



# 中国“雪上冠军摇篮” 就在咱沈阳

辽望冬奥

截至目前,我国共获得雪上项目奥运奖牌12枚,其中有10枚是沈阳体育学院自主培养的运动员获得的。先后实现冬奥会雪上项目奖牌和金牌“零”的突破,培养出中国第一位雪上项目奥运金牌得主韩晓鹏,以及一系列名将。沈阳体育学院自由式滑雪空中技巧队组建于1991年,三十年来,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神奇。

自1991年建队以来,几代教练员和运动员团队为实现“为国争光”梦想不懈奋斗。用30年时间把一个在我国毫无基础的冷门项目打造成为我国冰雪运动的拳头项目,在世界雪坛形成了集团优势。这支中国雪上“梦之队”在世界赛场屡创佳绩,除上述奥运奖牌以外,还获得世界锦标赛奖牌14枚、世界杯总决赛奖牌21枚、世界杯分站赛奖牌223枚。

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

的雪一筐一筐地背到坡上,垒造跳台。教练员和运动员的生活条件也是非常简陋,一个冬训下来,由于低温和较强的紫外线照射,脸上被冻得跟冻梨似的。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的合作。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。

而近年来,训练条件和硬件设备都不断提升,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,将为更多冰雪运动队保驾护航。

2022年北京冬奥会,沈阳体育学院有多位运动员、教练员和技术官员备战,其中已有6位自由式滑雪空中技巧运动员取得了北京冬奥会的参赛资格。回顾过往,沈体自由式滑雪空中技巧队的几代运动员,用一次次的突破,不断创造历史。

## 郭丹丹

中国首位自由式滑雪世界冠军  
1998年冬奥会第七名

## 徐囡囡

中国首位冬奥雪上项目奖牌获得者  
1998年冬奥会亚军

## 李妮娜

世界唯一一位蝉联三届自由式滑雪世锦赛冠军的运动员  
2006/2010年两届冬奥会亚军

## 郭心心

中国女子空中技巧“三周台”代表人物  
2010年冬奥会季军

## 韩晓鹏:中国雪上项目首枚冬奥会金牌 2006年都灵冬奥会男子空中技巧赛冠军



韩晓鹏和队友在比赛后合影。

图片由校方提供

16年前,23岁的韩晓鹏在2006年都灵冬奥会上夺得金牌,一跳成名,创造了中国冬奥会的历史,正是凭借着这一突破,韩晓鹏几乎囊括了当年国内所有体育奖项。都灵冬奥会后,韩晓鹏又获得了2007年亚冬会金牌、世锦赛金牌,完成了自由式滑雪项目的大满贯。

作为中国雪上项目唯一一位奥运冠军,退役后的韩晓鹏却一直很谦和、低调。在韩晓鹏看来,自己夺冠的众多因素中,“大心脏”是关键的因素。“其实最重要的是要有一颗大心脏,心理素质不过关是拿不到奥运冠军的。”生活中的韩晓鹏,也总是一副笑呵呵的模样,那爽朗的笑声,就好像遇到什么难题对他来说都不是大事。

虽然韩晓鹏总是以灿烂的笑容示人,但其实通往冠军的路上,那些与伤病斗争的日子真的很难。此前在接受记者采访时,韩晓鹏就说自己的腰、膝关节、踝关节都受过伤,多年之后下雨天也还会疼。2001年,一次重伤险些导致他半途而废。当时韩晓鹏腿部韧带半撕裂,他一度要放弃,不过想想那么多年的努力,韩晓鹏又硬着头皮坚持了下来,参加了盐湖城冬奥会,获得第18名。“2002年奥运会比得一般,但扛过那次之后,我的信心再也没动摇过,我坚信可以成功”。

自由式滑雪空中技巧是一个对硬件设

施要求很高的项目,韩晓鹏刚入队时,训练条件并不好,他和队友没少吃苦。冬训开始后队伍就要进山里训练,他和队友都是住在百姓家里,吃农家饭,晚上好多人睡一张大炕。练习场一般都在雪山上,那时没有专门送运动员的索道,韩晓鹏和队友都是自己扛着器材爬雪山。在韩晓鹏的记忆里,爬一次要很久。上去以后累得还没等歇口气儿,就跳下来了,然后背着装备接着上。

后来随着国家逐渐重视,沈阳体育学院白清寨训练基地修建起了国内第一个自由式滑雪空中技巧场地。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,沈阳体育学院筹备新的水池跳台的建设。经费不足,学院几番商讨后,决定发动全校教职工捐款建台,并寻找到社会赞助,最终在1997年初建成了具有二、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建成让队员们如虎添翼,很快便取得了成绩上的突破。

韩晓鹏曾经在接受本报记者采访时说,回忆起当初在学校里训练,最让他感动的是夏训的跳台,“刚建的那会儿我年龄小,还不知道这幕后的事,后来知道了真是觉得很感动。可以说没有那个跳台,也没有空中技巧这个项目今天的成绩。”



## 速懂项目 自由式滑雪 空中技巧

自由式滑雪空中技巧被称为雪上项目的“勇敢者的运动”,运动员从雪台上高高地跃起,在十米高空旋转翻腾。优美的瞬间展现了人类对极限和自我的挑战。这项运动始于20世纪初,上个世纪八十年代才进入中国。

比赛场地由助滑坡、过渡区、平台区、跳台、着陆坡和停止区组成。运动员完成动作包括腾空、空中动作、着陆三个部分。裁判按照起跳、空中动作和着陆三部分来打分,三部分分数相加乘以难度系数为最后得分。

2022年北京冬奥会,除了男、女个人赛之外,空中技巧项目还新增了混合团体项目的比赛。每个代表队会派出三人参赛,同性别运动员不能超过两位。

辽沈晚报记者 王冠楠



沈体空中技巧队的老照片。

