



9月29日,浙江省第三届体育大会在舟山市体育中心正式开幕。无论是攀岩、航空航天模型还是拔河,来自全省的健身达人都能在这里找到属于自己的舞台,这个充满海洋文化与气息的全民运动盛宴,将全民健身推向了新高潮。

本版撰稿 本报记者 薛原

百余位攀岩勇士如履平地,全能少女包揽两项攀岩冠军 舟山上演“垂直角度下的芭蕾舞会”

9月26日至28日,浙江省第三届体育大会攀岩比赛在浙江海洋大学展开角逐,来自全省的143位攀岩达人各显神通,上演陡峭岩壁上的“速度竞赛”。

垂直的岩壁上,选手们闪转腾挪,敏捷灵动,甚至在面对部分岩壁出现的“负角度”时,依然能够如履平地、游刃有余,令现场观众叹为观止。海洋大学20岁的大一新生吴明浩直言,现场观看如此惊心动魄的比赛,还是头一遭:“我好几次忍不住惊呼,看到攀岩选手们有惊无险的表现,既由衷地佩服,又有点担心他们不小心掉下来,就算有保护绳索,我还是替他们捏把汗。”身边的同学钱怡辉笑言,选手们艺高人胆大,而且保护措施很完备,“不用瞎操心,人家强着呢。我们尽情欣赏、欢呼就好。”

攀岩运动素有“岩壁芭蕾”、“峭壁上的艺术体操”等美称,由登山运动衍生而来,富有极强的技巧性、冒险性,是极限运动中的一个重要竞技运动项目。赛事组织者之一,来自海洋大学的黄教授告诉记者,攀岩讲究综合实力,不能“偏科”,否则在技术成长上会陷入瓶颈。因此,在赛制设置上,不仅以年龄组来确定分项,更以不同的侧重点为标准。

比赛分为成年男子组、成年女子

组、青少年男子组、青少年女子组四个组别,比赛项目为难度、速度、攀石三种,共产生10枚金牌。“成年组里,杭州队的张文华、李瑞玲实力过硬、优势明显,宁波队的钟雄杰、衢州队的许香暖也是个中翘楚。”而谈到代表湖州队参加青少年女子组比赛的冯欣蕊时,黄教授更是赞不绝口,“这位年轻女孩很有潜力,攀岩圈子里都昵称她为‘岩壁上盛放的花朵’,能力非常全面,技术动作难度系数高,速度也非常快。”这位来自安吉县龙山体育中心攀岩馆的“00后”青春少女,是罕见的天赋加努力并重的选手。

冯欣蕊的教练正是他的父亲——攀岩界“老炮”冯辉,在他的影响下,女儿从小耳濡目染爱上了攀岩。长年累月的练习中,冯欣蕊稚嫩的双手早已结成坚硬的老茧,父亲既心疼又为自己的女儿自豪:“别的女孩子同年龄时可能在玩洋娃娃,甚至娇生惯养得稍微碰一下都不行,而小蕊却已经把磨破手指、手掌当作家常便饭了。”冯欣蕊就像在崖壁上“野蛮”生长的小花,勇敢而倔强。谈到未来发展,父亲说尊重女儿自己的决定:“走职业道路也好,当作业余爱好也罢,全看她自己的意愿。”

最终,冯欣蕊不负众望,包揽了青少年女子组难度、速度赛的金牌,成为名副其实的双冠王。成绩的背后,其付出的汗水也超过常人,正如



冯欣蕊在颁奖仪式上



她父亲兼教练冯辉所言——梦想可以天花乱坠,理想是一步一个脚印踩出来的坎坷道路。痴迷攀岩的这群少年少女,小时候刚练习攀岩时可能无法爬上仅仅3块岩壁的高度,通过不懈努力取得巨大进步甚至站上领奖台,他们的成绩并非一步登天,而是步步为营、循序渐进地成长、蜕变。

