从前世界第一到兼职运动员，30岁后开始“玩”乒乓

——专访国乒原主力朱雨玲

□新华社记者 樊欣阳

近日，在世界乒乓球职业大联盟（WTT）常规挑战赛太原站女单决赛中，中国澳门队的朱雨玲不敌日本选手桥本帆乃香，获得亚军。自去年9月复出后，朱雨玲代表中国澳门队参加了多项赛事，世界排名也一路飙升至现在的第18名。30岁的她曾经是女单世界第一，获得过多项世界冠军和亚洲冠军，却在巅峰时因病告别国乒。从转身离开，到笑着回归，她经历了什么？

从国乒一号位离开

参加奥运会是每个运动员的梦想。朱雨玲5岁开始学乒乓球，一路成长，四处征战。2017年，她荣登世界第一，坐稳国乒女单一号位，随队获得多项世界冠军，只待东京奥运会圆梦。

然而，2020年成了朱雨玲人生的转折点，她的免疫系统出现问题，严重影响了竞技状态，经过手术治疗后开始休养，逐渐退出了国家队的序列，梦想变得遥不可及。

朱雨玲把那段经历称作“人生的至暗时刻”。她说：“那段时间我心情很复杂。有不舍，有无奈，也低落了很长一段时间。”在家人的陪伴和鼓励中，朱雨玲挺了过来，康复后她没有立刻重新回到赛场，而是翻开了新的“人生篇章”，但最初的梦还在。

拿起球拍重上“战场”

2024年WTT澳门冠军赛上，朱雨玲回来了。

乒坛的诸多变化让她觉得既新鲜又刺激。“我觉得现在的乒乓球还在不断发展，打法趋于简单和快速，这和我当初打比赛有很大不同。”朱雨玲说，“比赛前一晚我既激动又忐忑，更有久违赛场的陌生感。”

在澳门冠军赛女单首轮比赛中，朱雨玲战胜波兰选手巴约，虽然之后止步16强，但这一切对她来说像做梦一样，“我从来没想过能健康地再回到赛场上”。

输了一场比赛，如今的朱雨玲不会钻牛角尖，而是看淡胜负。“因为现在每一场比赛的结果都无法影响我的人生轨迹。”

再回赛场，朱雨玲从“小朱”变成了“小朱姐”，每次赛后采访中，她总能笑盈盈地面对比赛结果。用她的话来说，就是从“打乒乓球”的专业选手，变成了“玩乒乓球”的兼职运动员。她“金句频出”，被网友戏称为“乒坛哲学家”。

“我的世界大了，乒乓球就小了”

离开国乒后，朱雨玲变成了“斜杠青年”，拥有了多重身份。她先是去电子科技大学经管学院读博士，读书期间，导师的一句话让朱雨玲“醍醐灌顶”。

“她在面试时对我说，我可能是被乒乓球耽误了的博士生。你知道那种感觉吗？我在乒乓球以外的世界获得了肯定，那是一种开启新世界的‘灵光’。”朱雨玲说。

此前的二十多年，乒乓球是她生活中的绝对重心，训练、比赛、赢球、复盘……是生活常态，乒乓球也是她很长一段时间中唯一的特长与优势。获得导师的肯定后，朱雨玲开始在学术和教学领域深耕。2023年，朱雨玲到天津大学体育部任教，在与学生们的相处和交流中，她逐渐萌生了重回赛场的勇气与动力。

“他们希望看到我回到赛场，我突然获得了一种要给学生们做榜样的力量。”

WTT太原站的决赛，朱雨玲的学生从天津赶来为“朱老师”加油。“当老师的幸福在此刻具像化了。”她说。

人民教师、在读博士、乒乓球运动员……在不同身份中来回切换的朱雨玲，找到了生活中更多的可能性。

“说实话，乒乓球不过是我现在生活的五分之一。”朱雨玲直言。或许正是这样的心态，让她在比赛中有了更好的发挥。打进太原站决赛后，被问到胜利的秘诀时，朱雨玲说：“我见识到了乒乓球以外的天地，发现如今的乒乓球已不是我的唯一。我的世界变得大了，乒乓球在我眼里就小了，所以胜负对我而言没那么重要了。”

谈到未来对自己的期待，朱雨玲干脆利落地回答道：“永远爱这个世界，慢度每一天。”

王楚钦无缘决赛

4月19日，在中国澳门举行的2025年国际乒联男子及女子世界杯男单半决赛中，中国选手王楚钦3比4不敌巴西选手雨果·卡尔德拉诺，无缘决赛。图为王楚钦在比赛中回球。新华社记者 陈铎 摄

河北：赛事经济跑出“新速度”

