



巴黎盛会

湘当娇奥



2024年巴黎奥运会正在进行中！作为一届旨在面向全世界展现法国人极致浪漫的盛会，巴黎奥运自筹划阶段起就创造了许多历史上的“首次”，其中最重要的，是在总计10500名参赛运动员中，男女运动员比例达到1:1，这也是奥运会历史上，首次实现参赛人数上的“男女平等”。现任国际奥委会主席巴赫曾表示：“这是奥运会乃至整个体育史上最重要的女性时刻之一。”

在这“最重要的女性时刻”，今日女报/凤凰网推出“巴黎盛会 湘当娇奥”系列报道，带你走近巴黎奥运会中的湘女、湘味、湘情。

这个项目中国4个奥运参赛名额，湖南省攀岩队为何拿到3个

今日女报/凤凰网记者 欧阳婷 实习生 王丹

飞檐走壁，身轻如燕……7月27日，在湖南省人民体育场室内攀岩基地内，运动员们挥汗如雨，他们犹如若有轻功加持般，眨眼之间就已经登顶。地面上，教练员的眼睛紧紧盯着运动员，观察着他们的每一次攀岩动作，“其中有几名运动员将参加一个月后的世青赛。”湖南省攀岩队领队田璐介绍。

速度攀岩是中国攀岩队的优势项目，此次巴黎奥运会，中国队共拿到男女4个速度赛席位，这其中就有3人来自湖南！他们分别是凤凰县的龙金宝、邵阳县的伍鹏和耒阳妹子邓丽娟。

成立仅7年的湖南省攀岩队就能取得如此成绩，实属不易。那么，湖南省攀岩队有什么秘诀？未来是否会有更多的队员出现在国际赛场和奥运赛场？今日女报/凤凰网记者来到了湖南省人民体育场，从领队和教练口中了解湖南攀岩队背后的故事。



湖南省攀岩队合影。

建队之初，教练团队“广发英雄帖”

2016年，攀岩正式成为东京奥运会的正式项目之后，不仅国家体育总局和10个省市区共建国训队，各省区市也借助俱乐部等社会力量，迅速建立队伍。到了2021年，中国攀岩参与人口已达30多万，注册运动员达到3000多人，在“入奥”的5年时间里，攀岩人口增长了3倍以上。

湖南省攀岩队领队田璐介绍，湖南攀岩队正是赶上了攀岩“入奥”的东风。2017年4月，湖南攀岩队成为首批8支共建国训队之一，时任湖南省体育局党组书记、局长李舜亲自主抓该项目。

2017年3月底，攀岩队教练团队在国家队教练的指导下，前往湖南省14个市州“广发英雄帖”，通过各个学校、体校、武校等多种途径进行跨界跨项选材，从全省2000多名孩子中，选出了300人，“其中不仅有足球、摔跤、柔道、田径等专业运动员，也有从未接触过专业体育训练的‘白胚子’。”田璐说。

此次参加巴黎奥运会速度攀岩比赛的龙金宝就是在“广发英雄帖”过程中被教练发现的。教练员欧阳辉记得，龙金宝进入省队的过程一波三折。

当时，龙金宝正在凤凰武校学习，教练组到学校选材的当天，恰好是龙金宝的妈妈一周一次来学校看望他的日子。对于攀岩一无所知的他并没有准备参加此次选拔，在和妈妈聊天的过程中，龙金宝偶然说起了这件事，在妈妈的极力鼓励下，龙金宝才参加了选拔，“这一去，就成为了300人中的一员”。

在之后的集训测试中，因为协调性不好，龙金宝止步最后一轮选拔，被毫不留情地划到淘汰名单中。但每一个教练可以从淘汰的队员中选择一人留下，参与选拔的教练员张艳丽一眼看中了龙金宝，就这样，他留在了省队。

通过层层筛选和淘汰，300人最终只剩下24人，男女队员各12名，最大的18岁，最小的12岁，加上引进的一名攀岩运动员，组成了湖南省攀岩队。

“这一系列的人才选拔为之后湖南省攀岩队一鸣惊人奠定了很好的基础。”田璐说。她还透露，在25名运动员中，有一位特殊的“白胚子”：“他是山间采药人的后代，协调性非常强。”

2018年4月，在成立一周年后，攀岩队被划入湖南省体操运动管理中心，由俱乐部管理模式转为专业运动队的管理模式，进一步加强了科研、医疗等保障，也加强了对队员们的统一管理。

一鸣惊人，他们在中攀联赛三连冠

“攀岩是一项很艰苦的运动。”田璐说，攀岩对运动员的身体素质要求非常高，柔韧性、平衡度、爆发力和协调性缺一不可，在长年累月的训练中，运动员的手指因为在快速攀爬时紧紧抓住岩点，指甲会经常剥离，他们的肩部、膝盖也经常因为撞击到岩壁受伤，“龙金宝刚到国家集训队时，每一天都有指甲被戳得外翻”。

