

奋勇拼搏 绽放精彩

本报记者 杨迅 李欣怡 程是颖 周卓斌

我的冬奥故事

北京冬奥会赛场上，众多运动员奋勇拼搏、团结协作的场景受到各方点赞。五环旗下，他们用自强不息、永不言弃的不懈奋斗诠释了“更快、更高、更强——更团结”的奥林匹克格言。

巴基斯坦高山滑雪运动员 穆罕默德·卡里姆—— “一段最美好的回忆”

“这是一场我期待已久的比赛！站上赛道的一刻，我感到无比激动。”2月16日，巴基斯坦高山滑雪运动员穆罕默德·卡里姆参加了北京冬奥会高山滑雪男子回转比赛。卡里姆对本报记者表示，虽然在比赛中出现失误，但他不会放弃对冰雪运动的热爱。他将调整状态，继续刻苦训练，争取在下一届冬奥会取得进步。

卡里姆是巴基斯坦代表团唯一一位参加北京冬奥会的运动员，并在开幕式上担任旗手。这是他第三次参加冬奥会。

卡里姆出生在巴基斯坦北部吉尔吉特—巴尔蒂斯坦地区，那里是巴基斯坦著名的“滑雪之乡”。4岁那年，卡里姆就穿上父亲制作的木雪板，第一次站上滑雪坡。“我和哥哥扛着雪板爬上山顶，紧张又期待的心情至今难以忘怀。”卡里姆说。

勤奋的训练和对滑雪的热爱让卡里姆脱颖而出，在巴基斯坦国内比赛中屡获佳绩。他15岁时就代表国家队出战，在国际比赛中取得优异成绩。巴基斯坦常年气候炎热，卡里姆每年在吉尔吉特训练三四个小时，再前往其他国家训练。“高山滑雪带给我为国争光的机会，也带给我更广阔的视野。”卡里姆说。

在北京备战的时间里，卡里姆抓紧训练。卡里姆说，巴中友谊源远流长，北京让他感到格外亲切，“我为自己设定了目标，增加了额外训练，努力保持最佳状态。”冬奥村及冬奥场馆建设让卡里姆赞叹不已：“这里有很多充满科技感的新体验，场馆保障服务细致周到。”卡里姆说，从令人惊叹的“雪飞燕”赛道，到能调节角度的智能床，再到吉祥物“冰墩墩”，运动员们全方位体验了一场高水平的冬季运动赛事。

“这是一场竞争激烈又充满友谊与欢乐的体育盛会。运动员们为梦想拼搏，同时展现了团结精神，加深了彼此间的友谊。北京冬奥会是我运动员生涯中一段最美好的回忆。”卡里姆说。

泰国越野滑雪运动员马 克·尚隆—— “滑雪让我有了更大勇气”

在张家口赛区国家越野滑雪中心，洁白的雪道依山蜿蜒起伏，形成一道道彼此相连的圆环。连日来，各国各地区运动员在这里展开了一场场高强度的越野滑雪竞速。

提速、冲刺、撞线！用时44分27秒，泰国越野滑雪运动员马克·尚隆在2月11日完成了越野滑雪男子15公里（传统技术）比赛。冲线那一刻，他非常激动：“很高兴，我全力以赴的拼搏收获了满意的结果。这是美好的一天，天气条件和我的竞技状态都很完美。”

尚隆是第二次参加冬奥会，他参与了越野滑雪项目中4个小项的比拼。“泰国地处热带，大多数人对冰雪运动了解不多。我希望通过参加北京冬奥会等大型赛事，带动更多人关注、参与到冬季运动中。”尚隆说。

尚隆对滑雪的热爱与家庭的熏陶密不可分。他的父亲也曾从事冰雪运动。耳濡目染下，他和妹妹从小就开始进行高山速降滑雪训练，为从事越野滑雪项目比赛打

下坚实基础。“越野滑雪更注重力量和耐力，运动员需要完成上坡、下坡和平地等不同滑行方式的转换，对技术要求也更细腻。”尚隆说。

本届冬奥会上，尚隆全家出动。他和妹妹在赛场上竞技，父母则组成了后勤团队，爸爸担任团队经理，妈妈担任理疗师。家人的关爱支持，成为尚隆在比赛中的动力源泉。他表示，无论是生活上还是比赛中，他总能得到家人的鼓励，家人见证着他的成长进步。

