



离不开“水世界”的梅雪

从花游冠军到首位桨板划行长江三峡的女选手

新青年 | 上封面

封面人物大型系列报道

华西都市报-封面新闻
记者 陈甘露 汤晨

8月中旬,遂宁的一个户外大型泳池,梅雪在桨板上做了个瑜伽下犬式动作,一会儿她又在桨板上跳绳,甚至在桨板上玩一个花游抛跳动作,然后摔入水中……掉入水中的那一刻,梅雪感受到了久违的熟悉,这是和自己“相依为命”近20年的水,也是一辈子分不开的水世界。

曾经,梅雪是中国传统强队四川花游队的一员,她是被抛出水面感受飞翔的那个“尖子”。退役后,一个偶然的机会,她爱上了桨板运动,成为全球首位桨板划行长江三峡的女选手。

9岁和水结缘 “分不开”了

长相甜美、柔韧性好的梅雪,小时候一直在练艺术体操,9岁那年一个偶然的机会,她被体校教练看中,开始练习花游。“当时教练应该是觉得,一方面是我柔韧性比较好,一方面我已经会一些技巧类的动作,所以后来我一直担任花游里面托举的‘尖子’(负责抛跳)。”

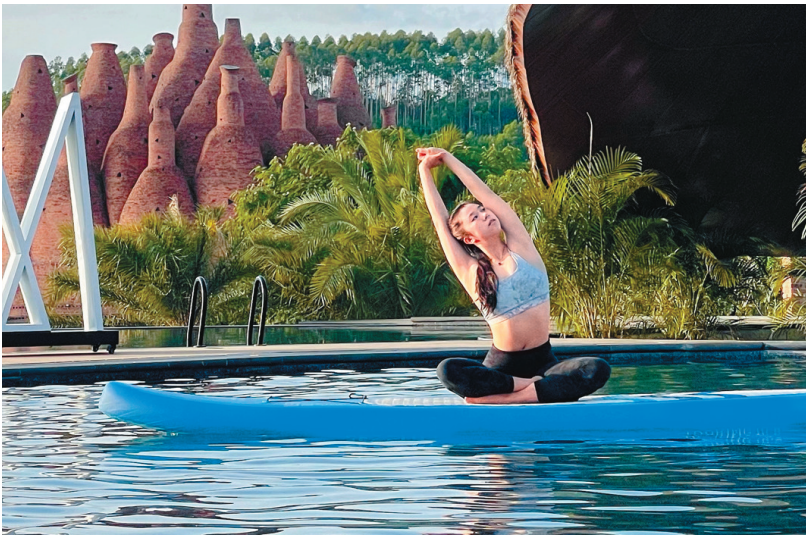
那时的梅雪不曾想到,自己将和水“纠缠不清”。

一直担任“尖子”,最害怕的当然是比赛中抛跳那一刻失误,“我从小每一场比赛前都会很紧张,担心托举动作做不好,长大了、比多了以后,虽然还是会有些紧张,但我完全相信队友,只要我们配合好,发挥出平时训练的水平,就基本上不会出现失误。”

梅雪记得,2010年去俄罗斯比赛时,因为比赛池和平时训练的深度不太一样,她和队友一直犯错误,“当时上场前都急哭了,然后领队先安慰了我,然后一起认真真分析,最后比赛的结果是,我们托举成功了。”回忆起练花游时的点滴,梅雪说,自己依然很舍不得,放不下这个项目,也舍不得那些年和队友们一起训练比赛的日子。“我们拿全国冠军的那场比赛,之前的训练就已经非常辛苦,每天在泳池最长的时间有11个小时。从早上很早就训练,午餐就在池边,吃完午饭就在池边铺个瑜伽垫休息一下,然后再练到晚上,教练、领队、队医都一直陪着我们。所以我觉得这个项目带给我的东西,是我不当运动员、不接触花样游泳可能永远体会不到的。”

从游泳馆到户外 爱上桨板

运动员退役后,梅雪没有离开水,她选择成为了一名花样游泳的教练。2017年一个偶然的机会,她接触到了桨板这个运动。“当时是出去旅行,然后接触到,慢慢我觉得这对我来说是一个解压的运动。”梅雪说,刚刚退役那会,从运动员的身份转换到教练,有许多不适应,“前面十几年都是作为运动员被教练关注着,但转换到教练身份后,更多会去关注运动员,然后去试着理解他们,在这中间



梅雪在完成桨板瑜伽动作。



梅雪练花游时是负责抛跳的“尖子”。

我遇到了很多困难,但是每到周日,和朋友一起带上桨板到成都周边玩一玩划一划,是我每周最轻松的时刻。”

可能是有花样游泳的基础,再加上对水天然的熟悉感,梅雪很快就掌握了桨板的技巧,从小一直在游泳馆训练的她,感受到了这项户外运动的快乐。“我觉得花样游泳这个项目,带给我的收获更多是责任感,比如,对队友负责,对同伴负责,但是桨板更多是收获了很多朋友在一起的快乐,我很欣赏羡慕玩户外的人,他们性格里的那种洒脱。”

6小时划行长江三峡 差点放弃

2019年元旦,梅雪干了一件疯狂的事情——在长江三峡划行。“当时只有我一个女孩子,其实1月份天气很冷,我穿得很厚但依然感觉到冷,也穿了涉水鞋,但因为打湿了所以也冷。”冬天再加上三峡特殊的地貌,风是最让梅雪头疼的。“三峡的风比较大,对我来说是很大的挑战,中途一度想放弃,我跟队友说,‘能不能找一个船让我回去了?然后他说没有船’。”就这样,梅雪硬着头皮划了五六个小时,坚持划完了21公里。“一个女孩子去划行长江三峡,可能很多人看来是很疯狂的事,但我最后坚持下来,这个经历还是蛮难忘的。”手磨出水泡、脚也泡白了,梅雪说,这些和曾经运动员时经历的训练、伤病相比,也不算特别困难。

