

训练之余拍写真、做公益、录播客、接受采访、做客直播……

赵丽娜 乘风破浪做女足布冯

通常,年前的冬训是上海女足相对轻松的一段时光,暂时没有备战的压力,训练也不算太累,多数时间能用来好好休息,调整状态。

但赵丽娜挺忙的,训练之余拍写真、做公益、录播客、接受采访、做客直播……日程表上写了一条又一条。抛头露面的事情做得多了,球迷渐渐分成了两派,有人支持她继续在聚光灯下展现自我,有人则质疑她本末倒置,担心她出席活动而耽搁球员的本职工作。



本版撰稿 本报记者 徐杨一凡

不遗余力宣传女足 踢球仍是最重要的事

“球踢不好,什么都不是。”在赵丽娜的场外新闻中,有球迷这样回复。赵丽娜当然懂这个道理,她走过一小段弯路,因此更清晰地知道自己收获的名利和喜爱都建立在“女足球员”这个身份之上。如今的赵丽娜,生活重心一定是摆在球场上的。上个赛季,她在13场联赛中七次首发,和球队的另一位主力门将丁璇共同守护着上海女足的大门。

赵丽娜不会放弃踢球,她觉得是踢球这件事情让她更加自信了,“有的时候在球场上面,会自然而然地表现出一种很自信的状态,我觉得那是最美的一种状态吧。”

不过,就算是有非议和唱衰的声音,部分球迷口中“不务正业”的事情,赵丽娜依然会照做。她有一种使命感,她希望自己能成为一个窗口,让更多

人看到女足姑娘们赛场之外的生活,或许她每多一次曝光,就会有一个球迷愿意前往现场观看女足的比赛;或许她每参加一次活动,就会多一个小女孩动了尝试踢球的念头,谁也不说不准,但这确是常有的事。

也正因为此,赵丽娜亮相的活动多与足球有关,比如分享自己的生涯故事,比如出席青少年的足球赛事,比如参与女足的推广宣传。在网络上,赵丽娜也时常活跃,除了热衷于像普通年轻人一样晒出靓照,她也会自己拍摄和剪辑一些短视频,内容包括但不限于分享生活、比赛和训练的点点滴滴,以及一些简单的足球教学。

赵丽娜明白自己是有些影响力的,她想要尽可能地影响更多的人,作为一名球员,也作为一名女性。



跟爸妈撒泼走上足球路 踢球永远最开心

“足球已经成为我生命的一部分了。”赵丽娜感叹道。从七岁开始到现在,踢了二十多年球,她始终忘不了最初的那股开心劲儿。

起初,小赵丽娜其实没想过踢球这回事,爸妈为了培养她一技之长,带她去尝试了游泳、芭蕾等各式各样的活动,但她都不是很感兴趣。直到有一天,有足球教练来学校选苗子,赵丽娜参加了试训。那一刻,她获得了一种前所未有的感觉,像是回到水里的鱼,“当时我觉得这个东西太开心了,我就要踢球。”

回到家后,兴致勃勃的小赵丽娜立马跟爸妈宣布了自己的决定,告诉他们自己要去踢球,意料之中,赵妈没有即刻同意,毕竟难得有爸妈忍心让自己的宝贝女儿在日晒雨淋中受苦受累。见妈妈否决了自己好不容易找着的乐子,小赵丽娜不乐意了,“当时我反正一哭二闹三上吊,铁了心一定要踢球,你不让我去,我就撒泼。”好在赵爸喜欢体育,平日里没少看球,他是支持女儿踢球的。一家三口投出了两张赞成票,少数服从多数,赵妈的反对便没有生效,否则赵丽娜的人生就完全不同了。

开始踢球后,七岁的小赵丽娜从家搬到了球队里,她每周有六天都得

和队友待在一起,只有星期日才能回趟家。那会儿日子挺艰苦的,一个房间里最多时候能住20个小女生,洗澡要排队,有时得在边上眼巴巴地等着,因为一个队只有两个喷头能用,训练环境也与如今的青训条件天差地别。

即使是这样,赵丽娜依然觉得那是段无忧无虑的快乐时光,“我每天下午有两节课是可以不用上的,那时候我觉得同班同学一定特别羡慕我们,他们在教室里写作业,但我们可以去场地上玩儿。”抱着这样的想法,每当下午两节课上完,小赵丽娜便会自豪地背起书包,用最快的速度冲出教室跑去训练。

日子一天天过,像个子一样蹿起来的,还有小赵丽娜的烦恼。从兴趣到职业,她做出了改变人生的选择,也不可避免地会失去一些普通人习以为常的自由,训练、比赛或是踢不上球的压力,以及被无限放大的失误与状态不佳,都曾让她心力交瘁,疲于应对。

所幸赵丽娜不是个爱钻牛角尖的人,烦心事想不开就不去想,实在苦恼就先在架子鼓和游戏上发泄一通,缓过之后,她觉得自己还是当年那个为了踢球跟爸妈撒泼打滚的小女孩,一贯如初地在足球中获得快乐。

愿更多女性从事足球 恋家小囡没有留洋打算

不久前,赵丽娜在社交平台晒出了英超球队利兹联送给她的定制球衣,背号是“20”,她配文道,“给分配了个前锋号码,是我高中锋的特点被发现了吗?”

