



辽望冬奥

北京冬奥会倒计时100天特刊



揭秘中国雪上项目的“冠军摇篮”沈体 从简易跳台到先进的训练基地

我国冬奥雪上项目的12枚奖牌中，有10枚出自沈阳体育学院。

沈体先后实现冬奥会雪上项目奖牌和金牌“零”的突破，培养出中国第一个雪上项目奥运金牌得主韩晓鹏，以及一系列名将。

为什么是沈体？从一个简易的脚手架跳台开始，到教职工集资修建水池跳台，再到如今拥有专业的训练场地、先进的体能训练中心和科技保障团队。本报记者为您揭秘一所高校成为“冠军摇篮”的奋斗之路。

先后实现雪上奖牌和金牌“零”的突破

沈阳体育学院自由式滑雪空中技巧队组建于1991年。时至今日，历经三十载，这支队伍从小到大，从弱到强，书写了中国冰雪不可复制的一段佳话。

最初的探索都是艰难的，没有造雪机，是运动员和教练员利用自然的山坡，然后从山沟里将自然的雪一筐一筐的背到坡上，垒造跳台。教练员和运动员的生活条件也是非常简陋的，一个冬训下来，由于低温和较强的紫外线照射，脸上被冻得就跟冻梨一样。

自由式滑雪是个危险项目，运动员们都有敢打敢拼超越自我的精神意志，但是沈体更重在强调团队合作。曾经外出比赛坐夜车买不到火车票，教练员都是站着过夜，把座位让给有比赛任务的运动员。

1997年8月2日，还是学生的郭丹丹在墨尔本获得了中国滑雪史上的第一个滑雪世界冠军。1998年长野冬奥会上，徐囡囡拿到了该项目银牌，为中国实现了冬奥会雪上项目奖牌“零”的突破。在徐囡囡之后，还相继涌现出了韩晓鹏、李妮娜、徐梦桃和贾宗洋等世界顶尖选手。值得一提的是，在2006年都灵冬奥会上，韩晓鹏拿到了男子自由式滑雪空中技巧的金牌，这是中国雪上项目的第一块也是目前唯一一块奥运会金牌。上届平昌冬奥会，张鑫和贾宗洋两名沈体的老将，又将两枚银牌挂在胸前。

目前，沈体已经培养出了包括雪上项目世界冠军15名、奥运冠军1名，冰上项目洲际赛和世界青年赛冠军14名、亚军11名、季军5名。特别是在自由式滑雪空中技巧项目上，取得了突出的成绩。可是回忆起引入项目之初，却是困难重重。

引入项目之初 所有人都很陌生

“当时谁都不知道空中技巧是怎么回事儿”，沈体发展雪上项目的源头，还要追溯到三十多年前。国家体委在1986年前后开始推行的奥运争光计划被逐渐推向前台。一批冰雪项目的教练和队员从专业队下到沈体，也以此为契机，沈体的竞技体育出现转型。而就在此时，时任沈阳体育学院院长的韦迪，看到了冬季项目的发展契机，引入了自由式滑雪空中技巧项目。

作为当时国家体委直属的体育院校，有三支雪上队伍被放在了沈体，分别是跳台滑雪、越野滑雪，以及自由式滑雪空中技巧。当时，沈阳体育学院的技术队和体操队人才很多，体院经过调研后得出结论，该项目符合亚洲人小快灵



沈体在九冬会上包揽女子自由式滑雪前三名。

沈体供图

的特点，结合体院的教学或许会有一个好的发展前景。

1991年，日本获得了长野冬奥会的主办权，1994年，自由式滑雪空中技巧正式成为了奥运会的比赛项目。“自由式滑雪空中技巧第一次出现在国内赛场，还是在1991年的第七届冬运会，而且当时还是属于表演项目，竞赛规则和裁判方法两本小册子都是我编写的。”原沈阳体育学院教授、我国著名冰雪运动专家王石安回忆说。

王石安口中的这个跳台，就是我国自由式滑雪空中技巧夏训跳台的雏形。据回忆，当时体院组成空中技巧队之后，立即派出了考察团到日本学习，院长韦迪带队。从日本学来了夏季的训练方法，也就是之后的夏训水池跳台。回到沈阳之后，在体院游泳池的南部，迅速搭建起了一个简易的脚手架跳台，体院的技术队以及从社会上招募来的年轻运动员便开始进行训练尝试。而且，体院还做了一项科研工作，是水池跳台的下滑材料，这项工作还获得了国家体委的科技进步奖。之后的几年，体育学院的空中技巧队便在这个简易的脚手架上训练、比赛。