后来,梅雪尝试了好几次半马距离的划行,比如在杭州湿地公园等,但她至今都依然对划行三峡念念不忘。

而在梅雪心中,她最想打卡的圣地是西藏,“那边的水域我是每看一次都有想飞过去的冲动,从我2017年接触桨板之后,就想到西藏去划行,但这个愿望到现在都还没实现。”

如今,梅雪收获了美国ACA认证桨板教练、全球开放水域桨板瑜伽教练、国家体育总局水上运动管理中心桨板瑜伽教练的认证,成为一名桨板运动从业者。谈到成都桨板运动的发展,梅雪认为目前发展还挺好,“这项运动门槛我觉得要求比花游低很多,到户外去划行的话,不会游泳的爱好者也可以去玩,因为会穿救生衣,然后脚和桨板也有连接。”

梅雪说,桨板落水的过程和生活很像,“有时遇到困难你会落水,但你会慢慢爬上桨板,再重新开始,我觉得这个过程蛮有意义。”而她对于新青年的看法是,“阳光可能就是我们这个年龄段应该有的一个标签。同时新青年需要创新,其实我们也要多去接触和吸收一些新事物,然后通过我们自己的一些想法,做出更多新的东西。”

让青春力量激荡,让青春正气昂扬。
封面新闻长期面向全社会,公开征集“你心中的新青年”人选。
哪些向前奔跑的身影曾感动过你?
快来给我们推荐吧!

推荐方式

欢迎通过封面新闻APP的爆料平台,推荐你心目中能够代表中国力量的新青年;与此同时,也可以在封面新闻微博、微信等平台的相关稿件下方留言,欢迎向我们推荐。

推荐标准

- ①年轻:14-40周岁
- ②正能量:热爱祖国、热爱人民、热爱社会主义
- ③责任感:遵纪守法,品德高尚,甘于奉献
- ④创新力:勤于学习,善于创造
- ⑤引领风潮:在本职岗位上取得突出成绩,具有良好的社会影响

知冷暖

成都市区天气情况

今日

22-30℃

阴间多云有中雨
偏北风1-2级

明日

22-31℃

阴间多云有小雨到中雨
偏北风1-2级

省内主要城市今明两日天气

马尔康	阵雨	14-26℃	阵雨转多云	13-25℃
康定	阵雨	13-21℃	阵雨转阴	14-22℃
西昌	阵雨	19-27℃	阴转阵雨	20-28℃
攀枝花	阵雨	20-29℃	阵雨	21-30℃
广元	阵雨	23-31℃	多云转阵雨	23-34℃
绵阳	阵雨转中雨	24-30℃	多云转阵雨	25-33℃
遂宁	阵雨	25-33℃	雷阵雨转阵雨	26-33℃
德阳	阵雨	23-30℃	多云	24-31℃
雅安	阵雨	23-29℃	阵雨	23-30℃
乐山	阵雨	25-31℃	阵雨	25-32℃
眉山	阵雨	24-30℃	阵雨	24-32℃
资阳	阵雨	24-32℃	阵雨	25-32℃
内江	雷阵雨转阵雨	25-34℃	雷阵雨转阵雨	26-33℃
自贡	阵雨	25-33℃	阵雨	26-33℃
宜宾	雷阵雨转阵雨	25-33℃	阵雨	26-33℃
泸州	雷阵雨转阵雨	25-34℃	阵雨转阴	26-33℃
南充	雷阵雨转阵雨	26-34℃	阵雨	26-33℃
广安	阵雨	26-34℃	阵雨转多云	26-33℃
巴中	阵雨	25-33℃	阵雨	25-33℃
达州	雷阵雨转阵雨	26-35℃	雷阵雨转多云	26-34℃

同呼吸

18日空气质量

成都(17时)

AQI指数 35 空气质量 优

优: 泸州、广元、巴中、马尔康、康定、遂宁、西昌、达州、绵阳、德阳、攀枝花、内江、南充、眉山、宜宾、广安、雅安、资阳、乐山、自贡

19日空气质量预报

成都主城区

AQI指数 40—70

空气质量等级: 优或良

成都平原大部城市为优或良;
川南部分及川东北部分城市为优或良;
盆地其余城市为优或良;
攀西地区和川西高原大部城市为优或良;
全省首要污染物以PM2.5为主。

(数据来源:各地环保部门官方网站)

体彩

中国体育彩票8月18日开奖结果

超级大乐透第21095期全国销售279549610元。开奖号码:10、15、19、20、30、11、12。一等奖基本2注,单注奖金1000万元,追加1注,单注奖金800万元。二等奖基本116注,单注奖金114636元,追加37注,单注奖金91708元。三等奖422注,单注奖金10000元。962561875.79元奖金滚入下期奖池。

排列3第21220期全国销售29661720元。开奖号码:127。直选全国中奖7506(四川536)注,单注奖金1040元;组选6全国中奖28396(四川1220)注,单注奖金173元。39530432.23元奖金滚入下期奖池。

排列5第21220期全国销售14117442元。开奖号码:12702。一等奖189注,单注奖金10万元。363684803.66元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日期为2021年10月18日。以开奖现场公证后的结果为准。