

徐梦桃35岁追梦不止

目标米兰 期待五战冬奥

在刚刚落幕的2025—2026赛季国际雪联自由式滑雪空中技巧世界杯崇礼站比赛中，35岁辽宁名将徐梦桃获得混合团体金牌和女子个人铜牌，将自己世界杯金牌总数增至40枚，成为该项目历史上当之无愧的“金牌女王”。距离米兰冬奥会仅剩一个多月，北京冬奥会冠军徐梦桃展现出的出色状态，为第五次征战冬奥会吹响了嘹亮的冲锋号。

徐梦桃盼“更进一步”

漫长的职业生涯中，无数次失败和胜利让徐梦桃最为清楚，细节是决定比赛成败的关键。

“我感觉今天就是完美。”在拿下2025—2026赛季国际雪联自由式滑雪空中技巧世界杯云顶站的混合团体冠军后，这位中国“空中技巧女王”毫不吝啬对自己的夸奖。

徐梦桃说：“自己今天表现很好，两跳难度都是4.293，都非常好地完成了，动作细节处理质量非常高。队友虽然在决赛中有一点点瑕疵，但混合团体就是这样，可以相互帮助对方去弥补分数，很幸运我们做到了。”

前一日的女子个人项目上，中国姑娘集体绽放。孔凡钰凭借更为优异的空中动作和落地表现，以102.17分摘得冠军，陈梅婷、徐梦桃分别以97.45分和97.02分获得银牌和铜牌。

“说实话，个人项目时候有一些小遗憾。大家也看到了，因为(日落)视线不是特别好，我没有做好起跳环节，自己对速度的把握不好。”徐梦桃说，“比赛之后我第一时间就做了复盘，下定决心要全力以赴打好今天的比赛。”

当天中国队派出两支队伍出战，徐梦桃搭档了前一日男子个人项目收获亚军的李天马和齐广璞。徐梦桃和齐广璞两位出生于1990年的冬奥四朝老将都拿出了最高质量的表现，小将李天马稍有失误，但依靠团体优势最终摘金。

徐梦桃赛后在云顶滑雪公园的高声呐喊，让人回忆起她泪洒北京冬奥会的动人时刻。

2022年2月14日，徐梦桃顶住名将考德威尔和劳拉·皮尔的冲击，为中国队赢下历史首枚女子空中技巧冬奥金牌。赛后，徐梦桃身披国旗跪倒在雪地里，她泪流满面转身嘶吼的画面无比令人动容。

尽管在北京冬奥会的混合团体比赛中，中国队遗憾摘得银牌，但徐梦桃

这一代自由式空中技巧运动员，已经用努力和坚韧让大家看到了奇迹。

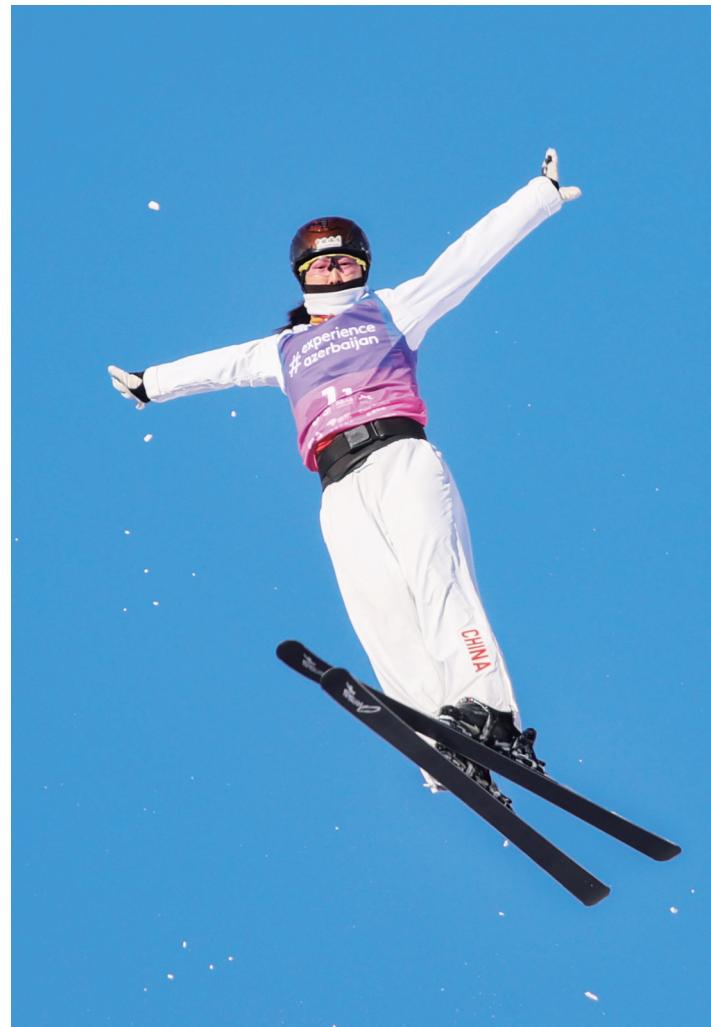
徐梦桃说：“今天也可以说，弥补了四年前的遗憾吧。希望今天混合团体比赛的胜利，能给四年前的失利画上一个句点。这是我参与的世界杯混合团体比赛的第10枚金牌，也是我的第40枚世界杯金牌，所以今天格外开心。”

