

| 亚 | 冬 | 纵 | 横 |

亚布力50年： 见证中国滑雪奋进之路

◎新华社记者 孙晓宇

在黑龙江的广袤大地上，有一个地方，举办了两次亚冬会雪上赛事、一次世界大学生冬季运动会雪上赛事，见证了中国滑雪运动从萌芽到蓬勃发展的壮阔历程，这就是亚布力。

2024年，亚布力滑雪旅游度假区迎来50岁生日。半个世纪的时光里，亚布力从一个寂寂无名的林场，华丽转身为享誉国内外的滑雪旅游胜地，书写着一部震撼人心的雪上传奇。

场地之变： 从山林僻壤到旅游胜地

亚布力，俄语“亚布洛尼”的音译，意为苹果园，清朝时曾是狩猎场。1974年，为满足竞技体育训练需求，黑龙江省体委在此建造滑雪场。

黑龙江亚布力体育训练基地办公室主任陈长鹏说，亚布力雪道从1980年左右按国际标准陆续建设，靠承办赛事不断完善基础设施。

1996年举办第三届亚冬会时，雪场降雪稀少，缺氧给雪上项目比赛带来挑战。为确保赛场达标，组委会发动群众上千人背上山铺设赛道。

眼下，第九届亚冬会，亚布力雪场再次成为雪上项目比赛场地，大型造雪设备随时保障高标准赛道要求，见证我国雪上运动事业的蓬勃发展。

1996年毕业后就到亚布力风车山庄工作的金红兰，在亚布力林业局长，去年底退休，在景区滑雪场工作多年。她回忆说，那时亚布力是偏远林场，去不到200公里外的哈尔滨要花7个小时。

金红兰说，1996年亚冬会举办，亚布力风车山庄迎来世界各地的游客。2009年，哈尔滨举办第24届世界大学生冬季运动会，投资者建设运动员村及三座五星级酒店，大大提升了亚布力的接待能力。

如今，景区发展迅速。森林观光小火车原用于拉运木材，2018年改造升级后，承担起旅游观光任务，穿梭在林间，带游客走进“童话世界”。

金红兰说：“小时候看到的是木材车，如今看到的是旅游车，我见证了亚布力从林场到滑雪胜地50年的发展变迁。”

这个雪季，亚布力三山联网贯通，形成长达5公里、最大落差近千米的雪道群，雪道难度级别丰富，游客持一张三山联网卡就能畅游其中。

亚布力管理委员会文化旅游管理处负责人杨晓冬说，正在举办的第九届亚冬会提升了亚布力景区知名度，吸引了不少国外游客，国内游客主要来自长三角、珠三角地区。

据了解，春节期间，度假区接待游客17.39万人次，同比增长41.9%；春节假期日均接待量约2万人次，同比增长20%。从去年11月11日开板至今，累计接待游客已达95万人次，单日接待游客最高纪录为3.2万人次。

亚布力正向着综合性旅游度假区发展，精心打造的温泉、雪地熊猫等核心产品，让度假区“热”了起来。除此之外，亚布力还依托丰富的森林资源和清涼的山水风光，全力打造避暑胜地。

赛事进阶：

从区域赛事到国际盛事

亚布力冬季雪资源存留期长达170天，为赛事举办提供了得天独厚的条件。这里曾承办国际级赛事数十次，国家级赛事数百次，见证了无数体育健儿的飒爽英姿。

陈长鹏说，1974年滑雪场建成后，最先满足竞技体育训练需求。1991年，第七届全国冬季运动会雪上项目在此举办，亚布力开始在全国雪上赛事舞台崭露头角。

1996年，第三届亚洲冬季运动会雪上项目在亚布力举办，这是亚布力赛事发展的里程碑。“因为亚冬会，亚

布力的高山场地、越野场地等通过国际认证，亚布力具备了举办国际比赛的条件，更多人知晓了亚布力。”陈长鹏说。

2009年，哈尔滨举办第24届世界大学生冬季运动会，吸引44个国家和地区的2000多名大学生运动员参赛。黑龙江省新建和改造场馆等基础设施，让举办雪上项目的亚布力硬件设施也得到极大提升。

