



隋文静(左)和韩聪在训练中。



彭程(右)和金杨在自由滑比赛中。 资料照片



王诗玥和柳鑫宇(后)在冰舞自由舞比赛中。 资料照片

用训练为冬奥积攒信心 中国花滑选手全力备战冬奥会

近日,花样滑冰国家集训队举行公开训练课。花样滑冰队总教练赵宏博表示,目前队员们身体状态良好,正在通过更稳定的训练,为即将到来的冬奥会积攒信心。

训练现场
隋文静/韩聪等选手努力备战

近日,在位于北京首钢园的冰上训练中心花样滑冰馆,花样滑冰国家集训队的运动员们如往日一样上冰进行训练。

记者看到,此前已被确认为北京冬奥会参赛选手的两对双人滑组合隋文静/韩聪、彭程/金杨及冰舞组合王诗玥/柳鑫宇,都出现在冰场上。正在进行队内测试赛的女单选手林珊、朱易和陈虹伊则进行了陆地训练课。

在训练中,隋文静和韩聪重点进行了捻转、抛跳动作的训练和演练。现场看两人动作飘逸,抛跳的高度高,落地稳定,似乎已经攻克了隋文静此前在这一动作上的短板。

彭程和金杨组合重点练习了单跳动作。这也是彭程之前会发生失误的短板。

心态准备
隋文静:紧张利用好了会成为力量

韩聪谈到两人目前的训练计划时表示,会全力冲刺最后的时间,每天都保持最好的心态,在冰场上补强短板,为冬奥会做好准备。

隋文静坦言,奥运会到来了,自己还是有些紧张。“这也是正常的,没有人会不紧张。如果利用好了会成为力量,帮助我们蜕变成更好的自己。”

谈到在家门口参加大赛,隋文静表示,自己还是有在家门口比赛的经验的。之前两人曾经参加了2015年花滑中国杯。

“我们有经验,会在国内观众面前好好比赛,我们一直告诉

自己要冷静,平常心,做好自己,把可能的问题去规避掉,在赛场上展现自己最大的能量。”隋文静说。

团队目标
赵宏博:稳定还是最重要的

赵宏博介绍,队员们一天要模拟奥运赛程完成三练,晚上加练。“我们在上两周就完全按照奥运会的模式在训练。因为比赛是从2月4日上午开赛,一直要比赛到闭幕式的前一天。现在就按奥运会的赛程来模拟。比如奥运会是上午有比赛,我们就早上开始,一天三练。”赵宏博说。

赵宏博表示,中国两对双人滑一方面会拿出最高难度动作,一方面会力求稳定发挥。“我觉得奥运会上,稳定还是最重要的,俄罗斯花滑的水平非常强大,他们在奥运会历史上‘统治’46年都是冠军。我们就是和自己比,训练时更强调自己动作的质量,以稳定为主,把两套节目以最高质量完成,之后谁赢谁输就不是我们可以掌握了。”

双人滑是中国花滑王牌项目

中国花样滑冰队在冬奥会上获得最好成绩的项目是双人滑,2010年2月16日,在温哥华冬奥会上,“冰上伉俪”申雪/赵宏博以216.57分夺得冠军,拿到中国花滑历史上的首枚冬奥金牌。庞清/佟健组合以213.61分获得银牌。

中国花样滑冰队于1986年组建,姚滨出任第一届国家队主教练。1995年陈露在英国伯明翰世锦赛中一举夺魁,获得女子单人滑冠军,为中国花样滑冰队拿到第一枚世锦赛金牌;2002年申雪/赵宏博在日本长野世锦赛上夺魁,成为第一对获双人滑世锦赛冠军的中国组合。随着庞清/佟健、张丹/张昊两对组合

的不断成熟,中国花样滑冰队在双人滑项目上呈现出前所未有的优势,2006年都灵冬奥会上,中国三对双人滑组合全部跻身四强,其中张丹/张昊、申雪/赵宏博分别摘得银牌、铜牌;2010年温哥华冬奥会上,申雪/赵宏博、庞清/佟健分别夺得冠军,张丹/张昊排名第五,中国花样滑冰队的成绩到达巅峰。至2018年平昌冬奥会,中国花样滑冰队共夺得1金4银3铜8枚冬奥奖牌。

