



昔日奔“刘” 不再飞“翔”

再见！我的跑道我的栏！

2015年4月7日，刘翔发微博宣布正式退役。
2004年，刘翔在雅典冲刺，改写了奥运赛场田径直道项目历史；但更多人心里无法抹去的，却是他在北京和伦敦不战而退。一切负面词语，伴随这两次失败出场，在他身上烙上深印。当这个句号将由刘翔亲手画上，却也让人百感交集。



2006年7月12日，刘翔以12秒88打破世界纪录。



2007年8月31日，刘翔在大阪田径世锦赛男子110米栏决赛夺冠。



2004年8月27日，刘翔在雅典奥运会男子110米栏决赛中夺冠后庆祝。



2008年8月18日，刘翔在北京奥运会男子110米栏第一轮比赛中，因伤退出比赛。



2012年8月7日，刘翔摔倒后用单脚跳完成比赛。当日，刘翔在伦敦奥运会田径男子110米栏预赛中摔倒，无缘晋级。

2004年8月27日，雅典奥运会，刘翔以12秒91的成绩夺取金牌，并平了世界纪录。

感谢：你们让我感动

此时此刻我要感谢最亲爱的家人，是你们给了我温暖的怀抱。很抱歉这19年和你们相处时间不多，但接下来我可以花更多的时间陪伴你们，让我的人生更美满。

……
感谢我的师父孙海平，是您把我培养成一名世界顶级的运动员，没有您的辛勤付出就没有我的今天，这些年您辛苦了。感谢上海市体育局、上海体育职业学院和上海田径运动中心，作为一名上海运动员非常荣幸，是你们给了我像家一般的温暖……

感谢对我提出批评和质疑的朋友们，是你们让我清醒认识到自身的不足还需不断完善的地方。

感谢支持我的朋友们，你们多年来对我的关爱和理解，是我不断前进的重要动力。你们的关注促进了田径运动在中国的不断普及和提高。无论我在高峰还是低谷，辉煌还是失意，始终有你们的支持和鼓励让我感动。

打算：继续体育事业

退役后，我将去完成剩余的学业进一步充实自己，做一些对中国青少年体育发展和提升国人健康体质有利的事，力所能及推动和促进中国田径在国际舞台上的影响力。因为体育是我的梦想，哪怕经历再多的曲折，我一生已无法离开。

每个人都会有自己的梦想，在实现梦想的过程中谁都会遇到挫折，但是不要放弃，只要勇敢去做。从来就没有一帆风顺的人生，从来就没有什么救世主……唯有不懈的努力，我将带着运动生涯中所学习到的宝贵经验去再次飞翔。（注：小标题为编辑所加，微博有删节）

链接： 刘翔11年进账5.35亿

作为中国田径史上最耀眼的明星，刘翔2012年伦敦奥运会复出，身价再涨，一共有17个大品牌的合同，总价值达到10亿元，当时刘翔如果退役的话，最高或将付3倍违约金，也就是最高要赔30亿元！

刘翔这些年来的收入如何呢？福布斯的榜单记录得很详细，从2003年到2014年，刘翔的收入达到了5.35亿元。 宗和

亚冠：恒大落败

北京时间4月7日晚，2015亚冠联赛小组赛H组第4轮赛事展开，广州恒大客场对阵鹿岛鹿角，最终恒大1:2落败。恒大小组赛3连胜虽被终结，但4战积9分仍以绝对优势领跑。
亚冠联赛小组赛F组第4轮，中超广州富力队客场0:0战平韩国城南FC队。四轮过后，富力拿到4个积分，下轮对阵大阪钢巴将成关键一战。 宗和

以下是刘翔所发的长微博《我的跑道！我的栏！》：

我的跑道、我的栏：一晃你们已经陪伴了我19年。初次见面时，我还只是个13岁的孩子，那时我其实只是把你们当成了我的大玩具。别的小伙伴们玩捉迷藏、玩轮滑、玩游戏机，而我只有你们陪伴。这19年来，我与你们在一起的时间甚至超过了亲友，我想，也许这就是缘分，这就是爱。然而从今日起，我恐怕要离开你们了，虽然舍不得，但是我真的“病”了、“老”了，我无法再与你尽情奔跑，我无法再与你擦肩跨越。我要“退休”了，我要开始一段新的旅程。再见！我的跑道我的栏。

奥运退赛：脚痛心更痛

2012年的伦敦奥运会上，我跟腱断裂之后进行了跟腱重建手术，过去的2年多时间里，我始终坚持艰难的康复训练，梦想着能重新出发。虽然我的心中仍有热血，但我的脚却一次次对我说不……伤病是我自己造成的，我只能默默接受。

2004年的雅典奥运会，毫无疑问是我职业生涯生涯最值得铭记的时刻，我至今仍清晰地记得夺冠后第二天，看到枕边那枚金牌的激动心情是无法用言语来表达的。

随后的几年我顺风顺水，我完成了作为一名跨栏运动员所能想到的所有心愿：2006年，在瑞士洛桑，我以12秒88打破了世界纪录；2007年，在日本大阪，我以12秒95获得了个人第一个世界锦标赛冠军头衔；2008年，在西班牙的瓦伦西亚，我以7秒46获得了个人第一个世界室内锦标赛冠军头衔。人们说我是亚洲第一个拿到跨栏大满贯的运动员，当时的我听到的只有赞美。现在回想起来，人生太顺了也许并不是好事。在成绩面前，我并没有重视自己的脚伤，一味地追求速度，不断加大训练负荷使脚伤由轻到重，直到2008年的北京奥运会，那被迫退赛的一幕，是我至今都不愿意再回忆的。我做梦都想在家乡父老面前，让五星红旗升到最高处，但脚伤却偏偏在备战前夕发生。记得那一天比赛检录时，我只记得的就是痛，脚痛，心更痛，这也是我入场之前用脚使劲踢墙垫，又怨恨又无奈的原因……

我很感激北京奥运会后所有人对我的理解和鼓励，这也是我去美国进行手术，并开始康复训练的最大动力。我用尽最大的努力来克服心理和生理上的各种障碍。我挚爱跨栏，我不愿意放弃，相信自己能再次回到最好的状态。为此，我决然在28岁的时候，为了攻克自己的薄弱环节让前程速度能再快一点，冒险放弃已经熟悉了15年的“八步上栏”，改为“七步上栏”。恢复、训练、改进帮我很快回到了13秒左右的成绩，2012年在英国伯明翰打破自己保持的室内60米栏的亚洲纪录，在上海钻石联赛上跑出12秒97，甚至在美国尤金（超风速2.4米/秒）跑出了12秒87平世界纪录的成绩。

就在我充满憧憬时……2012年7月在伦敦钻石联赛上脚伤再次复发，预赛忍痛跑了13秒27后退赛。在德国备战奥运会期间，国家体育总局田径运动管理中心专门安排当地最好的医生对我进行诊治，但也无济于事。

我的人生就是这样的戏剧性，我再次在奥运会上带伤忍痛上场，虽然已经知道自己凶多吉少，但我当时真的很想替自己的人生扳回一局，我不想人们再骂我是懦夫、是临阵脱逃的“刘跑跑”。

虽然在疾跑后起跨的一刻，我已感觉到自己的脚跟突然变空了，虽然我在跑道上摔倒了，虽然我只能带着遗憾和无奈单腿蹦到终点，虽然我只能似乎是告别式地最后亲吻一下我的栏。但我真的尽力了……