



达州融媒

# 达州晚报

2026年3月 18日

星期三

丙午年正月三十

值班编委 王爱民

达州融媒网 www.dzrm.cn

# NEWS

达州市融媒体中心（达州日报社）主管主办 国内统一连续出版物号 CN 51-0063

总第6910期 今日 12 版

## 专访达州籍米兰冬残奥会冠军余爽： 用青春在雪道上书写逐光传奇

3月13日，在2026年米兰-科尔蒂纳冬残奥会冬季两项男子短距离追逐赛（视障）夺冠的23岁中国小将余爽摘下护目镜，躺在意大利泰塞罗的雪地上，喜极而泣，这是他人生中第一枚奥运金牌。这位从渠县涌兴镇走出去的视障运动员，在意大利米兰冬残奥会赛场上，以冬季两项男子短距离追逐赛、越野滑雪公开4×2.5公里接力赛、越野滑雪男子短距离传统技术三个项目2金1银的成绩，为中国残疾人冰雪运动再添荣光。从达州残疾人运动会的3枚银牌，到世界杯7枚奖牌的突破，再到米兰冬残奥会赛场两夺金牌，余爽用青春在雪道上书写了一段逐光传奇。

### 夺冠痛哭：从开局失利到逆袭翻盘

3月13日的泰塞罗，晴空万里，雪道表面因气温升高变得湿滑，这对依赖雪感滑行的视障运动员而言，是不小的挑战。“室外温度5至10℃，我比赛的时候是中午，正是一天温度最高的时候，不少地方的雪化成水。湿润的道路，让滑雪变得艰难。”余爽坦言，决赛轮对他而言堪称逆袭。

冬季两项男子短距离追逐赛分为两轮，第一轮余爽处于第2名位置，输第1名0.3秒。按照竞赛规则，第二轮，第1名提前1分35秒出发。这意味着余爽要在追赶中完成一发不脱靶的精准射击，才有机会追上夺冠。“当时心里虽然紧张，但不敢乱。领滑员尚金财一直喊我稳住节奏，才能抓住机会。”余爽回忆。

滑行阶段，余爽严格执行领滑员的指令，每一次蹬雪、每一次转向都精准无误；进入射击环节，站在靶位上的他，深吸一口气调整呼吸，扣动扳机的瞬间，他沉住气、稳住枪，把训练了千万次的动作，完美呈现在奥运赛场，十发子弹全部命中靶心！

比赛途中，余爽身后不断传来对手追赶的声响，压力拉满。“我看不清路，

但我知道方向在哪。”凭着这股信念，他一路领先。“赢了！”夺冠后，他与领滑员尚金财抱头痛哭，教练也在一旁偷偷抹泪，这枚金牌承载着团队的期望与多年的坚守。

“赛场下来不到5分钟，我就收到了中共北京市委、北京市人民政府贺电。”余爽说，对于贺电中提到的“中华体育精神和北京冬奥精神”，余爽有着自己的理解。“中华体育精神是拼搏与坚守，冬奥精神是超越与共享。”他说，赛场上的每一次冲刺，都是对拼搏精神的践行；而残疾人体育事业的发展，离不开社会各界的支持与共享，“我们在赛场上奋勇争先，也是为了向世界展示中国残疾人自强不息的精神风貌。”

3月14日的越野滑雪公开4×2.5公里接力赛中，余爽凭借出色的爆发力，逐渐拉开差距，为中国队锁定金牌。“最后一棒出发时，我知道差距不大，必须拼尽全力。”余爽说。站在领奖台上，看着五星红旗冉冉升起，他心里只有一个念头：“四年的付出，终于有了圆满的回报。”（下转02版）



3月13日，中国选手余爽庆祝夺冠。（新华社记者 侯昭康 摄）

### “幽灵外卖”、预制菜冒充现制、后厨脏乱差 达州全面整治网络餐饮 公开征集违法线索

⇒详见03版

24h

市民热线 2382258  
13649060903

读者爆料线索本报一经采用，每条奖励50-500元现金购物券。（新闻线索奖券由达州市世纪隆超市有限公司独家提供。）