

米蘭冬奧村正式開門迎客

【大公報訊】據新華社報道：2026年米蘭-科爾蒂納冬奧會開幕倒計時一周之際，米蘭冬奧村1月30日正式啟



米蘭冬奧村1月30日正式啟用。美聯社

用，迎接來自世界各地的運動員和代表團官員。據悉，多個代表團已於當日陸續抵達。東道主意大利率先入駐，隨後德國、捷克等代表團也相繼入駐。米蘭冬奧村提供住宿、餐飲、訓練和恢復設施。「最重要的是，我們希望運動員從抵達那一刻起就有賓至如歸的感覺。」冬奧村負責人弗拉米尼婭·坦布里說，「冬奧村應該是一個讓他們能夠休息、專注並感受到支持的地方，同

時也是一個他們能夠與他人交流、享受獨特奧運氛圍的地方。」自1月30日起，米蘭冬奧村全面投入運營，主餐廳24小時開放，設有多個餐點供應區及自助餐台，健身中心、恢復區和共享空間也已開放。值得一提的是，由於本屆冬奧會賽區較為分散，除米蘭冬奧村外，組委會還在科爾蒂納、博爾米奧、利維尼奧等地設立了相應冬奧村，為運動員提供便捷保障。



運動員和代表團官員進入米蘭冬奧村。

馬里寧踏上冬奧花滑之旅 「四周跳之王」躍動米蘭

米蘭冬奧前瞻②

賽場上，來自美國的21歲小將伊利亞·馬里寧（Ilia Malinin）將是最大的焦點。人們關注馬里寧不僅是因為他是本屆冬奧會花滑男單項目的最大奪冠熱門，更因為他極有可能成為冬奧會歷史上第一位成功完成阿克塞爾四周跳的選手，也極有可能成為花滑奧運賽場上第一位自由滑跳躍動作全部為四周跳的選手，預示着世界花樣滑冰進入一個全新的時代。

大公報特約記者 史玄之

花樣滑冰是技術難度和藝術表現完美結合的運動，高難度的跳躍動作最能體現花滑運動員的技術能力和身體素質。上世紀九十年代末，已有個別男選手嘗試編排四周跳，而馬里寧的出現讓「四周跳時代」達到頂峰，他是第一位也是目前唯一一位在比賽場上成功完成全部六種四周跳的選手。米蘭冬奧會，正值巔峰的馬里寧是花滑男單金牌的最大熱門人選。

馬里寧於2004年12月2日出生在美國弗吉尼亞州菲爾法克斯的一個花滑世家。他的父親羅曼·斯科爾尼亞科夫和母親塔季揚娜·馬利尼娜都曾是前蘇聯花樣滑冰運動員（蘇聯解體後代表烏茲別克斯坦參加國際比賽），並參加過長野冬奧會和鹽湖城冬奧會。繼承了父母身上出眾的跳躍基因，馬里寧從6歲開始練習花滑後就顯示出在跳躍上的天賦，12歲時就獲得全美花樣滑冰錦標賽青少年組冠軍，從出道以來就被廣為看好成為未來的世界冠軍。2022年9月，馬里寧在美國花滑經典賽上成功完成阿克塞爾四周跳，成為歷史上第一位在比賽中攻克這一當今世界花滑難度最高動作的選手。阿克塞爾跳是花樣滑冰中唯一向前起跳的跳躍動作，由於運動員在完成阿克塞爾跳的起跳時身體須轉體半周，比其他跳躍多出半周，這種跳躍是花滑六種跳躍中最難的一種。阿克塞爾四周跳需要運動員在空中完成1620度旋轉，因其起跳與落冰方向不同且需控制外刃重心，其難度遠遠高於其他種類的四周跳。

承載父母未圓的奧運夢想

擁有世界最高跳躍難度動作，讓馬里寧的比賽成績直線上升。他先在2023至2024賽季世界花樣滑冰大獎賽總決賽上奪得金牌，隨後又在2024年世錦賽自由滑比賽中完成6個四周跳，以227.79分的成績刷新男單自由滑世界紀錄，第一次奪得世界冠軍頭銜。一年之後的2025年世錦賽上，馬里寧衛冕成功，並連續兩年獲得世界花樣滑冰「年度最佳運動員」稱號。

米蘭冬奧會是馬里寧的首次奧運之旅，在奧運前的一系列比賽中，馬里寧從未讓冠軍旁落，並多次突破歷史最佳成績，絕對的跳躍優勢加上日臻成熟的表演能力，讓馬里寧成為冬奧會花滑男單冠軍的最大熱門。馬里寧的父母此前均未在奧運會上奪取過獎牌，這意味着馬里寧將承載着父母當年未圓的奧運夢想，在米蘭冬奧會上迎來職業生涯最重要的比賽。



▲米蘭冬奧會將於2月6日展開。

米蘭冬奧會花樣滑冰男子單人滑



6種常見跳躍動作

馬里寧擁有出色的彈跳能力。

馬里寧小檔案

- 出生日期：2004年12月2日
- 出生地：美國弗吉尼亞州菲爾法克斯

主要成就：

- 2024年、2025年世界花樣滑冰錦標賽男子單人滑金牌
- 世界上首位在花樣滑冰正式比賽中完成阿克塞爾四周跳的選手
- 世界上首位在花樣滑冰正式比賽中完成全部六種四周跳的選手
- 世界上首位在花樣滑冰自由滑比賽中完成七個四周跳的選手

