

石宇奇：曾经的曲折都是走向成功的必经之路

中青报·中青网记者 慈鑫

北京时间9月1日凌晨，巴黎拉夏贝尔体育馆，2025年世界羽毛球锦标赛男单决赛，当中国选手石宇奇以2:1战胜卫冕冠军、泰国名将昆拉武特之后，他激动地跪倒在地、泪洒赛场。

这是29岁的石宇奇首度夺得个人项目的世界冠军，也是中国羽毛球队时隔10年再次获得世锦赛男单冠军。对于18岁就站上青奥会冠军领奖台、22岁夺得世锦赛男单亚军的石宇奇来说，这个冠军让他等了太久，走过的路也太大。但正像石宇奇近日在接受中青报·中青网记者连线专访时所说，“无论这一路如何走来，最终都将得到相应的结果，我认为这就是最好的安排。”

绝境不弃、处变不惊，世锦赛终于夺冠

本届羽毛球世锦赛开赛前，男单现世界排名第一的石宇奇夺冠前景不太被外界看好。因为根据石宇奇的抽签结果，他从第一场比赛开始就将遭遇恶战，晋级道路上还有多个实力强劲的对手。

果然，石宇奇在闯入本届世锦赛男单八分之一决赛之后的4场比赛全部打满3局，其中有3场比赛是在先失1局的情况下实现翻盘。半决赛中，石宇奇与男单最大黑马、加拿大选手赖俊俊的比赛更是在对手已经拿到两个赛点的情况下完成了惊天逆转。

石宇奇认为，与赖俊俊的那场比赛可能是自己在本届世锦赛上最艰难的一场。他说：“赖俊俊的整体状态可谓天时地利人和，他在本次世锦赛上的心态和技术层面都非常强大。与他的比赛，我做好了充分的准备，但比赛过程比想象中还要困难。”

那场比赛，赖俊俊以21:13拿下第一局，第二局又以20:18领先，距离获胜只



北京时间9月1日凌晨，法国巴黎，2025年羽毛球世锦赛男单决赛，中国选手石宇奇在2:1战胜泰国选手昆拉武特之后，眼中含着热泪庆祝自己首次夺得世锦赛男单冠军。视觉中国供图

有一步之遥。此时，大多数观众可能都会认为赖俊俊这匹黑马又将完成一次神奇表现。但石宇奇非常冷静，硬是将比赛悬念拉了回来，他先是连夺4分扳回1局，后又在决胜局上彻底压制住赖俊俊的气势，完成了整场比赛的逆转。

这场关键一战，淋漓尽致地展现了石宇奇在高压之下仍能保持冷静、从容、沉稳的大将风范。这种素质，对于曾经的石宇奇来说是相对欠缺的，这也是导致他之前的世锦赛、奥运会征程总是与遗憾相伴的重要因素。但现在，这种素质成为石宇奇的优势之一。

去年的这个时候，同样是在拉夏贝尔体育馆，巴黎奥运会羽毛球男单四分之一决赛，当时的对手正是这次成就石宇奇夺得世锦赛冠军的昆拉武特，那场比赛留给石宇奇的是痛苦回忆，但可能也是石宇奇完成蜕变前的最后一道难关。

巴黎奥运会之后，石宇奇迎来了职业

生涯的又一个丰收期——2024年的年终总决赛夺冠，2025年以来又在马来西亚公开赛、全英赛、日本公开赛、中国公开赛上先后夺冠。

本次世锦赛，石宇奇首场迎战巴黎奥运会羽毛球男单第四名、印度名将拉克亚什·森，比赛第二局出现了争议性一幕，石宇奇的处置方式展现出他的成熟。当时，双方打成19:18，石宇奇领先1分，裁判的疑似误判给了拉克亚什扳平比分的1分（从电视转播画面看，拉克亚什当时救起的一球已触地，但裁判未发现）。通常情况下，感到遭受不公平待遇的选手，都会对这样的疑似误判提出强烈质疑乃至据理力争，但石宇奇十分冷静，他几乎没有与裁判进行交涉，而是心平气和继续比赛。之后，他连夺2分，赢下了这场比赛的胜利。