眼下，亚布力作为第九届亚冬会雪上项目举办地，再次汇聚全球目光，高山滑雪、越野滑雪、单板滑雪、冬季两项等项目在此展开角逐。

为举办本届亚冬会，亚布力景区全方位升级，雪场、雪道全面升级，车站、公路改造提升，酒店、民宿翻新，房间数增至2473间，可容纳5000余人住宿。

就在亚布力，8日上午，在第九届亚冬会自由式滑雪女子U型场地技巧决赛中，李方慧以95.25分的成绩夺冠，获得中国代表团本届赛事首枚金牌。

随着赛程继续，这片“热雪沸腾”的赛场上，将会成就更多荣耀。

除举办亚冬会外，亚布力还将举办高山滑雪等专业赛事，黑龙江省中小学生学习滑雪比赛等20余项群众性雪上赛事，为冰雪经济高质量发展注入新动力。

全民畅享：

从专业竞技到大众狂欢

亚布力雪上运动参与人群的变迁，见证了相关产业的蓬勃发展。最初，主要是黑龙江省体委的专业队伍在这里训练。

“2000年左右，滑雪运动在全国兴起。”陈长鹏说，那时来亚布力滑雪的多是学生，雪场出租运动队淘汰的进口器材。如今，滑雪爱好者自备装备随处可见，器材不断更新换代，滑雪已不再只是专业人士的运动。

亚布力阳光度假村总经理和慧杰说，今年1月以来，游客量同比增长约

20%。有的孩子穿着“尿不湿”就来滑雪，年龄最大的“发烧友”已75岁。

在雪道上，滑雪者们或是风驰电掣，感受速度与激情；或是悠然滑行，享受冬日宁静。

“我和朋友说我来亚布力滑雪，他们都很羡慕，也想来。”四川游客李治江说。“今天摔了七跤，有点疼，但这是很难忘的经历，在亚布力滑雪感觉很棒。”江苏游客邵南翔笑着说。

滑雪教练张磊从19岁开始滑雪，全家都是滑雪爱好者。“当滑雪教练收入不错，还能结识各地朋友，我很乐意把爱好变成职业。”张磊说。

旅游带动了亚布力周边农村文旅产业发展。很多农民在冬季都有了滑雪教练这个“季节性”身份，滑雪场附近农村的农家乐生意火爆。亚布力人真正感受到了“冰天雪地也是金山银山”。

“我们村里有上百家民宿，村民以前靠种地为生，现在借着雪上旅游的东风，吃上了旅游饭。”亚布力镇青山村农家乐经营者宋文丽说。

“目前我们为退役运动员、校企合作的体育专业大学生以及当地村民提供滑雪教练培训，学员通过考试获得国家颁发的证书，便可成为滑雪教练。”亚布力阳光度假村山地运动学院总监王洋说，近年来，他们每年培养滑雪教练上千人。

亚布力管理委员会主任王克帅表示，亚布力滑雪旅游度假区作为国家级旅游度假区，成立50年后第二次举办亚冬会，将抓住政策叠加机遇，积极承办高水平雪上赛事，加快基础设施更新改造，丰富产品供给，提升游客体验，多措并举激发冰雪经济活力。

50年间，从穷乡僻壤到旅游胜地，从省赛舞台到国际盛会的焦点，从专业运动员的专属天地到全民参与的运动热潮……亚布力踏雪逐光，书写着辉煌篇章。未来可期，亚布力将扬帆起航，续写传奇。

(新华社哈尔滨2月10日电)

| 亚 | 冬 | 速 | 递 |

中国队单届亚冬会 奖牌数创历史新高



2月11日，第九届亚冬会自由式滑雪女子坡面障碍技巧决赛在亚布力举行。图为中国选手刘梦婷在比赛中。

新华社记者 杨冠宇 摄

新华社哈尔滨2月11日电(记者 王恒志 马思嘉)

