

►黃雅瓊將以第15屆全運會作為個人職業生涯的「最後一舞」。



黃雅瓊小檔案

- 出生日期 1994年2月28日
 - 出生地 浙江衢州
 - 身高 1米65
 - 持拍手 右手
 - 運動項目 羽毛球
- | 主要獎項 |
|--------------------------|
| 2024年巴黎奧運混雙金牌 |
| 2021年東京奧運混雙銀牌 |
| 2023年杭州亞運混雙金牌 |
| 2018年雅加達亞運混雙金牌 |
| 2018年、2019年、2022年世錦賽混雙金牌 |



►黃雅瓊（右）與鄭思維攜手奪得巴黎奧運混雙金牌。

從國家隊退役 不為自己設限 黃雅瓊出戰全運助力浙江隊

羽毛球熱話

6月15日，在幫助浙江隊問鼎2025年全國羽毛球團體冠軍賽後，

已過而立之年的黃雅瓊笑談：「我已經不記得上次打全國團體冠軍賽是什麼時候了，查了半天也沒有找到，呼籲廣大網友幫我『考古』。」決賽當晚，黃雅瓊搭檔小將廖品逸以局數2：0戰勝對手，為浙江隊拿下關鍵一分。本次全國性賽事，她和不同隊友搭檔，想「找找比賽的感覺」，為不久後的第15屆全國運動會熱身——她職業生涯的「最後一舞」。

►黃雅瓊（前）搭檔小將廖品逸戰勝對手。



►黃雅瓊（左）在羽毛球壇取得理想的成績。

從2017年丟掉蘇迪曼盃後掩面而泣的小女孩，到如今溫柔又強大的女戰士，歲月款款而來，黃雅瓊從容以待。

與鄭思維開啟傳奇生涯

1994年出生，8歲離家學球，18歲進入國家隊，原本是女雙組的黃雅瓊，因一次偶然機會和魯愷搭檔混雙，首次配合便在2013年12月澳門黃金大獎賽拿到了冠軍。2017年蘇迪曼盃決賽上，「魯黃」組合輪掉關鍵一分，沒過多久兩人拆對。後來，她與鄭思維一道開啟「雅思」組合的傳奇生涯。

「命運總會在你最一帆風順時給你致命一擊。」黃雅瓊感慨，從東京奧運會決賽上惜敗給隊友、全運會決賽失利，再到世界錦標賽慘遭「一輪遊」，寥寥數字的經歷，背後卻是日日夜夜的掙扎。2021年，在「退役」還是「堅持」的分叉路口，她和搭檔一起放下心結，再度啟程。

巴黎奧運會上，「雅思」組合以全勝戰績登頂，加上長期高居世界第一，3奪世錦賽冠軍，成為混雙歷史中無法逾越的「高山」。

和巴黎奧運會不同，這次的全國冠軍賽，黃雅瓊搭檔兩位小將征戰，幫助浙江隊進行梯隊建設的同時，培養志在國家隊的後輩。對於球迷圈流傳着「鐵打的黃雅瓊，流水的搭檔」的說法，黃雅瓊回應道：「和不同的隊友搭檔，我會調整自己

的狀態。比如遇到性格內斂、話少的搭檔，我會主動溝通，明確自己可以承擔的任務。」

「大姐姐」、「和雅瓊姐搭檔，什麼都可以說」、「能放開打」、「從她身上學習很多」……隊友廖品逸、沈烜堯如此評價道。每次賽後，黃雅瓊被小將們團團圍住留合影、要簽名，她來者不拒。

女性選手能撐起一片天

面對很多次「作為女選手，有什麼特別的感受」之類的場外提問，黃雅瓊認為，女運動員在場上能夠撐起一片天空，性別不是限制，而是差異化優勢的來源。「很多人說混雙女選手是『被保護的角色』，我並不認同這種觀點。我認為在混雙比賽中，女性選手往往需要具備更強的戰術意識和快速決策能力，這正是我們的獨特優勢。」她說。

敏銳的中前場嗅覺，強大的防守能力，讓黃雅瓊在混雙中看得住、打得死，創造出後攻前封的機會。在黃雅瓊看來，運動員對複雜場景的並行處理能力，可能成為競技體育的下一個進化方向，「未來的羽毛球運動，不僅是力量與速度的較量，更是智慧與策略的博弈。」

