

### 亚冬纵横

中国队包揽自由式滑雪女子U型场地技巧冠军

## 李方慧夺得中国体育代表团本届亚冬会首金

本报记者 孙龙飞

坚定地滑行,轻盈地腾空,帅气地转身和抓板……中国队选手李方慧用一套干净利落的动作,完成了最后一轮比赛。

2月8日,在哈尔滨亚冬会自由式滑雪女子U型场地技巧决赛中,李方慧以95.25分的成绩,夺得中国体育代表团本届赛事首枚金牌。中国队另一名选手张可欣摘得银牌,韩国队选手张侑珍获得铜牌。

当天的决赛分3轮进行,取最好成绩决定奖牌归属。面对山风等不确定因素,李方慧沉着应对,在首轮比拼中就展现上佳状态,以93.00分建立领先优势。

尽管在第二轮出现失误摔倒在地,可李方慧很快重新振作,在第三轮凭借堪称完美的表现征服裁判,用95.25分的全场最高分锁定金牌。“我为自己感到骄傲!”李方慧说,“失误后能迅速调整,心态的成熟是我这次比赛的重要收获。”

在U型场地技巧比赛中,场地的横截面像一条U形曲线,只有经过谷底、奋力腾空,才有机会欣赏到高处的美景。2022年北京冬奥会,首次参赛的李方慧在自由式滑雪女子U型场地技巧比赛中收获第

五名。

之后,她经历了一段低谷期。

过去一年,李方慧愈发刻苦训练,本赛季状态火热。国际雪联世界杯云顶站和阿斯本站的两块银牌,以及今年初世界极限运动会冬季赛的亚军,都让她信心更足。

“我要继续推着自己,向2026年米兰冬奥会冲刺!”李方慧对未来充满期待。

决赛中,张可欣同样发挥不俗,凭借第二轮的89.25分收获银牌。张可欣此前受膝盖伤病困扰,未能参加近期的两站世界杯比赛,但她仍积极备赛亚冬会。她在赛后表示,中国运动员在这个项目上的技术越来越全面了。

2月8日,自由式滑雪男子U型场地技巧决赛同期举行,韩国队选手李昇勋以97.50分的成绩夺冠,中国队选手盛海鹏以90.50分摘得银牌,他的队友孙敬博、苏帅兵分获第五和第六名。

据了解,中国自由式滑雪U型场地技巧队不久前结束世界杯阿斯本站的比赛回国,接下来还将赴加拿大继续参加世界杯的比赛。

中国速滑队收获3枚金牌

## 满怀信心 实现突破

本报记者 陶相安 李 芳

“在家门口比赛,更要全神贯注好好发挥。”站在哈尔滨亚冬会速度滑冰男子100米赛场上,中国队选手高亭宇斗志昂扬。

本场比赛,最后一组出场的高亭宇全力滑行,一路领先。“当我看到之前比赛的选手滑出好成绩后,我激励自己要快点,再快一点。”9秒35,高亭宇将哈萨克斯坦队选手叶夫根尼·科什金刚刚滑出的9秒47的成绩又提升了0.12秒,刷新亚洲纪录和赛会纪录,夺得本届亚冬会速度滑冰项目的首枚金牌。

虽然速度滑冰男子100米并非冬奥会项目,但在高亭宇看来,认真对待每一次比赛,每一堂训练课十分重要。近两年,他十分注重100米项目的训练,“这对我练习500米项目的提速很有帮助。”

上届亚冬会,高亭宇在男子500米比赛中夺得冠军,为中国速滑队收获当届赛事唯一一枚金牌。本届亚冬会,高亭宇对队友们

充满信心,“我很期待宁忠岩、韩梅等年轻队员的表现。”

队友们没有辜负高亭宇的期待。在随后进行的速度滑冰男子1500米比赛中,宁忠岩以1分45秒85的成绩夺得冠军。“我在赛前给自己定下目标,争取实现突破,我做到了!”夺金后的宁忠岩十分兴奋。他坦言,虽然是首次踏上亚冬会的赛场,但经过这几年国际比赛的历练,自己的发挥更加稳定,“这枚金牌也让我对接下来的比赛充满信心。”

在当日进行的最后一场速度滑冰比赛中,中国队选手韩梅、杨滨瑜、殷琦发挥出色,包揽女子1500米比赛前三名。“我希望通过本次比赛检验自己的水平,虽然最后两圈发挥有些起伏,好在顺利完赛。”夺金后的韩梅十分冷静,“我们还要继续努力,更大的舞台上还有更强的选手在等着我们。”

### 瞬间



## 有实力有定力 “方慧”绽放

作为替补队员,抵达赛区不到两天,就为中国队夺得首金!李方慧在U型场地的完美表现,靠的不是突如其来的运气,而是长期艰苦训练沉淀下来的技术和定力。成功只有一个秘诀,就是你具备成功的实力。

