



我的冬奥故事

金博洋自由滑担心体力? “更魔鬼的赛程我都过了!”

● 2月8日,中国选手金博洋在比赛中
新华社记者 王毓国 摄



新华社北京2月9日电(记者张寒 乐文婉 王春燕)中国花样滑冰男子单人滑选手金博洋10日将迎来难度更大也分值更高的自由滑比赛,当记者把网友关于他体力的忧虑摆上台面,这位中国男单多项历史最佳战绩创造者笑答:那可太不用担心了!

“体能不是问题。”金博洋说,“冬奥会前两周的队内测试赛,两天四套节目,上午一套下午一套,第二天又是上午一套下午一套,强度比冬奥会团体赛加单人滑这四套还要大很多。”

从去年世锦赛上自由滑重大失误,最终仅排名第22位,到下半年成绩回升但表现平淡的亚洲杯公开赛和一站大奖赛,再加上上赛季患阑尾

炎,虽然没做手术但住院一周,金博洋的体能被指是他某几场自由滑不再游刃有余的原因之一。

然而普通人恐怕很难想象一名高水平运动员在天赋之外能做到多努力。金博洋告诉记者,他从9月份开始就在按照冬奥会的比赛时间训练,这种模式之下他还尤其加强体能训练,“这次冬奥会之前的备赛,我的能力训练可能是上届冬奥会的两倍……可能比两倍还要多。”

反复强调体能不是问题的同时,金博洋也表示“冬奥会跟测试不一样”,因为压力大且高度投入,他承认打完团体赛和单人滑短节目后“非常累”。“我也希望能及时地很好地调整,在自由滑当中保持住自己的状态,不留遗憾地去发挥。”

1997年10月出生于哈尔滨的金博洋少年成名,16岁时夺得世界花样滑冰大奖赛总决赛青年组冠军。他在2016、2017年两次获得世锦赛铜牌(且2017年同步进入男单“300分俱乐部”),2018年1月收获四大洲锦标赛冠军、2月平昌冬奥会上名列第四,都刷新了中国男单的历史最好成绩。

10日,金博洋将出战自由滑。短节目排名第11位,这名参加了两届冬奥会也不过24岁的“老将”凭实力把男单开赛第一天第一组第五个出场的不利分组,改写为自由滑中场滑冰后的第三组第二位出场(自由滑节目第14顺位),和日本名将羽生结弦同组。

金博洋说,冬奥会演完三套节

目,接下来精力和心理状态将是关键,他希望自由滑里能首先完成自己的所有动作,“保持所有的分数全是‘加、加、加’”。



高山滑雪生命守护者:不动如山,迅疾似火

新华社记者 刘扬涛 马邦杰 夏子麟

北京冬奥会高山滑雪比赛如火如荼,除了场上的运动员,一群穿着橙色背心、身背医疗背包的滑雪医生同样引人注目,赛道边他们坚持值守不动如山,救援时他们争分夺秒迅疾似火,他们是这片赛场的守护者。

高山滑雪是冬奥会上危险性最高的项目之一,主赛道全长约3000米,落差约900米,顶级运动员的滑行速度能达到每小时140公里以上。国家高山滑雪中心场馆副医疗官袁强告诉记者,这项比赛的受伤率接近15%。事实上在已经结束的男子滑降、超级大回转和女子大回转比赛中,已经有不止一名运动员在滑行过程中发生意外导致受伤,而每到这样的紧急时刻,滑雪医生的重要作用就越发显现。

在2月7日的男子滑降比赛中,德国选手多米尼克·施魏格尔在高速滑行过程中失去平衡,重重地摔倒在赛道上。守在附近的滑雪医生很快赶到他的身边,迅速对伤情进行检查处理后,用雪橇船将他转运到医疗站进行进一步救治,整个过程历时仅十多分钟。据袁强介绍,施魏格尔后来被转运至医院,经过检查治疗后伤势平稳,目前已经回到冬奥村。

“当运动员受伤后,黄金救援时间是4分钟。经过裁判长发出‘运动员停止出发’到‘关闭赛道’的指令后,留给救援人员的时间也就1分钟左右。”袁强说,“为了充分利用好这珍贵的60秒,我们确定了细致完善的医疗救援流程。”

