

95.50分

排名第一晋级决赛 这就是谷爱凌的最强项

北京冬奥会自由式滑雪女子U型场地技巧资格赛昨日战罢，中国选手谷爱凌排名第一轻松晋级，张可欣和李方慧分别排名第五和第七也都顺利闯入决赛。

比赛中，谷爱凌第一滑就斩获93.75分，资格赛首轮过后排名第一。第二滑，谷爱凌进一步提升了动作质量，将分数提升至95.50分，从而以排名第一的成绩轻松晋级决赛。

赛前包揽全部四站冠军

本赛季的国际雪联世界杯分站赛上，谷爱凌在U型场地技巧项目上表现强势，包揽全部四站冠军，并在运动生涯中首次捧起象征赛季总冠军的水晶球。北京冬奥会上，她也被认为是该项目夺金的最大热门。

“这个场地非常棒，滑起来速度特别快。过去几天因为有坡障的资格赛和决赛，所以U型场地技巧训练对于我来说是一个挑战。前天训练中我感到十分疲惫，但是今天我感觉非常棒。”赛后谷爱凌说。

小将张可欣和李方慧在比赛中表现也都十分出色，同样顺利晋级。其中，张可欣在第一滑得到77.50分排名第十的情况下，第二滑拿到86.50的高分，最终排名第五。李方慧虽然第二滑出现失误，但同样凭借第一滑84.75分的表现最终排名第七。

谷爱凌劲敌、爱沙尼亚名将凯莉·西尔达鲁在第一滑拿到87.50分后，第二滑选择了放弃，最终以第三名的成绩晋级。加拿大选手蕾切尔·卡克以89.50分排名第二，卫冕冠军、加拿大选手凯茜·夏普以86.25分排名第六。

储备体能，去年夏天每周都跑半马

赛后，谷爱凌对自己这些天的训练比赛安排，以及目前的心态做出了解读。

“我今天跟我妈打了10个电话，她没接。她特别了解我，知道我的想法和思考的过程。比如有时候我不高兴生气了，脑子不清楚，她就会跟我说我需要听到的东西。”谷爱凌赛后说。

“我是（自由式滑雪）唯一一个进了三个项目决赛的运动员，我从开幕式到今天，每天训练、比赛，没有一天休息。”谷爱凌说，她一直在为冬奥会储备体能——“去年夏天开始我每个礼拜都跑半马，每天锻炼四个小时。”谷爱凌表示，她的半马配速可以达到每公里5分钟，在业余跑者中已经是相当高的水准。

“因为我知道冬奥会肯定会是这样（累）的，当然不容易，但是我也准备好了。很多人会觉得（跑步）累，但我一直在练习跑步和耐力，对我有很大的帮助。我每天都会去跑步、去健身房、按摩之类的，所以是边训练边恢复吧。”她告诉记者。

雪板自己设计的，特别喜欢

“我知道我想做、必须做、和应该做的事情。前两天坡面障碍技巧比赛完了以后，我采访做得很快，也是因为我想去训练。”谷爱凌还特意提到了她的比赛服和头盔“人中之龙”的设计概念。

“这是我自己设计的，雪板上写了人中之龙，我特别喜欢。觉得龙让我特别自信特别有力量——我不想当人，我想要当龙，我想把自己做到最好，这个精神我觉得特别好，所以就把它放在了雪板上、头盔上。”

同时，谷爱凌还道出了她热爱U型场地比赛的原因。“（左右滑行）‘啵、啵、啵……’”谷爱凌一边挥着手，一边用拟声词模仿着比赛中滑行的节奏，“很有音乐的感觉。”而在采访最后，谷爱凌也再次提到了她的多种身份。

“滑雪运动员还是模特还是学生？我觉得不要去用框框来限制一个人，强行把她变成自己不想变成的样子。我的希望就是大家都能够相互理解，相互沟通。”

“其他人所说的正面或负面的东西，对我没有太大的影响，因为这项运动是我的，做动作的是我，这段经历也是我的。他们如果不喜欢，可以去做自己的事。”

综合新华社、澎湃新闻新闻网报道



谷爱凌佩戴的护齿牙套。

延伸

解锁谷爱凌的 防护“神器”

细心的观众可能发现了，在比赛中，谷爱凌嘴里一直咬着一个类似哨子的东西，赛后挂在脖子上。这个防护“神器”其实是她的护齿牙套，在滑雪运动中佩戴护齿牙套是十分重要的，除了专业的服装、面罩、手套、眼镜、头盔之外，护齿也是重要的防护配件之一。

护齿牙套，不同于牙齿矫正用到的牙套，而是一种保护性牙套，主要用在运动时保护运动员的牙齿、大脑不受伤害。我们熟悉的拳击运动等，都需要佩戴这样的保护性牙套。其实在滑雪时戴牙套，也就是护齿，是一个非常好的习惯。

在高强度的运动中，由于高度紧张，运动员常常会咬紧牙关，或紧咬嘴唇，同时在很多运动竞赛过程中，很有可能会出现意外碰撞、摔倒等情况，嘴唇和面部随时都可能受伤。比如谷爱凌参加的自由式滑雪大跳台比赛，她要从50米的高度落下，瞬间冲击力极大，若是没戴护齿牙套，在巨大冲击力下，上下两排牙齿一旦发生剧烈撞击，就会导致牙齿损伤，轻则断裂，严重时甚至会损伤舌头，甚至出现下巴骨折、牙齿被撞进骨头里等情况。

除了滑雪，其他对抗比较激烈的运动也可以佩戴护齿牙套，像冰球、篮球等。



4胜5负，中国女壶排名第七

据新华社北京电 北京冬奥会女子冰壶循环赛17日下午结束，此前与中国队同为4胜的加拿大队、英国队战胜各自对手，令中国队晋级四强的最后一丝希望落空。循环赛前四名瑞士队、瑞典队、英国队、日本队晋级半决赛。中国队4胜5负，排名第七。

根据赛程，18日晚将进行半决赛，由瑞士队对阵日本队，瑞典队对阵英国队。



加拿大女冰加冕“五冠王”

据新华社北京电 在昨日的北京冬奥会女子冰球决赛中，前半程领先的加拿大队顶住了美国队的反扑，以3：2力克对手，夺得队史第五枚冬奥会金牌，并创造了女子冰球队单届冬奥会打进57球的新纪录。

为加拿大队打进两球的波林赛后说，“2018年冬奥会失去金牌让我们很难过，今天我们很坚强，一直拼到了最后，我很高兴我们的努力得到了回报。”