



当天拍摄现场偶遇中网时尚队队员王铮亮、张智成



POSITIVE ENERGY TENNIS MUMMIES

网球辣妈正能量

摄影 / 王家澍 采访、文字 / Fiona、金路 编辑 / 李艺伦 设计 / 范昕

她们是干练智慧的职场女性，
同时也是温柔细心的新手妈妈——正值母亲节，
当可爱的小朋友和美丽的辣妈遇见
明媚的春光，这是一次最温暖人心的邂逅……

前一天北京经历了一场十三年一遇的沙尘暴，然而在拍摄当天，北京似乎为我们的母亲节专题拍摄显露出了柔情的一面——漫天的黄沙不见踪影，天空恢复了湛蓝如洗的色彩。四位来自网球产业不同领域的辣妈们带着她们的可爱宝宝，一早就聚集到了位于北京朝阳公园内的约顿气膜网球馆。

这四位辣妈分别来自 Prince 中国、WTA 中国、百动和《网球大师》杂志社，她们在各自的职业领域游刃有余，在当妈妈这件事上也毫不含糊。谈起怀孕、生产和照顾宝宝都有自己独到的见解，泼辣、风趣的语言也让人感受到职场辣妈的果敢和幽默，当然还有因母爱而散

发出的独特魅力。

拍摄现场，Prince 为每位宝宝提供了专为儿童设计的服装、头带、护腕和球拍等道具，让他们从小就感受到网球的活力氛围。宝宝们抓起球拍来，也都显得有模有样，不愧是在网球文化熏陶下成长起来的新一代。同时，Prince 还准备了粉嫩的儿童座椅和有趣的网球饼干，让拍摄现场趣味无限。

而妈妈们则身穿着蓝色 prince 套头衫，与宝宝一起在阳光明媚的网球场上嬉戏玩闹，共享天伦之乐。雨果曾经说过：“母亲的怀抱是慈爱构成的，孩子睡在里面怎能不甜。”而在这一片母爱洋溢的网球场上，妈妈与小朋友的互动也显得格外甜蜜。



四位辣妈的合影



BITA 国际网球学院

地址: 北京市朝阳区朝阳公园南路1号(朝阳公园网球中心内)

电话: 010-65958885





赵晓林

Prince 亚太区市场总监
儿子：天天（15个月）

TM ASK

Q=《网球大师》

A=赵晓林

Q: 你认为当母亲之后最大的改变是什么？

A: 初为人母，最大的感受就是突然深刻理解那句：不养儿不知父母恩。之前这对我来说就是一句成语或者谚语，不能体会其中的含义。如今，真的是深切体会到所谓母爱用“无私”、“伟大”来形容一点都没有夸张，那是一种本能。并且在当了母亲之后，会更懂得如何回应父母的爱。

Q: 记忆中，小朋友带给你的最大感动是什么？

A: 太多太多感动了，没办法比较哪一次算是最大的。第一见面（顺产出来时）他睁着大眼睛看着你，感动到忘记疼；第一次笑，第一次叫妈妈，感动到哭；第一次蹒跚翻身、第一次走路、第一次和你游戏、淘气……只要看着他，你就觉得很幸福，他的点点滴滴，每一次进步都让你感动，有时候这些感动不能用语言来形容，只能用心去感受。

Q: 对小朋友的未来有什么期望？

A: 当然希望宝贝能够在家人的陪伴中健健康康快快乐乐的长大，做一些自己喜欢做的事情。

Q: 总结一下自己对小朋友的教育风格或相处之道吧。

A: 我想在相处上，首先是朋友，然后是母子吧。爸爸也一样，先朋友后父子。所以正确引导和商量讨论的方式是我们家达成的一致教育模式，不会过于

强势的强加一些想法给孩子。毕竟孩子的想法也是需要尊重的，不过由于宝贝太小，目前这还是我们的理论，还需要进一步的探讨和体验。

Q: 平时打网球吗？

网球给你带来什么改变？

A: 没有宝贝儿之前曾经练过一阵儿网球，大概能有1.0水平了吧，呵呵。网球的确是特别阳光、健康的运动，因为工作关系，我们常常看球，网球选手在比赛中的心态调整太重要了，面对优势时如何打，面对劣势时如何应对，几乎成为决定胜败的关键。保持好的心态去面对工作和生活，也是我在网球中领略到的一种历练。