说起中国花样滑冰与冬奥会,就不得不提到申雪/赵宏博这对冠军搭档。两人从1998年开始共四次征战冬奥会,在长野获得第五,在盐湖城和都灵冬奥会上都夺得铜牌,其中都灵冬奥会的第三名还是在赵宏博跟腱断裂没有完全复原的状态下夺得,这枚奖牌非常宝贵。2010年在温哥华,两人终于实现冠军梦想,为中国花滑队拿到冬奥会首金。除冬奥会上的3块奖牌之外,这对冰上情侣在职业生涯中还获得过3金3银1铜共7块世锦赛奖牌,在世界花滑大奖赛总决赛中获得过6金1银2铜共9块奖牌,在四大洲花滑锦标赛中夺得过3金1铜共4块奖牌,是中国乃至世界花滑史上最优秀的双人滑组合之一。

中国花滑队中目前最出色的双人滑组合是隋文静/韩聪,2017年3月30日,在芬兰赫尔辛基举行的2017花样滑冰世锦赛上两人获得双人滑自由滑第一,并以232.06分的总成绩首次加冕世界冠军,成为继申雪/赵宏博、庞清/佟健之后中国的第三对双人滑世界冠军。2018年平昌冬奥会上,隋文静/韩聪以235.47分夺得花样滑冰双人滑亚军。本届北京冬奥会,两人担负着中国花滑队的夺金使命。另一对双人滑选手彭程/金杨也有夺得奖牌的实力。男单自由滑的金博洋、闫涵等选手颇具水平,可向奖牌发起冲击。



花样滑冰——最美冰上项目

花样滑冰被称为“最美的冰上项目”,运动员通过冰刀在冰面上划出图形,并表演跳跃、旋转等高难度动作。花样滑冰分为男女单人滑、双人滑、冰舞、团体赛等5个小项,裁判员会按照动作的质量与艺术性表现进行综合评分,以评分高低判定名次。

花滑起源
诞生于18世纪的英国

花样滑冰起源于18世纪的英国,后相继在德国、北美地区

国家迅速开展。有两名美国人对现代花样滑冰发展起到很重要作用。

1850年,爱德华·布什内尔发明可使选手做出复杂动作的钢制冰刀,彻底改变滑冰技术。

1863年,美国芭蕾舞大师杰克逊·海恩斯将舞蹈元素融入滑冰技术,实现滑冰运动与舞蹈艺术的结合,他因此被誉为“现代花样滑冰之父”。

1872年,在奥地利首次举办花样滑冰比赛。1882年,奥地利花样滑冰选手弗列依和他的妻子在维也纳冰场手拉手跳

起双人舞后,诞生双人滑。1896年,在俄国彼得堡首次举行世界男子单人花样滑冰锦标赛。

1990年,亚洲滑冰联合会成立。花样滑冰最高级的组织机构为国际滑冰联盟,1892年在荷兰成立。

中国最高级的组织机构为中国花样滑冰协会,2018年1月18日在北京成立。

历史渊源
1924年冬奥会列入正式比赛

1908年在英国伦敦夏季奥运会上,花样滑冰第一次成为奥运会比赛项目,这恐怕是很多体育迷都没能掌握的知识。

1924年,花样滑冰在首届法国夏蒙尼冬奥会上就被列为正式比赛项目,是冬奥会最早的竞赛项目之一,其中包含男女单人滑和双人滑三个小项。

1976年,在奥地利因斯布鲁克冬奥会上首次出现冰舞项目。

2004年,在俄罗斯索契冬奥会上,增加花样滑冰团体赛。

北京冬奥
花滑包含5小项计5枚金牌

北京2022冬奥会的花样滑冰大项中包含了5个小项,分别是男单自由滑、女单自由滑、双人自由滑、团体赛以及冰舞自由滑,计5枚金牌。

比赛场馆:首都体育馆。
比赛时间:2022年2月4日至19日,金牌产生日分别为2月7日、10日、14日、17日、19日。

本版文图据《北京青年报》、新华社