

省十七运会冠军 张瑜： 超越就是勇攀高峰

文 / 张雨秀



2022年8月3日，烈日当空，陕西省榆林市水上运动中心进行着一场激烈的比赛。心怀热血的少年正驰骋赛场，放眼望去碧波荡漾，6艘划艇如同游龙与缎带在水里灵活自如地前行，少年们坚实的肌肉随着动作一起一伏，额上汗珠反射着太阳的光辉，桨板上下飞舞，动作整齐划一，划艇争先恐后，赛场边传来阵阵呐喊。伴随着欢呼与喝彩，少年到达终点，陕西省第十七届运动会（下称省十七运会）双人划艇1000米项目拉下帷幕，年仅16岁的年轻小将张瑜和他的队友凭借出色的默契和实力成功得冠，为榆林皮划艇队再添佳绩，这位新生代运动员的名字也以如雷贯耳之势在观众口中传颂。





星辰遍布，追梦之旅

此前，大部分人对张瑜这个名字并不熟悉，省十七运会后张瑜才以中国皮划艇运动员的身份走进大众视野。出生于陕西省榆林市横山区的张瑜性格外向、活泼好动，是一个敢想敢做的零零后。2020年，他对皮划艇生出了浓厚的兴趣，在家长的支持下进入榆林体育运动学校学习皮划艇项目。

但对于年龄尚小的张瑜来说，学习的进程并不是一帆风顺，训练时间从上午七点持续到晚上九点左右，中间的休息时间仅有两小时，训练几乎占据了她的全部生活。当问到训练场地时，他回答“在天气好的情况下我们基本上都会在水库训练，遇到天气不好的时候我们会在陆上进行力

量、跑步的训练。”榆林地处陕西北部，是黄土高原和毛乌素沙地交界处，气候干旱，湖泊稀少，受限于地理位置及环境因素，皮划艇运动员有时需要往返于水库和学校，回到学校时已星辰遍布。

张瑜告诉我们“进行皮划艇运动的人群需要水感和韧带好一点，最基础的就是要会游泳，还需要身体壮实、个子高、臂展长、力量大、身体素质强。”皮划艇是一项集竞技、娱乐、观赏、探险于一体的体育项目，对于具有冒险精神、渴望亲近大自然的人来说十分友好，但也具有一定的危险性。在学习皮划艇运动后，张瑜的身体多次受伤，带伤训练已成为常事。省十七运会备战及比赛期间，张瑜的肩部拉伤，为了不影响比赛他还是按照高强度训练计划进行练习，身体的疼痛让她在训练时比常人更辛苦，直到比赛时他的胳膊依旧没有恢复，划桨时用不上力量。面对这些困难，他坦言“有时也想过放弃，但对于我来说更需要提升技术。”皮划艇以水为载体，运动员必须要掌握皮划艇基本技能与在开放性水域航行的基本规则，并在这一过程中锻炼独自应对新环境的抗压能力。这三年间的每一日张瑜都保持认真刻苦训练，不折不扣地去完成教练提出的训练指标，并针对自身技术薄弱点进行训练，进步速度非常快。





披荆斩棘，备战省运

任何一项运动的推广和普及都离不开青少年的参与，以“精彩省运，美好生活”为口号的省十七运会共吸引了8230名青少年运动员参加，张瑜就是皮划艇项目的一员。赛前，张瑜开心地说“心情很好，能在家门口参加陕西省第十七届运动会感到很光荣，我这次的目标是双人艇1000米获得金牌。”张瑜言语间流露出对省十七运会的期待与信心，谁也想不到就在一年前申请省十七运会参赛资格时，他曾因成绩不理想而伤心失望。

2021年张瑜参加陕西省青少年皮划艇静水锦标赛暨省十七运会资格赛，以乙组男子单人划艇5000米第六，乙组双人划艇1000米第四的成绩取得了参赛资格。在双人划艇1000米比赛中，前700米一直是张瑜和队友领先，但后300米时他和队友的体力耗尽，被西安队反超。张瑜回忆道“在争取参赛资格的前一个月我才配了双人艇，当时我和我现在的搭档闫玉虎也都是第一次配艇，没有经验，生怕自己拿不到一个好成绩。”

皮划艇考验的不仅仅是协调技能、抗压应急能力、水上平衡能力，还需要极强的团队精神，2021年的这场比赛是张瑜第一次作为皮划艇运动员参赛，赛前仅有一个月时间练习双人艇，张瑜与队友虽然拿

到了参赛资格，但也留下了一个不小的遗憾。这次选拔赛结束后，他便与队友展开了省十七运会备战计划，现在他与队友已经成长为一个默契度十足的双人队伍，对拿到省十七运皮划艇项目金牌充满信心。

