

赛季首站世界杯站上领奖台

蔡雪桐为自己骄傲

梁 琰

“心情很复杂，最主要的还是高兴，没想到自己能站上领奖台，挺为自己骄傲的。”日前蔡雪桐在2025-2026赛季国际雪联单板滑雪U型场地技巧世界杯崇礼站摘得铜牌，赛后她走到混采区，还没说几句话就落下泪水。她解释道，因为自己的状态一般，年轻选手都很厉害，能获得奖牌是意外之喜。对于32岁的蔡雪桐来说，还能站上赛场已是传奇。身体机能下降的难题，让她的第五届冬奥会备战历程格外辛苦，她却说：“我还是喜欢单板滑雪，所以觉得这些困难还好，就想通过自己的动作让大家看到我的热情。”

崇礼站是新赛季首站U型场地技巧世界杯，也是蔡雪桐的新赛季世界杯首秀。决赛取每位选手两轮滑行的最好成绩作为最终成绩。第一轮，她在完成900动作后落地重心不稳，提前结束滑行，第二轮她再次出发，顺利完成900动作，紧接着又完成了两个极具特色的540动作，展现稳定的发挥，得到80.50分。身后还有6名选手未出发，蔡雪桐此时还不敢确定自己能否站上领奖台，直到所有选手比赛结束，她才笃定自己已经将铜牌收入囊中。刚得知这个消息时，蔡雪桐流下了惊喜和骄傲的泪水，而站上领奖台那一刻，她露出笑容，挥动双手庆祝胜利。

今年10月29日恰逢米兰冬奥会倒计时100天，蔡雪桐在社交媒体上发布了她的第一条米兰冬奥会备战视频日志，“倒计时100天是个契机，我想让大

家看一下运动员的备战过程到底是什么样。”在视频中，蔡雪桐用旁白解说着自己在训练和生活中的每一个小细节，她因为体能训练太累而失去“表情管理”，也会因为在场地训练时几次落地不稳而抱怨自己，还展现出生活中俏皮的小性格，视频收获了大家的喜欢。据蔡雪桐介绍，一条10分钟以内的备战视频她需要剪辑三到四个小时，“剪视频工作量有点大，我平时要比赛、训练、恢复身体，很多时候没有时间剪。”但她享受其中，这也是她在比

赛和训练之外的“放松时刻”。

在最新一条视频里，蔡雪桐记录了她在雪盟滑雪职业联赛中国站和三名年轻选手同分一组的趣事，对手分别是17岁的韩国选手崔佳恩、16岁的日本选手清水沙罗、14岁的中国选手周苒竹，“然后是我，来自中国的蔡雪桐，今年32岁。”在视频中，蔡雪桐流出自己的感慨，“和这些年轻运动员站在一起，我很感慨，因为我也曾是她们。希望她们可以飞得更高，走得更远。”看到这些“天才少女”，蔡

雪桐想起了自己小时候训练的日子，“我们那一代走了很多弯路，她们现在幸福很多，有了好的场地，技术也都很成熟。”

和蔡雪桐同为中国单板滑雪U型场地技巧项目“拓荒者”的刘佳宇当日也出现在了决赛场，她们都将冲击自己的第五届冬奥会之旅，“对冬奥会没有成绩设想是假的，但是还是滑好自己，你开不开心，都能通过滑雪展现出来，争取把最好的状态留到米兰。”蔡雪桐说。



蔡雪桐在比赛中。

新华社记者 王鹏摄

自由式滑雪大跳台世界杯杨如意摘铜

本报讯 北京时间12月14日，中国选手杨如意在美国斯廷博特举行的2025-2026赛季国际雪联自由式滑雪大跳台世界杯，摘得女子大跳台铜牌。这是她职业生涯首次站上大跳台世界杯领奖台，也是第二次获得世界杯奖牌。

资格赛后，杨如意排名第七晋级决赛。决赛取两个不同方向动作的最高得分之和。杨如意在首轮成功完成1080动作，得到78.00分。第二轮她尝试另一个方向的1080动作，但出现落地失误。第三轮滑行至关重要，杨如意再次挑战第二轮的1080动作，虽然有瑕疵，但70.50分的得分已经足够让她跻身领奖台，最终她以总分148.50分摘得铜牌。杨如意表示：“这枚大跳台世界杯奖牌是新的起点。接下来我会沉下心来继续努力训练，在训练中沉淀，在比赛中突破，我会朝着米兰（冬奥

会）的目标稳步前进。”另一名挺进决赛的中国选手韩林杉获得第五名。

出生于2005年的杨如意，今年2月在加拿大斯托纳姆获得坡面障碍技巧世界杯银牌，取得职业生涯首获世界杯奖牌的突破。

同在斯廷博特举行的单板滑雪大跳台世界杯比赛中，16岁小将赵英旭继北京站后再次闯入男子决赛，最终以第10名完赛。女选手张小楠在本站世界杯迎来职业生涯第二次进入大跳台决赛之旅，她最终获得第五名。

