



闫文港摘得钢架雪车铜牌

历史突破 中国速度不服不行

以超过100公里的时速冲过十几个弯道,享受孤独的速度与激情,钢架雪车运动员是生命的勇者。北京冬奥会男子钢架雪车比赛中,天津小伙子闫文港获得第三名,这是中国钢架雪车队在冬奥会上的首枚奖牌,实现了历史突破。另一名中国选手殷正排名第五,冠亚军均为德国选手。

钢架雪车项目在国外有100多年历史,但我国在2015年底才组建了第一支专业运动队。四年前的平昌冬奥会上,中国队第一次参赛,唯一具备参赛资格的选手耿文强拿到了第十三名。今年主场作战,中国男队不仅有两人参赛,成绩更是突飞猛进。

本报记者 张立

从跳远到钢架雪车

1997年出生的闫文港来自天津。2016年,还在天津田径队练习跳远项目的他被选入国家钢架雪车集训队,成为该项目2015年组队后跨界跨项选拔的第一批队员。

当时,121名来自全国各地的运动员在北京延庆参加选拔测试,最终5名男子运动员和5名女子运动员脱颖而出。之前七年的跳远生涯让闫文港拥有出色的爆发力,这是钢架雪车项目起跑阶段必需的身体素质。但突然进入到一个自己完全陌生的领域,小闫很不适应,完全靠咬着牙挺过来的。因为动作不熟练,他时常全身被撞得淤青,第二天还要继续趴在雪橇上训练。日复一日,整个冬天过去了,身上的肿痛和淤青都消不下去。

俯卧在钢架雪车上,头、肩膀、小腿和双脚都悬在车外,就像在人的胸腹部装上了两排“冰刀”一般,就是“肉包铁”。与此同时,运动员在滑行过程中,身体要承受高达5个G的重量,相当于身上压了五个自己。

回忆第一次在加拿大卡尔加里赛道滑行,连游乐场过山车都没坐过的闫文港却被外教从半山腰的10号弯推下,“第一次滑虽然速度只有四五十迈,但还是很紧张,到达终点的那一刻觉得非常痛快,发现自己真的非常喜欢这个项目。”

年复一年,小闫努力训练让自己身体的各项素质都大大提升。“只有身体变强了,心理上才能真正变得强大。”钢架雪车最高时速超过每小时130公里,克服恐惧是必须要迈出的第一步。尤其是在翻车、受伤之后,再去进行下一次的训练时恐惧感会更强。闫文港说自己非常享受每一次高速滑行的过程,而且早就不再恐惧碰撞、侧翻带来的危险,取而代之的是注意力高度集中,“想太多,就会撞得很惨,所以必须投入、专注,通过一次次地滑行不断提高水平。”想要为国争光的信念也一直支撑着自己,处于竞技状态时,害怕是一种无用的情绪。从站上赛道那一刻开始,闫文港已将坚韧、勇气和梦想融进钢架。在他看来,没有最快,只有更快,拼搏了,就是英雄!

性格稳重、刻苦勤奋的小闫靠着信念战胜了来自技术、心理、经验等多方面的困难,很快便在钢架雪车项目上站稳了脚跟,成绩突飞猛进。2018年

12月,闫文港征服了德国国王湖这个本土选手称霸的赛道,一举夺得中国钢架雪车历史上首枚欧洲杯金牌,引来全世界的瞩目。“我当时不知道是怎样的,滑完第一趟自己进入了前三,想着要保住前三的名次。滑完第二趟名次升了一名,当滑完第三趟知道自己拿金牌的时候,脑子有点蒙。但那一刻,真的是特别开心。”站在领奖台上的小闫看着五星红旗慢慢升起,耳边响起的国歌让他真正明白了自己的努力是为了什么。一年后,闫文港获得了第十四届全国冬运会男子钢架雪车金牌,证明自己是该项目的国内佼佼者。

除了刻苦训练,心态的调整帮助小闫愈加成熟。“以前我是一个非常暴躁的人,遇事不冷静,非常冲动。我也曾经和教练发生冲突。”通过钢架雪车的训练,他变得更加冷静理智,会沉下心来思考什么是对的,什么是错的。“想要成功的话,首先要预备自己。等到时机到来的时候就一定可以凸显。”闫文港坚定地说。

拼命调动肌肉豁出去

每次碰到封闭集训,大多数钢架雪车队员都会觉得特别疲劳,但闫文港却用“享受”来形容自己的状态。“我可以更加投入到训练中,享受一天天变强大的感觉。”入住延庆冬奥村后,小闫多次在国家雪车雪橇中心“雪游龙”赛道上滑行。对于这条赛道,他早已烂熟于心,甚至每一点赛道细节、每一个弯道角度都已深深印刻在他的脑海中。毕竟之前能够在国内选拔赛中胜出,闫文港就是靠在“雪游龙”赛道上的表现相比其他选手要更为出色。

国家集训队的教练曾这样评价闫文港:回顾滑行记录,他的成绩是最稳定的,钢架雪车是技术主导的项目,只要技术稳定性提高,取得好成绩是必然的。

面对交口称赞,小闫谦虚地表示:“获得北京冬奥会的参赛机会非常开心,这是我人生中的第一届冬奥会,又是在家门口参赛,我觉得这个经历非常有意义。但打铁还需自身硬,我觉得自己的能力还没有达到世界顶尖水平,还需要更艰苦、更科学的训练来加强身体素质,弥补出发速度慢的问题。当身体强大了,心态也会随之自信起来,犯的错误也会减少。我的目标就是站上冬奥会的领奖台,为国家实现历史性突破。现在,我做到了。”小闫说自