哈尔滨亚冬会11日决出10金，中国队当日再取6金5银5铜，奖牌总数攀升至70枚，刷新了中国代表团单届奖牌数历史纪录。泰国队也创造历史，收获代表团亚冬会历史首枚奖牌。

中国代表团在本届亚冬会上突破不断。10日刚刚以21金创造中国代表团参加单届亚冬会历史最佳成绩，11日豪取16枚奖牌后，又以70枚奖牌刷新中国代表团参加单届亚冬会奖牌数历史新高，原纪录是2007年长春亚冬会的61枚奖牌。值得一提的是，70枚奖牌也追平了哈萨克斯坦在2011年阿斯塔纳-阿拉木图亚冬会创下的单个代表团单届奖牌数纪录。

刷新纪录的历史时刻发生在自由式滑雪赛场。在女子坡面障碍技巧比赛结束前，中国代表团本届亚冬会已收获60枚奖牌。随着中国队选手刘梦婷、杨如意、韩林杉包揽前三名，中国代表团单届奖牌数历史纪录被刷新。

这块赛场上还创造了一项历

史。在男子坡面障碍技巧比赛中，泰国选手保罗·亨利·维厄当摘得铜牌，这是泰国代表团历史上首枚亚冬会奖牌。来自热带地区的泰国能有选手站上领奖台，彰显了冰雪运动在亚洲越来越多国家和地区蓬勃开展的势头。

哈萨克斯坦队当日收获2金，除冬季两项男子10公里短距离包揽银牌外，令人有些意外的是在自由式滑雪男子空中技巧双人同步比赛中，罗曼·伊万诺夫、谢尔佐德·卡希尔巴耶夫在最后一跳发挥完美，超越两国选手夺冠。在女子空中技巧双人同步比赛中，中国组合冯俊熙/王雪、陈梅婷/徐梦桃轻松包揽冠亚军。

中国速度滑冰队完美收官，当日4枚金牌全部被中国队收入囊中。宁忠岩和韩梅分别获得男、女1000米金牌，中国队还获得男、女团体追逐冠军。本届亚冬会中国速滑队共斩获11枚金牌。

截至11日，中国队以27金23银20铜位列奖牌榜首位，韩国队以12金12银11铜排名第二，日本队以5金6银10铜位列第三。

| 秒 | 懂 | 亚 | 冬 |

滑雪登山怎么比？

本届亚冬会，共有9个体育代表团的40名运动员报名参加滑雪登山比赛。一年之后，滑雪登山还将作为新增项目登上2026年米兰冬奥会的舞台。

滑雪登山，乍一听很混搭，究竟怎么比？

这是一项以雪山攀登综合技术为主、滑雪技术为辅的山地户外运动。比赛分登山爬坡、设备转换、过旗门下滑等环节。本届亚冬会滑雪登山项目与米兰冬奥会一致，设有男子短距离、女子短距离和混合接力3个小项。

短距离项目路线包含上坡和下坡路段。上坡路段，运动员需在滑雪

板及登山装备的辅助下，向上攀登80米左右。完成攀登后，运动员将滑雪板和固定器调整至滑降模式，在近似高山滑雪大回转项目的比赛场地上飞驰而下，一场比赛通常进行3到4分钟。混合接力项目，男女运动员则会同场竞技，合作争胜。

其实，滑雪登山项目早在1924年首届冬奥会上就已列为正式比赛项目，又在1948年之后告别冬奥会舞台。2021年7月20日，国际奥委会第138次全会表决通过滑雪登山成为2026年米兰冬奥会正式比赛项目，这一历史悠久的冰雪运动终于重回冬奥大家庭。

冬季两项，为啥要比射击？

2月11日，亚冬会冬季两项在亚布力滑雪场开赛。中国队选手孟繁棋、唐佳琳在女子7.5公里短距离比赛中分获银牌、铜牌，谷仓获得男子10公里短距离比赛铜牌。

参赛选手在崎岖的雪道上奋力滑行，途中还要采用卧姿或站姿进行射击，让人目不暇接。有观众好奇，冬季两项，为啥要比射击？

很久以前，在北欧斯堪的纳维亚半岛，当地人脚踩滑雪板，在森林雪原中狩猎，冬季两项运动由此演变而来。比赛中，选手身穿专用小口径步枪，滑行一段距离进行一次射击，最先到达终点者获胜。

