

武桐桐上演“王者归来”

## 山西女篮队长期待

重回巅峰

“我，回来了。”武桐桐说。

12月13日，山西竹叶青酒女篮队长武桐桐，因伤时隔438天后重返赛场。截至12月25日，武桐桐复出之后参加了5场比赛，她在场均20分钟的比赛时间里，能够高效地得到16分。

更为重要的是，在这5场比赛中，武桐桐力助山西女篮连战连捷。“能够重新回到球场，不光是我一个人的努力，也是大家的努力。”她说。

## 山西女篮“小钢炮”

今年29岁的武桐桐，是山西女篮一手培养出来核心球员。

武桐桐身高1.75米，体重75公斤，可以兼任控球后卫和得分后卫。2015年，湖南师范大学队“得分王”武桐桐正式加盟山西女篮，由大学生球员转变为职业球员。

2017年，山西女篮聘请了泰勒、波士顿、特拉维斯3位篮球训练师，帮助队员们提升投篮技巧、脚步动作及腰腹力量。其中，泰勒曾经为詹姆斯、保罗、安东尼等NBA球星做过“一对一”的训练指导。

特训之后的武桐桐，在场上如“小钢炮”一般无坚不摧。2017—2018WCBA联赛，武桐桐一人独揽助攻、抢断、三分球3项个人数据第一，并且当选“WCBA联赛全明星票王”。

更为重要的是，武桐桐由此获得了国家队征召，她的身影陆续出现在亚洲杯、奥运会等国际大赛。2022年女篮世界杯，武桐桐助力中国女篮荣膺亚军，追平队史最佳纪录。

2022年10月1日，武桐桐在女篮世界杯决赛对阵美国队时，出战21分钟得到13分和3次助攻，是中国女篮上半场发挥最好的队员。

令人遗憾的是，正是在这场比赛中，武桐桐下半场突破时受伤，她被队友抱离球场并接受了左膝前交叉韧带断裂手术。

## 两次重伤打不倒

2022年11月1日，武桐桐在接受手术治疗后表示，她会努力尽快回到球场。

后弓步起、单腿蹲起、前跨步单腿落地控制……接受手术治疗6周之后，武桐桐开始了漫长枯燥且艰辛的恢复训练。据了解，武桐桐术后的恢复至少需要9个月时间。

努力归来的武桐桐，没有得到幸运女神的垂青。2023年夏天，复出在即的武桐桐，在训练中又一次受伤，她的右膝前交叉十字韧带断裂了。

在武桐桐此前的职业生涯中，小病小伤都很少出现，突然之间连遭两次重伤，接受两次手术，对武桐桐而言是旁人难以体会的挫折与挑战。

后弓步起、单腿蹲起、前跨步单腿落地控制……武桐桐忍住眼泪，重新开启恢复训练。康复的过程是痛苦且孤独的，更为重要的是，挫败感接踵而至。

“相比身体的恢复，心理的障碍更难克服。有时我会发现一些动作我不敢做了、没自信了。”武桐桐说。

身边所有人都在鼓励武桐桐，慢慢来，找回信心。“我最终能回到球场，不光是我一个人的努力，也是大家的努力。”武桐桐说，她背后站着特别多的人。



队友托马斯说，你放心投篮，我来抢篮板球。

## 重回球场秀绝活

2023年12月13日，WCBA常规赛展开第21轮争夺。武桐桐时隔438天重返赛场，帮助山西竹叶青酒女篮主场以84比69击败大庆队。

武桐桐重回球场，背后是山西兴瑞职业篮球俱乐部的全力相助。训练场上配齐康复师、训练师，训练场外无微不至的关怀涵盖衣食住行各个方面。武桐桐重回赛场那一天，俱乐部还特意制作了一部视频，向她致敬。

武桐桐重回球场，背后站着队友。“感谢我的队友，每一次都在看我有没有空位，把球传给我。”武桐桐坦言，“她们说你大胆地去投篮，我们来抢篮板球。”

武桐桐重回球场，背后站着球迷。“感谢大家与支持我的球迷朋友们，不管是在社交的软件上还是在现场的球迷观众中，他们都给了我特别特别大的鼓励和支持。”武桐桐说。

武桐桐重回WCBA联赛之后，用自己的优异表现证明，她仍然是球场上最亮的星。武桐桐至今出战了5场比赛，她在场均20.3分钟的比赛时间里，能够得到16分。

在5场比赛中，武桐桐在外线出手38次，命中18球，命中率高达47%。武桐桐复出后，本赛季三分球屡屡“打铁”的山西女篮，终于有了一座可靠的外线“炮台”。

## 前路漫漫亦灿灿

“很开心回到山西女篮，跟队友一起战斗。”武桐桐说。

本赛季，山西女篮引进刘禹彤、霍俊彤、冯可心等7名大学生球员，她们个个身怀绝技。刘禹彤是中国大学生国家队主力中锋，陈玉婕、霍俊彤入选过三人篮球国家队，冯可心和王梓伊入选国家女篮二队……

“球队来了很多新面孔，很有朝气和活力。”武桐桐说，“我也是从大学进入职业球队的，看到她们就好像看到自己刚进队时的样子。”身为老队员，武桐桐坦言会言传身教，帮助大学生球员逐步成长。

争取进入国家队名单，则是武桐桐不变的目标。

对于2024年巴黎奥运会，武桐桐难掩期待之情。“回到WCBA联赛，找回球场上的状态。”武桐桐表示，“希望能赶上明年的奥运会。当然了，我先要获得国家集训队的资格。”

前路漫漫，武桐桐只能一步一个脚印。“先适应比赛节奏，然后慢慢把两个特别重的护膝摘掉，心里没有那么多顾忌，可以大胆地在球场上释放自己。”

武桐桐表示，受了两次重伤还能回到球场，让她变得更加自信。“我相信自己可以面对任何挑战。”武桐桐说，“也希望大家多多关注山西竹叶青酒女篮，到现场与我们一起战斗。”

记者 杨尔欣



武桐桐康复的过程漫长且痛苦。



我，回来了。



武桐桐加强训练，助力中国女篮荣膺世界杯亚军。



图片由山西兴瑞职业篮球俱乐部提供