

李建鑫:为梦想奋力冲刺

本报记者 易龙吟

“

9月10日,陕西全运会赛场,李建鑫和队友一起,蝉联了场地自行车男子团体竞速的金牌,并以破纪录的成绩夺冠。2017年天津全运会,李建鑫和两名山东选手组成的跨省组合拿到了该项目冠军,同时也创造了浙江自行车的历史。

作为浙江自行车队的金牌骑手,也是浙江自行车队的领军人物,1993年出生的李建鑫创造了多个浙江自行车的历史:浙江首位亚洲冠军、全运冠军和亚运会冠军。

”

A 蝉联两届全运会冠军,创造浙江自行车历史

9月10日下午,李建鑫第一棒出发,率先完成了自己的任务。骑车这么多年,李建鑫几乎都是第一棒,他对自己的使命也很了解:当好火车头,为比赛开个好头。最终,李建鑫、罗泳佳,陆家辰,严炜明组成的男子团体以43秒019破纪录的成绩战胜对手,此前这一纪录

也是李建鑫在上一届天津全运会上创造的。

2017年,在天津第十三届全运会自行车男子场地团体竞速赛决赛的赛场上,李建鑫和山东选手张磊、张森组成的跨省联队以43.156秒的成绩击败上海队拿下冠军。在此之前的半决赛中,这对跨省组合以

43.030秒成绩打破了全国纪录,创造了浙江自行车项目的新历史。

李建鑫说:“心情特别激动,因为上届三人中只有我一人是浙江的,这次全是我们浙江的队员,不仅蝉联冠军还打破了纪录,真的是太高兴了。”

B 4年艰辛备战,28岁老将的坚持

说起来容易,但这4年的酸甜苦辣,只有经历过的人才能体会金牌的来之不易。作为28岁的老将,李建鑫最近也时常感觉,训练之后的恢复没前两年快了。

李建鑫平日里训练十分刻苦,自行车运动最重要的是腿部力量,他蹬铃力量训练负重一度达到过1000公斤!100公斤的卧推、150公斤的深蹲,荣誉背后,冷暖自知。教练岳安

元曾说过,这样的负荷,在全世界范围内也是数一数二的,同样,李建鑫的技术水平也是世界一流的。

训练量太大,一下车就吐到躺在地地上;腿部乳酸堆积到最大负荷,上下楼都是教练和队友搀着。这些对于李建鑫来说,都是这几年来备战全运会中最熟悉不过的场景。

作为队伍中年纪最大的队

员,李建鑫没有退缩,也从没有想过放弃。“不管在赛场、还是训练场,我的任务除了夺金,就是带好年轻队员,给他们起到一个榜样作用。”这一次,李建鑫的努力得到了回报。“伤病不可避免,腰伤和膝伤是自行车运动员的天敌,我们只能尽力克服它。”拿到金牌的李建鑫平静地谈论着自己的伤病,在媒体和公众面前,他总是一副自信满满的样子。

C 下一个目标,家门口的亚运会

2018年8月27日,在雅加达亚运会男子场地自行车团体竞速赛中,由徐超、周瑜、李建鑫组成的中国男队骑出了44.160秒的成绩,战胜了马来西亚男队,夺得该项目冠军。

此次参赛,中国队派出“以老带新”的阵容,男队三人中年纪最小的周瑜1999年出生,他们中仅有1994年出生的徐超参加过2014年的仁川亚运会。

决赛开始时,第一棒李建

鑫因为重心不稳发生了摔车,比赛不得不重新开始。在第二次出发的时候,李建鑫表现出了不俗的状态,为中国队取得领先。三人团结协作,骑得还算轻松,一直把优势保持到了终点。当时,中国自行车协会主席沈金康特地表扬李建鑫,“摔了一跤后还能在高压的状态下立刻调整状态,这是难能可贵的。”

因此,对于家门口的亚运会,李建鑫充满期待,蝉联亚运

会冠军,是他的愿望。

不过眼下,李建鑫最大的愿望是能够好好睡个觉。全运会前,李建鑫曾一度压力大到经常失眠。大家都知道,他有多么渴望卫冕。压力很大的时候,李建鑫会打扫房间、洗衣服、搞卫生。他说:“打扫卫生能够让我放松一下。”

休整之后,李建鑫将再次前往国家队,为自己的亚运圆梦之旅继续冲刺。

感念百年党恩
开启崭新征程³²



李建鑫,1993年出生,浙江省自行车队队员。2017年场地自行车亚洲锦标赛暨亚洲青年锦标赛冠军;2017年第十三届全运会冠军;2018年亚运会冠军。2021年,李建鑫和队友罗泳佳,陆家辰,严炜明以43秒019破纪录夺得男子团体竞速冠军,卫冕全运冠军。

Q&A:

记者:今年是中国共产党成立100周年,作为一名党员有什么想说的?

李建鑫:我们经常会组织党员活动、上党课,党的历史教导我们,无论在什么时候,党员都要起到先锋模范作用,刻苦训练、奋勇拼搏。

记者:明年的亚运会给自己定了什么目标?

李建鑫:首先是进入国家集训队,希望能够在明年的亚运赛场上帮助中国队实现卫冕。

“中华曲库”李建鑫 喜欢唱老歌,还拿过一等奖

16岁那年,李建鑫师从自行车名将,现任浙江自行车队主教练的周素英练习场地自行车,13年时间里,周素英看着李建鑫从一个青葱少年,到赛场上争金夺银,再到成家立业。训练,几乎占据了他所有的生活。

2010年,湖州市体育运动学校到山西挑选运动员,看中了原本练田径的李建鑫。于是,李建鑫来到了长兴,在这里

经历了人生中从少年到青年的蜕变。

如今,已经在湖州成家的李建鑫将这里当成了自己的另一个故乡。李建鑫的妻子是她的老乡也是队友,退役后在湖州一所小学当体育老师。现在,两人在湖州安了家。

虽然,训练和比赛占据了李建鑫大部分的时间,但李建鑫爱唱歌在长兴基地小

有名气,他还拿过省射箭射箭自行车运动管理中心举办的唱歌比赛一等奖。问到喜欢唱什么歌时,李建鑫说:“队友们都比我小很多,所以他们有时候要笑我听的歌太老气。”原来,虽然是位90后,但李建鑫喜欢的歌手都比较经典,从伍佰到周杰伦。李建鑫自嘲:“我几乎什么歌都听,什么歌也都会唱。”



图为李建鑫
2017年全运会夺冠后