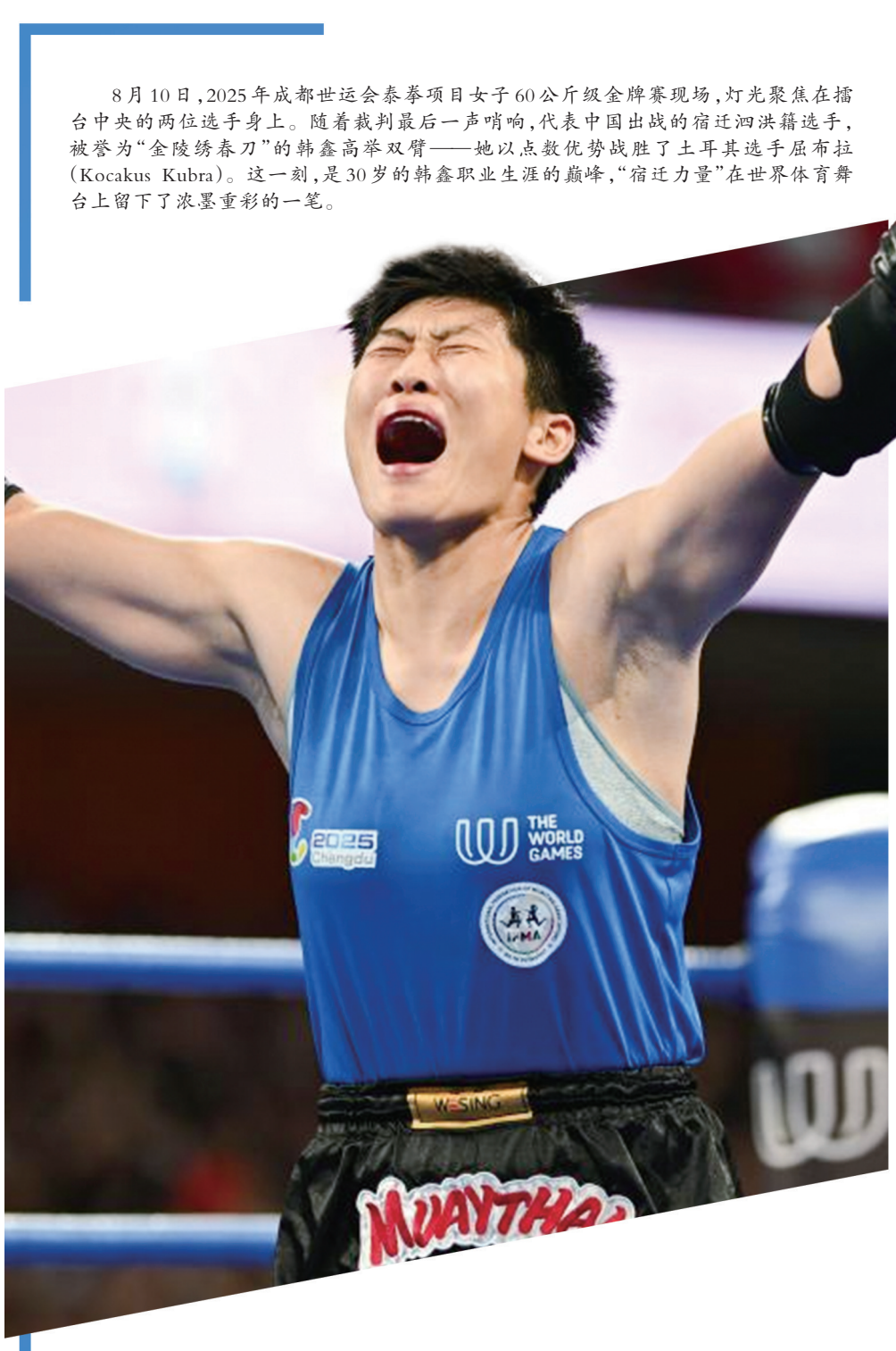
“金陵绣春刀”闪耀蓉城 宿迁泗洪籍选手韩鑫勇夺世运会泰拳金牌

8月10日,2025年成都世运会泰拳项目女子60公斤级金牌赛现场,灯光聚焦在擂台中央的两位选手身上。随着裁判最后一声哨响,代表中国出战的宿迁泗洪籍选手,被誉为“金陵绣春刀”的韩鑫高举双臂——她以点数优势战胜了土耳其选手屈布拉(Kocakus Kubra)。这一刻,是30岁的韩鑫职业生涯的巅峰,“宿迁力量”在世界体育舞台上留下了浓墨重彩的一笔。