今年1月，黃雅瓊在社交媒體上宣布已向國家隊提交退出申請，她想嘗試打破既有的定義，不為自己設限。

新華社



►黃雅瓊出戰2025年全國羽毛球團體冠軍賽決賽。

經典求婚

巴黎奧運會羽毛球混雙決賽在2024年8月2日舉行，中國「雅思」組合鄭思維／黃雅瓊表現神勇，以局數2：0擊敗韓國組合金元昊／鄭娜銀，由小組賽至決賽一局不失下取得金牌。賽後，黃雅瓊（下圖）獲得國家隊隊友劉雨辰求婚，黃雅瓊點頭並戴上求婚戒指，可說雙喜臨門。



心繫家鄉浙江衢州 全力培訓羽球小將

形象大使

黃雅瓊如今是衢州職業技術學院雅瓊體育學院名譽院長，她積極參與課程教學研討、學生技能競賽，吸引更多學生參與體育運動。她還希望借助現代科技手段，讓羽毛球參與門檻更低、體驗更酷，比如開發了一款智能羽毛球訓練APP，幫助愛好者科學制訂訓練計劃；或者利用虛擬現實技術，把高燃比賽場景「搬」進千家萬戶。

作為浙江衢州姑娘，黃雅瓊心繫家鄉。她受訪時表示：「在我小時候，衢州沒有特別完善的體育訓練環境，我只能遠離父母到杭州訓練和生活。未來希望能發揮自己的力量參與青少年培訓，幫助衢州的孩子在本地接受更系

今年元旦申請退出國家隊

話你知

黃雅瓊在2025年1月1日（元旦日）於個人社交賬號上發文，表示已經向國家隊提交退出申請。「我看到過大家很多很多的鼓勵，希望我能再繼續打下去，可其實自備戰巴黎起，我就已經把巴黎奧運當成自己最後一屆奧運會。」黃雅瓊寫道，「雖然按目前的狀況看，我可以繼續打，但是經久累積的傷病與漸長的年歲，使我並沒有那麼堅定的自信能夠繼續肩負為國爭光的使命，以及支撐作為運動員的好勝心。」世界羽聯發文祝福黃雅瓊一切順利，表示：「這一程是圓滿的，我們會記得那些絢爛的時刻。」



▲黃雅瓊（右）來自浙江衢州。

「雛鳳計劃」訓練營在京開營

【大公報訊】新華社報道：中西部地區女足發展國際項目——2025「雛鳳計劃」訓練營22日在京開營。兩代中國女足球員代表范運傑、張琳艷在現場為小球員們送上鼓勵。

該公益項目於2024年設立，以培養具有國際競爭力的高水平足球後備人才為目標，重點發掘和培養中西部地區女足精英人才。本次訓練營的國內選拔階段，來自中西部地區24家輸送單位的74名參訓小球員，將通過訓練營角逐22個赴海外集訓的名額。選拔技術專家組由中國足協推薦的亞足聯A級教練員講師喬利奇，女足球員范運傑、王麗平等5人組成。

范運傑張琳艷勉勵學員

1999年世界盃亞軍成員范運傑作為中方技術總監參加了2024「雛鳳計劃」。她說：「去年我帶着姑娘們赴德國訓練比賽，姑娘們韌性強、拚勁足，技術上也不

差，還戰勝了拜仁俱樂部的U15梯隊。我希望海外青訓項目能更多一些，讓我們的小球員能有機會多走出去。先進的青訓理念也許能一下子點亮她們未來的足球發展之路。我們作為老女足隊員，也有責任把中國女足『鏗鏘玫瑰』的精神持續傳承、發揚下去。」



▲「雛鳳計劃」訓練營在京開營，學員與嘉賓在典禮上合照。 新華網

出生於四川的張琳艷用自己的經歷鼓勵這些來自中西部的孩子。她說：「我從四川走出來，一步步走到國家隊並且有機會在國外踢球。你們的15歲，也可以像我一樣，成為夢開始的地方。你們正處在人生和足球發展的關鍵期，一定要珍惜這次機會，努力展現最好的自己。」

「雛鳳計劃」由國家體育總局青少司指導，中國足協、中國足球發展基金會和阿迪達斯中國共同發起。中國足球發展基金會副理事長兼秘書長馬拴友表示，實施「雛鳳計劃」是基金會貫徹落實全國足球工作會議精神、加強海外足球交流和精英人才培養的具體實踐。將中西部地區優秀的女足苗子送往足球發達國家訓練比賽，是用好國內和國際兩種資源、統籌有為政府和有效市場的積極創新。基金會將與中國足協、有志於投身足球公益的社會力量密切合作，以公益理念打造可持續發展的足球人才培養體制機制。



▲「雛鳳計劃」學員去年到訪德甲拜仁訓練基地。 拜仁圖片