



最后20秒连得2分

浙海大“旋风少女” 顾雨芮逆转夺金

学体联2025-2026年全国大学生跆拳道锦标赛 总决赛

指导单位:中国跆拳道协会
主办单位:中国学生体育联合会
执行单位:中国学生体育联合会
支持单位:江北新区宣传和文化旅游局
承办单位:江北新区天广街道 江北新区信息工程大学
协办单位:南京体育学院 南京市体育总会 浙江海洋大学
运营单位:耀博体育发展(江苏)有限公司 江北新区盘城街道有限公司

比赛时间:2026年8月4-5日
比赛地点:南京·



□记者 陈佩佩 通讯员 沈家迪 文/摄

近日,全国大学生跆拳道锦标赛(总决赛)在南京收官。浙江海洋大学学子顾雨芮一路过关斩将,夺得甲组女子50公斤级金牌。

1 一天三赛,最后20秒的绝地反击

作为全国高校跆拳道A类年度收官赛事,本次总决赛仅接受南北赛区各级别前八名选手晋级,吸引北京大学、浙江大学等185所高校近千名选手参赛,代表全国高校跆拳道最高水准。

赛程紧凑,顾雨芮一天之内要打完三场比赛,体能面临严峻考验。半决赛中她一度体力透支,教练栾庆伟通过战术调整为她争取到短暂喘息时间,她才咬牙撑了下来,拿到决赛入场券。

决赛中她一度体力透支,教练栾庆伟通过战术调整为她争取到短暂喘息时间,她才咬牙撑了下来,拿到决赛入场券。

决赛战况始终胶着,到最后20秒时,顾雨芮仍以1分之差落后。对手主动贴近身位,想用拖延战术耗完时间锁定胜局。换做以往,她大概率会急躁强攻,反倒露出防守破绽,但这一次,顾雨芮沉住了气。

“稳住,找角度。”她在心里默念。对手贴靠的瞬间,顾雨芮没有硬碰硬,而是顺势近身,连续两记横踢精准命中,连拿2分完成反超,将金牌收入囊中。

“那一刻战术和本能各占一半,脑子里只想着稳住。”赛后顾雨芮说,比起南方赛区夺冠的意外,这块总决赛金牌,更多了份水到渠成的释然。

2 “输过,才真正学会赢”

如果把时间拉回到一年前,顾雨芮自己都不敢想能在全国赛场上笑到最后。

2025年,她首次登上全国赛场。初登大赛的她心态浮躁,打法激进,一心想着快点得分,结果乱了节奏,铩羽而归。

“当时满脑子都是输,那种不甘心。”顾雨芮坦言,那次失败让她难受了很久,但也真正刺破了她的骄傲,逼着她沉下心来找差距。

教练栾庆伟针对她的短板,制定了“以稳为主、抓反击机会”的策略。“大学生赛场技术差距很小,输赢往往在心态。”

在栾庆伟看来,顾雨芮最难得的特质是踏实,她不是一眼看上去天赋最突出的选手,但肯下功夫,训练不走神,布置的任务从不打折扣。

这一年里,顾雨芮着重打磨近身得分技巧,在训练中反复模拟落后、倒计时的高压场景,一点点磨心态、抠细节。今年5月的南方赛区比赛,抱着“能打到哪算哪”的轻松心态,顾雨芮反而意外夺冠,拿到了总决赛门票。

“输过,才真正学会赢。”这句写在她朋友圈签名栏的话,成了这场蜕变最好的注脚。

3 从“功夫梦”到全国冠军,她走了十几年

顾雨芮与跆拳道的缘分,始于幼儿园里的“功夫梦”。

“小时候看电视里的人打跆拳道动作很帅,一下子就被吸引了。”可真正走进道馆,浪漫想象很快被枯燥的训练击碎。压腿的酸痛、控腿的颤抖、对抗后的淤青,一个基础动作要重复上千遍。但这些苦,这位2006年出生的宁波姑娘全扛了下来,从白带一路升到黑带二段,这条路她走了十几年。

2024年,顾雨芮考入浙江海洋大学物流管理专业,凭借扎实功底成为校跆拳道队队长。“以前我只需要对自己负责,练好自

己的动作、打好自己的比赛就够了。”顾雨芮说,当上队长后,她要统筹训练节奏,带动队内氛围,帮基础薄弱的队员纠正动作,照顾大家的训练情绪,配合教练做好日常安排。从只看得见自己,到开始看得见别人,她的心态成熟了不少。

在顾雨芮看来,跆拳道早已超越了一项运动。“它教会我尊重对手,也教会我在低谷时沉得住气。”谈及未来,她计划将重心转回学业,但无论考研还是就业,跆拳道赋予的那股韧劲,都将成为她闯荡更广阔人生赛场的底气。

嵊泗面向全国青年广发“英雄帖”

□记者 胡园园
通讯员 葛生琰 张耀文

本报讯 近日,“青年登岛·嵊创未来”嵊泗县海岛创业招商榜正式发布。作为全域离岛县,嵊泗面向全国青年广发“英雄帖”,明确聚焦港口、文旅、渔业等六大特色产业基础,精准推出四大创业赛道,为海洋经济注入新活力。

据介绍,此次赛道设置紧扣当

地资源禀赋与产业短板,同时着眼长远布局。四大方向分别为:滨海文旅新业态赛道,聚焦旅游品质升级,培育精品民宿、非遗文创、海岛研学等业态;现代渔农与直播电商赛道,依托海鲜资源,做强贻贝产业链、渔产电商、海钓配套等项目;AI数字科创赛道,布局智慧养殖、数字溯源、智慧港口等领域,赋能海洋经济数字化转型;便民康养赛道,补齐冷链物流、家政服务、旅居康养配套,壮大特色

“避风港经济”。

嵊泗县委人才办相关负责人表示,海岛发展亟需青年创新力量激活海洋经济新动能。“我们希望通过精准赛道的引导,推动青年创业与县域发展精准对接,既能为青年搭建蓝海创业舞台,也能为本地招引积蓄更多的人才。”该负责人补充道。

根据政策安排,凡于今年年底前登岛落地实质创业项目的青年,可享受餐饮住宿、办公场地租金优

惠,专项资金补助以及一对一专属创业帮扶指导等。目前,各赛道咨询热线现已全线开通。

据悉,榜单发布短短几日,已接到不少来电咨询,意向热度持续攀升。下一步,嵊泗将结合咨询、意向报名人员具体情况精准对接,做好跟进洽谈、实地调研、政策答疑等全流程服务,并加强意向项目的跟踪培育,推动优质创业项目尽早落地嵊泗。