

球场上的常青树 一生挚爱 不舍停歇

86岁浙大老师 70年排球生涯



二十多年前,浙江大学发起全国大学生篮球联赛(CUBA)时,为大学生设计的人生是:每天锻炼一小时,健康工作四十年,幸福生活一辈子。按这个标准,1953年毕业的浙大学生张振强是个完美典型。



A 排球是“真爱”,球龄70年

提起浙江排球,大多数人都会想到奥运冠军周苏红、浙江男排主帅王贺兵等,但论资排辈,他们要尊称张振强一声老前辈,张振强的排球生涯已经70年,而且还在稳稳地延续。

张振强从小就对体育着迷,小学和初中称霸乒乓球台,1946年上高一时,迷上篮球和足球;高二开始打排球,三大球都是校队主力。篮球打前锋,足球当门将,排球场上,他的位置是头排中。

这位置有点怪吧,对了,那个时候,排球是9人制,9个人分成三排,位置固定,只有发球轮换,发完赶快回到自己位置。

头排中,就是第一排的中间,相当于现在的二传。那时候中国男人平均身高1.60米左右,球网比现在低20多厘米,身高1.71

米的张振强有时候打主攻。

上世纪五十年代的运动员都文武双全。张振强三大球和乒乓球都有两下子,学习成绩也十分了得,最终他选择了浙江大学机械系,成为新中国第一代大学生,也是第一代大学生排球运动员。

张振强在浙大校队当了一年替补,第二年9人制排球改成6人制,他是替补二传。当时浙江组建省队参加在上海进行的华东区比赛,浙大有6人入选。此时的张振强已是绝对主力,但由于学业繁重,学校不肯放行,因为国家急需人才,张振强大三就提前毕业留校任教。

没有走上专业排球道路的张振强,留在浙大机械系当老师,把排球当成自己一生的爱好,多年来一直是浙大教工队主力。

B 转攻气排球,照样乐此不疲

从高二算起,张振强的排球生涯已达70年。70年沧桑,从当初的9人制到后来的6人制,13年前张振强又开始打起气排球。

岁月流逝,张振强说自己也改了不少。人不可能逆天,慢慢地,他发现自己跳得没那么高,跑得没那么快了,年轻时的争强好胜、决不服输,变成了现在的顺其自然。

2003年一次偶然机会接触气排球后,张振强发现了新大陆,找到了新组织,先是与老朋友一起参加杭州西湖区的气排球队,参加杭州市联赛夺冠,代表杭州参加全

省比赛又所向披靡。

2009年国家 and 老年体协出台规定,男子70岁以上不能再参加正式比赛,他转向社区联谊为主的气排球场。

现在每周二、周四上午,他准时出现在省全民健身中心,平时骑车来往,雨天公交车出行,风雨无阻。那是一支男女搭配年龄参差不齐的球员,最小的50出头,最大是他,86岁,队友都亲切称他张教授。

他还能跳,还能扣,还能拦,岁月好像没有在他身上留下太明显的痕迹,脸上没有一点老年斑。

C 年轻比“三高”,如今是比“三低”

张振强总结的驻颜术,第一当然是排球,70年的坚持,让他思维敏捷、身手矫健,他自豪地说,身体比小十多岁的人还好。

第二是有规律的生活。早上起床前半小时手指梳头、几个穴位的自我按摩。不打球的日子,每天至少一小时的散步。

对养生,张振强也有一番心得。最近十多年来,他和老伴早餐都是八宝粥,说是八宝,其实最多达到十六宝以上。五谷杂粮加红枣、银耳、白果、山楂、枸杞等。这是他和学医的老伴共同琢磨出的养生宝典。

张振强说,多年以排球为主的体育锻炼和最近十多年来的养生经验,是保持活力的外力,内力是良好的心境。别把太多的事情放在心上,要知足长乐,让烦恼随风而散,是张振强的处世哲学。他饮食清淡,与人为善,淡泊名利,与世无争。

“年轻时比的是三高,学历高,收入高,职位高,谁高谁就厉害。年老时比的还是三高,高血脂,高血压,高胆固醇,谁低谁厉害。我现在那三高一个不沾,排球生涯还没到退役的时候。”

(通讯员 蒋升 吴鹏)

皑皑雪场就是她的诗和远方
兰溪姑娘从经济学硕士
变为欧洲滑雪教练

奥地利蒂罗尔坐落在阿尔卑斯山的心脏地带,是阿尔卑斯高山滑雪的发源地、世界级滑雪冠军的摇篮。在这样一个冰雪运动圣地,有一位兰溪姑娘,通过自己的努力,成为第一位持有奥地利蒂罗尔教练执照的华人滑雪教练。



从业余到专业

兰溪妹子成获欧洲执照的华人滑雪教练

徐妍,是土生土长的兰溪人,她是德国马尔堡大学金融经济学硕士学位的高材生。在从事滑雪教练以前,徐妍已在德国法兰克福德意志银行工作多年,有稳定且不菲的收入。不过,向来喜欢挑战自我的她并没有满足现状,自从第一次在阿尔卑斯山接触滑雪后,她就深深爱上这项极具挑战的运动。

“去了那以后,我就一发不可收拾地爱上滑雪。因为痴迷,所以也学得很认真,很快就从业余水平达到专业水平。后来我就去参加教练的培训和考核,最后很幸运通过考核,拿到了教

练执照。”徐妍说。

据了解,从业余到专业,徐妍是第一个持有奥地利蒂罗尔教练执照的华人滑雪教练。这个荣誉,就连从三岁就开始学滑雪的蒂罗尔当地人看来,都是难以想象的。但徐妍凭借自己的努力,完成了外人看来不可能的转变,这也让她感到非常自豪。

“因为我每到一个雪场,别人看到我第一句话就问:你是日本人吗?然后我每次都会纠正:我是中国人。”徐妍说,在六七年以前,在那边山里的雪场,中国人确实很少,现在则越来越多了。

准备回国做考察

在中国成立专业的滑雪培训学校

在阿尔卑斯山中生活的这几年,徐妍滑遍上百个欧洲雪场,她对阿尔卑斯山区的雪况、设施、气候了如指掌。在徐妍的带领下,越来越多的朋友从滑雪“菜鸟”变成狂热粉。

事实上,从高中开始,徐妍就充分展现出了她这方面的兴趣和天赋。初中毕业后,徐妍顺利考入兰溪市第一中学。高中时的她,觉得最有劲的课程就是数学和地理。

“数学老师幽默风趣,为我日后良好的数学功底奠定了扎实的基础;地理老师给我们展示了一个精彩的天文地理世界,那时就为我埋下了环游世界的小愿望。”兴趣是最好的老师,再加上电影《茜茜公主》中描绘的有关阿尔卑斯山的一切,也给徐妍留下了深

刻的印象。

2004年底,徐妍终于实现了自己的梦想,来到了德国。如今,她不仅是奥地利谢菲尔滑雪学校的副校长,同时也是中欧雪上运动协会CESS e.v的创始人。接下来,她打算将自己在欧洲学到的滑雪理念带回国,致力中国滑雪事业的发展。

“现在中国有很多专业滑雪产业、机构,或者相关部门在联系我,所以明年雪季结束以后,我会回国做一个考察,我会在国内成立专业的教学培训学校,包括培训中国滑雪教练。”徐妍说。(通讯员 何贤君 林剑超)

