

沪上中学赛艇队将亮相表演赛

来自沪上中学赛艇队的队员们也能在上艇的舞台上亮相了！今年，上艇发起了“赛艇新势力”计划，邀请上海中学、上海市世外中学、上海民办平和学校、上海包玉刚实验学校、万科双语学校五所中学的赛艇队，去到现场参与青少年表演组500米城市冲刺赛的角逐。

本版撰稿 本报记者 章丽倩



上海民办平和学校

“热身备战”两年后终于从观众变选手

终于盼到这一天，来自沪上中学赛艇队的队员们也能在上艇的舞台上亮相了！对上海民办平和学校赛艇校队来说，他们盼这次机会已经盼了近两年。

上海民办平和学校赛艇校队主教练姜大欢告诉记者，这支队伍成立于2018年9月，最初由该校高中部的朱鑫焯同学发起。经过这五年，队伍从最早的十多位队员发展到现在拥有高中、初中、小学各年龄段梯队，包括毕业生在内的校队队员总数已超百人。而与上艇格外有缘的是，从赛事2021年首届举办时开始，上海平和学校队就摩拳擦掌，期待有朝一日能以上艇参赛队的身份出现在苏州河上。

如今，实现心愿的这一天终于来到了。“我们从上艇第一届举办时就在做准备了，虽然那时还没有适合我们队伍的组别，大家只能在现场或者屏幕前当观众。不过，在队伍里我们常会讲，等上艇发展得规模更大、内容更丰富后，一定会有我们可以参与的地方，会拿这件事来激励队员们。这不，今年机会终于来了。”姜大欢教练分享道。

在喜欢上赛艇运动、成为校队队员前，刘家鸣就已经跟上艇有了初相识。那回，他的爸爸妈妈听说

了苏州河上举办的这项大赛，抱着既能瞧新鲜也能赏“一江一河”美景的想法，他们一家人都去到现场观赛。“那时候我的个子还有点矮，隔着安全围栏看可能还不是很清楚，就记得周围观众挺多的，现场氛围挺热烈的。这次能去参赛，一定要好好感受。”

赛艇训练分为陆上和水上两部分。平时，上海平和学校赛艇校队的队员们既会在校内开展陆上训练，每周还会固定有一次去到距离学校车程约20分钟的申迪文化中心，在那里进行水上训练。而如果有队员感到练得不过瘾的话，也会有利用业余时间到其他赛艇俱乐部里加课的情况。

就读于该校11年级的尹彭，他赛艇启蒙得虽晚，却在兴趣推动下比旁人练得更勤，仅仅练了一年多，此次就能以校队成员身份参加上艇。“除了陆上训练，我通常是每周跟着队伍练一次水上，再利用周末时间自己去水上加练一次。我的长处就是练得勤吧，然后在艇上的时候会比较稳。”一向支持儿子培养赛艇爱好的尹彭父母，他们已经提前联络好了亲友，打算要到现场为尹彭和他的队友们加油助威。



教练和队员皆参赛 不同组别彼此助威

队员们参赛，教练也参赛，在本届上艇的赛道上，平和校队师徒档将迎来“同场竞技”的有趣一幕。

“姜教练一直是队伍的主教练，但我们一直没看过他现场比赛，这次终于盼到机会啦。”除了关注自身的比赛，上海平和学校赛艇校队的队员们都特别想看到自家教练显露身手。当然，学生和教练，他们所参加的是上艇不同组别的比赛。前者参加的是面向青少年选手的表演赛，比的是500米城市冲刺赛，而姜大欢教练则是俱乐部组的选手，要比500米和42公里两个距离长度。

这将是姜大欢以俱乐部组选手身份参加的第二届上艇。“我是一名从省队退役下来的赛艇运动员，去年也参加了上艇。这次因为我的队员们也会参赛，所以等到比赛现场

时可能会更忙一点。为了让我好好参赛，这次现场带队的工作主要得辛苦学校的老师。”上艇俱乐部组的每支参赛队，都拥有限定名额可留给符合退役年限的原专业队运动员，姜大欢就是新艇俱乐部队的选手。

