

富阳有支全国闻名的高品质女子健身队

平均年龄58岁,还让健身球舞出高雅气质

都说一方水土养育一方人。在“全国健身球操之乡”杭州富阳区,活跃着这么一支女子健身球队,平均年龄58岁,健身球操舞得美轮美奂,几乎年年都是全国优胜,今年更是获得了全国健身球操第二名及最佳编排奖的好成绩,堪称全国健身球操队的佼佼者。

A 为热爱的事全情投入 带头人成了“拼命三娘”

“腰打直,好,继续!”每天早上8点起,在富阳区老干部活动中心,一个有力的声音响起,随后,伴随着音乐,12个人开始跳了起来。

只见一根细细的绳,一头连接着一颗小球,伴随着音乐声,上下起舞,在这群人身上的各个穴位跳动着。最前面带队指导喊口令的,正是富阳区女子健身球队带头人周冬儿。

67岁的周冬儿是这支队伍的组

建者。2006年她参加全国健身球比赛,看着其他队伍姿态优美,让她有了重新组队的想法。

想加入这支队,得满足好几个条件。首先身高至少在1米6以上,身材佼好、仪态端庄是基本门槛;再者,队员都要有良好的乐感,知道音乐中节拍重音的把握;最后是则肯为热爱的事情付出。别说,这样的阿姨还真不容易找,周冬儿有事没事就去各个广场舞队物色人选,

2009年才正式拉齐了队伍。

新队员对健身球操基本都是零基础,那段时间,周冬儿真的成了“拼命三娘”。一门心思扑在队伍上,很多时候家都顾不上。儿子婚房装修,她从头到尾一次都没去,哪怕儿子大喜之日,她傍晚五点才到现场,“他们还反过头来安慰我,说让我放心去玩,只要我身体好就是在帮他们。在我心里,他们是世上最好的子女。”

77名选手 乐享“棋”中! “楚河汉界”有沉稳老练 更有灵活多变

近日,平阳县山门镇第二届“谢侠逊杯”象棋比赛正式举行。

据悉,本届象棋赛为期一天,设成人组、老年组和学生组,共有77选手报名参加了此次比赛。

“象棋作为男女老少皆宜的棋类运动,在平阳有着广泛的群众基础,并深受广大群众的喜爱。”来自县象棋协会的裁判员陈瑞说,此次参赛选手当中既有75岁的老练棋手,也有年仅9岁的象棋初学者,他们虽然年龄悬殊,但在这一方楚河汉界上,却各有千秋。

比赛现场,成年组和老年组的棋手们两两相对而坐,或凝神静气,或皱眉思索,纷纷在棋盘上布兵摆阵,兵来卒往、炮飞马跳、相飞象跃……大家见招拆招,大有一副楚汉为界,将帅之争的气势,一时间赛场上硝烟弥漫。不同于成年组和老年组沉稳老练的棋风,学生组别的棋手们则凭借灵活的思路和勇于搏杀的精神,在赛场上“杀得”不亦乐乎。随着比赛的进行,现场的紧张氛围被推至顶点,但棋手们均乐享“棋”中。学生组的李志咏在先失一“车”一“马”的情况下,巧妙利用“拱兵”,牵制住对方多子,最终抓住战机反败为胜。

“开局想引诱一下,没想到落得被动,好在想到了‘无事拱兵’。”李志咏赛后坦言“侥幸”取胜。

经过七轮比赛的激烈角逐,本届象棋比赛圆满落幕。最终,由张良洋等获老年组前6名,曾庆津等获成人组前6名,李志咏等获学生组A组前6名,周子皓等获学生组B组前6名。本次活动的开展,在丰富辖区内群众的业余文化生活的同时,还通过棋艺的切磋交流,提高了当地整体的象棋运动水平。

(通讯员 谢天涯)

B 训练比上班还辛苦 编舞连北大清华教授都夸

周冬儿这份对健身球操的执着和付出,不仅让队伍年年打进决赛,还让她成了富阳唯一的国家级裁判,她编出的《中国梦》和《中国美》两套固定套路受到普遍赞誉,其中不少是国家级裁判和北大清华的教授。

老师给力,队员们也都提着一股劲儿,风雨无阻地天天练习,连春节都只休息一周,“一分钱不拿,比上班还辛苦”。

在这支队伍中,有出国帮女儿

带孩子的叶艳囡,心心念念放不下健身球,带了两年又马上回国继续练习;也有比赛前一天肩周炎犯了的叶素华,手都抬不起来硬是咬牙上场。

从新疆、广西、海南、河南到今年的湖南娄底,四处征战的这几年中,队伍一直是一条心。队员们感谢周冬儿的付出,周冬儿亦庆幸有她们的陪伴,“健身球操的成功,不仅仅在于编排动作;只有队员用心领会我的意思,效果才会漂亮。有

这样一群队员是我的福气。”

跳跃,旋转,队形变换的同时还不断地挥动手中的绳子,彩色的小球在全身舞动。

如雷般的掌声响起,她们紧紧拥抱着一起——富阳区女子健身球队表演的《凤凰展翅》在今年“全国健身球操之乡”交流比赛中赢得了全国健身球操第二名及最佳编排奖,这是对她们勤耕不辍的最好回报。

(通讯员 李文瑶)



趣味游泳赛 全家齐上阵

近日,第二届全国成人游泳锦标赛系列活动之游泳趣味运动会在海宁体育中心游泳馆内举行,欢笑声和加油声伴随着泳池泛起的阵阵浪花,此起彼伏。

双人短池拉车游、紧急下潜、卧垫刨冰、英雄救美……听名字就趣味横生的游戏项目让参赛的近60名参与者充分享受了快乐游泳,还让不少一家子集体出游的队伍体会了一把别样的温馨。

通讯员 陈杰文/摄

编读往来

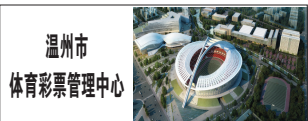
绍兴张女士问:听说上周末在绍兴市体育中心体育馆有不少穿着运动服的女健身者,请问是有什么活动在那举行吗?

编辑:张女士您好,上周末,绍兴市女干部健身趣味运动会在市体育中心体育馆举行。活动吸引到了110人参加,“财源滚滚”、“齐心协力”、“水到渠成”等趣味体育活动让参赛者在欢声笑语中体验运动乐趣。除了运动项目趣味纷呈,活动期间还开展了献爱心义卖活动。

战略合作伙伴



合作伙伴



浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85067855
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223
本报法律顾问:京衡律师事务所