谈到队友闫玉虎时张瑜笑了起来，“我们是来了体校以后认识的，但是几年里我们一直是搭档，有时候我们俩遇到一些问题会吵架，两个人谁都不服谁，正吵着呢他说我们不配划双人艇了，我就马上对他笑脸相迎，给他赔不是。”在进入体校前，张瑜和闫玉虎并不认识，皮划艇运动让两位少年聚在了一起，他们一起挥洒过汗水，一起热血沸腾，一起在训练场上呐喊，无数相伴时光让他们从陌生人变为了最亲切的朋友。双人皮划艇项目需要两人体能相当、配合默契，大部分时间里张瑜和队友闫玉虎需要认真严谨地面对训练，练习配合技术，有时还要探讨比赛战术。唯有训练之余，他们才会嬉笑玩闹、谈笑风生，流露出少年独有的狡黠、自信。

永不服输，超越巅峰

在张瑜的心中一直有一位偶像——郑鹏飞，谈到偶像郑鹏飞时，张瑜语气变得坚定而愉悦。皮划艇运动员郑鹏飞是东京奥运会皮划艇男子双人划艇一千米银牌得主和第十四届全运会“双冠王”，郑鹏飞在初学皮划艇时还不会游泳。体能训练过程中，超负荷的训练曾让郑鹏飞累到想哭想放弃，但每一次想放弃的时候他就会想到自己的梦想是站在奥运会的最高领奖台上看国旗冉冉升起，就会立马清醒，继续努力拼搏。当国歌奏响、国旗升起时，面对祖国，这种荣誉感是无法用言语表达的。和郑鹏飞一样，16岁的张瑜已深刻地体会到了自己所肩负的责任，在赛场上为国争光一直鞭策他奋力前行。对张瑜而言，郑鹏飞不仅让他懂得了运动员的责任，还是他精神上的引领。他敬佩偶像郑鹏飞勇于拼搏、不服输、能吃苦的精神，每当训练到了瓶颈期或是身体上的伤痛无法缓解时，他都会在心中默念偶像的事迹。

东京奥运会上中国皮划艇队时隔十三年再夺奥运奖牌，郑鹏飞与队友实现了中国皮划艇队的超越，以郑鹏飞为偶像的张瑜对于超越一词也有着自我的理解。他说“超越就是勇攀高峰，不断地挑战自己和对手，使自己的不足之处得到补偿，使自己不甘屈居于过去的成绩，使自己更加强大，完美。”在学习皮划艇的旅途上，张瑜永远饱含热情，永远不服输。省十七运会结束后，张瑜将继续加强训练，备战2023年陕西省青少年皮划艇静水锦标赛。



一个新生代获得金牌的运动员和一个光荣在岗50年的老党员相遇，于是便有了这张合影。





体育强国，助力发展

皮划艇运动源远流长，最早起源于19世纪60年代的北美洲格陵兰岛上的爱斯基摩（因纽特人），1936年被列为奥运会正式比赛项目，直到1954年中国才在北京市水上运动会设立了男子一千米和女子五百米皮艇比赛项目。东京奥运会皮划艇项目夺奖前，中国已蛰伏了十几年，与国外相比中国皮划艇运动发展相对滞后，但近年来中国皮划艇项目稳固发展，在国际上展现出了强大实力，一度被认为“冷门”的划艇运动也逐渐走进大众视野。

皮划艇运动作为一项环保、时尚的体育运动，看似简单易上手，但依然要经过专业培训才能尝试。问到对皮划艇初学者的建议时，张瑜说“技术是这个项目里面最重要的，一定要打好技术的基础，每个初学者来了我们都会教他游泳，让他在翻船的情况下有自救的能力。”想要尝试皮划艇，第一步是先评估身体素质，从科学运动的理念入门，把握皮划艇基础技能，学习皮划艇、桨板器械的相关知识。划艇的选择上也大有讲究，张瑜透露“每一个艇的长度都一样，但是承载体重和级别不

一样，运动员的划艇会根据体重和个人需求配备。”皮划艇初学者最好在专业培训和综合考虑后再选购装备，正式进行皮划艇运动。正如已见光芒、喷薄欲出的一轮朝日，以张瑜为代表的中国皮划艇新生代运动员和这些初学者正不断壮大着中国皮划艇与中国体育事业的实力与底气。

“三年的付出没有白费，我收到了一个非常完美的回报。但它来之不易，离不开所有人对我的帮助，我很感谢我的搭档闫玉虎，还有我的教练、父母和所有支持过我、帮助过我的人。”拿到金牌后，张瑜对每位支持过他的人表达了感激。登上省十七运会冠军领奖台的路，张瑜走了足足三年，热爱与拼搏已深深镌刻进他的心中，当梦想成为现实，初心依然澎湃。他享受每一刻在水面驰骋的感觉，凭借这份热爱，他总会拼到最后一刻，就像皮划艇比赛一样，他的目标是永远冲在最前方，在面对未知的挑战时，他驰而不息，用一颗敢于超越自我的心，展示着中国体育竞技的魅力，奏响一曲激励人心的奋进曲。

（来源 / 本刊编辑部）