



BEIJING 2022



杨扬：世界冠军的冬奥新事

本报记者 韩雪



图片由受访者提供

杨扬：

第十三届全国政协委员，北京冬奥会和冬残奥会运动员委员会主席，世界反兴奋剂机构副主席，全国青联副主席。中国冬奥会首枚金牌获得者。

2月4日（正月初五）晚，北京冬奥会正举行盛大的开幕式。在鸟巢体育场内，第三棒的奥运火炬手同其他火炬手一样，身着红白冬奥会火炬服，头戴红白针织帽，一样的骄傲挺拔，一样的自信飞扬，但那双带笑的眼睛，只属于中国冬奥会首枚金牌获得者杨扬。

2002年盐湖城冬奥会，短道速滑女子500米决赛赛场，发令枪响，杨扬一马当先冲了出去，风驰电掣，第一个冲过了终点，44秒187！

20年前，在美国盐湖城举办的第19届冬奥会上，中国短道速滑运动员杨扬为中国争取到了在冬季奥林匹克运动会中的第一份荣光。20年后，北京冬奥会主火炬手杨扬奔跑在北京冬奥会的会场内，尽情享受着祖国带给她的荣耀……

金牌不是终点

中国人的冬奥会历史，绕不过去一个名字——杨扬，第一枚金牌——2002年第19届冬奥会女子短道速滑500米比赛的金牌由她摘得。

有统计显示，杨扬也是获世界冠军最多的中国运动员。从1984年开始接受滑冰训练，此后的22年运动生涯，杨扬把青春全部奉献给了冰雪运动，她共获得过59个世界冠军。有人说，杨扬的坚持和努力激励了一代运动员的前进和成长，是所有运动员当之无愧的榜样。

但在这位世界冠军的人生之路上，金牌不是终点。

2006年退役后，杨扬走到了比领奖台更广阔的世界舞台——她是国际滑联125年历史中首位当选的女性终身滑理，也是中国第一个以运动员身份当选的国际奥委会委员。2019年她由国际奥委会提名为世界反兴奋剂机构副主席……

2022年北京冬奥会，杨扬再获新职——北京冬奥会和冬残奥会运动员委员会主席。

从台前争冠的运动员，到幕后服务者，杨扬以另一种方式，延续着自己的奥林匹克梦想。

在新冠肺炎疫情全球蔓延的这两年，举行全世界范围内的运动赛事，对于任何一个国家来说都是巨大挑战。挑战不是大而无边，它也是由一项项具体工作构成，分担给每一个具体承担者。杨扬就在其中，承担着属于她的职责和工作。

运动员委员会主席，从字面理解是做好与运动员有关的工作。冬奥会期间，各国运动员的到来一方面凝聚了全世界，同时也将带来诸多的不确定性，其中最为人担心的是疫情会不会借此蔓延。

因此，闭环成为北京应对冬奥会诸多不确定因素的必需选择。在防疫计划中，涉及冬奥会的人员实行全流程、全封闭、点对点的闭环管理。这也给杨扬的工作新增了不少量。

在2022年1月30日（农历腊月二十八）这天，杨扬拖着行李箱，进入了冬

奥会闭环管理。这一去，就是一个月。

冬奥会开幕前，杨扬的日程十分紧凑，对于记者的采访，也是集中在休息时段里逐个进行。不同于开幕式当晚的神采奕奕，视频中的匆匆一瞥，杨扬的脸上有着掩饰不住的疲惫。“在筹备过程中，奥运村的设计，包括吃住行、训练比赛，凡是和运动员相关的，组委会都会征求运动员委员会的意见。”

受疫情影响，一些国际航班处于熔断状态，那么一些运动员如何来，正式比赛前的测试赛怎么进行等等，就需要大量的协调工作。杨扬举例说，“我们虽然出了《防疫手册》，但需要定期地与世界各国的运动员进行线上沟通。一方面各个国家的情况不太一样，另一方面大家对于防疫手册的理解也不完全一致，一些媒体解读不准确更容易引起运动员的误解。所以我们这种线上沟通和及时答疑就非常有必要。”

