

上海奥运冠军跳水基地在光启小学成立,吴敏霞  
陈芋汐火亮等重返母校寄语学弟学妹——

# 你想展翅高飞 就要经历磨炼



陈芋汐(前排中)和学弟学妹在一起

本版图片 记者 李铭坤 摄



## 体育之育

你能告诉我,如果我选择跳水,会有结果吗?人生为什么要有选择?”

“我11岁了,我第一次跳207C,真的好害怕!我没有想到原来十米跳台那么高,我没有想到跳下去会那么疼。当我的背狠狠拍向水面的时候,我开始怀疑自己,我真的适合跳水吗?我真的可以实现我当初的梦想,成为奥运冠军吗?”

“东京奥运会的领奖台上,当所有的目光看向我,当聚光灯照向我,其实我心里有很多不安,我下次还能不能有这样的表现?我还能保持这样的成绩吗?我还能让所有人满意吗?”

今天上午,上海市徐汇区光启小学的报告厅内,舞台一侧,投影屏上出现了一个小女孩的剪影,6岁、11岁、16岁,女孩渐渐长大;舞台另一侧,19岁的陈芋汐,身着奥运领奖服,和曾经的“自己”对话。在表演情景剧时,看到自己小时候的训练画面,陈芋汐泪眼婆娑。

这场“穿越时空的对话”,诉说着陈芋汐在跳水池奋斗的点滴。结束巴黎奥运会征程的陈芋汐和同为光启校友的奥运冠军吴敏霞、火亮以及14位上海跳水健儿,今晨共同回到这里。

被孩子们团团围住,奥运冠军们深情寄语。奥运“五金王”吴敏霞亲切地说:“我也是妈妈了,所以我想跟大家说,好好吃饭、好好睡觉、好好长大。”

陈芋汐分享了三个关键词:梦想、坚持与热爱。“记得小时候,吴敏霞姐姐回校时,我也坐在下面,一脸羡慕地

## 陈芋汐面对面

问:昨天是你19岁的生日,对自己未来有什么规划?

答:希望自己可以在学习和训练这两方面能兼顾,也希望自己在学习上多努力。

问:今年你也成为大学生了,对大学生活有什么憧憬?

答:希望能度过愉快的大学生活,也希望能交到更多朋友,学到更多知识。

问:今天活动中你分享了鲁米的一首诗,

能不能再给弟弟妹妹们分享一本书?

答:我在弟弟妹妹的年纪时一直在读高敏前辈的《敏·感:人生没有规定动作》,就像书名说的那样,人生确实没有规定的路线或者规定的动作,每个人的人生都要靠自己闯,有梦就要去追。

问:接下来的训练和学习是什么安排?

答:目前我还是需要投入更多的精力在训练上,但我会训练之余更多地提升自己的文化知识和能力。

看着她。曹校长问我梦想时,我说,我也要成为冠军!”陈芋汐说,所以梦想的第一步是敢于想,不给自己设限。

在另一个时空,19岁的陈芋汐可以穿着长裙,吃小笼包和巧克力蛋糕,但现实生活中的她要把体重控制在43公斤以内,很多节日都需要在训练中度过。“到底是什么让你坚持到现在?”

陈芋汐眼泛泪光,坚定回答:“是梦想,为国家出征,为国争光的梦想。”

诗人鲁米在《万物生而有翼》中写道:“你生而伟大,你生而有翼,你本不应匍匐在地。你能展翅,那就学会飞翔。”她也对弟弟妹妹说,如果希望自己能展翅高飞,磨炼必不可少。“跳水的过程是无数次枯燥的重复,动作细微的变化、心态的波动都会产生不同的结果。只有满怀热情全力以赴,专注于每个瞬间,不断超越自我才能走向成功。”陈芋汐说。

火亮如今是上海跳水队教练,他告诉孩子们:“遇到什么事,不要轻易说放弃。不管是学习还是做其他事,希望你们能坚持下去。”

