



云南运动员获3金2银1铜

助中国代表团实现多个项目“零”的突破



中国体育代表团旗手杨洪琼在闭幕式上入场
新华社记者 杜潇逸 摄

杨洪琼

担任旗手 既是一份荣誉 也是一份责任

3月13日，中国体育代表团宣布，杨洪琼担任北京2022年冬残奥会闭幕式中国体育代表团旗手。杨洪琼今年32岁，来自曲靖市罗平县，是今年参加冬残奥会的云南运动员中年龄最大的一个。

记者第一时间联系了杨洪琼。“得知自己成为旗手后，我都快哭了，太激动了。我一定好好表现，不辜负这份信任。”她说，担任旗手既是一份荣誉，也是一份责任。自己一定完成好这项任务，努力向世界展现出中国残疾人运动员自尊、自信、自强、自立的精神风貌。

在本届冬残奥会上，杨洪琼夺得3枚金牌。在最后一项比赛中夺金后，杨洪琼对记者说多年的付出值得了，“感谢体育运动，让我的人生发生了如此巨大的转变，让我变得更自信、更开朗，实现了自己的人生价值。”

杨洪琼曾是轮椅篮球运动员，2018年进入国家残奥越野滑雪队。本届冬残奥会上，她包揽了越野滑雪女子坐姿组短距离、中距离、长距离3个项目金牌，是中国体育代表团获得金牌数量最多的运动员。

本报记者 张成 姜莹

随着圣火的缓缓熄灭，北京冬残奥会落下帷幕。云南运动员在本届冬残奥会上用优异的成绩、自信开朗的人生态度，展现了残疾人运动员奋斗不息、顽强拼搏的精神，这不仅激励着他们在未来向更高目标继续追求，也鼓舞着我们每一个普通人在未来的生活中努力奋斗。在本届冬残奥会上，云南7名运动员参加了冬残奥会越野滑雪、高山滑雪、冬季两项以及单板滑雪4个项目的比赛争夺，为中国队夺得了3金2银1铜，实现多个项目“零”的突破。自尊、自信、自强、自立的他们，绽放出美丽的冰上之花。

越野滑雪：收获3金2银1铜

本届冬残奥会越野滑雪项目是云南运动员收获最大的项目。这里有云南运动员的两个“最”：年龄最大的杨洪琼以及年龄最小的蔡佳云。一个“90后”、一个“00后”，这“一老一小”，带来了云南在本届冬残奥会上的最大收获。杨洪琼勇夺3金，是本届冬残奥会上夺得金牌数最多的中国运动员，还是冬残奥会闭幕式上中国代表团的旗手。蔡佳云在两个项目中创下了中国代表团的历史最佳成绩，同时他还和队友共同摘得了越野滑雪混合接力4×2.5公里的银牌。

在越野滑雪项目上，杨洪琼原本不看好自己。冬残奥会开赛前，她曾说：“自己一次国际大赛都没有参加过，成绩也不是很拿得出手。”她自己也没想到，竟在冬残奥会上取得了这么好的成绩。杨洪琼说：“我觉得自己最大的收获，除了金牌就是心态的改变。我比以前更能平静下来，告诉自己要稳住。不管是落后还是领先，不管赛场怎么艰难，心态好了，自己的发挥就能更好一些。”

3月6日，杨洪琼在越野滑雪女子短距离（坐姿组）比赛中收获了第1枚金牌，这也是她第一次参加国际大赛所取得的成绩。“拿到金牌的时候，我觉得一切付出都是值得的。”杨洪琼说。随后的两场比赛中，她不负众望，连连夺金，实现了勇夺3金的壮举。

年龄最小的蔡佳云则诠释了什么叫做“初生牛犊不怕虎”，收获2银1铜以及一个第4名。3月7日，蔡佳云亮相越野滑雪男子长距离（站姿组）比赛，这个“00后”有一股闯劲，比赛开始后就埋头向前，一股脑冲到了第2位，并且将这一成绩保持到了最后。这让他自己都颇感意外：“这个项目不是我的强项，开赛后我没想那么多，只想着往前冲，没想到能拿下这块银牌。”