袁强告诉记者,以北京积水潭医院

为主体的十多家医院的医护人员组成的高山滑雪医疗队在竞技和竞速赛道周围共设置了十多个医疗点位,每个点位配备滑雪医生和救援队员。一旦运动员发生意外,先由1名救援队员进场检查伤情,根据受伤情况,及时呼叫滑雪医生进行处置。如果伤情较重,救援队员会配合滑雪医生将伤员用雪橇船转运到运动员医疗站进行救治。伤情危重时,将联合直升机快速将伤员转运至医疗站进行高级生命支持,随后送往定点医院。

除了成熟的医疗救援流程,过硬的急救技术是滑雪医生在黄金救援时间里的另一项“武器”。“在雪道上为受伤运动员进行夹板固定、心肺复苏等操作时,其手法与在医院或城市保障中有很大差别。极寒天气下,滑雪医生要贴身携带

药品、针剂等医药器材,以防结冰,还要妥善解决运动员的失温问题。”滑雪医生荣绍远说,“为了掌握这些技能我们此前进行了艰苦的学习和训练。”

冬奥会期间,滑雪医生成了小海陀山上最忙碌的人群之一。38名滑雪医生和医疗官日夜辛勤工作,承担起国家高山滑雪中心所有赛场和训练场地的医疗保障。“几乎每天都有运动员或工作人员在比赛、训练或工作时受伤。”袁强说,“30多人要盯着整座山,每天在寒冷的户外长时间巡逻值守,大家都非常辛苦,但从来没有一人抱怨。”

“就算再累也不能松懈,不管有什么情况都要保证医疗点位上有人。”滑雪医生孙旭说,“因为我们的工作守护生命。”

深海里打开的香槟

——记“00后”王沛宣的冬奥登场

新华社记者 姚友明 伍鲲鹏 马邦杰

“00后”运动员王沛宣,8日晚在“雪游龙”完成了中国女子雪橇选手在冬奥会历史上的第一项比赛。虽然三轮过后她在33位完赛选手中排名第29位,未能晋级最后一轮,但她已经带着三处骨裂在第三次滑行中滑出了个人在这条赛道上的最好成绩:1分0秒025。

王沛宣的表现,就像是在深海里打开一瓶香槟,也许不如绽放在天边的焰火璀璨,更不如镌刻在功劳簿中的姓名耀眼;但若若干年后,当更多人到达这片海域时,也许就会重新认知这份曾经的浪漫。

王沛宣从小就在同龄人中展现出了卓越的运动天赋,11岁时,她入选陕西省青少年体育运动学校的标枪队。在当时主管教练的眼中,她不仅身体素质出众,而且聪明好学,训练刻苦。2015年,王沛宣通过层层选拔,成功入选女子雪橇国家队集训队。从那时起,代表中国参加冬奥会雪橇比赛,就成了她的人生奋斗目标。

2017年,王沛宣摘得全国雪橇锦标赛金牌。2019年,她又在第十四届全冬会上赢得女子单人雪橇项目冠军。2021年,她不仅亮相央视春晚舞台,唱响了一曲《燃烧的雪花》,还在当年的全国雪橇锦标赛上赢得团体接力和女子单人两枚银牌。

“因为陕西现在也有可以训练出发



● 2月7日,中国选手王沛宣在比赛中准备出发
新华社记者 江文耀 摄

的场地,夏天也可以展开训练,我们拥有了更好的训练条件,这两年成绩提高很快。”王沛宣说。

为登上北京冬奥会的舞台,近年来王沛宣常年在征战国际雪橇联合会的世界杯分站赛,争取奥运积分。

正当她踌躇满志地准备参加北京冬奥会时,2021年底一次比赛中的意外,造成她左脚脚趾、脚背三处骨裂。“当时正值国外圣诞节期间,除了冰敷我没有太好的治疗方法。”王沛宣说。

创造历史的机会就在眼前,尽管还没有完全恢复,这个坚强的陕西姑娘决定轻

伤不下火线,坚持,坚持,再坚持!她在伤患处戴上厚厚的护具,继续上赛道练习。“那样疼痛就能缓解一些。”她说。

2月7日,王沛宣首次参加冬奥会正式比赛。“真正到了奥运会正赛开始的时候,我还是有点紧张。毕竟是最大的舞台了,心里还是会有点压力,因为不管是老师还是家人,都给了我很多的祝福。”

首次滑行,王沛宣以1分0秒986的成绩完赛,在34名完赛选手中位列第29位。两滑过后,王沛宣的排名上升到27位。“虽然有点小失误,但其实在训练中也常会有一些磕碰,前两滑的结果我基

