最好成绩达到 64.38 米，若恢复至 63 米以上，有望争取银牌；保持 62 米左右，应继续处于主要奖牌区。

表 18 女子标枪亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 严子怡	 HarukaKITAGUCHI	 戴倩倩
国家	中国	日本	中国
年龄	18	28	25
2026-SB	71.74m, 5 月 23 日	63.01m, 6 月 28 日	62.42m, 6 月 28 日
	71.74m, 5 月 23 日	63.01m, 6 月 28 日	62.42m, 6 月 28 日
	68.75m, 7 月 10 日	62.86m, 6 月 12 日	59.20m, 5 月 23 日
2026-5 个 最好成绩	67.44m, 6 月 28 日	60.36m, 5 月 17 日	58.28m, 5 月 17 日
	67.11m, 6 月 10 日	60.08m, 5 月 23 日	57.12m, 4 月 2 日
	-	56.24m, 7 月 10 日	57.10m, 3 月 29 日
2025-SB	65.89m, 8 月 3 日	64.63m, 6 月 12 日	64.38m, 5 月 3 日
个人 PB/ 时间	71.74m, 2026 年 5 月 23 日	67.38m, 2023 年 9 月 8 日	64.38m, 2025 年 5 月 3 日

女子标枪的目标是保障严子怡金牌，并推动戴倩倩在日本队集团竞争中稳定获得奖牌。

3.5 成绩及名次预测

表 19 中国队女子投掷重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
女子铅球	张林茹	19.36 米	优势冲金
女子铅球	宋佳媛	18.89 米	金牌及奖牌竞争
女子铁饼	冯彬	65.03 米	优势冲金
女子铁饼	姜志超	61.09 米	银牌及奖牌竞争
女子链球	赵杰	78.22 米	金牌核心
女子链球	张家乐	77.94 米	金牌核心
女子标枪	严子怡	71.74 米	优势冲金
女子标枪	戴倩倩	62.42 米	银牌及奖牌竞争

理想情景下，中国队获得 4 枚金牌，8 名运动员全部进入前三名。

基准情景下，女子链球、标枪及铅球或铁饼形成主要金牌来源，多数第二参赛运动员进入前三名，争取 3—4 金、7—8 枚奖牌。

3.6 综合判断与备战提示

中国女子投掷具备 4 项冲金、4 项双人争牌的整体优势。赵杰、张家乐和严子怡的多场高水平表现较为稳定，是金牌把握较高的运动员；张林茹、冯彬承担铅球和铁饼主要冲金任务。

扩大金牌和奖牌数量的关键在于第二参赛运动员。宋佳媛应恢复 19 米以上水平，姜志超需巩固 61 米并争取突破 62 米，戴倩倩应恢复 63 米以上能力。

资格赛和决赛应优先保证前 3 轮有效成绩。女子链球和严子怡所在的女子标枪具有明显优势，不宜在资格赛中过度追求极限成绩；女子铁饼第二奖牌点和女子标枪后续奖牌竞争较为接近，需要提高有效成绩的稳定性。

4 中国队投掷项目综合实力判断与备战提示

4.1 整体竞技实力定位

中国队在 7 个参赛投掷项目中均具备奖牌竞争力，形成“女子全面占优、男子多点争牌”的格局。女子铅球、铁饼、链球和标枪均有派出运动员排名亚洲第一，并具备双人获牌基础；男子铁饼由阿卜杜艾尼·图尔贡占据领先，男子铅球和链球处于金牌及奖牌密集竞争区。男子标枪不派员。

表 20 中国队投掷项目竞争层次划分

竞争层次	主要项目
优势冲金	男子铁饼、女子铅球、女子铁饼、女子链球、女子标枪
金牌及奖牌竞争	男子铅球、男子链球
双人争牌	男子铁饼及 4 个女子投掷项目
未参赛	男子标枪

阿卜杜艾尼·图尔贡、张林茹、冯彬、赵杰和严子怡是 5 个主要冲金点。邢家梁和王琦具备冠军突破可能，吴南军、宋佳媛、姜志超和戴倩倩的发挥将直接影响奖牌总数。

4.2 主要金牌与奖牌项目

阿卜杜艾尼·图尔贡以 66.39 米排名男子铁饼亚洲第一，并连续 3 场超过 65 米，是男子项目中最稳定的冲金点。吴南军以 61.83 米排名亚洲第 4，恢复至 62.50 米以上后具备进入前三名的实力。

邢家梁以 20.95 米排名男子铅球亚洲第二,与第一名只相差 8 厘米;王琦以 73.42 米排名男子链球第三,与第一名相差 51 厘米。两人都具备争夺冠军的能力,但当前未形成稳定领先。

女子铅球中,张林茹和宋佳媛占据亚洲前两位;女子铁饼由冯彬形成明显冲金优势,姜志超承担第二奖牌任务;女子链球由赵杰和张家乐稳定领跑;女子标枪中严子怡具备明显夺冠优势,戴倩倩与日本运动员竞争第二至第三名。

女子链球和严子怡所在的女子标枪,领先优势及多场稳定性最为突出。女子铅球和铁饼同样具备冲金基础,扩大优势的关键是宋佳媛、姜志超等第二参赛运动员能否接近历史较好水平。

4.3 综合成绩预测

表 21 中国队投掷项目综合成绩情景预测

情景	主要表现	综合目标
理想情景	5 个亚洲第一项目全部夺冠,邢家梁或王琦实现冠军突破;第二参赛运动员均进入前三名	争取 6—7 金、11—12 枚奖牌
基准情景	男子铁饼和 3—4 个女子项目获得金牌;邢家梁、王琦稳定获牌;多数第二参赛运动员进入前三名	争取 4—6 金、10—11 枚奖牌
保守情景	部分优势成绩未能稳定发挥,印度、日本等对手取得冠军或进入奖牌区	争取 2—4 金、8—10 枚奖牌

基准目标是保障男子铁饼及女子链球、标枪等主要金牌点,推动男子铅球、链球实现冠军突破,并争取 5 个双人参赛项目多数实现双人获牌。男子标枪不纳入中国队成绩预测。

4.4 重点风险与备战提示

第一,巩固优势运动员的稳定性。阿卜杜艾尼·图尔贡应保持 65 米以上水平,张林茹稳定 19 米左右,冯彬稳定 65 米左右,赵杰和张家乐保持 77 米以上,严子怡巩固 67 米以上能力。

第二,推动男子铅球和链球突破。邢家梁应提高室外 20.80 米以上成绩的重复能力;王琦需恢复 74 米以上水平,增强主动争冠能力。

第三,提高第二参赛运动员获牌能力。吴南军应争取突破 62.50 米,宋佳媛恢复 19 米以上,姜志超巩固 61 米并向 62 米靠近,戴倩倩恢复 63 米以上水平。

第四,控制资格赛和前 3 轮犯规风险。优势项目应优先建立有效成绩,避免过早追求极限;密集竞争项目则应在确保晋级和进入后 3 轮的基础上争取远度突破。总体而言,投掷项目是中国队金牌和奖牌最集中的项目群之一。备战核心是保障女子整体优势和男子铁饼金牌,推动男子铅球、链球实现突破,提高第二参赛运动员的奖牌转化率。

第四章 竞走项目

段悦、刘亚卓、刘嘉伟、曾令涛、石鹏鑫、李智聪、苑廷刚

1 竞走项目亚洲整体竞争格局

截至 2026 年 7 月 25 日，亚洲竞走项目呈现日本男子项目领先、中国女子项目占优的格局。中国队参赛运动员依据《2026 亚运会夺金机会分析 A3 版》确定：男子半马竞走石升吉、李陈杰；男子全马竞走周应成、唐余帅；女子半马竞走姜蕴晏、杨柳静；女子全马竞走马丽、旦增曲宗。

男子半程马拉松竞走亚洲前 10 名中，日本运动员占据前 9 位，山西利和 1:20:34、吉川绚斗 1:20:50、野田明宏 1:20:57 排名前三。石升吉 1:22:33 并列第 10，李陈杰 1:23:25 位列亚洲第 18。中国队主要目标为冲击奖牌和前六。

表 1 男子半程马拉松竞走亚洲排名前 10 名成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	1:20:34	ToshikazuYAMANI SHI	15-FEB-96	 PN	1	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
2	1:20:50	KentoYOSHIKAW A	09-AUG-01	 PN	2	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
3	1:20:57	TomohiroNODA	24-JAN-96	 PN	3	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
4	1:21:25	SatoshiMARUO	28-NOV-91	 PN	4	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
5	1:21:52	MasatoraKAWANO	23-OCT-98	 PN	1	Nomi(JPN)	15-MAR
6	1:21:55	KeisukeHARA	04-MAR-02	 PN	2	Nomi(JPN)	15-MAR
7	1:22:06	HayatoKATSUKI	28-NOV-90	 PN	6	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
8	1:22:25	KazukiTAKAHASH I	17-JUN-96	 PN	7	RokkoIslandKonanUniv.Westside,Kobe(JPN)	15-FEB
9	1:22:30	SotaroOSAKA	31-JAN-06	 PN	5	Nomi(JPN)	15-MAR
10	1:22:33	ShengjiSHI	19-JAN-07	 HN	1	Taicang(CHN)	01-MAR
10	1:22:33	YutaKOGA	15-JUL-99	 PN	6	Nomi(JPN)	15-MAR

女子半程马拉松竞走由中国队占据前端，姜蕴晏 1:31:39 排名第一，杨柳静 1:32:08 排名第二；藤井菜菜子 1:33:27 是主要外部对手。中国队具备争取金牌并包揽前两名的实力。

表 2 女子半程马拉松竞走亚洲排名前 10 名成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	1:31:39	YunyanJIANG	15-Feb-03	 CHN	1	Taicang(CHN)	1-Mar-26
2	1:32:08	LiuJingYANG	22-Aug-98	 CHN	2	Taicang(CHN)	1-Mar-26
3	1:32:22	HaiyingJI	25-Feb-00	 CHN	3	Taicang(CHN)	1-Mar-26
4	1:32:24	NaGUO	22-Jun-99	 CHN	4	Taicang(CHN)	1-Mar-26
5	1:32:27	MaocuoDOU	29-Feb-04	 CHN	5	Taicang(CHN)	1-Mar-26
6	1:33:08	XiaofanLA	19-Aug-05	 CHN	6	Taicang(CHN)	1-Mar-26
7	1:33:19	JinlinNING	26-Mar-04	 CHN	7	Taicang(CHN)	1-Mar-26
8	1:33:27	NanakoFUJII	7-May-99	 JPN	6	LaCoruña(ESP)	23-May-26
9	1:33:43	ZhuomaBAIMA	20-May-05	 CHN	8	Taicang(CHN)	1-Mar-26
10	1:34:36	QuanmingWU	16-Nov-01	 CHN	9	Taicang(CHN)	1-Mar-26

男子全程马拉松竞走亚洲前列为日本选手诹访基文 2:58:21、重庄宏人 2:59:31、高桥和生 3:02:45。中国参赛运动员周应成 3:06:15、唐余帅 3:06:31，主要竞争对手为韩国周贤明 3:05:05、日本胜木隼人 3:04:58 和村山裕太郎 3:03:21。

表 3 男子全程马拉松竞走亚洲排名前 10 名成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	2:58:21	MotofumiSUWA	22-Oct-99	 JPN	1	Nomi(JPN)	15-Mar-26
2	2:59:31	HirotoJUSHO	11-Jan-00	 JPN	2	Nomi(JPN)	15-Mar-26
3	3:02:45	KazukiTAKAHASHI	17-Jun-96	 JPN	3	Nomi(JPN)	15-Mar-26
4	3:02:50	YanlongGAO	17-Apr-04	 CHN	1	Taicang(CHN)	2-Mar-26
5	3:03:21	YutaroMURAYAMA	29-Sep-98	 JPN	4	Nomi(JPN)	15-Mar-26
6	3:03:23	JinxiWANG	30-Nov-04	 CHN	2	Taicang(CHN)	2-Mar-26
7	3:04:07	XianghongHE	1-Jul-98	 CHN	3	Taicang(CHN)	2-Mar-26
8	3:04:32	XinWANG	17-Oct-01	 CHN	4	Taicang(CHN)	2-Mar-26
9	3:04:58	HayatoKATSUKI	28-Nov-90	 JPN	1f1	Brasilia(BRA)	12-Apr-26
10	3:05:05	HyunmyeongJOO	31-May-97	 KOR	5	Nomi(JPN)	15-Mar-26

女子全程马拉松竞走中国队优势明显。马丽 3:25:13 排名亚洲第二，旦增曲宗 3:27:13 排名第六；印度 Manju Rani 3:33:24 是主要外部对手。两名中国运动员正常发挥时具备包揽前两名的基础。

表 4 女子全程马拉松竞走亚洲排名前 10 名成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	3:24:48	MengyuanCHEN	4-Nov-03	 CHN	1	Taichang(CHN)	2-Mar-26
2	3:25:13	LiMA	15-Jan-00	 CHN	1	YuanboAvenue,Hefei(CHN)	16-May-26
3	3:25:22	LameiYIN	21-Dec-02	 CHN	2	Taichang(CHN)	2-Mar-26
4	3:25:38	RicuoXI	9-Aug-01	 CHN	3	Taichang(CHN)	2-Mar-26
5	3:26:25	QuzhenSANGDAN	14-Sep-04	 CHN	4	Taichang(CHN)	2-Mar-26
6	3:27:13	QuzongDANZENG	10-Sep-02	 CHN	2	YuanboAvenue,Hefei(CHN)	16-May-26
7	3:27:29	JiahuiZHANG	28-Apr-05	 CHN	5	Taichang(CHN)	2-Mar-26
8	3:28:24	YanhongLI	16-Mar-03	 CHN	6	Taichang(CHN)	2-Mar-26
9	3:28:49	XinyuLI	24-Oct-04	 CHN	7	Taichang(CHN)	2-Mar-26
10	3:33:24	ManjuRANI	22-Mar-99	 IND	1	SukhnaLake,Chandigarh(IND)	21-Feb-26

总体来看，中国队两个女子项目是主要金牌和奖牌来源；男子半马竞走以石升吉冲击奖牌、李陈杰争取前六；男子全马竞走以周应成、唐余帅争取前六至前八为主要定位。

2 男子半程马拉松竞走竞技实力分析与预测

2.1 亚洲竞争格局

日本队包揽男子半程马拉松竞走亚洲前 9 名，整体优势明显。山西利和、吉川绚斗和野田明宏分别以 1:20:34、1:20:50 和 1:20:57 排名前三。

中国队石升吉以 1:22:33 并列亚洲第 10，李陈杰以 1:23:25 排名亚洲第 18。石升吉与日本第 8、第 9 名仅相差 8 秒和 3 秒，是中国队最接近奖牌区的运动员。