尚隆从事滑雪运动已有18年。日复一日的训练占据了他日常生活的绝大部分，他乐在其中，表示“为热爱的运动拼搏很幸福”。在训练中，尚隆经常需要克服恶劣的气候条件带来的困难，有时甚至需要面对零下20摄氏度以下的严寒。“滑雪让我有了更大勇气，直面困难和挑战。”尚隆坦言，艰苦的训练能磨炼斗志，让人更加坚韧、顽强地面对生活中的挑战。

多年来，尚隆不断在世界各地参加比赛，积累经验。他曾于2019年前往天津和杭州参加比赛，中国完备的雪上项目设施和赛事组织给他留下深刻印象。他说：“中国拥有高水平的滑雪设施和良好的训练条件，在这里训练更容易提升技术水平和成绩。”尚隆称赞北京冬奥会专业的设施条件和完备的服务保障，“闭环内严格执行消毒、分餐、核酸检测等措施，最大限度保障人员安全。来自世界各地的运动员借助冬奥会的平台交流互鉴，很多人结下深厚友谊。”

英国雪车 运动员蒙特尔· 道格拉斯—— “追寻梦想 并坚持下去”

2月18日，英国短跑名将蒙特尔·道格拉斯搭档舵手米卡·麦克尼尔出战北京冬奥会女子双人雪车项目。道格拉斯是第一位代表英国队既参加夏季奥运会又参加冬季奥运会的女选手。

对35岁的道格拉斯来说，参加北京冬奥会有着特别的意义。14年前，道格拉斯站上了北京夏季奥运会的女子百米赛道。2016年，道格拉斯改练雪上项目。提到这一选择，她说：“我想体验丰富的人生，感受两种不同的运动，获得更丰富的体验。从前还没有哪位英国女性运动员同时参加夏季和冬季奥运会，希望我的努力拼搏能激励更多女性投身体育运动当中。”

道格拉斯说，14年后再次来到北京这座“双奥之城”，让她感到无比振奋，“人一定要追寻梦想并坚持下去”。为了获得冬奥会参赛资格，道格拉斯和队友麦克尼尔此前还做了一件了不起的事情。受疫情影响，道格拉斯和麦克尼尔无法出国参赛，也无法去正规的赛道上进行日常训练。在麦克尼尔家人的帮助下，两人在麦克尼尔家的后花园自制了一条30米的雪车赛道，坚持训练。

道格拉斯在社交媒体上分享了自己在北京冬奥会开幕式上的照片：“又站在14年前第一次参加北京夏季奥运会时的赛场鸟巢，一切都显得那么神奇，又如此特别。北京冬奥会让我终生难忘。”在“雪游龙”开始训练后，道格拉斯对赛道情况大加赞赏，表示“北京的雪车赛道造型之美令人赞叹”。

无论赛场内外，道格拉斯都对生活充满热爱与激情。过去10年，她同时担任教练和体育老师，还是恩菲尔德市儿童与青年服务局的体育与健康协调员，努力为残疾人参与体育活动提供支持。“能为体育事业做贡献，我觉得十分有意义。”道格拉斯说。

（本报北京、伊斯兰堡、伦敦2月18日电）

挪威冰雪项目为何强

本报记者 张朋辉

截至2月18日，北京冬奥会上挪威代表团获得金银铜共计34枚奖牌，展示了在冰雪项目上的强大实力。人口不到540万的挪威，冰雪项目为何如此强？独特的地理环境、完善的冰雪设施、积淀深厚的冰雪文化、科学有效的选拔机制……这些经验给人以启发。

挪威位于高纬度地带，多高山峡湾，国土相当一部分位于北极圈内。受北大西洋暖流影响，挪威境内降雪多，但尚未达到极寒天气，适宜开展冰雪项目。从秋季到春季，挪威大部分地区均被厚厚的积雪覆盖，甚至夏季也可以在高山冰川之地开展冰雪项目。