在攀岩基地，今日女报/凤凰网记者看到几乎每位在场的运动员的手指都用绷带包裹住，他们的膝盖上也有着深浅不一的瘢痕。

同时，攀岩对运动员的体能也有着极高的要求。因此，攀岩队一

成立，教练组并没有急着让队员进行专项训练，而是锻炼体能，打好基础。为了提高运动员的体能，教练员在已有的器材上，还自掏腰包购买绳梯等器材。难度攀岩和攀石被看作是速度攀岩的基础，因此，在运动员体能提升上来后，教练员又开始训练队员难度攀岩和攀石项目。

作为省攀岩队的第一批运动员，这25名孩子十分珍惜这一机会，训练十分刻苦，把湖南人“吃得苦、霸得蛮”的精神发挥到了极致。

其中，以龙金宝的表现最为突出，作为曾经被淘汰的队员，他珍惜每一次的训练课，在休息时间，他还会给自己加练。

3个奥运会参赛名额来之不易

在2021年陕西全运会上，湖南省攀岩队在攀岩项目中获得了1金2银。特别是在男子速度赛中，湖南队三名队员伍鹏、王敏辉、龙金宝以5.55秒、5.50秒和5.40秒的成绩轮番刷新了全国纪录，距离世界纪录仅差0.2秒。而在赛前，队内进行的测试赛中，伍鹏甚至曾比出5.16秒的超世界纪录成绩。

在今年的巴黎奥运会中，攀岩项目即将第二次亮相，相比于东京奥运会，这个年轻的项目迎来了扩容，速度攀岩被单独设项，决出男女两块金牌。在奥运会前夕的选拔过程中，龙金宝、邓丽娟、伍鹏先后拿到了奥运会参赛名额。

田璐坦言，根据教练团队对运动员的评估与判断，龙金宝、邓丽娟、伍鹏等3人拿到了奥运会参赛名额是“意料之中的事情”，但在这之前，他们都经历了一番波折。

“速度攀岩是一项不可控性很高、失误率很大的一项比赛，在正式比赛中，往往决定胜负的是小

数点后的第三位。”田璐说，因此，速度攀岩对选手的要求十分高。

在争夺巴黎奥运会参赛名额资格赛前，龙金宝一度在比赛中出现了小腿抽筋的情况，邓丽娟也因为主管教练变更等多种情况，影响到训练状态，而伍鹏更是在集训期间，因为饮食原因，体脂率突破了两位数，后又因为迟迟无法突破五秒大关，一度进入了瓶颈期。

在省队的队员进入国家集训队后，省队的领导、领队和教练员依旧和他们保持着紧密联系，了解他们在训练生活中的点点滴滴，在适当时候给予运动员支持。因此，在了解到队员们的这些情况后，省队立即派出主管教练和队医前去陪同。

田璐记得，在训练状态最低迷的时候，邓丽娟总是在电话里哭泣。田璐安慰她：“邓丽娟是打不倒的，你就是第一。”

而在田璐和教练员的眼中，伍鹏是一个气场很足的运动员，“在

刻苦的训练让龙金宝很快在队内脱颖而出，他开始频频亮相全国赛事。田璐记得，在每次比赛前，龙金宝都会提前一个小时甚至一个半小时到达比赛场地热身，让自己达到最好的状态，“在他的带动下，省队越来越多的运动员也养成了这个习惯”。

在教练组的针对性训练和运动员的刻苦训练中，湖南省攀岩队是首批与国家共建的各省市攀岩队中成绩最好的一支队伍，先后向国家攀岩集训队输送了龙金宝、邓丽娟、伍鹏、张亮等队员，在2018年度、2019年度和2020年度获得中国攀岩联赛总冠军，实现了三连冠。

世界纪录保持者面前，丝毫不畏惧”。此前，在一次中国攀岩联赛林芝站的比赛中，因为高原反应，伍鹏一晚上没有睡着，导致在比赛中失误两次。但经过教练员的鼓励疏导，再加上他自己不服输、勇往直前的劲头，伍鹏成功晋级决赛。

“我们相信他们都能够很快调整自己的状态”，在教练、队医的陪伴下，最终，三位队员的状态都逐渐恢复，伍鹏的速度攀岩成绩更是突破了5秒大关，达到了4.86秒，打破了亚洲纪录和全国纪录。

8月5日，巴黎奥运会将迎来速度攀岩项目的第一场女子速度赛资格赛种子排名比赛，届时，邓丽娟将上场，“我们希望中国攀岩队的奥运健儿都能够发挥出自己最好的水平，都登上领奖台。”田璐说。

而如今，湖南省攀岩队不断涌现出实力优秀的年轻运动员，“攀岩项目成为了湖南的优势体育项目”。