平均年龄54岁,身段却不输少女

嘉兴有个文艺队舞出不老青春

舒缓的音乐、轻盈的舞步、变换的队形……连日来,在嘉兴市南湖区农翔社区服务中心的舞蹈室内,社区文艺队的队员们正在忘我地排练。

平均年龄54岁 练舞的激情不输少女

走进舞蹈室,落地玻璃、移动音箱映入眼帘,十几名身着红色旗袍的阿姨们正跟随着音乐的节拍,舒展双臂,扭动腰胯。一曲《月亮升起来》作罢,又是一曲《水乡新娘》,那轻盈的步伐、妙曼的身姿,尽展了女性的神韵与风采。

“平时我们一般每天跳两小时,遇到有比赛需要集训,经常一练就到天黑,好几次都误了吃晚饭。”文艺队队长杜建凤说,不管刮风下雨,队员们从来都不会缺席。

“队员里最大的今年64岁,最小的51岁。”杜建凤说,别看队员来自各行各业,且大部分没有舞蹈功底,但大家对舞蹈却都有一种执着,从身体舒展训练到比赛舞曲反复练习,从舞蹈动作到每个表情,都在互相探讨中一点点变得规整、专业。

2015年组队以来,队员们前往江苏、安徽等多地参赛,拿到过不少好成绩。

以舞会友成“亲姐妹” 集体原创表演节目

“最初是我一个人在小区广场上跳舞,跳着跳着,不少喜欢跳舞的人都跟着我一起练起来了。”杜建凤早年有舞蹈、走秀的功底,退休后就重拾爱好。从1个人到5个人,再变成10多个人,文艺队的队员越来越多,也开始走上了规范化。几个月前,农翔社区的相关负责人得知文艺队一直在室外排练,便为他们提供了社区三楼的排练室作为文艺队的固定活动场所。

安了“家”,文艺队的队员们热情更高涨了。“从文艺队成立至今,我们队员们自创了好几个走秀节目和舞蹈节目。”杜建凤说,如今文艺队已经在周边小有名气。“既然成立了模特队,咱就得走出个样子给大伙儿看,从服装造型到走路姿态都要向专业的靠拢,不能让别人笑话!”杜建凤笑着说。

看似简单的台步,练起来其实一点也不轻松。刚开始排练时,由于队员们岁数大,胳膊腿不是很灵活,站的时间稍微一长就开始酸痛,不过,艰苦的训练从未击倒过任何人,反而让大家的信心更加坚定。摆胯、提胯、挺胸、手臂摆动,队员们坚持把每个动作做到位。经过长时间的训练,如今,队员们往那一站,就是一道风景。

队员们除了一丝不苟地刻苦排练,还毫无怨言地自掏腰包购买服装。“加入文艺队以前,我们的生活都很单调,每天买菜做饭看孩子,以为这辈子就这么过下去了。现在多好,每礼拜都到社区里排练、演出,穿上漂亮衣服化上妆,感觉自己又年轻了一回!”队员们纷纷表示,自从加入老年模特队,退休生活变得更加丰富多彩。

(通讯员 沈烨婷 郁馨怡)

武林争霸

日前,第四届“龙之武”功夫争霸赛暨“踢王决”世界跆拳道联赛王位争夺战选拔赛在衢州市体育馆落幕。本次比赛共有来自衢州、金华、江西、福建等地的共20家跆拳道馆、1000多位运动员参加了武术、散打、跆拳道品势、竞技等项目角逐。

(通讯员 王 猛 文/摄)

提升群众凝聚力,发展体育文化

一场运动会,让这个小村庄“全村总动员”

用自行车载豆子、比比谁的钩花更快更好,器乐、舞蹈、歌曲等文娱节目轮番上演……这些都不是专业的运动员或演员,而是由近300余名村民参加的“运动会”。

近日,绍兴上虞区吕家埠村举行了一场“特殊”的体育文化节。以“美丽新农村 健康吕家埠”为主题的首届“乡贤杯”体育文化节开幕。开幕式上,吕家埠村村民展示了本土文化元素和多种形式的文体表演,如非物质文化遗产小敲和绍剧、排舞、武术等等。开幕式后,还分别进行了学校亲子运动会、村校联谊运动会和村片全民运动会。

一个小村庄办起了“大”活动,这背后有什么秘诀?不妨走进这个村去瞧一瞧,探一探背后的故事。

走进吕家埠村,只见这几年随着“五水共治”和“三改一拆”的工作顺利进行,这里河水清澈,道路整洁,小村庄已经换新颜。来到村史馆,这里陈列着非物质文化遗产小敲,以及吕家埠村的历史。说起非物质文化遗产小敲,也是举办此次运动会的原因之一。

吕家埠村党总支书记吕灿良介绍,吕家埠村历史文化悠久,1938年,吕家埠村成立了虞北地区第一个党支部,吕家埠村的小敲更是作为国家、省级非物质文化遗产保留下来。“举办这样的活动更是为了挖掘和继承我们的历史文化。越来越多年轻人已经忘记了小敲,体育文化节后我们打算举行小敲的传承仪式。”

说起吕家埠村举行运动会,这和它对体育的重视密不可分。

“村里投资了1500万元,用于道路和基础设施的建设。”吕灿良说,这是为了提升精神文明建设。“一到傍晚,我们村都是走路和跳舞的人,很多村民来和我说,村子里需要跳舞和健身的场地,百姓有需求,那么这就是我们工作的动力。”

刚修建的篮球场、配套的健身器材、健步道……这是吕家埠村交出的答卷。村民罗先生笑着说,举办这样的体育文化节,让邻里之间关系更好了,也让他们对自己的村庄有了更多的获得感,生活在这里,幸福指数更高了。

“贯彻落实十九大精神,提升群众的凝聚力,发展体育文化,挖掘贴近适合农民的运动,这是我们的初衷,也是我们发展的动力。”吕灿良说道。

(通讯员 金爱丽 朱银燕)

编读往来

丽水王先生:前几日去莲都区丽新畲族乡看到一群国际友人和当地乡民一起载歌载舞,体验当地民俗体育,觉得很有趣,想了解一下,这是什么活动,怎么会吸引来那么多国际友人呢?

小编:日前,“醉美莲都,与世界共享——驻莲外教乡村采风行”一行走进了丽新畲族乡开展了乡村采风活动,领略生态景观及民族风情。

咸宜村位于莲都区西部,丽武公路沿线,4A景区东西岩西侧,距市区26公里,这里山水秀美、空气清新,有着畲族特色的民俗文化,是少数民族畲族聚居地。在这里,外教团一行在观完村貌之后,还体验了一把由村文化礼堂带来的精彩歌舞表演以及竹杠舞等进行互动,对竹杠舞赞不绝口。据悉这些外教老师来自瑞典、美国、波兰等国。

通过采风活动体验莲都畲族民俗文化,增进了与村民、游客们之间的交流,通过外教们的视角去发现和传播莲都的畲乡特色之美,提升了“秀山丽水、画乡莲都”的知名度、美誉度。

(通讯员 钟兰俊 文/摄)