

2024, 我的“火”瞬间

让这民族记忆代代相传，永远鲜活。
希望越来越多人了解攀椰竞速，

罗军



←攀椰竞速
海南队选手罗军。

↓海南队选手罗军在比赛中的精彩瞬间。



三亚市消防救援支队消防员罗军

奋力一蹬 飞身拍铃

海南日报全媒体记者 李梦楠

“啪！”

一声脆响的同时，罗军的右脚猛地狠狠蹬上椰子树。这一秒，空气似乎都因这一蹬而瞬间紧绷，罗军却知道，一等奖，有戏了！

这是发生在第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）攀椰竞速男子组决赛上的一幕。现场，三亚市消防救援支队消防员罗军右脚在树上奋力一蹬，双手双脚同时发力，稳稳踩住树干，跳跃攀爬，飞身拍铃，最终以“6.188秒”的成绩获得攀椰竞速项目男子9米决赛一等奖。

这是2024年，最让罗军难忘的一秒钟。都说，台上一分钟，台下十年功。为了这一秒，罗军不断挑战自我，努力了10年。

精益求精

“我右脚蹬树那一下上去能有2.3米到2.5米，只要这一脚不打滑，拿第一名基本就稳了。”回忆起赛场的时刻，罗军语气难掩激动。

攀椰竞速，顾名思义，就是比拼攀爬椰子树速度的比赛。比赛时，运动员在9米（男子）或7米（女子）的天然椰子树或人工制作的仿真椰子树上进行攀爬，参赛选手自选攀爬姿势，爬到椰子树顶端并触碰计时按钮，用时最短者获胜。

攀椰竞速也是本届运动会新增竞赛项目，因其快到“还没开始就结束”，备受瞩目。

决赛当天，现场门票一票难求，观众们想知道，全国最会爬树的人是谁。而罗军却想着，如何才能在这场家门口的比赛中，更好地向全国人民展示出海南的独特风采。

比赛前一天，罗军因紧张而难以入眠，在脑子里反复“过动作”。

“就怕那一脚没蹬好。”罗军坦言，攀椰竞速是一场毫秒间的争夺战，比的是速度，考验的是运动员的攀爬技巧、体能耐力和核心力量。“蹬树的一秒尤为重要。”

蹬得太高，容易重心不稳，如果再次调整身体姿势，又需要浪费一两秒的时间；蹬得太低，最后拍计时板的距离不够，需要再多花费时间爬一两次。罗军最怕的，还是没蹬上，“如果没有找到支点，身体滑下来了，那就是一个没法弥补的大失误。”

一点点失误都不能有，这是罗军对自己的要求，以至于是左脚先还是右脚先，他都试验了无数回，记不清摔倒了多少次，他最终选择右脚先蹬树。

在比赛中，“黄金右脚”帮助罗军跳到了将近2.5米的高度。

“你知道这个高度意味着什么吗？”不待记者回答，罗军就已笑着说出答案，“意味着起步就能快0.5秒到0.6秒。”

也正是他对“一秒”的坚持，才造就了赛场上的精彩瞬间，也为观众带来扣人心弦的视觉享受。

不解之缘

“小时候没有那么多饮料，每次打完篮球，喝一口清凉的椰子水，是最快乐的时刻。”在罗军的童年时光里，攀椰子树不过是众多玩乐游戏中的一项。

年幼的罗军不知道，就在不久的将来，儿时的游戏竟摇身一变，成为正式比赛项目。

2014年7月，蝉鸣悠长，在三亚市民族中学念高二的罗军，回到老家尽情享受暑假的悠闲时光。彼时的他未曾料到，一通电话即将改变他的生活轨迹。电话那头，是体育老师黎庆平，邀请他回校参加攀椰竞速选手的选拔。

“在校时，常见他敏捷地攀爬椰子树，身姿矫健。恰逢省里举办相关赛事，便想着叫他回来一试。”黎庆平回忆道。罗军身形修长、动作轻盈，仿佛有着与生俱来的运动天赋。在仅仅一个月的短暂训练后，他便在第五届海南省少数民族传统体育运动会上崭露头角，荣获第四名的佳绩。

时光匆匆，2022年，已成为三亚市消防救援支队一名消防员的罗军，再次接到黎庆平的电话。

此时，攀椰竞速已被列为第十二届全国少数民族传统体育运动会的正式比赛项目，黎庆平担任教练，着手组建海南攀椰竞速队，并向罗军递出了橄榄枝。

罗军也紧紧把握住了这次机会，给自己制定了严格的3个月训练备战计划。

“每天早中晚三次训练，每次跑5公里，扛着30公斤的消防装备一口气爬三十几层楼，负重400米绕着操场跑。”罗军说，消防队日常的大量训练，也帮助他积累了良好的体能，“训练60米肩梯时，上梯后右脚第一步蹬踏非常关键，决定了应急救援时的速度，这跟攀椰很像”。

那段日子里，罗军不断尝试，甚至改变了一些十几年形成的习惯动作，腿上布满了擦伤，甚至在吃饭时，双手都会止不住地颤抖。

和习惯做“斗争”的罗军也在不断战胜自己的过程中，实现了质的飞跃。他的比赛成绩从一年前的9秒多大幅提升至6秒左右。

传递希望

获奖，对罗军是不断挑战自己的奖励。真正让他感到喜悦的，是看到其他省份攀椰运动员的进步。

“让更多的人参与了解海南的文化和传统，把攀爬椰子树这项民族传统体育项目一直传承下去，才更有意义。”罗军说，正是因为这一想法，在2023年11月举办的测试赛期间，罗军将自己独创的上树技巧倾囊相授。


“身体素质要练上去，有力量了，还得会使巧劲。”“拍计时板的轻重也有技巧，可以相差0.5秒左右”“可以用‘环抱式’，双手抱树提供‘支撑’，腿部发力蹦跳前行。”……比赛之余，罗军会耐心和各代表队的队员们相互交流，毫不吝啬地分享自己的经验，也和不少人成为了朋友。

上海运动员付乐乐是他交的朋友之一。此前，他还从未爬过椰子树，这次决赛，他取得了6秒831的成绩，获得三等奖，也让这项运动从琼岛传到了“东方明珠”。

在三亚市吉阳区亚龙湾消防救援站政治指导员余春波看来，不论赛场内外，罗军都是一个较真的人。

“有时候练了一天，大家都休息了，罗军觉得自己练得不到位，或是某个动作练得有问题，会主动加练，有时候废寝忘食，不达到训练效果不罢休！”余春波说。

也正是他这种“劲劲儿”的劲头，让他入队三年就成为班长，多次作为比武尖子参加海南省岗位大练兵，荣膺一次个人三等功，连续三年获得嘉奖，连续两年被评为支队训练标兵。

如今，罗军已回归消防员的本职工作。不过，决赛场上的那一蹬，注定成为他2024年浓墨重彩的一笔。“希望通过这场比赛交流，有越来越多的人了解攀椰竞速，让这份民族记忆代代相传，永远鲜活！”



罗军与战友在进行消防演练。
本版图片均由受访者提供