

2025上海赛艇公开赛开赛在即,全球顶尖赛艇运动员将汇聚申城。一支特殊的赛艇队备受关注——全体队员均来自国内顶尖三甲医院瑞金医院。这支成立于2023年的赛艇队,是全国卫生健康系统的“独苗”,队员平均年龄39岁,已在多项赛事中斩获佳绩。他们用行动证明:无影灯下,他们是生命的守护者;碧波之上,他们同样是劈波斩浪的勇士。从临床到河道,这群白衣天使以别样风采诠释着“体医融合”的生动内涵。



这些布满训练痕迹的手,在拯救患者生命的同时也拓宽自己的生命。

划过生命之河——执刀的手与握桨的手

【文/青年报记者 唐骋华 图/受访者提供(除署名外)】

救死扶伤,亦可竞渡

提起瑞金医院,很多人第一时间会想到“名医汇聚”——内分泌、血液、烧伤与整形、心血管疾病、肿瘤综合治疗、器官移植……这家全国顶尖的三甲医院手握多张治病救人的“王牌”。如今,它又多了一张“体育名片”——赛艇。

瑞金医院赛艇队成立于2023年,共有23名队员,都是该院的医务人员,平均年龄39岁,最长者56岁,最年轻的25岁。关键在于,它是全国卫生健康系

统第一支赛艇队,即便放眼全球,这样的“全医班”也不多见。

成立当年,这支队伍即亮相上海赛艇公开赛表演赛环节,一展风采。2024年,他们参加上海赛艇公开赛企业荣耀组混合八人单桨有舵手4.2公里追逐赛,摘得亚军。在今年7月举行的上海之夏2025“半马苏河”上海赛艇城市精英赛上,他们与近400名中外运动员同场竞技,斩获多项名次,受到广泛关注。

穿上白大褂能执手术刀,脱下白大褂能握桨破浪,这群医务人员的“战斗力”令人惊艳。

百年赛艇,医浪启航

现代赛艇运动兴起于英国。17世纪的英国船工经常在泰晤士河上进行划船比赛,这被认为是赛艇运动的雏形。1829年,剑桥大学向牛津大学发起挑战,举行校际赛艇比赛,由此拉开现代赛艇运动的帷幕。此后,赛艇运动在欧美国家发展得如火如荼,尤其受名校欢迎,甚至出现了“无赛艇,不名校”的说法。英国的伊顿公学、惠灵顿公学,美国的耶鲁大学、哈佛大学,均有赛艇队。1896年第一届雅典奥运会将赛艇列为正式比赛项目,但因天气恶劣而临时取消。1900年第二届巴黎奥运会,赛艇正式登上现代奥林匹克的舞台。

赛艇运动很早就已传入中国。19世纪中叶,英美侨民创立上海划船总会,并定期举行划船比赛。1905年,上海划船总会迁址到苏州河南岸,并设有码头、船库等,成为近代中国第一个赛艇基地。新中国成立后,这里改建为黄浦游泳池,培养了新中国首批游泳与赛艇运动员。如今,上海划船总会旧址已被列入外滩区域工业遗产保护建筑。

不过,一群平时忙到飞起的白衣天使,怎么玩起了赛艇?其实,体育文化与运动传统在瑞金医院既有深厚的历史积淀,也孕育着蓬勃的群众活力。赛艇运动的自身特性对医务人员也很友好:坐姿发力对膝盖、脚踝及髌关节几乎不构成冲击,却能调动全身85%以上的肌肉群,有助于快速消耗脂肪。

更重要的是,瑞金医院开展赛艇运动具备先天优势。在全国高校赛艇队中,上海交通大学赛艇队作为头部强队,不仅连年在国内比赛中斩获佳绩,还扬名国际赛场。作为上海交大的附属医院,背靠这样一棵大树,岂能不好好借力?当医院工会专职副主席吴平联系上海交大,希望得到对方的指导时,时任校长助理、



白衣天使劈波斩浪。

校工会主席的于朝阳爽快地答应了,并马上联系了体育系及赛艇队负责人,还将闵行校区的水上运动基地用作瑞金医院赛艇队的训练场地。

训练场和教练到位了,队员从何而来呢?瑞金医院工会向全院征集,结果报名者众多,很多人都跃跃欲试。“当然还是有一定条件的:游泳是必备技能,还要喜爱体育运动。然后,手、腿最好长一点。”瑞金医院工会的赛君豪笑言。

每周一练,风雨无阻

每周日,队员们齐聚上海交大闵行校区,在总教练杨一明的带领下进行3小时的训练,风雨无阻。赛艇运动分为单人艇和多人艇,其中,多人艇中的八人艇项目,极其考验同一条艇上运动员的协同性。“平衡、节奏、速度,无论哪个环节出错,都会拖慢进度,甚至导致翻船。”杨教练介绍。为了让动作整齐划一,队员们要重复练习一个动作上千次,逐渐形成默契。

2024上海赛艇公开赛企业荣耀组混合八人单桨有舵手4.2公里追逐赛,瑞金医院赛艇队摘得亚军。主力队员感染科辛海光医生算了一下,短短4.2公里的路程,队员们划桨将近500次,平均每划一次前进8.4米:“为了比赛中的这500次划桨,我们付出了60000次的努力!”

