

1分钟408次单摇跳绳 1分钟183次双摇跳绳 吉林两位少年接连刷新 吉尼斯世界纪录



王嘉然、马家俊、雷济宇、徐天海教练(从左至右) 本组图片 吉尼斯世界纪录供图

近期,来自吉林的两名17岁高中生王嘉然和雷济宇,分别刷新了两项跳绳的吉尼斯世界纪录,成为全新的纪录保持者。王嘉然将“1分钟单摇跳绳最多次数”世界纪录推至408次的新高度;而雷济宇成功刷新的“1分钟双摇跳绳最多次数”的纪录,从178次提高到183次。这两项纪录的前任纪录保持者也都是来自中国的选手。王嘉然和雷济宇的成功为中国跳绳运动再次注入新的活力。



雷济宇挑战1分钟双摇



王嘉然挑战1分钟单摇

纪录保持者

LEI JIYU

纪录成绩

183 TOTAL NUMBER

地点

CHINA (JILIN)

打破时间

13 NOVEMBER 2024

纪录保持者

WANG JIARAN

纪录成绩

408 TOTAL NUMBER

地点

CHINA (JILIN)

打破时间

19 FEBRUARY 2025

The most double under skips in one minute is 183 and was achieved by Lei Jiyu (China) in Jilin, Jilin, China, on 13 November 2024.

雷济宇成绩在官网公示

The most skips in one minute is 408 and was achieved by Wang Jiaran (China) in Jilin, Jilin, China, on 19 February 2025.

王嘉然成绩在官网公示

两人都是从小接触跳绳 感受其中的挑战和乐趣

两位少年都在徐天海教练的俱乐部训练,并逐步成长为世界冠军。在接受采访时,他们表示都是从小开始接触跳绳,最初的兴趣源于看到同龄人表演跳绳技巧,感受到其中的挑战与乐趣。王嘉然回忆道,“那时,我就想,如果能跳得这么好,这不是很酷嘛?于是,我加入了吉林市徐天海教练的俱乐部,开始向更高难度挑战。”雷济宇也分享了自己的经历:“我看到别人跳得很快,很有趣,就要自己试试,随着练习,我发现跳绳不仅好玩,还能提升体能,越来越喜欢。”

跳绳训练对于他们来说,已经不仅仅是一项课外活动,而是生活的一部分。王嘉然提到,自己不仅在课间练习跳绳,还经常带领同学们一起参与跳绳训练,他还爱好跳舞和篮球。雷济宇则更喜欢篮球和跑步,而跳绳依然占据着他们日常训练的重心。

突破纪录时,两人感受各有不同。王嘉然表示,挑战前的自我暗示与专注让他能够保持冷静,成功刷新纪录后,心情激动而充满责任感。“我希望我的经历能激励更多人挑战自我,勇敢去实现自己的目标。”雷济宇则坦言,自己挑战时遇到腿部肌肉拉伤,但他依然咬牙坚持,最终超越自己,完成了自己的突破。

他们不仅是挑战纪录 更是在挑战自我

回顾这次挑战,王嘉然和雷济宇都表示,背后少不了教练徐天海的悉心指导与鼓励。王嘉然介绍,徐教练的训练方式非常系统,从耐力、速度到专项技术,甚至心理训练都囊括其中。“每当我觉得困难时,徐教练总能帮助我调整心态,恢复信心。”雷济宇也提到,教练为他们量身定制的训练计划,不仅注重体能的提升,更关心他们的心理状态。

跳绳这项运动要求极高的耐力和技术,王嘉然和雷济宇在日常训练中不断挑战自己的极限,既注重技术的精细打磨,也通过心理训练提升专注力。尽管训练中有过多次想放弃的时刻,但他们都从教练的支持、队友的鼓励以及家人的陪伴中获得了坚持下去的力量。

“我们不仅是在挑战纪录,更是在挑战自我。”王嘉然的话语透露出跳绳背后更深层的含义——它不仅是体能的较量,更是心理和毅力的考验。而这份坚持,也让他们在跳绳的道路上越走越远,创造了属于自己的辉煌。

