

# 宜上：既爱资本的风浪，也爱雪道的锋芒

本刊记者 李彦

在众多专业选手参加的 24/25 Advantage Austria 奥地利滑雪赛和 24/25 “雪耀中国”高山滑雪比赛总决赛中，宜上作为一名全职工作的滑雪非专业选手，分别拿到第五名和第八名的好成绩，堪称是一种奇迹。此外他还活跃在北京和崇礼各大滑雪赛事之中，在北京市滑雪公开赛、万龙 Salomon 萨洛蒙杯滑雪比赛、迪桑特高山滑雪公开赛、奥迪阿托米克回转系列赛、全国大众滑雪技术达标赛等等比赛的现场，都能看到他自由、洒脱的身姿。作为一名私募基金经理，工作日的他在数字与逻辑里把控全局，言语沉稳，决策果决，于资本风浪中保持清醒。一到周末，宜上便换上雪服奔赴雪山，在雪道上肆意飞驰，把紧绷的理智尽数化

作自由的锋芒。一半是商场沉稳，一半是山野狂放，如何在两种极致人生里，活得热烈又清醒，听宜上娓娓道来一名非专业选手如何走上与专业选手同台竞技的道路。

**记者** 你是在什么样的机缘之下开始接触滑雪的？

**宜上** 我在清华上学的时候滑雪还是一个相对小众的运动，当时的清华雪协非常没有存在感，远不是现在百团大战最火热协会的状态。我是毕业之后才知道当时已经有协会成立。我在研究生留学的时候才第一次跟着同学去滑雪场玩，当时就是瞎滑着玩。回国之后正好工作在北京，去崇礼很方便，就作为冬天娱乐休闲的活动，成为大家口中的“周末党”



2022 年刚开始接触滑雪



## 宜上

清华大学 2010 级电子工程系本科，哥伦比亚大学金融数学硕士，现任某私募公司基金经理，前中金公司投资银行部经理。

24/25 “雪耀中国”高山滑雪比赛总决赛第 8 名。

24/25 Advantage Austria 奥地利滑雪赛第 5 名。

（指只能周末去滑雪的上班族）。

因为我在上学的时候也很喜欢运动，代表电子系参加过马杯 3v3 篮球赛。毕业之后一直践行着“争取至少为祖国健康工作五十年”的理念，工作再忙也保持着健身习惯，于是顺理成章也



身着清华雪服在训练



高山滑雪大回转和旗门示意图

就把滑雪当做了长期坚持的体育爱好。

**记者** 爱好滑雪的很多也很常见，你是怎么走上竞技滑雪这条路的？

**宣上** 之所以走上竞技滑雪这条路，可能跟滑雪这项运动的几个特点有关：

首先滑雪非常消耗时间精力，周末早起和赶路其实比加班两天要累。其次，在技术不到位的时候去滑比较危险，类似于不会开车就上马路。再次，对于双板滑雪（即高山滑雪）来说再加一条，想滑得好看拍出好看照片也比其它运动难很多。

我觉得清华的同学有一个特点，做事情要么不做，要么就在能力范围内做到最好。再结合上面提到的，提高滑雪技能投入大，风险高，是无法忍受自己长期处于新手期的。于是就和我朋友（同

届清华同学）成了雪搭子一起找教练认真上课，从此跟休闲滑雪（比如打卡拍照、在雪场社交和夜生活等等）就分道扬镳了，其他雪友经常开玩笑说你们清华的滑雪也要“卷”，我个人看来是一种对清华人做事认真的褒义说法。

可能是运气比较好，在小白的时候遇到了非常靠谱的启蒙教练，再加上有一定的身体素质，作为周末党的进步速度比预想的好，2个雪季后我就遇到了一个技术瓶颈。我咨询了几个资历丰富的雪友前辈，他们给我的建议是去“练旗门”来帮助提高技术，

“练旗门”的专业全称是高山滑雪大回转，比赛内容是按雪道上旗子规定路线来滑行，用时少的是胜者，旗子做成门型又称旗门，因为一些平时不注意的细节在赛道上会被无限放大，相当于负重练习。于是我就开始找教学竞技滑雪的教练，简单学了一次课之

