

关注亚冬会

“尔滨”姑娘 逐梦U池



2月8日,李方慧(右)在比赛后与银牌得主、中国选手张可欣互相祝贺。
■新华社记者 杨晨光 摄

8日在亚布力进行的哈尔滨亚冬会自由式滑雪女子U型场地技巧比赛中,“尔滨”姑娘李方慧和张可欣分获金、银牌,其中的金牌正是中国代表团本届赛事首金。

两位相识长达12年的“00”后小将,在国际自由式滑雪界实力不俗。李方慧曾在2020年洛桑冬青奥会上摘得女子U型场地技巧银牌,在本赛季也状态火热,并受邀参加了2025世界极限运动会冬季赛。张可欣曾多次在国际雪联世界杯中获得金牌。亚布力是她们滑雪生涯的起点,如今更承载了运动生涯新的荣光。从这里起步的两位小将早已把眼光投向亚洲之外的更高舞台,立志要在2026年米兰-科尔蒂纳丹佩佐冬奥会上绽放光彩。

赛后接受新华社记者专访时,她们分享了自己与自由式滑雪的不解之缘,以及这一路走来的成长与挑战。



李方慧在比赛中
■新华社记者 杨晨光 摄

携手挑战“高墙”的童年伙伴

在国家队是队友,在赛场上是对手,两位姑娘更是共同成长、友谊长达12年的朋友,从入选省队开始,一路携手“打怪升级”。

“我们俩在刚练自由式滑雪的第二年就认识了,那时候我们总是早上‘干仗’(吵架),晚上就和好,慢慢关系就变得越来越好了。”李方慧说。

李方慧和张可欣在早年间都曾到过亚布力训练,对于两个刚接触自由式滑雪的小女孩而言,这里的U池曾是令她们双腿颤抖的“两堵墙”。

“那会儿我只知道U池,后来才知道自由式滑雪还有别的项目。当时我看过很多国外比赛的录像,觉得他们挺帅的。”李方慧回忆说。

“我刚开始都不知道自己练的是啥,后来才知道是这个项目。刚练的时候,U池就像两个墙一样,看着都不敢滑。”张可欣说。

相比张可欣,童年的李方慧更为大胆:“我就像玩儿一样。但是一滑起来还是怕。既怕,又兴奋。”

回忆自己第一次成功做出360度转体的时刻,张可欣说,那感觉就像是放了个大招,非常有成就感。

“虽然连U池边缘都没有飞出。”她笑着说。

塑造风格 挑战极限

在U池训练中,每一次新动作的突破,都是对自身极限的挑战。作为自由式滑雪大家庭的一员,对于滑雪文化的理解、自身运动表现力的建构,也是运动员的必修课。

李方慧再次用“墙”打了个比方:“(U池训练的特点是)练成一个新动作后,要花很多时间去巩固它,下一个动作的磨练又需要很久很久。(开始新动作的时候)感觉就像有一堵墙要撞过去。”

除了做好自己,跟上这个打分类项目的国际潮流也相当重要。李方慧表示,U池比赛的打分标准经常变化,意味

着动作也得跟着变。除了动作难度以外,在现在的赛场上,熟练度也很重要。在自由式和单板滑雪中,不拘一格的“风格”,关乎选手能否取得裁判和观众的青睐。李方慧表示,进入国际赛场后,和外国选手们的经常交流让她对自由式滑雪“风格”的理解更上一层楼。“现在我的英语还可以,基本上能交流明白……原来我不爱说话,很害怕交流,但每次出国,他们都会主动和我打招呼,慢慢地就说了上话了,现在关系挺好的。”李方慧说。

张可欣则强调:“风格固然重要,但

成套动作的完成性、稳定性、成功率,还有流畅性、高度和抓板等都得兼顾,动作难度也不能少。”

然而,成长之路并非一帆风顺,伤病成为她们必须面对的挑战。李方慧曾多次锁骨受伤,张可欣目前还未走出膝伤困扰。张可欣透露:“因为要参加全国冬运会,去年受伤后进行了保守治疗,今年因为想来亚冬会,在家门口比赛,所以还是选择保守治疗。”

她向记者表示,自己与教练和医疗团队一直保持着密切沟通,以保障康复、训练和比赛能够兼顾。

逐梦奥运 做最好的自己

能让自己陷入低谷。

“当时也是有伤病,伤好了之后觉得自己应该往前冲一冲了,应该推着自己往前走了。其实大多数情况下我并不是经常推着自己走,但是因为我想在米兰冲一下,必须这样做。”她说。

李方慧的自驱力在本赛季收获成效。在2024年12月的世界杯云顶站,她获得了生涯第一枚世界杯银牌,这给了她很大信心,继而在后续的几场世界杯分站赛和世界极限运动会冬季赛上,更加大胆地去挑战。