2008年，北京举办了夏季奥林匹克运动会。2022年，北京举办了冬季奥林匹克运动会。拥有双奥之城，令中国人为之骄傲，而更值得骄傲的，是为什么中国拥有双奥之城？因为能举办奥运会不仅要有雄厚的综合实力，而且要有完备的体育综合设施，还要有稳定的国家政局及良好的治安环境等。

即便如此，在北京冬奥会前，还是有一些国家跳出来发出一些杂音。对此，杨扬在接受媒体采访时，主动回应这一话题。“我们换一种思维去理解，说明体育还是很有影响力的。其实我自己参加冬奥会时也遇到过类似挑战，所以我特别理解现在运动员的心情。”

杨扬参加美国盐湖城冬奥会是2002年，正好是2001年的“911”事件刚发生后，有声音说盐湖城奥运会可能会成为恐怖分子的另一个目标，去的话要冒着生命危险云云。“结合我自己的经历，我知道全世界运动员对奥运会的备战心情，是会排除万难，一定要到北京来的！”

与此同时，北京冬奥组委也做了充分的前期工作以支持运动员，让他们来到北京参加奥运会，实现他们的梦想。

这几天，杨扬欣喜地看到，各国运动员的梦想正在北京的奥林匹克赛场上不断成真。

相信体育的力量

2015年7月，马来西亚吉隆坡，作为北京申冬奥代表团成员，杨扬挺着6个月的孕肚，见证了第24届冬奥会的举办权最终花落北京。

6年工夫，足以把杨扬的申奥小公主变成一个爱奥美的豁达小姐。公众面前的杨扬明艳干练，而面对女儿时的舐犊情深如每一位母亲，“每次看到你冰面上快乐滑行，就好像看到我小时候的模样……”

1984年冬天，黑龙江省佳木斯市汤原县的业余体校教练到小学招生，二十几个小学生被叫到冰场试训。那是8岁的杨扬第一次上冰。当时教练在她后

面说了一句：这孩子脚脖子真硬！从此至今，她与冰雪运动再没有分开。

退役后，杨扬将家安在了上海。随着冰雪运动的南展西扩东进，上海这座南方城市的冰雪激情也被点燃，据统计，2021年上海参与冰雪运动的人次已达280万。

2019年初，杨扬及其团队在黄浦江畔、东方明珠电视塔下搭建起上海市首个大型户外真冰冰场。

在上海建户外冰场的理念既新鲜又充满挑战，问及初衷，杨扬回忆道：“12年前在纽约洛克菲勒中心首次参观城市中心的户外冰场时，我体会到这样一场冰雪盛会，让城市的冬天变得非常生动。后来在国外出差时，我又看到诸如伦敦博物馆、米兰大教堂等世界著名景点都有户外冰场。甚至像摩纳哥等热带地区的沙滩上，到了圣诞期间也会有冰雪活动……”

冬日夜晚，东方明珠电视塔的霓虹灯下，孩子们在冰上欢快地飞舞，重心不稳的大人们则被孩子带上冰，小心翼翼地探出脚……这样的场景，正是杨扬希望看到的冰雪运动的今天和明天。“要知道，‘三亿人上冰雪’，是中国申办冬奥会向世界作出的承诺。”

对于北京冬奥会来说，硬件只是基础，真正让运动成为一种文化，需要更多人的参与。“接下来，我会通过更多渠道，呼吁更多人参与冰雪运动，在后冬奥时代，让更多人爱上这一运动。”在此期间，杨扬通过各个社交平台，“喊话”公众参与冰雪运动，再去参加比赛，“你一定会拥有不一样的观赛体验。”