凭借常人无法想象的艰苦努力，徐梦桃在该项目上取得了非凡成就。目前，她已经拿到足够的米兰冬奥会积分，将向着自己的第五届冬奥会全力发起冲击。

“混合团体比赛相当于是以赛代练，今天对手发挥其实特别好，我看到了劳拉·皮尔动作得分有117分，这也是我接下来的目标。云顶这一站世界杯比赛对米兰冬奥会来说，是一个非常好的过渡。”

米兰大考剩下最后一个多月时间，徐梦桃或将和团队往返于北京和崇礼进行备战。作为金牌最强有力的竞争者，她还盼着自己能“涨分”。

摘自 新华社



“这么多年的经验告诉我，无论比了多少年，每一次比赛都是崭新的，每一次经验都是珍贵的，最重要的是今天我知道自己还有提升的空间。期待米兰冬奥会时候有好的表现，所以未来一个月我还会继续精进。新的一年，也祝大家骐骥驰骋，势不可当！”

——徐梦桃

“背靠背”完成1980动作 苏翊鸣创吉尼斯世界纪录

今年10月初，中国单板滑雪运动员、北京冬奥会金牌得主苏翊鸣发布视频，展示自己在训练中成功完成了世界上首个“背靠背”1980度空翻动作。

该高难度动作即在单板坡障赛道的连续两个跳台上，相继做出方向相反的一个反脚内转1980度空翻、一个正脚内转1980度空翻。苏翊鸣是迄今为止首个将这两个高难度动作连接起来的运动员。

12月25日，据吉尼斯世界纪录网站显示，这一连贯动作得到了认证，苏翊鸣成功创造了“一次连贯滑行内完

成单板滑雪1980度转体次数最多”的吉尼斯世界纪录，苏翊鸣也收获了纪录证书。

在米兰冬奥会越来越近的当下，苏翊鸣正展现出火热的状态。

上个月，在国际雪联大跳台世界杯云顶站的比赛中，苏翊鸣就强势摘得个人赛季首冠。随后在世界杯北京站的比赛中，苏翊鸣再度夺得冠军。

凭借出色表现，苏翊鸣摘得了本赛季的单板滑雪大跳台世界杯总冠军，这是中国男子单板滑雪运动员首次解锁年度总冠军“水晶球”荣誉。



27载坚守 我还能跳

8岁开始练习体操，打下运动基础，12岁转攻自由式滑雪空中技巧项目，与冰雪结缘，从2010年温哥华冬奥会的初出茅庐，到2026年米兰冬奥会的整装待发，35岁徐梦桃即将踏上第五次冬奥征程的背后是27载运动生涯的坚守。

自由式滑雪空中技巧运动员需以50至70公里的时速俯冲，腾空后空中完成高难度翻腾后，落地还要承受数倍于自身体重的冲击力。徐梦桃的运动生涯，就是一部与伤病抗争的史诗。她的双腿布满疤痕，见证着四次大手术的艰辛——双膝前交叉韧带断裂重建、半月板被切除70%，即便到现在，训练中动作稍剧烈，膝关节就会发出响声。

此前四次冬奥征程，徐梦桃尝尽了酸甜苦辣。2010年温哥华冬奥会，20岁的她初登冬奥赛场，获得第六名；2014年索契冬奥会，她因微小失误遗憾摘银；2018年平昌冬奥会，决赛中落地失稳，梦想再次落空；直到2022年北京冬奥会，她夺得中国首枚女子空中技巧冬奥金牌。

北京冬奥会后，徐梦桃曾暂别跳台，结婚成家、投身公益，但心中对雪场的热爱从未熄灭。当很多人以为她会顺理成章退役时，33岁的她毅然宣布重返赛场，目标直指第五次冬奥之旅。“我要回到雪场，我还能跳！”简单的话语背后，是滚烫的信念。重返国家队后，年龄增长带来的身体恢复变慢、疲劳感加剧等问题接踵而至，她就和教练团队逐帧分析比赛录像，从基础动作重新打磨，把每天的训练、康复安排得井井有条，用扎实的进步弥补身体的短板。

2025年2月9日，徐梦桃在黑龙江亚布力拿到了哈尔滨亚冬会自由式滑雪女子空中技巧冠军，成功集齐冬奥会、世锦赛、世界杯、世青赛、亚冬会、冬运会、全国锦标赛等国内外重要赛事冠军，成为中国雪上项目第一个全满贯获得者，宣誓着自己成功归来。

第五次冬奥之旅即将开启，无论结果如何，徐梦桃已然成为传奇，而她追逐梦想的脚步，仍在风雪中坚定前行。

摘自 沈阳晚报

