

刘妍秀在省运会上一鸣惊人。

本版撰稿 观海新闻青岛早报记者 刘世杰 照片由本人提供

16岁小嫚刘妍秀苦练4年省运会『全满贯』

# 一箭七金 岛城小将初长成

渴望登上奥运领奖台



03 未来

一路前行“箭”指奥运

在日前落幕的第25届省运会射箭比赛中,16岁的青岛小嫚刘妍秀发挥出色,将女子乙组所有7个项目的金牌全部收入囊中,在省运射箭赛场实现了“全满贯”。而她在省运赛场包揽七金只是实现了自己的一个“小目标”,“张娟娟是我的偶像,我的终极目标就是能够像她那样站上奥运会领奖台。”

“立志做一人物”是刘妍秀在比赛护胸上亲手缝上的文字,她用这句话不断激励自己。在省射箭队集训的她正在向着更高平台冲刺,“希望自己到了省队之后可以尽快提高水平,将来有机会跟我的偶像张娟娟一样亮相奥运会赛场,并登上领奖台。”

“我的偶像是奥运冠军张娟娟。”刘妍秀接受采访时不止一次说道。让刘妍秀高兴的是,省射箭队的集训场地就在青岛,而张娟娟目前是青岛体育训练中心副主任,“在偶像身边训练,我告诉自己更要更加努力,绝对不懈怠,只有这样才能实现自己早日站到奥运赛场的梦想。”

对于爱徒刘妍秀的未来,王宁滨满怀期待,“本届省运会是我第三次带领青岛女子射箭队出战,2014年第23届省运会即墨姑娘兰璐崭露头角,2018年第24届省运会莱西小嫚张梦瑶表现优异,她们后来都进入了国家队,分别在全运会和青奥会上拿到了冠军。今年的省运会刘妍秀一鸣惊人,只是实现了她做射箭运动员当中的一小步,希望刘妍秀在射箭道路上越走越远,像她的大师姐兰璐和张梦瑶一样,能够通过自己努力达到射箭生涯的巅峰,到世界大赛中展示青岛射箭人的风采。”

02 讲述

一鸣惊人省运“全满贯”

8月25日至29日进行的本届省运会射箭比赛中,16岁的刘妍秀出战女子乙组的7个项目,分别是4个人项目、2个女子团体项目和1个混合团体项目。除去一天休息时间,刘妍秀其余4天时间都有比赛项目。

8月25日是本届省运会射箭项目的首场比赛日。在女子乙组个人60米排名赛决赛上,首次参加省运会的刘妍秀经受住了考验。首轮比赛,刘妍秀就射出了337环的高分,领先第二名泰安选手宋盈秀6环,第二轮比赛,她再接再厉以340分完赛,最终以677环、领先亚军11环的绝对优势登上冠军领奖台。“这是我的第一项决赛,开始的时候有点紧张,又有点激动,但上场后就只想着比赛了。这要感谢来省运会之前王教练给我们的减压,他在青岛体校射箭队的战术板上写了一句话,‘日照七日游,拿着金牌往回走’。王教练要求我们到了赛场放开打,并一再叮嘱我们,射箭比赛就是跟自己比,不要想着拿奖牌,把自己的训练水平发挥出来就行,不打后悔箭是前提。我到了赛场上就按教练说的去拼,听从教练的临场指挥,就这样拿到了自己的首枚省运会金牌。”刘妍秀对自己夺得省运会首金的过程记忆犹新。

凭借稳定的发挥,随后的几天比赛中刘妍秀一路“过关斩将”,在女乙个人近距离单项、个人单轮全能、单轮全能团体赛、乙组混合团体淘汰赛、女子乙组个人淘汰赛、女子乙组团体淘汰赛6个项目上斩获冠军,如此一来,刘妍秀包揽了本届省运会射箭乙组项目的7枚金牌。

对于爱徒成为“七金王”,王宁滨并不意外,“在这次省运会上,刘妍秀只不过发挥了她平时正常训练的水平,能包揽射箭女子乙组7枚金牌,说明她的参赛心理素质还可以。”王宁滨告诉记者,9月1日起刘妍秀就到省射箭队集训,“按照她目前的发展势头,今后进入国家队还是很有希望的。”

01 回忆

一波三折走上射箭路

2005年10月1日,刘妍秀出生在平度市东阁街道黄山后村,父亲刘景龙和母亲徐许换都是地地道道的农民,“我能够来到省运会的射箭赛场,首先要感谢平度体校田径教练韩山脉从螳螂拳兴趣班发现了我,认为我是一个练体育的好苗子,劝说我父母亲同意我进入平度体校练习田径。”刘妍秀告诉记者。

原来,刘妍秀上小学时就喜欢螳螂拳,父母就为她报了紧邻平度体校的螳螂拳兴趣班。2016年一次偶然的的机会,平度体校田径教练韩山脉到螳螂拳兴趣班“挖人”时发现了刘妍秀,认为她是个不错的苗子,数次动员刘妍秀父母将孩子送到平度体校进行专业的训练。最终,韩山脉的执着打动了刘妍秀的父母,2017年9月将刘妍秀送到了平度体校。

“刚进平度体校,我就跟着韩教练练习中长跑,练了一段时间总感觉自己对跑步兴趣不高,就想打退堂鼓。韩教练就给我做思想工作,告诉我平度体校向上输送人才是多项输送,今后无论从事哪个项目,打好基础最重要,速度、柔韧、力量、耐力等综合素质过硬了,改练什么项目都会有帮助。我听从了韩教练的话,在随后的训练中从不偷懒,使自己的柔韧、力量、协调等各方面素质有了很大提高。”

在平度体校经过一年多的基础训练之后,2018年10月刘妍秀被青岛体校选走,“一开始我进的是青岛体校女子柔道队,但是练了不久教练发现我力量偏小,在学校二次选材时把我和另一名队友推荐到了射箭队。最终,我通过了考察,就这样转到了射箭队。”刘妍秀向记者讲述了自己当初走上射箭之路的情景。

按照授业恩师王宁滨教练的说法,刘妍秀“天生就是射箭的料”,“她胳膊直、肩宽,稳定性好,而且特别有自信,很适合练习射箭。后来通过训练我发现,这孩子不仅身体条件特别适合练射箭,性格、沟通能力也很强,只要训练遇到问题就会找我沟通交流,所以进步特别快。”

从2018年12月跟着王宁滨练习射箭项目,到第25届省运会之前的将近4年时间里,除了学习和比赛外,刘妍秀每天都要进行六七个小时的训练。凭借着天赋、努力和用心,握有“成功密码”的刘妍秀竞技水平迅速提高,逐渐超过了进队更早的队友。很快,她就被王宁滨列为省运会重点队员,精心调教,细细打磨,青岛射箭队的这枚“箭尖”愈发锋利起来。在本届省运会之前,刘妍秀在8月初还代表青岛市女子射箭队参加了2022年全国射箭奥林匹克项目锦标赛,积累了参加大型比赛的经验。