后，当年雪季末（2023年初）第一次参加了崇礼举办的滑雪比赛。站上出发台的那一刻，我感觉像是回到了学生时代的操场，摆脱了班味不带任何目的纯粹地享受运动本身，从此一发不可收拾就入了高山滑雪的坑（双板竞技滑雪的统称）。

最近几个雪季我一直保持着上课+训练的节奏，在崇礼举办的比赛基本一个不落地参加。这个运动在国内的业余爱好者基数太少，现在举办的大众滑雪比赛允许专业运动员和滑雪教练参加，所以我经常和他们同场竞技。目前我的最好成绩是进入过前八名，仅次于前面两类“专职滑雪”人员。

**记者** 竞技滑雪听上去应该比普通滑雪需要更多投入，作为已经上班的人是不是挑战非常多？你是怎么克服的？



参加清华大学校友活动留念

**宜上** 回想起来，这几年遇到的大大小小的挑战非常多，最主要的有两点：

作为上班族，最大的挑战是时间太少，这种情况下练竞技属于“时间紧任务重”。对于上班的雪友，一个雪季30-40天属于非常极限的天数，但专业的运动员或者滑雪教练很轻松能有100+天数在雪上。为了缩小和他们的差距，我在有限的时间内最大化效率，正好跟在清华念书的时候有相似之处。比如为了节省通勤的时间，我通常选择周六早上5点从北京开车去崇礼，这样路上不会堵车而且保证了“顶门”（顶门指坐早上第一班缆车到达山顶，此时雪况最好且人非常少，是练习和上课绝佳的时间）；另外坐缆车上山时要观看滑行视频，思考一趟有哪些问题要改进等等。从接触滑雪到今天，我的雪时（即上雪天数）在100天上下，告诉其他雪友的时候他们都不太相信，

都以为我滑了200-300天。另外如果在约好的训练日期有意外情况发生，因为时间过于宝贵我也都咬牙坚持，比如出现过极寒零下30度全身穿好电加热上雪训练，赶上训练日发烧吃退烧药硬上等等的情况。

第二大的挑战我觉得是机会成本和个人取舍。冬天专注竞技滑雪训练，意味着大概3-4个月睡不了一天懒觉，也没有周末休息和放松，社交只能放在工作日，约等于北京的“失踪人口”。半开玩笑地说，因为练竞技滑雪，亲情、友情、爱情和工作事业全方位都受到了影响。不过这段经历让我反而更清楚自己想要什么、愿意为之付出什么，对真正发自内心热爱的事情全身心投入，一些牺牲都是值得的。

其他挑战也有很多，不过没有上面两个大，能够一定程度上克服。举例来说，在国内高山滑雪热度不高，面向成人的培训几

乎没有，我通过社交和自荐加入了顶级教练的班课。跟“10后”的小孩一起训练；家人起初不理解总觉得有些“不务正业”，不过在看过我比赛直播之后就转为支持，等等。

清华校友里滑雪的人非常多，但至今还没遇到第二个练习高山滑雪的，实话说对于上班族来说确实充满挑战，当时和我一起卷技术的雪搭子后来也没再继续练。后来在比赛中认识了清华滑雪队的在校生，都是小我快10岁的小师弟师妹，现在大家也比较熟了，他们都在劝我读个MBA重新代表学校去比赛。

**记者** 滑雪对于事业和人生有什么帮助？

**宜上** 我现在的本职工作是做基金投资，本质上和高山滑雪非常像，都是在风险和收益之间做权衡。在比赛里动作幅度加大，转弯速度会更快，有利于取得好成绩；但与此同时大幅度意味着失误和摔倒的风险也在加大，很可能最后连成绩都没了。参加世界杯的高手们往往都是把自己推到极限，在失误的边缘游走来取得更好的成绩，最大幅度做动作剩下的就是相信自己的雪板。在我看来，无论是创业还是投资就像在进行一场滑雪比赛，要想达成超人的成就，在机会来临的时候就要有勇气去直面风险、放手一搏。🏔️