

从请人来比赛到抢着来比赛

听著名自行车教练沈金康讲述亲历的二十年环崇明岛赛升级

作为杭州亚运会女子公路自行车项目冠军，30岁的中国香港老将杨倩玉坦言：“职业生涯收获的信心，从崇明岛起步。”参加了6届环崇明岛赛，杨倩玉在和世界顶级高手的争夺中，跟队友的一次次战术配合中，成长为一名亚洲顶级公路车手。

昨天，2023年环崇明岛国际自盟女子公路世界巡回赛落幕，这项同环法、环意同属最高级别的自行车赛事，又一次收获了参赛者、观赛者的一致好评。办赛二十年，从请人来到抢着来，环崇明岛赛究竟有怎样的魅力？



选手们环崇明岛的美丽风光中骑行 本版图片 记者 李铭坤 摄

本土冠军

一晃已是9年。第一次踏上崇明岛的赛场，杨倩玉只记得一种心情：“害怕，我怕掉队。”公路自行车是一个讲究配合、技术和经验的项目，顺利完赛是首要目标。彼时，无论内地还是香港地区车手，仍鲜有机会参加世界高级别赛事。

如今，重返崇明，她的目标无疑更远大——骑向巴黎奥运会。

中国香港队总教练沈金康是环崇明岛赛的老朋友，作为曾经的赛事顾问、中国首支女子职业自行车队总教练，沈金康是环崇明岛赛升级再升级的亲历者、见证者。

其实，公路自行车并非小众，沈金康指出，在所有自行车项目中，公路自行车是非常重要的基础项目。一名优秀的公路自行车选手，可以在场地自行车项目中大有作为。比如此番参赛的中国香港队，有4名运动员是杭州亚运会场地自行车4公里团体追逐赛铜牌得主，还有3人也是其他场地项目的亚军。

车手需要通过参加大量的比赛，积累经验、学习战术，而不是闭门造车。“同世界高水平运动员同场竞技，才能看清自己的劣势，学习其中的战术。”获得最佳青年选手的中国队小将唐欣，第一次来到崇明岛便排个人总成绩第八，她感觉不虚此行。

“崇明办赛20年，培育了一大批优秀的中国运动员，对崇明本土的自行车运动起到了积极的推动作用，并为上海队输送了多名顶级人才。”沈

记者手记

和赛事一起成长

2006年，我刚当上记者，彼时，环崇明岛公路自行车赛，也才办了3年。但我去采访这项赛事时，办赛人员的话却让我记得格外清晰，“打造中国的环法”——一直是崇明的目标。

从最初的全中国男子比赛、低级别的国际赛事，到奥运积分赛，再到女子世界杯、女子顶级世巡赛，环崇明岛赛真的同环法、环意同级别了。

中国公路自行车车手也和环崇明岛赛一同成长。2008年，中国队首次取得满额的3张奥运入场券，中国职业车手在崇明岛“抢”了200多分，史无前例。2023年，

来自国家队、职业队的新一代中国女车手，跟随前辈的足迹，从崇明岛开始，骑向巴黎奥运会。

不知不觉，崇明办自行车赛已有20年。现在，令人欣喜的消息传来：国际自盟充分肯定崇明办赛，未来，最高级别的世巡赛，还将设在崇明。

伴随着顶级赛事，崇明形成了一股环岛骑游的风潮。多年来，崇明各部门联手完善自行车骑行的配套设施，规划道路，开展自行车进校园活动，组织各类专业的、业余的骑游赛事……

进入2023年，公路骑行成为最受欢迎的户外潮流运动之一。

越来越多的骑行爱好者开启“四轮带动两轮”的模式——将自行车架在汽车上，先来一场公路旅行，再来一场骑游环岛，在崇明岛这座大花园里，体验健康低碳运动，欣赏生态岛的绿色风景。就算没有自备自行车，也可以去岛上租一辆，环横沙岛、环明珠湖……几十条骑行路线，总有一条满足你的需求。

崇明岛被树林环绕，与湿地相拥，踏上崇明岛，就会产生想要骑车环岛的冲动。喧嚣的国际赛事再一次落幕，但骑行漫游的氛围，只会越来越浓。踩着自行车，在天然氧吧中尽情呼吸，心静，不带一丝喧嚣…… 陶邢莹