本满意。”王沛宣赛后说。

按照冬奥会女子单人雪橇比赛规则,前三轮滑行过后总成绩排名在前20名的选手才有资格进入最后一轮滑行。

第三轮滑行前,王沛宣第27个出发,出发时,她至少需要一个57秒265的成绩,才能冲进前20名。这几乎是不可能完成的任务。

“我没有计算自己需要一个怎样的成绩,其实今天我一点都没有紧张。”她告诉记者,“出发时我的脚要用力蹬雪橇的横头,今天受到伤势影响吧,没有敢像之前蹬得那么充分,可能如果没有伤的话,成绩会更好。”

尽管如此,她仍在第三次滑行中滑出了个人在这条赛道上的最好成绩:1分0秒025。

谈到第一次参加冬奥会的收获,王沛宣说:“我觉得其实不要把它想得太多,虽然冬奥会确实是最重要的一项赛事,但是不要有太多的想法,就是你越平静、越冷静,就会做得更好一些。”

参加完10日的团体接力比赛后,这位只有21岁的小将就将进入下一个冬奥会备赛周期。“中国雪橇选手的整体进步速度,已经让全世界瞩目。我一定会在下一个四年的每一天都全力以赴,让自己在下届奥运会时做得更好一些。”王沛宣说。



冬奥·精彩瞬间

凌空一跃



2月9日,挪威选手比尔克·鲁德在比赛中。当日,北京2022年冬奥会自由式滑雪男子大跳台比赛在北京首钢滑雪大跳台举行。挪威选手比尔克·鲁德夺得冠军。

新华社记者 黄孝邦 摄

御雪滑翔



2月9日,美国选手米凯拉·希夫林在比赛中。当日,北京2022年冬奥会高山滑雪女子回转比赛在延庆国家高山滑雪中心举行。

新华社记者 张晨霖 摄



冬奥·时评

从苏翊鸣到谷爱凌,这就是中国青年!

新华社记者

两位未及弱冠的中国年轻人,在北京冬奥会上熠熠生辉!17岁的苏翊鸣、18岁的谷爱凌,用他们神勇的表现、开放的心态,向全世界展示着中国青年热情开朗、包容进取的形象。

决赛最后一个登场的苏翊鸣在加拿大选手帕罗特拿到90.96分的情况下,顶住压力,在第二轮比赛中完成了全场第一个1800度动作,收获一枚宝贵的银牌。在前两轮总分落后法国选手苔丝5.25分的情况下,谷爱凌在最后一轮跳出了比赛中从未尝试过的1620超高难度动作,绝杀夺冠!

初生牛犊不怕虎,敢于挑战和突破自我,这就是中国青年!

拿到个人首枚奥运金牌的谷爱凌没有肆意庆祝,而是和铜牌得主玛蒂尔德一同前去安慰遗憾获得银牌的苔丝。苏翊鸣是全场唯一完成1800度动作的选手,最后没能获得冠军,甚至引来不少国外网友的声援,但苏翊鸣并不在意。领奖台上,他开心地和对对手拥抱致敬。

尊重规则、尊重对手、尊重友谊,这就是中国青年!赛场上,谷爱凌和苏翊鸣的成绩让世界为之惊叹,赛场外他们丰富的成长经历也让人感慨不已。苏翊鸣除了是一位优秀的单板滑手,还是小有名气的“童星”。这位曾经面对镜头坦言不想把滑雪当作职业的少年,当看到北京获得2022年冬奥会举办权时,毅然决然选择成为职业滑手,在家门口为国出战。

和苏翊鸣多年辗转国外训练不同,能说一口流利京腔的谷爱凌是中美混血,从小在美国长大。她身上标签众多,是“天才滑雪少女”,也是名校“学霸”,还是模特。如今,中国兑现了“带动三亿人参与冰雪运动”的承诺,她希望自己的经历“可以鼓励成千上万的中国人参与滑雪运动”。

多元的文化背景,不同的成长经历,共同的“更快、更高、更强——更团结”的理念,这就是中国青年!与时代同频共振,为大国添砖加瓦,在百年未有之大变局面前,以谷爱凌、苏翊鸣为代表的中国年轻人,将个人的奋斗和祖国的发展紧密结合起来。不负时代,不负韶华,这就是中国青年!

(执笔记者 夏亮 参与记者 朱青 李琳海 陈地)