在挪威，标记雪道超过3万千米，越野滑雪道和高山度假地密布。在多数山区滑雪胜地，缆车、索道、滑雪道等设施齐全，旅馆、设备租赁、专业教练等软硬件配套完善，不少城市郊区就有滑雪场。在首都奥斯陆，很多公园拥有滑雪场。滑雪场多、类型广，冰雪设施完善多样，初学者、专业人士都能找到适合自己的场地。

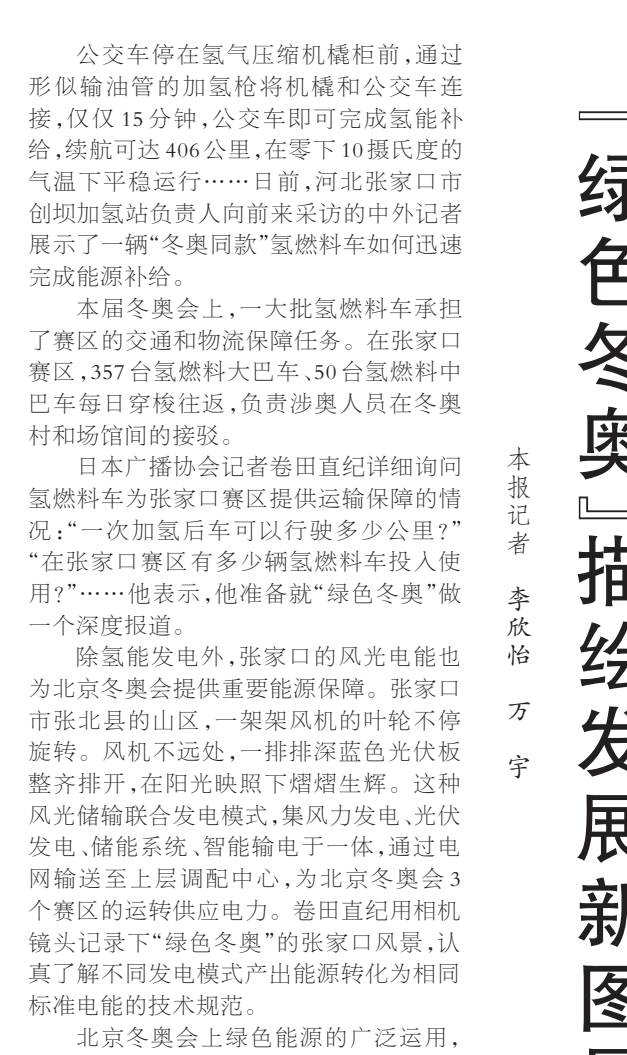
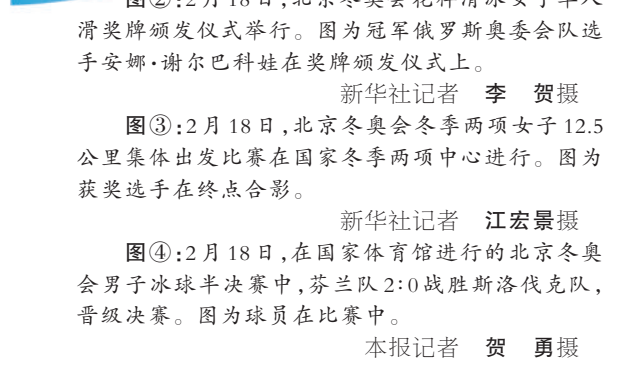
雪橇对早期的北欧人来说则是必备的生存工具，对现在的挪威人来说则是一种生活方式。提起雪上运动，不少挪威人会说：“我们是带着滑雪板出生的！”冰雪环

