

韩梅：从呼和浩特走出去的冰上“劳模”

□文/图 呼和浩特晚报记者 许婷

3月13日、14日，2022至2023赛季全国速度滑冰锦标赛举行。此次比赛中，内蒙古运动员韩梅在女子全能500米、女子全能1500米、女子全能3000米、女子全能5000米4个单项中排名第一，共获得4个单项以及女子全能5枚金牌。这位从呼和浩特走出去的冰雪健儿不仅用一份执着表达着对冰雪运动的热情，更用成绩回报着刻苦训练的日日夜夜。

在2016年第十三届全国冬季项目运动会上，韩梅在青年女子1500米比赛中以1分59秒04的成绩一举打破了由宋丽保持了16年之久的全国青年纪录。在2017年第八届亚冬会上，韩梅夺得女子5000米银牌。在2021年的速度滑冰世界杯第三站比赛中，代表中国队出战的韩梅两破保持14年的全国纪录。这次比赛是北京冬奥会前最重要的积分赛之一，比赛结果将直接影响到运动员能否获得北京冬奥会参赛资格。韩梅在这次比赛中共参加了1000米、1500米、3000米、5000米、团体追逐赛5个项目的争夺。最终，在1500米比赛中取得了1分53秒71的成绩，在3000米比赛中取得3分58秒759的成绩，分别打破了尘封14年的全国纪录。其中，韩梅也是国内第一位在3000米比赛中滑进4分钟的女运动员。这次比赛也奠定了韩梅二登冬奥会的资格。

两次站上冬奥会舞台 不骄不躁踏实苦练

说起韩梅，也许很多人是从平昌冬奥会认识她的。那一年，年仅20周岁的韩梅通过各类资格赛的考验，凭借实力拿到了2018年平昌冬奥会的比赛资格。最终，韩梅与队友获得速度滑冰女子团体追逐赛第五名，取得中国队在该项目上的历史性突破，这也是内蒙古运动员在该项目上获得的最佳战绩。在个人成绩方面，韩梅也一直是国内的佼佼者，无论是国际级赛事还是国内顶级赛事，韩梅一直都在努力着。

2022年冬奥会，韩梅亮相国家速滑馆“冰丝带”，这也是她第二次站上冬奥会的舞台，在速度

滑冰女子3000米决赛中，韩梅被安排在第7组外道出发，同组对手为白俄罗斯选手祖耶娃。发令枪响，韩梅在600米时领先对手，但很快两人的频率和步幅都变得接近。最终，韩梅在最后一圈时发力，率先冲过终点。最后总成绩她排名第十五位，虽然韩梅的成绩比在国内测试赛时提高了很多，但是和她的最好成绩以及和国际上的优秀选手相比仍存在一定差距。一直不骄傲、不气馁的韩梅总是这样踏踏实实，一步一个脚印面对着自己喜爱的冰上项目，她也因此被国家队的队友们称为冰上“劳模”。

成绩不断提高 为国家争金夺银

北京冬奥会结束后，韩梅依旧刻苦训练，就在前不久，2022至2023赛季速度滑冰世界杯在波兰进行。在女子短距离团体追逐的比赛中，由韩梅与张丽娜和金京珠3人组成的中国队发挥出色，以1分29秒51的成绩斩获铜牌。这也是中国队在此项赛事中获得的首枚奖牌。

如今，韩梅已成为中国女子速度滑冰队的顶梁柱。赛场上她化身“全能型战士”，成为国家队参赛项目最多的队员之一。对此，她依旧保持良好的训练规划。与此同时，她还不忘回到家乡，为正在入门的呼和浩特市冰雪运动项目的小学弟小学妹们鼓劲儿加油。韩梅接受呼和浩特晚报记者采访时说：“现在家乡的训练场地规格很高，我们小时候的训练场地很简陋，但那时大家都十分珍惜能训练的日子……现在的学弟学妹都有了系统性的训练指导，还有针对性的训练计划，我特别羡慕他们的成长经历。所以我回到家乡后，就喜欢和他们互动，坚定他们的信心，希望小运动员们不忘自己的初心，努力培养己之所长，朝自己的目标奋斗、发展。”