“他们都不是专业运动员,能坚持下来很不容易。”杨教练感慨。建队至今,赛艇队从未间断训练。他们挺过炎炎夏日,熬过闷湿梅雨季。今夏申城高温日直逼历史纪录,也没能阻止队员们的热情。很多队员手上的水泡磨成老茧,褪了又长,但没有一个人喊苦喊累。

打雷、刮台风、海浪预警,赛艇都不能下水;遇到极端高温,也要遵循科学规律,改去健身房,通过力量训练、测功仪等储备体能、磨炼技艺。



每年上海赛艇公开赛期间,苏州河两岸的观赛人群都是一道亮丽的风景线。



苦练结出了硕果。7月中旬,上海之夏2025“半马苏河”上海赛艇城市精英赛在苏州河水上运动中心举行,吸引了来自全国10个城市的36支赛艇队参加。瑞金医院赛艇队派出19名队员出战,勇夺大师A组女子八人单桨第一名、大师A组混合八人单桨第二名、大师A组男子八人单桨第三名、大师A组女子四人双桨第二名,可谓收获满满。

医者竞渡,活力瑞金

对队员来说,训练和比赛的辛苦还在其次。他们身处临床和行政岗位,日常工作本就繁忙,部分队员还需兼顾科研任务,要在这样的节奏里每周挤出一天时间训练,着实不易。

好在,经过长期磨合,每个人都成了“时间管理大师”。有人训练一结束就立刻赶往医院值夜班,有人出差归来当天便直接从机场奔赴训练场,还有人周末即便事务繁杂、连轴忙碌,也会驱车3小时赶到基地参加训练。偶尔有队员因突发抢救任务赶不过来,总会有人主动补位。比如门急诊药房的桨手卫倩,几次推迟回老家团聚的计划,留下来参与补位训练。

近来,赛艇队“以赛代练”,主动增加参赛频次。“北边最远去过鄂尔多斯,参加第六届鄂尔多斯赛艇大师赛,往南最远去过珠海。”赛君豪介绍。每次比赛基本在周末两天,队员们也会提前协调好科室和同事的工作安排,做好交接。

在外人看来,赛艇的动作无非两种:拉桨和回桨。如此日复一日、年复一年,有什么乐趣呢?但长期的训练和比赛让队员之间已经产生了很深的情谊。舵手许琰对此深有感触,她讲了个故事:

去年8月,在长三角赛艇公开赛中的4.2公里八人艇项目追逐赛上,参赛各队要争夺上海赛艇公开赛的“入场券”,竞争异常激烈。最后的冲刺阶段,岸边的队友有的骑上电动车,有的跨上自行车,一边狂踩踏板,一边呐喊加油。“那个河段难度特别大,要全程保持较高桨频的划行,还要穿越一个大U形弯,我们的体能快到极限了。”许琰回忆说,“是队友的鼓励给予我们极大的信念:一定要抵达终点,绝不能扔桨!”最终,瑞金医院赛艇队第一次在20分钟内划完全程,实现了自我突破。比赛结束后队员们紧紧相拥,另一位舵手阮隽被队员们抛



青年报资料图



向空中,热泪与欢笑交织。

队员们也结识了很多医疗圈外的人。“赛艇圈很大,以桨为媒,联通世界。但它也很小,每逢赛事,精英齐聚,一来二去都成了朋友。”赛君豪说。这对于医务人员拓展社交范围,了解更精彩的体育世界是很有帮助的。

荣誉在身,使命不小

总教练杨一明给队员们树立了一个长远目标——参加亨利杯。

1829年剑桥大学和牛津大学的那场被视作拉开现代赛艇运动帷幕的对抗赛,就是在泰晤士河亨利河段举行的。为表纪念,每年7月,全球赛艇选手都会汇聚于此,切磋技艺。当然,有资格入选的均为百里挑一的顶尖选手,也因此,参加亨利杯被认为是赛艇选手的至高荣耀。“现在还有很大差距,但我们会朝这个方向全力以赴。”赛君豪认真地说。

在他看来,身为全国卫生健康系统第一支赛艇队,瑞金医院赛艇队“荣誉在身,使命不小”。怎么理解这八个字呢?建队至今两年半,取得了不错的成绩,这叫“荣誉在身”;他们还希望继续扩大影响力,带动更多医务人员投身这项运动,这叫“使命不小”。好消息是,受到瑞金医院赛艇队的启发和鼓励,上海另一些三甲医院也动了起来,着手筹备自己的赛艇队。

一路走来,瑞金医院赛艇队的运行、发展,离不开上海交通大学工会、体育系和瑞金医院的大力支持,“没有他们托底,我们不可能走得那么远。”吴平说。

上海交通大学党委常委、宣传部部长于朝阳说,当初瑞金医院一提出需求,上海交大工会就会同体育系表示全力支持,主动联系了杨一明等专业教练。而瑞金医院赛艇队的表现,也不负所望。“他们赛出了交大瑞金人的精神风采,体现了‘无名校不赛艇’的文化底蕴,也是交大和交医附属医院‘一盘棋’思想的生动实践。”于朝阳说。

瑞金医院领导表示,体育运动在瑞金医院有着优良的传统和广泛的群众基础,赛艇运动更是体现了极强的团队协作精神。2025上海赛艇公开赛即将启动,希望赛艇队员秉持“同在同一条艇,心往一处想,劲往一处使”的信念,以饱满的竞技状态和默契配合,在这一国际舞台上展示昂扬向上的瑞金精神和卫健精神。



观众在苏州河畔观赛。摄于2024上海赛艇公开赛。

瑞金医院赛艇队在赛后合影。

新华社 图