

丰台花滑小将张瑞阳勇夺米兰冬奥入场券

本报讯(记者 蒲长廷)9月20日,北京国家体育馆内掌声雷动。17岁的丰台小将张瑞阳在2025国际滑联花样滑冰奥运资格赛中,以总分179.76分的出色表现斩获第五名,为中国队稳稳锁定一个女子单人滑冬奥席位。这张通往2026年米兰冬奥会的入场券,不仅是她个人十年冰上追梦路的里程碑,更是丰台区青少年体育培养成果的生动见证。

“她是一名力量型选手,弹跳力和爆发力都很好”

“她能走到今天,靠的不是一蹴而就的天赋爆发,而是一步一个脚印的稳扎稳打。”主教练王佳磊是目前陪伴张瑞阳成长的最重要的教练,在谈及她时这样评价。在正式踏上奥运资格赛赛场前,张瑞阳需通过多轮分站赛的层层筛选,在选拔赛中战胜了其他同样成熟的队员,才获得参加奥运落选赛的资格。王佳磊在提及张瑞阳的备战与表现时坦言:“她是一个特别上进、特别要强的孩子,训练非常自觉,跳跃的成功率逐渐提高。她现在和男单一组训练,这对她帮助特别大。她的潜力非常大,比赛中虽然有压力,但她能稳住心态。”

回溯张瑞阳的冰上生涯,2013年是她梦想启航的起点。当时年仅6岁的她初次接触花样滑冰,从此便与冰场结下不解之缘。2018年,她凭借出色的潜力被丰台区花样滑冰队领队发掘,正式成为丰台区注册运动员,开启了专业训练之路。“那时候丰台区青少年花样滑冰队刚成立,我去各个俱乐部、冰场观察孩子,一下子就被张瑞阳在训练中表现出来的专注和坚定给吸引了。”丰台区花样滑冰队领队马鑫回忆道。张瑞阳的成长轨迹具有一定的“探索性”。在从事花样滑冰项目训练初期,她不断摸索,寻求适配自身提升的技术方法,最终探索出适合自身发展的道路。这种灵活的训练模式也让她的技术体系更加全面。教练付彩姝对她的特质有着清晰认知:“她是一名力量型选手,弹跳力和爆发力都很好。以后还要在滑行和表演上打磨,提高跳跃稳定性和跳跃质量。”

据了解,自2021年起,张瑞阳开启了“奖牌收割模式”:2021年,她一



举拿下“中国银行”杯冰纷万象花样滑冰大奖赛精英青年女子组第二名、黑龙江省名将杯花样滑冰俱乐部挑战赛青年组女单第一名等多项荣誉;2023年,她斩获北京市第二届冬季运动会青年组第一名;2024年,她代表北京队参加第十四届全国冬季运动会,助力团队夺得花样滑冰团体金牌,个人也取得女单第四名的好成绩。截至2025年,她已在各类赛事中收获18金4银7铜。

“尽管训练强度远超常人,她每天至少学习4小时”

在赛场上屡创佳绩的背后,是张瑞阳刻在骨子里的自律与坚韧。“专业

运动员的训练强度远超常人,但她依旧每天保证至少4小时学习时间。”丰台区体育局工作人员透露,为了平衡训练与学习,张瑞阳把每一分钟都利用到极致,在往返训练场的地铁上、训练间隙的休息区,总能看到她捧着书本学习的身影。“我们见过她学习的照片,真的很心酸,也很佩服。很多专业运动员可能会为了训练耽误学习进度,但她一直没停下学习的脚步。”

这种自律不仅体现在时间管理上,更贯穿于训练细节中。“她最大的优势就是基础扎实、心态稳定,很少受伤。”丰台区体育局工作人员表示,在青少年运动员中,“成名早但伤病多”的情况并不少见,而张瑞阳凭借科学

训练和严谨态度,始终保持着良好的竞技状态。即便在第十四届全国冬季运动会上,她最初仅代表北京队参加团体项目,未进入个人项目焦点视野,但她并未急躁,而是在每一次训练、每一场比赛中积累经验,最终凭借稳定的成功率在高级别赛事中崭露头角。“第一次参加高级别赛事时,她也能很好地完成动作,这种‘稳’是很多同龄选手难以企及的。”

“和优秀运动员相比我还差很大距离”

张瑞阳的成长,离不开丰台区的全方位支持。自2018年以来,作为丰台区注册运动员代表丰台区参赛,区体

育局便为她提供了坚实的后勤保障。从训练所需的器材装备发放,到成绩提升后训练补贴保障,再到赛事选拔、训练指导等专业支持,全方位助力她的冰上追梦路。“只要是青少年体育训练相关的需求,我们都会按照丰台区体育局的工作要求,尽全力为优秀运动员提供帮助。张瑞阳能从丰台走出去,代表北京、代表国家参赛,我们也很自豪。”区体育局工作人员说道。

如今,张瑞阳已开启2025年中国杯世界花样滑冰大奖赛的备战征程。面对未来,这位17岁的小将始终保持着清醒与谦逊:“和优秀运动员相比,我还差很大距离,只有加倍努力,用心研

丰台好人



王暮松:火场勇救电动车 危急时刻显担当

好人说

“当时没想那么多,就想着邻居们的财产不能白白烧掉,能抢出一辆是一辆!”

