

冯吕栋:全力以赴 勇攀高峰

本报记者 李笑莹

感念百年党恩

开启崭新征程 ⑭

去年8月,国家体育总局科教司向社会公示了2020年优秀运动员、教练员免试攻读硕士研究生名单及信息,冯吕栋榜上有名,他成为了2020年北京体育大学研究生冠军班的学生。对于“新身份”,冯吕栋深感自豪与责任,在接受媒体采访时坦言:“这既是一项荣誉也是一次挑战。”

过了近一年的时间,记者问到关于目前的情况,冯吕栋说:“现在在国家队训练,北体的学习进度正按照正常时间进行,有时早上起来上完网课再去训练,有时下午训练完之后在完成作业,目前正在积极修学分。争取做到文体两不误,为国争光,为省添誉。”



冯吕栋,海宁人,中国男子举重队运动员,国际级运动健将。2015年世界举重锦标赛男子69公斤级总成绩和挺举冠军,抓举季军;2015年全国男子举重锦标赛69公斤级总成绩和挺举冠军,抓举亚军,2017年第十三届天津全运会男子举重69公斤级冠军。2018年世界举重锦标赛男子73公斤级较量中收获抓举铜牌;2019年举重世锦赛,获得男子67公斤级抓举金牌,以333公斤获得总成绩亚军。

年少气盛显现举重天赋

冯吕栋是土生土长的浙江人,出生于海宁许村。2004年,13岁的冯吕栋在许村镇中心小学就读,看上去个子不高的他被海宁市少体校教练周健池一眼看中,周健池一看到壮实的冯吕栋,就认定他是块练举重的好料,把他带到了海宁体校。

在体校的三年训练中,冯吕栋打下了坚实的基础。2007年,

冯吕栋被输送到省队。通过更为系统化的训练,成绩突飞猛进。2009年11月,他迎来了人生中的第一次全国“大考”,在江西省新余市举行的全国举重冠军赛上,冯吕栋以抓举125公斤、挺举153公斤获得男子青年组62公斤级冠军。一战成名,冯吕栋的名字顿时成为媒体的焦点。冯吕栋的

冠军生涯也就此开启。之后又在2011年江西抚州举行的第七届城运会举重项目男子69公斤级比赛中斩获挺举冠军,总成绩季军。

那时,国家男子举重队教练邵国强对冯吕栋的评价不吝赞美之词:“他的抓举堪称完美。”而他的对手兼队友石智勇也自叹不如:“他的抓举比我强!”

逆境坚持,勇夺世界冠军

2014年,在组建团队备战里约奥运会的名单中,冯吕栋榜上有名。为了备战奥运会,他过上了宿舍、食堂、训练场“三点一线”的生活,甚至两年都没有回家。“作为一名运动员,奥运梦想还是要有的。”冯吕栋说。遗憾的是,后来因为身体原因,他没有顺利通过选拔赛。但在,接下来的2014年全国男子举重冠军赛、亚洲杯暨俱乐部举重

锦标赛、2015年全国男子举重锦标赛、2016年的亚洲举重锦标赛上,冯吕栋在他所参加的级别中,抓举成绩一直遥遥领先。

虽然在观者看来,冯吕栋一路走来,所取得的成绩十分耀眼,然而在冯吕栋自己看来,在2017年天津全运会之后所取得的成绩都差不多,似乎没有更大的突破。“那个时候打全国比赛也就前三,好像

突然没有目标了。”冯吕栋说,这个时候,两届奥运会举重冠军、浙江体育职业技术学院院长占旭刚注意到了他的情绪。“占院长很看好我,说我条件很好,以后非常有希望拿到世界冠军,希望我能坚持下去。”听了占院长的一番话,冯吕栋重拾信心,坚持训练。在2019年世界举重锦标赛的赛场上,终于拿下了男子67公斤级抓举冠军。

一心爱党,誓为祖国争光

如今的冯吕栋,是一名光荣的预备党员。“没有先辈们的艰苦付出,就没有我们现在的幸福生活。”预备党员的身份,让冯吕栋对自己有了更高的要求。

冯吕栋还有一份军人情结。

“我从小就喜欢看军事题材的电影和电视剧,非常崇拜军人,我觉得他们都是保家卫国的

英雄,如果我当初没有选择当运动员,很有可能会选择当兵。”他说,每每在电视上看到阅兵都会觉得非常震撼,对于党和国家的热爱如同潮水一样要从自己的胸口喷涌而出。“军人保卫国家安

全,运动员在国际赛场上则是为国家荣誉而战。我是中国男子举重队运动员,所以在国际赛场上,为国争光的渴望就更加强烈。”

冯吕栋说,作为运动员要有使命感和荣誉感,在国际比赛的赛场上站上最高领奖台,让国歌响彻场馆,这就是运动员为国争光的担当。

相互成就的好兄弟

常年奔波在外进行比赛、训练,作为家里的独生子,冯吕栋和家人在一起的时间少之又少。“差不多一年回去一次,已经好几年过年都没有回去了,有时候大赛比完了会放几天假,那个时候就能回家,爸妈就会做好一大桌子菜等我。”冯吕栋说,虽然父母和自己都很思念彼此,但他们也十分理解自己。“家里人没出过远门,我们平时一周一次通视频电话,这么多年也都习惯了。”

冯吕栋告诉记者,在平时的训练过程中,自己

经常会和好兄弟石智勇互相当陪练。“现在每天大概有5至6个小时在

训练,‘石头’(石智勇)正好在备战东京奥运会,我们可以一同进步。”谈及冯吕栋,石智勇在此前接受媒体采访时也说:“我叫他‘果冻’。2007年,我们一起进省队至今,一起训练,一起生活。他为人随和,特别勤奋,还是我们队的队长。我们亲如兄弟,也是对手,他不容小觑的实力是我提升自己的压力和动力。”

而在国家举重队教练邵国强看来,两人则是相互成就:“若没有冯吕栋,不会有这样出色的石智勇;同样,若没有石智勇,也不会有这样出色的冯吕栋。”

Q&A 冯吕栋快问快答

记者:作为一名预备党员,平时如何加强自己对于党的理论知识的学习?

冯吕栋:平时如果在省内,党员会议都会参加,如果在北京训练,就会通过学习强国平台进行学习,也会主动学习党史,听党课,加强自己的党性修养,时刻以党员的身份要求自己。

记者:对还在举重道路上坚持训练的师弟师妹们,有什么想说的?

冯吕栋:有付出才会有回报,就算有时没有取得理想的成绩,但付出了就己不会有遗憾。我想把占院长勉励我的话送给师弟师妹们,练习举重不易,希望你们能够在热

爱的基础上坚持下去。

记者:你怎么看待运动员和国家荣誉感之间的联系?

冯吕栋:作为一名竞技体育运动员,如果能有机会为国争光,就一定要担当得起这份责任。

记者:在平时训练和遇到比赛的时候,你对自己有什么要求?

冯吕栋:坚持不懈,提升实力,全力以赴,勇攀高峰。