今天的活动,标志着上海奥运冠军跳水基地在光启小学正式成立。奥运

冠军们和上海跳水队的运动员,在母校留下了无数美好回忆。

在校园见到陈芋汐姐姐,四(3)班的朱铭悦觉得格外亲切。今年暑假,她和爸爸妈妈在巴黎奥运会现场观看了跳水比赛。“学姐为实现理想而奋斗,我也要紧随其后。”朱铭悦说。

三(4)班双胞胎姐妹花徐简棋、徐简洛也是跳水小将,已经在市比赛中夺金。一样利落的短发,一样秀气的眉眼,姐姐简棋是今天舞台上9岁小“陈芋汐”的扮演者。“我腿长,要用更大的力气支撑着板,需要练很多核心。”简棋说,虽然每天下午都要训练,很辛苦,但没想过放弃,因为想为国家争光。“有想过放弃,但是想了想还是别放弃吧,否则就不能为国家争光了。”简洛边说边笑。

校长曹庆明说,光启小学是一所具有鲜明体教结合办学特色的百年老校,希望同学们向哥哥姐姐们学习,在成长的道路上全力以赴、不畏险阻、勇攀高峰,“光”奥运之魂,“启”强国之志!通过体教结合,孩子们在跳水、体操、排球赛场上,追逐着自己的运动梦想。

本报记者 陆梓华 陶邢莹



陈昱东

戴大卫

将于10月3日至5日举行的2024上海超级杯昨天公布了花样滑冰比赛项目中国队的参赛阵容。男单选手戴大卫和女单选手陈虹伊、安香怡继去年后再次来沪参赛。

参加花滑男单比赛的选手中,即将满20岁的陈昱东是金博洋之后实力最强的中国男单选手之一。陈昱东曾在印尼雅加达举行的2022年亚洲花样滑冰公开赛成年组男子单人滑比赛中获得冠军。2023年花样滑冰世青赛男单比赛,陈昱东获得第八名的好成绩。此外,去年年底的2023/2024年全国花样滑冰锦标赛中,代表北京参赛的陈昱东获得冠军。今年1月,陈昱东在十四冬花样滑冰青年组比赛中夺冠。

21岁的戴大卫将第二次参加上海超级杯。在今年第十四届全国冬季运动会花样滑冰公开组男子单人比赛中,戴大卫获得亚军;在2024年花样滑冰亚洲公开赛成年组男单比赛中,他再次获得银牌,成绩稳步上升。

女单方面,中国冰坛新生代安香怡和“火苗”陈虹伊继去年后再次参加上海超级杯比赛。在2023上海超级杯比赛中,安香怡和陈虹伊分别位列第五名和第六名。

9月5日在中国香港结束的2024年花样滑冰亚洲公开赛成年组女单比赛中,安香怡战胜日本选手山下真瑚和名将三原舞依,再度夺冠。同时,她的得分超过了世锦赛最低技术分(MTS)。本届上海超级杯,安香怡将带来自由滑节目《满城尽带黄金甲》,她的菲利普三周跳发挥极为出色,步法和旋转也都得到最高定级,冰迷们有望一饱眼福。

陈虹伊是去年上海超级杯赛场的“人气王”,今年初在上海举行的国际滑联四大洲花滑锦标赛中,陈虹伊获得第13名。

双人滑比赛项目,杨易溪/邓舜阳和张思阳/贾梓麒两对组合报名参加本届超级杯。肖紫兮/何凌昊和任俊霏/邢珈宁两对组合将参加冰舞项目的比赛。

2024上海超级杯票务系统已经上线。久事体育App(含小程序)作为本次赛事官方票务平台,已经开启线上售票。票种分标准票和亲子票两大类,标准票有日场票、夜场票和全日票,日场票80元到500元四档售价,夜场票80元到580元不等,全日票160元到880元;亲子票也有日场票、夜场票和全日票,一大一小或者两大一小的销售形式。值得一提的是,本届赛事特别推出80元票和亲子票,期待更多冰迷加入上海超级杯的大家庭中来。

本报记者 金雷

戴大卫陈虹伊安香怡再次来沪参赛

# 上海超级杯中国花滑阵容公布



安香怡



陈虹伊

## 中秋假期 体彩正常销售

本报讯(记者 黄永顺)上海市体育彩票管理中心发布通告,中秋假期体育彩票销售及开奖工作照常进行。

中秋假期,本市各体育彩票销售网点正常营业并兑付10000元以下(含10000元)小奖。建行大奖兑付安排为:9月14日工作日,正常兑奖,9月15日至9月17日暂停兑奖。此外,本市95086体彩客服热线平台中秋假期暂停人工服务,9月18日9时恢复服务。

市体彩中心提醒购彩者,节后兑奖者可能较多,中奖者尽量不要在节后一两天内集中兑奖,同时注意自己中奖彩票的兑奖期限。