

平均年龄15岁! 湖南杂技女团斩获国际大奖

文、图：今日女报 / 凤网记者 周雅婷 实习生 刘嘉瑶 陈祉如 视频：实习生 蒋世莹

“撑住、转头、亮相……”8月7日，湖南省杂技艺术剧院的排练厅里，11位女演员在教练刘雪艳的指导下练习着动作，每个看似轻盈的腾跃，都是千万次摔倒后淬炼出的生命绽放。

这支11人组成的“湖南杂技女团”平均年龄只有15岁，但她们在今年7月底拿下了第一个国际大奖——作为全国仅有的两支参赛队伍之一，她们表演的柔术节目《戏韵春苗》一举拿下了国际马戏艺术节专业组“铜偶像”奖。而这个奖项，正如电影界奥斯卡奖一般，给了这群女孩专业领域的至高荣誉。

从娃娃时开始苦练学艺

“拿奖对于她们来说是一件值得喜悦很久的事，但日常的功夫绝不能丢。”走进湖南省杂技艺术剧院的排练厅，今日女报 / 凤网记者看到，11个小女孩正努力排练，为《戏韵春苗》的最后一场演出做准备。

杂技讲究童子功，从幼年练起，会奠定更好的底子。这支11人的“杂技女团”平均年龄只有15岁，但她们的学艺经历，最少也有5年。

今年12岁的向丽娟就是团队里年纪最小的孩子之一，5年前，父亲带她从张家界来到长沙学艺。在无拘无束的年纪，刚进入杂技行业的孩子，确实需要有同龄人难以想象的自律：每天雷打不动5点半开始练功，晚上7点结束，之后还要学习两个小时的文化课。支撑她们坚持下来的，或许都是对舞台的向往。

一场节目里，杂技演员需分配不同的角色、各司其职——最下面负责承重和托举的底座，在底座的膝盖、手腕、脖子、脚腕等部位起顶的二节，以及最上层



负责空中技巧的尖子。基本功练习扎实以后，身形娇小、轻盈的向丽娟选择主攻“尖子”。而小演员李思涵因为平衡感强、身高突出的优势也早早选择了“底座”的角色。

“在杂技的世界里，不分角色高低，每一位演员都是勇敢与技巧的化身，更考验的是演员之间的默契与协作能力。”对李思涵来说，她需要承受远超自身体重的负荷，用稳定的核心和强大的臂力，确保“尖子”演员在空中的每一次翻转都精准无误。

“我们有一个基础动作‘元宝’，练的时候先压两个人，然后开始往上三个人、四个人、五个人、六个人……慢慢叠上去，

全场瞩目下绽放出骄傲笑容后，一个清晰而坚定的念头在李奕林心底扎了根：“我要拿全国冠军，要站到领奖台上。”

为了这个目标，在日复一日的训练里，李奕林总会默默增加训练时长，寒暑假训练营更是她“加码冲刺”的战场。

即便跟着比自己大好几岁的哥哥姐姐们一同训练，她也从不退缩，只是在更大的训练量和更高的训练强度中突破自我。为备战此次全国赛事，李奕林更是保持着寒暑假每天7小时的训练，磨坏了2套轮滑鞋的轮子。



扫码看精彩视频

舞台上的春苗绽放

在绚丽的舞台上，评委和观众看到的是11株春苗破土而出的绽放，是独特的戏曲美学表达与高难度技巧融合。

“事实上，这支柔术节目我们已经打磨了两年，不断精进着技巧和表现形式。”教练刘雪艳告诉记者，说到柔术，很多人可能并不了解，但作为杂技家族中一个传统项目，柔术被誉为“超越极限的人体艺术”。

“湖南柔术尤以惊、险、奇、美为表现特色，强调柔韧性，肢体活动的范围尽可能地达到突破人体关节活动的极限，尤其是腰椎、髋关节等躯干的主要活动枢纽，着力表现身体曲线美。如果再结合传统戏剧的扮相身姿，传递出的东方韵味和审美将会极具魅力。”刘雪艳说，也正是因此，在收到《戏韵春苗》的表演视频后，“偶像-2025”国际马戏艺术节就给刘雪艳发来了参赛邀约。

