

## 龙舟女子200米直道竞速赛一起夺金

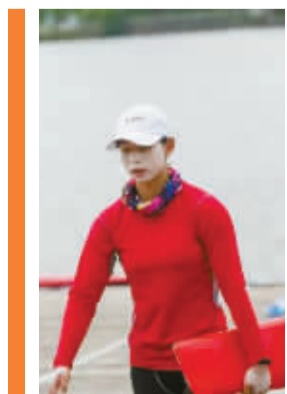
# 宁波姑娘丁思洁和孙阳 是队友也是校友

“很开心,为丁思洁和孙阳感到自豪!”10月4日,杭州第19届亚运会龙舟项目迎来首个比赛日,在女子200米直道竞速赛中,中国队夺得金牌,这其中,丁思洁和孙阳两名运动员来自宁波。丁思洁曾经的班主任、孙阳如今的班主任——宁波市甬江职业高级中学的孙平老师得知比赛结果后,开心地告诉记者。

这是两名曾经各自绽放、如今共同夺金的龙舟和皮划艇运动员,她们之间,有不少的“巧合”:在同一年被宁波市水上(游泳)运动学校选中,进入皮划艇队训练;先后成为甬江职高运动训练专业学生;2022年,都在浙江省第十七届运动会皮划艇比赛中崭露头角,孙阳和队友获得女子乙组双人划艇200米冠军,丁思洁则和队友获得女子甲组双人划艇200米冠军;今年,两人都成为杭州亚运会龙舟国家队成员,共同在亚运赛场上拼搏。



训练中的丁思洁



训练中的孙阳



10月4日,中国队选手在颁奖仪式上。 新华社发

### 1 一个小学六年级一个初三 两人同一年开始皮划艇训练

出生于江北的丁思洁,先后就读于江北区第二实验小学、孔浦中学,由于身体素质好,在学校运动会短跑和跳远项目中总是摘金夺银。

2018年,丁思洁正读初三,宁波市水上(游泳)运动学校来孔浦中学挑苗子,因为身体条件好,爆发力和协调性都不错,丁思洁被市队教练看中。从此,开始了皮划艇训练。

同一年,出生于奉化的孙阳在萧王庙中心小学读六年级,也被市水上(游泳)运动学校教练选中,同样开启了日复一日的皮划艇训练。

在一般人看来很酷的皮划艇运动,训练起来非常艰苦。“划船看起来就是手动了几下,其实要调动全身的力量,核心力量、水感、平衡性缺一不可。但多加练习,付出会给你回报。”丁思洁曾在接受采访时这样说。

陆上练力量、练心肺功能,水上练技巧、练平衡性,实际训练中,有很多

个关口要过。在教练眼中,丁思洁的爆发力很强,但水上平衡性一般,为此,她要比其他人花更多时间来训练自己的平衡性。

董侠是两人的皮划艇教练之一,他告诉记者,皮划艇分皮艇和划艇两种。皮艇是运动员坐在艇内,用桨两侧交替划水;划艇则是运动员单膝跪在艇内,用桨一侧划水。丁思洁和孙阳都练过皮艇和划艇,她们在2022年省运会上拿到金牌的,都是划艇项目。

皮艇和划艇有单人的,也有双人的,相比较而言,龙舟人数更多,是名副其实的集体运动。杭州亚运会采用的是12人龙舟赛,长11米的龙舟上,有鼓手、舵手各1人,划手10人,另有两名替补队员。

龙舟比赛不仅需要队员之间配合默契,对划桨频率的要求更高,对运动员的爆发力和协调性也均有很高要求。

### 2 老师们已经出发 去温州给学生加油

市水上(游泳)运动学校与甬江职业高级中学的体教融合,让丁思洁和孙阳先后成为甬江职高运动训练专业的学生。日常,该专业学生上午在校学习文化课,下午在水上运动训练基地锻炼专业技能。