2.2 中国运动员竞技实力

石升吉 2026 年赛季最好成绩 1:22:33，另一场有效成绩 1:23:23。其目标是稳定在 1:22:30 左右，并利用日本队参赛人选和临场波动冲击奖牌。

李陈杰赛季最好成绩 1:23:25，另一场成绩 1:23:42，稳定性较好。其现实目标为进入前六，并争取向第 4 至第 5 名提升。

2.3 主要竞争对手

主要对手为日本山西利和、吉川绚斗、高桥和生和大阪颯太郎。前两人赛季成绩达到 1:20:34 和 1:20:50；高桥和生 1:22:25、大阪颯太郎 1:22:30 与石升吉处于同一竞争区间。

石升吉争夺奖牌的关键是超过日本队第三参赛人选。若日本队选择高桥和生或大阪颯太郎，第三名竞争将非常接近；李陈杰应重点缩小与 1:22:30—1:23:00 区间对手的差距。

表 5 男子半程马拉松竞走亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 ToshikazuYAMANI SHI	 KentoYOSHIKAW A	 KazukiTAKAHAS HI	 SotaroOSAKA	 ShengjiSHI
国家	日本	日本	日本	日本	中国
年龄	30	24	30	20	19
2026-SB	1:20:34, 2月15日	1:20:50, 2月15日	1:22:25, 2月15日	1:22:30, 3月15日	1:22:33, 3月1日
2026-最好成绩	1:20:34, 2月15日 6月27日	1:20:50, 2月15日 6月27日	1:22:25, 2月15日	1:22:30, 3月15日	1:22:33, 3月1日 6月27日
	-	-	1:25:45, 6月6日	1:26:11, 7月12日	1:23:23, 5月23日
	-	-	1:29:48, 4月12日	DNF, 2月15日	-
2025-SB	-	1:24:06, 10月26日	-	1:23:33, 10月26日	-
个人PB/时间	1:20:34, 2026年2月15日	1:20:50, 2026年2月15日	1:22:25, 2026年2月15日	1:22:30, 2026年3月15日	1:22:33, 2026年3月1日

2.4 成绩及名次预测

表 6 中国队男子半程马拉松竞走运动员赛季成绩与亚运会预测

运动员	赛季最好成绩	赛季成绩范围	预测成绩	名次定位
石升吉	1:22:33	1:22:33—1:23:23	1:22:30—1:23:30	第 4 名左右，冲击奖牌
李陈杰	1:23:25	1:23:25—1:23:42	1:23:20—1:24:00	第 5 名左右，争取前六

基准情景下，石升吉预计第 4 名左右并冲击奖牌，李陈杰预计第 5 至第 6 名。石升吉若接近或突破 1:22:30，具备进入前三的机会。

2.5 综合判断与备战提示

男子半程马拉松竞走是日本队的优势项目，中国队以冲击奖牌和争取前六为主要目标。石升吉是核心奖牌突破点，应重点提高 1:22:30 左右成绩的稳定性；李陈杰应在保持现有稳定性的基础上进一步提高成绩上限，缩小与石升吉及日本领先集团的差距。

3 女子半程马拉松竞走竞技实力分析与预测

3.1 亚洲竞争格局

中国队包揽女子半程马拉松竞走亚洲前 7 名。姜蕴晏 1:31:39 排名第一，杨柳静 1:32:08 排名第二，藤井菜菜子 1:33:27 排名第 8，是成绩最好的外部对手。

姜蕴晏和杨柳静代表中国队参赛，两人预计占据竞争序列前两位。

3.2 中国运动员竞技实力

姜蕴晏赛季最好成绩 1:31:39，另一场成绩 1:34:00。其优势能否转化为金牌，关键在于稳定发挥 1:33:00 以内水平。

杨柳静赛季最好成绩 1:32:08，另有 1:33:22 和 1:37:09。其前两场比赛均具备冠军竞争力，应重点提高不同比赛条件下的稳定性。

3.3 主要竞争对手

藤井菜菜子 1:33:27 是中国队最主要的外部对手，落后姜蕴晏 1 分 48 秒、落后杨柳静 1 分 19 秒。

若两名中国运动员将成绩控制在 1:33:30 以内，能够保持明显主动；若成绩接近或超过 1:34:00，日本队将具备进入前两名的机会。

表 7 女子半程马拉松竞走亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 YunyanJIANG	 Liu JingYANG	 NanakoFUJII
国家	中国	中国	日本
年龄	23	27	27
2026-SB	1:31:39, 3 月 1 日	1:32:08, 3 月 1 日	1:33:27, 5 月 23 日
2026 成绩	1:31:39, 3 月 1 日 6 月 27 日 1:34:00, 5 月 23 日	1:32:08, 3 月 1 日 1:33:22, 5 月 23 日 1:37:09, 6 月 13 日	1:33:27, 5 月 23 日 - -
个人 PB/ 时间	1:31:39, 2026 年 3 月 1 日	1:32:08, 2026 年 3 月 1 日	1:33:27, 2026 年 5 月 23 日

3.4 成绩及名次预测

表 8 中国队女子半程马拉松竞走运动员赛季成绩与亚运会预测

运动员	赛季最好成绩	赛季成绩范围	预测成绩	名次定位
姜蕴晏	1:31:39	1:31:39—1:34:00	1:31:30—1:34:00	金牌核心，目标前两名
杨柳静	1:32:08	1:32:08—1:37:09	1:32:00—1:34:00	冲金争牌，目标前两名

基准情景下，姜蕴晏和杨柳静均进入前三，并具备包揽前两名的实力。金牌竞争主要在两名中国运动员之间展开，藤井菜菜子是主要外部挑战者。

3.5 综合判断与备战提示

女子半程马拉松竞走是中国队的优势冲金项目，合理目标为确保金牌并争取包揽前两名。姜蕴晏应重点巩固 1:33:00 以内的领先水平，杨柳静则需提高不同比赛条件下的成绩稳定性。比赛中应在保持技术规范的前提下发挥双人协同优势，控制节奏和判罚风险。

4 男子全程马拉松竞走竞技实力分析与预测

4.1 亚洲竞争格局

男子全程马拉松竞走亚洲前三为諏访基文 2:58:21、重庄宏人 2:59:31、高桥和生 3:02:45。周应成 3:06:15、唐余帅 3:06:31 未进入亚洲前 10。

周应成和唐余帅参赛。主要对手为村山裕太郎 3:03:21、胜木隼人 3:04:58 和韩国周贤明 3:05:05，中国队以争取前六至前八为主要目标。

4.2 中国运动员竞技实力

周应成赛季最好成绩 3:06:15，另一场成绩 3:13:36。其与周贤明相差 1 分 10 秒，与胜木隼人相差 1 分 17 秒，需要重点提高后半程稳定性。

唐余帅赛季最好成绩 3:06:31，与周应成相差 16 秒，与周贤明相差 1 分 26 秒。目标是稳定进入前八并争取前六。

4.3 主要竞争对手

主要竞争对手为日本村山裕太郎、胜木隼人和韩国周贤明，成绩分别为 3:03:21、3:04:58 和 3:05:05。

表 9 男子全程马拉松竞走亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 YingchengZHOU	 YushuaiTANG	 HyunmyeongJOO	 HayatoKATSUKI	 YutaroMURAYAMA
国家	中国	中国	韩国	日本	日本
年龄	25	21	29	35	27
2026-SB	3:06:15, 5月16日	3:06:31, 5月16日	3:05:05, 3月15日	3:04:58, 4月12日	3:03:21, 3月15日
2026-成绩	3:06:15, 5月16日 3:13:36, 3月2日	3:06:31, 5月16日 -	3:05:05, 3月15日 -	3:04:58, 4月12日 , 3月15日	3:03:21, 3月15日 6月27日 -
2025-SB	-	-	-	2:55:28, 10月26日	3:05:19, 10月26日
个人PB/时间	3:06:15, 2026年5月16日	3:06:31, 2026年5月16日	3:05:05, 2026年3月15日	2:55:28, 2025年10月26日	3:03:21, 2026年3月15日

中国队提升名次的主要路径是超过韩国周贤明及日本后续参赛人选。与日本前三名仍存在较大差距，奖牌属于突破性目标。

4.4 成绩及名次预测

表 10 中国队男子全程马拉松竞走运动员赛季成绩与亚运会预测

运动员	赛季最好成绩	赛季成绩范围	预测成绩	名次定位
周应成	3:06:15	3:06:15—3:13:36	3:06:00—3:13:30	第 6 名左右，争取前五
唐余帅	3:06:31	3:06:31—3:07:39	3:06:30—3:08:00	第 7 名左右，争取前六

基准情景下，周应成和唐余帅预计处于第 6 至第 8 名竞争区间；若均发挥至 3:06:00 附近，有望向前五至前六提升。

4.5 综合判断与备战提示

男子全程马拉松竞走由日本队掌握奖牌竞争主动权，中国队以进入前八、争取前六为主要目标。周应成应重点巩固 3:06:00 左右的竞技水平，减少不同场次之间的成绩波动；唐余帅应在保持稳定性的基础上进一步提高成绩上限。备战中应针对韩国队强化后半程竞争和节奏变化能力，并控制长距离比赛中的技术判罚风险。

5 女子全程马拉松竞走竞技实力分析与预测

5.1 亚洲竞争格局

女子全程马拉松竞走亚洲前 10 名中，中国运动员占据前 9 位。马丽 3:25:13 排名第二，旦增曲宗 3:27:13 排名第六，印度 Manju Rani 3:33:24 排名第 10。

，马丽和旦增曲宗参赛，两人预计占据竞争序列前两位，Manju Rani 是主要外部对手。

5.2 中国运动员竞技实力

马丽赛季最好成绩 3:25:13，分别领先 Manju Rani 8 分 11 秒，是该项目的金牌核心运动员。

马丽的重点是将成绩稳定在 3:30:00 以内，确保单场最好成绩形成的领先优势转化为大赛成绩。

旦增曲宗赛季最好成绩 3:27:13，另一场 3:29:04，均在 3:30:00 以内，领先 Manju Rani 6 分 11 秒，具备稳定的金牌和奖牌竞争基础。

5.3 主要竞争对手

印度 Manju Rani 3:33:24 是中国队主要外部对手。中国两名运动员即使发挥至 3:29:00 左右，仍保持 4 分钟以上优势。

中国队最大的风险来自自身状态波动、技术判罚及长距离比赛过程，而不是对手当前赛季成绩。

表 11 女子全程马拉松竞走亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 LiMA	 QuzongDANZENG	 ManjuRANI
国家	中国	中国	印度
年龄	26	23	27
2026-SB	3:25:13, 5 月 16 日	3:27:13, 5 月 16 日	3:33:24, 2 月 21 日
2026-最好成绩	3:25:13, 5 月 16 日	3:27:13, 5 月 16 日	3:33:24, 2 月 21 日
	-	3:29:04, 3 月 2 日	-
2025-SB	-	-	-
个人 PB/时间	3:25:13, 2026 年 5 月 16 日	3:27:13, 2026 年 5 月 16 日	3:33:24, 2026 年 2 月 21 日

5.4 成绩及名次预测

表 12 中国队女子全程马拉松竞走运动员赛季成绩与亚运会预测

运动员	赛季最好成绩	赛季成绩范围	预测成绩	名次定位
马丽	3:25:13	3:25:13	3:25:00—3:30:00	金牌核心，目标前两名
旦增曲宗	3:27:13	3:27:13—3:29:04	3:27:00—3:30:00	冲金争牌，目标前两名

基准情景下，马丽和旦增曲宗预计包揽前两名，金牌主要在两名中国运动员之间产生。

5.5 综合判断与备战提示

女子全程马拉松竞走是中国队的优势冲金项目，目标为确保金牌并争取包揽前两名。马丽应重点提高 3:30:00 以内成绩的稳定性，旦增曲宗应保持现有发挥水平并争取进一步接近 3:27:00。比赛中应合理控制前半程节奏，发挥双人协同优势，同时降低技术判罚和后半程速度下降风险。

6 中国队竞走项目综合实力判断与备战提示

6.1 整体竞技实力定位

中国队竞走项目呈现“女子优势冲金、男子争取突破”的格局。女子半马和全马竞走具备双人争金优势；男子半马由石升吉冲击奖牌，男子全马以周应成、唐余帅争取前六至前八为主。

表 13 中国队竞走各单项预计竞争位置与竞技定位

项目	中国队运动员	预计位置	竞技定位
男子半程马拉松竞走	石升吉、李陈杰	第 4、第 5 名左右	石升吉冲击奖牌，李陈杰争取前六
女子半程马拉松竞走	姜蕴晏、杨柳静	第 1、第 2 名	优势冲金，争取包揽前两名
男子全程马拉松竞走	周应成、唐余帅	第 6、第 7 名左右	进入前八，争取前六
女子全程马拉松竞走	马丽、旦增曲宗	第 1、第 2 名	优势冲金，争取包揽前两名

6.2 主要金牌与奖牌项目

女子半马竞走中，姜蕴晏 1:31:39、杨柳静 1:32:08 占据前两位，藤井菜菜子 1:33:27 是主要对手。

女子全马竞走中，马丽 3:25:13、旦增曲宗 3:27:13 领先 Manju Rani 6 分钟以上，正常发挥时具备包揽前两名的基础。

男子半马竞走中，石升吉 1:22:33 与日本部分候选运动员非常接近，是主要奖牌突破点；李陈杰以前六为目标。

男子全马竞走中，周应成 3:06:15、唐余帅 3:06:31 以进入前八、争取前六为目标。

6.3 综合成绩预测

表 14 中国队竞走项目综合成绩情景预测

情景	主要表现	综合目标
理想情景	两个女子项目均包揽前两名，石升吉实现奖牌突破，男子全程两人进入前六	争取 2 金、5 枚奖牌
基准情景	两个女子项目获得金牌并包揽主要奖牌，男子项目保持预计位置	争取 2 金、4 枚奖牌
保守情景	女子重点运动员出现状态波动，男子项目未能实现名次突破	争取 1—2 金、3—4 枚奖牌