金康说。本次赛事的崇明籍解说员黄丽，曾为中国队拿到唯一一个场地全能赛的奥运资格。此后，又诞生了一批拿过世界杯冠军、创下奥运最好成绩的运动员。

还记得小时候赛在家门口，年年观摩家门口的自行车赛，世界各地顶级运动员的飒爽英姿令周瑜好生羡慕。后来，他被挑选进入崇明区少体校，跟随秦晨路、黄冬艳等师兄师姐的脚步，骑向了国家队。今年，他为中国男子场地自行车在世界比赛中取得巨大突破，前不久杭州亚运会，他一人独得1金1银1铜。趁这次环崇明岛赛举办，周瑜重回家乡，被热情的家乡观众团团围住，纷纷索要合影签名。他认为：“顶级赛事在崇明举办，能让更多人了解自行车运动，投入自行车运动。”

冲刺奥运

“环崇明岛赛的最大特点，是能吸引高水平运动员前来参赛。还记得最初的时候，主办方要出钱请她们来参赛，而现在她们竞争名额来参赛，环崇明岛赛已经成为了具有一定品牌知名度和影响力的世界顶级赛事。”沈金康说。

2023年环崇明岛赛是巴黎奥运积分赛的最后一站多日赛，收官前尽可能多挣积分，是每一位参赛车手的目标。职业队的手通常来自不同国家，她们将分数带回自己国家，提升国家的世界排名，从而争取奥运资

格。获得资格后，这张入场券究竟给到哪位运动员，则由国家队综合考量，这又要看车手是否在职业赛事中是佼佼者。“在崇明，既有国家之间的竞争，也有个人之间的比拼，还有职业队之间奖金利益的争夺。所以，能不精彩吗？”沈金康解释道。

三个赛段，三个不同冠军，最后一个比赛日，冠军欢欣庆祝，亚军黯然落泪。沈金康预测，此次参赛的队伍中，至少有60%的选手是明年巴黎奥运会的运动员，很显然，她们将环崇明岛赛作为通往巴黎奥运会的最后冲刺。

犹记得2006年，崇明岛着手在已有赛事的基础上申请举办高级别赛事，为中国运动员在家门口提供参加北京奥运会积分赛的机会，从那时起，越来越多的世界顶级车手来到崇明。

“回顾环崇明岛女子世巡赛，每年比赛都吸引高水平车手，翻阅历届总冠军名单，就像在阅读一本女子公路自行车职业名人录。”这是国际自盟主席拉蒂蒂安的由衷感慨。

成为标杆

明珠湖的蜿蜒赛道、长江大桥的爬坡赛道，人为制造一些难度，倒是令各车队领队连连称好。突然降温、忽降大雨，再刮大风，3个比赛日，车手们仿佛经历“四季”。当然，身旁有几十种野生鸟类栖息、飞翔，在这般美丽的自然风光中加速，一个字，爽。“崇明的赛道和路线设置，在国

外选手看来都是顶级的，既有难度又很安全。”沈金康指出，再加上各方面的保障很人性化，直播也很专业，让观众不只欣赏到比赛，还能看懂赛事。

“一个团队要骑在一起，因为他们要对重点运动员进行拉车带位，把她带到最好的位置进行冲刺。”“还有最后十公里，再过个三四公里就要进入最精彩的时候了……”黄丽的解说中，体育知识干货满满，她很清楚，要想夺冠，对于运动员来说要付出多少努力和汗水。这是黄丽第三次参加环崇明岛赛的直播解说，“因为观众对自行车赛的了解程度不同，所以要深入浅出，用最易懂的语言，把赛事介绍清楚，把场面和信息交代清楚。”

另一位来自崇明的解说员张林，是区委党校一名教师。有别于黄丽从专业角度解读比赛，张林的视角更多聚焦在呈现崇明的生态风貌和人文历史，让观众对崇明有了更深入的了解，也让比赛的解说内容更为饱满。

伴随着崇明岛举办公路赛事20年，70岁的沈金康认为，中国自行车运动一直在向前发展，比赛也越来越多。“我相信，未来会看到中国自行车的新气象，那就是中国将出现越来越多的职业车手，进入到世界赛场，形成一股中国力量。”

环崇明岛赛，是国内公路自行车赛事的一个标杆、一种榜样。沈金康不吝溢美之词，它是推动中国公路自行车发展过程中，一个不可或缺的平台。本报记者 陶邢莹



沈金康(右三)带领中国香港女队参加环崇明岛赛