

刘凯平 康岩 济宁报道

3月25日,在菲律宾塔盖泰举办的2026年亚洲场地自行车锦标赛上,济宁籍姑娘巩现冰与国家队队友并肩作战,以4分09秒438的优异成绩一举斩获女子4公里团体追逐赛冠军,勇破亚洲纪录,以硬核实力绽放荣光,为家乡明媚春光增色添红,更为济宁体育事业高质量发展再添亮眼一笔。从2014年被兖州区体育运动学校发掘培养,到十二年后绽放亚洲赛场,巩现冰的成长折射出济宁市基层体育人才培养的方方面面,也为济宁体育事业高质量发展再添亮眼一笔。



准备比赛的巩现冰。

济宁姑娘巩现冰亚洲赛场破纪录夺冠

# 十二年磨砺登上亚洲之巅

## 性格阳光拼搏逐梦 亚洲之巅一展英姿

走进巩现冰的家里,她过往比赛中获得奖牌被摆在显眼的位置,电视机上、屋里窗台上都是她比赛中的一些照片,这些物件像一个个时间的锚点,记录着巩现冰从兖州体校到亚洲之巅的十二年。

因为要长时间在外面训练,更多的时候,巩现冰通过电话、微信和家里联系,他们一家人的小群里,巩现冰也会时不时地发来自己近况的视频。“孩子很开朗,小学的时候听说她要走体育这条路,我和她妈妈也很支持她。”巩现冰父亲巩保臣笑着说。

在巩保臣的描述中,巩现冰有一个核心特质被反复提及——心理阳光,性格好,吃苦耐劳、不服输。这种性格特质在看重耐力训练的体育项目中尤为重要。团体追逐赛是四人配合项目,心理素质过硬的运动员,意味着她能在高压环境下保持情绪稳定,在团队冲突中扮演调和者角色。“没听过她曾经抱怨过训练有多苦,受伤都很少会给我们说。”巩保臣说。

打开巩现冰的抖音主页,除了训练的日常以外,好吃的东西占据很大的篇幅,从菲律宾街头的榴莲摊到海南的路边小店,在外出比赛的间隙,这些都成了她视频记录的主要对象。“她可能就是喜欢拍,但是不一定真的吃。”发现培养巩现冰的兖州区体育运动学校教练朱琳在一旁笑着说,运动员对饮食有严格管控,“不会随意吃喝”是一种职业化的自我约束,也是竞技体育对个体生活的占据。“不训练的时候,回到家她倒是挺喜欢吃东西,这可能是除了训练之外巩现冰少有的爱

好了。”巩保臣在一旁笑着补充说。

“刚接的一个电话,她说自己已经回国了,马上就要开始准备不久之后在香港举办的2026年国际自盟场地自行车国家杯。”谈及对女儿未来的期望,巩保臣希望她可以放松身心,也希望可以取得更好的成绩。

## 精神属性助力训练 刻苦打磨取得成就

在济宁体校自行车队教练员王雪茹眼里,巩现冰身上吃苦和极限拼搏精神让他记忆深刻。场地自行车运动有着独特的选材逻辑。与许多依赖身高臂展的竞技项目不同,室内场地自行车对运动员的体型并无苛刻要求,但对吃苦精神和极限拼搏精神要求非常高。“这项运动本身就是一项高速耐力项目,对运动员精神属性的要求还是很高的。”王雪茹回忆起初见巩现冰时的情景,最打动他的并非某项突出的身体数据,而是这个姑娘身上那股“在运动员中数一数二”的韧劲。从2014年冬天到2018年秋天,她在济宁体校度过了接近四年的基础训练期,期间展现出的刻苦程度让王雪茹确信,“这是一块值得打磨的璞玉”。

巩现冰主攻的4公里团体追逐赛,是一项对运动员综合能力要求极高的项目。从第二圈到最后一圈,4名队员需要保持极限强度的平均速度,没有最后冲刺逆转的机会,每一圈都是实打实的功率输出。这种“高速耐力”特质,要求运动员既要有爆发力维持高踏频,又要有氧能力支撑持续输出,二者缺一不可。“巩现冰的技术特点很鲜明,她速度能力出众,高速耐力更是在全国范围内处于顶尖水平。”在王雪茹

的印象里,巩现冰综合能力非常强,这种评价在场地自行车中意味着技术全面、没有明显短板。

这项运动的残酷性藏在细节里。“训练中,运动员需要长时间保持趴在飞行把上的低风阻姿势,腰肌以下的腿部爆发力量是核心,同时需要腰背肌和上肢的协同配合。”为了将风阻降至最小,王雪茹和教练团队需要反复调整器材角度,使运动员与经过风洞测试的赛车达到完美匹配。心率监控设备实时记录着训练强度,团队根据数据调整圈数分配,确保4名队员在终点前达到相同的极限状态——这种对团队平衡的追求,是团体追逐赛的精髓所在。

伤病是运动员绕不开的话题,在日复一日的力量训练中,场地自行车运动员膝盖和腰部的劳损是常见职业病,多因辅助力量训练积累所致。“这个项目重点训练部位为腰肌以下的腿部爆发力量,配合腰背肌和上肢力量,所以膝盖和腰部这两个部位容易疲劳受伤。”王雪茹感叹道,巩现冰能走到今天,意味着她不仅扛住了训练负荷,还学会了与身体对话。

在场地自行车这个项目里,天赋只是入场券,真正决定高度的,是像巩现冰这样把吃苦当作日常、在极限边缘反复试探的运动员。“巩现冰未来的路还很长,希望她在今年9月的亚运会中可以有很好的发挥,也希望在接下来的国际比赛中取得优异成绩,争取2028年奥运会的参赛资格。”王雪茹笑着说。

## 双轨育才强基选优 赛事赋能促健兴城

巩现冰的故事不仅是个人奋斗史,也是兖州以及济宁体

育事业发展的缩影。

兖州在体育人才培养上探索出一套“双轨制”。“一方面,体校教练分组对接城乡学校,通过体育课、课间操、立定跳远测试筛选苗子;另一方面,与社会力量办学密切合作,依托各大俱乐部组建运动队,优中选优向市体校、省体校输送。”兖州区体育事业发展中心主任赵明清说,这种模式的优势在于覆盖面广、筛选成本可控。赛事经济是另一个发力点。去年兖州区举办了半程马拉松、篮球联赛、全国争霸赛中外武术邀请赛等赛事,以赛带练、以赛促健。

济宁体育工作亮点频现、成果丰硕。赛事品牌建设成绩突出,构建起贯穿全年的特色赛事矩阵。济宁马拉松、“朝圣之路”自行车系列赛、“至圣之路”摩托车系列赛、JNBA篮球联赛、“水浒英雄”武术大会等赛事,各具魅力、精彩纷呈。其中,2025济宁马拉松成为网络焦点,全网收获9.34亿点赞量,在全市掀起路跑热潮,让全民健身理念深入人心。4月6日,2026济宁马拉松在全民健身广场鸣枪开跑,这是济宁第二次举办马拉松。从首届的破冰启程,到今年的成熟进阶,这场赛事,既是跑者挑战自我的竞技场,也是城市展示形象的会客厅。

全民健身活动开展得红红火火。济宁市第十五届市县全民健身运动会规模持续扩大,参与人数不断增多,更多市民投身健身热潮,享受运动带来的快乐。竞技体育成绩更是令人瞩目,在第十五届全运会上,济宁体育健儿斩获6金6银4铜,实现历史性突破,为家乡争得荣誉。全年举办500人以上赛事多达416场,赛事供给在数量和质量上双提升,全民健身氛围愈发浓厚。