基准目标为女子两个项目争取 2 枚金牌和 4 枚奖牌；男子项目的奖牌突破点主要是石升吉。

6.4 重点风险与备战提示

第一，巩固女子项目稳定性。姜蕴晏、杨柳静和马丽应将优势成绩转化为多轮、不同气候条件下的稳定发挥。

第二，突出石升吉的男子奖牌突破任务，以 1:22:30 左右为主要备战目标；李陈杰争取稳定进入前六。

第三，强化男子全马项目对日本后续人选和韩国周贤明的针对性，周应成、唐余帅重点提高后半程节奏和稳定性。

第四，控制技术判罚风险。女子项目拥有明显成绩优势，应优先保证技术规范 and 稳定完赛；男子项目竞争接近，需要在提高速度的同时避免因技术动作变形影响最终名次。

总体而言，中国队竞走项目的核心目标是确保两个女子项目的优势转化为 2 枚金牌和主要奖牌，同时推动石升吉实现男子项目奖牌突破，并争取男子全马双人进入前六至前八。

第五章 中长跑、马拉松及全能项目

刘亚卓、刘嘉伟、段悦、石鹏鑫、曾令涛、李智聪、苑廷刚

1 亚洲整体竞争格局

亚洲中长跑、路跑、马拉松及全能项目主要由日本、巴林、印度、中国、卡塔尔等代表队竞争。日本在多数中长跑、路跑和全能项目中具有人才厚度；巴林在男子半程马拉松、女子 800 米、1500 米、5000 米及 3000 米障碍跑中拥有领先者；印度在男子长距离及全能项目中具备竞争力。中国队派出名单的主要竞争点集中在男子马拉松、男子十项全能、女子 1500 米，以及男子 800 米、男子 10000 米和女子 800 米等项目。

1.1 中长跑项目竞争格局

男子 800 米由日本、伊朗运动员占据前端。日本选手 Ko Ochiai 以 1:43.45 排名第一，伊朗选手 Parsa Seyedabadi 以 1:43.69 排名第二，日本选手 Allon Tatsunami Clay 以 1:44.32 排名第三。奚泉横以 1:45.62 排名亚洲第 9，是中国队男子 800 米参赛运动员，主要目标为进入决赛并冲击更高名次。

表 1 男子 800 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	1:43.45	Ko OCHIAI	17 AUG 2006	 JPN	1f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
2	1:43.69	Parsa SEYEDABADI		 IRI	4	Imam Reza Stadium, Mashhad (IRI)	17 JUL 2026
3	1:44.32	Allon Tatsunami CLAY	25 MAR 2002	 JPN	2	Foote Field, Edmonton (CAN)	12 JUL 2026
4	1:44.94	Yugo SHIKATA	25 NOV 1998	 JPN	2f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
5	1:45.01	Hiroki MINAMOTO	24 NOV 1999	 JPN	3f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
6	1:45.31	Nanaki MANNO	25 DEC 2005	 JPN	4f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
7	1:45.32	Sho TANABE	30 SEP 2005	 JPN	5f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
8	1:45.51	Sota OKAMURA	18 FEB 2005	 JPN	6f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
9	1:45.62	Xiaoheng XI	08 DEC 1999	 CHN	10	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	16 MAY 2026
10	1:45.64	Junya MATSUMOTO	28 SEP 2000	 JPN	2f3	Prefectural Shizuoka Stadium, Fukuroi (JPN)	03 MAY 2026

男子 1500 米中，日本选手 Kazuto Iizawa 和 Nagiya Mori 分别以 3:35.90 和 3:36.53 排名前两位，卡塔尔选手 Mohamed Wahid Torech 以 3:36.96 排名第三。刘德助以 3:37.61 排名第 7，与第三名相差 0.65 秒，具备前八及潜在奖牌竞争力。奚泉横以 3:42.62 排名亚洲第 55，主要竞争价值仍集中在 800 米。

表 2 男子 1500 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	3:35.90	Kazuto IIZAWA	02 FEB 2001	 JPN	1f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
2	3:36.53	Nagiya MORI	03 JUL 1999	 JPN	2f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
3	3:36.96	Mohamed Wahid TORECH	18 NOV 2007	 QAT	10	Province Naimette Arena, Liège (BEL)	15 JUL 2026
4	3:37.09	Mubarik Abdi SAID	02 MAY 2008	 QAT	1f2	Stade Raymond Troussier, Decines (FRA)	04 JUL 2026
5	3:37.53	Ojiro HONDA	06 APR 2007	 JPN	1h2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
6	3:37.55	Yoonus SHAH	10 MAY 2001	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	27 JUN 2026
7	3:37.61	Dezhu LIU	16 SEP 2000	 CHN	4f2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
8	3:37.62	Keisuke MORITA	19 OCT 1995	 JPN	2h2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
9	3:37.76	Takumi NAKAGAWA	30 JAN 2005	 JPN	3h2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
10	3:37.84	Allon Tatsunami CLAY	25 MAR 2002	 JPN	1f1	Weaver Stadium, Princeton, NJ (USA)	01 MAY 2026

男子 5000 米由巴林选手 Birhanu Balew 以 12:47.73 领跑，印度选手 Gulveer Singh 以 13:03.93 排名第二，日本选手 Nagiya Mori 以 13:14.18 排名第三。王文杰本赛季跑出 13:35.58，亚洲第 63 位，主要目标为积累大赛经验并争取较高名次。

表 3 男子 5000 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	12:47.73	Birhanu BALEW	27 FEB 1996	 BRN	2	Bislett Stadion, Oslo (NOR)	10 JUN 2026
2	13:03.93	Gulveer SINGH	01 JUN 1998	 IND	2	Drake Stadium, Los Angeles, CA (USA)	23 MAY 2026
3	13:14.18	Nagiya MORI	03 JUL 1999	 JPN	2f2	Nishishina Athletic Stadium, Nobeoka (JPN)	04 MAY 2026
4	13:16.38	Tomonori YAMAGUCHI	13 APR 2003	 JPN	4f4	Egao Kenko Stadium, Kumamoto (JPN)	11 APR 2026
5	13:18.16	Kazuya SHIOJIRI	08 NOV 1996	 JPN	5f2	Nishishina Athletic Stadium, Nobeoka (JPN)	04 MAY 2026
6	13:19.24	Itta TAMEIKE	23 SEP 2003	 JPN	3f2	Drake Stadium, Los Angeles, CA (USA)	23 MAY 2026
7	13:19.44	Kaisei OKADA	30 AUG 2005	 JPN	8f2	Nishishina Athletic Stadium, Nobeoka (JPN)	04 MAY 2026
8	13:20.35	Yota MASHIKO	03 AUG 2007	 JPN	9f2	Nishishina Athletic Stadium, Nobeoka (JPN)	04 MAY 2026
9	13:20.64	Rui SUZUKI	19 APR 2006	 JPN	6f4	Egao Kenko Stadium, Kumamoto (JPN)	11 APR 2026
10	13:21.96	Hyuga ENDO	05 AUG 1998	 JPN	3	Boston Univ. Track & Tennis Center, Boston, MA (USA) (i)	13 FEB 2026

男子 10000 米中，日本选手 Mebuki Suzuki 以 27:20.11 排名第一，印度选手 Gulveer Singh 以 27:24.18 排名第二，日本选手 Jinichiro Kameda 以 27:40.41 排名第三。王文杰以 27:47.53 排名亚洲第 6，与第三名相差 7.12 秒，是中国男子长距离最接近奖牌区的运动员。

表 4 男子 10000 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	27:20.11	Mebuki SUZUKI	03 JUN 2001	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
2	27:24.18	Gulveer SINGH	01 JUN 1998	 IND	7f2	JSerra Catholic HS, San Juan Capistrano, CA (USA)	28 MAR 2026
3	27:40.41	Jinichiro KAMEDA	28 AUG 2001	 JPN	2	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
4	27:41.33	Hiromichi NONAKA	16 FEB 2005	 JPN	2f1	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
5	27:44.45	Yuto MIYAKE	11 DEC 2006	 JPN	3f1	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
6	27:47.53	Wenjje WANG	04 MAY 2004	 CHN	3	NITTAIDAI Athletic Stadium, Yokohama (JPN)	30 MAY 2026
7	27:50.61	Takato SUZUKI	23 JUL 1997	 JPN	6f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026
8	27:52.43	Riki KOIKE	26 NOV 2004	 JPN	4	Kanseki Stadium, Utsunomiya (JPN)	21 MAY 2026
9	27:53.62	Hironori KISHIMOTO	07 OCT 2000	 JPN	8f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026
10	27:55.51	Takashi ICHIDA	16 JUN 1992	 JPN	11f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026

男子 3000 米障碍跑由日本运动员占据前列，Ryuji Miura 以 8:10.30 排名第一，Ryoma Aoki 和 Hibiki Obara 分别以 8:18.63 和 8:18.66 排名第二、第三。中国运动员未参加该项目，不纳入中国队成绩预测。

表 5 男子 3000 米障碍跑亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	8:10.30	Ryuji MIURA	11 FEB 2002	 JPN	2	Stade Louis II, Monaco (MON)	10 JUL 2026
2	8:18.63	Ryoma AOKI	16 JUN 1997	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
3	8:18.66	Hibiki OBARA	10 NOV 2001	 JPN	2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
4	8:21.87	Sanetada ONO	06 NOV 2005	 JPN	3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
5	8:22.62	Yutaro NIINAE	06 FEB 2001	 JPN	4	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
6	8:24.96	Tetsu SASAKI	24 NOV 2006	 JPN	1	Kanseki Stadium, Utsunomiya (JPN)	24 MAY 2026
7	8:25.89	Hamse DHABAR	01 JAN 2004	 BRN	2	Suez Canal Authority Stadium, Ismailia (EGY)	21 JUN 2026
8	8:29.46	Soma NAGAHARA	12 OCT 2005	 JPN	6	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
9	8:31.32	Hayate SATO	28 FEB 2001	 JPN	7	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
10	8:32.10	Seiya SUNADA	30 OCT 2001	 JPN	3	Municipal Stadium, Hiroshima (JPN)	29 APR 2026

女子 800 米由巴林选手 Nelly Jepkosgei 以 1:58.26 领跑，菲律宾选手 Victoria Bossong 以 2:01.33 排名第二，日本选手 Rin Kubo 和 Ayano Shiomi 分别以 2:01.54 和 2:01.67 排名第三、第四，吴洪娇以 2:01.74 排名第五。她与第三名相差 0.20 秒、与第四名相差 0.07 秒，具备冲击奖牌的实力。

表 6 女子 800 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	1:58.26	Nelly JEPKOSGEI	14 JUL 1991	 BRN	2	Luzhniki Stadion, Moskva (RUS)	05 JUN 2026
2	2:01.33	Victoria BOSSONG	05 MAY 2003	 PHI	4f1	Billy J. Murphy Track and Field Complex, Memphis, TN (USA)	10 JUL 2026
3	2:01.54	Rin KUBO	20 JAN 2008	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	13 JUN 2026
4	2:01.67	Ayano SHIOMI	26 NOV 1999	 JPN	2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	13 JUN 2026
5	2:01.74	Hongjiao WU	25 JUL 2003	 CHN	1h3	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
6	2:02.42	. POOJA	17 JUN 2002	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	25 MAY 2026
7	2:02.93	Xinyu RAO	21 FEB 2002	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
8	2:03.77	Kurumi SUGURE	09 MAY 2004	 JPN	3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	13 JUN 2026
9	2:04.07	Salina HILLIER	30 MAY 2001	 JPN	1h1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
10	2:04.17	J. GOWTHAMI	22 MAY 1999	 IND	1	Kalinga Stadium, Bhubaneshwar (IND)	25 JUN 2026

女子 1500 米中, Nelly Jepkosgei 以 3:57.61 排名第一, 日本选手 Nozomi Tanaka 以 4:06.39 排名第二, 李春辉以 4:07.43 排名第三。李春辉领先印度主要对手 Pooja 2.41 秒, 是中国队中长跑最明确的奖牌点。吴洪娇以 4:20.62 排名亚洲第 50, 应优先保障 800 米主项。

表 7 女子 1500 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	3:57.61	Nelly JEPKOSGEI	14 JUL 1991	 BRN	6	Stade Charléty, Paris (FRA)	28 JUN 2026
2	4:06.39	Nozomi TANAKA	04 SEP 1999	 JPN	2	WA Athletics Stadium, Perth (AUS)	14 FEB 2026
3	4:07.43	Chunhui LI	29 MAR 2001	 CHN	14	Egret Stadium, Xiamen (CHN)	23 MAY 2026
4	4:09.84	. POOJA	17 JUN 2002	 IND	3	JSerra Catholic HS, San Juan Capistrano, CA (USA)	28 MAR 2026
5	4:10.48	Mizuki MICHISHITA	01 AUG 2001	 JPN	2	Okura Sports Park Athletics Field, Tokyo (JPN)	30 MAY 2026
6	4:11.00	Hui XU	02 MAR 2003	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
7	4:12.28	ANKITA	05 FEB 2002	 IND	2	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	23 MAY 2026
8	4:13.71	Airi TAJIMA	09 AUG 2004	 JPN	4	Municipal Stadium, Hiroshima (JPN)	29 APR 2026
9	4:13.78	Yuan LI	03 MAR 2006	 CHN	3	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
10	4:13.90	Miu SAITO	22 JUN 2002	 JPN	1	NITTAIDAI Athletic Stadium, Yokohama (JPN)	25 APR 2026

女子 5000 米由巴林选手 Winfred Yavi 以 14:30.06 领跑, 何巫呷以 14:56.62 排名第二, 日本选手 Yuma Yamamoto 以 14:59.89 排名第三。

表 8 女子 5000 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	14:30.06	Winfred YAVI	31 DEC 1999	 BRN	8	Stadio Olimpico, Roma (ITA)	04 JUN 2026
2	14:56.62	Wuga HE	28 JUL 1998	 CHN	4	Drake Stadium, Los Angeles, CA (USA)	23 MAY 2026
3	14:59.89	Yuma YAMAMOTO	01 MAY 2000	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
4	15:00.93	Nozomi TANAKA	04 SEP 1999	 JPN	2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
5	15:04.26	Parul CHAUDHARY	15 APR 1995	 IND	2	Parc des Sports C. Ehrmann, Nice (FRA)	13 JUN 2026
6	15:11.30	Miu SAITO	22 JUN 2002	 JPN	3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
7	15:14.01	Rina KUSU	16 DEC 1993	 JPN	4	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
8	15:14.25	Kana MIZUMOTO	26 JAN 2005	 JPN	5	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
9	15:14.29	Nanaka IZAWA	13 APR 1991	 JPN	6	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026
10	15:15.00	Momoka KAWAGUCHI	28 JUN 1998	 JPN	7	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	12 JUN 2026

女子 10000 米前三名均为日本选手, Nanaka Izawa、Rika Kaseda 和 Nozomi Tanaka 分别跑出 31:37.27、31:40.03 和 31:41.22。

表 9 女子 10000 米亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	31:37.27	Nanaka IZAWA	13 APR 1991	 JPN	6f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026
2	31:40.03	Rika KASEDA	02 MAR 1999	 JPN	2	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
3	31:41.22	Nozomi TANAKA	04 SEP 1999	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	10 MAY 2026
4	31:41.90	Yuma YAMAMOTO	01 MAY 2000	 JPN	3	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
5	31:53.38	Wuga HE	28 JUL 1998	 CHN	1f1	Griswold Stadium, Portland, OR (USA)	20 JUN 2026
6	31:59.28	Wakana KABASAWA	24 MAR 1999	 JPN	7f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026
7	32:02.43	SEEMA	10 JAN 2001	 IND	5f2	JSerra Catholic HS, San Juan Capistrano, CA (USA)	28 MAR 2026
8	32:05.74	Kaho HORIO	31 JUL 1999	 JPN	4	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
9	32:06.62	Mao KIMURA	02 APR 2007	 JPN	5	Athletic Track, Abashiri (JPN)	08 JUL 2026
10	32:06.82	Rina KUSU	16 DEC 1993	 JPN	8f2	Aoba Park Athletic Field, Chitose (JPN)	05 JUL 2026

