

冬奥会赛场那些“跌倒再爬起”的瞬间——

无惧挑战 勇敢向前

本报记者 郑轶 陈晨曦 孙龙飞 李洋

冬奥长焦

跌倒，是冰雪运动的常态。从雪道上飞驰而下，在冰面上旋转跳跃，运动员每一个潇洒的动作背后，都藏着无数次的“跌倒再爬起”。

北京冬奥会短道速滑男子5000米接力半决赛中，因对手冰刀与自己脚下冰刀发生碰撞，中国队选手李文龙接棒时重重摔倒。他奋力起身，与队友拍手完成交接。赛后，李文龙说：“当时就想着赶紧起来继续滑，尽量能追上。”

纵然摔倒，也要爬起投入比赛，无惧挑战、勇敢向前。冬奥会赛场定格一个个这样的瞬间，勇敢拼搏的运动员向人们展示着坚强的姿态、追梦的执着。

目光投向下一周期，“我还有一个梦要去圆”

2月10日，北京冬奥会单板滑雪女子U型场地技巧决赛，除了与00后对手竞争，将满30岁的刘佳宇，每一次腾空翻转都是在与年龄和伤病较量。

从12年前第一次参加冬奥会，到4年前第一次站上冬奥会领奖台，4次征战冬奥会的刘佳宇一路披荆斩棘、突破自己。进入北京冬奥会周期，刘佳宇不断解锁新的难度动作。

站上决赛出发台，第一轮跳跃落地时摔到池壁，第二轮再度出现失误，这让刘佳宇没有了退路。她说：“无论结果如何，我都希望自己能够站着完赛。”站起来，再来！最后一轮滑行完成后，她说：“自己什么也没想，就是去享受当下的比赛。”

面对第八名的成绩，刘佳宇坦然接受：“坚持下去，相信自己，就一定能够成功站起来。”在刘佳宇眼里，因为对单板滑雪的热爱，那些日复一日的训练，都很快乐。哪怕未来的竞争再激烈，她的目光仍坚定投向下一个4年，刘佳宇说：“我还有一个梦要去圆。”

从伤后重新学走路到回归赛场，“一切都会变好”

在国家越野滑雪中心，23岁的美国队选手汉娜·霍尔沃森脸上洋溢着喜悦。两年多前，因为一场严重车祸，她一度怀疑自己还能不能站起来。当初医生给出的诊断，让很多人认为霍尔沃森的运动生涯要提前结束。

但这个倔强的姑娘没有放弃，她开始重新学习走路和跑步。

越野滑雪是冬奥会中相当艰苦的项目。要从严重伤病中恢复、重回世界级水平，难度

可想而知。霍尔沃森选择了坚持，训练也比以前更加专注和努力。这一切，只因心底那个声音：我要回到赛场。终于，复出的霍尔沃森在世界杯赛滑出运动生涯的最佳成绩，拿到冬奥会参赛资格。

霍尔沃森来到了梦想的赛场，这是她第一次冬奥之旅。2月8日，北京冬奥会越野滑雪女子个人短距离（自由技术）比赛中，她顺利完成比赛，位列第四十三名。她说：“参加冬奥会是幸福的事情，一切都会变好。”

尝试阿克塞尔四周跳，“坚持就有了意义”

2月10日，北京冬奥会花样滑冰男单自由滑赛场，日本队名将羽生结弦挑战高难度动作时跌倒。完成阿克塞尔四周跳，是他的梦想。即便脚上有伤，他也想继续尝试。

在冬奥会赛场上，羽生结弦已两次站上男单最高领奖台。本届冬奥会，为了完成阿克塞尔四周跳，他勇敢向上跳起、旋转。在短节目环节中，羽生结弦的冰刀卡在上一名选手滑出的沟槽；在自由滑比赛中，他遭遇两次摔倒，最终无缘奖牌。

“其实还能再好一点点，但比赛中的表现已经是我能展现的全部。”离开冰场时，羽生结弦依依不舍。他说：“如果大家能抛开胜



图①：中国队选手刘佳宇在比赛中。
本报记者 蒋雨师摄

图②：中国队选手任子威（左）和李文龙比赛中接力。
新华社记者 马宁摄

负，稍稍觉得我滑得漂亮，那么，坚持就有了意义。”

闪耀冬奥会赛场的，不是只有奖牌。从一个个“跌倒再爬起”的瞬间，我们看到了自强不息、顽强拼搏的奥林匹克精神。而这，就是体育的意义。

“空中舞蹈”——自由式滑雪

自由式滑雪是将高山滑雪和空中技巧相结合的项目，又被称为“空中舞蹈”。运动员需要身穿滑雪服、戴滑雪头盔、滑雪镜、滑雪手套、穿滑雪靴、滑雪板，有时还需要手持滑雪杖。

自由式滑雪有不同小项，项目不同、比赛场地不同。北京冬奥会自由式滑雪比赛设13个小项，包括：男、女空中技巧、雪上技巧、障碍追逐、U型场地技巧、坡面障碍技巧、大跳台比赛，以及空中技巧混合团体项目。大跳台比赛在首钢滑雪大跳台举行，其余11个小项的比赛在云顶滑雪公园进行。

