



朱易 花样滑冰女子单人滑选手

## 一曲舞罢,她笑着离开冰面

坐在场边等待分数时,尽管脸庞被口罩遮住,但朱易与教练满眼笑意。

“我们在讨论技术动作。教练说我第一跳点冰太轻了,但最后一个跳跃动作后外点冰三周跳能做成连跳还挺好的。我说我最后一个旋转差点摔倒了,他就笑了。”朱易笑着说。

在15日的花样滑冰女子单人滑短节目中,尽管朱易第一跳后内点冰三周跳因周数不足被降级,连跳也没能接上,但她较好地完成了其他两跳并在最后一跳后补跳了后外点冰两周跳,一定程度上弥补了基础分的损失。最终她获得53.44分,排名第27位。

一曲舞罢,朱易满脸微笑,用双手向观众比了一个心形。这是她在北京冬奥会上的第三次亮相,也是她第一次笑着离开冰面。“今天的状态比团体赛时好多了,自己也放开了,很享受比赛,所以最后自然地笑出来了。”朱易说。

在上周进行的团体赛女单短节目中,朱易出现严重失误。她的三个跳跃动作,一个跳空、一个在落冰时摔倒,仅获得47.03分。赛后接受采访时,她难掩沮丧,一度哽咽。之后,网络上的一些声音也让她感受到压力。第二次自由滑中,虽然状态有明显改善,但表现难称完美。她再次在冰面上掩面哭泣。

过了一周时间,在元宵节这天,来到现场的观众依旧热情地为她献上经久不息的掌声并喊出“朱易,加油”。而战胜了自己的朱易显然更加享受这场比赛,她在比赛结束后微笑着张开双臂向大家致意,露出了久违的笑容。

“虽然还是有失误,但我拿到了每一个自己可以拿到的分数。”

朱易也得到了队友们巨大的支持。在当天的比赛中,已经结束比赛的金博洋和柳鑫宇也来到现场,为她加油助威。

对于未来,朱易说,希望能继续为国出战,也希望有越来越多的中国女单选手在国际赛场有更好的表现。“做好自己,强大自己,继续提高自己。”这是朱易在接受采访时反复提到的——她对自己的希望。  
(新华)

宋祺武 跳台滑雪男子选手

## 他说,勇敢飞的人会爱上这项运动

从2月5日的冬奥会首跳,到14日晚在北京冬奥会跳台滑雪男子团体大跳台比赛中的最后一跳,宋祺武觉得这是人生中经历最丰富、收获最大的10天。

20岁的宋祺武曾经是田径110米栏运动员,偶像是刘翔和苏炳添,2019年才通过跨界跨项开始接触跳台滑雪,不到三年的时间站到了奥运赛场上。

“我是四川人,之前都没怎么见过雪,更没有滑过雪。”宋祺武说,“最开始接触跳台滑雪的时候,首先要过的就是心理这一关,从100多米的高台往下跳,难免会有恐惧。”

滑雪和飞翔,面对两个人生中完全陌生的领域,宋祺武在摸爬滚打中找到感觉。“刚开始训练,落地摔倒是家常便饭,我始终努力飞得更远,也慢慢喜欢上了这项运动,喜欢上飞行的感觉。”

宋祺武的冬奥首秀,成绩上看没有太大亮点。虽然每次赛后接受采访时语气平静,但他心里其实一直在波动。那种属于年轻运动员特有的波动:在困惑中透露着不甘心。

但和曾经同样在冬奥会上留下遗憾的前辈相比,宋祺武是幸运的,比赛结束后,他将和其他中国跳台滑雪运动员回到河北涞源国家跳台滑雪训练科研基地,在“训练神器”风洞实验室的帮助下,飞得更远。

“这些年跳台滑雪在中国的发展非常不错,我们仅仅用了三年不到的时间就站到了冬奥会的赛场上,这是一个很大的突破。勇敢飞,别怕摔!你会爱上这项运动!”  
(新华)

