



殷剑,人们知道这个名字还是在2004年雅典奥运会上,她在帆板项目女子米斯特拉级上勇夺一枚银牌。8月20日,北京奥运会女子帆板奖牌轮比赛上,殷剑以净积分39分夺得帆板尼尔级金牌,这是中国代表团海上军团夺得的历史上第一块奥运金牌,这位来自四川的辣妹子又一次让世人记住了她的名字……

## 殷剑勇夺首枚女子帆板奥运金牌

# 十年磨剑 直挂云帆



### 十年磨剑之 幕后故事

殷剑从事帆板运动,纯属偶然。据殷剑的师姐黄英(现为邛海水运动学校教练)回忆:“1992年,水校校长贵成忠到各县去招生,当时殷剑与一位好友到邛海水校玩,听说可以报名练帆板,她们就报了。”被水校录取后,殷剑曾悄悄告诉师姐,她虽在邛海边长大,但对帆板项目一无所知,

### 结缘帆板只为农转非

她说报名水校只是想争取转正,这样一来户口就可以农转非了。黄英介绍,小师妹在入选水校时仅有14岁,正在读初二,但她的身高有1.65米,瘦长。在这里,初入门道的殷剑表现出了极好的运动天赋,她对帆板各种技巧的掌握非常快,进步神速,常被表扬。



### 十年磨剑之 成长之路

#### 骄傲自满曾被开除

在海南接受训练时,初入门道的殷剑对帆板的各种技巧掌握得非常快,进步速度惊人。被赞誉声包围的殷剑不禁有点飘飘然,这种精神状态立马在训练中显现出来。这种情形引起了教练的担忧,经过仔细权衡后,教练贵成忠毅然决定将殷剑开除回家。好在殷剑很快意识到了自己的问题,开始频繁给教练打电话、写信向教练检讨承认自己的错误。而教练也只是想“教训”一下殷剑,并没有真正想把她开除。最终,殷剑还是回到了省队。

#### 满身伤病差点退役

2004年雅典奥运会,殷剑勇夺帆板项目女子米斯特拉级银牌,给人们带来了不少惊喜。人们希望她能在北京奥运会上再创佳绩。但由于严重的腿伤,殷剑一度从人们的视野中消失。“当时连上楼梯都费劲,阴雨天更是痛得要命。”殷剑回忆道。十运会上,仅仅第五名的成绩一度使

### 曾开小吃店当老板娘

殷剑萌生了强烈的退役。但最终还是抵挡不住北京奥运会的诱惑,为了奥运金牌的梦想,满身伤病的殷剑还是毅然地选择了坚持。

#### 辣妹子开过小吃店

四川长大的殷剑从小就有一种辣妹子倔强。在被开除那阵儿,从小就脾气倔强的她立即向家里借了200元钱,加上几个朋友的集资,她们在邛海水校附近开了一家小吃店做起了生意。可惜,她和几个合伙人都是名副其实的“吃家”,往往是东西还没卖出去,就落到了她们嘴里。而且她们还特别豪爽,遇到熟人光顾经常主动买单。最后小吃店实在是支撑不下去了,于是当初开店的几个好朋友大吃了一顿后,把小吃店最后的家当“瓜分”了,殷剑分到了装盐调味盒。几个月后,殷剑改过自新,于是又回到省队“重操旧业”。



### 十年磨剑之 心灵鸡汤

由于拿过雅典奥运会的银牌,此次殷剑出赛,被寄予厚望。这种厚望给殷剑增添了许多压力,比赛中的挫折使殷剑的这种压力积压到极限。殷剑在不擅长的大风环境下比赛,她的成绩很不理想。最让殷剑难过的是,由于发挥失常,她受到了教练的严厉批评,这让自尊心很强的她受不了,她决定打电话回家向母亲倾诉。“从小到大,殷剑都很少在我面前哭,可想而知她现在的压力有多大。”听到女儿的哭声,母亲徐品兰的心都要碎了,她给女儿唱起了小时候喜欢听的山歌。在母亲

### 妈妈唱山歌为她减压

的抚慰下,殷剑渐渐平静下来。徐品兰怕浪费殷剑的电话费,叫她挂了,女儿的一句话却让她泪流满面,“多和我聊几句吧,在这里,没有人可以和我说话,我很孤独”。徐品兰陪殷剑聊了很久,她安慰殷剑要把这种压力当成一种鞭策。母亲的抚慰果然起了作用,殷剑在比赛中重拾霸气。



### 十年磨剑之 爱的代价

女孩子天性爱美,而帆板成天在风浪中训练。一个女孩子要让日光晒得如同一个黑姑娘一样,脸上全是黑斑,愿意的人不多。不论刮风下雨、天寒地冻都要在风浪中训练,这就要付出美丽的代价。但为了练帆板,殷剑不惜以美丽为代价,常年的帆板训练使得皮肤晒黑,脸上长黑斑。但不管多少困难,都抵挡不住殷剑对奥运金牌的渴望。昨天夺冠后,她也终于实现了自己和中国帆船队的梦想。

### 为金牌牺牲美丽

晚报奥运报道联盟

#### 时间 比赛结果

08-20	6
08-19	1
08-18	8
08-18	8
08-17	7
08-17	13
08-15	3
08-12	3
08-12	1
08-11	1
08-11	1

#### 殷剑成绩表



殷剑在领奖台上激动落泪

殷剑在领奖台上向观众致意



#### 帆板比赛

奥运会运动员限额为400名,270条帆船参赛。每个国家或地区每个项目只允许一条船参赛。竞赛共进行11轮(49人级16轮),前10轮(49人级前15轮)选其中最好的9轮(49人级14轮)成绩来计算每条帆船的名次。奥运会的帆板比赛共有11轮,每一轮以排名多少计分,第一名计一分。最终得分规则是11轮总分减去最差一轮成绩,得分最低者第一。这就要求运动员最多只能有一次严重失误,其他10轮比赛均要保持名次靠前。

# 聘

●主管3名  
●社区服务人员10名

要求:25岁-45岁,高中以上学历,沟通能力强,有责任心。  
待遇:月薪3000元以上,三金+双休+带薪旅游。

电话:13676983938

# 诚聘

●社区工作人员:高中以上学历,25岁-45岁。  
待遇:1500元以上,底薪+奖金+三金+双休  
●行政内勤2名:待遇面议。  
电话:15838358526