Q: 怀孕期间在工作上有哪些困难？

A: 我属于妊娠反应没有那么强烈的那种，由于工作关系，怀孕期间常常也飞来飞去，5个多月那会还到韩国做球员见面的活动。我还是会尽量小心一些，毕竟是两个人嘛。付出总是有收获的，好处是那会他就有机会品尝了很多地方的小吃。有口福的小孩，哈哈！

Q: 据我所知你在生完孩子后经常出差无法哺乳，心里有何遗憾吗？

A: 有的妈妈曾经讲过，连接宝宝和麻麻的，除了脐带，就是母乳了。那是一种奇妙的感觉。记忆特深刻，在天天出生5个月整的时候，我第一次离开他出差去总

部开会，看着自己挤出来的奶只能扔掉，想着宝贝只能喝奶粉时，纠结、难过、无奈，五味瓶啊……那个阶段的妈妈真的很不容易。一直到出差美国两周回来时，基本可以宣告断奶，但真到那时会还真的很失落很失落。

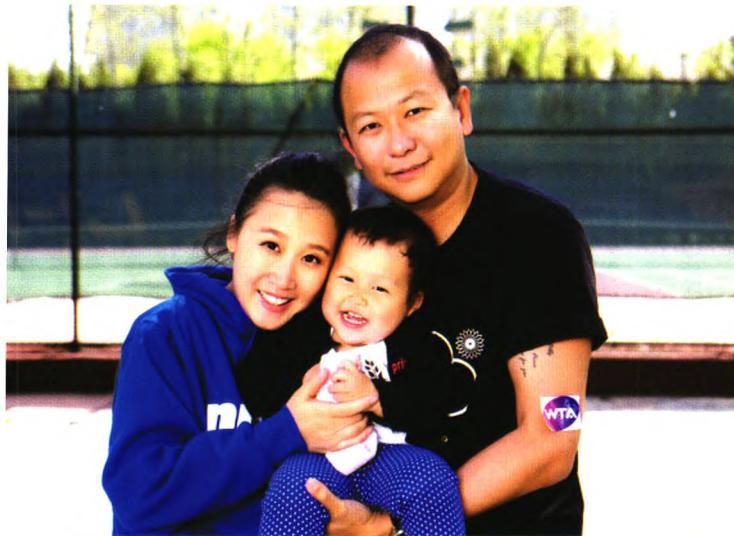
Q: 如何做到最大程度上的家庭生活两不误？

A: 尽量提高工作效率，保证工作时间工作，休息时间多陪宝宝和家人。自宝宝成为家庭一员后，尤其妈妈的时间支配上肯定不能任性，我想与家人、同事、合作伙伴充分的沟通和协调是最大程度上的满足家庭、生活、工作都不误的必要方式。我属于及其幸福的那类妈妈，我们家“轮岗制”，爷爷奶奶和外公外婆对天天的悉心照顾让天天得到了完整的各种爱，也让我和老公可以更无后顾之忧的工作，在这里要特别感恩感谢一下天天的爷爷奶奶和外公外婆。我爱你们！

Q: 还打算要二孩吗？

A: 偶尔想一想，有时候一想觉得太辛苦，不想要了，再偶尔一想，觉得一个宝宝是不是有些孤单…好纠结，不想了，顺其自然吧。





处，缩短了我和美国总部的时差，倒也让有些工作变得更顺利了一些。现在宝宝大一点了，必须回归办公室了，但是工作间隙还是会看看手机里宝宝的照片，视频，或是打个电话问问宝宝在家里好不好，有时恨不得就带着她一起来。我也很强势的坚持给宝宝纯母乳，因为实在不舍这份我可以独享的尊荣，所以吸奶器我走哪带哪，记得去年中网的时候，我每天都要很小心的把吸出的奶拿东西包好，藏在包厢冰箱的最里面，还一直担心会不会被人拿错，现在回忆起来这也是一段非常有趣的经历。宝宝出生几个月之后，工作需要我必须出差，一方面想坚持母乳喂养，一方面也是舍不得宝贝，我就带着她一起出差了。现在孩子小小年纪，已经跟着我去过新加坡、巴厘岛、香港、武汉了。

