

不是以打败别人的心态来比赛，而是要展示最好的自己

# “我的目标是三项比赛都能站上领奖台！”

本报记者 刘兵

“我的目标是三项比赛都能站上冬奥会领奖台！”现在，谷爱凌距离赛前自己设立的目标越来越近。

今天上午，在自由式滑雪女子坡面障碍技巧决赛中，谷爱凌以86.23分的成绩摘得银牌。

这是她在本届冬奥会上继大跳台夺金后取得的第二枚奖牌。

作为冰雪运动最高水平的竞技场，冬奥会的竞争历来激烈。即便是拥有一颗“大心脏”的谷爱凌，在连场鏖战后，心态也难免出现波动。

本场比赛，谷爱凌的夺银过程可谓跌宕起伏、惊心动魄，也让现场观众跟着紧张了一把。

自由式滑雪女子坡面障碍技巧决赛分三轮进行，以一轮最好成绩决定最终排名。首轮比赛，谷爱凌得到69.9分。第二轮，因在第三个障碍处落地时摔倒，仅获得16.98分。

在决定奖牌归属的第三轮中，谷爱凌以一整套流畅的动作拿到86.23分的高分，最终摘

得银牌。

“当我感受到足够的压力时，我反而清醒了，我会调动起滑雪最让我快乐的状态，专注于每个动作，不会去考虑裁判打分或者比赛结果。”谷爱凌说，她在第二轮失利后，便是以这样的心态来完成第三轮比赛的。

出现在冬奥会赛场的谷爱凌一直是以出色的发挥和稳定的心态示人，但不要忘了，她只是一个18岁的姑娘。面对紧张的赛程和巨大的比赛压力，谷爱凌也会感到紧张。

谷爱凌曾在自述中写道，亲朋好友的期望、竞争的冲动，都可能制造出高压环境。对于能克服压力的斗士来说，压力可能是一种积极的力量，但压力也可能成为失利的决定性因素。

今天的谷爱凌就是用积极的调整战胜了压力和紧张。

赛后，笑容重新回到了她的脸上：“今天摔了一跤，感觉不太好，但最终还是突破了自己，让我感觉非

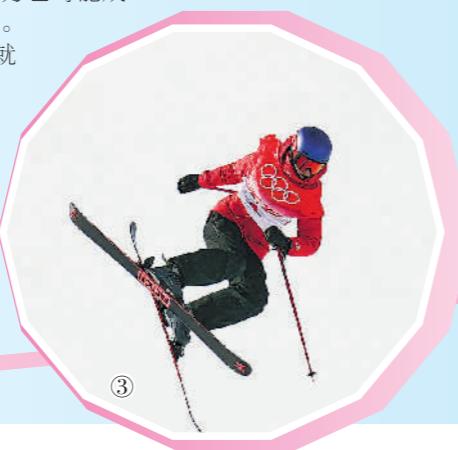
常骄傲。”

几天前在首钢大跳台夺得冠军后，谷爱凌对记者说得最多的一句话是：“我不是以打败别人的心态来比赛的，而是要展示最好的自己，向自己发起挑战。”今天，她虽然以微弱差距与金牌失之交臂，但也再次成功地挑战了自己，战胜了自己。

按照赛程，谷爱凌将在2月17日亮相自由式滑雪U型场地项目的资格赛。这也是谷爱凌在北京冬奥会参加的第三个项目。

展望下一场的比赛，谷爱凌说：“冬奥会以来，我做到了很多以前做不到的事，取得了许多突破，我会在后面好好享受比赛。”

（本报张家口2月15日电）



①站在领奖台上的谷爱凌  
②③谷爱凌在比赛中  
本报记者 王伟伟 摄

曾经的工业重地，如今的冰雪奇迹

## 双金福地“雪飞天”

本报记者 曲欣悦

“最后一跳的时候，我终于可以站在出发台上，好好欣赏一下周围美丽的景色。”今天举行的单板滑雪男子大跳台决赛中，已经提前锁定冠军的苏翊鸣赛后这样讲述站在首钢滑雪大跳台上感受。

首钢滑雪大跳台承担的四个项目比赛也全部结束。中国选手摘得其中的两枚金牌和两枚银牌，分别属于谷爱凌和苏翊鸣。这座冬奥会场馆也成为中国队的“双金”福地。

“2019年，我第一次参加世界杯，就是在这里比赛。那时我就幻想，有一天能站到最高领奖台。今天在这里，我真的做到了。”苏翊鸣坦言，这块场馆对他来说有着特别的意义。

曾经的工业重地，如今的冰雪

奇迹。首钢园因奥运会而获得新生。在一块工业遗存中矗立起的滑雪大跳台，无疑是北京冬奥会所有新建场馆中一个特别的存在。

首钢滑雪大跳台的设计灵感来自敦煌壁画的“飞天”飘带，因此得名“雪飞天”。它也是冬奥会上第一座与工业遗产直接结合再利用的竞赛场馆。

作为大跳台运动员腾空时的独特背景，首钢工业园区已停用的烟囱和冷却塔在赛事转播的画面中十分醒目，也在国内外社交媒体上成功“引流”。

运动员的腾空动作，与大跳台一旁冷却塔上的冬奥会会徽“冬梦”结合在一起，更显得相当酷炫。于是，能够拍摄到这一角度的摄影点位，也成了中外记者争相前去的打卡地。

冬奥会开赛以来，多位参赛运动员也表达了对这片场地的喜爱。日本单板滑雪选手岩渊丽乐直言这里非常棒，“我不敢相信这是一座建在城市里的大跳台，感觉就像在山上一样。我非常喜欢这里。”