回顾当时的情景，石宇奇说：“我知道，无论与裁判如何交涉，结果都不会改

变。我只能象征性地对裁判表达疑问与提醒，同时要将重心放到整个比赛过程中，切记不要影响自己的心态和手感。”

绝境不弃、处变不惊，自称要在比赛中时刻“保持平常心”的石宇奇，正在成为一个更加令人敬畏的对手。这种蜕变并非一蹴而就，而是来自“积累的过程”，石宇奇说道。

人生的积累、宝贵的经历

29岁才首次夺得世锦赛男单冠军的石宇奇却非大器晚成，他早已少年成名。2014年，18岁的石宇奇在第二届青奥会上夺得羽毛球男单冠军，2018年，他战胜林丹夺得有着小世锦赛之称的全英赛男单冠军。当年的世锦赛上，初出茅庐的石宇奇在男单半决赛负于如日中天的日本选手桃田贤斗，但亚军的成绩对于中国羽毛球队来说也足够惊喜。

在林丹、谌龙两位奥运冠军之后，被视为中国羽毛球男单接班人的石宇奇以惊艳的表现迅速成长，但命运也在这个时候开起了玩笑。

2018年年底的羽毛球年终总决赛和2019年5月的苏迪曼杯比赛上，石宇奇两次战胜当时的世界第一桃田贤斗，被视为2019年8月的世界羽毛球锦标赛男单冠军的有力争夺者。但意外就在7月举行的印尼羽毛球公开赛上发生了，石宇奇在比赛中左脚踝侧韧带撕裂，必须接受手术治疗，被迫放弃本届世锦赛，石宇奇表示，“受伤之后的康复是一个巨大的挑战，而且，每一次受伤对身体都是不可逆的伤害”。

这次受伤也成为石宇奇职业生中的一个转折点，之前势不可挡的石宇奇开始遭遇接连不断的磨难。2019年开始的连续4届世锦赛，石宇奇要么缺席，要么与男单无缘，2020东京和2024巴黎两届奥运会，石宇奇同样无缘四强。作为中国羽毛球男队扛旗者的石宇奇，如果迟迟不能拿到世锦赛和奥运会

冠军，不仅是个人的遗憾，也是中国羽毛球队伍的遗憾。

在冲击男单世界冠军、奥运冠军屡屡受挫的同时，2021年，石宇奇又因为在汤姆斯杯比赛期间发表不当言论遭到中国羽毛球队的禁赛处罚。石宇奇回忆：“那段时间，外界没有人可以理解你，自己的意志也非常消沉。感谢我的教练孙俊，还有很多人帮助我度过了那个难关。从我的内心来说，我也知道自己仍然渴望为国争光，所以我就逐渐把精力集中在训练上，尽量不考虑其他事情，慢慢恢复意志和竞技状态，直到重新回到国家队。”

伤病、禁赛、在世锦赛和奥运会的屡屡受挫……过去6年，石宇奇就这样反复接受命运的洗礼。尽管他与队友携手在苏迪曼杯、汤姆斯杯的比赛中一次次捍卫着中国羽毛球队的荣誉，但个人项目的世界冠军、奥运冠军始终不可得，还是让人唏嘘。

石宇奇曾把自己比作是“一颗不断砸碎再黏合的鸡蛋”，放眼世界羽坛，确实也没有几人遭受过比他更多的挫折与坎坷。困苦磨砺之中，石宇奇逐渐领悟，“在接近成功时却未实现，你也能从中学习到知识，这就是人生经历，所有这些均是为了你之后走向成功所做的积累”“虽然有些过程并不保证你成功，但是它们是必经之路，这也是宝贵的经历”“现在遇到的问题可能成为你未来更好地应对困难的依据，只有实践才能增强力量”。