“丁思洁当年是班上学习成绩最好的,作为学习委员,老师交给她什么事,她样样都能办得很好。”2019年,丁思洁入读甬江职高,孙平是她高一时候的班主任。在孙老师眼中,这是一个大大咧咧、有着男孩子性格的女生,但她文体都很优秀的成绩让孙老师印象深刻。

高一下学期,丁思洁进入省队,只能利用训练和比赛的间隙来学校听课。

2022年,丁思洁从甬江职高毕

业,进入杭州体育职业技术学院。同一年,孙阳来到了甬江职高,孙平依然是这个班级的班主任。不过孙阳在校的时间更少,报到后就去了省队训练,之后备战亚运会,进入国家队,继续集训……

前阵子,在温州集训的孙阳和丁思洁,分别向班主任孙平和张海容报告了即将参加亚运会的消息,她们跟老师聊了训练的情况,两位老师向她们表达了自己和学校的关心与鼓励。

“我们正在去温州的路上,明后天她们还有两场比赛,去给她们加油!”10月4日下午,孙平老师发来消息,她和另一名老师以及水上(游泳)运动学校的两名教练,一起出发去温州,给自己的学生加油。

记者 王伟 通讯员 周子宜

## 知道“羽人竞渡”吧? 我们是懂龙舟的!

昨天,宁波运动员丁思洁、孙阳作为中国龙舟队成员,荣获女子12人龙舟200米直道竞速赛金牌。

这是时隔13年后,宁波运动员再次登上亚运会龙舟项目冠军领奖台。此前,在2010年广州亚运会上,宁波市水上(游泳)运动学校培养输送的罗欣在该项目上获得3枚金牌。

作为中国传统体育运动的龙舟,在2010年广州亚运会上首次成为正式比赛项目。当时的竞赛龙舟为22人“大龙舟”,罗欣和中国女队队友的夺金项目为200米、500米、1000米三项比赛。

本届亚运会上,龙舟第三次成为正式竞赛项目,将产生6枚金牌。丁思洁、孙阳在女子200米项目上夺冠后,还将和队友们参加500米、1000米直道竞速赛,继续向金牌发起冲击。

亚运会舞台,展示的不仅是运动竞技,更展示深厚多元的文化之美。龙舟正是中国传统体育文化的载体之一,在这个项目上,宁波人是有发言权的:

余姚河姆渡曾出土6支雕花木桨,距今约7000年;出土于鄞州区云龙镇甲村的战国文物“羽人竞渡”纹铜钺,是2000年前宁波先民开展龙舟运动的物证;还有在甬江北侧淤泥中发掘出宁波第一艘古船——唐龙舟。

如今,龙舟竞渡已成为传统文化不可缺少的名片,蕴含着宁波人民向水而生、劈波斩浪、勇立潮头的文化基因。从古至今,不仅五月端午赛龙舟,二月二龙抬头也要赛龙舟,节日庆典也常常上演龙舟民俗活动。

宁波龙舟竞渡集历史传统、体育运动、艺术表演之大成。近年来相继举办了首届国际划联龙舟世界杯等国际大赛,也推出了“迎亚运 享健康”宁波市全民龙舟联赛等本土赛事。鄞州区云龙镇龙舟队则是民间龙舟运动代表性队伍,曾连续五届获省龙舟比赛冠军,还多次代表浙江省参加全国龙舟赛,屡获佳绩,比如在今年6月举行的2023年中华龙舟大赛上获得了职业男子组500米直道赛第三名。今年4月,云龙龙舟首次“出海”,被运往保加利亚,以传统文化为媒,推动中国与中东欧国家之间交流。

随着时代发展,极具民族特色的赛龙舟从古朴走向了新潮、从延续走向了创新;从民俗运动走上亚运舞台,从过去走向了未来。宁波的龙舟选手们,也继续奋勇击水,挥桨向前。

记者 戴斌 潘苗



宁波龙舟竞渡。记者 胡龙召 摄