



国羽女将黄东萍

三十而“砺” 不坠青云志

4月30日，苏迪曼杯赛场上的黄东萍，迎来了自己的30岁生日。

“年龄不是上限，态度才是上限。”走到而立之年，第五次征战苏杯的黄东萍说，三十岁的人生有点像“历险记”。

幼时的黄东萍体弱多病，在父母的支持下，她接触到了羽毛球。虽然初衷只是强身健体，但球场上的一次次肆意挥拍，让她逐渐爱上了这项运动。

热爱与汗水，让改写命运的节点降临在了年少的黄东萍面前。“那时我打过几场市里的比赛，成绩不错，省体校的教练看中了我。”她回忆说，“我等了很久录取通知，但一直没有来。”

在等待中，黄东萍听见了自己想要主动争取的心声：那一次，她破天荒地走到家人面前，主动要求奶奶联系教练，询问录取结果；电话那头的答复没有让她失望。11岁的黄东萍入选福建省队，成为了一名专业运动员。

“那是我职业生涯的第一步。”黄东萍自豪地说。从那以后，羽毛球开始与她的人生紧密交织，也让她明白，机会永远要靠自己把握。

2011年，黄东萍入选国家队。当时她的年龄正处在介于亚青赛与成年赛之间的“尴尬地带”。比赛机会少、频繁更换搭档、尚没有积分和排名的日子，对她来说充满了迷茫与未知。

而这段时光，被黄东萍定义为她的“储备期”。“那时我什么都不懂，只是默默努力，专注做好当下每一件事”，去积攒把握命运的能力和底气。

2012年，17岁的黄东萍首次与王懿律合作，便在亚青赛上崭露头角，夺得混双亚军。到2017年，黄东萍与王懿律成为固定搭档，开始在国际赛场上争得一席之地。2021年，在东京奥运会和全运会上，不被视为头号热门的“黄鸭”组合两次夺冠，站上巅峰。2022年10月，冯彦哲成为黄东萍的新搭档。两年后，在世界羽联公布的2024年第48周世界排名中，“凤凰”组合登上了混双世界第一的宝座。

从“黄鸭”到“凤凰”，两度登顶世界排名，一路走来，她对“冠军”的解读一如既往：它从来不是一个人的荣誉，而是团队托举的成果。

“教练、队友、科研人员在背后付出得远比我多，我只不过刚好是站在赛场中央的那个人。”

谈及搭档间如何建立深层信任，黄东萍的经验是“日复一日的真诚沟通”。过去的黄东萍与王懿律，曾因年龄相仿而常常争论，两人在“争论、实践、共识”的过程中拧成一股绳；如今与小自己6岁的冯彦哲合作，黄东萍更加期待彼此的自信表达、平等沟通，两人也在相处中逐渐变得默契。

相比夺冠，黄东萍更关注走下领奖台的时刻。

在她看来，竞技体育的魅力，恰恰藏在领奖台下，那些不被瞩目的平凡日常里。顶住压力、克服困难，是比夺冠更加珍贵的经历。

2024年，黄东萍当选共青团泉州市委副书记，多重角色赋予了她对“责任”更深刻的认知——应以更真实、更勇敢、更坚韧的模样站在年轻人与孩子们面前，展现出榜样的力量。“人生的尺度很长很宽，羽毛球只是其中的一部分。”黄东萍感慨道。

于是，在赛场之外，黄东萍有了新的计划。“以往的运动员多数来自体校，有时对文化学习有所懈怠。”黄东萍希望，一方面让羽毛球成为孩子们释放学业压力的窗口，另一方面也让校园成为小运动员兼顾学习的平台。

“职业道路与文化学习融合，也是对羽毛球运动更好的推广和发展”。

不久前，在2025亚洲羽毛球锦标赛混合双打四分之一决赛中，“凤凰”组合无缘四强。黄东萍坦言自己对状态下滑的担忧，“有时候会觉得，自己是不是年纪有点大了”。不过，训练的良好数据反馈，以及其他项目上依旧活跃的徐梦桃、巩立姣等老将，打消了黄东萍心中的疑虑，也给了她坚守的信心——“我还可以一直发光”。

正如赛场上空的羽毛球，在无数回合的跌宕起伏中，拥有不坠青云的力量；30岁的黄东萍，更加清楚自己坚守赛场的意义。

“三十而立，立的是黄东萍的精气神。”她笑道。

三十而“砺”，她砥砺前行，预备着每一次破空而出。

据新华社



黄东萍(资料图)

诸城市中小学生
田径运动会落幕

运动员在比赛中。

本报讯(记者 付东升)4月27日下午，“奔跑吧·少年”诸城市2025年中小学生田径运动会在诸城市实验中学体育场落下帷幕。

本次运动会共设置了20个竞赛大项目，比赛为期3天，来自诸城市50所学校、77支代表队的900余名运动员参加。

中青赛(男子高中年龄段U17组)
大区赛北二区第二时段比赛
23支球队来潍竞技

运动员在比赛中。

本报讯(记者 付东升 于菲)4月30日，2025年第四届中国青少年足球联赛(男子高中年龄段U17组)大区赛北二区第二时段比赛在鲁能足校开赛，来自全国各地的23支球队将展开为期7天的角逐。

中国青少年足球联赛(简称“中青赛”)创建于2022年，致力于成为我国覆盖面最广、参与人数最多、竞技水平最高、社会影响力最大的青少年足球顶级赛事，体校代表队、学校代表队、俱乐部青训梯队、社会青训机构等球队均可自由参赛，不设任何参赛限制，主要由地方预选赛、大区赛和全国总决赛组成。

第四届中国青赛(男子高中年龄段U17组)大区赛由北一区、北二区、北三区、南一区、南二区、南三区6个大区组成，北二区比赛全部在鲁能足校举行。