

本版撰稿 本报记者 易龙吟 梅宜寒/文 通讯员 周一豪/摄

“每次比赛,都要比上一次更好” 陈盆滨:为3亿人参与冰雪运动出力



在昨目的比赛中,浙江选手陈盆滨当仁不让地成为了人气王,在所有参赛选手中,他不仅是年纪最大的运动员,也是练习滑雪时间最短的运动员。3天前在天津,他刚刚拿到了自己国际赛场的首个成绩,昨日,他迎来了自己的家乡首秀。

当比赛结束,陈盆滨来到媒体混采区,第一句话就是:“我已经很努力了,但还是摔了一跤。”作为一名跨项选材选手,陈盆滨接触越野滑雪只有一年时间。从零开始,这对陈盆滨是不小的挑战。

“刚开始练的时候,一天要摔上十几跤,现在好多了。”陈盆滨说,越野滑雪相比跑步来说,最大的不同在于需要和运动器械高度配合,且是全身发力,而跑步主要依靠的还是腿部力量。赛前,面对湿滑的场地,陈盆滨最大的担心还是摔跤,“我给自己定的目标就是不要摔跤,没想到还是摔了一次。”

此前,陈盆滨是知名的极限跑运动员,完成过100天100个马拉松以及七大洲极限马拉松等壮举。40岁这一年,国家体育总局领导找到陈盆滨,问他是否愿意转项越野滑雪。在极限跑领域已经功成名就的陈盆滨犹豫了一下就答应了:“人这一生,机遇不多,有机会了就一定要抓住。”因为,在陈盆滨心里,始终有一个奥运梦。

一年后,陈盆滨的名字出现在国际雪联城市越野滑雪中国巡回赛秩序册中。“这是我第一次在家乡参加正式比

赛。”陈盆滨有些小激动,苦练了一年,终于有机会上雪道参赛了。“我都跟有些选手的爸爸一样大了,不管是身体上、还是动作上都没法和他们比了,但是我会不断努力的。”

赛后,陈盆滨在大屏幕上找自己的名字,因为那次摔跤,他并没有进入下一轮。不过,陈盆滨并没有被这次的结果影响,“你看我滑雪的动作,都和别人不太一样,毕竟才练了一年。”

每次比赛,都比上一次更好,这就是“疯子”陈盆滨给自己定下的目标,他说,自己还有很多东西要学。

作为一名极限跑运动员,体能是陈盆滨的优势,主攻项目是越野滑雪50公里,被誉为雪上马拉松,其中上坡、下坡和平地距离各占1/3,这样的雪道对陈盆滨来说挑战很大,“下坡的时候有点害怕,上坡的时候又累得半死,平地上很多动作又做不出来。”

“能在家门口参赛我非常开心,但更令人高兴的是越野滑雪赛事第一次放在南方城市举行。”陈盆滨骄傲地说,“希望这次比赛能够更好地推动冰雪运动在全国的发展,尤其是在南方地区的发展。”

赛后,陈盆滨笑着直言“想回去跑



步”。陈盆滨深知自己的能力不足以拿奖牌,但他仍希望通过努力让更多人关注越野滑雪,在陈盆滨看来,冰雪运动不仅仅是北方的运动,不应该受到天气、地域等条件限制。他还建议,在南方省份还可以通过滑轮等运动的开展,推广冰雪运动,继而带动三亿人参与到冰雪运动中去。

感受冰雪才能爱上冰雪 郑良程:让冰雪运动和广场舞一样普及

随着冬奥会的脚步越来越接近,冰雪运动在中国的脚步也走得越来越远,越野滑雪赛事首次来到了中国的长江以南地区,中国滑雪协会副主席郑良程说:“在全世界,这也是越野滑雪首次来到纬度这么低的地方。”

冰雪运动一直以来都是欧美国家的优势项目,可以说冰雪运动已经成为了他们的一种生活方式。郑良程说:“三亿人上冰雪,要想实现这一目标,首先要让老百姓熟悉这项运动。”

浙江是民营经济的高地,老百姓参与体育运动和健身的热情日益高涨,但是受制于天气因素,秀美江南一

直都是冰雪运动的“处女地”,但郑良程认为,浙江作为中国人口最密集的地区之一,一定要让老百姓感受冰雪运动的魅力。

把冰雪运动办到老百姓的家门口,让大家在阳台、马路边就能看到比赛、甚至参与比赛,才能更好地普及这项运动。郑良程说:“我们在北京做了很多这样尝试,在广场、公园里铺一块雪地、一块冰,让大家在家门口就能参与运动,我们的目标是让冰雪运动能够像广场舞一样普及。”

那么在南方这样缺少冰雪的地方,如何推广冰雪运动呢? 郑良程说:“像

挪威这样的冰雪运动强国,一年也只有5个月左右的雪季,所以滑轮成为了滑雪运动在夏季、旱地最好的训练手段。”

据了解,目前中国已经有100个城市在推广滑轮运动,在浙江的宁波、杭州的很多学校中,这项运动也成为了冰雪进校园的主要方式之一。

滑轮和越野滑雪可以说是无缝衔接,在比赛现场,很多高水平运动员用滑轮在旱地进行热身训练。学会了滑轮,到了雪上,就可以自如滑雪了。“我们相信,到2022年,这个数字将会很可观。”郑良程认为,随着滑轮的不断普及推广,冰雪运动在中国也将迎来春天。