至此，米兰冬奥会之前的三站单板及自由式滑雪大跳台世界杯全部结束。接下来中国选手将投入到坡面障碍技巧世界杯赛事中，继续争取米兰冬奥会参赛资格。

（梁 琰）

速度滑冰世界杯第四站

宁忠岩获得男子1500米铜牌

本报讯 当地时间12月12日，2025-2026赛季国际雪联速度滑冰世界杯第四站在挪威哈马尔举行，宁忠岩在男子1500米比赛中获得铜牌。

宁忠岩和德国的18岁新星芬恩·松内卡尔布在最后一组出发，在他们出发前，美国的乔丹·斯托尔兹和荷兰的凯尔·内斯已经排在第一和第二。比赛开始后，宁忠岩在途中的三个计时点始终保持领先，最终他以1分45秒11的成绩率先冲过终点。这个成绩让宁忠岩排在凯尔·内斯之后获

得铜牌，乔丹·斯托尔兹的夺冠成绩为1分44秒16，打破了尘封16年的赛道纪录。这是宁忠岩本赛季获得的第三枚男子1500米奖牌，此前他已经获得一枚银牌和一枚铜牌。

截至发稿，当地时间12月14日本站世界杯的最后一个比赛日结束了女子和男子团体追逐的比拼。中国队在女子团体追逐派出杨滨瑜、李佳轩、韩梅，她们用时3分00秒71排在第四位；男队则派出吴宇、宁忠岩、李文昊，最终排在第六位。（李曉洁）

饱满的热情、最坚定的意志，全身心投入每一次训练。夯实基础、强化体能、精进技术，为未来的赛场积蓄爆发的力量。我们会把冬训的每一滴汗水，都化为赛道上突破的秒数、冲刺的锋芒。”

国家场地自行车队总教练本努瓦表示，此次冬训是洛杉矶奥运会备战的起点。他详细阐述了未来三年系统性建设的理念：“未来三年，不是一个赛季，而是一段征程。这是我们共同书写的故事的开始——一场一场比赛，一个赛季接一个赛季，直到奥运会。挑战无比巨大，但你们的潜力同样巨大，现在旅程开始了！”

王曼昱卫冕WTT总决赛

本报讯 12月14日，WTT世界乒联香港总决赛在中国香港红磡体育馆落幕。中国选手王曼昱实现女单卫冕，日本选手张本智和获得男单冠军。此前决出的混双冠军被韩国组合林钟勋/申裕斌获得，中国组合王楚钦/孙颖莎获得亚军。

此次中国队包揽了女单四强，早早就将冠军收入囊中。决赛在世界排名第二的王曼昱与世界排名第四的蒯曼之间展开。两人此前在国际赛场交手过3次，都是在今年，蒯曼2胜1负略占上风。本场比赛，非常熟悉的两人一直在斗智斗勇，王曼昱虽然4比2取胜，但是每局比赛都打到了关键分阶段。赛后王曼昱点评说：“今天比赛非常精彩，和蒯曼打了6局，双方发挥都非常出色。自己发挥得很好，蒯曼打得非常顽强，几度落后追平给我制造了

非常大的压力。最后能够顶住压力，拿到冠军，要认可自己，也做到了昨天说的在决赛中奉献一场精彩的比赛。”

此次WTT总决赛也是今年国际比赛的收官之战，回顾2025年，王曼昱说：“上半年整体发挥不是特别稳定，状态没有那么好，多少有些迷茫。下半年心定了一些，客观因素较少后，更能全身心投入到训练和比赛，从比赛结果上看有进步，希望能够好好总结，不断提高。”

男单方面，当日接连进行了半决赛、决赛。半决赛中，中国选手王楚钦因伤退赛，瑞典选手莫雷加德直接晋级决赛。另一位中国选手林诗栋与日本选手张本智和鏖战7局，遗憾在决胜局8比11告负。决赛中，张本智和4比2击败莫雷加德，夺得冠军。

（李雪颖）

中国乒协将进一步完善运动员健康保障与伤病预防机制

本报讯 12月14日，中国乒乓球协会在其官网发布声明，回应WTT世界乒联香港总决赛期间中国队运动员孙颖莎、王楚钦退赛，表示将进一步完善运动员健康保障与伤病预防机制，持续做好运动员长远职业发展的支持与服务工作。

声明中说：在香港WTT总决赛期间，中国乒乓球队运动员孙颖莎、王楚钦在比赛过程中先后出现身体不适。经国家队医疗团队现场处理与综合评估，结合运动员个人意愿，在与教练组共同研究后，为切实保护运动员健康，决定两位运动员退出本次赛事。

中国乒协已立即启动保障机

制，统筹协调专业医疗资源，为两位运动员提供系统、科学的康复支持。中国乒协始终坚持以运动员为中心，一直积极与国际乒联、世界乒乓球职业大联盟（WTT）及相关方面密切沟通，希望能够共同推动赛事体系更加科学、合理。后续，协会将进一步完善运动员健康保障与伤病预防机制，持续做好运动员长远职业发展的支持与服务工作。