TM ASK

Q=《网球大师》

A=白亮

Q: 在怀孕或生产的过程中有什么难忘的事情吗？

A: 最难忘的肯定是宝宝出生的那天，我记得我是夜里先破的水，当时还不太确定，还喊起老公一起上网查。后来老公带着我赶到医院，我隐约记得电视里演的破水之后必须得躺着，所以到医院后，老公冲进急诊室，我就在车上躺着不敢动。我以为护士会推着担架床出来接我，谁知道老公回来跟我说：“医生让你自己走进去。”然后我就很失落的自己起身走进医院，现在想想觉得挺好玩的。生的时候我都没来得及进产室，因为当时产房满了，接生的大夫发现我根本等不了了，就在待产室里的一个移动担架床上帮我接生了，过程十分顺利，大概十几分钟我的女儿嘟嘟就诞生了。

Q: 在孕期和生产方面有什么建议给我们读者吗？

A: 孕期千万不要在意太多的事情，保持好的心态最重要。生产时最关键的是一定要听从医生和护士的指挥，积极配合。很多人因为疼痛或紧张失去了理智，不配合医生工作，这实际上是非常危险的，而且也会给自己带来不必要的痛苦。既然到了医院，就要相信医生的专业和经验，一定要听从医生的指挥，让生产过程相对顺利一些。

Q: 有了孩子之后，如何兼顾工作和家庭？

A: 其实我在孕期的时候是没有真正休过假的，嘟嘟出生的前一天我还在上班。因为我作为办公室老板的助理，除了他的大小事务还有兼管公司的人事行政财务，这些其他人都很难接手，所以产假期间我也一直在工作，在家做账，给大家发工资，同事们要报销的发票也都要寄到家里。在家办公确实让我可以一边工作一边带孩子，但有时候当你在发email时，宝宝在旁边哭，作为妈妈一定会分心，作为我这个24孝妈妈一定会首先照顾宝宝。所以有时候不得不等宝宝睡熟了，夜里1、2点开始安安静静地处理工作，不过倒也有个好

Q: 孩子给你带来的最大改变是什么？

A: 颠覆了我的生活，完全没有了自我，有了宝宝之后，会完全考虑她的需求。尤其是晚上很难睡一个完整的觉，即使她没有醒来哭闹，我也会起来看看她。当然辛苦的同时也很有成就感，尤其是看着她一点点长大，从什么都不懂到慢慢开始有眼神交流，动作越来越多，到现在可以喊妈妈，一路走来确实辛苦着也幸福着。

Q: 如何保持体形？

A: 我在孕期就开始练习孕妇瑜伽，还包括球操舞、胎教等。生产完之后我还带着宝宝一起去做亲子瑜伽。它会扩展骨盆，让生产更顺利。我觉得孕期还是应该坚持适度的运动，对宝宝和自己的身体都有好处。

Q: 希望孩子以后练习网球吗？

A: 一切还是看宝宝自己的喜好，她喜欢的话当然支持！



白亮

WTA 董事总经理助理
女儿：嘟嘟（20个月）

MOTHER'S DAY +
FEATURE



高宾

百动市场总监

儿子：铁蛋（12个月）

万方数据

TM ASK

Q=《网球大师》

A=高宾

Q: 作为新手妈妈,如何兼顾事业和家庭?

A: 产后刚刚恢复工作的时候确实相当不习惯,工作和家庭权衡时自然的更偏向家庭,照顾宝宝。随着宝宝渐渐成长,加上家人也给予了巨大的帮助,现在把更多的精力放到工作上。现在每天的状态就是白天工作,晚上陪孩子,确实相当辛苦,但也十分幸福。

Q: 孩子给你带来了什么改变?