杨扬自己从体育运动中收获的，不仅是闪亮的奖牌，更多的是不断突破的拼搏精神和不断尝试的意志品质。

退役后的这些年，她做了好几件特别想做的事。创立体育公益基金是其中一件，这个项目面对在全国注册的专业运动员，以帮助其在退役后拥有转型发展机会。“这也是国际奥委会的项目，在运动员职业转型这块，不光是中国，全世界都有这样的困惑。”

如何将运动赛场能力转化为职场能力，杨扬认为这不光是运动员群体自己努力能够完成的，还要有相应的理念，要有相应的企业，“我一直不认为运动员的职业转型是社会的负担，在体育大国到体育强国的迈进中，用好体育人才，是必修一课。”

体育运动所必需的意志品质，也是下一代青少年成长中应当具备的。2013年，杨扬创立了冰上运动中心，培养了许多热爱滑冰的青少年，她希望下一代人在运动中学会面对困难、解决问题、团结队友、勇于承担责任的能力。她的运动理念一言以蔽之：“运动是整体能力的提升，而不是某种技能。”

即便是能力，也并不空泛，在杨扬眼里，那更是很具体的表现，“比如发生突发情况时，身体的灵敏度、韧性、心理状态等，这些不光是运动中，在人生的很多时刻都能派上用场。”

杨扬自己的家庭就是一个标准的运动家庭。每逢假日，黄浦江畔的滨江大道上，常常会出现一大两小骑行的飞掠身影。杨扬自豪地介绍，10岁大的儿子跟着她骑行30公里不成问题，6岁的女儿也可以骑行15公里。

职业生涯中的奋进与拼搏，对体育事业的奉献与付出，与杨扬对体育的坚定信念有关，“体育有种力量，它让我变得更积极，让我成为更好的人，它还可以让这世界变得更好。”

奥林匹克实际上是一个美好世界的象征。就像一个奥运村用两周时间把全世界的不同肤色、不同宗教、不同信仰的运动员聚在一起，虽然有竞争，但不是用冲突的方式，最后能够相互尊重，很多竞争对手最后拥抱着在一起，这是想见到的人类最佳状态。

“体育是种打开，这种打开不单是我们中国向国际打开，也是世界向中国打开。对于个体来说，因为疫情，全世界很多地方很多人都处在比较困难的时期，当他们看到运动员能够在这种不确定的情况下坚持这四年，最后在赛场上表现出那高光一刻，这就是奥运会的价值。”

2022年的2月，运动员们在赛场上紧张拼搏着。幕后的杨扬每一日也在紧张忙碌着，但她是充实的，是快乐的，因为她能将她相信的体育力量，通过大家的努力传递给更多人，一起为2022年的北京冬奥会留下更多难忘的故事。



李妮娜：

北京市政协委员，中国自由式滑雪空中技巧项目第一个世锦赛冠军获得者、北京冬奥组委运动员委员会委员、国家体育总局冬季运动管理中心国家自由式滑雪空中技巧队管理。

图片由受访者提供

“她笑起来可真好！”与李妮娜相遇，很多人总是忍不住被她那自信、甜美的笑容所吸引。

在大家眼中，她是飞翔在国际赛场上的“冰雪公主”，是我国自由式滑雪空中技巧世界冠军、世锦赛三连冠选手；在光环背后，她乖巧率真如“邻家小妹”，有简单的快乐，也有爱追星的小女孩心思。

北京2022年冬奥会开幕前夕，李妮娜的头衔又增加了一项：北京冬奥组委运动员委员会委员。从运动员到申奥大使再到冰雪教练，李妮娜与冬奥“缠缠纠葛”的17年，灿烂如往昔。

荣耀征途上的疯狂打卡：57与26

20多年前，当李妮娜第一次走上雪场，接触滑雪项目时，从没有想过有一日可以在国际赛场上登上最高领奖台，看到国旗升起，聆听国歌奏响。

稳定的发挥、高质量的动作、优美的空中姿态……她更像是现实版的“艾莎”，而其真正名扬赛场，还要从第一次夺得世界冠军说起。“我第一次拿世界冠军，非常戏剧化。”

