

别人眼里的“倔强少女” 田径场上的七项全能冠军 杜佳妮:不断磨炼只为寻求突破

本报记者 郦琪琛

近日,2017全国田径大奖赛(淮安站)落下帷幕。作为天津全运会积分赛,场上云集了国内许多高水平的田径运动员。其中,来自海宁的田径选手杜佳妮在本次大奖赛中夺得了女子七项全能的冠军。



“倔强少女”初长成

或许很多人对这个田径赛场的新星感到陌生,而熟悉她的人,则称她为“倔强少女”。杜佳妮的妈妈曾极力反对女儿走上运动员这条路,原来,杜妈妈也是一位运动员,曾创造过海宁市中小学生运动会上的短跑纪录,曾经参加过集训的她深知体育竞技的辛苦。不过,她最终也没能拗过女儿,“她下定决心的事情,肯定会去做,会去完成,自小就是这个性格。”杜妈妈有些无奈,“不过现在看来,她的执着和付出是对的。”

杜佳妮的启蒙教练、海宁市少体校老师吕正江回忆,来市区训练不久后,杜佳妮参加了海宁市里的一场田径比赛。当时9岁的杜佳妮与其他参赛运动员相比年

龄较小。在女子400米第一轮比赛中,杜佳妮拿到了第三名,要强的姑娘当时竟抹起了眼泪。“她当时很难过,觉得自己怎么会输。”吕正江说。在接下来的第二轮比赛中,杜佳妮一鼓作气,拿到了第一名。当时,吕正江就被这个“小鬼”的实力和倔强给震撼了。

跟随吕正江训练的4年多里,杜佳妮从未松懈过。早上7点不到起床,7点15分吃早餐,然后上课,傍晚4点到5点半左右训练,6点以后上晚自习。这四年的基础训练给杜佳妮打下了扎实的功底。2012年,她在一次比赛中被曾是我国七项全能名将沈盛妃看中,随后就到省队进行训练。

羽翼渐丰终有时

翻开杜佳妮的履历,你会发现不少惊喜。这位1999年出生的小姑娘,曾获2015首届全国青年运动会女子七项全能银牌、2016全国田径大奖赛女子七项全能亚军、2016亚洲青年田径锦标赛冠军等荣誉。

2017全国田径大奖赛(淮安站)的比赛,杜佳妮的成绩是5578分——要知道,这个成绩不仅领先了第二名200多分,更将她自己的最好成绩提高了300分左右。“身体条件优秀,心理素质过硬,是一颗好

苗子!”这是昔日的亚洲女飞人,如今的浙江田径队领队张彩华对她的评价,“这些年看着她一步一步成长起来,希望她能为浙江撑起七项全能这个项目。”

现在,杜佳妮已经是一个身高1.78米的大姑娘了。在一次次比赛中磨砺的她正在不断突破。接下来,她将参加今年5月份举行的全国青年锦标赛,而后则是更大的挑战——全运会。对于她而言,挑战一直在路上,而她享受这样的过程。

爱打太极不稀奇 爱打又爱教的可不多 嘉兴“平老师”上门授拳不收钱

本报记者 马超文/摄

爱打太极的人很多,但是把太极拳当做自己退休后又一事业的人并不多,平培洁就是其中之一,她除了每天早上去公园打太极拳外,每周都要带着自己的团队走进社区,零距离地教授老年人太极拳。

今年52岁的平培洁退休前在学校工作,从第一天学习太极拳开始到现在,只有4年时间,不过,她对太极拳的热爱并不能单用时间来衡量。虽然拳龄不长,但平培洁已经是“太极乐养”组织的法人代表,这个以推广太极拳为宗旨的民非组织是经当地民政局注册、备案的合法社会组织。平培洁喜爱太极,也想让更多人,特别是老年人喜欢上太极。

说起练太极,实属巧合。临近退休前的平培洁工作清闲,突然从忙碌的工作状态转换到轻松模式,让她一下子很难适应,用她自己的话说就是“天生劳碌命,停下来就不知道干嘛

了。”一次偶然的机会,嘉兴市体育部门为了推广全民健身,在她家楼下设点招收太极学员,免费为有兴趣的市民提供教学服务。那天,买菜回家的平培洁看到自己的一位邻居刚好在广场上询问报名事宜,她也好奇地凑了上去,这一凑就把自己“凑”进了武术圈。

练习太极拳让原本闲得发慌的平培洁一下子有了事情可做,这一做还做出了名堂。因为年纪相对于别的学员较年轻,平培洁学得很快,同班的拳友经常来找“成绩”最好的平培洁,这让平培洁感受到了除了太极拳本身以外的乐趣。“能把自己学到的东西和别人交流挺有意思的,在帮他们纠正动作时,自己也能更好地掌握套路要领,更重要的是还能让大家更亲近。”也是那时起,平培洁萌发了教授太极拳的想法。

平培洁执行力很强,想到什么就

要做什么,在她和几位伙伴的努力下,“太极乐养”这个组织诞生了。组织成立了可不能只是个空壳,平培洁担任法人,几位资深拳友担任骨干,每周由团队里志愿者组成的教学队伍会走进社区,让那些年长的老人在家门口就可以学习到太极拳。享受教学过程的平培洁教起老人来可谓乐此不疲,只要有需要,哪怕地方再远,她都会赶去上课,从不间断。“老人打得好不好并不重要,重要的是让他们动起来。”平培洁很能理解老人们的想法,“把他们组织起来,又不用麻烦他们赶远路,这样就打消老人们的后顾之忧。”

如今在平培洁团队教授下学习太极拳的老人已经多到上百位,他们都亲切地叫平培洁为“平老师”。而平培洁对自己的事业并没有太多野心:“对今后也没什么特别的想法,只要能踏踏实实地教感兴趣的人学拳我就知足了。”