雪板打蜡到底有多重要? 越野滑雪的幕后英雄谈绝活

如果说选手们在场上是真刀真枪的较量,那么在各国换板区的专属蜡房里,则进行着一场没有硝烟的战争。作为第一次举办国际雪联高级别赛事的城市,天气也是给足了面子,连日来的阳光也导致赛道湿度变大、雪质变软,这样的天气也对运动员和蜡师们造成了极大的挑战。

比赛当天的上午所有选手正在陆续赶赴赛场,各国蜡师已经早早到达比赛现场,现在他们正拿着专业仪器对赛

道进行雪质测试,雪质测试结果也将作为他们今日选择雪蜡的依据。

“雪蜡作为越野滑雪不可或缺的一部分,对滑雪这个项目的重要性就好像齿轮需要润滑剂的保养。”孙凯是中国队的蜡师,他带着面具,仔细地帮每一副雪板打蜡。清洁、滚轮、上蜡、抛光。在闲暇之余他告诉记者,打蜡看似简单,但要根据当天的气温、湿度、雪况,以及是否有太阳等综合气象条件作出最适合的雪蜡选

择。“一个正确的选择能帮助运动员提高5%的成绩,可以说是运动员制胜的关键因素。”

在各国蜡师对赛道检测的同时,一名特殊的工作人员身影拿着专业的设备对当天的赛道进行雪质及气象情况进行严格检测并仔细记录——他是组委会特邀请来的一位专业的蜡师,特意为本次赛事提供专业雪蜡建议,本次的测试结果也将作为参考建议提供给各国的蜡师。

开奖公告

中国体育彩票超级大乐透第19144期开奖信息				
开奖日期:2019年12月16日				
★前区+后区★				
本期开出球号码:02 28 31 05 20		后区:02 11		
本期开奖号码:02 05 20 28 31		02 11		
本期中奖情况				
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计	
一等奖	基本 5注	10,000,000元	50,000,000元	
	追加 2注	8,000,000元	16,000,000元	
二等奖	基本 153注	220,193元	33,689,529元	
	追加 16注	176,194元	2,818,464元	
三等奖	425注	10,000元	4,250,000元	
四等奖	1,384注	3,000元	4,152,000元	
五等奖	28,900注	300元	8,670,000元	
六等奖	38,587注	200元	7,717,400元	
七等奖	70,232注	100元	7,023,200元	
八等奖	1,108,606注	15元	16,629,090元	
九等奖	9,684,956注	5元	48,424,780元	
			199,374,463元	
1,542,864,127.46元奖金滚入下期奖池。				
本期开奖奖金总额为15.42亿元。二等奖奖金按《中国体育彩票超级大乐透浮动奖金分配办法》分配。详见中国体彩网公告。				
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。				
本信息若有误以公证数据为准。				

中国体育彩票浙江省20选5第19336期开奖信息

本期销售金额:145,674元		
本期开奖号码:03 07 08 12 18		
本期出球顺序:18 03 07 08 12		
本期中奖情况		
奖项	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	7注	3,951元
二等奖	365注	50元
三等奖	5,094注	5元
0.00元奖金滚入下期奖池。		
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。		
本信息若有误以公证数据为准。		

中国体育彩票排列3(浙江省)第19336期开奖信息

本期浙江销售金额:1,517,956元			
本期开奖号码:2 3 4			
本期中奖情况			
投注方式	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
直选	409注	1,040元	425,360元
组选3	0注	346元	0元
组选6	826注	173元	142,898元
合计	1,235注	...	568,258元
16,212,551.20元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			

中国体育彩票排列5第19336期开奖信息

开奖日期:2019年12月16日			
本期全国销售金额:11,562,158元			
本期开奖号码:2 3 4 5 4			
本期中奖情况			
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	35注	100,000元	3,500,000元
合计	35注	---	3,500,000元
376,698,939.38元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			

中国体育彩票足球胜负第19176期开奖信息

开奖日期:2019年12月16日			
本期全国销售金额:38,734,098元			
主队	曼联	阿森纳	沃尔夫斯堡
客队	热刺	曼城	门兴
结果	1 0	0 3	3 1
本期中奖情况			
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	12注	1,486,063.00元	17,832,756.00元
二等奖	393注	18,923.00元	7,436,739.00元
合计	405注	---	25,269,495.00元
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			

中国体育彩票足球胜负任选9场第19176期开奖信息

开奖日期:2019年12月16日			
本期全国销售金额:24,163,716元			
主队	曼联	阿森纳	沃尔夫斯堡
客队	热刺	曼城	门兴
结果	1 0	0 3	3 1
本期中奖情况			
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
任选9场	3,351注	4,614.00元	15,461,514.00元
合计	3,351注	---	15,461,514.00元
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			

中国体育彩票足球6场半全场胜负第19188期开奖信息

开奖日期:2019年12月16日			
本期全国销售金额:107,802元			
主队	阿森纳	阿森纳	阿森纳
客队	曼城	曼城	曼城
结果	0 0	1 1	3 3
本期中奖情况			
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	0注	---	0.00元
合计	0注	---	0.00元
68,993.28元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			

中国体育彩票足球4场进球第19193期开奖信息

开奖日期:2019年12月16日			
本期全国销售金额:948,976元			
主队	AC米兰	萨索洛	博洛尼亚
客队	AC米兰	萨索洛	博洛尼亚
结果	0 0	2 1	3 3
本期中奖情况			
奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	22注	27,606.00元	607,332.00元
合计	22注	---	607,332.00元
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2020年2月14日,逾期作弃奖处理。			
本信息若有误以公证数据为准。			