

杭州亚残运会闭幕 宁波运动员 成就梦想 精彩纷呈

惊喜、汗水、眼泪、奖牌……
10月28日，杭州亚残运会落下帷幕，宁波运动员在本届亚残运会上收获14金6银5铜。身残志坚的他们用行动证明，同一个世界，同一个梦想，只有想不到没有做不到。

这个秋天，梦想就此成就，感谢自己，感谢杭州，感谢了不起的宁波“制造”。



10月22日，杭州亚残运会开幕式，徐佳玲是最后一棒火炬手。新华社发

努力拼搏，独享“家门口时刻”

纪录就是用来破的，宁波泳军这次在亚残运会上展现了实力，小组赛就开始纷纷打破纪录。

10月23日，宁波姑娘陈懿在女子50米自由泳-S10级自由泳预赛中游出了28.15秒的好成绩，取得小组第一的同时，还打破了亚残运会纪录。

“主要是在‘家门口’作战，而且这边的设施都非常好，和自己很贴合。”陈懿说，比赛的时候状态很好，家人到场助威，让她备受鼓舞。

同日，宁波运动员华栋栋在参加男子50米自由泳-S11预赛中，以26秒09的成绩刷新亚残运会纪录，取得小组第一。

“这个成绩是我的最好成绩！相比之前在国外的比赛，这次在‘家门口’会更兴奋一点！”华栋栋说。

在游泳比赛中，视力障碍分为

S11级、S12级和S13级，而华栋栋所参加的S11级是最严重的级别，俗称“全盲比赛”。想要脱颖而出，华栋栋要付出怎样的努力可想而知。

“掌握方向和控制速度是视障运动员最大的挑战。方向稍有偏差就会影响速度，每秒几个动作，50米划水几次，打腿几下都必须清清楚楚、明明白白。”华栋栋的教练汤能告诉记者，华栋栋能取得今天的成绩，是其14年日复一日接受专业训练的结果。

姚攒把此次亚残运会当成是自己剑指巴黎残奥会的一次练兵。

25日晚，她和队友合作，摘得男女混合4×50米混合泳接力(20分)的金牌后说：“我最擅长的泳姿还是蛙泳。‘家门口’的比赛让我感觉浑身充满力量！大家都非常给力，观众

非常热情！”

本届亚残运会共有12名宁波运动员参赛，其中5人为游泳运动员。这5名运动员每人都有金牌入账，共拿到13金6银1铜。

徐佳玲、陈懿继续着她们在雅加达亚残运会上的出色表现，徐佳玲摘得6金，陈懿获得4金2银。此外，姚攒在游泳项目中摘得1金。华栋栋在游泳项目中摘得1金1银1铜。王杰在游泳项目中摘得1金3银。

宁波运动员在其他项目的夺牌情况：张路第一次参加亚残运会，她在女子复合弓双人团体赛中摘得金牌；俞千缘、张忠民、赵培文所在的中国坐式排球男队战胜韩国队，摘得铜牌；乒乓球运动员孙厨人在TT8级男子单打比赛中收获1枚铜牌。

逐梦赛场，感受宁波“燃”

在22日晚的亚残运会开幕式点火仪式上，宁波姑娘徐佳玲作为最后一棒火炬手登上主火炬台，在万众瞩目中将火炬“桂冠”从右手换到左手——她的智能仿生手中，点燃了本届赛事的主火炬。

再往前推一个月，9月23日，同样是在这里，宁波游泳运动员汪顺点燃了杭州亚运会主火炬台。两位宁波运动员先后成为亚洲的焦点，为宁波这座“冠军之城”增光添彩。

一直以来，徐佳玲都觉得自己的生活很精彩，一点不比身体健全的同龄人差。如今，徐佳玲又成了亚残运会主火炬手，点亮主火炬台，照亮青春，梦想照进现实。

本届杭州亚残运会，徐佳玲参

加了女子100米自由泳、100米蝶泳、100米仰泳、200米混合泳、400米自由泳和接力项目，斩获6金，多次刷新亚残运会纪录。

一次次突破自我、挑战极限，徐佳玲表示：“任何运动员都一样的，取得的成绩是努力训练的结果。可能我们训练会更不容易，一开始会比较艰难，但我们还是希望大家能用平常心来对待我们。”