想象一下，刚刚还在用力滑雪、气喘吁吁，马上又要稳住呼吸、瞄准射击，是不是很有挑战性？关键是，在射击阶段，比赛计时不会停止；如

果脱靶，运动员还要面临时间或滑行距离上的“惩罚”。

1924年，冬季两项在首届冬奥会上被列为表演项目，在1960年第八届冬奥会成为正式比赛项目，1992年女子冬季两项选手首次在冬奥赛场亮相。

本届亚冬会冬季两项设女子7.5公里短距离、男子10公里短距离、女子4×6公里接力和男子4×7.5公里接力4个小项。中国队派出12名运动员参赛，其中4人参加过北京冬奥会，3人参加过上届亚冬会。

不仅要滑得快，还得瞄得准，在茫茫的雪场上，运动员成为飞驰的“猎手”，极致的动静切换赋予冬季两项运动独特的魅力。

转载自《人民日报》

杨文龙：放下执念 依然执着

◎新华社记者 卢星吉 田光雨 杨帆

在哈尔滨亚冬会单板滑雪男子坡面障碍技巧比赛中，一直没完成既定动作，最终无缘领奖台的杨文龙，心情仿佛回到了那个一心想要复制自创的内转180度跳跃而不得的冬天。

时间推回到2021年，当时籍籍无名的杨文龙，在世界上首次解锁了这一高难度动作，令单板爱好者们对这由武术跨界而来的滑手充满期待。

然而在后续的世界杯比赛中，他未能延续训练中的神勇，一度成为他人口中“一轮游”的代表。由于未能取得足够的FIS(国际雪联)积分以获取参赛资格，杨文龙与自己备战多年、付出大量汗水血泪的北京冬奥会失之交臂。

2025年2月8日，哈尔滨亚冬会雪上项目开赛，出师不利的阴霾再度向对坡面障碍技巧金牌志在必得的他袭来……

2月10日，重整状态的杨文龙拿到了大跳台金牌。直到此时，他才向记者敞开了自己暗涌的内心世界。

“因为与大跳台相比，坡面障碍技巧是我的短板，所以我希望在亚冬会的坡障比赛里发挥得更好一点……但是我在预赛里就没有做出自己准备的最好动作，我就更想在决赛里完成它。但是决赛由于天气原因，有风让我飞不过去，导致我一直完不成自己想要的动作。”

“这让我很内疚。”杨文龙说。

他表示，自己花了两天来走出这场阴霾，但是直到登上大跳台赛场时，教练和领队还是察觉到有些心事重重。

“他们对我说，你就不要再想坡障比赛了，因为它已经过去了，但今天还有更重要的比赛，所以你要全身心投入到今天的比赛中。”正是这几句简短的交流点醒了杨文龙，帮他挣脱心理阴影。

谈到性格，杨文龙认为自己属于做事非常认真，但容易较真的类型。经历过艰苦的北京冬奥选拔、备战，在国际赛场沉浮多年后，他进一步认识到，执着的个性确实帮助他众多跨界跨项运动员中脱颖而出，但人生不是任何时候都应充满执念。

“现在回想起来，那个由我第一次解锁的180度动作其实让我背负了很大压力。尤其是在比赛中，我一直在尝试完成它，却没有一次是成功的。于是我就更想在比赛中去完成这个动作，继续不成功……”

退一步海阔天空，可能是杨文龙从那些持续不断的碰壁经历中，悟出的单板 and 人生哲理。

“从今年起，我开始不再坚持一定要在比赛中完成这个动作，假如我以1800度的动作做得更完美一些，其实也可以。世界杯的比赛，只要稳定地完成两个方向的1800度动作，进决赛问题是不大的。”

