



1月4日,冬训队员刘嘉宇。他鼻梁上的伤是前两天训练时留下的。

冬日的崇礼是滑雪爱好者的天堂。这里位于河北省张家口市,开展雪上运动的条件得天独厚。连绵的群山间,一条条白色的雪道在阳光下格外夺目;穿着五颜六色的雪友们犹如一个个精灵,在坡道上穿行、跳跃;滑板与雪面摩擦的唰唰声、挑战高难度动作成功后的尖叫声、雪友间的加油呐喊声……这一切,让原本寂静的山谷一片欢腾。

### 走,去崇礼

2020年12月12日凌晨4时,闹钟将马小恒全家唤醒。半个月后即将进行北京市青少年U系列冠军赛,马小恒要去张家口市崇礼区进行赛前训练。家在北京东城的马小恒今年14岁,这种每周末往返北京与崇礼的学习方式,他已经坚持了4年。

“通过滑雪,我们希望能给孩子多提供一种生活方式,培养一种技能。”马小恒的父亲说,他和爱人都是滑雪爱好者,在马小恒4岁的时候,就带他上雪玩耍。4年前,马小恒开始跟着专业教练学习竞技滑雪。滑降、回转、加速……在崇礼的雪道上,马小恒不断刷新自己的速度。

12月26日,比赛如期举行。比赛地点位于北京市延庆区,这里也将是2022冬奥会的赛区之一。下午3时,小组赛开始,马小恒用力前倾,在垂直落差148米的赛道上,不断调整身姿,经过19个转弯,绕过20个旗门后,马小恒顺利到达终点,给赛道留下一道道漂亮的曲线……两轮比赛结束后,马小恒取得了第16名的成绩。

“已经很好了!”赛后,马小恒的父亲拍了拍孩子的肩膀鼓励道。

### 我要成为“大神”

对于大多数人而言,滑雪是一项贵族运动。从聘请教练员到购买装备,一个雪季下来,需要花费数万元。然而,宣化二中这所冬奥学校,凭借自身优势和政策扶持,不仅让滑雪这项运动“滑”入寻常百姓家,还让一些困难家庭的孩子找到了新的成才之路。

“我要成为‘大神’。”1月4日,晚自习休息间隙,已经成为国家二级运动员的初三学生吕元鑫告诉《工人日报》记者。吕元鑫现在主攻的是单板坡面障碍技巧,对于15岁的他而言,“大神”是指那些能在空中做出一系列高难度动作的前辈。

吕元鑫出生在张家口市涿鹿县的小山村,2018年小学毕业的他以体测第1名的成绩被宣化二中选入滑雪队。然而,在他刚入学不久,母亲的一场大病让本不富裕的家庭顿时陷入困境,家里欠下10余万元的债。“还能不能继续滑雪?”吕元鑫心中担忧。得知情况后,宣化二中专门组织了一次家访,详细了解了补助政策和训练计划,给他们吃下一颗定心丸。而吕元鑫也不负期望,第一个雪季刚结束,他就在河北省青少年坡面障碍技巧赛少年组的比赛中摘得桂冠。

在吕元鑫心里,训练再苦再累也不怕,只希望有一天能登上奥运赛场,出现在家中的电视机屏幕上。

### 冬训的日子

和吕元鑫一起的,还有同样来自宣化二中的20多名冬训队员。滑行、起跳、腾空,翻转……队员们上下翻飞。偶有失误,一旁的教练员就会用对讲机及时纠正,讲清要领后,“接着重来”。

2015年,北京和张家口联合申办冬奥会成功。宣化二中凭借体育办学特色,开始面向周边县域的青少年开办冰雪专业,并挂牌成为全国首个冬奥学校。通过“体教结合”的形式,该校为参加冬训的学生们重新编写了教材。每年从11月到次年3月,学校都会派出教练和文化课教师常驻100多公里外的崇礼区各训练基地,开启“白天训练、晚上教学”的冬训模式。

也是在那一年,宣化二中向刚从国家队退役的孙志峰抛出橄榄枝,请她执教。“我最大的理想是培养出一些奥运选手,把自己的冰雪梦延续下去。”作为参加过3次冬奥会的运动员,孙志峰不仅离开老家辽宁,还放弃了许多滑雪场和运动队的高薪职位,从此扎根张家口。

截至目前,宣化二中已向国家集训队输送了31名队员,培养出国家级滑雪裁判7人。

“对于我和我的队员来说,到奥运场馆只有不到半个小时的车程,但我们要走的路可能需要5年、10年甚至更长。”看着崇礼区街道上奥运主题的宣传画,孙志峰盼望着自己培养的运动员站在奥运赛场的那一刻。



2020年12月12日,河北省张家口市崇礼区,一名教练正带领着一群来自北京的小学员练习滑雪。随着冬奥临近,冰雪运动兴起,每天都有来自周边省市的孩子来学习滑雪。

# 滑雪吧,少年!



更多精彩请扫码

本报记者 王伟伟 摄影报道

→1月5日,张家口市崇礼富龙滑雪场内,一名队员在练习空中转体720度落地时摔倒。对于还在成长中的冬训队员们而言,这样的摔打每天要经历数十次。

↓2020年12月12日,张家口市崇礼区一滑雪场内,教练正在纠正马小恒的滑雪动作。



2020年12月26日,北京市延庆区的一处滑雪场,马小恒(右二)乘坐缆车前往赛场,母亲向其挥手鼓励。



2020年12月12日,河北省张家口市崇礼区,一名滑雪爱好者穿梭于林间,享受滑雪的乐趣。



→1月5日,结束了白天的训练后,孙志峰又为队员们安排了体能训练。滑雪场条件有限,训练只好在公寓内的地下室进行。



1月5日,崇礼富龙滑雪场,孙志峰带领队员们在坡面障碍技巧赛道上练习。



1月4日,训练开始前,吕元鑫带着队友们进行热身运动。



1月4日,元旦假期刚过,宣化二中的冬训队员们就返回基地训练。晚上休息前,队员们需要将手机上交。



1月4日,结束一天的训练后,吕元鑫(图中)和队友们洗个热水澡。



2020年12月12日凌晨,在前往崇礼的高速上,马小恒(图右)和母亲在后座上睡着了。



1月5日,晚饭过后,冬训队员们随老师一起前往教室上晚自习。