

# 自由式滑雪U型场地技巧强势夺冠 “每一跳都惹不起” 谷爱凌是怎么做到的？



在昨天进行的北京冬奥会自由式滑雪女子U型场地技巧决赛中，中国选手谷爱凌强势夺冠，摘得中国代表团本届冬奥会第八金。这也是她继自由式滑雪女子大跳台夺金后的个人第二枚金牌，为自己的北京冬奥之战画上了一个完美的句号。

赛后的新闻发布会座无虚席。被外界称为“天才少女”的谷爱凌说：“我只有不到1%的天赋。”

## “目前的两大目标，我都实现了”

“读斯坦福大学和夺冬奥会金牌是我目前的两大目标，现在都实现了，特别享受这个过程。”谷爱凌说。

因为热爱，所以专注。谷爱凌3岁多就开始接触滑雪，4岁时已经可以自由穿梭在针叶林间，8岁时，她的母亲谷燕把她送入专业滑雪队。“天分在我的职业生

涯中只占很小的一部分，甚至可以忽略不计。它帮到我的也许只是起初练滑雪时我比别人学得快一点。每次去训练，我都是第一个去，最后一个走。”谷爱凌说，即便有时去参加时尚片拍摄耽误了训练，回去她都会补上。

社交媒体上，她这样辩证看待兴趣和比赛间的关系——“赢不了一辈子(比赛)，但享受滑雪的乐趣可以是一辈子的。我热爱的是滑雪本身，所以发自内心的想把它做好。”

## 冬奥会开幕至今一天没休过

2021-2022赛季，谷爱凌在四站世界杯比赛中全部夺冠，几乎“统治”了U型场地技巧这个项目。然而，“捍卫荣誉”往往比“冲击荣誉”更难，不仅要随时应对挑战者们的冲击，更重要的是始终做好自己。就像在坡面障碍技巧决赛中，谷爱凌在第二跳失误的情况下仍能在最后一跳及时找回心态，摘得银牌，体现出的正是奥林匹克精神的内涵——最重要的不是比过别人，而是自我超越。

谷爱凌在U型场地技巧始终保持着断层领先的优势，这跟她充分的风格化动作有关，比如第一轮的转体900别克抓板接转体900日式抓板，就是她的专属动作；另一位站上决赛赛场的中国选手张可欣，她的标志性动作倒滑连接，谷爱凌说要跟她学习；还有苏翊鸣在单板坡面障碍技巧里的前空翻下道具动作，大跳台的两个方向转体1800动作……他们之所以令观众兴奋、令裁判震撼，除了高难度，更重要的是展示了个性。

个性的背后，是创新、冒险、苦练。因为身兼三项训练与比赛交叉过程中，谷爱凌从冬奥会开幕至今没有休息过一天。“尽管有些累，但已经准备好了。”场上的谷爱凌永远是阳光豁达、活力四射的模样。综合新华社、北京日报网报道

奖牌榜					
排名	国家/地区	金牌	银牌	铜牌	总数
1	挪威	15	8	11	34
2	德国	10	7	5	22
3	美国	8	8	5	21
4	中国	8	4	2	14
5	荷兰	7	5	4	16
5	瑞典	7	5	4	16
7	瑞士	7	2	5	14
8	奥地利	6	7	4	17
9	俄罗斯奥委会	5	9	13	27
10	法国	5	7	2	14



## 双人滑短节目排名第一 “葱桶组合”，决赛见



□本报特派记者 王坤 张堃雷

今晚，北京冬奥会花样滑冰将迎来最后一个项目双人滑自由滑的比赛，这也是中国花滑最有实力的争金点。

在昨晚进行的短节目比赛中，中国组合隋文静/韩聪实力突围，以84.41分的“赛季最佳”排名第一；另一对中国组合彭程/金杨同样完美发挥，以76.71分排名第五。两个组合都为今天的自由滑乃至最终夺冠奠定基础。

在极富节奏感的《碟中谍2组曲》音乐中，隋文静/韩聪动作霸气十足。单跳外点三周、后内点冰三周、点转托举三周以及四组托举动作全部高质量完成，干净利落。两人如影随形的同步动作，引发了现场观众的阵阵欢呼。下场后，教练赵宏博紧紧拥抱二人，看起来特别满意。

两对中国组合的主要竞争对手是来自俄罗斯奥委会队的3对组合——米申娜/加利亚莫夫、塔拉索娃/莫罗佐夫和博伊科娃/科兹洛夫斯基。其中，米申娜/加利亚莫夫是俄罗斯双人滑头号选手，2021年花滑世锦赛击败了隋文静/韩聪夺得冠军，现世界排名第一。

# 张可欣站起来了，哈尔滨姑娘好样的！

### 赛后给老爸和启蒙教练报平安：“身体没事儿，期待下届冬奥再战”

□本报记者 康福柱

昨天上午，这一幕感动了很多人！

在北京冬奥会自由式滑雪女子U型场地技巧决赛中，中国选手、哈尔滨姑娘张可欣在第三轮比赛中挑战高难度1080动作失误，重重摔倒，一度无法起身，现场医疗队也紧急进场，好在经历了几分钟的救治后，张可欣站了起来，这时全场响起鼓励的掌声，也让所有关心她的观众松了一口气。赛后，她给父亲和启蒙教练打电话报了平安：“我身体没事儿，不用担心。”

张可欣的父亲张宝清告诉记者，在电视机前看到女儿出现失误摔倒时，他的心一直悬着，最担心女儿受伤。赛后，他和张可欣进行了视频通话，女儿说：“我没受伤，身体没事儿，放心吧。”看到张可欣可爱的样子，他悬着的心终于放下了。张宝清说，他非常理解女儿的心思，劝她不要想太多，没受伤就好，第7名的成绩很不错，比上届冬奥会又进步了，回来好好总结。张可欣也通过父亲向家乡人转达，感谢大家的牵挂。

正在北京冬奥会参与越野滑雪执法的张可欣的启蒙教练温晓彬说，他也一直在关注张可欣的比赛情况，他告诉记



者，赛后张可欣给他发了微信，表示自己身体没事。温晓彬说，是他把张可欣领上了滑雪道路，“当年在玉泉训练时，这孩子就非常刻苦，比男孩子的胆子都大，是同批队员中进步最快的。这孩子很要强，从不服输，有一股不达目的不罢休的劲头儿。虽然这次没能站上冬奥会领奖台，

但她还很年轻，经过不断磨炼会越来越出色，期待她下次取得好成绩。”

能亲身经历冬奥会足以令人艳羡，张可欣却已经历了两届，足见她的优秀。2018年，15岁的张可欣就代表中国参加了平昌冬奥会，当时获得了第9名。张宝清说，丫头跟他说，那次是见世面、开眼界、积累比赛经验。赛后，张可欣就憋着一股劲儿，要在四年后的北京冬奥会上拿到好成绩，经过四年的磨炼，张可欣的动作难度和完成质量也不断提高，具备了很强的竞争力。