拔河日当午 角力绳边舞 全省“大力士” 舟山比拼团战内力

“壮徒恒鼓勇,拔拒抵长河”,9月27日至9月30日期间,省三体会拔河比赛在舟山市体育中心进行得如火如荼。来自全省的“力王”,齐聚一堂,展开一场斗智斗勇的拉锯战。

比赛现场,未见其人先闻其声,选手整齐划一的呐喊声,脚步与地面刺耳的摩擦声,观众的助威与欢呼声,混杂在一起,鸣奏出一曲气势磅礴的“运动交响乐”。记者了解到,比赛规则每队8人,男队全员重量不超过640公斤,女队全员重量不超过540公斤,以先将绳旗拉过标志杆者为胜。

比赛间歇,来自宁波的选手为记者细心讲解并演示拔河的动作要领——握绳要手心向上,拉绳要从腋下过,这样比较扎实稳定;发力时,脚尖必须在膝盖之前,一鼓作气时全身伸展拉直,便于调动全身的肌肉。“不要怕摔倒,拔河时身体尽量倾斜,半蹲,扎一个重心稳如秤砣的马步。”说到选手排序的位置,也大有讲究,并不是许多人认为的按力气大小,而是按体重大小排,最重的压后。

据悉,9月30日,拔河项目将产生各个项目的金银铜牌。

放完风筝放“火箭” 小型“空战”惊艳鹿栏晴沙

本报讯 最近几天,舟山市岱山县的“鹿栏晴沙”海滩上,上演着一场小型“空战”。9月27日至29日,来自全省的105位学生选手齐聚这里参加浙江省第三届体育大会航空航天模型比赛。只见海滩之上,模型飞机与火箭不断升空、上下翻飞,将天空装点得五彩斑斓。赛事负责人告诉记者,航空航天模型比赛虽然是小众项目,但近年来受到广大青少年的热捧。将时尚性、未来感和科技元素融入体育竞技,这是其最大的魅力所在。

比赛吸引了大批慕名而来的体育爱好者观战,观众中有一位三体会“常客”——当地市民徐允彦。在岱山早前进行的三体会风筝大赛和健身健美竞标赛,当时她就在鹿栏晴沙现场:“今年真是大饱眼福,作为舟山人太幸福了。希望下次省内甚至全国性的比赛多在我们这儿举办。无论是什么项目,只要和体育相关的我都会关注。”

在所有选手中,东道主舟山代

表队的陈涵瑜和陈炳芸享受了啦啦队的卖力助威和最大声欢呼,他们也不负众望,双双收获铜牌。教练张远鸿在夸赞队员的同时,也不忘提醒他们总结经验,争取在以后的比赛冲击金牌。“小孩子要鼓励,也要鞭策,养成胜不骄、败不馁的基本体育素养,会让他们终身受益。”张远鸿告诉记者,男子组的陈涵瑜在青少年(火箭)自旋翼模型项目上,有不错的发挥,在第一轮出现失误的情况下,稳住心态、顶住压力,第二轮狂追分数,最终平均分拿到第三。不过,陈涵瑜对自己的表现却并不满意:“有些遗憾吧,一开始太紧张,模型发动机没有组装到位,点火流程也有些欠缺,起飞的时候一下子坠落下来,首轮吃了一个‘零鸭蛋’的分数。本来可以有希望拿金牌的。”

而另一位选手陈炳芸,张远鸿认为她的潜力还很大:“她的动手能力不错,操控起飞节点、调整火箭空中姿态、临机应变的心理素质,在这

个年龄段都是不可多得的。”据悉,两位小选手之前参加了航空航天模型全省最高级别的青少年比赛,以赛代练,积累了一定的经验。

记者了解到,比赛用的火箭模型,都需要自行制造,不仅需要巧妙精细的手工能力,更需要一定的物理知识积累,在以教练为主队员为辅之下,完成模型的组建——这被形容为比赛之前拼内力的一场“暗战”。“功夫在平时,胜负可能早在比赛之前就决定了,因为火箭作为‘兵器’,其质量好坏起到关键性作用。当然,并非说临场操控不重要,毕竟需要临场发挥来一锤定音,这也是赛果最直观的体现。”

张远鸿表示将会继续磨炼两位爱徒的火箭模型技术,激励他们更上层楼:“看着火箭模型升空,虽不如真正的长征号大型火箭那般伟大壮美,但我们不懈努力、不断追求的精神是相通的。希望这项运动能够受到广大民众的了解和喜爱。”