A: 应该是从心态上来讲宽容了许多,有孩子之前更自我一些,现在对很多事情都不会太较真了,比以前更豁达。同时,有了孩子以后也让我越发认识到了家人的珍贵,正是因为有家人的悉心照顾,让我整个孕期心情都十分愉快。孩子到来之后,他让我感受最简单的快乐,看到他的笑脸,就会忘记所有的劳累和不愉快。

Q: 在怀孕或生产的过程中有什么难忘的事情吗?

A: 我记得我刚刚生产完,一方面要照顾孩子,一方面又要应对工作,一时觉得压力山大。有一次半夜起来照顾孩子,我突然就很委屈,坐在床上跟我老公说:“我明天要离家出走!”我老公是个特别幽默、包容、豁达的人,他的第一反应是问我是不是饿了,然后起来给我洗水果吃,告诉我后半年去这里玩去那里玩的规划,我吃着草莓忍不住的乐,在他眼里我就是这么个好哄的吃货玩家,这么多年,他总是能巧妙地化解我的情绪。

其实初为人母确实压力很大,但很多时候郁闷也好、暴躁也好,都是一时的情绪,家人的陪伴和安慰十分重要,让我感觉到一家人并肩作战的温暖和力量。

Q: 与孩子的相处之道?

A: 现在基本上周末两天都会陪孩子,我老公会带着孩子去公园散步,或是去野外搭个帐篷,让孩子接触大自然,跑跑跳跳,也让我们跟孩子之间的互动更有趣、更亲密。我还在小朋友诞生后的三十天里,每一天都为他拍照,并用文字记录下他成长的点滴,做成了一个小册子,叫做《宝宝的人生前三十天》,希望能在孩子长大之后给他看看自己刚刚来到这个世界上时,是如何慢慢长大的。未来不会规划孩子的人生,我们希望成为孩子的伙伴,而不是编剧。

Q: 作为网球从业者,
你如何理解网球的魅力?

A: 首先,我觉得网球是一项相对全面的有氧运动,尤其对女性的健康和形体塑造都有非常大的帮助,学会打网球是终

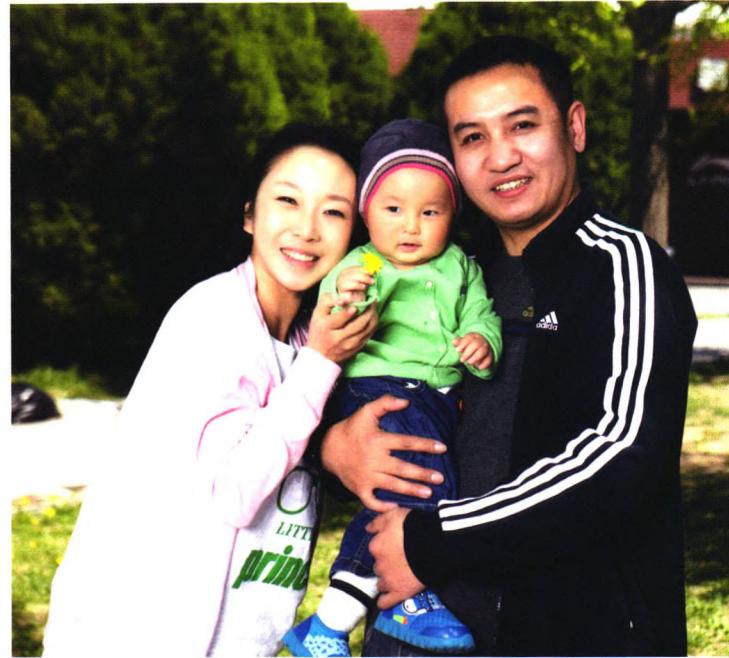
身受益的。同时热爱网球的这些人都很讲究生活品质和运动礼仪,性格上来说比较平和、开朗,是一个相处起来非常舒服和愉悦的群体。

Q: 希望小朋友以后练习网球吗?