跳躍周數越多難度越高

話你知

由於運動員在跳躍過程中往往有空中轉體動作，因此又可分为一周跳、兩周跳、三周跳和四周跳，周數越多難度越高。另外，跳躍動作也分为逆時針旋轉和順時針旋轉兩種類型，純粹根據運動員的習慣而定。大多數運動員是採用逆時針旋轉完成跳躍動作，但即使選擇順時針旋轉，亦不會影響運動員的比賽成績。

T 後外點冰跳，也稱外點跳，即 Toeloop jump，是六種常見跳躍動作中技術難度最低的。

S 後內跳，也稱後內結環跳，即 Salchow jump，是六種常見跳躍動作中技術難度第二低的。

Lo 後外跳，也稱後外結環跳，魯普跳，即 Loop jump，是六種常見跳躍動作中技術難度第三低的。

F 後內點冰跳，也稱內點跳，菲利普跳，即 Flip jump，是六種常見跳躍動作中技術難度第三高的。

Lz 勾手跳，也稱魯茲跳，即 Lutz jump，是六種常見跳躍動作中技術難度第二高的。

A 一周半跳，簡寫為 A，也稱阿克塞爾跳，即 Axel jump，是六種常見跳躍動作中技術難度最高的。

馬里寧是米蘭冬奧會花樣滑冰男子單人滑賽場上的最大焦點。

花滑賽場近十年掀「跳躍競賽」

馬里寧之所以能夠攻克阿克塞爾四周跳這一目前最高難度的跳躍動作，很大程度上緣於出色的彈跳能力。與完成阿克塞爾三周跳相比，完成阿克塞爾四周跳騰空的最高點要高出17厘米，冰刀離開冰面的垂直距離約80厘米，僅有少數的運動員可以達到這一高度。此外，完成這一動作騰空時身體的轉速最高可達400轉/分鐘，相當於車速為50公里/小時的車輪轉速，落冰時衝擊力是自身體重的5至8倍，若沒有足夠力量支撐很容易造成膝關節受傷。

近十年間，世界花樣滑冰賽場掀起水漲船高的「跳躍競賽」。在十年前的男子單人滑比賽中，極少數選手能夠完成兩種四周跳，而且四周跳的成功率並不高。自從中國選手金博洋在2016年世錦賽上憑藉「勾手四周跳」等多種四周跳奪得銅牌後，世界頂尖選手紛紛嘗試多種四周跳。北京冬奧會男子單人滑冠軍美國選手陳巍，曾在自由滑比賽中使用過四種五個四周跳，這也是當時世界上的最高難度配置。馬里寧攻克阿克塞爾四周跳後，成為世界上首位能夠在一場

比賽中完成全部六種四周跳的花滑選手。

在去年12月份舉行的世界花樣滑冰大獎賽總決賽上，馬里寧在短節目比賽中出現失誤，落後日本選手鍵山優真和佐藤駿，排名第三位。為了彌補短節目近14分的分差，自由滑比賽中馬里寧破天荒地將七個跳躍全部編排為四周跳，包括六種四周跳（勾手四周跳使用兩次），這使得他的自由滑得分高達驚人的238.24分，比之前本賽季加拿大站大獎賽上創造的世界紀錄又提高了近10分。

繼續挑戰極限 五周跳醞釀中

在去年年底創造一套自由滑成功完成七個四周跳的壯舉後，馬里寧拋出驚人語錄，他準備繼續挑戰人類極限——五周跳。馬里寧透露，目前他的訓練重心放在米蘭冬奧會備戰上，每天都會完整演練一套包含七個四周跳的節目。米蘭冬奧會後，他會在比賽中挑戰五周跳，而目前五周跳的動作已基本成型。事實上，馬里寧攻克的四周半跳（身體旋轉1620度）比五周跳（身體旋轉1800度）僅差180度，以其完成四周半跳落冰時的高度看，他的跳躍仍有一定的富裕空間，對於他而言，五周跳的出現或許僅是時間問題。比五周跳更難的跳躍動作，是四周接四周的

連跳。由於運動員在完成高難度四周跳時需要一定的滑速，而第一跳落地後滑速下降很多，無法給第二跳的起跳提供足夠的速度支撐，進而影響運動員第二跳的起跳高度，這使得運動員連跳中的第二跳難度往往要低於第一跳。目前，所有運動員連跳的最高難度是四周跳接三周跳，尚無一位選手可以在第一跳落冰失去速度的情況下，原地「干拔」一個四周跳。然而，對於不斷挑戰人類極限的跳躍天才馬里寧來說，四周接四周的連跳並非毫無可能實現，他把人類關於花樣滑冰跳躍的想像空間越推越大，一次次刷新人們對於跳躍極限的認知。

無論馬里寧未來能夠獲得多少個世界冠軍頭銜，能否超越羽生結弦兩次奪得奧運冠軍的壯舉，他都將成為世界花滑發展進程中載入史冊的運動員。這位年僅21歲的花滑少年，正用實際行動推動世界花滑跳躍難度不斷提升。更可貴的是，他並不滿足目前的難度配置，還有野心和目標實現更大突破。很多人認為，如今早已習慣站在頂峰的馬里寧會感到孤獨，但他卻認為挑戰極限是人生最大的意義，他享受不斷突破自我、開闢新路的刺激，更喜歡通過自身突破激勵後輩追隨他的足跡，到達從未設想的彼岸，這將是體育運動帶來的最大動力。