

100米打破省同龄组纪录
200米跑出奥运国手水平

鄞州“小飞人”陈妤颀 再次闪耀赛场

100米11.63秒!再破纪录!200米跑出了23秒61的好成绩,再次夺冠。去年曾火出圈的鄞州“小飞人”陈妤颀在近日举行的2023年浙江省青少年田径锦标赛中,连夺14-15岁组女子100米、200米冠军。这一道闪电般的身影,再次引人瞩目。

□现代金报 | 甬派
记者 钟婷婷
通讯员 蔡微波

A 比去年跑得更快了 她跑出了奥运国手水平

陈妤颀出生于2008年12月,是宁波一名初二女生。去年11月,她在宁波市鄞州区中小学田径运动会中上演真实版“一骑绝尘”,把其他对手甩出镜头范围,这一视频曾经火爆出圈。当时她在女子100米赛事中的最好记录是11.88秒,今年她又成功突破自己,在省青少年田径锦标赛14-15岁组女子100米比赛中,跑出了11.63秒,比去年快了0.25秒,打破了浙江省女子100米同龄组纪录。

4月23日,陈妤颀在省青少年田径锦标赛14-15岁组女子200米比赛中,跑出了23秒61的好成绩,再次夺冠。

在同日进行的全国田径大奖赛中,女子200米的冠军是参加过东京奥运会的国家队选手黄瑰芬,她的成绩为23秒73(赛季最佳成绩)。陈妤颀可谓跑出了奥运国手水平。

陈妤颀在小学五年级时走上田径赛道,对速度的极致追求让她对自己很苛刻。她以中国短跑名将苏炳添为追逐目标,在刻苦训练中一次次超越自我,在赛场上一路过关斩将。在2022年省运会上,陈妤颀获100米、200米冠军并打破纪录,200米跑出了24.48秒,这一成绩已超全国中学生田径锦标赛高中组冠军0.2秒。近年来她参加省市比赛20余次,获冠亚军60余次。

陈妤颀获得了很多金牌。

B 校运会上初露锋芒 她从网球改练田径

是天赋异禀还是后天努力?15岁的姑娘是如何成为田径赛场上的一颗新星的?

据了解,陈妤颀父母均是浙江大学高水平运动员,都是短跑运动员出身。她从小就非常喜欢运动,练过跆拳道,打过网球。对于这个精力旺盛的女儿,父母没有过多干涉,而是顺其自然,他们没把女儿当温室花朵来呵护,而是在她挥洒汗水时进行支持和鼓励。

陈妤颀妈妈介绍:“她曾在网球场上日复一日地奔跑、挥拍、接球、发球,也取得了一些成绩,但由于身形娇小,怎么都突破不了自己的瓶颈。后来有一次,陈妤颀参加校运会,出类拔萃的奔跑速度引起了体育老师的注意,老师敏锐地发现这孩子身上有一种不可多得的跑步天赋,于是建议陈妤颀改练田径。”就这样,从5年级开始,陈妤颀改换赛道,站在了田径场上,从此向前“一路狂奔”。

仅仅几个月的训练,陈妤颀就在鄞州区运动会上意外摘得100米、60米冠军。这次“初露锋芒”让她的跑步特长得以发挥和成长。很快,她又取得了宁波市运动会200米冠军、100米季军等成绩。



陈妤颀在比赛现场。



C 荣誉背后 是她日日夜夜的奔跑

陈妤颀目前一边在宁波读书,一边在宁波体校走训,目前已达到国家健将运动员标准。

虽然她天赋出众,但比天赋更出众的是她的意志。陈妤颀个子不高,可就是这小小身躯迸发出了大大的能量,荣誉背后,是她成千上百个日日夜夜的“奔跑”,更包含了太多不为人知的“跌倒”。

据悉,刚开始练跑步,陈妤颀的摆臂动作不规范,她一遍遍地纠正,一点点地提高。压低身体向前,起身,冲出跑道,再回到起点,蹲身,再冲出……每个动作都精益求精,每次出发都比前一次更快。她的目标不是完成老师要求的训练量,而是超越自己,超越身体本能。经过一年多努力,她的摆臂动作非常规范,训练效果显著提高。

升入初中,学业压力与之俱来,如何兼顾学业与训练,陈妤颀用自己的行动做出了最好的回答。陈妤颀说:“这几年中,有那么几个瞬间,放弃的念头也会闪过我的脑海,但我最终选择了坚持。”在训练场上,经常能看到她利用训练间隙捧着书本,安静地在角落学习。

4月22日,记者从鄞州区教育局获悉,陈妤颀被列入2023年度宁波市“新时代好少年”公示名单,并被推荐参加浙江省“新时代好少年”评选。花儿般的少年用自己的意志与汗水完美诠释了“奋斗是青春最美的底色”。

中国田径协会 2023年全国青少年田径锦标赛					
14-15岁组女子100米决赛成绩					
1	1241	陈妤颀	宁波市	11.63	+0.5
2	1588	李廷军	温州市	13.04	+0.5
3	1422	黄心怡	温州市	13.25	+0.5
4	2304	高可星	嘉兴市	13.34	+0.5
5	1783	李心怡	绍兴市	13.56	+0.5
6	2052	程梦瑶	金华市	14.05	+0.5
7	1627	陈婉文	台州市	14.25	+0.5

陈妤颀的成绩遥遥领先。