

阮赵树：“棋情”燃烧的岁月

枕着火车声声，童年时期的阮赵树在“铁路世家”渐渐长大，老父亲、兄长们下棋的场景在他的记忆里泛起了层层涟漪……阮赵树，出生于1971年，是金华不折不扣的“围棋高手”，也是金华围棋协会的副主席。这个与围棋结下几十年缘份的汉子。回眸过去的“棋情”岁月，曾激情燃烧、孤独求败，也曾闭门造车、左右互搏。

好奇：数学课堂，围棋一词首次入耳

近日，阮赵树回到老家诸暨，与初中同学、老师相聚，整整三十年过去了，大家对最后一次分别的印象都已成碎片，但他仍记忆犹新，“我对数字比较敏感，也很重感情。聚会当天，我们回忆了很多，印象比较深刻的当然还有围棋……”一场菁菁校园的难忘记忆仿佛重新被激活。

阮赵树说，初中时的一堂数学课上，钟光明老师生动形象地与大家分享了“围棋新鲜事”——当年10月，中日棋界发起首届中日围棋擂台赛。同学们对这前所未闻的体育事件尤感茫然，但又似乎充满了神秘感。没有更多的途径可以获得相关信息，却也挡不住这群

熊孩子们的好奇心。阮赵树和同学们经常向数学老师提出有关围棋的“十万个为什么”。慢慢的，他们了解了围棋常识以及马晓春、刘晓光等围棋名人。

初识围棋后，这帮对围棋产生兴趣的同学开始“无中生有”，英语课上，他们用英语本子画围棋格子，

一人下一步，互相传阅，不亦乐乎。“我们那时很调皮，英语老师实在管不住我们，这就是我们当年围棋的‘课堂交流’。”46岁的阮赵树回忆起15岁左右的围棋小时光，饶有兴致，“自从接触围棋后，觉得它比象棋更具有吸引力和魅力，便痴痴入迷。”

好胜：驰骋赛场，成“最强守门员”

1988年5月，阮赵树成为铁路部门的一名正式工，并从诸暨车务段转到金华车务段。当年12月，阮赵树参加义乌市段位赛，轻松获得业余初段。1990年，他又参加义乌市围棋十强比赛，顺利进入十强。“同年12月，聂卫平、刘晓光来义乌开展围棋指

导，我请刘晓光在我的段位证上签名，感觉特别荣幸。”

“但铁路部门类似部队，管理较为封闭，严格，所以我们与外界交流不多，我们铁路内部也有围棋圈。我也常常一个人摆棋盘，闭门造车，左右手互搏，那几年，我的围棋水平进步非常快。”阮

赵树回忆。直到1996年，他才开始与义乌、金华的棋友开始下棋交流。

而立之前前后，阮赵树驰骋棋场，追求胜负，频繁参加义乌、金华、丽水以及省级赛事。在连续两年参加丽水的对抗赛中，成绩为八战七胜，成了大家口中的“最强守门员”。2008年，他

又获得金华市全运会围棋比赛冠军。

好尚：精耕棋协，推广普及

不惑之年之后，阮赵树不再执迷于输赢，而是更多考虑、思索围棋背后的深层次问题。上世纪九十年代末，他开始参加义乌棋类协会的一些公益性工作。

2014年2月1日，义乌棋类协会改选，阮赵树众望所归担任协会法人、常务副主席。近年来，协会每年组织各类活动30多场，其中，省级活动5场左右，国家级活动1—2场，而在弈友之家、韩国烧烤店等场地的小型活动每周一次。

“围棋，这项古老的智能运动要成为社会现象，并将其国粹魅力发扬广大，就要更多地从发展围棋文化入手，以棋会友，促进棋友的感情交流，

而不仅仅停留在竞技方面。”为此，阮赵树从未停下奔波的脚步，不断交流平台，挖掘围棋人才，致力全民参与。2015年4月举办的第二届全国上市企业围棋邀请赛，有来自全国各地爱好围棋的37家上市企业董事长以及外国棋友近200人，聚集义乌。2017年4月举办的2016年全国网络智力运动会浙江赛区晋级赛，咪咕文化等新媒体公司纷纷参与……

