

从青岛到大庆 轮滑阿姨“跨界”学滑冰 64岁“猫妹”:千里逐梦冰场 绽放花样年“滑”

64岁的宋学惠,在青岛轮滑圈大家都亲切地叫她“猫妹”。坚持轮滑六年,心底一直藏着一个滑冰梦。线上视频里看到冰上驰骋的身影,她心生向往,毅然下定决心走出家门。2025年10月,她独自一人坐上25个小时的火车,从青岛奔赴大庆租房追梦,在冰场苦练九个月,从零开始学习滑冰。

近日,在青岛市北区欢乐滨海城海边步行道上,64岁的宋学惠正和滑友们忙着准备滑轮,穿鞋、穿戴护具、戴好头盔,动作有条不紊。



猫妹宋学惠



猫妹在大庆冰场练习



猫妹(左三)与滑友在青岛青春国际轮滑场

1 花甲启程奔赴远方

接触轮滑六年,宋学惠早已习惯追风滑行,“我时常在手机里刷到人家在大庆滑冰场里的视频,羡慕得不得了。”一个念头越来越坚定:趁着身体尚可,一定要亲身感受冰上滑行的魅力。很多人劝她三思,64岁独身远行,远赴北方租房学滑冰,路途遥远,练习滑冰还存在受伤风险。但热爱支撑她冲破顾虑。2025年10月12日,宋学惠启程前往大庆,安顿下来后,她给自己定下练习计划:一周只休息一天,全身心感受轮滑与滑冰的区别。

“原本以为会轮滑,滑冰上手肯定不难啊。”宋学惠特意购置专业冰鞋,想好好钻研技术。可真正站上冰场,现实给她来了一次“下马威”。习惯性套用轮滑双推动作滑行,滑过的冰面被冰刀划出密密麻麻的坑洞。最大的难题还有下蹲动作:滑冰需要重心压低、深度屈膝,常年缺少这类动作锻炼,受年龄影响,她很难蹲到位。

困难摆在眼前,宋学惠没有打退堂鼓。她不断琢磨问题根源,坚信勤能补拙。日复一日坚持练习,一点点调整姿态,慢慢突破身体局限。如今,顺利完成下蹲滑行,成为她最开心的收获。

在大庆追梦的日子,她随身带着运动相机。一方面录制自己的滑行视频,课后回看纠正动作;另一方面,热心为滑友记录日常。当地冰友很少主动拍摄训练画面,大家收到视频格外欣喜。16名冰友组建微信群,每日交流心得,冰场之外,也搭建起温暖的圈子。

独自在外追梦,最温暖的莫过于陌生人伸出援手。初到冰场,动作走形、不敢过弯道,宋学惠手足无措。冰场里的爱好者、专业滑友主动围上来,你一言我一语耐心指点。大家手拉着手,带着她慢慢适应冰面,讲解滑冰技巧,提醒她区分轮滑与冰上运动的技术要点。

“很多事情不能只靠想象,一定要亲身体验。”在众人鼓励下,宋学惠慢慢放下胆怯,放开胆量寻找滑行感觉。她感慨,滑冰相比轮滑,细节要领复杂得多。凭着由

在大庆的9个月里,宋学惠说自己从来没觉得孤单过。东北滑友的热情豪爽,像冬天里的热炕头,把她这个异乡人的心捂得暖乎乎的。“跟着滑友们品尝东北美食、一起出游,感受东北地区独有的快乐。”

2026年7月7日,结束9个月大庆冰上求学之旅,宋学惠回到阔别许久的青岛。踏上家乡土地,她格外想念青岛滑友,心心念念岛

2 东北滑友热心相伴

衷喜爱,她咬牙坚持,进步速度得到所有冰友认可。

豪爽热情的东北滑友,把远道而来的青岛客人当成家人。时常邀请宋学惠上门做客,品尝特色美食。逢上出游、户外滑冰、滑雪活动,总会叫上她一同前往。过年期间,还有滑友邀请她前往牡丹江家中团聚。身在异乡,这份浓浓的情谊,让孤身在外的宋学惠从未感到孤独。那些餐桌上的烟火、冰场上的陪伴,深深烙印在她心底。

“在我学习两个月后,滑

友鼓励我参与东三省35支队伍的轮滑场地赛事。”得知消息,宋学惠心里十分紧张。她坦言,远赴大庆初衷只是学习技术,从未想过站上赛场。但她选择鼓起勇气应战。“本次设有三人追逐赛、花样表演赛等项目,我个人出战两项赛事,分别取得第五名、第六名的成绩。”没拿冠军,可她比拿了金牌还开心:“我一个从青岛来的64岁滑冰爱好者,两个月前还在冰面上刨坑,现在能站在松花江的冰道上跟大伙一起滑,这本身就是赢了。”

3 归乡不忘冰上情缘

城海鲜。返乡之后,她一天都没有停下运动脚步,第一时间来到青岛新建的国际轮滑场,畅快滑行。

九个月的异乡追梦经历,让她收获强健体魄与豁达心态。一边回味大庆冰场的难忘时光,一边热情发出邀约:欢迎东北冰友、滑友来青岛做客,大家相约沿着海边道路滑行,吹海风、赏海景,南北滑友以滑行相会。

“人上了年纪,更要有自己的爱好。”宋学惠用亲身经历诠释银龄生活的另一种模样。不少中老年朋友总觉得年纪大了,安稳居家就足够,不敢尝试新挑战。而她用行动证明,年龄从来不是追梦的门槛。走出家门坚持运动,既能锻炼身体,也能拓宽眼界、结识知己。心中怀揣热爱,勇敢迈出脚步,无论多大年纪,都能奔赴属于自己的梦想。记者 臧硕