凭借在本赛季国际雪联世界杯上的表现,两位姑娘已几乎锁定了2026年冬奥会的参赛资格。谈到进一步的参赛和训练规划,张可欣计划在参加完世界杯卡尔加里站比赛后先进行康复,再投入

专项训练,全力备战世锦赛。李方慧则希望世锦赛前在保证安全的同时,冲一冲难度,同时巩固动作。

谈及实力强劲的队友谷爱凌,李方慧和张可欣表示更重要的是突破自己。“她在一些方面确实比我们目前做得好,我们要向她学习,她激励着我们不断进步,去突破自己。”张可欣说。

回想起自己多年前在亚布力训练的场景,22岁的李方慧有些深沉地说:“那时候和现在的差别是,当时的我迷迷糊糊的,好像站在人生的十字路口……”

但现在,经历过大赛历练的两位“尔滨”姑娘,不再是当年的懵懂少女,她们有着清晰而远大的梦想,前路宽广。

(新华社哈尔滨2月9日电 记者 卢星吉、田光雨、刘扬涛)

“就那儿了!”

“我觉得就那儿了,空当出来了!”

“对,就那儿了!”

“那儿”是哪儿?

“那儿”是中国短道速滑运动员公俐在亚冬会短道速滑女子3000米接力决赛的最后一圈时,成功超过韩国选手金吉莉的那个转瞬即逝的空间。

9日,第九届亚冬会短道速滑项目的比赛继续在黑龙江省冰上训练中心综合馆进行,这也是短道速滑项目的最后一个比赛日。

女子3000米接力是当日的倒数第二个决赛项目,韩国女队实力强劲,中国队能否夺冠,谁的心里也没有底。

韩国队在开场后不久就展现出压制力,中国队则在跟滑中寻找突破机会。随着比赛进行,王欣然利用交接棒的时机成功反超至第一位。但张楚桐在与公俐进行最后一棒交接时,韩国队实现了反超。

公俐在赛后接受采访时说,“(当时)就想,即使被超过了没关系,我还有两圈,这个过程我可以再找机会去超越她。因为在训练中我们也无数次去练习,比赛前我也无数次在脑海里问过自己‘最后一棒,如果是在第二,我要怎么去超越她?’”。

只剩两圈,怎么超越?

公俐的超越来自胆大心细、果敢坚决。

跟在韩国选手身后,公俐发现对手滑得很局促。“她也害怕,怕我过她,然后就在那个弯道,我觉得就那儿了,空当出来了!对,就

那儿了!”

超越的空间转瞬即逝,比赛的结束也是如此。

公俐抓住了机会,超越对手,冲到第一,而韩国队的最后一棒金吉莉,在比赛还剩最后半圈时,自己摔倒了。

剩下的对手对于中国队夺冠已经不可能造成任何威胁。

虽然还没滑过终点,但公俐已经开始振臂庆祝这枚宝贵的金牌了。

“现在回想刚才超越的瞬间,感觉非常震撼,我也不太敢相信自己做出了这样一个超越。”公俐高兴地说。

31岁的老将范可新在夺冠后第一时间与教练张晶拥抱,亲吻着张晶的额头。她还在比赛结束后深情地亲吻了冰面。

“这是我最后一次参加亚冬会,特别特别舍不得。”范可新说,“小妹妹们给了我很大信心,能把团体金牌拿下来说明了我们的整体实力。每个人都足够强。”

在颁奖仪式上眼含热泪的张楚桐觉得,这枚金牌的意义在于给了大家更大的信心,“这次我们配合得非常好,默契和配合都是自然而然的,我们也会更有信心地去应对之后的比赛。”

虽然大家的脸上都带着笑容,但现场的镜头捕捉到张晶、公俐都在庆祝之余拭去了眼角的泪水。当被问到队员们都有谁流泪时,公俐笑着说:“我们都哭了。”

(新华社哈尔滨2月9日电 记者 王春燕、刘艺涛、高萌)

滑雪登山首次亮相亚冬会
中国队包揽短距离赛全部奖牌

新华社哈尔滨2月9日电(记者 马骥、何磊静)哈尔滨亚冬会新增项目滑雪登山9日首次亮相,在短距离比赛中,中国队包揽男女组的全部奖牌,布鲁尔和次旦玉珍分别获得男女组冠军。

滑雪登山起源于雪山山区居民的传统出行方式,是一项以雪山攀登综合技术为主、滑雪为辅的冬季山地户外运动。该项目比赛过程分为上升和下降两部分,选手自起点出发后沿指定线路攀登到指定地点,再沿指定线路滑至终点,用时短者获胜。

本届亚冬会,中国队分别派出4名男选手和4名女选手参加滑雪登山短距离项目角逐。当日比赛中,中国队自预赛开始就以明显优势占据男女组前四席位,并最终包揽全部奖牌。

“这个项目是第一次出现在亚冬会上,我也是第一次参加亚冬会,能得到金牌我感到很兴奋,我的队友们也非常棒。”中国队小将次旦玉珍说。在当日的女子组决赛中,她以2分55秒88的成绩摘得金牌,于婧萱和索朗曲珍分获银牌和铜牌。

