

亚运有约

亚运读本

杭州亚运会官方合作品牌

中国工商银行
杭州亚运会官方合作伙伴



杭州2022年第19届亚运会官方合作伙伴
Official Bank Partner of the 19th Asian Games Hangzhou 2022



武术冠军大满贯的“绮女侠”，最难忘多哈亚运会 她亲手设计的参赛服 关键时刻却惹了小麻烦

本报记者 杨静

最近这阵子，毛娅绮有点忙，忙着给武术传播做推广，忙着为武术传承做教学。她6岁习武，23岁成为世界冠军，摘得武术史上首个最高分9.9分，之后第二年又实现个人运动生涯的武术冠军大满贯，其中就有2006年多哈亚运会女子南拳全能冠军。退役后，当教练、开客栈、办公司、出绘本，多点齐发……

全能的“绮女侠”毛娅绮说，人生就是挑战各种不可能，不管是老本行，还是以前感兴趣、没机会的，都想去试试，“作为一名体育人，以前参与过这场亚洲盛会。如今杭州首次举办，希望能尽自己的一份力，而最好的方式就是让武术得到更好的传播和传承。”



努力比天赋更重要 打着麻药摘到武术史最高分

一身靓丽休闲服饰，长发飘飘，在钱塘江南岸的缤纷会客厅见到毛娅绮，如果不介绍，大家根本不知道身边坐着如邻家姐妹般的“软妹子”竟是获得过世界冠军的武林高手。

出生于1982年的毛娅绮是温州鹿城人。6岁时因为身体不好，妈妈带她习武强身健体，“当时我身边的同龄女孩一般都选择艺术类作为业余爱好，妈妈带我去习武时，担心家里人不同意，都不敢跟我爸爸、爷爷说。事实上，后来等他们知道后，并没有反对，而且非常支持，因为爸爸和爷爷都习武练拳。”

课外培训班每周只有一节课，更多时候是放学后在爸爸的带领下在家天天苦练基本功。日积月累，毛娅绮在中国功夫这块土壤上深深扎根，汲取的营养越来越多……

“人生中的第一块奖牌就是那时摘得的，比赛名称是‘温州最可爱的孩子’，那块奖牌至今在家里保存得好好的。”练武之人要求能跳得高、转得快、落地稳，毛娅绮自称身体条件不具优势，但肯动脑筋去实现现有条件下如何跳得更高、转得更快、落地更稳。“还有个优点是从小到大从不偷懒，除了教练布置的任务，经常自己加量，大家都称我是不知道累的机器人。可能这就是倔吧，一旦下定决心，我就必须投入100%的努力。”

十年磨一剑。毛娅绮十岁那年入选省队，20岁时获得全国冠军。而在2005年武术世界锦标赛上，更是以武术史上首个最高分9.9分摘得了世界冠军。当时的她因为赛前练习中不小心伤到右膝内侧副韧带，是打了局部麻药完成的比赛。

难忘多哈亚运会 金牌背后也有遗憾

作为世锦赛和全运会双料冠军，毛娅绮参加了2006年多哈亚运会。在这场激烈角逐中，毛娅绮夺得南拳全能金牌，实现了个人运动生涯的武术冠军大满贯，“当时虽然夺得金牌，但过程惊心动魄，比赛中发生了低级错误，还是央视现场直播，所以至今留有遗憾。”

中国国粹之一的武术于1990年北京亚运会被列为正式比赛项目。之后历届亚运会上，中国代表团在该项目上都占据绝对优势。

在很多师兄弟眼里，毛娅绮是个全能人才。专业方面出色，业余爱好多多。生活中的她爱拍摄，还能设计服装。比赛或表演的音乐节奏不合适，就自己剪辑。武术比赛时允许比赛服“百花齐放”，但常规武术服都为单色宽大服装，不能体现特色和个性，很多时候毛娅绮都是穿自己设计的服装参赛。

多哈亚运会，毛娅绮给自己设计的是一套“龙服”，黑色的武术服中央绣着一条五彩龙，既道劲有力，又刚中带柔。因为比赛中有许多翻腾、跳跃动作，为了动作尽量做得舒展，她将衣服两侧开衩，并在开衩处间隔着设计了几粒扣子，既是装饰，也是小固定。

毛娅绮参加的是武术套路女子南拳全能，需进行南拳、南棍、南刀三项比拼，最后按总成绩排名。前两轮南拳、南棍比赛都拿了第一，南刀更是毛娅绮平时最擅长的，“没想到的是表演中器械不小心被衣服开衩处勾住了，幸亏及时撤了出来，裁判只扣了0.1分，最终有惊无险地拿到了亚运金牌。”

办健身房开民宿出绘本 全能的她推广武术文化

2009年从省队退役，毛娅绮在省体育职业技术学院从事行政工作，此后还应马来西亚政府邀请，在那里担任国家武术队教练。不过，她最终还是决定去尝试自己感兴趣、却一直没机会做的事。

“其实这些年我也一直在摸索，如何更好地去展现武术文化。在我看来，如今武术更是一种生活，它可以强身健体，可以为习武之人锻炼出正气凛然的气概和培养健康的人生观。这是非常值得推广的运动。”毛娅绮成立了文化策划公司，将武术融入生活，以多种形式展示呈现。

建筑是凝固艺术，武术是流动艺术……毛娅绮在金华诸葛八卦村开设民宿，以当地百年老字号“义生昌号”为品牌，打造国际传统文化交流、每日武学、功夫夏令营等内容；如何让更多年轻人喜欢中国功夫？毛娅绮把武术中的兵器设计到电竞游戏中；去年底，历时两年创作的漫画新书《跟世界冠军学南拳》正式面市。

两年前，有出版社找到她，希望她能写一本关于武术的书，她立马答应了。《跟世界冠军学南拳》里面包括认识南拳、入门准备、技术手段、比赛成长等内容。这本书以漫画为主，文字为辅，生动形象，即使是“武术小白”也能看懂，“书的文字部分全是我弄的，一些动作我也会拍下来给画师画初稿，我自己再修图、设计，虽然表现形式是漫画，但动作细节必须准确。”

毛娅绮说，让更多人喜欢武术，了解中国传统文化，是自己这些年一直努力的方向。但这条路，依旧任重道远……