好人故事

成寿寺街道,王暮松,1975年出生,恒悦城小区居民。

2025年5月27日晚10时许,当大多数人都沉浸在宁静的梦乡中时,分钟寺南街1号院电动车充电车棚却突发险情。车棚内,不知因何原因突然燃起熊熊大火,火光冲天,浓烟滚滚,迅速向四周蔓延。

此时,恒悦城小区居民王暮松正步行回家。当他走到小区附近时,远远看到车棚方向火光闪烁,浓烟升腾,凭借敏锐的判断力,他立刻意识到可能发生了火灾。没有丝毫的犹豫和退缩,王暮松迅速朝着起火的车棚方向奔跑而去。

到达现场后,王暮松看到车棚内的火势已经开始蔓延,几辆电动车正在燃烧,火苗不断舔舐着周围的车辆和车棚结构。此时,消防车还未赶到,情况万分危急。

面对危险的火场,王暮松没有畏惧,争分夺秒地抢救电动车。他迅速冲进车棚,不顾浓烟的呛人、火焰的灼热,开始抢推电动车。每

一辆电动车都有一定的重量,在火场中推车更是困难重重,不仅要用力推动车辆,还要小心避开燃烧的部位和可能掉落的杂物。但王暮松咬牙坚持,一辆接一辆地将电动车往车棚外推。

在抢推电动车的过程中,王暮松的衣服被汗水浸透,脸上被浓烟熏黑,喉咙也被呛得生疼,但他心中只有一个念头:尽快抢救出更多的电动车,减少居民的损失。他不顾个人安危,往返于火场多次,每一次进入车棚都面临着巨大的危险,但他始终没有停下手中的动作。事后他回忆道,“当时没想那么多,就想着邻居们的财产不能白白烧掉,能抢出一辆是一辆!”

经过王暮松的不懈努力,在消防车赶到之前,他一共抢推出了6辆电动车,这些电动车的总价值两万余元,成功挽救了居民的财产。由于他的及时行动,火势没有进一步扩大,为后续消防车的灭火工作争取了宝贵的时间。此次火情最终未造成人员伤亡和

重大财产损失,这与王暮松的英勇行为密不可分。

王暮松在危急时刻挺身而出,展现出了非凡的勇气和担当。他用自己的实际行动诠释了什么是无私奉献、什么是邻里互助。在面对危险时,他没有选择逃避,而是毫不犹豫地冲向火场,用自己的力量为居民们挽回损失。他的行为不仅得到了小区居民的一致赞扬和感谢,也树立了榜样。

在日常生活中,王暮松也是一位热心肠的人,他经常主动帮助邻里解决困难,积极参与小区的公益活动,深受大家的喜爱和尊重。他用自己的一言一行践行社会主义核心价值观,展现了新时代居民的良好精神风貌。

王暮松的先进事迹,让我们看到了平凡人在危急时刻的不平凡举动。他的勇敢和担当值得学习和弘扬,在面对困难和危险时,不退缩、不畏惧,勇于担当,积极为他人和社会贡献自己的力量,共同营造一个安全、和谐、温暖的社区环境。

叮当快药在京首家“宠物药房”亮相丰台

本报讯(通讯员 刘凯丽)您见过专属于毛孩子的“宠物药房”吗?9月24日,叮当快药在京首家“宠物药房”正式落地花乡街道新发地农博中心,店铺经营面积120平方米,销售各类兽药及兽用保健品250余种,堪称“宠物药品便利店”,为全市宠物健康服务领域注入新力量。

在兽药市场规模高速增长的背后,通过传统动物医院的单一购药模式在成本与效率上已难以满足市场需求,宠物用药销售渠道向多终端分化是行业发展的必然趋势。手机App在线问诊下单,不到30分钟,药品已送到家门口——宠物药

房如今已成为万千养宠家庭手足无措时的“深夜救星”。

叮当快药依托“云药房”及24小时配送体系,以“线上专业动物医师诊疗+网上下单+极速送药”等服务,将烦琐的购药流程简化成“一键操作”,规范且透明,大大方便了养宠家庭日常备用用药。面对这些购药需求,丰台区农业农村局与市铁路运输检察院构建协作模式,通过非现场监管手段提升发现问题和处理能力,有效降低兽药网络经营可能出现的兽用处方药销售不规范、拆零销售及超范围经营等风险隐患,持续推动宠物医药行业健康有序发展。

收视预选

丰台有线电视803频道《创卫有我 健康同行》栏目周六22:18播出,周日10:19和14:48重播。本周六播出内容为《手把手教您正确清洁牙缝》,敬请收看。