29岁的石宇奇，终于把自己摔打成了宠辱不惊的钢铁战士，加之与孙俊教练的磨合更加默契，也让他的竞技实力走上新的台阶。

所以，2025年夏天的巴黎拉夏贝尔体育馆，石宇奇绝境逢生、化茧成蝶是奇迹更是必然。这让他更有信心迎接3年后的洛杉矶奥运会，他说，“放平心态，我认为我无需证明自己。”

本报北京9月8日电

男篮欧洲杯展演欧洲篮球「进化论」



北京时间9月8日凌晨，欧洲杯八分之一决赛，东契奇持球进攻面对意大利球员的防守。视觉中国供图

中青报·中青网记者 杨虬

当东契奇砍下42分、“字母哥”阿托昆博得到了37分，两位核心球员分别率领斯洛文尼亚队和希腊队杀入八强后，本届男篮欧洲杯已经进入最引人瞩目的窒息阶段。超级球星的极致个人表演，球员对现代篮球更深的认知，以及团队配合的细致把控，共同打造欧洲篮球高水平舞台。

北京时间9月8日凌晨，斯洛文尼亚队击败了另一支欧洲劲旅意大利队。在这场比赛中，东契奇面对对手上下半场完全不同的两种作战方式，应对得游刃有余。上半场，意大利队的策略是让东契奇单打，东契奇首节就得到了22分，半场结束得到了30分。下半场，意大利队改变策略，对东契奇进行包夹，但东契奇还是得到了12分。

东契奇是本届欧洲杯最具统治力的球员。”国际篮联官方网站这样评论这位斯洛文尼亚超级球星，“他在效率、得分、抢断等多项数据上领先。整场比赛，意大利队都对东契奇毫无办法，而东契奇则随心所欲，尤其是在上半场。”

事实上，本届欧洲杯群星荟萃。除了东契奇、阿托昆博（希腊）、马尔卡宁（芬兰）、阿夫迪亚（以色列）、施罗德（德国）、约基奇（塞尔维亚）、申京（土耳其）、波尔津吉斯（拉脱维亚）、瓦兰齐纳斯（立陶宛）等顶级球星悉数参赛，他们的个人表演和带动团队的能力，都让这届欧洲杯的观赏性和整体水平达到了前所未有的高度。

“虽然没看所有的比赛，毕竟有时差，但看了几场后，感觉就是太好看了，而且确实有很多东西值得我们学习。”前国手焦健告诉中青报·中青网记者，“比如塞尔维亚队和土耳其队的比赛，约基奇和申京两名超级中锋的对位，就展示出了现代篮球的特点，不论你是什么位置，肯定是越全面越好，而且，即使你是大个子，你也得会投三分球。”

确实，每一次世界大赛，包括欧洲杯在内，都会让球迷看到篮球的发展和进化。而对现在的顶级球员而言，技术和头脑缺一不可。

土耳其队在小组赛击败塞尔维亚队，申京的发挥至关重要，他和约基奇对位时，不仅内线能打进，而且还能在外线投三分。防守端，关键回合都是申京提前阅读出塞尔维亚想打的战术，果断断球、夹击、断球。其实申京和约基奇不仅技术都好，而且都是那种‘大块头有大智慧’的球员。”

事实上，本届欧洲杯，越来越多这种集成式的“全能型球员”，成为了改变欧洲篮球格局的关键因素。

以此次八强球队的情况来看，几乎每支球队都有这个类型的球员。东契奇有2.01米的身高，却能扮演持球大核的角色；“字母哥”有惊人的身体天赋和爆发力；马尔卡宁是芬兰队的核心，他的持球能力、投射技术，也是一般的大个子所不具备的——这也是他能够淘汰塞尔维亚队的重要原因；德国男篮当然是以施罗德为核心的，但不可忽视的弗朗茨·瓦格纳，在本届欧洲杯场均贡献20.7分、5.5个篮板和3.8次助攻，技术全面性可见一斑。

