



单板滑雪世界冠军刘佳宇： 金牌只是挑战自我过程中的附属品

□本报记者 张堃雷

哈工大在读博士刘佳宇很忙，操持着手中项目的大小事宜，凡事都亲力亲为。“因为之前备战全国冬运会，这个项目被搁置了两年，今年夏天才捡起来重新做。”刘佳宇说。把自己在哈工大航空航天大学在读博士领域学到的知识，运用到提升运动员训练水平和保护运动员减少运动损伤上，对于曾经是单板滑雪世界冠军的刘佳宇来说，是她现阶段最想做的一件事。

3次大手术

未阻挡她四战冬奥

刘佳宇的名字，总是让人不自觉地联想起“年少成名”这个标签。2003年，11岁的她从武术转项到单板滑雪，成为中国第一代单板滑雪U型场地项目运动员。没有训练教材，靠教练员看国外录像模仿训练，每天到大山里训练5小时，在动辄5级大风中重复练习上百次……白手起家的岁月虽然艰难，却也让这个假小子一样的小丫头在接受单板滑雪训练短短5年之后，就在2007-2008赛季两夺世界杯冠军。2009年，17岁的刘佳宇又在世锦赛中一举夺魁，世界排名第一。

正在所有人都认为刘佳宇即将开启属于她的单板滑雪时代时，命运却跟她开起了玩笑。三次大手术险些在她最高光时葬送她的职业生涯，可是这个倔强的女孩却硬生生地坚持了四届冬奥会，把自己从初出茅庐的小丫头熬成了冬奥“四朝元老”。

伤病虽然给刘佳宇带来过难以承受的伤痛，却也给予了她常人难以想象的坚韧。“说实话，每一年训练时都会因为伤病或者心理原因想到过放弃，可真到了要放弃之前，我总能说服自己，再坚持坚持，说不定就柳暗花明了。”刘佳宇说，从当运动员开始，她就给自己定下了两个准则——不过度关注金牌，而是专注于突破自我极限；凡事要做就做到最好，不能对不起自己的热爱。于是，我们才能在训练场上见到对自己近乎严苛的她；也能在从头部到脚时看到她一次又一次自信、微笑地重返赛场；更能在2018年平昌冬奥会取得银牌后看到她再度挑战自我，开发出男运动员也不能轻易完成的

反脚两周，并以30岁的高龄依然坚定地完北京冬奥会比赛。

这应该就是刘佳宇所说的“初心”，不去强求成绩的好坏，而是勇于突破，寻找滑雪给自己带来的最纯粹的快乐。

退役一年多的她

为了承诺重返冬运赛场

品尝过世界冠军的滋味，感受了登上领奖台的兴奋，体验完挑战自我的成就感，2022年，在单板滑雪项目奋战了19年的刘佳宇似乎突然找不到自己继续坚持的意义了。三次手术后带来的疼痛，加上新添的腰伤让她行动受限，于是在北京冬奥会后，刘佳宇选择了淡出赛场。

读博士，是她给自己的承诺——运动员她当了20年，是时候补足一下文化学习方面的短板。“我很希望把我在哈工大读博期间学到的知识，运用到冰雪运动训练和预防伤病的领域中，继续为中国冰雪事业的发展作出贡献。”

然而不到一年，刘佳宇又“食言”了。全国十四冬将于2024年举办的消息，让刘佳宇再度复出。2019年8月，刘佳宇的启蒙教练刘长福因病突然离世，这一度让刘佳宇陷入深深的抑郁之中。“我曾经答应过他，一定要以运动员的身份出现在全国十四冬的赛场，但没想到因为各种原因，十四冬从2020年推迟到了2024年才举办，但既然答应了教练，我就得说到做到。”

克服着腰部骨折的剧痛，刘佳宇重回训练场。回想起那段日子，刘佳宇依然心有余悸：“疼得连转身都费劲，更别说还得做各种高难度的动作。”顶着常人难以想象的剧痛和腰部以下完全没有知觉的痛苦，刘佳宇在父母的陪同下，乘坐着爸爸开的车从



很享受这个过程。”身份从世界冠军切换到了在读博士，刘佳宇对自己的要求依旧严格，甚至有些苛刻。

2022年，结束北京冬奥会备战的刘佳宇获得了进入哈工大学习的机会，成为该校航天学院一般力学专业的在读博士。

“哈工大的一般力学在航天、导弹、水下航行器等领域拥有瞩目的成就，我也希望把这些学术与人体生物力学领域结合，运用在运动员的训练和伤病防护上，研发出更好的智能安全保护装备，减少运动员在训练和比赛中受到的冲击，哪怕把受伤的可能性降低到20%，我觉得都是很成功的尝试。”刘佳宇说，现在的她每天都忙忙碌碌，不但要参与到团队的科研工作中，还需要协调各方面的资源和力量，助力项目更快更好地向前推进。

