

年少成名是同年龄段佼佼者
意外受伤没参加冬奥会成最大遗憾

25岁赵子荃 返乡执教 只为延续冰城花滑

□本报记者 张堃雷 文/摄

八区冰球馆的训练场内，赵子荃在场边大声地提醒着运动员们技术动作：“肩的位置摆正了，手放在哪里？你自己看这样好看吗？”队员们认真地听着她的指导，看着已经退役5年的教练一遍一遍地为他们亲身示范。在严厉与好脾气之间，赵子荃寻找着让队员和自己都感觉舒服的平衡点。

退役后回到哈尔滨执教，是赵子荃人生中最重要决定。



荣光

年少成名被看好

未能参加冬奥会成终身遗憾

训练间歇，赵子荃坐在训练场边，看着自己的十几个队员们，不禁感慨时光飞逝：“真不敢相信，我当教练都已经4年多了。像他们这么大的时候，我是在国家队了。”作为中国花样滑冰女子单人滑的优秀选手，赵子荃可谓年少成名，在14岁时已经斩获了全国第十二届冬运会花样滑冰女子单人滑自由滑的铜牌，也被业内人士寄予厚望。

“我是那种特别肯练的运动员，在冰场上教练交给我的训练任务，我一定会保质保量完成。”出生于体育世家的赵子荃很明白：要想在竞技体育中获得一席之地，高质量的训练必不可少。于是，从6岁接触花样滑冰开始，她就一直都是队中最刻苦的孩子。正是这样积极的训练态度，让赵子荃很快在全市和全国的比赛中崭露头角，成为了同年龄段的佼佼者。

在2012年、2013年和2014年收获5项全国比赛的亚军后，赵子荃在2015年赛季迎来了自己职业生涯的高峰——在那一



省运会重返赛场。

年的全国大奖赛和锦标赛上，赵子荃先后斩获女单冠军，成为了代表中国参加2018年平昌冬奥会花滑女单项目的有力竞争者。然而，由于饱受伤病困扰，在冬奥会的几站选拔赛后，赵子荃最终遗憾地输给了

队友李香凝，与平昌冬奥会失之交臂。“如果当时有2016年和2017年的状态，我相信最后能参加冬奥会的人会是我。但是，我当时的状态确实不好，自己虽然也在努力调整，但最后还是没能调整过来。”

2019年，赵子荃在一次训练中意外受伤，结束了自己的运动员生涯。没能参加冬奥会，成为了她职业生涯最大的遗憾。“我没能实现的梦想，就让我弟子们帮我完成吧！”

义无反顾回家乡

省运会复出加冕“四金王”

退役后的赵子荃开始了转型，回到了家乡哈尔滨。得益于市冬训中心大胆启用年轻教练的契机，赵子荃成为了哈尔滨市花样滑冰队单人滑项目教练。那时，花样滑冰产业在中国开始兴起。随着北京冬奥会热度的持续走高，花滑教练成为一个炙手可热的职业。当队友们纷纷选择远走他乡，在北上广深等俱乐部开启执教生涯时，赵子荃选择坚守家乡哈尔滨，从专业队教练员开始做起。“很多事情是无法用钱来衡量的，我是哈尔滨培养起来的运动员，代表哈尔滨征战赛场将近10年，没有家乡的支持也不会有现在的我，所以我回来了。”

在朋友们看来，赵子荃的选择让人无法理解——一方面，专业队的工资待遇与俱乐部相差甚远；另一方面，哈尔滨在花滑单人滑的人才储备上捉襟见肘。可是，这些因素偏偏成为了赵子荃选择留下的理由：“以前参加世界比赛，大多数花样滑冰运动员都是咱哈尔滨的，现在咱们的人才少了，正是需要我们这些退役运动员回来帮家乡花滑培养人才的时候。”

赵子荃说，在她2018年淡出国家级比赛后，哈尔滨在女单项目上就已经没有了

本地的参赛运动员。“北京等省市在花滑项目上的投入和进步都很大，让哈尔滨等老牌强队受到了很大的冲击。”这样的窘境也延续到了省运会的赛场上，去年在省运会花滑女单成年组的比赛中，已经退役3年多的赵子荃不得不选择复出，让哈尔滨队实现了全项目参赛，也保留了队伍争夺成年组团体项目冠军的可能。最终，赵子荃不负众望，斩获了成年组女单短节目、自由滑、总成绩和团体赛共4枚金牌，加冕“四金王”。

年轻姑娘有野心

要帮哈尔滨延续花滑荣光

如今，结束了省运会比赛任务的赵子荃已经全身心地扑在了教练的工作岗位上，带领着一群平均年龄十岁出头的娃娃兵们，为完成自己心中的梦想而努力训练、拼搏。

训练场上，赵子荃是出了名的严格，下发给队员们的训练任务，所有人无一例外，必须保质保量完成。技术动作一旦出现问题，她都会直接在场上大声提醒，纠正队员们出现的错误。到了场下，赵子荃也会跟运动员们分享自己的经历和心得：“我希望把自己在国家队期间接受到的先进训练理念传播给他们，让他们少走弯路。我也坚信只要肯练，这批孩子在未来是有机会走向更高级别赛场，为家乡争光。”

每天4场冰，外加陆地训练课，赵子荃说，自己的生活很充实，也深感责任重大：“马上就要比省锦标赛了，排除引援的因素，黑龙江省最好的女单选手都在这里了。”赵子荃说，希望在她执教的这段时间里，能帮助运动员们努力提高，发现更多的好苗子，让哈尔滨的花滑单人滑能重回巅峰，并一直辉煌下去。

谈到自己的执教目标，这位25岁的姑娘有着自己的野心：“希望未来代表中国队站在国际赛场上的，是咱们自己家的孩子，我们有这样的底蕴，也应该有这样的信心和精气神儿。”赵子荃说。



赵子荃在训练场上指导运动员。

