



颁奖仪式结束后，戴着金牌的林梅芳高举国旗。

01 第一次为国征战 赛前高强度集训

今年4月中旬，林梅芳接到了参赛通知，“当时我正在训练，教练突然把我叫住，告诉了我这个消息。”

据悉，中国中学生体育协会在4月中旬接到教育部关于组织参加诺曼底世中运的任务后，根据名额配比，结合世中运击剑项目中国队选拔赛成绩，经过综合考量，选派4名队员参赛，林梅芳就是其中一员。

“兴奋，激动。”对林梅芳而言，这意味着人生中的许多第一次——第一次出国参赛，第一次代表中国参加比赛，第一次和外国选手交手……

5月1日，正值五一假期。当大家都沉浸在假期的快乐时，林梅芳收拾好行李，一个人出发了，目的地是北京。根据安排，参加诺曼底世中运的运动员，需要先在北京市集训，再前往法国。

这是林梅芳第一次独自出门。当天一早，她从福州出发，坐近9个小时的动车到北京，再乘车前往集训地。当她风尘仆仆地抵达集训地时，已经是凌晨1点。

一路舟车劳顿，这令林梅芳的身体感觉非常疲惫，但精神上却“乐此不疲”。隔天早上8点，她就准时出现在训练场，为即将到来的世中运投入最后的备战。

直到5月10日出发，在北京的每一天都被高强度的训练所充斥，“有时候一天两练，有时候一天三练，白天主要是练实战技术，晚上在健身房练力量。时间紧迫，基本没有休息的时间。”林梅芳告诉记者，击剑队的姚倩教练给了自己很大的帮助，带来许多全新的东西，能够很好地运用到实践中，“教练还一直疏导我们，让我们不要有压力，放宽心去打，第一次参加国际比赛就当长见识，不给自己留遗憾就好。”

5月13日，林梅芳跟随中国代表团抵达法国诺曼底，开启梦想征程。

02 节奏被打乱小组赛惜败 一剑封喉决赛“复仇”

在19日举行的金牌争夺战中，林梅芳以15:11击败东道主法国选手DOQUET Anaelle。赛后，林梅芳双手握拳，仰天怒吼，尽情宣泄内心的激动。谁曾想，仅在两天前，林梅芳才大比分负于对手，尝到了小组赛的唯一败仗。

本届世中运击剑项目，选手需先参加两轮小组赛，再进行单败赛争夺名次。

17日上午，第一轮小组赛打响，每位选手要打满五场。刚开始，林梅芳打得顺风顺水，取得四连胜，直到第五场比赛，她以1:5负于DOQUET Anaelle。

回想起这场比赛，林梅芳仍有遗憾，“这个选手的节奏比较慢，漏洞少，风格和国内选手很不一样。”第一次面对这种风格的对手，快节奏的林梅芳一下子乱了阵脚，“当时心里很着急，急着出手，但越快就越乱，也没有战术铺垫，最后很草率地输掉了比赛。”

第二天是休息日，林梅芳没有外出参观，也没有休息放松。她找到教练，听取他们的意见和建议，还针对这场比赛写了一篇总结。

“我不喜欢没打完就出去玩，就觉得要把这根弦绷住。”林梅芳明白，在单败赛中，作为一、二号种子的两人势必会再碰面。“以这个选手的实力肯定可以进入决赛，如果我前面打得顺利，就要做好决赛和她再交手的准备。”

不出所料，两人在决赛场上再度相见。一上场，对方就连连刺中林梅芳得分。“刚上场心里还是有点害怕，没有十全的把握，有点手忙脚乱。输了2分后，突然心结就打开了，人也放开了。”没有包袱的林梅芳不再保守，她化被动为主动，连连得分，反超比分，领跑比赛。直到比分来到14:12，林梅芳没有再给对方喘息的机会，她看准时机，一剑封喉，拿下最后的胜利，实现完美“复仇”。

林梅芳表示，拿到金牌固然开心，但通过这次比赛，给自己上了重要一课，看到了自己的不足，“外面的世界很大，要打开格局，放远目光，多去外面看看，适应不同国家不同选手的打法，才能有更好的提升。”

梅花香 晋江骄傲

——养正学子诺曼底世中运夺金背后

本报记者 李诗怡

5月22日，第十九届世界中学生夏季运动会在法国诺曼底落下帷幕。本届世中运，晋江养正中学学子林梅芳作为中国中学生女子重剑代表亮相，与全球中学生击剑运动员展开较量。凭借绝对实力，这位刚满18岁的晋江姑娘勇夺女子重剑冠军，让五星红旗在赛场高高飘扬。

