

全运会上,这支组队不到半年的“娃娃军”抢回两枚铜牌 如今,洪军武又将目标瞄准奥运会

本报记者 毛锦怡

8月26日下午,第十三届全运会空手道项目比赛完赛,浙江省空手道队小将不畏强手,收获了2枚铜牌、2个第五名。这样的成绩对于组队只有半年的“娃娃军”来说实属不易,昨天记者联系到省空手道队总教练洪军武,他坦言孩子们已经很努力了,这样的成绩达到预期的目标。“不过我要闭关几天,总结一下队员们在赛场上的表现,为他们调整更适合的训练方式。”这就是洪军武——严要求、善钻研。

1972年出生的洪军武,自幼继承同宗先贤“龙山武术院”优良传统,拜师习武,武技在同龄人中属于佼佼者。大凡村里正月舞龙,打开路拳,非他莫属。1991年凭借武术专项考上了杭州大学体育系,学的是体育教育。1993年毕业后,分配到原天台县委体委工作,先后担任县体委的摔跤、散打、跆拳道教练。洪军武说:“我很喜欢当教练,毕业后的第一份工作就

圆了自己的梦想,很幸运。”

都说巧妇难为无米之炊,科班出生的洪军武也更清楚没有好苗子自己的事业无法起步。“为了寻找好苗子,那段时间,一有空我就骑着自行车走街串巷、登门拜访,碰到不理解的家长,三顾学生家门是常有的事。”洪军武的坚持感动了不少家长,也得到了他们的支持与理解,用家长的话来说,“洪教练,知根知底,孩子交给他放心”。

几年后,洪军武所带的学生也频频在各类赛事收获成绩,然而不安现状的他又开始新的谋划、打算。“体育训练光有苗子还不够,场地、器材及训练经费样样缺一不可。说来也巧,1998年,原天台县体委号召体育走向市场,于是我便动员父母变卖家产创办天台文武职业技术学校,并设立了天台县散打、跆拳道训练基地。其实当时我也挺忐忑的,体育培训市场化,当时在天台甚至在浙江,也算得上是先例。”

学校创办后,一直坚持封闭式管理,文武是特色。办学至今,共有1000多人次在国内外各级比赛中夺金摘牌。出了9位全国锦标赛冠军,13位国家级运动健将,150多名国家一级运动员,300多名国家二级运动员,并向国家队和各级高水平专业队、体育院校等输送了300多名优秀运动员,先后18次获省比赛金牌总数、团体总分第一。

在教学生涯中,洪军武还不断地向民间老武术家、老拳师及各武术门派的传人虚心求教,认真探索、追求、挖掘传统武术的功法及养护方法,并与现代运动训练学、运动生理学、解剖学相结合,运用到竞技体育对抗性项目中。他说:“天台作为武术之乡,我们后人有义务把天台的传统武术传承下去。当然,时代在进步,传承不能固步自封。”在舞龙舞狮方面,洪军武继续发扬天台文武龙,还组建了天台文武龙凤表演团。

值得一提的是,洪军武撰写的多篇武术方面论文在各种专业刊物上发表,引起了学术界的反响。曾代表天台与浙江大学、省女子散打队合作的研究课题《抗击打训练的作用与方法》填补了国内体育在抗击打训练课题研究上的空白。

文武兼修,龙凤飞舞,面对已经取得的成绩,洪军武仍有他尚未实现的梦想,那就是在奥运会的领奖台上,他梦想冉冉升起的五星红旗下,看到他自己的弟子高举奖牌,高喊自己来自天台。

2016年8月,空手道被列入奥运项目大名单。得到国家体育总局拳跆中心认可的浙江省空手道队则以“省队市办”的形式落户台州,训练基地则就在天台文武学校,并由洪军武担任省空手道队总教练。

事实证明,洪军武完全能挑起这一重担。为了和队员们共成长,组队来,他全身心地陪在队员们身边,半年来没有过上一个完全的周末。不仅是教练更是全职保姆。组队至今,队员一直都保持着边训练边参赛的状态和节奏,第七届东亚空手道锦标赛、2017年世界中学生武搏运动会、全国空手道锦标赛,以及全运会……队员们频频亮相并不断收获佳绩,对此洪军武感言:“队员们的不断成长就是对我最好的回报。”调整几天后,他又将启动队员们参加全国冠军赛和世青赛的备战。



洪军武(右二)

花甲老将玩转“三小球”

本报记者 薛原

提起羽坛老将苏江明,杭州民间体育圈人人赞不绝口。这位年逾60岁的“老顽童”,在运动场上依然生龙活虎,丝毫不输年轻力盛的小伙子。他笑言,自己对“隔网对战”的体育项目情有独钟,除了没有尝试打排球,羽毛球、乒乓球、网球都是他的心头好,而最为擅长、挚爱的当属羽毛球。

在今年全国羽林争霸赛济南站中,苏江明便力克强敌,勇夺高年龄组桂冠,惊艳全国业余羽毛球界。去年刚刚退休的他,如今更有充沛的精力全身心投入到心爱的羽毛球运动中去。

早在1975年,当时年仅19岁的苏江明就开始接触羽毛球,“当时我身体条件不算强壮,对比了一下羽毛球是最适合我的项目,能够充分发挥我的灵巧与敏捷。虽然相比足球、篮球,羽毛球在对抗性和激烈程度上似乎没有那么强,但其技巧性和战术性有独特的魅力,”谈起最初的打球经历,苏江明滔滔不绝,字里行间都透着一腔热爱。

苏江明感叹,现在的运动爱好者是幸福的,以前没有那么多室内羽毛球馆,那时候打野球还要‘斗天斗地’。尽管打球条件差,但羽球达人们也毫不在乎,乐在其中。“那时候没有那么多讲究,不像现在有高质量的羽毛球、拍子、运动服等全套专业装备,更别提什么护腰、护膝、护肘了。球拍断了,自己手工穿线,羽毛球打坏了,自己粘粘补补又能用上好,物质虽然缺乏,但仍旧很享受那种纯粹的快乐。”

工作后,苏江明不仅拿过省直机关运动会的男单冠军,还曾获得过省运会男双、混双冠军等这样难能可贵的荣誉,他在单位、行业内的羽毛球业余比

赛中更是当仁不让地成为“明星”。而除了羽毛球,网球、乒乓球他也练得勤,是杭州“三小球”总司令争霸赛的常客。“这项比赛更考验综合能力,我的主项羽毛球自不必说,乒乓球、网球也不能拖后腿。为了备战,我天天跑步加跳绳,体能训练也不落下,”苏江明认为,羽毛球、乒乓球、网球有相通之处,都讲究手法的迅捷与步伐的灵活,更需要

“脑力”。“如今,虽体力不如年轻人,但我在球路预判、心理素质上,有自己的优势,丰富的经验也常常成为我克制制胜的法宝。”

