

排舞,与一群人的狂欢

在我们印象中,艺术者总是孤独的,摇滚乐手把爱藏进躁动的音符中,画家把孤独埋在笔尖勾勒的线条里,他们与你我产生交集的方式似乎总是单方面的表达与感染。作为一个舞者的陈丹萍却不同,不是孤独地站在高台,她进社区、走基层、带着广大职工学习排舞,不用华美的服装,一身便服也能随乐起舞,不用高雅的音乐,流行的乐曲也能编出舞蹈。她说:“排舞不分年龄、不论性别,是大众性、群体性的。人人享受舞蹈、分享舞蹈带来的快乐,才是排舞的真正意义。”



A “想让队伍走得更远更好”

笔者走进衢州巨化工人文化宫的练舞大厅,26位队员正拿着雨伞充当道具,在场中翩翩起舞,如一颗颗水珠,聚集、分散、合拢。陈丹萍身着一袭红色布裙,站在最前方,喊着节拍,挥动着手臂,似一位指挥家,行云流水地掌控着整支乐曲。

“这支舞叫《又见江南雨》,要参加接下来在开化举行的全国首届广场舞总决赛。”陈丹萍说,刚刚起步时只能学习别人的,后来自己选歌编舞,现在开始采用本土歌曲。这次比赛,陈丹萍选择了衢州学院老师毛文华创作的《守望同行》,“本地

原创的歌曲,更能展现衢州本土风情和文化特色。”

陈丹萍说,多年比赛下来老队员的功力基本成熟,但一个队伍要想长远走下去,新生力量才是关键。现在的每一支舞蹈里,她都安排老队员带着新队员,促使新队员的成长。

“一个队伍里既有练舞10多年的老队员,也有去年加入的新队员,这对训练来说无疑是相当大的挑战。”陈丹萍说。为了获胜,或许老队员是最优选择,但是陈丹萍的眼光不仅是在眼前的比赛,她说:“我想让这支队伍走得更远更好。”

B “喜欢排舞,喜欢这支队伍”

连续两个小时的排练,队员们都有些累了,坐在一旁的阶梯上边休息边闲聊。

队员刘女士住在市区,早晨7点就得乘公交车到巨化工人文化宫训练,被问到辛不辛苦,她一脸爽朗地说:“不辛苦,为了比赛,想和大家一起取得好成绩。”

曾经跳广场舞的付女士在加入排舞协会后感触颇深,“以前我们跳广场舞就是网上随便找个视频,下个音乐,跟着乱跳,到了这里,一切都规

范了,老大对每个表情、舞步、手势的要求都非常严格。”

“老大”是队员们对陈丹萍的称呼。多年来,陈丹萍领着大家,为共同的信念与荣耀,无怨无悔地努力。

“最开心的事就是和大家一起参加推广活动。”队员杨艳说。作为今年刚当选的全国广场舞推广大使,她要参加很多活动,各地大使的学习交流,会员户外沙龙,分会的交流,还有各种公益。工作外,几乎所有的时间都贡献给了排舞。



C “热爱生活的姿态,才是最美”

在陈丹萍的带领下,队员们演绎过各种形式风格的排舞,优雅婉转的《太湖美》宛若雨后点水的蜻蜓,飒爽英姿的《牧马人传说》带来一阵辽阔草原的豪爽,轻盈飘逸的《印象西湖雨》如落于人间的九天仙女出仙宫的缭绕,给观众带来美的享受。

这支队伍里,年龄最大的已经64岁,窈窕的身姿,轻盈的动作,活力的表情让笔者一瞬间无法分辨她的年龄。时光或许会在眼角添加鱼尾纹,或许会让肌肤不再光滑,但是那从内而外散发的活力,那种热爱生活的姿态,才是一个女人最美丽的元素。

“在学习排舞之前,我都没想到自己也能跳这么美的舞。”61岁的队员付女士说,“现在,我真的是非常开心,家里人都说我更年轻了。”

为了准备全国广场舞总决赛,陈丹萍带领队伍集训已经持续了近两个月。“我们的目标当然是取得最好的成绩,但是只要努力了,结果并没有那么重要,最重要的是大家开心,尽情体会舞蹈带来的快乐。”陈丹萍说。(通讯员 王雯丽)

短消息

@衢州

关键词:五子棋

本报讯 日前,衢州市第二届体育大会暨五子棋比赛拉开帷幕。本次比赛以各县(市、区)为单位,分别设立男子个人、女子个人和总团体三个组别,来自6个县(市、区)的六十多名选手展开激烈角逐。