女子 3000 米障碍跑由 Winfred Yavi 以 8:51.54 明显领先, Norah Jeruto 和 Parul Chaudhary 分别以 9:10.90 和 9:12.84 排名第二、第三。

表 10 女子 3000 米障碍跑亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	比赛排名	比赛地点	比赛日期
1	8:51.54	Winfred YAVI	31 DEC 1999	 BRN	2	Egret Stadium, Xiamen (CHN)	23 MAY 2026
2	9:10.90	Norah JERUTO	02 OCT 1995	 KAZ	6	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	16 MAY 2026
3	9:12.84	Parul CHAUDHARY	15 APR 1995	 IND	7	China Textile City Sports Centre, Shaoxing/Keqiao (CHN)	16 MAY 2026
4	9:27.91	ANKITA	05 FEB 2002	 IND	3f2	Cougar Athletic Stadium, Azusa, CA (USA)	16 APR 2026
5	9:30.30	Miu SAITO	22 JUN 2002	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	14 JUN 2026
6	9:38.15	Xia LUO	10 MAY 2000	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
7	9:41.84	Manami NISHIYAMA	09 DEC 1999	 JPN	2	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	14 JUN 2026
8	9:48.39	Yiting YANG	15 MAR 2004	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
9	9:50.92	Yuzu NISHIDE	25 JAN 2000	 JPN	3	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	14 JUN 2026
10	9:52.39	Zhitong WAN	15 AUG 2008	 CHN	3	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026

综合中长跑项目，李春辉的女子 1500 米处于奖牌区；吴洪娇的女子 800 米、王文杰的男子 10000 米具备向奖牌区突破的可能；奚泉横的男子 800 米和刘德助的男子 1500 米以进入决赛、前八并争取更高名次为目标。男子 5000 米作为王文杰兼项，服从 10000 米主项安排。

1.2 路跑与马拉松项目竞争格局

男子半程马拉松由巴林选手 Birhanu Balew 以 58:23 排名第一，印度选手 Gulveer Singh 以 59:42 排名第二，日本选手 Syunsuke Kuwata 以 1:00:13 排名第三。

表 11 男子半程马拉松亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	58:23	Birhanu BALEW	27 FEB 1996	 BRN	2	Ras Al Khaimah (UAE)	14 FEB 2026
2	59:42	Gulveer SINGH	01 JUN 1998	 IND	3	New York, NY (USA)	15 MAR 2026
3	1:00:13	Syunsuke KUWATA	17 MAY 2005	 JPN	10	New York, NY (USA)	15 MAR 2026
4	1:00:22	Tomoya OGIKUBO	11 DEC 1997	 JPN	4	Marugame (JPN)	01 FEB 2026
5	1:00:26	Yuma NISHIZAWA	19 SEP 2000	 JPN	5	Marugame (JPN)	01 FEB 2026
6	1:00:29	Neo NAMIKI	07 DEC 2001	 JPN	6	Marugame (JPN)	01 FEB 2026
7	1:00:33	Hikaru TUJIHARA	20 SEP 2004	 JPN	11	Berlin (GER)	29 MAR 2026
8	1:00:40	Daisuke SATO	30 APR 2005	 JPN	7	Marugame (JPN)	01 FEB 2026
9	1:00:44	Taiga HIRAYAMA	03 OCT 2001	 JPN	1	Ishin Me-Life Stadium, Yamaguchi (JPN)	08 FEB 2026
10	1:00:46	Haruka YAMAMOTO	03 SEP 2005	 JPN	9	Marugame (JPN)	01 FEB 2026

女子半程马拉松中，梁田田以 1:08:33 排名亚洲第一，日本选手 Rino Goshima 以 1:08:50 排名第二，何巫呷以 1:09:07 排名第三。

表 12 女子半程马拉松亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	1:08:33	Tiantian LIANG	31 AUG 2004	 CHN	2	Meishan (CHN)	3 月 15 日
2	1:08:50	Rino GOSHIMA	29 OCT 1997	 JPN	2	Gold Coast (AUS)	7 月 4 日
3	1:09:07	Wuga HE	28 JUL 1998	 CHN	3	Meishan (CHN)	3 月 15 日
4	1:09:14	Yumi YOSHIKAWA	31 OCT 1990	 JPN	1	Osaka Half Marathon Course, Osaka (JPN)	1 月 25 日
4	1:09:14	Sayaka SATO	27 MAY 1994	 JPN	4	Gold Coast (AUS)	7 月 4 日
6	1:09:20	Wakana KABASAWA	24 MAR 1999	 JPN	1	Ishin Me-Life Stadium, Yamaguchi (JPN)	2 月 8 日
7	1:09:22	Rina SHIMIZU	05 OCT 1999	 JPN	2	Osaka Half Marathon Course, Osaka (JPN)	1 月 25 日
8	1:09:23	Yuna TAKAHASHI	28 MAR 1999	 JPN	3	Osaka Half Marathon Course, Osaka (JPN)	1 月 25 日
9	1:09:24	Kokoro NAKACHI	17 JUN 2002	 JPN	2	Ishin Me-Life Stadium, Yamaguchi (JPN)	2 月 8 日
10	1:09:28	Kana KOBAYASHI	04 APR 2001	 JPN	5	Marugame (JPN)	2 月 1 日

男子马拉松呈现丰配友占据赛季第一、日本队集团实力突出的格局。丰配友以 2:05:58 排名亚洲第一，日本选手大迫杰和铃木健吾分别以 2:05:59 和 2:06:09 排名第二、第三。3 人差距仅 11 秒，丰配友具备直接争夺金牌和奖牌的实力。

贾俄仁加本赛季成绩为 2:10:22，与日本领先集团存在 4 分钟以上差距，主要目标为争取前八和较高名次。

表 13 男子全程马拉松亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	2:05:58	Peiyu FENG	01 AUG 2001	 CHN	11	Tokyo (JPN)	01 MAR 2026
2	2:05:59	Suguru OSAKO	23 MAY 1991	 JPN	12	Tokyo (JPN)	01 MAR 2026
3	2:06:09	Kengo SUZUKI	11 JUN 1995	 JPN	13	Tokyo (JPN)	01 MAR 2026
4	2:06:14	Kiyoto HIRABAYASHI	04 DEC 2002	 JPN	5	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
5	2:06:18	Ichitaka YAMASHITA	29 JUL 1997	 JPN	6	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
6	2:06:24	Yuki TAKEI	01 DEC 1999	 JPN	7	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
7	2:06:41	Yuhei URANO	01 NOV 1997	 JPN	8	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
8	2:06:44	Kyohei HOSOYA	31 AUG 1995	 JPN	9	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
9	2:06:51	Ryo GODA	08 AUG 1999	 JPN	10	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
10	2:06:58	Tsubasa ICHIYAMA	08 APR 1996	 JPN	15	Tokyo (JPN)	01 MAR 2026

女子马拉松前端由日本和巴林运动员占据。日本选手矢田未来、佐藤早也伽分别以 2:19:57 和 2:21:56 排名前两位，巴林选手 Rose Chelimo 以 2:22:52 排名第三。次仁措姆本赛季最好成绩为 2:29:59，吴冰为 2:32:25，与奖牌集团仍有明显差距，主要目标为争取前八及提高最终名次。

表 14 女子全程马拉松亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	2:19:57	Mikuni YADA	29 OCT 1999	 JPN	4	Osaka (JPN)	25 JAN 2026
2	2:21:56	Sayaka SATO	27 MAY 1994	 JPN	2	Nagoya (JPN)	08 MAR 2026
3	2:22:52	Rose CHELIMO	12 JUL 1989	 BRN	3	Osaka (JPN)	22 FEB 2026
4	2:22:53	Rika KASEDA	02 MAR 1999	 JPN	4	Nagoya (JPN)	08 MAR 2026
5	2:23:07	Mao UESUGI	16 AUG 1995	 JPN	5	Osaka (JPN)	25 JAN 2026
5	2:23:07	Tigist GASHAW	25 DEC 1996	 BRN	2f1	Copenhagen (DEN)	10 MAY 2026
7	2:23:22	Shitaye ESHETE	21 MAY 1990	 BRN	3	Rotterdam (NED)	12 APR 2026
8	2:23:39	Ai HOSODA	27 NOV 1995	 JPN	10	Tokyo (JPN)	01 MAR 2026
9	2:23:44	Eunice Chebichii CHUMBA	23 MAY 1993	 BRN	6	London (GBR)	26 APR 2026
10	2:23:45	Natsuki OMORI	22 JUN 1994	 JPN	5	Nagoya (JPN)	08 MAR 2026

综合马拉松项目，丰配友是中国队最重要的冲金点；其他 3 名运动员以稳定发挥和争取前八为主。

1.3 全能项目竞争格局

男子十项全能中，日本选手 Yuma Maruyama 以 8321 分排名亚洲第一，印度选手 Tejaswin Shankar 以 8057 分排名第二，陈兴华以 8037 分排名第三。陈兴华只落

后第二名 20 分，领先第四名张文熙 467 分，奖牌位置较为明确，并具备冲击前两名和冠军的可能。

陈兴华本赛季取得 8037 分，十个分项均形成有效成绩。男子十项全能预计形成 Yuma Maruyama、Tejaswin Shankar 和陈兴华竞争前三名的格局，陈兴华应以稳定完成全部分项为基础，争取突破 8057 分并缩小与 8321 分的差距。

表 15 男子十项全能亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	8321	Yuma MARUYAMA	03 JUN 1998	 JPN	2	Hilmer Lodge Stadium, Walnut, CA (USA)	16 APR 2026
(10.85/0.0 - 7.32/+2.0 - 14.60 - 1.93 - 48.60 / 14.07/+1.0 - 47.53 - 5.00 - 59.86 - 4:33.58)							
2	8057	Tejaswin SHANKAR	21 DEC 1998	 IND	1	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	23 MAY 2026
(10.77/+0.7 - 7.67/+1.4 - 13.31 - 2.25 - 48.29 / 14.23/+0.2 - 37.90 - 4.20 - 47.71 - 4:29.02)							
3	8037	Xinghua CHEN	05 MAY 2002	 CHN	1	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
(10.81/-2.0 - 7.63/+0.3 - 13.08 - 1.97 - 47.52 / 14.09/0.0 - 40.70 - 4.80 - 50.97 - 4:38.15)							
4	7570	Wenxi ZHANG	30 JUL 2005	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
(10.71/-1.6 - 7.07/-0.2 - 13.34 - 1.94 - 48.73 / 14.38/-1.9 - 38.61 - 4.50 - 47.75 - 4:48.77)							
5	7530	N. THOWFEEQ	20 DEC 2003	 IND	2	Birsa Munda Foot Ball Stadium, Morabadi, Ranchi (IND)	23 MAY 2026
(10.77/+0.7 - 7.36/+1.7 - 12.11 - 1.92 - 48.53 / 14.56/+0.2 - 34.04 - 4.30 - 60.58 - 4:54.17)							
6	7526	Shaohong YU	11 SEP 2002	 CHN	3	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
(11.26/-2.0 - 7.18/+0.7 - 11.22 - 1.88 - 49.44 / 14.36/-1.9 - 42.91 - 4.50 - 58.68 - 4:46.87)							
7	7512	Keisuke OKUDA	23 OCT 1996	 JPN	1	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(10.90/+0.2 - 6.75/-0.6 - 13.75 - 1.78 - 49.76 / 14.74/+1.0 - 42.38 - 4.20 - 61.70 - 4:37.75)							
8	7468	Yuto YAMAMOTO	27 AUG 2004	 JPN	1	Yanmar Stadium Nagai, Osaka (JPN)	15 MAY 2026
(10.74/-0.9 - 7.22/-1.1 - 10.65 - 1.95 - 48.82 / 14.83/-0.4 - 31.75 - 5.00 - 51.73 - 4:46.98)							
9	7390	Yichuan LIU	30 MAR 2004	 CHN	4	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	28 JUN 2026
(11.17/-2.0 - 7.06/+0.3 - 12.61 - 2.03 - 50.74 / 14.24/0.0 - 35.36 - 5.00 - 53.05 - 5:24.89)							
10	7375	Arata KAJIKAWA	26 JUN 2004	 JPN	1	Municipal Mizuho Stadium, Nagoya (JPN)	07 MAY 2026
(11.01/+0.6 - 6.86/0.0 - 12.05 - 1.93 - 49.08 / N/A - 38.54 - 4.40 - 53.82 - 4:35.32)							

女子七项全能中，日本选手 Yuri Tanaka 以 6050 分排名亚洲第一，胡星宇以 5826 分排名第二，哈萨克斯坦选手 Alina Chistyakova 以 5737 分排名第三。

表 16 女子七项全能亚洲排名前 10 成绩情况

排名	成绩	姓名	生日	国家	名次	比赛地点	比赛日期
1	6050	Yuri TANAKA	15 NOV 2001	 JPN	1	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(13.89/+1.4 - 1.70 - 12.89 - 25.72/-0.5 / 5.76/+0.7 - 54.82 - 2:12.52)							
2	5826	Xingyu HU	12 MAR 2005	 CHN	1	Taizhou Yuhuan Olympic Sports Center Stadium, Taizhou (CHN)	25 MAY 2026
(14.21/+1.3 - 1.82 - 13.34 - 25.83/+0.8 / 5.98/+0.7 - 40.05 - 2:21.69)							
3	5737	Alina CHISTYAKOVA	30 APR 2005	 KAZ	2	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	12 JUL 2026
(14.05/+0.1 - 1.72 - 11.62 - 25.09/+1.4 / 6.15/+0.2 - 38.73 - 2:19.27)							
4	5663	Nanaka KAJIKI	07 DEC 2000	 JPN	2	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(13.32/+1.4 - 1.58 - 11.12 - 25.00/0.0 / 5.87/0.0 - 46.18 - 2:22.64)							
5	5600	Karin ODAMA	21 OCT 1999	 JPN	3	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(13.96/+1.4 - 1.70 - 12.83 - 25.82/-0.5 / 5.75/+0.6 - 41.08 - 2:23.99)							
6	5572	Ugiloy NORBOYEVA	30 JAN 2004	 UZB	3	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	12 JUL 2026
(14.12/+0.1 - 1.72 - 12.14 - 26.05/+1.4 / 5.56/-1.1 - 45.71 - 2:23.63)							
7	5525	Miku HAMAGUCHI	08 APR 2001	 JPN	4	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(14.28/+1.0 - 1.70 - 13.28 - 25.79/-0.5 / 5.60/+0.8 - 39.58 - 2:23.15)							
8	5504	Yuxin WANG	08 FEB 2006	 CHN	2	Kuishan Sports Center, Rizhao (CHN)	27 JUN 2026
(13.54/-0.8 - 1.73 - 11.10 - 25.21/-1.2 / 5.72/+1.3 - 34.84 - 2:24.36)							
9	5456	Wenting HUANG	16 OCT 2006	 CHN	4	Sport Development Center Stadium, Ordos (CHN)	12 JUL 2026
(13.79/+0.1 - 1.66 - 10.22 - 24.38/+1.4 / 6.08/0.0 - 27.55 - 2:18.11)							
10	5451	Kaede OKUMA	25 DEC 2001	 JPN	5	Nagaragawa Stadium, Gifu (JPN)	07 JUN 2026
(13.69/+1.4 - 1.58 - 12.47 - 25.75/-1.7 / 5.62/0.0 - 40.12 - 2:21.73)							

