

“花都速度”闪耀亚洲

13名少年斩获4金3银

花都跳绳梦之队载誉而归,两破世界纪录背后是伤痛与坚守

8月5日,征战2026亚洲跳绳锦标赛的广州花都跳绳梦之队的13名队员载誉而归,在7月31日至8月3日的比赛中,他们全力角逐,最终斩获4金3银,两度刷新世界纪录,用极致的速度与默契,让“花都速度”闪耀亚洲。闪亮奖牌的背后,是队员们日复一日的训练,那根看似普通的绳子,牵动起一个个冠军的梦想,更串联起一段关于坚守与热爱的青春故事。

■采写:新快报记者 林翠珍
■图片:受访者提供



◀16+女子组4×30秒交互绳接力比赛获得金牌。

▼钟炜锋是儿童片《点点星光》的男主角之一。



教练 ▶ 奖牌更依赖集体的坚韧

新快报记者了解到,本届赛事含金量最高的16+年龄组别,是全场唯一设置预赛赛制的最高竞赛组别。该组别集结亚洲各国成熟顶尖选手,技术体系扎实、大赛经验丰富、临场抗压能力极强,所有对决均代表当前亚洲跳绳项目的最高技术水平与竞技实力,是本次亚锦赛最具分量、最专业的核心竞赛单元。“全体人员克服多重困难刻苦训练,最终交出的成绩单含金量高,值得庆贺。”花都跳绳梦之队教练员何金辉表示,目前,交互绳项目是队伍的核心优势项目,在亚锦赛中打破的16+混合组60秒交互绳速度、16+男子组60秒交互绳速度两项世界纪录,很难再次被超越。

结束比赛回到花都后,教练员曾结冰写下这样一句话:回望一整年并肩备战的时光,所有放学、周末、节假日的加班集训……赛场上克服伤病攻坚克难的点点滴滴都格外珍贵。



■花都跳绳梦之队。

这份“珍贵”里,藏着太多令人动容的故事。曾结冰告诉记者,在浙江上虞,高温天气和训练劳累,五六个孩子都患上重感冒,还有不少队员伤病在身,队员李荣欢在出发前遭受跟腱和骨膜炎的双重折磨,走路都困难,只能停训。为了能让他重新站上赛场,教练组亲自上阵为他做康复,直到国家队集训,他才开始回归训练。许久未练的他

和队友的磨合变得异常艰难,加上伤病并未痊愈,他几乎是从一次次失败中重新开始,硬是一点一点练回来,最终夺下16+混合组60秒交互绳速度金牌,并刷新世界纪录。队员洪智大腿肌肉拉伤,钟炜锋身带多处旧伤,还有队长陈鸿翔,比赛前手部还在进行针灸康复……但他们从不掉队,咬牙坚持,拿下了一个又一个奖牌。

队员钟炜锋 ▶

国际跳绳不断进步 我们不断超越自我

在本次亚锦赛上,钟炜锋参加了16+男子组4×30秒交互绳接力、16+男子组60秒交互绳速度以及16+男子组三摇跳等多个项目,获得了1金2银并在交互绳速度项目中以单脚256.5下打破原有的世界纪录。“其实这次破纪录和我们日常训练的成绩一样,在赛场的高压下,能够稳定发挥出自己平时应有的水平。”钟炜锋说。

钟炜锋是第33届中国电影金鸡奖最佳儿童片《点点星光》的男主角之一。电影里,他饰演一名用跳绳改变命运的留守儿童;现实中,他从6岁起握紧绳把,在2019年国际比赛上夺得冠军,被教练誉为“跳绳神童”。儿时的他面对镜头时曾说:“我想让全世界都知道我的名字。”

通往梦想的道路总是布满荆棘,训练中遇到挫折想要放弃时,电影里的一个镜头总会浮现在他眼前:当他达成目标后,所有队友都冲上来激动地抱住他庆祝。这份温暖与荣耀,让他心里的那团火瞬间复燃,支撑着他继续去挑战更高的巅峰。“很感慨,现在国际上跳绳在不断进步,我们也在不断超越自我。”对于明年的世锦赛,钟炜锋目标很明确:冲击金牌,打破纪录,再次留下自己的名字。

