

# 我想在NHL立足

——访中国冰球新秀王浩西

2019年,年仅12岁的王浩西背上行囊,从北京出发,远赴冰球强国加拿大求学训练。那时的他不会想到,6年后的自己会成为北美职业冰球联盟(NHL)选秀大会次轮第一顺位,创造了中国球员参选NHL的最高顺位纪录。

## 梦想OHL起步

4岁时一次偶然的机,王浩西旁观了幼儿园同学的冰球训练课,便对这项运动一见钟情,没过几天就练了起来。“能和我最好的朋友一起在冰上玩,玩完之后大家一起聚餐,这是我小时候打冰球最原始的快乐。”

随着年龄的增长和技术的精进,王浩西对冰球的热爱愈发炽热。为了接受更高水平的训练并兼顾学业,他在12岁时做出人生第一次重大决定——去加拿大。

异国他乡独自生活、语言不通、文化不同,王浩西坦言“适应是一个很长的阶段”,但冰球成了他与世界沟通的方式,一年30到50场比赛的历练让他最终确定要走职业道路。

“有时候听不懂队友们说的梗,但冰球把我和大家的距离拉到最近。和大家一起吃饭聊天,让我加快接触到当地文化,现在已经可以无障碍沟通了。”他说。

在加拿大,王浩西先后征战安大略省青年冰球联盟(OJHL)和安大略冰球联盟(OHL),挑战的不断升级,激发了他的求胜欲。

“年龄越大,好胜心就慢慢占据了我的大脑,我不想输,每场都想赢。我就是埋头苦练,从失败中学到成功的技巧,下次就不会犯同样的错误。也正是害怕自己变得不够好,所以每天逼自己进步一点点,才成就了今天的自己吧。”他说。

## 叩开NHL大门

17岁的王浩西身高已经达到1米98,出色的身体素质让他在冰上对抗时更具优势。

高大的身形与出色的滑行能力相结合,使他在众多青年后卫中脱颖而出,引起不少球探和媒体的关注。在NHL官网发布的2025年NHL选秀排名前十后卫的介绍中,王浩西位列第十。

“我是一名可攻可守的后卫,我最好的技术特点就是身高和滑行融合在一起,这是很独特的一项技术,很少有高个子能滑得像我这么好。”他说,“我相信自己的能力,不在乎别人的看法,自信是我的秘诀。”

王浩西的自信源于日复一日的



王浩西在OHL比赛中



王浩西在圣何塞鲨鱼队球员发展训练营比赛中

的中国球员。

北京时间6月29日凌晨,王浩西在次轮第一顺位被圣何塞鲨鱼队选中,终于叩开了NHL的大门。

回忆起那一刻,他笑着说:“很兴奋、很开心,在(选秀大会)第二天第一个被选中,还没坐一会儿就走了,挺好的。拥抱妈妈的时候,我非常激动,看着她快哭的样子,我就赶紧去抱我哥哥,因为看着她哭,我也可能会哭。”

一时间,祝贺信息如潮水般涌来,令王浩西最意外的祝福,来自幼儿园同学——那个第一次带他上冰的人。

“看到那条信息,我都起鸡皮疙瘩了。他带我接触冰球之后,我们关系特别好。可上了不同的小学后,我们就失去了联系。”王浩西感慨道,“通过选秀让他重新认识我,很幸运。”

鲨鱼队将在未来一段时间拥有对王浩西的优先签约权。选秀后的第三天,他便出现在队伍的球员发展训练营名单上,正式接受NHL教练的指导,并进行分组对战。短短几天,令他收获颇丰。“在训练营认识了很多新朋友,很多内容我都尝试去学习和掌握。”

## 想在NHL立足

目前,王浩西正代表北京队参加全国青少年男子冰球锦标赛(U18)。这是他在“十四五”(青年组)夺冠后首次亮相国内赛场。

而就在比赛开幕前一天,他还化身教练,给6至7岁的小球员们上了一堂公益课。课后,孩子们纷纷围住“浩西哥哥”签名合影。“一开始我就跟他们说‘这是我第一次教课,但我很享受和你们在一起训练的时光’。我想告诉他们,享受冰球是最重要的。”

王浩西目前已被波士顿大学录取,他表示自己明年会继续在OHL打一年球,之后进入美国大学生体育协会(NCAA)一级联盟锤炼一到两年的时间,根据个人发展的速度,选择成为职业球员,也随时准备着为国效力。

对于未来,他的目标很明确:“我想成为一个在NHL立足的球员,成为队里数一数二的后卫,也希望我能为中国冰球作出贡献。我想让中国打冰球的孩子们看到,中国人也能做到在NHL站稳脚跟,成为一个球星。”

冰刀在冰面刻下的轨迹,好似一条条通往梦想的航线。当王浩西在北美继续追梦时,太平洋彼岸的某个孩子或许正因他的故事,第一次握紧了球杆——这可能比任何选秀顺位都更能定义梦想的力量。(佳丽 德韧)

训练积累。他每周体能训练四次左右,每次两小时,一小时进行热身、康复与拉伸,另外一小时进行真正的体能训练。上冰则根据赛季节奏调整,每次一到一个半小时,包含射门及技术训练。“如果赛季要开始了,我一周要上四、五次冰,把心肺功能调整到最佳。”

同时,他也清醒地认识到自身不足。“我需要在进攻时更冷静,抓

住机会;防守时更快破坏对方进攻,并组织反攻,还有很多细节还需打磨。我的上限很高,随着自身发展,我会成为更好的球员。”

今年选秀大会前,业内普遍预测王浩西将在首轮末或次轮初被选中,有望改写中国球员在NHL选秀的最高顺位纪录。十年前,宋安东在第6轮172顺位被纽约岛人队选中,成为第一位在NHL被选中