



苏琳娜在训练时非常能吃苦，未来她希望走专业道路，为国争光。



射击小能手 追逐奥运梦

文/片/视频 王鑫 济南报道

2021年东京奥运会女子10米气步枪决赛的最后一枪，杨倩屏息凝神，扣动扳机——金牌！电视机前，当时还在上四年级的苏琳娜看得入了神。“那时候只觉得射击很酷，戴着小黄鸭发卡的姐姐特别厉害。”她回忆道。没想到，两年后这个济南女孩也走上同样的道路。

2023年9月，济南市市中区润泽学校组建射击队，这让当时读五年级的苏琳娜兴奋不已。选拔那天，200多名学生轮流体验端枪姿势，许多同学坚持不到几分钟就手臂发抖，但苏琳娜展现出较好的稳定性。“她心态好，情绪稳定，一看就是好苗子。”奥运冠军张梦雪的启蒙老师、济南市市中区射击总教练陈健当时就注意到了她，苏琳娜成为第一批选中的30个队员之一。

训练远比想象中艰苦。她平时每天练一个半小时，周末加练一天。夏季的射击馆闷热难耐，厚重的射击服重达十斤，枪身也有七八斤重。一次训练需要连续射击60发子弹，至少举枪训练40分钟，但苏琳娜从不喊累，回家还要继续进行平板支撑以及单腿平衡等训练。如今，她垒弹壳时手特别稳，5毫米直径的弹壳能叠11个。

一分耕耘一分收获，经过一年来大大小小近10场比赛的磨练，苏琳娜积累了一定的实战经验。在去年的山东省青少年U系列激光射击比赛中，她斩获了女子甲组激光步枪第二名的好成绩。

“一进训练场，就必须心无旁骛。”这份专注不仅体现在靶场上，更延续到学习中。尽管训练占据大量时间，苏琳娜的文化课成绩始终保持在前列。

夕阳西下，训练馆里又响起熟悉的枪声，苏琳娜又在进行举枪练习，她的眼神始终坚定。“小学毕业后我想走专业射击道路，将来能像杨倩姐姐那样为国争光。”



苏琳娜全神贯注射击。



苏琳娜在射击方面悟性很好，对于教练的指导她很快就能领悟。



苏琳娜与队友做单腿平衡训练。

微纪录



扫码看视频



苏琳娜突出的表现得到教练的认可。



训练之余，苏琳娜抓紧时间和同学讨论功课。



苏琳娜手部的稳定性很好，直径5毫米的弹壳她能叠11个。