钟炜锋的脚步从未停歇,8岁斩获首个洲际冠军,10岁在挪威跳绳世界杯上夺得7金2银,多次在全国跳绳联赛总决赛包揽冠军亚军。2025年征战世界跳绳锦标赛多次刷新世界纪录。同样是2025年,年仅16岁的钟炜锋成为第十五届全国运动会广州站第23棒火炬手,也是最年轻的火炬手……他的名字,早已被全世界知道。

花都素有“跳绳之都”美誉,多年来持续深耕跳绳特色校园教育。目前花都区已培育52名世界跳绳冠军、4名世界跳绳大师,累计打破20项世界纪录、创造5项吉尼斯世界纪录,斩获国家级及以上金牌超1000枚……花都跳绳梦之队的故事,是从学校赛场一步步走向世界之巅的故事。“花都速度”一次次闪耀赛场,花都跳绳梦之队不会停下脚步,此次亚锦赛结束后,从教练到队员,每个人都将马不停蹄地为明年的世锦赛全力备战。

队长陈鸿翔 ▶ 习惯了“痛着上场”的“定海神针”

在此次亚锦赛中,获得了两枚金牌的陈鸿翔,是花都跳绳梦之队的队长,她和队友陈钰铃、黄冰倩、陈楚淇一起拿下了16+女子组4×30秒交互绳接力、16+女子组4×30秒单摇接力的金牌。

前一项她们十拿九稳,后一项能拿到金牌则是在意料之外,“我们刚开始并没有信心拿第一名,只是想尽量去冲。”陈鸿翔说,她们以预赛第二名的成绩进了决赛,当时距离第一名差了七个,预赛结束到决赛三天的调整期内,她们大胆定下“比第一名多跳一个”的目标。虽然最终的成绩离这个极限目标还差三个,但她们力压韩国,硬生生从预想的“保三争一”拼下了这块意料之外的金牌。

两枚金牌的背后,少不了四名队员的默契配合,“我们组队已经有一两年,其中两名队友是从初中就开始组队的,我对她们很有信心,在出现一些问题和失误时,我们都会自行去调整、去纠正。”在陈鸿翔看来,跳绳能够

拿成绩,需要个人的坚持和毅力,更需要团结配合,但最终站在赛场上,就什么都不要想,就是要自信。

走下领奖台,她的目光便已越过这次亚锦赛,锁定在2027年挪威世锦赛。接下来的目标是——女子组4×30秒交互绳接力破纪录,“其实我们训练时的成绩已经可以破纪录,只不过在这次比赛中没有发挥出来。”陈鸿翔也有一些遗憾。

记者了解到,陈鸿翔常年都有手腕的伤痛,交互绳接力中需要极强的手臂力量,而她用力太久就会感到疼痛,但她说:“我习惯了,就是这样痛着上场。”这句话说得轻描淡写,却令人心疼。

8岁时,陈鸿翔拿下了花都区赛的第一块金牌,从此与跳绳结下不解之缘。2023年世锦赛,陈鸿翔和队友们一起拿下首金,9名花都队员一共获得了14金8银3铜的好成绩,也正是在此次比赛后,她的右手腕严重劳损,最严重时,写字一个小时都会痛。

“我曾经用左手吃饭吃了一个学



■陈鸿翔展示奖牌。

期,想改惯用手试试吧,别让右手那么累。”在陈鸿翔看来,手腕疼痛只是“小问题”,并不能让她因此退场,去年比赛靠涂活络油才上场、今年的比赛肌贴不离身,备战亚锦赛期间,学校成了她的集训营,每日放松、冰敷、涂抹药酒是家常便饭。“训练量不是很大的话,痛我都能接受。”她说。

在教练眼中,她优秀又稳重,有着一颗“大心脏”,是整个团队的“定海神针”。陈鸿翔也十分感谢教练们,“在你们身上我学会了如何自信地展现自己,也让我更加懂得了什么叫坚持”。