

# 徐菁 预赛失误 决赛逆风翻盘

## 轮滑少女 勇夺全运会金牌背后的故事



徐菁与她的教练、队友



徐菁和她的爸爸徐康强



潘宇烁(左一)和参赛选手

比赛中的徐菁

### 从未经历过如此惊险的比赛

回忆起夺取这枚金牌的过程，徐菁说：当天上午预赛首轮，徐菁就出现了失误，排名仅第12名。接下来每一轮遇到的对手又都特别强，所以徐菁能顶住压力拿下这块金牌，非常不容易。

这次比赛对徐菁来说的确是场硬仗，她坦言：这场比赛赢得艰难，我把几个最强的对手都比了一遍，这是赛前我没有预想到的。

因为经常在比赛中相遇，徐菁和对手们对彼此的实力都比较了解，包括徐菁在内的4位选手成绩几乎常年稳定在前四，所以在她们预想的情况中，至少在半决赛之前，徐菁不会遇到强敌。

但是没想到，在预赛中有位选手排到了第六名，这就导致我从第二轮开始就一直遇到强敌。徐菁说。

从发令枪响到冲过终点，这个项目的得奖成绩基本在5秒以内，决定胜负的往往是精确到小数点后三位的毫厘之差。

徐菁回忆起了这场比赛的紧张瞬间：第二轮比赛中，我第一把赢了对手0.005秒，第二把她赢了我0.002秒。当时觉得体力已经有点不够了，第三把就奋力一搏，还好发挥得不错，终于拿下了这轮的胜利。但最紧张的是在决赛的第一把，第一把结束后屏幕显示对手成绩比我快了0.001秒，但是随后裁判发现对手漏过了一个桩，所以成绩要加上0.2秒。总之，很庆幸也很幸运自己能拿下这枚宝贵的金牌。

赛前，徐菁爸爸徐康强一人驱车前往1000多公里之外的惠州，只为了为女儿争取多一点的休息时间：比赛从上午一直持续到下午，自己开车的话能更快送女儿回酒店休息。

颁奖仪式设置在比赛的第二天10月19日，这天也是徐康强的生日。

在领奖台上，父女俩留下了一张合影，徐康强一只手比耶，笑得没了眼睛。我想这块金牌是送给我爸爸最好的生日礼物。徐菁说。

### 天才少女因此加倍努力

你认为自己是天才型选手吗？面对记者的提问，徐菁摇了摇头：其实，我的体型不算有优势，有些选手下肢比较长，助跑的12米距离只要7步就能完成，而我需要8步。不过，我的优势在于肌肉比较大，下肢更加有力、稳定。要让腿摆动的频率更高，我需要不断训练。

实际上，这块金牌给徐菁带来的鼓舞格外及时。今年以来，她的比赛和训练状态都不是很好，8月，徐菁崴了一只脚，10月又崴了另外一只，脚一度肿得穿不上训练鞋。在今年的亚锦赛中，以第一名入选的徐菁却在正式比赛中发生了失误，仅取得12名。

我是上一届亚锦赛的冠军，这一届却没能取得好成绩，当时心理落差还是挺大的。后来，我一个人跑到丽水训练，状态缓回来一点，在随后的全国自由式轮滑锦标赛中拿到了冠军。徐菁说。

徐菁今年的成绩波动，潘宇烁都看在眼里。他不仅是徐菁的教练，也是她的同门师兄，同时在第十三届全运会中夺得了该项目男子组的金牌。相似的成长经历让他十分理解徐菁目前的状态：其实，徐菁的技术是非常过硬的，她对自己的要求也很高。今年成绩的波动可能与心态有关。现在她正在读高二，文化课的学业压力逐渐变大，也会影响比赛状态。她的很多对手都是全职训练的，她还需要兼顾文化课的学习，训练时间只有别人的三分之一，这给她带来更多的压力。这次比赛，她打了一场漂亮的翻身仗，相信对她是很好的鼓舞。

除了心态上要征服大山，身体上的疼痛也需要克服。作为运动员，伤病在所难免。除了今年崴脚，徐菁的腰也有些损伤。助跑的时候需要将腰弯得很低，所以这个项目的运动员多少都有些腰伤。徐菁的妈妈王伟英说。因此，每周两次前往金华理疗成了徐菁一家的必修课。为了将有限的时间高效利用，徐康强进行了详细规划：上午的课上完后，我就马上接上她，在车里准备好午饭，在路上解决吃饭问题。做完理疗和训练后，我再把她送回学校上课，尽量不耽误学习时间。

### 赛场之外 创造更多精彩

除了金牌，徐菁还通过轮滑收获了许多珍贵的经历，结交了很多优秀的朋友。其实，我和几个相熟的手私下是很好的朋友，平时会在网上聊天，节日、生日也会彼此祝福。这次比赛结束当天，我还和前三名的选手在酒店畅聊到了凌晨3点。我觉得这些经历是更多精彩。徐菁说。

而在潘宇烁看来，他和徐菁既是教练与学员，也是朋友。有时，徐菁不会主动倾诉压力与苦恼，但潘宇烁也能察觉：同样是运动员，我也会以过来人的身份和她聊天，帮她舒缓一下心情。今年2月份，潘宇烁为了激励徐菁，和她约定，如果她拿下全运会的冠军，就奖励她一副蓝牙耳机，结果她真的拿到了。我当晚就去买了那副耳机给她。他说。

与很多对手不同的是，徐菁在训练轮滑的同时，也没放松文化课的学习。目前就读于永康一中高二年级的她，文化课保持着年级前100名的成绩，担子的两头维持着难得的平衡。

然而，这样的平衡并非一开始就能达到。去年9月刚入学永康一中时，徐菁正在备赛2024年世界全项目轮滑锦标赛。当她摘得自由式轮滑速度过桩比赛银牌回校后，却在文化课考试中有好几个E等级，她感到了巨大的落差。

王伟英仍记得她那时的焦虑：她的学习成绩一直都很好，初中的时候落下了课，花一两个星期就能补回来。但上了高中以后，课程更多更难，在补前面课的同时，老师还不断在上新课，追赶起来更困难了。

要强的徐菁开始恶补落下的文化课。在学校里，老师们都很愿意为她提供帮助，利用课外时间给她补课、讲题。晚上回到家后，她找了许多网课资源，一边看网课一边做题。就这样一点点追赶，她的成绩慢慢靠前。这让王伟英很惊喜：她的学习能力确实超出我的预期。原先我们想让她在外面补课，但她不喜欢。没想到她真的靠自己把课补了回来，挺不容易的。

除了轮滑这条路之外，我想给我未来的人生创造更多的可能性，所以文化课的成绩我也不会放松。徐菁说，今年的计划就是好好准备接下来的世锦赛，希望能取得一个好成绩。明年起，我会放更多精力在文化课的学习上，争取考上理想的大学。



获奖证书与奖牌