



陈芋汐展示奖牌及东京奥运会期间在同一场馆的留影照片。
新华社记者 伍志尊摄

在热爱中继续向前

——专访中国跳水运动员陈芋汐

本报记者 刘 屹

不久前的名古屋亚运会上，中国跳水运动员陈芋汐收获女子10米跳台单人和双人两枚金牌。

从2019年初登世界赛场，到如今逐渐成为队里的大队员，伴随成绩积累的，还有对自己、对跳水的更多思考。接受本报记者采访时，陈芋汐这样概括现在的自己：“更加从容，更加淡定，也更加热爱。”

“要做就尽量做到完美”

现在参加比赛还会紧张吗？“会。”陈芋汐答得干脆。陈芋汐说，比赛前一天晚上，甚至当天上场前，她还会有一种不踏实的感觉。但真正进入赛场、站上跳台，这种感觉反而会渐渐消失，取而代之的更多是兴奋。

“紧张是伴随着每个运动员的，可能从接触体育的第一天直到退役都会存在。”陈芋汐说，“紧张也是调动自己的一部分，能更好地激发潜能。”

学会与紧张相处，来自一次次大赛的积累。

2021年东京奥运会，陈芋汐第一次登上奥运舞台。这次亚运会重回当年的比赛场馆，她也想起那时的自己。

“那时候整体状态不是特别稳定，包括很多向后的动作，总是跳不好。”陈芋汐说。几年过去，再站上熟悉的跳台，自己的动作更加稳定，面对比赛也更加从容、淡定。

技术在进步，对自己的高要求却一直沒有改变。

“我就是要么不做，要做就想尽量做到完美。”陈芋汐说。这样的性格督促她不断提高，有时也会带来困扰，容易钻牛角尖，所以她也在学习如何更好地平衡。

“我感受到了更多的坚定和勇气”

东京、巴黎两届奥运会，陈芋汐都收获了双人金牌和单人银牌。巴黎奥运会结束后，她一度对未来产生犹豫。

“当时没有办法坚定地去选择，我到底是继续还是放弃。”她说。

这一调整过程持续了约一年，她逐步找到了答案。

“好像也没有什么契机，就是慢慢地，自己更加愿意、更加坚定。”陈芋汐说。

其间，身边人的支持给了她很多力量。

“在我非常低落的时候，没有任何

一个人告诉我，你必须这样做，或者必须拿到什么样的成绩。”陈芋汐说，教练、领队和队友更多通过行动，帮助她解决遇到的问题。

“在中国跳水队这个温暖的大家庭里面，我感受到了更多的坚定和勇气，让我继续走下去。”她说。

经过这段调整，陈芋汐对自己的跳水生涯有了更深入地思考。

陈芋汐6岁开始练习跳水。回忆刚练跳水的日子，她说，那时热爱只是一部分，也有被推着前进的一面。在日复一日的训练和比赛中，她逐渐体会到跳水的魅力。

“还是要脚踏实地，从训练做起”

随着年龄增长和比赛经验增加，陈芋汐对自己的身体以及在队伍中的角色，都有了新的认识。

她说，与更年轻的时候相比，身体恢复能力有所变化。过去可以通过较大的训练量反复巩固技术，如今则更加注重训练的效率和质量。

“更多时候要练得精，而不是练得多。”陈芋汐说，“要靠质量去稳定技术，而不是靠数量去堆。”

训练场上，陈芋汐很少聊天，尽量保持专注。她希望每一次起跳都是有效的，尽可能减少错误动作的出现和重复。

“我的体能就那么多，不应该去浪

费任何一个动作。”她说。

从初登世界赛场的年轻选手，到如今拥有丰富大赛经验，陈芋汐逐渐成为队里的大队员。与卢为搭档训练比赛时，她会有意识地把更多注意力放到搭档身上。

“我的大赛经验相比卢为更加丰富一点，我也需要去照顾、关注她的情绪和状态，扛起更多的责任。”陈芋汐说。

一路成长，跳水前辈的言传身教对她影响很深。坚韧、勇敢、自信、果断……这些品质，在每天的训练和比赛中潜移默化地影响着她。

“以前只是口头说，但是现在自己也慢慢变成一个大队员了。”陈芋汐

说，如今的自己更加理解体育精神对于运动和生活的意义。她也希望将这份精神传递下去，让年轻队员更快成长起来。在她看来，不断有新鲜血液加入，形成良好的人才梯队，一个项目才能更好地持续发展。

