

翩翩起舞的“白天鹅”养成记 艺体姑娘张玲的华丽转身

□本报记者 洪漩

“

说起浙江艺术体操队的张玲,可是一个回头率超高的漂亮姑娘,练习艺术体操的她气质别致,走在街上总能招来不少回头率。很多人都不知道,2000年刚进浙江队的张玲,还只是个皮肤黝黑、身材纤细,放在人群中极其容易被忽略的小姑娘。没想到多年以后,这个黝黑的小姑娘“进化”成了白天鹅,即将站在奥运会的舞台上展示自己。

”

奥运之星 6 张玲

生日:1992年9月18日
项目:艺术体操

荣誉

2016年亚洲艺术体操锦标赛集体5带冠军、圈棒亚军、集体全能亚军
2015年艺术体操世界锦标赛第八名



A 话不多能吃苦 自我要求极高的小姑娘

张玲是金华兰溪人,小小年纪就远离家乡。在杭州陈经纶体校,她和杭州本地小姑娘的走训不同,一两周才回一趟家,或者等妈妈来陈经纶体校看她。事实上,张玲的基本条件并不突出,张玲一眼看上去就是瘦,皮下脂肪薄,看着精干。”启蒙教练章荣瑛说,艺术体操最终的呈现需要的是一种表现力,而在启蒙阶段,最需要培养的就是小运动员的柔韧性,柔韧性就是艺术体操的生命。“张玲早期时候柔韧性并不好,所以在练习上也吃了不少苦,不过这个孩子能忍。例如在压腿时候别的小朋友疼得‘哇哇’大叫,而她话不多,默默地练,只是偶尔眼泪掉一掉,却倔强不哭出声音来,这和她坚韧、不放弃、能吃苦耐劳的品质分不开。”

2002年参加温州的省运会,张玲被安排在最小年龄组丙组,拿到了集体冠军,因此被选入省队。

在章荣瑛的印象中,张玲是个十分要强的小姑娘,一直很懂事,训练、生活上对自己要求极高,“她是一个喜怒不形于色,但是懂得把握机会的孩子。”章荣瑛笑着说:“在我的训练中,她一直都保质保量不捣乱,全情投入艺术体操,绳、圈、球、棒、带样样拿得起来,是一个技术比较全面的运动员。”

除了训练上刻苦认真,张玲在学习生活上也十分独立,学习成绩也是名列前茅,在班里是个小骨干,是个从不给老师添麻烦的省心孩子。



(左二)



(左一)



B 脾气好贴心懂事 用成绩回馈身边关心她的人

小队员练习个人还是集体项目,启蒙教练在带训过程中通过对性格、脾气以及能力上的了解,在推荐给省队前就会有所侧重。章荣瑛说:“这孩子我从小就‘搭’上了,所以我很清楚她是适合集体还是个人。张玲脾气好、懂得体贴、包容他人,协作能力也强,比较适合练习集体项目。不过张玲技术比较全面,练习个人项目的话,说不定也能闯出另一片天地。”

后来张玲入选了国家队,考虑到国家队的训练十分艰苦,怕她偶尔会有情绪上的波动,章荣瑛经常会通过微信给张玲做思想工作。每次张玲总是懂事地说:“章老师,你放心。”逢年过节,张玲总会给自己的恩师送上节日的关心和祝福。每逢世锦赛、亚锦赛等大赛,她要同自己的伯乐聊一聊。“这孩子真的很懂事,很聪明,训练比赛也很用心,知道用什么样的方式去回报关心她的人。”章荣瑛说。

张玲回杭州的机会很少,难得回来,她也不忘带着国外的纪念品、巧克力来到陈经纶体校看望启蒙教练。章荣瑛说,“上次还和妈妈一起过来看我。她一路走过来,家里付出也很多,她都用自己的成绩去回馈家人对她的付出。”

“张玲现在是大姑娘了,整个的气质完全不一样了。小时候在路上也许是个路人甲乙丙,随着她训练的平台、层次、素质提升,现在走出去,反而是路人觉得,这个小女孩的气质不一样,这都是艺术体操带给她的!”说起爱徒,章荣瑛的自豪之情溢于言表。

C 背水一战拿到“里约门票” 期望在奥运会上发挥出最好成绩

近日,张玲和同是浙江籍的运动员鲍语晴以主力身份代表中国艺术体操队,参加了在乌兹别克斯坦塔什干举行的2016年亚洲艺术体操锦标赛。之后便在北京随国家队抓紧备战里约奥运会。

张玲告诉记者,四年前没能取得在2012年伦敦奥运会上入场券一直是她的遗憾。此后的日日夜夜,张玲

一直咬牙坚持,刻苦训练,终于在去年世界艺术体操锦标赛上,中国艺术体操队集体组已经取得了里约奥运会入场券,张玲也基本确定将参加里约奥运会比赛。

“当时简直是背水一战,拿到入场券那一刻兴奋极了,觉得这些年的汗水和泪水没有白流,付出一定会和收获成正

比的。”张玲告诉记者,每天从早到晚在国家队训练十分艰苦,但是每天妈妈都为自己调理身体而费心,背后又有那么多期盼的目光,再辛苦她也依然会坚持下去,不辜负所有关心她的人对她的期望。“这是我第一次参加奥运会,我的目标就是在奥运会上发挥出我最好的成绩。”