

亚残运会李慧玲加冕“双冠王” 张蒙“泳”夺三金 李羽洁跆拳道夺冠

这一天，青岛选手“金”喜连连



张蒙在游泳比赛中摘金。新华社发



李羽洁在跆拳道比赛中夺冠。市残联供图



李慧玲在自行车追逐赛中夺冠。市残联供图

早报 10月20日讯 10月20日是第五届亚残运会开幕后的第二个比赛日，青岛参赛运动员捷报频传，当天收获4枚金牌：为青岛斩获首金的李慧玲在自行车女子C4-5级4000米个人追逐赛中表现亮眼，以5分7秒125的成绩收获冠军并打破世界纪录，加冕本届亚残运会自行车项目“双冠王”；为青岛夺得第二金的张蒙相继斩获女子SM10级200米混合泳和女子S10级100米仰泳金牌，成为本届亚残运会游泳项目“三金王”；亚残运会开幕式中国体育代表团旗手李羽洁奋勇拼搏，在跆拳道女子K44级57公斤级比赛中夺得冠军。至此，青岛运动员在本届亚残运会已获得6枚金牌。此外，10月19日青岛选手邵倩在跆拳道女子K44级52公斤级比赛中夺得铜牌。

“跨界”选手骑向残奥会

本届亚残运会自行车女子C4-5级4000米个人追逐赛的世界纪录被两位中国运动员两度刷新：10月20日上午进行的预赛中，中国自行车队选手季子贤以5分19秒63打破该项目世界纪录；当天下午进行的决赛中，青岛选手李慧玲以5分7秒125的成绩夺冠并创造了该项目新的世界纪录，季子贤则以5分7秒413的成绩屈居亚军。

赛后，李慧玲开心地说，“很高兴我和国家队队友在亚残运会上包揽金银

牌，还能相继打破世界纪录，这说明我国自行车残疾人运动员的成绩在世界赛场有了一定优势。在自行车赛道上，我和季子贤等国家队队友都会全力以赴，在训练中互相激励，也相互交流参赛的感受和心得，全力提升成绩为国争光是我们的共同目标。”

在亚残运会自行车赛道一举斩获两金并两破世界纪录后，李慧玲坦言提升了自己冲击2028年洛杉矶残奥会入场券的信心，“这是我第一次参加亚残运会，很开心能拿到两个冠军并两破世界纪录，我要不断突破自身极限，追求更高水平，到残奥会破风前行是我的奋斗目标。我是2023年4月从越野滑雪与冬季两项改练自行车项目的，加入青岛市残疾人自行车队后跟随宋年春教练从零开始学习骑行技术。特别感谢青岛残联的悉心培养和教练的科学训练，让我从冬残奥会雪道‘跨界’到亚残运会自行车赛道后‘一骑绝尘’。今后我要在训练中更加刻苦，全力以赴提升竞技水平，用汗水诠释自强不息的体育精神，在赛场上勇创佳绩为祖国增光添彩。”

“泳”夺两金逐“蒙”洛杉矶

今年30岁的张蒙出生时就被诊断为先天性左手手掌畸形。不过她没有向命运低头，而是在十几岁时开始接受游泳正规训练。2017年，张蒙入选青岛市

残疾人游泳队接受专业训练。

在教练的指导和训练下，张蒙多次参加全国和国际的游泳比赛，获得优异成绩。在2023年杭州第四届亚残运会上，张蒙夺得女子100米蛙泳金牌、女子200米个人混合泳SM10级金牌、男女混合4×100米混合泳接力金牌、男女混合4×100米自由泳接力金牌、女子50米自由泳银牌、女子100米自由泳银牌、女子100米仰泳S10级银牌、女子100米蝶泳S10级银牌。在2024年巴黎残奥会，张蒙获得SM10级200米混合泳金牌并打破亚洲纪录，获得SB9级100米蛙泳银牌并打破亚洲纪录。

在本届亚残运会成为游泳项目“三金王”后，张蒙认为达到了为2028年洛杉矶残奥会练兵的目的，“2024年我在巴黎残奥会上圆了金牌梦，我期待能再次在残奥会的泳池里奋力搏击。”

谈及未来，已过“而立之年”的张蒙表示只要身体条件和竞技状态允许，一定会登上洛杉矶残奥会的赛场，“对此我非常有信心”。

旗手勇敢追梦跆拳道夺冠

10月18日傍晚，第五届亚残运会开幕式在日本爱知县名古屋举行。在入场式环节，青岛输送培养的女子残疾人跆拳道运动员李羽洁和男子残疾人举重运动员闫盼盼作为中国体育代表