A: 一定要练! 我希望他能从五岁开始练习,倒不是说希望他成为职业选手,只是希望网球成为他的终身爱好,通过打网球培养起强健的体格和开朗的性格,同时认识更多的朋友,成为一个充满正能量的人。

百动

百动为新赛点公司主品牌,现已形成了包括“赛事营销、体育增值、企业活动、体育传媒、场馆运营、体育教育”在内的六大类服务模式,拥有强大的场馆资源、培训资源、赛事资源、科技资源以及丰富的金融行业客户资源。除在北京设立总部外,还在上海、广州、深圳一线城市设立分公司。



TM ASK

Q=《网球大师》
A= 邱莉

Q: 听说你的整个孕期都非常的顺利，这个与网球工作有关吗？

A: 我觉得有非常大的关系，因为在四位母亲里，我的年龄是最大的一位。而且由于工作关系，之前的孕前准备工作做的也不足。不过我的体质因为有近八年的网球经历打底，所以也是属于比较皮实的。整个孕期没有吐过，身体也十分灵活。前六个月一直跟着项目不停的出差，到第七个月，因为工作需要采访 2014 年仁川亚运会女单冠军王蔷，自己开车带着整个团队去了天津进行采访拍摄。直到生产的前一天，还为中网面试了八十多个杂志展位的大学志愿者。所以我认为孕期保持工作和一定的运动量对生产确实有很大的帮助。

Q: 孕期或产后期时坚持工作遇到过什么困难吗？

A: 因为年龄原因和孕期血糖非常高，本来医生是建议我选择剖腹产。但当时

正值中网期间搭建，要求 9 月 17 日之前必须完成，在此之前一个多月，跟了我多年的助理因为身体原因辞职了，所以这些工作必须我和新助理首次合作完成。而我的 9 月 14 日生产日期比预产期早了两周半，因此很多物资并没有备全。为了不耽误工作，与医生商量后我一咬牙对自己狠心的选择了顺产。好在生产过程非常顺利，第三期产程很快，大概十五分钟就生出来了，因此并没有耽误我第二天开始遥控指挥物资进场及顺利搭建。

Q: 有了孩子之后，如何兼顾工作和家庭？

A: 其实像我这种市场类的工作有很多问题都可以通过电话、网络解决，所以我有了孩子之后，基本上一边在家带孩子，一边遥控指挥工作。比如 2014 年中网期间，各地的领导、艺人朋友、品牌的接待，志愿者的管理，票务的安排，中网现场展位控制，以及与官方问题协商，基本上都是通过这些途径去解决。当然，我还要非常感谢我的同事团队以及我的家人，是他们能让我安心做到工作孩子两不误。尤其我要非常感谢我的婆婆和我的爱人，我的爱人牺牲了整个国庆假期帮我做各项接待工作，婆婆天天照顾我的饮食起居。

Q: 有了孩子之后觉得变化最大的是什么？

A: 首先我真心觉得我完成了人生中的一个大“问题”，圈里熟悉我的人都知

道我是个女汉子，天天叫嚣着有没有孩子无所谓，但我觉得巨蟹座的我还是天生顾家的。今年过春节，我顿时觉得心理的压力完全没有了，父母的身体也因为高兴好了很多。其次我真的觉得我的性格一下子小女人了很多，以前我很不理解大家没事儿为什么要聊孩子，现在，我跟朋友们一见面就开始各种研究孩子。包括这次的母亲节，大家的支持都非常令我感动。再有就是我感觉我的消费观念一下子就变了，以前的开销多在吃喝玩乐旅游上，现在无论是淘宝还是逛街，看得最多的就是给孩子买的东西，以前朋友圈喜欢秀斜上角 45 度，现在基本上都是孩子，嘿嘿。

Q: 为什么会想到策划这次母亲节专栏？

A: 其实网球圈里伟大的母亲还有很多，但是由于城市和版面的原因，我找了四个比较有代表性的，网球圈的四个领域：Prince- 品牌、WTA- 政府机关、百动 - 体育推广公司以及《网球大师》- 媒体。我们四个人都是晚孕，顺产，超过七年致力中国网球业的发展奔赴在各领域市场最前线的女汉子代表。我也要非常感谢 Prince 这次给我们各类的支持让“母亲节”锦上添花。还有非常感谢 BITA 国际网球学院我多年的朋友，曹幽曹总，免费为我们提供这么高大上的拍摄场地。如果没有朋友们的支持，我的项目也不会这么顺利高质的完成。