蔡佳云在回顾自己的首次冬残奥之旅时说，如果满分为100分，他给自己打88分。“无论结果还是过程，我都觉得挺好的，唯一欠缺的可能就是经验，特别是在短距离这个项目上，下次希望能做得更好。”蔡佳云说。而他在短距离和长距离比赛中，都创造了中国代表团在该项目上的历史最佳成绩，对此颇感自豪：“非常开心，希望能在下一届冬残奥会上突破自己，取得更好的成绩。”年轻的蔡佳云，未来可期。

冬季两项：经验积累是最大收获

冬季两项是欧洲传统强项，在这个既考验耐力又考验定力的项目中，袁明寿创造了中国运动员在短距离项目上的参赛历史最佳成绩。本届冬残奥会上，在冬季两项短距离、中距离、长距离3个项目中，袁明寿获得第5名、第8名和第9名，李太云则获得第9名、第11名和第6名。

今年冬残奥会，是袁明寿第一次站上高水平的国际大赛舞台，他收获了很多经验：“射击是我的强项，可以继续保持下去。但要在滑行上加强体能，这也是将来训练的一个重点方

向。”袁明寿说，如果满分为100分，他给自己的这次冬残奥之旅打85分。他说：“赛前目标是能进前八，这次基本都实现了。”最令袁明寿难忘的是在长距离项目比赛中，他的枪出现了准星偏差，只能侧瞄完成比赛，“这告诉我们，赛场上任何状况都可能发生，所以必须要在训练中考虑到各种情况，这也是我在这次比赛中的一大收获。”

“与欧美国家的选手相比，我们还需要继续积累更多经验，加强训练，比如在滑行、体能分配方面。我期待在下一届冬残奥会上争取站上领奖台。”对于李太云来说，经验的积累同样是最大的收获，“能有机会站在世界大赛的舞台上，与顶尖高手一起比赛，本身就是一件非常高兴的事情。”李太云说，他期待有朝一日能看到中国选手站上冬季两项的领奖台。

高山滑雪：挑战极限，挑战自我

高山滑雪项目是冬残奥会最特别的一个项目，贴近自然，挑战自然。在本届冬残奥会上，云南运动员陈信军和岩巩出现在赛场上，他们有遗憾，也有收获。

3月7日，男子全能（站姿组）比赛中，陈信军和岩巩出战。在这个高差超过540米、全程2公里的赛道上，选手们面对47个旗门，需要在转弯半径不到30米的情况下，以接近100公里的时速完成比赛，稍有不慎，就会酿成大错。最终，岩巩和陈信军均在比赛中出现失误，没能顺利完赛。这让他俩身上都背负了巨大的压力，“站到国际舞台上，选手们的水平都很高，我们的压力很大，第1个目标就是顺利完赛。”陈信军说。随后在男子大回转（站姿组）比赛中，他以第25名的成绩完赛。“第一次参加这样高水平的赛事，学到的东西太多了，我想这只是起步，为将来奠定了基础。”陈信军说。

对于岩巩而言，同样如此。他没有放弃，勇敢面对挑战。在经历未完赛之后，他再次站在了赛道上，在滑雪男子回转的比赛中，以第13名的成绩完赛。尽管没能站上领奖台，但对他来说，参加冬残奥会，他就已经战胜了自己。

单板滑雪：负伤上阵，期待未来

“如果不是因为伤病，或许我的成绩能更好一些。期待下一届比赛。”结束首个冬残奥会的征程，岩温的有些许遗憾，但更多的是感到满足：“能站上冬残奥会的舞台，我就已经很知足了。”

在此之前，一次严重的伤病让岩温的一度想远离心爱的赛场，但他最终没有放弃比赛。“赛前我就想，能站到赛场上，与世界顶尖的选手们一起比拼，肯定收获颇多。”岩温的说。在3月11日举行的单板滑雪男子坡面回转比赛中，他最终名列第12位，这也是云南选手在冬残奥会上该项目的最佳成绩。

目前，岩温的给自己制订了恢复和训练计划，备战下一届冬残奥会。“先把伤养好，然后加紧训练，为下一届比赛做好准备。”言语中岩温的充满自信，满怀期待。

本报记者 张成 姜莹