1.4 中国队整体竞争位置

表 17 中国队中长跑、马拉松及全能重点运动员竞技定位

项目	重点运动员	竞技定位
男子 800 米	奚泉横	亚洲第 9，争取决赛并冲击奖牌
男子 1500 米	刘德助、奚泉横	前八及潜在奖牌竞争
男子 5000 米	王文杰	亚洲第 63，争取较高名次
男子 10000 米	王文杰	亚洲第 6，冲击奖牌
女子 800 米	吴洪娇	亚洲第 5，冲击奖牌
女子 1500 米	李春辉、吴洪娇	主要奖牌项目
男子马拉松	丰配友	金牌及奖牌核心
女子马拉松	次仁措姆、吴冰	争取前八及较高名次
男子十项全能	陈兴华	亚洲第 3，争取银牌并冲击金牌

中国队的主要金牌和奖牌点为丰配友、陈兴华和李春辉。吴洪娇和王文杰所在项目接近奖牌区，奚泉横、刘德助以进入决赛和前八为主要目标。中国队未在半程马拉松、女子 5000 米、女子 10000 米、男女 3000 米障碍跑和女子七项全能项目中派员，相关数据仅用于亚洲竞争格局分析。

2 中长跑项目竞技实力分析与预测

2.1 男子中长跑项目

男子 800 米由 Ko Ochiai、Parsa Seyedabadi 和 Allon Tatsunami Clay 占据亚洲前三，成绩为 1:43.45—1:44.32。奚泉横以 1:45.62 排名亚洲第 9。

奚泉横本赛季最好成绩为 1:45.62，2025 年个人最好成绩为 1:45.48，近两个赛季稳定在 1:45—1:46 区间。其与亚洲第三名相差 1.30 秒，与第 4 名相差 0.68 秒。比赛目标应首先确保晋级决赛，再利用战术跑和最后 200 米冲刺争取名次突破。

表 18 男子 800 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Ko OCHIAI	 Parsa SEYEDABADI	 Allon Tatsunami CLAY	 Yugo SHIKATA	 奚泉横
国家	日本	伊朗	日本	日本	中国
年龄	19		24	27	26
2026-PB	1:43.45, 5 月 30 日	1:43.69, 7 月 17 日	1:44.32, 7 月 12 日	1: 44.94, 5 月 30 日	1:45.62, 5 月 16 日
	1:48.28, 6 月 14 日	1:43.69, 7 月 17 日	1:45.11, 7 月 18 日	1: 46.68, 6 月 13 日	1:48.13, 6 月 28 日
2026-5 个最好成绩	1:43.45, 5 月 30 日		1:44.51, 7 月 14 日	1: 46.60, 6 月 12 日	1:51.09, 6 月 27 日
	1:43.90, 5 月 3 日		1:44.32, 7 月 12 日	1: 44.94, 5 月 30 日	1:45.62, 5 月 16 日
			1:44.98, 6 月 12 日	1: 47.86, 5 月 3 日	1:45.70, 5 月 3 日
			1:45.76, 6 月 10 日	1: 47.70, 4 月 19 日	
2025-PB	1:45.16, 5 月 3 日	1:59.30, 4 月 26 日	1:46.31, 6 月 15 日	1:46.30, 7 月 5 日	1:45.48, 11 月 16 日
个人 PB/时间	1:43.45, 2026 年 5 月 30 日	1:43.69, 2026 年 7 月 17 日	1:44.32, 2026 年 7 月 12 日	1: 44.94, 2026 年 5 月 30 日	1:45.48, 2025 年 11 月 16 日

男子 1500 米中，刘德助以 3:37.61 排名亚洲第 7，与亚洲第三名相差 0.65 秒，第 4 至第 10 名均集中在 3:37 区间。其本赛季另有 3:40.60、3:42.14 和 3:52.23，具备亚洲前列能力，但需要提高高水平成绩的重复性。

刘德助与奖牌集团的绝对成绩差距较小。若比赛节奏较快，3:37 左右的能力有利于保持前列；若进入战术跑，最后 300 米的变速和位置控制将直接决定名次。其基准目标为进入前八，理想目标为向前三至前五名突破。

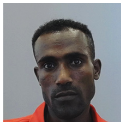
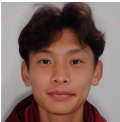
奚泉横在男子 1500 米以 3:42.62 排名亚洲第 55，主要竞争力仍集中在 800 米。兼项安排应优先保障 800 米预赛和决赛。

表 19 男子 1500 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Kazuto IIZAWA	 Nagiya MORI	 Mohamed Wahid	 刘德助	 奚泉横
国家	日本	日本	卡塔尔	中国	中国
年龄	25	27	18	25	26
2026-PB	3:35.90, 5 月 30 日	3:36.53, 5 月 30 日	3:36.96, 7 月 15 日	3:37.61, 5 月 30 日	3:42.62, 4 月 29 日
2026-5 个最好成绩	3:40.11, 6 月 13 日	3:36.53, 5 月 30 日	3:37.46, 7 月 18 日	3:42.14, 6 月 27 日	3:52.56, 6 月 26 日
	3:41.48, 6 月 12 日	TORECH	3:36.96, 7 月 15 日	3:52.23, 6 月 26 日	3:42.62, 4 月 29 日
	3:35.90, 5 月 30 日		3:38.88, 7 月 7 日	3:37.61, 5 月 30 日	
	3:37.69, 5 月 17 日		3:37.60, 7 月 4 日	3:40.60, 4 月 29 日	
2025-PB	3:39.10, 4 月 25 日		3:39.19, 5 月 13 日		
	3:36.81, 7 月 6 日	3:40.86, 8 月 16 日	3:39.50, 8 月 15 日	3:42.25, 11 月 20 日	3:44.84, 11 月 20 日
个人 PB/时间	3:35.62, 2024 年 6 月 8 日	3:36.53, 2026 年 5 月 30 日	3:36.96, 2026 年 7 月 15 日	3:37.61, 2026 年 5 月 30 日	3:42.62, 2026 年 4 月 29 日

男子 5000 米中，王文杰本赛季跑出 13:35.58，亚洲第 63 位，与亚洲第三名 13:14.18 相差 21.40 秒。该项目以积累大赛经验和争取较高名次为主，并服从 10000 米主项安排。

表 20 男子 5000 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Birhanu BALEW	 Gulveer SINGH	 Nagiya MORI	 Tomonori YAMAGUCHI	 王文杰
国家	巴林	印度	日本	日本	中国
年龄	30	28	27	23	22
2026-PB	12:47.73, 6 月 10 日	13:03.93, 5 月 23 日	13:14.18, 5 月 4 日	13:16.38, 4 月 11 日	13:35.58, 5 月 31 日
2026-5 个最好成绩	12:52.91, 7 月 10 日	13:52.92, 6 月 24 日	13:22.41, 6 月 14 日	13:16.38, 4 月 11 日	13:35.58, 5 月 31 日
	12:56.66, 6 月 28 日	13:03.93, 5 月 23 日	13:35.48, 6 月 12 日		
	12:47.73, 6 月 10 日		13:14.18, 5 月 4 日		
	13:07.75, 5 月 23 日				
2025-PB	12:48.67, 6 月 20 日	12:59.77, 2 月 21 日	13:15.07, 4 月 12 日	13:16.56, 7 月 12 日	14:20.07, 6 月 13 日
个人 PB/时间	12:47.73, 2026 年 6 月 10 日	12:59.77, 2025 年 2 月 21 日	13:14.18, 2026 年 5 月 4 日	13:16.38, 2026 年 4 月 11 日	13:35.58, 2026 年 5 月 31 日

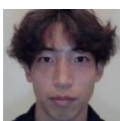
男子 10000 米是王文杰更具竞争力的项目。他以 27:47.53 排名亚洲第 6，与第三名相差 7.12 秒，2025 年也曾跑进 27 分 49 秒，28 分钟以内成绩具有一定稳定性。王文杰具备冲击奖牌和前六的基础，应优先保障 10000 米。

表 21 男子 10000 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Mebuki SUZUKI	 Gulveer SINGH	 Jinichiro KAMEDA	 Hiromichi NONAKA	 王文杰
国家	日本	印度	日本	日本	中国
年龄	25	28	24	21	22
2026-PB	27:20.11, 5 月 10 日	27:24.18, 3 月 28 日	27:40.41, 5 月 10 日	27:41.33, 7 月 8 日	27:47.53, 5 月 30 日
	27:20.11, 5 月 10 日	27:24.18, 3 月 28 日	27:40.41, 5 月 10 日	27:41.33, 7 月 8 日	28:28.42, 6 月 26 日
2026-5 个最好成绩			28:38.21, 3 月 28 日		27:47.53, 5 月 30 日 29:16.41, 4 月 19 日
2025-PB	27:05.92, 11 月 22 日	27:00.22, 3 月 29 日	28:09.27, 11 月 22 日	27:36.64, 11 月 22 日	27:48.68, 5 月 31 日
个人 PB/时间	27:05.92, 2025 年 11 月 22 日	27:00.22, 2025 年 3 月 29 日	27:40.41, 2026 年 5 月 10 日	27:36.64, 2025 年 11 月 22 日	27:47.53, 2026 年 5 月 30 日

男子 3000 米障碍跑的主要竞争对手为 Ryuji Miura、Ryoma Aoki 和 Hibiki Obara，三名日本运动员占据亚洲前三。中国队不派员。

表 22 男子 3000 米障碍跑亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Ryuji MIURA	 Ryoma AOKI	 Hibiki OBARA
国家	日本	日本	日本
年龄	24	29	24
2026-PB	8:10.30, 7 月 10 日	8:18.63, 6 月 12 日	8:18.66, 6 月 12 日
2026-5 个最好成绩	8:10.30, 7 月 10 日 8:10.70, 6 月 28 日 8:23.97, 6 月 7 日	8:18.63, 6 月 12 日 8:22.69, 4 月 29 日 8:26.90, 4 月 11 日	8:18.66, 6 月 12 日 8:33.21, 5 月 23 日 8:26.24, 4 月 11 日
2025-PB	8:03.43, 7 月 11 日	8:18.75, 7 月 12 日	8:22.64, 6 月 14 日
个人 PB/时间	8:03.43, 2025 年 7 月 11 日	8:18.63, 2026 年 6 月 12 日	8:18.66, 2026 年 6 月 12 日

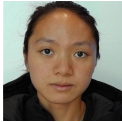
2.2 女子中长跑项目

女子 800 米中，巴林选手 Nelly Jepkosgei 以 1:58.26 明显领先，菲律宾选手 Victoria Bossong 以 2:01.33 排名第二，日本选手 Rin Kubo 以 2:01.54 排名第三，吴洪娇以 2:01.74 排名第五。

吴洪娇本赛季两次跑出 2:01.7 左右，表现较为稳定；2025 年个人最好成绩为 2:00.08。她与第三名相差 0.20 秒、与第四名相差 0.07 秒，具备冲击奖牌的实力。若恢复至 2:00—2:01 区间，奖牌把握将明显提高。

李春辉当前主要竞争力集中在 1500 米，女子 800 米以兼项和阵容补充为主。

表 23 女子 800 米亚运会主要竞争对手成绩情况

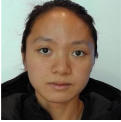
参数	 Nelly JEPKOSGEI	 Victoria BOSSONG	 Rin KUBO	 吴洪娇	 李春辉
国家	巴林	菲律宾	日本	中国	中国
年龄	35	23	18	22	25
2026-PB	1:58.26, 6 月 5 日	1:58.52, 6 月 6 日	2:01.54, 6 月 13 日	2:01.74, 6 月 27 日	
	1:58.26, 6 月 5 日	2:01.33, 7 月 10 日	2:02.57, 7 月 14 日	2:01.81, 6 月 28 日	
2026-5 个最好成绩	2:00.94, 5 月 29 日 2:00.54, 5 月 14 日 2:04.23, 5 月 2 日 1:59.49, 4 月 26 日	1:58.52, 6 月 6 日 1:59.51, 5 月 30 日 1:59.56, 4 月 18 日	2:03.07, 7 月 11 日 2:01.54, 6 月 13 日 2:03.09, 6 月 12 日 2:02.76, 5 月 30 日	2:01.74, 6 月 27 日 2:04.17, 5 月 3 日 2:02.49, 4 月 29 日	
2025-PB	2:00.15, 8 月 15 日	1:59.48, 4 月 19 日	1:59.52, 7 月 5 日	2:00.08, 5 月 31 日	2:05.15, 5 月 30 日
个人 PB/时间	1:57.69, 2024 年 9 月 6 日	1:58.52, 2026 年 6 月 6 日	1:59.52, 2025 年 7 月 5 日	2:00.08, 2025 年 5 月 31 日	2:05.15, 2025 年 5 月 30 日

女子 1500 米中，李春辉以 4:07.43 排名亚洲第三，落后日本选手田中希实 1.04 秒，领先印度主要对手 2.41 秒。其本赛季另外两场成绩为约 4:09.2 和 4:09.9，3 场均保持在 4 分 10 秒以内，具备较好的奖牌稳定性。

巴林选手 Nelly Jepkosgei 以 3:57.61 明显领先，李春辉的主要目标为竞争第二、第三名。若能发挥至 4:06—4:07 区间，有望超过田中希实争取银牌；保持 4:10 以内，应继续处于主要奖牌区。

