

# 王棕瑶:享受跳台滑雪那种飞翔的感觉

■记者 陈佳清



“冬奥会是一次奇妙的经历。”近日,跳台滑雪运动员王棕瑶结束北京冬奥之旅回到家乡。此次以试跳员和第一替补的身份参加冬奥会,虽然没能登上正式赛场,但王棕瑶还是觉得深感荣幸。在最接近赛场的地方,以一种特殊的身份为队友鼓劲,为祖国喝彩,这种经历已经成为她人生中最浓墨重彩的一笔。北京冬奥会周期结束后,王棕瑶又将开启职业运动生涯的下一个四年。

2018年10月,王棕瑶通过跨界跨项全国选拔进入跳台滑雪国家集训队,经过不到一年的训练,她就在全国冬运会上获得个人和团体前三名。在国内外多站比赛中,王棕瑶成绩优异,2020年1月在国际雪联FIS系列积分赛德国站的比赛中更是获得女子个人冠军,这也是浙江省本土运动员在冰雪项目上获得的第一个世界冠军。

王棕瑶从事专业系统的运动训练比较迟。小学六年级时,在县运动会的100米决赛中,由于表现亮眼,被少体校俞小波教练一眼相中,随后正式进入少体校接受系统训练,在同年的市田径锦标赛中获得短跑100米冠军。“王棕瑶具备较强的爆发力,这对于田径和跳台滑雪都是很重要的。她一直目标明确,好胜心强,又刻苦努力,将来一定会成为一名优秀的运动员。”俞小波说。王棕瑶虽然个子小巧,但爆发力突出,在2018年省田径队集训中被省队女子短跑组教练

相中,同时又入选跨界跨项集训名单,王棕瑶在求稳和挑战中毅然选择后者。对于这个完全陌生,甚至有点恐怖的极限项目,她毅然决然地发起挑战:“项目很刺激,想挑战自己。”王棕瑶就这样开启她的跳台滑雪职业生涯。

然而第一次站上跳台,内心的恐惧令王棕瑶迟迟不敢往下跳,在进行多番尝试并与教练多次沟通后,她才勇敢地迈出第一步。也正是这第一步,让她真正爱上这项运动,也让她的信心与胆量不断上升。从专项体能训练到5米、10米的小跳台,从48米、65米的中跳台到成人标准台,从恐惧到享受飞翔的感觉,四年时间让王棕瑶成为一位勇者。

跳台滑雪运动员在飞行过程中,脑海里会想什么呢?记者带着这个好奇询问王棕瑶。“在起飞之前,会把所有的动作都在脑海里过一遍,但到真正飞行时什么都不会想,就是专注。”王棕瑶说。这些年来,只有在雪季结束后才可以回到家乡,见到家人,尝到妈妈的味道,在异国他乡时,她只能靠加强训练去消化想家的情绪。

对于运动员来说,四年是一个周期的结束,也是下一个周期的开始。对于未来的计划,王棕瑶在瞄准最高赛场的同时,也不断提醒自己不可急于求成,一定要稳扎稳打、认真训练,逐步提升自己的专业水平,成为一名踏实的运动员,继续为国家的冰雪运动贡献自己的力量。

严起来 紧起来 动起来 众志成城 防控疫情

## 护航春茶交易 守牢市场“小门”

记者 沈上琪

“春风一笑绿山冈,喜见银芽处处芳。”随着天气转暖,我县春茶已经进入规模化开采阶段,眼下正值茶叶销售旺季。为做到防疫、生产两不误,中国茶市严格落实各项防疫措施,守牢市场“小门”,为广大茶农和茶商提供安全有序的交易环境。

在中国茶市西1门口,记者看到门前已经设置隔离栅栏,并配备3名工作人员维持秩序。在工作人员引导下,茶农茶商们佩戴好口罩,按照地上划好的一米线站位,有序排队测量体温,在出示健康码和行程码后进入市场。市场的商铺内,只见茶商们正戴着口罩拣茶、炒茶、装茶,部分茶商还另辟蹊径,架好手机在店门口进行直播带货。

“我们在早上5点开市前,就

已经开始做准备,在每个门外划好一米线,每个门岗配备疫情防控检测一体机,方便茶农进场后可以快速测体温、刷码。此外,我们还免费为市场里的商户、从业人员发放口罩。”中国茶市综合经理邢洁钰告诉记者,整个市场共有10个大门,根据疫情防控要求,目前只开放6个门,且每个门都增加人手,严格入场管控。

据悉,根据目前新冠肺炎疫情形势和防控要求,从3月15日起,中国茶市严格落实相关防控措施,设立隔离带,入市交易必须自觉遵守“1米线站位、戴口罩、亮码、测温”等防控要求。市场方面提醒广大茶农带好身份证或智能手机,便于测温、亮码。绍兴市外来新返新人员,必须持有48小时内的核酸检测阴性报告方可进入市场。



## 春暖农事忙

日前,回山镇柘前村村民正忙着整理水田,准备栽种茭白。随着天气转暖,各地农民抢抓时机进行春耕生产,处处呈现春日农忙画卷。

(记者 俞晓委 摄)



# 杭州亚运2022

## Hangzhou 2022 Asian Games

# 倒计时 177天