尽管此番无法全程陪在队员们左右，但姜大欢教练对弟子们还是比较放心，也很有信心。据了解，考虑到部分高年级校队成员有学业方面的安排，所以这次该校派出的是部分高中部学生加部分初中部学生的阵容。“虽然不能说是队伍目前的顶配，但我们也做了内部选拔，对他们的水上和陆上能力进行了考评，最后选出来的也都是比较拔尖的队员。相信他们能在上艇赛出风格，赛出水平。”

发下“英雄帖”组“校队”一个多月合练100小时

今年8月中旬，上艇官宣了今年的办赛日期，而在消息公布前的7月底，作为受邀参加上艇青少年表演赛的对象，上海中学已经行动了起来。他们启动备战的第一步与众不同——向在校学生发出“英雄帖”，有赛艇基础者皆可报名，能力出众的学生将组成队伍，代表学校参赛。

对这支组建未满两个月的赛艇“校队”，上海中学校长冯志刚在接受采访时特别做了一番说明。“我们一直支持学生们要多‘玩’，鼓励他们培养广泛的兴趣爱好，同时在学习方面也要抓牢。所以，在得知上艇有邀请上

海中学参赛的意向后，我们就直接在学生中发起了招募。以我对他们的了解，其中肯定有业余时间喜欢赛艇的，凑齐人数、把队伍组起来应该没有大问题。”

实际情况正如冯志刚校长的预判，很快就有不少学校国际部的学生前来毛遂自荐，从五六六年级开始，每个年级都有人报名，人数达到60多位。后来，校方在补充得知报名还有15岁以上、18岁以下的年龄要求后，才缩小了选拔的范围。

此番，上海中学将派出两条艇参加上艇青少年表演赛，分别是男子四

人艇和混合四人艇。算上正式选手和替补队员，总共是十余名学生参赛。

虽说队伍组建时正值暑假，但在学生们的热情参与和校方的保驾护航下，他们的进度条很快就开始推进。请来了专业的教练，也联系好了东方绿舟内的水上训练基地，这支队伍在8月中旬启动了合练。“因为基本都是具备一定赛艇基础的学生，所以聚到一起后上手的速度还不错，大家也都很愿意顶着较高的气温投入到训练中来。从8月中旬算起，队伍已经练了超过100个小时。”上海中学体育教研组长陆辉介绍道。



未能如愿。队员丁志钦的哥哥丁志选已从上海中学毕业，也是一名赛艇爱好者。另外，薛雅文的弟弟薛亚奇就读于世外中学，他俩没法当同校队友，这次却是要在上艇体验当对手了。

通过这次参与上艇的机会，上海中学校长冯志刚看到了校园里的赛艇能量。他透露说，尽管目前的这支队伍还不能算是上海中学真正意义上的赛艇校队，但在有了此次体验机会和有了上艇平台后，他觉得在校园内正式组建常态化赛艇队的前景已变得更有可能是了。

兄弟姐妹欢聚赛场 学校特色项目或“+1”

这次将在表演赛中同划混合四人艇的薛雅文和吕昭丞，他们是上海中学这支队伍中此前赛艇经验相对较多的两人。早就被上艇“圈粉”的他俩觉得，从看着俱乐部的前辈们参赛，到自己代表所就读的学校出战，这其中的不同还是非常明显的。

“没想到突然有一天，我喜欢的赛艇运动和我的学校结合到了一起。能代表学校参赛让我感到很期待，能够和学校里的同学们一起练习赛艇，也让我觉得很高兴、很新鲜。”薛雅文的赛艇基础启蒙于沪上的一家俱乐部，前两年，由于俱乐部一直是上艇的参赛队伍，所以她已有过去苏州河畔观赛的经验。

作为队内积极分子的吕昭丞则表

示，尽管自己没有去过上艇的现场，但通过看比赛直播，他已经隔着屏幕被震撼过了。“让我印象特别深的是，在电视直播中，八人艇上舵手的口号声会被两岸观众的加油鼓劲声给盖过。隔着屏幕都能感觉到，现场的氛围真是太热烈了。”

用这几位队员的话来说，赛艇是一项在人与人之间传播能力很强的运动。有时候是同学之间的感染，但更多时候，还是家庭成员间的影响力更大。

上海中学体育教研组长陆辉帮记者数了一数，发觉校园里的赛艇兄弟姐妹档竟有五对。吕昭丞的妹妹吕昭彤就读于上海中学国际部八年级，此次也想报名参赛，但因年纪太小而