父训启蒙 从边跑边哭的孩童到自信的武术少年

“小时候练跑步,我都是边跑边哭。爸爸在后面跟着,一句‘停下就没奖励’,硬是‘逼’着我跑完全程。”回忆自己与武术的初遇,韩鑫笑了起来。

韩鑫出生在泗洪县青阳街道黄台社区,她的父亲是个武术迷,自幼习武的他看着体弱多病的女儿,便动了让女儿通过练武术强身健体的念头。

那时候的韩鑫才14岁,每天天不亮就被父亲叫醒,沿着家门口的小路开始跑步,跑步结束还要和伯伯家的孩子一起扎马步。“一开始真的很难适应,尤其我看到别的小朋友在开心地玩耍,我却在太阳底下扎马步,站得两腿发麻,我就感到很沮丧。”韩鑫说,父亲的奖励是她最初的动力——练够1小时能得到5元钱,练得好还能“额外点菜”。

在父亲的引导下,韩鑫咬牙坚持了下来,武术也渐渐融入了她的生活:从学习传统武术五步拳到学习散打,她的身体变得越来越强壮,性格也从内向腼腆变得自信大方。

“现在才回过味儿,父亲不是要我当武林高手,而是想让我有‘扛事’的底气。”韩鑫说,正是童年的磨砺,为她后来16年的习武之路打下了坚实基础。如今,每次赛前,她都会给打个电话,那句“注意安全,爸相信你”,始终是她一往无前的底气。

转型之路 从自由搏击到泰拳的“破茧”之旅

翻开韩鑫的战绩表,“30战27胜8次KO”的亮眼数据背后,藏着一段从零开始的转型故事。

起初,韩鑫主攻的项目是自由搏击,她曾两度斩获全国自由搏击锦标赛冠军,还担任过2023年中国自由搏击国家队女队队长,“武林风超级战”的冠军奖杯更是拿了3座。但2024年的一次意外,让她决定从自由搏击向泰拳转型。

“我当时是准备参加世运会自由搏击项目选拔的,可赛前体重没达标,错过了选拔赛。”韩鑫说,当时她在训练馆坐了很久,“真的不甘心,我想站在世运会的擂台上,我不能对不起这么多年的坚持。”在她迷茫时,教练的一句话点醒了她:“泰拳项目国际赛事非常多,你是散打出身,步法灵活,可以试试。”

抱着“不放过任何机会”的念头,韩鑫决定转型练泰拳,可转型之路远比想象中艰难,泰拳的内围缠斗是韩鑫的短板,一开始进入内围,她总因慌乱被对手压制。泰拳的肘击、膝击技巧,与自由搏击的技术也有较大差异。今年5月,首次参加世界泰拳锦标赛的韩鑫,首轮就遭遇连续4届IFMA冠军,因内围缠斗劣势遗憾出局。

“输了就是输了,既然技术不如人,那就认真复盘,及时调整练习方向。”回来后,韩鑫开启了疯狂的训练模式:每天加练2小时内围缠斗,10分钟一组,组内不停歇,常常练到恶心呕吐。为了提升对抗强度,她选择体重超过自己的男性陪练进行实战。每次对抗结束,韩鑫的身上都会多几处瘀青。

“两次把自己练到中暑,队友就把我抬到阴凉处。恢复差不多了,我们就喝口水继续练。”韩鑫说。正是这份不服输的精神,韩鑫连续通过了3次选拔赛,终于拿到了2025年成都世运会的参赛名额。

备战攻坚 四十度高温下的队友情

“备战世运会的3个月,是我这辈子最痛苦也是最幸福的日子。”韩鑫说,为了冲击金牌,她暂停了武术教练的工作,进入国家队接受封闭式训练,每天的时间表精准到分钟——清晨起床跑步提升体能;上午进行绝对力量与爆发力训练;下午做打靶、内围缠斗等专项练习;晚上与陪练进行2小时实战对抗。

成都的夏天格外炎热,7月的气温飙升到40摄氏度,而韩鑫和队友要穿着厚重的降体服减重。“在操场跑步,别人穿短袖都喊热,我们裹着降体服,像裹了层棉被。”韩鑫回忆,有天晚上她突然发烧,怕影响团队训练,便没告诉教练和队友,想自己扛过去。可到了凌晨1点,她的体温越来越高,实在撑不住了,韩鑫才叫醒身边的队友耿春蕾:“春蕾,我要是还扛不过去,记得帮我打120……”