距离2028年洛杉矶奥运会还有不到两年。谈到未来，陈芋汐仍然把目光放在眼前。

“还是要脚踏实地，从每天训练做起。”她说，先比好世锦赛，再一步步争取奥运会入场券。对于自身，她希望在动作细节、心态和技术稳定性等方面继续提高。

希望两年后的自己是什么样子？“是一个更加从容、更加淡定、更加自信的女孩。”陈芋汐说。

花期与人生

刘 屹

前几天，一位同事在中网采访中国网球选手张帅时，问她连续作战累不累，又感叹自己刚从亚运会回来，实在累坏了。张帅笑着回答：“那是因为你没采访我！”

听同事讲起这段对话，忍不住笑了。其实，两人在亚运会上就有过一次有趣的互动。网球女单决赛后的新闻发布会上，张帅谈起王曦雨曾遭遇的质疑和伤害，呼吁大家不要轻易嘲讽、伤害一个善良的人。坐在台下的同事听得泪流满面。原本也在用纸巾抹眼泪的张帅见状，突然指着她问：“你是不是伤害过人家，怎么哭成这样？”一句玩笑，让现场多了几分轻松。

那场发布会上，张帅说过一句话，让我印象深刻：每个运动员都有自己的花期，有人开得早，有人开得晚。

37岁的张帅，对此应该深有体会。她的职业生涯几经起伏，曾经历漫长的连败，也曾因状态低迷受到质疑，但始终没有放弃。今年年初，她收获个人第三座大满贯女双冠军奖杯。为了参加名古屋亚运会，她主动放弃中网单打，亚运会结束后又马不停蹄赶回北京，随后继续转战武汉。

几天前，张帅在武网女单首轮告负。赛后，她坦言自己已经“力竭”，在当时的身体条件下已尽了最大努力，但仍然不愿退赛，不想放弃在球迷面前打球的机会。

我跟张帅年龄相仿。人到中年，难免感受到时间的紧迫，也会面对工作和生活中的压力。年轻时憧憬的人生目标，到了这个年纪，也未必都能如愿。但张帅的经历让人看到，年龄不必成为自我设限的理由，暂时的失意也不意味着前路已尽。

我们走近运动员，原本是为了记录他们的故事，其实自己也从中获得了启发。我们见证他们的成功，也目睹他们的失意；关注赛场上的表现，也在赛场下的交流中感受他们的人生态度。

就像那位在发布会上落泪、又在采访中被张帅调侃的同事，虽然两人每次交流的时间都不长，但留下的感动和思考可能持续很久。那些从体育中获得的感动与力量，最终会融入我们的生活，成为继续前行的动力。



张帅在中网比赛期间接受采访。 资料照片

已有超3700人报名

长春大冬会筹备工作稳步推进

在距离长春2027年第33届世界大学生冬季运动会开幕不足百天之际，国务院新闻办公室10月14日举行新闻发布会，介绍赛事筹备情况。长春大冬会目前已吸引超过3700人报名，各项工作正稳步推进。

报名人数为历届之最

长春大冬会将于2027年1月15日启幕。这是继2009年哈尔滨大冬会后，该项冬季体育盛会再次落户中国。本届赛事共设12个大项、97个小项，截至10月12日，已有63个国家和地区的3716人报名参赛，为历届大冬会报名人数最多的一次。

大冬会组委会副主席、教育部副部长王嘉毅介绍，中国大学生体育代表团正积极组团，规模为400余人，其中运动员约240人，计划参加除冰球外11个大项的比赛。王嘉毅表示，目前代表团组织工作正有序推进，并将有计划地开展各项目集训工作，切实做好高水平的专业备战，争取取得好成绩，同时以“零容忍”的态度做好反兴奋剂工作。