吴洪娇本赛季 1500 米成绩为 4:20.62，亚洲第 50 位，与亚洲前列差距较大，应优先保障 800 米。

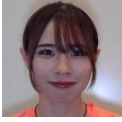
表 24 女子 1500 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数					
	Nelly JEPKOSGEI	Nozomi TANAKA	. POOJA	李春辉	吴洪娇
国家	巴林	日本	印度	中国	中国
年龄	35	26	24	25	22
2026-PB	3:57.61, 6 月 28 日	4: 06.39, 2 月 14 日	4: 09.84, 3 月 28 日	4:07.43, 5 月 23 日	4:20.62, 5 月 10 日
	4: 04.77, 7 月 16 日	4: 11.80, 6 月 14 日	4: 21.48, 6 月 27 日	4:09.92, 6 月 27 日	4:37.83, 5 月 15 日
2026-5 个最好成绩	4: 02.88, 7 月 14 日 3: 57.61, 6 月 28 日 4: 04.57, 5 月 31 日 4: 22.56, 5 月 17 日	4: 06.43, 6 月 13 日 4: 10.52, 5 月 23 日 4: 15.67, 4 月 25 日 4: 06.39, 2 月 14 日	4: 11.34, 5 月 23 日 4: 12.24, 5 月 1 日 4: 11: 00, 4 月 18 日 4: 09.84, 3 月 28 日	4:29.97, 6 月 26 日 4:09.21, 5 月 30 日 4:07.43, 5 月 23 日 4:11.67, 5 月 16 日	4:20.62, 5 月 10 日
2025-PB 个人	4: 04.01, 5 月 25 日	4: 04.16, 7 月 6 日	4: 10.68, 8 月 21 日	4:06.28, 11 月 20 日	4:11.86, 11 月 20 日
PB/时间	3:57.61, 2026 年 6 月 28 日	3: 59.19, 2021 年 8 月 4 日	4: 09.52, 2023 年 6 月 16 日	4:06.28, 2025 年 11 月 20 日	4:11.86, 2025 年 11 月 20 日

2.3 未派员女子中长跑项目竞争格局

女子 5000 米主要由 Winfred Yavi 和日本运动员竞争。中国队不派员。

表 25 女子 5000 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数			
	Winfred YAVI	Yuma YAMAMOTO	Nozomi TANAKA
国家	巴林	日本	日本
年龄	26	26	26
2026-PB	14:30.06, 6 月 4 日	14:59.89, 6 月 12 日	15:00.93, 6 月 12 日
	14:30.06, 6 月 4 日	14:59.89, 6 月 12 日	15:00.93, 6 月 12 日
2026-部分最好成绩	- - -	- - -	15:12.91, 6 月 4 日 16:00.89, 5 月 4 日 15:06.44, 2 月 19 日
2025-PB 个人	15:43.51, 11 月 19 日	15:12.97, 4 月 12 日	14:34.10, 7 月 19 日
PB/时间	14:30.06, 2026 年 6 月 4 日	14:59.89, 2026 年 6 月 12 日	14:29.18, 2023 年 9 月 8 日

女子 10000 米主要竞争对手集中在日本队，Nanaka Izawa、Rika Kaseda 和 Nozomi Tanaka 占据前三。中国队不派员。

表 26 女子 10000 米亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Nanaka IZAWA	 Rika KASEDA	 Nozomi TANAKA
国家	日本	日本	日本
年龄	35	27	26
2026-PB	31:37.27, 7 月 5 日	31:40.03, 7 月 8 日	31:41.22, 5 月 10 日
2026--成绩	31:37.27, 7 月 5 日	31:40.03, 7 月 8 日	31:41.22, 5 月 10 日
2025-PB	32:01.87, 6 月 14 日	31:42.92, 7 月 19 日	30:54.40, 12 月 6 日
个人 PB/ 时间	31:37.27, 2026 年 7 月 5 日	31:39.86, 2020 年 12 月 4 日	30:54.40, 2025 年 12 月 6 日

女子 3000 米障碍跑由 Winfred Yavi、Norah Jeruto 和 Parul Chaudhary 形成前三竞争格局。中国队不派员。

表 27 女子 3000 米障碍跑亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Winfred YAVI	 Norah JERUTO	 Parul CHAUDHARY
国家	巴林	哈萨克斯坦	印度
年龄	26	30	31
2026-PB	8:51.54, 5 月 23 日	9:10.90, 5 月 16 日	9:12.84, 5 月 16 日
2026-部分最好 成绩	8:52.87, 7 月 18 日 8:52.84, 7 月 4 日 8:51.54, 5 月 23 日	9:13.86, 5 月 23 日 9:10.90, 5 月 16 日	9:12.84, 5 月 16 日 - -
2025-PB	8:45.25, 7 月 5 日	8:59.46, 7 月 5 日	9:12.46, 5 月 30 日
个人 PB/ 时间	8:44.39, 2024 年 8 月 30 日	8:53.02, 2022 年 7 月 20 日	9:12.46, 2025 年 5 月 30 日

2.4 成绩及名次预测

理想情景下，李春辉稳定获得女子 1500 米奖牌，吴洪娇或王文杰实现奖牌突破，奚泉横和刘德助进入决赛并争取前八。

基准情景下，李春辉是主要奖牌来源，女子 800 米和男子 10000 米争取前六并冲击奖牌，男子 800 米和男子 1500 米争取决赛及前八。

表 28 中国队中长跑重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子 800 米	奚泉横	1:45.62	亚洲第 9，争取决赛并冲击奖牌
男子 1500 米	刘德助	3:37.61	前八及潜在奖牌竞争
男子 5000 米	王文杰	13:35.58	亚洲第 63，争取较高名次
男子 10000 米	王文杰	27:47.53	亚洲第 6，冲击奖牌
女子 800 米	吴洪娇	2:01.74	亚洲第 5，冲击奖牌
女子 1500 米	李春辉	4:07.43	亚洲第 3，主要奖牌项目

2.5 综合判断与备战提示

中国队中长跑项目形成“女子 1500 米稳定争牌、女子 800 米和男子 10000 米冲击奖牌、男子 800 米和 1500 米争取决赛前八”的格局。李春辉应以 1500 米为主项，吴洪娇优先 800 米，奚泉横优先男子 800 米，王文杰重点保障 10000 米。

800 米和 1500 米应强化预赛、决赛连续发挥及最后 300 米至 400 米的变速能力。刘德助和李春辉需提高战术跑中的位置控制，奚泉横和吴洪娇应减少预赛消耗，保障决赛冲刺。王文杰应围绕 27 分 50 秒以内水平，提高 10000 米后程跟随和冲刺能力。

3 马拉松项目竞技实力分析与预测

3.1 半程马拉松项目

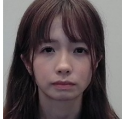
男子半程马拉松亚洲前列由 Birhanu Balew、Gulveer Singh 和 Syunsuke Kuwata 占据。

女子半程马拉松虽有中国运动员进入亚洲前列，主要外部对手为 Rino Goshima、Yumi Yoshikawa 和 Sayaka Sato。

表 29 男子半程马拉松亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Birhanu BALEW	 Gulveer SINGH	 Syunsuke KUWATA
国家	巴林	印度	日本
年龄	30	28	21
2026-PB	58:23, 2 月 14 日	59:42, 3 月 15 日	1:00:13, 3 月 15 日
2026-最好成绩	58:23, 2 月 14 日	59:42, 3 月 15 日	1:00:13, 3 月 15 日
2025-PB	-	-	1:00:48, 11 月 16 日
个人 PB/ 时间	58:23, 2026 年 2 月 14 日	59:42, 2026 年 3 月 15 日	1:00:13, 2026 年 3 月 15 日

表 30 女子半程马拉松亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Rino GOSHIMA	 Yumi YOSHIKAWA	 Sayaka SATO
国家	日本	日本	日本
年龄	28	35	32
2026-PB	1:08:50, 7 月 4 日	1:09:14, 1 月 25 日	1:09:14, 7 月 4 日
2026-部分最好成绩	1:08:50, 7 月 4 日	1:12:03, 5 月 31 日	1:09:14, 7 月 4 日
	-	1:09:14, 1 月 25 日	-
2025-PB	-	1:09:28, 10 月 26 日	-
个人 PB/时间	1:08:03, 2022 年 2 月 13 日	1:09:14, 2026 年 1 月 25 日	1:09:03, 2024 年 9 月 15 日

3.2 男子全程马拉松

丰配友以 2:05:58 排名亚洲第一，日本选手大迫杰和铃木健吾分别以 2:05:59 和 2:06:09 排名第二、第三。3 人仅相差 11 秒，男子马拉松预计形成丰配友与日本 3 名主力争夺金牌和奖牌的格局。

丰配友本赛季 4 场比赛分别取得 2:05:58、2:08:10、2:10:22 和 2:14:09，能力上限达到亚洲领先水平，但不同场次成绩跨度为 8 分 11 秒。其争冠关键不是进一步提高单场最好成绩，而是将竞技状态稳定在 2:06—2:10 区间，并保持后半程速度。

表 31 男子全程马拉松亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 丰配友	 贾俄仁加	 Suguru OSAKO	 Kengo SUZUKI	 Kiyoto HIRABAYASHI
国家	中国	中国	日本	日本	日本
年龄	24	32	35	31	23
2026-PB	2:05:58, 3 月 1 日	2:10:22, 3 月 22 日	2:05:59, 3 月 1 日	2:06:09, 3 月 1 日	2:06:14, 2 月 22 日
	2:14:09, 5 月 24 日	2:10:22, 3 月 22 日	2:05:59, 3 月 1 日	2:06:09, 3 月 1 日	2:06:14, 2 月 22 日
2026-部分最好成绩	2:08:10, 3 月 22 日	-	-	-	-
	2:05:58, 3 月 1 日	-	-	-	-
	2:10:22, 1 月 18 日	-	-	-	-
2025-PB	2:08:36, 11 月 30 日	-	2:04:55, 12 月 7 日	2:06:18, 2 月 24 日	2:09:13, 2 月 2 日
个人 PB/时间	2:05:58, 2026 年 3 月 1 日	2:10:22, 2026 年 3 月 22 日	2:04:55, 2025 年 12 月 7 日	2:04:56, 2021 年 2 月 28 日	2:06:14, 2026 年 2 月 22 日

贾俄仁加本赛季以 2:10:22 作为主要成绩，与日本领先集团存在 4 分钟以上差距。其主要目标为争取前八和较高名次，并在赛前进一步验证 2:10 左右成绩的稳定性。

3.3 女子全程马拉松

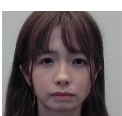
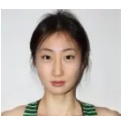
女子马拉松由日本和巴林运动员占据前端。日本选手矢田未来、佐藤早也伽分别以 2:19:57 和 2:21:56 排名前两位，巴林选手 Rose Chelimo 以 2:22:52 排名第三，日本、巴林还有多名运动员进入 2:23 左右区间。

次仁措姆历史最好成绩为 2:26:47，本赛季两场比赛分别取得 2:29:59 和 2:34:01。其 5 月成绩较 1 月提高 4 分 02 秒，状态有所回升。若恢复至 2:27—2:30 区间，具备争取前八的基础；按 2:34 左右水平，主要以稳定完赛和提高名次为目标。

吴冰历史最好成绩为 2:26:01，本赛季两场比赛分别取得 2:32:25 和 2:35:20，尚未恢复至历史较好水平。其主要任务是将成绩重新稳定在 2:30 以内，争取进入前八竞争范围。

中国女子马拉松与日本、巴林领先集团仍有明显差距，当前不作为稳定奖牌项目，重点是恢复历史能力并争取前八。

表 32 女子全程马拉松亚运会主要竞争对手成绩情况

参数	 Mikuni YADA	 Sayaka SATO	 Rose CHELIMO	 次仁措姆	 吴冰
国家	日本	日本	巴林	中国	中国
年龄	26	32	37	28	24
2026-PB	2:19:57, 1 月 25 日	2:21:56, 3 月 8 日	2:22:52, 2 月 22 日	2:29:59, 5 月 24 日	2:32:25, 3 月 15 日
2026-成绩	2:19:57, 1 月 25 日	2:21:56, 3 月 8 日	2:22:52, 2 月 22 日	2:29:59, 5 月 24 日 2:34:01, 1 月 11 日	2:35:20, 5 月 24 日 2:32:25, 3 月 15 日
2025-PB		2:20:59, 3 月 9 日	2:22:55, 10 月 19 日	2:26:52, 3 月 9 日	2:26:01, 3 月 30 日
个人 PB/时间	2:19:57, 2026 年 1 月 25 日	2:20:59, 2025 年 3 月 9 日	2:22:52, 2026 年 2 月 22 日	2:26:47, 2024 年 9 月 22 日	2:26:01, 2025 年 3 月 30 日

3.4 成绩及名次预测

理想情景下，丰配友稳定发挥 2:06—2:08 水平并获得金牌，贾俄仁加进入前八；次仁措姆和吴冰恢复至 2:26—2:30 区间，至少 1 人进入女子前八。

基准情景下，丰配友与日本运动员共同竞争金牌和奖牌，贾俄仁加争取前八；次仁措姆竞争前八，吴冰争取缩小与前列的差距。

表 33 中国队马拉松重点运动员赛季成绩与竞技定位

项目	运动员	赛季最好成绩	竞技定位
男子马拉松	丰配友	2:05:58	金牌及奖牌核心
男子马拉松	贾俄仁加	2:10:22	前八及较高名次竞争
女子马拉松	次仁措姆	2:29:59	争取前八
女子马拉松	吴冰	2:32:25	恢复历史水平，争取前八

3.5 综合判断与备战提示

中国队马拉松项目形成“男子冲金、女子争取前八”的格局。丰配友是核心冲金运动员，应重点提高不同比赛条件下的成绩稳定性，控制前半程配速和后半程掉速风险。贾俄仁加需巩固 2:10 左右水平，提高前八竞争力。

次仁措姆和吴冰应以恢复历史较好水平为主要目标，强化后半程速度保持和补给执行。女子项目不宜盲目跟随日本、巴林领先集团，应根据自身能力合理控制前半程节奏，争取后程提升名次。

4 全能项目竞技实力分析与预测

4.1 亚洲竞争格局

男子十项全能由日本选手 Yuma Maruyama、印度选手 Tejaswin Shankar 和陈兴华占据前三位。三人成绩分别为 8321 分、8057 分和 8037 分。陈兴华只落后第二名 20 分，领先第四名 467 分。

陈兴华落后 Yuma Maruyama 284 分，与 Tejaswin Shankar 只相差 20 分，当前奖牌位置较为稳固。男子十项全能预计形成三人竞争前三名的格局，陈兴华具备争取银牌并冲击金牌的可能。