本是一句调侃,却让不少球迷“警惕”了起来,都以为她是在暗示自己即将留洋。赵丽娜赶忙辟谣,自己并没有出国踢球的打算,球衣算是利兹联的谢礼,因为自己早些时候帮他们友情拍摄了一段视频。

在赵丽娜看来,如果要去海外,在更高的平台上获得锻炼机会,就必须承担更大的责任,“当对手、队友的能力都比你强,你对自己的要求得不一样,而且你是代表中国球员去到国外的大联赛中,别人对你的要求也不一样。”

“我这么多年没有出国的打算,一方面是对自己的能力还没有足够的把握,另一方面,我是一个上海本地小姑

娘,一直都比较恋家,对上海这座城市是很留恋的。”赵丽娜笑道,“有时候很久没回来了,就会很想家,很想这座城市。我现在和年轻的时候都没有留洋的想法。”

虽说没有外出踢球的念头,但赵丽娜对国外女足联赛则有所关注。这两年,上海女足引入了多名外援,她们有着在巴西、美国、西班牙等多国踢球的经验,有时也会和本地姑娘们聊起不同国家女足联赛的生存环境与球迷氛围。比如巴西后卫卡米拉就介绍过,她在当地踢球时,每场比赛一般会吸引至少4000名观众入场,最多的一次曾有14000多名观众将体育场围了个水泄不通,还有很多人因为没有位子只能趴在围栏上在场外看球。这样的盛况,从未在女超联赛发生过。

“羡慕肯定会有的,但光羡慕是没有用的。”赵丽娜有时候会思考自己还能为此项运动做些什么,包括等未来

三十而已 不考虑退役

赵丽娜出生于1991年9月,再过大半年就要30岁了,按照时下流行的说法,可以归入“姐姐”行列了。她还没有打算考虑退役这件事,毕竟自始至终她都在“乘风破浪”进行时。

女足球员的职业生涯通常都是相对短暂的,尚处巅峰期却在二十五岁前退役结婚的大有人在,常令球迷扼腕叹息。如今,职业女足的待遇比以往好了不少,薪酬不再是球员选择退役的关键原因,三十岁上下依然能以球队主力身份登场的球员也多了起来。结婚生子对姑娘们的影响也已变小,不再意味着“职业生涯的终结”,上海队阵中重返球场的张馨和邱芳芳都是榜样性质的存在,尤其是张馨,她复出后很快便恢复了竞技状态,并且凭借自己在联赛中的精彩表现入选了国家队。

“年轻的时候,我反而会给自己定个目标,比如踢到几岁就退役,接下来要去完成别的人生规划。”赵丽娜坦言,即将迈入而立之年,自己不再想那么快离开球场,更多的感情是“舍不得”,“反倒是到了现在这个年纪,我越来越觉得离开(足球)好像是一件特别难做决定的事情。我现在的想法是希望自己可以再坚持几年,因为随着年龄的增长,我觉得我在球场上看待事情的角度会和原来有些不太一样,会对球场有更多的留恋。”

“我的朋友跟我开玩笑,说布冯可以踢到很老,我要努力一下成为女足布冯。”赵丽娜笑道,“他们都希望我能多踢几年。”

赵丽娜

1991年9月18日出生于上海市
中国女子足球运动员
司职门将

退役之后能如何帮助女足提高关注度,“毕竟我踢了这么多年,足球也给我带来了许多光环。我希望能让更多的女孩和女性参与到足球运动中,希望公众不要对这项运动有偏见,这是我一直以来都想要做的事。”

赵丽娜所谓的“参与”,不仅仅是让越来越多的女孩爱上踢球,以此为终身兴趣或自此走上职业,更是让越来越多的女性进入足球行业,以教练、领队、工作人员等各种各样的身份为中国女足的发展献一份力。如今的国内女足圈子里,男性主教练依然占据了绝大多数。

“作为运动员本身,我觉得最该努力的是提高我们的比赛质量,包括多一些对抗性,提高我们球员本身的技战术水平,这样自然而然会吸引更多人来看比赛。如果想更快速地把女足的关注度有质的飞跃,那就是我们女足可以拿一个世界冠军,就跟女排一样,打造女足精神。”赵丽娜畅想道,“这样的话,我相信大家也会很愿意把自己的小孩儿送去踢球,或者是把自己的梦想定义成一个女足运动员,想去踢世界杯,想去踢奥运会。”