男子组比赛中,布鲁尔以2分22秒29的成绩为中国队摘得金牌,张成浩和毕禹新分列二三名。“就这个项目来说,中国队在亚洲范围内还是比较有实力的。”布鲁尔说,自己在比赛中爬山、转换、下滑等环节的细节做得还不错,“获得金牌很开心,也展现了自己的实力。”

2021年,国际奥委会表决通过该项目成为2026年米兰-科尔蒂纳丹佩佐冬奥会正式比赛项目。作为亚洲在该项目中最具竞争力的选手,次旦玉珍和布鲁尔都表示将继续努力提高自己,全力备战2026年冬奥会。

18岁的次旦玉珍表示,自己今年的目标是在滑雪登山世界杯分站赛中跻身前五,同时“已做好参加米兰冬奥会的准备,会在速度、转换等环节进一步加强自己”。

“和欧洲滑雪登山强国的运动员相比,我们还是有些差距,我们希望在奥运会上与他们一较高下。”19岁的布鲁尔说,自己将更注重训练细节,“希望能取得更好的成绩。”

今日看点

冬奥冠军再冲金

新华社哈尔滨2月9日电(记者 王恒志 王君宝)哈尔滨亚冬会10日将产生7枚金牌,两位北京冬奥会冠军徐梦桃、齐广璞将携手小将李心鹏出战自由式滑雪空中技巧混合团体比赛,北京冬奥会速度滑冰男子500米冠军高亭宇也将出战自己的这一主项。

作为北京冬奥会冠军,两位34岁的老将徐梦桃、齐广璞9日在个人项目中证明自己宝刀不老。10日的自由式滑雪空中技巧混合团体比赛中,两人将携手20岁的小将李心鹏出战自由式滑雪空中技巧混合团体比赛,北京冬奥会速度滑冰男子500米冠军高亭宇也将出战自己的这一主项。

在亚布力,观赏性很强的单板滑雪大跳台比赛将上演精彩对决。该项目实力强大的日本队此次派出

徐梦桃:乘风飞翔的姐姐



2月9日,徐梦桃在完成动作后庆祝。
■新华社记者 夏一方 摄

此后徐梦桃一直活跃在公众视野中,不过不是在赛场上。结婚、出自媒体,她不断拓展着自己的触角,丰富着人生的体验。电视上,“E人”(指外向者)属性爆发的徐梦桃凭着一股运动员的拼劲,把各种身份都演绎得有声有色,圈了一波非体育粉。很多人猜测,徐梦桃不会回到赛场了。

一年半后,徐梦桃重新回归。

漫长的职业生涯中,徐梦桃经历过多次膝部手术,很多身边的队友也早已

离开赛场。而她在圆梦冬奥会最高领奖台后,在体验过别样有趣的经历后,选择回归严格自律的运动员生活,需要极大的勇气。

“我希望尽最大努力去延长自己的运动寿命,因为升国旗奏国歌是无与伦比的荣耀感,也是生活中其他事情暂时无法替代的。体验过不同领域的独特魅力,也让回到专业的我更从容、更自信。”

对一名老将来说,重回巅峰绝非易

事。复出后的徐梦桃在2023—2024赛季的世界杯长春站和十四冬均未能站上领奖台。2024—2025赛季,经过系统训练的徐梦桃再次展现出她在这个项目的超凡实力。1月初收获空中技巧亚洲杯冠军,随后在世界杯普莱西德湖站夺冠,时隔3年再度登顶国际顶级赛事。

徐梦桃向世界宣告:她仍然是米兰冬奥会金牌的有力竞争者。

“支撑着我为米兰努力的原因首先还是热爱吧,我真的是热爱空中技巧,我们真的是彼此在成就对方。”

的确,徐梦桃和自由式滑雪空中技巧项目互相成就。随着她不懈奋斗追逐梦想的故事被国外雪迷熟知,她在这个项目的知名度都在提升。在国外比赛期间,外国运动员会主动与她交流,赛场外也有不少粉丝找她签名合影。

“我相信我继续冲击米兰冬奥会对这个项目的发展是有帮助的。我们更多地国际赛场取得佳绩,有助于提升我们中国运动员的国际形象,也有助于提升我们在国际雪联的话语权。”

徐梦桃的本届亚冬会征程还未结束。后几日,她将与队友搭档,出战空中技巧混合团体和女子空中技巧双人同步比赛,冲击单届赛事三金的目标。

谈到米兰冬奥会,徐梦桃希望能跟队友们一起,延续北京冬奥会取得的好成绩。

如果再次夺冠会喊什么?

“我会喊‘我还是第一吗?’”

(新华社哈尔滨2月9日电 记者 田光雨、刘扬涛)