此次比赛特别邀请了浙江省省队五子棋教练徐永伟担任主裁判。赛前,徐教练针对衢州地区选手的棋艺风格,一一耐心指导点评,并现场设置了五子棋常见的一些僵局,与选手们展开互动。赛中,本着“切磋棋艺,以棋会友”的原则,选手们一个个沉着冷静、聚精会神,认真下好每一步棋,充分展现了运动们的优良素质和良好的竞技状态。

@常山

关键词:砂板乒乓球

本报讯 日前,常山县乒乓球协会举办了一场别开生面的砂板乒乓球比赛。比赛中运动员你推我挡,大力扣杀,享受砂板乒乓球带来的乐趣。

砂板是近两年来国际上流行的新型乒乓球拍,在木板上粘贴蓝色砂纸制成,不需要胶皮和海绵。砂板球拍既有乒乓球的速度和技术,又返璞归真,打起来铿锵有声,是适合初学乒乓球者和中老年人的一项健身活动。为了推广砂板乒乓球运动,常山县乒乓球协会特地举办了这场比赛,旨在让广大喜爱乒乓球的市民来体会砂板乒乓球带来的快乐。

衢州有个科普“健康”的主题公园

本报讯 日前,70多岁的市民张大爷早早来到位于衢州市区荷花五路市民健身公园东侧的“健康主题公园”,与园内的其他老年人在休息廊道一边闲聊,一边欣赏健康教育宣传栏里的公民健康素养知识。

这是衢州市区首个开门迎客的“健康主题公园”。笔者循着标志牌走进公园,沿着“健康步道”漫步,只见步道两旁都设有大石块,上面标有“你已步行100米,约167步,消耗热量5.56千卡”等健康提示内容。

“200米!300米!加油,很快就走完500米啦!”“健康步道”上,笔者看到一对父母正一边点算步数,一边鼓励身边的小孩努力向前走。不远处将球类健身场地上,一群年轻人正在打篮球和网球。

公园醒目处,配有4块健康教育宣传栏、10块健康指示牌和休息廊道等。宣传栏上的内容以合理膳食、适量运动、戒烟限酒等健康理念为主。沿路的健康提示石则向大众传达“勤洗手、讲卫生”“控油限盐、远离烟草”等健康生活方式。

正在公园内休息的李奶奶坦言,她

住南区,自该公园开园以来,几乎每天都要到公园里散步,“‘健康主题公园’很实用,沿路的这些健康提示,让我们知道怎么科学合理运动。”

“健康主题公园”是衢州健康教育和健康促进方面的重点精品工程。据了解,该市下一步将继续扩大建设成果,合理选择市民步行、健身聚集地段,增加建设健康支持性环境,广泛宣传健康核心信息,力争通过“健康主题公园”的示范效应,积极倡导市民养成健康的生活方式,提高全民健康水平。(通讯员 柯榕)

全市排舞精英齐聚 跳出幸福欢乐节拍

本报讯 日前,“最美衢州”衢州市第四届排舞大赛在市区南湖广场举行。全市12支入围排舞队亮相舞台,轮番献艺。

排舞大赛是衢州市“中国梦想最美衢州”系列活动的重要内容和品牌项目,自2013年起已连续举办四届,深受群众欢迎,风靡城乡社区。据不完全统计,全市各种排舞队伍超过5000支近20万人。

据悉,为了让人民群众有更多的获

得感和幸福感,衢州市委、市政府加快了幸福衢州和文化强市建设的步伐,坚持以文兴业、以文化人、以文惠民,大力推广排舞、村歌等健康向上的群众文化活动,不断丰富群众的精神文化生活,让人民群众切身感受到幸福衢州建设带来的变化和红利,激励人民群众以更加昂扬的状态投身建设美丽幸福家园。排舞,在三衢大地,已不再是单纯的健身舞蹈,

更是一种奋进的足音,跳出的是幸福节拍,凝聚的是追梦力量。

在近两个小时的比赛中,各支代表队先后登场。激情的舞曲,优美的舞姿,观众陶醉在风格各异的舞蹈画卷里。经过激烈角逐,最终柯城区荷花街道大南门村排舞队、江山市文化馆老年排舞队、常山县文化馆老年排舞队和江山市碗窑乡凤凰村排舞队获得大赛金奖。(通讯员 徐双燕)