己从跳远转项钢架雪车七年来,一直盼着能在冬奥会的赛场为国争光。这几年努力了那么多,就想把更好的自己展现出来,不辜负祖国和家乡人民的期待和支持。

勇夺铜牌后,闫文港激动之情溢于言表,“前几轮特别是第三轮的成绩令我特别失望,第四轮我只能豁出去了。赛前我就玩了命地调动自己,拍打肌肉,蹦跳,状态调整得不错,最后终于拼出了这枚铜牌。”带着所有人的期待,闫文港兑现了自己的诺言,站上了领奖台,书写了中国钢架雪车的新历史。

冰上F1危险和刺激同在

有着“冰上F1”之称的钢架雪车是冬季运动中危险系数最大的比赛。钢架雪车在赛道中滑行的速度每小时高达120至135公里,垂直落差有110多米,被誉为“冰上俯冲机”,是不折不扣的“勇敢者运动”。该项目要求运动员头部向下、俯卧在钢架雪车上,沿着弯曲的滑道完成比赛,失重感、窒息感、恐惧感此起彼伏,运动员需要克服各种生理上和心里的不适。

由于该运动过于惊险刺激,且受伤率中附加的伤残严重性等因素,历史上曾两次被取消冬奥会项目资格。直到2002年盐湖城冬奥会,钢架雪车才重新回到冬奥会大家庭。而中国队在该项目上的起步更是很晚,直到2015年底才成立了集训队,2018年平昌冬奥会才第一次参加争夺。

而三大滑项目霸主德国在雪橇、雪车及钢架雪车领域是统治级的表现,本届冬奥会雪橇项目的全部4枚金牌均被德国队包揽。自2014年索契冬奥会以来,三届冬奥会全部雪橇金牌仅有一块被奥地利人抢走。

1889年德国诞生世界首家雪橇俱乐部至今,一批批好苗子从8岁起源源不断地送至专业机构接受系统训练,造就了大量天赋异禀的青年才俊从德国国内赛事中脱颖而出。与我国乒乓球队内选拔赛相仿,德国雪橇运动员想要拿到代表国家参加世界大赛的资格,也需要经过层层比赛选拔。

闫文港用不到七年时间获得奥运奖牌也呼唤着更多年轻运动员迎难而上。而“零的突破”是奥运精神、体育精神中耀眼的构成,也是中国钢架雪车谋求更大发展的新起点。不久的将来,中国钢架雪车项目必将在世界体坛中展现更加耀眼的光芒。



科技先行 弯道超车

文/章丽倩

“老早前是一个人管一支队伍,现在一支队伍由十来个人一起负责。这就是最直观的变化了。”两个多月前一个阳光不错的上午,在上海体育学院的绿瓦书店里,高炳宏教授跟我分享了一些他的个人体会。

高炳宏,他是上海体育学院的教授,也是中国钢架雪车队负责科研保障的牵头人。由于闫文港在北京冬奥会男子钢架雪车比赛中历史性地站上了领奖台(铜牌),所以这个在国内仍属冷门的小项的背后故事便也有了登台机会。

自2019年始,每年夏天,中国钢架雪车队若是没有去跨季节的国家训练,那便都会到上海训练一段时间。上海体育学院是这支队伍的夏训常驻基地。

中国钢架雪车队建队才七年,想要让它去跟拥有数十年奥运参赛史的强队比拼,高炳宏说唯有“弯道超车”一途,而他的团队就是要尽全力帮队员们“武装到牙齿”。

这里说到的“武装”,是从身体机能监控和疲劳消除、训练负荷的测试和分析、专项能力、训练方法、动作技术结构分析、心理六个方面进行训练监控,同时给予营养和恢复,以及康复和体能两大方面的支持。简单来说就是“6+2”模式。

在那一日的聊天中,高炳宏教授不止一次说到,他的团队之所以有如今多专业、多角度、兵强马壮的局面,就是因为

科研保障在竞技体育中的受重视度有了质的飞跃。“一个人要负责一支队伍的光景好像也没过去很久,变化和进步都来得很快。”

每一支中国冰雪运动队的背后,都有科研团队在鼎力相助。其中,与高炳宏教授一样的上海元素也还有不少。

虽然起步较晚,但在北京冬奥周期里,中国运动员在跳台滑雪项目中进步明显。上海体育学院的刘宇教授以及他的团队,就与这个项目结缘颇深。刘宇是国家重点研发计划“科技冬奥”重点专项的首席科学家,在北京冬奥周期里,他协助国家队完成了大量的科研保障工作。

刘宇教授和他的团队利用实时反馈三维动作捕捉,可以多角度地为教练提供数据,把训练环节来进行量化。比如说,这套技术可以对跳台滑雪选手的助滑速度、起跳角度、身体姿态、左右对称等都能提供精准量化的快速反馈和技术诊断。像这样的科技助力,就是运动员取得进步的重要保证了。

无论是高炳宏教授还是刘宇教授,他们都是上海体育学院参与北京冬奥科技助力的众多师生代表之一。实际上,上海体育学院一共承担了17项“科技冬奥”国家重点研发计划的项目和课题。

上海虽少雪,却也有一颗冰雪雄心,而“科技助力”就是我们这座城市在冬奥舞台上的高亢之声。