

春去冬来，2024年上海市第四届市民运动会在12月10日迎来了闭幕式。7个月前的5月12日，上海市第四届市民运动会开幕式在上海体育场举行。

“健康上海，人人来赛”，在持续半年的众多赛事中，这一届市民运动会真正做到了让体育的活力在城市的每一个角落涌动。

在市民运动会的推动下，上海市民运动热情高涨。9100余场赛事活动，吸引了来自各区、市级机关、企业集团、驻沪部队、高校等126支代表团踊跃参与。

这一届市民运动会，参与人次更是超过了1100万。参赛市民年龄、职业各不相同，因运动而相聚在一起。虽然第四届市民运动会已闭幕，但是运动带来的快乐，挥洒汗水过程中迸发的永不言弃的精神，势必将在未来为每一位热爱运动的市民带去源源不断的能量与活力。

5月的开幕式上，奥运冠军吴敏霞作为护旗手出场，当时和她一同担当护旗手的还有残奥轮椅击剑冠军辜海燕，国际汽联全球F1赛道设计师、全国劳模姚启明，最美退役军人江吟，以及外国友人代表、来自法国的Jacques Roizen。

在闭幕式现场，五位护旗手作为颁奖引领人重聚。通过对他们的采访，《新民周刊》发现，虽身份和职业背景不同，譬如吴敏霞和辜海燕是专业运动员，而Jacques平时是一位数字经济行业资深分析师，但他们身上有着一种共性：他们的人生被运动深深影响。他们热爱运动，享受在运动中超越自我。

## 赛场外，看见更多可能

作为开幕式护旗手，姚启明觉得时间太快了，自己和吴敏霞一同出现在开幕式的画面，至今历历在目。转眼间，第四届市民运动会就迎来了圆满落幕。

事实上在第四届市民运动会期间，吴敏霞始终很忙碌。从一年前的推介会上担当形象大使开始，再到开幕式护旗手，吴敏霞一直出现在市民运动会的各种场合。上海市体能大赛静安站，她积极助阵；2024年上海市儿童青少年主题健身活动，为鼓舞孩子们，吴敏霞担任了领跑嘉宾。

在市民运动会闭幕式现场，吴敏霞接受了《新民周刊》记者采访。谈到自己与市民运动会的种种联动，她感到非常荣幸，“作为一名体育人，能够出现在这些舞台上，为大家分享一些



吴敏霞热衷参加公益活动。

经验，给大家带来更多能量，帮助大家通过运动去了解自己，发现自己身上的闪光点，这对我来说很荣幸”。

退役以后，吴敏霞的身份愈发多样。除了线下积极参与到运动相关的公益活动，短视频平台上，她与网友分享自己的精彩日常。而从2024年初，她又有了新身份——上海跳水队教练。

回到自己熟悉的上海游泳馆跳水池，吴敏霞如今指导孩子们训练。带领这些孩子逐梦的同时，她希望能够将“跳水”这一上海优势体育项目传承下去。

作为奥运5块金牌得主，吴敏霞在一线执教中观察到一些与自己当年训练时的不同。在她看来，现在的小队员们更幸福了。“不仅仅是训练硬件的升级，这更是一种全方位的进步。具体来看，人民生活条件不断提升，对于体育运动的重视程度越来越高，团队保障愈发专业，这些因素使得现在的小队员们更能够全身心地投入到运动和训练当中。”

当然，一些幸福的烦恼也随之而来。与10年前、20年前相比，如今年轻运动员接触外界信息的媒介更多样。“小时候在队里，我了解外界主要通过电视和报纸。和家人打电话，用的还是插IC卡的座机。”吴敏霞说，“现在的小朋友比以前更幸福，也更聪明。他们接触得多，能够提前学习一些知识。但是在更多