耿春蕾也是一位拿过3次全国冠军的运动员,当时她正在备战世运会自由搏击项目。听到韩鑫的话,她赶紧起身联系队医,又用冷水浸湿毛巾给韩鑫物理降温,守在韩鑫身边一夜没合眼。“第二天她还要训练,却一直忙前忙后照顾我。”韩鑫说,那次经历让她明白,她从来不是一个人在战斗,在她的身后,始终有一个温暖的团队在支持她。

家国情怀 “无论在哪,我永远是宿迁人”

“韩鑫夺冠那一刻,我在电视机前喊出了声!”市搏击运动协会副会长、泗洪县武术协会会长朱旭,想起韩鑫夺冠的场景仍难掩激动。作为最早关注韩鑫的家乡体育人,朱旭见证了她的成长,“第一次知道泗洪有这么一位搏击女将时,我又惊讶又高兴,后来一直关注她的训练和比赛。她今天的成绩是靠流血流汗换来的,韩鑫值得这一切!”

这些年,即便韩鑫在南京、杭州等地生活训练,朱旭也一直与她保持着联系,有重要比赛时,朱旭第一时间提醒韩鑫要把握机遇;韩鑫遇到技术瓶颈时,朱旭也会通过电话陪她商量战术;韩鑫备战世运会期间,朱旭还组织家乡人给她打气助威。

“一个地方资源有限,很多运动员都会去外地接受训练。我目前在浙江杭州的海亮集团有限公司工作和训练,可无论在哪儿,我永远是宿迁人,我一直想着家乡的大闸蟹、清清的骆马湖。”韩鑫说。

夺冠后,韩鑫做的第一件事就是给父亲打电话报喜。“我爸在电话里特别高兴,大声喊着‘闺女出息了’。”韩鑫说,父亲一直是她的铁杆粉丝,哪怕她因打商业比赛两次受伤住院,父亲也一直鼓励着她,这令她感到振奋。

“妈妈十分担心我的身体,想让我换个工作。有一段时间,我就偷偷去当武术教练,再拿赚来的钱去参加国内外集训。我热爱这项运动,我离不开它。”韩鑫说。

如今,夺冠后的韩鑫又恢复了武术教练的工作,闲暇时她还会去钓钓鱼——这个能让她静下心来的爱好,是她调节心态的“秘密武器”。“钓鱼和打比赛很像,需要耐心和专注,也提醒我什么事情都急不得。”韩鑫说,接下来,她想把更多精力放在泰拳推广工作上,“我想让更多人了解这项运动,也希望能为中国泰拳事业培养更多优秀的选手。”

精神传承 “中国力量”里的“爱拼才会赢”

“‘中国力量’是什么?对我来说,就是敢打敢拼,不服输、不怕输,不断突破极限,在世界擂台证明自己。”韩鑫说,她的人生格言是“爱拼才会赢”。

从泗洪县青阳街道黄台社区的一条不知名小路,“跑”到全国锦标赛的擂台中央,再自信地走上世运会的领奖台,韩鑫用16年的时间践行着她的人生格言。

她还记得,刚转型练泰拳时,有人说“你自由搏击打得好,没必要从零开始”。备战世运会时,有人说“对手太强,能拿奖牌就不错了”。她不信,“别人越不看好我,我越要拼出个样子来,压力就是动力,让不可能成为可能是一件很酷的事情。”

谈及给年轻后辈的经验,韩鑫说:“这条路有点苦,会受伤、会迷茫,但如果真的选择了它,就请坚持下去,风雨之后不仅有彩虹,还有一轮充满生命力的太阳。”她说,自己的故事只是中国体育人奋斗的一个缩影,在千千万万个训练馆里,还有无数个像她一样的运动员在为梦想拼搏着。

近年来,宿迁高度重视对竞技体育后备人才的培养,通过搭建赛事平台、完善训练体系、加强协会联动等方式,努力为像韩鑫这样的体育人才提供成长土壤。“相信韩鑫的成功,会让更多人看到宿迁体育的潜力,我们也更有信心培养出更多的‘世界冠军’。”市体育局相关负责人说。

“故事远远没有结束,我会一直拼下去,不辜负家乡期待,对得起‘中国运动员’这个身份。”韩鑫的眼中闪烁着光芒,一如她在擂台上那般坚定——这把“金陵绣春刀”,将继续以拼搏为刃,在习武之路上书写更多精彩的篇章。

(吴柏啸)