和备受瞩目的领奖台相比,他们虽然最终没能站在那里,但让人不可忽略的是,仍有一些极为珍贵的东西,让他们在赛场上闪闪发光。

那极为珍贵的就是:突破内心藩篱,挑战自我极限。去尝试,去挑战,去恣意挥洒,享受每一个瞬间。因为,没有什么比拥有一往无前的勇气更令人艳羡。

让我们来看几个他们的故事。



荣格 单板滑雪选手

## 让世界看到中国选手有这个实力

本届比赛是19岁小将荣格的第一次奥运之旅,这次经历对她来说弥足珍贵。

出生在吉林的荣格,在小时候随母亲前往加拿大生活并慢慢喜欢上了单板滑雪。随后她被苏翊鸣的教练佐藤康弘发掘,在2019年夏天进入中国国家集训队。

就在那一年,荣格在新西兰卡德罗纳举办的比赛中完成亮相,获得坡面障碍技巧赛第5名。去年在瑞士库尔城举办的世界杯上,荣格获得大跳台第八名,一举拿下冬奥会资格。

本届奥运会,虽然荣格在坡面障碍技巧比赛中发挥不佳,但她很快调整了自己,随后就在大跳台比赛中获得第5名,这是中国女子选手在该项目上的最好成绩。

“成为专业运动员后确实练得更难、更辛苦,但这是发自内心的热爱在支撑自己。这次冬奥会我有许多收获,代表中国队参赛,完成了自己的最高难度动作,认识了很多新朋友。我只想让世界看到,中国运动员有这个实力!”荣格说。

# 米凡钰的珍贵坚持



杨硕瑞

自由式滑雪大跳台/坡面障碍技巧赛选手

## 坚持下来就是胜利

三年前,杨硕瑞参与跨界跨项选拔,从高山滑雪转到自由式滑雪,是因为她认为这个项目的“动作很帅”,“飞跃的感觉”让她体会到这项极限运动背后的乐趣:“尤其是落地的一瞬间,特别有范儿。”

经过努力,杨硕瑞获得了北京冬奥会的参赛资格,这对她来说非常不容易。但就在自由式滑雪女子大跳台资格赛上,她在赛前演练比赛动作时摔倒,左侧额头挂着血痕,左眼眉骨处有淤血,眼睛和脸颊都出现了肿胀。

但这些都阻止不了杨硕瑞继续参赛,尽管她只拿到第20名的成绩,但这个坚强的女孩,令赛场人员为之动容。

到了坡面障碍技巧赛场,杨硕瑞两轮比赛均顺利完成,但因为一些失误动作,她未能晋级决赛。但在带伤出战的情况下顺利完赛,就已是巨大突破。

比赛结束后,杨硕瑞说自己的伤口依旧很疼,但这并不影响她继续前行:“我会去找到差距,再回去加强,每天的过程都很累,但只要坚持下来了就是胜利。”

孔凡钰 自由式滑雪空中技巧选手

## 四年做两次手术的她,还是会选择腾空

2月14日晚的自由式滑雪女子空中技巧决赛,就在徐梦桃摘金前的几分钟,另一位中国选手孔凡钰完成了自己的最后一跳,只可惜她在落地时未能站稳,这名上届冬奥会摘得铜牌的选手,这一次未能站上领奖台。

“恭喜徐梦桃,为中国队拿下这枚金牌。”看到“老大姐”夺冠,孔凡钰发自内心的高兴,“说说我自己吧,能站在这个舞台上,我觉得自己是很棒的,并且完成了这个赛季女子选手里很少有人能做到的难度。”

练习这个项目的选手,都是在与伤病作斗争,孔凡钰也不例外。四年来的两次手术,让她一度认为自己将无缘本次奥运会,但孔凡钰挺了过来,并在此前的世界杯分站赛上拿到冠军。

“站在冬奥会的场地上,我没有别的想法,就是想为中国队拼下金牌。”孔凡钰哭着说。

等到四年后的米兰奥运会,孔凡钰就将是33岁的选手,不知道那时在意大利能否看到这位老将的身影。当现场记者将这个问题抛给她时,孔凡钰反问道:“你们觉得我行吗?”在场的记者们异口同声:“一定行!”