中国乒协表示，在此，也恳请公众同我们一道，共同为运动员营造理性、温暖的舆论环境。衷心感谢社会各界和广大球迷对中国乒乓球队的关心与支持。

（李雪颖）

国家飞碟射击队邀请许海峰传授备战经验

本报讯 日前，正在广东省黄村体育训练中心开展军训的国家飞碟射击队，邀请中国首位奥运冠军许海峰进行现场授课。

授课伊始，许海峰深情回顾了中国射击项目艰苦奋斗的历史，让现场人员深刻感受到射击运动背后的家国情怀与拼搏精神。随后，他结合自身作为运动员、教练员以及管理者的经历，聚焦赛前准备、训练方式、竞技状态调控等方面，分享了备战参赛经验。他指出，“射击比赛比的是谁失误少”，要统一思想，坚定争金夺银的决心和信念，增强团结协作精神；要抓好技术动作规范，提高训练水平，从难、从严、从实战出发，科学地大运动量训练；要加强运动员心理调控，

将最佳技术状态调控到比赛中；要从装备保障、规则运用、战术应用等方面，结合项目实际进行深入研究；要加强教练员之间的交流学习，相互取长补短，营造浓厚的学习氛围。

此次邀请许海峰授课，是国家飞碟射击队军训期间的重要学习活动，旨在通过对奥运前辈的经验传承，强化队伍的精神凝聚力与专业竞争力。这场兼具历史厚度与实战指导意义的授课，为正处于军训磨砺期的飞碟射击健儿注入了强劲的精神动力，为后续备战各项赛事奠定了坚实基础。军训结束后，国家飞碟射击队将投入到冬训专项训练中。

（梁 琰）

海南三亚马拉松月底开跑

本报讯 以“一路豪歌向天涯”为主题的2025海南(三亚)马拉松将于12月28日开跑，届时来自世界各地的选手将齐聚海南，其中海南省外选手占比达68%，赛事吸引力显著提升。

本届赛事设置马拉松、半程马拉松两大核心项目，涵盖男子个人赛、女子个人赛、马拉松团体赛、携手跑天涯情侣组（半程马拉松）多个组别，总规模14000人。

今年赛事路线沿用往届成熟设计，起点设置在美丽之冠南门，终点位于三亚湾滨海带状公园，半程马拉松终点设在天涯海角游览区，全程覆盖三亚主城区滨海道路。

本届赛事共设六大奖项，总奖金池超50万元（同项目奖金可累加）。除常规个人名次奖外，还设置了破纪录奖、自贸港选手特别奖、携手跑天涯情侣奖、团队名次奖以

及优秀跑者奖。

本届马拉松正值海南自贸港建设迈向全岛封关运作的关键历史节点，成为展示开放新气象、检验发展成果的生动窗口。海南省旅游和文化广电体育厅群众体育处相关负责人介绍，海南正致力于构筑全年不间断、汇聚全球流量的高品质赛事体系。海南(三亚)马拉松今年升级为中国田径协会A1类认证赛事，也曾荣获中国田协“金牌赛事”称号，入选体旅融合发展赛事。海南(三亚)马拉松的成长历程，正体现了海南推动产业融合、提升国际影响力的坚定探索。“明年4月第六届亚洲沙滩运动会将在三亚举行，本届马拉松的成功举办，将为迎接这一洲际综合性运动会营造氛围、积累经验，持续向全球呈现一个更加开放、活力、绿色的海南自贸港形象。”

（李东烽）

国家场地自行车队开启冬训全力蓄能

本报 万宁12月14日电 记者王向娜报道：国家场地自行车队近日在海南万宁开启冬训。12月14日，队伍于此召开洛杉矶奥运会周期备战启动会暨冬训动员会议。国家场地自行车队全体运动员、教练员及保障人员，中国自行车运动协会负责人及理事会成员，总局自剑中心相关部门负责人，以及各省区市自行车项目管理单位负责人等100多人参会。

中国自行车运动协会负责人作动

员讲话。当前距离名古屋亚运会开幕还有280天，距离洛杉矶奥运会开幕还有944天，他希望大家认清备战的严峻形势，“本次冬训的成果将直接书写在明年各项国际大赛的成绩单上，更将深刻影响冲击洛杉矶奥运之巅的征程。”面对时间紧、任务重、差距大、难度高的困境，参训队员需以强烈的危机感、紧迫感、责任感，全面进入备战状态。

结合备战形势，该负责人提出明确要求：要提高思想站位，从为国争光、实

现奥运梦想的战略高度，深刻认识冬训的战略意义与重要性，全身心投入训练，为整个奥运周期筑牢根基；要强化队伍管理、狠抓作风建设，打造能征善战、作风优良的国家队；要持续加强业务学习，坚定不移推进科学训练；要筑牢反兴奋剂防线，确保备战工作科学严谨、纯洁干净；要凝心聚力、强化保障，构建高效协同的备战支持体系。

王丽娟代表全体参训运动员表态：“在接下来的冬训中，我们将以最