

奥运选手  
炼成记 ⑥

不久前结束的2024年赛艇世界杯瑞士卢塞恩站比赛中,青岛姑娘刘晓鑫搭档队友在女子四人单桨决赛中名列第五。尽管没有登上领奖台,不过赛后刘晓鑫表示已经达到了练兵的目的,“这次参加世界杯我们没有进行针对性备战,就是想通过参赛了解巴黎奥运的竞争对手,有了东京奥运会的参赛经历,我对在巴黎奥运赛场冲击奖牌充满信心。”

# 奥运“鑫”星奋楫击水

青岛赛艇选手刘晓鑫期待第二次奥运之旅实现突破



刘晓鑫(右一)作为领桨手在比赛中。

## 赛艇“小白”六年“划进”国家队

刘晓鑫出生于1997年,家住西海岸新区灵山卫街道,14岁的时候因为身体条件比较突出,被西海岸新区体校的杜梅教练选中。“那时候就觉得刘晓鑫腿长、胳膊长,是个练赛艇的好苗子。当时,她和家人对赛艇项目还一无所知,对区体校的条件也是心里没底。刘晓鑫在母亲冯玉杰的带领下利用假期进行了实地考察,了解这项运动后,刘晓鑫决心成为赛艇运动员。刘晓鑫进入区体校后特别能吃苦,成绩非常突出,练了几个月就被选进了市赛艇队,师从刘要传教练接受专业训练。”杜梅教练接受采访时表示。

回忆起爱徒刘晓鑫的成长经历,青岛市体校赛艇队教练刘要传如数家珍,“2011年5月进市赛艇队时,她只有14岁,但身高已经达到了1.78米,拥有高个头、手臂长的特点,一看体型就非常适合练习赛艇。”进入青岛市赛艇队后,刘晓鑫表现出了超人的领悟能力,“除了身体好,她的悟性特别高,一个动作教一两遍,她基本上就能做到位。”刘要传回忆说,“更难能可贵的是,刘晓鑫特别喜欢琢磨训练动作。训练结束她不仅会加练,而且还缠着教练‘开小灶’,正是这股钻劲和磨劲让她更快地掌握和熟悉了动作要领。”

刘要传教练坦言挑选赛艇运动“好苗子”难度不小,“选材其实挺难的,毕竟我们要与篮球、排球这些群众基础更好的项目去抢人。由于项目受到场地、器材等因素的影响,赛艇对于大众来说还是相对陌生。一条单人艇价格在4万至6万元,一支桨价格也要过万,一般社会俱乐部和个人难以承受。这种情况导致几乎被选入市赛艇队的苗子都是‘从零学起’。不过,青岛孩子身高有优势,而且脑子比较灵活,特别适合这个项目,刘晓鑫的迅速成长就是一个很好的例子。”

通过两年多的基础训练,刘晓鑫进步很大。在

2014年第23届省运会赛艇比赛取得两枚金牌后,当年她正式进入省赛艇队,很快成为一线队的主力选手。随后刘晓鑫在全国性比赛中开始崭露头角,2017年她入选了国家赛艇队,获得了2018年世界U23赛艇锦标赛四人单桨第三名和2019年世界赛艇锦标赛女子八人单桨有舵手第七名。

## 改练双桨奥运首秀留遗憾

赛艇项目是奥运会传统比赛项目之一,是由一名或多名桨手坐在舟艇上,背向舟艇前进的方向,运用其肌肉力量,通过桨和桨架的简单杠杆作用进行划水,使舟艇前进的一项水上运动。赛艇比赛多在江河、湖泊等大自然水域中进行,舟艇上可以有舵手,也可以无舵手。1900年,巴黎奥运会将男子赛艇列为比赛项目。1976年,蒙特利尔奥运会设立女子赛艇项目,此后,赛艇赛事日益多样化,并逐渐进入了人们的视野。赛艇集体项目类似赛龙舟,比赛既有激烈的对抗和竞争,也有运动员展现的运动之美和韵律之美。

刘晓鑫进入国家赛艇队后,一直担当八人艇的领桨手,获得了2019年全国赛艇锦标赛八人单桨冠军、2020年全国赛艇冠军赛八人单桨冠军和2020年全国赛艇锦标赛八人单桨冠军。2020年入选东京奥运会阵容后,刘晓鑫按照国家赛艇队的统一安排主攻女子双人双桨项目。在2021年东京奥运会开幕前夕,父亲的去世给刘晓鑫在情绪上带来了一定的波动,这也影响了她在奥运赛场上的发挥,最终在女子双人双桨项目中止步半决赛。刘晓鑫坦言自己的奥运首秀出师不利,“当时,我从单桨换到双桨的时间比较短,与队友的配合也不默契,再加上情绪没有控制好,所以奥运赛场首秀留下了很多遗憾。但我通过东京奥运会积累了一定的大赛经验,这对于我个人来说,是非常宝贵的财富,帮助我更快成长,变得更强大。”

## 亚运“双冠王”剑指奥运奖牌

进入巴黎奥运会备战周期后,刘晓鑫“重返”自己更为擅长的单桨项目,训练状态和比赛成绩越来越好,相继获得2021年全国赛艇冠军赛八人单桨冠军、2022年杭州亚运会四人单桨冠军和八人单桨冠军、2022年全国赛艇冠军赛八人单桨冠军和四人单桨冠军、2022年世界杯四人单桨铜牌、2023年成都大运会四人单桨冠军、2023年全国赛艇冠军赛四人单桨冠军、2023年世界杯四人单桨第四名。

去年参加杭州亚运会是刘晓鑫的首次亚运之旅,青岛姑娘携手队友在两天时间里接连夺得赛艇女子四人单桨无舵手比赛、女子八人单桨有舵手比赛两枚金牌。赛后,刘晓鑫第一时间跑向观众看台区,给了等候在那里的妈妈冯玉杰一个大大的拥抱。“我们一家人特意从青岛开车赶来为她加油,看到女儿夺冠实在是太开心了。”冯玉杰接受采访时表示。从14岁送女儿参加赛艇训练起,12年间母女俩见面的时间屈指可数,“平均下来,一年最多能见半个月。做父母的怎么能不想自己的孩子?这个亚运会冠军,也算是对女儿这么多年来坚持不懈的一个回报吧。”

成为杭州亚运会赛艇项目的“双冠王”后,刘晓鑫将目光放在了未来,“在一条艇上,我和队友们互相信任、互相依赖、互相支持,很开心最终登顶领奖台。我们这次发挥比较正常,稳扎稳打地划好每一桨。虽然前面有些小失误,但是大家调整一下就好了。亚运会夺冠增强了我们的信心,感觉亚运金牌很沉,是对自己过去努力的肯定,但走下领奖台后,一切从零开始,希望把这个好势头延续下去。对我们来说,亚运会是‘中考’。杭州亚运会后,就要全力备战巴黎奥运会了。我和队友们信心十足,我也期待自己的第二次奥运之旅能够实现突破,争取到时候走上领奖台。”刘晓鑫说。

观海新闻/青岛早报记者 刘世杰 市体育局供图