

3小时59分15秒!昨天,32岁的妈妈选手刘虹在安徽黄山将女子50公里竞走的世界纪录改写。她也成为首位“走进”4小时大关的女子竞走选手。凭借这个冠军,刘虹已经一举囊括了女子竞走20公里和50公里的世界纪录。值得一提的是,刘虹还是奥运会、世锦赛女子20公里竞走的冠军,是中国田径的“金满贯”选手!

从冠军到母亲,再带着宝宝重回赛道,刘虹这些年的故事,诠释了何谓赛道上真正的女神。

### 家庭组合新模式

黄山站的比赛是刘虹复出的第三站,腹肌紧实、纤细苗条的身材上,丝毫看不出这是一名产后复出的妈妈选手。

离开领奖台,刘虹走到场边,老公刘学抱着一岁多的女儿早早地等在那里。复出之后,刘虹无论比赛、训练都会带着女儿。

2017年,刘虹生下了女儿熙熙,之后孩子就成为了她的生活重心。和所有的母亲一样,刘虹也必须承受一些幸福的烦恼。作为一个母亲,她希望可以带孩子,但始终放不下热爱的竞走。在女儿6个月的时候,刘虹就决定断奶、复训,一边带孩子一边恢复训练。

由于身体恢复和成绩都没有达到最理想的状态,复出后的刘虹没有与国家队合流。刘虹为了积极复出,给熙熙喂奶到半岁就开始了训练。最开始是降体重,之后再艰苦的身体素质以及体能训练,练了两个月之后,才开始慢慢恢复专项训练。

老公刘学是前国家队的队医,而他们夫妻俩也临时组成了一个训练小组,老公“兼职”队医、教练。用刘虹的话说,他们是特别家庭组合方式。

决定复出后,夫妻俩就去了昆明的训练基地,一练就是四个多月。昆明是高原,对于田径长距离项目训练有好处,而基地中,也有很多年轻的竞走队员。褪下光环,刘虹每天就和他们一起训练。不舍得女儿远离身边,刘虹无论训练还是比赛,都会把宝宝带在身边。烈日炎炎之下,刘虹在跑道上健步如飞,女儿在一旁鼓掌加油,构成了一幅奇特却温情的训练画面。

### 复出参赛破纪录

刘虹创造的新世界纪录究竟有多可怕?这个成绩放在雅加达亚运会上也能拿男子冠军。

在去年的雅加达亚运会上,男子50公里竞走夺冠成绩是4小时3分30秒。这也意味刘虹创造的女子世界纪录足以拿到亚运男子金牌,甚至这个成绩距离世锦赛男子达标成绩,也仅仅差了15秒。

不过,面对“比男选手还棒”的夸奖,刘虹自己却坦言,不能直接用这样的成绩对比,“因为比赛当天的天气、环境、气氛等都不一样。”

事实上,女子50公里竞走是刘虹的副项,过往她甚至没有这个项目的正式成绩,而此次参赛,只是为了自己的兴趣圆上一个梦。

根据国际田联的最新情况,从2023年世界锦标赛开始,顶级竞走比赛的距离,将从20公里和50公里改为10公里和30公里,也因此,刘虹这一次“尝试”50公里,其实是为了完成自己一个心愿。刘虹坦言,没有女子50公里竞走比赛时,自己就想走一个。明后年要备战大赛,能尝试50公里的机会越来越少,也因此希望尽早完成心愿。“有可能是第一次50公里,也可能是最后一次50公里。”

在复出不久就能在副项上打破世界纪录,刘虹直言自己也没有想到,“会想到今天有人可能会破纪录,但是没想到是自己。我们前面的几个队员,她们的训练情况、备战情况确实具备了实力,一开始我们走的速度就是按照走进四小时的目标,我只是顺势走下来而已。”