境积淀了深厚的冰雪文化。挪威曾经在1952年、1994年两度举办冬奥会。如今，挪威经常性举办越野滑雪比赛，全国性冰雪赛事多达几十项，各地的冰雪嘉年华富有特色。

挪威精英体育中心负责人托雷·奥弗雷勃介绍，挪威全国有1.2万多个体育俱乐部。在25岁的年轻人中，有组织地参与体育活动的比例高达93%，这意味着挪威有庞大的后备体育人才库。俱乐部表现突出的选手可以选拔到精英体育中心，接受进一步训练，有机会代表国家参加国际赛事。

挪威鼓励青少年参与体育活动，注重兴趣培养和全面发展。体育俱乐部不保留或公布13岁以下学员的成绩，全国性体育竞赛可以公布小选手比赛数据，但不进行排名。奥弗雷勃认为，此举旨在鼓励青少年参加体育运动，快乐运动、科学训练。挪威专家还认为，从17岁到27岁集中训练，更有助于运动员找到并延长运动巅峰期。“我们冬季项目成功的基础就在于运动员的组织、选拔、培养方式。”奥弗雷勃说。

（本报布鲁塞尔电）



图①：2月18日，北京冬奥会花样滑冰双人滑短节目比赛在首都体育馆进行。图为加拿大队选手在比赛中。

新华社记者 兰红光摄

图②：2月18日，北京冬奥会花样滑冰女子单人滑奖牌颁发仪式举行。图为冠军俄罗斯奥委会队选手安娜·谢尔巴科娃在奖牌颁发仪式上。

新华社记者 李贺摄

图③：2月18日，北京冬奥会冬季两项女子12.5公里集体出发比赛在国家冬季两项中心进行。图为获奖选手在终点合影。

新华社记者 江宏景摄

图④：2月18日，在国家体育馆进行的北京冬奥会男子冰球半决赛中，芬兰队2:0战胜斯洛伐克队，晋级决赛。图为球员在比赛中。

本报记者 贺勇摄

公交车停在氢气压缩机柜前，通过形似输油管的加氢枪将机械和公交车连接，仅仅15分钟，公交车即可完成氢能补给，续航可达406公里，在零下10摄氏度的气温下平稳运行……日前，河北张家口市创坝加氢站负责人向前来采访的记者展示了一辆“冬奥同款”氢燃料车如何迅速完成能源补给。

本届冬奥会上，一大批氢燃料车承担了赛区的交通和物流保障任务。在张家口赛区，357台氢燃料大巴车、50台氢燃料中巴车每日穿梭往返，负责涉奥人员在冬奥村和场馆间的接驳。

日本广播协会记者卷田直纪详细询问氢燃料车为张家口赛区提供运输保障的情况：“一次加氢后车可以行驶多少公里？”“在张家口赛区有多少辆氢燃料车投入使用？”……他表示，他准备就“绿色冬奥”做一个深度报道。

除氢能发电外，张家口风光电能为北京冬奥会提供重要能源保障。张家口市张北县的山区，一架架风机的叶轮不停旋转。风机不远处，一排排深蓝色光伏板整齐排开，在阳光下熠熠生辉。这种风光储联合发电模式，集风力发电、光伏发电、储能系统、智能输电于一体，通过电网输送至上层调配中心，为北京冬奥会3个赛区的运转供应电力。卷田直纪用相机镜头记录下“绿色冬奥”的张家口风景，认真了解不同发电模式产出能源转化为相同标准电能的技术规范。

北京冬奥会上绿色能源的广泛运用，吸引了众多外媒关注。彭博社报道，氢燃料车充电迅速，适用于张家口等平均气温较低的地区。在本届冬奥会上使用的氢燃料车呈现了新的发展图景。美国消费者新闻与商业频道报道，北京冬奥会充分展现了中国在氢能生产、储存和运输等全供应链上的潜力。《自然》杂志评论，北京冬奥会全面的新能源运用展现了更广泛碳中和实现的可能。

『绿色冬奥』描绘发展新图景

本报记者 李欣怡 万宇

本期统筹：塔怀扬
六版责编：程聚新
六版责编：季健明
七版责编：邹志鹏
八版责编：朱伟
版式设计：蔡华伟
唐天奕 高 信
史 哲 杨笑雨
王 迪 曹师韵
巩育华 卢 涛
张芳曼 张丹峰 汪哲平