“感觉就像置身于虚拟世界

或网络游戏中。”美国自由式滑雪选手尼克·戈珀说，这种改造会让这项运动更加贴近大众，如果能够在世界各地复制，那将是非常酷的。

期望更好地推广大跳台滑雪项目，也是国际雪联决定将滑雪大跳台放在首钢园的一个重要原因。大跳台位于城市中，观众的可达性更高，也增加了对这项运动的关注度。

北京冬奥会结束后，首钢滑雪大跳台也将作为奥运遗产成为世界首例永久性保留和使用的滑雪大跳台场馆，化身专业体育比赛和训练场地，并面向公众开放，用于大众休闲健身活动。

（本报北京2月15日电）

压轴照片为首钢滑雪大跳台。

本报记者 王伟伟 摄

本报记者 毕振山

“你离开后，时光仿佛被拉长。我听着冬天的老歌，最想念的还是你。”伴随这首伤感的《秋天》，蒂娜和西蒙开始了他们在北京冬奥会上的冰舞自由舞演出。舞蹈后半段，随着欢快的音乐响起，他们步伐加快，表情激动，变得欢欣，变得喜悦……

这对代表亚美尼亚参加冬奥会冰舞比赛的选手，第18的名次并不高，但他们感到足够欣慰。

“这是一段伤感的音乐，里面包含了我们太多的故事。这些年我们起起伏伏，曾经一起组合，也曾经分开，但最终我们携手走到了这里，享受冬奥会上的表演时刻。”赛后接受《工人日报》记者采访时，蒂娜深情地说。

蒂娜的父母是出生在黎巴嫩的亚美尼亚人。因为妈妈喜欢花样滑冰，所以蒂娜3岁时便被送去学滑冰，后来她们一家来到加拿大。西蒙则是土生土长的加拿大人。

2010年，加拿大冰舞组合沃尔图/莫伊尔在温哥华冬奥会上夺冠。西蒙看了他们的比赛，心中由此产生了冬奥梦。

2015年，蒂娜开始和西蒙搭档。两人在2018年来到加拿大蒙特利尔的国际滑冰学校训练。这所学校是目前世界上最大的冰舞训练基地，进入北京冬奥会上冰舞自由舞比赛阶段的选手中有10对都来自这所学校。

蒂娜对记者说：“在蒙特利尔学校

里，有很多优秀的选手。但我把压力视为激励我们进步的动力，那里的环境很适合我们提高水平。”

不过，蒂娜和西蒙的冬奥之路并非一帆风顺。由于一些特殊原因，蒂娜和西蒙在此后很长一段时间选择了分开。蒂娜当时曾在社交媒体上写道：“我祝愿西蒙未来一切都好，我也希望能找到新的舞伴，同我一起向冬奥会努力。”

分开一年后，蒂娜希望能与西蒙重新组队。共同的冬奥梦想，让两人再度走到一起，并代表亚美尼亚队向着参加冬奥会的目标共同努力。

然而，好事多磨，在争夺冬奥会入场券的关键比赛——2021年斯德哥尔摩世锦赛上，西蒙在冰舞韵律舞阶段比赛中被检出新冠病毒阳性，他们被迫退赛。

不过，在随后举办的尼贝霍恩杯花滑比赛中，蒂娜和西蒙获得了第四名，成功为亚美尼亚拿下一个参加北京冬奥会花滑比赛的名额。两人的冬奥梦想终于得以实现。

“退出世锦赛的那段时间，对我们来说非常艰难。不过，时间的流逝也意味着我们在提高，我们想要向世界展示我们变得更好了。现在我们来到了国际舞台，实现了我们的目标——告诉世界，冬奥会冰舞赛场也有亚美尼亚的一席之地。”蒂娜对记者说。

2021年，蒂娜从麦吉尔大学毕业并且结婚，现在她还沉浸在家庭的幸福氛围中。而西蒙除了滑冰，还是一名房地产项目经理。圆梦北京后，他们都将开始各自新的生活。但在首都体育馆，他们共同留下了令人感动的难忘瞬间。（本报北京2月15日电）