看似退了一步的他，在2024-2025赛季——这个对获取米兰冬奥参赛资格至关重要的赛季——取得了重大突破。2024年12月，他在北京首钢滑雪大跳台收获了自己的首枚世界杯分站赛奖牌。这枚宝贵的铜牌，不仅是对他刻苦训练的犒赏，更在多年的屡败屡战之后，为他注入了“及时雨”般的信心。

“其实赛季初我就觉得今年训练的整体状态特别好，首钢的比赛让我看到自己的动作储备其实是够用的，然后就越来越自信。”

“正好在我训练状态最好的时候，然后比赛也成功了，也做出自己想要的动作了，这个时候心里就觉得一下子舒畅了，觉得这么长时间的训练没有白白努力。”

多年的坚持，加上大赛成绩正反馈的助力，帮助杨文龙在国际赛场上越战越勇。今年1月，他在奥地利克雷施贝格获得了自己的首枚世界杯大跳台金牌。

“我的目标和团队目标是一致的，就是能站在米兰冬奥会领奖台上。”

现在，杨文龙终于能自信地宣告这一远大的抱负——野望之火必然已在他的内心燃烧多年，但在世界杯夺冠前接受采访时，他的表述总是保守。

与北京冬奥会失之交臂，确实给这名25岁的滑手带来过心灵创伤。杨文龙回忆，在得知这个消息后，自己黯然离开了国家队，回到老家度过了消沉的几个月。

“我当时有点不想滑了，不想再练了，因为我觉得没有了目标。进这个队伍就是为了参加北京冬奥会，但是现在这个目标已经没有了，我一时间不知道后边该干什么。回家也是整天躺着，也不运动，胖了不少。”

“但是越想越不甘心，因为自己已经付出了太多，苦了这么多年。我的教练和队友也劝我，他们对我说你的人生不只是这一个比赛。我也想，如果我真的彻底放弃了，很多人的努力也都白费了……”

“假如我真的不干了，那么所有人真的都会觉得——你这辈子可能就这样了！”

说这些话时，杨文龙的语气愈发沉重。正如他愧于提及曾经那个颓于沉沦的自己，从消沉中冲出时，他展现了破釜沉舟般的绝决。

2022年夏天，杨文龙回到了训练场。由于当时已暂时退出国家队，短短几个月的训练费耗尽了全部积蓄。好在备战冬奥周期的国家队很快组建，他才得以延续难舍的单板冬

奥之梦。

杨文龙坦言，自己曾经只是把滑雪单板当做一个工作，但在经历了这些起伏伏后，单板俨然已成为生活中难以分割的一部分。在向梦想冲刺的过程中，他渐渐感受到了年龄增加的挑战，但也正在寻找能够让自己更长久留在赛场上的训练方式。

“25岁的年龄，在这么‘卷’的单板大跳台和坡障项目里，完全不算年轻了。以前我就是堆量，别人练10趟，我就练20趟甚至100趟。现在我必须关注有效训练，可能每天只能练2个半小时到3个小时，我需要想的是，要如何才能在这个时间练出足够的效果。”

回顾自己既留下过不少精彩瞬间，又有些磕磕绊绊的单板人生，杨文龙不想用媒体和网友常用的“非天才滑手”标签来描述自己。

“我也看过很多说我是‘纯靠后天努力型滑手’的文章。其实我想说，能够在中国站在单板运动这个行业的顶端，我不可能一点天赋也没有。我想说的是，努力加天赋。”

“我经常看到国外的运动员，他们从三四岁开始滑雪，而我十三岁才开始，比他们少了十年。但我做到了，就证明普通人其实也可以。”

接着这个话题聊下去，杨文龙表示，北京冬奥会后一个令他印象深刻的现象是，国内练习单板滑雪的小朋友越来越多了。作为“老”前辈的他给了这些潜在的小队友一个中肯的建议：“一定要给自己设定目标，目标要循序渐进，不能说刚会滑雪一年，就定自己以后要比奥运会……先定一个小目标，完成这个小目标之后，再一步一步往前走。”

“中国单板，未来会发展得特别快！”杨文龙断言。