

# 天賦加二十年訓練 從一方泳池游向世界最高競技台

## 深圳姐妹花技壓群芳

### 中國花游首奪雙人金牌

香港文匯報訊 綜合深圳新聞網及中新社報道，花樣游泳兼具藝術和競技之美，在水中通過如芭蕾舞一樣的動作，表達着關於情感的主題。法國巴黎時間10日晚，在巴黎水上運動中心舉行的2024年巴黎奧運會花樣游泳雙人項目自由自選比賽上，來自深圳的「雙胞胎姐妹組合」王柳懿、王芊懿以總分566.4783分獲得花樣游泳雙人項目奧運金牌。這是中國花樣游泳雙人項目的第一枚奧運會金牌。就在前幾日，二人隨中國花樣游泳隊在集體項目中以大比分優勢獲得奧運隊史首金。此外，「姐妹花」的父母早幾天在觀看中國花樣游泳隊集體項目奪金後，被記者要求分享姐妹倆第一次接觸游泳時的趣事，他倆打趣道，「這不好寫吧，像是『早鴨子』教出了奧運冠軍似的。」

本屆奧運會花樣游泳雙人比賽分為雙人技術自選和雙人自由自選兩個子項。在先前的雙人技術自選比賽上，王柳懿、王芊懿以中國風節目《蓮》獲得276.7867分排名第一。在雙人自由自選比賽中，二人本賽季的國際賽事積分在所有參賽選手中排名第一，因此最後一位出場。

#### 靜如睡蓮動如獵豹 精湛表演攬金

本場比賽，王柳懿、王芊懿表演的節目主題為《獵豹》。放慢板節奏交替變化間，二人的動作靈動而迅猛，如同獵豹躍起捕食的瞬間。憑借她們精湛的技巧和默契的配合，姐妹倆在水中展現了一段充滿力量與速度的藝術表演。姐妹倆以一次同步跳躍結束了表演，隨後浮出水面向觀眾致意，如同獵豹在勝利之後的自豪姿態。

從深圳的一方泳池游向世界最高競技舞台，王柳懿、王芊懿二人用了近二十年的時間。在這一榮譽背後，是運動員的種種辛勤付出和不懈拼搏，是家庭與學校的悉心呵護和諄諄教導，是深圳多年來致力於體育人才培養和科學訓練體系構建的努力，是中國花樣游泳事業發展四十餘年來，一代又一代花游選手對這一項目真切的熱情，以及向着更高更強的目標不斷奮進的堅定意志。

#### 「早鴨子」父母教出花游冠軍

「有一次我們買了游泳圈回來，本來我也不會游泳，她們倆就直接抱着游泳圈跑下水了，我就在後面追。後來她們倆學完，我感覺她們挺有天分的。」8月8日，中國花樣游泳隊集體項目奪金後，記者在王柳懿和王芊懿的家中採訪時，雙胞胎姐妹的母親李巧芳跟記者分享了姐妹倆第一次接觸游泳時的趣事。李巧芳的丈夫王惠其在一旁打趣道，「這不好寫吧，像是『早鴨子』教出了奧運冠軍似的。」

回憶起女兒們走上職業的道路，王惠其表示，姐妹倆最早去體育館游泳時，教練覺得兩人水性好，建議她們走業餘訓練之路，但父親王惠其沒同意。「後來有位省隊退役的朋友來家裏做客，帶柳懿和芊懿去小區游泳池游泳，發現她們倆真的特別有天賦，建議她們學花樣游泳，對體態訓練也有幫助。」

王惠其表示，女兒們很喜歡游泳，而且比同齡小孩水感更好。在深圳訓練了兩年多後，姐妹倆被廣東省隊相中。

在王柳懿、王芊懿之前，王惠其和李巧芳家中沒有人從事體育行業。最初，李巧芳擔心她們的職業體育生涯可能會影響學業。「但是她們太熱愛這個項目了，太癡迷了，而且兩個人從小就『主意正』，尤其是妹妹當時堅決要去省隊，無論我們怎麼勸說，得到的答案就是必須去省隊。」李巧芳說道。看到女兒們的決心後，李巧芳最終給予了支持。