全校教职工捐款建水池跳台

随着运动成绩和教学水平的提高，原有的简易脚手架已经不能满足训练和比赛的要求，一个新的夏训水池跳台正呼之欲出。从1996年开始，沈阳体院筹备新的水池跳台的建设，保证队伍在夏季和冬季都能使用。

但是新建水池跳台却面临着没钱、没地方的窘境。当时学校的招生人数和专业正开始增加，场地本来就不够用。最后学校的领导班子开会投票决定，毁掉一个足球场，兴建新的跳台。

兴建的方案通过了，经费不足的问题又来了。学校几番商讨后，决定发动全校教职工捐款建台。时任领导回忆，当时的场面是非常感人的，一位退休很多年的老领导老伴儿来学校领工资的时候，听说学校捐款建台子，当即捐款了50块钱。不过老领导后来说，50块钱怎么够呢，又给学校捐了50块钱，而当时他每月的退休工资也才几百块钱。

全校教职工捐款加上学校寻找的社会赞助，最终在1997年初建成了一个具有一、二、三周台齐全、占地约3亩的夏训水池跳台。新的高规格的夏训跳台的建成，对于自由式滑雪空中技巧队来说，可谓是如虎添翼。利用高度更高、设备更完善的跳台，空中技巧队也很快便取

北京冬奥会上的中国元素

人们对2008年北京奥运会的文化力量记忆犹新。2022年北京冬奥会仍然是一场中国元素的文化盛宴，蕴含了深厚的中华传统文化内涵。

西汉时期，中国被称作“丝国”，从丝绸之路开始，中国丝织品大批运往国外，开启了东西方大规模的商贸交流。国家速滑馆“冰丝带”也是冬奥会场馆。运动员在高速冰道滑行时，带出的轨迹如同条条丝带，而场馆外墙由玻璃制作的22道装饰条，寓意着北京2022。所有丝带表面都有冰片般的图层，因而就有了“冰丝带”的称谓。



北京冬奥会期间，国家游泳中心“水立方”将转换成“冰立方”，成为冰壶项目的比赛场馆。

得了成绩上的突破。后来，国家体育总局领导到沈阳体育学院考察时，都非常震惊在如此简陋的条件下训练出了冬奥会冠军。

先进的体能训练中心和科研保障

2006年学校建成了具备承接国际赛事能力，占地757亩的白清寨滑雪场，拥有标准的自由式滑雪空中技巧和U型场地训练场。这之后，白清寨滑雪场成为单板滑雪U型场地国家队训练基地、自由式滑雪空中技巧国家队训练基地。

更重要的是，培养优秀的竞技体育人才，教练员、运动员的艰苦付出之外，“科学训练”“科技保障”更是不可或缺。2017年，沈体建成多功能于一体的体能训练中心，配置了当今世界一流的体能测试、训练和康复设备，高精尖的体能训练与康复设备，将为更多冰雪运动员保驾护航。

本报记者曾经探访沈体的体能训练中心，走进去最先看到一块大屏幕，对面有20台动感单车。牛雪松老师向记者介绍，运动员在骑行时穿上专业设备，每个人的骑行速度、距离、心率都会显示在大屏幕上，大家的训练状态一目了然。

本着“专业、实用、全面”的理念，体能中心的器材设置很巧妙。专业的橡胶跑道、力量训练台配件琳琅满目，爆发力、平衡能力、核心力量都有专门的训练器械……把每样器械粗略地看了一遍，记者也花了20多分钟的时间，可以说是只有想不到的，没有练不到的。

2018年6月，为备战2022年北京冬奥会，国家体育总局冬季运动管理中心与沈阳体育学院以共建的方式成立了国家自由式滑雪空中技巧青年队。次年，又建成了拥有两个标准短道速滑场地的大型室内冰上运动综合馆，项目发展的基础设施得天独厚。2019年1月底，冰上运动综合馆竣工。

当代竞技体育，从训练前的评估，到体能监控，再到运动损伤后的康复训练，运动员的体能训练注入了相当高的科技含量。据介绍，沈阳体院围绕服务竞技体育，建设了特色突出的实验室，比如低氧实验室、骨龄检测与选材实验室、运动训练恢复实验室、运动风险评估实验室等，都是听起来就非常高端且科技感十足的实验室。2020年，沈体全面整合现有实验室，建设为四个功能平台，为竞技体育发展保驾护航。