



# 飞跃冬残奥



于静已经创造了历史

## 38岁的她是中国残奥冰球队唯一女将 于静:人生没什么不可能

三八节这天,38岁的于静不经意间创造了历史:她在与意大利队的比赛中替补出场,完成了自己的冬残奥会首秀,也成为中国第一位、世界第三位角逐冬残奥会冰球赛场的女运动员。

3年前才开始接触残奥冰球,但用刻苦的训练通过层层选拔,成为中国残奥冰球队的唯一女队员,并且是年龄最大的队员。于静用实际行动证明了自己的那句话:“才30多岁而已,人生没什么不可能。”

### 上场就创造历史

于静出生于山东省青岛市,6岁时因为疾病(脊髓灰质炎)导致左下肢部分功能缺失。但生性开朗的于静并没有因此而远离运动场,反而从小喜欢各种运动,练习过轮椅击剑、篮球、排球、射箭等项目,还成为山东省女子轮椅篮球队的队长。

2019年,于静下决心转练残奥冰球。“头一次上冰,就能在冰橇上坐稳,还能用球杆撑着慢慢滑行,感觉自己挺有天赋的,一下就有了信心。”于静说,“更重要的是,有机会在家门口参加冬残奥会,就一直练了下来。”

残奥冰球是一项混合项目,队中允许有女队员,但鉴于这个项目对抗性强的特点,女队员非常少见——在于静之前,历史上只有两名女队员参加过冬残奥冰球比赛。

2021年,于静通过层层选拔,如愿成为中国残奥冰球队18名队员中的一员。不仅是唯一的女队员,也是年龄最大的球员,用于静的话说:“队里最小的球员就我一半岁数,叫我‘静姨’都不过分。”

3月8日,中国残奥冰球队在小组赛中对阵意大利队,比赛进行到第二局时,中国队的俄罗斯籍主教练沙尔舒科夫大手一挥,把于静派上场,让她完成了北京冬残奥会的首秀,也让她收获了最好的三八节礼物。没有进球,也没有助攻,只打了5分16秒,但上场比赛的于静,已经创造了历史。

### 从不给自己设限

于静的字典里,从没有“给自己设限”的词条。外企财会、咖啡店店长、设计……只要是自己感兴趣的工作,她都会尽全力做到最好。

两年多时间,几乎从零起步,再到踏上冬残奥会赛场,于静的成绩足够耀眼。这里有队友和教练的帮助和支持,更有她自己的天赋、热爱和无所畏惧:“他们把我撞倒,大不了我再爬起来;他们把我钉在板墙上,我就抖一抖身子,然后继续去追他们。”

个子高、体重轻,运动起来就更灵活,这是于静作为女队员的优势,然而残奥冰球比赛中冲撞不可避免,为此她也吃过不少苦头。在此前的队内小组赛里,于静上前封



堵进球,结果被一位速度很快的队友撞倒在地。“那一瞬间,感觉自己受到了暴击,内脏都在体内晃了下,后来缓了十分钟才好。”于静说,“穿着冰球服和护具在场上时,对方也看不清自己是一位女性,争抢、冲撞根本无法避免,如果想从事这项运动,就只能勇敢地去迎接挑战。”

有付出,就有收获。练习残奥冰球这三年,于静感觉自己的性格被磨炼得更坚韧了。她觉得,尽管残奥冰球运动仍是男性占主导,但也给女性打开了一扇门,“只要有勇气去尝试、去开始,女性也会有机会像我

### 期待更多女选手

9日晚中国残奥冰球队同捷克队的比赛,于静没有获得出场机会,但她在场边见证了历史:中国队4:3战胜对手,闯入半决赛。而作为冬残奥会冰球历史上的第三位女运动员,于静也期待未来能有更多的女选手投身残奥冰球运动,“女选手参加了冬残奥会,就说明她们也有这个可能性,希望对于她们来说,这是一次契机、一种鼓励。”

在于静看来,参与残奥运动永远都不晚:“在你选择做不做这个事情的时候,是最艰难的。一旦选择这条路,就坚定信念走下去。”

于静说,当她登上冬残奥会的赛场时,感觉自己的人生达到了真正意义上的巅峰,因为她参加比赛、鼓励女性残疾人参与体育运动的梦想已经达成:“看到我在赛场上跟男队员一起比赛,会激励鼓舞全世界的女性残疾朋友,让更多人勇敢地参与到其中来。”

于静透露,也许在冬残奥会后她会尝试转型做助教,因为当队员的经历能帮助她更好地和队员沟通。当然,这只是一种可能,从不给自己设限的于静,未来的人生也会有无限可能。

(据《新民晚报》)