据了解,除了王嘉然和雷济宇,吉林市另一少年马家俊也曾打破世界纪录。2022年,马家俊以701次的成绩,刷新了“连续跳最多的三摇跳绳(男性)”世界纪录。目前,吉林正有越来越多的跳绳少年涌现出来,挑战自我,勇往直前,在各个舞台用跳绳为国争光。

城市晚报全媒体记者 吕闯

长春交巡警护航平安“开学季”



民警为学生们保驾护航 交警供图

2月24日,长春市各中小学迎来春季开学第一天,为进一步加强校园周边道路交通安全管理工作,保障广大师生出行安全,长春交巡警根据开学首日交通流量变化启动高等级勤务,最大限度做到“见警察”“见警车”“见警灯”,共出动警力2493人巡逻车辆232台,设置固定岗238处,全面开启“护学”模式。

执勤警力全部提前到岗,在各辖区学校重点路段指挥车辆有序通行,提醒驾驶人减速礼让,护送学生安全过马路,引导接送车辆规范停放,全力守护平安上学路。

学期更迭,守护依旧。长春交巡警将继续筑牢校园“安全屏障”,为孩子们的学习成长保驾护航。

城市晚报全媒体记者 吕闯

临江边境管理大队 开展“开学第一课”系列活动

2月24日,临江边境管理大队组织所属各边境派出所民警深入辖区9所中小学,开展“开学第一课”校园安全教育系列活动,通过普法宣传、安防培训、隐患排查等举措,全方位筑牢校园安全防线。

上午9时,建国边境派出所民警走进临江市外国语学校,以“法治护航成长”为主题开展普法宣讲。民警结合典型案例,深入浅出讲解《未成年人保护法》《治安管理处罚法》相关条款,并针对中小学生群体高发的网络诈骗、校园欺凌等问题,通过情景模拟、互动问答等方式传授防范技巧。活动现场发放《青少年安全手册》200余份,师生们纷纷表示“学会了用法律武器保护自己”。

当日13时,新市边境派出所警务实战教官走进辖区光华中学,对校内安保人员进行专项指导。通过盾牌攻防、器械协同、应急处置等实

战演练,系统提升安保队伍应对突发事件的处置能力。同时,民警联合校方开展校园安全隐患排查,重点检查监控设备、消防设施及实验室危化品管理,现场整改安全漏洞3处。

针对上下学时段的安全保障,各边境派出所启动“护学岗”常态化机制,每日安排警力在学校周边执勤巡逻,疏导交通秩序。兴隆边境派出所所在建国小学门口设置“警察叔叔信箱”,收集学生求助及安全隐线索。“信箱虽小,却是孩子们的安全纽带。”负责此项工作的民警宋国彬介绍,该机制运行首周已收到12条有效反馈,均得到及时处处理。

临江边境管理大队将持续深化警校联动机制,通过“法治副校长”定期驻校、安全演练进课堂等形式,全力营造平安和谐的校园环境。

赵文瑞 王昊阳 城市晚报全媒体记者 吕闯

吉林市龙潭区消防救援大队 深入辖区开展常态化夜查行动

2月19日,吉林市龙潭区消防救援大队深入辖区意合春养老院开展每周三常态化消防安全夜查行动,并进行了消防安全指导培训。检查过程中,检查人员听取了养老机构负责人关于近期消防安全工作开展情况的汇报,详细了解了养老机构人员及消防设施配备运行等情况,

重点对养老院内安全出口、疏散通道是否畅通;工作人员是否能正确使用消防器材等进行了检查,通过此次检查与指导,有效提高了养老机构负责人对消防安全工作的重视程度,进一步保障了弱势群体居住场所的消防安全,为老年人安度晚年营造了良好的消防安全环境。

吉林市龙潭区消防救援大队 开展养老院消防安全专项检查

2月24日,吉林市龙潭区消防救援大队对辖区意合春养老院开展消防安全专项检查,以“零隐患、零事故”为目标,为老人们筑起坚实的安全屏障。监督员重点对养老院的消防设施设备、电气线路、安全出口、应急照明等进行了全面排查。此次检查是龙潭区消防安全专项整

治行动的重要环节。下一步,大队将持续推进消防进养老院计划,建立定期巡查机制,开展消防安全示范单位创建活动。吉林市龙潭区消防救援大队将以守土尽责、服务民生的使命感,持续深化消防安全治理,为构建平安和谐的社会环境贡献力量。