新华社石家庄4月19日电（记者 杨帆 邹尚伯）19日，2025河北省赛事经济暨户外运动产业大会在河北省保定市举行。会上发布的《河北省赛事经济发展报告（2024-2025）》显示，2024年河北举办各类体育赛事活动4760场，吸引1091.31万人参赛和观赛，带动消费超162亿元，赛事经济跑出“新速度”。

河北发展赛事经济，特别是户外运动产业，具有独特的区位优势、市场优势和资源优势。河北毗邻京津，拥有全国最大的体育消费人群之一；河北拥有冬奥场馆以及多个国家级滑雪旅游度假地和体育旅游示范基地；河北是我国地形地貌最全的省份，适合举办各类户外项目和赛事活动。

通过扩大赛事数量、提升赛事等级、拓展赛事影响力，河北在发展冰雪经济方面再上新台阶。河北省体育局副局长田建功介绍：“2024-2025雪季，河北省举办冰雪类专业体育赛事260场，其中国际雪上赛事8场、国家级冰雪赛事22场，分别占全国举办总数的44.4%和40%，均位居全国第一。”

记者采访了解到，河北通过场馆适应性改造、优化服务水平、提升赛事等级、畅通交通网络等举措，让冬奥小城崇礼迎来越来越多的赛事和客流。

“2024-2025雪季，崇礼接待游客突破520万人次，同比增长18%。北京冬奥会竞赛场馆云顶滑雪公园接待游客50万余人次，同比增长23.5%，包含国家跳台滑雪中心、国家冬季两项中心、国家越野滑雪中心、张家口冬奥村的崇礼奥林匹克公园‘三场一村’实现盈余。”田建功说。

河北省体育局局长王彪表示：“在2024年取得良好发展态势的基础上，今年第一季度河北举办各类体育赛事1435场，吸引参赛人员和观众259.49万人，直接带动消费超过43亿元。”

射击世界杯秘鲁站

苏连博凡速射摘银

新华社利马4月18日电 2025年射击世界杯秘鲁站18日进行了男子25米手枪速射项目的争夺，20岁的中国队选手苏连博凡摘得银牌。

中国队在本站赛事派出5名选手参加男子25米手枪速射比赛，3名选手正式参赛，另两位选手持RPO名额（只参加资格赛阶段比赛）。资格赛阶段，5名中国队选手中有4名成绩排在前十位，苏连博凡与队友朱豪杰携手进入决赛争夺。

决赛中，苏连博凡在前半段进入状态较慢，排名靠后，但在进入淘汰赛阶段后，他逐渐追上，通过一轮5枪全中进入前三，并在加赛中淘汰了德国名将雷茨，进入冠军争夺。

最后一轮射击之前，苏连博凡落后捷克选手兰普拉1中。最终，兰普拉打出全中，苏连博凡打出3中，兰普拉以30中的总成绩获得冠军，打出27中的苏连博凡获得亚军，个人首获射击世界杯奖牌。雷茨拿到铜牌，朱豪杰位列第四。

19日将进行男、女10米气步枪等项目的争夺。

尤浩获得吊环冠军

4月18日，在卡塔尔多哈举行的2025年国际体联体操世界杯多哈站吊环决赛中，中国选手尤浩获得冠军。图为尤浩在比赛中。新华社发（尼库 摄）

国象女子世界冠军赛闭幕

居文君加冕后冠

新华社重庆4月18日电 2025年国际棋联女子世界锦标赛对抗赛18日在重庆市涪陵区闭幕，在本届赛事实现四连卫冕、五度夺冠的居文君在当日的颁奖仪式上加冕后冠。

本次对抗赛在卫冕棋后居文君与挑战者谭中怡之间进行，为12盘慢棋制。开赛后两人首盘弈和，居文君第二盘告负，随后追平比分。第四盘再和后，她连胜四盘，最终在16日的比赛中速和对手，以6.5-2.5的比分提前三盘卫冕。这一过程也在18日闭幕式的现场大屏幕上呈现，将人们的思绪带回到紧张刺激的比赛时刻。

国家体育总局棋牌运动管理中心副主任赵爱国祝贺居文君第五次加冕世界棋后。他表示，国际象棋作为中国体育事业的重要组成部分，在促进国际交流、展现中国现代化成就方面发挥了积极作用。本届赛事吸引了全球千万人次关注，成为中外文化交流的重要平台。他呼吁赛事举办地继续改革创新，推动项目高质量发展，并期待国际棋联持续支持中国国象事业，助力更多青少年参与这项运动。

亚军谭中怡和冠军居文君依次登台领奖，现场掌声雷动。颁奖嘉宾为居文君颁发金牌、冠军奖杯，并让她佩戴上象征棋后荣耀的后冠和花环。居文君在获奖感言中动情地感谢了教练团队和所有支持者，并表示将继续努力，为棋迷奉献更多精彩对局。

