

# 北仑姑娘林回央夺得 全国冬运会钢架雪车赛冠军 冰雪项目“浙江第一人” 是怎样炼成的？

## 1 接触钢架雪车事出突然

2011年10月，正读小学五年级的林回央进入宁波体育运动学校，成为田径队女子全能项目选手，师从赵时金教练。2015年，林回央17岁时，身高已经超过170厘米，优异的身体条件和刻苦的训练态度，让浙江省田径队教练对她青睐有加，把她召入浙江体育职业技术学院田径集训队，主攻短跑和跳远项目。

就在林回央以为自己的人生将朝着田径运动员的方向发展时，一次突如其来的试训让她走上了职业的十字路口——2015年7月北京联合张家口申办2022年冬奥会成功后，国家体育总局冬季运动管理中心于当年9月组织钢架雪车国家队选拔测试，通过跨界选材，筛选男女各5名运动员组建国家队。

浙江田径队一共去了5人参加测试，最终只有林回央成功入选。于是，进入省田径队不足一年的她突然“转型升级”，成了另一个项目的国家队选手。“速度、体型、肩的形状，还有上车的感觉，是测试中几个比较重要的项目。”林回央的教练周升春说，钢架雪车需要助跑，林回央练过短跑，在这方面有优势，体型匀称、肩短，这些条件她都符合，加上上车感觉也很好，顺利入选国家队也就不足为奇了。

“起初心里有波动，毕竟练了这么多年田径，不过很快想通了，争取练好新项目。”回想起当时的感觉，性格开朗的林回央说，“当我知道原来钢架雪车这么刺激时，只想着快点去试试。”

## 2 国内刚起步的运动项目

钢架雪车英文名Skeleton，原来译作“俯式冰橇”，因起源于北欧，又称北欧冰橇。该项比赛所用的赛道与雪橇相同，不过雪橇运动是选手仰躺在雪橇上，脚在前头在后，钢架雪车则是运动员头在前，俯卧在冰橇上，利用安装在专用比赛靴前部的防滑钉控制冰橇的运动方向或制动，比赛过程中最高时速可达140公里。

钢架雪车比赛规定只能以俯卧式进行，只允许选手采用肚子贴在雪车上的姿势。出发时选手必须将雪车推向前，加速之后迅速登上雪车完成比赛。中途允许从雪车上掉落，但在通过终点时，选手必须在雪车上才算完成比赛。冬奥会钢架雪车设男、女单人两个项目。

作为冬季项目，之前中国从来没有开展过钢架雪车，更不用说有国家队了，林回央成为书写历史的国家队首批运动员之一。该项目国家队成立之后，林回央和队友的训练、比赛地点主要在北美和欧洲。

今年，第十四届全国冬季运动会部分项目在国外举办，钢架雪车是其中一项。其原因，一是因为我国没有可以举行这个项目的场地，北京延庆为冬奥会建设的赛道明年3月才投入使用；二是因为挪威此前曾举办过两届冬奥会，拥有符合国际标准的赛道。近几年来，林回央和国家队队友们曾在北美杯、欧洲杯等国际大赛中打进决赛，表现优异。2018-2019赛季，林回央参加全国钢架雪车锦标赛获得女子单人第一名，还参加了世界锦标赛。此次赴挪威参加全国冬季运动会女子钢架雪车比赛，她如愿登上了冠军领奖台。

北京时间10月30日晚，第十四届全国冬季运动会女子钢架雪车比赛在挪威利勒哈默尔落幕。由宁波体育运动学校输送的钢架雪车国家队队员林回央，经过2天4轮角逐最终获得冠军。这也是浙江省自主培养的运动员首次在全国冬运会上获得金牌。1998年出生的北仑姑娘林回央，是怎样成长为冰雪项目“浙江第一人”的？记者采访了相关人士，请他们讲述林回央夺金背后的故事。

## 3 金牌的背后一定是艰辛

“这枚金牌的含金量特别高，夺金的过程非常坎坷。”林回央昔日队友、现在的国家队助理教练王雪霞在赛道边亲眼见证了这枚金牌的诞生，她用“担心、惊险、兴奋”三个关键词，向记者描述了林回央夺金的全过程。

本届全国冬运会钢架雪车项目严格按照冬奥会比赛标准，采用2天4轮赛制，最终成绩相加排列名次。“这需要每一轮都发挥得很好，优秀选手间的差距往往只有零点几秒。”王雪霞告诉记者，第一天2轮比拼结束后，林回央排名第三，比第一名落后0.3秒；第二天的第三轮，她发挥非常出色，总成绩反超至第一名，但第四轮的成绩又被对手反超。凭借第三轮拉开的优势，林回央最终总成绩位居第一，领先第二名0.15秒。

赛后，王雪霞给了林回央一个大大的拥抱。“她是我国第一批钢架雪车国家队队员，这4年来的每一天，都以自律、奋进、刻苦的态度对待训练，就是为了等待收获的这一天。”王雪霞说，为了保证能选拔到最优秀的运动员，国家队一直采用“精兵”策略，其间不断有新队员入选，也不断有老队员被淘汰，但林回央留下来了，背后所付出的是常人难以想象的艰辛。

这几天，浙江体育职业技术学院田径系主任王孺牛也一直在关注着林回央——这名昔日的田径健儿。“钢架雪车比赛的最高时速可达一百几十公里，这要求选手有一定的体重，才压得住身下的雪车。”但林回央个子偏小，人也很瘦。为了涨体重，同时还要保证速度和敏捷，她一边拼命吃胖，一边拼命训练。王孺牛说，印象中，林回央就是这么一个目标明确、敢对自己下狠心的人。

## 4 目标指向北京冬奥会

为了自己的理想和目标，林回央已经在这个项目上默默坚持和努力了4年。对于她来说，参加2022年北京冬奥会是最大的梦想。

钢架雪车比赛中，选手需要用自身膝盖、肩膀对雪车施力，因此这个项目对有一定体重的选手比较有利。“和田径不同，练钢架雪车需要‘暴饮暴食’，有时候看着自己的体重涨了，不知道该高兴还是该流泪。”以前只知道控制体重的林回央突然要开始增重，曾经感到很不适。

除了需要增重，钢架雪车近140公里的时速也存在不小的危险性，林回央的右手食指就曾在奥地利的一次比赛中骨折过。“其实也没什么，练田径或别的项目也可能受伤，都一样。”说起伤病，林回央轻描淡写。

当年刚刚入选国家队时，林回央就被外界冠以冰雪项目“浙江第一人”的头衔，对于这样的说法她并不在意。“是不是浙江第一人我不在意，但我在意能不能参加冬奥会。”林回央说，对任何一个运动员来说，奥运会都是梦想的舞台，如今有这个�会，一定会努力争取。“我很珍惜每一次国家队集训的机会，还有和新老队友相处的机会。”

未来的日子里，林回央将继续驾驶钢架雪车，在梦想的道路越跑越快，越跑越远。  
记者 戴斌 通讯员 陈皎宇



宁波姑娘林回央。本版图片由通讯员提供