「我們也沒想到這麼多年來，她們已經走上了巴黎奧運舞台，登上了最高的領獎台為國爭光，真的挺不容易的。」王惠其說道。

與李巧芳更關心女兒的生活、身體和飲食方面相比，父親王惠其則更多地會幫助女兒們一起克服眼瓶頸、分析未來規劃。2019年，姐姐王柳懿因傷離開國家隊，也因此錯過了後來的東京奧運會，後來經歷高強度訓練才逐漸復出。王惠其表示，女兒們遇到瓶頸時，自己也希望能夠推她們往前走一步。「作為家長，我們盡量地鼓勵和引導她們，以後的挫折就比較容易迎刃而解。」



◆8月10日，王柳懿、王芊懿在頒獎儀式後合影。

新華社

#### 姐妹花冠軍 成長之路

1997年1月16日

出生於廣東深圳

2008年

姐妹倆進入廣東省隊

2018年

雅加達亞運會花樣游泳集體項目冠軍

2023年

杭州第19屆亞運會花樣游泳集體項目冠軍

2024年

世界泳聯花樣游泳世界盃集體自由自選冠軍

2024年

巴黎奧運會花樣游泳集體項目冠軍、雙人項目冠軍

來源：百度百科

◆8月10日，巴黎奧運會花樣游泳雙人自由自選在巴黎奧林匹克水上運動中心舉行，中國隊奪冠。圖為中國組合王柳懿/王芊懿在比賽中。

新華社

#### 特稿

## 「深圳也能培養出世界冠軍」

教練胡良慧還記得2005年第一次見到王柳懿、王芊懿姐妹時的樣子。「像她們這種身體條件我還是第一次見——個子瘦瘦高高，四肢修長，正是最適合練花游的身形。」當時身任深圳市體工大隊（現深圳市體育運動學校）花樣游泳隊教練的胡良慧一眼相中了這對雙胞胎姐妹。那時候，姐妹倆已經會一種到兩種泳姿，還學習過芭蕾舞，在水裏不僅浮力好，而且動作規範，「是非常不錯的好苗子」。

#### 雙胞胎身份讓兩人配合高度默契

正是被教練胡良慧發掘後，姐妹倆才開啓了花樣游泳生涯。王惠其表示，當初教練慧眼識珠加上體育局的重視，才有了女兒們天賦被發掘的可

能。胡良慧表示，雙胞胎的身份讓王柳懿、王芊懿在配合上更具優勢，彼此之間有着非常高的默契度，能夠在表演中實現動作的高度同步和協調一致。兩人經過常年的刻苦訓練，能夠流暢地完成較大難度的動作，例如在比賽中展現的各種旋轉、托舉、跳躍等動作，都具備較高的質量和精準度。

談及二人隨隊獲得中國花樣游泳集體項目上的第一枚奧運會金牌，胡良慧表示非常驕傲和欣慰。

1983年，也就是國際奧委會宣布花樣游泳項目入奧後的第二年，中國花樣游泳隊成立。胡良慧正是中國首批花樣游泳選手。1996年，胡良慧離開湖北隊來到深圳組建深圳花樣游泳隊，成為深

圳花樣游泳訓練的開拓者，見證了深圳花游從無到有、從有到強的發展歷程。近三十年的時間裏，胡良慧向廣東省隊輸送了十餘名優秀運動員，其中有5人入選國家隊，除了王柳懿、王芊懿以外，還包括奧運會亞軍羅茜、陳曉君。

在胡良慧看來，王柳懿、王芊懿姐妹的成功獨具代表性。「她們是我們深圳本土培養的世界冠軍，這說明咱們深圳不缺少花游人才，也具備培養人才的能力和環境。」近年來，隨着深圳經濟社會的發展，深圳花游隊在訓練環境、教練梯隊和比賽經費等方面的保障不斷落實，不僅為深圳花游的快速發展打下了堅實的基礎，也成為支撐深圳選手走向全國乃至世界競技舞台的關鍵因素之一。

