

冠军
亚军
第四

一娃更比一娃强

花样滑冰界俄罗斯为什么盛产天才少女?

答疑解惑

万万没想到,体育界“内卷”之路的尽头,竟是俄罗斯花样滑冰。

在昨日结束的北京冬奥会花样滑冰女单比赛中,俄罗斯三娃——瓦利耶娃、谢尔巴科娃、特鲁索娃上演“神仙打架”。为什么俄罗斯的花样滑冰界盛产天才少女?

艺术与战斗 都要勇往直前

素有“战斗民族”之称的俄罗斯,普遍生活在高寒地区。一年之中漫长的寒冷时间,让冰上运动在俄罗斯极为普遍。滑冰,是俄罗斯男女老少都非常热衷的娱乐方式。

良好的国民基础为俄罗斯开展冰雪运动提供了众多的储备人才。然而众所周知,花样滑冰是一项富有艺术性的运动项目,惊险的跳跃、极致的旋转、优美的滑行姿态,还有藏在一个个动作后的故事和情感,共同成就了花样滑冰“冰上芭蕾”的美誉。

若仅仅是冰雪项目群众基础好,为何不见同处高纬度、同样被严寒笼罩的挪威、芬兰等国,在花样滑冰上拥有如此恐怖的统治力?不要忘了,所谓“冰上芭蕾”,芭蕾才是重点。不过是把芭蕾舞挪到冰面上表演,对于这一艺术形式发源之地的人们来说,又算什么难事?

我们都被“战斗民族”的戏称“迷惑”了太久,忽视了写在俄罗斯人骨子里的浪漫与艺术的基因。

这是一个诞生过普希金、康定斯基、柴可夫斯基等一众艺术巨匠的王国:他们的文学深沉而宽广,他们的绘画独特而崇高,他们的音乐壮丽辉煌……然而,他们犹嫌不足——“适当发展作为一项运动的滑冰艺术”,艺术之光被他们广泛地带往了各个领域。

值得一提的是,不止花样滑冰,在其他兼具艺术性与竞技性的运动项目上,俄罗斯也是当之无愧的霸主。花样游泳的双人和团体项目自1998年以后,其他国家只能仰望俄罗斯自己不断刷新的高度,继而争夺一下银牌。

第四:瓦利耶娃
新华社发

冠军:
谢尔巴科娃

亚军:
特鲁索娃

天才基本法:年龄? 训练? 饮食?

其实在花样滑冰项目上,俄罗斯并非生而有之的霸主。此前的漫长时期,俄罗斯虽然也可跻身世界一流花滑强队,但与当下的如日中天,不可相提并论。尤其是近来因为太卷被网友热议的女单,直到2014年索契冬奥会,俄罗斯才收获了他们的第一枚奥运会金牌。

短短10余年间,俄罗斯女子花滑何以统治冰场?这里不得不提一个人,她就是俄罗斯“三娃”的教练,Eteri。因其留着一头神似泡面的大波浪,在中国,许多花滑粉丝称呼她为“面姐”。

面姐的成功与俄罗斯国内大力扶持冰上运动的潮流密不可分。但最终让她在一众教练的激烈竞争中脱颖而出的决定因素,在于面

姐摸索出了一条“终南捷径”。这一秘诀便是,利用花样滑冰成年组的最低年龄限制,招一批适龄少女,然后借助发育前的几年,疯狂刷技术难度。

对于自己精心挑选出的好苗子,面姐魔鬼般的训练方式是女孩们更大的考验。面姐要求手下的选手每日练满12个小时,哪怕身体不适,也需咬牙坚持。此外,为了维持住轻盈的身材,面姐严格管控女孩们的饮食。

所以,天才光芒的背后是什么?先天身体条件自不待言,最重要的,还是日复一日如苦行僧般的付出。在不为人知的训练场上,她们经历了上千次的跳跃,数不清的摔倒,只为比赛中一次最美的飞翔。而与此同时,她们这样的跳跃还需忍受饥饿。

绽放之后迅速凋零

在中国,最负盛名的花样滑冰运动员非申雪、赵宏博莫属,他们四度征战冬奥最终圆梦金牌的故事更是为人津津乐道。但是,不是所有的花样滑冰运动员都能拥有如申雪和赵宏博般长久的运动生命。平昌冬奥会的冠军扎吉托娃在本次冬奥会中已经担任起了解说,而曾横扫平昌赛季的梅德韦杰娃,更是在两年前很难再出成绩,继而销声匿迹于冰场。

花期过于短暂,是这一代俄罗斯花样滑冰女运动员共同面对的问题。瓦利耶娃现下只有15岁,而扎吉托娃奥运摘金时也仅仅15岁,她们在十四五岁时即完

成了世界最高难度的跳跃,看起来前路一片光明。殊不知,15岁时达到的高度,可能便是她们一生的巅峰。接着,她们会如自由落体一般迅速坠落,然后因为惨淡的成绩,挥泪告别冰场。

除去女选手们视作“洪水猛兽”的发育大关,并不科学的训练方式加剧了她们的衰落。在这批俄罗斯选手横空出世之前,4周跳曾被普遍认为是女子运动员不可能完成的动作。

4周跳的完成,对于跳跃的高度和旋转的速度要求极高。以十三四岁尚未成型的体量,去一次次跃起,再重重摔倒在冰面上,这带给身体的,是不可逆转的、难以愈合的损伤。只是,15岁的花季少女如雨后春笋,一茬接着一茬。据《天目新闻》