团旗手，手持五星红旗入场。李羽洁坦言，出任旗手对她而言既是压力也是动力，“作为旗手入场，就多了一份使命感。本届亚残运会，我的目标就是认真打好每一场比赛、处理好每一个技术细节，然后全力以赴冲击金牌。”

25岁的李羽洁是青岛培养的运动员。2017年，她进入青岛市残疾人体育中心接受跆拳道专业训练。李羽洁曾在2019年获得世界残疾人跆拳道锦标赛（土耳其）女子K44级58公斤级金牌。2021年李羽洁获得东京残奥会该级别铜牌，这也是中国体育代表团残奥会跆拳道项目历史首枚奖牌。2023年杭州亚残运会，她夺得女子K44级57公斤级铜牌，随后在世界残疾人跆拳道大奖赛总决赛夺得金牌。2024年巴黎残奥会，李羽洁获得女子K44级57公斤级金牌，这也是中国体育代表团历史首枚残奥会跆拳道金牌。2025世界跆拳道主席杯亚洲区残疾人赛事，她夺得女子K44级57公斤级冠军。

夺得本届亚残运会跆拳道女子K44级57公斤级金牌后，李羽洁表示完成了参赛目标，“接下来我要更加刻苦地训练，全力冲击2028年洛杉矶残奥会入场券。之前我在东京残奥会上‘孤军奋战’，结果铩羽而归；后来在巴黎残奥会实现了团队作战，我还为中国队夺得首枚跆拳道残奥会金牌。我期待第三次出战残奥会，再创佳绩，为国争光。”

（青岛早报/观海新闻记者 刘世杰）

“冲刺”金沙滩！中国队斩获4金3银1铜

2026世界海岸赛艇沙滩冲刺总决赛在西海岸新区举行

早报 10月20日讯 碧海扬桨，金沙逐梦。10月19日至20日，2026年世界海岸赛艇沙滩冲刺总决赛在青岛西海岸新区金沙滩举行。中国队整体发挥稳定，斩获4金3银1铜。其中，中国选手刘家瑜顶住器材故障、强敌紧追的双重压力，勇夺男子单人双桨冠军；青年选手朱薇薇拿下青年女子单人双桨金牌，朱文洁斩获女子单人双桨银牌，中国队在这项新兴奥运项目上交出亮眼答卷。

10月20日，男子单人双桨决赛一波三折，刘家瑜在滑行阶段遭遇突发状况——赛艇坐板出现故障，直接影响发力节奏。危急时刻，他沉着冷静快速调整，稳住滑行阶段优势。后半程，实力强劲的德国选手持续紧逼，两人差距不断缩小，刘家瑜凭借顽强意志咬牙追赶、持续发力，最终率先冲过终点线，成绩定格在2分46秒97，摘得这枚含金量十足的金牌。“非常激动，把这块奖牌留在中国，我很骄傲。德国选手实力很强，后半段我完全靠着意志坚持滑行，不断追赶、实现



中国队运动员刘莉莉(右)、苏俊涛在U19男女混合双人双桨比赛中。新华社发

超越，能顶住压力完成比赛，我为自己感到自豪。”走下赛场，刘家瑜难掩夺冠的激动。这枚金牌的背后，是中国海岸赛艇团队日复一日的打磨与并肩作战，这支起步相对较晚的队伍，正跑出赶超世

界的加速度。

在其他项目的角逐中，中国选手朱薇薇获青年女子单人双桨项目金牌；苏俊涛、刘莉莉获青年混合双人双桨项目金牌；赵旭、袁子皓获青年男子

双人双桨项目金牌；朱文洁获女子单人双桨项目银牌；巩佳乐、李乐乐获青年女子双人双桨项目银牌；李娟娟、赵业程、檀儒凯、高洪泽、郭一柱获混合四人双桨（有舵手）项目银牌；卜柏任获青年男子单人双桨项目铜牌。

海岸赛艇沙滩冲刺是2028年洛杉矶奥运会正式新增竞赛项目。本届世界海岸赛艇沙滩冲刺总决赛落户青岛西海岸新区，是该赛事走出欧洲之后，参赛国家和地区数量最多的一届盛会，吸引来自52个国家和地区的222条赛艇，303名运动员齐聚金沙滩，逐浪竞技。赛事设置青年组、成年组、包容性组别共10个竞赛项目，其中男女单人双桨、混合双人双桨纳入奥运竞赛序列。中国赛艇队全力出击，参与除包容性混合双人双桨之外9个项目的比拼。

不同于静水赛艇，海岸赛艇沙滩冲刺融合沙滩奔袭、海上竞速、登陆冲刺，赛程全程受海浪、潮汐变化影响，考验选手力量、速度、耐力以及临场应变能力。

（文/郭念礼）