邱莉
《网球大师》杂志市场外联总监、北京办负责人
女儿：小满（7个月）



男子网坛众多老将生孩子打球两不误，主要是靠他们背后贤惠又靠谱的好老婆。但是在女子网坛就并非如此了，再好的老公也不可能替他们生孩子，所以生孩子对一个女子职业选手的整个职业生涯的影响可不是一般的大。即便如此，我们也有生孩子打球两不误的网坛超级妈妈。

初级版：最忙的孕妇—李娜

李娜在怀孕之后首先选择了退出职业网坛，虽然不再继续在WTA赛场上驰骋，但是怀孕丝毫不能影响她的商业发展。在李娜退役以后，她先后出席了多个赞助商的活动现场，每场活动虽然都是挺着大肚子，但是着装上也还是继续着怀孕前的时尚。不仅如此，娜姐还新增了一个食品代言，想必是希望宝宝从肚子里就开始尝试健康饮食吧。虽然不能在赛场上继续为中国网球创造历史，但是娜姐在场下为网球发展所做的贡献也是不容小觑的。4月15日，娜姐出席了在上海举办的劳伦斯颁奖典礼，和姜山两人携手走了红毯后，并且荣获了劳伦斯颁发的特别成就奖。之后又立马赶赴珠海，成为了WTA珠海超级精英赛的全球形象大使。更夸张的是网络上还放出了她挺着大肚子在球场击球的视频。视频里虽然李娜从身形上已经可以很明显的看出怀孕，但是看起来对她击球动作没有什么大的影响。李娜先是来了一拍标准的反手击球后，在侧身正手的时候脚步稍显迟钝。事后李娜也笑谈打球视频，称并没有激烈地对抗，只是稍微活动一下手脚，毕竟离开球场这么久了，有点手痒也是在所难免的。也有网友开玩笑称娜姐这是在为宝宝做胎教。总之我们都希望娜姐能够顺利的生下一个健康的宝宝。



中级版：生完孩子也能继续夺冠—克里斯特尔斯

谁说怀孕是女子职业选手的生涯杀手？克妈告诉你怀孕生孩子都不是问题！克里斯特尔斯在2008年2月产下一女后，在2009年3月正式宣布重返职业网坛。而且在回归后就斩获了当年美国网球公开赛单打的冠军，而且是以无排

名的外卡选手身份在决赛中击败沃兹尼亚奇夺得第二个大满贯单打冠军头衔。这是大满贯比赛中首次外卡选手夺得冠军，也是1980年古拉岗后首位获得大满贯单打冠军的妈妈选手。复出的克妈夺冠脚步并未停止，在2010年克里斯特尔斯又斩获了5个冠军头衔，而且其中还包含另一座美网大满贯奖杯。2011年，

克妈从李娜手中夺下澳网冠军，也是她第四座大满贯奖杯。克妈的四座大满贯奖杯有三座都是在生完孩子复出以后得到的，她用自己的行动向世界证明了生孩子并不能成为限制女子球员职业发展的障碍，也许还会给你意想不到的惊喜哦。不知道娜姐会不会产生生完孩子复出的想法呢？

高级版：再也不能多等一天了—达文波特

在听说了中国有坐月子这一习俗后，美国大姐大吃一惊，说自己重新拿起球拍开始训练的时间是生完孩子两周后。2007年6月，31岁的达文波特才生下了一个儿子，两周以后就出现在球场上进行训练，仅仅一个月后，就宣布自己会参加当年8月的WTA二级赛的双打比赛。如果在中国，不仅在月子里出门很难想象，而且还在月子里去球场练习网球，这更是无法让国人所接受的了。但

是达文波特说自己在职业的巅峰时期遭受了怀孕的影响，但是生完孩子以后就迫不及待想要重新走上赛场啦！虽然在2007年生完孩子复出以后只参加了三项赛事，但是美国大姐给出了13胜1负的好成绩，战胜了3位排名在前十五的球员，并且斩获了两个冠军。8月的巴厘岛国际赛颁奖典礼上，美国大姐一手捧着奖杯，一手抱着自己的儿子，脸上幸福的笑容简直比获得了全满贯还要温暖。美国大姐生孩子夺冠两不误，真的是当之无愧的人生赢家！