赛事现场，有来自世界各地的33支队伍竞争，认可度最高的就是专业组的奖项。“这是我们第一次参加国际比赛，紧张又兴奋。”15岁的队员熊丁欢说，演出开始前，队员们仔细观摩了外国队伍的表演，“外国选手的风格

很随性，很会带动观众情绪。而我们的节目传统含蓄，需要用心体会”。

“没人注意到，有些队员手在不停地冒汗、发抖。”在上台前，作为“二节”的熊丁欢特意和搭档的“尖子”与“底座”加油打气、交流动作技巧。

“我们心里一直都有个信念——尽可能把各种动作最好呈现。”当《戏韵春苗》的伴奏响起湖南戏曲的旋律，台下外国观众起初有些陌生，但随着队员们用身体层层叠叠搭起，并在顶端绽放出“一字马”造型时，全场掌声雷动，最终，“湖南杂技女团”斩获专业组“铜偶像”奖。

莫斯科大马戏团长扎帕什内赞叹这支“女团”：“中国参赛节目总是创意十足，表演令人惊叹。”刘雪艳也觉得，这不仅是荣誉，更是中国杂技与传统文化交融的见证。

“杂技演员的黄金期是18~25岁，我们还很年轻！”走下领奖台，这群女孩又回到了熟悉的排练厅。腰间的淤青、指尖的老茧、湿透的训练服，依然是她们最亲密的“伙伴”。但如今，这些痕迹不再只是疼痛的印记，更是成长的勋章。

比赛现场，这群女孩的表演赢得阵阵掌声。

每一层的演员都要承受上面演员的重量，同时保持身体的平衡和姿势的优美。”李思涵告诉记者，“元宝”对“底座”演员的要求非常高，甚至有队员在训练时撑不住直接晕过去了。而长期的超负荷训练，也在她年轻的身体上留下了印记——腰肌劳损，还有自己先天性的腰椎隐裂。

面对伤痛，这个17岁的女孩展现出惊人的乐观和隐忍：“如果这个动作我不练的话，别人还要花很长时间来练，能坚持就坚持，不能因为自己耽误整个团队的进度。”

除此之外，整个队伍保持动作的稳定性，只能依靠每个角色日复一日的练习，“只要我们有一点点晃动、一点点不稳，最上面的人就可能失误，整个节目效果就毁了。”在她们看来，能站在舞台上，尤其是国际顶尖的舞台上，这一切都值得。



李奕林的速滑技巧令人赞叹。

湖南6岁轮滑姑娘收获全国双冠

今日女报 / 凤网通讯员 刘彦伶

3岁学轮滑、4岁开始比赛、6岁拿下双冠——8月10日，来自湖南张家界的6岁女孩李奕林在网上火了。她在2025年全国轮滑公开赛丽水站赛场凭借惊人表现获得200米和500米速滑双冠，圆了一个全国冠军梦。

3岁初学轮滑时，李奕林并未显露出超越常人的天赋。小小的身影在训练场的人群中穿梭，摔倒、爬起、调整姿势、再次滑行，重复循环，便是她轮滑生涯最初的日常。4岁那年，在一场湖南省级轮滑比赛现场，亲眼看见获奖选手胸前挂着闪亮奖牌，在

全场瞩目下绽放出骄傲笑容后，一个清晰而坚定的念头在李奕林心底扎了根：“我要拿全国冠军，要站到领奖台上。”

然而，此次获得双料冠军并不是李奕林首次踏上赛场。4岁起，她就活跃在各类赛事上，在一次次出发与冲刺中积累经验，年仅6岁的她已称得上是一名“老将”。

在一次湖南省轮滑公开赛中，李奕林的表现给教练刘健麟留下深刻印象，“当时她脚上磨出了两个大血泡，血

珠滋滋往外冒，上场时眼泪还在眼眶里打转。裁判喊出‘预备’口令时，眼泪被瞬间收住，发令声响的刹那，她‘嗖’地一下冲了出去，硬是咬牙拿下了第一名。”

“昨天的比赛，上场前我捏着一把汗，因为这是她距离全国冠军最近的一次。”8月11日，刘健麟说，年仅6岁的李奕林用远超年龄的坚韧与专注，扛住了所有压力。

赛场的荣光未散，追梦的脚步已迈向更远的前方。李奕林说，自己会带着对轮滑的热爱，朝着更高的目标前进，“冲刺国家队的选拔，拿下国家级运动员的称号”。