事实上,20公里竞走的赛场才是刘虹真正的舞台。复出后,刘虹状态就一直很好。她的复出首战为今年1月1日,香港“社长杯”新年竞走比赛,刘虹以1小时30分43秒顺利完赛,并夺得冠军。那是刘虹时隔2年4个月重返赛场,也是她个人职业生涯获得的第25个冠军。2月17日,在日本锦标赛男女20公里竞走中,刘虹以公开组嘉宾选手身份参赛,最终以1小时27分56秒的成绩获得冠军。复出后收获两连冠,且不断创下赛季世界最好成绩,刘虹的实力可见一斑。

凭借复出后的亮眼表现和打破50公里竞走世界纪录,刘虹不仅获得了世锦赛女子50公里竞走的参赛资格,也再次成为国家队的一员。

接下来,刘虹还将参加在太仓举行的20公里世锦赛选拔赛,争夺世锦赛20公里项目入场券。对于刘虹而言,如今的比赛只是练习,她最终目标是一年后东京奥运会,“肯定是要瞄准东京奥运会的,而且我想让更多人知道竞走,帮助竞走更好地发展。” 本报记者 厉苒苒

# 神行太保女侠刘虹 绝尘而去势如虹

妈妈复出打破50公里竞走世界纪录



刘虹(前)在昨天比赛中

图 新华社

## 记者手记

认识刘虹是在13年前的亚运会上。纤细的身子里蕴藏着惊人的爆发力,文静的外表下藏着一颗淡泊宁静的心。多哈的炎夏,我曾惊讶于亚运会新科女子竞走冠军竟是这样一个人看似温婉柔弱的姑娘。一转眼,昔日清丽如莲、人淡如菊的女子成了冠军、破了纪录,然后为人妻、为人母,却始终不曾放弃,奋斗在这片赛场上。

## 超人的背后

竞走,在田径所有项目中,关注度并不高。若无一份纯粹的爱,也许很难保持这样孤独行走的姿态。刘虹曾说,自己喜欢竞走的原因很简单,“就是觉得那样走很美。”

将孩子带在身边训练,对于刘虹而言,这是两难之中无奈的选择,却也是她前进的动力。女本柔弱,为母则刚,在竞走这样一个需要忍受孤独的耐力项目中,孩子的笑颜或许能给予她更多的力量,让她能更专注于眼前的路,自己的事业。

在职场妈妈的世界,有这样一句话曾让无数人落泪:孩子,对不起,妈妈只有一双手,选择工作就不能抱你,而抱起你就没法工作。而对于体育圈的妈妈选手而言,孩子和竞技之间的平衡,始终是比夺金更难的难题。

体育世界里,每个妈妈选手都是超人。当人们惊叹于她们的超快复出、感慨她们的状态不减,却很少会了解,她们背后付出的更多艰辛。

厉苒苒

刘虹(右)夺2016年里约奥运会女子20公里竞走冠军 图 VCG



## 刘虹小档案

1987年5月12日出生于江西省吉安市安福县  
重要事件>>>  
2002年入江西省队  
2005年11月入国家队  
2008年参加北京奥运会  
2015年6月7日打破女子20公里竞走世界纪录  
2019年3月9日打破女子50公里竞走世界纪录

主要奖项>>>  
里约奥运会女子20公里竞走冠军  
北京田径世锦赛女子20公里竞走冠军  
莫斯科田径世锦赛女子20公里竞走季军  
大邱田径世锦赛女子20公里竞走亚军  
广州亚运会女子20公里竞走冠军  
多哈亚运会女子20公里竞走冠军

### 相关链接

## 女子50公里竞走世界纪录进程

(该项目2017年进入世锦赛)

成绩	运动员	比赛时间	比赛地点
4小时08分26秒	亨里克(葡萄牙)	2017年1月	葡萄牙莱里亚
4小时05分56秒	亨里克(葡萄牙)	2017年8月	英国伦敦
4小时04分36秒	梁瑞(中国)	2018年5月	中国太仓
3小时59分15秒	刘虹(中国)	2019年3月	中国黄山



刘虹和宝贝女儿 图 TP