

从昆八中跑进国家队

昆明姑娘朱俊颖 入围东京世锦赛



5月11日,中国队第二棒选手李玉婷(后)和第三棒选手朱俊颖在比赛时交接棒 新华社记者 卢汉欣 摄

5月11日,在广州天河体育中心举行的2025年世界田联接力赛女子4×100米接力资格赛第二轮比赛中,由陈妤颀、李玉婷、朱俊颖、葛曼棋组成的中国队以43秒03的成绩位列小组第一,获得东京世锦赛参赛资格。队伍中的第三棒是昆明姑娘朱俊颖,这是她首次代表中国队出战,表现亮眼。



朱俊颖在昆八中和田径队教练合影 昆滇教育微信公众号 图

起跑:

嵩阳一中体网生考进昆八中

朱俊颖2004年出生于昆明市嵩明县,小学就读于嵩阳二小,五年级开始接触田径训练。2019年,她从嵩阳一中以体网生身份考进昆明市第八中学,开始了专业训练。在昆八中,学校教练为朱俊颖制订了专门的训练计划,这为她之后取得出色的比赛成绩打下了基础。

高中时期,朱俊颖自己在平时的训练里也哭过、抱怨过。“羡慕其他同学可以在假期旅游,我的假期从来没有休息过,因为我总是在被封闭训练;在受伤时哭过,也想过放弃。然而当我站在领奖台上时,就发现这一切都是值得的。”

加速:

训练拼到吐,吐完再拼

5月11日的比赛结束后,昆明市第八中学田径队的杨华、王文跃两名教练反复观看比赛视频,跑第三棒的朱俊颖正是他们的得意弟子。

对于朱俊颖取得的好成绩,杨华说:“热泪盈眶吧,非常激动,因为自己亲手调教出来的学生,最后能取得那么好的成绩,对于我们教练来说也是那么多年的坚持得到一种证明。”

两名教练说,朱俊颖能取得好成绩,是惊喜更是必然。2019年,朱俊颖考入昆八中时,他们就发现她的天赋非常好。王文跃介绍:“我记得非常清楚,她200米的成绩是27秒整,刚好是我们当年考试的满分。”杨华对朱俊颖训练中的表现也很满意:“跑200米的那种节奏感,会跑得特别好,弯道、弯进直的那种节奏感,摆臂、爆发力、速度感都相当赞。”

除了天赋,朱俊颖在训练中还非常刻苦、自律。杨华介绍:“我们在上速度耐力训练的时候,因为都会很累,她可以全力以赴拼到终

点,趴到跑道旁边吐,吐完接着就上,第二组一样可以全力以赴拼下来。”两名教练说,朱俊颖一直怀着在跑道上创造奇迹的梦想。

正是靠着天赋、刻苦、自律以及对梦想的执着追求,高中时期的朱俊颖拿下了区运会、市运会、省运会的几乎所有冠军,成为师生们眼中的昆八中“飞人”。

冲刺:

高三时斩获4枚省运会金牌

2022年,云南省第十六届运动会上,当时就读高三的朱俊颖以11秒93夺得女子甲组100米冠军,以24秒69获女子甲组200米冠军,并且她在女子甲组4×400米接力赛、4×100米接力赛中均收获金牌。

同一年,朱俊颖以高水平运动员和优异的文化课成绩顺利考入浙江大学,后来进入国家队。这次在2025年世界田联接力赛女子4×100米接力赛中一鸣惊人,朱俊颖实现了当年进入昆八中时的誓言:“今天我以八中自豪,明天八中为我骄傲。”

对于参与国际大赛,她说感受到了现场观众的热情,虽然有压力,但也调动了自己积极的心态。“我的第一想法就是看准点,看到点之后跑出去,接到棒就全力以赴,把棒交出去。看到我们是小组第一,我也很激动,其实当时也是鸡皮疙瘩一身,全场都是为我们中国在加油欢呼!”

目前,朱俊颖和队员们已经抵达重庆,备战其他赛事,她告诉记者自己目前的任务是全力为接下来的赛事进行准备,正因为要全力备战,近期都无法回到家乡昆明。说起回家后最想做的事儿,朱俊颖充满了期待,她说:“肯定还是先回家陪家人,因为也是很久才能见到。会回昆八中吧,几乎每次回昆明,都会回昆八中一趟,最想吃豆花米线、炸洋芋。”

据都市条形码、昆滇教育