

云顶三连冠 谷爱凌不一样了

在刚刚结束的2025-2026赛季国际雪联自由式滑雪U型场地世界杯云顶站比赛中，谷爱凌顺利夺冠，这也是她连续第三个赛季在这里登顶。对谷爱凌而言，站在米兰冬奥会即将到来的节点上，这一站的意义已悄然发生变化。“现在的目标很清楚。”她说，“想在冬奥会上夺冠，首先你得站在冬奥赛场。”

勇敢

不设退路地向前走

勇敢，一直是谷爱凌最鲜明的标签之一。她的母亲谷燕曾向记者回忆过一个多年前的片段。那时谷爱凌学滑雪没多久，在雪场遇到一位练雪上技巧、也就是滑“蘑菇道”的小伙伴，提出想和她比一趟“滑蘑菇”。谷爱凌此前从未练过这个项目，没有任何经验。但为了赢下比赛，她选择了放直板冲下去。幸运的是，谷爱凌没有摔倒受伤，甚至还真的赢了那场与小伙伴的较量，但这种近乎“鲁莽”的行为却把一旁的谷燕吓得不轻。那种不设退路的向前方式，几乎贯穿了她到目前为止的整个运动生涯。

进入国际赛场后，这种勇敢转化为更具体的表现——她习惯高频参赛，也习惯在状态并不完美时站上出发台。过去几个赛季里，她曾多次带伤出战，并赢下冠军。

“我经常带伤比赛，而且每次都赢。”谷爱凌在接受采访时这样回顾过去几个赛季，“后来甚至会觉得，这是很正常的事”。

受伤、止痛、继续比赛，一度成为她应对挑战的常态。

在崇礼，这样的场景并不陌生。去年她曾在这里摔倒，却依然完成调整并夺冠。那一刻，她的坚持被视为勇气的体现。但随着奥运周期推进，这种“习惯赢、也习惯带伤赢”的状态，开始显露出代价。

今年1月和3月，谷爱凌先后经历了两次较为严重的伤病。不同于一些训练中的意外，这两次受伤都发生在技术动作中。她后来回忆说，再次挑战那些动作时，第一次需要面对心理层面的障碍。

伤病的影响很快体现在赛程上。由于恢复进度受限，她在上个赛季缺席了世锦赛、亚冬会等多项重要赛事。赛季的节奏被打断，奥运周期的时间感也随之变得清晰。

“以前更多是想着一场一场比。”她说，“后来会发现，节奏和选择同样重要。”

智慧

更聪明地去比赛

如果说勇敢让谷爱凌一次次站上出发台，那么近一年的经历，则让她开始重新理解“如何完成一个赛季”。

“以前我会觉得，只要还能站上赛场，就继续比。”她说，“但现在会意识到，有些选择并不聪明。”在她看来，奥运年与其他年份不同。随着动作难度不断提升，更多运动员在尝试突破的同时，也承受着更高的身体风险，伤病出现得更加集中。

“赛奥运，很大一部分其实是看能不能到奥运。”她说，“能到2月份站在冬奥赛场，本身就是一个很大的目标。”这种判断，也改变了她对“赢”的理解。相比于单站比赛的结果，她开始更重视节奏管理、身体状态以及风险控制。

这种变化，在刚刚结束的崇礼世界杯比赛中体



谷爱凌在比赛中。
新华社发

据新华社

现得尤为具体。

决赛当天，外界条件并不理想，谷爱凌在赛前训练中一度对状态产生犹豫，和教练交流了很久才开始自己的首轮滑行。85.25分，暂列第二。第二轮，她没有选择进一步堆叠风险，而是通过提升动作完成度和整体稳定性完成反超，最终以91.75分夺冠。“今天练的更多是心理。”她赛后说，“在不确定的情况下，还是选择相信自己。”

“我需要更加聪明地去比赛。”谷爱凌说。

前行

知道自己该往哪里走

在这次专访中，谷爱凌回看了四张照片，分别来自她运动生涯中几个重要的时间节点。她用了四个词，概括了那一刻自己的状态——“惊讶”“破茧”“责任”“纯粹”。

“惊讶”，来自她在2020年洛桑冬青奥会的赛场，第一次真正站上世界综合性大赛的舞台。那是一种对自我的确认——原来梦想并非遥不可及。

“破茧”，对应2022年北京冬奥会。在她看来，那不仅是竞技意义上的成功，更像一次人生阶段的跃迁。

“责任”，出现在2023年站上劳伦斯世界体育奖领奖台之后。她开始更清晰地意识到，成绩之外，自己还承载着更多目光。

“纯粹”，属于2024年巴黎奥运会火炬传递的瞬间——没有胜负压力，只有对体育本身的感受与敬意。

四个词，指向四个阶段，清晰勾勒出一条并不完全围绕成绩、而是不断向外延展的成长轨迹——从确认自我，到承担角色，再到重新回望体育最本真的意义。

这种变化，也投射在她当下的感受中。“我不敢说自己在推动中国的冰雪运动上作了多大贡献。但如果哪怕有一个人，因为看了我的比赛走上雪场、开始滑雪，我都会觉得很值得。”在她看来，赢下一场比赛带来的满足感或许是短暂的，而参与到一项运动的生长过程之中，则是一种更长时间尺度上的回馈。

在米兰冬奥会周期，谷爱凌仍然会继续比赛、继续挑战，但方式已经不同。勇敢没有消失，只是被放进了更清晰的判断之中。

“现在我知道自己在往哪里走。”她说。

省冰球锦标赛 我市健儿获佳绩

本报讯（记者 付东升）由山东省体育局主办，山东省冬季运动管理中心承办的2025年“中国体育彩票杯”山东省冰球锦标赛，日前在威海冰球馆举行。来自全省21支代表队的300余名运动员参加了比赛。

潍坊瀚声学校冰球队9名运动员代表潍坊市参赛。本次锦标赛设青少年甲组、乙组两个组别，分小组赛和排位赛。赛场上，运动员们身着专业装备，精神抖擞，每一个动作都展现出扎实的基本功和顽强的拼搏精神。冰刀与冰面摩擦发出的清脆声响、球杆击球的有力回声、现场观众的加油呐喊声

交织在一起，共同谱写了一曲激情澎湃的冰雪运动赞歌。

经过5天的激烈角逐，最终，潍坊代表队取得甲组第四名的好成绩，这也是潍坊冰球队创造的历史最佳成绩。

近年来，随着“北冰南展西扩东进”战略的深入推进，冰球运动在山东各地蓬勃发展。我市积极响应号召，大力推进体教融合冰雪运动进校园、进社区，建设了一批标准冰场地，培养了众多青少年冰雪运动爱好者，为冰球运动的普及和发展奠定了坚实基础。