在当时的女子自由式滑雪项目中，一名澳大利亚运动员因辉煌战绩一直被中国国家队运动员视为“神级”对手，李妮娜不巧与她狭路相逢。作为同场竞技的参赛选手，当李妮娜先行出发跳下，还没来得及为自己的成功落地激动时，澳大利亚运动员随即也成功完赛。这给李妮娜泼了一盆“冷水”：完了，自己又是第二名，对手肯定夺冠了。

没想到的是，分数出来后，李妮娜竟然排名第一！第一次夺得世界冠军就经历了如此戏剧化“反转”，这让李妮娜感慨连连，也给了她极大的信心。“那时候我的感受是：没有谁是不可以战胜的！我们打败了‘神’一样的对手，说明我们也有成为神的能力，没有必要去惧怕谁。”在实力与信心加持下，李妮娜就此开启了在冰雪赛场上的荣耀征途。

57枚国际比赛奖牌、26枚金牌！在“打卡式夺牌”的职业生涯中，李妮娜一度成为国际雪联空中技巧项目中获得奖牌最多的女选手。如她所说，站上世界领奖台，最想做的事就是让世界多看看五星红旗。

运动员职业生涯里的每一次比赛，都十分珍贵。2019年温哥华冬奥会上，李妮娜在职业生涯中第一次流泪，那年她决定退役。在最后一场比赛成功落地后，“一刹那，仿佛所有东西都结束了，我呈现了我完美的一跳。所有过去的种种全部在脑子里过了一遍，眼泪就唰地流了下来。”那一次的流泪不是难过，而是释放。

职业生涯的谢幕之战，原本可以就此完美结束，但2014年，李妮娜再度复出征战索契冬奥会。

女子自由式滑雪空中技巧女子比赛日，伤愈复出的李妮娜，在旋转翻腾后，重重地跌在雪坡上，随之摔落的还有她近在咫尺又难以企及的梦想，最终没能在自己的第四届冬奥会上摘得奖牌。告别时刻，她站起身，以一个微笑作为自己冬奥生涯的收官。

“索契冬奥会对我来说来不易，这一路走来我尽了最大的努力，

哪怕最终结果不好，也是我当时能力范围内能做到的最好结果了。我当时的微笑就想向世界证明中国运动员的精神，展现中国运动员的自信，即使跌倒了，也可以再爬起来。”

退役后的多重身份：“切换”备战

离开赛场，李妮娜选择了留在离它最近的地方。退役后的李妮娜迎来她的第一个新身份——2015年，李妮娜成为北京申办冬奥会形象大使，参与了所有申办工作。当国际奥委会主席巴赫说出“北京”那一刻，在吉隆坡的李妮娜泪水夺眶而出，那种激动不亚于“拿到一枚奥运金牌”。

在北京成功申办2022年冬奥会之后，李妮娜选择继续与奥林匹克冰雪运动的缘分。她入职国家体育总局冬季运动管理中心，带领青年队参加国内外比赛。

7年间，李妮娜一直在多种角色“切换”中备战北京冬奥会。“我时刻记得我是代表北京冬奥组委，代表北京形象。在申奥的时候，我积极参与申办冬奥的宣讲，希望能让更多群众更加了解什么是冬奥会，冬奥运动员都在做什么，他们有哪些励志的故事。”

很多人面对“奥运”话题经常有个大问号：这赛事跟我们有什么关系？大家的疑问也在李妮娜心里埋下了种子。

申奥成功后，李妮娜加入了北京冬奥组委的冬奥宣讲团传播奥运精神，跟她一起宣讲的还有很多基层工作人员，这也让她找到了正确答案：原来各行各业都能参与冬奥。“只要你热爱体育，热爱冬季运动，想要发挥自己的余热，就能用自己的力量带动周围关注冬奥会。”