## 六年坎坷路 圆梦在北京



2月14日，亚美尼亚的冰舞选手在比赛中。

本报记者 王伟伟 摄

## 冬奥里的元宵节

2月15日正值中国传统佳节元宵节，北京冬奥会的场馆也处处洋溢着节日的氛围。对于不少外国运动员和媒体记者来说，冬奥会遇上元宵节是一件很奇妙的事情。图为在北京赛区颁奖广场，一名志愿者正在展示自己的灯笼。

本报记者 王伟伟 摄

## 以冰雪为纽带凝聚力量 元宵节，更团结

本报北京2月15日电（记者曲欣悦）“运动员在社交媒体上的很多分享感动了中国网友，让她也成为中国网友最喜欢的外国运动员之一。我们每个人都可以是团结的使者，也都可以成为奥林匹克精神的传播者。”在今天举行的北京冬奥组委媒体中心例行新闻发布会上，北京冬奥组委新闻发言人严家蓉分享了美国女子单板滑雪选手特莎·莫德与中国志愿者之间的故事。

今天恰逢元宵佳节，严家蓉还介绍了元宵节文化。她表示，大家都是参与奥林匹克运动的一员，“团圆圆圆”、团结友谊也是这个日子的应有之义。

严家蓉表示，奥林匹克运动诞生之初就刻入了团结与友谊的基因，“正是因为奥运‘团结与和平’的理念与中国倡导的和平发展、合作共赢理念一致，中国才会在2008年成功举办奥运会后，又在2014年举办南京青奥会，继而举办2022年北京冬奥会。”

“北京冬奥会的口号是‘一起向未来’。‘一起向未来’其实也是‘一个都不能少’，要让每个热爱体育、热爱运动的人都能实现他们的梦想。”严家蓉说。

结合当下疫情还在持续的现实，严家蓉说道：“北京冬奥会是难得的全球性盛事、喜事。我们希望让更多人参与冰雪运动，让奥运惠及更多欠发达地区，并以冰雪运动为纽带，凝聚更团结的力量，为饱受疫情困扰的全世界的人们，带来更多激情与快乐，信心与力量，让我们一起向未来。”

（本报记者 曲欣悦）

本报北京2月15日电（记者曲欣悦）“运动员在社交媒体上的很多分享感动了中国网友，让她也成为中国网友最喜欢的外国运动员之一。我们每个人都可以是团结的使者，也都可以成为奥林匹克精神的传播者。”在今天举行的北京冬奥组委媒体中心例行新闻发布会上，北京冬奥组委新闻发言人严家蓉分享了美国女子单板滑雪选手特莎·莫德与中国志愿者之间的故事。

今天恰逢元宵佳节，严家蓉还介绍了元宵节文化。她表示，大家都是参与奥林匹克运动的一员，“团圆圆圆”、团结友谊也是这个日子的应有之义。

严家蓉表示，奥林匹克运动诞生之初就刻入了团结与友谊的基因，“正是因为奥运‘团结与和平’的理念与中国倡导的和平发展、合作共赢理念一致，中国才会在2008年成功举办奥运会后，又在2014年举办南京青奥会，继而举办2022年北京冬奥会。”

“北京冬奥会的口号是‘一起向未来’。‘一起向未来’其实也是‘一个都不能少’，要让每个热爱体育、热爱运动的人都能实现他们的梦想。”严家蓉说。

结合当下疫情还在持续的现实，严家蓉说道：“北京冬奥会是难得的全球性盛事、喜事。我们希望让更多人参与冰雪运动，让奥运惠及更多欠发达地区，并以冰雪运动为纽带，凝聚更团结的力量，为饱受疫情困扰的全世界的人们，带来更多激情与快乐，信心与力量，让我们一起向未来。”

（本报记者 曲欣悦）

## 空中技巧决赛 短道速滑收官

◆ 19:30 短道速滑女子1500米决赛 张雨婷、韩雨桐和张楚桐将力争站上领奖台。

◆ 20:32 短道速滑男子5000米接力决赛 短道速滑项目的压轴之战。武大靖、任子威领衔的中国队，能否从加拿大队、意大利队、俄罗斯奥委会队和韩国队“虎口拔牙”？

以上时间均为北京时间。

（梁凡）

今日看点



“跃”舞雪岭



① 2月10日，在男子U型场地技巧赛中，一名选手的空中姿态吸引了摄影师的目光。

② 2月15日，在女子坡面障碍技巧赛中，一名选手高高跃起。

③ 2月15日，在男子坡面障碍技巧赛中，腾空而起的男选手与皑皑白雪覆盖下的山坡融为一体。

本报记者 王伟伟 摄



① 2月10日，在男子U型场地技巧赛中，一名选手的空中姿态吸引了摄影师的目光。

② 2月15日，在女子坡面障碍技巧赛中，一名选手高高跃起。

③ 2月15日，在男子坡面障碍技巧赛中，腾空而起的男选手与皑皑白雪覆盖下的山坡融为一体。

本报记者 王伟伟 摄