而从技术层面上看，本届欧洲杯各队连续高举进攻大旗，三分球的战术地位也被进一步放大。在已经结束的50场比赛中，有10场比赛得分超过100分，有34场比赛得分超过90分，这在40分钟的国际比赛中，已经非常少见。外线投篮层面的战术也在继续进化：投篮15个三分球以上的比赛场次达到了8场，其中德国在和立陶宛的比赛中，外线出手35次命中19球。除此之外，还有8场比赛投进了14个三分球，5场比赛投进了13个三分球。

本届欧洲杯期间，东契奇的一段视频在社交媒体上异常火爆：训练结束后，他背着背包来到球员通道附近，随手一投就命中了——记起三分，他的队友为此付出了50个俯身撑地的代价——超级球星极致的个人能力，以及现代篮球的特点在这一刻极具象化，这也是欧洲杯如此好看的原因所在。

本报北京9月8日电

“象牙塔”中的霹雳舞进入“后奥运时代”

实习生 张智超

中青报·中青网记者 梁璇

“我们都在学校里看直播，替她捏着一把汗，霹雳舞第一次进奥运会，非常感慨和激动。”北京体育大学（以下简称“北体大”）艺术学院霹雳舞方向大二学生丁俊楠和关云峰，至今记得观看中国选手刘清漪在巴黎奥运会霹雳舞比赛时的场景——去年夏天，刘清漪这位19岁的B-Girl（女霹雳舞者）摘得铜牌，将中国写进霹雳舞历史上的首个奥运奖牌榜。

霹雳舞并未因奥运结束而降温。中国街舞联赛、WDSF世界青年霹雳舞锦标赛等赛事陆续举办，加上成都世运会上16岁小将郭朴横空出世，这个源自街头的潮流项目持续展现出旺盛生命力。即便无缘2028年洛杉矶奥运会，“霹雳舞业已取得的发展和成绩也不会归零”。中国体育舞蹈联合会会长尹国臣表示，尤其中国霹雳舞者在巴黎的历史性亮相，已向世界展示了“中国风”的影响力。

“由街头走向高校是霹雳舞入奥后的显著改变，越来越多的大学开始设置相关方向，行业内外也对霹雳舞有了新的价值认知。”北体大艺术学院副院长李小芬表示，每个学科的发展建设都有特定时期的使命，“后奥运时代”，培养复合型霹雳舞人才、深度融合竞赛与表演，这是北体大霹雳舞实训班践行“以体报国”的重要方向。

北体大于2020年设立街舞（Breaking）实验班并面向全国招生，如今首届11名学生已顺利毕业。“部分毕业生进入中小学推广街舞项目，有的自主创业运营街舞俱乐部，还有人入职教育机构或大中院校担任教师，北体大在这方面走在了行业前列。”李小芬介绍，该校霹雳舞方向隶属于舞蹈表演专业，形成了独特的培养模式，“既要依托艺术学科的支撑，又要汲取体育学科的滋养”。

霹雳舞课程设置的特色，不仅有专业技术课，还有艺术概论、中外舞蹈史、音乐理论基础等拓展艺术知识的基础理论课，此外，训练与教学法、表演剧目和竞赛实战课也展现了对学生全方位专业化的培养。在最新课程改革中，体操、武术等体育项目也融入霹雳舞教学，“有助于丰富学生的动作思路，为即兴表演能力提供更多训练支撑。”李小芬说。

以武术为例，关云峰说，“霹雳舞偏‘硬’，而武术讲究‘刚柔并济’，把‘柔’融进霹雳舞能帮助我们变换风格。”目前已经有同学将醉拳、螳螂拳等武术动作加入霹雳舞中，但自己仍处在尝试阶段，“我们习惯了‘硬’的范式，需要一个适应的过程”。