“昂首是为了积极向上，低头是为了厚积薄发。感恩所有，感谢支持与信任我的领导、教练、朋友们。”结束了本次2022至2023赛季全国速度滑冰锦标赛后，韩梅这样鼓励自己，她表示在接下来的比赛训练中会更加努力，发挥自己的优势，学习他人的长处，永远向前。

新征程 新气象

——中国田径以昂扬之姿开启新赛季

在经过四站室内田径邀请赛的热身和选拔后，我国室内田径最高水平赛事——2023年全国室内田径锦标赛15日开始在天津举行。

中国田径协会副主席田晓君说，赛事全面恢复后，运动员参赛的积极性都非常高，积蓄已久的能量开始爆发出来。“同时，这次锦标赛也是对冬训成果的一次大检验。”

一些年轻运动员开始崭露头角。据了解，由于不少国家队运动员正在国外训练，前来参赛的队员以年轻运动员为主，他们在比赛中展现出较高的竞技水平。首个比赛日，刘德助、谢冬生两名“00后”选手就在男子1500米预赛中双双打破全国室内纪录；在女子60米比赛中夺冠的黄美霞也不到20岁。

当越来越多的年轻人开始挑起大梁，中国田径的改革步伐也从未停止。今年是中国田径落实赛事体系改革的第一年。全新的“金字塔式”五级竞赛体系，不仅让赛事体系更科学、合理、完善，更打破壁垒，消除了非注册选手的参赛障碍，让更多

社会力量参与到田径赛事中来。

天津举办的这次全国室内田径锦标赛，也是赛事体系改革后中国田径的首个I级赛事。记者注意到，本次锦标赛的参赛队伍，除了各省区市代表队，还有成都体院、上海体院、西安体院三支高校代表队，另外还有运动员以个人身份参赛。

对于中国田径来说，今年是特别关键的一年，既有杭州亚运会、布达佩斯世锦赛的参赛任务，更要为明年的巴黎奥运会备战、练兵。田晓君说，中国田径面临的压力和挑战非常大，特别是巴黎奥运会，各田径项目参赛成绩标准大多有所提高，冲击奥运席位的难度随之提高。

但中国田径将迎难而上，田晓君说，中国田径的目标和方向是明确的，只会越来越好。“杭州亚运会我们田径要确保金牌总数第一，布达佩斯世锦赛要争取进入第一集团前列，巴黎奥运会田径金牌数不能少于东京奥运会。当然，这些赛事都不能出现兴奋剂和赛风赛纪问题。”（据新华社 张泽伟）

中国拳手吕斌夺得WBA超蝇量级国际金腰带

WBA（世界拳击协会）职业拳王争霸赛16日在浙江永康体育中心体育馆举行，中国拳手吕斌首回合击倒泰国人甘萨，夺得WBA超蝇量级国际金腰带。

本场比赛前，28岁的吕斌职业生涯2胜1负，1次KO（击倒）对手；25岁的甘萨战绩为24胜4负，10次KO对手。甘萨15岁便开始职业拳击生涯，曾在生涯初期豪取16连胜，在比赛经验方面远优于2018年才转战职业拳坛的吕斌。

当日比赛开始后双方很快进入节奏，吕斌多次前手刺拳击对手并打出组合拳。首回合仅1分39秒，吕斌后手重拳击对手腹部，干净利落地KO获胜，兑现了赛前要将金腰带留在家乡的承诺。

“今天是我在永康的第一场比赛，这是个很好的开始。我希望在今天拿到金腰带后，可以继续挑战世界金腰带。”吕斌赛后说。

（据新华社 董意行 夏亮）