



衢州体育报

中日韩举重友谊赛落幕。衢籍选手表现优异，回到家乡的他们，成为了赛场中的焦点——
赛场边，倾听他们的故事

江山毛倩倩：回家比赛很放松

毛倩倩是江山人，此次在老家比赛，有江山少体校校友们的加油助威，让她感到很轻松。

当天的比赛，首先进行的是女子组48公斤级比赛。首轮抓举中，毛倩倩第一次试举就选择了远超对手的72公斤。她自信地走上举重台，深呼一口气，两足分开站立，双手握杠上提，所有动作一气呵成，三盏白灯同时亮起，成绩有效，试举成功。

毛倩倩获得的是此次比赛的第一枚金牌，也是江山籍运动员在国际赛场上收获的首枚金牌。赛后毛倩倩表示：“这次是一场友谊赛，以交流、学习为主。”赛场上，她还结识了一位来自韩国的同级别举重选手，两人还说好互赠比赛服装留作纪念。

听说毛倩倩要回江山比赛，毛倩倩的妈妈和亲戚从江山市淤头镇赶到现场。“很高兴她取得好的成绩。”毛倩倩

的妈妈欣慰地说，小时候女儿吵着要学举重，家里不舍得她小小年纪就开始辛苦训练，起初确实不支持，不过毛倩倩用实力证明了一切。

“平时都在杭州练习，一年只回来两次。但她回家总要叮嘱邻居，不要告诉我举重很辛苦之类的话，怕我听到这些话会流泪。”毛妈妈感慨，女儿这次回江山参加比赛，都不能回家吃顿饭，所以她就赶到赛场来了。

柯城沈霄霆：友谊第一比赛第二

当天下午，男子组56公斤级比赛开赛。来自衢州市柯城区的沈霄霆表现突出，在抓举和挺举比赛中都以开把成绩“秒杀”日本和韩国的参赛运动员，并以抓举115公斤、挺举140公斤，总成绩255公斤的成绩夺冠，远超第二名。

“参加全国举重冠军赛刚结束一个月左右的时间，刚刚放完假，自己身体也还在恢复期，这次比赛并没有发挥出全部实力。”沈霄霆坦言，自己腰伤还未恢复，所以开把超出其他参赛选手后，他也没有进行后面的几次试举了。“友谊第一，比赛第二。”他笑说。

赛后聊起举重，沈霄霆说，小时候自己是个“力量型”的小胖墩，个子不高、圆头圆脑，那时跟着开围棋社的舅舅学围棋，一次跟随舅舅到开化的时候，被同样喜欢围棋的朱云儿教练（原开化县少体校校长、两届奥运会冠军占旭刚的启蒙教练）看中，便跟他学起举重。

“2003年7月13日，我还清楚记得第一次正式练习举重的日子，练习的时

候感觉很好玩。”沈霄霆说，那时候每涨1公斤可以得到一个新玩具，后来长大了才慢慢体会到举重的魅力。“每个举重运动员都不知道自己的极限在哪里，现在每涨1公斤都是在挑战自己的极限，很兴奋。”

举重训练非常辛苦，沈霄霆身上留有多处“伤痕”，尤其是腰椎间盘突出，其它多种腰上的毛病他都有，但他忍住痛，坚持刻苦训练。

“去年的全国男子举重锦标赛上，我以抓举125公斤和挺举150公斤的成绩获得第7名，那是我的最好成绩。”沈霄霆说，接下来，他将全身心投入训练，备战明年的全运会。

（通讯员 祝春蕾 郑积亮 毛武俊）

退休阿姨不甘寂寞 用舞蹈诠释美好生活

“国韵辣妈”，这个既古典又洋气的名称，是18名平均年龄55岁的衢化街道的阿姨们给自己舞蹈队取的队名。伴随着优美的乐曲声，她们迈着轻快的步履，展示出飘逸的舞姿，不时挥舞着手中的扇子，一个转身，露出俏皮的模样。

因为热爱运动，岁月没有在她们的身上留下太多痕迹，反而让她们闪耀着明艳动人的青春光彩。

与舞结缘，生活充实

今年64岁的谭菊梅是舞队中年龄最大的阿姨，通过跳舞让她认识了很多新朋友，身子也越来越硬朗。“不为别的，就是图个健康，原先经常有贫血、头晕的状况，现在都好转了，而且越跳越年轻，越跳越带劲。”谭菊梅

笑着说，“现在每天跳舞，有事做，生活更加充实。”

谭菊梅是在十多年前偶然看到好朋友排练舞蹈，被优美的舞姿吸引，于是一发不可收拾地跟着学了起来。自此以后，跳舞成了谭菊梅业余时间最爱

的运动，“舞功”进步很快。

自从参加国韵辣妈表演队后，退休在家的谭菊梅每天都变得很忙碌，周二、周四在舞队排练，其他时间不是随着舞队一块参加比赛，就是跟着舞队演出。

跳出健康，舞出快乐

付伟曾是公司职员，孩子常年在海外，家里只有她和老伴两人。别看她近60岁的年纪，却拥有20多岁的身材，浑身上下洋溢着活力。

以前上班时，付伟常常会在业余时间去电大学习跳舞。退休让她一度感到心里空落落的。经朋友推荐，付伟进

入了舞蹈团队，并参加了队里的训练、比赛和演出，全身心地投入到排舞中。“坚持每天跳舞一小时，健康快乐一辈子。”付伟经常这样说。

“跳舞不仅能养身，还能让我感到无比自豪。多次参加市里的公益演出，带给市民更多的视觉美感，那是一种很

美的享受。”多年来，付伟与队友们结下了深厚的友谊，大家彼此都成了好朋友，生活上互相关心，互相帮助。“排舞不但能放松心情，舒缓紧张的情绪，多次参加市里的演出也有很多感触，我们的排舞得到了很多市民朋友的喜爱，我觉得很有意义。”（通讯员 郑晨文）

每天清晨，在衢化北公园里，一位慈眉善目、身姿挺拔的老人都会准时来练武，不时还辅导着前来练功的“武迷们”。他就是衢化安装社区家喻户晓的“武爷爷”——88岁的俞志宏。在衢化，有不少跟着他学功夫的武迷，每次他总是笑脸迎人，分文不取，一教就是十几年。

1995年夏天的一个清晨，“武爷爷”正教小胖子练功夫，可能起床太早了，小胖子边练边打哈欠。这幅举手得来的照片当年还在亚太地区一次摄影比赛中获奖。时隔21年后记者重返此地，在老地方又看了这位“武爷爷”。

俞老是东北人，1958年来到衢化。作为浙江安装公司的一名起重工，他在化工城已经工作生活快60年。

在繁忙的工作中，俞志宏从不忘自己的武术爱好。只要不下雨，俞老每天都会去公园习武，他的少林拳、罗汉拳和黑虎拳打得颇有家风范，面对前来慕名拜师的，只要人品好，他都会传艺。俞老说，他带过的弟子都有好几百个了。“我之所以义务教授大家，也是希望老祖宗的东西能够传承下去。同样，习武练出了我一身好身体，人家真不相信我快90岁了，还坐如松，行如风。”俞老高兴地说。（通讯员 鲍卫东）

公园里有个88岁的武爷爷