自由式滑雪起源于20世纪60年代的美国。在1988年卡尔加里冬奥会上，自由式滑雪是表演项目，从1992年阿尔贝维尔冬奥会开始，被列为比赛项目。北京冬奥会新增大跳台和空中技巧混合团体项目。

空中技巧比赛，场地由出发区、过渡区一、跳台、过渡区二、着陆坡和停止区组成。运动员从助滑坡出发，经过过渡区一从跳台起跳，在空中完成各种空翻动作，随后在着陆坡降落，经过缓冲后达到终点停止区。裁判根据腾空、动作、着陆等打分，选手两次跳跃，两次得分相加，得分多者名次列前。

雪上技巧比赛，场地长200—270米，宽15—25米，坡度为24—32度。斜坡上设置雪

包，选手在下滑过程中，要根据场地雪包排列的形状在雪包上或雪包之间滑行。评分以技巧、动作和用时为依据，得分多者名次列前。

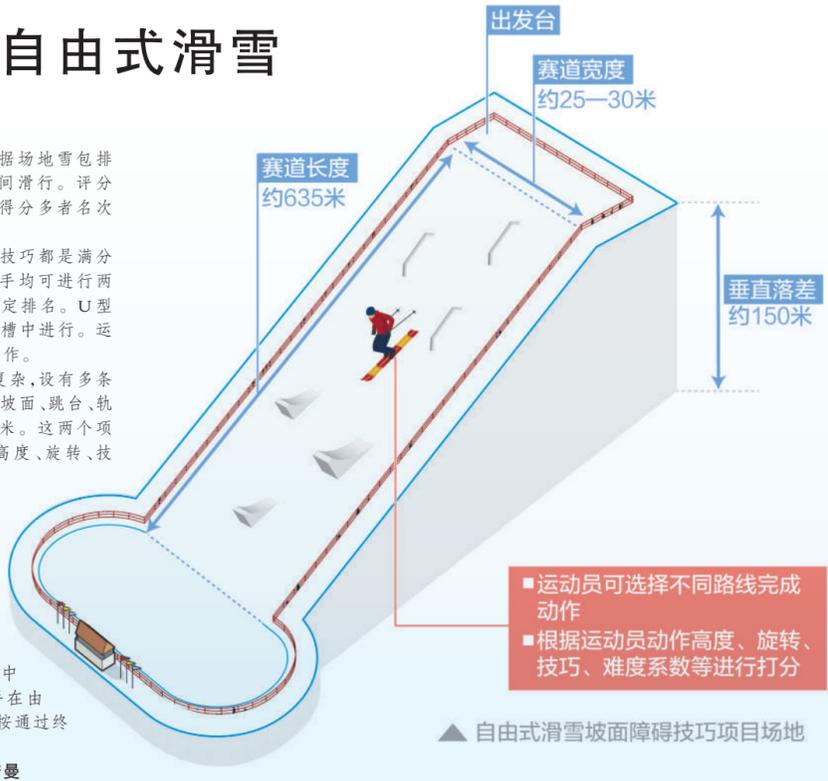
U型场地技巧、坡面障碍技巧都是满分为100分的项目，资格赛时选手均可进行两次表演，取其中更高的分数决定排名。U型场地技巧比赛场地，在U型雪槽中进行。运动员完成空翻、转体、抓板等动作。

坡面障碍技巧赛道地形复杂，设有多个路线供运动员选择，赛道包括坡面、跳台、轨道等，场地垂直落差最小150米。这两个项目，裁判均根据运动员动作高度、旋转、技巧、难度系数等进行打分。

大跳台比赛，要求运动员从一个斜坡上下滑，顺滑、倒滑均可，而后在斜坡的尽头腾跃，完成空翻、转体等技术动作组合。裁判对运动员滑行表现打分。

障碍追逐是自由式滑雪中唯一的纯竞速项目。4名选手在由各种地貌构成的赛道上追逐，按通过终点线的顺序依次排名。

整理：史哲 制图：张芳曼



■ 运动员可选择不同路线完成动作
■ 根据运动员动作高度、旋转、技巧、难度系数等进行打分

▲ 自由式滑雪坡面障碍技巧项目场地

中国冬季两项队多个项目成绩有提升 拼出精彩，收获大赛经验

本报记者 范佳元

风雪迎春，依山而建的国家冬季两项中心格外美丽，来自20多个国家和地区的百余名运动员在雪中竞速，将冬季两项的运动魅力演绎得淋漓尽致。

2月13日进行的冬季两项男子12.5公里追逐赛中，中国队选手程方明以43分30秒4的成绩取得第二十二名，创造了我国冬季两项选手在这个项目的冬奥会最好成绩。

第一次参加冬奥会的程方明说：“遇到风雪天气，对这个项目的比赛而言是常有的事。今天射击环节，算是发挥了正常水平。追逐赛每个人出发有先后，但间隔时间很短，射击环节做得好的话可以追上来。”获得男子12.5公里追逐赛冠军的法国队选手马耶在射击环节20发全部命中，这为他最后夺冠赢得了优势。