随着冬奥脚步越发临近，赛前赛后的筹备工作有序推进。但，到底要准备什么呢？从前不久引发无数网友热议的600多道餐食到专业场馆建设，每一环的准备都少不了冬奥组委运动员委员会委员们的专业建议，李妮娜也在其中。这些建议是用一个个十分细微却又不能忽视的小细节拼凑出来的，“比如说，有减肥、控制体重等需求的运动员，就需要饮食偏素但又要有能量；为一些肤质过敏的运动员精准提供类似无麸质面包等食品。包括在赛场休息室，怎样摆放提供营养品？各方面问题都需要设计、考虑。”

“我们在申办时的一个口号就是‘以运动员为中心’，我们希望所有来北京参加2022年冬奥会的运动员都能像回到自己的主场一样，能够把自己最好的一面展现在奥运赛场上。”李妮娜说。

2021年10月19日，北京冬奥会火种在希腊首都雅典正式由希腊奥委会交接给北京冬奥组委。

作为2022年北京冬奥会形象大使的李妮娜，在雅典帕纳辛奈科体育场接过火炬第二棒，成为北京冬奥会火炬传递的第一位中国女性火炬手。“手擎火炬的那一刻，我感受到沉甸甸的重量。这重量是对我个人职业生涯、转型后工作的认可和鼓舞，更是对我们国家冰雪运动发展的肯定和赞赏。”

履职清单上的关键词：冬奥会

加强冰雪项目青年人培养和推

李妮娜：笑起来真好看！

本报融媒体记者 薛婧

广，推广旱雪滑雪场、推动“三亿人上冰雪”目标实现，推进体能课程进校园、提升儿童青少年身体素质，讲好运动员自己的故事、宣传北京冬奥……从2018年至今，作为北京市政协委员的李妮娜，持续为冬奥发声，一场场调研、一件件提案、一条条建议，书写了一本厚厚的履职清单。

“推广冰雪项目，宣传北京冬奥既是我的工作，也是我作为政协委员的责任。希望通过我的力量，能够让更多人去关注冬奥、参与冬奥、助力冬奥，共同迎接北京2022年冬奥会的到来。”李妮娜说。

推动“三亿人上冰雪”，不仅是掷地有声的大国承诺，“大家参与冰雪运动的热情，也体现了中国人民对美好幸福生活的向往和不断提升的民族自信。”1月4日上午11点，在政协北京市十三届五次会议“我是委员”集体采访中，李妮娜自信地说。此时，北京冬奥会开幕式倒计时进入最后30天，李妮娜身穿红白相间的国家运动服，手举北京2022年冬奥会“飞扬”火炬，身形笔挺地站在人前，再现招牌笑容。

这次会议期间，李妮娜“盯”上了冬奥遗产，而这也催生出了她的一句口头禅：“抓住冬奥契机。”如何抓？抓什么？李妮娜一直关注相关提案，并试图从中得到启发，到底能留下多少奥运遗产？该怎样留住奥运遗产？直到这件《借冬奥契机，打造延庆示范区》提案的出现。

“北京冬奥会的高山滑雪、雪车雪橇都在延庆举办，奥运会之后，必定会有许多滑雪爱好者来挑战冬奥会赛场，这些赛场就成为‘网红打卡地’。”在李妮娜看来，延庆区应该抓住冬奥会契机，将相关硬件提升到位，并且做好后冬奥时代发展，把延庆打造成冬奥示范区。

2月4日，冰雪欢歌耀五环，北京冬奥会开幕了！

李妮娜又出现在了熟悉的赛场，为保障赛事忙碌着。那时常出现的笑容，让我们看到了代代运动员们的自信与精神，如李妮娜所说：“2022年，中国将通过北京冬奥会向世界再次展现大国的自信与担当。”说完，她习惯性一笑，自信、亲切。