国际棋联管理委员会副主任达娜·雷兹尼斯当日表示，这是一场载入国际象棋史册的伟大对决，期待未来有更多女性参与国象运动，共同推动这项运动发展。

闭幕式前一天，居文君、谭中怡、国际棋联司库诸宸与雷兹尼斯一行来到涪陵区第七小学校教育集团兴涪校区，与孩子们下车轮战、交流心得体会，为孩子们带来了一次别开生面的国际象棋体验。

国际冰联官员盛赞中国办赛水准 期待未来更深层合作

新华社深圳4月19日电（记者 胡佳丽 王浩明）2025年国际冰联女子冰球世锦赛甲级A组赛事19日在深圳大运中心体育馆迎来最后一个比赛日，东道主中国队提前一轮完成保组目标。国际冰联理事会成员、赛会主席玛尔塔·扎瓦兹卡在接受新华社记者专访时表示，中国已具备承办更多国际冰球赛事的能力，希望看到更多中国青少年投身冰球运动。

“这是我第二次来深圳。和2023年相比，我能明显感受到这座城市的发展，尤其是在赛事组织方面的进步。”扎瓦兹卡说。

这是深圳继2023年后第二次承办冰球世锦赛，组织水平和服务细节赢得国际冰联和参赛运动员的广泛认可。

“再次来到深圳比赛感觉很有趣，这里的场地和设施条件比两年前更好了，组织者的服务很周到。”荷兰队队长萨维内·维伦加说。

法国队队长罗尔·鲍德利表示：“赛事组织和场地条件都很出色，我们需要做的就是在这片场地上发挥出最好的水平。”

扎瓦兹卡表示：“我认为深圳大运中心体育馆的冰场是本赛季我们提供给参赛队伍第三优质的冰场，酒店住宿、交通接驳等整体保障令人满意。中国已经具备承办更多国际冰球赛事的能力。”

在她看来，中国不仅在硬件方面不断提升，更在软实力——如赛事运营、国际合作、青训建设、教练员培训等方面持续推动冰球项目发展。

赛事期间，2025年女子冰球队教练员培训班（第一期）同步举行。来自芬兰和波兰的讲师为中国教练提供了系统化培训，传播先进教学理念和训练方法。

国际冰联主席吕克·塔迪夫专程出席培训班开班仪式。他表示，自2023年以来，中国冰球协会兑现了对国际冰联的全部承诺，包括多次举办国际赛事、创办职业联赛、举办教练员培训班等，国际冰联会不遗余力地支持中国冰球协会举办这样的教练培训。同时，他希望借助更多赛事活动，让中国冰球发展得越来越好。

扎瓦兹卡表示：“中国冰球协会愿意倾听、愿意学习，也愿意投入。我看到了你们在鼓励越来越多的人们去看、去熟悉冰球方面作出的努力。”

据介绍，本次赛事共有70余家媒体报名采访，赛事转播团队拥有丰富的国际大赛转播经验。扎瓦兹卡说：“我们充分信任转播团队的专业性，我们在赛后观看回放，视频画面清晰流畅，充分证明转播效果达到了行业顶尖水平。”

她还透露，国际冰联计划在未来持续与中国保持合作，包括继续举办高水平赛事、教练员培训及教练互访等交流项目。“只要提出申办意向，按照目前展示出的高标准组织能力，中国无疑是有力的候选者。”她说。

扎瓦兹卡鼓励更多中国青少年接触冰球。她说，冰球作为集体项目，不仅考验技术，更锤炼青少年的意志品质。

“我希望更多的中国青少年能走进冰场，去感受冰球的魅力。”她说，“这项运动需要你快速判断、直面挑战、相信队友，也教会你在困难中坚持不放弃，是锻炼个性、培养团队精神的绝佳平台。”

她相信，随着冰球在中国的不断发展，将有越来越多的孩子因为这项运动而找到自己的热爱和方向。“无论你想成为职业球员，还是只为了乐趣和锻炼，只要踏上冰面，你就会感受到那种独特的激情和归属感。”

“冰球大家庭永远欢迎新成员。”扎瓦兹卡微笑着说，“希望在未来的国际赛场上，能看到越来越多来自中国的身影，在这条路上不断成长、闪耀光芒。”

海东日报信息天地
扫码快速办理
欢迎广大客户到海东日报社广告部办理报刊订阅和各类信息、广告刊登业务。
遗失类广告（证照）100元（条/天）
联系电话：0972-8689578 地址：海东市乐都区碾伯大街18号海东传媒中心

地址：海东市乐都区碾伯大街18号海东传媒中心
邮政编码：810799
电话：办公室8613090
出版部8689619
融媒体中心8689526
专刊部8689576
总编室8689539
通联广告部8689578
广告经营许可证号：东工商广字第014号
零售每份：1.00元 每月定价：24元
排版：海东日报出版部
印刷：青海日报印刷厂（西宁市长江路5号）