

齊廣璞小檔案

- 出生日期：1990年10月20日
- 出生地：江蘇省徐州市沛縣
- 項目：自由式滑雪空中技巧
- 學歷：北京體育大學碩士、哈爾濱工業大學博士（在讀）

其他榮譽

國際級運動健將，2014、2015年中華人民共和國體育運動榮譽獎章

主要成績

- 2022年北京冬奧會自由式滑雪男子空中技巧金牌
- 2022年北京冬奧會自由式滑雪混合團體空中技巧銀牌

▼齊廣璞在北京冬奧獎牌頒發儀式上。

齊廣璞運動簡歷

- 1994年開始學習技巧
- 1995年被選送到徐州技巧隊訓練，1998年開始練習蹦床
- 2000年被選拔到長春自由式滑雪空中技巧隊
- 2008年入選中國自由式滑雪空中技巧國家隊。

◀齊廣璞在北京冬奧自由式滑雪男子空中技巧決賽比賽中。

齊廣璞

「難度王」冬奧奪金續奮進

自在飛翔

最高時速70公里／每小時，在空中轉8圈，控制身體瞄準坡度，落地要平穩……2022北京冬奧會上，中國自由式滑雪男子空中技巧運動員齊廣璞以5.0難度的完美動作成功摘金。此刻，他已是世錦賽、世界盃總排名、奧運會的冠軍「大滿貫」運動員。不僅如此，他在10年前嘗試並成功完成的5.0難度，至今仍是業界的天花板，甚至全世界能夠順利完成整套動作的運動員也是寥寥可數。近日，齊廣璞在接受大公報獨家專訪時表示，競技體育魅力在於結果的不確定性，需要不斷努力超越對手、超越自我，「這很吸引我」。

大公報記者 趙一存、任芳韻

自由式滑雪空中技巧又被稱為「雪上體操」，運動員要在規定時間裏，完成技術動作並力求完美地將自己的特點展現給觀眾和裁判員。這項比賽對運動員的身體條件要求極高，要有非常好的平衡能力和空中控制能力，追求穩、難、準、美四位一體的結合，同時還必須有極強的心理素質。不過，在齊廣璞看來，這項觀賞性很強的運動，對於運動員來說很刺激，可以實現空中飛翔，「我很享受那個時刻。」

從事職業冰

雪運動的齊廣璞其實是南方人，出生於江蘇省的他從小練習技巧運動和蹦床，後來才跨界從事職業冰雪運動並拿到奧運冠軍，對此，他笑言：「這是很奇妙的一件事情。」

2022年2月16日，北京冬奧會自由式滑雪男子空中技巧決賽上，齊廣璞以一套5.0難度的超高水平動作，以完美的身姿、空中零失誤以及落地平穩飄逸贏得了裁判一致認可，成功摘金，這讓他感慨萬千，淚灑現場。

必須高度集中絲毫不分神

實際上，5.0這套目前世界最高的難度動作，是齊廣璞歷經逾3年的時間於2013年世錦賽上第一個跳出來的，從此一跳「封神」，至今仍是中國自由式滑雪空中技巧單跳最高分保持者。那麼，5.0難度究竟有多難？「這套動作屬於超高難度，雖然我很早用在比賽中，但其實平常跳得並不多。」他告訴記者，5.0難度在於跳起後，在空中短短幾秒的時間裏，向後翻轉3周的同時轉體5圈，相當於轉8

圈，然後在高速旋轉下要控制好身體瞄準坡度落位站穩。

此外，他還表示，滑最高時速可達70公里／每小時：「稍不留神就滑出去10幾米遠，落在哪就不好說了，非常危險，所以做這項運動必須精神高度集中，不能有絲毫分神。」

練習自由式滑雪空中技巧20餘年來，齊廣璞經歷過無數輝煌，也曾三屆冬奧會上接連失利，經歷至暗時刻，甚至陷入自我懷疑短暫退役。不過，最終他選擇重回戰場，四戰冬奧，最終圓夢北京。

「回來因為不甘心。」齊廣璞坦言，練習冰雪運動多年，幾乎拿遍冠軍，卻獨缺冬奧冠軍，倍感遺憾，所以回來繼續堅持夢想、繼續挑戰自己。而2022北京冬奧會是在家門口比賽，更加決定珍惜機會，努力拚一把：「競技體育的魅力在於結果的不確定性，需要不斷努力超越對手、超越自我。」在齊廣璞看來，自由式滑雪空中技巧運動自由、刺激，讓自己感覺無拘無束，自在飛翔：「更多的是告訴我們面對挑戰和挫折要堅韌不拔永不言棄，這才是競技體育精神。」

求突破修讀力學博士學位

2022北京冬奧會結束後，齊廣璞進入哈爾濱工業大學攻讀力學博士學位。他告訴記者，空中技巧項目是人與大自然的一種鬥爭，比賽的環境包括風向、氣溫等等一直在變，因而需要觀察環境的變化，抓住能掌控的瞬間去完成比賽。在此方面，對力學專業的深入學習將對比賽大有裨益：「我希望通過所學能夠幫助這項運動找到更大更好的發展空間。」

備戰2026冬奧 冀獲「雙滿貫」

▲齊廣璞在日常訓練中。受訪者供圖

如今，齊廣璞正積極備戰他的第五屆冬奧會：2026年的米蘭冬奧，並將於今年5月正式歸隊開始集訓。他告訴記者，四戰冬奧摘金並成為「大滿貫」運動員後，要一切從零開始，自己也從未考慮過退役。他亦希望五戰冬奧，期待蟬聯冬奧冠軍，拿到「雙滿貫」。同時，也希望以親身經歷告訴年輕人，無論年齡多少，無論獲得過多少榮譽，只要有拼勁，隨時都會站到賽場上挑戰自己，為國爭光。