中国队选手李方慧在自由式滑雪女子U型场地技巧比赛中。  
本报记者 王 亮摄

中国队包揽单板滑雪女子坡面障碍技巧金银牌

## 不负众望 收获成长

本报记者 刘硕阳

147名为首次参赛。这支年轻的团队,一方面充满青春活力,一方面也面临经验尚浅的现实。教练团队在做好技术指导的同时,也更注重运动员的心理疏导,多谈心、多鼓励。

这枚亚冬会金牌为张小楠注入了更多信心,想到两天后的大跳台比赛,她的“心里多了一份从容”。

“没有你们,就没有我的这枚金牌!”还没走下雪场,中国队选手张小楠面对上前祝贺的国家队工作人员,激动得泣不成声。

80.75分、88.75分、95.25分,2月8日上午,哈尔滨亚冬会单板滑雪女子坡面障碍技巧决赛中,张小楠的滑行一轮比一轮出色,不断扩大领先优势。看似是轻松夺冠,实际上,她的内心经历了很多起伏。

张小楠今年18岁,虽然此前有冬青奥会等国际大赛的参赛经历,但面对压力难免出现波动。作为长时间率领国家队角逐世界杯的领队,薛宇非常清楚张小楠的状态。“她具备夺冠的水平 and 能力,但她太想赢得这个冠军了,心理压力很大。”薛宇说,“一直到比赛前,我们都在为她做心理疏导。不负众望,她战胜了自己!”

本场比赛夺得银牌的中国队选手熊诗芮,年龄只有17岁。本届亚冬会,中国体育代表团运动员平均年龄仅为23岁,170名运动员中有

### 冰城观澜

本届亚冬会,哪个项目报名最踊跃?

答案是“高山滑雪”,共有来自25个国家和地区的队伍参加。其中,柬埔寨和沙特阿拉伯首次参加亚冬会,后者还将担任下届亚冬会东道主。

新成员,新气象。“作为热带国家,派运动队参赛是柬埔寨的骄傲”“期待从中国办赛中汲取经验,相信沙特阿拉伯将有更多运动员参与冰雪项目”……见惯热带雨林、沙漠绿洲的人们,正被“冰雪奇缘”深深吸引,共赴亚冬之约,奏响“冰雪同梦、亚洲同心”的动人乐章。

从1986年参加首届亚冬会的7个体育代表团,到如今第九届亚冬会的34个,气候炎热、冰雪稀缺的国家和地区代表团数量增长不少。亚洲冰雪运动“朋友圈”的进一步扩大,是万千参与者跨越经纬、拥抱彼此的结果。

中国的冰雪热,不仅传遍大江南北,也为亚洲冰雪运动注入生机活力。冰雪运动跨越地域限制,四季温暖的广东等省份冰雪运动消费火热;随着中国不断扩大免签国家范围,入境游持续升温,越来越多的东南亚游客慕名而来,打卡广州等地的雪场,畅享冰雪乐趣。

环境有别,心境相通。无论是在亚冬会的赛场上,还是在亚洲各地的雪场、冰场上,对冰雪运动的兴趣、对共融共享的追求,汇成人们加深理解的语言。有一种热爱跨越经纬,乐见亚冬会“大家庭”更加兴旺团结,也相信冰雪梦想将承载人们对美好生活的向往,不负“热”爱、蓬勃生长。

## 有一种热爱跨越经纬

刘 念



### 秒懂亚冬

## 短道速滑、速度滑冰有何不同?

2月8日是哈尔滨亚冬会开幕后的首个比赛日,当日在黑龙江省冰上训练中心综合馆和速滑馆,短道速滑和速度滑冰两个项目轮番上演“速度与激情”。

一些观众不免疑惑,都是速滑,短道速滑与速度滑冰究竟有何不同?

短道速滑,顾名思义,冰道长度较短,比赛场地内缘周长为111.12米。相比之下,速度滑冰场地标准跑道最大周长为400米,最小周长为333.33米。

场地的差异对运动员们提出了不同要求,短道速滑对选手技战术的要求更高,速度滑冰则要求选手的力量、耐力更强。

比赛规则亦有不同。短道速滑比赛中,选手们从同一起跑线出发,在不违反规则的前提下,按照抵达终点线的先后顺序进行排名。速度滑冰项目则以滑行耗时决定名次。

本届亚冬会速度滑冰设个人项目和团体追逐项目。其中,个人项目两人一组,内、外道各一人。由于内外赛道长度不同,运动员每滑完一圈后,都需要在换道区进行换道,换道时外道运动员优先换至内道,从而确保两人的滑行总距离相同,排名以最终的滑行时间决定。团体追逐则采用分组淘汰制,两队一组,每队3人。两队需在对向出发点按相反方向滑行,第三名运动员通过终点后比赛结束,用时较短的队伍获胜。

此外,冰刀也有区别。短道速滑所用的冰刀刀体短,由两点固定在鞋底。速度滑冰的冰刀刀体长,只有前点与冰鞋固定连接。

(本报记者 陶相安整理)



图①:2月8日,中国队选手高亭宇在速度滑冰男子100米项目比赛中。

本报记者 厉衍飞摄

图②:市民在哈尔滨市丁香公园内打冰球。

新华社记者 张 涛摄

图③:2月8日,中国队选手张桂园在高山滑雪女子回转项目比赛中。

新华社记者 陈益宸摄

图④:2月8日,中国队选手刘昊宇在单板滑雪男子坡面障碍技巧项目比赛中。

本报记者 张武军摄