梅花香自苦寒来。就如林梅芳的名字，赛场上的闪耀一刻，离不开日复一日的辛苦积累。从中国福建的东南沿海，到法国诺曼底的国际赛场，在击剑道路上走过了8年时光，不论顺境还是坎坷，她始终如一，迈着坚实的脚步向前。

今日，记者带大家走近林梅芳，揭秘世中运之行背后的故事和她的击剑情缘。



林梅芳（左1）与教练、队友合影。

03 18岁生日收获满满感动 作为代表亮相开幕式

回首世中运之行，林梅芳说，这枚沉甸甸的金牌，不仅是她多年努力结出的甜美果实，也是其对中国代表团良师益友的回报。

5月16日是林梅芳的新生日，而今年，正是她的18岁生日。18岁是人生的里程碑，有着特别的意义。“我比较喜欢过新生日，之前就已经想好了，18岁生日要大吃一顿，开开心心地度过。”林梅芳笑着说，没想到今年生日和比赛“撞车”，“当时就想不过新生日了，专心比赛，等农历生日再过。”

16日晚，正准备休息的林梅芳突然接到通知，要集合开会。“到了之后，老师突然让大家把闪光灯打开，然后全部人就开始唱生日歌。”此时的林梅芳还没反应过来，她也跟着大家一起唱起生日歌，好奇当晚的寿星是谁。

直到发现所有人都看着自己，林梅芳才后知后觉，原来自己就是这位幸运儿。“一开始我觉得肯定不是自己，大家怎么会知道我的生日呢。”耳边是欢乐的歌声，眼前是特地从大使馆送过来的蛋糕，手中是代表团老师从中国带到法国的礼物，这温情的一幕幕让林梅芳的内心被感动填满。

“这次到法国参赛，得到了许多人的帮助，感谢教练和队友，没有他们就没有我。”林梅芳说，前往法国途中，自己身体不适，队友就主动帮自己拿行李。还有姚倩教练，为了帮自己找手感，课时被刺得手瘀青、流脓了，但她都没有说什么，尽心尽力帮助自己。

面对荧荧烛光，林梅芳闭上眼睛，紧握双手，许下愿望——一定要拿下冠军，用金牌回报所有人的帮助和关爱。

值得一提的是，作为中国代表团代表，林梅芳和其他四位运动员亮相本届世中运开幕式。他们登上舞台，在来自世界各地的中学生运动员面前亮相，展示中国中学生的青春力量，也让世界看到晋江学子的风采。

04 以施嘉洛陈情缘为目标 “量的积累才有质的飞跃”

“教练，我夺冠了！”夺冠当晚，一走下赛场，林梅芳连忙拿起手机，打了一通跨国电话，第一时间向远在晋江的启蒙教练李歆分享喜悦。

林梅芳是陈康官村人。8年前，就读于版筑小学的林梅芳进入晋江市少年儿童业余体育学校，来到远华中学训练基地，在崔艺刚和李歆的指导下，开启击剑之路。

身体条件好，脑子灵活。这是两位教练对林梅芳的共同印象。“这次出国参赛，需要克服疫情、备战的重重困难。孩子能够顶住压力取得好成绩，要恭喜她。”林梅芳确定获得参赛资格后，崔艺刚多方联系，帮忙准备出国材料和证明，比赛期间也一直关注着爱徒的表现，“一直以来，她的表现都比较好，头脑灵活，战术意识和临场应变能力都具备。”

“她的身体条件很不错，适合练击剑。打比赛时很聪明，很会利用自身的特点。”李歆说，林梅芳这次拿冠军，是量的积累，才有质的飞跃。在李歆看来，林梅芳平时看着大大咧咧，实则是一个很坚韧的女孩。“赛前一段时间，她的状态比较低迷，练得不是很好，而且身上有伤。”膝盖痛就戴上护膝，腰痛就自己拿冰块冰敷，林梅芳无惧挑战，一步一个脚印，走上最高领奖台。

对于未来，两位教练对林梅芳寄予厚望，“这次比赛是她人生全新阶段踏出的第一步，信心、眼界各方面都得到了提升，对她的成长有很大帮助。走好接下去的每一步，等待她的会是更大的舞台。”

记者了解到，中国代表团预计于6月3日返国。目前，代表团成员正在当地隔离。作为一个吃货，在法国参赛的日子，让林梅芳格外想念国内的美食，“法国的米饭太硬了，吃不习惯。出国前我们带了挂面，每天吃面。”林梅芳笑着说，回国第一个想吃的东西就是白米饭。

世中运冠军只是开始，未来还有很长的路要走。林梅芳说，学习击剑这项运动，让她懂得要为自己想要的东西去努力，而不是坐着凭想象就能够获得，经历的过程很重要，要不断积累，慢慢沉淀，“施嘉洛、陈情缘等优秀的同门师姐姐姐都是我学习的目标，我要努力向他们看齐。”