



亚残运会是亚洲规模最大的残疾人综合性运动会,截至10月27日,杭州第4届亚残运会闭幕式的前一天晚上,中国代表团在本届赛会上获得了196金159银138铜的成绩。跑出世界速度的湘妹子、黑暗中较量的柔道选手、坐在轮椅上拼搏的运动员们……赛会期间,残疾运动员展现出了高超的竞技水平和不屈的精神品质,我们不仅共同见证了他们的勇气和毅力,感受他们超越困难、追求梦想的强大力量,也看见了那些“幕后英雄”的付出,领跑员、领骑员、引导员们的默默奉献也同样值得喝彩。

■三湘都市报全媒体见习记者 高煜棋 通讯员 张子仪 综合整理

向着梦想出发,他们用不屈力量绽放精彩

黑暗中的较量、轮椅上的比拼、自我极限的突破……他们的人生更令人敬佩

光明在黑暗中生长



扫码看视频

他们是盲人柔道选手。黑暗中,他们手搭着对方的肩摸索着行走,两两较量中,却横空出世,一招制胜。此次亚残运会,在盲人柔道项目上,长沙残疾人运动员代表共夺得3金1铜的好成绩。

史怡婕:精益求精的“00后”女孩

10月23日,杭州第4届亚残运会盲人柔道比赛首日,在观众们热情的掌声和欢呼声中,“00后”长沙选手史怡婕站上冠军领奖台,这也是长沙的第一块金牌。

2000年7月,史怡婕出生于湖南省郴州市永兴县。10岁时,她的视网膜出现问题,逐渐失去视觉。2013年9月,史怡婕在资深盲人柔道教练李跃华的选拔下,加入长沙市盲人柔道队,开始职业运动员生涯。

“这个孩子训练中很能吃苦,轻伤不下火线。”10月24日,史怡婕的教练、高级柔道教练员、国际级柔道裁判员李跃华接受三湘都市报记者采访时表示,史怡婕每天要训练6个小时,而且都是跟男队员一起训练。李跃华向记者展示了史怡婕日常训练时的影像,即使身上的训练服被汗水浸湿,史怡婕对每一个动作仍精益求精,反复练习。

汗水和泪水给史怡婕带来了回报,接连获得2019年全国第十届残运会盲人柔道女子63公斤级金牌、2021年全国第十一届残运会盲人柔道女子57公斤级金牌。2023年,状态极佳的她获得了2023年阿塞拜疆世界盲人柔道大奖赛57公斤级J1第一名、2023年英国世界盲人运动会57公斤级J1第一名、2023年埃及世界盲人柔道大奖赛57公斤级J1第一名、2023年全国盲人柔道锦标赛57公斤级(J1、J2合级)第一名,多次登上世界级赛事的领奖台。

刘立:带伤征战勇夺金牌

10月24日,杭州亚残运会柔道比赛第二日,在女子70公斤级J1级别决赛中,来自长沙的选手刘立拿下金牌。

赛后,她对在比赛中的失分耿耿于怀,“轻敌送了一分我非常后悔,以后不会再发生这种事情,这样赢得太危险了。”

实际上,这个失分和刘立的手伤有关。她在阿塞拜疆世界盲人柔道大奖赛时左手初带撕裂,为了备战亚残运会,她拒绝了医生“打石膏”的要求。当被问到如何面对身体的伤痛,刘立笑着回答:“还能忍。”

带着伤病,刘立还是站上了亚残运会最高领奖台。“你们认为的制胜时机和每一个出手的动作,其实对我们而言都不是偶然,而是千锤百炼后形成的肌肉记忆。”

“这枚金牌是我目前能站上的最高点,但也是新的起点。”刘立说。

轮椅上的飞驰人生

羽毛球、篮球、击剑……这些词语看上去都不会和“轮椅”有任何关联,但是在残运会上,轮椅并不是运动员们在赛场上拼搏的阻碍,而是他们努力与汗水的见证。

尹梦璐:我不能放弃每一个球

残疾人羽毛球比赛按照伤残程度分为6个级别,轮椅组是伤残程度最高的。

坐在轮椅上的女孩,坚毅自信,反应灵敏,球拍挥动之间,羽毛球翻飞自如。她就是来自广平县西关村的农家女孩尹梦璐。

尹梦璐因先天性脊柱裂,双下肢重度残疾。但残疾的身体并没有让这个自强的姑娘自暴自弃。2014年,尹梦璐开始了轮椅羽毛球训练。2016年成功进入河北省队。没人知道顽强的她在训练场上流下了多少汗水。

功夫不负有心人,在2019年5月的全国残运会上,尹梦璐获得羽毛球女子轮椅组WH1级单打冠军,终于如愿进入国家队。

10月24日,尹梦璐在女子单打WH1预赛-B组第3场中对战韩国选手全贤雅,以2比0的比分晋级。赛中,还出现了一个小插曲,在某次挥拍中,尹梦璐的球拍折了。“我当时想着一定不能放弃那个球,虽然球拍折了,我也必须要把那个球打出去。”回想起这个小插曲,尹梦璐心态很稳。

10月26日,羽毛球女子单打WH1决赛在滨江体育馆举行,尹梦璐获得铜牌。

孙刚:击剑改变了我的生命

“没想到能成为开幕式旗手,这是值得回忆一生的事情。”从2009年接触轮椅击剑开始,31岁的孙刚生命里有14年光阴被击剑填满,“小时候,我特别顽皮,因为腿不好,家人十分担心我的未来,是击剑改变了我的人生。”