2月13日的冬季两项女子10公里追逐赛中，挪威队选手雷塞兰凭借出色的滑行能力和射击命中率，以34分46秒9的成绩获得冠军，这是雷塞兰在本届冬奥会冬季两项项目上获得的第三枚金牌。

与世界优秀选手同场竞技，中国冬季两项队女选手唐佳琳收获很大，她说：“今天的比赛中，一些优秀选手表现得非常放松，在国际比赛中我们要多交流，她们的技战术值得学习。”在本场比赛中，唐佳琳是唯一的中国队选手，最后她以41分48秒3的成绩排名第五十三位。此前，唐佳琳在7.5公里短距离比赛中创造了该项目的个人冬奥会最好成绩。

在北京冬奥会备战过程中，冬奥会冬季两项8枚金牌得主比约达伦出任中国冬季两项队主教练。在全队的努力下，中国冬季两项队队员的射击命中率和射击速度都有很大提升。唐佳琳说：“以前我们只注重命中率，现在进出靶场时该如何做动作、如何调整，都有很细致的要求。”

在接下来的比赛中，中国冬季两项队还要参加团体接力等项目。谈及中国冬季两项队的表现，比约达伦说：“中国队在冬奥会上发挥了现有水平，尽管与世界优秀选手有差距，但我们已经有了很大进步，在接下来的比赛中我们会全力以赴。”

“冰墩墩”带来欢笑

本报记者 暨佩娟

2月12日下午，北京冬奥会主媒体中心一楼大厅，记者们拿着各种装备，等待“焦点人物”抵达。

“它来啦、它来啦！”一只滚圆的北京冬奥会吉祥物“冰墩墩”，从门里探出身，晃动着脑袋，挪着小短腿，蹦蹦跳跳地出现了。

这是主媒体中心新闻采访团队组织的“冰墩墩设计理念”主题集体采访活动，本次活动以线上线下相结合的形式进行。“活动通知刚放上系统，20分钟内，几十个名额就报满了。”北京冬奥组委新闻宣传部工作人员说。

“冰墩墩”的设计，处处体现着巧妙构思。在采访活动现场，国家速滑馆形象景观经理尹博文介绍“冰墩墩”的设计亮点：在线上，北京冬奥会和冬残奥会艺术总监林存真早已做好准备，回答记者提问。

“‘冰墩墩’的设计理念是怎么来的？”一位外国记者抢先提问。“它的灵感来源于冰糖葫芦，冰糖葫芦是山楂外裹着一层冰糖壳。这层冰糖壳，就是‘冰墩墩’冰晶外壳的原型。”林存真回答。

林存真介绍：“‘冰墩墩’的外壳体现出时尚的概念，冬奥会特许商品中有一套盲盒，里面有不同颜色的‘冰墩墩’外壳。我们还开发出穿上虎年服装的新春版‘冰墩墩’，这层外壳还可以变成冰球运动员的服装、速度滑冰装备。”

问答中，“冰墩墩”始终站在一旁，每次蹦跳、跺脚，都会带来欢笑，很多媒体记者和志愿者与它愉快合影。

马耳他代表团选手珍妮丝·斯皮泰里 珍惜机会 享受比赛

本报记者 孙龙飞

2月9日上午，在北京冬奥会单板滑雪女子U型场地技巧资格赛中，第一轮滑行结束，等待分数公布时，马耳他代表团选手珍妮丝·斯皮泰里从口袋里掏出半个红豆包，对着镜头咬了一口。斯皮泰里的这一举动，逗笑了全场观众，受到了很多网友的关注。

原来，红豆包是在张家口冬奥村里喜爱的美食，一天能吃6个。比赛当天早上过于紧张没吃完，就揣了一个在口袋里。斯皮泰里说：“第一跳的时候我摔倒了，就想吃口红豆包，用一点甜蜜，来缓解自己失误带来的紧张。”资格赛第二轮，斯皮泰里调整状态，顺利完成了所有技术动作。但由于动作难度和腾空高度偏低，最终排名第二十一位。

尽管成绩一般，走进混采区，斯皮泰里还是高兴地举起手机和记者们合影。她说：“我非常珍惜和享受比赛的过程，并为自己能代表国家参加冬奥会而感到开心。”

29岁的斯皮泰里从18岁开始练习单板滑雪，当时有人告诉她为时已晚，她却并没有放弃。斯皮泰里说：“我相信，只要你有足够的决心和热情，你就能做成任何事情。”经过不懈努力，她成为马耳他第一个参加冬奥会的滑雪选手，也是北京冬奥会上唯一的马耳他运动员。

回顾自己的冬奥之旅，斯皮泰里仍难以忘记自己高举马耳他国旗，在开幕式入场亮相时的情景。“我从来没有站过如此令人惊叹的体育场！”斯皮泰里说，“如果因为我，让更多的人有机会了解马耳他，我会感到非常自豪。马耳他真的很美，欢迎大家去看一看！”