时间酝酿出来的惊喜已经在人才接续上有所显现。

“我从第一批毕业的师兄那儿知道靠霹雳舞也能考大学。”丁俊楠7岁开始学舞，初中时，霹雳舞尚未成为奥运项目，也没有高校开设相关专业，为了学业，他

一度中断舞蹈，“不能跳舞的那段时间觉得很郁闷。”他回忆道，因此，当霹雳舞入奥、北体大招收相关专业学生等消息传来，他毫不犹豫重新拾起了霹雳舞。

“因为中断过练习，再回来时体能和动作质感差了不少。”丁俊楠提到，“仅仅举一个单独的杠铃杆，做一组，胳膊就打颤了。”这段磨砺也使他更加意识到保持训练的重要性，“需要持之以恒进行高密度训练，才能有好的比赛状态”。

关云峰接触霹雳舞时也是7岁，最初只是每周上两节课的兴趣爱好，到高中阶段，了解到靠霹雳舞也能叩开高校大门后，他更加投入，“高三上半年参加集训，下半年专心备考”，如今，霹雳舞已成为他生活中不可或缺的一部分，“每天不跳舞就不习惯，练舞像吃饭喝水一样重要”。

在李小芬看来，过去霹雳舞就像“流浪的孩子”，缺乏助力学生升学的“社会上升通道”，现在街头练习者，也能看见这条走进“象牙塔”的路径。

“现在参与霹雳舞的人更多了，和4年前第一批学生相比，新一批学生赶上了赛事红利，有更好的训练机会和平台，进步速度特别快。”作为资深霹雳舞者，在实验班担任专业教师的白鹿表示，随着项目和互联网发展，霹雳舞技术已是“公开的秘密”，每一批学生都展现出更扎实的基础、更纯熟的技巧。因此，除技术教学外，白鹿更强调培养学生跳舞时的思考方式，“不同性格的学



北京体育大学霹雳舞班学生和老师在排练中。受访者供图

生有不同的思维方式，不一定非要张扬才能赢得比赛。”他认为，需要用思维带动身体，通过跳舞认识和表达自我，“想赢得比赛就要用更聪明的方式，找到差异化”。

丁俊楠和关云峰在白鹿的教学方式中受益匪浅，丁俊楠表示，“知识还是原来的知识，但是发力模式完全不一样了。”关云峰也提到，“思考的内容更丰富了，时刻记得跳舞需要‘动脑子’”。

9月21日，白鹿将和学生们组队参加北京市的一项霹雳舞团队赛。从师生变为队友，白鹿希望学生卸下负担：“有负担是因为不自信，比起输赢，我更希望他们享受过程，只要能沉浸其中、找到自己的舞蹈方式，结果并不重要”。

“我们鼓励学生以赛促练、以赛育才。”李小芬介绍，近年来霹雳舞方向的

从第一赛场到第二赛场——

现代体育打响争夺青年观众社交媒体战

WTA女子单打世界第一萨巴伦卡已在中国主流社交媒体上活跃多时。

辛纳和萨巴伦卡的选择绝非偶然。越来越多的国际体育明星和赛事IP已将社交媒体视为拓展青年受众的“必争之地”，二人入驻中国头部社交媒体平台的动作不仅是其个人品牌全球化的一部分，更是社交媒体已成为体育“第二赛场”的直观体现。

毫无疑问，在全球范围内，青年观众是社交媒体上活跃的“主力军”，他们正在重塑体育传播格局。根据数据统计公司The Global Statistics的数据，在海外，Instagram平台上有近65%的用户集中在18岁至34岁，TikTok和X平台该年龄段用户达到70%。在国内，多项数据表明，微博的18岁至34岁用户占比达82%，小红书和抖音的18岁至35岁用户则超过70%。

