

逆风而行 向阳而生

——运动员备战宁夏首届残特奥运会

本报记者 马楠 王洋
实习生 乔新宇 文图

3月23日,运动员魏来在同伴的加油声中奋力掷出铁饼。“我们每天在场上训练6个小时,除了热身就是投掷,1至1.5公斤的铁饼一天要投出几百次。”训练间隙,魏来告诉记者。天气逐渐转暖,位于贺兰县洪广镇金沙中心小学和银川市西夏区芦花中学的宁夏残疾人体育训练基地也热闹起来,150多名运动员活跃在集训场上。在为期2个月的集训中,他们将拼尽全力备战全区首届残疾人运动会暨特殊奥林匹克运动会及其他全国残疾人体育赛事。

全区首届残特奥运动会将于7月9日至13日在中卫市举办。本次残运会设田径、乒乓球、羽毛球、飞镖、象棋、举重、旱地冰壶、跆拳道8个项目,特奥会设田径、乒乓球、羽毛球、旱地冰壶、轮滑5个项目。



- ① 运动员加强腿部力量训练。
- ② 热身后,运动员用力将手中的标枪投向前方的沙坑。
- ③ 训练之余,运动员聊天放松身心。
- ④ 运动员杨红娟练习投掷标枪的时间不长,但一招一式都饱含着刻苦和热爱。
- ⑤ 随着一声怒吼,沉甸甸的铅球被运动员田利军抛向空中。
- ⑥ 肢残运动员投掷铁饼,需将身体固定在辅助台上,借助腰腹、手臂等力量将铁饼掷出。
- ⑦ 练习投掷项目前,运动员利用轮椅在赛道上热身。