来自北京体育大学的冰壶运动员董子齐表示，作为东道主运动员，欢迎世界各地的朋友来到中国长春，希望大家在比赛之余可以多走走、多看看，也希望可以有更多的青少年通过长春大冬会关注、参与并热爱冰雪运动。

各项筹备工作有序推进

本届大冬会自2025年11月成功申办以来，各方坚持“简约、安全、精彩”的办赛要求，有力有序推进各项筹办工作。长春大冬会2026年3月发布了吉祥物“吉冰”“吉雪”，10月发布了奖牌“吉梦”、火炬“吉翔”。10月8日大冬会火种在意大利都灵成功采集，长春于14日上午举行了火种欢迎仪式。

本届大冬会将在长春、吉林两大赛区进行，赛事筹办力求节俭。组委会对长春、吉林两市现有13座场馆进行改造，没有新建一座场馆，赛后场馆将面向社会开放，在专业培训、赛事举办、

群众体育事业发展上持续发挥作用。

大冬会组委会副主席、国家体育总局副局长佟立新表示，以竞赛指挥中心为中枢、各项目单项竞赛委员会为基础的竞赛组织体系已搭建完成，正在加快磨合工作，确保赛时运行平稳，指令高效传导，突发事件处置快速。

本次大冬会将设14个比赛日，其中冰壶将于1月12日率先开赛，在1月25日闭幕日当天，还将有短道速滑等项目的比赛进行，一些热门项目比赛将安排在周末举行。从下个月起，大冬会将安排15项测试演练，部分项目实施全流程、全要素实战演练，重点检验指挥调度、场馆运行、器材设备等环节。

促人文交流 展吉林风采

王嘉毅表示，世界大冬会从来不是一场简单的冰雪竞技盛会，更是全球青年以体育为名、以文化为桥、以学术为纽带，开展对话交流，深化文明共建的重要载体。

在长春大冬会举办期间，国际大体联世界学术大会将同时举行。本届学术大会预计将有超过400名专家学者和师生代表参加，大会将聚焦冰雪运动科学、体教协同发展、高校体育可持续发展三大核心议题，通过专题报告等多种形式的活动，努力形成一批有分量、可转化的学术成果。

据介绍，长春拥有50多所高等院校，在校大学生有60多万。本次大冬会将充分发挥这一优势，推出一系列文化推介、主题展览活动。在主媒体中心设立的中文学习互动体验区将传播中华优秀传统文化，选拔出的约8100名志愿者届时也将承担文化交流的工作。

王嘉毅同时表示，长春拥有灿烂的电影产业文化、深厚的汽车工业底蕴和独具特色的冰雪雕塑艺术，届时大冬会将通过丰富多样的城市文化体验活动，将文化交流从赛会延伸到城市之中，让到访的宾客亲身感受真实、立体、鲜活的中国形象和吉林风采。

（据新华社电 记者韦骅、梁晨）

北京将承办2027年苏迪曼杯决赛

据新华社电 世界羽联10月14日宣布，2027年苏迪曼杯世界羽毛球混合团体锦标赛决赛阶段比赛将于2027年4月21日至5月2日在北京举办。

这是北京自2005年举办苏迪曼杯以来，时隔22年再次承办世界羽联个人或团体世界锦标赛。北京还曾于1987年举

办世界羽毛球锦标赛。

世界羽联主席巴达玛·利斯瓦达恭表示，长期以来，中国在羽毛球运动的发展和取得全球成功中发挥着重要作用，非常高兴能回到北京举办世界羽联苏迪曼杯决赛。

世界羽联表示，2027年苏迪曼杯将



近日，广西壮族自治区第十六届少数民族传统体育运动会花炮项目比赛在柳州市举行。抢花炮被誉为“中国式橄榄球”，因对抗激烈、趣味性强而深受各族同胞喜爱。

图为花炮队队员在比赛中争抢。

新华社记者 黄孝邦摄

激情抢花炮 竞技乐趣多