表 34 男子十项全能亚运会主要竞争对手成绩情况

头像	姓名	国家	年龄	2026-SB	2025-SB	个人 PB
	Yuma MARUYAMA	日本	28	8321(10.85/0.0 - 7.32/+2.0 - 14.60 - 1.93 - 48.60 / 14.07/+1.0 - 47.53 - 5.00 - 59.86 - 4:33.58) 4 月 16 日	8054, 10 月 13 日	8321, 2026 年 4 月 16 日
	Tejaswin SHANKAR	印度	27	8057 (10.77/+0.7 - 7.67/+1.4 - 13.31 - 2.25 - 48.29/14.23/+0.2 - 37.90 - 4.20 - 47.71 - 4:29.02) 5 月 23 日	7826, 7 月 27 日	8057, 2026 年 5 月 23 日
	陈兴华	中国	24	8037(10.81/-2.0 - 7.63/+0.3 - 13.08 - 1.97 - 47.52 / 14.09/0.0 - 40.70 - 4.80 - 50.97 - 4:38.15) 6 月 28 日	7768, 8 月 4 日	8037, 2026 年 6 月 28 日

女子七项全能主要由 Yuri Tanaka、Alina Chistyakova 和 Nanaka Kajiki 竞争。胡星宇虽然以 5826 分排名亚洲第二。

表 35 女子七项全能亚运会主要竞争对手成绩情况

头像	姓名	国家	年龄	2026-SB	2025-SB	个人 PB
	Yuri TANAKA	日本	24	6050(13.89/+1.4 - 1.70 - 12.89 - 25.72/-0.5 / 5.76/+0.7 - 54.82 - 2:12.52), 6 月 7 日	5782, 7 月 13 日	6050, 2026 年 6 月 7 日
	Alina CHISTYAKOVA	哈萨克斯坦	21	5737(14.05/+0.1 - 1.72 - 11.62 - 25.09/+1.4 / 6.15/+0.2 - 38.73 - 2:19.27), 7 月 12 日	5386, 6 月 21 日	5737, 2026 年 6 月 7 日
	Nanaka KAJIKI	日本	25	5663(13.32/+1.4 - 1.58 - 11.12 - 25.00/0.0 / 5.87/0.0 - 46.18 - 2:22.64), 6 月 7 日	5693, 7 月 13 日	5693, 2025 年 7 月 13 日

4.2 陈兴华男子十项全能竞技实力

陈兴华本赛季取得 8037 分，较 2025 年的 7768 分提高 269 分，总积分持续提升，综合能力处于上升阶段。

陈兴华以 8037 分排名亚洲第三，领先第四名 467 分。正常完成 10 个分项时，具备较稳定的前三名基础。其主要目标是巩固 8000 分水平，超过 8057 分争取银牌，并在此基础上缩小与 8321 分的差距。

十项全能单个分项失误可能显著影响总积分。陈兴华当前领先后续集团较多，比赛策略应优先保证 10 个分项完整发挥，在确保奖牌位置的基础上争取重点分项增分。

4.3 积分及名次预测

表 36 陈兴华男子十项全能赛季积分与竞技定位

运动员	赛季最好积分	赛季成绩	竞技定位
陈兴华	8037 分	8037 分	亚洲第 3，争取银牌并冲击金牌

理想情景下，陈兴华继续保持积分上升趋势，达到 8100 分以上，超过 Tejaswin Shankar 并在 Yuma Maruyama 未发挥 8321 分水平时争夺冠军。

基准情景下，陈兴华取得 8000 分左右，稳定进入前三名，以争取银牌并冲击金牌为主要目标。

保守情景下，陈兴华部分分项发挥低于正常水平，但只要未出现重大失误，仍具备进入前三名的明显优势。

4.4 综合判断与备战提示

男子十项全能是中国队较明确的奖牌项目。陈兴华应以确保奖牌、争取银牌并冲击金牌为目标；女子七项全能未列入中国队派出名单。

备战重点是保持两日比赛的整体稳定性，减少技术项目无有效成绩和单项大幅失分。比赛中应合理分配首日与次日体能，在优势分项争取增分，在薄弱分项控制

失分。针对丸山优真，应重点寻找最具现实性的积分追赶环节，力争将总积分稳定在 8000 分以上并向 8100 分突破。

5 中国队中长跑、马拉松及全能项目综合实力判断与备战提示

5.1 整体竞技实力定位

中国队在中长跑、马拉松及全能项目中的竞争力集中在少数重点运动员。丰配友、陈兴华和李春辉构成 3 个主要金牌和奖牌点；吴洪娇和王文杰具备奖牌突破可能；奚泉横、刘德助争取决赛和前八。其他未派员项目仅用于分析亚洲竞争格局。

表 37 中国队中长跑、马拉松及全能项目竞争层次划分

竞争层次	项目及运动员
金牌及奖牌核心	男子马拉松丰配友
银牌及奖牌核心、冲击金牌	男子十项全能陈兴华（亚洲第 3）
主要奖牌项目	女子 1500 米李春辉
接近奖牌区、争取突破	女子 800 米吴洪娇、男子 10000 米王文杰
决赛及前八竞争	男子 800 米奚泉横、男子 1500 米刘德助
前八及较高名次竞争	贾俄仁加、次仁措姆、吴冰
当前竞争力相对有限	男子 5000 米及部分兼项

5.2 主要金牌与奖牌项目

丰配友以 2:05:58 排名男子马拉松亚洲第一，与日本主要对手仅相差数秒，具备直接争夺冠军的实力。其主要任务是提高不同比赛条件下的成绩稳定性，避免后半程明显掉速。

陈兴华以 8037 分排名男子十项全能亚洲第三，领先第四名 467 分，与第二名仅相差 20 分。现实目标为确保奖牌、争取银牌，理想目标为突破 8100 分并冲击冠军。

李春辉以 4:07.43 排名女子 1500 米亚洲第三，近两个赛季多次跑进 4 分 10 秒，具备较稳定的奖牌竞争力。其主要目标为保持前三名，并争取超过日本选手田中希实获得银牌。

吴洪娇以 2:01.74 排名女子 800 米亚洲第 5，与第三名相差 0.20 秒；王文杰以 27:47.53 排名男子 10000 米第 6，与第三名相差 7.12 秒。两人是中国队扩大奖牌数量的主要突破方向。奚泉横以 1:45.62 排名男子 800 米第 9，主要目标为进入决赛并争取前八。

刘德助以 3:37.61 排名男子 1500 米第 7，但与亚洲第三名仅相差 0.52 秒。其最终名次更依赖战术执行和最后 300 米竞争能力，具备向前六及奖牌区靠近的空间。

5.3 综合成绩预测

表 38 中国队中长跑、马拉松及全能项目综合成绩情景预测

情景	主要表现	综合目标
理想情景	丰配友、陈兴华冲击冠军；李春辉稳定获牌；吴洪娇或王文杰实现奖牌突破；刘德助和奚泉横进入前八	争取 2 金、5—6 枚奖牌
基准情景	丰配友争夺金牌和奖牌，陈兴华稳定进入前三并争取前两名，李春辉获得奖牌；吴洪娇或王文杰实现突破	争取 0—1 金、3—4 枚奖牌
保守情景	日本、巴林等主要对手正常发挥，中国重点运动员未能在密集竞争中提升名次	争取 1—2 枚奖牌，多人进入前八

基准目标是保障丰配友、陈兴华和李春辉 3 个主要奖牌点，并推动吴洪娇或王文杰至少 1 人实现奖牌突破，奚泉横和刘德助争取进入决赛及前八。

5.4 重点兼项与备战安排

奚泉横应优先保障男子 800 米，刘德助重点准备 1500 米；王文杰应以 10000 米为主要突破项目，5000 米兼项服从主项安排；吴洪娇优先 800 米，李春辉重点保障 1500 米。兼项运动员应减少次要项目对预赛和决赛恢复的影响。

丰配友应围绕 2:06—2:10 水平提高稳定性，强化前半程配速控制和后半程速度保持。贾俄仁加以巩固 2:10 左右水平为主，次仁措姆和吴冰应争取恢复至 2:30 以内，提升前八竞争力。

陈兴华应优先保证 10 个分项完整发挥，避免技术项目无有效成绩。在稳定 8000 分水平的基础上，先争取超过 8057 分，再针对 8321 分的亚洲领先水平寻找最具现实性的增分项目。

5.5 综合备战提示

第一，集中保障丰配友、陈兴华和李春辉 3 个主要奖牌点，围绕其项目特点制定专项比赛方案。

第二，强化中长跑战术能力。奚泉横、刘德助、吴洪娇和李春辉应重点提高途中位置控制、节奏变化应对及最后 300 米至 400 米冲刺能力。

第三，推动接近奖牌区的项目实现突破。吴洪娇应恢复 2:00—2:01 水平，王文杰稳定 27 分 50 秒以内成绩；奚泉横巩固 1:45.5 左右能力并争取决赛前八。

第四，提升马拉松后半程稳定性。丰配友应减少不同场次之间的成绩波动，女子两名运动员应合理控制前半程节奏，争取恢复历史较好水平。

总体而言，中国队在该项目群中不具备大面积奖牌覆盖，但拥有少数竞争位置突出的运动员。核心任务是确保丰配友、陈兴华和李春辉 3 个主要奖牌点，推动吴洪娇和王文杰实现突破，并在未派员项目中准确评估亚洲竞争格局。

第六章 中国田径亚运夺金点和奖牌点汇总分析

刘嘉伟、石鹏鑫、段悦、曾令涛、刘亚卓、李志聪、苑廷刚

1 综合竞争格局与总体预测

1.1 项群结构与现实目标

中国队综合竞争结构呈现“投掷和跳跃构成金牌基本盘，短跨接力决定金牌增量和奖牌覆盖，女子竞走负责稳定兑现，中长跑马拉松全能依靠少数核心点突破”的特征。按专项报告基准情景直接相加，理论上限较高；考虑同一运动员兼项、同一项目双人只能产生1枚金牌、第三国强手分流以及大赛波动后，综合基准目标应校正为12—15枚金牌、32—39枚奖牌。

表 1 中国队各项群综合目标与主要风险

项目群	专项基准目标	主要夺金点	主要奖牌点	核心风险
短跨与接力	3—4 金、8—11 枚奖牌	陈妤颀女子 100 米/200 米；男女 4×100 米	男子 200 米、男子 110 米栏、女子 400 米栏、混合 4×100 米及两项长接力	兼项、多轮比赛、交接棒
竞走	2 金、4 枚奖牌	女子半程、女子全程竞走	石升吉男子半程冲击奖牌	技术判罚、长距离状态波动
跳跃	3—4 金、8—10 枚奖牌	牛春格；男子撑竿跳高；男子三级跳远	女子跳高、男女跳远、女子三级跳远	一次成功率、有效试跳、兼项
投掷	4—6 金、10—11 枚奖牌	男子铁饼；女子铅球/铁饼/链球/标枪	男子铅球、男子链球及第二参赛运动员	前三投无效、风向与技术节奏
中长跑、马拉松及全能	0—1 金、3—4 枚奖牌	丰配友男子马拉松；陈兴华男子十项全能	李春辉、吴洪娇、王文杰等	日本集团优势、战术跑、体能与补给

1.2 综合情景与目标校正

综合 24 个主要夺金点和 14 个补充奖牌点，考虑同一项目双人参赛、核心运动员兼项、第三国强手分流以及接力、竞走和田赛项目的临场波动后，报告采用理想、基准和保守三种情景确定金牌与奖牌目标，不对各项目进行数值化胜负换算。

表 2 中国队综合成绩情景预测

情景	主要表现	金牌目标	奖牌目标
理想情景	投掷和跳跃优势项目高比例兑现；短跨接力摆动项目多数获胜；丰配友或陈兴华实现突破	16—19 枚	40—46 枚
基准情景	稳定基本盘正常发挥；五五开项目各有胜负；主要奖牌点多数进入前三	12—15 枚	32—39 枚
保守情景	接力交接、田赛有效成绩、竞走判罚或核心兼项出现多项不利波动	9—11 枚	25—31 枚

2 综合夺金点汇总与分析

表 3 中国队主要夺金点、成绩差值和竞技定位

项目	中国运动员/队伍	中国成绩	主要对手及成绩	成绩差值	综合研判
女子链球	赵杰、张家乐	78.22 米/77.94 米	日本村上花 68.83 米	领先 9.39 米 /9.11 米	双人占据明显领先区，正常有效发挥是最稳定夺金点之一。
女子铅球	张林茹、宋佳媛	19.36 米/18.89 米	印度 Manpreet Kaur 17.75 米	领先 1.61 米 /1.14 米	双人保险明显，重点控制资格赛与前三投有效率。
女子标枪	严子怡、戴倩倩	71.74 米/62.42 米	日本北口榛花 63.01 米	严领先 8.73 米；戴落后 0.59 米	严子怡领先突出，戴倩倩具备第二奖牌点价值。
女子铁饼	冯彬、姜志超	65.03 米/61.09 米	印度 SEEMA 59.73 米	领先 5.30 米 /1.36 米	冯彬构成稳定金牌点，姜志超可形成双人争牌。
女子撑竿跳高	牛春格	4.73 米	日本诸田实咲 4.50 米	领先 0.23 米	领先幅度明确，比赛关键是低高度一次过杆率。
女子全程马拉松竞走	马丽、旦增曲宗	3:25:13/3:27:13	印度 Manju Rani 3:33:24	领先 8:11/6:11	外部对手差距较大，主要风险来自判罚和长距离状态。
女子 4×100 米	中国队	42.61 秒	印度 43.85 秒	领先 1.24 秒	核心速度优势明显，交接稳定即可保持主动。
女子 200 米	陈妤颀	22.84 秒	日本井户阿比盖尔 23.01 秒	领先 0.17 秒	单项优势较女子 100 米更清晰，但需统筹兼项和多轮恢复。
女子半程马拉松竞走	姜蕴晏、杨柳静	1:31:39/1:32:08	日本藤井菜菜子 1:33:27	领先 1:48/1:19	双人占据前两位，宜以技术规范和协同节奏保障兑现。
男子铁饼	阿卜杜艾尼·图尔贡、吴南军	66.39 米/61.83 米	日本汤上刚辉 65.38 米	主力领先 1.01 米	主力具备领先优势，第二人争取扩大项目奖牌收益。
男子三级跳远	栗文、马英龙	17.40 米/17.11 米	印度 Praveen Chithravel 17.08 米	领先 0.32 米 /0.03 米	双人位居前列，栗文为冲金核心，马英龙提供第二保险。
女子 100 米	陈妤颀	11.12 秒	菲律宾 Zion Corrales-Nelson 11.19 秒	领先 0.07 秒	排名领先但差距处于短跑正常波动范围，需控制起跑和兼项消耗。
男子 4×100 米	中国队	37.85 秒	日本 38.01 秒	领先 0.16 秒	典型摆动金牌，决定因素是棒次安排和高质量交接。
男子撑竿跳高	李晨洋、姚捷	5.86 米/5.70 米	菲律宾 Obiena 5.85 米	主力领先 0.01 米	赛季排名占先，但 Obiena 能力上限高，试跳策略极为关键。
男子马拉松	丰配友、贾俄仁加	2:05:58/2:10:22	日本大迫杰 2:05:59	领先 1 秒	实质五五开；名古屋气候、补给和后半程稳定性决定结果。
混合 4×100 米	中国队	41.23 秒	泰国 41.14 秒	落后 0.09 秒	三队差距很小，优化男女棒次和交接即可实现反超。
男子 200 米	黄友闻	20.15 秒	泰国 Puripol Boonson 20.03 秒	落后 0.12 秒	处于明确奖牌区，若多轮稳定在 20.15 秒附近具备冲冠可能。
女子跳高	陆佳雯、金若宣	1.92 米/1.90 米	印度 Pooja 1.93 米	落后 0.01 米 /0.03 米	两人均处于奖牌区，关键高度一次成功率决定金牌归属。
男子跳远	袁陈龙、石雨豪	8.33 米/8.14 米	印度 Sreeshankar 8.38 米	主力落后 0.05 米	袁陈龙具备直接冲金实力，石雨豪争取前六并向奖牌靠近。
男子铅球	邢家梁、陈鸿飞	20.95 米	印度 Tajinderpal Singh Toor 21.03 米	落后 0.08 米	差距可追，稳定 20.90 米以上即可直接参与金牌竞争。
女子跳远	黄滢滢、谈梦怡	6.76 米/6.63 米	印度 Ancy Sojan 6.88 米	落后 0.12 米 /0.25 米	黄滢滢承担冲金，谈梦怡是重要第二奖牌点。
女子三级跳远	李艺、黄滢滢	14.16 米/14.12 米	乌兹别克斯坦 Davronova 14.24 米	落后 0.08 米 /0.12 米	双人均在可追范围，有效试跳质量将决定奖牌顺序。
男子链球	王琦	73.42 米	日本中川达斗 73.93 米	落后 0.51 米	中日直接摆动项目，日本略优，中国具备临场反超空间。

