达州姑娘肖雁宁
力助中国军团夺得亚运100金
下一个目标:东京奥运会花游金牌

□本报记者 姚丹

北京时间8月29日,在雅加达亚运会花样游泳集体项目中,中国队凭借出色的发挥,以总成绩186.9395分夺得集体项目金牌,这也是中国代表团在本届亚运会获得的第100枚金牌。值得一提的是,在这枚“100金”上,“铭刻”着达州姑娘肖雁宁的名字。从5岁进入达州市业余体校,16岁被选入国家队,今年20岁的肖雁宁已“征战”无数。继2017年在布达佩斯世锦赛夺冠后,这位达州姑娘职业生涯中再添国际大赛冠军。世锦赛、亚运会……肖雁宁正一步步朝着梦想中的奥运会最高领奖台迈进。

亚运会上一展倩影

8月29日下午,在印度尼西亚的朋加诺体育中心游泳中心,中国花游队压轴登场。在一首融入众多京剧元素音乐的伴奏下,8位队员在水中翩翩起舞。有赤壁之战的惊心动魄、有十面埋伏的千钧一发、有贵妃醉酒的温婉柔情……凭借一系列独特连贯、变化多端的中国风,中国花游队的8个姑娘征服了现场的裁判和观众。在现场观众的欢呼声中,中国队收获全场最高分94.4333分。加上上午技术自选比赛中的出色表演,中国队最终以186.9395的总成绩摘取桂冠。

据了解,本届亚运会花游比赛共有来自11个国家和地区的94位选手参加,参赛队伍和总人数均创新高。中国花游队派出去年布达佩斯世锦赛赢得自由组合冠军的原班人马出战,斩获了本届亚运会上中国代表团的第100枚金牌。

在具有里程碑意义的第100金中,20岁的达州姑娘肖雁宁一展倩影,力助中国花游队夺金。其实早在2015年,17岁的肖雁宁就随国家队参加了喀山世锦赛,在集体自由组合项目中获得亚军。而在2017年布达佩斯世锦赛中,肖雁宁所在的花游队创记录地在花游集体自由组合比赛中夺冠。

肖雁宁:下个目标奥运会金牌

由于肖雁宁还身在国外,本报记者通过微信对她进行了采访。肖雁宁告诉记者,为了备战本届亚运会,她3个多月前就到了北京集中训练。“训练时,早上一般7点就要起床,8点准时开始训练,一直练到中午12点过,下午3点到6点也是训练时间。”

为了让每位队员的动作都做到统一整齐,花游队的姑娘们有时一天就要把同一个动作重复做上几十遍。在那段时间里,肖雁宁每周只有一天的休息时间。

同时,因为这次参赛选择的配乐《凤舞国粹》融入了很多京剧元素,手上和脚上的动作也需要“京剧化”。为此,肖雁宁和队友专门请教了京剧表演艺术家,学习京剧里的兰花指、勾脚、转头等动作。

8月24日,肖雁宁一行抵达印尼雅加达。“这是我第一次参加亚运会,我们面对的对手很多,刚去的时候心里真的太紧张了。”肖雁宁说,虽然很想欣赏一下雅加达这座城市,但是因为比赛就在眼前,必须把心思都放在训练上。

“站上奖台的那一刻,我真的太高兴了,毕竟又完成了自己的一个梦想。”肖雁宁说,摘得亚运会金牌后,她将继续朝着奥运会冠军的目标奋斗。

教练:她有一股不服输的勇气

台上一分钟,台下十年功,今年20岁的肖雁宁已经在水里“泡”了12年。5岁的时候,肖雁宁就被选入了达州市业余体校学习艺术体操,侯徐是肖雁宁的启蒙教练,作为侯教练的第一批学生,她对肖雁宁的印象依然非常深刻。“在她上幼儿园的时候就看上了她,她体型很好,柔韧性和协调性各方面条件也都不错。”侯教练告诉记者,当时在体校时肖雁宁练习的是艺术体操,主要训练身体的柔韧性,有的孩子训练时会哭闹,但是肖雁宁一直非常刻苦。“她现在都还会跟我聊微信,是非常懂感恩的一个孩子。”

在肖雁宁8岁的时候,她被四川省游泳学校的教练高菊英发现。“她身材非常好,四肢修长,样子和腿型也都很漂亮。”高教练回忆到,灵气是肖雁宁给她的第一印象。肖雁宁转学到成都后,便开始跟着高教练开始学习游泳。“她刚开始一点儿都不会游,但是她学得特别快,也从来不会偷懒,每天训练都特别准时。”高教练说,肖雁宁有一股不服输的勇气,每一个动作她都会多次尝试,尽力做到最好。

强度游泳、基础动作练习、成套动作学习,肖雁宁在四川省游泳学校里8年如一日,苦练技术。经过艰苦的训练,肖雁宁的基础技术越来越扎实和全面。16岁时肖雁宁被选入中国花样游泳队,开始“南征北战”。“到队的时候,她的年纪是最小的,无论是教练还是队友的事情,她都争着去帮着做,好多教练都说喜欢她。”高教练说。

肖雁宁(前排正中)

招租公告

现有位于凤凰头原小桥火锅荷叶街77号二楼商业用房对外招租,该商业用房面积约1227㎡,欢迎有意向者前来报名(报名时请带上本人身份证)。

报名时间:2018年9月5日17点截止。

报名地点:珠市街建设大厦503室。

联系电话:0818-2107477

达州房地集团有限公司

2018年8月28日

招聘启事

四川嘉宾物业服务有限责任公司因业务拓展需要,现面向达州市招聘安保人员和清扫保洁员若干名,其条件如下:

一、安保人员:男,55周岁以下,高中以上学历,退伍军人优先,身高168厘米以上,身体健康,品行端正,工作认真负责,勤业,敬业,乐业。

二、清扫保洁员:男女不限,55岁以下,高中以上学历,身体健康,品行端正,工作认真负责,勤业,敬业,乐业。

三、服务地点:根据公司安排(达州市范围)。

四、待遇:**安保人员**:1800元/月+绩效奖;清扫保洁员:1500元/月+绩效奖。

有意者请带身份证、学历证、体检表及个人简历到达州市通川区会仙桥55号建设大厦5-13号报名。

咨询电话:17358995818(叶女士)

0818-2106911

四川嘉宾物业服务有限责任公司

2018年8月28日