“虽然很累，但一想到这能让更多运动员从中受益，或者说能让他们避免像我一样饱受伤病的困扰，我还是非常有成就感的。”刘佳宇说，做好自己的项目，在哈工大学好习，当个好学生，是她现阶段最大的愿望。

对于即将到来的2025年第九届亚冬会，刘佳宇说，自己对这项赛事有着很深的感情，她曾在2007年和2017年两次参加亚冬会，并收获了一金一铜。

“作为哈尔滨运动员，我很高兴这样高水平的国际赛事能落户冰城、落户龙江，这对于提升哈尔滨的影响力有着不可估量的意义。”刘佳宇说，她一定会为赛事的成功举办尽一份自己的力量，让全球人民都知道哈尔滨是一座非常靓丽的“冰城”，让大家爱上这座城市。

家乡鹤岗，一路躺着来到了十四冬的赛场。最终，她在决赛第一轮就贡献了精彩的表现，并在所有人都不看好的情况下，摘得了一枚宝贵的银牌。

那一刻，刘佳宇终于如释重负：“教练，我完成了对您的承诺，没有遗憾了。”虽然拼下了一枚银牌，但刘佳宇却付出了不小的代价。直到现在，她的腰部活动依然处于受限的状态中。

享受“在读博士”身份

一心想当好学生

“我这一辈子都是在探索自己的极限，寻找自己的乐趣。我

调整优化！10日起哈工大校园这样参观

本报讯(记者 王铁军)记者从哈尔滨工业大学了解到，哈工大校园开放以来，受到了社会各界的认可，寒暑假及节假日期间，校园日参观人数逾1.5万人。为减少对在校师生学习生活的影响，同时提升游客校园参观体验，学校就游客进入校园参观有关事项进行调整优化，于2024年8月10日起执行。

一、每年寒暑假期间和“五一”、国庆假期，校园实行预约参观。其他时间学校如无特殊活动，不用预约、不限名额。

二、哈尔滨工业大学为教学科研单位，校园参观不收取费用。

三、预约方式

1.个人参观：每日可申请预约当天及未来7天内参观。通过“哈尔滨工业大学官方微信公众号-服务-校园服务-校园参观预约”进行个人参观实名预约。每人最多可为同行的另外3人预约。儿童须有成功预约的监护人陪同方可进校参观。对于恶意预约者，将限制预约并禁止入校。个人参观预约系统将于8月6日8时开放。

2.团体参观：每日可申请预约未来2-9天内参观。通过“哈尔滨工业大学官方微信公众号-服务-校园服务-校园参观预约”进行团体参观预约。

注：近期将上线参观预约系统

四、入校时间为8时30分至16时30分，参观人员须于当日19时前离校。个人须持有效身份证件从一校区西大直街校门、科学园和兴路校门或二校区黄河路校门经身份核验后入校参观，仅限当次入校参观有效。团体须凭入校预约单统一从一校区科学园和兴路校门、二校区黄河路校门入校。



扫码
查看详情

今日阴有中雨 局地大到暴雨

本报讯(记者 陈悦)受台风“格美”残余云系和副热带高压共同影响，2日早晨开始，哈市将再次迎来强降水天气，预计中到大雨量级，局地大到暴雨。降水会在傍晚前后结束，过程中累计雨量较大，气象部门提醒广大市民朋友雨天注意出行安全。

市气象台预计，2日白天，主城区阴有中雨，午后最高气温27℃；夜间多云有阵雨，最低气温22℃。初步预计3日多云有雷阵雨。这两天受冷空气影响，降雨时段气温下降，体感凉爽舒适。

今天	明天	后天
白天阴有中雨，东北风2-3级，27℃ 夜间多云有阵雨，偏东风2-3级，22℃	白天多云有雷阵雨，偏东风2-3级，28℃ 夜间多云有雷阵雨，东南风2-3级，23℃	白天多云有雷阵雨，西南风2-3级，32℃ 夜间多云有雷阵雨，西南风2-3级，25℃

体彩中奖号码 ■排列3 第24204期 047 ■排列5 第24204期 04794
福彩中奖号码 ■双色球 第24088期 03 08 10 17 30 32+10
■3D 第24204期 390 ■P62 第24204期 953495+0
■22选5 第24204期 06 07 10 12 13