「對我來說，這枚冬奧金牌

是對過去的努力和付出最好的回報，我沒有遺憾了。不過，走下領獎台，一切都從零開始，我下一個目標是米蘭冬奧，首先要拿到入場券，冠軍是終極目標。」他坦率地笑着說。

挫折愈多決心愈大

今年5月，齊廣璞將正式歸隊開始集訓。預計歸隊後要對身體做一次整體的測試和評估，再根據結果制定最優計劃，「這麼多年從事這項高危險項目，身體會有一些傷病。」他表示，要先恢復身體機能，之後隨時開始進行下一步訓練計劃。至於心理建設自己則完全不擔心：「20多年的訓練和比賽，我在

心裏做好時刻迎接比賽的準備。回到隊伍是心無旁騖、認真備戰。」

有人說，空中技巧這項極限運動是年輕人的天下，在大多數同齡選手紛紛選擇退役的情況下，33歲的齊廣璞卻表示，自己沒有考慮過退役。他說，自己定下五戰冬奧拿「雙滿貫」的夢想，就會努力去完成。

齊廣璞還表示，對於運動員而言，年少可以拚搏、可以嘗試更高難度，但年齡增長也代表經驗和沉澱：「可以說，遇到的失敗和挫折越多，爬起來的決心越大，我對自己充滿信心。也希望傳遞給年輕人永不放棄的精神，任何時候都要積極樂觀面對一切。」

希望有更多室內滑雪場

近年來，由於冰雪運動的興起，更顯酷炫的滑雪項目在年輕人中迅速流行，學習空中技巧項目的孩子也越來越多。齊廣璞表示，自己2000年開始練習這個項目時全國只有幾十人，如今至少有幾百人，甚至在東三省之外，很多南方城市也有註冊運動員。

齊廣璞表示，近年來隨著冰雪運動的興起以及2022北京冬奧會的巨大影響力，更顯酷炫的滑雪項目在年輕人中迅速流行，大眾對冰雪運動的接受程度遠遠超出業界預期。不過，他也坦言，目前空中技巧運動仍屬小眾運動，特別是相對於雪季較長的冰雪強國，中國冬季時間短、場地受限等因素，一

定程度上制約了冰雪運動的發展。因此，未來自己會在訓練之餘更多參與大眾冰雪運動的推廣活動，通過運動員的影響力、媒介的宣傳力，讓更多年輕人享受冰雪運動的魅力「希望能有更多的室內滑雪場，定期舉辦一些比賽。」

齊廣璞也很關注後備力量的培養：「只有這樣才能證明這個項目發展得更好。」未來如果國家有需要，自己也將竭盡所能助力培養後備力量。我希望我不僅能當奧運冠軍，也能當奧運冠軍的教練。」

對於想練習空中技巧運動的孩子們，他認為首先必須要找專業教滑行的教練，指導

如何穿戴雪具裝備，如何安全滑行。滑雪前要進行充分的準備，活動開自己的身體，找到滑行的感覺、培養滑雪的興趣，再慢慢練習動作，要循序漸進，不能急躁。



◀齊廣璞（前）很關注後備力量的培養。網絡圖片

▶齊廣璞在北京冬奧自由式滑雪男子空中技巧決賽完成動作後慶祝。



掃一掃 有片聯

獻唱新歌《最》 詮釋體育精神

齊廣璞愛笑，也很幽默，讓記者兩個多小時的採訪過程充滿笑聲，頗為輕鬆愉悅。他笑言，自己性格內向，不善言辭，是競技體育讓自己變得開朗外向，多年在東北訓練的經歷也讓自己潛移默化中學會了「東北式幽默」。

北京冬奧會奪冠，讓他堅定了延續職業生涯的信心，也加大了他推廣自由式滑雪空中技巧項目的責任。實際上，多年來他始終不遺餘力地推廣冰雪運動，曾前往新疆，走入學校、走進場館，為新疆民眾展示冰雪運動的魅力，為當地學生進行雪上動作的指點；他還前往雲南、廣東、廣西做支教老師，與鄉村學生們以「雲連線」方式展開互動，並以個人名義向學校贈送輪滑鞋和相關體育設備，助力當地的體育教育事業。

2018年，他受邀擔任「京港青年夥伴共成長計劃」奧運交流大使：「那時沒有疫情，香港和內地的青少年經常往來交流，彼此之間結下了深厚的友誼。」齊廣璞表示，希望有機會能繼續到香港推廣冰雪運動：「如果香港成立空中技巧隊，我希望去做教練，帶著香港的小朋友站上奧運會的舞台。」

齊廣璞經常在社交平台上發布和女兒溫馨互動的視頻，慈父的目光始終追隨女兒，滿滿的愛溢於屏幕。2月2日，他的新歌《最》正式發布，他用一曲中國風詮釋着他追求的體育精神，也向人們展現了自己在賽場外的另一面：「這世間，最遠不過咫尺間，最美不過初相見，最惜不過白頭雪，最思不過半生緣，最願不過復少年……」他說：「我小時候特別內向靦腆，是空中技巧項目讓我變活潑開朗、不畏困難，這也是我希望能有更多小孩子從事這項運動的原因。運動能讓人變得愛笑而溫暖，不論在怎樣的困境下，總能找到那片曙光。」



▲齊廣璞（後排紅衫右二）及其他奧運冠軍與新疆小學生合影。受訪者供圖



▶齊廣璞（右）與新疆小學生交流。受訪者供圖