



内蒙古自治区第十六届运动会

The 16th Inner Mongolia Autonomous Region Games

中国·内蒙古·包头



八载追风终摘金

王可馨兑现迟到的荣光

颁奖台的金光还落在肩头，赛场喧嚣尚未散去，刚冲过漫长赛道的17岁姑娘王可馨面对采访，眉眼间藏着释然后的温柔笑意。这枚沉甸甸的金牌，是她坚持8年长跑，交出的最好答卷。8月11日，内蒙古自治区第十六届运动会女子甲组1500米的比赛中，呼和浩特队选手王可馨一举夺冠。

“今天成绩还算满意，但还不是我的个人最佳。”赛后王可馨语气平淡，旁人惊叹的亮眼成绩，于她而言只是长久打磨后的寻常结果。

从9岁开始接触中长跑项目至今，旁人眼里枯燥重复的折返、无尽延伸的跑道、日复一日地奔跑，是她青春最清晰的底色。当被问及如何熬过漫长乏味的训练，王可馨的回答简单却有力量：“再枯燥也要靠意志力坚持，支撑我的，是站上最高领奖台夺冠那一刻的开心。”这份独属于胜利的喜悦，成为她对抗疲惫、抵御懈怠的动力。

王可馨曾在内蒙古十五运赛场留下难以释怀的遗憾。她直言，十五运是自己心底的一道坎。赛前训练状态极佳，本有冲击前三的实力，却因心态不稳、放不开手脚，赛场发挥彻底失常。那次失利后，一面十五运赛旗被她挂在床头，每天抬头便能看见，成了时刻警醒自己的标记。

“之前总想着，等拿到金牌，就把这面旗子摘下来。”如今心愿成真，金牌握在手中，从前悬于床头的那面旗帜，终于可以被这份崭新荣光取代。复盘当年失误，她坦然剖析自身短板：“完全是心态问题，上场不敢放开跑。这次参赛吸取了过往教训，放下包袱全力冲刺，才跑出了理想状态。”

赛场之外，藏着母亲丁海霞一路不离不弃的陪伴。普通家庭出身的丁海霞，最初并不赞同女儿选择田径，长跑训练苦累是她心中最大的顾虑。可看着女儿凭着一股韧劲日复一日咬牙坚持，这份执着最终打动了她，从此成为最坚实的后盾，全程陪伴女儿追梦之路。

王可馨的训练作息严苛到近乎刻板，每天5点天色未亮便准时起床，简单吃过早饭即刻投入训练；周一、周三、周五每日两练，上下午各跑10公里；周二、周四、周六每日一练，12公里。大年三十也不曾停下脚步，连续数年除夕，她都留在专业训练场奔跑。

同为花季少女，身边同龄人闲暇玩乐，王可馨却把所有清晨黄昏交付跑道。丁海霞说起女儿日常，满是心疼：“女孩子本该自在玩耍，她却凭着极强的自律扛下所有辛苦。”家中还有年仅两岁的小女儿，为陪伴大女儿奔赴各地训练、比赛，丁海霞常常带着老二随行，全心全意守护王可馨的长跑梦想。

8年风雨兼程，上万公里赛道往返，凌晨5点的晨光、盛夏灼人的烈日、寒冬凛冽的晚风，都见证着少女从未停歇的脚步。谈及未来，王可馨目光坚定：继续前行，把跑道当作奔赴远方的征途，以长久沉淀的热爱与毅力，奔赴下一场属于自己的赛场荣光。

文·摄影/草原云·北方新报首席记者 牛天甲



王可馨在比赛中



付佳妮(右)在比赛中

11秒76!

付佳妮打破尘封34年
内蒙古女子百米纪录

8月11日晚，内蒙古自治区第十六届运动会田径赛场，在女子100米甲组的争夺中，锡林郭勒选手付佳妮以11秒53的成绩夺得金牌，这一成绩因超风速，虽成绩有效但不算做新纪录。新的内蒙古女子百米纪录是她预赛创造的11秒76。

本次十六运，付佳妮状态火热，预赛便以11秒76的成绩打破尘封34年的内蒙古女子百米纪录。在当晚的决赛中，付佳妮起跑便确立领先，冲刺时更是以绝对优势撞线。她说很想在十六运的赛场上打开12秒大关，所以对于决赛这一枪没有任何战术，就是酷酷往前冲。

付佳妮出生于2008年8月8日，是一名奥运宝宝。她从小就展现出了优异的运动天赋，初一开始正式练习短跑。

她的偶像是中国女子短跑名将刘峡君，决赛中，付佳妮梳了和偶像一样的小辫子。生活里的付佳妮也是名爱美的姑娘，会佩戴一些装饰参加比赛，她说：“比赛要给人不一样的感受，一些小装饰也能让自己更自信。”

文·摄影/草原云·北方新报首席记者 牛天甲