宁波“燃”还体现在开幕式和开幕式暖场环节中。宁波有25名残疾人演员参加了开幕式现场演出，4名轮椅舞蹈队员参加了开幕式宣传视频表演。奉化布龙精彩亮相，向全世界观众展示了这项国家级非物质文化遗产的魅力与神韵。

上下盘旋，辗转腾挪，翻江倒海

……在亚残运会开幕式暖场环节，两条奉化布龙游弋而出，表演队员们不停地舞动龙身、变换队形，与萧山河上板龙、临安水龙等共同登台亮相，大气磅礴的舞台效果引得现场观众阵阵叫好。

今年2月，奉化布龙在杭州亚运会、亚残运会开闭幕式暖场节目初步筛选和分片遴选中脱颖而出，入选“杭州亚运会、亚残运会演艺资源库”，并确定将参加杭州亚残运会开幕式暖场环节。

经过半年多的艰苦彩排，奉化布龙表演队在编排、动作、细节上不断精雕细琢，最终在舞台上呈现出“龙身一节节，人心要齐一；龙飞人亦舞，人紧龙也圆”的奉化布龙传统风采。

3 苦耐寂寞， 打响宁波“制造”

这份精彩的背后，有运动员亲友和教练们的付出、助残人士的爱心、多部门工作人员的执着，以及宁波残疾人体育人才培养保障体系的支持。

残疾人体育人才的培养，跟健全人有很大区别。为了找到有潜力的运动员，多年来，市残联联合卫健部门对6岁以下疑似残疾儿童进行筛查，基层残联在日常工作中掌握残疾人青少年信息，与多所中小学校建立协作关系，并不定期走访康复医院、假肢厂和福利院等，挑选青少年体育苗子，并通过市、县两级每四年举办一次残运会，每年举办残疾人专项体育比赛，发现体育人才。

发现了好苗子，还需要高水平的教练来指导，有条件的学校接收，市体育局和市教育局也给予很大支持。以游泳项目为例，在市体育局的支持下，游泳教练汤能、虞哲峰、朱凌等一直带着残疾人运动员在市游泳训练点训练；在市教育局支持下，不少好苗子在市区的知名小学就读。

教练员带训更加辛苦。汤能刚开始教徐佳玲时，为了体会她单臂划水，很长一段时间泡在水里，只为寻找有针对性的训练方法。

还需要教练有足够的耐心和爱心。一位残疾人游泳运动员的家长告诉记者：“培养残疾人运动员，不光要求教练长时间泡在水里手把手地教，还要时刻关注他们身心变化。比如脑瘫的孩子，一旦发烧感冒，几个月的训练成果就可能化为泡影。”

即使如此，这些教练依旧在坚持着。值得一提的是，本届亚残运会夺金的5位运动员的启蒙教练均为汤能。

同场训练的健全人运动员，对残疾人运动员颇为照顾，家住慈溪的姚攒早年到宁波参加比赛时，就住在队友家里；徐佳玲小时候身体瘦弱、体能跟不上，教练就安排她去全国冠军张雯雯家里“蹭饭”，提高饮食质量……在体育部门的大力支持和爱心教练训练下，宁波多年龄层次、残疾类别各有侧重的训练梯队逐步形成。

距巴黎残奥会还有一年时间，接下来，运动员们将展开新一轮备战。此外，未雨绸缪，围绕2024年之后的奥运周期，宁波市残联已做好新的布局。已布局好的项目包括游泳、射箭、赛艇、乒乓球和坐式排球，准备发展的项目包括田径、自行车、皮划艇、羽毛球和盲人柔道。“田径项目是金牌大项，一直是我们的软肋，接下来既要稳强项，也要攻软肋，希望得到更多部门和体育人士的支持。”市残联相关负责人说。

记者 邹鑫