

休息几个月,孩子们都大了一圈

宁波现代冬季两项队复训

日前,宁波体育运动学校现代冬季两项(滑轮)训练队在镇海恢复训练。复训的第一天,领队林柯羽把训练地点安排在镇海西大河运动公园。“这里的场地感觉很好。”林柯羽表示,“休息了几个月,孩子们体能下降得很厉害。由于疫情还没有完全结束,训练时间也缩减到一周一次。”好久不见,林柯羽有点不敢认孩子们,“也就几个月没见,但感觉孩子们大了一圈。”

在训练方面,孩子们体能明显跟不上。首日两个小时的训练,教练降低要求,孩子们咬牙坚持才得以顺利结束。“由于今年滑雪比赛基本取消,孩子们复学后,我并没有着急让孩子恢复到过去的训练频次。”林柯羽说,“计划五月份每周训练一次。如果北仑梅山室内滑雪场建设好,我们这边可以全面恢复训练。到时候冰上和陆地训练结合。”

目前这支队伍集中了镇海实验小学、海曙赫威斯学校、江北新城外国语小学和宁波赫威斯肯特学校共四所学校的在校生。该队最初以镇海实验小学滑雪队为基础,曾参加2019年国际雪联北京滑轮世界杯,有7名女生进入半决赛。随后队伍就扩编到集中4校尖子选手的规模。

宁波现代冬季两项队是一支新队伍,是在宁波体校助力下于去年年底成立的,旨在加强冰雪项目人才输送。与宁波体校传统训练项目田径、体操等不同的是,借助了社会力量共同打造。

宁波现代冬季两项队平时训练以“滑轮”为主。滑轮,英文称Roller ski是一种模拟冬季越野滑雪的运动,最初是为了在无雪季节持续训练而设计的,如今已有40余年历史,目前已经成为国际雪联(FIS)管理下的独立竞技运动。

主教练弗拉基米尔来自俄罗斯,他曾是俄罗斯联邦现代冬季两项青年冠军。领队林柯羽是宁波“越野滑雪”项目的推广人,毕业于宁波大学



的她,2017年参加了在西藏举行的首届6000米高海拔滑雪登山大赛,获得女子组冠军。

新成立的宁波现代冬季两项队旨在为我国冰雪项目输送人才。现代冬季两项是雪上运动项目之一,由越野滑雪和射击两种不同特点的竞赛项目结合在一起进行,要求运动员兼具由动转静和由静转动的能力。

宁波体育运动学校校长朱群介绍:“击剑、马术和冰雪项目是宁波体育运动学校的新兴项目。击剑项目采取本校办队为主,俱乐部合作为辅的办队模式,马术与俱乐部合作办队承担省市办重任。冰雪项目跨界跨项选材,积极推荐田径、体操等项目退役跨项到合适的冬季项目的同时,加强自身造血输送。”目前,越野滑雪在宁波得到了更多人关注,还成为宁波市一人一技全民健身公益技能培训项目。

随着2022年北京冬奥会的临近,响应中央“三亿人上冰雪”的号召和推进冰雪运动“南展东拓”的目标,宁波市体育局积极响应国家号召。去年底,宁波体育运动学校与宁波羚羊体育科技有限公司签约,双方携手培养尽可能多的宁波队员登上2023-2024年第十五届全国冬季项目全国运动会的舞台。朱群介绍,开展现代冬季两项运动的资金以社会投入为主,宁波体校给予适当补助。

据了解,梅山冰雪大世界室内滑雪场计划5月26日营业。未来,宁波现代冬季两项队除了陆地轮滑训练,还可以前往梅山进行雪上训练。

(通讯员 朱恒 邹鑫)

两届奥运元老李玲:

希望明年突破4米80

“东京奥运会推迟对我来说是好事,我把伤病彻底养好了,还重点加强了体能,希望明年可以突破4米80的高度。”近日,在接受央视采访时,正在北京体育大学备战的宁波撑杆跳名将李玲透露,随着状态的逐步恢复,她对比赛的渴望越来越强。

去年10月多哈世锦赛后,李玲马不停蹄地投入到东京奥运会的备战中,几乎没作休息调整。然而在去年11月底的一次训练中,由于横杆突然折断,李玲大拇指脱臼,耽误了两个月时间,极大影响了后续备战计划。

李玲在教练周铁民的指导下强化体能,经过3个月的努力已初显成效,“现在已经跳到4米72,未来希望能跳到4米8、4米9,希望在东京奥运会上有一个比较好的名次。”李玲对于未来信心满满。

李玲是亚洲撑杆跳一姐,此前已参加过伦敦、里约两届奥运会,但都无缘最终决赛。近年来

李玲实力提升明显,多次刷新自己保持的亚洲纪录,明年东京奥运会上只要正常发挥,进入决赛把握很大,如能在决赛中跳出4米80以上的成绩,则有机会冲击奥运奖牌。

在2013年全国运动会上,李玲一跳成名,以4.65米的成绩夺冠并打破亚洲纪录。2015年亚洲田径锦标赛,李玲再次打破自己保持的亚洲纪录。2018年雅加达亚运会,李玲获得撑杆跳冠军,并打破亚运会纪录。

2019年,李玲的表现非常出色,在国际田联钻石联赛上海站上以4.72米获得第二名,并再次打破了自己保持的亚洲纪录。赛后李玲在微博上晒出了几张图片,并且附文写道:“从4.65-4.66-4.70-4.72米,从2013-2019年,7年4次刷新亚洲纪录。感恩所有支持我帮助我的人们,我会继续努力不负众望回报大家。并告诫自己专注做好该做的事,有沉淀才会有爆发。”

(通讯员 戴斌)



巾帼不让须眉

5月14日,宁波市水上运动学校举办了一场身体素质大比武,设有平板支撑、立定跳远、25M×4折返跑和2000米四个项目。在平板支撑的比赛中,08-09年女生组李雨馨以7分29秒33的成绩夺冠,和同组男生成绩相当。

通讯员 俞涵

>>>新闻助读

现代冬季两项是冬奥会正式比赛项目。运动员要身背专用小口径步枪,每滑行一段距离进行一次射击,最先到达终点者即为优胜。这项运

动起源于挪威,与冬季狩猎活动有关,是一种滑雪加射击的比赛。在冬奥会上,越野滑雪和现代冬季两项固定金牌为23枚。