如何在社交媒体上争夺更多的青年观众，是当今全球体育的重要课题。某体育社交媒体运营公司的体育内容与创意总监吴晨冰对中青报·中青网记者表示，总体而言，受近年来用户媒体使用习惯影响，青年人在社交媒体上的活跃度更高，青年体育社群粉丝数量也就更多。

“不同体育项目的社交媒体账号内容取向不同，其粉丝构成也不同。”吴晨冰表示，举例来说，对于传统足球豪门俱乐部而言，其粉丝群体中年龄较大的观众占比更高，而对于“新生代”强队，或者其他新兴体育项目，年轻人会投入更高的热情。“在运营方面，吸引更多年轻观众是我们的主要目标之一。”他说。

数据统计公司Statista今年6月发布数据表示，在2023年3月至4月对全球1万余名受访者的调查中，70%的Z世代观众（18至27岁）和68%的千禧一代观众（28至43岁）喜欢通过社交媒体观看体育赛事衍生内容。美国媒体TV Tech发布的调查数据则表明，大多数Z世代体育迷会在社交媒体体育项目，年轻人会投入更高的热情。“在运营方面，吸引更多年轻观众是我们的主要目标之一。”他说。

与上一代体育观众习惯坐在电视机前看一场可能长达几小时的比赛不同，如今的Z世代和Alpha世代体育观众更倾向于观看赛场精彩集锦、运动员搞笑互动、赛事幕后花絮等内容。吴晨冰认为，当代青年观众更想看的是“热闹”与“故事”，而不是冗长的技战术分析。

“而且，赛场内外的幕后故事不仅是现

有的‘体育迷’所希望看到的，更是当代体育运动吸引青年观众的‘新增长点’之一。”吴晨冰和团队观察到，由他们运营的“F1世界锦标赛”中文地区官方账号，在F1官方幕后纪录片《极速求生》播出后，迎来了“粉丝增长潮”，日常其账号在各社交媒体平台发布的幕后花絮内容互动量也很可观。

“一项体育比赛可能需要时间学习和理解规则才能‘看得懂’，但幕后花絮中运动员的表现‘很简单’，有温情时刻也有激烈冲突，其理解成本更低，能够很快吸引年轻观众的注意。”吴晨冰表示，如今越来越多的年轻人通过观看运动员的日常Vlog、训练花絮、幕后采访进入“体育世界”，再逐渐关注到赛事本身。“对赛事IP和运动员而言，幕后内容有效拉低了观众入门门槛，让‘泛体育人群’能够轻松加入讨论，扩大了粉丝群体的覆盖面，提高其影响力。”

赛事IP和体育明星的社交媒体想要吸引更多青年观众，不仅要做好上述花絮、集锦这类“全球性”内容，更要做好“本土化”内容。“日常制定社媒运营策略时，我们一定会先调研‘当下互联网流行热点’，从而更好地将全球化内容‘转化’为更贴近网友习惯的本土化内容。”吴晨冰说。

本报北京9月8日电



当地时间9月6日，白俄罗斯名将萨巴伦卡获得2025年美国网球公开赛女单冠军。视觉中国供图

中青报·中青网见习记者 李梓昂 记者 郭剑

刚刚结束的2025年美国网球公开赛，见证了新一代网坛明星的高光时刻。男子单打决赛中，西班牙选手阿尔卡拉斯以3:1的比分力克意大利选手辛纳，夺得男单冠军；此前一天举行的女子单打决赛，白俄罗斯选手萨巴伦卡2:0横扫美国运动员阿尼西莫娃，成功卫冕。

随着美国网球公开赛的结束，国际网坛的焦点即将转向亚洲赛季。为了给即将到来的亚洲赛季和中国赛季预热，今年8月底，当时ATP世界排名第一的辛纳正式开通微博、小红书和抖音账号，并在9月1日发布了首条内容。这一举动迅速收获中国球迷的关注与互动——他不仅在微博登上了相关热搜话题，在小红书和抖音上也获得了良好的互动反馈。而在此之前，