



严宛珊参加第一届全国学生(青年)运动会时在赛场留影。资料图

宁波又添一位世界冠军

15岁严宛珊

游泳世青赛夺金

8月19日,2025年世界青年游泳锦标赛在罗马尼亚奥托佩尼亚开赛,宁波市水上(游泳)运动学校培养输送的运动员严宛珊代表中国队出战本届赛事。

首个比赛日较量中,15岁的严宛珊参加女子4×200米自由泳接力比赛,在决赛中与队友合作,以7分51秒59的成绩获得冠军。

这是严宛珊获得的第一枚正式世界大赛金牌,宁波市水上(游泳)运动学校冠军榜上由此又添一位世界冠军。

世青赛是中国游泳新生代亮相国际赛事的重要舞台,本届比赛中国游泳队共派出19名运动员参赛,其中男子8人,女子11人。

根据赛前报项,严宛珊将参加女子200米自由泳、400米自由泳和800米自由泳三个个人项目,以及女子4×200米自由泳接力和女子4×100米自由泳接力两个团队项目。

在北京时间8月19日傍晚结束的女子4×200米自由泳接力预赛中,严宛珊与龚真琦、罗名钰、杨佩琪

组成的接力队游出8分01秒82,以总成绩第三名晋级决赛。

决赛中,严宛珊第一棒出发,游出1分57秒69,为中国队开了一个好头,这一成绩也刷新了她个人自由泳200米的最佳成绩。

之后,龚真琦、罗名钰和杨佩琪在接下来的三棒中越游越快,第四棒杨佩琪更是游出了全场最快单棒,成绩为1分55秒54。中国队最终以7分51秒59获得冠军,该成绩距离世界青年纪录仅差0.12秒,这是中国队本届赛事的首枚金牌。美国队、意大利队分获该项目第二名、第三名。

今年15周岁的严宛珊出生于

宁波市象山县,6岁开始学习游泳,之后师从宁波市游泳队教练员沈剑峰。2022年浙江省第十七届运动会上,严宛珊初露锋芒,为宁波代表团夺得5金2银2铜。之后,进入浙江游泳队,师从甬籍主教练郑坤良。

在今年3月举行的2025年全国春季游泳锦标赛女子400米自由泳比赛中,严宛珊游出4分11秒01获得季军;在5月举行的2025年全国游泳冠军赛女子4×200米自由泳接力决赛中,严宛珊与吴卿风、余依婷、柳雅欣组成的浙江队,决赛中游出了7分50秒20的成绩,获得冠军;在6月举行的2025年全国夏季游泳锦标赛上,严宛珊获得女子800米自由泳

季军和女子400米自由泳亚军,另外在50米蝶泳、50米自由泳、400米自由泳三个项目上成绩均超出比赛报名成绩。

今年7月,严宛珊进入国家游泳集训队,备战此次在罗马尼亚举行的2025年世界青年游泳锦标赛。

目前,严宛珊在50米自由泳、100米自由泳、200米自由泳、400米自由泳、800米自由泳、1500米自由泳、200米蝶泳、400米混合泳项目上都达到了全运会参赛标准。其中,200米自由泳她游出了1分58秒22,达到世界游泳锦标赛的A标。

记者 戴斌 通讯员 陈皎宇



文明健康 有你有我 公益广告

垃圾分类 我就是  
影响力

作为年轻一代,保护环境是一堂必修课,  
我正在积极参与垃圾分类,  
用实际行动力挺垃圾分类。

程倩  
宁波大学学生