阮赵树认为，目前整体围棋氛围都非常好，当下最让他牵挂的是如何建好传承围棋的梯队。据统计义乌每年的围棋培训人数就有6000多人，“这项事业光靠我们这代人的力量远远不够，我们的工作也永远做不

到头，我也希望能有更多的年轻人加入到其中，我自己也会坚持下去。”阮赵树充满信心地说道。

（通讯员 徐佩玲）



坚持训练控制饮食塑造肌肉线条美感 衢州“金刚芭比”诠释力与美的最佳融合

本报记者 薛原



健美达人徐雅琪曾是一个娇滴滴的柔弱女孩，细胳膊细腿。这位活泼开朗的“90后”衢州姑娘笑言，校园时代的自己，连闺蜜看到她都会有一股满满的保护欲，如今却被朋友戏称为“金刚芭比”，这样的反差萌颇具一点“传奇”色彩。

其实，徐雅琪小时候练过体育，虽外表柔弱，但身体平衡感和反应的敏捷度都不错，唯独缺乏力量。3年前开始练健身健美之后，身体肌肉开始慢慢凸显出来。谈起这个变化，徐雅琪直言一开始确实有些不适应：“女孩子都喜欢自己小家碧玉似的，怕练了健身健美变得‘五大三粗’起来。”不过，入门之后，徐雅琪逐渐爱上了这个项目，决定将其作为自己的事业来发展。

徐雅琪告诉记者，练健身健美的难度在于控制饮食、塑身减脂，对于从小就是“吃货”的她来说非常不容易。“有舍才有得，我为了健美，放弃

一部分美食不过是一点小代价罢了。”在今年的衢州市健美健身锦标赛中，徐雅琪大包大揽，独获健美混合双人、女子健体、女子健身、女子健身比基尼A组，四项桂冠，成为赛事名副其实的荣耀王者。谈到健体小项与健美小项之间的区别，徐雅琪说得头头是道：“健体小项一般重在展示完美的身体和肌肉曲线，要求肌肉均匀对称；而健美小项则需要全方位展示，正面肌肉、侧面肌肉、背面肌肉等。”

其实早在2014年，徐雅琪就陆续开始参加各种赛事，她的足迹遍布安徽铜陵、浙江舟山等全国各地。在衢州高级中学就读期间，徐雅琪就获得过浙江省体育健美大赛的混双季军，崭露头角。安徽铜陵举办的CBBA中国健美健身公开赛、湖北武汉举办的全国健身锦标赛，徐雅琪都获得佳绩。而在今年的浙江省第三届体育大会健身健美比赛中，徐雅琪获健身

小姐A组冠军，她感慨：“第一次在海边比赛，还能享受舟山普陀的海风，而且现场观众也是我所经历比赛中最多、气氛最火爆的。”

徐雅琪提到，自己虽然参加的是国内赛事，但比赛规格却很高，经常启用国际级裁判。“以世界顶级的标准来要求参赛选手，这非常有利于我们提高。”她也经常向高水平选手取经，平时通过网络视频等渠道，关注全球顶级的健身健美运动员，吸取宝贵经验。“我感觉自己还有上升空间，通过学习来完善自己、激发潜力。”积极阳光却不失低调谦逊，徐雅琪直言自己才刚刚扬帆起航。

接下来，徐雅琪依然会以赛代练，在展示方面加强自己的技巧，也通过日积月累的努力，试图训练出更完美的肌肉。“再不努力就要老啦，青春就是要拼，我准备在健身健美这条路继续坚定地走下去。”乐观开朗的徐雅琪对自己充满信心。