孙刚出生于江苏徐州,虽自幼因儿麻后遗症造成其单下肢残疾,但他却很喜欢体育运动,特别是乒乓球和篮球。他的表姐荣静是国家轮椅击剑队运动员,在表姐引荐下,他得到了在江苏省轮椅击剑队试训的机会,并被教练看中。他曾对媒体表示过“传承”的作用,“当时,我看到表姐站在国际比赛的领奖台上,心里就有一股压制不住的激动,我就想我什么时候也能站在那上面就好了。”

2014年仁川亚残运会,孙刚第一次实现了站上国际赛场领奖台的愿望,他拿到了男子花剑团体、重剑团体、A级花剑个人3项冠军,还有A级重剑个人亚军。此后,荣誉就成为他坚持训练的动力,不断促使他登上更高的领奖台,获得多次残奥会的金牌。

10月25日,在杭州亚残运会男子花剑个人A级金牌赛上,中国队包揽金银铜牌,孙刚获得这个项目的铜牌。

10月26日,在轮椅击剑项目男子花剑团体金牌赛中,由孙刚、冯彦可、成阳、仲春春组成的中国队以45比26战胜伊拉克队,夺得冠军。



▲中国盲人柔道队运动员、湘籍选手史怡婕在训练中。 新华社 图

►湘籍选手文晓燕在女子跳远T37/38级决赛中夺得金牌。

湖南日报全媒体记者 李健 摄



中国选手周洪转在女子400米T53级决赛中。 新华社 图



湘籍选手史逸婷在女子200米T36级决赛中夺得金牌。

湖南日报全媒体记者 李健 摄



轮椅篮球女子组比赛中,中国队(红衣)与日本队在进行激烈角逐。

湖南日报全媒体记者 李健 摄



中国选手杨洪在男子200米个人混合泳SM6级决赛中夺得金牌,并打破世界纪录。

新华社 图

幕后 | 一起冲吧!“我是你的眼!”

杭州亚残运会上,视障运动员要如何跑步、骑自行车、跳远呢?这背后,离不开一群“幕后英雄”——领跑员、领骑员、引导员、提示员等。

10月23日下午,杭州淳安界首体育中心自行车馆内,残疾人自行车运动员王林花和她的领骑员刘子新正在相互给对方做伸展放松恢复,这对合作了一年多的伙伴动作亲密、默契。就在几十分钟前,她们俩刚刚在杭州亚残运会场地自行车女子个人B级3000米追逐赛中夺得金牌。

一车双人,是视障残疾人自行车比赛中的一道“风景”:视障运动员位于后座,由非职业注册的健全人担任领骑员。对于视障运动员来说,“你是我的眼”不是一句歌词,而是实实在在的信任。比赛中,刘子新就是王林花的“眼睛”。

“只凭脚下的踏板,我就能接收到子新的‘信号’。”当王林花感觉踏板变重了,那是刘子新告诉她要加速了;当踏板变轻,意味着要先稳一稳……在一年多的时间里,两人同吃、同住、同训练,一点一滴磨合出无声的默契。

科普 | 亚残运会项目如何分级?

杭州第四届亚残运会竞赛项目设置22个竞赛大项,564个小项,相比上届亚残运会,增加了赛艇、皮划艇、围棋、跆拳道及五人制足球项目。

运动员们的精彩表现和不屈精神令人感动、敬佩,不过,名目繁多的项目分级,也让不少观众“一头雾水”。游泳比赛的S5级、S6级、SB4级代表什么?田径比赛的T11级、T12级、F11级、F12级有什么讲究?

事实上,分级设项正是残疾人运动会与健全人运动会最大的不同之一。由于残疾人的残疾类别、程度和部位不尽相同,各运动项目对运动员的要求也不一样。为了保证比赛的公平性,必须对运动员进行准确的医学功能分级,将残疾程度相同或相近似的运动员分在同一个级别进行比赛。

中国代表团游泳队的魏炜已有十余年的分级工作经验。据她介绍,残疾人运动会(无论是残奥会、亚残运会还是全国残运会)一般采用“字母+数字”的格式来命名项目,字母表示项目,数字表示残疾等级,通常是数字越小说明残疾程度越重。比如,游泳项目根据泳姿分为S、SB、SM三项,S包含自由泳、仰泳和蝶泳,SB为蛙泳,SM为混合泳;SB6表示残疾等级为6的运动员参加的蛙泳比赛,SM7表示残疾等级为7的运动员参加的混合泳比赛。

由于同一个小项可能有不同残疾等级的运动员参赛,因此残疾人运动会的项目又多又细。比如男子100米蛙泳,就细分为SB4、SB5、SB6、SB8、SB9、SB11、SB13、SB14等。这样,残疾人运动会的金牌数就会明显比健全人运动会多很多。本届杭州亚残运会,仅游泳项目就将产生97枚金牌。

亚残运会为啥没有听障运动员?

亚残运会的参赛选手包括视力障碍、肢体障碍、智力障碍选手,但不包括听力障碍选手,这跟残奥会的要求保持一致。

据介绍,听障运动员另有专门展示风采的舞台,国际比赛中有听障运动会,简称“听奥会”,所有参赛选手必须丧失至少55分贝的听力,且不得在比赛中使用听觉辅助设备,以维护比赛的公平性。

■三湘都市报全媒体记者 叶竹 综合整理

■本版稿件综合整理自新华社、央视网、央广网、湖南日报、中国青年报等