◆深圳新聞網

## 姐妹倆勤奮自律 學習訓練一樣不落

香港文匯報訊 據深圳新聞網報道，王柳懿和王芊懿姐妹曾在深圳市南山外國語學校（集團）文華學校度過了八年的學習時光。對於從8歲開始訓練花樣游泳並逐步走上職業運動員道路的姐妹倆來說，平衡學校學習和日常訓練是一項不小的挑戰。

南外集團文華學校副校長鍾穎是王柳懿、王芊懿的初中班主任兼英語老師。她回憶道，這對姐妹在學校時就十分勤奮和自律。為平衡學習和訓練，她們對時間的管理非常精細，確保在學校的表現與在泳池中同樣出色。無論是上課還是完成作業，她們都一絲不苟，以最高

的標準要求自己。她提起，姐妹倆英語很好，曾在一次比賽結束後流利地用英語接受了外國記者的採訪。在2022年回母校探望時，王芊懿也曾表示，特別感謝在南外學習時打下的堅實基礎，特別是英語方面的扎實基礎。

2022年匈牙利世錦賽上，中國隊包攬了花樣游泳全部項目的冠軍，王柳懿、王芊懿也斬獲雙人獎項，成為「四金王」。同年，南外集團花樣游泳基地揭牌，姐妹倆與胡良慧教練共同出任基地的「校外專家顧問」。王芊懿表示，「當花游融入孩子們的生活，他們的未來將像南外校徽所表達的那樣『像樹一樣成長』。」

◆8月9日，中國組合王柳懿/王芊懿在比賽中。

新華社

## 王柳懿王芊懿9月將入港教大讀博

香港文匯報訊（記者 姬文風）國家隊王柳懿和王芊懿於今屆巴黎奧運會摘下花樣游泳團體賽及雙人賽兩面金牌，兩度為國家奧運創造歷史。這對雙胞胎「姐妹花」將於9月來港升學，與香港學生一起讀書。香港教育大學昨日發新聞稿，熱烈祝賀兩人摘下花樣游泳項目的兩個歷史首金，同時確認她們已獲得大學的專項傑出運動員獎學金，及已完成入學登記手續，將會升讀香港

教育大學教育博士（中文班）。教大校長李子建期望她們加入教大大家庭後，其頑強拼搏的精神能更好地激勵教大學生及更多年輕人，為夢想而奮鬥，為實現目標全力以赴。

教大表示，柳懿及芊懿姐妹自8歲起開始接受訓練，獲獎無數，然而二人的體壇之路也並非一帆風順。五年前，柳懿因傷病無法參賽，只有芊懿順利入選國家隊，並在東京奧運會上登

上領獎台。儘管遭遇挫折，她們最終仍能克服困難，憑借出色的表現，如今贏得歷史性勝利，開創了國家隊在奧運花樣游泳項目上奪金的歷史。

校方又確認，兩姐妹已成功獲香港教育大學教育博士（中文班）錄取，將於今年9月正式成為教大學生。據悉，兩姐妹將結合自己的運動專業，在讀博期間進行更深入的理論探索和研究。

教大將為兩位奧運金牌運動員提供全方位支援，以助她們不僅可入讀相關課程，也能更好地適應校園生活。

教大作為一所「精英運動員友好大學」，一直致力於為精英運動員提供特別收生機制和彈性學習配套，鼓勵運動員在運動專業和學術研究方面做雙軌發展。教大亦是首間與香港體育學院簽訂合作備忘錄的教資會院校，為精英運動員提供入讀大學和持續深造的機會。2010年至今，教大已錄取近140名精英運動員入讀本校的不同課程。本屆奧運會，共有9名教大學生和校友獲參賽資格。