

# 风驰电掣展英姿 激情飞扬逐梦行

## 记中国场地自行车联赛冠军薛晨曦

□本报记者 周强

近日,2023年中国场地自行车联赛在河南洛阳自行车馆举行,河北运动员薛晨曦获得男子团体竞速赛和成年男子凯林赛两项冠军,为河北队赢得两枚宝贵的金牌。在不久前结束的杭州亚运会上,薛晨曦曾为中国军团赢得一枚银牌和一个第四名的好成绩,时隔月余,他再次上演王者归来,充分证明了自身的实力。今天我们就走近这位自行车冠军选手,听他讲述自己的成长故事。

### 田径队员转项自行车

2001年,薛晨曦出生于邯郸,小时候就表现出对运动的兴趣,和小伙伴一起赛跑每次都会跑第一名,父母给买的好几辆童车都被他给骑坏了。“我妈妈是中长跑运动员,我可能遗传了他们的性格,从小就爱动,所以我家的东西都废得很快,我爸妈还给我买了老式自行车,我一跨上去就会骑,因为骑得太快,自行车散架了。年纪稍微大一点,父母又给我和弟弟分别买了山地自行车,结果,连弟弟的车最后都被我骑坏了”。

上学后,薛晨曦的运动天赋逐渐显露出来,初二时他被选拔进学校田径队,训练成绩快速提升。他本以为自己会在田径场上拼出一番成绩,但一次偶然的契机,改变了他的选择。2017年底,省体育局自行车运动中心教练郭建斌到各地选拔队员,一眼就看中了耐力、爆发力等方面素质都不错的薛晨曦,让他进入省队试训。“那时候我要做出艰难的抉择——放弃田径,转练自行车。当时我想,试试就试试,不行就再回归田径。就这样,我到了邢台,16岁,我开始了自己的自行车之旅”。

尽管事先做了较为充分的思想准备,但真正开始训练后,他还是遇到了不少挫折,“第一次骑上场地,那个大坡挺吓人的,感觉挺难,但我还是暗暗给自己鼓劲,既然选择了,就要拼尽全力”。在这种心态的驱使下,他在试训中特别拼。一次外训时,他在马路上意外摔倒,胳膊、腿、

腰全都擦伤出血,进行了简单的处理后,第二天他就又投入到艰苦的训练中。

“这孩子身上有股韧劲儿,训练扎实刻苦。”在教练郭建斌的记忆中,薛晨曦很少请假,教练制定的训练计划他每次都超额完成,还经常主动加练。“一次单杠负重训练时,他手上的皮磨破了,血都渗到手套外面,但他愣是坚持完成了训练任务。”功夫不负有心人,他的努力付出,换来了成绩的不断提升。“开始骑自行车之后,我感觉自己的性格也慢慢发生了变化。每次训练完脱下训练服,我就会安静地休息,听着自己的心跳慢慢降速”。下了训练,他每天都要做好细节:擦车、上链条油,甚至要看看是不是要换盘。“在赛场上我尽情释放自己,下了赛场,反而我就不那么打打闹闹了,需要更多的细心,毕竟失之毫厘,差之千里,自行车比赛上的一点点差距,都会导致结果的巨大差异”。

2019年初,薛晨曦第一次参加国家级比赛——全国场地自行车锦标赛,就获得了青年男子组一公里个人计时赛冠军,而这距离他进入省队试训仅过了一年多时间。2021年,他又陆续获得了全国场地自行车联赛成年男子组一公里个人计时赛冠军、第十四届全运会场地自行车团体竞速赛第四名。

### 过关斩将成绩获突破

2022年4月,由于表现突出,他顺利入选国家队。在国家队,他遇到了外教西奥·博斯,“他帮我拓宽了国际视野,每次赛前,我们都会聚在一起认真分析每个选手的特点,他聊得很仔细,大家都听得入神”。在平时的训练中,博斯一直充当领骑员,激发出队员们的训练热情,“他希望我们提高每一次训练的效率。他有一个宗旨:练得少可以,强度必须到位,除了训练,每一次休息都要休息好。可能这就是他给我们量身定制的精细化训练”。得益于科学的训练方法,他的各项技术和成绩再次实现飞跃。

2022年5月13日,国际自行车联盟2022赛季场地自行车国家杯赛(世界杯)加拿大站在加拿大米尔顿开

赛,薛晨曦随队出征,这是他第一次出国参加比赛。“其实去比赛的第一天,内心的感觉就是紧张和压抑”。由于缺乏大赛经验,在当天率先进行的团体竞速赛中,他未能赛出水平,仅取得第五名。在随后的男子一公里计时赛预赛中,他放手一搏,获得了第一名。这次胜利,既让他欣喜,又让他背上了害怕失败的心理包袱。为了调整心态,他跟教练通了电话,“郭教练耐心地开导了我一番,还叮嘱我要专注过程,相信自己,他的话让我彻底放松了心态”。

第二天的决赛中,在上场前,他像平时一样用耳机听音乐去放松,“听一些舒缓的歌曲,这个习惯也是进了省队之后养成的,在热身准备上场的时候,会认真听音乐,准备上场”。比赛中,他最后一个出场,一出发就使出全力,一路领先,最终以1分00秒754的成绩获得冠军。这是中国男子自行车选手在境外参赛获得的首个世界杯冠军,实现了中国男子自行车的突破。

10月26日,2023年中国场地自行车联赛在河南洛阳自行车馆开赛,本次联赛设18个项目,共有14支代表队近200名运动员参赛,可以说是高手云集。薛晨曦和队友共计15名自行车运动员,参加了15个项目的比赛。在男子团体竞速赛中,资格赛他和队友景勇源、刘浩潼以43.777的优异成绩位居第一名进入第一轮。经过一个小时的休息调整,他又搭档队友郭帅、刘浩潼以43.363的绝对优势顺利进入决赛,领先第二名将近1秒。决赛中,他们以44.017的优异成绩,战胜河南巴迪瑞蓝队荣获第一名。在成年男子凯林赛中,凭借过硬的个人实力和出色的现场发挥,他和刘浩潼二人战术运用得当,经过6圈的激烈角逐,最终斩获冠、亚军。“这次联赛主要是以赛代练,恢复自己的竞技状态,下一阶段,我们将转训到北京开始正式训练,备战明年的国家杯”。

薛晨曦表示,巴黎奥运会前,他还将参加三场国家杯的比赛,期待自己能突破最好的成绩。教练郭建斌也对他给予了厚望,“希望他能继续踏实训练,一步一个脚印,争取拿到巴黎奥运会入场券”。

## 欢迎订阅 2024 年度 体育生活报

《体育生活报》(国内统一连续出版物号:CN13-0038)是宣传河北体育、展示全省体育系统形象的窗口和主阵地。2024年将对《体育生活报》16个版的板块栏目作精细化提升,进一步增强报纸的可读性、视觉冲击力和信息承载量,携手广大读者一道奋发进取,勇毅前行,为加快体育强省建设做出新贡献。

通讯地址:石家庄市中山路344号体育生活报编辑部

联系电话:0311-85266715 13513219708(微信同号) 联系人:周强

户名:河北体育馆 开户:工商银行石家庄市长安支行

账号:0402020409249014743; 税号:91130100401700235F



订阅详情可扫码订报二二维码

每份年定价 153 元

