



重庆残疾人跳绳队在全国残特奥会以7金4银1铜创下历史最佳战绩

黑暗中的“绳”光 跳出精彩人生

凡人微光 温暖山城

■ 新重庆·重庆日报记者 杨铌紫

“218个！周裕红，金牌！”

12月9日，在广东惠州举办的全国第十二届残运会暨第九届特奥会（以下简称全国残特奥会）女子全盲竞速跳绳比赛中，现场裁判高声报数。

听到成绩的那一刻，重庆姑娘周裕红笑了，转身一把挽住教练周威林的手臂，在赛场上蹦跳起来。

听闻队友周裕红率先夺金，杨辉仿佛被点燃，在紧接着的男子全盲竞速跳绳比赛中，30秒跳212个，跳出了个人最好成绩。

本届全国残特奥会跳绳项目，20个省区市的21支队伍共计193名运动员同台较量，12月12日所有比赛收官，重庆残疾人跳绳队12名运动员以7金4银1铜创下历史最佳战绩。

他们虽然看不见，但当他们摇起手中的跳绳，却像精灵一样活力无限、光彩照人。

反复练习身上留下红印子

赛场上的周裕红笑容灿烂，可她视力一级残疾，左眼仅存微弱光感，右眼完全失明。

跳绳，成了她黑暗世界里的一束光。

周裕红的跳绳生涯始于11岁那年，当时她在重庆市特殊教育中心读五年级，周威林在操场喊“会跳的来试试”，周裕红攥着塑料绳挤在最前面。

“原以为就是蹦蹦跳跳，没想到还有那么多花样。”周裕红开始跟着老师学花式跳绳，第一个动作“双手甩空绳”就给了她“下马威”：看似简单，绳子却总缠在一起。那个下午，大部分队友都学会了，周裕红急得蹲在地上掉眼泪。

“后来才知道，要把一只手交叉放在另一只手上，上面这只手往下面划一个‘c’字形，然后左右两只手重复交换。”掌握窍门后，她咬牙练了两个小时，终于成功，

“当裁判喊出‘预备’，她把注意力集中在绳子的重量上。30秒内，

今年备战全国残特奥会的集训，周裕红带着旧伤重回队伍。

跟腱炎发作，站着都痛，缠绷带、擦药、做治疗，她坚持每天加练1小时。

直到12月9日站上惠州赛场，周裕红刻意不去想4

年前的经历，热身时心

里嘀咕：“比完赛喝奶茶。”

“周裕红，金牌！”

“周裕红，金牌！”