

红婵离队退役-陈若琳挥泪告别-陈芋汐祝福-中国跳水队批准-回家钓鱼发胖

中国跳水队的天才少女全红婵，近日因脚腕旧伤复发，正式宣布退役，结束了短暂却辉煌的职业生涯。这位两届奥运冠军的离队消息，如一颗重磅炸弹，震撼了体育圈。官方消息称，中国跳水队已批准全红婵的退役申请，允许她返回广东老家休养。这一决定让无数粉丝唏嘘不已，同时也引发了关于她未来生活的热烈讨论。据悉，全红婵在退役后选择了一种轻松的生活方式，回到家乡后，她开始尝试钓鱼，享受难得的闲暇时光。有传言称，她因放松生活，体重略有增加，粉丝们戏称“婵宝要变成圆润的钓鱼达人了”。

全红婵的退役，离不开她近年来的伤病困扰。自2024年巴黎奥运会后，她的脚腕旧伤反复发作，严重影响了训练和比赛。尤其是在备战2025年新加坡世锦赛期间，伤病让她无法继续高强度训练。队医评估后认为，长期带伤作战可能对她的身体造成不可逆的损伤。最终，在与教练组 and 家人的沟通下，全红婵做出了退役的艰难决定。中国跳水队领队周继红表示：“全红婵为国家争得了无数荣誉，她的健康是最重要的，我们尊重她的选择。”在全红婵宣布退役的当天，教练陈若琳在社交媒体上发文告别，字里行间满是泪水与不舍。

陈若琳回忆起与全红婵的点滴，从她14岁进入国家队，到成为奥运冠军的辉煌时刻，每一步都充满了汗水与坚持。陈若琳写道：“你是我见过最有天赋的孩子，带伤坚持的你让我心疼。未来无论做什么，愿你快乐健康。”这番深情告别，让无数网友泪目，纷纷留言表达对全红婵的祝福和对陈若琳的敬意。作为全红婵的队友兼双人项目搭档，陈芋汐也在第一时间送上了祝福。她在接受采访时表示：“红婵是我的好姐妹，她的离开让我很难过，但她为跳水付出了太多，值得拥有更好的生活。

希望她在家乡能找到属于自己的快乐。”陈芋汐的祝福温暖而真挚，展现了两人深厚的友谊。值得一提的是，陈芋汐在全红婵退役后，继续带领中国跳水队征战国际赛场，她在2025年全国跳水冠军赛中夺得女子10米台金牌，展现了强大的实力。全红婵退役后的生活，成了网友热议的焦点。有媒体拍到她在广东老家的小河边悠闲钓鱼，穿着宽松的T恤，脸上洋溢着久违的笑容。相比赛场上那个严肃专注的跳水少女，如今的她多了几分生活气息。粉丝们调侃道：“婵宝这是要转型做钓鱼博主了？”还有人戏称她“发胖”只是因为放松了严格的饮食控制，毕竟运动员时期，她每天都要进行高强度训练，控制体重是家常便饭。

如今卸下压力，她终于可以享受普通女孩的生活。然而，全红婵的退役也引发了一些争议。部分网友认为，她正值巅峰期，退役过于仓促，或许未来伤病恢复后还能重返赛场。但更多人支持她的决定，认为健康比金牌更重要。还有人猜测，她可能会在未来从事与跳水相关的工作，比如担任教练或推广跳水运动。无论如何，全红婵的退役标志着一个时代的落幕，她那标志性的“水花消失术”将成为中国跳水史上的经典记忆。在社交媒体上，关于全红婵的话题热度居高不下。

粉丝们自发组织了“婵宝加油”的话题，分享她的比赛视频和生活点滴，表达对她的支持。有网友晒出全红婵童年训练的照片，感慨她从乡村女孩到奥运冠军的励志故事。如今，她选择放下荣誉，回归平凡，粉丝们也希望她能在新生活中找到属于自己的幸福。全红婵的退役，不仅是个人职业生涯的转折，也是中国跳水队的一次调整。队内年轻选手正在崛起，陈芋汐等主力将继续捍卫“梦之队”的荣誉。而全红婵的故事，仍在继续。或许在未来的某一天，我们会在某个安静的河边，看到她悠然钓鱼的身影，脸上带着满足的笑容。

原文链接：<https://hz.one/shishi/红婵-退役-陈若琳-陈芋汐-2507.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/红婵离队退役-陈若琳挥泪告别-陈芋汐祝福-中国跳水队批准-回家钓鱼发胖.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>