



2016年8月20日，中国女排在里约奥运会夺冠后，郎平（右）与队员拥抱庆祝。
新华社记者 任正来 摄

“从我自己的角度，这次没能圆满完成东京奥运会的任务，确实留下遗憾，但不管是不是完美，我都要交棒了，要告别了。这一路并不平坦，但是因为我热爱，所以吃的苦受的累都值得，成败得失，高低起伏，都是这个过程中必须经历的，都是获得，都是财富。”

“回首这么多年的排球生涯，我感觉很满足，很幸福。”

“在离任中国女排主教练的时候，我要再次感谢领导们的支持和全国球迷的厚爱。”

“相信未来，所有的运动员教练员会为中国排球的发展更加努力拼搏，相信女排精神会一代接一代传承下去，愿中国排球永葆青春。”



郎平告别中国女排

离任后第一件事：到苏州为母亲扫墓

9月1日，中国女排主教练郎平在个人社交媒体发布长文，宣布卸任中国女排主教练。据国家体育总局排管中心相关人士证实，郎平的合同已于8月31日到期。

“今天，是我离任中国女排主教练的第一天。任务终于完成了，我的第一站，是到苏州，给一年前因病去世的老妈扫墓。”郎平的话语间更多的是平静，为中国女排奉献了自己大半生的她，这次终于可以休息了。

2021年8月2日，中国女排主教练郎平在东京奥运会女子排球小组赛中国队对阵阿根廷队的比赛前。
新华社记者 丁汀 摄



2021年7月31日，东京奥运会女排小组赛，中国胜意大利。郎平（中）在比赛间隙指导球员。
新华社记者 丁汀 摄

从横空出世到锋芒毕露 “铁榔头”扬名排坛

1973年，13岁的郎平进入北京工人体育馆少年体校排球班练习排球，而仅用了5年的时间她便入选了国家集训队。时任中国女排主帅的袁伟民慧眼识珠，将18岁的郎平带到了更广阔的舞台上，“铁榔头”的名号自此开始扬名世界排坛。

而上世纪80年代，连续五次问鼎世界冠军的中国女排是一代人引以为傲的珍贵记忆。从横空出世到锋芒毕露，郎平腾飞的职业生涯，也正是中国女排强势崛起的缩影。

1981年秋末，全国人民守在黑白电视机和收音机前，中国女排战胜东道主日本，郎平为球队扣下了世界杯冠军，那是属于中国三大球的首个世界冠军头衔。将体育精神演绎到极致的女排精神，成为中国体坛最独特的存在。

从球员到名帅 华丽转身

在集所有荣誉于一身后，郎平于1985年选择退役。从披上国家队战袍到首次淡出赛场，虽只短短7年时光，但落地开花的“铁榔头”率领着永不言败的中国女排，镌刻了那个耀眼的时代。

退役之后，郎平很快便完成了从球员到名帅的华丽转身。1995年，她首次执掌国家队帅印，当时的中国女排处于低谷之中，丢掉了亚洲霸主的光环。面对即将到来的亚特兰大奥运会，郎平肩上的压力可想而知。

但仅用了1年的时间，郎平便缔造了一个传奇。1996年，中国女排强势反弹，摘得一枚沉甸甸的银牌。

从矛盾与犹豫到回归 承载无数国人期待

之后她也曾出任美国女排主教练。但是当中国女排经历了雅典奥运会的辉煌，在2012年奥运会，惜败日本队经历刺痛后，再次跌至低谷。行至命运的十字路口，承载国人无数期待的中国女排急需一位能看清远方的领路人。

再没有人比郎平更适合了，排管中心也盛情邀其出山，但多年积劳落下的一身伤病，却令她陷入了矛盾与犹豫。执教中国女排的压力非常人可想，年过半百的郎平也已不再是纵横沙场的年

轻人，她不知道自己的身体能否再应对高强度的工作。

拖着伤痕累累的双腿，郎平最终接受了中国女排的帅位。这不是一个容易的决定，选择回归并不意味着那些隐忧烟消云散，只是作为中国女排大家庭的一员，郎平愿意为这个光荣的集体担起这份风险与责任。

从“铁榔头”到“金教头” 女排重回世界之巅

重掌女排帅印后，郎平为这支球队倾注了所有心力。她带训练、看录像、作分析，不但周末无休是常事，甚至还曾晕倒在训练场上。郎平父亲过世时，她正带队在宁波北仑进行封闭集训，没能见到最后的一面。不计回报的付出，郎平让一度没落的中国女排如获新生。

2015年世界杯，中国女排时隔11年夺冠。当年威名赫赫的“铁榔头”，终于成为了名副其实的“金教头”。

里约奥运会1/4决赛逆转东道主巴西女排，决赛战胜强大的塞尔维亚女排，在郎平的率领下，中国女排时隔12年重回世界之巅。

从奋战到告别 鞠躬尽瘁无愧于心

里约奥运周期结束后，郎平并未在第一时间与排管中心完成续约，腿伤加重的她不得不把治疗放在首位。在夺得奥运冠军后的一年里，手术与康复成为郎平生活的重心。

饶是如此，郎平最终仍选择陪伴中国女排走向东京。彼时郎平说，她会规划球队的发展方向，完成组队，并协助教练班子完成训练和比赛任务。

五年的备战周期，对于郎平、对于中国女排都是极大的考验，大家倾其所有。但竞技体育终究是残酷的，在之前结束的东京奥运会上，中国女排未能在“死亡之组”中突围，在结束了与阿根廷队的最后一战后，女排姑娘们围成一圈向郎平深深鞠躬。而郎平则与每个姑娘相拥告别。

回顾自己过去八年的执教经历，郎平表示自己保证做好了每一天，竭尽全力，鞠躬尽瘁，无愧于心。

“相信未来，所有的运动员教练员会为中国排球的发展更加努力拼搏，相信女排精神会一代接一代传承下去。”这一次，郎平真的转身离开了，而她为中国女排留下了一笔宝贵的财富。

据中新社