男子十项全能	陈兴华	8037 分	日本丸山优真 8321 分	落后 284 分	亚洲第 3，奖牌基础较稳；优先保证十项完整发挥，再冲击前两名。
--------	-----	--------	------------------	----------	---------------------------------

主要夺金点按照亚洲排名、成绩差值和竞技定位分为稳定保金、优势争金、五开或重点冲金、奖牌基础上的冠军突破 4 个层级。成绩差值统一以中国队主力相对亚洲第一或最直接对手表示；竞赛用时项目中“领先”表示用时更短。

2.1 稳定保金层

女子链球、女子铅球、女子标枪、女子铁饼、女子撑竿跳高、女子两项竞走和女子 4×100 米构成最稳定的金牌基础。其中女子链球、女子铅球和女子两项竞走具有明显的双人厚度；女子标枪、女子铁饼和女子撑竿跳高具有较大的单项成绩优势。此层级的备战重点不是继续追求极端单场成绩，而是提高资格赛、前三投、低高度试跳、交接棒和技术规范的稳定性。

2.2 优势争金和摆动金牌层

男子铁饼、男子三级跳远、女子 100 米、男子 4×100 米、男子撑竿跳高和男子马拉松是金牌总数能否上台阶的关键。男子 4×100 米领先日本 0.16 秒，男子撑竿跳高领先菲律宾主要对手 0.01 米，男子马拉松只领先日本大迫杰 1 秒，均处于单次比赛正常波动范围。女子 100 米的 0.07 秒优势也需要通过多轮稳定发挥兑现。

2.3 重点冲金与冠军突破层

混合 4×100 米、男子 200 米、女子跳高、男女跳远、女子三级跳远、男子铅球、男子链球和男子十项全能均具备现实突破空间。多数项目与第一名的差距小于 0.20 秒、0.15 米或 300 分，差值本身不足以排除夺冠可能，但项目稳定性和主要对手能力上限决定其不宜按稳定金牌计算。陈兴华以 8037 分位居亚洲第 3，当前应以确保奖牌、争取银牌为基准，再通过重点分项增分冲击金牌。

3 综合奖牌点汇总与分析

除主要夺金点外，中国队还有一批以奖牌为现实目标的项目。该类项目应重点关注中国运动员与第三名成绩线的差值，而不是只比较亚洲第一。对处于第四至第六名的项目，赛前应通过战术、阵容和专项状态提升，将小差距转化为决赛名次。

3.1 稳定奖牌点

李春辉女子 1500 米、孔莹莹女子 400 米栏、陈圆将男子 110 米栏和陈兴华男子十项全能是稳定性较好的奖牌点。李春辉落后日本第二名 1.04 秒但领先后续对手，孔莹莹领先女子 400 米栏第三名 0.40 秒，陈圆将排名亚洲第 3，陈兴华则对后续集团保持明显积分优势。上述项目宜优先保障主项，减少兼项和预赛消耗。

3.2 密集竞争奖牌点

女子 800 米、男子 10000 米、女子 4×400 米、男子 4×400 米、混合 4×400 米和男子半程马拉松竞走处于奖牌线附近。其中吴洪娇与主要奖牌线差约 0.20 秒，王文杰差 7.12 秒，女子 4×400 米只领先印度 0.13 秒，石升吉与日本第三参赛顺位只差 3—8 秒。这些项目的共同特征是差值很小但对手密集，应通过决赛战术、阵容优化和临场状态争取至少 2—4 项进入前三。

3.3 前八基础上的潜在奖牌点

女子 100 米栏、男子 800 米、男子 1500 米、男子全程马拉松竞走和女子马拉松目前不属于稳定奖牌项目。女子 100 米栏需要恢复至 12.80 秒附近，奚泉横和刘德助需要利用战术跑缩小绝对成绩差，男子全程竞走需重点追赶韩国和日本后续人选，女子马拉松则应首先恢复 2:26—2:30 的历史竞争水平。此类项目以进入决赛或前八为基本目标，奖牌按突破性结果管理。

表 4 中国队补充奖牌点、成绩差值和竞技定位

项目	中国运动员/队伍	中国成绩	主要对手及成绩	成绩差值	综合研判
女子 1500 米	李春辉	4:07.43	巴林 Nelly 3:57.61；日本田中希实 4:06.39	落后第 2 名 1.04 秒	亚洲第 3，是中长跑最明确奖牌点。
女子 400 米栏	孔莹莹	55.29 秒	巴林 Adekoya 53.67 秒	落后 1.62 秒；领先第 3 名 0.40 秒	银牌和奖牌位置较清晰，兼项负荷是主要变量。
男子 110 米栏	陈圆将、刘俊茜	13.14 秒/ 13.22 秒	日本泉谷骏介 13.00 秒、村竹拉希德 13.05 秒	主力落后 0.14 秒	陈圆将处于亚洲第 3，刘俊茜提供第二争牌机会。
女子 800 米	吴洪娇	2:01.74	日本久保凛 2:01.54	落后奖牌线约 0.20 秒	亚洲第 5，若恢复至 2:00—2:01 区间奖牌把握明显提高。
男子 10000 米	王文杰	27:47.53	日本龟田仁一路 27:40.41	落后奖牌线 7.12 秒	亚洲第 6，需依靠后程跟随与战术执行冲击前三。
女子 4×400 米	中国队	3:32.68	越南 3:31.16；印度 3:32.81	落后 1.52 秒；领先印度 0.13 秒	处于第二至第三名密集区，主力阵容齐整时可冲金。
男子 4×400 米	中国队	3:01.59	日本 3:00.19；印度 3:00.32	落后 1.40 秒/1.27 秒	奖牌基础存在，但需提升单棒稳定性。
混合 4×400 米	中国队	3:16.95	日本 3:12.86；哈萨克斯坦 3:16.75	落后 4.09 秒/0.20 秒	现实目标为银铜牌，重点应对哈萨克斯坦和印度。
男子半程马拉松竞走	石升吉、李陈杰	1:22:33/ 1:23:25	日本高桥和生 1:22:25、大阪颯太郎 1:22:30	石升吉落后 8 秒/3 秒	石升吉最接近奖牌区，第三名竞争高度接近。
女子 100 米栏	吴艳妮、林雨薇	12.99 秒/ 13.00 秒	日本福部真子 12.72 秒等	落后领先者 0.27 秒/0.28 秒	以进入前八为基准，恢复至 12.80 秒附近才具备更强争牌能力。
男子 800 米	奚泉横	1:45.62	日本四方悠瑚 1:44.94 等	落后主要奖牌线约 0.68 秒	亚洲第 9，先争取决赛，再通过战术跑冲击奖牌。
男子 1500 米	刘德助、奚泉横	3:37.61/ 3:42.62	卡塔尔 Mohamed Wahid 3:36.96	刘德助落后 0.65 秒	刘德助具备前八和潜在奖牌空间，奚泉横应优先 800 米。
男子全程马拉松竞走	周应成、唐余帅	3:06:15/ 3:06:31	韩国周贤明 3:05:05；日本胜木隼人 3:04:58	落后 1:10/1:26	主要目标为前六至前八，奖牌属于突破性结果。
女子马拉松	次仁措姆、吴冰	2:29:59/ 2:32:25	日本矢田未来 2:19:57 等	落后领先者 10:02 以上	重点恢复历史水平并争取前八，不作为稳定奖牌点。

4 重点项目逐项综合研判

4.1 短跨与接力：决定金牌增量和奖牌覆盖

陈妤颀女子 100 米和 200 米、男女 4×100 米构成短跨接力的 4 个主要金牌点。女子 200 米和女子 4×100 米优势相对更清晰；女子 100 米、男子 4×100 米属于摆动项目。黄友闻男子 200 米落后第一名 0.12 秒，陈圆将男子 110 米栏落后第一名 0.14 秒，孔莹莹女子 400 米栏虽然与第一名差 1.62 秒，但对第三名保持 0.40 秒优势。混合 4×100 米落后泰国 0.09 秒，是可通过交接和棒次直接改善的冲金项目。

接力项目应建立主力、替补和预赛三套组合，陈妤颀和孔莹莹的兼项安排要以金牌和稳定奖牌项目为先。男子、女子 4×100 米以交接零失误为底线；女子 4×400 米重点防范印度反超，男子和混合 4×400 米以稳定前三为现实目标。

4.2 竞走：女子稳金、男子争取突破

女子半程和全程竞走均形成中国双人领先，专项基准目标为 2 枚金牌和 4 枚奖牌。男子半程的石升吉是唯一较接近奖牌线的突破点，与日本后续主力只差数秒；男子全程的周应成、唐余帅与奖牌集团仍有 1 分钟以上差距。竞走项目必须额外考虑技术判罚风险，因此即使女子项目成绩优势明显，也应以技术规范和稳定完赛为首要前提。

4.3 跳跃：项目面广，金牌上限高但波动较大

牛春格女子撑竿跳高是跳跃最稳定金牌点。男子撑竿跳高、男子三级跳远具备较强冲金基础；女子跳高、男子跳远、女子跳远和女子三级跳远与亚洲第一差距仅 0.01 米至 0.12 米，是扩大金牌数量的主要方向。跳跃项目名次受试跳顺序、一次成功率和有效成绩影响显著，多个亚洲前二项目应定位为冲金争牌项目，不宜直接等同于稳定金牌。

4.4 投掷：中国队最稳定的金牌和奖牌基本盘

男子铁饼和 4 个女子投掷项目构成 5 个优势冲金方向，男子铅球和男子链球属于中日、印中之间的摆动项目。女子链球、铅球、铁饼、标枪均具有双人争牌或双人冲金结构，投掷项群基准目标为 4—6 枚金牌、10—11 枚奖牌。备战中应把资格赛达标、前三投有效率和主要场地风向适应列为第一优先级。

4.5 中长跑、马拉松和全能：集中保障少数核心点

丰配友男子马拉松、陈兴华男子十项全能和李春辉女子 1500 米构成 3 个主要金牌或奖牌核心。丰配友与日本大迫杰只差 1 秒，夺金实质为五五开；陈兴华亚洲第 3，应以稳定奖牌、争取前两名并冲击金牌为目标；李春辉亚洲第 3，应以稳定前

三并争取银牌为主要目标。吴洪娇、王文杰是补充奖牌突破点，奚枭横和刘德助以进入决赛及前八为基准。

5 综合备战重点与建议

第一，建立“保金、争金、争牌、前八”四级项目清单。保金层优先配置医疗、科技、情报和赛程保障；摆动金牌层强化对手跟踪和临场预案；奖牌层围绕第三名成绩线制定量化提升目标。

第二，严格统筹核心运动员兼项。陈妤颀、孔莹莹、黄滢滢、奚枭横、吴洪娇等运动员涉及多个单项或接力，应依据正式赛程确定主次，避免为了扩大参赛面削弱最具金牌或奖牌竞争力的项目。

第三，把非竞技性失误作为专项治理重点。接力交接棒、竞走判罚、撑竿跳高试跳策略、跳远三级跳远有效试跳、投掷前三投无效和全能单项零分，都可能使优势项目直接失去奖牌。

第四，针对日本和第三国强手开展对位研究。中日直接关键项目包括男子4×100米、男子马拉松、男子铁饼、男子链球、男子110米栏和男子十项全能；同时必须关注印度、巴林、泰国、菲律宾和乌兹别克斯坦对金牌的分流。

第五，实行赛前滚动评估。建议在正式报名、赛前60天、30天和抵达赛区后分别更新成绩、伤病、派员、赛程与环境适应信息。若主力状态、参赛名单或亚洲排名发生变化，应同步调整成绩差值、竞技定位和综合目标。

6 综合结论

综合五份专项报告，中国队现实金牌基本盘集中在女子投掷、女子竞走、女子撑竿跳高、女子短跑和部分短接力项目；金牌上限主要取决于男子4×100米、男子撑竿跳高、男子马拉松、男子200米、男子铅球链球以及多项跳跃项目能否在小差值竞争中胜出。奖牌总量则依靠投掷和跳跃双人厚度、接力多项目覆盖，以及李春辉、陈兴华、孔莹莹、陈圆将等稳定奖牌点支撑。

按专项数据、亚洲排名和成绩差值综合校正，建议将12—15枚金牌、32—39枚奖牌作为基准目标，将16—19枚金牌、40—46枚奖牌作为理想目标。实现基准以上结果的关键，是确保稳定金牌点不失，在5—7个摆动和重点冲金项目中赢得多数，同时将女子800米、男子10000米、男子半程竞走和长接力等密集竞争项目转化为2—4枚新增奖牌。

2026 年度《田径科技动态》专项信息编委会：

主编：苑廷刚、梁美富；

副主编：韩鹏鹏、刘嘉伟、卫鹏飞；

编辑：段悦、刘亚卓、李智聪、曾令涛、石鹏鑫。

联系人：韩鹏鹏；电话：010-87182520、13233033817，微信名:hpp9797；

E-mail: tkshpp@163.com; yuantinggang@ciss.cn

本期编辑：段悦、曾令涛、石鹏鑫；

本期校对：苑廷刚、刘嘉伟；

本期审核：梁美富；

本期发行：2026 年 8 月 1 日。